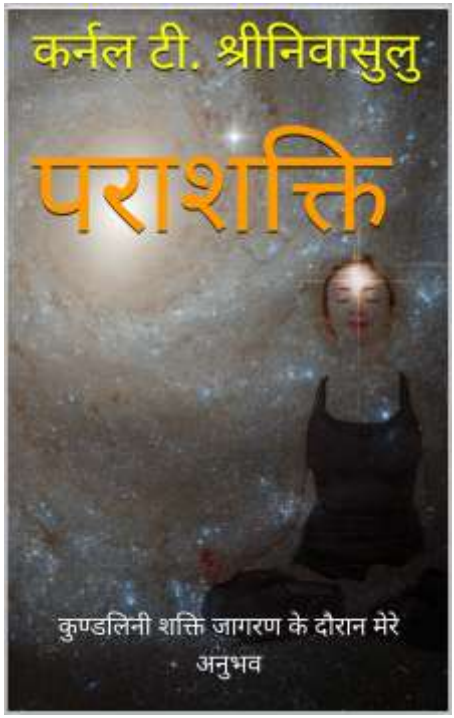

पराशक्ति

कुण्डलिनी शक्ति जागरण के दौरान मेरे अनुभव

लेखक

कर्नल टी. श्रीनिवासुलु

Copyright © 2016 T Sreenivasulu

First published in India : April 2016

Second edition : June 2016

Third edition : July 2020

All rights reserved.

www.sahajananda-ashram.com

समर्पित

अभिनन्दन करता हूँ उस स्त्री का जो ७०० वर्ष पहले भारत की कश्मीर घाटी में श्रीनगर की सड़कों पर अर्धनग्न अवस्था में घूमती थी ! अभिनन्दन करता हूँ उस सबसे महान प्रतिभाशाली का जो कभी शैव की प्राचीन घाटी से उत्पन्न हुई ! अभिनन्दन करता हूँ उस महिला भिक्षुक का जिसने अपने मृत शरीर को झगड़ते धार्मिक कट्टरपंथियों की दृष्टि से गायब कर दिया, जो दावा कर रहे थे कि वे उनसे संबंधित धर्मों के अंतर्गत आती हैं और इसलिए ही वे उनका अंतिम संस्कार कर सकते हैं | अभिनन्दन करता हूँ उस नारीत्व के प्रतीक का ! उस महान योगिनी को मेरा प्रणाम ! लल्लेश्वरी ! अथवा लाल देई (ललदय्द) ! अथवा लल्ला |

परम पूज्य श्री स्वामी सहजानंद तीर्थजी महाराज

विषय-सूची

लेखक की ओर से महामाया को अभिनन्दन
आभार
परम पूज्यश्री स्वामी सहजानंद तीर्थजी से आशीर्वाद
परिचय
संक्षिप्त में योग
सिद्ध महायोग
भव्य योग प्रणाली के चार मार्ग
कुंडलिनी शक्ति
शक्तिपात
शक्तिपात गुप्त पद्धति का संक्षिप्त इतिहास
क्रिया
शक्ति की संरचित अभिव्यक्ति
कुंडलिनी शक्ति की जागृति
क्रिया की अभिव्यक्ति
मस्तिष्कमेरु प्रणाली में शक्ति का आरोहण
शक्ति का गतिविज्ञान
मस्तिष्कमेरु प्रणाली में विशेष प्रतिक्रियाएँ
शक्ति और साधक के बीच अंतराफलक
क्रिया के रूप में जीवन
दिमाग का परिवर्तन
योग के अभ्यास में गुरु का मार्गदर्शन
अंतिम शब्द
शब्दावली
शक्तिपात पद्धति के आश्रम

लेखक की ओर से महामाया को अभिनन्दन

मेरा भ्रम यह शक्ति है | मेरी बुद्धि यह शक्ति है !

मेरा अहंकार यह शक्ति है | मेरा दिमाग यह शक्ति है !

मेरा शरीर यह शक्ति है | मेरा प्रेम यह शक्ति है !

मेरा क्रोध यह शक्ति है | मेरा गर्व यह शक्ति है !

मेरी वासना यह शक्ति है | मेरा लोभ यह शक्ति है !

मेरी सांस यह शक्ति है | मेरी जीवन शक्ति यह शक्ति है !

मेरा जीवन यह शक्ति है | मेरा स्वप्न यह शक्ति है !

मेरी नींद यह शक्ति है | मेरी विनम्रता यह शक्ति है !

अंतरिक्ष यह शक्ति है | समय यह शक्ति है !

मेरा अभिनन्दन यह शक्ति है !

सत्य संपूर्ण यह शक्ति है !

चैतन्य संपूर्ण यह शक्ति है !

परमानंद संपूर्ण यह शक्ति है !

रहस्यमय यह शक्ति है !

अक्षय यह शक्ति है !

इसे कुंडलिनी शक्ति कहा जाता है !

ईश्वर से अज्ञात शक्ति ! पराशक्ति |

आभार

मैं हमेशा अपने बचपन के मित्र डॉ वी. वी. एस. एस. चंद्रसशेखरम एवं उनकी पत्नी वी. राजेश्वरी का आभारी रहूँगा जिनके निवास पर मुझे इस योग प्रणाली में दीक्षित किया गया था |

मैं कभी भी अपने गुरुजी, परम पूज्य श्री स्वामी सहजानंद तीर्थजी, के आशीर्वाद के बिना इस पुस्तक को नहीं लिख सकता था | स्वामी जी आरंभिक चरणों से ही इस पुस्तक के लेखन की निरन्तर निगरानी कर रहे थे जिस से कि कहीं मैं योग दृष्टिकोण के मुख्य पथ से भटक न जाऊँ |

इस पुस्तक के शुरुआती प्रारूप के संपादन और योग के परिपेक्ष से विश्लेषण करने के लिए मैं अपने साथी अनुयायीओं श्री कमल कुमार, श्री रवि कुमार कौशिक व् श्री अजय हमसागर के प्रति भी आभार व्यक्त करना चाहता हूँ |

मैं प्रकाशकों का इस पुस्तक के एक बहुत ही उच्च स्तर के व्यापक संपादन, स्वरूपण, कवर डिजाइन और प्रकाशन को सुनिश्चित करने के लिए आभारी हूँ |

मैं मिलिट्री इंटेलिजेंस निदेशालय (भारतीय सेना) को मुझे इस पुस्तक को प्रकाशित करने के लिए आवश्यक मंजूरी देने के लिए हार्दिक धन्यवाद देना चाहूंगा |

मैं, गुरुग्राम, हरियाणा की निवासी श्रीमती वर्तिका शुक्ला का आभारी हूं, कि उन्होंने पुस्तक का अति उत्कृष्ट रूप से संपादन एवं प्रूफ शोधन का कार्य किया है।

परम पूज्यश्री स्वामी सहजानंद तीर्थजी से आशीर्वाद

मनुष्य द्वारा अपने सृष्टिकर्ता से मिलने के लिए चुना गया पथ सदैव उस व्यक्ति के लिए विशिष्ट है | और परम दिव्यता की कृपा सदैव उपस्थित है, चाहे जो भी पथ चुना गया हो | इसके अलावा, परमेश्वर चुने हुए पथ पर ही व्यक्ति पर अपना आशीर्वाद बरसाते हैं |

परमेश्वर की कल्पना प्रत्येक व्यक्ति के लिए विशिष्ट और भिन्न है, क्योंकि प्रत्येक व्यक्ति के पास सांसारिक ज्ञान के विभिन्न स्वरुप हैं | इसलिए परमेश्वर की अवधारणा हर व्यक्ति के लिए अद्वितीय है | मुझे कुछ उदाहरण देकर स्पष्ट करने दें जिससे इस विचार को बेहतर समझा जा सकेगा | एक व्यक्ति परमेश्वर की पूजा एक प्रेमिका के रूप में कर सकता है या एक मित्र, पिता, माता, बेटा, बेटी या फिर किसी भी अन्य सांसारिक मानवीय रिश्तों के मापदंडों के भीतर कर सकता है | इस प्रकार के उदाहरण महाभारत और रामायण में प्रचुर मात्रा में उपलब्ध हैं | सभी पाठक अच्छे से परिचित होंगे कि किस प्रकार श्री कृष्ण के भक्त उनकी पूजा विभिन्न मानवीय रिश्तों के दायरे में करते थे |

यह विचार मानवीय रिश्तों के अन्य रूपों के लिए भी लागू किया जा

सकता है | उदाहरण के लिए, एक व्यक्ति सर्वशक्तिमान की अथवा परमेश्वर की कल्पना एक ऐसे शत्रु के रूप में कर सकता है जिसे युद्ध के मैदान में पराजित करने की आवश्यकता है | भागवत पुराण में कंस और शिशुपाल जैसे पात्र इसी श्रेणी के हैं | वे भगवान श्री कृष्ण से अपने शत्रु के रूप में व्यव्हार करते थे |

उनकी कल्पना एक ऐसे सैन्य प्रतिभा के रूप में भी कर सकते हैं जो किसी भी शत्रु से बहुत आसानी से जीत सकते हैं | हम कह सकते हैं कि रामायण में सुग्रीव ने इसी रूप में भगवान् श्री राम की पूजा की थी | इसी प्रकार, एक व्यक्ति परमेश्वर की कल्पना एक आदर्श शिक्षक के रूप में कर सकता है, जो परम ज्ञान प्रदान कर सकता है | इसके अतिरिक्त, परमेश्वर की कल्पना विभिन्न प्रकार के विचारों के मापदंडों के भीतर भी की जा सकती है जैसे की एक सर्वोच्च शक्ति जिसका कोई रुप न हो; या एक ऐसे पुरुष के रूप में जो अत्यंत सुंदर, युवा और सर्व शक्तिशाली हो; या दयालु माता या पिता या भाई के रूप में; इत्यादि | यह सूची किसी भी प्रकार से संपूर्ण नहीं है |

इस समय इस ग्रह पर अरबों मनुष्य रहते हैं | अरबों का निधन हो गया है और अरबों जन्म लेंगे | और इन अरबों लोगों के बीच परमेश्वर की कल्पना सदैव प्रत्येक व्यक्ति के लिए अद्वितीय होगी | परमेश्वरअथवा सर्वशक्तिमान प्रत्येक व्यक्ति की भावना या स्वभाव के अनुसार अपनी कृपा की वर्षा करते हैं, जिस से कि मनुष्य अपने अंतर्मन तक पूरी तरह से संतुष्ट हो जाते हैं, और उनका दिमाग संपूर्णतः शांत हो जाता है | जब दिमाग शांत हो जाता है तो स्वयं के भीतर निवास करती आत्मा अपनी ही दिव्य प्रकृति की एक झलक मन के शांत पानी में प्रतिबिंबित देखती है | यह सभी योग प्रणालियों का अंतिम उद्देश्य है | इस के बाद जो होता है वह आत्म-बोध की दिशा में अंतिम यात्रा है जिसमें परमेश्वर के साथ मिलन होना आवश्यक होता है | योग ग्रंथों के अनुसार, एक मनुष्य के लिए यह अंतिम मुक्ति परमेश्वर की इच्छा पर होती है क्योंकि इसके पश्चात कोई अन्य योग

तकनीक शेष नहीं रह जाती है | इसलिए, ईश्वर के सामने सम्पूर्ण आत्म-समर्पण ही एकमात्र विकल्प है |

जो पथ आप चुनते हैं वह केवल लक्ष्य पाने का एक साधन है - और वह लक्ष्य है ईश्वर | एक व्यक्ति द्वारा चुने गए अनूठे पथ के कारण व्यक्ति को जो अनुभव प्राप्त होते हैं वह भी अद्वितीय होते हैं |

हर व्यक्ति का समग्र चरित्र अनूठा होता है, फिर भी अपने साथी मनुष्यों से कुछ सामान्य लक्षण प्रदर्शित करता है | इसके परिणामस्वरुप अमरता के मार्ग में कुछ अनुभव समान प्रतीत होते हैं | इन्हीं समान अनुभवों पर आधारित, विभिन्न योग प्रणाली और दर्शन शास्त्र विकसित किए गए हैं जो, विभिन्न प्रकार के लोगों के स्वभाव के अनुसार उपयुक्त हैं | इसलिए, एक योग प्रणाली या दार्शिनिक विचार या कुछ और भी, उस लक्ष्य, जिसे ईश्वर कहते हैं, को प्राप्त करने के लिए केवल एक साधन है | मानव अस्तित्व का एकमात्र उद्देश्य व्यक्तिगत आत्मा को सार्वभौमिक आत्मा या ईश्वर के साथ जोड़ना है | योग ग्रंथों के अनुसार, आवश्यक अद्वितीय लौकिक तंत्र केवल मानव शरीर में ही प्रदान किया गया है | इसका अर्थ है कि इस प्रकार की शारीरिक संरचना इस संसार या ब्रह्मांड में किसी भी अन्य प्राणी के लिए नहीं बनायी गयी है |

मनुष्य के आसपास ब्रह्मांड या संसार का अस्तित्व भ्रामक प्रवृति का है| यह एक स्क्रीन पर प्रक्षेपित एक सिनेमा के समान है | यह जागरूकता व्यक्ति में थोड़ा थोड़ा करके एक आत्म-बोध प्राप्त शिक्षक या गुरु के आशीर्वाद के साथ-साथ योगाभ्यास की एक लम्बी अवधि के पश्चात् आती है | आत्म-बोध की यह प्रक्रिया मानव मन में हो सकती है | एक बार जब आत्म-बोध हो जाये तो व्यक्ति को स्वयं के भीतर रहने वाली आत्मा की दिव्य प्रकृति का अहसास होता है |

संक्षेप में कहें तो, एक व्यक्ति इतना सक्षम हो जाता है कि, यदि उसकी इच्छा हो, तो ब्रह्मांड में विद्यमान भौतिक और आत्मिक बलों पर अलौकिक नियंत्रण कर सके | हालाँकि, जब अस्तित्व की प्रवृति ही भ्रामक है तो

शायद इसकी आवश्यकता ही पैदा न हो | इसके अलावा, स्व-बोधित व्यक्ति अब अपना अस्तित्व सार्वभौमिक आत्मा या ईश्वर से भिन्न नहीं समझता है|

मनुष्य के लिए इस संसार में आत्म-बोध के लिए प्रयास करने के अलावा कुछ भी सार्थक नहीं रह जाता है | मनुष्य का 'जीवन' के प्रति यदि कोई अन्य विचार है तो यह केवल अज्ञान के कारण है | इसलिए, आत्म-बोध की प्रक्रिया इस अर्थ में अनूठी है कि केवल इसे प्राप्त करना ही स्वाभाविक है | परमेशवर अथवा सर्वोच्च सर्वशक्तिमान ने मानव शरीर के अंदर आवश्यक जैविक तंत्र उपलब्ध कर, मनुष्य के लिए वास्तविकता की भ्रामक प्रवृति से निकलने का रास्ता सुनिश्चित किया है | आप या तो इसे एक लौकिक तंत्र कह सकते हैं अथवा ईश्वरीय इच्छा की व्यवस्था |

जब तक सांसारिक समस्याओं के रूप में जीवन में कुछ झटके अथवा आघात नहीं मिलते, अपने भीतर की दुनिया पर ध्यान केंद्रित करने की दिशा में बदलाव सामान्य रूप से उत्पन्न नहीं होता है | वास्तव में पिछले कर्म, जो एक व्यक्ति द्वारा किये गये हैं, पर आधारित यह संसार स्वयं सांसारिक समस्याएं पैदा करके व्यक्ति को पुरस्कृत करने के लिए षड्यंत्र रचता है, जिससे भीतर की दुनिया पर ध्यान केंद्रित करने की दिशा में बदलाव उत्पन्न हो सके |

कोई भी व्यक्ति जो जीवन में आध्यात्मिक पथ पर बढ़ने जैसे महान आदर्श का सपना देखता है, उसके लिए सामान्य जीवन में कुछ आघात सहने आवश्यक होते है | स्पष्ट है, कोई भी मनुष्य यह अप्रिय विचार पसंद नहीं करता है | हर कोई आत्मज्ञान की अवस्था जीवन में एक सरल और प्रसन्न वातावरण में प्राप्त करना चाहता है | यदि जीवन इतना प्रसन्न और आनंदित होता तो कोई भी इसे छोड़ कर किसी अज्ञात पथ पर क्यों बढ़ना चाहेगा ? किसी भी व्यक्ति को अपने बाह्य जीवन से दूर ध्यान परिवर्तित करने और अंतर्मुखी होने के लिए, उसके सामान्य जीवन में, बाहर से कुछ ऐसा होना आवश्यक है जिससे, कि यह परिवर्तन हो सके | यह एक कड़वी गोली है जिसे परमेश्वर से मिलन की प्रक्रिया आरंभ करने से पहले व्यक्ति

को निगलना आवश्यक है |

वास्तव में धन्य हैं वह आत्माएं जिन्होंने एक कड़वी गोली के भेष में अमृत की इस बूंद को निगल लिया है | सांसारिक दृष्टिकोण से जब कोई व्यक्ति जीवन में सफल नहीं होता - आर्थिक रूप से या व्यावसायिक तौर पर या किसी अन्य तरीके से - समाज उस व्यक्ति को एक विफल व्यक्ति के रूप में देखता है | वास्तव में व्यक्ति भी अपने 'विफल' जीवन के कारण आत्मविश्वास खो देता है | इसके अलावा, व्यक्ति को कई अन्य समस्याओं का भी सामना करना पड़ सकता है जैसे कि प्रियजनों को खो देना, धन की हानि, इत्यादि | ऐसी कोई भी बड़ी अनहोनी घटना, जो कि एक व्यक्ति के जीवन में होती है, उसको इस लौकिक कड़वी गोली के रूप में श्रेणीबद्ध किया जा सकता है |

इस महत्वपूर्ण मोड़ पर यदि ध्यान अंतर्मन की ओर केंद्रित कर दिया जाये, तो कहा जा सकता है कि व्यक्ति ने परिस्थितियों को पूरी तरह से सही दिशा में पलट दिया है | इसका अर्थ यह नहीं है, कि वह आर्थिक और व्यवसायिक रूप से फिर से इस भ्रामक बाहरी दुनिया में अपनी भूल को सुधारने का प्रयास करता है | यदि यह स्थिति है, तो केंद्र बिंदु बदला नहीं है | ध्यान परमेश्वर की ओर परिवर्तित होना है जो स्वयं के भीतर विद्यमान है | एक बार जब व्यक्ति आत्म-बोध को प्राप्त कर लेता है, उसके पास बाहरी दुनिया में विद्यमान भौतिक और अलौकिक घटनाओं को सम्पूर्ण रूप से नियंत्रित करने की शक्ति आ जाती है | परिणामस्वरुप, जो क्षुद्र सांसारिक समस्याएं कड़वी गोलियाँ प्रतीत होती थीं अब उसे विचलित नहीं करेंगी | वास्तव में, व्यक्ति यह समझ पायेगा कि वही कड़वी गोलियाँ उससे कुछ अधिक असाधारण प्राप्त करने का कारण बन गयी हैं | इसलिए ऐसा व्यक्ति, जो जीवन में विफलता को सर्वश्रेष्ठ से भी श्रेष्ठ सफलता में बदलने में सफल रहा हो वास्तव में धन्य है |

प्रत्येक माँ भी अपने बीमार बच्चे को दवा खिलाते हुए इस समस्या का सामना करती है | गोली चीनी लेपित करनी पड़ती है | अन्यथा, बच्चा उससे बचने बचने के लिए कहर पैदा कर देगा | एक चीनी लेपित गोली के

साथ, बच्चे को ज्ञात ही नहीं हो पाता कि उसने क्या खाया है – बच्चा प्रसन्न रहता है और रोग ठीक हो जाता है | इसी प्रकार हर व्यक्ति की रूह या आत्मा एक रोग, जो दिव्य स्व से अनभिज्ञता या अज्ञान के नाम से जाना जाता है, से पीड़ित कर दिया गया है | हालाँकि, यह सर्वोच्च मौलिक शक्ति अथवा दिव्यता या ईश्वर या सर्वशक्तिमान, आदि ही है, जिसे ज्ञात है कि एक व्यक्ति को किस विधि से दवा की आवश्यक खुराक देना है | कुंडलिनी शक्ति की जागृति मन पर गहरा प्रभाव डालती है | यह योग के साधक में एक बहुत ही उच्च स्तर तक मन का संतुलन बढ़ाती है | इस के साथ ही, यह मन की जागरूकता भी एक बहुत ही व्यापक ढंग से बढ़ाती है |

कुंडलिनी शक्ति जागृत होने के बाद योग के एक साधक के साथ क्या होता है, यह बहुत स्पष्ट रूप से लेखक द्वारा समझाया गया है | यद्यपि यह एक बहुत ही जटिल प्रक्रिया है, लेखक, प्रतिक्रियाओं से संबंधित विचार, जो शरीर में, मन में, और बाहरी दैनिक जीवन में भी पाए जाते हैं, को एक प्रभावी ढंग से प्रस्तुत करने में सफल रहा है | यह विचार मात्र सिद्धांत नहीं हैं बल्कि उनके स्वयं के प्रत्यक्ष अनुभवों के द्वारा समर्थित हैं |

यह पुस्तक शास्त्र, दर्शन और सिद्धांतों का एक शैक्षणिक वाद-विवाद नहीं है | यह अधिकतर प्रत्यक्ष अनुभवों पर आधारित है | किसी तरह, लेखक मानवता के प्रत्यक्ष कुछ गहरे सवालों के सटीक उत्तर देने में सफल रहा है |

व्यक्तिगत अनुभव का वर्णन करके योग परंपराओं का उल्लंघन किया गया है या नहीं, यह एक निजी विषय है | कम से कम इससे मानवता पर कोई नकारात्मक प्रभाव नहीं पड़ता है | इसलिए, इस विषय पर किसी प्रकार की आलोचना की कोई आवश्यकता नहीं है | विशुद्ध रूप से यह पुस्तक एक परोपकारी दृष्टिकोण से लिखी गयी है |

बहुत बार, लेखक ने सिद्धांत की वैधता और अनुभवों की प्रमाणिकता से सम्बंधित निहित भय के कारण पांडुलिपि मुझे प्रस्तुत की है| यहाँ, मैं केवल एक बात कहना चाहूँगा कि सर्वोच्च मौलिक शक्ति ब्रह्मांड में हर कंपन

के बारे में सबसे अच्छा जानती है, क्योंकि वह स्वयं ही कंपन है |

मैं एक बार फिर कहूँगा, यह पुस्तक किसी बौद्धिक मनोरंजन के लिए नहीं है | यह उसी मौलिक शक्ति का एक कंपन है | लेखक ने केवल एक साधन के रूप में काम किया है जिनके माध्यम से यह विचार व्यक्त किये गए हैं | लेखक ने इस पुस्तक में कोई नई बात नहीं लिखी है | परंतु जिस तरह से लेखक सदियों पुराने सत्य को प्रस्तुत करने में सफल रहा है, वह इसे रोचक बनाता है |

जैसा कि मैं समझता हूँ, लेखक ने प्रेरणा के क्षणों के दौरान यह पुस्तक लिखी है और क्योंकि यह प्रेरणा के क्षणों के की अवधि में लिखी गयी है, इसलिए वास्तविकता में यह पुस्तक लेखक के द्वारा नहीं लिखी गयी है | बल्कि यह शब्द सर्वोच्च मौलिक शक्ति की ही अभिव्यक्ति हैं | मैं प्रार्थना करता हूँ कि यह पुस्तक मोह के जाल को नष्ट कर सके और योग के साधक के मन में जो अज्ञानता का विशाल ढेर बसा है उसे जला कर राख कर सके |

मैं प्रार्थना करता हूँ कि यह प्रकाश की प्रथम किरण लेकर आये और सामान्य पाठक के आकांक्षी मन में आशा का एक प्रकाश स्तम्भ बन कर रहे |

श्री स्वामी सहजानंद तीर्थजी महाराज

परिचय

पिछले लगभग २५०० वर्षों के अवधी में, मानव जाति में महत्वपूर्ण परिवर्तन आए हैं | यहाँ मैं सामाजिक एवं आर्थिक परिवर्तन से संबंधित ऐतिहासिक घटनाओं के बारे में बात नहीं कर रहा हूँ, बल्कि उन पृथक वास्तविकताओं की और इंगित कर रहा हूँ, जिन्हें मानव जाति ने भोगा है |

हर पाठक को ज्ञात होगा कि कुछ धर्म जो आज अस्तित्व में हैं वह ईसा पूर्व प्रचलित नहीं थे | इसी प्रकार से, ईस्वी सदी से कई नए धर्म अस्तित्व में आ गए हैं | इसलिए, विश्व के कुछ भागों में मानव जाति के धार्मिक दृश्य में बड़ा परिवर्तन आया है | इसके अतिरिक्त, यूनान में प्लेटो और अरस्तू के समय में यह विचार प्रचलन में थे कि पृथ्वी ब्रह्मांड के केंद्र में है | बाद में इटली में कोपरनिकस और गैलिलियो के समय में इन विचारों में परिवर्तन आ गया | एक नई समझ आ गयी थी, और लोगों को आखिरकार यह जानकारी हो गयी कि पृथ्वी ब्रह्मांड के केंद्र में नहीं थी और यह भी की सभी ग्रह सूर्य के चारों ओर घूमते हैं | इसके अतिरिक्त, न्यूटन के समय में ब्रह्मांड की एक यांत्रिक मॉडल के रूप में कल्पना की गयी थी | न्यूटन के युग के यांत्रिक मॉडल से, आइंस्टीन के सिद्धांत और क्वांटम यांत्रिकी के सिद्धांत पर आधारित ब्रह्मांड के बारे में वास्तविकता गणितीय

प्रवृति की बन गयी | इसलिए हमारे ब्रह्मांड के बारे में विचारों, या मनुष्यों के अस्तित्व की जो सच्चाई है, कभी भी स्थिर नहीं रही है और कोई गारंटी नहीं है कि यह स्थिर रहेगी | इसलिए मैं अपने सभी साथी मनुष्यों से निवेदन करता हूँ कि वर्तमान के विज्ञान, दर्शन और यहां तक कि धर्म से आवेश में न आयें |

यह पुस्तक मानवता के धार्मिक मान्यताओं, दार्शनिक दृष्टिकोण, वैज्ञानिक सफलताओं और अंत में शांति की तलाश से संबंधित मुद्दों में से कुछ को संक्षिप्त में संबोधित करती है | २१वीं सदी के पाठक के रूप में आप उन विभिन्न धर्मों से परिचित होंगे जो पिछले कुछ २५०० साल के दौरान अस्तित्व में आए हैं | अधिकतर धर्म, जो आज विश्व में प्रचलित हैं, इस अवधि के दौरान उत्पन्न हुए है | शायद इस दृष्टि से एकमात्र अपवाद हिंदू धर्म है– इसका आरम्भ अभी लिखित ऐतिहासिक साक्ष्य के अभाव के कारण कालांकित नहीं किया जा सका है | हिंदू धर्म की प्रथा कब शुरू हुई थी यह अनुमान लगाना संभव ही नहीं है | यही विभिन्न दार्शनिक प्रणालियों के बारे में कहा जा सकता है जो दोनों, पश्चिम और पूर्व, में विकसित हुई हैं | एक बार फिर अभिलिखित ऐतिहासिक साक्ष्य के अभाव के कारण यह पता लगाना कठिन है कि दर्शन शास्त्र की कुछ भारतीय प्रणालियों कब उत्पन्न हुई |

मानव जाति २५०० वर्षों से भी बहुत पहले से है | यद्यपि, हम इस अवधि के पूर्ववर्ती सदियों के बारे में अधिक नहीं जानते, हम यह मान सकते हैं कि इस पूरे समय में पृथ्वी के विभिन्न क्षेत्रों में भिन्न-भिन्न सभ्यताओं का अस्तित्व रहा होगा | शायद यह सभ्यताएं कुछ अज्ञात धार्मिक प्रणालियों का पालन करती थीं, या कुछ अज्ञात दार्शनिक मान्यताओं पर आधारित थीं |

क्योंकि लिखित इतिहास केवल २५०० वर्ष के आसपास का ही है मैं सामान्य उदाहरण हेतु इस अवधि पर ही पूरी तरह ध्यान केंद्रित करूँगा| विभिन्न धार्मिक प्रणालियों और दार्शनिक विचारों के अतिरिक्त, आधुनिक

वैज्ञानिक अनुसंधान भी इसी अवधि में आरम्भ हुआ | अरस्तू, कोपरनिकस, गैलीलियो, न्यूटन और आइंस्टीन की विभिन्न अवधारणाएं सब इसी समय में विकसित हुईं |

अन्त में, हम शांति के बारे में बात करते हैं जो एक बुनियादी आवश्यकता है | यह ध्यान में रखते हुए कि पिछले २५०० वर्षों में कितना मानव रक्त बहा है मुझे इस पर बहुत विस्तार में जाने की आवश्यकता नहीं है |

चाहे वह कितना भी महान क्यों न हो, किसी भी धर्म या दर्शन या विज्ञान या अन्य विचार का क्या लाभ है यदि वह स्थायी शांति और आनंद नहीं लाता है ? इसलिए, यह तर्क दिया जा सकता है कि प्रत्येक धर्म, दर्शन या विज्ञान मानव जाति द्वारा शांति के प्रयास में विकसित किया गया है - जो कि मनुष्य या आत्मा की वास्तविक प्रकृति है | धर्म, दर्शन और विज्ञान के बीच का भेद उतना ही सतही है जितना मानव जाति द्वारा धर्म की अवधारणा है |

धार्मिक व्यवस्थाएं, सभ्यताएं, दार्शनिक और वैज्ञानिक विचार आने-जाने हैं, सदा के लिए कुछ भी नहीं रहता | स्थायी शांति मनुष्य का मूलभूत अधिकार है और यह पुस्तक केवल इस पहलू पर केंद्रित है | हर किसी को किसी भी प्रकार से, जो भी विधि आवश्यक हो, स्थायी शांति की अवस्था में पहुँचने का लक्ष्य रखना चाहिए और अमरता की ओर अग्रसर होना चाहिए, जो सभी मनुष्यों के लिए निवास है |

इसे योग कहा जाता है !

यह संपूर्ण पुस्तक इस बारे में है कि यह कैसे प्राप्त होगा | चलिए अब मैं अपनी पुस्तक के मुख्य विषय पर ध्यान केंद्रित करता हूँ |

संपूर्ण ब्रह्मांड शक्ति से व्याप्त है | यहाँ तक कि आधुनिक विज्ञान भी इस सर्वव्यापी उपस्थिति को स्वीकारता है, हालाँकि शक्ति की परिभाषा मनुष्य द्वारा बुद्धि की संकीर्ण सीमाओं और सीमित सांसारिक शब्दावली के भीतर ही समझी गयी है | मनुष्य का सर्वव्यापी शक्ति से दूर पृथक

अस्तित्व, सांसारिक तर्क के दृष्टिकोण से भी संभव नहीं है | हालाँकि, मनुष्य का अहंकार किसी को भी इस तथ्य को स्वीकार करने की अनुमति नहीं देता है, आगे के एक अध्याय में मैंने पर्याप्त रूप से इसकी विस्तृत व्याख्या की है |

मानव बुद्धि स्वयं उस शक्ति का एक अंग है, जो सर्वत्र विद्यमान है| विज्ञान इस महत्वपूर्ण पहलू पर चूक गया है और इस पर विचार करने का उत्तरदायित्व दर्शनशास्त्र और धर्म पर छोड़ दिया है | विज्ञान तो अपने कार्यक्षेत्र के अंतर्गत मनोविज्ञान के विषय पर भी विचार नहीं करता | हालाँकि, एक विराट एकीकृत सिद्धांत की तलाश इस दृष्टिकोण के विपरीत है | एक विषय-वस्तु कैसे एक स्वतंत्र विधा से इस निष्पक्ष संसार का एकीकृत सिद्धांत पा सकता है जब वह स्वयं, या वह विषय-वस्तु, भी इस संसार का एक अभिन्न अंग है |

यहाँ एक मूलभूत त्रुटि हुई है |

विज्ञान एक अलग पथ पर और अंतरिक्ष व समय की अज्ञात गहराई में चला गया है | इसने कृष्ण विवर के सिद्धांतों और विलक्षणता बिंदु के साथ स्वयं को मंत्र मुग्ध कर लिया है | ब्रह्मांड के उद्गम और इसकी अंतिम नियति के बारे में विज्ञान द्वारा निष्कर्ष बहुधा वही है जो प्राचीन योग ग्रंथों में कहा गया है | मैं इसे संक्षिप्त में कहने का प्रयत्न करता हूँ |

मौलिक शक्ति, जो उस अज्ञात इकाई से उत्पन्न हुई है जिसे ईश्वर या सर्वोच्च दिव्यता कहा जाता है, ब्रह्मांड के रूप में प्रकट होती है | इस उत्पत्ति की बात एक महाविस्फोट के रूप में कर सकते हैं या सृष्टि के आरम्भ या कोई भी अन्य शब्दावली जिसका उपयोग करना चाहें | मैं एक विद्वान नहीं हूं जो सांसारिक शब्दावली के साथ तर्क करने की कला में निपुण हो | इसी प्रकार से, मैं एक वैज्ञानिक नहीं हूँ जिसके पास गणितीय परिशुद्धता का ज्ञान हो और जो विलक्षणता बिंदु की व्याख्या कर सकता हो | कृष्ण विवर और सापेक्षता के इस युग में रहते हुए, हर कोई इस तथ्य से अवगत होगा कि आधुनिक सैद्धांतिक भौतिकी आधार संगत नहीं हैं | आधुनिक विज्ञान के

मेरे सीमित ज्ञान के अनुसार, सापेक्षता और क्वांटम यांत्रिकी के सिद्धांत एक दूसरे का खंडन करते हैं | इस पुस्तक में ब्रह्मांड के सुंदर दार्शनिक और तर्क संगत ढांचे को ध्वस्त करने का कोई विशेष प्रयत्न नहीं किया गया है | मैं दार्शनिकों और सैद्धांतिक भौतिकी के प्रस्तावकों से क्षमा चाहता हूँ, यदि मेरी यह विनम्र पुस्तक किसी भी रूप में विरोधाभासी प्रतीत होती है तो |

मैं पाठकों से केवल यह तथ्य व्यक्त करना चाहता हूँ कि मनुष्य और उसकी बुद्धि भी ब्रह्मांडीय शक्ति या ब्रह्मांड के अंतर्गत ही है | मनुष्य का ब्रह्मांडीय ऊर्जा से पृथक रूप में अस्तित्व नहीं है | इसलिए, मानव बुद्धि– जो स्थूल रूप में अभिव्यक्त आदिकालीन शक्ति का ही एक उत्पाद है – इस शक्ति के उत्तम रूप को कैसे समझ सकती है ? जैसा कि मैंने बाद में इस पुस्तक में विस्तार से बताया है, यह शक्ति अपने आदिकालीन रूप में सर्वोच्च दिव्यता के समान सर्व–जाग्रत और शक्तिशाली है | यह शक्ति सर्वशक्तिमान या एक व्यक्ति का ही स्व है | मैंने इस पुस्तक में पर्याप्त रूप से इस पर सविस्तार प्रकाश डाला है |

मानव बुद्धि मौलिक शक्ति का तत्काल और दूसरा स्थूल रूप है, परंतु अहंकार के रंग या 'अहम् भाव' के सिद्धांत से रंगी हुई है | एक पृथक अस्तित्व का विचार, जो की शेष मानवता और सर्वशक्तिमान या दिव्यता से भिन्न हो, अहंकार से ही उत्पन्न होता है | मानव शरीर में रहने वाली आत्मा सर्वोच्च लौकिक शक्ति द्वारा इस माया जाल में, धोखे से फंस जाती है, जो की यह ब्रह्मांडीय भ्रम पैदा करने के लिए उत्तरदायी है | मैंने किसी अध्याय में इस पर विस्तृत रूप से प्रकाश डाला है | मानव बुद्धि को पहली रचना या इस भ्रामक दुनिया में बनायी गयी प्रथम वस्तु के रूप में श्रेणीबद्ध किया जा सकता है, इसलिए एक निश्चित सीमा तक यह इस ब्रह्मांड के बारे में सब कुछ समझ सकती है | इसी कारणवश योग ग्रंथों में मौलिक ऊर्जा के इस स्थूल रूप को पर्याप्त सम्मान दिया गया है | इसे महत कहा जाता है | वस्तुतः यह मौलिक शक्ति का ही रचनात्मक रूप है | परंतु, यह ईश्वर या

परमेश्वर नहीं है !

तत्पश्चात् यह शक्ति अगला स्थूल रुप धारण करती है और दिमाग एवं पांचों इंद्रियों के रूप में प्रकट होती है | यहाँ स्वतंत्र इच्छा का प्रयोग भी होता है |

दिमाग से यह शक्ति आगे विभिन्न जीवन बलों का विविध सूक्ष्म रूप धारण कर लेती है | अंततः यही जीवन बल, मांस, रक्त और हड्डियों से बने सकल मानव शरीर के रूप में प्रकट होता है | मैंने किसी एक अध्याय में बहुत संक्षेप में शक्ति की मनुष्य के रूप में संरचित अभिव्यक्ति पर प्रकाश डाला है | सृजन व्यक्तिगत स्तर पर पूरा हो जाने के बाद, मानव शरीर में शक्ति का संतुलन गुदा और जननांग क्षेत्र के बीच में केंद्रित व स्थित हो जाती है | शक्ति तत्पश्चात, मस्तिष्कमेरु प्रणाली के माध्यम से व्यक्ति के मानस पर एक प्रकार का भ्रामक संसार प्रक्षेपित करती है व बनाये रखती है | इसी प्रकार का एक समानांतर सृजन मानवता के सामूहिक स्तर पर निष्पादित किया गया है | मैंने आगे एक अध्याय में इस पर प्रकाश डाला है| व्यक्ति में विद्यमान शक्ति वास्तव में ब्रह्मांड का ही एक लघु प्रतिरूप है | यही कारण है कि कॉस्मोस को ब्रह्माण्ड के रूप में जाना जाता है और मानव शरीर को पिंडांड के रूप में जाना जाता है |

इसे दूसरे प्रकार से कहें तो, व्यक्ति को इस शक्ति की वास्तविक प्रवृति को समझने के लिए स्वबोध की आवश्यकता है | स्व और शक्ति एक ही हैं | इसलिए, ब्रह्मांड की उत्पत्ति समझने के लिए बाहर की ओर अंतरिक्ष की गहराई में ध्यान केंद्रित करने की कोई आवश्यकता नहीं है | ब्रह्मांड में विद्यमान सभी शक्तियां एक व्यक्ति के स्वयं के भीतर विद्यमान है | आत्म-बोध की यह प्रक्रिया घटित होने के लिए मानव बुद्धि को ही समीक्षक, अवलोकन की वस्तु, और साथ ही प्रयोगशाला भी बनने की आवश्यकता है|

इसके अतिरिक्त, क्योंकि मौलिक शक्ति का अत्यधिक उत्तम रूप समझने का कार्य तकनीकी रूप से मानव बुद्धि के लिए संभव नहीं है, योग अभ्यास की अग्रिम अवस्था के दौरान मौलिक रूप को ही व्यक्ति के लिए अपनी वास्तविक प्रकृति को प्रकट करने की आवश्यकता है | मानव बुद्धि

और कुछ नहीं बल्कि इसी मौलिक शक्ति का एक रूप है | वास्तव में, यह मौलिक शक्ति का अगला स्थूल रूप है जब यह मानव अवस्था में प्रकट होती है तब साथ ही भ्रामक संसार की रचना भी करती है | इसलिए बुद्धि अपने स्वयं के प्रयास से मौलिक शक्ति की वास्तविक प्रवृति को नहीं समझ सकती है | जब मन बिना किसी भी संशोधन के, एक शांत अवस्था में होता है, तो बुद्धि भी पूरी तरह से समर्पण कर देती है | दिव्यता अथवा परम शक्ति अपने मौलिक रूप में अपनी वास्तविक प्रवृति स्वयं को प्रकट कर देती है, जो अब तक अज्ञान की अवस्था में थी और जो व्यक्ति के स्वयं के भीतर ही निहित थी | यह एक मणि के समान है, जो गंदगी हटने के पश्चात ही अपनी चमक दर्शाता है |

आत्म-बोध प्राप्त करने की प्रक्रिया को ही योग कहा जाता है | इस प्रकार की दिव्य प्रक्रिया शुरू करने के लिए, एक आदरणीय शिक्षक या गुरु जो स्वयं स्व प्रकाशित हो, की आवश्यकता होती है, जो व्यक्ति के भीतर विद्यमान मौलिक शक्ति के साथ हस्तक्षेप करते हुए उनकी मदद करते हैं | ऐसा करने में वे शक्ति को विपरीत दिशा में ले जाते हैं जो की मन मानस का विनाश अथवा मूल अवस्था में पहुँचने का कारण बनती है जिसके परिणामवश आत्म-बोध की प्राप्ति होती है |

अपनी विनाशकारी विधा में मौलिक शक्ति पूरी तरह से, सभी भावनाओं के साथ, व्यक्ति में अहंकार को मिटाती है | यह अपनी वास्तविक प्रकृति को भी दर्शाती है | मैंने एक अध्याय में शक्ति की मनुष्य के रूप में संरचित अभिव्यंजना पर बहुत ही संक्षेप में प्रकाश डाला है क्योंकि इस पुस्तक के दायरे में इस बेहद जटिल विषय की सूक्ष्मताएं समझना संभव नहीं है |

जब परम ज्ञान की पहली किरण एक व्यक्ति पर प्रकाश डालती है धर्म, दर्शन और विज्ञान के बीच का भेद धुंधला होने लगता है | भौतिकी के नियम भंग हो जाते हैं (या अब उपयुक्त नहीं रह जाते हैं) जिस प्रकार से यह नियम कृष्ण विवर में विलक्षणता बिंदु पर भंग हो जाते हैं | इसका अर्थ है कि सकल भौतिक जगत को नियंत्रित करने वाले सभी कानून - जिसके

कारण, स्वयं के भीतर निहित, अनंत भावना सोचती है कि वह केवल मनुष्य है -आत्मा को बाध्य करने के लिए अपनी शक्ति खोने लगती है | आधुनिक विज्ञान के मेरे सीमित ज्ञान के अनुसार यही घटना सामान्यतः कृष्ण विवर में भी घटित होती है |

जब कोई तारा या एक आकाश गंगा कृष्ण विवर में विलक्षणता के बिंदु पर गिर जाते हैं, तो ब्रह्मांड को नियंत्रित करने वाले विज्ञान के विभिन्न कानून अब और लागू नहीं होते | विज्ञान के नियमों के भंग होने से इसकी समानता के कारण यह तुलना की गयी है | तत्पश्चात् परम ज्ञान को उभरने के लिए योग के नियमों का भी भंग होना आवश्यक है | यह एक बहुत ही उच्च आध्यात्मिक अवस्था है, जिसमें अलौकिक शक्तियां स्वयं को एक योगी के लिए प्रकट करना बंद कर देती हैं | मुझपर भरोसा कीजिये क्यूंकि मैं अपना ह्रदय इस पुस्तक में खोलकर रख रहा हूँ, मानव जाति सैद्धांतिक रूप से उस बिंदु को कभी नहीं समझ सकती है जहां पर योग के नियम भंग हो जाते हैं | इस के भंग होने पर ही स्वबोध होता है, और आत्म-बोध केवल परम दिव्यता की इच्छा से ही होता है | प्राचीन संस्कृत ग्रंथों के अनुसार कई ऐसे अवसर भी रहे हैं जब एक योगी अलौकिक शक्तियों का दुरुपयोग करने के कारण ऐसे उच्च आध्यात्मिक स्तर से भी नीचे गिर गया है |

जब मन किसी भी संशोधन से रहित एक शांत अवस्था में पहुँच जाता है, व्यक्ति मन को भीतर की ओर अनंत में डूबता हुआ अनुभव करता है – ठीक उसी प्रकार से जैसे कृष्ण विवर में कोई तारा या आकाश गंगा विलक्षणता के बिंदु पर गिर जाते हैं, जैसा की ऊपर उल्लेख किया गया है |

इन दोनों स्थितियों में एक समानता है, भौतिक जगत को नियंत्रित करने वाले विज्ञान के नियम अब लागू नहीं होते | इसी कारण एक योगी विज्ञान के नियमों से बाध्य नहीं होता है |

जिस समय ब्रह्मांडीय शक्ति की सिकुड़न की प्रक्रिया व्यक्ति की मस्तिष्कमेरु प्रणाली को अपनी मूल अवस्था में बदलती है उस समय व्यक्ति कई प्रतिक्रियाओं को अनुभव करता है | यह प्रतिक्रियाएं मानसिक,

शारीरिक और बाह्य दैनिक जीवन पर होती हैं, इसलिए इस पुस्तक में जो चर्चा की जा रही है वह मात्र सैद्धांतिक नहीं है |

बल्कि इस पुस्तक में सिद्धांत के साथ-साथ, प्रत्यक्ष व्यक्तिगत अनुभव की भी चर्चा की गयी है | मेरी अंग्रेजी पुस्तक पुस्तक का शीर्षक वास्तव में इसके अर्थ के लिए ही चुना गया है | जैसा कि अनेक संस्कृत ग्रंथों में चित्रित किया गया है कि दिव्य प्राणी या देवताओं को भी उनके अंतिम उद्धार के लिए मनुष्य के रूप में जन्म लेना होगा | इसलिए अपने मूल अंग्रेजी पुस्तक के लिए मैंने 'द पावर अननोन टू गॉड' शीर्षक चुना है |

इस पुस्तक में प्रस्तुत साहित्य प्रायः दुर्लभ है |

योग परंपराओं के अनुसार कुंडलिनी या ब्रह्मांडीय शक्ति की जागृति के दौरान हुए व्यक्तिगत अनुभवों को सामान्य जनता के सामने उजागर नहीं किया जा सकता है, क्योंकि आध्यात्मिक दृष्टि से यह एक अनुयायी के लिए हानिकारक है | इस परंपरा का उल्लंघन इस पुस्तक द्वारा विशुद्ध रूप से एक परोपकारी दृष्टिकोण से किया गया है, जिससे कि साधक योगाभ्यास के समय व्याकुल न हो, जब अस्पष्ट और तर्कहीन प्रतिक्रियाएं उसके शरीर, मन और दैनिक जीवन में विकसित हों |

इसके अतिरिक्त, मेरा उद्देश्य पाठक को यह सूचित करना भी है कि अस्पष्ट और तर्कहीन प्रतिक्रियाएं (आधुनिक विज्ञान के संदर्भ में) वास्तव में होती हैं और यह केवल शास्त्र, अटकलें और शैक्षिक वाद-विवाद तक ही सीमित नहीं हैं |

यह पुस्तक मुख्य रूप से सिद्ध महायोग के साधकों के लाभ के लिए लिखी गयी है | इस योग प्रणाली का अनुकरण गुप्त शक्तिपात पद्धति के अनुयायी करते हैं | परंतु, यह अन्य प्रकार के योग प्रणाली का अनुसरण करने वालों के लिए भी काफी सहायक होगी क्योंकि कुंडलिनी शक्ति की जागृति सभी योग प्रणालियों में आम है | इसलिए, यह पुस्तक किसी भी प्रकार के योग प्रणाली के अनुयायी द्वारा पढ़ी जा सकती है | यह एक प्रकार से व्यावहारिक संदर्भ मार्गदर्शिका के रूप में काम आ सकती है | यह

सामान्यतः योग से संबंधित विभिन्न प्रकार के प्रश्नों के उत्तर प्रदान कर सकती है |

इसी प्रकार से यह पुस्तक किसी भी सामान्य पाठक द्वारा पढ़ी जा सकती है क्योंकि इसमें जिस विषय पर लिखा गया है, वह जीवन का ही सार है | सही प्रेरणा एक नाटकीय रूप से जीवन की दिशा सकारात्मक रास्ते में बदल सकती है !

