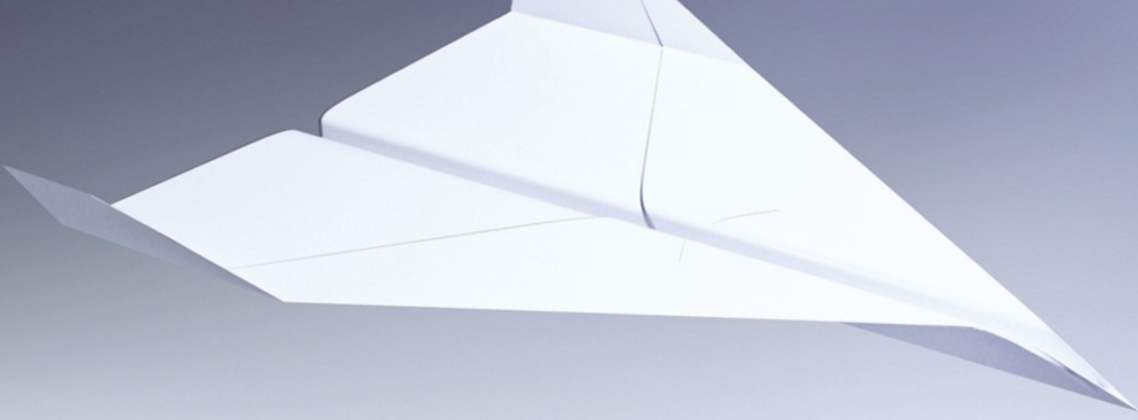
आपके अवचेतन मन की शक्ति के बेस्टसेलिंग लेखक



स्वयं में विश्वास !

डॉ. जोसेफ़ मर्फ़ी

Hindi translation of *Believe in Yourself*

स्वयं
में
विश्वास!

स्वयं
में
विश्वास!

डॉ. जोसेफ़ मर्फ़ी

अनुवाद: डॉ. सुधीर दीक्षित

MANJUL
मंजुल पब्लिशिंग हाउस

First published in India by

Manjul Publishing House Pvt. Ltd.
Corporate & Editorial Office
• 2nd Floor, Usha Preet Complex,
42 Malviya Nagar, Bhopal 462 003 - India
Email: manjul@manjulindia.com Website: www.manjulindia.com
Sales & Marketing Office
• 7/32, Ground Floor, Ansari Road, Daryaganj, New Delhi 110 002
Email: sales@manjulindia.com
Distribution Centres
Ahmedabad, Bengaluru, Bhopal, Kolkata, Chennai,
Hyderabad, Mumbai, New Delhi, Pune

Hindi translation of Believe in Yourself by Dr.Joseph Murphy

This edition first published in India in 2015

Copyright © JMW Group, Inc., New York
This edition has been authorized by The Joseph Murphy Trust

ISBN 978-81-8322-600-4

Translation by Dr. Sudhir Dixit

All rights reserved. No part of this publication may be reproduced, stored in or introduced into a retrieval system, or transmitted, in any form, or by any means (electronic, mechanical, photocopying, recording or otherwise) without the prior written permission of the publisher. Any person who does any unauthorized act in relation to this publication may be liable to criminal prosecution and civil claims for damages.

विषय-सूची

अध्याय एक
अपने सपनों को सच करें

अध्याय दो
व्यवसाय में अवचेतन मन का प्रयोग

अध्याय तीन
सफलता की कल्पना कैसे करें

लेखक के बारे में

अध्याय एक

अपने सपनों को सच करें

बाइबल में जोसेफ़ का मतलब है "अनुशासित या नियंत्रित कल्पना।" यह मन की प्राथमिक शक्ति है। इसमें आपके विचारों को प्रक्षेपित करने और वस्त्र पहनाने की शक्ति है। यानी इसमें आपके विचारों को संसार के पर्दे पर साकार या प्रकट करने की शक्ति है।

इज़राइल जोसेफ़ से प्रेम करता था। इज़राइल आध्यात्मिक दृष्टि से जाग्रत मनुष्य है, जो नियंत्रित कल्पना की शक्ति जानता है। इसे "उसकी वृद्धावस्था का पुत्र" कहा जाता है। पुत्र का मतलब है "अभिव्यक्ति।" वृद्धावस्था का निहितार्थ है मन के नियमों का ज्ञान व बुद्धिमत्ता। जब आप कल्पना की शक्ति जान जाएँगे, तो आप इसे "अपनी वृद्धावस्था का पुत्र" कहने लगेंगे। उम्र का संबंध बरस गुज़रने से नहीं है; इसका संबंध तो दरअसल आपमें बुद्धिमत्ता और दैवी ज्ञान के उदय से है। कल्पना वह शक्तिशाली औज़ार है, जिसका इस्तेमाल महान वैज्ञानिकों, कलाकारों, भौतिकशास्त्रियों, आविष्कारकों, वास्तुविदों और आध्यात्मिक लोगों ने किया है। जब संसार ने कहा, "यह असंभव है; इसे नहीं किया जा सकता," तो कल्पनाशील व्यक्ति ने कहा, "यह हो चुका है!" अपनी कल्पना के दम पर आप वास्तविकता की गहराइयों को भेद सकते हैं और प्रकृति के रहस्य उजागर कर सकते हैं।

एक बड़े उद्योगपति ने मुझे एक बार बताया था कि उसने एक छोटे स्टोर से कैसे शुरुआत की। उसने कहा कि वह सपने देखता था (जोसेफ़ स्वप्नदर्शी थे) कि उसका एक बड़ा कॉर्पोरेशन होगा, जिसकी शाखाएँ पूरे देश में फैली होंगी। उसने आगे कहा कि नियमित और सुनियोजित रूप से उसने अपने मन में बड़ी इमारतों, ऑफ़िसों, फ़ैक्ट्रियों तथा स्टोर्स का चित्र देखा। वह जानता था कि मन की कीमियागिरी के ज़रिये वह ऐसा धागा बुन लेगा, जिससे उसके सपनों को वस्त्र पहनाए जाएँ, यानी वे साकार हो जाएँ।

वह समृद्ध बनने लगा। आकर्षण के शाश्वत नियम द्वारा वह विचारों, कर्मचारियों, मित्रों, पैसों और अपने लक्ष्य की पूर्ति के लिए आवश्यक हर चीज़ अपनी ओर आकर्षित करने लगा। उसने सचमुच अपनी कल्पना का अभ्यास किया और उसे विकसित किया। वह अपने मन में इन मानसिक साँचों के साथ तब तक जिया, जब तक कि कल्पना ने उन्हें आकार के वस्त्र नहीं पहना दिए।

मुझे उसकी कही हुई एक टिप्पणी ख़ास पसंद आई, जो इस प्रकार है: "असफल के रूप में अपनी कल्पना जितना आसान है, उतना ही आसान सफल व्यक्ति के रूप में अपनी कल्पना करना है और यह कहीं ज़्यादा रोचक भी है।"

जोसेफ़ एक स्वप्नदर्शी हैं और सपने देखने वाले हैं। इसका मतलब है कि उनके मन में दृश्य, चित्र और लक्ष्य हैं। वे जानते हैं कि एक सृजनात्मक शक्ति उनके मानसिक चित्रों पर प्रतिक्रिया करती है। हम जो मानसिक चित्र क़ायम रखते हैं, वे भावना में विकसित किए जाते हैं। किसी ने यह बुद्धिमत्तापूर्ण बात कही है कि हमारी सारी इंद्रियाँ उस एक-इंद्रिय-भावना का ही रूप-परिवर्तन हैं। मानसिक विज्ञान के शिक्षक टॉमस ट्रोवर्ड ने कहा था, "भावना ही क़ानून है और क़ानून ही भावना है।" भावना शक्ति का स्त्रोंत है। परिणाम पाने के लिए हमें अपने मानसिक चित्रों को भावना से आवेशित करना चाहिए।

हमें बताया जाता है, "जोसेफ़ ने एक सपना देखा और उसे अपने भाइयों को बताया और वे जोसेफ़ से नफ़रत करने लगे।" जब आप यह पढ़ रहे हैं, तो संभवतः आपके पास कोई सपना, कोई लक्ष्य, कोई योजना या कोई उद्देश्य होगा, जिसे आप हासिल करना पसंद करेंगे। बाइबल की भाषा में नफ़रत करने का मतलब अस्वीकार करना है। आपके मन में विचार, भावनाएँ, विश्वास और राय वे भाई हैं, जो आपको चुनौती देते हैं, आपके सपनों का अपमान करते हैं और आपसे कहते हैं, "तुम यह नहीं कर सकते; यह असंभव है। इसे भूल जाओ!"

संभवतः आपके मन में दूसरे विचार आते हैं, जो आपकी योजना या महत्त्वाकांक्षा पर उपहास करते हैं। आप पाते हैं कि आपके मन में आपकी अपने भाइयों के साथ लड़ाई चल रही है; विरोध शुरू हो जाता है। अपने मन के विरोध से निबटने का तरीक़ा यह है कि आप इंद्रिय प्रमाण और चीज़ों के दिखावे से अपना ध्यान दूर खींच लें; बस स्पष्टता और दिलचस्पी के साथ अपने लक्ष्य या उद्देश्य के बारे में सोचते रहें। जब आपका मन किसी स्पष्ट लक्ष्य या उद्देश्य से बँध जाता है, तो आप मन के सृजनात्मक नियम का इस्तेमाल कर रहे हैं और यह साकार हो जाएगा।

"देखो, मेरा गट्ठर उठा और सीधा भी खड़ा हो गया; और देखो, तुम्हारे गट्ठर चारों ओर खड़े थे और उन्होंने मेरे गट्ठर को दंडवत प्रणाम किया।" अपने लक्ष्य या इच्छा को चेतना में ऊपर उठाएँ। इसे उन्नत करें। इसके प्रति तहेदिल से समर्पित हो जाएँ। इसकी प्रशंसा करें; अपने लक्ष्य को अपना ध्यान, प्रेम और निष्ठा प्रदान करें। जब आप ऐसा करना जारी रखते हैं, तो भय के सारे विचार आपकी उन्नत मानसिकता के सामने दंडवत प्रणाम करेंगे- यानी वे अपनी शक्ति खो देंगे और मन से ग़ायब हो जाएँगे।

आपमें अंतिम परिणाम की कल्पना करने की शक्ति है और इस शक्ति के ज़रिये आपका हर परिस्थिति या स्थिति पर नियंत्रण होता है। यदि आप किसी इच्छा, कामना या विचार को साकार करना चाहते हैं, तो अपने मन में इसकी पूर्णता का एक मानसिक चित्र बना लें; अपनी इच्छा की वास्तविकता की कल्पना लगातार करें। इस तरह दरअसल आप इसे साकार होने के लिए मजबूर करेंगे। आप जिसके सच होने की कल्पना करते हैं, वह मन के अगले आयाम में पहले से ही मौजूद है। यदि आप अपने लक्ष्य के प्रति वफ़ादार

रहे, तो एक दिन यह वस्तु का रूप ले लेगा। आप जिस भी चीज़ की छाप अपने मन पर छोड़ते हैं, आपके भीतर का माहिर वास्तुविद उसे संसार के पर्दे पर प्रकट कर देगा।

जोसेफ़ (कल्पना) कई रंगों का कोट पहनता है। बाइबल में कोट एक मनोवैज्ञानिक आवरण है। आपके मनोवैज्ञानिक वस्त्र मानसिक नज़रिये, मनोदशाएँ और भावनाएँ हैं, जिन्हें आप प्रश्रय देते हैं। कई रंगों का कोट हीरे के कई फ़लकों का प्रतिनिधित्व करता है या किसी विचार को साकार करने वाले वस्त्र पहनाने की आपकी क्षमता का प्रतीक है। आपका जो मित्र ग़रीबी में रह रहा है, आप कल्पना में उसे विलासिता की गोद में खेलता देख सकते हैं। आप उसके चेहरे पर ख़ुशी की चमक देख सकते हैं, उसके हावभाव में बदलाव देख सकते हैं और उसके होंठों पर खिली मुस्कान देख सकते हैं। आप उसे अपने से वह कहते सुन सकते हैं, जो भी आप सुनना चाहते हैं। आप उसे ठीक वैसा ही देख सकते हैं, जैसा उसे देखना चाहते हैं - यानी, वह प्रफुल्लित, ख़ुश, समृद्ध और सफल है। आपकी कल्पना कई रंगों का कोट है; यह किसी भी विचार या इच्छा को वस्त्र पहना सकती है और साकार कर सकती है। जहाँ अभाव है, वहाँ आप समृद्धि की कल्पना कर सकते हैं। जहाँ मनमुटाव है, वहाँ आप शांति की कल्पना कर सकते हैं। और जहाँ रोग है, वहाँ आप स्वास्थ्य की कल्पना कर सकते हैं।

"उसके भाइयों ने उससे कहा, 'क्या तुम सचमुच हम पर शासन करोगे?'" कल्पना पहली शक्ति है और यह चेतना की बाक़ी सारी शक्तियों या तत्वों से पहले आती है। आपके पास 12 शक्तियाँ या भाई हैं, लेकिन आपकी कल्पना जब अनुशासित होती है, तो इसकी बदौलत आप समय और स्थान से मुक्त हो जाते हैं। यह आपको तमाम सीमाओं से ऊपर उठा देती है। जब आप अपनी कल्पना को प्रशंसनीय, ईश्वरीय अवधारणाओं तथा विचारों से व्यस्त रखते हैं, तो आप पाएँगे कि आपकी सतत आध्यात्मिक खोज में यह सबसे प्रभावी शक्ति है।

"जोसेफ़ को मिस्त्र में बेच दिया गया।" इस वाक्य का अर्थ है कि आपकी अवधारणा या इच्छा को पहले व्यक्तिपरक होना होगा, इसके बाद ही यह वस्तुपरक हो सकती है। हर अवधारणा को "मिस्त्र जाना" होता है, यानी व्यक्तिपरक मन में जाना होता है, जहाँ विचारों का जन्म होता है।

"मिस्त्र से बाहर मैंने अपने बेटे को बुला लिया है": जोसेफ़ मिस्त्र का सेनापति है, जो आपको बताता है कि कल्पना पूरे अवधारणा जगत को नियंत्रित करती है। आप चाहे जिस भी क़ैद में हों, चाहे यह डर, रोग, अभाव या किसी तरह की सीमा की क़ैद हो, याद रखें कि जोसेफ़ क़ैद में सेनापति हैं और आपको मुक्ति दिला सकते हैं। आप अपनी मुक्ति की कल्पना कर सकते हैं और तब तक करते रह सकते हैं, जब तक कि यह व्यक्तिपरक नहीं बन जाती। फिर अंधकारमय गर्भकाल के बाद प्रकटीकरण होता है - आपकी प्रार्थना का जवाब मिल जाता है और यह साकार हो जाती है।

पल भर के लिए किसी प्रख्यात, प्रतिभाशाली वास्तुविद के बारे में सोचें। वह अपने मन में एक सुंदर, आधुनिक, इक्कीसवीं सदी का शहर बनाता है, जिसमें सुपर हाईवे, स्विमिंग पूल, मछलीघर, पार्क आदि हों। वह अपने मन में वह सबसे सुंदर महल बना

सकता है, जो किसी इंसान ने अपनी आँख से देखा हो। वह निर्माताओं को अपनी योजना देने से पहले ही पूरी इमारत की कल्पना कर सकता है। इमारत कहाँ थी? यह उसकी कल्पना में थी।

कल्पना का इस्तेमाल करके आप अपनी माँ की अदृश्य आवाज़ सचमुच सुन सकते हैं, भले ही वे 10,000 मील दूर रहती हों। आप उन्हें स्पष्टता से देख सकते हैं और उतनी ही साफ़, जैसे वे उपस्थित हों। आपके पास यह अद्भुत शक्ति है। आप इस शक्ति को विकसित करके सफल और दौलतमंद बन सकते हैं।

क्या आपने किसी सेल्स मैनेजर को यह कहते नहीं सुना, "मुझे जॉन को निकालना पड़ा, क्योंकि उसका नज़रिया ग़लत था?" कारोबारी संसार "सही नज़रिये" के महत्त्व को जानता है।

मुझे याद है, कई साल पहले मैंने पुनर्जन्म पर एक छोटा लेख छापा था। ये पैंफ़लेट एक चर्च के बुक काउंटर पर प्रदर्शित थे, जहाँ मैं व्याख्यान देता था। शुरुआत में उनमें से बहुत कम बिके, क्योंकि सेल्सगर्ल इस अवधारणा की कट्टर विरोधी थी।

मैंने उसे पुनर्जन्म का बाइबल वाला अर्थ, कहानी का उद्गम समझाया और यह बताया कि यह दरअसल किस बारे में था। वह नाटक की कथावस्तु समझ गई और पैंफ़लेट को लेकर उत्साही बन गई। मेरी व्याख्यानमाला समाप्त होने से पहले ही सारे पैंफ़लेट बिक गए। यह सही मानसिक नज़रिये के महत्त्व का एक उदाहरण था।

आपके मानसिक नज़रिये का मतलब है लोगों, परिस्थितियों, स्थितियों और वस्तुओं पर आपकी मानसिक प्रतिक्रिया। आपके अपने सहकर्मियों से कैसे संबंध हैं? क्या आप इंसानों, पशुओं और आम तौर पर सृष्टि के साथ दोस्ताना हैं? क्या आप सोचते हैं कि संसार शत्रुतापूर्ण है और इसे आपके सामने झुकना चाहिए? संक्षेप में, आपका नज़रिया क्या है?

ऊपर बताई गई लड़की की भावनात्मक प्रतिक्रिया गहरे पूर्वाग्रह की थी। यह पुस्तकें बेचने में ग़लत नज़रिया था; वह पुस्तक और लेखक के ख़िलाफ़ पूर्वाग्रह का शिकार थी।

आप सही मानसिक नज़रिया तब विकसित करते हैं, जब आपको यह अहसास हो जाता है कि कोई भी बाहरी चीज़ आपकी मानसिक सहमति के बिना आपको चोट नहीं पहुँचा सकती या विचलित नहीं कर सकती। आप अपने संसार के एकमात्र चिंतक है। अतः कोई चीज़ आपकी मानसिक सहमति के बिना आपको क्रोध, दुख या शोक नहीं पहुँचा सकती। बाहर से जो सुझाव आपकी ओर आता है, उसमें अपनी कोई शक्ति नहीं है। शक्ति तो आप उसे तब देते हैं, जब आप उसे अपने विचारों को नकारात्मक बनाने की अनुमति देते हैं। यह अहसास कर लें कि आप अपने विचार-जगत के स्वामी हैं। भावनाएँ विचार का अनुसरण करती हैं; इसलिए आप अपनी ख़ुद की कक्षा में सर्वोच्च हैं। क्या आप दूसरों को यह अनुमति देते हैं कि वे आपको नकारात्मक रूप से प्रभावित करें? क्या आप अख़बारों की सुर्खियों, गपशप या दूसरों की आलोचना को यह अनुमति देते हैं कि वे आपको विचलित करें या उदास करें? अगर आप ऐसा करते हैं, तो आपको स्वीकार

करना चाहिए कि आप स्वयं ही अपनी खिन्न मनोदशा का कारण हैं; अपनी भावनात्मक प्रतिक्रिया आपने ख़ुद बनाई है। आपका नज़रिया ग़लत है।

क्या आप दूसरों के बुरे की कल्पना करते हैं? यदि आप ऐसा करते हैं, तो ग़ौर करें कि आपके ज़्यादा गहरे स्वरूप में कौन सा भाव उत्पन्न होता है। यह नकारात्मक होता है; यह आपकी सेहत तथा दौलत के लिए विनाशकारी होता है। परिस्थितियाँ आपको सिर्फ़ उतना ही प्रभावित कर सकती हैं, जितनी आप उन्हें अनुमति देते हैं। आप स्वेच्छा से और निश्चित रूप से जीवन तथा सारी चीज़ों के बारे में अपना नज़रिया बदल सकते हैं। आप अपनी तक़दीर के मालिक और अपनी आत्मा (अवचेतन मन) के कप्तान बन सकते हैं। अनुशासित, निर्देशित और नियंत्रित कल्पना के ज़रिये आप अपनी भावनाओं के स्वामी बन सकते हैं तथा अपने मानसिक नज़रिये के भी।

मिसाल के तौर पर, यदि आप कल्पना करते हैं कि सामने वाला इंसान ओछा, बेईमान और ईर्ष्यालु है, तो ग़ौर करें कि इससे आपके भीतर कौन सी भावना जाग्रत होती है। अब इस स्थिति को उलट दें। उसी व्यक्ति के ईमानदार, सच्चे, प्रेमपूर्ण और दयालु होने की कल्पना करें; ग़ौर करें कि इसकी प्रतिक्रियास्वरूप आपके भीतर कौन सी भावना उत्पन्न होती है। इसलिए क्या आप अपने नज़रियों के स्वामी नहीं हैं?

