om 24 final Delhi_Page 1 and 2 18/03/2015 10:54 Page 10

मंसा सेवा का एक प्रारूप 'टेलीपैथी'

टेलीपैथी में एक ही सिद्धान्त कार्य करता है कि हम सभी इस विश्व ब्रह्माण्ड में आपस में जुड़े हुए इस सृष्टि के अभिन्न अंग हैं। जिस तरह से पानी से भरे हुए टब में यदि एक तरंग उठे तो उसका प्रभाव पूरे जल को तरंगित कर देता है, उसी प्रकार इस विधि से हम कहीं भी किसी को भी प्रभावित कर सकते हैं। बशर्ते वो बहुत अधिक शक्तिशाली होना चाहिए।

सूर्य बहुत ऊर्जावान है, उसकी सामर्थ्य तथा उसकी शक्ति को जाना जा सकता है, वो भी कब, जब उसकी तरंगों को एक लेंस के माध्यम से किसी कागज़ पर एकत्रित किया जाए। वैसे ही मन को स्थिर व एकाग्र करने पर इसकी सामर्थ्य को जाना जा सकता है, इसकी क्षमताओं का उपयोग किया जा सकता है। वैज्ञानिक प्रगति की एक अनुपम सौगात मोबाईल फोन के माध्यम से हम दूर-दूर तक विचारों और भावनाओं को अभिव्यक्त करते हैं। लेकिन आपको शायद पता नहीं होगा कि विचारों व भावनाओं का दूरगामी सम्प्रेषण पहले भी होता था जिसे हम टेलीपैथी (टेली का अर्थ दूर + पैथी का अर्थ इलाज) नाम देते हैं। अर्थात् दूर से भी हम किसी भी चीज़ को ठीक कर सकते हैं।

टेलीपैथी है क्या?

अपने मानसिक विचारों या अवचेतन मन की उपचारात्मक तरंगों व भावनाओं को जगत में कहीं पर भी किसी के मन में भेजना या उसे प्रभावित करना, को टेलीपैथी कहते हैं।

टेलीपैथी व मंसा सेवा दोनों समानार्थी हैं। जिस प्रकार टेलीपैथी में हम अपने अवचेतन मन की तरंगों को कहीं भी बैठे हुए व्यक्ति, वस्तु या परिस्थिति पर भेज सकते हैं या ग्रह-सितारों आदि से सम्पर्क साध सकते हैं, ठीक उसी प्रकार मंसा सेवा द्वारा भी हम इन सभी उपरोक्त कही गई बातों से सम्पर्क साध सकते हैं।

✦ परमात्मा पिता क्यों कहते हैं कि सबसे बड़ी अच्छी सेवा मंसा सेवा है? वो इसलिए क्योंकि इस सेवा द्वारा हम बिना किसी अवरोध के उस व्यक्ति के मन को छू सकते हैं जिससे आपका विरोध है।

✦ ये कल्पना से शुरु होकर धीरे-धीरे वास्तविकता में बदल जाता है। उदाहरण के लिए जैसे हम कहते हैं कि बिना कुछ समझे या जाने हम बहुत सारी बातों में उलझे रहते हैं या कल्पनाओं में खोए रहते हैं, लेकिन इन कल्पनाओं का कुछ सार नज़र नहीं आता, क्योंकि हम वास्तविकता से बहुत दूर हैं। परन्तु परमात्मा पिता ने हमारी उन कल्पनाओं को एक नए परिदृश्य में बदल दिया है और बताया है कि आप ही सतयुग में देवता थे, आप ही फरिश्ता थे। तो यहां तो स्पष्ट है कि अगर हमें नई दुनिया बनानी है तो हम आसानी से अपने मन की शक्तियों से अपने खुद के विचारों को बदल सकते हैं और उसे साकार रूप प्रदान कर सकते हैं।

✦ चाहे वे सकारात्मक हों या नकारात्मक, दोनों का प्रभाव किसी भी वस्तु या व्यक्ति पर समान रूप से पड़ता है। इसी का प्रयोग लोग तंत्र-विद्या में भी करते हैं, जो कि पूर्णतः नकारात्मकता के साथ जुड़ी होती है। वो उस व्यक्ति को वैसा ही करने पर मजबूर कर देती है जो वो नहीं करना चाहता। वो उस अमुक व्यक्ति द्वारा संचालित होता है जो उसके लिए ऐसी कल्पनाएं भेज रहा होता है।

✦ नियमित रूप से कल्पनाएं भेजने से विचारों की तरंगें प्रबल होने लगती हैं और उस व्यक्ति को वैसा ही करने पर मजबूर करती हैं। तो क्यों ना हम सकारात्मक तरंगें बार-बार भेजकर अपने संबंधों को ठीक कर लें।

✦ वर्तमान समय सबका चेतन मन बहुत ही कमज़ोर है, इसलिए वो बहुत जल्दी नकारात्मक बातों से प्रभावित हो जाता है, इसी को लोग नज़र लगना भी कहते हैं।

जिसका चेतन मन जितना मज़बूत व शक्तिशाली होगा, वह इन बातों से अप्रभावित रहेगा।

✦ आज सभी का कमज़ोर मन है, इसलिए परमात्मा कहते कि आप यदि उन्हें सकारात्मक और शक्तिशाली तरंगें भेजेंगे तो सभी -शेष पेज 7 पर...