हो सकता है एक सामान्य पाठक इस विषय को पूरी तरह से न समझ पाए | परंतु, यह शायद थोड़ी बहुत रुचि उत्पन्न कर सके और पाठक को सही दिशा में प्रेरित कर सकती है | अपने अनुभवों का वर्णन करने से पहले, मैंने एक सामान्य पाठक के लाभ के लिए इस विषय पर कुछ संक्षिप्त अध्याय शामिल किये हैं |

यदि एक भी पाठक सही दिशा की ओर प्रेरित होता है, तो मैं समझूंगा की इस पुस्तक को लिखने में मेरा श्रम व्यर्थ नहीं गया |

अपने गुरु, परम पूजनीय श्री स्वामी सहजानंद तीर्थजी, को विनम्र प्रणाम करते हुए, मैं यह प्रार्थना करता हूँ कि पाठक को दिव्यता की तलाश में सही दिशा की ओर प्रेरणा मिले !

लेखक

संक्षिप्त में योग

ब्रह्मांड में या इस प्रत्यक्ष जगत और इस से परे जो परम सत्य विद्यमान है वह सर्वोच्च दिव्यता है!

हर धर्म इस भव्य सत्य के बारे में सभ्यता के आरंभ से कहता रहा है | सांसारिक धर्मों की इस परम सत्य की व्याख्या भले ही भिन्न है, परन्तु हर धर्म की बुनियाद वही एक दिव्यता है | जिस प्रकार एक मनुष्य, अन्य संस्कृति वाले मनुष्यों से, जैविक रूप से भिन्न नहीं है, उसी प्रकार दिव्यता से संबंधित दर्शन, विचार, या सिद्धांत, दूसरे धर्म के मनुष्यों के आंतरिक अनुभवों से अधिक भिन्न नहीं हो सकता | बुनियादी स्तर पर, सभी अनुभवों में एक अंतर्निहित एकता बनी हुई है, यद्यपि प्रत्येक मनुष्य की सतही धारणा, अन्य लोगों से वास्तविकता या परमात्मा के बारे में उनकी समझ, के संदर्भ में भिन्न होती है | यहां तक कि मनुष्य द्वारा निर्मित भाषा– जो आपस में बातचीत करने के लिए बनायी गयी है, में भी अधिक समानता नहीं है, इसलिए यह कोई आश्चर्य की बात नहीं है कि मानव जाति ने धर्म को समझने में किसी भी प्रकार की स्थिरता का प्रदर्शन नहीं किया है |

शायद धर्मों के बीच संघर्ष की उत्पत्ति भाषाओं की विविधता में निहित है |

जहाँ तक आधुनिक विज्ञान की सफलता का प्रश्न है, ब्रह्मांड को

समझने में कुछ सामंजस्य लाने का श्रेय इसे दिया जा सकता है, हालाँकि यह वैज्ञानिक समझ अकेले ही इस धरा पर शांति और सदभाव सुनिश्चित करने के लिए पर्याप्त नहीं रही है | मानव जाति धर्मों के नाम पर लड़ने की निरर्थकता समझ नहीं पा रही है और संघर्ष हमेशा की तरह जारी है | संसार के धर्मों, दर्शन, सिद्धांतों, रूढ़ियां और विज्ञान के बीच विलय भी, स्थायी शांति और प्रसन्नता के लिए आवश्यक शर्त नहीं हो सकता |

तो फिर समाधान क्या है ?

क्या पृथ्वी पर दिव्यता की प्रत्यक्ष अभिव्यक्ति इस ग्रह पर शांति और सदभाव का सीधा प्रचार सुनिश्चित करेगी ?

क्या दिव्यता बार-बार विभिन्न रूपों में, इस ग्रह के विभिन्न भागों में, अवतरित नहीं हुई, जैसे कि श्री राम, श्री कृष्ण, गौतम बुद्ध, ईसा मसीह, अल्लाह ?

इसका क्या परिणाम हुआ ?

क्या अतीत की तुलना में मानव जाति पहले से अधिक प्रसन्न हो गयी - इन दिव्य अवतारों की प्रत्यक्ष उपस्थिति के बावजूद ?

उत्तर नहीं में है | वास्तव में, यह पहले से दुखी हो गयी है |

परम दिव्यता को विभिन्न धर्मों के नाम पर, मनुष्य द्वारा, भिन्न नामों और रूपों में बाँट दिया गया है |

यह स्मरण रखना आवश्यक है कि मानव शरीर में निहित अनंत आत्मा और ब्रह्मांड में व्याप्त आत्मा एक ही है |

दिव्यता को बाँटा नहीं जा सकता है !

आज संसार में जो विभिन्न धार्मिक प्रणालियाँअस्तित्व में हैं, वह सभी एक ही पर्वत शिखर के लिए अग्रसर भिन्न मार्ग हैं – जो की परम दिव्यता ही है |

इसलिए, या तो यह कहा जा सकता है कि एक विशेष धार्मिक प्रणाली सर्वोच्च है और शिखर तक पहुँचने के लिए सच्चा मार्ग है, या फिर यह कहा जा सकता है कि सभी धार्मिक प्रणाली एक ही गंतव्य तक पहुँचने

के लिए भिन्न-भिन्न मार्ग हैं | आप तर्क दे सकते हैं कि न केवल यह दोनों दृष्टिकोण सही हैं, बल्कि यह भी, कि इन दोनों में कोई अंतर नहीं है इनका अर्थ एक ही है | यहाँ पाठक गण यह प्रश्न कर सकते हैं कि एक विशेष धार्मिक प्रणाली का पालन करने वाला कैसे यह दावा कर सकता है कि उसका रास्ता ही सही मार्ग हैं ?

निम्न उपमा का उपयोग करते हुए इसका उत्तर दिया जा सकता है |

एक पर्वतारोही के लिए जो बात सबसे अधिक महत्त्व रखती है, वह है पर्वत के शीर्ष तक पहुँचना | क्योंकि यह अंतिम उद्देश्य ही उसके लिए अत्यधिक महत्त्व रखता है (पर्वत के शीर्ष तक पहुँचना), इसलिए उसका यह मानना कि वहां पहुँचने के लिए जो साधन उसने प्रयोग किया या जो पथ उसने चुना वही सही है | क्यूंकि वही साधन या पथ, पर्वत की चोटी तक, उसको सफलता पूर्वक पहुँचाने में कारगर रहा | इसलिए व्यक्ति को अपना पथ ही सर्वश्रेष्ठ या एकमात्र सही पथ है, इसका दावा करने का पूर्ण अधिकार है | इस दावे में कुछ भी गलत नहीं है | यही तर्क अन्य सभी लोगों पर भी लागू होता है जो, विभिन्न रास्तों के माध्यम से पर्वत के शिखर तक पहुँचते हैं | हर कोई जो पर्वत की चोटी पर खड़ा है, अपने-अपने पथ को सही कह सकता है | यह वास्तव में एक परम सत्य है, जिसकी एक महान ऊंचाई पर खड़े व्यक्ति द्वारा घोषणा की जा रही है | कोई भी इतना सक्षम नहीं है कि इस प्रसंग पर दूसरे से प्रश्न कर सके |

परंतु, यह बात उसके समरूप नहीं है, जब लोग बिना आत्म-बोध की अवस्था को प्राप्त किये ही अपने-अपने रास्तों को सर्वश्रेष्ठ कहने लगे | उसी पर्वत पर चढ़ने का प्रयास करते हुए वे यह दावा नहीं कर सकते, क्योंकि उनके पास शिखर का कोई प्रत्यक्ष ज्ञान नहीं है | उनका सम्पूर्ण ज्ञान शास्त्रों पर अथवा उनके धर्म द्वारा दिए गए ज्ञान पर आधारित है (जो उन लोगों द्वारा घोषित किया गया है जो पर्वत के शिखर पर पहले पहुँचे थे) | इस संसार में कोई भी व्यक्ति सही अर्थों में, केवल इसलिए यह दावा नहीं कर

सकता कि वह एक विशेष धर्म के अंतर्गत आता है, क्योंकि वह उसका पालन करता है | इस प्रकार कोई भी व्यक्ति केवल धर्मान्तरण के लिए आवश्यक बाह्य अनुष्ठान कर के, एक नए धर्म प्रणाली के आवरण पहन सकता है |

इसी प्रकार से, कोई भी व्यक्ति सही अर्थों में यह दावा नहीं कर सकता कि वह एक विशेष धर्म के अंतर्गत आता है, क्योंकि उसका जन्म ऐसे माता-पिता से हुआ है जो उस धर्म का पालन करते हैं | यदि भिन्न धार्मिक प्रणालियों से संबंधित एक जोड़ा विवाह करता है तो वे कैसे निर्णय लेंगे कि वे अपने बच्चों पर कौन सा धर्म थोपेंगे ? क्या बच्चों को किसी विशेष धार्मिक प्रणाली का चयन करने का स्वतंत्र मूल अधिकार नहीं है ?

इसलिए, किसी एक धर्म की मोहर सही अर्थों में जन्म या धार्मिक पालन के आधार पर एक व्यक्ति पर नहीं लगाई जा सकती |

मैं यह कहने का प्रयास नहीं कर रहा हूँ कि किसी अन्य धार्मिक प्रणाली के अनुयायी से शादी नहीं करना चाहिए अथवा किसी अन्य धार्मिक प्रणाली में धर्मान्तरण नहीं करना चाहिए | मैं केवल इतना कहने का प्रयास कर रहा हूँ कि एक व्यक्ति सही अर्थों में एक विशेष धर्म प्रणाली पर दावा तभी कर सकता है जब उसने उस चयनित पथ द्वारा आत्म-बोध प्राप्त किया हो | अंतिम उद्देश्य पर ध्यान केंद्रित करना महत्वपूर्ण है, ना कि साधन की सर्वोच्चता के बारे में लड़ना |

मैं पाठकों को विश्वास दिलाता हूँ कि आत्म-बोध के लक्ष्य की दिशा में प्रथम चरण पूरा करने के बहुत पहले से ही, धर्म के नाम पर लड़ने की निरर्थकता का आभास हो जाता है |

ऐसा प्रतीत होता है कि विभिन्न धर्मों के नाम में देवत्व का विभाजन दिव्यता ने स्वयं जानबूझ कर किया है | शायद परमेश्वर समय-समय पर पृथ्वी के विभिन्न क्षेत्रों में मानव जाति के विभिन्न समूहों की आवश्यकताएं पूरी करने के लिए प्रकट हुए हैं (भिन्न सामाजिक परिस्थितियों परआधारित)जो कि स्वयं परमेश्वर ने ही बनाये है | क्यूंकि प्रत्येक धर्म के लोग दूसरों पर अपनी श्रेष्ठता सिद्ध करने का लगातार प्रयास करते रहते हैं,

इसलिए हम धर्म के नाम पर इतने अधिक संघर्ष देखते हैं |

शायद, मानव जाति के कुछ वर्ग यह दावा कर सकते हों कि वे एक प्रसन्न वर्ग हैं और इसलिए दिव्यता से सम्बंधित अन्य नए विचारों की कोई आवश्यकता नहीं है | वे वास्तव में धन्य हैं यदि उनके इस कथन में सच्चाई का थोड़ा सा भी तत्व है |

आधुनिक समय में परमेश्वर अथवा परम दिव्यता का संसार में सर्वत्र व्यापार किया जा रहा है | इससे अंतर नहीं पड़ता, कि लोगों के, दिव्यता का प्रत्यक्ष अनुभव करने के, दावों में सच का तत्व है या नहीं | सृष्टि स्वयं भ्रामक प्रवृति की है, इसलिए दिव्यता को भी उन्ही अर्थों में समझा जाता है|

योग की महान परंपराओं का इतना अधिक पतन हो गया है |

इसका समाधान क्या है ?

समाधान मानव मन के भीतर निहित है |

क्या यह स्वयं के भीतर दिव्यता की अभिव्यक्ति है |

आप इसे आत्म-बोध, या दिव्यता का प्रत्यक्ष अनुभव, या मोक्ष, या परमात्मा की कृपा या कुछ और कह सकते हैं | परंतु यह वास्तव में एक निजी मामला है, यद्यपि एक व्यक्ति की आध्यात्मिक प्रतिभा शेष मानवता पर सीधा प्रभाव (सीमित) डालती है, आत्म-बोध का अहसास पूर्णतः निजी है |

जिस प्रकार एक चिराग अपना मूल प्रकाश खोये बिना एक लाख दीपकों को प्रज्ज्वलित कर सकता है, उसी प्रकार एक प्रबुद्ध व्यक्ति लाखों के मन में एक चिंगारी जागृत करने के लिए सक्षम हो सकता है | परंतु एक व्यक्ति के लिए अंतिम मोक्ष प्राप्त करने के लिए दिव्यता केवल स्वयं के भीतर प्रकट होने की ही आवश्यकता है |

स्वयं के भीतर दिव्यता की अभिव्यक्ति की प्रक्रिया को योग कहा जाता है | जब एक बार दिव्यता मनुष्य के भीतर प्रकट हो जाती है, परमेश्वर या दिव्यता के साथ उसका विलय भी साथ ही साथ हो जाता है |

व्यक्ति में यह आत्म-बोध कि वह दिव्यता से परे नहीं है, इस अंतिम अवस्था में ही होता है |

इसके अतिरिक्त, समस्त योग ग्रन्थ इस तथ्य पर केन्द्रित हैं कि प्रत्येक मनुष्य मूल रूप से परमेश्वर या दिव्यता का ही लघु प्रतिरूप है |

स्थाई रूप से शांति और प्रसन्नता प्राप्त करने के लिए व्यक्ति के पास एकमात्र माध्यम आत्म-बोध का ही है, क्योंकि इससे यह स्पष्ट होता है कि मनुष्य का वास्तविक स्वभाव दिव्यता का ही है | एक स्वजागृत मनुष्य ही मानवता के किसी काम आ सकता है | चाहे वह व्यक्ति एक मन या एक लाख मन को प्रज्वलित करने में सफल रहा हो, स्थायी शांति और प्रसन्नता चाहे जितनी भी मात्रा में हो, केवल एक स्वजागृत मनुष्य के माध्यम से ही मानव जाति को प्रदान की जा सकती है | ऐसे व्यक्ति को एक संत, या ऋषि, या गुरु, या आदरणीय शिक्षक, या अपनी इच्छानुसार कोई भी अन्य नाम दिया जा सकता है | नाम महत्त्व नहीं रखता है, परंतु व्यक्ति का स्वजागृत होना आवश्यक है |

मनुष्य के लिए आत्म-बोध की दिशा में प्रथम और आवश्यक मौलिक कदम यह है, की वह एक ऐसे सम्मानित शिक्षक द्वारा, जो कि स्वजागृत है, अपने भीतर चिंगारी प्रज्वलित करवाए | एक व्यक्ति जो स्वयं अंधकार में है किसी दूसरे अँधेरे में डूबे व्यक्ति का नेतृत्व नहीं कर सकता |

चिंगारी के इस प्रारंभिक प्रज्वलन के बाद, उस व्यक्ति को बिना किसी बाह्य सहायता के, अकेले ही स्वयं के भीतर दिव्यता प्रकट करनी होती है | क्योंकि हर मनुष्य के स्वयं के भीतर दिव्यता निहित है किसी बाह्य सहायता की आवश्यकता नहीं है | केवल प्रारंभिक प्रज्वलन की और कुछ समय तक प्रत्यक्ष देखरेख ही आवश्यक है – जब तक शिशु बिना पहिया गाड़ी के चलना सीख नहीं लेता है |

मैं बाद के अध्यायों में इस 'पहिया गाड़ी – शिशु' की अवधारणा पर विस्तृत रूप से चर्चा करूँगा|

ब्रह्मांड (जिस में मनुष्य सम्मिलित है) परमेश्वर की मौलिक शक्ति की

स्थूल अभिव्यक्ति है | यह कह सकते हैं कि दिव्यता ब्रह्मांड के रूप में प्रकट होती है, या इस प्रत्यक्ष जगत के रूप में और उससे भी परे इसके साथ ही वह सर्वव्यापी भी है |

जहाँ तक मनुष्य का प्रश्न उठता है, यही दिव्यता उसके भीतर निहित है और मानव शरीर के रूप में प्रकट होती है | इसके परिणामस्वरुप दो स्पष्ट समानांतर रचनाएं विद्यमान हैं | एक मानवता के सामूहिक स्तर पर है और दूसरी व्यक्तिगत स्तर पर है |

मैं बाद में इस पर विस्तार से चर्चा करूँगा |

केवल परमात्मा या सर्वोच्च ब्रह्मांडीय शक्ति का ही अस्तित्व है, और उसके अलावा कुछ भी नहीं है | इसलिए, इस पुस्तक का मुख्य ध्यान परम दिव्यता को स्व-समर्पण की अवधारणा या स्वयं के भीतर दिव्यता की अभिव्यक्ति पर केंद्रित है, यह दोनों एक ही बातें है |

परम दिव्यता ही यह शक्ति है और उसी प्रकार से यह शक्ति ही परमात्मा है | परम शक्ति दृष्टिगत ब्रह्मांड और उस से भी आगे और मानवता की सामूहिक अंतरात्मा के रूप में प्रकट होती है | परंतु यह शक्ति (मानव जाति की रचना के पश्चात या दिव्यता के मानव रूप में प्रकट होने के बाद) निष्क्रिय बनी हुई है और इस विशाल और अनंत ब्रह्मांड के भीतर कहीं गहराई में स्थित है | सैद्धांतिक रूप से इस ब्रह्मांड में इस शक्ति का सटीक स्थान निर्धारित करना संभव नहीं हो सकता | शक्ति को ही यह प्रकट करने की आवश्यकता है, यह एक ऐसे रूप में विद्यमान है जिसे मानव बुद्धि समझ नहीं सकती, परन्तु एक योगी जो योग अभ्यास के उच्च चरण पर है, इस शक्ति को समझने में सक्षम है | निष्क्रिय शक्ति मानवता की सामूहिक अंतरात्मा का भ्रामक संसार प्रक्षेपित करती है और लगातार बनाये रखती है |

ईश्वर की यह मौलिक शक्ति व्यक्तिगत स्तर पर मानव शरीर के रूप में प्रकट होने के पश्चात्, निष्क्रिय रहती है और मस्तिष्कमेरु प्रणाली के आधार पर स्थित होती है - गुदा और जननांग क्षेत्र के बीच में | यह शक्ति

व्यक्ति के मानस पटल पर, माया-रूपी संसार प्रक्षेपित करके, उसे लगातार बनाये रखती है |

शक्ति (जो मानव शरीर के रूप में प्रकट हुई है) जब एक स्वजागृत आदरणीय शिक्षक या एक गुरु द्वारा छेड़ी जाती है, तो वह विपरीत दिशा में मुड़ जाती है जिससे मनमानस का विनाश हो जाता है या वह भूतपूर्व रूप में परिवर्तित हो जाता है | व्यक्तिगत स्तर पर सृजन पूर्ववत हो जाता है जिस से व्यक्ति स्वजागृत होकर दिव्यता में विलीन हो जाता है |

यहाँ, पाठक यह सोच सकता है कि क्या यह सैद्धांतिक रूप से संभव है, कि सम्पूर्ण मानवता आत्म-बोध की अवस्था को एक साथ प्राप्त कर ले | प्राचीन संस्कृत ग्रंथों के अनुसार, समय-समय पर भगवान के द्वारा सृजन (सामूहिक स्तर पर) प्रत्येक युग के समाप्त होने पर नष्ट कर दिया जाता है | यहाँ मैं पाठक को सृजन की चक्रीय प्रकृति से अवगत कराना चाहता हूँ | प्राचीन संस्कृत ग्रंथों के अनुसार,सृजन (मानव जाति के सामूहिक स्तर पर) समय-समय पर सर्वशक्तिमान द्वारा प्रेरित होता है |

जो मैं इस विषय पर आगे कहूँगा, वह विशुद्ध रूप से मेरी निजी राय है | मैं इतना जानकार नहीं हूँ कि इतने गंभीर प्रश्न पर टिप्पणी कर सकूँ | एक व्यक्ति के मामले में जब सृजन पूर्ववत (अनकिया) किया जाता है, इसका प्रतिफल, आत्म-बोध एक बहुत ही नियंत्रित ढंग से होना ही होता है| यह एक गुरु की कृपा के साथ-साथ योग का अभ्यास है, जो इस अंतिम अवस्था तक पहुँचाता है | सृजन व्यक्तिगत स्तर पर कैसे पूर्ववत होता है, यह एक अध्याय में विस्तार में समझाया गया है |

जब भगवान रचना को एक वृहत् लौकिक स्तर पर पूर्ववत करते हैं, तो मानव जाति द्वारा सामूहिक आत्म-बोध की घटना घटित नहीं हो सकती |

इसका कारण बहुत ही साधारण है |

पहला, लौकिक माया के नष्ट होते समय, पूरी मानव जाति के पास शायद विज्ञान के नियमों के भंग होने का और तत्पश्चात योग के सिद्धांतों के भंग

होने का, अनुभव करने के लिए पर्याप्त समय न हो | (मैंने आगे के एक अध्याय में समझाया है कि विज्ञान और योग के कानूनों के भंग होने का क्या अर्थ है) दूसरा,आत्म-बोध दिव्यता की इच्छानुसार ही हो सकता है और सभी व्यापक रूप से जानते है कि परम दिव्यता की प्रवृति रहस्यमय है|

मैं इस विषय पर इससे अधिक टिप्पणी नहीं कर सकता हूँ |

जहाँ तक व्यक्ति का सम्बन्ध है, उसको जब यह बोध या स्व-अनुभूति होती है, कि वह दिव्यता ही है | इस बोध परिणाम स्वरुप उसको परम शक्ति की प्रकृति का प्रत्यक्ष ज्ञान हो जाता है, क्योंकि परम शक्ति ही व्यक्ति का 'स्व' है | इसलिए मनुष्य को सर्वोच्च मौलिक शक्ति के स्रोत को, इस विशाल ब्रह्मांड के अंदर कहीं और ढूँढने की आवश्यकता नहीं है | यह स्वयं के भीतर ही विद्यमान है |

मौलिक शक्ति, जागृत होने पर, जो रीढ़ के सबसे निचले भाग पर स्थित है मस्तिष्कमेरु प्रणाली के साथ ऊपर चढ़ना शुरू होती है | जब शक्ति मस्तिष्क क्षेत्र की ओर ऊपर उठती है, व्यक्ति प्रत्यक्ष रूप से शरीर के भीतर इस शक्ति का आरोहण अनुभव करता है |

आधुनिक विज्ञान इस प्रक्रिया के लिए कोई भी तर्कसंगत स्पष्टीकरण नहीं दे सकता | एक व्यक्ति को इस पर विश्वास करने के लिए अपने शरीर के भीतर, सीधे इस शक्ति के प्रवाह को अनुभव करना आवश्यक है |

इसके अतिरिक्त, ऐसा नहीं है कि शरीर के भीतर केवल शक्ति का संचार होता है | सबसे पहले शक्ति मनुष्य के पूरे शरीर पर तंत्रिकाओं का एक भानुमती का पिटारा खोल देती है | फिर यह मनुष्य के किसी भी स्वैच्छिक प्रयास के बिना मानव मन से सभी ऐन्द्रिय प्रभावों की सफाई शुरू कर देती है | एक प्रकार से मन और ब्रह्मांडीय शक्ति के बीच एक दिव्य अंतरफलक की स्थापना हो जाती है |

जब शक्ति मस्तिष्क क्षेत्र की ओर उठती है, मन एक उच्च से उच्चतर स्थान या मंच तक उठ जाता है | जब परम ज्ञान की पहली किरण व्यक्ति

पर प्रकाशमान होती है, जिस परम सुख का स्व के भीतर अनुभव होता है, सांसारिक भाषाओँ में उसका वर्णन या उसको समझाया नहीं जा सकता है |

कोई भी वैज्ञानिक ज्ञान - आधुनिक या प्राचीन - इस मन को अचंभित कर देनी वाली घटना के लिए कोई तर्कसंगत स्पष्टीकरण नहीं दे सकता है | यह तब होता है जब, कुंडलिनी शक्ति या ब्रह्मांडीय शक्ति एक व्यक्ति में जागृत होती है |

इसे ही योग कहा जाता है – परम दिव्यता के साथ विलय का लौकिक तंत्र !

यह पुस्तक कुंडलिनी शक्ति की जागृति से संबंधित मेरे निजी अनुभवों के बारे में है | मैंने किसी भी संकोच के बिना अपने अनुभवों का वर्णन करने का प्रयास किया है | हालाँकि इस तरह के अनुभवों का वर्णन योग प्रणाली की परंपराओं का उल्लंघन करता है, यह विशुद्ध रूप से परोपकारी उद्देश्य से किया गया है |

यहाँ, मैं सभी सामान्य पाठकों को सूचित करना चाहता हूँ कि योग को प्रायः आसन और प्राणायाम से ही जोड़कर सोचा जाता है | परंतु यह सभी तकनीक लौकिक शक्ति को जागृत करने के लिए मात्र एक साधन हैं | तकनीक अपने आप में योग नहीं है | सभी मुद्राएं और प्राणायाम एक स्वतंत्र योग प्रणाली हैं और इनका उद्देश्य तभी पूरा होता है जब कुंडलिनी या ब्रह्मांडीय शक्ति जागृत होती है |

इसी प्रकार, ध्यान लगाना भी केवल एक तकनीक है जिसका उपयोग निष्क्रिय ब्रह्मांडीय शक्ति को सक्रिय करने के लिए किया जाता है | एक बार जब शक्ति सक्रिय हो जाती है तभी उसका उद्देश्य पूरा होता है | अन्य तकनीकों का भी प्रयोग किया जा सकता है जैसे ईश्वर की भक्ति, परिणाम से लगाव के बिना सांसारिक जीवन में कर्तव्य का पालन, आदि |

हर योग प्रणाली ब्रह्मांडीय शक्ति को सक्रिय करने के उद्देश्य से एक विशेष तकनीक होती है | यह तर्क सभी तांत्रिक प्रथाओं पर भी लागू होता है | तकनीक अपने आप में मात्र एक साधन है | योग असल में, व्यक्ति में

ब्रह्मांडीय शक्ति जागृत होने के बाद आरंभ होता है | यह प्रक्रिया एक 'वापसी यात्रा' के समान है जो केवल तब शुरू होती है जब व्यक्ति वापस मुड़ता है और चलना शुरू करता है |

योग का अर्थ है व्यक्ति का या मानव आत्मा का, परम सार्वभौमिक आत्मा जिसे भगवान कहा जाता है, के साथ मिलन होना | यह प्रक्रिया तब तक आरंभ नहीं हो सकती जब तक ब्रह्मांडीय शक्ति बाहर की ओर अहंकार, बुद्धि, मन और पांच इंद्रियों के माध्यम से एक भ्रामक या मायावी संसार प्रक्षेपित कर रही है |

सर्वप्रथम मनुष्य को ध्यान भीतर की ओर केंद्रित करने की आवश्यकता है, और यह कार्य कोई भी व्यक्ति जानबूझ कर स्वयं नहीं कर सकता | मैं बाद में इस पर विस्तार से चर्चा करूँगा | ब्रह्मांडीय शक्ति के सक्रिय होने पर वापसी यात्रा या मानस पटल का विनाश शुरू होता है, और अंत में व्यक्तिगत स्तर पर, उसी स्रोत में घुल जाता है जिस से सृजन किया गया था |

इस स्रोत को व्यक्ति का स्व या आत्मा कहा जाता है और यह परमेश्वर की प्रकृति के ही समान है | ठीक वैसे ही जैसे अग्नि और चिंगारी क्योंकि अग्नि और चिंगारी दोनों एक ही प्रकृति के हैं |

विभिन्न स्वतंत्र योग प्रणालियों के रूप में इस ब्रह्मांडीय शक्ति को जागृत करने के लिए विभिन्न तकनीकों का उपयोग किया जाता है | कुंडलिनी या ब्रह्मांडीय शक्ति जागृत होने के बाद सभी स्वतंत्र योग प्रणाली एक ही भव्य पथ में विलय हो जाती हैं |

सिद्ध महायोग

कुंडलिनी शक्ति जागृत होने के पश्चात जो आरम्भ होता है – वह भव्य पथ या भव्य योग प्रणाली है – जिसे सिद्ध महायोग कहा जाता है |

सभी योग प्रणालियाँ, तांत्रिक प्रथाएं, धार्मिक प्रथाएं, दर्शन, सिद्धांत, रूढ़ियाँ, आदि जो आज संसार में विद्यमान हैं, मूल रूप से मानव शरीर के अंदर स्थित निष्क्रिय ब्रह्मांडीय शक्ति जागृत करने के लिए ही हैं | यह प्रत्यक्ष या परोक्ष रूप से, विविध तकनीकों के उपयोग से, किया जा सकता है, जो किसी प्रकार से उसके विनाश या यौगिकता की विपरीत विधि सक्रिय कर देती है | मैंने एक अध्याय में उन तकनीकों की विभिन्न श्रेणियों का सविस्तार वर्णन किया है, जो सामान्यतः ब्रह्मांडीय शक्ति को जागृत करने के लिए उपयोग की जाती हैं |

यह आत्म-बोध के उद्देश्य से मानव शरीर के अंदर का एक आदर्श लौकिक तंत्र है | तकनीकी रूप से आत्म-बोध किसी अन्य माध्यम से नहीं हो सकता है | वास्तव में यह मानव जाति के लिए परम दिव्यता से एक उपहार है | ब्रह्मांडीय शक्ति जागरण की प्रक्रिया सीधे शरीर के भीतर एक मनुष्य द्वारा अनुभव की जा सकती है | किसी को यदि अभी भी इस

सिद्धांत की वैधता के बारे में कोई संदेह है तो उसे इससे ज़्यादा और क्या चाहिए ?

विनाश या यौगिकता क्यों आवश्यक है ?

मनुष्य के सृजन या विकास का, उसी ब्रह्मांडीय शक्ति द्वारा नष्ट किया जाना आवश्यक है, जिसके परिणामस्वरूप, प्रत्येक मनुष्य के अंतर्निहित अधःस्तर या दिव्यता प्रकट हो सके | इसे ही आत्म-बोध या मोक्ष कहा जाता है |

एक व्यक्ति के मानस की यौगिकता या विनाश की यह प्रक्रिया कैसे होती है, मैं इसका विस्तृत वर्णन बाद में करूँगा | ब्रह्मांड की यह सर्वोच्च मौलिक शक्ति एक मनुष्य के रूप में प्रकट होने के बाद (ब्रह्मांड के लघु प्रतिरूप में) मस्तिष्कमेरु प्रणाली के आधार पर एक प्रकार से निष्क्रिय अवस्था में स्थित रहती है | निष्क्रिय शब्द का प्रयोग इस तथ्य को उजागर करने के लिए किया गया है कि रचनात्मकता का चरण पहले ही पूरा हो चुका है | मौलिक शक्ति सही अर्थ में कभी भी निष्क्रिय नहीं होती है, यह शक्ति मनुष्य के मानस में भ्रम का संसार (माया) प्रक्षेपित रखती है और बुद्धि, अहंकार, मन और पांचों इंद्रियों के माध्यम से इसे बनाए रखती है |

यह शक्ति एक सक्षम शिक्षक या एक गुरु के द्वारा जागृत किये जाने के पश्चात्, विपरीत दिशा में मुड़ जाती है, जिससे योग साधक का मानस नष्ट हो जाता है | परम शक्ति अंत में, स्रोत या सर्वशक्तिमान में वापस घुल जाती है, जिस से मनुष्य का मन परम ज्ञान से भर उठता है | उसे स्व या दिव्यता की प्रवृति का ज्ञान हो जाता है !

अतः जिस मौलिक शक्ति ने मनुष्य को बनाया है, उसी शक्ति को बिल्कुल उसी प्रकार से परन्तु विपरीत क्रम में सृजन पूर्ववत करने की आवश्यकता है |

यही 'जीवन' का सार है, जिसकी प्राचीन काल से संसार भर में विभिन्न प्रकारों से व्याख्या की गयी है | इसलिए परमात्मा की कृपा के बिना, मनुष्य के लिए अकेले अपने प्रयास से, आत्म-बोध की अवस्था प्राप्त करना संभव नहीं है |

एक व्यक्ति चाहे संसार के हर कोने में जाकर ढूंढ ले, चाहे सर्वोच्च स्तर की सबसे कठिन धार्मिक प्रथाओं का पालन कर ले, या और सब कुछ कर ले, वह सब व्यर्थ हो जाएगा | जब तक ब्रह्मांडीय शक्ति एक आत्मोपलब्ध आदरणीय शिक्षक या एक गुरु द्वारा जागृत नहीं की जाएगी, तब तक सभी प्रयास वास्तव में साधक के मन में एक अस्थायी शांति प्रदान करने के अलावा और कुछ भी नहीं करेंगे | यही कारण है कि सामान्यतः सभी धार्मिक प्रणालियों में, सर्वशक्तिमान के सामने, सम्पूर्ण आत्म-समर्पण करने पर बल दिया जाता है, क्योंकि आत्म-बोध प्राप्त करने के लिए यही एक रास्ता है |

एक बार जब यह ब्रह्मांडीय शक्ति मनुष्य में जागृत हो जाती है, तो मोक्ष प्राप्त करने के सभी पथ, परमात्मा के एक भव्य विचार में सम्मिलित हो जाते हैं, जो मनुष्य को आत्म-बोध की ओर ले जाते हैं | संक्षेप में, मैं यह कहना चाहता हूँ कि व्यक्ति में कुंडलिनी शक्ति जागृत होने के बाद, दिव्यता के बारे में सभी विचारों में एक भारी परिवर्तन होगा, तथा मन में विभिन्न धर्मों के बीच कोई भेद नहीं रह जायेगा |

आप इसे एक 'भव्य' धर्म कह सकते हैं या एक योग प्रणाली या एक एकीकृत सिद्धांत |

जो बुद्धि से नहीं समझा जा सकता है उस का वर्णन करने में सभी सांसारिक भाषाओं – जो कि मानव बुद्धि से ही उत्पन्न हुई हैं - की एक अंतर्निहित सीमा है | इसलिए सभी धर्म, दर्शन, सिद्धांत, योग- प्रणालियाँ, आदि निष्क्रिय लौकिक शक्ति की जागृति के लिए, एक व्यक्ति का मार्गदर्शन करने हेतु, केवल अलग-अलग रास्ते या तकनीक प्रदान कर सकते हैं | इसके बाद, सर्वशक्तिमान की धारणा सभी के लिए एक भव्य विचार में मिलना शुरू हो जाती है | मैं पाठकों को विश्वास दिलाता हूँ कि इसके पश्चात् मन की संरचना बहुत तेजी से बदल जाएगी | दिव्यता से सम्बंधित विचार में भी एक गहरा परिवर्तन होगा | मैंने एक अध्याय में इस पहलू का पर्याप्त

रूप से वर्णन किया है | सरल भाषा में कहें तो, एक योग साधक को यह समझ ही नहीं आएगा कि हुआ क्या | मन में आवश्यक परिवर्तन एक पलक में होता है |

सर्वोच्च मौलिक शक्ति, व्यक्ति को बिना किसी भी स्वैच्छिक प्रयास के, आत्म-बोध की ओर पहुँचाने लगती है | सिद्ध महायोग के अनुयायियों के मामले में, यह लौकिक शक्ति गुरु की कृपा या एक ऐसे आदरणीय शिक्षक द्वारा सक्रिय की जाती है, जो पहले से ही मानवता के लाभ के लिए सर्वोच्च मौलिक शक्ति के माध्यम के रूप में कार्य कर रहे हैं | गुरुजी इस शक्ति के साथ शक्तिपात या 'ऊर्जा का अवतरण' नामक तकनीक का उपयोग करके हस्तक्षेप करते हैं |

मैं बाद में इस पुस्तक में इस तकनीक पर विस्तार से चर्चा करुँगा |

यह योग प्रणाली अन्य सभी योग प्रणालियों की तरह एक स्वतंत्र योग व्यवस्था नहीं है, जिनमें निष्क्रिय कुंडलिनी या ब्रह्मांडीय शक्तिको जागृत करने के लिए अपने-अपने तरीके हैं और सभी अपनी अद्वितीय विधियों को अपनाते हैं | जब यह आभास होगा, कि सभी मार्ग अंत में एक ही दिव्यता की ओर ले जाते हैं तब, विभिन्न प्रथाओं के सभी रास्ते एक भव्य पथ के रूप में प्रकट हो जायेंगे !

विभिन्न शास्त्रों, धर्मों, दर्शन, सिद्धांतों, योग-प्रणाली, तांत्रिक प्रथाओं, आदि की मदद से जो मंच मानवता ढूंढती है, वह पहले से ही सिद्ध महायोग के अनुयायी को उपलब्ध है | यही कारण है कि इसे भव्य योग कहा जाता है !

यह उच्च आध्यात्मिक मंच भी, जो की सीधे एक गुरु से ईश्वरीय कृपा की बौछार के माध्यम से अनुयायी को प्रदान किया गया है, रातों-रात या यहाँ तक कि कुछ वर्षों में भी आत्म-बोध नहीं ला सकता है | शक्तिपात या दिव्य शक्ति के अवतरण का लाभ, केवल कुंडलिनी या निष्क्रिय लौकिक शक्ति की जागृति, तक ही सीमित है |

इस शक्ति की जागृति साधक को एक ऐसे मार्ग पर डाल देती है कि

वह सदा के लिए एक नियमित जीवन शैली में लौट नहीं सकता है | संभवतः इसी समय पर पिछले कई जन्मों का स्वप्न अंत में सफल होता है | व्यक्ति में कुंडलिनी शक्ति की जागृति एक अत्यंत दुर्लभ घटना है | वास्तव में मानव जाति के द्वारा परमेश्वर की सारी पूजा इसी उद्देश्य के लिए है | सभी योग प्रणाली, तांत्रिक प्रथाएं, आदि, केवल इस उद्देश्य के लिए ही होती हैं | वास्तव में, कुंडलिनी शक्ति जागृति के बिना आध्यात्मिक दृष्टि से कुछ भी नहीं हो सकता है | प्रायः कोई मनुष्य इतना सक्षम नहीं है, कि एक जीवन काल में जागृति अथवा इस से अच्छे शब्दों में कहें तो परमात्मा की कृपा प्राप्त कर सके | इसलिए, यह पिछले कई जन्मों की कड़ी मेहनत है, या सपना है, जिसकी अंतिम चरमावस्था यह परमात्मा की कृपा है |

एक सांसारिक दृष्टिकोण से यह कहा जा सकता है, कि भौतिक संसार में कोई असाधारण परिवर्तन नहीं होने वाला | परंतु, साधक को दिव्य दृष्टिकोण से सब कुछ प्रदान कर दिया गया है | यह मानवता में एक मिथक है कि जब भी व्यक्ति में कुंडलिनी शक्ति जागृत होती है तो सांसारिक जीवन में कुछ असाधारण होना ही है | हर पाठक इस तथ्य से परिचित होगा कि इस संसार में जब भी कोई व्यक्ति किसी भगवान की ड्योढ़ी पर जाता है, तो मूलतः कई भौतिकवादी वस्तुओं के लिए भीख माँगने के लिए ही जाता है | यह बहुत दुर्लभ है कि एक व्यक्ति जब किसी भगवान की ड्योढ़ी पर जाता है तो विशुद्ध रूप से केवल आध्यात्मिक दृष्टि से परमात्मा की कृपा मांगने जाता है | जब भी परम दिव्यता अपनी कृपा की वर्षा करती हैं, वह कुंडलिनी शक्ति की जागृति के रूप में होती है | दिव्यता का मनुष्यों की क्षुद्र सांसारिक वस्तुओं की भ्रामक आवश्यकताओं से कोई संबंध नहीं है |

हर किसी को आसानी से इस योग प्रणाली में दीक्षित नहीं किया जा सकता क्योंकि, हर व्यक्ति का दिमाग इस शक्ति को सहने योग्य नहीं हो सकता है | इसके अतिरिक्त, आवश्यक परिस्थिति के अभाव के कारण, यह शक्ति हर व्यक्ति में काम भी नहीं कर सकती (दिमाग में) | संभवतः इस कारण इस प्रणाली के अस्तित्व को प्रचलित सामाजिक स्थिति के आधार

पर हर छह सौ साल में बारी-बारी से गुप्त और सार्वजनिक रखा गया है | यह शक्तिपात पद्धति की बिरादरी में व्यापक रूप से माना जाता है | उस स्थिति की कल्पना कीजिये, जहाँ हर कोई इस योग प्रणाली में दीक्षा के लिए एक गुरु के पास चला जा रहा है, जबकि यह नहीं प्रदान की जा सकती है |

यहाँ पाठकों से मेरे शोक को समझने का अनुरोध है | मेरी कामना है कि काश यह ऐसा नहीं होता | हाय ! स्वतंत्र मानव इच्छा केवल एक भ्रम निकला | यह संसार भगवान की रचना है | सर्वशक्तिमान के समक्ष पूर्ण आत्म-समर्पण के अलावा और कुछ नहीं है जो मोक्ष प्राप्त करने के लिए किया जा सकता है | केवल परमात्मा की कृपा ही एक व्यक्ति को बचा सकती है | यह निम्न उदाहरण के माध्यम से सबसे अच्छा समझा जा सकता है |

एक सुअर कीचड़ से भरे एक गड्ढे में से बाहर निकलना तब तक पसंद नहीं करता जब तक उसे कोई बहुत तेज़ चुभन विवश नहीं कर देती !

एक कुँए का मेंढक उस समय तक यह सोचता है कि उसने पूरी दुनिया देखी है जब तक उसे कोई समुद्र में नहीं फेंकता है !

उसी प्रकार से मनुष्य 'एक गड्ढे' या 'एक कुँए', जिसे जीवन कहते हैं, में जीता है !

अब उनमें से प्रत्येक के साथ कुछ ऐसा होने की आवश्यकता है, जिससे कि वह अनन्त परम सत्य को समझने में सक्षम हो सके | कुंडलिनी या लौकिक शक्ति– वह सर्वोच्च मौलिक शक्ति ठीक यही करती है | जिस व्यक्ति में यह शक्ति जागृत हो चुकी है उसे बलपूर्वक खींच कर यह परम सत्य दिखाया जाता है !

आधुनिक विज्ञान द्वारा असमझा और संभवतः तर्कहीन, सिद्ध महायोग सूर्य की तरह चमकते हुए, मानवता पर ज्ञान और शांति की वर्षा करता है |

दुनिया को भाड़ में जाने दो |

चिंता मत करो | आप हमेशा के लिये ब्रह्मांड में अकेले रहोगे | क्योंकि

आप का वास्तविक स्वभाव परम सत्य, परम अस्तित्व और परम आनंद है |

सिद्ध महायोग मानवता से यही वादा करता है |

मैंने इस पुस्तक में विज्ञान, दर्शन, धर्म, योग प्रणालियों इत्यादि के विलय की दिशा में एक छोटा सा प्रयास किया है !

मैंने अपने आंतरिक दुनिया के दरवाजे खोल कर एक परोपकारी दृष्टिकोण से अपने निजी अनुभवों का वर्णन किया है ! मैंने पूरी विनम्रता के साथ और बिना किसी संकोच के अपना मन खोल के बताया है !

भव्य योग प्रणाली के चार मार्ग

यह व्यापक रूप से, सभी योग ग्रंथों द्वारा घोषित किया गया है, कि आत्म-बोध प्राप्ति का भव्य पथ मोटे तौर पर चार प्रारंभिक रास्तों में वर्गीकृत किया जा सकता है | यह चारों रास्ते केवल व्यक्ति में कुंडलिनी शक्ति जागरण के प्रारंभिक चरणों से संबंधित हैं | यहाँ पाठक से यह बात स्मरण रखने का अनुरोध है कि विश्व में ईश्वर की किसी भी रूप में पूजा (जैसे कि योग प्रथाएं, तांत्रिक प्रथाएं या कोई भी अन्य प्रथा), किसी भी व्यक्ति द्वारा किए गए अन्य सभी प्रकार के प्रयास, केवल कुंडलिनी शक्ति की जागृति के उद्देश्य से ही होते हैं | योग शब्दावली में यह सब प्रयास परमाणविक या बहुत सूक्ष्म माने जाते हैं | व्यक्ति में कुंडलिनी शक्ति जागृत होने के बाद ही वास्तविक प्रयास शुरू होता है | परन्तु, यहाँ एक पेंच है, व्यक्ति में कुंडलिनी शक्ति सक्रिय होने के पश्चात्, उस व्यक्ति के लिए ऐसा कुछ भी नहीं रह जाता है जो उसे स्वयं अपने प्रयास से करना हो | सभी काम आंतरिक रूप से, मौलिक शक्ति द्वारा किया जाता है, इसलिए कुंडलिनी शक्ति की जागृति आत्म-बोध की प्रक्रिया में पहला चरण है और इससे पूर्ववर्ती सभी प्रयासों को प्रारंभिक कहा जा सकता है |

प्रथम मार्ग पूर्ण आत्म-समर्पण या सर्वशक्तिमान की भक्ति है |

इस में व्यक्ति सभी कार्य सर्वशक्तिमान के लिए एक भेंट के रूप में

करता है | इस मन: स्थिति में, व्यक्ति के मन में दर्ज सभी ऐंद्रिय प्रभाव एक तीव्र दर से जल के समाप्त हो जाते हैं | इस प्रकार, व्यक्ति अविचारशीलता की अवस्था की ओर बढ़ने लगता है, जो सभी योग प्रणालियों का अंतिम उद्देश्य है !