वास्तव में, पूरे मामले की सच्चाई यह है कि ईश्वर के बारे में आपकी असली अवधारणा सर्वाधिक महत्त्वपूर्ण होती है, क्योंकि यही आम तौर पर जीवन के बारे में आपके पूरे नज़रिये को तय करती है। ईश्वर के बारे में आपका सबसे प्रबल विचार जीवन का विचार है, क्योंकि ईश्वर ही जीवन है। यदि आपका प्रबल विचार या नज़रिया यह है कि ईश्वर आपके भीतर की आध्यात्मिक शक्ति है, जो आपके विचार पर सकारात्मक प्रतिक्रिया करती है और चूँकि आपकी आदतन सोच सृजनात्मक तथा सद्भावपूर्ण है, इसलिए यह शक्ति सभी तरीक़ों से आपका मार्गदर्शन करती है व समृद्ध बनाती है, तो यह प्रबल नज़रिया हर चीज़ को अपने रंग में रंग देगा। आप सकारात्मक मानसिक नज़रिये से संसार को देखेंगे। आपका दृष्टिकोण सकारात्मक होगा और आपमें सर्वश्रेष्ठ की सुखद अपेक्षा होगी।

जीवन के बारे में कई लोगों का उदास, निराशावादी नज़रिया होता है। वे चिड़चिड़े, आलोचनात्मक और झगड़ालू होते हैं। यह उस प्रबल मानसिक नज़रिये के कारण होता है, जो हर चीज़ पर उनकी प्रतिक्रिया को निर्देशित करता है।

हाई स्कूल जाने वाले 16 साल के एक लड़के ने मुझसे कहा, "मुझे बहुत कमज़ोर ग्रेड मिल रहे हैं। मेरी याददाश्त कम होती जा रही है। मैं नहीं जानता कि मामला क्या है।" जो इकलौती चीज़ ग़लत थी, वह था उसका नज़रिया। जब उसे यह अहसास हुआ कि उसकी पढ़ाई वकील बनने और कॉलेज में दाख़िला पाने के लिए कितनी महत्त्वपूर्ण थी, तो उसने अपने नज़रिये को बदल लिया। वह वैज्ञानिक ढंग से प्रार्थना करने लगा, जो नज़रिया बदलने के सबसे तेज़ तरीक़ों में से एक है।

वैज्ञानिक प्रार्थना में हम एक ऐसे सिद्धांत पर काम करते हैं, जो विचार पर प्रतिक्रिया करता है। इस किशोर को अहसास हो गया कि उसके भीतर एक आध्यात्मिक शक्ति है

और यही एकमात्र कारण व शक्ति है। यही नहीं, वह यह दावा भी करने लगा कि उसकी याददाश्त आदर्श है और असीम प्रज्ञा हमेशा उसके सामने हर चीज़ उजागर कर रही है, जो उसे हर समय, हर जगह जानने की ज़रूरत है। वह शिक्षकों और साथी विद्यार्थियों के प्रति प्रेम व सद्भाव का संचार करने लगा। यह किशोर अब उससे ज़्यादा स्वतंत्रता का आनंद ले रहा है, जितनी उसे कई सालों से नहीं मिली थी। वह लगातार कल्पना करता है कि उसके शिक्षक और माँ उसके उत्कृष्ट ग्रेड पर उसे बधाई दे रहे हैं। मनचाहे परिणामों की कल्पना करने से उसका अध्ययन के प्रति नज़रिया बदल गया था।

हमने पहले कहा है कि हमारे सारे मानसिक नज़रिये कल्पना से तय होते हैं। यदि आप कल्पना करते हैं कि आज का दिन बुरा होने वाला है, कि कारोबार बहुत बुरा रहने वाला है, कि बारिश हो रही है, कि आपके स्टोर में एक भी ग्राहक नहीं आएगा, कि आपके पास कोई पैसा नहीं है आदि, तो आप अपनी नकारात्मक कल्पना के परिणामों का अनुभव करेंगे।

एक बार एक आदमी लंदन की सड़कों पर चल रहा था और उसे सड़क पर साँप दिखने का वहम हुआ। डर के मारे उसे जैसे लक़वा मार गया। उसे जो दिखा था, वह साँप नहीं, उसका वहम था। बहरहाल, उसकी मानसिक और भावनात्मक प्रतिक्रिया वैसी ही थी, जैसी कि साँप दिखने पर होती।

उन चीज़ो की कल्पना करें, जो भी प्यारी, प्रशंसनीय और अच्छी हैं। इससे जीवन के प्रति आपका पूरा भावनात्मक नज़रिया बदल जाएगा। आप जीवन के बारे में क्या कल्पना करते हैं? क्या यह आपके लिए सुखद जीवन होने वाला है? या फिर यह कुंठाओं या कष्टों की एक लंबी श्रृंखला होने वाला है। “चुन लो कि तुम किसकी सेवा करोगे।”

आप जिन मानसिक चित्रों पर आदतन ध्यान केंद्रित करते हैं, उसी अनुसार आप अपने अनुभव के बाहरी संसार को ढालते हैं, आकार देते हैं और रूप देते हैं। जीवन में ऐसी स्थितियों-परिस्थितियों की कल्पना करें, जो सम्मान बढ़ाएँ, ऊपर उठाएँ, ख़ुश करें और संतुष्ट करें। यदि आप कल्पना करते हैं कि जीवन भावहीन, क्रूर, कठोर, कटु है; और संघर्ष व दर्द अवश्यंभावी हैं, तो आप अपने जीवन को दुखद बना रहे हैं।

गोल्फ़ कोर्स पर होने की कल्पना करें। आप स्वतंत्र हैं, तनावमुक्त हैं, उत्साह और ऊर्जा से लबरेज़ हैं। आपकी ख़ुशी गोल्फ़ कोर्स द्वारा पेश की जाने वाली तमाम मुश्किलों से उबरने की वजह से है। रोमांच सारी बाधाओं को पार करने में है।

अब इस दृश्य को लें: कल्पना करें कि आप किसी क़ब्रिस्तान में जा रहे हैं। ग़ौर करें कि जब आप ऊपर बताई गई स्थितियों में से प्रत्येक में अपना चित्र देखते हैं, तो कितनी अलग भावनात्मक प्रतिक्रियाएँ होती हैं। क़ब्रिस्तान में आप व्यक्ति के नए जन्मदिन पर आनंदित हो सकते हैं। आप यह कल्पना कर सकते हैं कि अनिर्वचनीय सौंदर्य और प्रेम के बीच वह परिजन अपने मित्रों से घिरा होगा। आप सभी उपस्थित लोगों के मन और हृदय में ईश्वर की शांति की सरिता प्रवाहित होने की कल्पना कर सकते हैं। जहाँ भी आप हों, आप दरअसल अपने मन के आकाश में ऊपर पहुँच सकते हैं; यह आपकी कल्पना की शक्ति है।

“और उसने एक और सपना देखा। उसने इसे अपने भाइयों को बताया और कहा, ‘देखो, मैंने एक और सपना देखा है; और सुनो, सूर्य और चंद्रमा और ग्यारह तारों ने मेरा अभिवादन किया।’”

प्राचीन प्रतीकशास्त्र में सूर्य और चंद्रमा चेतन तथा अवचेतन मन के प्रतीक हैं। ग्यारह तारे कल्पना के अतिरिक्त ग्यारह शक्तियों के प्रतीक हैं। एक बार फिर, प्रेरित लेखक आपको बता रहे हैं कि अनुशासित कल्पना मन की बाक़ी सभी शक्तियों से ऊपर है, क्योंकि यही चेतन और अवचेतन मन की दिशा को नियंत्रित करती है। कल्पना पहली और अग्रणी शक्ति है; इसे वैज्ञानिक रूप से निर्देशित किया जा सकता है।

मैं 50 साल से ज़्यादा समय पहले अपने पिता के साथ आयरलैंड के एक राउंड टावर को देख रहा था। वे एक घंटे तक कुछ नहीं बोले, बल्कि निष्क्रिय और ग्रहणशील बने रहे। वे विचारमग्न मनोदशा में दिख रहे थे। मैंने उनसे पूछा कि वे किस चीज़ पर मनन कर रहे थे। उनके जवाब का सार यह है: उन्होंने संकेत किया कि संसार के महान, अद्भुत विचारों पर मनन करके ही हम विकास और विस्तार करते हैं। उन्होंने टावर में पत्थरों की उम्र पर मनन किया। फिर उनकी कल्पना उन्हें उन पत्थर की खानों की ओर ले गई, जहाँ पत्थरों को आकार दिया गया था। उनकी कल्पना ने पत्थरों के आकार को हटा दिया। उन्होंने अंदरूनी आँख से पत्थर की संरचना, भूवैज्ञानिक उत्पत्ति और बनावट देखी तथा इसे निराकार अवस्था में पहुँचा दिया। अंत में उन्होंने यह कल्पना की कि वे पत्थर बाक़ी सारे पत्थरों और सारे जीवन से एक हैं। उन्होंने अपनी दैवी कल्पना में अहसास किया कि राउंड टावर को देखकर ही आइरिश जाति के इतिहास की दोबारा रचना करना संभव है!

कल्पना की शक्ति के ज़रिये ये शिक्षक टावर में रहने वाले अदृश्य लोगों को देखने और उनकी आवाज़ें सुनने में सक्षम थे। उनकी कल्पना में पूरी जगह सजीव बन गई। इस शक्ति के ज़रिये वे उस समय तक पीछे जाने में समर्थ थे, जब वहाँ कोई राउंड टावर नहीं था। अपने मन में उन्होंने उस जगह का एक नाटक बुना, जहाँ से पत्थर उत्पन्न हुए, उन्हें कौन लाया, निर्माण का उद्देश्य क्या था और इससे जुड़ा बाक़ी इतिहास। जैसा उन्होंने मुझसे कहा, “मैं उन स्पर्शों को देख सकता था और क़दमों की उस आहट को सुन सकता था, जो हज़ारों साल पहले खो गई थी।”

व्यक्तिपरक मन सारी चीज़ों में व्याप्त है; यह सभी चीज़ों में है और यही वह पदार्थ है, जिससे वे बनी हैं। अमरता का ख़ज़ाना उन्हीं पत्थरों में है, जिससे इमारत को बनाया गया है। कोई भी चीज़ निर्जीव नहीं है; सब कुछ जीवन है, जो इसके भिन्न प्रकटीकरण में है। (सूर्य और चंद्रमा जोसेफ़ - कल्पना - का अभिवादन करते हैं।) अपनी कल्पना की शक्ति के ज़रिये आप सचमुच यह कल्पना कर सकते हैं कि प्रकृति के अदृश्य रहस्य आपके सामने प्रकट किए जा रहे हैं। आप पाएँगे कि आप चेतना की गहराइयों की थाह ले सकते हैं।

“कुछ समय पहले मैं एक शाम को में एक पार्क में बैठा था। मैं ढलते सूरज को देख रहा था। अचानक मैं सोचने लगा कि सूर्य लॉस एंजेलिस शहर में एक मकान जैसा दिखता है। हमारे सूर्य के पीछे एक और बड़ा सूर्य है और यह सिलसिला अनंत है।

आकाशगंगा से परे असंख्य सूर्यों और आकाश गंगाओं के अनंत विस्तार पर विचार और मनन करने से कल्पना डगमगा जाती है। यह संसार तो असीम समुद्र तट पर रेत के एक कण जितना छोटा है। हिस्सों को देखने के बजाय आइए हम सभी चीज़ों की पूर्णता, उनकी एकता को देखते हैं। जैसा कवि ने कहा है, हम सभी एक अति विशाल समग्र के हिस्से हैं, शरीर जिसकी प्रकृति है और ईश्वर आत्मा।"

सारे धर्म दरअसल मनुष्य के कल्पनाशील मन से ही पैदा हुए हैं। क्या कल्पना के क्षेत्र से ही टेलीविज़न, रेडियो, राडार, सुपर जेट और अन्य सभी आधुनिक आविष्कार नहीं आए हैं? आपकी कल्पना अनंत का ख़ज़ाना है, जो आपको संगीत, कला, कविता और आविष्कारों के सभी क़ीमती मोती देता है। आप किसी प्राचीन खंडहर, किसी पुराने मंदिर या पिरामिड को देखकर मुर्दा अतीत के इतिहास को दोबारा बना सकते हैं। किसी पुराने क़ब्रिस्तान के खंडहरों में आप एक सुंदर और भव्य आधुनिक शहर का पुनर्जीवन भी देख सकते हैं। हो सकता है कि आप अभाव या कमी की क़ैद में हों या पत्थर की छड़ों के पीछे हों, लेकिन अपनी कल्पना में आप ऐसी स्वतंत्रता पा सकते हैं, जिसका आपने सपना भी नहीं देखा।

याद करें कि कैसे पैरिस के नाली साफ़ करने वाले चिको ने कल्पना की और सातवें स्वर्ग कही जाने वाली स्वर्ग जैसी मानसिक अवस्था में रहा, हालाँकि उसने कभी दिन की रोशनी भी नहीं देखी?

जॉन बनयन ने जेल में अपनी महान कृति पिलग्रिम्स प्रोग्रेस लिखी थी। मिल्टन हालाँकि अंधे थे, लेकिन उनमें अपनी अंदरूनी आँख से देखने की क्षमता थी। उनकी कल्पना ने उनके मस्तिष्क को अग्निपुंज बना दिया और उन्होंने पैरेडाइज लॉस्ट की रचना कर दी। इस तरह उन्होंने ईश्वर का थोड़ा स्वर्ग हर जगह के सभी लोगों तक पहुँचा दिया।

कल्पना मिल्टन की आध्यात्मिक आँख थी। इसी की बदौलत वे ईश्वर का काम करने में समर्थ हुए। इसी के ज़रिये उन्होंने समय, स्थान और पदार्थ की दूरी को मिटा दिया। इसी से उन्होंने अदृश्य उपस्थिति व शक्ति के सत्यों को प्रकट किया।

जीनियस वह इंसान है, जो अपने अवचेतन मन के तादात्म्य में होता है। वह इस शाश्वत भंडार का दोहन करने में सक्षम होता है और इसी से अपनी समस्याओं के जवाब हासिल करता है। इस तरह उसे मेहनत करके पसीना नहीं बहाना होता है। प्रतिभाशाली लोगों में कल्पना की शक्ति बहुत ज़्यादा विकसित होती है। सभी महान कवियों और लेखकों को उच्च विकसित और अनुशासित कल्पना शक्ति का वरदान मिला होता है।

मैं अब देख सकता हूँ कि शेक्सपियर अपने ज़माने की पुरानी कहानियाँ, दंत कथाएँ और मिथक सुन रहे हैं। मैं यह भी कल्पना कर सकता हूँ कि वे बैठकर अपने मन में नाटक के उन सभी पात्रों की सूची बना रहे हैं... फिर एक-एक करके बाल, त्वचा, मांसपेशी, हड्डी के साथ उन्हें वस्त्र पहना रहे हैं; उनमें प्राण फूँक रहे हैं; और उन्हें इतना सजीव बना रहे हैं कि हम सोचने लगते हैं कि हम ख़ुद के बारे में ही पढ़ रहे हैं।

अपने पिता का काम करने के लिए अपनी कल्पना का इस्तेमाल करें। आपके पिता

का काम आपकी बुद्धिमत्ता, योग्यता, ज्ञान और क्षमता को प्रकट करना है तथा आपके साथ-साथ दूसरों को भी सुखी बनाना है। आप अपने पिता के काम में लगे हैं, अगर आप एक छोटा स्टोर चला रहे हैं और अपनी कल्पना में महसूस करते हैं कि आप एक ज़्यादा बड़ा स्टोर चला रहे हैं तथा अपनी साथी इंसानों की ज़्यादा सेवा कर रहे हैं।

यदि आप कहानियों के लेखक हैं, तो आप अपने पिता का काम कर सकते हैं। अपने मन में एक कहानी रचें, जो स्वर्णिम नियम के बारे में सिखाती हो। फिर उस कहानी और उसके सभी पात्रों को अपनी अध्यात्मीकृत व उच्च कलात्मक मानसिकता से गुज़ारें। आपकी कहानी जनता को बेहद रोचक और मंत्रमुग्ध करने वाली लगेगी।

इंसान के बारे में सच्चाई हमेशा अद्भुत और सुंदर है। कोई उपन्यास या कहानी लिखते समय हमें यह सुनिश्चित कर लेना चाहिए कि हम सत्य को सौंदर्य के वस्त्र पहनाएँ। आप इसी समय एक ओक वृक्ष के फल को देख सकते हैं और अपनी काल्पनिक आँख से एक भव्य जंगल की कल्पना कर सकते हैं, जो नदियों और धाराओं से भरा हो। आप उस जंगल में सभी तरह के पशुओं की कल्पना भी कर सकते हैं। इसके अलावा, आप हर बादल में रगं भर सकते हैं। आप एक रेगिस्तान को देख सकते हैं और इसे गुलाब की तरह आनंदित व पुष्पित कर सकते हैं। "बबूल की जगह देवदार का पेड़ ऊपर आएगा, और कँटीली झाड़ी के बजाय मेंहदी का पेड़ आएगा।" अन्तर्ज्ञान और कल्पना की प्रतिभा वाले लोग रेगिस्तान में भी पानी खोज लेते हैं और वे वहाँ शहर बनाते हैं, जहाँ पहले दूसरे लोगों ने सिर्फ़ जंगल और वीराना देखा था।

किसी शहर का वास्तुविद पहला कुआँ खोदने या पहला मकान बनाने से पहले ही इमारतों और कुओं को साकार रूप में देखता है। "मैं बंजर भूमि को पानी का तालाब बना दूँगा और सूखी ज़मीन को पानी के झरनों से भर दूँगा।"

लंबे घंटे, कठोर मेहनत या आधी रात तक काम करने से मिल्टन, शेक्सपियर या बीथोवन उत्पन्न नहीं होंगे। लोग शांत लम्हों में महान चीज़ें हासिल करते हैं, जब वे यह कल्पना करते हैं कि समय की बुनियाद से अदृश्य चीज़ें स्पष्ट रूप से दिख रही हैं।

आप कल्पना कर सकते हैं कि परम पिता का अनिर्वचनीय सौंदर्य आपके कैनवास पर अभिव्यक्त हो रहा है और यदि आप सौंदर्य से प्रेम करने वाले सच्चे चित्रकार हैं, तो भारी सुंदरता बिना किसी कोशिश के प्रकट हो जाएगी। महान प्रेरणा के लम्हे आपके पास आएँगे। इसका पसीने या कड़े मानसिक श्रम से कोई संबंध नहीं होगा।

ग्रीनविच गाँव में मैं एक कवि से मिला, जिसने सुंदर कविताएँ लिखी थीं। उसने इन्हें कार्ड पर छपवाया था और क्रिसमस के समय उन्हें बेचता था। इनमें से कुछ कविताएँ आध्यात्मिक प्रेम की सुंदर मोती थीं। उसने कहा कि जब वह शांत हो गया, तो शब्द उसके मन में प्यारे दृश्य के साथ आए। फूल, लोग और मित्र उसके मन में स्पष्टता से आए। इन चित्रों ने उससे बातचीत की। उन्होंने उसे अपनी कहानी बताई। अक्सर पूरी कविता, गीत या लोरी बिना किसी कोशिश के ही उसके दिमाग़ में पूरी तरह तैयार नज़र आती थी। उसकी आदत यह कल्पना करने की थी कि वह ऐसी सुंदर कविताएँ लिख रहा है, जो इंसान के दिल को छू लेंगी।

