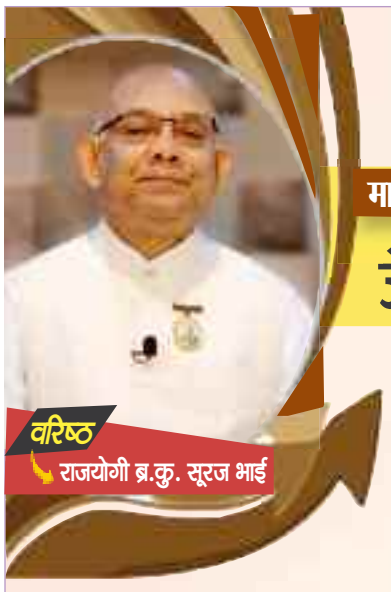

वरिष्ठ
राजयोगी ब्र.कु. सूरज भाई

मानसिक रोगों का कारण और निवारण

जैसे हमारे संकल्प... वैसी हमारी स्थिति

संसार में जहाँ अनेक रोग बढ़ते दिखाई दे रहे हैं, वहीं अभी प्रकोप नज़र आ रहा है मानसिक रोगों का। बहुत लोग इसको समझ नहीं पाते कि मानसिक रोग आखिर बढ़ क्यों रहे हैं। चिंतायें पहले भी थीं। समस्यायें पहले भी बहुत होती थीं। लेकिन अब अधिकतर लोग मानसिक रोगों के शिकार हो रहे हैं। किसी को रात को नींद नहीं आती है। किसी को डिप्रेशन हो गया है। मेडिकल साइंस में कई नाम हैं ऐसे जो सिजोफ्रेनिया हो गया, ओसीडी। और ऐसे कई नाम जो युवकों को खास 40 साल तक की आयु वालों को काफी परेशान कर रहे हैं। कई लोगों ने, कई युवकों ने कमरे में बंद कर लिया है। आइसोलेटेड कर लिया है। कईयों को ज़्यादा सोचने की आदत पड़ गई है। और भी कई चीज़ उदास रहना, कहीं भी मन न लगना। ये सब लक्षण दिखाई दे रहे हैं मानसिक रोगों के।

आप ज़रूर जानना चाहेंगे गुह्य रहस्यों को जो मैं स्पष्ट कर देना चाहता हूँ कि जो भगवान के द्वारा कही गई बातें हैं, जो एकदम सत्य हैं। सबसे पहले तो हमें ये बात जाननी चाहिए कि मैं इस शरीर में रहने वाली चैतन्य आत्मा हूँ। आत्मा ब्रेन के बीच में रहती है, प्वाइंट ऑफ एनर्जी है। मैं बहुत सूक्ष्म हूँ। मुझसे चारों तरफ निरन्तर वायब्रेशन्स फैलते रहते हैं। तो पहले तो सभी को इस सत्य को स्वीकार कर लेना चाहिए। अब ये बात तो नहीं कि मैं ये बातें नहीं मानता। अब मानें या न मानें ये तो सत्य है। देखो आत्मा शरीर छोड़ती है, मृत्यु कहते हैं हम उसे। भले डॉक्टर्स कहते हैं ब्रेन फेल हो गया, हार्ट फेल हो गया। परन्तु वास्तव में आत्मा देह छोड़कर चली जाती है। पुर्नजन्म होता है, गर्भ में आत्मा का आगमन होता है। नया शरीर प्रारम्भ होता है। हम सभी आत्मायें हैं। इस संसार के सभी लोग इस सत्य को भूल गये हैं। भौतिकता में बहुत संलग्न हो गये हैं। इसलिए क्या हो रहा है- सांसारिक इच्छाओं के पीछे मनुष्य भाग रहा है। कोई धन-संपदा के पीछे भाग रहा है, कोई पद पॉजिशन के पीछे भाग रहा है। उसको आत्म उन्नति का ख्याल ही नहीं है।