यह विधि सामान्य रूप से आत्म-बोध प्राप्त करने की सबसे तेज़ विधि मानी जाती है |

पाठक को यह ध्यान में रखने का अनुरोध है कि जब इस मार्ग का अनुसरण किया जाता है तो भाग्य एक तीव्र दर से उसके सामने आता है, यद्यपि दिव्यता के पूर्ण संरक्षण के आधीन | इसलिए भी इस विधि को बहुत ही सुरक्षित माना जाता है, क्योंकि कहा जाता है कि भगवान के भक्त का हाथ कभी छोड़ा नहीं जाता है या रास्ते से भटकने और नीचे गिरने की अनुमति नहीं दी जाती है |

आत्म-बोध के उद्देश्य से आत्म-समर्पण की तकनीक उन लोगों के लिए अधिक उपयुक्त है जो भावनात्मक और संवेदनशील प्रकृति के होते हैं |

अगले पथ में सभी कर्मों का हिसाब इसी सांसारिक जीवन में बराबर करने की आवश्यकता होती है –अच्छे और बुरे दोनों प्रकार के कर्म | यह शारीरिक रूप से परिणामी फल का अनुभव करके सभी ऐंद्रिय प्रभावों को नष्ट करने पर बल देता है | मुझे इसे और स्पष्ट करने दें |

व्यक्ति के मन में दर्ज प्रत्येक ऐंद्रिय प्रभाव उनके भविष्य के निर्माण में एक बीज के रूप में कार्य करता है | जब व्यक्ति यह प्रतिक्रिया नियति के रूप में अनुभव करता है, इस नए अनुभव की छाप भी उसके मन में दर्ज हो जाती है | यह छाप एक बार फिर आगे के भविष्य का कारण बन जाती है | इस प्रकार, करणीय संबंध का पहिया एक, कभी न समाप्त होने वाले चक्र, की तरह चलता रहता है | यहाँ पाठकों को यह स्मरण रखना चाहिए कि इस समय व्यक्ति पूरा नियंत्रण रहता है, परन्तु केवल कर्म करने से पहले | एक बार कर्म घटित हो गया, तत्पश्चात उसके परिणाम पर कोई नियंत्रण नहीं किया जा सकता है | इसके अलावा कर्म के परिणाम की भविष्यवाणी भी नहीं की जा सकती, क्योंकि व्यक्ति तकनीकी रूप से इस पर सभी

नियंत्रण खो देता है | इन परिस्थितियों में, व्यक्ति को मन से सभी ऐंद्रिय प्रभावों को नष्ट करने की आवश्यकता है | यह तभी सम्भव है जब आप नियति को केवल अनुभव करते हैं, जिससे कि दिमाग से सभी ऐंद्रिय प्रभाव समाप्त हो जाये, परंतु उसके साथ ही व्यक्ति को यह सुनिश्चित करना आवश्यक है कि कोई नयी छाप मन में वापस दर्ज न हो | यह तभी संभव है जब व्यक्ति अपनी नियति का बिना किसी भावनात्मक आसक्ति के एक मूक गवाह बन जाये |

यहाँ मैं योग साधकों को एक छोटी सी सलाह देना चाहता हूँ ताजा दर्ज छापों (जो नियति के साथ-साथ बनते जाते हैं) मिटाना अपेक्षाकृत सरल होता है | यह इस पर निर्भर करता है, कि अपनी नियति का सामना करते हुए साधक उससे अपने भावनात्मक लगाव पर कितना नियंत्रण रखता है | कम भावनात्मक लगाव होने से दर्ज प्रभाव को मिटाना अधिक सरल हो जाता है और इसी तरह अधिक भावनात्मक लगाव होने से दर्ज प्रभाव को मिटाना उतना ही कठिन हो जाता है |

यह मार्ग बहुत विषम है, व्यक्ति को सांसारिक जीवन का अनुभव करते हुए हर समय सतर्क रहना पड़ता है | जो इस पथ पर चलते हैं उन्हें, कभी भी किसी भी स्तर पर कर्म करते समय, भावनात्मक रूप से नहीं जुड़ना चाहिए | अन्यथा किया गया कर्म दिमाग में दर्ज हो जाता है और उनके भविष्य की नियति का कारण बन जाता है |

इस मार्ग में बहुत समय लगता है, क्योंकि व्यक्ति को पूरी तरह से सभी पिछले कर्मों के परिणामी फल का सामना करना होता है, साथ में अपने वर्तमान में सामने आती नियति के भौतिक अनुभव में वैराग्य सुनिश्चित करना होता है |

यह पथ बहुत ही लाभकारी है, क्योंकि व्यक्ति लगातार नियति का भंडार नष्ट करते हुए प्रगति करता है और व्यक्ति को इस मार्ग से दूर भटकने में, या इस रास्ते से नीचे गिरने में काफी समय लगेगा, क्योंकि मन में एक बार फिर ऐंद्रिय प्रभाव एकत्र करने में एक लंबा समय लगता है | इस दौरान व्यक्ति को आभास हो सकता है कि वे पथ से भटक रहा है और

सुधारात्मक उपायों को अपना सकता है |

तीसरा पथ ज्ञान का मार्ग है |

परंतु यहाँ एक पेंच है | दिव्यता सांसारिक ज्ञान के माध्यम से प्रकट नहीं होती है | इसका अर्थ हुआ कि व्यक्ति को यह आभास होना आवश्यक है कि जितना भी सांसारिक ज्ञान है वह किसी काम का नहीं है | व्यक्ति को संचित ज्ञान के इस सागर को अस्वीकार करने की आवश्यकता है | परंतु, पहले व्यक्ति को यह विशाल ज्ञान एकत्र करना आवश्यक है, तभी उसे यह बोध हो पायेगा कि इन सब का कोई मूल्य नहीं है |

मुझे यह विस्तार से समझाने दीजिये |

संसार की विभिन्न भाषाओं में साहित्य का एक विशाल संग्रह उपलब्ध है जो परम दिव्यता की व्याख्या करती है | परंतु, योग के परिप्रेक्ष्य से, जिस व्यक्ति ने ज्ञान के इस सम्पूर्ण सागर की जानकारी प्राप्त कर ली है, उस व्यक्ति से भिन्न नहीं है, जिसने इस विशाल साहित्य का एक भी शब्द नहीं पढ़ा है | इस का कारण बहुत सरल है - उन दोनों को दिव्यता का कोई प्रत्यक्ष अनुभव नहीं है |

दिव्यता को स्वयं के भीतर से प्रकट करने की आवश्यकता है | दिव्यता एक व्यक्ति के शरीर में किसी भी बाहरी स्रोत से प्रवाहित नहीं होती है, क्योंकि वह प्रत्येक मनुष्य के स्वयं के भीतर ही निहित है | एक व्यक्ति में परम ज्ञान के उदगमन में पवित्र ग्रंथों के साथ साथ अन्य सांसारिक ज्ञान भी एक अहम् भूमिका निभाते हैं, किन्तु परोक्ष रूप में |

व्यवस्थित और तार्किक निगमन व्यक्ति को इस भ्रामक संसार में सब कुछ अस्वीकार करने को प्रभावित करता है | जब सब कुछ अस्वीकार कर दिया जाता है, तो दिमाग के पास सोचने के लिए कुछ नहीं बचता है | जब मन किसी भी विचार के बिना शांत हो जाता है, तब वह स्वयं के भीतर निहित आत्मा के लिए एक दर्पण के रूप में कार्य करता है | परिणामस्वरूप स्वयं के भीतर अधःस्तर जिसे हम आत्मा या दिव्यता कहते हैं, प्रकट होती है | जब यह होता है, तो ऐसा प्रतीत होता है कि धूल साफ करने पर

आखिरकार दर्पण में अपने स्वयं का प्रतिबिंब देख सकते हैं | इस मामले में, मन दर्पण है जिसे सभी ऐंद्रिय प्रभाव या विचारों से शुद्ध कर दिया गया है|

यह मार्ग बुद्धिजीवी प्रवृति के व्यक्ति के लिए अधिक उपयुक्त है |

जो व्यक्ति इस पथ को चुनता है उसे जानकारी का एक विशाल संग्रह एकत्र करना होता है और साथ ही साथ शाश्वत सत्य को ध्यान में रखते हुए निरंतर (आंतरिक) बहस के माध्यम से इसे नकारना होता है | यह एक बहुत ही श्रमसाध्य प्रक्रिया है, जो काफी समय लेती है |

एक समय आता है जब व्यक्ति की बुद्धि यह समझना शुरू देती है कि वह वास्तव में सर्वोच्च सर्वशक्तिमान है | क्योंकि बुद्धि ने, विभिन्न शास्त्रों और वैज्ञानिक ज्ञान के रूप में, इतनी जानकारी एकत्र कर ली है कि उसे यह भुलावा हो जाता है कि वह सृष्टि के बारे में सब कुछ जानती है | यहाँ बुद्धि उस मेंढक से भिन्न नहीं है जो कुँए में रहते हुए सोचता है की उसने पूरा संसार देख लिया है – जब तक कि उसे समुद्र में नहीं फेक दिया जाता |

हालाँकि, एक अंतिम चरण आता है जब आखिरकार बुद्धि को यह आभास हो जाता है कि वह परम दिव्यता नहीं है | किसी तरह, बुद्धि उस बिंदु तक पहुँच जाती है जहां वह अभिमान रहित हो जाती है | यह एक ब्रह्मांडीय घटना प्रतीत होती है | अंततः उस व्यक्ति, जिस में इतनी विशाल मात्रा में जानकारी रखने का अभिमान छलक रहा है, के साथ कुछ घटित होता है जिस के कारण वह व्यक्ति अपना अभिमान खो देता है और अपने संचित चरित्र के आधार पर विशिष्ट तरीके में विनम्र हो जाता है |

अंतिम पथ मन के आंतरिक नियंत्रण के माध्यम से है |

यह पथ मूलतः चिंतन से संबंधित है | इसमें मन किसी छल में आकर एक विचार विहीन अवस्था में पहुँच जाता है | यह अवस्था सामान्यतः एक वस्तु के रूप में कोई छवि, या ध्वनि, या किसी अन्य वस्तु का उपयोग कर उस पर ध्यान केन्द्रित करके प्राप्त की जाती है | धीरे-धीरे मन वस्तु पर ध्यान केंद्रित रखना सीख जाता है | इसके बाद एक चरण आता है जिसमें दिमाग पूर्णतः रिक्त हो जाता है और विचारों, भावनाओं, आदि किसी

प्रकार के परिवर्तन से पूरी तरह से विहीन हो जाता है | इस पड़ाव पर, अंत में मन को एकाग्रता बनाए रखने के लिए कथित वस्तु पर ध्यान केंद्रित करने की आवश्यकता नहीं रह जाती है, इस प्रकार आखिरकार मन एक विचार विहीन शांत अवस्था में पहुँच जाता है |

यह पथ स्वभाव से वैज्ञानिक प्रवृति के लोगों के लिए अधिक उपयुक्त है | वे प्रयोग के माध्यम से दिव्यता का सत्यापन चाहते हैं | वे इस प्रकार के लोग होते हैं जो हर चरण पर दिव्यता का प्रत्यक्ष अनुभव करना चाहते हैं |

यह पथ सामान्यतः एक योग्य शिक्षक या एक गुरु के मार्गदर्शन के बिना ध्यान का अभ्यास करने वालों के लिए खतरनाक माना जाता है | ऐसे लोगों के लिए खतरा यह है कि कुंडलिनी शक्ति एक अनियंत्रित ढंग से सक्रिय हो सकती है और ऐसा हो सकता है कि साधक इस शक्ति को सहन न कर पाए | परिणामस्वरुप वह स्थायी रूप से दोनों, शारीरिक और मानसिक स्तर पर अस्वस्थ हो सकता है |

यदि पाठक उचित देखरेख के बिना, ध्यान का किसी भी प्रकार का अभ्यास कर रहे हों, तो उनसे उपरोक्त अनुच्छेद पर बहुत ही विशेष ध्यान देने का अनुरोध किया जाता है |

यद्यपि निम्नलिखित (कहानी) वास्तव में कुंडलिनी शक्ति के किसी भी योग अभ्यास या सक्रियण से संबंधित नहीं है, मैं उपरोक्त अनुच्छेद में उल्लेखित कथन के महत्व पर और बल देने के लिए ब्रह्मांडीय शक्ति से सम्बंधित एक भयावह अनुभव बताना चाहूँगा | हालाँकि, यह अनुभव ब्रह्मांडीय शक्ति के मौलिक रूप से किसी भी तरह से संबंधित नहीं है, बल्कि यह मानव शरीर के अंदर जीवन शक्ति से संबंधित है, जो ब्रह्मांडीय शक्तिके मौलिक रूप का एक थोड़ा स्थूल रूप होता है | मैंने बाद के एक अध्याय में, विभिन्न रूपों में शक्ति की अभिव्यक्ति का एक विस्तृत विवरण दिया है |

सिध्द महायोग प्रणाली में दीक्षा के करीब चार साल पहले मेरे साथ एक मन को अचंभित करने वाला अनुभव हुआ था |

मुझे किसी के द्वारा बताया गया था कि हैदराबाद शहर में एक

महिला हैं, जो लोगों को 'रेकी' - प्राणिक चिकित्सा की एक पूर्वी प्रणाली - में दीक्षित करती हैं | मैंने दीक्षा प्रक्रिया के लिए उनके साथ मिलने का समय तय किया; जब समय आया मैं उनके घर गया |

वहाँ, मुझे एक कमरे में बुलाया गया और एक कुर्सी पर बैठने और अपनी आँखें बंद करने के लिए कहा गया | रेकी मास्टर, वह महिला, ध्यान मुद्रा में मुझ से कुछ ही गज की दूरी पर बैठी हुई थीं | एक अन्य महिला, जो परिचारका थी, को मेरे सिर पर अपना हाथ रखने का निर्देश दिया गया था| इस बिंदु के माध्यम से मेरे शरीर में ब्रह्मांडीय ऊर्जा हस्तांतरण करने का एक प्रयास किया गया | मुझे इस घटना से पहले बताया गया था कि व्यक्ति को स्पष्ट रूप से रेकी दीक्षा के दौरान शरीर में ऊर्जा का प्रवाह अनुभव होता है |

इसलिए, स्वाभाविक रूप से मैं ऐसे अनुभव की प्रतीक्षा कर रहा था | इस बैठक के बाद मुझसे मेरे अनुभव के बारे में पूछा गया | मैंने रेकी मास्टर को बताया कि मुझे कुछ भी महसूस नहीं हुआ | मुझसे यह सुनकर उन्होंने मुझसे अभी रेकी प्रणाली के बारे में कोई राय न बनाने के लिए और चार दिन के बाद एक और प्रयत्न के लिए फिर से वापस आने को कहा | इस घटना के दो दिन बाद, मैं रात में बिस्तर पर लेटा था और एक पुस्तक पढ़ रहा था, अचानक मैंने अपने सिर के ऊपर एक चक्राकार गति को महसूस करना आरम्भ किया | मेरा ध्यान पुस्तक से हट गया और मैं मानसिक रूप से इस घटना का निरीक्षण करने लगा | शक्ति की चक्राकार गति और तेज हो गयी और सिर के ऊपरी भाग से मेरे सिर में प्रवेश करने लगी |

इसके बाद, वह शक्ति शीघ्र ही नीचे की ओर मेरे शरीर के सभी भागों में प्रवाहित हो गयी | मैं शक्ति को अपनी उंगलियों और पैरों से भी बाहर हवा में बहते हुए महसूस कर रहा था | मैं बहुत स्पष्ट रूप से इस शक्ति को अपने शरीर के अंगों से बाहर बहने की सनसनी को महसूस कर रहा था | कुछ मिनट बाद, शक्ति का प्रवाहऔर तेज होने लगा और मुझे

अपने दिमाग में एक बहुत ही असहज अनुभूति का अनुभव होने लगा | कुछ समय बाद मेरे सिर में सनसनी असहनीय हो गयी |

मैं किसी तरह अपने बिस्तर से उठ पाया और उसके बाद शक्ति का प्रवाह थोड़ा धीमा हो गया | परंतु, मेरे शरीर के अंदर बह रही शक्ति की अनुभूति बंद नहीं हुई और उसके परिणाम स्वरूप मैं बाकी की रात सो नहीं सका | मेरे सिर में असहज सनसनी पूरी रात बनी रही | अगले दिन भी यह अनुभूति बनी हुई थी और शाम को मैंने बाहर टहलने का निर्णय लिया |

मैं एक भारी यातायात वाली सड़क पर चल रहा था |अचानक मुझे ऐसा लगा कि मैं सड़क पर गिरने वाला हूँ, मेरा सिर घूमने लगा और अचानक मेरी आँखों के आगे अँधेरा छा गया – उसी व्यस्त सड़क पर | सौभाग्य से अंधकार केवल कुछ क्षण के लिए रहा | मैं इन सब से बहुत डर गया और तुरंत अपने कमरे की ओर वापस चलने लगा |

वापस चलते हुए, मुझे लगा कि मैं किसी भी क्षण फिर से बेहोश होने वाला हूँ | किसी तरह मैं अपने कमरे तक पहुँचने में सफल रहा | हालाँकि, मेरे सिर में असहज अनुभूति दूसरी रात भी होती रहीऔर मैं ठीक से सो नहीं सका | अगली सुबह, मैं अपने रेकी मास्टर से मिलने गया और जो मैं अनुभव कर रहा था उनको बताया |

जो उन्होंने मुझे बताया उसने मुझे अन्दर तक हिला दिया |

उन्होंने मुझे बताया कि अपनी पिछली भेंट के दौरान वह मुझे रेकी में दीक्षित करने में विफल रही थीं | किसी कारण, यह तकनीक मेरे मामले में नाकाम रही थी | रेकी मास्टर ने इस परिणाम को बहुत गंभीरता से ले लिया था | उन्होंने मुझे बताया कि मेरे जाने के बाद, वे जिस देवी की पूजा करती हैं वे उनके चरणों में गिर गयी थीं | उन्होंने तब इस शर्मनाक स्थिति से उन्हें बचाने के लिए देवी की प्रार्थना की थी | इसके अलावा, वह लगातार दूरस्थ साधन से मुझे रेकी में दीक्षित करने का प्रयत्न कर रही थीं | इसका अर्थ है कि वह एक दूरी से परोक्ष रूप से प्राणिक शक्ति हस्तांतरण करने का प्रयास कर रही थीं | रेकी की मेरी थोड़ी सी जानकारी के

अनुसार, इस तरह की बात तकनीकी रूप से संभव है | और इसे मैं पिछले दो दिनों से सीधे अनुभव कर रहा था |

मैं इस प्रकरण और इसके असर पर और अधिक ध्यान नहीं देना चाहता |

परंतु, इस प्रकरण के बाद कई वर्षों तक मुझे ऐसा लगा जैसे मेरा शरीर शक्ति का एक कूड़ेदान बन गया था | कम से कम जब तकमैं सिध्द महायोग प्रणाली में दीक्षित नहीं हो गया | शक्ति बिना किसी उद्देश्य के मेरे शरीर भर में, हर नुक्कड़ और कोने में, प्रवाहित होती रहती थी | इसका मेरे दिमाग पर कोई प्रभाव नहीं पड़ता था परन्तु इससे मुझे कभी-कभी खीज होने लगती थी | सबसे बुरी बात यह थी कि मैं इसके बारे में कुछ नहीं कर सकता था | ऐसा कोई नहीं था जिसके साथ मैं इसके बारे में बात कर सकता था | मेरी कहानी पर कौन विश्वास करता ? इस प्रकार मुझे वर्षों अपने शरीर में शक्ति के इस असामान्य प्रवाह के साथ रहना पड़ा |

इस कारणवश मैं एक योग्य गुरु से उचित मार्गदर्शन के बिना ध्यान का अभ्यास करने के खतरे पर बल देना चाहता हूँ | ब्रह्मांडीय शक्ति का एक अनियंत्रित ढंग से सक्रिय हो जाना भी संभव है |

मैंने पाठक को चेतावनी देने के लिए उपरोक्त अनुभव सुनाया है कि उन्हें ब्रह्मांडीय शक्ति से किसी भी प्रकार की छेड़छाड़ का प्रयास करने से पहले उचित सतर्कता बरतनी चाहिए | इससे मेरा उद्देश्य पाठक को डराने का नहीं है | वास्तव में, यही दिव्य ब्रह्मांडीय शक्ति,जो नियंत्रित परिस्थितियों में जब सक्रिय की जाती है, व्यक्ति को आत्म-बोध की दिशा में ले जाती है |

अब मैं जो चार प्रारंभिक पथ भव्य पथ की ओर ले जाते हैं, उनके बारे में अपनी पहली बात पर वापस आता हूँ |

इन रास्तों में से कोई भी चुने, कुंडलिनी ऊर्जा किसी न किसी चरण पर जागृत हो जाएगी | यह ब्रह्मांडीय शक्ति विभिन्न योग प्रणालियों में विभिन्न नामों से जानी जाती है |

यह गौर करने की बात है कि व्यक्ति में, जिस समय कुंडलिनी शक्ति सक्रिय होती है, उसी समय सभी रास्ते एक में विलय हो जाते हैं | जब यह सभी अलग अलग रास्ते एक में विलय होते हैं, वे एक 'भव्य पथ' बन जाते हैं | मैंने पर्याप्त रूप से किसी एक अध्याय में इस पर सविस्तार बताया है।

यह केवल प्रारंभिक अवस्था में ही होता है कि निष्क्रिय ब्रह्मांडीय शक्ति को सक्रिय करने के उद्देश्य से अलग-अलग रास्तों, या योग प्रणालियों, या तकनीकों का अलग-अलग साधकों द्वारा प्रयोग किया जाता है | व्यक्ति में जब शक्ति एक बार सक्रिय हो जाती है, तो यौगिकता की दिव्य प्रक्रिया चालू हो जाती है | व्यक्ति को उस रास्ते पर डाल दिया जाता है जो उसे स्रोत की ओर वापसी का रास्ता दिखाता है – अर्थात परम दिव्यता, या भगवान, या सर्वशक्तिमान की ओर जाने का रास्ता | एक व्यक्ति के साथ स्रोत की ओर वापसी के इन अपरिचित रास्तों में क्या होता है, यह सम्पूर्ण पुस्तक उसी के बारे में है |

कुण्डलिनी शक्ति

संसार में कुंडलिनी शक्ति पर एक बड़ी मात्रा में साहित्य उपलब्ध है | संस्कृत ग्रंथों के अनुसार कुंडलिनी शक्ति के वास्तव में एक हजार नाम हैं | इसलिए मैं संस्कृत शब्द कुंडलिनी का अर्थ समझाने के लिए विद्वतापूर्ण विवरण में नहीं जाऊंगा | मैं घुमा फिरा के नहीं, बल्कि सीधे बात की जड़ पर आता हूँ |

कुंडलिनी शब्द का शाब्दिक अर्थ है, चक्राकार | यह ब्रह्मांड की मौलिक शक्ति है, या दूसरे शब्दों में कहें तो यह ब्रह्मांड मूलतः इस मौलिक शक्ति की स्थूल अभिव्यक्ति है |

परंतु, यह न सोचे कि ब्रह्मांड के आकार की, सीमित आधुनिक वैज्ञानिक गणना, के कारण इस शक्ति पर कोई सीमा बाँधी जा सकती है | इस शक्ति की प्रकृति अबूझनीय और रहस्यमयी है | इसके मात्रा या आकार को आँका नहीं जा सकता है |

इस शक्ति की वास्तविक प्रकृति स्वयं इस शक्ति द्वारा ही प्रकट की जाती है और केवल उन योगियों के लिए जो योग के उन्नत चरण में हों |

मैं एक वाक्यांश का उपयोग करता हूँ और देखें पाठक इसका अर्थ समझ सकते या नहीं –'अत्यंत ज्ञानवती है यह शक्ति' |

यह शक्ति ब्रह्मांड में सर्वोच्च है | यह मनुष्य या सर्वशक्तिमान की तरह सचेत है | यह शक्ति अपने मौलिक या मूलभूत अवस्था में विद्यमान है | यह सर्वोच्च लौकिक शक्ति सर्वशक्तिमान से भिन्न नहीं है | यह स्वयं सर्वशक्तिमान है जो शक्ति के रूप में प्रकट होते हैं |

इसलिए, पाठकों को अपने मन से आधुनिक विज्ञान के सभी विचारों को दूर करने का अनुरोध किया जाता है, क्योंकि वे विचार केवल इस मौलिक शक्ति के स्थूल भौतिक रूप से संबंधित है | ऐसा करने से पाठक, इस पुस्तक को, बेहतर समझ पाएंगे | जैसा कि मैंने पहले कहा था, शक्ति अपने श्रेष्ठ रूपों में अत्यंत ज्ञानवती है, अर्थात इसकी बुद्धि साधारण मानव बुद्धि से श्रेष्ठ है |

अपने मूलभूत रूप में, शक्ति सर्वज्ञानी और सर्वोच्च है | प्राचीन योग ग्रंथों के अनुसार सामान्यतः परम दिव्यता में दो विशेषताएँ मानी जाती हैं – एक है इसका स्थिर पहलू, और दूसरा है गतिशील पहलू | स्थिर पहलू परिवर्तनहीन या अनंत सिद्धांत से सम्बंधित है और गतिशील पहलू सदा परिवर्तित होते ब्रह्मांड या ब्रह्मांडीय शक्ति से | क्योंकि यह दोनों एक ही सिक्के के दो पहलू हैं, तो यह वास्तविकता में एक ही हैं | इस शक्ति को साधक के समक्ष अपनी वास्तविक प्रवृति प्रकट करने की आवश्यकता है | यह केवल उन्ही योगियों के साथ होता है जो योग के उन्नत चरण में पहुँच चुके हों – जहाँ बुद्धि ही समीक्षक, बुद्धि ही समीक्षा की वस्तु और बुद्धि ही प्रयोगशाला भी है |

यह सर्वोच्च ऊर्जा या पराशक्ति (योग ग्रंथों के अनुसार) गोचर ब्रह्मांड के रूप में दो स्तरों पर प्रकट होती है | इस अभिव्यक्ति का एक रूप सामूहिक स्तर पर है और दूसरा रूप व्यक्तिगत स्तर पर है | कहने का अर्थ है, कि एक ओर ब्रह्मांड जिस रूप में है वैसा ही सभी मानवता की सामूहिक अंतरात्मा में विद्यमान है, परंतु दूसरी ओर यह प्रत्येक व्यक्ति के स्तर पर अलग ढंग से भी विद्यमान है | यह दोनों संसार इस तरह से एक दूसरे के साथ जुड़े हुए हैं, कि यह प्रतीत होता है, कि केवल एक ही वास्तविकता है

जिसे एक ही तरीके से सब अनुभव करते हैं |

मुझे इसे और विस्तार से बताने दीजिये |

व्यक्तिगत स्तर पर, एक व्यक्ति की वास्तविकता की समझ की सत्यता, उस व्यक्ति के मन में जो विभिन्न ऐन्द्रिय प्रभाव एकत्रित हैं, उस पर आधारित है | हालाँकि, मनुष्य की बहुसंख्य सामान्य लक्षणों के कारण जो कि जैविक संरचना से संबंधित हैं, एक व्यक्ति को यह संसार जैसा प्रतीत होता है, वह उसके साथी मनुष्यों से बहुधा मिलता जुलता होगा | इसी कारण सभी के व्यक्तिगत संसार एक दूसरे से जुड़े हुए प्रतीत होते हैं | इसके अतिरिक्त, संसार का यह समान भेष वास्तविक सच प्रतीत होता है और यह धारणा सामूहिक अनुभव से और मजबूत होती है | परन्तु जहाँ तक मन की सोच का सम्बंध है, वह प्रत्येक व्यक्ति के लिए अनूठी है इसलिए, एक व्यक्ति की इस संसार की समझ भी अद्वितीय होगी | मैं पाठकों से अनुरोध करता हूँ कि वे बहुत सावधानी से इस बात को समझने का प्रयत्न करें | जो कुछ एक व्यक्ति को सही प्रतीत होता है वो अन्य व्यक्ति को भी सही लगे यह आवश्यक नहीं |

क्या यह कुल लौकिक भ्रम नहीं है ?

अब मैं इस विषय पर आता हूँ कि मनुष्य कैसे वास्तविकता के भ्रामक स्वभाव से प्रभावित होते हैं | मौलिक शक्ति इस प्रकार से काम करती है, कि यह लोगों की वास्तविकता की धारणा को प्रभावित करती है | यह शक्ति ही भ्रम की दुनिया (माया) को प्रक्षेपित करने और बनाए रखने के लिए उत्तरदायी है, जिसे सभी मनुष्य 'वास्तविकता' के रूप में देखते हैं |

भ्रम का यह संसार, गहरी नींद के दौरान, एक अव्यक्त अवस्था में वापस घुल जाता है और जब व्यक्ति निद्रा से जागता है, तो एक बार फिर से इसका निर्माण होता है | जहाँ तक 'सामूहिक संसार' का सम्बन्ध है, यह एक युग में केवल एक बार भंग किया जाता है और एक बार फिर, नए सिरे से, इसका निर्माण शुरू होता है |

मुझे इसे और विस्तार से बताने दीजिये |

बाह्य संसार मूल रूप से आंतरिक संसार या जो मन के अंदर है उसी का प्रक्षेपण है, इसलिए व्यक्ति दैनिक आधार पर वास्तविकता को कैसे अनुभव करता है | यह पूरी तरह से उसके शारीरिक और मानसिक अनुभवों (इंद्रियों द्वारा अर्जित किये) पर आधारित है, जो कि उस व्यक्ति के मन में दर्ज हैं (इस जन्म के या पिछले अनगिनत जन्मों के) |

पाठकों से यह समझने का अनुरोध है कि हर व्यक्ति अतीत में अनगिनत जीवन भोग चुका है और उस समय तक उसका पुनर्जन्म होता रहेगा जब तक आत्म-बोध प्राप्त नहीं हो जाता | इस प्रकार से बाह्य संसार का अनुभव संपूर्णतः उसी व्यक्ति के लिए अनूठा है जो उसे अनुभव कर रहा है – इसका अर्थ है कि यह केवल उस व्यक्ति विशेष के लिए ही 'वास्तविक' है |

उदाहरण के लिए, एक व्यक्ति अपने दैनिक जीवन में विभिन्न लोगों के साथ भेंट और संपर्क करता है | सभी लोग जिनसे व्यक्ति का सामना होता है केवल एक माध्यम हैं जिसके द्वारा व्यक्ति अपने व्यक्तिगत बाह्य संसार को अनुभव कर रहा है | इसके अलावा, बाह्य संसार किसी भी रूप में व्यक्ति को प्रभावित नहीं कर सकता है | अपने परिवेश से, व्यक्ति की प्रतिक्रिया ही है जो सच है, परन्तु आध्यात्मिक अर्थों में नहीं | यह प्रतिक्रिया व्यक्ति के मन के अंदर दर्ज सभी ऐन्द्रिय प्रभावों पर आधारित है, इसलिए इस संसार में कोई भी व्यक्ति, जो कुछ उसके साथ घटित हो रहा है उसके लिए, किसी भी अन्य व्यक्ति को दोषी नहीं ठहरा सकता है | यह एक कड़वी सच्चाई है, जिसे लोगों को स्वीकार करने की आवश्यकता है | किसी भी मनुष्य को इससे प्रथक तरीके से नहीं बनाया गया है | न ही एक व्यक्ति दूसरे व्यक्ति की सहायता कर सकता है (जब तक कि दिव्यता द्वारा उसका एक माध्यम के रूप में कार्य करना पूर्वनिर्दिष्ट न हो) और न ही किसी को किसी अन्य व्यक्ति से सहायता की आवश्यकता है |

मैं आशा करता हूँ, कि पाठक अब सरलता से बाह्य संसार की भ्रामक

प्रकृति को समझ सकते हैं | यह वास्तविकता पर आधारित नहीं है | सृष्टि के अस्तित्व या हमारे आसपास के संसार का आधार, एक व्यक्ति के स्वयं के भीतर ही निहित है, और मन एवं पांचों इंद्रियों के माध्यम से अनंत पर प्रक्षेपित किया जाता है | जब मन की सोच इंद्रियों के माध्यम से, बाहर अनन्तता की ओर प्रक्षेपित होती है, तब व्यक्तिगत स्तर पर एक संसार की रचना होती है |

जब व्यक्ति स्वप्न की अवस्था में चला जाता है, तब एक नये संसार की रचना होती है | जब उसका स्वप्न बदलता है, तब एक और संसार की रचना होती है | जितनी देर के लिए स्वप्न चलता है सपनों का संसार उतना ही वास्तविक रहता है जितना बाह्य भौतिक संसार | दोनों दुनिया की प्रवृति एक ही है, परन्तु जब हम जाग्रत अवस्था में होते हैं, हम सपनों की दुनिया के बारे में इस तथ्य को स्वीकार नहीं करते और मात्र अलौकिक अनुभव के रूप में उसे उपेक्षित कर देते हैं |

व्यक्ति जब निद्रावस्था में चला जाता है, तो यह बाह्य संसार, जो या तो जाग्रत या स्वप्न अवस्था में अस्तित्व में था, पूरी तरह से भंग हो जाता है| व्यक्ति को निद्रावस्था में किसी भी अस्तित्व का कोई भान नहीं रहता है| निद्रावस्था में व्यक्ति का अहंकार पूरी तरह भंग हो जाता है, इसलिए कोई पृथक रचना (चाहे स्वप्निल संसार के या बाह्य भौतिक संसार के रूप में) का अनुभव नहीं होता है | 'अहम् भाव' या परमेश्वर से पृथक पहचान की कोई भावना नहीं होती है |

व्यक्ति जब जाग्रत अवस्था में वापस आता है तब इस बाह्य संसार की रचना फिर से होती है, परंतु उस व्यक्ति के ज्ञान के स्तर में कोई अंतर नहीं आता | बाह्य संसार के बारे में जिस ज्ञान के साथ व्यक्ति ने निद्रावस्था में प्रवेश किया था, वह बाह्य संसार की उसी स्मृति के साथ वापस लौटता है |

इसी प्रकार से, जब व्यक्ति स्वप्निल अवस्था से जाग्रत अवस्था में आता है, वह स्वप्निल संसार की स्मृति अपने मन में लिख कर आता है, परन्तु वह धीरे-धीरे सपनों की दुनिया को भूल जाता है ठीक वैसे ही जैसे हम सब

अपना दैनिक बाह्य जीवन भूल जाते हैं ! यही कारण है कि हमे अपना पिछला जीवन स्मरण नहीं रहता | जैसे-जैसे समय बीतता है, हमारी यादें भी धुंधली हो जाती हैं, यह बस इतनी सीधी सी बात है |

व्यक्तिगत स्तर पर इसी भ्रामक संसार को, सांसारिक भाषाओं में, 'जीवन' कहा जाता है, इसलिए सर्वोच्च मौलिक शक्ति (जो सर्वशक्तिमान या एक व्यक्ति के स्वयं के भीतर की आत्मा से बाहर निर्गत हुई है) को ही व्यक्तिगत स्तर पर या सामूहिक स्तर पर सृष्टि कहा जाता है | यहाँ मैं पाठक का, ब्रह्मांड में प्रकट रूप में मौलिक शक्ति के एक महत्वपूर्ण पहलू पर ध्यान आकर्षित करना चाहूँगा | शक्ति कभी भी अपने स्रोत अर्थात सर्वशक्तिमान या ईश्वर या आत्मा से पृथक नहीं होती है |

जीवन मूलतः भ्रामक रूप में (व्यक्तिगत स्तर पर) इस शक्ति की ही अभिव्यक्ति है – जो एक क्षण में लगातार परिवर्तित होती रहती है | यह स्क्रीन पर एक फिल्म के प्रक्षेपण की तरह है, परंतु प्रोजेक्टर, किरण और स्क्रीन सभी एक इकाई हैं जिनका सामूहिक स्तर पर सर्वशक्तिमान प्रतिनिधित्व करते हैं, और व्यक्तिगत स्तर पर आत्मा या स्व |

संक्षेप में, जब एक गुरु सर्वोच्च मौलिक शक्ति को, उसकी निष्क्रिय स्थिति से, विपरीत दिशा में डाल देते हैं, वह धीरे-धीरे उसी स्रोत में वापस घुलने लगती है जिसमें से यह संसार बना था | एक लंबी अवधि के लिए योग का अभ्यास करने के बाद, व्यक्ति समाधि या विचारविहीन अवस्था में प्रवेश करने लगता है | स्क्रीन पर चल रही फिल्म या जीवन (या व्यक्तिगत स्तर पर सृजन) पूर्ववत हो जाते है, जिससे व्यक्ति का स्व परम ज्ञान प्राप्त कर लेता है |

यह शक्ति मानव शरीर में मस्तिष्कमेरु प्रणाली के आधार पर गुदा और जननांग क्षेत्र के बीच स्थित है | यह शक्ति, एक ओर (सामूहिक स्तर पर) मानवता के मानस पर और दूसरी ओर व्यक्ति विशेष के चित्त पर भ्रम का एक संसार प्रक्षेपित करती है | सर्वशक्तिमान स्वयं को 'ब्रह्मांड का स्वामी' समझते होंगे, ठीक उसी प्रकार जैसे मनुष्य सोचता है, कि वह अपने

शरीर का स्वामी है | सर्वोच्च मौलिक शक्ति के भ्रामक प्रभाव के कारण भगवान को कई संस्कृत ग्रंथों में 'ब्रह्मांड का स्वामी' या 'जगन्नाथ' भी कहा जाता है | यही कारण है, कि इस शक्ति को कई संस्कृत ग्रंथों में सामान्यतः 'भव्य लौकिक भ्रम' या महामाया भी कहा जाता है, इसलिए ब्रह्मांड की इस सर्वोच्च माँ को विनम्र नमस्कार के साथ, मैंने इसे 'भगवान से अज्ञात शक्ति' (द पॉवर अननोन टू गॉड) नाम देकर अपनी श्रद्धा अर्पित की है |

मनुष्य मूल रूप से सर्वशक्तिमान या ब्रह्मांड का एक लघु प्रतिरूप है !

तो आपने देखा, कि यह सब सर्वशक्तिमान की सर्वोच्च ज्ञानवती शक्ति का ब्रह्मांडीय खेल है, अर्थात यह पूरा खेल स्वयं परमात्मा द्वारा ही रचा गया है |

यही कारण है कि दिव्यता की प्रकृति को समझना और आत्म-बोध की अवस्था को प्राप्त करना बहुत कठिन है |

सर्वप्रथम, यह सर्वोच्च शक्ति भगवान से प्रकट होकर सामूहिक ब्रह्मांड का निर्माण करती है; फिर भगवान बहुसंख्यक मनुष्यों के रूप में प्रकट होते हैं; तत्पश्चात, सर्वशक्तिमान की यह सर्वोच्च शक्ति व्यक्तिगत स्तर पर सभी मनुष्यों के भीतर कई संसार बनाती है | सृष्टि के यह सभी विभिन्न स्तर इस प्रकार से एक साथ जुड़े हैं कि प्रतीत होता है कि वे एक वास्तविकता हैं, जो कि वास्तव में पूर्ण भ्रम है | यह सर्वोच्च शक्ति बहुसंख्यक भगवानों या देवताओं की भी रचना करती है और इस विशाल और अनंत ब्रह्मांड में निश्चित क्षेत्रों का उत्तरदायित्व उन पर डालती है | अन्त में यह सर्वोच्च ब्रह्मांडीय शक्ति (जैसा कि संस्कृत ग्रंथों में कहा गया है) इस विशाल और अनंत ब्रह्मांड की गहराई के भीतर इन सभी विविध असंख्य सांसारिक प्रणालियों से बहुत दूर 'परमानन्द के सागर' से घिरे मणि द्वीप या 'रत्नों का टापू' नामक स्थान में स्थित है |

आप को इस से क्या समझ आया है ?

चाहे यह समझने में कठिन है, आत्म-बोध सैद्धांतिक रूप से किसी भी पल हो सकता है | आत्म-बोध का परिणाम है इस सर्वोच्च ज्ञानवती शक्ति

की वास्तविक प्रकृति का प्रत्यक्ष ज्ञान होना |

यह शक्ति अंतरिक्ष है | यह शक्ति समय है | यह शक्ति जीवन शक्ति है| यह शक्ति परम सत्य और परम चेतना है | यह शक्ति मन है | यह शक्ति परम आनंद है | यह शक्ति बुद्धि है | यह शक्ति अहंकार है | यह शक्ति प्रेम है| यह शक्ति मेरी विनम्रता है | यह शक्ति मेरी श्वास है |

इस शक्ति को मेरा अभिवादन है !

यह शक्ति रहस्यमयी है | और अंत में, यह शक्ति अपार है | जैसा कि ऊपर उल्लेखित है, मानव शरीर में इस शक्ति का सटीक स्थान मस्तिष्कमेरु प्रणाली के आधार पर गुदा और जननांग क्षेत्र के ठीक बीच में है |

इसे कुंडलिनी शक्ति कहा जाता है – एक चक्राकार |

जब एक गुरु किसी व्यक्ति में इस शक्ति के साथ हस्तक्षेप करते हैं तो यह विपरीत दिशा में घूम कर उस व्यक्ति के मानस का विनाश करती है, जिसके परिणामस्वरूप उस व्यक्ति को आत्म-बोध होता है | मनुष्य का दिव्यता के साथ विलय होता है, और जैसे-जैसे व्यक्ति के मस्तिष्कमेरु प्रणाली में शक्ति का आरोहण होता है, वह मन को उच्च से उच्चतर स्तर पर ले जाती है |

इस शक्ति का विपरीत दिशा में अग्रसर होकर व्यक्ति को अमरता की ओर ले जाना ही योग कहलाता है |

शक्तिपात

शक्तिपात शब्द का मूल रूप से अर्थ है 'शक्ति का अवतरण' | यह मूलतः मानव शरीर में निष्क्रिय ब्रह्मांडीय शक्ति की जागृति के लिए 'शक्तिपात पद्धति' के संतों द्वारा प्रयोग में लाने के लिए एक तकनीक है |

शक्तिपातका निष्पादन कौन कर सकता है ?

शक्तिपात का निष्पादन किस पर किया जा सकता है ?

जब शक्तिपात का निष्पादन किया जाता है तो क्या होता है ?

ये वो कुछ प्रश्न हैं जिनके बारे में, मैं सामान्य पाठक, जो इस विषय से परिचित नहीं हैं, के लाभ के लिए संक्षेप में बताऊंगा |

एक गुरु या सम्मानित शिक्षक जिस व्यक्ति पर अपनी कृपा प्रदान करने का निर्णय लेते हैं, उस पर शक्तिपात का निष्पादन करते हैं | एक गुरु को किसी व्यक्ति पर शक्तिपात निष्पादन के लिए बाध्य नहीं किया जा सकता है क्योंकि एक गुरु एक आत्म बोधित मानव के रूप में सर्वोच्च दिव्य शक्ति की अभिव्यक्ति है | इसलिए, यदि यह किया भी जाता है तो यह काम नहीं करेगा |

मुझे इसे और विस्तार में समझाने दीजिये |

तकनीकी रूप से एक गुरु मानव रूप में विद्यमान हो सकते हैं (भले ही वह आत्मबोधित हों) क्योंकि यह पूर्वनिर्दिष्ट है कि वह मानवता के लाभ

के लिए पृथ्वी पर दिव्यता का माध्यम होंगे | एक गुरु मूलतः मानवता की मुक्ति के लिए परम दिव्यता की ओर से एक उपहार है परन्तु कुछ कारणों से (योग की दृष्टि से) एक गुरु को फिर भी योग के नियमों के अंतर्गत रहना पड़ेगा ताकि वह मनुष्य के रूप में बने रहें | ऐसी परिस्थितियों में, जब कोई गुरु को शक्तिपात निष्पादन के लिए बाध्य करने का प्रयत्न करता है, तो स्वयं परम दिव्यता ही यह स्वीकृति नहीं देंगी | इसके अलावा,सभी योग ग्रंथ एकमत से सहमत हैं कि एक आदरणीय शिक्षक या गुरु कुछ निश्चित विशेषाधिकारों से संपन्न हैं |

जब पाठक पढ़ेंगे, कि मुझे एक गुरु को मिले विशेषाधिकारों के विषय पर क्या कहना है, तो उन्हें आश्चर्य हो सकता है |

सभी योग ग्रंथों के अनुसार, गुरु स्वयं परम दिव्यता के प्रकोप से भी, एक व्यक्ति को बचा सकते हैं | स्वयं परम दिव्यता ने अनादिकाल से एक गुरु को यह विशेषाधिकार प्रदान किया है, परन्तु भगवान्, या सर्वशक्तिमान या परम दिव्यता भी व्यक्ति को गुरु के प्रकोप से नहीं बचा सकते | फिर से,सभी योग ग्रंथों के अनुसार, एक गुरु को यह विशेषाधिकार स्वयं परम दिव्यता ने अनादिकाल से प्रदान किया है |

भगवान को बरगलाया नहीं जा सकता क्योंकि उनका पूर्ण अस्तित्व ही ब्रह्मांड में केवल परम सत्य है, ना कि अहंकार में रंगी स्वतंत्र मानव इच्छा | दिव्य स्वतंत्र इच्छा अवश्य विद्यमान है जब वह अहंकार के रंग में न रंगी हो तब | जब यह अहंकार में रंगी होती है तब यह अंत में केवल एक भ्रम ही निकलती है |

जब कोई गुरु किसी व्यक्ति पर शक्तिपात का निष्पादन करते हैं, जिस पर वह अपनी कृपा प्रदान करने का निर्णय लेते हैं (या परमेश्वर अपनी कृपा प्रदान करने का निर्णय लेते हैं) तो गुरु वास्तव में एक मनुष्य के रूप में सर्वशक्तिमान के लिए एक माध्यम के रूप में काम कर रहे होते हैं | गुरु व्यक्ति पर अपनी ही शक्ति स्थानांतरित करते हैं और निष्क्रिय परम शक्ति के साथ हस्तक्षेप करते हैं, जो कि एक भिन्न रूप में प्रकट सर्वशक्तिमान का स्व ही है, अब सर्वशक्तिमान की रचना स्वयं उनके या उसके, द्वारा नष्ट

किया जाना निर्धारित है |

आप सांसारिक शब्दावली में परम दिव्यता को जो कुछ भी चाहें नाम दे सकते हैं | कुछ धर्मों के अनुसार, सर्वशक्तिमान पुरुष के रूप में पिता, प्रेमी, आदि की तरह पूजे जाते हैं | कुछ दर्शन या यहां तक कि धर्मों के अनुसार, परम दिव्यता को महिला के रूप में, एक माँ की तरह पूजा जाता है | मुझे आधुनिक वैज्ञानिकों के बारे में कुछ नहीं पता है ! वे दिव्यता का उल्लेख शक्ति के चेतनारहित रूप में करते होंगे |

जब एक गुरु विपरीत दिशा में वापस घुमाने के लिए इस मौलिक शक्ति के साथ हस्तक्षेप करते हैं, वह ऐसा या तो यह स्पर्श या दृष्टि के माध्यम से, या एक 'मंत्र' के माध्यम से, या अपने ही दिव्य स्वतंत्र इच्छा के द्वारा करते हैं | कभी-कभी, गुरु आवश्यकता के आधार पर इन तकनीकों का संयोजित प्रयोग कर सकते हैं |

अब, मैं इस प्रश्न को संबोधित करूँगा कि यह तकनीक किस पर प्रयोग की जा सकती है |

क्या प्रत्येक मनुष्य परमेश्वर की इस कृपा को प्राप्त करने की स्थिति में है ? हां बिल्कुल | धर्म, जाति या पंथ कोई प्रासंगिकता नहीं रखते हैं | परमेश्वर किसी भी समय किसी पर भी अपनी कृपा बरसा सकते हैं | इस तथ्य से सहमत होने के लिए साधारण तर्कसंगत सांसारिक तर्क ही पर्याप्त है|

तो फिर क्यों परमेश्वर सभी पर अपनी कृपा प्रदान कर के जन्म और मृत्यु के चक्र से उन्हें मुक्त नहीं करते ?