शेली ने कहा था कि कविता कल्पना की अभिव्यक्ति है। जब कवि प्रेम पर मनन करता है और प्रेम पर लिखना चाहता है, तो उसके भीतर की अदृश्य प्रज्ञा और बुद्धिमत्ता उसके मन को उत्तेजित कर देती हैं, उसके ऊपर ईश्वर के सौंदर्य का जादू कर देती हैं और उसे ईश्वर के अमर प्रेम की ओर जाग्रत कर देती हैं, ताकि उसके शब्द बुद्धिमत्ता, सत्य और सौंदर्य के वस्त्र पहन लें।

महान संगीतकार हमारे भीतर है। यदि आपका काम संगीत बजाना या रचना है, तो आश्वस्त रहें कि आप अपने पिता के काम पर हैं। आपके पिता का काम सबसे पहले तो ईश्वर को महान संगीतकार के रूप में पहचानना है, फिर इस बात पर मनन करना, महसूस करना, प्रार्थना करना और जानना है कि आंतरिक संगीत आपके ज़रिये ईश्वरीय प्रेम का गीत गाता या बजाता है। इसके बाद आप इस तरह गाएँगे या बजाएँगे, जिस तरह आपने पहले कभी नहीं गाया या बजाया होगा।

एडिसन का हर आविष्कार सबसे पहले उनकी कल्पना में प्रकट हुआ था। यही टेस्ला के बारे में सही है, जो एक अन्य महान आविष्कारक और वैज्ञानिक थे।

मैं सोचता हूँ कि ऑलिवर वेंडेल होम्स ने यह कहा था कि हमें कहानी के तीन व्यक्तियों की ज़रूरत होती है, जो आदर्शीकृत कर सकें, कल्पना कर सकें और भविष्यवाणी कर सकें। मैं मानता हूँ कि यह कल्पना करने और सपने देखने की क्षमता थी, जिसकी वजह से फ़ोर्ड ने संसार को कार में सवार कराने के लिए आगे देखने को प्रेरित किया था।

कल्पना करने की क्षमता की बदौलत आप समय और स्थान के सारे बंधन हटा सकते हैं। आप अपनी आंतरिक आँख के ज़रिये अतीत को दोबारा बना सकते हैं या भावी विचार पर मनन कर सकते हैं। कोई हैरानी नहीं कि जेनेसिस में कहा गया है: “इज़राइल जोसेफ़ (कल्पना) से उसके बाक़ी भाइयों से ज़्यादा प्रेम करता था।” कल्पना जब अनुशासित, अध्यात्मीकृत, नियंत्रित और निर्देशित की जाती है, तो यह मनुष्य का सबसे उन्नत और प्रशंसनीय गुण बन जाती है।

मैं कुछ साल पहले एक युवा केमिस्ट से बातचीत कर रहा था। उसने बताया कि उसके वरिष्ठ लोग बरसों से एक ख़ास जर्मन डाई बनाने की कोशिश कर रहे थे, लेकिन कामयाब नहीं हो पाए थे। जब वह उनके साथ जुड़ा, तो यह काम उसे सौंपा गया। जैसा उसने बताया, वह नहीं जानता था कि यह नहीं किया जा सकता और उसने बिना किसी मुश्किल के उस डाई का यौगिक (कम्पाउन्ड) बना लिया। वे हैरान रह गए और उसका रहस्य पूछने लगे। उसका जवाब था कि उसने कल्पना की थी कि जवाब उसके पास था। उसके वरिष्ठों ने जब आगे जानने का दबाव डाला, तो उसने कहा कि वह अपने मन में चमकते लाल रंग में “जवाब!” अक्षर स्पष्टता से देख सकता था। फिर उसने अक्षरों के नीचे एक ख़ाली जगह बनाई। वह जानता था कि जब वह अक्षरों के नीचे रासायनिक फ़ॉर्मूले की कल्पना करेगा, तो अवचेतन उसे भर देगा। तीसरी रात को उसे सपना आया, जिसमें पूरा फ़ॉर्मूला और यौगिक बनाने की तकनीक स्पष्टता से बताई गई थी।

“जोसेफ़ (कल्पना) एक स्वप्नदर्शी है और सपना देखने वाला है।” “उन्होंने उसे मारने

की साज़िश की। और उन्होंने एक-दूसरे से कहा, ‘लो देखो, यह सपने देखने वाला आ रहा है।’” जब आप बाइबल के ये उद्धरण पढ़ते हैं, तो शायद डर, शंका और चिंता के विचार आपके मन में आपकी उस इच्छा, लक्ष्य या सपने को मारने के लिए षड्यंत्र कर रहे हैं। आप स्थितियों या परिस्थितियों की ओर देखते हैं, जिस कारण आपके मन में डर सिर उठा लेता है। लेकिन यदि आपके भीतर की इच्छा साकार हो जाए, तो यह आपको शांति प्रदान करेगी और आपकी समस्या को सुलझा देगी।

आपको जोसेफ़ की तरह व्यावहारिक स्वप्नदर्शी बनना चाहिए। अपने सपनों को सच करने का निर्णय लें। चीज़ों के दिखावों या इंद्रिय प्रमाण से अभी अपना ध्यान दूर खींच लें और हटा लें। हालाँकि आपकी इंद्रियाँ उससे इंकार करती हैं, जिसकी ख़ातिर आप प्रार्थना करते हैं, लेकिन आपको दिल में जो भी सच लगता है, उसे दृढ़तापूर्वक कहें। अपने मन को डर और शंका के झूठे देवताओं के पीछे भटकने से रोकें। अपने मन को अपने भीतर की सर्वशक्तिमान आध्यात्मिक शक्ति में विश्राम कराएँ। मन की शांति में इस तथ्य पर मनन करें कि केवल एक ही शक्ति और एक ही उपस्थिति है। यह शक्ति और उपस्थिति अभी आपके विचार पर प्रतिक्रिया कर रही है। यह आपकी आत्मा को मार्गदर्शन, शक्ति, शांति व पोषण दे रही है। अपना सारा मानसिक ध्यान आध्यात्मिक शक्ति के पूर्ण प्रभुत्व को पहचानने में लगाएँ और यह जान लें कि ईश्वर-शक्ति के पास जवाब है तथा यह इसी समय आपको रास्ता दिखा रही है। इस पर विश्वास करें, इसमें यक़ीन करें और प्रकाश में पृथ्वी पर चलें। आपकी प्रार्थना का जवाब पहले ही मिल रहा है।

हम सभी कोलंबस और अमेरिका की खोज की कहानी पढ़ते हैं। यह कल्पना थी, जिसकी बदौलत वे इस खोज की ओर प्रवृत्त हुए। कल्पना के साथ दैवी शक्ति में विश्वास ने उन्हें आगे और विजय की ओर बढ़ाया।

साथी नाविकों ने कोलंबस से कहा, “जब सारी आशा ख़त्म हो जाए, तो हम क्या करेंगे?” उनका जवाब था, “भोर होते ही तुम कहोगे, ‘तैरते चलो, तैरते चलो, तैरते चलो।’” यही प्रार्थना की कुंजी है: अंत तक आस्थावान बने रहें। रास्ते के हर क़दम आस्था से भरे रहें, अंत तक जुटे रहें और दिल में जान लें कि अंत सुरक्षित है, क्योंकि आपने अंत देख लिया है।

अपनी चपल कल्पना के ज़रिये कॉपरनिकस ने प्रकट किया कि पृथ्वी अपनी धुरी पर कैसे घूमती थी, जिससे पुरानी खगोलशास्त्रीय अवधारणाएँ ख़त्म हो गईं।

मैं सोचता हूँ कि यह अद्भुत रहेगा, यदि हम सभी समय-समय पर अपने विचारों को दोबारा ढालें, अपनी मान्यताओं और रायों की जाँच करें और ईमानदारी से ख़ुद से पूछें, “मैं इस पर विश्वास क्यों करता हूँ? यह राय कहाँ से आई थी?” हम जो विचार, सिद्धांत, विश्वास और राय क़ायम रखते हैं, शायद उनमें से कुछ पूरी तरह ग़लत हैं और उनकी सत्यता या सटीकता की किसी भी तरह की जांच के बिना हमने उन्हें सच मान लिया था। हमारे पिता और दादा एक ख़ास तरह से विश्वास करते थे, यह तो कोई कारण नहीं है कि हम भी ऐसा ही करें।

एक महिला ने मुझसे कहा कि उसका एक ख़ास विचार सही ही होगा, क्योंकि उसकी

दादी इसमें यक़ीन करती थीं। बकवास बात! जातीय मन कई ऐसी बातों पर विश्वास करता है, जो सच नहीं हैं। जो पीढ़ी दर पीढ़ी आया है, वह ज़रूरी नहीं है कि सही हो या अंतिम शब्द और प्रमाण हो।

ऊपर बताई गई महिला ईमानदार और भली थी, लेकिन उसके पास एक ऐसा मन था, जो मनोवैज्ञानिकों को लेकर बहुत तुनकमिज़ाज था। वह बाइबल की हर चीज़ को शब्दशः लेती थी। उसका मन पूर्वाग्रह और अंधविश्वास से काम करता था। यह हर उस चीज़ का विरोध करता था, जो उसके स्थापित विश्वासों, रायों और पूर्व धारणाओं के अनुरूप न हो।

हमारे मन को किसी पैराशूट जैसा बनना चाहिए। पैराशूट खुलता है; अगर यह न खुले, तो यह क़तई अच्छा नहीं है। इसी तरह हमें अपनी आँखें और मन नए सत्यों की ओर खोलना चाहिए। हमें नए सत्य और नए ज्ञान की भूख-प्यास जगानी चाहिए, ताकि हम आस्था और समझ के पंखों से अपनी समस्याओं के ऊपर उड़ने में सक्षम बन सकें।

हमारे युग के मशहूर जीववैज्ञानिक, भौतिकशास्त्री, खगोलशास्त्री और गणितज्ञ एक स्पष्ट, वैज्ञानिक कल्पना की प्रतिभा से लैस हैं। मिसाल के तौर पर, सापेक्षता का आइंस्टाइन का सिद्धांत उनकी कल्पना में आया था।

प्राचीन मिस्र की क़ब्रों का अध्ययन कर रहे पुरातत्ववेत्ता और जीवाश्मिकी अपनी कल्पनाशील अनुभूति के ज़रिये प्राचीन दृश्यों को दोबारा बनाते हैं। मृत अतीत एक बार फिर सजीव बन जाता है और बहुत सी बातें बताता है। प्राचीन खंडहरों और उनकी चित्रलिपि देखकर वैज्ञानिक हमें एक ऐसे युग के बारे में बताता है, जब कोई भाषा मौजूद नहीं थी। संप्रेषण सिर्फ़ हुंकारों, कराहों और संकेतों के माध्यम से किया जाता था। वैज्ञानिक की कल्पना उसे यह क्षमता देती है कि वह इस प्राचीन मंदिर को छत से ढँक दे और उसे चारों ओर बाग, तालाब तथा फव्वारों से घेर दे। जीवाश्म अवशेषों को आँखों, मांसपेशियों तथा स्नायुओं की पोशाक पहना दी जाती है और वे एक बार फिर चलने व बोलने लगते हैं। अतीत जीवित वर्तमान बन जाता है और हम कल्पना में पाते हैं कि कोई समय या स्थान नहीं है। आपकी कल्पना शक्ति से आप सार्वकालिक सबसे प्रेरित लेखकों के साथी बन सकते हैं।

मैंने कुछ समय पहले लॉस एंजेलिस के विलशायर एबेल थिएटर में हमारे रविवार के दर्शकों के सामने रैवेलेशन के 21वें अध्याय पर व्याख्यान दिया। पिछली रात जब मैं निम्न पंक्तियों के आंतरिक अर्थ पर मनन कर रहा था, तो मैंने अन्तर्ज्ञान से और सचमुच उस माहिर भविष्यदृष्टा की उपस्थिति तथा अंतरंग साहचर्य महसूस किया, जिसने ये प्रेरित पंक्तियाँ लिखी थीं।

"और मैंने (जॉन ने) पवित्र शहर, नया येरुसलम देखा, जो ईश्वर के पास से स्वर्ग से नीचे आ रहा था, अपने पति के लिए दुल्हन की तरह सज़ा हुआ था। और मैंने आसमान से एक महान आवाज़ सुनी, देखो, ईश्वर का मंदिर इंसानों के साथ है और वह उनके साथ रहेगा और उनका ईश्वर होगा।" (रेव. 21:2, 2)

क्या आप अपने ख़ुद के मन के गलियारे में अभी चल नहीं सकते और वहाँ अंदर यह देख, महसूस और अनुभूत नहीं कर सकते कि शांति की ईश्वरीय सरिता आपके मन में प्रवाहित हो रही है? आप अभी पवित्र शहर - अपने ख़ुद के मन - में हैं, जहाँ आनंद, ख़ुशी, आस्था, सद्भाव, प्रेम और सामंजस्य जैसे प्यारे लोग रहते हैं। आपका मन ईश्वर के दीप्तिमान सौंदर्य की पोशाक में है और आपकी मनोदशा उन्नत, प्रशंसनीय तथा ईश्वरीय है। आप मानसिक तथा आध्यात्मिक रूप से ईश्वर और सभी अच्छी चीज़ों से विवाहित हैं। आपने अपना शादी का जोड़ा पहन रखा है, क्योंकि आप असीम के तादात्म्य में हैं और ईश्वर के शाश्वत सत्य लगातार आपके मन को भरते हैं। अपनी कल्पना में आप अनुभूत और महसूस करते हैं कि आप ईश्वर के मंदिर हैं तथा उसकी पवित्र आत्मा आपके अस्तित्व के हर हिस्से को सराबोर करती और भरती है। अब आपकी कल्पना एक दैवी उन्माद की जकड़ में है। आप ईश्वर में मदमस्त हो चुके हैं, आपको दैवी प्रतिरक्षा मिल चुकी है, जो आपके हृदय के कक्ष में ईश्वर की उपस्थिति है।

आप किसी चट्टान को देख सकते हैं और दैवी कल्पना के ज़रिये आप उस चट्टान से मरियम को प्रकट कर सकते हैं और हमेशा के लिए सौंदर्य व ख़ुशी का दृश्य चित्रित कर सकते हैं। कभी भी अपनी कल्पना का इस्तेमाल नकारात्मक न करें। कभी इसे विकृत न करें। आप बीमारी, दुर्घटना और क्षति की कल्पना करके मानसिक रूप से उजड़ सकते हैं। बीमारी और अभाव की कल्पना करना अपनी मानसिक शांति, स्वास्थ्य और ख़ुशी को नष्ट करना है।

एक बार एक जहाज़ पर मैंने एक यात्री को सूर्यास्त की ओर देखते हुए और यह कहते हुए सुना, “मैं बहुत ख़ुश हूँ; काश यह हमेशा क़ायम रहे!”

कितनी बार आप सुंदर सूर्योदय देखते हैं और शायद कहते हैं, “काश यह हमेशा क़ायम रहे?” इस क्षणभंगुर संसार में कोई चीज़ हमेशा क़ायम नहीं रहती। लेकिन ईश्वर के सत्य हमेशा क़ायम रहते हैं। रात का अँधेरा आता है, लेकिन सुबह एक बार फिर आएगी। शाम भी आएगी। आप नहीं चाहते कि चीज़ें स्थिर खड़ी रहें। आप ख़ुद भी स्थिर खड़े नहीं रहना चाहते, क्योंकि जीतने के लिए भीतर और बाहर नए संसार हैं। शाश्वत परिवर्तन समूचे जीवन की जड़ है।

आप किसी लीक में फँसे नहीं रहना चाहते। समस्याएँ जीवन का तरीक़ा हैं, जो आपसे जवाब पूछ रही हैं। सबसे बड़ी ख़ुशी और संतुष्टि उबरने में, जीतने में है। यदि परिवर्तन नहीं होते, तो जीवन असहनीय हो जाता। हम चीज़ों की नीरसता से ऊब जाते। आपको रात और दिन, ठंड और गर्मी, ज्वार और भाटा, गर्मी और सर्दी, आशा और निराशा, तथा सफलता और असफलता का अनुभव होता है। आप ख़ुद को विरोधाभासों के बीच पाते हैं। अपनी कल्पना की शक्ति के ज़रिये आप जो महसूस करना चाहते हैं, वह है विरोधी चीज़ों को सामंजस्य में लाना और मानसिक शांति पाना।

दुख, कष्ट या किसी प्रियजन के विछोह के बीच आपकी कल्पना और आस्था - पक्षी के दो पंख - आपको ऊपर उड़ाकर ईश्वर के हृदय में ले जाते हैं, जो आपका पिता है। वहाँ आप अपनी आत्मा के लिए शांति, सांत्वना और दैवी विश्राम पाते हैं।

अपनी कल्पना में आप ईश्वर के सत्य या चेहरा देखते हैं और ईश्वर सारे आँसू पोंछ देता है। अब कोई और विलाप नहीं होगा। ईश्वरीय प्रेम की धूप मानव मन की सारी धुंध और कोहरे को घोल देती है।

“और ईश्वर उनकी आँखों से सारे आँसू पोंछ देगा। फिर कोई और मृत्यु, दुख या विलाप नहीं होगा; न ही कोई और दर्द होगा: क्योंकि पुरानी चीज़ें गुज़र जाती हैं। देखो, मैं सारी चीज़ों को नया बनाता हूँ।” (रेव. 4:5)

जब रात स्याह हो, तो आपको बाहर निकलने का रास्ता नज़र नहीं आता है। यानी जब आपकी समस्या सबसे गंभीर हो, तो अपनी कल्पना को अपना तारणहार बनने दें।

“मैं अपनी निगाह (कल्पना) पहाड़ियों की ओर उठाऊँगा, जहाँ से मेरी मदद आती है।” (स्तुति 121:1) पहाड़ियाँ आंतरिक हैं - आपमें ईश्वर की उपस्थिति। जब आप मार्गदर्शन और प्रेरणा चाहते हों, तो अपनी निगाह ईश्वर के सत्य के तारों पर केंद्रित रखें, जैसे “अनंत प्रज्ञा मुझे राह दिखाती है और मेरा मार्गदर्शन करती है,” या “दैवी बुद्धिमत्ता मेरे मन में सैलाब लाती है और मैं ऊँचाई से प्रेरित होता हूँ।”

आपके भीतर एक अभिकल्पकार, एक वास्तुविद और एक बुनकर है। यह आपके मन, विचारों, भावनाओं और विश्वासों के वस्त्र को लेकर उन्हें जीवन के ऐसे खाँचे में बुन देता है, जो आपकी ओर शांति या मनमुटाव, स्वास्थ्य या रोग लाते हैं। आप एक ऐसे जीवन की कल्पना कर सकते हैं, जो आपको तीसरे स्वर्ग की ओर ले जाएगा, जहाँ आप ईश्वर की अनिर्वचनीय चीज़ें देखेंगे। दूसरी ओर, अपनी कल्पना के विकृत, रुग्ण इस्तेमाल से आप दुर्दशा की गहराइयों में पहुँच सकते हैं।

मनुष्य ईश्वर का मंदिर है और चाहे कोई मनुष्य कितना ही नीचे गिर गया हो, उपचारक उपस्थिति वहाँ उसकी मदद करने का इंतज़ार कर रही है। यह हमारे भीतर इंतज़ार कर रही है कि हम इसका आह्वान करें। आप सभी कारोबारी सौदों में अपनी कल्पना का अद्भुत इस्तेमाल कर सकते हैं। हमेशा सामने वाले के स्थान पर अपनी कल्पना करें; इससे आपको पता चल जाता है कि क्या करना है। कल्पना करें कि सामने वाला वह सब अभिव्यक्त कर रहा है, जो आप उसे अभिव्यक्त करते देखना चाहते हैं। उसे उस तरह देखें, जैसा कि उसे होना चाहिए, न कि जैसा वह नज़र आता है। शायद वह बदमिजाज़, व्यंगात्मक, कटु या शत्रुतापूर्ण है। उसके मन में कई कुंठित आशाएँ और त्रसदियाँ घुमड़ रही होंगी। उन चीज़ों की कल्पना करें, जो भी प्यारी और अच्छी हैं। इस तरह अपनी कल्पना के माध्यम से आप उस व्यक्ति को ईश्वर के वस्त्र से ढँक देते हैं। आदर्शों का ईश्वर का संसार और ईश्वर के असीम विचार उसके भीतर हैं और पैदा तथा मुक्त होने का इंतज़ार कर रहे हैं। यदि आप चाहें, तो कह सकते हैं, “ईश्वर उसमें पैदा होने का इंतज़ार कर रहा है।” आप द्वार खोलकर उस इंसान के हृदय में ईश्वर के प्रेम की अग्नि जला सकते हैं। आप जो चिंगारी जलाते हैं, हो सकता है वह दैवी अग्नि बनकर धधकने लगे।