अब इस आत्मा में तीन मुख्य शक्तियां हैं। मन-बुद्धि और संस्कार। संस्कार माना हमारी आदतें, हमारी जो नेचर हो जाती है। मन, इसके द्वारा हम सोचते हैं। माइंड इज़ द पॉवर ऑफ थॉट, पॉवर ऑफ थिंकिंग। ये सोचने की शक्ति है, संकल्प शक्ति है। और बुद्धि, पॉवर ऑफ विज़डम, पॉवर ऑफ विज़वुअलाइज़ेशन, पॉवर ऑफ जजमेंट। ये हमारी बुद्धि का काम है। मन और बुद्धि दोनों मिलकर काम करते हैं। मन, इसमें संकल्पों की एक गति होती है। किसी का मन धीमी गति से चलता है, किसी का तेज़ गति से चलता है। योगियों का मन धीमी गति से चलते-चलते उसकी गति और स्लो डाउन हो जाती है। और जो चिंताओं में रहते हैं, परेशानियों में रहते हैं, मोबाइल पर ज़्यादा इनफॉर्मेशन कलेक्ट करते हैं उन सबका मन फास्ट हो जाता है, वो बहुत सोचते रहते हैं। लेकिन एक इम्पोर्टेंट फैक्टर है मानसिक रोगों का। आगे बढ़ने से पहले मैं बता दूं, मन और बुद्धि और तीसरी चीज़ है ब्रेन। हमारी मेडिकल साइंस इन तीनों में डिफ्रेंस केवल इतना ही कर पायीं थी कि सोचते रहे कि एक हिस्सा माइंड है, दूसरा हिस्सा बुद्धि है, उसमें सब्कॉन्शियस माइंड, अनकॉन्शियस माइंड, कॉन्शियस माइंड ये सब व्याख्यायें बहुत कर दीं। पर मन आत्मा की शक्ति और ब्रेन शरीर की शक्ति है। अलग-अलग कर लें दोनों को। आत्मा न हो तो शरीर डेड है। अब मन और बुद्धि दोनों का सीधा सम्बन्ध ब्रेन से है। सिम्पल भाषा में जान लें ब्रेन हमारा कंप्यूटर है शरीर को चलाने वाला। लेकिन कंप्यूटर आपे ही तो काम नहीं करते चाहे वो सुपर कंप्यूटर हो, चाहे सुप्रीम कंप्यूटर। उसके लिए एक ऑपरेटर की ज़रूरत पड़ती है। इसी तरह मन-बुद्धि इसको ऑपरेट करते हैं।

बस यहाँ कन्फ्यूज़न हुआ, रोग मन में है और इलाज ब्रेन का किया जा रहा है। थोड़ा फायदा होता है फिर वैसा का वैसा हो जाता है। किसी का तो डल ही हो जाता है। किसी का ब्रेन थोड़ा समय एक्टिव रहता है, कईयों का फिर कुछ साल भी एक्टिव रहता है फिर डिप्रेशन के शिकार हो जाते हैं। तो हमें मन के इलाज की भी ज़रूरत है। जैसी हमारी मन की स्थिति होती है वैसी ही ब्रेन की स्थिति होती है। यानी जैसा मन वैसा ब्रेन। यानी मन की शक्ति ही ब्रेन का निर्माण करती है। मन ही ब्रेन को अफेक्ट करता है। अच्छे संकल्प हैं मन में तो ब्रेन की स्थिति अच्छी और पॉवरफुल, जितने पॉवरफुल थॉट्स हमारे मन में होंगे ब्रेन उतना ही पॉवरफुल होगा। और वैसे ही हमारे वायब्रेशन होंगे। जितनी निगेटिव थिंकिंग होगी, कमज़ोर विचार होंगे, हताशा-निराशा के विचार होंगे उतना ही ब्रेन भी धीरे-धीरे कमज़ोर होता जायेगा। और इससे बढ़ते हैं मानसिक रोग।