और इससे अधिक महत्वपूर्ण बात, परमेश्वर को यह क्यों करना चाहिए ?

परमेश्वर ने अपनी दिव्य स्वतंत्र इच्छा का प्रयोग कर के स्वयं को ही मनुष्य के रूप में प्रकट किया है, तो फिर एक मनुष्य का, परमेश्वर की इच्छा के विरुद्ध, अपने सांसारिक स्वतंत्र इच्छा के उपयोग का प्रश्न ही कहाँ उठता है ?

क्या परमेश्वर से मनुष्य का अस्तित्व पृथक है ?

मनुष्य को इसी मूलभूत प्रश्न को स्वीकार करने की आवश्यकता है |

इसलिए, जब आप अपने मनोरंजन के लिए एक खिलौना बनाते हैं (या एक खिलौना के रूप में स्वयं प्रकट होते हैं) और अपनी सभी विशेषताएं उसे प्रदान करते हैं, मगर उसे नियमों के एक समूह के अधीन रखते हैं, उस खिलौने को आपसे कोई प्रश्न करने का मूलभूत अधिकार नहीं है | उस खिलौने का अस्तित्व और आप, दोनों एक ही हैं | आप के बिना, कोई खिलौना नहीं है | हालाँकि, खिलौने को उसकी वास्तविक प्रकृति समझने की क्षमता प्रदान की गयी है, जिसे हम आत्म-बोध कहते हैं |

परम दिव्यता ने मनुष्य की रचना इसी प्रकार की है – दिव्य मनोरंजन के लिए एक खिलौना | इसलिए एक खिलौने के, या इस सन्दर्भ में एक मनुष्य के, सांसारिक स्वतंत्र इच्छा के उपयोग का प्रश्न ही कहाँ उठता है ?

जब मनुष्य के दिमाग में लेशमात्र भी अहंकार नहीं रह जाता है, तब मनुष्य के पास जो स्वतंत्र इच्छा है वह परम सत्य में परिवर्तित हो जाती है| अर्थात आत्म-बोध होने के पश्चात, स्वतंत्र इच्छा की क्षमता अहंकार की स्थिति में अर्जित नहीं होती है |

प्रत्येक मनुष्य परमेश्वर का ही अवतार है | प्रत्येक मनुष्य के हृदय में दिव्यता बसती है, इस के कारण दिव्य स्वतंत्र इच्छा, मन के माध्यम से चमकने का प्रयत्न करती है, परन्तु वह अहंकार से रंगी होती है !

यह समझने के लिए एक महत्वपूर्ण विषय है |

भ्रान्तिवश, स्वतंत्र इच्छा ही सर्व शक्तिशाली समझी जाती है और पूरी मानवता, क्षुद्र सांसारिक लाभ के लिए, स्वतंत्र इच्छा (अहंकार में रंगी हुई) के प्रयोग पर बल देती है | कोई नहीं चाहता है या किसी की इच्छा भी नहीं होती है कि इसके अस्तित्व को जांच कर ले, कि इसकी प्रकृति सम्पूर्ण है या भ्रामक | स्वतंत्र इच्छा के भ्रम द्वारा प्रदान की गयी, इस स्वतंत्रता की झूठी भावना से, कोई भी बाहर नहीं आना चाहता है | स्वतंत्र इच्छा

निश्चित रूप से सम्पूर्ण सत्य है, परंतु केवल तब, जब इस समीकरण से अहंकार को बाहर कर दिया गया हो | तब तक यह केवल एक भ्रम है |

इसलिए, एक मनुष्य परमेश्वर से यह प्रश्न नहीं कर सकता कि उनकी कृपा सभी को क्यों नहीं प्रदान की जाती है | यही कारण है कि एक गुरु को शक्तिपात निष्पादन के लिए बाध्य नहीं किया जा सकता है !

मैं आशा करता हूँ, कि पाठक उपरोक्त अनुच्छेदों में मैंने क्या लिखा है, कुछ हद तक समझ पा रहे होंगे |

संस्कृत शास्त्रों में प्रायः कहा जाता है कि जब एक शिष्य तैयार होता है, तो गुरु या परमेश्वर तुरन्त प्रकट हो जाते हैं |

यह एक प्राकृतिक लौकिक सिद्धांत प्रतीत होता है |

इस सत्य पर कोई भी सांसारिक तर्कसंगत व्याख्या प्रस्तुत नहीं की जा सकती है | चाहे तो इसे ग्रहण करें या छोड़ दें | मैं एक निश्चित चर्चा पर बहस कर के समय बर्बाद नहीं करना चाहता हूँ |

मनुष्यों की स्वतंत्र इच्छा, जो अहंकार से रंगी हुई हो, हमेशा किसी के भी द्वारा प्रयोग करने के लिए सरलता से उपलब्ध है |

अब मैं एक व्यक्ति में विश्वास के निर्माण पर आपका ध्यान आकर्षित करना चाहता हूँ | बहुत सी बातें हैं जिनको हम ऐसे ही मान लेते हैं | हम मान लेते हैं कि पानी हमारी प्यास बुझाएगा | हम मान लेते हैं कि भोजन हमारी भूख मिटाएगा | हम मान लेते हैं कि अग्नि हमें गर्माहट प्रदान करेगी, इत्यादि | कभी-कभी विश्वास का निर्माण प्रायोगिक सत्यापन के बाद होता है और कभी अंतर्ज्ञान के कारण | यह विश्वास ही है - भले ही तार्किक हो या तर्कहीन -जो जीवन का आधार है | ऐसे कई अवसर हो सकते हैं जहां विश्वास को प्रयोग से सत्यापित नहीं किया जा सकता है | जैसे कि अपनी माँ में एक बच्चे की आस्था, या युद्ध के मैदान में प्रवेश करने से पहले एक सैनिक का आत्मविश्वास |

सामान्यतः, एक व्यक्ति की दिमाग की संरचना के आधार पर, उसे शक्तिपात द्वारा दीक्षा प्राप्त करने के योग्य माना जाता है | जब एक व्यक्ति

परम दिव्यता में पर्याप्त विश्वास प्रदर्शित करता है, उसे दीक्षा दी जा सकती है |

मुझे इसे और विस्तार में समझाने दीजिये !

योग ग्रंथों के अनुसार प्रत्येक मनुष्य का मन तीन गुणों के एक मिश्रण से बना है | यह तीन गुण हैं रजस, तमस और सत्व |

रजस प्रकृति में गतिशील है, तमस सुस्त है और सत्व संतुलित है | सभी रूपों में सृजन रजस गुण के कारण होता है, सभी रूपों में विनाश तमस गुण के कारण होता है और सभी रूपों में रख-रखाव या संधारण सत्व गुण के कारण होता है |

प्रत्येक मनुष्य का मन, परम लौकिक शक्ति के इन तीन गुणों पर आधारित, एक अद्वितीय रूप से संरचित है |

इसके अलावा, व्यक्ति के मन में इस संयोजन में भी लगातार परिवर्तन होता है – जो मनके विचारों और भावनाओं में विभिन्न संशोधनों को जन्म देती है | जब यह सभी तीन गुण स्वयं व्यक्ति में संतुलन की स्थिति में होती हैं, व्यक्ति लौकिक शक्ति के बंधन पर विजय प्राप्त कर लेता है | वह मन की एक शांत अवस्था या विचार विहीन अवस्था में प्रवेश कर जाते हैं !

ऐसे में, कम से कम सैद्धांतिक रूप से, आत्म-बोध हो जाना चाहिए |

एक साधारण मनुष्य में, संतुलन की यह स्थिति उसके दैनिक जीवन में अनेक अवसरों पर होती है, परंतु यह अधिक देर ठहरती नहीं है और जब यह होता है तो मनुष्य इसे पहचान भी नहीं पाता है | ठीक एक मणि की तरह, जिसे एक निर्धन व्यक्ति पहली बार देखने पर पहचानने में सक्षम नहीं होता है – कोई ऐसे ही अकस्मात आत्म-बोध के लाभ से अवगत नहीं हो जाता |

अब मैं एक व्यक्ति के मन में तीन गुणों की अनूठी रचना के विषय पर वापस आता हूँ |

एक व्यवस्थित धार्मिक प्रक्रिया के माध्यम से या एक योग प्रणाली के लगातार अभ्यास के माध्यम से, मन धीरे-धीरे संतुलन की स्थिति में ठहरने

लगता है | परन्तु प्रारम्भ में इस अवस्था में कोई स्थिरता नहीं होती है | व्यक्ति का मन तेजी से एक बहुत ही अव्यवस्थित ढंग से एक अवस्था से दूसरी में झूलता रहता है |

मन की यह अव्यवस्थित अवस्था बाह्य दुनिया या दैनिक जीवन में भी व्यक्ति द्वारा निष्पादित कार्यों में प्रकट होती रहती है |

क्या पाठक एक ऐसे व्यक्ति के चरित्र की कल्पना कर सकते हैं ?

अपने हर भले काम के लिए, व्यक्ति वैसा ही बुरा काम करेगा | इस प्रकार से गुण और अवगुण में एक संतुलन अर्जित होता है | प्रत्येक संचित पाप के लिए, गुण का एक समान संग्रहण होता है | परिणाम स्वरूप इस व्यक्ति का चरित्र एक संत-सह-पापी की तरह विकसित होने लगता है | इस प्रकार का व्यक्ति, दूसरे शब्दों में कहे तो, बहुत अधिक भटकता नहीं है या गंभीरता से किसी भी अच्छे पथ या बुरे पथ पर नहीं चलता है | किसी तरह, व्यक्ति लगातार संतुलन की स्थिति की ओर वापस संघर्ष करता है, परन्तु वह कभी उसको मिलती नहीं हैं |

इस प्रकार का व्यक्ति जैसे-तैसे इस तरह की स्थिति में रहने में सफल हो जाता है, इस वजह से वह सर्वशक्तिमान के दिव्य मनोरंजन के लिए अब उपयोगी नहीं रह जाता है |

यह व्यक्ति एक बच्चे के समान रूठ जाता है |

परम दिव्यता पर व्यक्ति का यही रोष भरा विश्वास है जो शक्तिपात द्वारा दीक्षा के लिए एक आवश्यक अनिवार्य घटक है | इस समय पर गुरु या दिव्यता, आकांक्षी के समक्ष प्रकट होते हैं | व्यक्ति में कुंडलिनी शक्ति सक्रिय हो जाती है, और व्यक्तिगत स्तर पर सृजन, उसी मौलिक बल द्वारा ही, पूर्ववत होने को पूरी तरह से तैयार हो जाता है जिसने उसे बनाया था |

अब यह प्रश्न कि शक्तिपात कैसे निष्पादित की जाती है ?

जैसा कि मेरे गुरुजी द्वारा व्याख्या की गयी है, यह चार लोकप्रिय विधियों के माध्यम से किया जाता है | यह या तो स्पर्श, दृष्टि, दिव्य स्वतंत्र इच्छा के प्रयोग, या एक 'मंत्र' के माध्यम से किया जाता है | कभी कभी

जब आवश्यक हो तो गुरु द्वारा इन तकनीकों का संयोजन प्रयोग किया जा सकता है |

शक्तिपात गुप्त पद्धति का संक्षिप्त इतिहास

शक्तिपात पद्धति गुप्त रूप से प्राचीन काल से ही भारत में विद्यमान है|

'योग वशिष्ठ' में कहा गया है – एक प्राचीन संस्कृत शास्त्र – कि भगवान श्री राम पर उनके गुरु ऋषि वशिष्ठ द्वारा शक्तिपात निष्पादित किया गया था | भगवान श्री राम भारत में एक प्राचीन राज्य के राजकुमार थे और व्यापक रूप से ईश्वरीय अवतार के रूप में स्वीकार किए जाते हैं | यह पद्धति तब से अधिकतर मानवता से अज्ञात अस्तित्व में रही है | संभवतः यह भगवान श्री राम के समय से पहले भी यह अस्तित्व में रही हो|

जैसे-जैसे पाठक इस पुस्तक को पढ़ेंगे, संभवतः उनको इसकी गोपनीयता के कारणों की एक झलक मिल जाए |

यह व्यापक रूप से माना जाता है कि हर छह सौ साल पर यह पद्धति गुप्त और सार्वजनिक संचालन के बीच परिवर्तित होती रहती है |

सन्यासियों के इस वंश की अंतिम ज्ञात कड़ी एक योगिनी थीं, जो लगभग सात सौ वर्ष पूर्व जम्मू-कश्मीर राज्य के आधुनिक श्रीनगर शहर में, पदमानपुर नामक गांव में रहती थीं | यह गांव अब शहर के बाहरी इलाके का हिस्सा है | इसे पंपोर कहा जाता है | यह महान योगिनी फटे कपड़ों में

शहर भर में घूमती थीं | उनको लाल देई/ दय्द, लल्लेश्वरी और लल्ला के नाम से जाना जाता था |

पाठक वर्ल्ड वाइड वेब पर सरलता से इस महान योगिनी के उपदेश ढूंढ सकते हैं | आधुनिक समय में उनको लाल दय्द के नाम से जाना जाता है |

आदरणीय स्वामिनी लाल दय्द जी का शक्तिपात पद्धति से सम्बन्ध, केवल इस पद्धति की बिरादरी के बीच में जाना जाता है |

उनके समय से या उनके बाद, अगले छह सौ वर्षों में, शक्तिपात पद्धति का क्या हुआ यह पूर्णतः अज्ञात है | इस लंबी मध्यवर्ती अवधि के दौरान केवल तीन योगी या योग साधकों पर थोड़ी सी जानकारी उपलब्ध है – स्वामी परमानन्द, त्रिलोकी बाबा और स्वामी मुकुंदानन्द | मैं इन योगियों पर आगे कुछ भी लिखने में असमर्थ हूँ क्योंकि उनके बारे में अधिक जानकारी उपलब्ध नहीं है |

यहाँ, मैं पाठकों को याद दिलाना चाहता हूँ कि मैं योगियों के बारे में लिख रहा हूँ ! योगी धार्मिक विद्वानों की तरह नहीं होते हैं | वे अन्य संतों या स्वामियों की तरह भी नहीं होते हैं, जो बड़े आकार की संस्था या संगठन चलाते हैं | यह एक पूरी तरह से भिन्न वर्ग हैं | प्राचीन संस्कृत ग्रंथों के अनुसार, वे भगवान् या देवताओं से भी अधिक महान हैं | वे मनुष्य के रूप में दिव्यता की शुद्धतम अभिव्यक्ति हैं | उनकी आध्यात्मिक प्रतिभा की बराबरी कोई भी नहीं कर सकता है | वास्तव में वे ऐसी अलौकिक शक्तियों के अधिकारी हैं कि यदि वे चाहें, तो वे समानांतर संसार या एक तरह से एक और ब्रह्मांड की रचना कर सकते हैं | परिणामस्वरूप क्षुद्र सांसारिक मुद्दों का उन पर कोई असर नहीं होता है | पाठक अब सरलता से उनकी प्रतिभा की कल्पना कर सकते हैं |

हाल के दिनों में शक्तिपात पद्धति योग के महान योगी या साधक, स्वामी गंगाधर तीर्थ जी के कारण सुर्खियों में आया, जो की सौ से भी

अधिक साल पहले उड़ीसा राज्य में, आज के पुरी शहर, में रहते थे |

जानकारी यह है, की उन्होंने सिध्द महायोग में केवल एक शिष्य को ही दीक्षित किया था | स्वामी नारायण देव तीर्थ जी, इस योग प्रणाली में दीक्षा प्राप्त करने वाले इकलौते साधक थे | नारायण देव तीर्थ जी आज के बांग्लादेश में पैदा हुए थे | आदरणीय स्वामी जी ने बाद में साधकों की तीसरी पीढ़ी (इस परंपरा की) को दीक्षित किया |

साधकों की तीसरी पीढ़ी ने बाद में चौथी पीढ़ी की शुरूआत की और अपने स्वयं के वंशों के गठन की शुरुआत करी | मैं जिन योगियों का पता लगा सका, उनके पूरे वंश के एक संक्षिप्त वंशवृक्ष की और इस पद्धति के विभिन्न आश्रमों (कम से कम जिनका पता लगाया जा सकता है) की भी सूची पुस्तक के अंत में संलग्न की है |

क्योंकि योगियों की सम्पूर्ण बिरादरी के बारे में लिखना संभव नहीं है, इसलिए इस अनुछेद के बाद मैं एक विशेष वंशावली पर ध्यान केंद्रित करूँगा – उन महान योगी की वंशावली, जो की तीसरी पीढ़ी के थे और जिनका नाम स्वामी योगानंद जी है | इनका जन्म गुजरात राज्य के जूनागढ़ नामक स्थान में हुआ था | आदरणीय स्वामी जी ने सिध्द महायोग में कई साधकों को दीक्षित किया था |

क्योंकि स्वामी जी के अधीन योगियों की सम्पूर्ण वंशावली पर भी लिखना संभव नहीं है, मैं आगे एक विशेष वंशावली पर ध्यान केंद्रित करूँगा – चौथी पीढ़ी के योगी जी, जिन्हें स्वामी विष्णु तीर्थ जी महाराज कहकर पुकारा जाता है |

परन्तु योगियों की इस चौथी पीढ़ी का वर्णन करने से पहले, मैं तीसरी पीढ़ी के स्वामी योगानन्द जी के बारे में कुछ शब्द कहना चाहूँगा |अपने साथी साधकों के विपरीत, स्वामी जी ने भगवा कपड़े धारण करने और सांसारिक जीवन त्यागने से मना कर दिया | यहाँ, मैं जीवन की इस विशेष शैली पर कुछ अधिक विस्तृत ढंग से ध्यान केन्द्रित करना चाहता हूँ |

योगी दो प्रकार के होते हैं |

उनमें से अधिकांश, सामान्यतः सांसारिक जीवन त्याग कर भगवा कपड़े धारण कर लेते हैं, और सुदूर स्थानों में समाज की मुख्य धारा से अलग रहते हैं | वे सभी ऐन्द्रिय प्रभावों को अपने मन से साफ़ करने पर ध्यान केंद्रित करते हैं जिससे कि वे समाधि की अवस्था या विचार विहीनता की स्थिति को प्राप्त कर सकें |

उनका तप और योगाभ्यास एक शक्तिशाली कंपन उत्पन्न करता है, जो बहुत ही सकारात्मक ढंग से संसार को प्रभावित करता है | यह स्पंदन मानव जाति, जानवरों में, और पर्यावरण प्रणाली के भीतर भी शांति और सदभाव उत्पन्न करते हैं | संक्षेप में, यह संसार एक बहुत ही सूक्ष्म और अमूर्त ढंग से इनके योगाभ्यास से लाभ प्राप्त करता है |

वे बाह्य संसार को त्याग कर, अपने आंतरिक संसार पर पूरी तरह से ध्यान केंद्रित करने में सफल रहे हैं | वे विचार विहीनता की स्थिति को अपने दिमाग में लाने के लिए संघर्ष करते हैं, जो सभी योग प्रणालियों का चरम उद्देश्य है | हालाँकि कई योगी सांसारिक जीवन के आकर्षण और उनके मन में संकल्प के अभाव के कारण इस संघर्ष में विफल रहे हैं | इसके परिणाम स्वरूप उन्हें अपने सामान्य नियमित जीवन शैली में वापस लौटना पड़ा, जिससे उन्होंने स्वयं को गंभीर आध्यात्मिक हानि पहुंचाई है|

एक पथ भ्रष्ट योगी के लिए कोई भी निर्धारित और तत्काल सुधारात्मक उपाय, योग तकनीक या धार्मिक प्रथा के संदर्भ में, विदित नहीं है | प्राचीन संस्कृत शास्त्रों के अनुसार – चाहे यह तार्किक या तर्कहीन प्रतीत हो – एक पथ भ्रष्ट योगी को योग के अपने मूल पथ पर लौटने में एक लंबा समय लगता है |

इस डर से, कुछ योगी समाज के मुख्यधारा में रह कर योग साधना करना पसंद करते हैं | यह आपको मानसिक रूप से आश्वस्त कर सकता है क्योंकि इसमें योग मार्ग सेभटकने का कोई खतरा नहीं है |

हालाँकि, प्रश्न यह है कि इसे किस दृष्टि से देखा जा रहा है |

पूर्व पथ में, योगी केवल अपने मन के निर्बल संकल्प के कारण पथ भ्रष्ट हो जाता है – जिसके परिणाम स्वरूप वह सांसारिक वस्तुओं के आकर्षण की चपेट में आ जाता है | हालाँकि, उन्होंने उचित अवसर का स्वयं लाभ उठाया जब बाह्य सांसारिक जीवन को त्याग कर, भगवा कपड़े धारण किये और समाज की मुख्यधारा से दूर रहने लगे | योग में प्रगति करने के लिए उनके लिए अधिक सरल होना चाहिए था |

दूसरे पथ में, एक योगी समाज की मुख्यधारा को त्यागने से मना कर देता है | परंतु, अब उसके सामने सबसे बड़ी चुनौती है – वह है सरलता से उपलब्ध आकर्षण का शिकार न होना | परन्तु इस पथ का सबसे बड़ा लाभ यह है, कि योगी अपने कर्मों से किसी भी भावनात्मक लगाव के बिना, शारीरिक रूप से पिछले कर्मों के परिणामी फल अनुभव करके, एक बार फिर, अतीत में संचित अपने सभी गुण और दोष का हिसाब बराबर करने का एक उचित अवसर पाता है |

प्रथम पथ में, जहां योगी समाज की मुख्यधारा से दूर, एक वैरागी के रूप में रह रहा था, वह केवल योग के अभ्यास के माध्यम से अपने कर्मों का हिसाब बराबर कर सकता था | दूसरे पथ में जहां योगी शारीरिक रूप से समाज की मुख्य धारा में रहकर अपने कर्मों के परिणामी फल अनुभव कर रहा है, योगी को तब भी योग का साधक मान लिया जाता है |

योग साधना के सन्दर्भ में इससे कोई अंतर नहीं पड़ता, कि योगी समाज से दूर या मुख्य धारा के बीच रह रहा है | मायने रखती है मन की स्थायी रूप से परिवर्तित अवस्था | यह प्रासंगिक नहीं है कि किन साधनों का प्रयोग किया गया है |

योग अभ्यास करना एक भिन्न बात है और सांसारिक जीवन त्याग कर भगवा कपड़े धारण करके जंगलों में रहना एक पृथक बात है | यह आवश्यक नहीं है कि भगवा कपड़े धारण किये सभी लोग योगी हों | जब एक ओर, मन सांसारिक सुखों द्वारा सभी दिशाओं में घसीटा जा रहा हो तो

जंगल और भगवा कपड़े ही केवल व्यक्ति को नहीं बचा सकते हैं | वे मात्र साधन या एक माध्यम के समान ही होते हैं, इसके अलावा यह साधन अथवा योग अभ्यास के मार्ग पर, एक व्यक्ति के लिए आवश्यक रूप से अपेक्षित भी नहीं है |

यही कारण है कि मैंने कहा है कि सब इस पर निर्भर करता है, कि किस दृष्टि से देखा जा रहा है| दोनों विधियों के अपने-अपने लाभ और हानि हैं | वास्तव में यह सटीकता से नहीं कहा जा सकता है, कि योग साधना की कौन सी शैली श्रेष्ठ है |

संभवतः नियति अपने आप ही एक योगी के लिए जीवन के रास्ते का निर्णय लेती है |

स्वामी योगानन्द जी, एक ऐसे योगी थे जिन्होंने, स्वेच्छा से वैराग्यका पथ नहीं चुना था | मैं अब आगे चौथी पीढ़ी के स्वामी विष्णु तीर्थ जी के वंश पर ध्यान केन्द्रित करूँगा |

स्वामी विष्णु तीर्थ जी का जन्म, भिवानी शहर के पास, झज्जर नामक स्थान में, भारत में आज के हरियाणा राज्य में हुआ था | आदरणीय स्वामी जी पेशे से वकील थे और स्वामी योगानन्द जी द्वारा सिध्द महायोग के मार्ग में दीक्षित किये गये थे | परम पूज्य स्वामी जी ने मध्य प्रदेश राज्य में, आज के देवास शहर में विद्यमान, एक आश्रम या योग आश्रय स्थल विकसित किया है | यह आश्रम 'नारायण कुटी संन्यास आश्रम' के नाम से जाना जाता है |

परम पूज्य स्वामी जी ने बाद में, आज के ऋषिकेश शहर में, गंगा नदी के तट पर, एक और आश्रम की स्थापना की थी | यह आश्रम 'योग श्री पीठ' के नाम से जाना जाता है |

परम पूज्य स्वामी जी ने विशेष रूप से इस योग प्रणाली पर कई पुस्तकें लिखी हैं, और इस तरह से इन्हें, आधुनिक इतिहास में इस विषय को लोकप्रिय बनाने में, सबसे पहले लोगों में से माना जा सकता है | परम पूज्य स्वामी जी ने कई साधकों को दीक्षित किया था और यह बिरादरी

देश भर में फैल गयी |

मैं अब आगे की पांचवीं पीढ़ी के स्वामी शिवोम तीर्थ जी महाराज नामक, एक अन्य महान योगी के वंश पर ध्यान केन्द्रित करूँगा |

इन योगी जी का जन्म पंजाब राज्य में आज के लाहौर शहर, पाकिस्तान में हुआ था |

बाद में, परम पूज्यस्वामी जी ने हिन्दी में कई पुस्तकें के संलेखन द्वारा, योग प्रणाली को व्यापक रूप से लोकप्रिय बनाने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाई थी |इन पुस्तकों का कई भारतीय क्षेत्रीय भाषाओं में अनुवाद किया गया है |

पूज्य स्वामी जी को गुरु स्वामी विष्णु तीर्थ जी महाराज ने 'नारायण कुटी संन्यास आश्रम' का प्रभार भी सौंप दिया था |

स्वामी जी ने इस विशेष योग प्रणाली में कई साधकों और मेरे अपने गुरु स्वामी सहजानंद तीर्थ जी महाराज को भी दीक्षित किया था | वे भारत में आंध्र प्रदेश के राज्य में, आज के विजयवाड़ा शहर में रहते हैं और वे स्वामी शिवोम तीर्थ जी महाराज के अधीन साधकों में से एक थे | स्वामी सहजानंद तीर्थ जी स्वामी गंगाधर तीर्थ से शुरू योगियों की छठी पीढ़ी के अंतर्गत आते हैं |

क्रिया

मैं अपने स्वयं के अनुभवों का वर्णन करने से पहले इस शब्द का अर्थ समझाने का प्रयत्न करूँगा| अन्यथा, जो पाठक इस प्रकार की योग प्रणाली से परिचित नहीं हैं, उन्हें यह समझना कठिन हो सकता है |

जो पाठक पहले से ही योग की इस प्रणाली से परिचित हैं, उन्हें भी इस खंड से मदद मिल सकती है, क्योंकि क्रिया अथवा शरीर, मन और बाह्य दैनिक जीवन में प्रतिक्रिया, एक व्यक्ति के चरित्र के आधार पर कई प्रकारों से विकसित होती है |

क्रिया एक व्यक्ति के चरित्र पर क्यों निर्भर करती है यह समझने के लिए पहले यह समझना महत्वपूर्ण है कि एक व्यक्ति के चरित्र का निर्माण कैसे होता है |

कहा जाता है कि प्रत्येक मनुष्य लगातार शारीरिक इंद्रियों के माध्यम से इस सांसारिक जीवन को अनुभव करता है | इसके परिणामस्वरुप, मन में ऐन्द्रिय प्रभाव दर्ज होते हैं | यही अहंकार में रंगे ऐन्द्रिय प्रभाव हैं जिन्हें योग प्रणालियों में 'कर्म' कहा जाता है – क्योंकि यह व्यक्ति के भविष्य की नियति का निर्माण करते हैं और इस प्रकार करणीय पहिये को चलाते हैं | दूसरे शब्दों में कहें तो कहा जा सकता है, कि कर्म अहंकार में रंगे व्यक्ति के पिछले कार्यों (शारीरिक और मानसिक दोनों) से बनता है | कर्म एक

सांसारिक दृष्टि से अच्छा या बुरा हो सकता है | कर्म आगामी प्रतिक्रियाओं का कारण बन जाता है इस प्रकार यह एक व्यक्ति के भाग्य का निर्माण करता है |

किसी विशेष विषय से संबंधित प्रभावों का एक संग्रहण व्यक्ति के मन में एक विशेष प्रवृत्ति विकसित करता है |

मुझे इसे और विस्तार से समझाने दीजिये | हर पाठक को यह ज्ञात होगा कि किसी व्यक्ति का मत परिवर्तन कैसे किया जाता है | ऐन्द्रिय प्रभावों की एक श्रृंखला मन में बार-बार दर्ज होने पर, व्यक्ति में एक निश्चित रूप से कार्य करने की प्रवृत्ति बनती है | हालाँकि, यह इस स्तर पर कार्य करने की केवल एक प्रवृत्ति हो सकती है | बाद में यह प्रवृत्ति और बल प्राप्त कर सकती है, यदि व्यक्ति के मन पर ऐन्द्रिय प्रभावों का दर्ज किया जाना जारी रहे | जीवन की हर स्थिति में यह एक ही कहानी है | जब ऐन्द्रिय प्रभाव प्रबल नहीं होते हैं, तो वे धीरे-धीरे मन से क्षीण हो सकते हैं |

उपरोक्त से स्पष्ट होता है, कि इसी प्रकार इन प्रवृत्तियों का एक समूह, व्यक्ति में एक विशेष श्रेणी से संबंधित, एक आदत विकसित करेगा | यह आदत मानसिक या शारीरिक हो सकती है | एक व्यक्ति के सभी आदतों के कुल योग को ही हम उस व्यक्ति का चरित्र कहते हैं | यह बस इतना सरल है!

यही चरित्र यदि टुकड़ों में विभाजित किया जाये, तो आप पाएंगे कि यह एक व्यक्ति के मानस पर अंकित प्रभावों का एक संग्रह है |

यही चरित्र मूलभूत कारण या आधार है, एक पुरुष या स्त्री के लिए मानव जन्म लेने का, चाहे यह चरित्र इस जीवन का हो, या पिछले जन्मों का | जिसके माध्यम से मनुष्य अपने सभी पिछले कर्मों के प्रतिफल को भोग सके |

व्यक्ति का यही चरित्र है जो उसकी नियति का कारण बनता है |

यही चरित्र है जिसे एक त्वरित ढंग से सुलझने को बाध्य किया जाता है ताकि सभी ऐन्द्रिय प्रभाव नष्ट हो जाएँ या व्यक्ति के मन से मिट जाएँ |

यही नष्ट होने की प्रक्रिया क्रिया के रूप में अभिव्यक्त होती है जब गुरु या तो एक मंत्र, स्पर्श, दृष्टि या दिव्य स्वतंत्र इच्छा के प्रयोग से व्यक्ति को योग प्रणाली में दीक्षित करके आवश्यक प्रज्वलन देता है |

चलिए अब, हम क्रिया का अर्थ समझते हैं |

अब तक पाठकों ने पहले से ही अनुमान लगा लिया होगा कि मैं आगे क्या लिखने जा रहा हूँ | यह स्वतः स्पष्ट हो गया होगा यदि पाठकों को यह समझ में आ गया हो कि मेरा एक व्यक्ति के 'चरित्र' से क्या अर्थ है |

शब्द 'क्रिया' के शाब्दिक अर्थ का कोई महत्व नहीं है | क्रिया शरीर, मन और बाह्य घटनाओं में घटित होने वाली प्रतिक्रियाओं को कहते हैं | यह प्रतिक्रियाएं तब होती हैं जब सर्वोच्च मौलिक ब्रह्मांडीय बल, एक व्यक्ति के मानस को सुलझाने का प्रयास करता है या, एक त्वरित ढंग से मन से सभी ऐन्द्रिय प्रभावों को साफ करता है | जब यह प्राप्त हो जाता है, व्यक्ति सभी प्रभावों (अच्छे या बुरे) से मुक्त हो जाता है,जो उसके मन में हजारों पिछले जन्मों या युगों से एकत्र किया गया था |

सब कुछ नष्ट करने की आवश्यकता है |

जिस प्रक्रिया से, एक व्यक्ति के चरित्र का निर्माण युगों से एकत्र होते ऐन्द्रिय प्रभावों से किया गया है, वही प्रक्रिया पूर्ववत करने की आवश्यकता है, जिससे कि मन किसी भी संशोधन से संपूर्णतः मुक्त हो जाये | जब मन इस उन्नत शांत स्थिति पर पहुंचता है, शरीर के भीतर निहित आत्मा मन के शांत जल में प्रतिबिंबित होती है |

मानव मानस की स्थिरता आत्म-बोध के अंतिम चरण की दिशा में व्यक्ति को आगे बढ़ाती है (हालाँकि, यह परिणाम परमेश्वर की इच्छा पर निर्भर करता है) | सर्वोच्च मौलिक ब्रह्मांडीय शक्ति जो सचेत और सर्वज्ञानी है, इस स्थिरता को प्राप्त करने की सबसे उत्तम विधि जानती है |

गुरु के सर्वोच्च मौलिक बल के माध्यम से, प्रतिक्रियाओं की श्रृंखला सक्रिय होती है, अन्यथा गुरु की इस ईश्वरीय कृपा के बिना, जीवन का

पहिया, क्रिया और प्रतिक्रिया के एक कभी न समाप्त होने वाले चक्र में, चलता रहेगा जैसे; जन्म और मृत्यु, अच्छे और बुरे कर्म, अच्छे और बुरे फल, सुख और दुख, गर्मी और सर्दी, और वास्तव में अन्य सभी द्वैतताएं |

जब क्रिया वास्तव में शरीर, मन और बाहरी दैनिक जीवन में प्रकट होना आरम्भ होती है तो क्या होता है ? यह आधुनिक विज्ञान के लिए एक रहस्य है, क्योंकि यह किसी भी तर्कसंगत साधन द्वारा समझाया नहीं जा सकता | उदाहरण के लिए; व्यक्ति के बाहर ठंडे मौसम के बावजूद पसीना आना शुरू हो सकता है, और यह किसी भी शारीरिक कारण के बिना हो सकता है |

कोई अन्य व्यक्ति अचानक कुछ योग मुद्राओं का अभ्यास शुरू कर सकता है, जो उसने अपने वर्तमान जीवन में कभी भी सीखा नहीं है |

कोई अन्य व्यक्ति कुछ मंत्रों का उच्चारण आरम्भ कर सकता है, जो उसने कभी भी सीखे नहीं हैं |

कुछ मामलों में, व्यक्ति हँसना, रोना या यहां तक कि, जानवर जैसे स्वर निकालना शुरू कर सकता है |

कुछ और मामलों में, व्यक्ति नृत्य आरम्भ कर सकता है, और वह भी एक विशेष प्रकार का, जो उसने कभी नहीं सीखा था |

कुछ मामलों में, व्यक्ति अपनी सीट पर गोल गोल घूमना शुरू कर सकता है, या यहां तक कि जमीन पर लोटने लगता है जैसे कि शरीर के अंदर से किसी अज्ञात दुष्टात्मा ने उसे जकड़ लिया हो |

कुछ मामलों में, व्यक्ति किसी अज्ञात भाषा और धुन में गायन शुरू कर सकता है |

यह सूची किसी भी प्रकार से संपूर्ण नहीं है |

ऊपर उल्लेखित सभी प्रतिक्रियाएं स्थूल शरीर से संबंधित हैं,और इससे व्यक्ति पर किसी भी प्रकार के हानिकारक दुष्प्रभाव नहीं होते हैं | इसके अतिरिक्त, व्यक्ति बहुत सरलता से अपनी स्वतंत्र इच्छा के प्रयोग से

किसी भी समय इन क्रियाओं या प्रतिक्रियाओं को रोक सकता है | वास्तव में यह दिव्यता की ओर से एक उपहार है क्योंकि दिव्यता को साधक की मनः स्थिति के बारे में हर समय ज्ञात होता है | यहाँ, पाठकों से यह समझने का अनुरोध हैं कि दिव्यता यह सुनिश्चित करती है कि जब क्रियाएँ प्रकट की जा रही हों तो योग के साधक को किसी भी प्रकार की हानि न साहनी पड़े | हालाँकि, यदि आवश्यक हो तो व्यक्ति की स्वेच्छा से क्रियाओं की अभिव्यक्ति को रोका जा सकता है | क्रियाओं पर यह नियंत्रण, एक सीमा तक स्वयं दिव्यता द्वारा योग साधक को प्रदान किया गया है | कभी कभी क्रियाएँ अनियंत्रित हो सकती हैं और केवल एक गुरु ही उन पर नियंत्रण लागू कर सकते हैं |

जैसा कि मैंने पहले कहा है दीक्षा के समय, गुरू सिर के ऊपर हाथ रखकर व्यक्ति को एक मंत्र देते हैं, या विविध तकनीकों के एक संयोजन का उपयोग करते हैं | कुछ मामलों में, क्रिया शरीर में तुरंत प्रकट होने लगती है| तत्पश्चात् दीक्षित व्यक्ति को लगातार तीन दिनों के लिए गुरु के साथ रहना आवश्यक होता है, जिससे कि क्रिया प्रकट होने के समय व्यक्ति प्रत्यक्ष गुरू की निगरानी में रहे | क्रिया की तीव्रता संपूर्णतः गुरू के नियंत्रण में है | गुरु या तो तीव्रता में वृद्धि या उसे कम कर सकते हैं या इसे रोकने के लिए या यहां तक कि इसकी अभिव्यक्ति में विलम्ब भी कर सकते हैं |

तीन दिन की इस प्रारंभिक अवधि के बाद, व्यक्ति कहीं भी जाकर योग साधना करने के लिए स्वतंत्र है | जब एक व्यक्ति आसन पर बैठता है और मंत्र जपना आरम्भ करता है, कुछ समय के बाद क्रिया प्रकट होने लगती है |

क्रिया का उद्देश्य मन को निर्मल करना है, उसके सभी संचित ऐन्द्रिय प्रभावों को नष्ट करना है | व्यक्ति के चरित्र पर आधारित (जो कि व्यक्ति द्वारा एकत्रित सभी प्रभावों का कुल योग है) प्रतिक्रियाओं का एक विशेष समूह अभिव्यक्त होने लगता है |

इसका अर्थ यह कदापि नहीं है, कि सभी मनुष्यों के लिए एक ही

प्रकार की प्रतिक्रियाएं ही हमेशा के लिए जारी रहेंगीं | प्रत्येक मनुष्य का चरित्र अद्वितीय है, इसलिए किसी के चरित्र को मिटाने के लिए जो प्रतिक्रियाएं प्रकट होती हैं वो भी अद्वितीय होती हैं | परन्तु मनुष्यों में कुछ आम लक्षण देखे जा सकते हैं, इसलिए साधकों में भी कुछ आम प्रतिक्रियाएं भी देखी जा सकती हैं |

मन की शुद्धि पूर्ण होने के बाद, प्रतिक्रियाओं के एक भिन्न समूह की अभिव्यक्ति प्रारंभ हो सकती है | परंतु, क्रिया की अभिव्यक्ति भिन्न टुकड़ों में नहीं होती है | कभी-कभी मन की अपेक्षित शुद्धि पूर्ण नहीं होती और एक नए प्रकार की क्रिया साथ में ही आरम्भ हो सकती है, उसके आगे एक और अन्य प्रकार की क्रिया भी हो सकती है | यह संपूर्णतः मन की संरचना और संचित प्रभावों पर आधारित है | प्रतिक्रियाओं की अभिव्यक्ति, एक व्यक्ति के मन में हमेशा से दर्ज ऐन्द्रिय प्रभावों की प्रकृति पर, संपूर्णतः निर्भर करती है | इसलिए जैसा कि मैंने पहले भी कहा था, यह एक व्यक्ति का चरित्र ही है, जो व्यक्ति में क्रिया की अभिव्यक्ति में, एक ईंधन के रूप में कार्य करता है | अभी तक, मैं उस प्रकार की क्रिया के बारे में बात कर रहा हूँ जो एक व्यक्ति के सकल भौतिक शरीर से संबंधित है |

मैं अब प्रतिक्रियाओं के अन्य प्रकार पर विस्तार से प्रकाश डालूंगा !

कुछ प्रतिक्रियाओं को पूरी तरह से मस्तिष्क से संबंधित होने के रूप में वर्गीकृत किया जा सकता है | प्रतिक्रियाएं एक बाहरी समीक्षक को दिखाई नहीं देती हैं | जब क्रिया मन के अंदर होती है तो केवल संबंधित व्यक्ति ही जानता है | यह मानसिक जागरूकता स्वयं सर्वोच्च ब्रह्मांडीय शक्ति द्वारा योग साधक को प्रदान करी जाती है |

पाठक यह कह सकते हैं कि कोई कैसे एक सामान्य विचार और एक ऐसा विचार जिसे क्रिया माना जा सकता है, के बीच अंतर कर सकता है |

मुझे उदाहरण देकर समझाने दें |

मान लीजिये एक व्यक्ति अपनी आँखें बंद कर के और ध्यान के आसन पर बैठा है | उसके मन में मानसिक छवियाँ भरने लगती हैं | व्यक्ति किसी

भी प्रयास से कुछ भी कल्पना नहीं कर रहा है |

इसके अलावा, व्यक्ति ऐसे लोगों के चेहरे देखने लगता है जिन से वह कभी नहीं मिला है | इसी प्रकार से व्यक्ति बहुत स्पष्ट रूप से ऐसे कुछ शहरों और कस्बों को देख सकता है, जहाँ उसने कभी यात्रा नहीं की हो | इसके अलावा, वह कुछ विचित्र प्रकार के पौधे, फूल, पेड़ और जीव, आदि देख सकता है जिन से वह परिचित भी नहीं है |

इसके अलावा, व्यक्ति कुछ विचित्र से वाहन, हथियार,आदि देख सकता है जो कि आधुनिक समय में उपलब्ध भी नहीं हैं |

पाठक यह मान सकता है, कि व्यक्ति ने उन सब के बारे में पुस्तकों में पढ़ा होगा, फिल्मों आदि में देखा होगा | परंतु यदि, उस व्यक्ति के मन के पटल पर जो उसे दिख रहा हो, उसका कोई भी संसर्ग न हो ?

यह पूरी घटना किस प्रकार से समझाई जा सकती है ? आप जिस भी दृष्टिकोण से चाहते हैं इसे देखें, बहस चलती जाएगी ! तथ्य यह है, कि यह स्पष्ट रूप से एक क्रिया है ! व्यक्ति को किसी पिछले जीवन में यह अनुभव हुआ होगा और सर्वज्ञ सर्वोच्च मौलिक शक्ति द्वारा विनाश की विपरीत विधा या यौगिकता में संचालन कर उसे अब सभी संचित ऐन्द्रिय प्रभावों से शुद्ध किया जा रहा है |

विनाश से मेरा तात्पर्य है व्यक्ति के मानस का विनाश | यह इसलिए होता है ताकि आत्म-बोध या दिव्य ज्ञान, मन के माध्यम से चमक उठे | यह तभी संभव है जब संचित प्रभाव उसी शक्ति द्वारा ही मन से मिटा दिए जाते हैं |

और यह क्रियाओं के माध्यम से ही होता है |

एक अन्य प्रकार की क्रिया को, बाह्य दैनिक जीवन से संबंधित क्रिया, के रूप में वर्गीकृत किया जा सकता है | व्यक्ति को ऐसा लगता है जैसे कि सर्वज्ञ दिव्य शक्ति, सक्रिय रूप से उसके जीवन के दैनिक दिनचर्या में उससे संवाद कर रही है | यह इसलिए होता है क्योंकि ब्रह्मांडीय शक्ति साधक द्वारा एक विशिष्ट अलग इकाई के रूप में शरीर के अंदर और बाहर अनुभव

की जाती है | मैंने इस पर बाद के अध्यायों में विस्तार से चर्चा की है |

कई विचित्र और असामान्य घटनाएं होने लगती हैं, जिससे कि व्यक्ति को पुष्टि हो जाती है कि क्रिया वास्तव में प्रकट हो रही है !