संसार में कला की सबसे महान और सबसे समृद्ध वीथिकाएँ मन की हैं, जो ईश्वर के सत्यों और सौंदर्य के प्रति समर्पित हैं। लियोनार्डो द विंची ने अपनी कल्पना की प्रतिभा

द्वारा ईसा मसीह और बारह शिष्यों तथा उनके निहितार्थ पर मनन किया। गहरी तंद्रा में खोने पर उनकी कल्पना ने उनके भीतर के असीम भंडार से आदर्श चित्र निकाले। उनकी आदर्श एकाग्रता की बदौलत उनकी आंतरिक आँख में अंदर से एक चमक आई, जिससे वे प्रेरित हो गए। अंततः उनकी दैवी कल्पना से द लास्ट सपर नाम का मास्टरपीस उत्पन्न हुआ।

आपने एक शांत झील या पर्वत शिखर की यात्रा की है। ग़ौर करें कि नीरव, ठंडी, शांत सतह किस तरह आसमान की रोशनी को प्रतिबिंबित करती है; इसी तरह आध्यात्मिक मनुष्य का शांत मन भी अंदरूनी ईश्वरीय प्रकाश और बुद्धिमत्ता को प्रतिबिंबित करता है।

जीवन में अपने लक्ष्य का चित्र बनाएँ; इस लक्ष्य के अनुरूप जिएँ। इस लक्ष्य को अपनी कल्पना को जकड़ने दें। इस लक्ष्य को स्वयं को रोमांचित करने दें! आप उस लक्ष्य की दिशा में बढ़ेंगे, जो आपके मन को शासित करता है। जीवन के लक्ष्य स्वर्ग की ओस जैसे हैं, जो मनुष्य के मन के सूखे क्षेत्रों पर पड़ती है और उसे ताज़गी प्रदान करती है।

प्रेरित लेखक की कल्पना सत्य की अग्नि से धधक रही थी, जब उन्होंने लिखा था:

> “एक नदी है, जिसकी धाराएँ ईश्वर के शहर को ख़ुश करेंगी, सर्वोच्च के मंदिरों का पवित्र स्थान।” (स्तुति 46:4)

अब तक आप जान चुके हैं कि कल्पना ही वह नदी है, जो आपको ईश्वर तक मनोवैज्ञानिक रूप से वापस बहने में सक्षम बनाती है। धाराएँ आपके विचार और भावनाएँ हैं, साथ ही प्रेम और सद्भावना का प्रकटीकरण भी, जो आपके पास से बाक़ी लोगों की ओर जाता है। मनुष्य संसार की ओर देखता है। और उसे वहाँ बीमारी, अव्यवस्था तथा इंसान की इंसान के प्रति अमानवीयता दिखती है। अनुशासित कल्पना वाला व्यक्ति सभी दिखावों, मतभेदों और इंद्रिय प्रमाणों से ऊपर उड़ता है। वहाँ से वह यह देख लेता है कि सद्भाव का उच्च सिद्धांत सभी चीज़ों के बीच से, सभी चीज़ों में और सभी चीज़ों के पीछे काम कर रहा है। अपनी दैवी कल्पना से वह जान जाता है कि सभी चीज़ों के पीछे एक स्थायी धार्मिकता का नियम है, एक अनंत शांति, एक असीम प्रेम, जो पूरी सृष्टि को शासित कर रहा है। ये सत्य हृदय से फूटते हैं और उस शाश्वत सत्य से पैदा होते हैं जो कल्पना के ज़रिये बाहरी पर्दे को चीर देता है तथा उस दैवी अर्थ में विश्राम करता है, जो ईश्वर और स्वर्ग का है।

कल्पना ईश्वर की कार्यशाला है, जिसने नीचे दिए गए अतुल्य, आध्यात्मिक मोतियों के लेखक को प्रेरित किया, जो समय के गलियारे में हमेशा मौजूद रहेंगे। उनके कोमल सौंदर्य और दैवी कल्पना की बदौलत वे ईश्वर की उपस्थिति के प्रकटीकरण व उपलब्धता के मामले में अतुल्य हैं:

> “क्योंकि वे अपने देवदूतों को तुम्हारा ज़िम्मा सौंप देंगे, ताकि तुम सारे तरीक़ों से सुरक्षित रहो।” (स्तुति 91:11)

“यदि मैं सुबह के पंख लेता हूँ और समुद्र के अंतिम हिस्सों में वास करता हूँ, तो वहाँ भी आपका हाथ मेरा नेतृत्व करेगा और आपका दायाँ हाथ मुझे थामेगा।” (स्तुति 139)

अध्याय दो

व्यवसाय में अवचेतन मन का प्रयोग

हमारी बाइबल के प्रकाशित होने के बहुत पहले प्राचीन बुद्धिमत्ता ने कहा था, "जैसा कोई इंसान कल्पना करता और महसूस करता है, वैसा ही वह बनता है।" यह प्राचीन शिक्षण समय की रात में खोकर रह गया है; यह प्राचीन काल में खो गया है।

बाइबल कहती है: "जैसा इंसान अपने दिल में सोचता है, वैसा ही वह है।"

किंवदंतियाँ बताती हैं कि हज़ारों साल पहले चीन के बुद्धिमान लोग एक महान संत के नेतृत्व में एकत्रित होकर इस तथ्य पर विचार करने लगे कि बर्बर आक्रमणकारियों के विराट जत्थे उनके देश में लूटखसाटे कर रहे थे। जिस प्रश्न का समाधान होना था, वह यह था: "हम हमलावरों के विनाश से प्राचीन बुद्धिमत्ता की रक्षा कैसे करेंगे?"

कई सुझाव दिए गए। कुछ का मत था कि प्राचीन ग्रंथ और प्रतीक हिमालय के पहाड़ों में दफ़न कर देने चाहिए। दूसरों का सुझाव था कि बुद्धिमत्ता को तिब्बत के विहारों में जमा कर देना चाहिए। बाक़ी की सलाह थी कि भारत के प्राचीन मंदिर ईश्वरीय बुद्धिमत्ता के संरक्षण के आदर्श स्थान थे।

इस पूरी चर्चा के दौरान प्रमुख संत ख़ामोश थे। दरअसल उनके बातचीत करते समय वे सो गए और ज़ोर-ज़ोर से खर्राटे भी लेने लगे, जिससे बाक़ी लोगों को निराशा हुई! वे थोड़ी देर में जागे और बोले, "ताओ (ईश्वर) ने मुझे जवाब दिया और वह यह है: हम चीन के महान चित्रकारों को आदेश देंगे - ऐसे लोग जिनमें दैवी कल्पना की प्रतिभा है (जो ईश्वर की कार्यशाला है) - और उन्हें बता देंगे कि हम क्या हासिल करना चाहते हैं। हम उन्हें सत्य के रहस्यों का प्रशिक्षण देंगे। वे चित्र के रूप में महान सत्यों को अंकित करेंगे, जो सारे समय सुरक्षित रहेंगे और असंख्य पीढ़ियों तक हस्तांतरित होंगे, जो अभी पैदा भी नहीं हुई हैं। जब वे चित्रों वाले ताश के पत्तों की श्रंखला बना देंगे और ईश्वर के महान सत्यों, शक्तियों, गुणों तथा विशेषताओं को भरने का काम पूरा कर लेंगे, तो हम संसार को एक नए खेल के बारे में बताएँगे, जो उत्पन्न हुआ है। पूरे संसार के सभी लोग सारे समय ताश के पत्तों से खेलेंगे, लेकिन यह नहीं जान पाएँगे कि इस सरल तरकीब से पवित्र शिक्षण को सारी पीढ़ियों के लिए सुरक्षित रखा जा रहा है।" यह हमारी ताश की गड्डी का उद्गम था।

किंवदंती के अनुसार प्राचीन चीनी संत ने आगे कहा, "यदि सारे पवित्र ग्रंथ नष्ट हो

जाते हैं, तो ताश के पत्तों पर बनी विभिन्न आकृतियों के आंतरिक अर्थ और प्रतीकात्मक शिक्षण द्वारा किसी भी समय उन्हें पुनर्जीवित किया जा सकता है।"

कल्पना सारे विचारों को वस्त्र पहनाती है और उन्हें आकार देती है। कल्पना की दैवी कलात्मकता के ज़रिये इन चित्रकारों ने इन सभी विचारों को चित्र के वस्त्र पहनाए। जो आपके अधिक गहरे स्वरूप में छिपा होता है, वह कल्पना द्वारा प्रकट किया जाता है। जो आपके भीतर सोया हुआ है या निहित है, उसे कल्पना द्वारा विचार के रूप में आकार दिया जाता है। हम उस पर मनन करते हैं, जो अब तक प्रकट नहीं हुआ है।

आइए कुछ सरल उदाहरण देखते हैं: जब आपकी शादी होने वाली थी, तो आपके मन में स्पष्ट, यथार्थवादी चित्र थे। कल्पना की शक्ति के साथ आपने पादरी, रब्बी या पुजारी को देखा। आपने उसे कुछ शब्दों की घोषणा करते सुना, आपने फूल और चर्च देखे, आपने संगीत सुना। आपने अपनी अँगुली पर अँगूठी की कल्पना की और आप अपनी कल्पना में हनीमून मनाने के लिए नियाग्रा फ़ॉल्स या यूरोप भी गए। यह सब आपकी कल्पना द्वारा किया गया।

इसी तरह स्नातक होने से पहले आपके मन में एक सुंदर नाटक मंचित हुआ था। आपने स्नातक होने के बारे में अपने सभी विचारों को वस्त्र पहनाकर आकार दिया था। आपने कल्पना की कि कॉलेज के प्रोफ़ेसर या प्रेसिडेंट आपको डिप्लोमा दे रहे हैं। आपने सभी विद्यार्थियों को गाउन पहने देखा। आपने अपनी माँ, पिता, गर्लफ्रेंड या बॉयफ्रेंड को ख़ुद को बधाई देते सुना। आपने आलिंगन और चुंबन को महसूस किया। यह सब वास्तविक, नाटकीय, रोमांचक और अद्भुत था। चित्र आपके मन में मुक्तता से आए, मानो शून्य से आ रहे हों, लेकिन आपको यह जानना और मानना होगा कि एक आंतरिक सृजनकार था और है, जिसमें इन सभी आकारों को ढालने की शक्ति है, जिन्हें आपने अपने मन में देखा है और उनमें जीवन, गति व आवाज़ भरने की शक्ति भी है। ये चित्र आपसे कह रहे थे, "हम सिर्फ़ आपके लिए जीते हैं!"

एक युवक सेना में था और घर लौटना चाहता था। उस वक़्त उसे सेना से नहीं छोड़ा गया था और उसने कहा: मैं अपनी माँ को स्पष्टता से देखता हूँ। मैं उनके स्वागत की कल्पना कर सकता हूँ। मैं पुराने घर को देखता हूँ। पिताजी पाइप पी रहे हैं। मेरी बहन कुत्तों को खाना खिला रही है। मैं उस घर के हर कोने और निशान को देख सकता हूँ। मैं उनकी आवाज़ें भी सुन सकता हूँ।"

ये सारी स्पष्ट तस्वीरें आती कहाँ से हैं? कीट्स ने कहा था कि मनुष्य में एक पैतृक बुद्धिमत्ता है और यदि हम चाहें, तो स्वर्ग की वह पुरानी शराब पी सकते हैं।

आपके भीतर की आत्मा या ईश्वर कल्पना का वास्तविक आधार है। एक बार लंदन में एक परीक्षा थी, जिसमें मैं एक महत्त्वपूर्ण प्रश्न का जवाब नहीं जानता था। मैं स्थिर और शांत हो गया। फिर मैंने बार-बार धीरे-धीरे, तनावमुक्त तरीक़े से मनन करते हुए कहा, "ईश्वर जवाब प्रकट करता है!" इस दौरान मैं बाक़ी सवालों के जवाब देने लगा, जो आसान थे।

हम जानते हैं कि जब आप चेतन मन को तनावमुक्त कर देते हैं, तो व्यक्तिपरक बुद्धिमत्ता उठकर सतह पर आ जाती है। कुछ समय में जवाब मेरे मन में स्पष्ट चित्र के रूप में आया। यह किसी पुस्तक के पन्ने जैसे शब्दों में वहाँ पर था। पूरा जवाब मन में ग्राफ़ के रूप में लिखा हुआ था। मेरे चेतन मन या बुद्धि से भी ज़्यादा शक्तिशाली बुद्धि ने जवाब दे दिया था।

लगभग 14 साल का एक बहुत धार्मिक स्कूली लड़का मेरे पास आया। उसने बताया कि जब भी उसे समस्या होती थी, तो वह कल्पना करता था कि ईसा मसीह उससे बात कर रहे हैं, उसकी समस्या का जवाब दे रहे हैं और उसे बता रहे हैं कि क्या करना है। उसकी माँ बहुत बीमार थीं। यह लड़का बहुत कल्पनाशील था। उसने बुखार से पीड़ित महिला का उपचार करने वाली ईसा मसीह की कहानी पढ़ी। मेरे छोटे मित्र ने मुझे बताया, “कल रात मैंने कल्पना की कि ईसा मसीह मुझसे कह रहे हैं, ‘घर जाओ; तुम्हारी माँ स्वस्थ कर दी गई हैं!’” उसने मन के इस नाटक को अपनी आस्था और विश्वास की वजह से इतना वास्तविक, स्पष्ट और गहन बना दिया कि उसने ख़ुद को व्यक्तिपरक रूप से सुनी हुई बात की सच्चाई का यक़ीन दिला दिया।

उसकी माँ का पूर्ण उपचार हो गया, हालाँकि उस वक़्त उनकी हालत लाइलाज और डॉक्टरों की मदद से परे नज़र आ रही थी।

मन के नियमों का विद्यार्थी होने के नाते आप जानते हैं कि क्या हुआ था। उसने ख़ुद को अपने चित्र के साथ एक होने के लिए प्रेरित कर दिया था और उसकी आस्था या विश्वास की बदौलत ही यह उसके साथ किया गया था। केवल एक ही मन है और केवल एक ही उपचारक उपस्थिति है। जब लड़के ने अपनी माँ के बारे में अपना विश्वास बदला और उनका पूर्ण स्वास्थ्य महसूस किया, तो आदर्श स्वास्थ्य का विचार माँ के मन में तुरंत ही पुनर्जीवित हो गया। लड़का आध्यात्मिक उपचार या कल्पना की शक्ति के बारे में कुछ नहीं जानता था। उसने अचेतन रूप से नियम को सक्रिय किया और उसे मन में पूरा विश्वास था कि ईसा मसीह सचमुच उससे बात कर रहे हैं। फिर उसके विश्वास के अनुसार उसके साथ किया गया।

किसी चीज़ में विश्वास करना उसे सच के रूप में स्वीकार करना है। इसीलिए पैरासेल्सस ने 16वीं सदी में कहा था, “आपके विश्वास का आधार चाहे सच्चा हो या झूठा, आपको परिणाम वही मिलेंगे।” केवल एक ही आध्यात्मिक, उपचारक सिद्धांत है और एक ही उपचारक प्रक्रिया है, जिसे विश्वास कहा जाता है। “आपके विश्वास के अनुरूप ही आपके साथ किया जाता है।” उपचार की कई प्रक्रियाएँ, विधियाँ और तकनीकें हैं और उन सभी से परिणाम मिलते हैं - किसी ख़ास तकनीक या विधि के कारण नहीं, बल्कि उस विशेष प्रक्रिया में विश्वास तथा कल्पना के कारण। वे सभी उपचार के उस एक स्त्रोत का दोहन कर रही हैं, जो ईश्वर है। असीम उपचारक उपस्थिति सभी चीज़ों में भरी हुई है और सर्वत्र उपस्थित है।

ओझा के मंत्रों से परिणाम मिलते हैं। हवाई में काहुना यानी पुजारी को भी इलाज के परिणाम मिलते हैं। न्यू थॉट और क्रिश्चियन साइंस की कई शाखाओं, द नैन्सी स्कूल ऑफ़

मेडिसिन, अस्थिचिकित्सा आदि को भी परिणाम मिलते हैं। ये सभी विचार प्रणालियाँ चेतना के स्तरों से मिल रही हैं और नेकी कर रही हैं।

जो भी विधि या प्रक्रिया मानव दुख, दर्द और पीड़ा को कम करती है, वह अच्छी है। कई चर्चों में हाथ फेरकर इलाज किया जाता है। बाक़ी लोग नौ दिनों की विशेष प्रार्थनाएँ करते हैं और धर्मस्थलों की यात्रा करते हैं। सभी को उनकी मानसिक स्वीकृति या विश्वास के अनुरूप फ़ायदा होता है।

जब आप ईश्वर के साथ अकेले खड़े होने के इच्छुक होते हैं और बाहरी चीज़ों को शक्ति देना पूरी तरह छोड़ देते हैं; जब आप दिखने वाले संसार को शक्ति नहीं देते हैं, यानी परिणाम के संसार को कारण समझना छोड़ देते हैं और जब आप अपने भीतर की आध्यात्मिक शक्ति को पूरी निष्ठा देते हैं तथा यह अहसास करते हैं कि यही एकमात्र उपस्थिति और एकमात्र कारण है, तो आपको किसी तरह के सहारे की ज़रूरत नहीं होगी। जीवित प्रज्ञा, जिसने आपका शरीर बनाया था, आपकी आस्था और समझ पर तुरंत प्रतिक्रिया करेगी और आपका त्वरित आध्यात्मिक उपचार हो जाएगा। यदि आप चेतना के उस स्तर पर नहीं हैं, जहाँ आप प्रार्थना के ज़रिये एक दाँत उगा सकें, तो स्पष्ट रूप से आपको किसी दंतचिकित्सक से मिलना चाहिए। उसके लिए प्रार्थना करें और एक आदर्श, दैवी, मौखिक सामंजस्य के लिए भी प्रार्थना करें। जब तक आप बाहरी कारणों में विश्वास करते हैं, तब तक आप बाहरी समाधान खोजते रहेंगे।

कल्पना की शक्ति को आगे रेखांकित करने के लिए मैं आपको अपने एक क़रीबी रिश्तेदार के बारे में बताऊँगा, जिसे टी.बी. थी। उसके फेफड़ों की यह बीमारी बहुत बढ़ गई थी, इसलिए उसके बेटे ने अपने पिता का उपचार करने का फ़ैसला किया। वह पश्चिमी ऑस्ट्रेलिया में पर्थ स्थित अपने घर गया, जहाँ उसके पिता थे और उनसे बोला कि वह एक संन्यासी से मिला था, जिन्होंने उसे सच्चे क्रॉस का एक टुकड़ा दिया था और उसने बदले में इसके लिए लगभग 500 डॉलर दिए थे। (इस युवक ने फ़ुटपाथ से एक लकड़ी का टुकड़ा उठा लिया था और सुनार के यहाँ जाकर इसे अँगूठी में मढ़वा लिया था, ताकि यह असली लगे।) उसने अपने पिता को बताया कि अँगूठी या क्रॉस को छूने मात्र से कई लोगों का उपचार हो गया था। उसने अपने पिता की कल्पनाशक्ति को इस बिंदु तक उत्तेजित किया कि बूढ़े आदमी ने उसके हाथ से अँगूठी छीन ली, अपने सीने पर रखी, मौन प्रार्थना की और सो गया। सुबह तक उसका उपचार हो गया था; अस्पताल के सारे परीक्षण इस बात के ग़वाह थे।