मेडिकल साइंस में भी ब्रेन के डॉक्टर अलग, न्यूरोसर्जन कहते हैं, न्यूरोफिज़िशियन कहते हैं; और मानसिक रोगों के डॉक्टर अलग हैं जो साइकेट्रिक डिजीज को ट्रिट करते हैं। वो उनका अलग सब्जेक्ट, वो उनका अलग सब्जेक्ट, तो दोनों को मिलाकर एक साथ अगर काम करेंगे, तो शायद मानसिक रोगों पर कन्ट्रोल पाया जा सकेगा।

अच्छे संकल्प हैं मन में तो ब्रेन की स्थिति अच्छी और पॉवरफुल, जितने पॉवरफुल थॉट्स हमारे मन में होंगे ब्रेन उतना ही पॉवरफुल होगा। और वैसे ही हमारे वायब्रेशन होंगे।

जम्मू। माननीय उपराज्यपाल मनोज सिन्हा को रक्षासूत्र बांधने के पश्चात् ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए राजयोगिनी ब्र.कु. सुदर्शन दीदी। साथ हैं ब्र.कु. रविन्दर भाई, ब्र.कु. सुभाष भाई, ब्र.कु. सुषमा बहन, ब्र.कु. कुसुम लता बहन व ब्र.कु. रमा बहन।

शांतिवन। अंतर्राष्ट्रीय स्तर की हिंदी सेवी संस्था विक्रमशिला हिंदी विद्या पीठ द्वारा विद्यापीठ के उपकुलसचिव डॉ. गोपाल नारसन के हस्तों से मोटिवेशनल स्पीकर वरिष्ठ राजयोगी ब्र.कु. सूर्य भाई को हिंदी के प्रति उनके विशेष योगदान के लिए 'विद्या वाचस्पति' की मानद उपाधि से विभूषित किया गया। इस दौरान वरिष्ठ राजयोगिनी ब्र.कु. चक्रधारी दीदी, ब्र.कु. सत्येंद्र भाई, ब्र.कु. रूपेश भाई , फिल्म सिटी मुंबई के मैनेजर रहे ओमवीर सैनी, डॉ. पर्मेंद्र देशवाल, के.पी. चंदेल, अनिल पुंडीर, मीडिया कॉन्फ्रेन्स में आए 15 सौ मीडिया कर्मी व अन्य ब्र.कु. भाई-बहनें शामिल रहे।

दिल्ली-करोल बाग। माननीय न्यायमूर्ति सुधीर कुमार जैन,दिल्ली उच्च न्यायालय को ईश्वरीय रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. विजय दीदी।

श्रीगंगानगर-राज.। जिला कलेक्टर अंशदीप जी को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. विजय बहन व ब्र.कु. ऊषा बहन।

बैरगनिया-बिहार। असिस्टेंट कमांडेंट पलास लुथरा को रक्षासूत्र बांधने के पश्चात् ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए स्थानीय सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. निर्मला बहन।

हाजीपुर-राजपूत कॉलोनी(बिहार)। वैशाली जिला अधिकारी यशपाल मीणा को रक्षासूत्र बांधते हुए स्थानीय सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. अंजली बहन। साथ हैं ब्र.कु. आरती बहन।

दिल्ली-मजलिस पार्क। सेवाकेन्द्र पर आयोजित रक्षाबंधन कार्यक्रम में नये निगम पार्षद मुकेश गोयल,आप पार्टी तथा अनुराग गर्ग को ब्र.कु. राजकुमारी बहन एवं ब्र.कु. शारदा बहन द्वारा रक्षासूत्र बांधा गया।

फरीदाबाद-एनएचपीसी(हरियाणा)। राकेश कुमार आर्य,पुलिस कमिश्नर हरियाणा से.21 सी.फरीदाबाद को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. ज्योति बहन व ब्र.कु. प्रीति बहन।

आगरा-आर्ट गैलरी म्यूज़ियम(उ.प्र.)। कमिश्नर रितु माहेश्वरी को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. मधु बहन।

नरवाना-हरियाणा। सिविल जज नवीन कुमार को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. सीमा बहन। साथ हैं ब्र.कु. पूजा बहन।