मुझे कुछ उदाहरण बताने दें |

मान लीजिये, कि एक व्यक्ति के भाग्य में लिखा है, कि इस जीवन या किसी पिछले जीवन में किये गये किन्हीं पापों के कारण उसके इस जीवन में, उसको अपने दाएं पैर में एक गंभीर चोट लगनी है| इस नियति में तीव्रता लाने और उसके मन से संबंधित प्रभाव को हटाने के लिए, सर्वज्ञानी शक्ति यह सुनिश्चित करेंगी कि व्यक्ति को किसी न किसी रूप में कुछ हल्की चोट लगे, जिससे संबंधित व्यक्ति को अनिवार्य प्रतिक्रिया भोगनी पड़े | व्यक्ति के लिए, सामान्य जीवन में सभी आवश्यक बाह्य परिस्थितियां उत्पन्न की जाती हैं, जिससे कि उसकी यह नियति संपन्न की जा सके | इसी प्रकार से जिस व्यक्ति के भाग्य में पानी में डूबना लिखा है, वह एक बहुत ही हल्की घटना का अनुभव कर सकता है, जैसे कि सामान्य दैनिक जीवन में कोई उसके सिर पर थोड़ा पानी फेंक सकता है |

हालाँकि, समान प्रकार की प्रतिक्रियाएं विपरीत ढंग से भी हो सकती हैं, जिस में अतीत में अच्छे कर्म करने के कारण जो सभी गुण संचित हुए उन्हें मिटाने के लिए व्यक्ति को एक हल्के रूप में सांसारिक सुख भोगने दिया जा सकता है |

पाठकों को यह स्मरण रखना चाहिए कि दोनों, अच्छे और बुरे प्रभाव मिट जाएंगे |

इसी प्रकार जीवन से दोनों,आनंदमय घटनाएं और दुखद घटनाएं भी समाप्त हो जाती हैं |

परम ज्ञान के प्रकाश की चमक के लिए, सभी प्रकार के प्रभावों से मन की यह शुद्धि अनिवार्य है!

दिव्यता प्रकट करने के लिए सामान्य जीवन में जो सीखा है उसे दिमाग से निकाल देना आवश्यक है !

शक्ति की संरचित अभिव्यक्ति

मैं इस अध्याय को योग के दृष्टिकोण से, मानव शरीर की संरचना के वर्णन से आरम्भ करना चाहता हूँ | यह महत्वपूर्ण है, क्योंकि पाठकों के लिए मानवीय शरीर रचना विज्ञान के आधुनिक समझ के परिपेक्ष में इस दृष्टिकोण को समझना कठिन हो सकता है |

मैं पाठकों से अनुरोध करूँगा कि इस योग शरीर रचना की तुलना, आधुनिक शरीर रचना विज्ञान से न करें और यह स्वीकार करने के लिए पर्याप्त विनम्रता बनाये रखें कि विज्ञान को अब भी, मानव शरीर रचना के बारे सब कुछ ज्ञात नहीं है |

वैसे भी योग की दृष्टि से मानव शरीर रचना का यह ज्ञान, ज्ञात शरीर रचना विज्ञान के साथ संगत है या नहीं, इसका कोई खास महत्व नहीं है |

प्राचीन योग ग्रंथों में कहा जाता है, कि यह मानव शरीर पांच अलग कोषों से बना है, जो शरीर के अंदर निहित अनंत दिव्य आत्मा को आच्छादित रखते हैं |

पहले आवरण को आनंदमय कोष या 'आनंद का आवरण' के रूप में जाना जाता है | यह आवरण अनंत आत्मा को लौकिक भ्रम, या जैसा कि इसे योग ग्रंथों में जाना जाता है, 'माया' में घेर लेती है | यह आवृत शरीर

'कारण शरीर' के रूप में जाना जाता है | वास्तव में यह मानव शरीर का अन्तर्भाग है जिस पर अन्य परतें अंतिम स्थूल शरीर तक विकसित होती हैं|

पाठकों को इसे आगे विस्तार से न बताने के लिए मुझे क्षमा करना होगा ! न तो इस प्रकार के एक उच्च आध्यात्मिक स्थिति पर टिप्पणी करने के लिए मैं पर्याप्त सक्षम हूँ और न ही यह इस पुस्तक के दायरे के अंतर्गत आता है |

दूसरा आवरण विज्ञानमय कोष या 'ज्ञान का आवरण' के रूप में जाना जाता है | इसी कोष में मानव बुद्धि और अहंकार सह-स्थित और अंतः स्थापित हैं | इसके अतिरिक्त, यह सभी ऐन्द्रिय प्रभावों का घर भी है और यही मानव मानस का प्रारंभ बिंदु है – चेतन और अवचेतन दोनों का | योगी मुख्य रूप से इसी कोष में रुचि रखते हैं | जब तक वह दोनों, अहंकार और ऐन्द्रिय प्रभावों, से संपूर्णतः मुक्त नहीं हो जाते, योगी, 'समाधि' या विचारहीनता को प्राप्त नहीं कर सकते, जो सभी योग प्रणालियों का चरम उद्देश्य है | इस स्तर पर, विज्ञान के भौतिक जगत से संबंधित सभी नियम भंग होने चाहिए |

पाठकों को यह समझना चाहिए कि यह अवस्था आत्म-बोध की अवस्था नहीं है, जो कारण शरीर के विघटन के बाद बहुत उच्च स्तर पर होता है, और यात्रा के इस अंतिम चरण के लिए, योग के नियमों को भी भंग होना होता है | मेरे लिए या किसी के लिए भी, इस उच्च स्तर का विवरण देना असंभव है |

इस कोष के ऊपर मनोमय कोष या 'मन का आवरण' है | यही कोष सभी इंद्रियों का स्थान है, जहाँ से वशीभूत अनंत आत्मा के द्वारा स्वतंत्र इच्छा का प्रयोग किया जाता है |

इस कोष के ऊपर 'जीवन बल का आवरण' या जैसा की योग ग्रंथों में कहा जाता है, प्राणमय कोष है | 'जीवन शक्ति' के इस आवरण का आकार मानव शरीर के समान प्रतीत होता है | इसी को कुछ संस्कृतियों में मायामय शरीर के रूप में जाना जाता है | इसमें अत्यंत सूक्ष्म ऊर्जा वाहिका

का एक जटिल जाल विद्यमान है | इस कोष में पांच प्रमुख और पांच गौण जीवन बल हैं जो श्वास, पाचन, उत्सर्जन, प्रजनन, रक्त परिसंचरण, जम्हाई, आदि जैसे शरीर के अंदर विभिन्न कार्यों का निष्पादन करते हैं |

'जीवन शक्ति का स्तर', द्वारा यह स्थूल शरीर प्रक्षेपित होता है जिसे अन्नमय कोष या 'अन्न का आवरण' कहते हैं | यह अंतिम स्तर है |

'आनंद के आवरण' से प्रारंभ होकर 'अन्न के आवरण' तक पांच कोष या स्तर हैं | प्रथम स्तर को कारण शरीर कहा जाता है | अगले तीन कोषों को, जिन्होंने कारण शरीर को आवृत किया है, एक साथ मिलाकर 'सूक्ष्म शरीर' के रूप में जाना जाता है | अंतिम आवरण से आच्छादित सूक्ष्म शरीर अंत में सकल भौतिक शरीर के रूप में जाना जाता है | यही स्थूल शरीर जब जीर्ण हो जाता है, या आत्मा के रहने लायक नहीं रह जाता है, तो मृत्यु को प्राप्त हो जाता है | मरणोपरान्त 'सूक्ष्म शरीर' शेष चार कोषों में वशीभूत आत्मा के साथ इसे त्याग देता है और पुन: नया शरीर ग्रहण करता है | आत्मा किस जीवन में पुनः जन्म लेती है, यह निर्भर करता है कि अपने पिछले जन्मों में वह किस प्रकार का चरित्र संचित करने में सफल रही है |

कारण शरीर अपने मूलभूत रूप में सर्वोच्च मौलिक शक्ति से बना है – अर्थात लौकिक भ्रम या माया से जो ब्रह्मांड में सर्वोच्च है |

पाठक यह कहना चाहेंगे कि अनंत आत्मा या सर्वशक्तिमान को सर्वोच्च माना जाता है | हाँ, वास्तव में सर्वोच्च लौकिक शक्ति आत्मा के बिना कभी नहीं है; और अनंत आत्मा सर्वोच्च शक्ति के बिना नहीं होती है | यह एक सिक्के के दो पहलुओं के समान ही है |

भगवान को भी इस निहित सर्वोच्च शक्ति के बिना भगवान नहीं कहा जा सकता है | ठीक वैसे ही जैसे, हॉलीवुड की फिल्मों का 'स्पाइडर मैन', एक सुपर मकड़ी की निहित शक्ति के बिना नहीं रह सकता | यही स्थिति संस्कृत ग्रंथों के शक्तिमान के साथ भी है जिसका अस्तित्व निहित शक्ति या ऊर्जा के बिना नहीं हो सकता है |

इसी प्रकार से अपने मूलभूत रूप में शक्ति अपनी श्रेष्ठता का प्रदर्शन

केवल अनंत आत्मा के रूप में करती है |

आत्मा और ऊर्जा अविभाज्य हैं | दिव्यता का वर्णन केवल सांसारिक भाषा की सीमाओं के कारण हीं असंभव नहीं है, बल्कि एक कारण यह भी है कि परम सत्य अज्ञात है |

मुझे इसे और विस्तार से समझाने दीजिये |

ब्रह्मांड में और उससे भी परे, परम सत्य सर्वोच्च दिव्यता है | यह सर्वोच्च दिव्यता या स्वयं का वास्तविक स्वरूप, मेरे सहित किसी भी व्यक्ति को अभी अज्ञात है | यदि मैं एक आत्म बोधित आत्मा होता तो मैं इस समय यह पुस्तक नहीं लिख रहा होता | इसीलिए मैंने ऊपर यह बताया है, कि दिव्यता का वर्णन परम सत्य के अज्ञात होने के कारण, नहीं किया जा सकता है | जब आनंदमय कोष या अपने मूलभूत रूप में शक्ति वापस अपने स्रोत में अर्थात भगवान में समाधित हो जाती है, तब हम उसे आत्म-बोध कहते हैं !

मनुष्य में यह अंतिम परिवर्तन या आत्मज्ञान केवल सर्व शक्तिमान की इच्छा से होता है | योग के नियमों को भी भंग होना होता है | इसी कारण सभी धार्मिक प्रणालियों में सम्पूर्ण आत्मसमर्पण अनिवार्य है |

अगले तीन कोष, ज्ञान, मन और जीवन शक्ति में व्याप्त शक्ति को चित्त शक्ति और प्राण शक्ति कह सकते हैं | यह अपने अगले स्थूल अवस्था में शक्तियां ही हैं | यह शक्तियां विज्ञानमय कोष, मनोमय कोष और प्राणमय कोष में स्थित हैं | हमारे पुराणों में इन शक्ति के रूपों को सरस्वती, लक्ष्मी एवं पार्वती के नाम से जाना जाता है |

योग ग्रंथों के अनुसार इस शक्ति को तीन पृथक रूपों में वर्गीकृत किया जा सकता है | हालाँकि, इस प्रकार से शक्ति का कोई विभाजन नहीं है | इसे केवल तीन पृथक नामों से पुकारा जाता है | शक्ति की मूल प्रकृति लौकिक भ्रम है | इसके पश्चात यह अपने आप को परिवर्तित करके बुद्धि और अहंकार के रूप में प्रकट होती है | हालाँकि, बुद्धि और अहंकार दोनों सह-

स्थित या एक ही स्थान पर मिश्रित हैं | बुद्धि के बाद, शक्ति आगे अपना रूपांतरण करके मनुष्य के मन के रूप में प्रकट होती है | विभिन्न प्राचीन ग्रंथों में इस लौकिक भ्रम को बिना किसी विभाजन के महामाया के नाम से भी पुकारा गया है |

इतना पर्याप्त है यदि पाठक यह समझ ले कि एक ही शक्ति मानव शरीर में विशिष्ट कार्य पर आधारित विभिन्न रूपों में प्रकट होती है |

शक्ति का जो रूप निम्नतम स्तर पर व्याप्त है वह शारीरिक ऊर्जा है, जिससे पाठक और आधुनिक विज्ञान परिचित हैं | शक्ति के इस स्थूल रूप को प्रकृति के नाम से पुकारा जाता है | यह प्राण शक्ति का स्थूल रूप है |

इसका अर्थ है कि यदि ग्रंथों में प्राण शक्ति को पार्वती के रूप में जाना जाता है तो शक्ति के इस स्थूल शारीरिक रूप को 'प्रकृति' पुकारा जाता है |

प्रथम कोष के अंतर्गत शक्ति अपने मूल अवस्था में है, जो 'लौकिक भ्रम' या 'माया' की रचना के लिए उत्तरदायी है | अगले तीन कोष के अंतर्गत हमे इस शक्ति की स्थूल अभिव्यक्ति मिलती है – एक 'मानसिक शक्ति' के रूप में | अंतिम कोष के अंतर्गत, यह शक्ति सकल शारीरिक बल के रूप में प्रकट होती है, जिसे हम ब्रह्मांड या संस्कृत ग्रंथों में प्रकृति कहते हैं!

यदि आप विपरीत क्रम में शक्ति की अभिव्यक्ति देखते हैं, तो आप पाते हैं कि पहले सकल शारीरिक ऊर्जा से संबंधित विज्ञान के नियमों का संचालन भंग होना आवश्यक है, जिससे कि योगी आत्म-बोध प्राप्त कर सके| इस चरण में सर्वोच्च शक्ति या पराशक्ति या महामाया उत्क्रम विधा में, अर्थात सृजन के विपरीत दिशा में चली जाती है | हमारे पुराणों में शक्ति के इस विशेष रूप को काली के नाम से पुकारा जाता है |

शारीरिक शक्ति / विज्ञान के नियमों का भंग होना से मेरा तात्पर्य है कि यह इस स्तर पर लागू नहीं होते हैं | योगी अलौकिक शक्तियों से सम्पन्न हो जाते हैं उदाहरण के लिए, हवा में यात्रा करना, अदृश्य हो जाना, आदि|

यह शक्तियां एक साधारण मनुष्य के लिए, जो विज्ञान के नियमों से

बाध्य है, 'अलौकिक' हो सकती है, एक योगी के लिए वे स्वाभाविक हैं !

भले ही एक योगी अलौकिक शक्तियों से सम्पन्न हो सकता है, वह अभी भी आत्म-बोध की अवस्था को प्राप्त नहीं कर सकता है | यह इसलिए है क्योंकि, आगे किसी प्रकार की प्रगति के लिए योग के नियमों (जो अलौकिक शक्तियों से संबंधित है) को भी भंग होना होगा | योगी को आत्म-बोध प्राप्त करने के लिए, विज्ञान के नियमों और योग के नियमों पर भी विजय पानी होगी |

परम ब्रह्म, या आत्मा, या सर्वशक्तिमान, या भगवान ने सभी अधिकार स्वयं के लिए सुरक्षित किये हैं | यहाँ सामान्य पाठक के लाभ के लिए, मैं संक्षेप में योग के दृष्टिकोण से मस्तिष्कमेरु प्रणाली की शारीरिक रचना का वर्णन करना चाहूँगा | इस दृष्टिकोण के अनुसार, मानव शरीर की रचना सकल मस्तिष्कमेरु प्रणाली के भीतर निहित जीवन शक्ति की संरचना से संबंधित है | यह दृष्टिकोण मांस और हड्डियों को कोई महत्व नहीं देता है, इसलिए मस्तिष्कमेरु प्रणाली का विच्छेदन कर के इस जीवन शक्ति को नहीं देख सकते हैं |

इस जीवन शक्ति की संरचना विद्युतीय पैटर्न पर आधारित है, जो इतने सूक्ष्म होते हैं कि वे आधुनिक विज्ञान के विद्युत चुम्बकीय वर्णक्रम पर भी नहीं पाये जा सकते हैं ! क्यूंकि विज्ञान के नियम, जो कि शक्ति के स्थूल रूप से सम्बंधित हैं, इस सूक्ष्म ब्रह्मांडीय स्तर पर लागू नहीं होते | इसलिए, प्रत्यक्ष या परोक्ष रूप से कोई भी उपकरण इसे नाप या दर्ज नहीं कर सकता|

योग ग्रंथों के अनुसार, रीढ़ के आधार से शुरू होकर सिर के मध्य तक, सात ऊर्जा केन्द्र हैं जिन्हें चक्र कहा जाता है |

सबसे पहले केंद्र को आधार चक्र या मूलाधार चक्र कहा जाता है | यह गुदा और जननांग क्षेत्र के ठीक बीच रीढ़ की हड्डी के आधार पर अवस्थित है | कुंडलिनी या ब्रह्मांडीय शक्ति इस चक्र या ऊर्जा केंद्र में एक प्रकार से निष्क्रिय अवस्था में स्थित है | योग ग्रंथ एक अत्यंत विस्तृत ढंग से इस चक्र

का वर्णन करते हैं |

इसकी संरचना बहुत जटिल है और मैं केवल इस विशेष चक्र का संक्षेप में विवरण दे रहा हूँ, जिससे कि सामान्य पाठक इस के बारे में कुछ समझ सकें !

यदि आगे रूचि हो, तो पाठक अन्य चक्रों के बारे में पढ़ सकते हैं और मस्तिष्कमेरु प्रणाली की सम्पूर्ण शरीर रचना के बारे में भी ! इस विषय पर कई पुस्तकें उपलब्ध हैं और पाठक सरलता से वर्ल्ड वाइड वेब पर इसे प्राप्त कर सकते हैं |

सभी चक्रों को कमल के फूल के रूप में समझा जाता है | आधार चक्र कमल चार पंखुड़ियों का होता है | पंखुड़ियां रक्त वर्णीय होती हैं | संभवतः ऊर्जा का स्वरुप एक दल या फूल की पत्ती के आकार में है और चार ऐसी आकृतियाँ हो | इसके अलावा, लाल रंग संबद्ध आवृत्ति का संकेत हो सकता है, विद्युत चुम्बकीय वर्णक्रम में लाल रंग के समान | प्रत्येक दल पर संस्कृत वर्णमाला का एक अक्षर है | इन अक्षरों का रंग स्वर्णिम है |अक्षरों की ध्वनि व, श, ष और स है | जब यह कहा जाता है कि अक्षर पंखुड़ी पर स्थित हैं तो संभवतः यह संस्कृत अक्षर की ध्वनि किसी प्रकार से ऊर्जा पैटर्न के साथ एकीकृत है |

वैसे भी ध्वनि भी एक प्रकार की ऊर्जा ही है, इसलिए संस्कृत वर्णमाला का एक विशेष अक्षर या अक्षर की विशेष ध्वनि के साथ कोई शक्ति स्वरूप संबद्ध है | कमल का सम्पूर्ण फूल एक ऊर्जा केंद्र माना जाता है, इसलिए यह सरलता से समझा जा सकता है कि यह विभिन्न शक्ति स्वरूपों के आधार पर पंखुड़ियों, अक्षरों, दलों के वर्ण, अक्षरों के वर्ण, इत्यादि के रूप में संरचित है | इस मामले में, सभी अक्षरों को एक निश्चित आवृत्ति स्तर का संकेत माना जाता है |

पद्म के भीतर कथित रूप से एक चौकोर क्षेत्र है जो आठ शूलों से युक्त है | योग ग्रंथों के अनुसार, यह वर्गाकार पृथ्वी तत्त्व का प्रतीक है | शूल विभिन्न दिशाओं का प्रतिनिधित्व करते हैं |

इसलिए कहा जाता है कि यह क्षेत्र पृथ्वी गुण का या पदार्थ में

स्थायित्व के सिद्धांत का प्रतिनिधित्व करता है !

इसके अलावा, योग ग्रंथों के अनुसार इस क्षेत्र का रंग पीला है | पाठक विद्युत चुम्बकीय वर्णक्रम में पीले रंग से संबद्ध ऊर्जा की आवृत्ति से परिचित होंगे | इसलिए, यह पीला रंग किसी प्रकार के शक्ति पैटर्न का संकेत हो सकता है | योग ग्रंथों के अनुसार, पीला रंग पृथ्वी तत्त्व का प्रतिनिधित्व करता है | इसके अलावा, योग ग्रंथों के अनुसार पीला रंग गंध संवेद का भी प्रतिनिधित्व करता है | सम्पूर्ण पीले क्षेत्र का प्रतिनिधित्व संस्कृत वर्णमाला से एक अक्षर 'लं' करता है, या यह ध्वनि इस पीले क्षेत्र का प्रतिनिधित्व करती है | इस पुष्प के भीतर एक अधोमुखी त्रिकोण भी है | भारत में शाक्त पंथियों या शक्ति भक्तों के अनुसार यह अधोमुखी त्रिभुज मादा जननांग (योनि) या शक्ति का प्रतिनिधित्व करता है, इसलिए यह अधोमुखी त्रिकोण स्वयं ही शक्ति का एक पैटर्न होना चाहिए क्योंकि ऊर्जा का प्रतिनिधित्व हमेशा एक औंधे त्रिभुज से किया जाता है |

इसके अलावा, त्रिभुज के अंदर एक और ध्वनि या संस्कृत अक्षर 'क्लीं' है | यह त्रिकोण भी रक्त वर्ण का है | क्लीं ध्वनि काम शक्ति या सृजनात्मक शक्ति का प्रतिनिधित्व करती है | रक्त वर्ण काम भावना या वासना से सम्बंधित है |

त्रिभुज के ऊपर एक शिव लिंग या काले रंग में एक लिंग है (जैसा कि यह आकार में प्रतीत होता है) | भारत में शैव के अनुयायियों के अनुसार, सर्वशक्तिमान को एक लिंग के रूप में पूजा जाता है |

कुंडलिनी या सर्वोच्च ब्रह्मांडीय शक्ति को, लिंग को लिपटे हुए, कुंडलित रूप में माना जाता है | इसे साढ़े तीन कुंडली का और एक सर्प के रूप में माना जाता है, जिसका मुंह लिंग के शीर्ष को ढके हुए है !

पाठक अब अच्छी तरह से कल्पना कर सकते हैं, कि यह शक्ति कितने सूक्ष्म ब्रह्मांडीय स्तर पर विद्यमान है परन्तु कितनी सर्व शक्तिशाली है | सबसे पहले ऊर्जा केंद्र स्वयं अदृश्य है और यहाँ तक कि उच्च श्रेणी के आधुनिक उपकरणों द्वारा भी इसे नापा नहीं जा सकता है | कमल के

आकार के शक्ति केंद्र की संपूर्ण संरचना अत्यंत-सूक्ष्म शक्ति पैटर्न से बनी है | यह शक्ति पैटर्न से, एक मशीन के निर्माण करने के समान है, क्योंकि इसकी सामग्री या इसकी तुलना अत्यंत-सूक्ष्म शक्ति पैटर्न से निर्मित एक मॉडल के साथ की जा सकती ! इसके अलावा, प्रत्येक शक्ति पैटर्न सचेत है और परम ब्रह्म या सार्वभौमिक आत्मा, या भगवान से व्याप्त है | इसलिए, प्रत्येक शक्ति पैटर्न के साथ एक स्थानीय भगवान या देवी सम्बंधित है |

मुझे इसे और विस्तार से समझाने दीजिये |

शक्ति किसी भी समय आत्मा या दिव्यता या परमेश्वर से अलग अस्तित्व में नहीं रह सकती | परंतु ब्रह्माण्ड में, या इसके लघु संस्करण मानव शरीर में, विशिष्ट कार्य के आधार पर शक्ति को विभिन्न गुणों का श्रेय दिया जाता है | इसी प्रकार से परमेश्वर को भी प्रत्येक शक्ति रूप से संपन्न माना जाता है | एक शक्ति केंद्र में एक स्थानीय भगवान या देवी का अर्थ यही है, अन्यथा दिव्यता को इस प्रकार से विभिन्न देवी देवताओं में विभाजित नहीं किया जा सकता है | परम दिव्यता के इस सैद्धांतिक विभाजन के बिना, दिव्यता की अत्यधिक जटिल प्रकृति को तर्क से समझने या समझाना संभव नहीं है |

इस कमल के आकार के शक्ति केंद्र के भीतर जो शक्ति होती है, कुंडलिनी शक्ति स्वयं उससे भी सूक्ष्म रूप में इस जटिल संरचना के भीतर विद्यमान है | मैं आशा करता हूँ की पाठक अब सरलता से मानव शरीर में इस शक्ति के अति सूक्ष्म स्वरुप का अनुमान लगा सकते हैं !

यही सर्वोच्च ब्रह्मांडीय शक्ति मनुष्य की रचना के बाद व्यक्ति के मानस पर भ्रम का संसार प्रक्षेपित कर उसे लगातार बनाए रखती है | मस्तिष्कमेरु तंत्र पर किसी तरह विभिन्न शक्ति पैटर्न (जिनका वर्णन मैंने ऊपर किया है) भ्रम की किरण में एकीकृत हो जाते हैं, जो अनंत तक प्रक्षेपित होकर एक भ्रामक संसार की रचना करते हैं जिसे व्यक्ति अनुभव करता है |

योग ग्रंथों के अनुसार कुछ अन्य वस्तुओं के साथ-साथ कुछ स्थानीय देवी देवता भी इस चक्र संरचना के भीतर स्थित हैं | मैं इस चक्र के बारे में

अधिक विस्तार में नहीं जाऊंगा क्योंकि इस से कोई लाभ नहीं होगा|

शैक्षणिक ज्ञान केवल एक व्याख्यान देने के लिए अच्छा है या पुस्तक लेखन के लिए जैसे मैं अभी कर रहा हूँ ! इन दोनों के अलावा, शैक्षणिक ज्ञान व्यक्ति को कोई भी शांति और सुख नहीं प्रदान कर सकता है | इसका एक और उपयोग बौद्धिक मनोरंजन हो सकता है और उसका उद्देश्य बस इतना ही है !

इसी प्रकार से मस्तिष्कमेरु प्रणाली में अन्य चक्र या शक्ति केंद्र हैं !

अगले चक्र को स्वाधिष्ठान चक्र कहा जाता है और यह जननांग क्षेत्र की जड़ में स्थित है | इसके बाद नाभि क्षेत्र में मणिपुर चक्र स्थित है |

इसके आगे हृदय के क्षेत्र में अनाहत चक्र स्थित है | पांचवा चक्र कंठ के आधार पर स्थित है और इसे विशुद्ध चक्र कहा जाता है | छठा चक्र आंख की भृकुटी के बीच स्थित है और इसे आज्ञा चक्र कहा जाता है | अंतिम चक्र को सहस्रार चक्र कहा जाता है और यह मस्तिष्क क्षेत्र में स्थित है |

प्रत्येक शक्ति केन्द्र या कमल में, पंखुड़ियों की निश्चित संख्या विद्यमान हैं | सबसे पहले चक्र से लेकर छठे चक्र तक कुल पचास पंखुड़ियों हैं, जिसमें संस्कृत वर्णमाला के पचास अक्षर सम्मिलित हैं ! मस्तिष्क क्षेत्र में अंतिम चक्र में एक हजार पंखुरियाँ हैं, जिस में पचास अक्षरों की सम्पूर्ण वर्णमाला बीस बार दोहरायी गयी है !

जब ब्रह्मांडीय शक्ति आधार चक्र से जागृत होकर मस्तिष्कमेरु प्रणाली में आरोहण करती है और मस्तिष्क क्षेत्र तक पहुँचती है, तब यह मान लिया जाता है कि व्यक्ति में आत्म-बोध घटित हो गया है | जब ब्रह्मांडीय शक्ति सृजनात्मक अवस्था में थी, उसने भ्रामक अस्तित्व की रचना की जिसे मानव रूप में जाना जाता है और इसके पश्चात् मस्तिष्कमेरु प्रणाली के आधार पर स्थित होकर इसे बनाये रखा | जब इस प्रक्रिया का उत्क्रम होता है तो शक्ति वापस मस्तिष्क क्षेत्र में, अर्थात अपने स्रोत में चली जाती है | इस प्रकार से बुद्धि सम्पूर्ण ज्ञान से भर उठती है !

जो लंबी कथा मैंने ऊपर लिखी है, मानव शरीर में शक्ति के संचार को समझने के लिए महत्वपूर्ण है |

मौलिक शक्ति मानव शरीर की रचना करके शरीर में निहित अनंत आत्मा के लिए भ्रम की दुनिया को प्रक्षेपित करना और बनाए रखना जारी रखती है |

पाठकों से अनुरोध हैं कि वे यह स्मरण रखें कि यह आत्मा, ब्रह्मांड की सर्वोच्च आत्मा या ईश्वर से भिन्न नहीं है | यह सब एक ही हैं | यह शक्ति मानव शरीर में मस्तिष्कमेरु प्रणाली के आधार पर गुदा और जननांग क्षेत्र के ठीक बीच में अवस्थित है |

एक गुरु द्वारा हस्तक्षेप करने पर यह शक्ति, युगों से जिसकी रचना की थी और बनाए रखा था, उसी का विध्वंस विपरीत विधि में घूम कर करती है | इसके परिणाम स्वरुप, शक्ति का संचार यौगिकता की विपरीत विधि में जाकर शरीर के प्रत्येक कण में फैल जाती है |

अब मैं अपने अनुभवों का वर्णन करूँगा कि किस प्रकार से यह शक्ति मेरे शरीर के भीतर जागृत हुई और किस प्रकार से यह मेरे शरीर में गतिशील है !

कुंडलिनी शक्ति की जागृति

वर्ष 2007 में नवंबर के महीने में किसी समय, मुझे सिध्द महायोग में दीक्षित किया गया था, एक ऐसी योग प्रणाली जिसका अनुसरण 'शक्तिपात पद्धति' द्वारा किया जाता है |

मैंने एक मित्र (डॉ वी. वी. एस. एस. चंद्रसशेखरम) के माध्यम से सुना था कि मेरे भावी गुरुजी, श्री स्वामी सहजानंद तीर्थ जी महाराज, जो इस पद्धति के अंतर्गत आते हैं, भारत में हैदराबाद शहर में पधारने वाले थे|

मेरे मित्र ने परम पूज्य स्वामी जी के स्वागत हेतु मुझे अपने घर आमंत्रित किया और मैं तुरंत सहमत हो गया | मेरी अपने मित्र के घर पर, रात आठ या नौ बजे के आसपास, अपने होने वाले गुरू से भेंट हुई |

मुझे एक सुखद झटका तब लगा, जब मुझे आभास हुआ कि मेरी स्वामी जी से इक्कीस वर्ष पूर्व ही भेंट हो चुकी है | स्वामी जी, नई दिल्ली के लिए एक ट्रेन में, मेरे सह यात्री थे |

मैंने यह यात्रा १९८६ की गर्मियों के दौरान की थी, जब मैं लगभग पन्द्रह साल का था | स्वामी जी सामने निचली बर्थ पर मेरी बर्थ के समीप थे | हम दोनों ने तीस घंटों तक एक साथ यात्रा की थी |

पूज्य स्वामी जी भगवा कपड़ों में, भारत में आज के उत्तराखंड में हिमालय की तराई-पहाड़ियों पर स्थित ऋषिकेश में, अपने आश्रम या योग

आश्रयस्थल को लौट रहे थे | मैं पर्वतारोहण और रॉक क्लाइम्बिंग सीखने के लिए उत्तराखण्ड में ही उत्तरकाशी (उससे थोड़ा आगे हिमालय पर्वत श्रृंखला के अंदर) स्थित विश्व प्रसिद्ध 'नेहरु इंस्टिट्यूट ऑफ़ माउंटेनीयरिंग' जा रहा था |

उत्तरकाशी पहुंचने के लिए मुझे ऋषिकेश शहर से गुजरना था और आगे के लिए बस पकड़ना था | पूज्य स्वामी जी को जब मेरी यात्रा के कार्यक्रम के बारे में ज्ञात हुआ, उन्होंने ऋषिकेश में अपने आश्रम में मुझे आतिथेय का प्रस्ताव दिया | मुझे ऋषिकेश या पास के शहर हरिद्वार में, एक रात के लिए रुकना आवश्यक था, मेरी दोनों आगामी और वापसी यात्रा के दौरान | इसके अतिरिक्त, उन्होंने अपना नाम और आश्रम का पता कागज के एक टुकड़े पर लिखा और मुझे दे दिया | मैं इस प्रस्ताव के बारे में बहुत संशयी था और मैंने इस विषय पर आगे कोई विशेष ध्यान नहीं दिया|

ध्यान में रखें कि मेरी आयु लगभग पंद्रह वर्ष थी और मेरे भविष्य के गुरु की आयु उस समय बासठ वर्ष के आस पास रही होगी | पाठक इससे अच्छी तरह से हम दोनों के बीच हुए वार्तालाप की कल्पना कर सकते हैं |

नई दिल्ली पहुंचने के बाद, हम दोनों अपने-अपने रास्ते चले गए | मुझे हरिद्वार शहर के लिए बस पकड़ने से पहले नई दिल्ली में कुछ काम था और स्वामी जी को भी एक दिन के लिए नई दिल्ली में रुकना था |

उसी दिन शाम को, मैं हरिद्वार के लिए एक बस में चढ़ा जो ऋषिकेश के निकट स्थित है और मध्य रात्रि के आसपास शहर पहुंच गया | मैं यह देख कर भौंचक्का रह गया कि शहर में भारी भीड़ थी | सड़कें, भूमि पर सो रहे लोगों से भरी हुई थीं | मुझे बाद में पता चला कि 'कुंभ मेला' अपने चरम पर था| यह नदी महोत्सव प्रत्येक बारह वर्ष में एक बार गंगा नदी के तट पर मनाया जाता है | परिणाम स्वरूप, मैं ठहरने के किसी भी स्थान के बिना, फंस गया था | किसी प्रकार से, एक भारी मूल्य चुकाने के बाद, मैं एक होटल के शयनगृह में एक चारपाई पाने में सफल रहा |

अगले दिन, मैंने उत्तरकाशी के लिए बस पकड़ने से पहले अग्रिम में

वापसी रेल टिकट खरीदने का निर्णय लिया | यद्यपि भीड़ को संभालने के लिए वहाँ विशेष रेल काउंटर स्थापित थे फिर भी मुझे टिकट खरीदने में कई घंटे लग गये | इस अप्रत्याशित देरी के कारण, मेरी उत्तरकाशी के लिए अंतिम बस भी छूट गयी |

होटलों के अत्यधिक शुल्क के कारण, हरिद्वार में एक और रात बिताने का विचार भी भयावह था| इसलिए मैंने अगला तर्कसंगत उपाय अपनाने का निर्णय लिया, कि उत्तरकाशी की दिशा में यात्रा करते हुए, रात होने से पहले, जिस भी शहर में पहुँच सकता था वहीँ रूक जाऊँ | मुझे यह भी बताया गया कि यदि मैं ऋषिकेश (जो उत्तरकाशी के मार्ग पर था) शीघ्र पहुँच जाऊँ, तो संभवतः टिहरी नामक शहर के किये बस पकड़ने में सफल हो जाऊँ |

मैंने यह मार्ग लेने का निर्णय लिया, क्योंकि मैं कुम्भ मेले के मुख्य पर्व स्थल से जितनी दूर हो जाता, होटल का शुल्क उतना ही कम हो जाता |

ऋषिकेश पहुँचने के पश्चात्, मुझे पता चला कि टिहरी के लिए अंतिम बस छूट चुकी थी | स्थिति और बिगड़ गयी जब मुझे पता चला कि ऋषिकेश में होटलों के शुल्क में कोई अंतर नहीं था | इसलिए, ऋषिकेश में दूसरी रात रहने के अलावा मेरे पास और कोई विकल्प नहीं था |

मुझे परम पूज्य स्वामी जी द्वारा दिया गया आश्रम का पता तब याद आया |

परिस्थितियों से विवश होकर मैं आश्रम की ओर इस आशा से चल पड़ा, कि मैं वहां बिना किसी शुल्क के रात बिता सकूँगा |

आश्रम को 'योग श्री पीठ' कहते थे और वह गंगा नदी तट के बहुत निकट स्थित था | मुझे आश्रम में बताया गया कि स्वामी जी अभी लौटे नहीं थे | यह सुनने पर, मैं कुछ अनिश्चित सा हो गया कि उनसे आवास के लिए पूछे या नहीं और अंत में ऐसा करने के विरुद्ध निर्णय लिया | जैसे ही मैं वापस मुड़ कर आश्रम से चला ही था, कि मैंने देखा कि स्वामी जी आश्रम के पथ पर पधार रहे थे | मुझे राहत मिली और मैंने स्वामी जी को

अपनी परिस्थितियां बताई | पूज्य स्वामी जी ने रात भर के लिए आतिथेय प्रदान करने की कृपा की |

अगले दिन, मैं उत्तरकाशी के लिए रवाना हो गया | तब क्या पता था कि इक्कीस वर्ष के पश्चात् मेरी फिर से स्वामी जी से भेंट होगी |

इस घटना के दस या ग्यारह वर्ष पश्चात् मैंने फिर से ऋषिकेश की यात्रा की | अब तक, मैं अपनी किशोरावस्था से वयस्क होकर पच्चीस या छब्बीस वर्ष की आयु का हो गया था | मैंने स्वामी जी से भेंट करने का निर्णय लिया, परंतु किसी कारण से मुझे आश्रम का नाम और उसका सही स्थान स्मरण नहीं आ रहा था | थोड़ा सा ढूंढने और पूछताछ करने पर मैं आश्रम का पता लगाने में सफल रहा | मैं वहाँ गया और स्वामी जी के बारे में पूछा | मुझे बताया गया, कि स्वामी जी अब वहाँ नहीं रहते हैं और किसी को भी उनका ठिकाना ज्ञात नहीं था | मैं निराश होकर वहाँ से चला आया |

मुझे स्वामी जी से दोबारा मिलने में दस या ग्यारह वर्ष लग गए जब वे २००७ में हैदराबाद गये | इस समय, संयोग से मैं भी शहर की यात्रा पर था |

इस दूसरी भेंट के दौरान स्वामी जी सिद्ध महायोग में मुझे दीक्षित करने के लिए सहमत हो गये और अगले दिन प्रातः चार बजे का समय निश्चित किया | मैंने अपने मित्र के निवास पर रात बिताई,और कुछ अन्य लोगों के साथ, नियत समय पर, प्रातः स्वामी जी के समक्ष अपने आप को प्रस्तुत किया |

परम पूज्य स्वामी जी ने बारी से प्रत्येक के सिर के शीर्ष पर अपना हाथ रखा, जब कि हम सब ध्यान में कमरे में बैठे थे | दीक्षा प्रक्रिया शीघ्र ही समाप्त हो गयी थी | मुझे बताया गया कि दीक्षा अनुक्रम पूर्ण करने से पहले मुझे लगातार तीन दिनों के लिए अपने गुरु के समक्ष स्वयं को प्रस्तुत करना होगा | यह जब नव दीक्षित साधकों के शरीर में प्रतिक्रियाएं विकसित हों तब उनके प्रत्यक्ष देखरेख के लिए आवश्यक था |

दीक्षा के पश्चात पहले ही दिन मुझे अपने गुरु द्वारा एक 'मंत्र' दिया गया था | यह मंत्र एक संस्कृत शब्दांश था जिसका मुझे लगातार जाप करना था | मुझे बताया गया था कि कुछ प्रकार की प्रतिक्रिया मेरे शरीर में प्रकट होनी आरम्भ होंगी और यह प्रतिक्रिया संस्कृत में 'क्रिया' के नाम में जानी जाती हैं | मुझे बताया गया कि यह क्रिया, प्रक्रिया कर्म या जो ऐन्द्रिय प्रभाव पिछले कर्मों के कारण मेरे मन में संचित थे उनकी शुद्धि करेगी | मुझे यह संस्कृत शब्द 'कर्म' की व्याख्या करना आवश्यक नहीं लगता है क्योंकि इसका अर्थ व्यापक रूप से सम्पूर्ण संसार में ज्ञात है | मेरे जीवन के इस चरण में, मुझे गंभीर वित्तीय समस्याओं के साथ ही, अपने वैवाहिक जीवन में समस्याओं का सामना करना पड़ रहा था | मैं अपने जीवन की उस अवधि के दौरान जिन परिस्थितियों में रह रहा था – जिन पर मैं प्रकाश नहीं डालूँगा –उनके कारण नियमित रूप से 'मंत्र' जाप मेरे लिए कठिन था | मैं केवल उसे यदा-कदा ही करता था |

परंतु गुरु जी मेरे अभ्यास के बारे में नियमित रूप से पूछते थे |

मेरी दीक्षा के सात या आठ महीने के बाद गुरु जी ने 'मंत्र' बदल दिया और एक नये 'मंत्र' का जाप दिया | यहाँ, मैं इस परिवर्तन के कारणों की व्याख्या और अधिक विस्तार में करना चाहता हूँ | जब साधक के मनः स्थिति में परिवर्तन होते हैं तो मंत्र के परिवर्तन की आवश्यकता होती है | क्योंकि एक गुरू हर समय एक साधक की मनः स्थिति से अवगत होते हैं इसलिए वे आवश्यकतानुसार, योग तकनीक से संबंधित आवश्यक परिवर्तन करने में सक्षम हैं |

इस समय मैं अपने पेशेवर जीवन व वैवाहिक जीवन में और भी अधिक समस्याओं का सामना कर रहा था, तथा मेरी वित्तीय स्थिति और बिगड़ गई थी | एक पदोन्नति का मौका चूकने के बाद मेरे कैरियर में एक ठहराव आ गया था | मेरा दूसरा विवाह मेरी पत्नी और मेरे बीच मतभेद के कारण टूटने लगा था, और शेयर बाजार और विभिन्न अन्य ऑनलाइन

व्यवसायों में घाटे के बाद मैं एक विशाल ऋण जाल में फँस गया था |

इसलिए गुरु जी ने मुझे प्रत्युपाय या मेरे व्यक्तिगत जीवन में बिगड़ती स्थिति के विरुद्ध संरक्षण के रूप में यह नया मंत्र दिया |

परंतु परिस्थिति वश मैं किसी प्रकार से अभी भी नियमित रूप से जाप करने में असमर्थ था | जो अनिश्चितता और निराशा मैं अनुभव कर रहा था वह सात या आठ महीने तक चली | इस समय तक, मेरी स्थिति में बहुत, बहुत दूर तक सुधार की कोई आशा नहीं रह गयी थी | नकारात्मक विचार मेरे मन पर छाने लगे थे |

मैंने मरने के लिए सबसे सरल उपाय सोचने शुरू कर दिये थे और इंटरनेट पर विभिन्न विकल्प ढूंढता रहता था | मैं अपने जीवन के इस चरण में केवल इतनी इच्छा रखता था कि यथासंभव लंबे समय के लिए स्वयं को जीवित रख सकूँ | मुझे ऐसा प्रतीत हो रहा था जैसे यह संसार ही मेरे विरुद्ध था | इसके अलावा मेरी समस्याओं को बढ़ाने के लिए, समय के इस मोड़ पर मेरी दूसरी पत्नी से न्यायिक विच्छेदन के साथ मेरे वेतन का एक बड़ा हिस्सा रख-रखाव भत्ते के रूप में उसे प्रदान कर दिया गया था | ऋण की एक विशाल राशि के साथ मैं अकेला रह गया था |

अपने ऋण की किश्तों का मैं भुगतान नहीं कर पा रहा था और विभिन्न लेनदारों ने मुझे परेशान करना शुरू कर दिया था |

इस प्रकार, मैं भावनात्मक रूप से थक गया था और लगातार अपने जीवन के सभी क्षेत्रों में सांसारिक समस्याओं के साथ असहनीय घर्षण सह रहा था | इन परिस्थितियों में, मेरे गुरु ने एक बार फिर से मेरे लिए मंत्र बदल दिया |

अब अपने अस्तित्व के लिए लड़ते हुए, आख़िरकार मैंने नियमित रूप से इस नए 'मंत्र' का जाप आरम्भ कर दिया – कुछ करो या मरो की भावना के साथ |

इस तीसरी बार, जाप पाँच या छह महीने के लिए चला, फिर भी, कुछ विशेष नहीं हुआ |

मंत्र जाप के साथ-साथ, गुरुजी ने एक योग आसन या सांस रोकने पर आधारित तकनीक का अभ्यास करने का निर्देश दिया था | इस योग आसन या तकनीक को योग ग्रंथों में 'शन्मुखी मुद्रा' के नाम से जाना जाता है |

इस आसन में एक साथ दोनों हाथों की मदद से दृढ़तापूर्वक आँख, कान, नाक और मुंह बंद करना होता है | हाथों की दसों उंगलियों को चेहरे के सभी छिद्र बंद करने के लिए उपयोग किया जाता है | नाक के माध्यम से फेफड़ों को भरकर साँस को आंतरिक रूप से जितनी देर संभव हो रोका जाता है | मुझे अपने मन में, माथे के क्षेत्र में, सूर्य की तरह एक उज्ज्वल और शक्तिशाली श्वेत प्रकाश दिखता था | कुछ क्षणों के बाद, मैं अपने मुंह के माध्यम से धीरे-धीरे साँस छोड़ता था | परंतु, मैं आँखें बंद करके एक बार फिर से साँस लेने के चक्र को दोहराने के लिए उसी मुद्रा में बैठा रहता था | इस अंतराल में, मैं इस उज्ज्वल प्रकाश को नीले, लाल, पीले आदि रंगों में बदलता हुआ देखता था | अब रंगों का सही क्रम मुझे स्मरण नहीं है | मुझे गुरु जी ने बताया, कि इस योग तकनीक का अभ्यास करने वाले लोगों को यह प्रकाश बहुत सरलता से नहीं दिखता है |

मन में यह प्रकाश दिखना योग के अभ्यास में अच्छी प्रगति की ओर संकेत करता है |

जिन महीनों में मैंने इस योग आसन का अभ्यास किया, उस समय मुझे लगता था जैसे कि हमेशा दिन के समय मुझ में पानी की कमी हो रही थी | मुझे बताया गया कि इस पानी की कमी का कारण यह प्रकाश था और किसी योग प्रशिक्षक ने अपने भोजन के साथ गाय के घी का उपभोग करने की मुझे सलाह दी | जब मैंने गाय का घी लेना आरम्भ कर दिया तो मेरी निर्जलीकरण की समस्या समाप्त हो गयी!