ज़ाहिर है, आप जानते हैं कि फ़ुटपाथ पर पड़े लकड़ी के टुकड़े ने उसका उपचार नहीं किया था। यह तो उसकी कल्पना थी, जो बहुत ज़्यादा उत्तेजित हो गई थी। साथ ही आदर्श उपचार की आत्मविश्वासी अपेक्षा भी थी। कल्पना आस्था या व्यक्तिपरक भावना से जुड़ गई और दोनों के संगम से उपचार हो गया। पिता को कभी भी पता नहीं चला कि उनके साथ क्या चाल खेली गई थी। अगर उन्हें पता चल जाता, तो शायद उन्हें दोबारा टी.बी. हो जाती। वे पूरी तरह स्वस्थ रहे और 15 साल बाद 89 वर्ष की उम्र में उनका देहांत हुआ।

मैं लॉस एंजेलिस के एक व्यवसायी को जानता हूँ, जो अपने क्षेत्र में शिखर पर पहुँच चुके हैं। उन्होंने मुझे बताया कि 30 साल से वे पॉल के साथ अपनी काल्पनिक चर्चाओं के आधार पर अपने सबसे महत्त्वपूर्ण निर्णय ले रहे हैं। मैंने उनसे विस्तार से बताने को कहा। उन्होंने बताया कि कारोबारी जगत में बहुत कम लोग जानते हैं कि उन्हें कल्पना में वे बाइबल के लेखकों या महान मनीषियों से मार्गदर्शन लेने का नाटक करने से कितना अद्भुत मार्गदर्शन और परामर्श मिल सकता है।

मैं इस सफल एक्ज़ीक्यूटिव के कथन को दोहराना चाहूँगा: "कई बार मेरे निर्णयों की वजह से कंपनी समृद्ध हो सकती थी या फिर दिवालिया हो सकती थी। मैं आगे-पीछे होता रहता था, ढुलमुल होता रहता था, जिससे मुझे हाई ब्लड प्रेशर और हृदय रोग हो गया। एक दिन मेरे मन में एक विचार आया: क्यों न ईसा मसीह या पॉल से सलाह लूँ? मुझे पॉल के धर्मपत्र बेहद पसंद थे, इसलिए जब कोई महत्त्वपूर्ण निर्णय लेना होता था, तो मैं कल्पना करता था कि पॉल मुझसे कह रहे हैं: "तुम्हारा निर्णय आदर्श है; इससे तुम्हारी कंपनी का भला होगा। तुम्हारा भला हो, मेरे बच्चे! ईश्वर के मार्ग पर बने रहना।" जब मैं पॉल को देखने और सुनने की कल्पना करता था, तो शांति और आंतरिक शांतचित्तता की एक लहर मुझे जकड़ लेती थी; मैं सभी निर्णयों के बारे में शांति में था।"

यह दैवी मार्गदर्शन पाने का इस व्यवसायी का तरीक़ा था, जो अपनी कल्पना का इस्तेमाल करके ख़ुद को विश्वास दिला देता था कि उसका कार्य सही था। इस संसार में बुद्धिमानी का एक ही सिद्धातं है। दरअसल यह कहने और यक़ीन करने भर की ज़रूरत है, "ईश्वर अभी मेरा मार्गदर्शन कर रहा है; और मेरे जीवन में मैं केवल सही कार्य करता हूँ।"

जैसा ट्रोवर्ड आपको बताते हैं, मन किसी तार्किक निष्कर्ष तक पहुँचने का निगमनात्मक काम करता है। आपका आधारवाक्य जैसा होगा, परिणाम या निष्कर्ष उसी अनुरूप होगा। व्यक्तिपरक मन केवल निगमनात्मक तर्क करता है और इसका निष्कर्ष हमेशा आधारवाक्य के सामंजस्य में होता है। इसलिए अपने मन में सही आधारवाक्य स्थापित करें; आपको व्यक्तिपरक रूप से सही कार्य के लिए बाध्य किया जाएगा। मन की आंतरिक गतिविधि कर्म है। बाहरी गतिविधियाँ और कार्य मन की आंतरिक गति पर शरीर की स्वचालित प्रतिक्रिया हैं। अपने अद्भुत निर्णय पर किसी मित्र या सहयोगी की बधाई सुनने से आपके जीवन में सही कार्य की गतिविधि प्रेरित हो जाएगी।

जो व्यक्ति सेंट पॉल का इस्तेमाल करके सही कर्म के विश्वास से अपने मन को भर रहा था, वह बुद्धिमानी के एक शाश्वत सिद्धांत का पालन कर रहा था। अपने मन में उस स्थान पर पहुँचने की उसकी तकनीक दरअसल मायने नहीं रखती है।

मुश्किलों और दुर्दशा से मुक़ाबला करते समय गेटे ने अपनी कल्पना का समझदारी से इस्तेमाल किया। उनके जीवनी लेखक बताते हैं कि उन्हें कई घंटे तक शांति से बैठकर काल्पनिक बातचीत करने की आदत थी। वे कल्पना करते थे कि उनका कोई मित्र कुर्सी पर उनके ठीक सामने बैठा है और तुरंत उनकी बात का जवाब दे रहा है। दूसरे शब्दों, अगर वे किसी समस्या के बारे में चिंतित होते थे, तो वे कल्पना करते थे कि उनका मित्र

उन्हें सही या उचित जवाब दे रहा था, वे उसकी स्वाभाविक मुद्राएँ देखते थे और आवाज़ का लहज़ा सुनते थे, जिससे पूरा काल्पनिक दृश्य असली और सजीव बन जाता था।

मैं न्यू यॉर्क सिटी के एक शेयर दलाल को बहुत अच्छी तरह जानता था। वह स्टाइनवे हॉल में मेरी कक्षाओं में आता था। आर्थिक मुश्किलें सुलझाने का उसका तरीक़ा बहुत आसान था। वह अपने एक मल्टी-मिलियनेअर बैंकर मित्र से मानसिक, काल्पनिक बातचीत करता था। यह बैंकर उसके समझदारी भरे तथा विवेकपूर्ण निर्णय पर उसे बधाई देता था। वह सही शेयर ख़रीदने के लिए उसका अभिनंदन करता था। वह इस काल्पनिक चर्चा का नाटक करता रहा, जब तक कि उसने इसे अपने मन में मनोवैज्ञानिक विश्वास के रूप में जमा नहीं लिया।

उस्पेन्स्की के विद्यार्थी मि. निकोल्स कहा करते थे, "अपनी अंदरूनी बातचीत पर नज़र रखो और इसे अपने लक्ष्य के अनुरूप होने दो।"

इस ब्रोकर की आंतरिक बातचीत या भाषा निश्चित रूप से उसके तथा उसके ग्राहकों के लिए ठोस निवेश चुनने के उसके लक्ष्य के अनुरूप थी। उसने मुझे बताया कि उसके कारोबारी जीवन में उसका मुख्य उद्देश्य दूसरों के लिए पैसे बनाना है। वह चाहता है कि उसकी समझदारी भरी सलाह के कारण दूसरे आर्थिक दृष्टि से समृद्ध हों। यह बहुत स्पष्ट है कि वह मन के नियमों का इस्तेमाल सृजनात्मक रूप से कर रहा था।

प्रार्थना एक आदत है। यह ब्रोकर दिन में नियमित रूप से और बारंबार अंतरालों में अपने मन की मानसिक छवि की ओर लौटता था; उसने इसका एक गहरा, व्यक्तिपरक खाँचा बना लिया। जिसे भी व्यक्तिपरक रूप से मूर्त बनाया जाता है, वह वस्तुपरक जगत में व्यक्त होता है। क़ायम रखी मानसिक तस्वीर मन के अंधकक्ष में विकसित होती है। अपनी मानसिक फ़िल्म अक्सर चलाएँ। इसे अपने मन के पर्दे पर बार-बार देखने की आदत डालें। कुछ समय बाद इससे एक निश्चित, आदतन साँचा बन जाएगा। आपने अपने मन की आँख से जो आंतरिक फ़िल्म देखी है, वह खुलकर प्रकट हो जाएगी: "जो चीज़ें मौजूद नहीं हैं, उनका आह्वान वह इस तरह करें, मानो वे मौजूद हों और फिर अदृश्य सामने प्रकट हो जाता है।"

कई लोग अपनी कल्पना के नाटक से अपनी दुविधाओं और समस्याओं को सुलझा लेते हैं। वे जानते हैं कि वे जिसकी भी कल्पना सच के रूप में करते हैं या जिसे सच महसूस करते हैं, वह ज़रूर साकार होगा।

कुछ समय पहले एक युवा महिला एक जटिल क़ानूनी मुकदमे में उलझी हुई थी, जो पाँच साल से खिंच रहा था। एक के बाद एक तारीख़ें बढ़ रही थीं और कोई समाधान नज़र नहीं आ रहा था। मेरे सुझाव पर वह पूरी स्पष्टता से यह नाटक करने लगी कि उसका वकील उसके साथ परिणाम के बारे में एक उत्साहपूर्ण बातचीत कर रहा था। वह उससे सवाल पूछती थी और वह उसका उचित जवाब देता था। फिर उसने पूरी चीज़ को एक सरल वाक्य में समाहित कर लिया, जिसका सुझाव फ़्रेंच स्कूल ऑफ़ मेंटल थेराप्यूटिक्स ने बरसों पहले दिया था। उसने कल्पना की कि उसका वकील बार-बार उसके सामने ये शब्द दोहरा रहा है। उसने जिस वाक्य का इस्तेमाल किया, वह यह था:

“एक आदर्श, सद्भावपूर्ण समाधान हो गया है। पूरा मामला अदालत के बाहर सुलझ गया है।”

जब भी उस महिला के पास ख़ाली समय होता था, वह इस मानसिक चित्र को देखती रही। रेस्तराँ में एक कप कॉफ़ी पीते समय वह मुद्राओं, आवाज़ों और ध्वनियों के साथ अपनी मानसिक फ़िल्म चला देती थी। वह वकील की आवाज़, मुस्कान और हावभाव की आसानी से कल्पना कर सकती थी। उसने यह फ़िल्म इतनी बार चलाई कि यह एक व्यक्तिपरक साँचा बन गई - रेल की पटरी जैसी। यह उसके मन में लिखी हुई थी, या जैसा बाइबल में कहा गया है, यह “उसके दिल में अंकित थी और उसके अंदर के हिस्सों में खुदी थी।” उसका निष्कर्ष था: “यह ईश्वर का कार्य है,” यानी चारों तरफ़ सद्भावना और शांति। (सद्भावना ईश्वर की है और किसी क़ानूनी प्रकरण में आप जो चाहते हैं, वह सद्भावपूर्ण समाधान होता है।)

कल्पना के विज्ञान में आपको सबसे पहले तो अपनी कल्पना को अनुशासित करना चाहिए और इसे उच्छृंखल नहीं होने देना चाहिए। विज्ञान शुद्धता पर ज़ोर देता है। यदि आप रासायनिक दृष्टि से शुद्ध तत्व चाहते हैं, तो आपको सारे अन्य पदार्थों के अवशेष तथा बाहरी सामग्री हटा देनी चाहिए। दूसरे शब्दों में, आपको सारे कूड़े को हटाकर बाहर करना होगा।

कल्पना के विज्ञान में आप सारी मानसिक अशुद्धियों, जैसे डर, चिंता, विनाशकारी आंतरिक चर्चा, आत्म-निंदा और अन्य नकारात्मक बातों से मानसिक संगम ख़त्म कर देते हैं। आपको अपना पूरा ध्यान अपने आदर्श पर केंद्रित रखना चाहिए और जीवन में अपने लक्ष्य या उद्देश्य से भटकने से इंकार करना चाहिए। जब आप अपने लक्ष्य के प्रति प्रेमपूर्ण और निष्ठावान रहकर इसकी सच्चाई में मानसिक रूप से तल्लीनतापूर्वक विश्वास करते हैं, तो आप अपनी इच्छा को अपने संसार में आकार लेते देखेंगे। जोशुआ की पुस्तक में कहा गया है, “आज चुनो कि तुम किसकी सेवा करोगे।” आपका चुनाव यह होने दें, “मैं उन्हीं चीज़ों की कल्पना करने जा रहा हूँ, जो भी प्यारी और अच्छी हैं।”

मैं कई लोगों को जानता हूँ और उनसे बात कर चुका हूँ, जो दुष्ट तरीक़े से अपनी ईश्वर प्रदत्त शक्ति के इस्तेमाल को उलट देते हैं। मिसाल के तौर पर, माँ कल्पना करती है कि अगर उसके बेटे जॉन को घर आने में देर हो गई है, तो ज़रूर उसके साथ कुछ बुरा हुआ है। वह किसी दुर्घटना, अस्पताल, जॉनी के ऑपरेशन थिएटर में होने आदि की कल्पना करती है।

जिस व्यवसायी की स्थिति समृद्ध है, मगर इसके बावजूद वह नकारात्मक सोचता रहता है, वह कल्पना के विनाशकारी इस्तेमाल का एक और उदाहरण है। वह ऑफ़िस से घर आता है, अपने दिमाग़ में असफलता की मोशन फ़िल्म चलाता है, शेल्फ़ को ख़ाली देखता है, दिवालिया होने, बैंक बैलेंस शून्य होने और दुकान पर ताला लगने की कल्पना करता है... लेकिन इस सारे समय वह दरअसल समृद्ध हो रहा है। उसकी इस नकारात्मक मानसिक तस्वीर में ज़रा भी सच्चाई नहीं है। यह एक झूठ है, जो एक अदृश्य कपड़े से बना है। दूसरे शब्दों में, जिस चीज़ से वह डरता है, उसका अस्तित्व उसकी रुग्ण कल्पना

के अलावा कहीं नहीं है। वह कभी असफल या दिवालिया नहीं होगा, जब तक कि वह डर की भावना से आवेशित इस रुग्ण तस्वीर को अपने मन में बनाए न रखे। यदि वह लगातार इस मानसिक चित्र को देखता रहे, तो ज़ाहिर है, वह असफलता को अपने जीवन में साकार कर देगा। उसके पास असफलता और सफलता के बीच चुनने का अवसर था, लेकिन उसने असफलता को चुना।

कुछ लोग दीर्घकालीन चिंता करने वाले होते हैं। वे कभी किसी अच्छी या प्यारी चीज़ की कल्पना नहीं कर सकते। उन्हें हमेशा यही लगता रहता है कि कोई बुरी या विनाशकारी चीज़ होने वाली है। वे आपको एक कारण नहीं बता सके कि कोई अच्छी चीज़ क्यों होनी चाहिए और हो सकती है। बहरहाल, वे ऐसे सभी कारण गिना सकते हैं कि कोई गंभीर और बुरी चीज़ क्यों होनी चाहिए।

ऐसा क्यों है? इसका कारण सरल है: ये लोग आदतन नकारात्मक हैं, यानी उनकी अधिकतर सोच नकारात्मक, अव्यवस्थित, विनाशकारी, रुग्ण प्रकृति की है। जब वे विचार के इन नकारात्मक साँचों की आदत जारी रखते हैं, तो वे अपने अवचेतन मन को नकारात्मक साँचे में ढाल देते हैं। उनकी कल्पना उनकी प्रबल मनोदशाओं तथा भावनाओं से शासित होती है। इसीलिए वे बुराई की कल्पना करते हैं, अपने प्रिय लोगों के बारे में भी।

मिसाल के तौर पर, यदि उनका बेटा सेना में हैं, तो वे कल्पना करते हैं कि उसे सर्दी हो जाएगी, वह शराबी बन जाएगा या उसका नैतिक पतन हो जाएगा; या अगर वह युद्ध के मोर्चे पर है, तो वे कल्पना करते हैं कि उसे गोली मार दी जाएगी। सभी तरह के विनाशकारी चित्र उनके मन में दाख़िल हो जाते हैं। यह आदत के सम्मोहक जादू के कारण होता है और उनकी प्रार्थनाएँ निष्फल हो जाती हैं।

इसी समय एक विकल्प चुनें! सृजनात्मक और सद्भावपूर्ण तरीक़े से सोचना शुरू करें। सोचने का अर्थ बोलना है। आपका विचार आपका शब्द है। अपने शब्दों को शहद का छत्ता बनने दें, कान के लिए मधुर और हड्डियों के लिए सुखद। आपके शब्दों को "चाँदी के चित्रों में सोने के सेव जैसा" बनने दें। भविष्य वर्तमान है, जो बड़ा होता है। यह आपका अदृश्य शब्द या विचार है, जो सामने दिखता है। क्या आपके शब्द कान को मधुर लगते हैं? इस पल आपकी आंतरिक भाषा क्या है? कोई भी आपकी बात नहीं सुन सकता; यह आपका ख़ुद का मौन विचार है। शायद आप ख़ुद से कह रहे हैं, "मैं नहीं कर सकता, यह असंभव है।" "मेरी उम्र अब बहुत ज़्यादा हो गई है।" "मेरे पास तो कोई मौक़ा ही नहीं है!" "मैरी यह काम कर सकती है, लेकिन मैं नहीं कर सकती। मेरे पास पैसे नहीं हैं। मैं इसका या उसका ख़र्च नहीं उठा सकती। मैंने कोशिश की है, लेकिन कोई फ़ायदा नहीं हुआ।" आप देख सकते हैं कि आपके शब्द शहद के छत्ते जैसे नहीं हैं। वे आपके कानों को मधुर नहीं लगते हैं। वे आपको ऊपर नहीं उठाते हैं या प्रेरित नहीं करते हैं।

उस्पेन्स्की हमेशा आंतरिक भाषा, आंतरिक बातचीत या आंतरिक चर्चा के महत्त्व पर ज़ोर देते थे। आप सचमुच अंदर इसी तरह महसूस करते हैं, क्योंकि अंदर बाहर का

प्रतिबिंब है। क्या आपकी आंतरिक भाषा हड्डियों के लिए सुखद है? क्या यह आपको ऊपर उठाती है, रोमांचित करती है और ख़ुश बनाती है?