खुशियाँ आपके साथ...

7 कदम राजयोग की ओर...

मन की बातें

-ब्र.कु. सूर्य

प्रश्नः- हमारे गीत में आया है कि सतयुग में सृष्टि धर्म के चार पाँव पर खड़ी होगी। वो धर्म के चार पाँव कौन-से हैं?

उत्तरः- सत्धर्म के चार पाँव होते हैं - सत्य, अहिंसा, प्रेम और पवित्रता। कोई भी धर्म जब इन चारों धारणाओं में सम्पन्न है तो वो अपने सर्वोच्च अवस्था में है और इनमें से कोई एक भी कमज़ोर पड़ने लगता है तो धर्म भी अपनी सतोप्रधान स्थिति से नीचे जाने लगता है। सतयुग में सत्य इतना नैचुरल था कि असत्य से कोई परिचित ही नहीं था। वहाँ की डिक्शनरी में झूठ शब्द का नाम निशान नहीं था। कर्म भी सत्य थे, बोल भी सत्य थे, विचार भी सत्य थे, व्यवहार में भी सम्पूर्ण सत्यता थी। अहिंसा तो मानो सतयुग का श्रृंगार था। वहाँ जानवर भी हिंसक नहीं थे या यों कहें कि हिंसक जानवरों का ही अस्तित्व नहीं था क्योंकि मनुष्य में सम्पूर्ण देवत्व था। इसलिये जीव-जंतु सभी अहिंसात्मक वृत्ति से भरपूर थे। इसीलिये ही कहावत है कि शेर व गाय एक घाट पर पानी पीते थे। वहाँ सभी के अंदर आत्मिक प्रेम था। देह-प्रेम या वासनात्मक प्रेम की वहाँ अविद्या थी। पशु-पक्षी, जीव-जंतुओं में भी परस्पर अति प्रेम था। पवित्रता से तो वहाँ प्रकृति भी सतोप्रधान थी। किसी भी विकार का अंशमात्र भी वहाँ विद्यमान नहीं था। इन चारों के कारण धर्म भी बहुत शक्तिशाली था और राज्य भी बहुत शक्तिशाली था।

प्रश्नः- मैं बहुत निर्बल हूँ। मुझे स्वयं को शक्तिशाली बनाना है, कैसे बनाऊँ? इसके लिए मास्टर सर्वशक्तिवान का अभ्यास ज़रूरी है या शिव-शक्ति का?

उत्तरः- स्वयं को शक्तिशाली बनाने के लिए ये दोनों ही अभ्यास आवश्यक हैं। मास्टर ऑलमाइटी का भी अर्थ है कि सर्वशक्तिवान की शक्तियाँ मेरे पास हैं और शिव शक्ति का भी यही अर्थ है जिसको जो अच्छा लगे उसको वही अभ्यास कर लेना चाहिए। व्यर्थ और नेगेटिव संकल्पों से हमारी एनर्जी नष्ट होती है। जो मनुष्य बहुत ज्यादा सोचता है, वो उतना ही निर्बल बनता जाता है। दूसरी बात, मनोविकार मनुष्य को कमज़ोर करते हैं। उससे तन की शक्ति भी जाती है और मन की भी। इसलिये शक्तिशाली बनने के लिए विकारों को छोड़ना बहुत आवश्यक है। जितना-जितना हम निर्विकारी बनते जाएँगे, हमारी शक्ति बढ़ती जाएगी। क्रोध तो मानो आत्मा की शक्तियों को जलाने लगता है और अहंकार से सूक्ष्म रूप से शक्तियों का ह्रास होने लगता है। इच्छाएँ और ममता मन को कमज़ोर बनाती हैं। त्याग और एकाग्रता आत्मा को शक्तिशाली बनाने के साधन हैं।

जो जितना अच्छा योग करेंगे, वो उतना ही शक्तिशाली बनते जायेंगे और मास्टर ऑलमाइटी के अभ्यास से सोयी हुई शक्तियाँ जागृत होती रहेंगी। शक्तिशाली बनने का प्रैक्टिकल स्वरूप होगा - हर परिस्थिति में स्थिति को अचल-अडोल रखना। कोई भी बात हो जाने पर मन को तनाव व चिंताओं से मुक्त रखना। कह सकते हैं जो जितना सरल है, वो उतना ही शक्तिशाली है।

प्रश्नः- मैं एक गृहणी हूँ। मैं अपने क्रोध से स्वयं ही बहुत परेशान हूँ। कभी बच्चों पर क्रोध आता है तो कभी सास पर। सारा दिन मेरा मन चिड़चिड़ा और तनाव में रहता है। इससे मुझे कई बीमारियाँ भी लग गयी हैं। मैं अपने क्रोध को जीतकर परिवार में प्यार का माहौल बनाना चाहती हूँ। मैं क्या करूँ?