इस योग तकनीक से प्राप्त लाभ इसके दुष्प्रभावों से कहीं अधिक हैं | इसलिए, इस योग आसन का अभ्यास करते समय किसी भी प्रकार का संदेह या आशंका नहीं करनी चाहिए |

यहाँ, मैं सभी पाठक को सलाह देना चाहता हूँ, कि यदि वे इस योग

आसन के अभ्यास से परिचित नहीं हैं, तो वे एक योग्य योग प्रशिक्षक से मार्गदर्शन के बिना इस तकनीक का प्रयास न करें |

एक दिन, गुरु जी ने ऋषिकेश में योग श्री पीठ आश्रम की यात्रा करने का निर्णय लिया | परम पूज्य स्वामी जी ने मुझसे संपर्क किया और यदि संभव हो तो वहाँ उनसे मिलने का निर्देश दिया |

अपने जीवन के इस चरण में मैं जम्मू-कश्मीर में स्थित श्रीनगर शहर में रह रहा था |

मैंने श्रीनगर से ऋषिकेश तक ड्राइव करने का निर्णय लिया | यहाँ, मैं पाठकों को बताना चाहता हूँ कि श्रीनगर और ऋषिकेश, दोनों शहर, हिमालय की तलहटी में स्थित हैं यद्यपि वो पाँच या छह सौ किलोमीटर की दूरी पर हैं | हिमालय पर्वत श्रृंखला की तलहटी के साथ-साथ यह संकीर्ण क्षेत्र भारत में शक्ति भक्तों के लिए कई शक्ति केन्द्रों का गढ़ है | मैंने, भारत में 'शाक्त' पंथ या शक्ति भक्तों के अनुसार कुछ प्रसिद्ध 'शक्ति पीठ' या शक्ति केन्द्रों का दर्शन किया | ऋषिकेश के रास्ते पर सभी शक्ति केन्द्रों पर श्रद्धा अर्पण करने के बाद, मैं अंत में शहर पहुँच गया और गुरु जी के दर्शन किये जो मुझसे बहुत पहले पहुँच गए थे व मेरी प्रतीक्षा कर रहे थे | आश्रम में कुछ दिन रहने के पश्चात् गुरु जी ने 'गंगोत्री' यात्रा करने का निर्णय लिया - जो हिमालय पर्वत श्रृंखला के थोड़ा अंदर था – और मुझे बताया कि मैं उनके साथ जाऊँगा | भारत में प्रसिद्ध गंगा नदी हिमालय में 'गंगोत्री' हिमनद से निकलती है | 'गंगोत्री' एक छोटा सा शहर है जो नदी के उद्गम स्थल – जिसे गोमुख या गाय का चेहरा (जैसा कि इसका संस्कृत में शाब्दिक अर्थ है) कहा जाता है - से लगभग सोलह किलोमीटर दूर है |

मैं इस इलाके से परिचित था क्योंकि मैंने गंगोत्री हिमनद पर एक सोलह वर्षीय बालक के रूप में पर्वतारोहण में बुनियादी सबक प्राप्त किया था – अपने भावी गुरू से भेंट के एक साल पश्चात् |

संभवतः पाठकों को मेरे गुरु के साथ मेरी प्रथम भेंट स्मरण हो जिसका वर्णन मैंने इस अध्याय के आरम्भ में किया था | मैं, उत्तरकाशी

नामक एक शहर के रास्ते पर था | यह शहर ऋषिकेश और गंगोत्री के बीच आधे रास्ते में स्थित है | मैं गुरु जी के साथ ऋषिकेश से चला और उत्तरकाशी शहर से होते हुए अंत में गंगोत्री शहर पहुँच गया |

इस यात्रा के दौरान, अपने गुरु जी के साथ बहुत विस्तार से सिध्द महायोग प्रणाली के कई पहलुओं पर चर्चा करने के लिए पर्याप्त समय मिला| मैं इस वार्तालाप की गहराई में नहीं जाऊंगा और अपनी बातचीत के एक महत्वपूर्ण भाग तक अपने आप को सीमित रखूँगा, जिसने मेरे जीवन के अगले कुछ सप्ताह में महत्वपूर्ण भूमिका निभाई | पाठकों को बाद के अनुच्छेदों में क्या हुआ यह पढ़ने के बाद गुरुजी के साथ गंगोत्री यात्रा के इस विवरण का कारण समझ आ जाएगा |

हमारी चर्चा शारीरिक अर्चन पूजन के बजाय मानसिक पूजा करने के गुण पर केंद्रित थी | यदि बुद्धि शरीर से वास्तव में उत्तम है, जैसा कि व्यापक रूप से दुनिया भर में दोनों धर्म और विज्ञान द्वारा स्वीकार किया जाता है, तो फिर शारीरिक पूजा के स्थान पर मानसिक पूजा क्यों न अर्पित की जाये ? कहने का अर्थ है कि इस अर्चन पूजन का पूरा दृश्य कल्पना कर के ईश्वर को पुष्प मानसिक रूप से अर्पित किये जाएँ, बजाय शारीरिक रूप से अर्चन पूजन कर के |

क्योंकि बुद्धि शरीर से उत्तम है तो मानसिक रूप से किया गया कार्य शारीरिक क्रिया से उत्तम होना चाहिए | मैंने अपने गुरु के समक्ष यह प्रश्न रखा |

गुरु जी ने तुरंत यह कह कर उत्तर दिया कि न केवल मानसिक पूजा शारीरिक अर्चन पूजन से उत्तम है, बल्कि कई गुना अधिक शक्तिशाली भी है | स्वामी जी ने आगे जोड़ा कि प्रत्यक्षीकरण की समस्या के कारण लोगों को मानसिक रूप से पूजा करना कठिन लगता है | इसलिए, अधिकतर लोग शारीरिक अर्चन पूजन का सहारा लेते हैं |

इस चर्चा के अंत में, मैंने अपने गुरु से पूछा कि क्या अब से मैं शारीरिक रूप के स्थान पर मानसिक रूप से धार्मिक पूजा कर सकता हूँ ?

गुरु जी ने मुझे आशीर्वाद देकर अनुमति प्रदान की | गुरु जी से आज्ञा पाकर, मैंने निर्णय लिया कि उस दिन से मैं अपने मन के माध्यम से धार्मिक पूजा करूँगा |

ऋषिकेश की अपनी यात्रा से वापस लौटने के पश्चात्, मैंने अपने मंत्र का जाप देवताओं और देवी के सामने, धूप आदि शारीरिक रूप से जलाने की अपेक्षा मानसिक अर्चन पूजन के साथ प्रारंभ कर दिया| जो मैंने ऊपर के अनुच्छेदों में लिखा है, मन को अचंभित करने वाली उस घटना को समझने के लिए महत्वपूर्ण है, जो मेरे जीवन में प्रकट होना आरम्भ हो गयी थी |

ऋषिकेश से लौटने के पश्चात्, मैंने यह मानसिक पूजा का सहारा लिया, फिर से करो या मरो की भावना के साथ | मन्त्र का जाप कुछ ही सप्ताह चल पाया | उसके पश्चात् मेरे शरीर में क्रिया के आरम्भ या प्रतिक्रियाओं की अभिव्यक्ति के कारण मैं जाप करने में असमर्थ हो गया |

कुण्डलिनी, परम मौलिक ब्रह्मांडीय शक्ति ने आख़िरकार मेरे गुरु के माध्यम से अपनी दिव्य कृपा मुझ पर बरसायी |

तो, अब तक पाठकों ने अनुमान लगा लिया होगा कि किस प्रकार के शक्तिशाली अवचेतन बल मेरे मन पर हावी थे, और मेरे गुरु ने किस प्रकार से इन बलों का उत्तम प्रयोग किया जिस से कि मेरे शरीर में क्रिया प्रकट हो सके |

जब वर्ष २००७ में मुझे सिध्द महायोग में दीक्षित किया गया था, मेरे अवचेतन मन से शक्तिशाली प्रतिरोध के कारण क्रिया तुरंत आरम्भ नहीं हो सकी थी | तो, मेरे गुरु ने सरल प्रलोभन का प्रयोग किया| मेरी निजी जिंदगी में बिगड़ती स्थिति सही आवश्यक परिस्थिति थी और मेरे गुरु ने प्रलोभन के रूप में 'मंत्र' का प्रयोग किया | 'मंत्र' और मेरे अवचेतन मन के बीच टकराव के परिणाम स्वरूप, क्रिया का प्रकट होना आरम्भ हो गया, वह भी मेरे मानसिक अर्चन पूजन आरम्भ करने के पश्चात् | यद्यपि अनुकूल परिस्थिति बनने में लगभग दो वर्ष लग गये |

जैसा कि मैं पुस्तक के बाद के अध्यायों में सविस्तार बताऊँगा, इस

प्रकार का विलम्ब प्रत्येक साधक के साथ आवश्यक नहीं है | संभवतः गुरु जी मेरे मन में अनुकूल परिस्थिति के अभाव में एक ही बार में बहुत अधिक बल उपयोग नहीं करना चाहते थे |

इस मंत्र ने मेरे निजी जीवन में स्थितियों को सकारात्मक रूप से किस प्रकार प्रभावित किया यह एक अलग कहानी है |

मैं केवल इतना कह सकता हूँ कि वास्तव में इसने मेरे निजी जीवन में चमत्कार कर दिया, विशेष रूप से वित्तीय मोर्चे पर | हालाँकि, इस ईश्वरीय कृपा की वर्षा की तुलना में यह बहुत महत्वपूर्ण नहीं था |

क्रिया की अभिव्यक्ति

२००९ शरद ऋतु के मौसम में, किसी समय एक शुभ संध्या को, दो साल शक्तिपात के माध्यम से सिद्ध महायोग में मेरी दीक्षा के पश्चात्, क्रिया अंत में मेरे शरीर में प्रकट होने लगी |

मैं एक दिव्य नारी (देवी) की प्रतिमा के समक्ष भूमि पर, एक ध्यान के आसन में पालथी मारकर बैठा हुआ था और मंत्र का जाप कर रहा था | मेरी आँखें बंद थी और मेरा ध्यान मेरे समक्ष रखी देवी की प्रतिमा पर केंद्रित था (मनः स्थल में) |

पाठकों से अनुरोध है कि मंत्र और सम्बंधित देवी का विवरण नहीं देने के लिए मुझे क्षमा करें | यह विवरण जान-बूझकर नहीं लिखा गया है क्योंकि वे केवल मेरे मामले में एक विशेष उद्देश्य के लिये थे| इसके अतिरिक्त, वे किसी तीसरे व्यक्ति को नहीं बताया जा सकता है | वैसे भी, यह योग के किसी भी साधक के लिए या किसी भी सामान्य पाठक के लिए किसी काम का नहीं है | यह मंत्र किसी के लिए काम नहीं करेगा जब तक आवश्यक दीक्षा के साथ एक गुरु के द्वारा न दिया गया हो |

अचानक, मुझे अपने शरीर में किसी प्रकार की प्रबल यौन इच्छा उत्पन्न होने लगी | क्योंकि मेरा ध्यान अत्यंत श्रद्धा और निराशा के साथ

दिव्य महिला की प्रतिमा पर केंद्रित था, मैं एक संत्रास की अवस्था में प्रवेश करने लगा | शीघ्र ही यौन इच्छा संपूर्णतः विकसित हो गयी, इसे मानसिक रूप से नियंत्रित करने के लिए काफी प्रयास के बावजूद |

अब, वास्तविक झटका !

एक अवर्णीनीय और असहनीय आनंद की भावना मेरे गुदा और जननांगों के बीच के क्षेत्र में उत्पन्न होने लगी | इस समय पर, मैंने मंत्र का जाप बंद कर दिया था | कहने का अर्थ है कि जैसे ही यह घटना प्रकट होने लगी मंत्र का जप स्वतः ही थम गया | मैं बुरी तरह घबरा गया था | मुझे लगा जैसे मेरा मन मुझे एक पाप करने को बाध्य कर रहा है |

जो प्रतिक्रिया जननांग क्षेत्र के पास अभिव्यक्त हो रही थी, मैं उस पर कोई भी नियंत्रण करने में असमर्थ था | मैं इन लहरों में उत्पन्न होने वाले सुख और आनंद का अनुभव रोकने में असमर्थ था | मैं कुछ और समय के लिए वहाँ बैठा रहा | सुख और आनंद की अनुभूति कभी-कभी इतनी तीव्र हो जाती कि वह अत्यंत असहनीय हो जाती | इस अनुभव का सटीक वर्णन करना मेरे लिए कठिन है |

जिस उत्तेजना की अनुभूति मुझे हो रही थी वह यौन चरमोत्कर्ष के समान थी, परंतु संपूर्णतः उस स्तर की भी नहीं | इस शारीरिक अनुभूति की परम आनंद से कोई तुलना नहीं की जा सकती है |

यद्यपि, उत्तेजना यौन अंग से उत्पन्न नहीं हुई थी, फिर भी अंग में उत्थान अवश्य था जिसके पश्चात् एक या दो बूंद वीर्य स्खलन भी हुआ |

उत्तेजना का केंद्र गुदा और जननांगों के बीच में स्थित था |

उत्पन्न आनंद निरंतर नहीं रहता था, यह मध्यम से लम्बी अवधि के लिए रुक-रुक के उठता था| यह सुख या आनंद का आवेग एक विशिष्ट बिंदु से उत्पन्न होता था | इस अनुभव की मुख्य बात यह थी कि यह शक्ति का आवेग अचानक उत्पन्न होना और धीरे-धीरे क्षीण होना असहनीय होता जा रहा था | कुछ क्षणों के पश्चात्शक्ति का एक और आवेग जाग्रत हुआ | हर बार यह आनंद आसपास के क्षेत्रों में एक वृत्ताकार लहर की तरह फैल रहा

था | कम से कम वह प्रतीत तो इस प्रकार से ही हो रहा था | पंद्रह से बीस मिनट पश्चात् (मुझे ठीक से स्मरण नहीं है), प्रतिक्रियाएं क्षीण होने लगीं और मैंने तुरंत अपना मोबाइल फोन उठाया और अपने गुरु जी को फोन किया |

गुरुजी ने इस बात की पुष्टि करी कि क्रियाएं प्रकट होना आरम्भ हो गयी हैं, और आगे बताया कि घबराने की आवश्यकता नहीं है | उन्होंने सलाह दी कि जिस समय प्रतिक्रियाएं अभिव्यक्ति की प्रक्रिया में हों, उन्हें मानसिक रूप से रोकने का कोई भी प्रयास न करूँ |

सभी ऐन्द्रिय प्रभावों से मन को शुद्ध करने की प्रक्रिया इस प्रकार से प्रारंभ होती है | स्वयं सर्वोच्च मौलिक ब्रह्मांडीय शक्ति अपनी निष्क्रिय अवस्था से जागृत होती है और विपरीत दिशा में जाकर एक व्यक्ति के मानस की यौगिकता या विध्वंस को प्रेरित करती है | यहाँ पाठकों से अनुरोध है कि वे संक्षेप में मेरे अध्यायों में से मस्तिष्कमेरु प्रणाली के मेरे विवरण को स्मरण करें | विभिन्न शक्ति केंद्रों के साथ मस्तिष्कमेरु प्रणाली की अदृश्य संरचना कुंडलिनी शक्ति के पहले शक्ति केंद्र में सक्रिय होने के पश्चात् पूरी तरह से सक्रिय हो जाती है | परिणाम स्वरुप इसका प्रभाव मन सहित शरीर के हर कोने में अनुभव किया जाता है | योग ग्रंथों के अनुसार, मानव शरीर मूल रूप से मन का ही प्रक्षेपण है | या तो (योग ग्रंथों के अनुसार) सूक्ष्म शरीर की नसें जिन्हें नाड़ियाँ कहा जाता है, मन को प्रभावित करने के लिए शुद्ध की जाती हैं, या मन को ही शरीर में नसों को प्रभावित करने के लिए शुद्ध किया जाता है | यह संपूर्ण प्रक्रिया एक साथ भी हो सकती है | यह सब मन की संरचना पर निर्भर करता है और इस पर भी, कि मौलिक शक्ति इसे कैसे सुलझाना चाहती है, जिससे कि यह लाखों जन्मों में दर्ज सभी ऐन्द्रिय प्रभावों से शुद्ध हो सके | मैं इस विषय को स्पष्ट करने के लिए 'लाखों' शब्द का उपयोग कर रहा हूँ | कोई नहीं बता सकता कि अतीत में कितने जन्म ले चुका है |

इस प्रकार के अनुभव उसके पश्चात् भी होते रहे | मैं हर दिन मन्त्र

जाप करने के लिए भूमि पर बैठता और इसी तरह की प्रतिक्रियाएं मेरे शरीर में प्रकट होतीं | यह तीन से चार महीने तक चलता रहा, क्योंकि क्रिया अभिव्यक्ति की प्रक्रिया बहुत सुखद थी, मैं हर दिन बहुत गहरी रुचि के साथ मन्त्र जाप करता था | परिणाम स्वरुप, मैं अपने शरीर में कुंडलिनी शक्ति की जागृति के बाद के प्रारंभिक सप्ताहों के दौरान योग में तेजी से प्रगति कर रहा था |

जनवरी २०१० में, मैं हिमालय की तलहटी में, वैष्णो देवी के नाम से प्रसिद्ध शक्ति केंद्र के पास एक स्थान पर रहने लगा था |

वहाँ, मैं हमेशा की तरह ध्यान साधना निरंतर करता रहा परंतु पाया कि क्रिया की एक भिन्न प्रकार की अभिव्यक्ति आरम्भ हो गयी थी |

इस अनुभव का वर्णन करने से पूर्व, मैं एक और मन को अचंभित करने वाले और तर्कहीन अनुभव से पाठकों को परिचित कराना चाहता हूँ, जो मेरे सिध्द महायोग प्रणाली में दीक्षा से कई वर्षों पूर्व हुआ था |

इस अनुभव के साथ-साथ कई अन्य अनुभव भी हैं, जिनका मैं इस पुस्तक में बाद में वर्णन करूँगा | यद्यपि इस योग प्रणाली में दीक्षित किये जाने से पूर्व यह अनुभव क्यों हुए, मैं समझा नहीं सका |

संभवतः पिछले जन्म में मुझे किसी योग प्रणाली में दीक्षित किया गया हो, या फिर मैंने किसी और प्रकार की योग प्रणाली का अनुसरण किया हो | मैं विश्वास के साथ यह नहीं कह सकता और मैंने विनम्रता पूर्वक यह पता लगाने के लिए अपने गुरु जी पर छोड़ दिया है |

मुझे अपने पिछले जीवन के बारे में कुछ ज्ञात नहीं है, परंतु मुझे लगता है कि जो मैंने अनुभव किया था वह संभवतः किसी पिछले जीवन से सम्बंधित था | मैं मन को अचंभित करने वाले इस अनुभव के लिए कोई भी अन्य तर्कसंगत व्याख्या सोच नहीं पा रहा हूँ |

मेरी आयु लगभग तीस या इकतीस वर्ष की थी जब यह अद्भुत घटना मेरे जीवन में प्रकट होना आरम्भ हुई | मैं अपने पेशे के कारण हिमालय पर्वत श्रृंखला के दूरदराज के जंगलों में रह रहा था | एक दिन मैं एक

मननशील मनोदशा में बैठा था और मैंने अपनी आँखें बंद कर ली थीं | मैंने अपने आपको एक काले रंग की मनः स्थल में देखते हुए पाया | अचानक मैंने इस अंधेरे में किसी प्रकार की गति देखना आरम्भ कर दिया | यह दृश्य आकाश में धुएँ जैसे बादलों की आवाजाही के समान था | शुरू-शुरू में इस दृश्य को देख कर मैं डर गया था | फिर भी, मैं वहाँ बैठा रहा और कुछ और समय के लिए उस दृश्य को देखता रहा, जब तक मेरी आँखों में दर्द नहीं होने लग गया |

मैंने, शाम को इस घटना के साथ पुनः प्रयोग किया और फिर यही परिणाम पाया | बाद के दिनों में, मैंने एक ही प्रकृति के कई अन्य विभिन्न प्रकार के दृश्य भी अनुभव किये | धुएँ के रूप में बादल कई आकृति और आकार में दिखाई दिये |

आकाश में उड़ते हुए बादलों का यह दृश्य उसके पश्चात् कई वर्षों तक मेरे जीवन में निरंतर दिखता रहा | यद्यपि, कुछ नए दृश्य भी प्रकट होने लगे थे |

एक दिन मैं अपने बिस्तर पर लेटा हुआ था और बस नींद से जागा ही था | मेरी आँखें खुली थीं और मैं अपनी बाईं ओर करवट लेकर लेटा हुआ था| मेरे कमरे में पूरी तरह से अंधेरा था | अचानक मैंने अपनी दर्पण छवि का एक दृश्य देखा | छवि उसी मुद्रा में मेरे बिस्तर से कुछ गज की दूरी पर लेटी थी और मुझे देख रही थी | यद्यपि, वह छवि नग्न थी और थोड़ी विकृत प्रतीत हो रही थी | यह झलक बस कुछ पलों के लिए ही रही, मैं बहुत भयभीत हो गया | इस अनुभव के बाद, मैं अपने कमरे में बत्ती जला कर सोने लगा था |

इसके पश्चात् जो अगला प्रमुख दृश्य मैंने देखा वह एक स्त्री का मुखमंडल और दो आँखे थीं | यह दृश्य फिर कई वर्षों तक चला | हर बार मैं अपनी आँखें बंद करता और मनः स्थल में झांकने का प्रयास करता तो इस स्त्री का मुखमंडल प्रकट हो जाता | मैं कभी भी इस मुखाकृति को पहचान नहीं सका और कभी-कभी यह एक विकृत स्थिति में प्रकट होती थी |

उपरोक्त दो प्रारंभिक दृश्यों के अतिरिक्त, मैंने अन्य कई प्रकार के दृश्य देखे, जिन का मैं बाद में इस पुस्तक में विस्तृत वर्णन करूँगा |

मैं अब क्रिया की अभिव्यक्ति का वर्णन, जो मैं पहले करना चाहता था, करूँगा |

एक दिन मैं हमेशा की तरह पालथी मार कर बैठा हुआ था और ध्यान में लीन था | मैंने अपने मनः स्थल में एक अधोमुख त्रिकोणीय आकार की छवि देखनी शुरू की | जब मेरा ध्यान इस आकार पर केंद्रित था, तब यह त्रिकोण गुलाबी रंग का प्रतीत हो रहा था | शीघ्र ही यह अंतः वस्त्र से ढके एक मादा जननांग के रूप में प्रकट होने लगा | यहाँ मैं पाठकों को स्मरण कराना चाहूँगा, कि भारत में शाक्त पंथी या शक्ति भक्तों के ग्रंथों के अनुसार, अधोमुख त्रिकोण मूल रूप से मादा जननांग के साथ जूड़ी, शक्ति का प्रतीक है |

किसी भी साधक के लिए, योग के अभ्यास के दौरान कई बाधाएं उत्पन्न होती हैं | सामान्यतः यह बाधाएं काम-क्रिया से संबंधित विचार, धन और अन्य सांसारिक कारणों जैसे कि नैतिकता, पाप आदि से संबंधित होती हैं | सर्वोच्च मौलिक शक्ति कई प्रकार की प्रतिक्रियाएं प्रकट करके सुनिश्चित करती है कि यह सब धूल साफ हो जाये | यह प्रतिक्रियाएं साधक के चरित्र, जो वह संचित करने में सफल रहा है, पर आधारित होती हैं |

एक और दिन मैं बिस्तर पर पालथी मार कर बैठा हुआ था और ध्यान में लीन था | लगभग एक घंटे के पश्चात्, एक दिव्य स्त्री का रूप मेरे मनः स्थल में दिखने लगा | ऐसा प्रतीत हो रहा था जैसे कि यह आकृति मेरे मुख के निकट आ रही है | मानसिक रूप से मैंने उस आकृति को दूर भगाने का प्रयत्न किया, जो की शक्तिपात पद्धति में अभ्यास के सिद्धांत के विरुद्ध है| क्रिया का प्रतिरोध या उसे किसी स्वैच्छिक प्रयास से नहीं रोकना चाहिए | मैंने मानसिक रूप से दिव्य स्त्री की आकृति का विरोध करके इस सिद्धांत का उल्लंघन किया था |

परिणाम स्वरूप, वह दिव्य स्त्री की आकृति मेरे मनः स्थल से लुप्त हो गयी | यद्यपि, इस के बाद विचित्र से सांप जैसे जीव प्रकट होने लगे जो काटने के लिए मेरे मुख के निकट आ रहे थे | इस बार, मैंने गंभीर मानसिक व्याकुलता के बावजूद किसी प्रकार से, अपने आप को संभाले रखा | यह स्थिति कुछ मिनट तक चली और उसके पश्चात्, दिव्य स्त्री की आकृति एक बार फिर से दिखाई देने लगी | इस बार, जब वह दिव्य स्त्री की आकृति मेरे निकट आयी, मैं बस एक मूक दर्शक के रूप में बैठा रहा |

मेरे मन का एक भाग, क्रिया को मेरे मनः स्थल में काम करने की अनुमति हेतु मुझे प्रोत्साहित करने का प्रयत्न कर रहा था और मेरे मन का दूसरा भाग, मुझे याद दिला रहा था कि मनः स्थल में इस क्रिया को अनुमति देना सर्वोच्च स्तर का पाप था | इस प्रकार, मेरा मन दो चरम सीमाओं के बीच पिस रहा था | मैं एक संत और पापी होने के बीच की एक बहुत पतली रेखा पर चल रहा था | पुण्य और पाप के बीच का अंतर तेजी से धुंधला होता जा रहा था | जो मैं अनुभव कर रहा था वह सर्वोच्च बल द्वारा सभी ऐन्द्रिय प्रभावों की शुद्धि थी और मैं बस एक साक्षी के रूप में उस क्रिया को अपने समक्ष प्रकट होते देख रहा था |

एक बच्चा जब चलना सीखता है, तो उसे एक पहिया गाड़ी की आवश्यकता होती है | एक बार जब बच्चा चलना सीख लेता है, तो पहिया गाड़ी उसकी प्रगति में एक बाधा बन जाती है | बच्चा दौड़ना नहीं सीख सकता है, जब तक वह इस पहिया गाड़ी को त्याग नहीं देता है | यही सभी धार्मिक प्रणालियों, दर्शन, सिद्धांतों आदि के साथ भी होता है | एक मनुष्य, शरीर में रीढ़ के आधार पर बैठी निष्क्रिय कुंडलिनी शक्ति की जागृति के पथ पर, इन स्रोतों में से सभी का सहारा ले सकता है | यद्यपि, एक बार जब लक्ष्य प्राप्त हो जाता है तो सभी मंदिर, देवता, देवी, आदि एक क्षण में चले जाते हैं | मुझे इन मन को अचंभित करनी वाली घटनाओं के बारे में और विस्तार से बताने दीजिये |

इस संसार में प्रत्येक व्यक्ति का दिमाग एक विशिष्ट रूप से संरचित है| व्यक्ति के अद्वितीय चरित्र के आधार पर, परम दिव्यता भी उस पर एक अनोखे रूप में आशीर्वाद की वर्षा करती है |

यदि एक व्यक्ति को धन एकत्र करने की आदत है, तो जब दिव्यता अपने आशीर्वाद की वर्षा करेगी, वह व्यक्ति के जीवन से सभी धन को हटाने के द्वारा प्रकट होगी | प्राचीन काल के संस्कृत ग्रंथों के अनुसार यह सर्वशक्तिमान से उन पर एक विशेष कृपा है, विशेष रूप से उन लोगों के लिए जो बहुत अधिक धन एकत्र करने के पथ पर थे | यहाँ मैं पाठकों को सूचित करना चाहता हूँ कि संस्कृत के ग्रंथों के अनुसार धन का पीछा करना भी सर्वशक्तिमान से मिलने का एक पथ ही है |

मैं इस बात को स्पष्ट करने के लिए प्राचीन ग्रंथों से एक छोटी सी रोचक कहानी पाठकों को बताना चाहता हूँ | एक समय की बात है संस्कृत का एक विद्वान था, जो बहुत धार्मिक था परंतु उसे सभी शास्त्रों का ज्ञाता होने का गर्व था | एक दिन जब इस सज्जन ने एक मंदिर में प्रवेश किया तो उसको एक गहरा झटका लगा, जब एक बूढ़े आदमी को मंदिर के अंदर भगवान की एक मूर्ति पर पैर रख के भूमि पर सोता पाया | एकदम क्रोधित होकर वह गया और उस बूढ़े आदमी को झकझोर दिया | बूढ़े आदमी ने सरलता से कहा, कि उसकी आंखों में दोष होने के कारण वह देख नहीं सकता था | उस बूढ़े आदमी ने उस विद्वान से आग्रह किया कि वह उसके पैरों को हटाने में उसकी मदद करे और किसी दूसरे स्थान पर रख दे, जहाँ कोई भी दिव्य मूर्ति न हो | उस विद्वान के सदमे और आश्चर्य का ठिकाना न रहा जब उसने उस बूढ़े आदमी के पैरों को जिस भी दिशा में रखने का प्रयत्न किया, दिव्य मूर्तियां हर ओर प्रकट होने लगी | परमेश्वर ने विद्वान पर दिव्य आशीर्वाद की बौछार करते हुए इस बूढ़े आदमी से मिलने की यह व्यवस्था की थी, उस बूढ़े आदमी से, जो योग की इतनी अत्यधिक उन्नत अवस्था में था कि किसी भी प्रयास के बिना एक क्षण में संस्कृत विद्वान को विनम्र कर दिया | इस प्रकार मन नाटकीय रूप से परिवर्तित हो जाता है

जब इस प्रकार की घटनाएं योग साधक के साथ होती है | व्यक्ति जिस प्रकार का चरित्र संचित करने में सफल रहा है उस पर ही आधारित कुछ घटित होगा |

यदि योग साधक इस प्रकार की घटना के बाद भी देवी देवताओं को छोड़ने का इच्छुक नहीं है, फिर आगे की प्रगति नहीं हो सकती है | मन उच्च स्तर तक उन्नत नहीं होगा | देवी देवता प्रगति में एक बाधा बन जायेंगे | मंदिर और धार्मिक स्थल शाश्वत आत्मा की स्वतंत्रता के लिए बेड़ियाँ बन जायेंगे |

मेरा कहने का तात्पर्य यह है, कि एक विशेष रूप में भगवान की पूजा आख़िरकार समाप्त हो जानी चाहिए | मन एक निराकार दिव्यता की ओर आकर्षित होना चाहिए, जो सर्वव्यापी है और मंदिर की परिधि तक ही सीमित नहीं है |

यहाँ, मैं सभी पाठकों को सूचित करना चाहता हूँ कि मन पर क्रिया का वास्तविक प्रभाव और परिवर्तन किस प्रकार से लाया जाता है, यह साधक के अद्वितीय चरित्र पर निर्भर करता है | इसलिए, जानबूझ कर क्रिया-प्रक्रिया विस्तार से नहीं बताने के लिए पाठकों से क्षमा प्रार्थी हूँ |

इतना पर्याप्त है यदि पाठक यह समझ सकते हैं कि कुछ घटनाओं का इतना गहरा मानसिक या शारीरिक प्रभाव हो सकता है कि मन का परिवर्तन एक क्षण में हो जाता है | इस प्रकार की प्रतिक्रिया या घटनाएं (जिसका पहले के अनुच्छेदों में वर्णन किया गया है), सर्वज्ञ सर्वोच्च ब्रह्मांडीय शक्ति द्वारा सुनिश्चित की जाती हैं, जिससे कि साधक की मनः स्थिति को नाटकीय रूप से परिवर्तित किया जा सके|

मैंने बाद में अपने गुरुजी को क्रिया के बारे में विस्तार से बताया था | गुरु जी ने बस यह कहा था कि कुछ साधक तेजी से इस आत्मिक अवस्था तक उन्नति करते हैं, परंतु सावधान रहना होगा कि इस उच्च मंच से पतन न हो जाये |

ध्यान के इस एक सत्र के साथ, मेरे जीवन ने संपूर्ण मोड़ ले लिया था |

मैंने सामान्यतः इस चरण के पश्चात् (कम से कम स्वेच्छा से) मंदिरों में जाना बंद कर दिया | मेरे विचार, मेरा विश्वास, मेरी रुढ़ियाँ, मेरी परंपराएं सभी ध्यान के एक सत्र में बह गये थे | जो सिद्धांत, रूढ़ि, दर्शन मैंने अपने दिमाग में एकत्र किये थे, सभी ध्यान के इस सत्र में नष्ट हो गये थे| मैंने कोई भी शास्त्र पढ़ने में रुचि खो दी थी और सामान्यतः शारीरिक और मानसिक धार्मिक कार्यों के निष्पादन से विमुख हो गया था |

मैं कभी स्वप्न में भी नहीं सोच सकता था, कि दिव्यता आत्म-बोध की प्रक्रिया में कई बार इतनी क्रूर हो सकती है |

सर्वज्ञ सर्वोच्च लौकिक शक्ति को मेरा प्रणाम ! क्योंकि यही सबसे अच्छा जानती है कि कैसे एक चुटकी में, मन में जमी गंदगी को दूर करना है | परम पूज्य गुरूजी को मेरा प्रणाम जिनकी प्रवृति ही है मन से अंधकार दूर करना जिससे कि प्रत्येक मनुष्य के ह्रदय की गहराई में अंतः स्थापित आत्मा का अनन्त प्रकाश चमक सके | मेरा जीवन इस अनुभव के पश्चात् कभी पूर्व की भांति नहीं रहा |

मस्तिष्कमेरु प्रणाली में शक्ति का आरोहण

एक शुभ दिन रात्रि के नौ या दस के आसपास, मैं गुरु जी के कमरे के बगल में बिस्तर पर बैठा हुआ था और ध्यान साधना में लीन था | ध्यान अवस्था लगभग दो घंटे तक चली होगी |

अचानक, मुझे अपनी रीढ़ में एक विचित्र प्रकार की गति का आभास हुआ | यह गति एक मेंढक की छलांग के समान थी | मुझे बाद में अपने गुरु से ज्ञात हुआ कि यह शक्ति थी जिसने मेरी रीढ़ में और पूरी पीठ पर रीढ़ की हड्डी के दोनों ओर ऊपर बढ़ना शुरू किया था | कभी यह रूक जाती थी, कभी बढ़ती थी, कभी अकस्मात वृद्धि होती और मेरी रीढ़ के एक उच्च स्तर के लिए आगे बढ़ जाती | अंत में यह गति मेरी रीढ़ पर हृदय के क्षेत्र के पास आकर थम गयी | मैं बहुत स्पष्ट रूप से समझाना चाहता हूँ कि इस घटना का अनुभव निश्चित रूप से सुखद नहीं था | सच पूछिये तो, इस घटना को मानसिक रूप से घटित होते देख मैं एक संत्रास की अवस्था में प्रवेश कर गया था |

यद्यपि पश्चाद्दृष्टि में इस अनुभव को अद्वितीय और अद्‌भुत कहा जा सकता है | मैं प्रथम बार प्रत्यक्ष रूप से अपने शरीर के भीतर शक्ति की शारीरिक गतिशीलता और प्रवाह अनुभव कर रहा था | यह अनुभव आधुनिक विज्ञान द्वारा सभी तर्कसंगत व्याख्या को निरर्थक सिद्ध करने वाला था | पाठक अब भली-भांति से मेरे मन पर इसके प्रभाव का अनुमान लगा सकते हैं | मैंने योग ग्रंथों में जो सब पढ़ा था, उसकी इस अनुभव के

माध्यम से किसी भी संदेह से परे पुष्टि हो गयी थी | परिणाम स्वरुप, योग ग्रंथों में मेरा विश्वास सुदृढ़ हो गया | योग प्रणाली में मेरा विश्वास संदेह के किसी भी तत्व से परे और प्रबल हो गया | बाद में, गुरु जी ने मुझे समझाया कि जो मैंने अनुभव किया था वह शरीर की तंत्रिकाओं या शक्ति के सूक्ष्म प्रणाली, या नाड़ियाँ (जैसा की इन्हें संस्कृत में कहा जाता है) की शुद्धि की शुरुआत थी |

अगले दिन किसी कारण वश गुरु जी से मेरी भेंट नहीं हो सकी | मैं कुर्सी पर बैठा था और हमेशा की तरह ध्यान में लीन था | शीघ्र ही, मैं अपनी रीढ़ में ऊपर की ओर चलता हुआ कुछ अनुभव कर रहा था | मैं मानसिक रूप से एक मेंढक-छलांग जैसी गति की अपेक्षा कर रहा था, जैसा मैंने पिछली रात अनुभव किया था | परंतु, शक्ति की उस गति में जैसे एक नया मोड़ आ गया था जब वह ऊपर की ओर बढ़ी | वह भूमि पर सांप की चाल के समान टेढ़ी-मेढ़ी घूमती जा रही थी | मैंने बहुत साहित्य पढ़ा था जिसमें कुण्डलिनी शक्ति को सांप से जोड़ा गया था, परंतु यह अनुभव कुछ भिन्न था |

यह निश्चित रूप से भयावह था | मैं क्रिया की अभिव्यक्ति पर उल्लसित था, यद्यपि मैं वास्तव में, इस घटना में आनंद अनुभव नहीं कर रहा था | एक बार फिर यह बढ़ती शक्ति मेरी रीढ़ पर हृदय क्षेत्र के पास थम गयी | सत्र के अंत में, मुझे आभास हुआ कि वह साढ़े तीन घंटे तक चला था | उसी दिन दोपहर के भोजन के पश्चात्, मुझे फिर से ध्यान पर बैठने की इच्छा हुई | इस बार सत्र एक समान अनुभव के साथ तीन घंटे तक और चला |

मैं पूरे दिन एक विस्मित सी अवस्था में रहा |

मैं उसी दिन फिर रात के भोजन के पश्चात् ध्यान करने के लिए बैठ गया | इस बार सत्र लगभग ढाई घंटे तक चला | इन्ही दिनों, मैंने एक दिन में लगभग साढ़े नौ घंटे ध्यान में बिताये, एक ऐसी उपलब्धि जिसे मैं आज

तक दोहरा नहीं पाया हूँ |

अगले दिन, जब मैं गुरूजी से मिला, स्वामी जी ने बताया कि यद्यपि साढ़े नौ घंटे का ध्यान योगियों के लिए कोई बड़ी बात नहीं थी, परंतु मेरी स्थिति के व्यक्ति के लिए वास्तव में आश्चर्य की बात थी | स्वामी जी ने आगे बताया कि एक ही दिन में ध्यान का यह लंबा सत्र भी एक क्रिया थी | यहाँ मैं पाठक को सूचित करना चाहता हूँ यह आवश्यक नहीं है कि क्रिया एक सत्र में ही प्रकट होती है | संभव है कि जैसे मैंने अनुभव किया था वह पूरे दिन तक चलती रहे | स्वामी जी ने यह भी बताया कि इस प्रकार की क्रिया सामान्यतः साधक द्वारा अतीत में गंभीर ध्यान साधना के परिणाम स्वरूप होती है |

स्मरण रहे कि अतीत में अच्छे कर्मों के प्रभाव भी बुरे कार्यों के समान ही मन से मिटाने आवश्यक हैं |

जहाँ तक योग का संबंध है, यह एक सांसारिक कर्म, चाहे अच्छा हो या बुरा, के लिए कोई रूचि नहीं रखता |

जैसा कि मैंने पूर्व में कहा है, कभी मन में संचित सभी सिद्धांतों, रूढ़ियाँ, दर्शन आदि सभी का नष्ट होना आवश्यक है जिससे कि परम ज्ञान का अनन्त प्रकाश चमक सके |

मुझे इसे सविस्तार समझाने दीजिये |

मान लीजिये किसी व्यक्ति ने पिछले जीवन में बहुत ध्यान या योग अभ्यास किया है | इस साधना के ऐन्द्रिय प्रभाव भी अवचेतन मन में दर्ज होंगे | इस प्रभाव का भी सदैव के लिए नष्ट होना आवश्यक है अन्यथा, पिछले जीवन में मन में लिखित यह स्मृति, भी एक आवरण के रूप में कार्य करेगी और पूर्ण ज्ञान के प्रकाश की चमक में अवरोध बनेगी |

इसी प्रकार, व्यक्ति ने यदि अपने पिछले जीवन में धार्मिक प्रथाओं, समाज सेवा, धर्मार्थ संगठन, आदि को दान देना, इत्यादि बहुत उत्तम कार्य किये हों, यह सभी कार्य सांसारिक दृष्टिकोण से भले ही अच्छे हैं, फिर भी अनजाने में ही मन में गर्व इत्यादि की स्मृति अवश्य छोड़ी होगी | पूर्ण ज्ञान

की चमक के लिए इस प्रकार की स्मृतियों को भी मन से मिटा दिया जाना चाहिए |

अगले दिन, ध्यान करते हुए मुझे एक और अनुभव हुआ | पाठकों से सटीक तिथियाँ स्मरण न रखने और जान-बूझकर मंत्र और स्थानों का उल्लेख नहीं करने के लिए मैं क्षमा प्रार्थी हूँ | जिस समय यह घटनाएं मैं अनुभव कर रहा था, मेरी किसी दिन पुस्तक लिखने की कोई योजना नहीं थी, इसलिए मैंने कभी कोई डायरी नहीं बनायी थी जिस में इन अनुभवों को लिखा हो | जब से, इन अनुभवों को लिखने का समय आ गया है, मैंने अपनी स्मृतियों को स्मरण करने का पूरा प्रयत्न किया है | इसके परिणाम स्वरुप, घटनाओं और अनुभवों के क्रम में कुछ छोटी-मोटी त्रुटियाँ हो सकती हैं |

इस अवसर पर, जब मैं ध्यान में लीन था, शक्ति सदैव के समान ऊपर की ओर आरोहण करने लगी | इस बार का अनुभव पूर्णतः भिन्न था | वह, मेरी पीठ पर ऊपर चढ़ने का प्रयत्न करती बहुसंख्य चींटियों के समान था | मेरी अपनी पीठ खुजलाने की इच्छा हो रही थी क्योंकि यह अनुभूति बहुत चुभनशील थी | एक बार फिर शक्ति का आरोहण रीढ़ पर मेरे हृदयस्थल के समीप थम गया |

बाद में, अगले दिन, मैंने अपने गुरु को यह अनुभव सुनाया | स्वामी जी ने कहा, शीघ्र ही यह शक्ति और ऊपर आरोहण करेगी और मेरे सिर की प्रत्येक मांसपेशी समेत मेरे कान, आंख, नाक, मुंह, गाल और बाल में प्रकट होगी | स्वामी जी ने यह भी कहा कि यह मेरे सिर के शीर्ष से बाहर बाह्य दुनिया में भी जाएगी | इस अनुभव के बाद, मैंने अपने शेष जीवन की नियति जीने के लिए अपने गुरु से विदा ले ली |

यहाँ, मैं सभी पाठकों को सूचित करना चाहता हूँ कि मेरे मस्तिष्कमेरु प्रणाली में कुंडलिनी शक्ति का आरोहण, योग ग्रंथों में जिस प्रकार से वर्णित है उस से संपूर्णतः संगत था, शक्ति की एक विशेष प्रकार की गति को

छोड़कर | शक्ति आरोहण की एक गति, एक उड़ान भरते पक्षी के समान भी होती है |

यद्यपि, मैं विनम्रतापूर्वक कहना चाहूँगा कि ऐसा प्रतीत होता है कि इस प्रकार की गति का भी मेरी रीढ़ पर आरोहण हुआ था, परंतु मैं इस अनुभव को स्पष्ट रूप से स्मरण करने में असमर्थ हूँ | इसलिए, मैं इस विशेष प्रकार की गति पर कोई स्पष्ट दावा नहीं कर रहा हूँ |

जैसा कि मैं बाद में विस्तार पूर्वक बताऊंगा, मेरे मस्तिष्कमेरु प्रणाली में कुंडलिनी शक्ति आरोहण की प्रक्रिया बहुत जटिल निकली | इस तथ्य को देखते हुए कि मैंने अनुभवों को लिखने के लिए कोई डायरी नहीं बनाई थी, सभी अनुभवों का वर्णन करना अत्यंत कठिन है |

मैं नियमित रूप से ध्यान पर बैठता था और रीढ़ में शक्ति का आरोहण निरंतर होता रहा |

ध्यान के एक सत्र के दौरान, शक्ति का आरोहण मेरी रीढ़ पर नाभि क्षेत्र तक हुआ जिसे योग प्रणालियों में मणिपुर चक्र कहा जाता है | शक्ति का आरोहण इस क्षेत्र में रुक गया और एक अत्यंत विचित्र ढंग से बहुत तेजी से मेरी रीढ़ की हड्डी के चारों ओर घूमना आरम्भ कर दिया | गति की इस प्रक्रिया की किसी भी साधारण गति से तुलना नहीं की जा सकती | मैं केवल इतना कह सकता हूँ मैंने शक्ति की अत्यंत जटिल और तीव्र गति को अपनी रीढ़ में अनुभव किया | परंतु, यह गति उसी क्षेत्र तक सीमित थी और पीठ पर अन्य क्षेत्रों में नहीं फैली |

इसी प्रकार, ध्यान के कई सत्रों में, मैंने शक्ति आरोहण की अन्य विचित्र प्रकार की गतियों को अनुभव किया | कभी-कभी ऐसा प्रतीत होता था जैसे शक्ति का आरोहण एक बहुत पतले मार्ग पर बढ़ रहा था लगभग जैसे मेरी रीढ़ की हड्डी के मध्य केंद्र से छेदते हुए जा रहा हो |

ध्यान के लम्बे सत्र के पश्चात् मुझे पूर्णतः शांत और सहज भाव का आभास होता था | परंतु मैं एक और प्रकार की क्रिया का वर्णन करना चाहूँगा जिसे मैं अपने सिर में अनुभव करता था | मुझे वर्षों तक लगातार