हड्डियाँ समर्थन और सुडौलपन की प्रतीक हैं। आपकी आंतरिक चर्चा को स्वयं को शक्ति और बल प्रदान करने दें। “लेकिन शब्द तुम्हारे बहुत क़रीब है, तुम्हारे मुख में और तुम्हारे हृदय में, ताकि तुम इसे कर सको। देखो, मैंने आज तुम्हारे सामने जीवन और अच्छाई तथा मृत्यु और बुराई रखी है।”

इसी समय आदेश दें और अर्थपूर्ण ढंग से कहें, “इस पल के बाद से मैं अपने मन में मानसिक आहार के लिए सिर्फ़ वही विचार स्वीकार करूँगा, जो मेरा उपचार करते हैं, भला करते हैं, प्रेरित करते हैं और शक्ति देते हैं।” आगे से अपने शब्दों को “चाँदी के चित्रों में सोने का सेव” बनने दें। सेव एक स्वादिष्ट फल है। सोने का मतलब है “शक्ति।” बाइबल में चाँदी के चित्र का मतलब है “आपकी इच्छाएँ।” आपके मन में चित्र वह है, जिस तरह आप चीज़ों को चाहते हैं। यह आपकी परिपूर्ण इच्छा का चित्र है। यह कोई नया पद या स्वास्थ्य हो सकता है। आपके शब्दों, आपके आंतरिक मौन विचार और भावना को अपनी इच्छा या चाँदी के चित्र के अनुरूप बनने दें। इच्छा और भावना जब मानसिक विवाह में एक साथ जुड़ जाती हैं, तो प्रार्थना सफल हो जाती है।

यह सुनिश्चित करें कि आप बाइबल की कल्पना का अनुसरण करें और अपने शब्दों को कान के लिए मधुर बनने दें। आप इस वक़्त अपने कान को क्या दे रहे है? आप किसकी बात सुन रहे हैं? आप किसकी ओर ध्यान दे रहे हैं? आप जिस पर ध्यान देंगे, वही आपके मन में बढ़ेगा, उसका विस्तार होगा और वह कई गुना बढ़ेगा।

पॉल कहते हैं, “आस्था सुनने से आती है।” ईश्वर के महान सत्य सुनें। ईश्वर की आवाज़ सुनें। वह किस भाषा में बोलता है? यह गैलिक, फ़्रेंच या इतालवी नहीं है, बल्कि प्रेम, शांति, ख़ुशी, सद्भाव, आस्था, विश्वास और सामंजस्य की मनोदशा या शाश्वत भाषा है। अपने कान ईश्वर के इन गुणों और शक्तियों पर लगाएँ। इन गुणों को मानसिक रूप से ग्रहण करें। जब आप ऐसा करना जारी रखते हैं, तो आप इन सकारात्मक, स्थायी गुणों के आदी हो जाएँगे और प्रेम का नियम आपको शासित करेगा।

आपने इस लोकप्रिय कथन को सुना होगा: “मनुष्य को ईश्वर की छवि और उसके समान बनाया गया है।” इसका मतलब है कि आपका मन ईश्वर का मन है, क्योंकि सिर्फ़ एक ही मन है। आपकी आत्मा ईश्वर की आत्मा है और आप ठीक उसी तरीक़े से और उसी नियम के ज़रिये सृजन करते हैं, जिससे ईश्वर करता है। आपका व्यक्तिगत संसार, यानी अनुभव, परिस्थितियाँ, स्थितियाँ, परिवेश, साथ ही आपकी शारीरिक सेहत, आर्थिक अवस्था और सामाजिक जीवन आदि आपकी ही मानसिक छवियों या चित्रों से बने हैं।

समान ही समान को आकर्षित करता है। आपका संसार एक आइना है, जो आपको विचारों, भावनाओं, विश्वासों और आंतरिक बातचीत के आपके आंतरिक संसार का प्रतिबिंब दिखा रहा है। यदि आप अपने ख़िलाफ़ बुरी शक्तियों की कल्पना शुरू करते हैं या यह सोचते हैं कि कोई शाप आपके पीछे पड़ा है या दूसरी शक्तियाँ और लोग आपके

ख़िलाफ़ काम कर रहे हैं, तो आपका अधिक गहरा मन प्रतिक्रिया करेगा। वह आपके मन में रखे इन नकारात्मक चित्रों और डरों के अनुरूप परिणाम देगा। इसलिए आप कहेंगे कि हर चीज़ आपके ख़िलाफ़ है या सितारे आपके ख़िलाफ़ हैं या आप कर्म, पूर्व जन्म या किसी भूत-प्रेत को दोष देने लगेंगे।

वास्तव में, अज्ञान ही एकमात्र पाप है। दर्द सज़ा नहीं है; यह तो आपकी आंतरिक शक्ति के दुरुपयोग का परिणाम है। उस एक सत्य पर लौटें और अहसास करें कि सिर्फ़ एक आध्यात्मिक शक्ति है और यह आपके मन के विचारों व छवियों के ज़रिये काम करती है। समस्याएँ, परेशानियाँ और संघर्ष इस वजह से हैं कि इंसान दरअसल डर और ग़लती के झूठे देवताओं के पीछे भटक गया है। उसे केंद्र - भीतर की ईश्वरीय उपस्थिति - की ओर लौटना चाहिए। अभी अपने भीतर की इस आध्यात्मिक शक्ति - जो समूचे जीवन का सिद्धांत है - के प्रभुत्व और सत्ता का स्मरण करें। दैवी मार्गदर्शन, शक्ति, पोषण और शांति का दावा करें; यह शक्ति इसी अनुरूप प्रतिक्रिया करेगी।

अब मैं यह बताऊँगा कि आप कैसे निश्चित रूप से और सकारात्मक रूप से अपने अवचेतन मन को कोई विचार या मानसिक चित्र दे सकते हैं। किसी इंसान का चेतन मन व्यक्तिगत और चुनिंदा होता है। यह चुनता है, चयन करता है, तौलता है, विश्लेषण करता है, चीरफाड़ करता है और जाँच-पड़ताल करता है। यह विवेचनात्मक और निगमनात्मक दोनों तरीक़ों से तर्क करने में सक्षम होता है। व्यक्तिपरक या अवचेतन मन चेतन मन के अधीन होता है। इसे चेतन मन का सेवक कहा जा सकता है। अवचेतन मन चेतन मन के आदेशों का पालन करता है। आपके चेतन विचार में शक्ति होती है। आप जिस शक्ति से परिचित हैं, वह है विचार। आपके विचार के पीछे मन, आत्मा या ईश्वर है। केंद्रित, निर्देशित विचार व्यक्तिपरक स्तरों तक पहुँचते हैं; उनमें गहनता का निश्चित अंश होना चाहिए। गहनता एकाग्रता से हासिल की जाती है।

एकाग्रता का मतलब है केंद्र पर लौटना और अपने भीतर की असीम शक्ति पर मनन करना, जो मुस्कुराती शांति में पसरी होती है। सही तरीक़े से एकाग्र होने के लिए आप अपने मन के पहिए रोक देते हैं और एक शांत, तनावमुक्त मानसिक अवस्था में दाख़िल हो जाते हैं। जब आप एकाग्र होते हैं, तो आप अपने विचारों को समेटते हैं और अपना सारा ध्यान अपने आदर्श, लक्ष्य या उद्देश्य पर केंद्रित करते हैं। अब आप एक केंद्रीय बिंदु पर हैं, जहाँ आप अपना पूरा ध्यान और निष्ठा अपने मानसिक चित्र को दे रहे हैं। केंद्रित ध्यान की विधि आवर्धक लेंस से मिलती-जुलती है। यह सूर्य की किरणों को फ़ोकस करने वाली बात है। आप सूर्य की गर्मी के छितरे हुए कंपनों और केंद्रीय बिंदु से निकले कंपनों के प्रभाव के बीच फ़र्क़ देख सकते हैं। आप आवर्धक लेंस से किरणों को इस तरह केंद्रित कर सकते हैं कि वे किसी ख़ास वस्तु को जला दें। आपके मानसिक चित्रों पर केंद्रित, सतत ध्यान भी इसी तरह की गहनता हासिल करता है। नतीजा यह होता है कि अवचेतन मन की संवेदनशील प्लेट पर एक गहरा, स्थायी प्रभाव पड़ जाता है।

छवि के बनने से पहले आपको यह मानसिक नाटक कई बार दोहराना पड़ सकता है, लेकिन निरंतर या सतत कल्पना ही ज़्यादा गहरे मन को भरने का रहस्य है। जब दिन के दौरान डर या चिंता आपकी ओर आए, तो आप हमेशा अपने मन की उस प्यारी तस्वीर

को निहार सकते हैं और यह अहसास कर सकते हैं तथा जान सकते हैं कि आपने एक निश्चित मनोवैज्ञानिक नियम को सक्रिय कर दिया है, जो अब आपके मन के अंधकक्ष में काम कर रहा है। ऐसा करके आप दरअसल बीज को पानी और खाद दे रहे हैं, तथा इस तरह इसके विकास की गति तेज़ कर रहे हैं।

मनुष्य का चेतन मन मोटर है; अवचेतन इंजन है। आपको मोटर चालू करनी होगी और इंजन काम करने लगेगा। चेतन मन डायनैमो है, जो अवचेतन मन की शक्ति को जाग्रत करता है।

अपनी स्पष्ट इच्छा, विचार या छवि को अपने ज़्यादा गहरे मन तक पहुँचाने की दिशा में पहला क़दम है तनावमुक्त होना, ध्यान को गतिहीन करना और स्थिर व शांत होना। मन का यह शांत, तनावमुक्त, आरामदेह नज़रिया बाहरी मसलों ओर झूठे विचारों को रोकता है, ताकि वे आपके लक्ष्य के मानसिक अवशोषण में हस्तक्षेप न करें। इसके अलावा, मन जब शांत, निष्क्रिय, ग्रहणशील नज़रिये में होता है, तो प्रयास घटकर न्यूनतम हो जाता है।

दूसरे क़दम में, आप जिसकी इच्छा करते हैं, उसकी वास्तविकता की कल्पना करने लगते हैं। मिसाल के तौर पर, आप कोई घर बेचना चाह सकते हैं। रियल एस्टेट ब्रोकर्स के साथ निजी बातचीत में मैंने उन्हें बताया कि मैंने अपना ख़ुद का घर कैसे बेचा। उन्होंने भी इस तरीक़े को आज़माया और उन्हें उल्लेखनीय परिणाम मिले। मैंने अपने घर के सामने बगीचे में एक साइन बोर्ड लगा दिया, जिस पर लिखा था: “मालिक द्वारा बिकाऊ है।” साइन बोर्ड लगाने के दूसरे दिन मैंने ख़ुद से पूछा, जब मैं सोने जा रहा था, “मान लो, तुम्हारा घर बिक गया, फिर तुम क्या करोगे?”

मैंने अपने ख़ुद के सवाल का जवाब देते हुए कहा, “मैं उस साइन बोर्ड को उखाड़ दूँगा और गैराज में फेंक दूँगा।” अपनी कल्पना में मैंने उस साइनबोर्ड को पकड़ा, उसे ज़मीन से उखाड़ा, अपने कंधों पर रखा और गैराज तक जाकर उसे फ़र्श पर फेंक दिया। फिर मैंने साइन बोर्ड से मज़ाक़ में कहा, “अब मुझे तुम्हारी कोई ज़रूरत नहीं है!” मुझे इस सबकी आंतरिक संतुष्टि महसूस हुई और अहसास हुआ कि यह काम पूर्ण हो गया था। अगले दिन एक आदमी ने मुझे 1,000 डॉलर की पेशगी दी और कहा, “अपने साइन बोर्ड को हटा लें; अब मैं मकान ख़रीद लूँगा।”

तुरंत मैंने साइन बोर्ड को उखाड़ा और उसे गैराज में ले गया। बाहरी क्रिया अंदरूनी क्रिया के अनुरूप थी। इस बारे में कुछ भी नया नहीं है। “जैसा भीतर, वैसा बाहर,” यानी आपके जीवन के वस्तुपरक पर्दे पर जो भी होता है, अवचेतन मन पर अंकित चित्र के अनुरूप ही होता है।

यह तकनीक या विधि हमारी बाइबल से ज़्यादा पुरानी है। बाहर जो है, वह अंदर का प्रतिबिंब है। बाहरी क्रिया अंदरूनी क्रिया का अनुसरण करती है।

एक बहुत बड़े संगठन ने मुझे उनके लिए थोड़ा आध्यात्मिक कार्य करने का ज़िम्मा सौंपा। धोखाधड़ी के साधनों से दूसरे उनके वृहद खनन और अन्य हितों पर दावा करने की कोशिश कर रहे थे। वे क़ानूनी चालों से कंपनी को परेशान कर रहे थे और कुछ नहीं

के बदले कुछ पाने की कोशिश कर रहे थे। मैंने वकील से कहा कि वह अपनी कल्पना में हर दिन कई बार नाटकीय रूप से कल्पना करे कि वह कंपनी के जिस प्रेसिडेंट की तरफ़ से मुकदमा लड़ रहा था, वह उसे आदर्श, सद्भावपूर्ण समाधान पर बधाई दे रहा था। जब उसने सतत मानसिक अमल द्वारा मानसिक चित्र क़ायम रखा, तो व्यक्तिपरक चेतना ने उसे कुछ नए विचार दिए - जैसा उसने कहा, “अचानक आसमान से टपके!” उसने इनका अनुसरण किया और उसके बाद मुकदमा जल्दी ही ख़त्म हो गया।

मान लें, कोई व्यक्ति बैंक का कर्ज़ नहीं पटा पा रहा है और उसके पास इसे चुकाने के पैसे नहीं हैं। अगर वह इस सिद्धांत को निष्ठापूर्वक लागू करेगा, तो अवचेतन मन उसे पैसे दे देगा। यह न सोचें कि कैसे, कब, कहाँ या किस स्त्रोत से। अवचेतन मन के पास ऐसे तरीक़े हैं, जिनके बारे में आप कुछ नहीं जानते; इसके तरीक़े अबूझ हैं, जिनका पता नहीं लगाया जा सकता। यह उन औज़ारों या यंत्रों में से एक है, जो ईश्वर ने इंसान को दिए हैं, ताकि वह उसके कल्याण के लिए आवश्यक सारी चीज़ें ख़ुद को दे सके। जिस व्यक्ति के पास हाउस लोन चुकाने का पैसा नहीं है, वह कल्पना कर सकता है कि वह उतनी धनराशि का चेक या नक़द बैंक में जमा करा रहा है, यानी कैशियर को दे रहा है। महत्त्वपूर्ण बिंदु मानसिक चित्र या काल्पनिक कार्य में गहनता से रुचि रखना है, इसे यथासंभव वास्तविक और स्वाभाविक बनाना है। वह जितनी ज़्यादा गहनता से अपने मन को इस काल्पनिक नाटक पर केंद्रित रखता है, उतने ही प्रभावी ढंग से काल्पनिक कार्य अवचेतन मन के बैंक में जमा होगा। आप अपनी कल्पना में टेलर के पास जा सकते हैं और इसे इतना वास्तविक और सच्चा बना सकते हैं कि यह सचमुच भौतिक रूप से घटित हो जाए।

एक युवती हमारे रविवार सुबह के व्याख्यानों में नियमित रूप से आती है। उसे तीन बसें बदलनी पड़ती थीं; हर रविवार उसे वहाँ पहुँचने में डेढ़ घंटे का समय लगता था। मेरे एक व्याख्यान में मैंने बताया कि एक युवक ने कार के लिए प्रार्थना की और वह उसे कैसे मिली। वह घर गई और इस तरह के प्रयोग करने लगी। यहाँ उसकी चिट्ठी का अंश है, जो उसकी अनुमति से प्रकाशित किया जा रहा है:

> प्रिय डॉ. मर्फ़ी,
>
> “मुझे कैडिलक ऐसे मिली। मैं रविवार और मंगलवार को व्याख्यान सुनने आना चाहती थी। अपनी कल्पना में मैं उसी प्रक्रिया से गुज़री, जिससे मैं तब गुज़रती, अगर मैं सचमुच कार चला रही होती। मैं शो रूम तक गई और सेल्समैन मुझे एक कार में घुमाने ले गया। मैंने उसे कई ब्लॉक में चलाया। मैंने बार-बार कैडिलक के अपना होने का दावा किया। मैंने कार में बैठने, उसे चलाने, उसकी सीट का अनुभव करने आदि का मानसिक चित्र दो सप्ताह से ज़्यादा समय तक लगातार देखा। पिछले रविवार मैं एक कैडिलक में बैठकर आपकी मीटिंग में आई थी। इंगलवुड के मेरे अंकल गुज़र गए थे; उन्होंने अपनी कैडिलक और पूरी जायदाद मेरे नाम छोड़ी थी।”

यदि आप यह सोच रहे हैं, देखिए, मैं ऐसा कोई तरीक़ा नहीं जानता जिससे मुझे कर्ज़ पटाने के लिए पैसा मिल सके, तो इस बारे में चिंता न करें। चिंता करने का मतलब दम घोंटना है। अहसास करें कि आपके भीतर एक शक्ति निहित है, जो आपको ज़रूरत की हर चीज़ दे सकती है, बशर्ते आप इसका आह्वान करें। आप भावना और विश्वास के साथ अभी यह आदेश दे सकते हैं: "मेरा मकान सारे कर्ज़ से मुक्त है, और दौलत मेरी ओर सैलाब में प्रवाहित होती है।" यह न सोचें या पूछें कि आपकी प्रार्थना कैसे पूरी होगी। आप आवश्यक स्पष्ट काम करेंगे और आपको पता होगा कि अवचेतन प्रज्ञा आपके सारे क़दमों को मार्गदर्शन दे रही है, क्योंकि यह जानती है कि आपकी इच्छाओं को पूरा करने के लिए किन-किन चीज़ों की ज़रूरत है। आप मॉर्टगेज कंपनी के एक पत्र की कल्पना भी कर सकते हैं, जिसमें जानकारी दी गई हो कि आपने भुगतान कर दिया है; इस चित्र में आनंदित हों और अपने मन में उस काल्पनिक पत्र के साथ जिएँ, जब तक कि यह विश्वास न बन जाए।

अभी विश्वास करें कि आपके भीतर एक शक्ति है, जो उसे प्रकट करने में सक्षम है, जिसकी आप कल्पना करते हैं और सच मानते हैं। आलस से बैठे रहने, दिवास्वप्न देखने और अपनी मनचाही चीज़ों के सपने देखने मात्र से वे आपकी ओर आकर्षित नहीं होंगी। आपको तो जानना और मानना होगा कि आप मन के एक नियम को सक्रिय कर रहे हैं। आप जो चीज़ चाहते हैं, उसे साकार करने के लिए अपने मन का सृजनात्मक इस्तेमाल करने की ईश्वर प्रदत्त शक्ति पर विश्वास करें।

जानें कि आप क्या चाहते हैं। अवचेतन मन विचार को कार्यान्वित करेगा, क्योंकि आपके पास एक निश्चित, स्पष्ट विचार है कि आप क्या हासिल करना चाहते हैं। अपनी इच्छा की पूर्णता की स्पष्ट रूप से कल्पना करें। इस तरह आप अवचेतन को काम करने के लिए कुछ निश्चित दे रहे हैं। अवचेतन मन वह फ़िल्म है, जिस पर चित्र की छाप छूटती है। अवचेतन उस चित्र को विकसित करता है; और उसे एक भौतिक वस्तु के रूप में आपकी ओर भेजता है।

कैमरा आप हैं, जो चेतन रूप से केंद्रित ध्यान द्वारा अपनी इच्छा के साकार होने की कल्पना कर रहे हैं। जब आप एक तनावमुक्त, प्रसन्नचित्त मनोदशा में ऐसा करते हैं, तो चित्र अवचेतन मन की संवेदनशील फ़िल्म पर अंकित हो जाता है। आपको समय के एक्सपोज़र की ज़रूरत भी होती है। यह दो-तीन मिनट या लंबा हो सकता है, जो आपके स्वभाव, भावना और समझ पर निभर्र होता है। महत्त्वपूर्ण बात यह याद रखना है कि महत्त्वपूर्ण समय नहीं है, महत्त्वपूर्ण तो आपकी चेतना, भावना या आस्था की गुणवत्ता है। आम तौर पर कहें, तो आपका ध्यान जितना ज़्यादा केंद्रित व तल्लीन होता है और समय जितना ज़्यादा लंबा होता है, आपकी प्रार्थना का जवाब उतना ही आदर्श होगा। विश्वास करें कि आपने प्राप्त कर लिया है और आप प्राप्त कर लेंगे। "जो भी तुम विश्वास के साथ प्रार्थना में माँगोगे, वह तुम्हें मिलेगा।" यक़ीन करना किसी चीज़ को सच के रूप में स्वीकार करना है या वह होने की अवस्था में जीना है। जब आप इस मनोदशा को क़ायम रखते हैं, तो आप प्रार्थना के सफल होने की ख़ुशी अनुभव करेंगे!