उत्तरः- निःसंदेह क्रोध मनुष्य का बहुत भारी शत्रु है। सभी मनुष्य क्रोधी से किनारा करने लगते हैं। क्रोधी व्यक्ति से कोई भी व्यक्ति प्यार नहीं करता। क्रोध के कारण संबंधों में विष घुल जाता है। जब मनुष्य क्रोधित होता है तो उसे अपने बोल पर भी कण्ट्रोल नहीं रह जाता। इसलिये बाद में उसे बहुत पश्चाताप होता है। कभी-कभी मनुष्य का क्षण भर का क्रोध उसके जीवन के लिये बड़ा खतरनाक सिद्ध होता है। क्रोध पर विजय प्राप्त करना बहुत ज़रूरी है क्योंकि क्रोध से परिवार में बहुत अशांति की ज्वाला दहकती है। क्रोध तो मनुष्य को जीवन का सुख ही नहीं लेने देता। सवेरे उठकर बहुत शांति में बैठकर 7 बार अभ्यास करें कि मैं आत्मा हूँ...शांत स्वरूप हूँ...इस शांति को बहुत गहराई से स्वीकार करें और अपने को संकल्प दें कि शांति मेरा स्वभाव है, क्रोध मेरा स्वभाव नहीं है। साथ-साथ अपने घर में 3 बार आधा-आधा घण्टा बैठकर राजयोग का अभ्यास करें। आप सबको आत्मा देखकर सबसे प्यार से बात करने का संकल्प करें। कामनाएँ मनुष्य में क्रोध को जन्म देती हैं। इसलिये अपनी कामनाओं को कम करते चलें। यदि कोई झूठ बोलता है या ठीक से काम नहीं करता या आपकी आज्ञा नहीं मानता तो आपको उसे प्यार से समझाना है। आपके व्यवहार को देखकर सभी लोग बाबा की ओर आकर्षित होंगे। सबको प्यार मिलेगा और राजयोग के प्रभाव से आत्मा सहज क्रोध मुक्त हो जाएगी।

प्रश्नः- मैं बी.कॉम.थर्ड ईयर की स्टूडेन्ट हूँ। बहुत मेहनत करने के बाद भी सेकण्ड ईयर में मेरे 60 प्रतिशत अंक ही आये। मुझे फाइनल में अपना प्रतिशत बढ़ाना है, मैं क्या करूँ?

उत्तरः- बहुत ज़्यादा पढ़ने या मेहनत करने से अच्छा है बुद्धि की क्षमता को बढ़ाना ताकि आपको मेहनत कम करनी पड़े और सफलता ज़्यादा मिले। बौद्धिक क्षमता बढ़ाने के लिए कुछ उपाय करने आवश्यक हैं। आपका भोजन और नींद पर्याप्त होने चाहिए। यदि आप बहुत सोचेंगी तो आपकी बौद्धिक शक्ति क्षीण होती जाएगी। दूसरी बात, बौद्धिक क्षमता बढ़ाने के लिए व्यर्थ व नेगेटिव संकल्पों से भी दूर रहना होगा। सवेरे उठते ही 5 बार सच्चे मन से संकल्प करें कि मैं बुद्धिमान हूँ और सच्चे मन से भगवान को धन्यवाद करें कि आपने मुझे बहुत अच्छी बुद्धि दी है। साथ-साथ रोज़ सवेरे राजयोग की एक बहुत अच्छी प्रैक्टिस करें कि मैं आत्मा स्वराज्य अधिकारी हूँ। मन-बुद्धि की मालिक हूँ। हे मेरी बुद्धि जो भी मैं पढ़ूँ या लेक्चरार पढ़ाये, तुम सबको याद कर लेना। इसको कॉलेज में और होमवर्क करते समय अवश्य करना। परीक्षा आने से 15 दिन पहले एक विज़न बना लेना कि मेरे इतने मार्क्स आयेंगे ही और उसमें सम्पूर्ण विश्वास रखना। उसका उतना ही आनंद लेना जबकि मार्कशीट आपके हाथ में होगी और आप देखेंगे कि इतने प्रतिशत हैं। रोज़ मार्कशीट अपने हाथ में देखें और विज़न देखें कि मेरे इतने प्रतिशत मार्क्स आयेंगे ही। साथ ही साथ इन 15 दिनों में रोज़ सवेरे उठते ही 7 बार यह प्रैक्टिस करना कि मैं मास्टर ऑलमाइटी हूँ और सफलता मेरा जन्मसिद्ध अधिकार है। ऐसा करने से आप मनइच्छित परिणाम प्राप्त करेंगी।

Contact e-mail - bksurya8@yahoo.com