अपने सिर में एक प्रकार के दबाव का अनुभव होता था | इस दबाव के साथ, मेरे सिर पर लगातार दिन और रात एक प्रकार का मादक प्रभाव रहता था | केवल बहुत थोड़े समय के लिए, अधिकतर सुबह जागने के बाद, मुझे सिर में हल्केपन का आभास होता था | अन्यथा, मेरे सिर में निरंतर एक विचित्र सा प्रभाव रहता था जैसे कि कोई रासायनिक प्रतिक्रिया मस्तिष्क के अंदर चल रही हो | इसके अतिरिक्त, जब भी शक्ति का आरोहण मस्तिष्क क्षेत्र तक होता था, मुझे निरंतर उसकी गति का आभास अपने सिर की त्वचा और बालों में भी होता था |

परंतु मैंने कभी भी अपने मस्तिष्क क्षेत्र के अंदर इस हलचल से कोई दुष्प्रभाव नहीं भोगा, ना तो शारीरिक रूप से और ना ही अपनी सामान्य दिनचर्या में |

शक्ति का गतिविज्ञान

पिछले अध्याय में मैंने मस्तिष्कमेरु प्रणाली में कुंडलिनी शक्ति आरोहण का एक विवरण प्रदान किया है | मैं इस क्षेत्र में अन्य प्रतिक्रियाओं के वर्णन हेतु एक बार फिर इस पुस्तक में बाद में लौटूंगा | मैंने पिछले अध्याय में उन्हें सम्मिलित नहीं किया क्योंकि उन प्रतिक्रियाओं की प्रकृति संपूर्णतः भिन्न है |

मैं पाठकों को बताना चाहूँगा कि क्रिया दिन-रात हर समय होती है | यह शरीर के सभी कोषों में एक साथ हो सकती है या पृथक रूप से केवल एक विशेष कोष में | इसके अलावा, यह शरीर, मन में और दैनिक जीवन में भी एक बहुत ही अव्यवस्थित ढंग से हो सकती है | इसलिए, क्रिया की प्रक्रियाओं को वर्गीकृत करना अत्यंत कठिन है परंतु इस अध्याय में मैं क्रिया से संबंधित अपने अनुभवों का वर्णन जारी रखूँगा |

मेरी मस्तिष्कमेरु प्रणाली में शक्ति आरोहण ने तंत्रिकाओं का एक भानुमती का पिटारा खोल दिया था |

मैं लगातार, दिन-रात केवल गहरी नींद छोड़कर, अपने शरीर में शक्ति का संचार अनुभव करता था |

मुझे अब आपको कुछ बताना है जिससे आपको आश्चर्य हो सकता है | यह मत मान लीजिये कि शक्ति गहरी नींद के दौरान काम नहीं करती है | मैं इस के कुछ उदाहरण देना चाहूँगा और शेष कल्पना पाठक सरलता से

कर सकते हैं | शक्ति साधक को आवश्यक जागरूकता प्रदान करके यह सुनिश्चित करती है कि उसको यह ज्ञात रहे कि शरीर, मन या बाहरी घटनाओं में क्रिया की अभिव्यक्ति पर उसका कोई नियंत्रण नहीं है | इसलिए कुछ प्रतिक्रियाएं ऐसी होती हैं, जो तर्क और तर्कयुक्त व्याख्या से परे होती हैं | मैंने इस अध्याय में इन प्रतिक्रियाओं के कुछ उदाहरण दिये हैं, जो पर्याप्त रूप से पाठकों के लिए इस विचार को व्यक्त करते हैं |

एक दिन मैं दोपहर में सो रहा था और अचानक मेरे फ़ोन की घंटी बजने लगी | मैं उठा और टेलीफोन पर बात की - लाइन के दूसरे छोर पर व्यक्ति ने गलत नंबर मिला दिया था | इस टेलीफोन कॉल से मेरी नींद टूट गयी थी | मैं अपने बिस्तर पर लौट कर लेट गया और लगभग तुरंत क्रिया प्रारंभ होकर मेरे मस्तिष्कमेरु प्रणाली में तीव्र कंपन उत्पन्न करने लगी | साधक का नींद चक्र और नींद की अवधि को सख्ती से चेतन ब्रह्मांडीय शक्ति द्वारा नियंत्रित किया जाता है | मेरी नींद कई अवसरों पर इस प्रकार से भंग होती थी |

एक अवसर पर, मैं एक स्वप्न देख रहा था | अचानक मैं एक भिन्न स्वप्न देखने लगा जिसने मुझे इतना भयभीत कर दिया कि मैं जाग्रत अवस्था में लौटने पर बाध्य हो गया | एक बार फिर क्रिया तुरंत प्रारंभ हो गयी और मेरे सम्पूर्ण मस्तिष्कमेरु प्रणाली में तीव्र कंपन उत्पन्न करने लगी |

स्वप्न अवस्था और जाग्रत अवस्था के बीच, एक और अवस्था होती है, जिसे संस्कृत में तंद्रा अवस्था कहते है | परंतु यह अवस्था संसार में बहुत कम संख्या के लोगों द्वारा अनुभव की जाती है | यहाँ तक कि योग ग्रंथों में से अधिकांश केवल चार व्यापक रूप से ज्ञात अवस्थाओं का उल्लेख करते हैं - निद्रावस्था, स्वप्नावस्था, जाग्रत अवस्था और अति चैतन्य अवस्था (विचार विहीनता की अवस्था) | स्वप्नावस्था और जाग्रत अवस्था के मध्यवर्ती अवस्था, तन्द्रा, के बारे में कोई विशेष जानकारी नहीं है |

मैं प्रायः इस अवस्था में प्रवेश करता था, लगभग प्रत्येक दिन | इस अवस्था में, मैं विचित्र स्थान जैसे कि शहर, कस्बे और गांव देखता था | इन

में से कुछ स्थान आधुनिक कस्बे, गांव और शहर के समान होते थे | यद्यपि, मैं कभी भी उन्हें पहचान नहीं पाया क्योंकि मैंने कभी भी उनकी यात्रा नहीं की थी| कभी-कभी मैं विभिन्न भवनों, इत्यादि पर लिखित इन स्थानों का नाम पढ़ने का प्रयत्न करता था | परंतु यह दृश्य बहुत कम अवधि के लिए होते थे और तेजी से परिवर्तित हो जाते थे | इसके परिणाम स्वरुप, मैं नाम या अन्य संकेतक लक्षण नहीं पढ़ पाता था | इसके अलावा, कुछ मामलों में भाषाएँ भी परिचित नहीं थीं | कभी-कभी मैं इतने विचित्र स्थान देखता था कि यह संदेहपूर्ण है कि इस प्रकार के स्थान का अस्तित्व है या कभी धरती पर था | इसके अतिरिक्त, मैं ज्ञात और अज्ञात हथियार, फूल-पौधे, लोगों के चेहरे, लोगों द्वारा पहनी गयी पौशाकें, वाहन, इत्यादि देखता था | जो दृश्य मैं देखता था वह एकदम स्पष्ट होते थे |

यह सूची किसी भी प्रकार से सम्पूर्ण नहीं है |

मैं इस अवस्था में लगभग दैनिक आधार पर प्रवेश करता था और यह दृश्य देखता था |

इस प्रकार की क्रिया आप के इस विश्वास को और बल प्रदान करती है कि इस हम वर्तमान जीवन से पहले कई जन्म ले चुके हैं |

यह सर्वोच्च मौलिक शक्ति, जो कुछ भी दर्ज किया गया है, उसको एक अंतिम बार साधक के मन में प्रकट करके मिटा देती है | इस रिकॉर्ड को नष्ट करने के साथ-साथ, व्यक्ति के वर्तमान जीवन में लोगों के साथ जो भावनात्मक आसक्ति है वो भी नष्ट हो जाती है |

अपने पिछले जन्मों में व्यक्ति अनगिनत प्रेमिकाओं के लिए प्रेमी रहा होगा, अनगिनत पिताओं के लिए बेटा, अनगिनत बेटों और बेटियों के लिए पिता, अनगिनत मित्रों का मित्र, अनगिनत माताओं के लिए बेटी, अनगिनत शिशुओं के लिए माता, इत्यादि |

इसके अतिरिक्त, बाह्य सामाजिक जीवन में रुचि किसी भी पछतावा या पश्चाताप के बिना, नष्ट हो जाती है |

व्यक्ति स्वयं के भीतर प्रसन्नता से रहने लगता है | यही स्थायी मन की

शांति है !

इस प्रकार से आत्म ज्ञान, मन में आवश्यक परिवर्तन लाना शुरू करता है, जिससे कि मन में स्थायी आनंद और शांति प्राप्त हो सके | इसी प्रकार से सभी भावनात्मक आसक्ति मिटा कर परम मौलिक बल व्यक्ति पर कृपा बरसाती है | मन इतने उच्च स्तर तक उठ जाता है, कि साधक के मानस पर किसी भी वस्तु का प्रभाव नहीं पड़ता | ना सुख, ना दुःख, ना ही जीवन की कोई अन्य द्विविधता मन पर कोई प्रभाव छोड़ सकती है |

व्यक्ति का स्व स्वयं के अंतर्मन से पूर्णतः संतुष्ट है और किसी बाह्य स्रोत से अन्य किसी प्रकार की आवश्यकता नहीं होती है |

इस प्रकार से सिद्ध महायोग – यह भव्य पद्धति साधक को अमरता की ओर ले जाती है |

पाठकों से यह समझने का अनुरोध है, कि मन का यह परिवर्तन रातों-रात नहीं होता है | यह एक लम्बी अवधि में होता है | कभी-कभी, शक्ति मानसिक अवस्था को शीघ्रता से एक उन्नत स्तर पर पहुँचा देती है | परंतु, मन शीघ्र ही वापस नीचे फिसल जाता है और उसके बाद फिर धीरे-धीरे ऊपर की ओर उठता है | इसलिए, योग के अभ्यास में लगन का होना आवश्यक है |

मैं अब शरीर की विभिन्न तंत्रिकाओं में शक्ति के प्रवाह की गतिशीलता पर प्रकाश डालूँगा |

अधिकांश समय में, मैं गुदा और जननांगों के क्षेत्र के पास शक्ति के प्रवाह का अनुभव करता था, और कभी-कभी अपने शरीर के अन्य हिस्सों में | कभी-कभी, मैं भी अपने लिंग के साथ जघन क्षेत्र के समीप शक्ति का प्रवाह अनुभव करता था | यद्यपि अधिकांश समय, शक्ति के प्रवाह नितंबों के चारों ओर फैलते हुए, गुदा के क्षेत्र तक ही सीमित था | यह इस तथ्य के कारण हो सकता है कि कुंडलिनी शक्ति का स्थान रीढ़ के आधार पर अवस्थित है | इसके अलावा, योग ग्रंथों के अनुसार शक्ति अपने निष्क्रिय अवस्था से जागृत होने पर जननांग क्षेत्र के आधार की ओर आरोहण करती

है | इसलिए, मैं इस क्षेत्र के चारों ओर असंख्य बार शक्ति के प्रवाह को अनुभव करता था |

कई बार ध्यान लगाते समय, मुझे इतनी तीव्र यौन इच्छा उत्पन्न होती थी, कि मैं उठ कर शौचालय जाता और फिर ध्यान साधना में लीन हो जाता |

कई बार मेरे शॉर्ट्स टपकते वीर्य के कारण गीले हो जाते थे |

बाद के दिनों में, मैंने वस्त्रों के बिना ध्यान करना आरम्भ कर दिया |

कई बार, वीर्य मेरे ध्यान के आसन पर टपकने लगता था |

कई बार, जीवन में, निकट प्रिय और आदरणीय लोगों के संबंध में काम-क्रिया से संबंधित घृणित विचार मेरे मन में छा जाते थे | मुझे दृश्य भी दिखते, परंतु मैं एक मूक दर्शक के रूप में निरंतर प्रयत्न करता रहा |

इस प्रकार क्रिया के कारण, यह संभव है कि काम भावना से संबंधित कई विचार मन में उठने लगे, वो भी सबसे सम्मानित और सबसे अप्रत्याशित लोगों के संबंध में | यह एक मानसिक आघात पैदा कर सकता है और व्यक्ति में यह भावना उत्पन्न कर सकता है कि इसके पश्चात् वह जीने के योग्य भी नहीं है |

जो धूल मन में वर्षों से एकत्र और संचित हो गयी है उसे सदैव के लिए मिटाना आवश्यक है | यह एक साधक के मानस पर सर्वोच्च मौलिक शक्ति का खेल है | समस्त भय, चिंता, यौन कल्पनाएं, विलक्षण विचार, नैतिकता और पाप की धारणाएं, सही और गलत आचरण की धारणाएं – सब कुछ एक (या कई) अंतिम बार मन में अनुभव करने की आवश्यकता है, इससे पहले कि जो सब कुछ संचित है वह स्थायी रूप से सदा के लिए मिट सके | विचित्र विचार, देवी देवताओं से संबंधित स्वप्नों सहित मेरे मन में कोंध जाते थे | मैंने विचारों को कभी रोकने का प्रयत्न नहीं किया और बस एक मूक दर्शक के रूप में दृण रहा – अपने मन में एकत्रित धूल को मिटते हुए देखता रहा |

मैं यह कल्पना भी नहीं कर सकता था कि आत्म-बोध के पथ पर

परमात्मा की कृपा का परिणाम मानसिक रूप से इतनी क्रूर प्रक्रिया हो सकती है |

शक्ति मेरे शरीर के प्रत्येक भाग में प्रवाह होती थी |

मैं इस का अपने सिर, नाक, नथुने, कान, मुंह, जीभ, गाल, आंख, गले, हाथ, कंधे, हथेलियों, उंगलियों, पेट और जांघों और मेरे पैरों के तलवों के नीचे तक प्रवाह अनुभव करता था |

कभी-कभी, शक्ति एक कंपन के समान अनुभव होती थी और कभी यह प्रकृति में चुभनशील होती थी |

यह हलचल वर्षों तक मेरे शरीर में चलती रही !

शक्ति के संचार के स्वरुप का वर्णन करना कठिन है | कभी-कभी, ऐसे अजीब और विचित्र स्वरुप देखे गए जो पृथ्वी पर किसी भी ज्ञात स्वरुपों के समान नहीं थे | शक्ति शरीर के प्रत्येक अंग में से गुज़रती है | मैं अपने गुरु और कुछ ही साथी साधकों के अलावा अन्य किसी और के साथ इन अनुभवों से सम्बंधित चर्चा नहीं कर सकता था |

यह अनुभव संपूर्णतः तर्कहीन थे और वैसे भी मैंने कभी इस बात को कोई महत्त्व नहीं दिया कि वे विज्ञान से संगत हैं या नहीं |

मस्तिष्कमेरु प्रणाली में विशेष प्रतिक्रियाएँ

श्वास मन का कार्य है | अप्राकृतिक श्वसन की प्रक्रिया केवल तभी संभव है जब मन शांत और सुस्थिर नहीं है | प्रत्येक पाठक इस तथ्य से परिचित होगा | जब व्यक्ति उत्तेजित या क्रोधित होता है तो श्वसन बहुत शांत नहीं होता है | यह तेज हो जाता है | इसी प्रकार से व्यक्ति जब भयभीत होता है या तनाव में होता है, उस परिस्थिति में भी श्वसन शांत नहीं होता है | योग द्वारा जब मन शांत और सुस्थिर हो जाता है, तब श्वसन की इस अप्राकृतिक प्रक्रिया को पूर्ण विराम लग जाता है | यह तकनीकी रूप से संपूर्णतः रूक नहीं सकता है क्योंकि हर कोई योग के इतने उन्नत चरण में नहीं है | परन्तु, किसी बाहरी प्रेक्षक को ऐसा प्रतीत होता है कि श्वास रूक गया है | इसी कारण वश योगी हवा की आवश्यकता के बिना ध्यान में लीन रह सकते हैं | क्योंकि श्वास थम जाता है, इसलिए आयु बढ़ने की प्रक्रिया समेत सभी अन्य जैविक प्रक्रियाओं को भी, लगभग पूर्ण विराम लग जाता है | इसी कारण वश योगी एक लंबी अवधि के लिए भोजन और पानी के बिना ध्यान में लीन रहने में सक्षम होते हैं | यह विज्ञान के अनुरूप है या नहीं, मैं निश्चित नहीं हूँ | क्रिया जब भी इन दोनों (श्वास और मन) के संबंध में प्रकट होती थी तो मुझे एक साँस रुकने की अवस्था का अनुभव होता था | इसके अतिरिक्त, यह अवस्था रीढ़ पर एक विशेष क्षेत्र से

सम्बंधित थी |

ऐसे ही एक अवसर पर, मैं तन्द्रा अवस्था में अपने बिस्तर पर पड़ा हुआ था, जब मुझे लगा जैसे शक्ति मेरी रीढ़ के साथ बह रही थी | अचानक यह मेरी पीठ पर, नाभि क्षेत्र में, सिकुड़ कर केंद्रित हो गयी | मुझे लगा, जैसे यह मेरी रीढ़ में एक कथित स्थान पर अत्यधिक केंद्रित हो रही थी | अचानक मेरे फेफड़े खाली हो गये और मेरी श्वास कुछ पल के लिए रूक गयी | बाद में, मैंने अपने गुरुजी को यह अनुभव सुनाया तो स्वामी जी ने कहा कि शीघ्र ही शक्ति मेरे हृदय क्षेत्र के समीप (मेरी रीढ़ पर) समान तरीके से कार्य करने लगेगी | स्वामी जी ने आगे कहा, कि श्वास में जब यह अवरोधन हृदय क्षेत्र के समीप घटित होता है, तब साधक को आध्यात्मिक पतन की आशंका नहीं रह जाती है | यहाँ मैं सभी पाठकों को सूचित करना चाहता हूँ कि योग के किसी भी साधक के लिए सबसे बड़ा भय, योग के मार्ग में हुई प्रगति से नीचे फिसलना या भटक जाना होता है | यद्यपि, जब कुछ मानदण्ड पार हो जाते हैं तो यह भय योग साधक के मन से निकल जाता है और मन भी उच्च स्तर तक पहुँच जाता है | इसके अतिरिक्त, यदि साधक बाद के चरणों में पथ भ्रष्ट हो भी जाता है तो वह एक बड़ी गिरावट नहीं हो सकती |

इस अनुभव के कुछ सप्ताह के पश्चात् जब मैं तन्द्रावस्था में अपने बिस्तर पर पड़ा हुआ था, कुछ और घटित हुआ | मैंने शक्ति का नाभि क्षेत्र से अचानक बढ़ता हुआ प्रवाह, अपनी रीढ़ पर अनुभव किया| शक्ति ने रीढ़ पर मेरे हृदय क्षेत्र की ओर आरोहण करते हुए कुछ विचित्र चाल बनाना आरम्भ कर दिया, यह गति बहुत प्रबल और शक्तिशाली थी | मुझे ऐसा प्रतीत हो रहा था कि मेरी पीठ को कुछ अज्ञात बल द्वारा कुचला जा रहा था | मुझे एक सटीक स्थान पर संकुचन के साथ-साथ बल का एक भारी संकेंद्रण हृदय क्षेत्र के समीप (रीढ़ की हड्डी पर) अनुभव हो रहा था | मुझे वह पिछला अनुभव स्मरण हो उठा जहां शक्ति ने मेरे नाभि क्षेत्र के समीप एक समान ढंग से कार्य किया था | शक्ति का स्तर इस बार और अधिक शक्तिशाली प्रतीत हो रहा था |

मैंने अपने गुरु की छवि का स्मरण किया और उनका नमन किया |

अचानक शक्ति मेरे कंधे सहित मेरी पूरी पीठ पर चारों ओर फैलने लगी | मेरी पीठ में शक्ति का प्रवाह कुछ मिनट तक चला | कुल मिलाकर, मुझे ऐसा प्रतीत हो रहा था कि शक्ति मुझे मेरे पलंग पर दबाने का प्रयत्न कर रही थी, ऐसा प्रतीत हो रहा था कि कोई पहलवान मुझे भूमि पर दबाये हुआ था | शक्ति इतनी शक्तिशाली थी ! परंतु इस बार मेरी श्वास बंद नहीं हुई थी | जैसा कि मैंने पहले उल्लेख किया है शक्ति का यह प्रवाह जब मेरी पीठ पर आरम्भ हुआ, मैं तन्द्रा अवस्था में था | जब शक्ति का (मेरी रीढ़ पर) नाभि क्षेत्र से आरोहण आरम्भ हुआ मैं पीठ के बल लेटा हुआ था | मैं तुरंत घूमा और अपने पेट के बल लेट गया जिस से कि शक्ति का स्वतंत्र रूप से प्रवाह हो सके | कुछ ही मिनटों के बाद जबकि, क्रिया अभी भी जारी थी, मैं कुछ देर के लिए एक हलकी स्वप्न अवस्था में चला गया | मैं अभी भी क्रिया के प्रभाव को अनुभव करने में सक्षम था जब तक स्वप्न टूट नहीं गया |

क्रिया तुरंत बंद हो गयी और मैं स्वप्न और तन्द्रा अवस्था से बाहर आ गया | मैं कुछ और समय के लिए बिस्तर पर लेटा रहा, फिर उठ कर अपने गुरुजी को टेलीफोन किया | मैंने सम्पूर्ण अनुभव के बारे में स्वामी जी को बताया | स्वामी जी ने बताया कि यह सभी प्रकार की प्रतिक्रियाएं मूलतः भौतिक शरीर से संबंधित हैं और शीघ्र ही शक्ति मन में और बाह्य घटनाओं में एक समान रूप से प्रकट होगी | स्वामी जी ने यह भी कहा कि वे इस घटना से प्रसन्न थे और आगे कहा कि इसके अच्छे परिणाम मिलेंगे |

कुछ सप्ताह के पश्चात्, मुझे एक और तीव्र अनुभव हुआ यद्यपि यह श्वास से संबंधित नहीं था | मैं तन्द्रा अवस्था में अपने बिस्तर पर पड़ा हुआ था जब मस्तिष्कमेरु प्रणाली के आधार से शक्ति का ऊपर की ओर आरोहण आरंभ हो गया | शक्ति की गति तीव्र थी, परंतु यह बहुत शक्तिशाली प्रतीत हो रही थी जैसे कि यह एक पोटली में केंद्रित थी | मेरे मस्तिष्क क्षेत्र में पहुंचने के पश्चात् मुझे ऐसा लग रहा था कि यह मेरे मस्तिष्क के भीतर विस्फोट कर रही हो | अपनी आँखें बंद कर, मैं विभिन्न रंगों के प्रकाश के

टुकड़े को देख सकता था, जिसके पश्चात् मैंने सम्पूर्ण शांति भाव का अनुभव किया | मेरा मन उसके पश्चात् एक बहुत ही शांत और सुस्थिर अवस्था में प्रवेश कर गया |

मैं जब भी पवित्र शब्दांश 'ओम' का उच्चारण (कुछ ही बार) करता था, तुरंत क्रिया आरम्भ हो जाती थी और शक्ति मेरी मस्तिष्कमेरु प्रणाली में गतिमान हो जाती थी | उसके साथ ही, शक्ति मेरी रीढ़ पर स्थित चक्रों या शक्ति केन्द्रों में से किसी एक पर केंद्रित और संकुचित हो जाती थी, जिसके पश्चात् मेरे सिर के शीर्ष तक शक्ति का प्रवाह होता था | यहाँ, मैं पाठकों को सूचित करना चाहता हूँ कि मस्तिष्कमेरु प्रणाली में शक्ति का आरोहण, किसी भी चक्र से आरम्भ हो सकता है | यह आवश्यक नहीं है कि यह हमेशा रीढ़ के आधार से ही आरम्भ हो | शक्ति किसी भी चक्र से सक्रिय होकर आरोहण कर सकती है |

कई बार, मैंने शक्ति का संकेंद्रण और संकुचन अपनी भौहों के मध्य या योग ग्रंथों के अनुसार आज्ञा चक्र पर भी अनुभव किया है | जो संवेदन मैंने अनुभव किया है उसका सटीक वर्णन करना मेरे लिए कठिन है | फिर भी, मैं ऐसा करने का एक प्रयास करूँगा | भ्रकुटी के मध्य मुझे एक सनसनी की अनुभूति होती थी – कभी चुभनशील और कभी एक स्पंदन के समान | मुझे इस स्पंदन की अनुभूति अपने सिर के पीछे (अपनी भौहों के ही स्तर पर) भी होती थी |

कई बार, जब भी मैं निद्रावस्था से जाग्रत अवस्था में प्रवेश करता, मुझे पता चलता कि मैं गहरी नींद के दौरान अपना मंत्र दोहरा रहा था | जब मैं जाग्रत अवस्था में प्रवेश करता, मुझे अपने होंठ अनायास चलते हुए और मंत्र दोहराते हुए मिलते | यह अनेक अवसरों पर हुआ |

मुझे ध्यान के दौरान, जलती हुई मोमबत्तियां और तूफानी लालटेन, पूर्ण चन्द्रमा, तारे, सूरज, और एक बार कुछ चमकती बिजली के भी दृश्यों के दर्शन होते | यह दृश्य कई बार तन्द्रावस्था में भी होते थे, सामान्यतः वे

कुछ क्षणों के लिए ही होते थे |

मुझे जो पूर्ण चन्द्रमा और एक जलती हुई तूफानी लालटेन के दर्शन होते थे, उसके बारे में मेरे गुरुजी ने मुझे बताया, कि ये स्वप्न 'विशोक' प्रकाश के रूप में जाने जाते हैं |

संस्कृत में 'विशोक' शब्द का शाब्दिक अर्थ है 'जो शोक दूर करे' | अतः मनः स्थल में इस प्रकाश की उपस्थिति योग अभ्यास में अच्छी प्रगति का द्योतक था |

कभी-कभी, ध्यान के समय मुझे मनः स्थल में विचित्र अज्ञात प्रकाश भी चमकते हुए दिखते थे |

ध्यान के प्रारंभिक महीनों के दौरान, जब मेरे शरीर में क्रिया प्रकट होना आरम्भ हो गया था उसके पश्चात्, मुझे अपने मनः स्थल में शक्तिशाली प्रभा के दर्शन होते थे | कभी-कभी, यह प्रभा सूर्य के समान अत्यंत उज्ज्वल होती थी, और यह दृश्य एक लम्बी अवधि तक रहते थे, ऊपर वर्णित 'विशोक' प्रकाश के विपरीत जो केवल कुछ क्षणों के लिए दिखते थे |

मुझे अपने ध्यान सत्र और तन्द्रावस्था के दौरान हिन्दू देवी-देवता, ऋषि-मुनि, भगवान् बुद्ध, ईसाई क्रॉस, और अन्य साधू-संत जो विभिन्न धर्मों या विचारधाराओं से सम्बंधित थे, के भी दर्शन होते थे |

कई अवसरों पर मैं ध्यान के एक अच्छे सत्र में लीन होते हुए ऐसा परम आनंद अनुभव करता कि मैं अपनी आँखें खोलने में असमर्थ हो जाता | मेरा मन आँखें खोलने की अनुमति देने का अनिच्छुक हो जाता | मुझे पैरों में पीड़ा के कारण – जो इस प्रकार के लंबे समय के लिए बैठने से हो जाती थी – बलपूर्वक अपनी आँखें खोलनी पड़ती और ध्यान के सत्र को समाप्त करना पड़ता था |

मैं लगभग तेईस वर्ष का था जब मुझे प्रथम बार अपने मन में 'अनाहत' ध्वनि सुनाई देना आरम्भ हो गया था |

मुझे पहले 'अनाहत' का क्या अर्थ है, की व्याख्या करने दीजिये |

यह मन में सुनाई देने वाली एक ध्वनि है, जो शरीर के किसी भी बाहरी व अंदरूनी शोर के बिना सुनाई देती है | यह ध्वनि केवल स्वयं के भीतर एक साधक द्वारा सुनी जा सकती है और बाहर किसी को नहीं सुनाई देती है | इस ध्वनि को अनाहत कहा जाता है क्योंकि यह 'अनाहत चक्र' (हृदय क्षेत्र में अवस्थित चक्र) से सम्बंधित है |

गुरु से सक्रिय होने के बाद कुंडलिनी शक्ति रीढ़ के विभिन्न शक्ति केंद्रों को भेदती हुई आरोहण प्रारंभ कर देती है | जब यह शक्ति हृदय क्षेत्र में पहुँचती है, अनाहत ध्वनि सुनी जा सकती है | क्योंकि यह ध्वनि आंतरिक या बाह्य रूप से बिना किसी प्रहार के उत्पन्न होती है, इसलिए बड़ी सरलता से तार्किक अनुमान लगा सकते हैं कि यह ध्वनि ही कुंडलिनी शक्ति है | अथवा कह सकते हैं कि अपने मौलिक रूप में कुंडलिनी शक्ति की प्रकृति ध्वनि की ही है | संयोग से यह प्रस्तावित रजु (स्ट्रिंग) सिद्धांत के अनुसार आधुनिक विज्ञान के भी अनुरूप है | सैद्धांतिक भौतिकी के बारे में मेरी सीमित जानकारी के अनुसार, सभी पदार्थ स्ट्रिंग या दोलन से बना है, जिसका अपरिहार्य रूप से अर्थ, संगीत या ध्वनि है | स्ट्रिंग का प्रत्येक पाश एक आवृत्ति के साथ जुड़ा हुआ है जो एक ध्वनि घन के समान है | संभवतः यह संस्कृत वर्णमाला के प्रत्येक अक्षर के साथ जुड़ा ध्वनि घन हो सकती है – जो मानव शरीर में मस्तिष्कमेरु प्रणाली के प्रत्येक चक्र में स्थित है | संभवतः इसी कारण वश इस पवित्र शब्दांश 'ओम' को सर्वोच्च मौलिक बल माना जाता है, जिसमें से इस ब्रह्मांड को बनाया गया है |

मैं अपने कानों में एक साँप की सुसकार जैसी ध्वनि निरंतर सुनता था|

ध्वनि पिछले बीस वर्षों से निरंतर चल रही है और इस समय यह पुस्तक लिखते हुए, अब भी बनी हुई है |

सात या आठ वर्षों के पश्चात् यह ध्वनि और तीव्र व तेज हो गयी | मुझे, नींद को छोड़कर यह ध्वनि लगातार सुनाई देती थी | कभी-कभी यह थोड़ी खीझ उत्पन्न करती थी, अन्यथा मुझे इससे कोई अन्य समस्या नहीं

थी |

बाद के वर्षों में, मुझे अन्य प्रकार की ध्वनियाँ सुनाई देने लगीं, जैसे एक मधु मक्खी गुनगुना रही हो | कभी-कभी, मुझे एक घंटी की झंकार सुनाई देती तो कभी एक प्यारी बांसुरी की मधुर ध्वनि |

एक संक्षिप्त अवधि के लिए कभी-कभी मुझे वर्षा की ध्वनि सुनाई देने लगी थी | तुरंत मैं जब अपने कमरे के बाहर जाकर देखता तो मौसम बिल्कुल सामान्य मिलता | किसी समय मुझे अपने दरवाजे की घंटी सुनाई देती और मैं तुरंत नींद से उठ कर दरवाज़ा खोलने जाता और बाहर कोई नहीं मिलता | या कभी अपने मोबाइल की घंटी सुनाई देती और मैं तुरंत नींद से जाग कर उत्तर देता और पता चलता की किसी ने भी फ़ोन नहीं किया था |

नींद में इस प्रकार के विघ्न कई बार होते थे | कभी-कभी, मुझे एक विचित्र प्रकार की सुगंध आती, या मेरे मुख में एक बहुत हल्के मीठे स्वाद का अनुभव होता | लगभग उसी अवधि के आस पास, जब मुझे "अनाहत" ध्वनि सुनाई देनी आरम्भ हुई थी (तेईस वर्ष की आयु में), तभी मुझे अपनी रीढ़ में स्पंदन की अनुभूति भी होने लगी थी | बाद के वर्षों में यह स्पंदन और तीव्र होता चला गया | अनाहत ध्वनि के साथ-साथ, मैंने पिछले बीस वर्षों से रीढ़ में यह स्पंदन भी अनुभव किया है |

यद्यपि, मेरे शरीर के अंदर चल रही हलचल ने मेरे स्वास्थ्य को कभी प्रभावित नहीं किया |

पाठक गण यह कहना चाहेंगे कि मैंने वर्ष २००७ में सिद्ध महायोग प्रणाली में दीक्षा ली थी, जबकि मैं तेईस वर्ष की आयु से अनाहत ध्वनि सुन रहा हूँ और अपनी रीढ़ में स्पंदन अनुभव कर रहा हूँ | यह भी संभव है कि मुझे अपने पिछले जन्मों में से किसी एक में इस योग प्रणाली में दीक्षित किया गया हो | मैं इस पर टिप्पणी करने हेतु सक्षम नहीं हूँ और यह मैं विनम्रतापूर्वक अपने गुरु पर छोड़ रहा हूँ |

जैसा कि मैंने पहले भी कहा है, मेरी आयु तीस या इक्कतींस वर्ष के

आसपास थी जब मेरे मन में पिछले जन्मों के सपनों की झड़ी लग गयी थी | यद्यपि, ये स्वप्न मुझे मेरे अतीत के जीवन के बारे में अधिक जानकारी कभी नहीं दे सके, इसलिए मैं अपने पिछले जीवन में से किसी को भी स्मरण करने में असमर्थ हूँ |

शक्ति और साधक के बीच अंतराफलक

योग ग्रंथों के अनुसार, मनुष्य के मन में नौ प्रकार की भावनाएं विद्यमान हैं | इन में भय, क्रोध, लोभ, अभिमान, वासना, आदि, सम्मिलित हैं |

सर्वज्ञ सर्वोच्च मौलिक शक्ति नाना प्रकार की क्रिया प्रकट करती है, जिससे कि साधक के मन से भावनाओं के सभी नौ प्रकार से संबंधित ऐन्द्रिय प्रभाव सदा के लिये मिट जायें | यह मन के अंदर ही इन भावनाओं के बीज ही नष्ट कर देती है, जिससे कि वे किसी भी प्रकार की शारीरिक या मानसिक स्थितियों के अंतर्गत अंकुरित न हो सकें | इसके परिणाम स्वरुप, साधक सदैव के लिए सभी विचारों और भावनाओं से मुक्त हो जाता है | अब पाठक बड़ी सरलता से समझ सकते हैं कि इन विचारों का मात्र दमन या नियंत्रण किसी भी प्रकार से व्यक्ति के लिए लाभदायक नहीं हो सकता है | उन्हें स्थायी रूप से नष्ट करना आवश्यक है, और यह केवल दिव्य शक्ति के द्वारा ही किया जा सकता है |

साधक सचमुच चकित रह जायेंगे जब वे अपने मन में दर्ज अवचेतन ऐन्द्रिय प्रभावों की विशाल संख्या देखेंगे | साधक, किसी भी स्वैच्छिक मानसिक प्रयास के बिना, अकल्पनीय और अचिन्त्य प्रकार के विचारों को अपने मनः स्थल पर प्रकट होते और झलकते पाएंगे |

मौलिक शक्ति मन की गहराई में जाकर, कभी भी दर्ज किये गए सभी ऐन्द्रिय प्रभावों को, व्यापक रूप से शुद्ध कर देगी | जैसे-जैसे ऐन्द्रिय प्रभाव नष्ट होते हैं, मन धीरे-धीरे शांति और सौहार्द की एक अवस्था में पहुंचने लगता है | परिणाम स्वरूप प्रत्येक मनुष्य के हृदय के भीतर बसने वाली आत्मा या सम्पूर्ण चेतना, मन की शांत अवस्था में, अपनी वास्तविक प्रकृति की एक झलक प्रतिबिंबित होते देखती है | यहअत्यंत उज्ज्वल सूर्य के प्रकाश के रूप में मेरे मन में प्रकट होता था | कभी-कभी, यह सूर्य थोड़ा हल्का प्रतीत होता जैसे धुंए के एक पतले आवरण से ढका हो |

परंतु, इस उज्ज्वल प्रकाश की उपस्थिति महत्वपूर्ण नहीं है, बल्कि महत्वपूर्ण यह है कि साधक के मन: स्थिति पर इसका क्या प्रभाव है | इसके अतिरिक्त, यह भी महत्वपूर्ण है. कि यह स्थिति कब तक मन में रहती है | सामान्यतः ध्यान के एक अच्छे सत्र के बाद, प्रभाव कम से कम दो से तीन दिनों के लिए रहता है, यद्यपि यह अवधि ठीक से निश्चित नहीं की जा सकती है |

जैसा कि मैंने पहले भी कहा है, ऐन्द्रिय प्रभाव रातों-रात पूर्णतः नष्ट नहीं किये जा सकते | यह एक क्रमिक प्रक्रिया है, जो समय की एक लम्बी अवधि में घटित होती है |

मैं यह स्पष्ट करने के लिए कुछ घटनाओं का वर्णन करता हूँ कि कैसे ऐन्द्रिय प्रभाव (भावनाओं के नौ प्रकार से संबंधित) मन से मिटा दिए जाते हैं | ऐन्द्रिय प्रभावों को मिटाने के लिए परम शक्ति सुनिश्चित करती है कि कोई घटना (उस विशेष भावना से सम्बंधित) साधक द्वारा एक हल्के रूप में अनुभव की जाये | कभी-कभी, एक अनुभव कई बार या यहां तक कि समय की एक लम्बी अवधि में दोहराया जा सकता है, इस प्रकार थोड़ा-थोड़ा करके भावनाओं की ठोस मोटी परत को धीरे-धीरे नष्ट कर दिया जाता है (यद्यपि एक त्वरित गति से) | योग के प्रत्येक साधक को यह स्मरण रखना चाहिए कि एक सामान्य व्यक्ति की तुलना में उसकी नियति एक तीव्र दर से प्रकट होगी | मैंने किसी अध्याय में इस पर सविस्तार बताया है | इस

प्रक्रिया के दौरान सर्वज्ञ शक्ति यह सुनिश्चित करती है, कि इसके साथ-साथ संबंधित व्यक्ति का मानसिक संतुलन संपूर्णतः बना रहे |

जब मैं जम्मू-कश्मीर के श्रीनगर शहर में रहता था, वहीं क्रिया पहली बार प्रकट होना आरम्भ हो गयी थी | इसके परिणाम स्वरुप, मैं अवचेतन रूप में गर्व की भावना से भर उठा था | मैंने, ध्यान के एक महान ऋषि के समान व्यवहार करना शुरू कर दिया था, या हो सकता है कि यह प्रभाव पहले से ही पिछले जन्मों के दौरान मेरे मन में संचित थे |

मुझे बताया गया कि श्रीनगर के बीच में पर्वत के शीर्ष पर एक गुफा थी, जहां भारत में शंकराचार्य जी नाम के एक महान लोकप्रिय संत एक हजार वर्ष से भी अधिक पहले ध्यान साधना पर बैठते थे | मेरी रुचि जागृत हो गयी, और मैंने वहाँ के शक्तिशाली तरंगों और शांत वातावरण का लाभ उठाने के लिए गुफा में जाकर ध्यान का एक सत्र करने का निर्णय लिया |

मैं पर्वत-चोटी तक अपनी कार में गया और फिर आगे गुफा के लिए खड़ी सीढ़ियों पर चढ़ कर गया | गुफा छोटी थी और अधिक से अधिक छह से आठ लोगों को समायोजित कर सकती थी |

मैं गुफा के कोने में गया और ध्यान के एक सत्र के लिए पलथी मार कर बैठ गया | परंतु यह पर्वत श्रीनगर में एक लोकप्रिय पर्यटन स्थल था | परिणाम स्वरूप पर्यटकों का निरंतर गुफा में आवागमन बना हुआ था | प्रारंभ में मेरा मन अशांत हो रहा था यद्यपि, गुफा के भीतर तरंगे बहुत शक्तिशाली थीं, और मैं बहुत स्पष्ट रूप से उन्हें अनुभव कर सकता था |

फिर अचानक यह हुआ कि मैं ध्यान के एक केंद्रित सत्र में लीन हो गया, जो दो घंटे से अधिक तक चला | मैं गुफा के नंगे पत्थर की जमीन पर बैठा था और मेरे पैर की उंगलियां भूमि से सटी थीं |

मेरा शरीर संपूर्णतः गतिहीन था और मेरी मुद्रा चट्टान के समान पूर्णतः स्थिर थी | धीरे-धीरे पर्यटकों के शोर का स्तर कम होने लगा और मैं गंभीर ध्यान की अवस्था में लीन होने लगा | इस स्थिति में मैं अभी भी पर्यटकों की आवाज सुन सकता था और कुछ अवसरों पर अपने ध्यान

साधना पर बहुत ही सकारात्मक स्वर में उनकी टिप्पणी सुन सकता था |

अचानक मेरे अवचेतन मन की गहराई से गर्व की भावना उठने लगी | मै अपने आप को एक महान ऋषि के समान समझने लगा | ध्यान का शांतिपूर्ण सत्र अस्थायी रूप से छूमंतर हो गया था | मैं पर्याप्त समय के लिए, गर्व से फूले हृदय समेत वहाँ बैठा रहा | कुछ समय पश्चात् मैं अपने मन के अंदर होने वाली इस प्रतिक्रिया से उबर कर, ध्यान की सामान्य स्थिति में वापस आ गया |

मन से अभिमान की भावना से संबंधित सभी ऐन्द्रिय प्रभावों की शुद्धि इस प्रकार से घटित हुई | इसके लिए आवश्यक वातावरण शक्ति द्वारा ही सुनिश्चित किया गया था, जिसने मुझे गुफा में जाकर और ध्यान करने के लिए प्रेरित किया था |

यहाँ पाठकों से समझने का अनुरोध हैं कि ऐन्द्रिय प्रभावों से मन की शुद्धि या तो सीधे अहंकार को हटा कर या साधक के एक हल्के रूप में अनुभव भोगने से होती है | जिस अत्यंत सूक्ष्म ढंग से मौलिक शक्ति कार्य करती है उसे समझना कठिन है |

२९ अगस्त, २०११ को, मैं वैष्णो देवी नामक एक प्रसिद्ध मंदिर के दर्शन के लिए श्रीनगर से कार द्वारा जा रहा था | मैं रास्ते में रात्रि में विश्राम हेतु, पास के शहर उधमपुर में रुका | वहाँ मैं अपने मित्र के साथ ठहरा जिसकी अगले दिन मेरे साथ मंदिर दर्शन करने की योजना थी |

अगले दिन सुबह हम दोनों हिमालय में त्रिकुटा पर्वत के आधार पर स्थित 'कटरा' शहर के लिए निकल पड़े | वैष्णो देवी मंदिर इस पर्वत के शिखर से नीचे एक गुफा में स्थित है | यह विशेष रूप से शक्ति भक्तों के लिए भारत में सबसे लोकप्रिय धार्मिक स्थलों में से एक है |

हम दोनों एक जीप से गये और सुबह नौ या दस के आसपास 'कटरा' शहर पहुँच गये | मैंने घोड़े की पीठ पर पहाड़ी की खड़ी चढ़ाई करने की योजना बनाई थी जबकि, मेरा मित्र धार्मिक कारणों से पैदल चढ़ाई पर बल दे रहा था | मैं अटल था और पैदल चढ़ाई के मनोदशा में नहीं था |

'कटरा' शहर पहुंचने के पश्चात् मैंने अपनी योजना में परिवर्तन कर दिया और मंदिर तक पहुंचने के लिए एक हेलीकाप्टर की सवारी करने का निर्णय लिया अथवा हम दोनों टिकट खरीदने हेलीपैड पर पहुंच गये | जब हेलीपैड पर हमने हेलिकॉप्टर में सीटों की उपलब्धता के बारे में पूछा, तो टिकटिंग स्टाफ के एक सदस्य ने हवा में ऊपर की ओर अपनी उंगली उठाई| उस समय मुझे यह आभास हुआ कि पर्वत की चोटी पर मौसम पूर्णतः बादल से घिरा था, और सभी हेलीकाप्टरों की उड़ानों को अस्थायी रूप से रद्द कर दिया गया था | हमे आगे बताया गया कि सुबह से ही पर्यटकों की एक लंबी कतार एकत्र हो चुकी थी |

कोई अन्य विकल्प न रहने के कारण, हम दोनों दो घोड़े किराये पर लेने के लिए टट्टू स्थान पर पहुंच गये | मुझे एक तीव्र झटका लगा जब हमें पता चला कि सभी घोड़े वालों ने, स्थानीय सरकारी प्राधिकरण के विरुद्ध एक आम हड़ताल का आह्वान किया था और अस्थायी रूप से काम नहीं कर रहे थे | जब मैंने पालकी के लिए कहा तब पता चला कि वे भी काम नहीं कर रहे थे | हेलीकाप्टर, घोड़े और पालकी के अभाव में, पैदल पहाड़ की चढ़ाई से बचने के लिए, मेरे सभी विकल्प तेजी से समाप्त हो रहे थे | अंत में, निर्णय लेने का समय आया कि पहाड़ पर पैदल चढ़ाई करें या वापस मुड़ जाएं | मेरा मित्र, जो मेरे बचपन का साथी था, मेरी विकलता का आनंद ले रहा था और खुल कर हँस रहा था | किसी प्रकार से, मैं अपना मन बनाने में सफल रहा और पैदल ही पहाड़ पर चढ़ने का निर्णय लिया | हम एक खड़ी ढाल पर कुल चौदह किलोमीटर की दूरी चढ़े थे |

सामान्यतः पहाड़ पर पैदल चढ़ने के लिए ४-५ घंटे लगते हैं | हम दोनों के आधी दूरी चढ़ने के पश्चात्, अचानक एक हलचल सी मच गयी थी| हेलीकाप्टरों का संचालन फिर से आरम्भ हो गया था, घोड़े वाले अचानक दिखने लगे थे, और पालकी वाले भी तेज व्यापार करने में व्यस्त हो गए थे|

हम ने यह सब हलचल का कारण पूछा | हमें बताया गया कि

स्थानीय सरकारी प्राधिकरण के साथ सुलह के कारण, घोड़े वालों ने हड़ताल वापस ले ली थी |

इसके अलावा, जले पर नमक छिड़कने के लिए, एक घुड़सवार ने टट्टू के साथ तुरंत मेरे समक्ष आकर अपनी सेवाओं प्रस्तुत की |

मुझे यह चढ़ाई भोगने के लिए बाध्य करने पर मैं माँ वैष्णो देवी के विरुद्ध इतना क्षुब्ध अवस्था में था, कि मैंने शेष चढ़ाई पैदल मार्ग से ही करने का निर्णय लिया | यद्यपि, आश्चर्यजनक रूप से चढ़ाई बहुत सरल थी और मुझे किसी भी थकावट का आभास नहीं हुआ |

सर्वोच्च ब्रह्मांडीय शक्ति द्वारा सभी अहंकारी प्रभावों की मन से शुद्धि की प्रक्रिया इस प्रकार होती है !