अध्याय तीन

सफलता की कल्पना कैसे करें

ईश्वर अपने कामों में हमेशा सफल होता है। मनुष्य के पास सफल होने के सारे साधन हैं, क्योंकि ईश्वर उसके भीतर है। ईश्वर की सारी विशेषताएँ, गुण और शक्तियाँ उसके भीतर हैं।

आप जीतने, विजयी होने और नियंत्रण में रहने के लिए पैदा हुए थे। ईश्वर की बुद्धिमत्ता, प्रज्ञा और शक्ति आपके भीतर हैं, मुक्त होने का इंतज़ार कर रही हैं और तमाम मुश्किलों के पार उठने में आपको सक्षम बना रही हैं।

कई लोग चुपचाप अमूर्त शब्दावली सफलता का इस्तेमाल करते हैं, दिन में कई बार, बार-बार, जब तक कि उन्हें यह विश्वास नहीं हो जाता कि सफलता उनकी है। याद रखें कि सफलता के विचार में सफलता के सारे अनिवार्य तत्व शामिल हैं। जब कोई व्यक्ति सफलता शब्द बार-बार आस्था और विश्वास से दोहराता है, तो उसका अवचेतन मन इसे उसके बारे में सच मान लेगा और वह सफल होने के लिए व्यक्तिपरक रूप से बाध्य होगा।

हम अपने व्यक्तिपरक विश्वासों, प्रभावों और मान्यताओं को व्यक्त करने के लिए बाध्य होते हैं। सफल होने का आदर्श तरीक़ा यह जानना है कि आप क्या हासिल करना चाहते हैं। यदि आप अपनी सही जगह नहीं जानते हैं या यह नहीं जानते कि आप क्या करना पसंद करते हैं, तो आप इस बारे में मार्गदर्शन माँग सकते हैं। ज़्यादा गहरा मन प्रतिक्रिया करेगा। फलस्वरूप आपको गतिविधि के किसी ख़ास क्षेत्र में प्रवृत्ति या प्रेरणा का मार्गदर्शन मिल जाएगा।

ज़्यादा गहरा मन आपके विचार पर प्रतिक्रिया करता है। अवचेतन - जिसे कई बार “व्यक्तिपरक या ज़्यादा गहरा मन” कहा जाता है - अचेतन बुद्धि को सक्रिय कर देता है, जो उस व्यक्ति की सफलता के लिए आवश्यक सारी परिस्थितियों को उसकी ओर आकर्षित करती है। मनुष्य को ख़ास ध्यान रखना चाहिए कि वह वही करे, जो उसे बेहद पसंद है। जब आप अपने प्रयास में ख़ुश होते हैं, तो आप सफल हैं।

इस तथ्य को स्वीकार करें कि आपमें एक आंतरिक सृजनात्मक शक्ति है। इसे सकारात्मक विश्वास बना लें। यह असीम शक्ति आपके विचार पर प्रतिक्रिया करती है। इस सिद्धांत को जानने, समझने और लागू करने से शंका, डर और चिंता धीरे-धीरे ग़ायब हो जाती हैं।

जब कोई मनुष्य असफलता के विचार पर ध्यान केंद्रित करता है, तो असफलता का उसका विचार उसके जीवन में असफलता को आकर्षित करता है। अवचेतन असफलता के विचार को उसका आग्रह मान लेता है और इसे उसके अनुभव में प्रकट करने लगता है, क्योंकि वह असफलता के बारे में सोचने के मानसिक अभ्यास में जुटा रहता है। अवचेतन मन अवैयक्तिक है और भेदभाव नहीं करता है।

मेरा एक कारोबारी मित्र पेशे से दर्जी है। उसकी एक प्रिय कहावत है: "मैं सिर्फ़ जोड़ता हूँ। मैं कभी घटाता नहीं हूँ।" उसका अर्थ है कि सफलता धन-चिन्ह है। अपने विकास, दौलत, शक्ति, ज्ञान, आस्था और बुद्धिमानी में जोड़ें।

जीवन जोड़ने की क्रिया है! मृत्यु घटाने की क्रिया है। जो भी चीज़ें सच्ची, प्यारी, अच्छी और ईश्वरीय हैं, उनकी कल्पना करके आप जीवन में जोड़ रहे हैं। ख़ुद को सफल महसूस करें, इसकी कल्पना करें और आप सफल बन जाएँगे। आप कभी परिस्थितियों, परिवेश या स्थितियों के ग़ुलाम नहीं होते हैं। आप परिस्थितियों के स्वामी हैं। आप परिस्थितियों के शिकार सिर्फ़ तभी बन सकते हैं, जब आप मानसिक रूप से यथास्थिति को स्वीकार कर लें। जब आप अपना मन बदल लेते हैं, तो आप अपनी परिस्थितियों को बदल लेते हैं।

एक फ़िल्म अभिनेता ने मुझे एक बार बताया था कि उसके पास बहुत कम शिक्षा थी, लेकिन बचपन से ही उसने फ़िल्म स्टार बनने का सपना देखा था। खेत में घास काटते समय, गायों को घर लाते समय या उनका दूध निकालते समय वह कहता था, "मैं लगातार कल्पना करता था कि मैं अपना नाम एक बड़े थिएटर में चौंधियाते हुए देखता था। मैंने यह काम कई साल तक किया। फिर मैं घर से भाग गया, मोशन पिक्चर उद्योग में कई काम करने लगा और आख़िरकार वह दिन आया, जब मैंने अपना नाम बड़े थिएटर में उसी तरह चौंधियाते हुए देखा, जैसा कि बचपन के काल्पनिक चित्र में देखा था!" फिर उसने आगे जोड़ा, "मैं सफलता दिलाने वाली सतत कल्पना की शक्ति को जानता हूँ।"

सफलता का आपके लिए क्या अर्थ है? आप निस्संदेह दूसरों के साथ अपने संबंध में सफल होना चाहते हैं। आप अपने चुने हुए काम या पेशे में असाधारण बनना चाहते हैं। आप एक सुंदर घर के मालिक बनना चाहते हैं। आप वह सारा पैसा चाहते हैं, जिसकी ज़रूरत आपको ख़ुश और आरामदेह ढंग से रहने के लिए है। आप अपनी प्रार्थनाओं में सफल होना चाहते हैं और अपने भीतर की शाश्वत शक्ति के संपर्क में रहना चाहते हैं।

आप जो करने की हसरत रखते हैं, वह करते हुए अपनी कल्पना करें। आप जो चीज़ें पाने की हसरत रखते हैं, वे चीज़ें पाने की कल्पना करें। कल्पनाशील बनें; मानसिक रूप से सफल अवस्था की वास्तविकता का अनुभव करें; बार-बार चेतना की अवस्था में दाख़िल हों; इसकी आदत डाल लें; फिर आप पाएँगे कि आपके सपने को हासिल करने के लिए जो भी चीज़ आवश्यक है, उसकी ओर आपका मार्गदर्शन किया जाएगा। हर रात सफल और पूर्ण संतुष्ट महसूस करते हुए सोने जाएँ। अंततः आप अपने अवचेतन मन पर सफलता के विचार की छाप छोड़ने में सफल हो जाएँगे।

मैं दवा की दुकान के एक क्लर्क को जानता हूँ, जो एक लाइसेंस्ड फ़ार्मासिस्ट था।

उसे हर सप्ताह 40 डॉलर और बिक्री पर कमीशन मिल रहा था। उसने मुझसे कहा, “25 साल बाद मुझे पेंशन मिलेगी और मैं रिटायर हो जाऊँगा।”

मैंने उससे कहा, “तुम अपना ख़ुद का स्टोर क्यों नहीं खोलते? इस जगह से बाहर निकलो। अपनी निगाह ऊपर उठाओ! अपने बच्चों के लिए सपना देखो। शायद तुम्हारा बेटा डॉक्टर बनना चाहता है या तुम्हारी बेटी संगीतकार बनना चाहती है।”

उसका जवाब था कि उसके पास कोई पैसा नहीं था! वह इस तथ्य की ओर जाग्रत होने लगा कि वह जिसे भी सच मान लेगा, वह उसे प्रकट कर सकता है।

आपके लक्ष्य की दिशा में पहला क़दम है मन में विचार का जन्म और दूसरा क़दम है उस विचार का बाहरी संसार में प्रकट होना। वह कल्पना करने लगा कि वह अपने ख़ुद के स्टोर में था। वह मानसिक रूप से इस काम में तल्लीन हुआ। उसने शीशियाँ जमाईं, नुस्ख़े बनाए और स्टोर में ग्राहकों का इंतज़ार कर रहे कई क्लर्कों की कल्पना की। उसने एक बड़े बैंक बैलेंस का मानसिक चित्र देखा। किसी अच्छे अभिनेता की तरह उसने भूमिका को जिया। (इस तरह काम करो, जैसे मैं हूँ और मैं वहाँ सचमुच रहूँगा।) इस औषधि विक्रेता क्लर्क ने अभिनय में ख़ुद को पूरे दिल से झोंक दिया... इस मान्यता में जीते हुए, चलते हुए और काम करते हुए कि उसका स्टोर उसका था।

आगे की कहानी रोचक थी। उसे उसके पद से हटा दिया गया। वह एक बड़े चेन स्टोर में मैनेजर बन गया और बाद में डिस्ट्रिक्ट मैनेजर। उसने चार साल में इतना पैसा कमा लिया कि ख़ुद के ड्रगस्टोर के लिए डाउन पेमेंट कर सके। उसने इसे अपनी “सपनों की फ़ार्मेसी” कहा। उसने कहा, “यह ठीक वैसा ही स्टोर था, जैसा मैंने अपनी कल्पना में देखा था।” वह अपने चुने हुए क्षेत्र में सफल बन गया और वह करके ख़ुश था, जो करना उसे प्रिय था।

जो व्यक्ति आदतन सर्वश्रेष्ठ की उम्मीद करता है और आस्था का मानसिक नज़रिया रखता है, उसका जीवन में सफल होना और तरक्की करना तय है। जो व्यक्ति उदास, निराश, रुग्ण और हताश है, वह असफलता को आकर्षित करता है। डर दरअसल दैवी आपूर्ति में आस्था का अभाव है। यह ग़लत जगह रखी गई आस्था है। डर ग़लत चीज़ में विश्वास है। डर अभाव में विश्वास है या इस अवधारणा में कि मनुष्य की अच्छाई उससे रोकी जाती है।

“बेटे, तुम हमेशा मेरे साथ हो और जो मेरा है, वह सब तुम्हारा है।” आपको जिन चीज़ों की ज़रूरत है, वे सब अदृश्य में मौजूद है। यह कहा जा सकता है कि जिन चीज़ों की ज़रूरत है, वे सभी अमूर्त में हैं। आप जो हैं, आपके मन में उससे ज़्यादा बनने की इच्छा होनी चाहिए, तभी आप जीवन में तरक्की कर सकते हैं। सबसे पहले इच्छा आती है, इसके बाद अपने भीतर की शक्ति की पहचान आती है, जो आपको वह प्रकट करने में सक्षम बनाती है, जो भी आप चाहते हैं। अवचेतन मन वह साधन है, जिसके ज़रिये आपकी सारी इच्छाएँ वस्तुपरक संसार में प्रकट की जा सकती हैं। आप ही हैं, जो आदतन सोच, भावनाओं, रायों और विश्वासों के रूप में आदेश दे रहे हैं। अवेचतन मन चेतन मन के आदेशों का पालन करता है। यदि आपका चेतन मन सारे नकारात्मक

विचारों का विरोधी है, तो वे आपके अवचेतन मन पर कोई प्रभाव नहीं छोड़ सकते। आप प्रतिरक्षित हो जाते हैं।

मिसाल के तौर पर, अगर आप कहते हैं, "काश मैं स्वस्थ होता! तब मैं अपने काम में ज़्यादा सफल हो सकता था," तो अभी यह अहसास शुरू करें कि आपका शरीर दरअसल आपके मन की अभिव्यक्ति है। अवचेतन मन ने शरीर को बनाया है और यह आपके शरीर के सभी अत्यावश्यक कार्यों को नियंत्रित करता है। आपके चेतन मन में यह शक्ति है कि यह आपके अवचेतन मन में रखे हुए किसी भी विचार या विचारों के समूह को बदल सकता है। आप अपने अवचेतन मन पर स्वास्थ्य के विचार की छाप छोड़ सकते हैं, जब आप जान लेते हैं कि यह किया जा सकता है। विश्वास, और सच्चा विश्वास, आवश्यक है। सकारात्मक कथन अवचेतन मन पर निश्चित प्रभाव छोड़ते हैं।

अवचेतन पर छाप छोड़ने का एक अद्भुत तरीक़ा अनुशासित या वैज्ञानिक कल्पना के ज़रिये है। उदाहरण के लिए, अगर आपका घुटना सूजा हो और आप लँगड़ा रहे हों, तो कल्पना करें कि आप वे सारी चीज़ें कर रहे हैं, जो आप आदर्श स्वस्थ होने पर करते। आप कह सकते हैं कि मैं बस में बैठकर शहर जाऊँगा, मित्रों से मिलूँगा, घुड़सवारी करूँगा, तैराकी करूँगा या हाइकिंग करूँगा। पहले अपनी कल्पना में आप इन मनोवैज्ञानिक यात्राओं पर जाते हैं, उन्हें यथासंभव वास्तविक और स्वाभाविक बनाते हैं। इन मनोवैज्ञानिक यात्राओं पर जाना जारी रखें! आप जानते हैं कि स्व-प्रेरणा आपकी है। सारी गतिविधि पहले मनुष्य के मन या चेतना में होती है, इसके बाद ही कोई बाहरी गतिविधि घटित हो सकती है।

उदाहरण के लिए, कुर्सी अपने आप नहीं हिलती है। आपको इसे गति देनी होती है। यही आपके शरीर के बारे में सच है। जब आप वे सारी चीज़ें करना जारी रखते हैं, जो आप उपचार के बाद करेंगे, तो यह आंतरिक गतिविधि अवचेतन को प्रेरित करेगी कि यह शरीर को उसके भीतर रखी गई तस्वीर के अनुरूप बना दे।

नीचे आदर्श स्वास्थ्य के लिए एक अद्भुत प्रार्थना है। मैं दक्षिण अफ़्रीका में एक पादरी को जानता था, जिसने इस प्रार्थना द्वारा अपना उपचार किया। दिन में कई बार वह मानसिक और शारीरिक दृष्टि से पूरी तरह तनावमुक्त हो जाता था। फिर वह धीरे-धीरे और शांति से कहता था: "ईश्वर की पूर्णता इसी समय मेरे ज़रिये अभिव्यक्त हो रही है। स्वास्थ्य का विचार इसी समय मेरे अवचेतन मन में भर रहा है। ईश्वर की मेरे लिए जो छवि है, वह आदर्श है और मेरा अवचेतन मेरे शरीर को उस आदर्श छवि की आदर्श समानता में बनाता है, जो ईश्वर के मन में मौजूद है।" यह आदर्श स्वास्थ्य के विचार को आपके अवचेतन मन तक पहुँचाने का एक सरल और आसान तरीक़ा है।

आप यह जानकर और अहसास करके आत्मविश्वास विकसित कर सकते हैं कि कोई भी चीज़ आपको सफलता पाने से नहीं रोक सकती। अपने मन में यह विश्वास भर लें कि इस आंतरिक शक्ति का आह्वान सारी बाधाओं से उबरने के लिए किया जा सकता है। आपमें यह विश्वास और संकल्प होना चाहिए कि आप उसे हासिल कर सकते हैं, जो आप करने निकले हैं। यह सकारात्मक नज़रिया ही विश्वास बनाता है।

आपने बाइबल की अभिव्यक्ति सुनी है, "आपकी आस्था के अनुरूप ही आपके साथ किया जाता है।" ईश्वर में आस्था यह अहसास है कि सिर्फ़ एक ही आध्यात्मिक शक्ति है, जो सर्वत्र व्याप्त है, सर्वज्ञाता है, सर्वशक्तिमान है, समूचा प्रेम, समूचा प्रकाश, समूचा सौंदर्य, समूचा जीवन और मुश्किल के समय में सदा-मौजूद सहायता है। जान लें कि उसकी शक्ति आपके विचार पर प्रतिक्रिया करती है।

ईश्वर को इस तरह देखना छोड़ें, जैसे वह लंबी दाढ़ी वाला हो और आसमान में रह रहा हो। ईश्वर मनुष्य का सार है। ईश्वर मनुष्य का जीवन है। हम ईश्वर को समूचा नहीं समझ सकते, क्योंकि सीमित मन असीम मन को पूरी तरह कभी नहीं समझ सकता।

मिसाल के तौर पर, आपका चेतन मन और अवचेतन मन ईश्वर के प्रक्षेपीकरण हैं; वे कार्यकारी औज़ार हैं। ईश्वर असीम बुद्धिमत्ता, असीम प्रेम, असीम प्रज्ञा, परम आनंद, अमर सद्भाव और अनिर्वचनीय सौंदर्य है। ये सभी और बाक़ी ईश्वर के गुण और विशेषताएँ हैं।

आप जीवन के समुद्र में गोते नहीं लगा रहे हैं; जीवन के सृजनकार ने आपको मझधार में छोड़ नहीं दिया है। उसकी उपस्थिति और शक्ति आपके भीतर है। अपने भीतर के देवत्व का यह ज्ञान या जागरूकता सफलता दिलाने वाला सबसे बड़ा और सबसे शक्तिशाली घटक है।

अपने गुण विकसित करें; उनका इस्तेमाल शुरू करें; वे ईश्वर-प्रदत्त हैं। आपमें ऐसी क्षमताएँ और शक्तियाँ हैं, जिन्हें सतत विकास की ज़रूरत है।

"मनुष्य किसी चीज़ का आदेश देगा और वह घटित हो जाएगी।" आप मानसिक रूप से इस समय किसका आदेश दे रहे हैं? आपकी आंतरिक चर्चा, आंतरिक बातचीत और आपकी निरर्थक मनोदशाओं की प्रकृति क्या है? मनुष्य बोले गए हर निरर्थक शब्द की क़ीमत चुकाएगा। निरर्थक शब्द हैं शंका, डर, चिंता और तनाव। अगर ये मौजूद हैं, तो आप अपने अवचेतन मन को निश्चित, सकारात्मक आदेश नहीं दे रहे हैं, क्योंकि कोई निश्चित छाप नहीं छोड़ी जा रही है, जो आप घटित कराना चाहते हैं।

डर और चिंता चेतन मन में दुविधा उत्पन्न करते हैं। इससे अवचेतन मन में दुविधा उत्पन्न होती है। इससे मानव मसलों में दुविधा उत्पन्न होने के सिवा कुछ नहीं होता है। दैवी शक्ति पर भरोसा करते रहें और जिसकी आप इच्छा करते हैं, वह किसी तरह से आपके पास आ जाएगा। ईश्वर में, दैवी शक्ति में, दैवी प्रेम में आस्था रखें। आस्था रखें कि उसकी सर्वव्यापी उपस्थिति हमेशा आपकी हिफ़ाज़त कर रही है और आप अजेय बन जाएँगे। "ईश्वर में विश्वास करो और भलाई करो; इस तरह तुम धरती पर रहोगे और तुम्हें सचमुच सब कुछ मिलेगा।"

लेखक के बारे में

जोसेफ़ मर्फ़ी का जन्म 20 मई 1898 को काउंटी ऑफ़ कॉर्क, आयरलैंड के एक छोटे कस्बे में हुआ था। उनके पिता डेनिस मर्फ़ी एक जेज़ुइट संस्था नैशनल स्कूल ऑफ़ आयरलैंड में कनिष्ठ पादरी और प्रोफ़ेसर थे। उनकी माँ एलन कॉनेली गृहिणी थीं, जिन्होंने बाद में एक और बेटे जॉन तथा बेटी कैथरीन को जन्म दिया।

जोसेफ़ की कठोर कैथोलिक परवरिश हुई। उनके पिता बहुत निष्ठावान थे और दरअसल बहुत कम सामान्य प्रोफ़ेसरों में से थे, जो जेज़ुइट धर्मावलंबियों को पढ़ाते थे। उनके पास कई विषयों का व्यापक ज्ञान था और उन्होंने अपने पुत्र में पढ़ने तथा सीखने की इच्छा जगाई।

उस वक़्त आयरलैंड आर्थिक मंदी से गुज़र रहा था और कई परिवार भूखे मर रहे थे। हालाँकि डेनिस मर्फ़ी के पास रोज़गार था, लेकिन उनकी आमदनी बस परिवार को पालने लायक़ ही थी।

जोसेफ़ को नैशनल स्कूल में दाख़िला मिला और वे एक प्रतिभाशाली विद्यार्थी थे। उन्हें पादरी बनने की शिक्षा ग्रहण करने के लिए प्रोत्साहित किया गया और वे एक जेज़ुइट धर्मसंस्था में अध्ययन करने लगे। बहरहाल, किशोरावस्था के अंतिम दौर में उनके मन में जेज़ुइट लोगों की कैथोलिक धर्मनिष्ठा पर सवाल उठने लगे और उन्होंने धर्मशिक्षण संस्था छोड़ दी। चूँकि उनका लक्ष्य नए विचारों का अन्वेषण करना और नए अनुभव हासिल करना था - एक ऐसा लक्ष्य जो वे कैथोलिक वर्चस्व वाले आयरलैंड में पूरा नहीं कर सकते थे - इसलिए वे अपने परिवार को छोड़कर अमेरिका आ गए।

वे अपनी जेब में सिर्फ़ 5 डॉलर लेकर एलिस आइलैंड अप्रवासी केंद्र पहुँचे। उनका पहला लक्ष्य रहने के लिए जगह खोजना था। वे सौभाग्यशाली थे कि उन्हें एक औषधि विक्रेता के साथ एक कमरे में रहने का अवसर मिला, जो दवाओं की स्थानीय दुकान में काम करता था।

जोसेफ़ को अँग्रेजी बहुत कम आती थी, क्योंकि उनके घर और स्कूल दोनों जगह गैलिक भाषा ही बोली जाती थी। ज़्यादातर आइरिश अप्रवासियों की तरह ही जोसेफ़ भी दैनिक मज़दूरी के काम करते थे और इतना भर कमा पाते थे, ताकि अपना पेट भर सकें

और मकान का किराया दे सकें।

वह और उनके रूममेट अच्छे मित्र बन गए। जब दवा की दुकान पर एक नौकरी निकली, जहाँ उनका मित्र काम करता था, तो जोसेफ़ को औषधि विक्रेता के सहयोगी के रूप में रख लिया गया। उन्होंने फ़ार्मेसी का अध्ययन करने के लिए तुरंत एक स्कूल में नाम लिखा लिया। उनके तीक्ष्ण मस्तिष्क और सीखने की इच्छा की वजह से इसमें ज़्यादा समय नहीं लगा, जब जोसेफ़ ने पात्रता परीक्षा उत्तीर्ण कर ली और पूरे औषधि विक्रेता बन गए। अब वे इतना पैसा कमाने लगे कि अपना अलग अपार्टमेंट किराए पर ले सकें। कुछ साल बाद उन्होंने दवा की दुकान ख़रीद ली और अगले कुछ वर्षों तक सफल कारोबार चलाया।

जब अमेरिका द्वितीय विश्व युद्ध में दाख़िल हुआ, तो जोसेफ़ सेना में भर्ती हो गए और उन्हें 88वें डिवीज़न के मेडिकल यूनिट में फ़ार्मासिस्ट के रूप में काम दिया गया। उस वक़्त उन्होंने धर्म में अपनी दिलचस्पी को दोबारा जाग्रत किया और विभिन्न धर्मों का व्यापक अध्ययन शुरू कर दिया। सेना से मुक्त होने के बाद उन्होंने फ़ार्मेसी के अपने करियर को छोड़ने का निर्णय लिया। उन्होंने वृहद यात्राएँ की और अमेरिका तथा विदेशों के कई विश्वविद्यालयों में कोर्स किए।

जोसेफ़ विभिन्न एशियाई धर्मों पर मुग्ध हो गए और उनके बारे में गहराई से सीखने के लिए भारत आए। उन्होंने सारे प्रमुख धर्मों का शुरुआत से अध्ययन किया। इसके साथ ही उन्होंने प्राचीन समय से वर्तमान युग तक के महान दार्शनिकों का अध्ययन भी किया।

हालाँकि उन्होंने कुछ बहुत बुद्धिमान और दूरदर्शी प्रोफ़ेसरों के साथ भी अध्ययन किया, लेकिन जिस एक व्यक्ति ने जोसेफ़ को सबसे ज़्यादा प्रभावित किया, वे थे डॉ. थॉमस ट्रॉवर्ड, जो न्यायाधीश के अलावा दार्शनिक, डॉक्टर और प्रोफ़ेसर भी थे। डॉ. ट्रॉवर्ड जोसेफ़ के मार्गदर्शक बन गए। उनसे जोसेफ़ ने न सिर्फ़ दर्शन, धर्मशास्त्र और विधि का ज्ञान हासिल किया, बल्कि रहस्यवाद भी सीखा, ख़ास तौर पर मैसॉनिक ऑर्डर। वे इस ऑर्डर के सक्रिय सदस्य बन गए और आगे के बरसों में मैसॉनिक पंथ में स्कॉटिश राइट की 32वीं डिग्री तक पहुँच गए।

अमेरिका लौटने पर जोसेफ़ ने एक पादरी बनने और अपने व्यापक ज्ञान को जनता तक पहुँचाने का निर्णय लिया। चूँकि ईसाईयत की उनकी अवधारणा पारंपरिक नहीं थी और दरअसल अधिकतर ईसाई संप्रदायों के विपरीत थी, इसलिए उन्होंने लॉस एंजेलिस में अपना ख़ुद का चर्च स्थापित किया। शुरू में तो कुछ ही लोग आकर्षित हुए, लेकिन इसमें ज़्यादा समय नहीं लगा कि कई पादरियों के “पाप और नरक” के प्रवचनों के विपरीत आशावाद तथा आशा के उनके संदेश ने बहुत से स्त्री-पुरुषों को उनके चर्च की ओर आकर्षित करना शुरू कर दिया।

डॉ. जोसेफ़ मर्फ़ी नव विचार आंदोलन के प्रवर्तक थे। यह आंदोलन कई दार्शनिकों और गहन चिंतकों ने 19वीं सदी के उत्तरार्ध और 20वीं सदी के प्रारंभ में विकसित किया था, जिन्होंने इस अद्भुत जगत का अध्ययन किया और जीवन को देखने के एक तरीक़े का प्रवचन दिया, लिखा और अभ्यास किया। हम जिस तरह से सोचते और जीते हैं, उसके

प्रति एक अभौतिक, आध्यात्मिक और व्यावहारिक नीति को मिलाकर उन्होंने मनचाही चीज़ को हासिल करने का एक रहस्य खोजा।

नव विचार आंदोलन के प्रवर्तकों ने जीने का एक नया विचार सिखाया, जो नए तरीक़े और अधिक आदर्श परिणाम देता है। इसके अनुसार हममें अपने जीवन को समृद्ध बनाने के लिए इसका इस्तेमाल करने की शक्ति है। हम ये सारी चीज़ें तभी कर सकते हैं, जब हमें नियम मिल जाए और हम उस नियम को समझ लें, जिसे ईश्वर ने अतीत में पहेलियों में लिखा था।

ज़ाहिर है, डॉ. मर्फ़ी इस सकारात्मक संदेश को सिखाने वाले एकमात्र पादरी नहीं थे। द्वितीय विश्व युद्ध के बाद के दशकों में कई चर्च स्थापित और विकसित किए गए, जिनके पादरी और समुदाय के लोग नव विचार आंदोलन से प्रभावित थे। चर्च ऑफ़ रिलीजियस साइंस, द यूनिटी चर्च और ऐसे ही आराधना स्थल इससे मिलते-जुलते दर्शन सिखाते थे। डॉ. मर्फ़ी ने अपने संगठन का नाम द चर्च ऑफ़ डिवाइन साइंस रखा। वे अक्सर अपने जैसी सोच वाले सहकर्मियों के साथ मंच पर जाते थे और संयुक्त कार्यक्रम करते थे तथा दूसरे स्त्री-पुरुषों को अपने चर्च में आने के लिए प्रशिक्षित करते थे।

बाद के वर्षों में कई चर्च के संस्थापकों ने उनके साथ मिलकर द फ़ेडरेशन ऑफ़ डिवाइन साइंस नामक संगठन बना लिया, जो सभी डिवाइन साइंस चर्चों के लिए छत्र के रूप में काम करता है। हर डिवाइन साइंस चर्च के लीडर अधिक शिक्षा पर ज़ोर देते थे। डॉ. मर्फ़ी सेंट लुई, मिसूरी में डिवाइन साइंस स्कूल की स्थापना का समर्थन करने वाले अगुआ थे, जो पादरियों और धर्मसमुदाय दोनों को शिक्षा प्रदान करता है व नए पादरियों को प्रशिक्षित करता है।

डिवाइन साइंस पादरियों की वार्षिक बैठक में सम्मिलित होना अनिवार्य था और डॉ. मर्फ़ी उसमें प्रमुख वक्ता रहते थे। वे प्रतिभागियों को अध्ययन करने और सीखते रहने के लिए प्रोत्साहित करते थे, ख़ास तौर पर अवचेतन मन के महत्त्व के बारे में।

अगले कुछ वर्षों में मर्फ़ी के स्थानीय चर्च ऑफ़ डिवाइन साइंस के सदस्यों की संख्या इतनी बढ़ गई कि इमारत छोटी पड़ने लगी। उन्होंने एक पूर्व मूवी थिएटर द विलशायर एबेल थिएटर को किराए पर लिया। उनके प्रवचन सुनने के लिए इतने ज़्यादा लोग आते थे कि यहाँ भी वे सारे लोग हमेशा नहीं समा पाते थे, जो सुनना चाहते थे। डॉ. मर्फ़ी और उनके स्टाफ़ द्वारा आयोजित कक्षाएँ उनकी रविवारीय पूजा के अतिरिक्त थीं, जिनमें 1,300 से 1,500 लोग आते थे। इसके अलावा सेमिनार और व्याख्यान अधिकतर दिनों और संध्याओं को होते थे। चर्च 1976 तक लॉस एंजेलिस के विलशायर एबेल थिएटर में बना रहा, जब यह लगूना हिल्स, कैलिफ़ोर्निया में एक सेवानिवृत्त समुदाय के पास एक नए ठिकाने पर चला गया।

संदेश सुनने के इच्छुक लोगों की भारी संख्या तक पहुँचने के लिए डॉ. मर्फ़ी ने एक साप्ताहिक रेडियो टॉक शो बनाया, जो अंततः दस लाख से अधिक श्रोताओं तक पहुँचा।

उनके कई अनुयायी संक्षेप से ज़्यादा चाहते थे और उन्होंने डॉ. मर्फ़ी को सुझाव दिया

कि वे अपने व्याख्यानों और रेडियो कार्यक्रमों को टेप करें। पहले तो वे ऐसा नहीं करना चाहते थे, लेकिन बाद में वे यह प्रयोग करने को सहमत हो गए। उनके रेडियो प्रोग्राम अतिरिक्त बड़ी 78 आरपीएम डिस्क पर रिकॉर्ड किए जाते थे, जो उस समय एक आम परंपरा थी। उन्होंने ऐसी ही एक डिस्क से छः कैसेट बनाकर उन्हें विलशायर एबेल थिएटर की लॉबी में सूचना मेज़ पर रख दिया। सारे कैसेट एक ही घंटे में बिक गए। इससे एक नया उपक्रम शुरू हो गया। बाइबल के शब्दों की व्याख्या, अपने श्रोताओं को मनन, ध्यान और प्रार्थना की सामग्री प्रदान देने वाले उनके व्याख्यानों के टेप न सिर्फ़ उनके चर्च द्वारा बेचे जाते थे, बल्कि दूसरे चर्चों, बुकस्टोर व डाक द्वारा भी उपलब्ध थे।

चर्च का विस्तार होने पर डॉ. मर्फ़ी ने पेशेवर और प्रशासकीय कर्मचारियों का स्टाफ़ रखा, ताकि कई योजनाओं में उनकी मदद ले सकें और अपनी शुरुआती पुस्तकों पर शोध करके उन्हें तैयार कर सकें। उनके स्टाफ़ की एक बहुत ही प्रभावी सदस्य उनकी प्रशासकीय सहयोगी डॉ. जीन राइट थीं। यह कामकाजी संबंध जल्द ही रोमांस में बदल गया और उनका विवाह हो गया - एक आजीवन साझेदारी, जिसने उन दोनों के जीवन को समृद्ध किया।

उस वक़्त (1950 के दशक में) आध्यात्मिक प्रेरणा वाली सामग्री के बड़े प्रकाशक बहुत कम थे। मर्फ़ी ने लॉस एंजेलिस इलाक़े के कुछ छोटे प्रकाशकों को खोजा और उनके साथ छोटी पुस्तकों की एक श्रृँखला निकाली (अक्सर 30 से 50 पेज की, जिन्हें पैंफ़लेट के रूप में छापा गया था), जो अधिकतर चर्चों में 1.50 से 3 डॉलर में बिकती थीं। जब इन पुस्तकों की माँग इस सीमा तक बढ़ गई कि दूसरे और तीसरे रीप्रिंट की नौबत आई, तो महत्त्वपूर्ण प्रकाशक समझ गए कि ऐसी पुस्तकों का बाज़ार है और उन्होंने इन्हें अपने कैटलॉग में शामिल कर लिया।

डॉ. मर्फ़ी अपनी पुस्तकों, टेपों और रेडियो प्रसारणों की बदौलत लॉस एंजेलिस के बाहर भी मशहूर हो गए तथा उनके पास देश भर से व्याख्यान के आमंत्रण आने लगे। उन्होंने अपने व्याख्यान सिर्फ़ धार्मिक मसलों तक ही सीमित नहीं रखे, बल्कि जीवन के ऐतिहासिक मूल्यों, स्वस्थ जीवन की कला और महान दार्शनिकों की शिक्षाओं पर भी संदेश दिया - पाश्चात्य और पूर्वी संस्कृतियों दोनों के।

चूँकि डॉ. मर्फ़ी ने कभी गाड़ी चलाना नहीं सीखा था, इसलिए उन्हें यह व्यवस्था करनी थी कि कोई उन्हें उन जगहों पर ले जाएँ, जहाँ व्याख्यान देने का आमंत्रण उन्हें दिया जाता था और उनकी अति व्यस्त समय-सारणी की दूसरी जगहों पर भी ले जाए। उनकी प्रशासकीय सहयोगी और बाद में उनकी पत्नी के रूप में जीन का एक काम डॉ. मर्फ़ी के कामों की योजना बनाना, ट्रेन या फ़्लाइट की बुकिंग करना, हवाई अड्डे पर कार से लेना, होटल व्यवस्था करना और यात्रा के अन्य सारे विवरण तय करना था।

मर्फ़ी दंपत्ति संसार के कई देशों में अक्सर यात्रा करते थे। उनकी प्रिय कामकाजी छुट्टियाँ समुद्री पर्यटन जहाज़ों पर सेमिनार आयोजित करना था। ये यात्राएँ एक सप्ताह या इससे लंबी चलती थीं और उन्हें संसार के कई देशों में ले जाती थीं।

डॉ. मर्फ़ी की एक बहुत पुरस्कारदायक गतिविधि कई जेलों के कैदियों से बातचीत

करना था। कई पूर्व-अपराधियों ने बरसों तक उन्हें पत्र लिखे और बताया कि किस प्रकार उनके शब्दों ने उनके जीवन का कायाकल्प कर दिया और उन्हें आध्यात्मिक व सार्थक जीवन जीने के लिए प्रेरित किया।

उन्होंने अमेरिका के अलावा यूरोप व एशिया के कई देशों की यात्राएँ कीं। अपने व्याख्यानों में वे एक ईश्वर, "मैं हूँ," में विश्वास पर आधारित जीवन सिद्धांतों और अवचेतन मन की शक्ति को समझने के महत्त्व पर ज़ोर देते थे।

डॉ. मर्फ़ी की पैंफलेट के आकार की पुस्तकें इतनी लोकप्रिय थीं कि वे उन्हें अधिक विस्तृत और ज़्यादा लंबी पुस्तकों में बदलने लगे। उनकी पत्नी ने हमें उनके लिखने के तरीक़े के बारे में बताया है। उन्होंने बताया कि वे अपनी पांडुलिपियाँ एक तख़्ती पर लिखते थे और अपनी पेंसिल या पेन इतनी कसकर दबाते थे कि आप अगले पेज पर उसकी छाप से ही पूरा पेज पढ़ सकते थे। लिखते समय वे तंद्रा में नज़र आते थे। उनकी लेखन शैली उनके ऑफ़िस में चार से छह घंटे तक बिना विचलित हुए लिखने की थी, जब तक कि वे रुक नहीं जाते थे और कहते थे कि आज के लिए काफ़ी हो गया। हर दिन एक जैसा रहता था। उन्होंने जो शुरू किया था, उसे पूरा करने के लिए वे अगली सुबह से पहले कभी दोबारा ऑफ़िस नहीं जाते थे। जब वे काम करते थे, तब कोई भोजन या पेय नहीं लेते थे। वे अपने विचारों और पुस्तकों के विशाल संग्रह के साथ अकेले रहते थे, जिनसे वे समय-समय पर संदर्भ देखते थे। उनकी पत्नी उन्हें आगंतुकों और फ़ोन कॉल से बचाती थीं तथा चर्च व अन्य गतिविधियों को सुचारु रूप से चलाती रहती थीं।

डॉ. मर्फ़ी हमेशा उन मुद्दों पर चर्चा करने और उन बिंदुओं को समझाने के एक सरल तरीक़े की तलाश कर रहे थे, जो विस्तार से बताएँ कि यह व्यक्ति को कैसे प्रभावित करता है। उन्होंने अपने कुछ व्याख्यान कैसेट, रिकॉर्ड या सीडी पर पेश करने का चुनाव किया, जब ये प्रौद्योगिकियाँ विकसित हुईं और ऑडियो के क्षेत्र में नए तरीक़े उभरे।

सीडी और कैसेट का उनका पूरा काम वे साधन हैं, जिनका इस्तेमाल अधिकतर समस्याओं के लिए किया जा सकता है, जो जीवन में इंसान के सामने आती हैं। इरादे के अनुसार लक्ष्य हासिल करने के ये तरीक़े समय के इम्तिहान में खरे उतरे हैं। उनकी बुनियादी विषयवस्तु यह है कि समस्या का समाधान इंसान के भीतर निहित है। बाहरी तत्व किसी की सोच नहीं बदल सकते। यानि, आपका मन आपका ख़ुद का है। बेहतर जीवन जीने के लिए आपको बाहरी परिस्थितियों को नहीं, बल्कि अपने मन को बदलना होगा। आप अपनी ख़ुद की तक़दीर बनाते हैं। परिवर्तन की शक्ति आपके मन में है और अपने अवचेतन मन का इस्तेमाल करके आप बेहतरी के ये परिवर्तन कर सकते हैं।

डॉ. मर्फ़ी ने 30 से अधिक पुस्तकें लिखी हैं। उनकी सबसे मशहूर पुस्तक द पावर ऑफ़ यॉर सबकॉन्शस माइंड 1963 में प्रकाशित हुई और तुरंत बेस्टसेलर बन गई। इसे सर्वश्रेष्ठ स्व-सहायता पुस्तकों में से एक क़रार दिया गया। इसकी लाखों प्रतियाँ बिक चुकी हैं और अब भी पूरे संसार में बिक रही हैं।

उनकी कुछ अन्य बेस्टसेलिंग पुस्तकों में शामिल थीं: टेलीसाइकिक्स - द मैजिक पावर ऑफ़ परफ़ेक्ट लिविंग, द अमेज़िंग लॉज़ ऑफ़ कॉस्मिक माइंड, सीक्रेट्स ऑफ़ द

आई-चिंग, द मिरेकल ऑफ़ माइंड डाइनैमिक्स, यॉर इनफ़िनिट पावर टु बी रिच और द कॉस्मिक पावर विदिन यू।

डॉ. मर्फ़ी का देहांत दिसंबर 1981 में हो गया और इसके बाद उनकी पत्नी डॉ. जीन मर्फ़ी ने उनकी विरासत को जारी रखा। 1986 में उन्होंने एक व्याख्यान में अपने स्वर्गीय पति का उद्धरण देते हुए उनके दर्शन को दोहराया:

> मैं पुरुषों और स्त्रियों को उनका दैवी उद्गम बताना चाहता हूँ और उनके भीतर मौजूद शक्तियों के बारे में भी। मैं यह जानकारी देना चाहता हूँ कि यह शक्ति उनके भीतर है और वे अपने ख़ुद के सहायक हैं और अपनी मुक्ति हासिल करने में ख़ुद सक्षम हैं। यही बाइबल का संदेश है और आज हमारी नब्बे प्रतिशत दुविधा इस कारण है, क्योंकि हमने बाइबल के जीवन बदलने वाले सत्यों की ग़लत, शाब्दिक व्याख्या कर ली है।
>
> मैं बहुसंख्यक लोगों, सड़क के आदमी को, उस औरत को जो कर्तव्य के बोझ से दबी जा रही है और अपने गुणों तथा योग्यताओं को दमित कर रही है तक पहुँचना चाहता हूँ; मैं हर अवस्था या चेतना के स्तर पर मौजूद दूसरे लोगों की मदद करना चाहता हूँ, ताकि वे मन के चमत्कार सीखें।

उन्होंने अपने पति के बारे में कहा: वे व्यावहारिक संन्यासी थे, उनमें विद्वान की बौद्धिकता थी, सफल प्रबंधक का दिमाग़ था, कवि का हृदय था। उनका संदेश सार रूप में यह था: “आप सम्राट हैं, अपने संसार के शासक हैं, क्योंकि आप ईश्वर के साथ एक हैं।”