कुछ दिनों पश्चात्, ३ सितंबर २०११ को, मैं देवास शहर में नारायण कुटी संन्यास आश्रम नामक योग आश्रय स्थल गया था | पाठकों को संभवतः स्मरण होगा कि मैंने पहले किसी अध्याय में इस आश्रम के सम्बन्ध में लिखा था |

मुझे बाद में ज्ञात हुआ कि आश्रम के भीतर एक गुफा थी जिसमें कई संतों ने गंभीर ध्यान का अभ्यास किया था | अत: स्वाभाविक रूप से मेरी रुचि जागृत हो गयी और मैं आश्रम में गुफा के भीतर बैठ कर अपने मंत्र का जाप करने लगा |

मैं एकदम भौंचक्का रह गया जब मैं मन्त्र की एक पंक्ति स्मरण करने में असमर्थ था !

यह मेरे लिए एक बड़ा झटका था क्योंकि मैं पर्याप्त समय से एक दैनिक आधार पर इस मंत्र का जाप कर रहा था | कुछ समय के लिए मंत्र की पंक्ति को स्मरण करने का प्रयास करने के पश्चात्, मुझे अंत में त्याग देना पड़ा | मैं पूर्णतः निराश होकर आश्रम से अपने होटल के कमरे में आ गया | मैंने जैसे ही अपने कमरे में कदम रखा मैं लगभग तुरंत ही मंत्र की पंक्तियाँ स्मरण करने में सक्षम था |

अगले दिन मैं पुनः आश्रम की गुफा के भीतर ध्यान साधना पर बैठ कर अपने मंत्र का जाप करने गया | ध्यान एक घंटे से अधिक समय तक

चला होगा जब अचानक गुफा के बाहर भारी वर्षा होने लगी |

मेरे ध्यान में व्यवधान पड़ा और मैंने अपनी आँखें खोली तो मुझे गुफा के भीतर पूर्ण रूप से अंधेरा दिखा क्योंकि बिजली काट दी गयी थी | मैंने सोचा, सबसे अच्छा यही होगा की मैं अपना ध्यान जारि रखूँ| मैंने फिर अपनी आँखें बंद कर लीं और ध्यान लगाने लगा | बाहर बारिश निरंतर हो रही थी, पानी गुफा की सभी दीवारों पर पड़ रहा था | मेरा ध्यान जारि था, मुझे पूर्णतः ज्ञात था कि पूर्ण रूप से अँधेरी गुफा के भीतर मैं बिलकुल अकेले बैठा हुआ था | मेरे मन में यह विचार भी घूम रहा था कि गुफा, आश्रम भवन के बाकी हिस्सों से दूर थी | गुफा के बाहर बादलों का गरजना और बिजली के साथ अबाध भारी बारिश निरंतर हो रही थी |

कहीं मैंने पढ़ा था कि गुफा में पिशाचों या मानव आत्माओं का निवास था | पिशाच का अर्थ आवश्यक रूप से बुरी आत्मा ही नहीं हैं | बल्कि एक पिशाच सकल भौतिक शरीर के बिना एक आत्मा है | यह मानव या कोई पशु भी हो सकता है | इसके अलावा, यह निश्चित नहीं है कि मनुष्य की आत्मा केवल एक मानव के रूप में पुनः जन्म लेगी | आत्मा, पतित होकर पशु रूपों में जन्म ले सकती है, और बाद में एक बार फिर से मानव जन्म ले सकती है | योग ग्रंथों के अनुसार यह एक बहुत ही सामान्य घटना है जो हर जीवित प्राणी के साथ होती है | यही कारण है कि यह कहा जाता है कि सर्वोच्च दिव्यता पृथ्वी पर रहने वाले हर प्राणी में निहित है |

यह विचार मेरे दिमाग में कौंधा कि गुफा के भीतर कुछ आत्माएं विद्यमान हो सकती हैं | मेरे चारों ओर इस पूरे वातावरण और मेरे मन की सोच के परिणाम स्वरूप, मैं अचानक भय से विह्वल हो उठा |

मैं इस अज्ञात भय के कारण आतंक की पूर्ण अवस्था में चला गया | यह मानसिक स्थिति कई मिनट तक चली | अंत में मैं आँखें खोलकर गुफा केअंधेरे में ताकने के लिए बाध्य हो गया | मैं ध्यान जारी नहीं कर सका | दूसरी ओर, मुझे यह भी ज्ञात था कि अपने मनः स्थल में भय की क्रिया को

रोकना शक्तिपात पद्धति के ध्यान के सिद्धांत के विरुद्ध था | अपने मन में इस दुविधा के साथ कुछ मिनट बिताने के पश्चात्, मैंने अपने मोबाइल फोन की टॉर्च जलाकर गुफा से बाहर आने का निर्णय लिया |

यह अपने सभी भय प्रभावों से, मन की शुद्धि की प्रक्रिया का एक उदाहरण है (विशेष रूप से आत्माओं और पिशाचों से सम्बंधित), जो ब्रह्मांडीय शक्ति द्वारा किया जाता है |

जब मैं देवास शहर में था, मैंने एक और महत्वपूर्ण स्थान की यात्रा करने का निर्णय लिया | मुझे पहले ज्ञात हुआ था, कि एक सौ वर्ष पहले 'नाथ' योग परंपरा में पारंगत एक व्यक्ति उस शहर में रहते थे| यह परंपरा प्राचीन काल से ही भारतवर्ष में विद्यमान थी | बाबा शील नाथ नामक यह महान योगी हर समय अपने साथ जलती हुई लकड़ी का एक टुकड़ा रखते थे | जलती लकड़ी साधक के मन से ऐन्द्रिय प्रभावों के जल कर नष्ट होने का प्रतीक है | शहर से उनके प्रस्थान के पश्चात्, उनके भक्तों ने एक लकड़ी का कुंदा जलाने की परंपरा को जारी रखा | आज भी, एक जलती हुई लकड़ी का कुंदा बाबा शील नाथ के ध्यान साधना स्थल पर रखा देख सकते हैं | उस स्थान को 'बाबा शील नाथ धुनि संस्थान' कहा जाता है और वह शहर के बाहरी इलाके में स्थित है |

अत: स्वाभाविक रूप से मैं इस स्थल को देखने का इच्छुक था और मैं अपनी श्रद्धा अर्पित करने वहाँ गया | मैंने लकड़ी का कुंदा जलते देखा और ध्यान करने के लिए वहाँ बैठ गया | मैं शहर से प्रस्थान करने से पहले वहां के शांत वातावरण में कुछ ही मिनट बिताने की आशा कर रहा था |

आश्चर्यजनक रूप से, मैं ध्यान के एक अत्यधिक केंद्रित सत्र में लीन हो गया जो दो-तीन घंटों तक चला | मेरा इस स्थल पर ध्यान पर बैठने का विचार नहीं था | इसके अतिरिक्त, मैं शहर छोड़ने को उतावला था क्योंकि मुझे उस दिन एक लंबे समय तक यात्रा करना था | इस सब के बावजूद, मैं ध्यान के एक गंभीर सत्र में लीन होने के लिए बाध्य हो गया |

इस प्रकार की क्रिया सामान्यतः पिछले जन्मों में किये ध्यान अभ्यास के कारण घटित होती है (इन प्रभावों को भी मन से मिटाने की आवश्यकता है) | पाठक को यह समझना चाहिए कि मौलिक शक्ति साधक के मन से प्रत्येक ऐन्द्रिय प्रभाव मिटा देती है | योग ग्रंथों के अनुसार यह अंततः एक व्यक्ति का कभी सर्वोच्च दिव्यता से पृथक अस्तित्व भी है,का विचार ही मिटा देती है | इसी प्रकार से योग या परमात्मा के साथ व्यक्तिगत आत्मा का मिलन संभव होता है |

देवास शहर की अपनी यात्रा के पश्चात्, मैं भारत में आज के तेलंगाना राज्य में गोदावरी नदी के तट पर, बासर नामक स्थान के लिए ड्राइव करके गया | व्यास नामक एक महान ऋषि, जिन्हें मान्यता अनुसार वेदों और महाभारत के संकलक भी समझा जाता है, प्राचीन काल में इस स्थान में रहकर तप किया करते थे | वह गुफा जिसमें माना जाता है कि वे तप करते थे, अभी भी बासर के इस छोटे से शहर में विद्यमान है |

अत: स्वाभाविक रूप से मेरी रुचि भी जागृत हो गयी और मैं इस गुफा को जाकर देखने और ध्यान का एक सत्र करने के लिए वहां गया | गुफा बहुत छोटी और संकरी थी, मुझे प्रवेश द्वार से रेंग के अंदर जाना पड़ा| यद्यपि, गुफा का भीतरी इलाका ४-५ व्यक्तियों को समायोजित कर सकता था | वहां मैं ध्यान करने के लिए पालथी मार कर बैठ गया | मुझे गुफा के प्रवेश द्वार पर बताया गया था कि वह एक घंटे में बंद कर दी जाएगी | इसके अतिरिक्त, नियमित पर्यटक भी गुफा से आ-जा रहे थे | गुफा अंदर प्रकाशमय थी | परंतु मैं आगे अँधेरे में किनारे पर बैठा हुआ था जिससे मेरे ध्यान में पर्यटकों के कारण व्यवधान न आए |

गुफा के भीतर स्पंदन बहुत शक्तिशाली थे | मैं अपने दिमाग पर स्पंदन का प्रभाव अनुभव कर सकता था | आख़िरकार, हजारों वर्ष पहले एक महान ऋषि ने इसी गुफा में तप किया था !

गुफा के अंदर का वातावरण पूर्णतः सकारात्मक कंपन से भरा हुआ था| मेरा ध्यान लगभग एक घंटे चला होगा जब किसी अज्ञात कारण से वह

टूट गया | मैंने अपनी आँखें खोली और पाया कि बिजली की आपूर्ति बंद थी और किसी एक कोने में से बहुत हलकी धूप गुफा में प्रवेश कर रही थी | इसके अतिरिक्त, मैंने पाया कि पर्यटकों की आवाजाही पूर्णतः समाप्त हो चुकी थी और वह स्थान पूर्णतः सुनसान प्रतीत हो रहा था | मुझे विश्वास नहीं था कि पर्यटन विभाग का कोई भी परिचर अभी भी गुफा के प्रवेश द्वार पर विद्यमान होगा | इसके अतिरिक्त, यह गुफा घने वनस्पति से घिरी हुई एक छोटी सी पहाड़ी पर स्थित थी | मुझे संदेह होने लगा कि परिचर ने मुझे गुफा के अंदर बैठे नहीं देखा होगा और प्रवेश द्वार बंद कर दिया होगा और गुफा अगले दिन तक खोली नहीं जाएगी |

मेरा मन एक बार फिर भय के जाल में फंसने लगा, जिस प्रकार देवास शहर में हुआ था | परंतु इस बार, मैंने भय के आगे न झुकने का निर्णय लिया और वहाँ बैठा रहा और ध्यान के लिए पुनः अपनी आँखें बंद कर ली |

अधिक से अधिक क्या होगा मैंने सोचा, मुझे भोजन और पानी के बिना गुफा में रात बिताने पड़ेगी| मुझे पूरा विश्वास था कि गुफा अगले दिन सुबह खोली जाएगी | इस प्रकार से, अपने मन में समाधान सोच कर मैंने गुफा के भीतर ध्यान जारी रखा | यद्यपि, मेरे सारे बुद्धिवादी तर्क और आत्म आश्वासन के बावजूद भय की लहर लगातार अक्षीण बनी ही रही |

ध्यान मात्र और पंद्रह मिनट के आसपास चला होगा जब भय इतना तीव्र हो गया कि अंत में मैंने हार मान के अपनी आँखें खोल दी | मैं गुफा से बाहर रेंगता हुआ आया तो देखा कि वह परिचर अभी भी गुफा के बाहर मेरे लिए प्रतीक्षा कर रहा था | उसने विनम्रता से मुझे सूचित किया कि उसने मुझे ध्यान करते देखा तथा कुछ और समय मेरी प्रतीक्षा करने का निर्णय लिया जिससे कि मेरे ध्यान में व्यवधान न पड़े |

मैंने उपरोक्त घटनाओं का वर्णन केवल पाठक को समझाने के लिए किया है कि किस प्रकार से सर्वोच्च ब्रह्मांडीय शक्ति और एक साधक की दैनिक दिनचर्या के मध्य अंतराफलक होता है | ब्रह्मांडीय शक्ति स्पष्ट रूप से साधक द्वारा एक पृथक इकाई के रूप में अनुभव की जाती है जो परस्पर

संवादात्मक होती है | इस प्रकार की घटनाएं मेरे जीवन में अनेक अवसरों पर घटित हुईं हैं | मैं आशा करता हूँ कि पाठक अब सरलता से मेरी दैनिक दिनचर्या में जो अन्य विभिन्न प्रकार की क्रिया हुई समझ सकते हैं |

यद्यपि, पाठक ध्यान दिलाना चाहेंगे कि (ऊपर वर्णित) इस प्रकार की घटनाएं जीवन में सामान्यतः किसी के साथ भी हो सकती हैं |

यहाँ, मैं पाठकों का ध्यान शरीर में शक्ति के प्रवाह पर अपने पहले अध्याय की ओर आकर्षित करना चाहता हूँ | जब शक्ति का प्रवाह शरीर के अंदर एक पृथक इकाई के रूप में अनुभव होता है, यह सब तर्क और तर्कसंगत वैज्ञानिक व्याख्या निरर्थक कर देता है | इस अनुभव के बाद, साधक के मन की स्थिति में उल्लेखनीय परिवर्तन आ जाता है |

उस क्षण से ही साधक द्वारा शक्ति, स्वयं से एक पृथक इकाई के रूप में, अनुभव की जाती है |

जब साधक योग अभ्यास में आगे प्रगति करता है तो मौलिक बल की वास्तविक प्रकृति के ज्ञान के साथ ही यह द्वैतवादी भेद मिट जाता है |

मन में आवश्यक परिवर्तन लाने के लिए साधक को शक्ति की वास्तविक प्रकृति का ज्ञान शक्ति द्वारा ही अपेक्षित है | शक्ति और साधक के मध्य एक प्रकार का अंतराफलक वास्तव में इसी उद्देश्य के लिए सामान्य दैनिक जीवन में स्थापित किया जाता है | एक व्यक्ति की सामान्य दिनचर्या में विभिन्न घटनाएं (पहले वर्णित घटनाओं के समान) होती हैं और व्यक्ति को पर्याप्त रूप से ब्रह्मांडीय शक्ति के सूक्ष्म कार्य पद्धति से अवगत कराती हैं|

साधक का मन धीरे-धीरे मौलिक शक्ति की वास्तविक प्रकृति के ज्ञान के साथ, इस अवस्था तक उन्नत हो जाता है |

मुझे इसे और विस्तार में समझाने दीजिये |

एक सामान्य मनुष्य में अहंकार पूर्णतः विकसित अवस्था में होता है | एक व्यक्ति द्वारा किया गया कोई भी कार्य, व्यक्ति में 'स्वयं द्वारा किया हुआ' की भावना पैदा कर देता है | व्यक्ति सर्वोच्च शक्ति के साथ एकता

अनुभव करता है बिना यह समझे, कि उस व्यक्ति के द्वारा कोई भी कार्य किये जाने का सर्वोच्च ब्रह्मांडीय शक्ति ही कारण और प्रभाव है | व्यक्ति सोचता है कि वह नियंत्रण में है | यह वास्तव में मन है जो सोचता है कि वह सर्वोच्च स्व है | या लौकिक भ्रम के प्रभाव में स्व या आत्मा सोचती है कि वह मन है | इस प्रकार, मन या प्रत्यक्ष स्व में भ्रम पैदा हो जाता है कि वही कार्य का कर्ता है, भले ही उसके पास कोई वास्तविक शक्ति नहीं है |

मन सर्वोच्च शक्ति का महत्व नहीं समझता है और सोचता है कि वही सर्वोच्च शक्ति है | ब्रह्मांड की मायामय शक्ति ने इस प्रकार से मन को सोचने के लिए बरगलाया है | क्योंकि मन भी और कुछ नहीं इस सर्वोच्च शक्ति का दूसरा रूप है, सांसारिक दृष्टिकोण से मन भी झूठ नहीं बोल रहा है |

यद्यपि, इस पूरी कहानी में एक महत्वपूर्ण पेंच है | जब मौलिक शक्ति एक व्यक्ति में सक्रिय की जाती है, यह शक्ति स्पष्ट रूप से व्यक्ति के शरीर के भीतर एक पृथक इकाई के रूप में अनुभव की जाती है |

इस स्तर पर, मन पहली बार के लिए अभिमान रहित होता है | मन को यह पहली बार आभास होता है, कि किसी भी शारीरिक या मानसिक घटना पर उसका कोई नियंत्रण नहीं है |

अब मन हार मान लेता है और समर्पण कर देता है ! जब मन समर्पण कर देता है, तो इस से एक साथ अहंकार और सभी ऐन्द्रिय प्रभावों से शुद्धि हो जाती है | इसके परिणाम स्वरुप, सर्वोच्च आत्मा का प्रतिबिंब मन के शांत जल में पहली बार दिखता है |

परिणाम वास्तव में भयावह होता है |

सर्वोच्च मौलिक ब्रह्मांडीय शक्ति, जो और कुछ नहीं बल्कि आत्मा ही है, अब व्यक्ति के साथ संवाद की एक श्रृंखला के माध्यम से अपना वास्तविक स्वरूप प्रकट करेगी |

एक प्रकार का अंतराफलक सर्वोच्च शक्ति और साधक के मध्य स्थापित होता है | और आत्म-बोध की प्रक्रिया शुरू होती है !

तत्पश्चात साधक को यह आभास होने लगता है कि स्व के भीतर

शक्ति और बाह्य संसार में स्व के बाहर शक्ति, एक ही है |

इस अनुभव के परिणाम स्वरूप यह धारणा, कि सर्वोच्च शक्ति स्वयं से एक पृथक इकाई है, निकल जाती है | व्यक्ति को यह आभास भी होने लगता है कि वास्तव में वह अपनी ही शक्ति को एक पृथक इकाई के रूप में (पहले) अनुभव कर रहा है |

परिणाम स्वरूप साधक परम शक्ति के साथ एकता अनुभव करता है, और एक सामान्य व्यक्ति के विपरीत, वह सर्वोच्च ऊर्जा शक्ति की प्रकृति की पूरी जानकारी के साथ ऐसा करता है |

अंतर यह है, कि एक सामान्य व्यक्ति अज्ञान की स्थिति में है, जबकि साधक स्व की वास्तविक प्रकृति से अवगत हो जाता है | बस इतनी सरल सी बात है | सांसारिक दृष्टि से कुछ भी प्रभावशाली नहीं होता है !

कुछ हद तक, शक्ति और साधक के बीच संवाद की प्रकृति चंचल होती है, जिससे कि मन पर अति सूक्ष्म प्रभाव पड़े | यह संवाद इसलिए भी घटित होते हैं, जिससे कि मन को आभास हो सके, कि वह स्व नहीं हैं |

उपरोक्त घटना किसी भी तार्किक या तर्कसंगत व्याख्या से नहीं समझी जा सकती है | सर्वोच्च मौलिक ब्रह्मांडीय शक्ति के कामकाज के तंत्र अत्यंत सूक्ष्म है | यह प्रत्यक्ष रूप से स्वयं के भीतर अनुभव करने होते हैं |

मुझे इसे सविस्तार बताने दीजिये |

आत्म-बोध की प्रक्रिया एक संरचित घटना है | योग ग्रंथों के अनुसार इसकी अभिव्यक्ति चार भिन्न चरणों में होती है | मैं वास्तव में अपनी शब्दावली और बुद्धि की सीमाओं के भीतर पाठकों के लिए इन चार चरणों का सर्वश्रेष्ठ संभव स्पष्टीकरण समझाने का प्रयत्न करूँगा | प्रथमतः शक्ति एक व्यक्ति के स्व (जो ब्रह्मांडीय भ्रम के प्रभाव के अंतर्गत है) से अविभाज्य रूप में अनुभव होती है | कहने का तात्पर्य यह है, कि व्यक्ति का मन सोचता है कि केवल वही वास्तविक अस्तित्व / साकार है | स्व और शक्ति अज्ञानतावश शक्ति के वास्तविक ज्ञान के अभाव में एक रूप में अनुभव किये जाते हैं | यह वास्तव में व्यक्ति का मन है, जो इस प्रकार से सोचता है!

परिणाम स्वरूप,मन में अद्वैतता की धारणा बन जाती है | यह शुद्ध स्व या आत्मा नहीं है जो इस सोच का कारण बनती है, बल्कि यह मन है जो त्रुटिवश सोचता है कि वह स्व है | इस प्रकार मन सोचता है कि वह और सर्वोच्च शक्ति एक ही हैं |

जब सर्वोच्च शक्ति एक गुरु द्वारा सक्रिय होती है और विपरीत दिशा या यौगिकता में संचालित होती है, तब मन को प्रथम सदमा लगता है | उसे पता चलता है कि वह सर्वस्व नहीं है | यह ही प्रथम चरण है |

तत्पश्चात, एक मध्यवर्ती द्वितीय चरण है, जहां व्यक्ति को आभास होता है कि उसका शरीर पूर्णतः सीमा तक इस ब्रह्मांडीय शक्ति से भरा हुआ है | इस के अलावा, कोई प्रमुख परिवर्तन मन में नहीं होता है |

इस स्तर पर, सर्वोच्च शक्ति का स्वतंत्र और स्वायत्त कामकाज विशिष्ट रूप से एक पृथक इकाई के रूप में अनुभव होता है | मन प्रथम बार अहंकार रहित होता है | यह भीतर की ओर देखने के लिए बाध्य हो जाता है | इस आंतरिक ध्यान के बिना, आगे का मंथन नहीं हो सकता | मन अब प्रेक्षक, अवलोकन की वस्तु और प्रयोगशाला भी हो जाता है | अंततः सब का आंतरिक रूप से समाधान हो जाता है और मन समर्पण कर देता है | व्यक्ति अविचारशीलता की अवस्था में प्रवेश कर जाता है |

जब मन (जो अभी तक परम आत्मा को ढके हुए था) समर्पण कर देता है, आत्मा शांत मन के सुस्थिर पानी में प्रतिबिंबित होती है | व्यक्ति के स्व को यह आभास होने लगता है कि शक्ति और स्व एक ही है |

अद्वैतता का अनुभव सर्वोच्च शक्ति की वास्तविक प्रकृति के पूर्ण ज्ञान के साथ होता है | अब तक, व्यक्ति अलौकिक शक्तियां प्राप्त कर लेता है, क्योंकि व्यक्ति को शक्ति की प्रकृति का पूरा ज्ञान है और वह सभी शारीरिक और मानसिक घटनाओं पर नियंत्रण कर सकता है |

योग ग्रंथों के अनुसार, ज्ञान या आत्म-बोध सर्वशक्तिमान की इच्छा पर होता है | जब यह आत्म-बोध होता है तो योग के नियम भी स्वतः भंग हो जाते हैं | या दूसरे ढंग से कहें तो, ब्रह्मांड में किसी भी नियम या शर्तों से

बाध्य होने की कोई आवश्यकता नहीं रह जाती है | इस क्षण पर योग का उद्देश्य पूरा हो चुका होता है | व्यक्तिगत स्तर पर, आत्मा को मानव शरीर तक सीमित नहीं किया जा सकता, क्योंकि इसका सार्वभौमिक आत्मा के साथ विलय हो चुका होता है |

इस के पश्चात् अंतिम चरण है | और मैं इस पर टिप्पणी भी करने के लिए पर्याप्त सक्षम नहीं हूँ | हम यहाँ जिन पर चर्चा कर रहे हैं, वह सर्वोच्च सर्वशक्तिमान है |

एक साथ साक्षी की अवस्था में और भ्रामक वास्तविकता में एक मनुष्य के रूप में घूमने की क्षमता योग की दृष्टि में तकनीकी रूप से संभव नहीं है | इसका अर्थ है कि एक व्यक्ति जो विज्ञान और योग के नियमों को पार कर चुका है, उसे सांसारिक जीवन में वापस लौटना होगा और अपने आसपास के संसार से भावनात्मक रूप से पृथक रहना होगा |

यद्यपि, यह क्षमता मानव जाति के इतिहास में कुछ ही पुरुषों द्वारा प्रदर्शित की गयी है | उन्हें व्यापक रूप से दैवीय अवतार के रूप में स्वीकार किया गया है जो राम, कृष्ण, ईसा मसीह, अल्लाह, बुद्ध और विभिन्न अन्य धर्मों के अन्य अवतारों के रूप में भी प्रकट हुए हैं | इसलिए, मैं इस अंतिम चरण पर टिप्पणी नहीं कर सकता |

क्रिया के रूप में जीवन

जब मैंने पहले के एक अध्याय में क्रिया का अर्थ समझाया था, तो मैंने कहा था कि यह एक प्रतिक्रिया है जो मूल रूप से मन, शरीर और बाह्य दैनिक जीवन में घटित होती है | यहाँ यह समझना महत्वपूर्ण है, कि मन और बाह्य दैनिक जीवन परस्पर एक दूसरे से जुड़े हुए हैं |

बाह्य संसार (जैसा व्यक्ति द्वारा देखा जाता है) मूलतः उस व्यक्ति के मन का प्रक्षेपण है |

बाह्य संसार शेष मनुष्यों के लिए भी अपने-अपने मन के प्रक्षेपण के रूप में विद्यमान है |

बाह्य संसार दो स्तरों पर विद्यमान है, पहला व्यक्तिगत स्तर पर और दूसरा सामूहिक स्तर पर |

जब व्यक्ति निद्रावस्था में समा जाता है तो बाह्य संसार का अस्तित्व समाप्त हो जाता है | जब व्यक्ति स्वप्नावस्था में समाता है तो एक नए संसार की रचना होती है | व्यक्ति जब जाग्रत अवस्था में लौटता है, तो उस व्यक्ति के लिए पुनः बाह्य संसार की रचना होती है | यह इतना सरल है | भौतिक वास्तविकता की प्रकृति का भ्रामक होने के अलावा कोई अन्य आधार नहीं है | इसकी तुलना, रेगिस्तान में एक मृगतृष्णा के साथ की जा सकती | यद्यपि, निद्रावस्था के पहले और उसके पश्चात्, व्यक्ति के ज्ञान के स्तर में

कोई अंतर नहीं होता है | अधिक से अधिक, व्यक्ति पूर्ण रूप से ऊर्जावान और मन स्फूर्तिवान हो जाता है |

व्यक्ति का बाह्य संसार (जैसा कि मैंने पहले भी कहा है) व्यक्ति के मन में जो है, उसी का प्रतिबिंब है | यद्यपि, एक व्यक्ति का कई अन्य लोगों और अपने दैनिक जीवन में होने वाली घटनाओं से परस्पर सम्बन्ध है, फिर भी व्यक्ति अद्वितीय बना रहता है | जिस प्रकार से एक व्यक्ति बाह्य दुनिया का अनुभव करता है वह अन्य व्यक्ति किस प्रकार अनुभव करते हैं, उससे भिन्न है | जैसा कि, मैंने पहले अध्यायों में से एक में कहा है, कि अनुभव पूर्णतः मन की सामग्री या चरित्र पर आधारित है | समान परिस्थितियों के अंतर्गत, अप्रिय या सुखद अनुभव, भिन्न लोगों के लिए उनके मन में निहित सामग्री के आधार पर भिन्न प्रकार से प्रकट होगा |

जब तक (कई जन्मों या युगों से मन में संचित) ऐन्द्रिय प्रभाव नष्ट नहीं हो जाते हैं, बाह्य संसार में उनका प्रक्षेपण समाप्त नहीं होगा | एक बार, जब सभी प्रभाव मन से धुल जाते हैं, तब मनुष्य के रूप में अपने अस्तित्व को जारी रखने के लिए, व्यक्ति में निहित आत्मा के लिए कोई कारण नहीं रह जाता | मनुष्य के रूप में अस्तित्व का मूलभूत कारण पिछले कर्मों की अनिवार्य प्रतिक्रियाओं को भोगना है | जैसे-जैसे संचित ऐन्द्रिय प्रभाव उसी सर्वोच्च लौकिक शक्ति द्वारा नष्ट किये जाते हैं जिसने पूर्व में उनकी रचना की थी, मन धीरे धीरे एक उन्नत स्थान तक उठने लगता है | यद्यपि, मैंने यह वाक्यांश 'मन की उन्नति' का प्रयोग केवल इस विषय को स्पष्ट करने के लिए ही किया है | अन्यथा, एक प्रकार से मन की उन्नति की कोई आवश्यकता नहीं है | केवल सभी संचित ऐन्द्रिय प्रभावों को समाप्त करने की आवश्यकता है, जिससे कि मन एक परम शांत अवस्था में समाहित हो जाये | इस शांत अवस्था में, व्यक्ति के स्व में ही सम्पूर्ण चेतना प्रतिबिंबित होती है |

क्या होता है जब व्यक्ति ज्ञान और आत्म-बोध प्राप्त कर लेता है ? मैं

इस पर टिप्पणी करने के लिए भी पर्याप्त सक्षम नहीं हूँ | मैं बस इतना कहना चाहता हूँ कि यह बाह्य संसार सभी मनुष्यों के लिए जिस रूप में विद्यमान है, वह वास्तव में केवल उनके मन का प्रक्षेपण है | बाह्य संसार (जो उस समय तक व्यक्ति के लिए अस्तित्व में था), केवल उस व्यक्ति के लिए ही समाप्त होता है | जब तक व्यक्ति में आत्म-बोध नहीं हुआ है, उस समय तक दोनों व्यक्तिगत और सामूहिक संसार परस्पर जुड़े हैं |

जैसा कि मैंने पहले अध्यायों में से एक में कहा है, कि जब एक गुरु रीढ़ के आधार पर स्थित मौलिक शक्ति के साथ हस्तक्षेप करता है, वह विपरीत दिशा में घूम जाती है और इस प्रकार मन में संचित चरित्र को नष्ट कर देती है | अतः सबसे पहले, यह सभी ऐन्द्रिय प्रभाव मिटाना आरम्भ करती है, जो बहुसंख्य श्रेणियों से संबंधित होते हैं | प्रतिक्रियाएं शरीर, मन और बाह्य दैनिक जीवन में अनुभव की जाती हैं | यद्यपि, साधक के बाह्य दैनिक जीवन के संबंध में, सामान्य पाठक के मन में एक संशय उत्पन्न हो सकता है, कि जिस व्यक्ति को योग प्रणाली में दीक्षित किया गया है, उसका बाह्य संसार भी सामूहिक संसार के साथ परस्पर जुड़ा हुआ है, ऐसे में दैनिक जीवन में किसी भी अन्य साधारण घटना और एक क्रिया में अंतर कैसे कर सकते हैं ?

यहाँ पाठकों से एक बात समझने का अनुरोध हैं | योग प्रणाली में दीक्षित किया गया व्यक्ति, स्रोत, अर्थात, सर्वशक्तिमान की ओर एक वापसी यात्रा पर है |

मन में दर्ज ऐन्द्रिय प्रभाव अहंकार में रंग कर कर्म की रचना करते हैं | यह कर्म निश्चित करते हैं कि एक व्यक्ति का भाग्य किस प्रकार प्रकट होगा | ये ऐन्द्रिय प्रभाव मन से मिटने आवश्यक हैं और व्यक्ति को अपने प्रकट होती नियति का एक मूक दर्शक बने रहना चाहिए | अन्यथा, अपनी नियति का साक्षात्कार करते हुए जो ऐन्द्रिय प्रभाव बनते हैं, फिर वापस मन में दर्ज हो जाते हैं | सर्वज्ञ सर्वोच्च मौलिक शक्ति यह सुनिश्चित करती है, कि साधक को यह समझने की आवश्यक जागरूकता प्रदान हो, कि जो

घटित हो रहा है वह एक क्रिया है, जिससे कि यह प्रभाव पुनः दर्ज न हो | परंतु, कभी-कभी साधक इतनी उन्नत स्थिति में नहीं होता है और अहंकार में रंग कर, उत्पन्न ऐन्द्रिय प्रभाव, मन में वापस दर्ज हो जाते हैं| यद्यपि अब उन्हें पुनः नष्ट करना अपेक्षाकृत सरल हो जाता है | जो व्यक्ति योग प्रणाली में दीक्षित नहीं है, उसके प्रकरण में सर्वोच्च मौलिक शक्ति सृजन के अपने मूल विधा में चलती है। अर्थात, विकासवादी विधा |

भ्रम का संसार निरंतर उस व्यक्ति के मानस पर प्रक्षेपित होता है | परिणाम स्वरूप, प्रत्येक ऐन्द्रिय प्रभाव मन में एक संभावित बीज के रूप में दर्ज होता है और इस प्रकार व्यक्ति की नियति की रचना करता है | जिस व्यक्ति के प्रकरण में सर्वोच्च मौलिक शक्ति विध्वंस की अपने विपरीत विधा में है, वह व्यक्ति अपनी प्रकट होती नियति, या पहले से दर्ज ऐन्द्रिय प्रभावों से मुक्त हो जाता है | यह दोनों एक ही हैं | अहंकार में रंगे, पूर्व में दर्ज ऐन्द्रिय प्रभाव ही, किसी भी व्यक्ति की नियति के रूप में व्यक्त होते हैं |

यहाँ पाठक कहना चाहेंगे कि क्या तर्क संगत सबूत है कि नियति को मिटा दिया गया है ? यह समझना महत्वपूर्ण है | यह स्वयं के भीतर व्यक्ति द्वारा अनुभव होता है | अनुभव की प्रकृति कुछ सीमा तक चंचल है | यह एक गंभीर अनुभव नहीं है | मेरा कहने का तात्पर्य है कि व्यक्ति का अनुभव से कोई भावनात्मक लगाव नहीं है, परंतु फिर भी स्पष्ट रूप से उस घटना को अनुभव करता है | मन की यह स्थिति एक बाहरी प्रेक्षक को ज्ञात नहीं हो सकती, यद्यपि निश्चित संकेत शरीर की भाषा, आदि के रूप में दिखाई दे सकते हैं | इसके अलावा, व्यक्ति के साथ घटित होने वाली कुछ छोटी दुर्घटनाएं, अथवा कुछ सामन्य घटनाएं भी एहसास दिलाती हैं, कि व्यक्ति के साथ एक बड़ी दुर्घटना के रूप में पूर्ण विकसित प्रतिक्रिया के स्थान पर, एक क्रिया की अभिव्यक्ति हुई है | उदाहरण के लिए, सभी आवश्यक परिस्थितियां एक बड़ी दुर्घटना के लिए ही विद्यमान रहीं होंगी | एक बड़ी दुर्घटना के लिए आदर्श वातावरण के बावजूद, व्यक्ति का एक हल्के अनुभव

के साथ चमत्कारिक ढंग से बच जाना | यह क्रिया का एक उदाहरण है | इसलिए एक व्यक्ति या साधक के लिए, जो की स्रोत, अर्थात सर्वशक्तिमान की ओर वापसी की यात्रा पर है, जीवन के प्रत्येक स्तर पर एक क्रिया अभिव्यक्त होती है | प्रतिक्रियाओं के अनेक दृश्य घटित होंगे जिससे कि सर्वोच्च मौलिक शक्ति यह सुनिश्चित करेगी कि साधक का मन उन सभी परिस्थितियों से मुक्त हो जाये जो मौलिक शक्ति द्वारा ही स्थापित है |

जैसा कि मेरे गुरु ने मुझे समझाया था, यह एक न रुकने वाली ट्रेन में बिना वापसी के टिकट के बैठने के समान है | साधक के लिए कुछ भी करना शेष नहीं रह जाता है | साधक अब ऐसे मार्ग पर है जहाँ से वापसी नहीं है | जिस पल कुंडलिनी शक्ति जागृत होती है, उसी क्षण साधक इस वापसी यात्रा पर चल देता है, जन्म और मृत्यु के नियमित चक्र से परे, जिससे कि वह मुक्त हो जाएगा |

मैंने कुछ अवसरों पर अपने गुरुजी से पूछा था कि क्या उस व्यक्ति के लिए सभी विकल्प समाप्त हो गये हैं, या उस व्यक्ति के लिए अभी भी एक नियमित जीवन शैली में वापस लौटना संभव होगा | मेरे गुरुजी ने स्पष्ट उत्तर दिया था कि यदि व्यक्ति सर्वोच्च शक्ति के प्रति समर्पण नहीं करता है और एक मूक दर्शक बना रहता है, तो अधिक से अधिक वापसी यात्रा की गति धीमी कर सकता है | उन्होंने आगे कहा कि व्यक्ति अपनी सांसारिक स्वतंत्र इच्छा का प्रयोग करके ट्रेन में अपनी सीट बदल सकता है | सांसारिक स्वतंत्र इच्छा के प्रयोग में इस छोटी सी स्वतंत्रता के अलावा, साधक को प्रभावी ढंग से वापसी से परे रखा जाता है |

यद्यपि, मैं सभी पाठकों को आश्वस्त करना चाहता हूँ कि यह सब एक बहुत ही सौहार्दपूर्ण ढंग से होता है |

सब से पहले, कोई व्यक्ति रातों-रात प्रबुद्ध नहीं होने जा रहा है | आत्म-बोध एक पल में, या यहाँ तक कि कुछ वर्षों में, भी नहीं होने जा रहा है | तो, एक व्यक्ति ने इतनी कठिनाई से मानव संबंधों से भावनात्मक

लगाव आदि के रूप में, जो सारी धूल युगों से संचित की है, वह रातों-रात, खोने का कोई डर नहीं है | दूसरा एक और तथ्य है | एक निर्धन व्यक्ति, उस परिदृश्य की कल्पना नहीं कर सकता जहाँ उसे लाखों की राशि का भुगतान करना पड़ सकता है | परंतु उस व्यक्ति के लिए ऐसी परिस्थिति स्थापित की जा सकती है, जहाँ वास्तव में वह उस राशि को वापस भुगतान करने के योग्य हो जाये |

इसी प्रकार एक साधारण मनुष्य ऐसी परिस्थिति के बारे में सोच नहीं सकता जिसमें बहुत से लोग उसका वध करने का प्रयास कर रहे हैं | यद्यपि, जब ऐसी परिस्थिति विकसित होंगी, उस साधारण व्यक्ति के पास भी, अपने जीवन के खतरे का सामना करने के लिए, पैसा और जन शक्ति के रूप में आवश्यक शक्ति और साधन होगा |

अतः किसी भी प्रकार से डरने की कोई आवश्यकता नहीं है | जब भावनात्मक लगाव त्यागने का समय आता है तो व्यक्ति भी, अनुभव भोगने के लिए, मन की आवश्यक अवस्था में होगा | सर्वोच्च मौलिक शक्ति, जो सचेत और सर्वज्ञ है, सुनिश्चित करेगी कि आवश्यक सुरक्षा व्यवस्था साधक के लिए उपलब्ध हो | सरल भाषा में सर्वोच्च दिव्यता को ज्ञात है कि सब कुछ कैसे नियंत्रित करना है |

एक साधक का जीवन निश्चित रूप से अग्नि के मार्ग पर डाल दिया जाता है | विशेष रूप से जब एक क्रिया 'विज्ञान कोष' में प्रकट होती है, तब व्यक्ति का अहंकार मिट जाता है | परिणाम स्वरुप, यह अनुभव साधक के लिए सब से अप्रिय होते हैं | कई बार इस प्रकार की क्रिया एक व्यक्ति के दैनिक जीवन में होती है | मैं अपने साथी साधकों को केवल इतनी ही सलाह दे सकता हूँ कि अपने आप को संभाले रहें | बस किसी प्रकार से थामे रहें | बस कुछ और घंटे, दिन या महीने | कांटा स्थायी रूप से मांस से निकल जाएगा | उसके पश्चात् और दर्द और दुःख नहीं रहेगा !

दिमाग का परिवर्तन

मैंने विभिन्न प्रकार की क्रियाओं के बारे में लिखा है जो कि, गुरु से कुंडलिनी शक्ति सक्रिय होने के पश्चात्, एक व्यक्ति के शरीर, मन और बाह्य दैनिक जीवन में घटित होती हैं |

परंतु, जहाँ तक एक साधक का संबंध है, उसके लिए प्रकट प्रतिक्रियाओं के विभिन्न प्रकार महत्वपूर्ण नहीं हैं, बल्कि मन का परिवर्तन और जो शुद्ध परिणामी अवस्था है, वह महत्वपूर्ण है |

जब सर्वज्ञ सर्वोच्च मौलिक शक्ति द्वारा प्रतिक्रियाएं शरीर में प्रकट होती हैं, तभी मन भी, दर्ज सभी ऐन्द्रिय प्रभावों से शुद्ध होता जाता है | परिणाम स्वरुप मन, क्रमशः उन्नत स्तर की ओर उठ जाता है और इस प्रकार एक व्यापक ढंग से बुद्धि का विस्तार होता है |

मेरे मन का परिवर्तन किस प्रकार से हुआ इससे संबंधित स्वयं के अनुभव आपको सुनाता हूँ, या इससे श्रेष्ठ ढंग से कहा जाये, तो अपने मन की धीमी गति के परिवर्तन का जो मेरे व्यक्तिगत जीवन पर प्रभाव रहा है, मैं उसका वर्णन करता हूँ |

मेरे शरीर में कुंडलिनी शक्ति जागरण का पहला सकारात्मक परिवर्तन मेरे धार्मिक, दार्शनिक और नैतिक मान्यताओं में आया |

संभवतः पाठकों को स्मरण हो, मैंने पिछले एक अध्याय में बच्चे की पहिया गाड़ी से सम्बंधित उल्लेख किया था | मैं विनम्रतापूर्वक पाठकों से, किसी भी धर्म या विश्वास का, एक महत्वपूर्ण पहलू स्मरण रखने का अनुरोध करना चाहूँगा | यह एक बच्चा पहिया गाड़ी के समान, आपके विकास में मदद करने हेतु मात्र एक साधन है |

उद्देश्य प्राप्त होने के पश्चात्, इन उपकरणों की आवश्यकता नहीं रह जाती है | इसके अलावा, वे आगे के विकास में एक बाधा बन जाते हैं |

यह कह कर, मैं पहले से विद्यमान इन मान्यताओं के प्रति, किसी भी प्रकार का अहंकार या अनादर नहीं प्रकट करना चाहता हूँ | सच्चाई यह है, कि हमारा विकास उन्हीं के कारण हुआ है | कोई भी व्यक्ति अपना प्राथमिक विद्यालय नहीं भूल सकता जिसमें उसने वर्णमाला सीखी है | भले ही व्यक्ति किसी भी विषय में एक महान विद्वान बन गया हो, स्पष्ट है कि जो अब तक सीखा गया था उसी प्राथमिक विद्या का परिणाम है | इस प्रकार का तर्क सामान्य सांसारिक शिक्षा पर लागू होता है |

परंतु, आध्यात्मिक विज्ञान के मामले में तर्क, थोड़े से संशोधन के साथ, कुछ भिन्न है | एक छात्र या साधक एक विशेष धार्मिक विश्वास या दर्शन का अनुसरण करता है, जिससे कि व्यक्ति का विकास हो सके | यद्यपि एक चरण आता है, जब व्यक्ति ने जो कुछ भी सीखा था, उसे भूलने की आवश्यकता होती है |

इस विषय को स्पष्ट करने के लिए एक और उदाहरण लेते हैं | एक व्यक्ति, सर्वशक्तिमान की आराधना, एक विशेष रूप में करता है | अब एक चरण आता है जब जैसे ही यह बोध होता है कि भगवान का कोई आकार नहीं है, सर्वशक्तिमान का यह रूप मन से हटा दिया जाना आवश्यक है | इसके पश्चात् क्या होता है मैं नहीं कह सकता । मैं योग अभ्यास के इतनी उन्नत अवस्था में नहीं हूँ |

मैं केवल विनम्रतापूर्वक कुंडलिनी शक्ति जागरण के पश्चात्, व्यक्ति के

मन में जो मध्यवर्ती स्थिति होती है, उससे सम्बंधित विषय पाठकों को समझाने का प्रयत्न कर रहा हूँ |

प्रत्येक व्यक्ति को अंतत: किसी भी बाहरी सहायता के बिना अपने दम पर अपने स्वयं के भीतर दिव्यता प्रकट करनी होगी | एक गुरु वह माध्यम है जिसके द्वारा यह संपन्न होता है, वो भी केवल उनकी कृपा से | यह इस पूरे प्रकरण का निचोड़ है | मेरे व्यक्तिगत जीवन में जो दूसरा सकारात्मक प्रभाव हुआ वह है, सामाजिकता में रूचि समाप्त होना | सामाजिक जीवन ने मुझे पूर्णतः नहीं छोड़ा है क्योंकि मेरे पिछले कर्म अभी तक पूरी तरह से नष्ट नहीं हुए हैं | परंतु मैंने इस में रुचि खो दी है | जब ऐन्द्रिय प्रभावों या कर्मों का एक बड़ा हिस्सा, मौलिक शक्ति द्वारा, मन से नष्ट कर दिया जाता है, तो प्रभाव स्पष्ट रूप से मन के भीतर अनुभव होता है | पाठकों से अनुरोध है, कि मेरे उस पिछले अध्याय का स्मरण करें जिसमें मैंने उल्लेख किया है, कि क्रिया की अभिव्यक्ति को भिन्न हिस्सों में बांट नहीं सकते हैं | इस का अर्थ है कि एक नई क्रिया प्रकट होने से पहले, ऐन्द्रिय प्रभावों के एक विशेष वर्ग से मन की शुद्धि, पूर्णतः समाप्त नहीं होती है |

इसी प्रकार मेरी संगीत, सिनेमा, टेलीविजन, इंटरनेट, पुस्तकें, पत्रिकाएं, समाचार पत्र, आदि के लिए भी इच्छाएं समाप्त हो गयी | मैं बस कभी-कभी इन्हें एक दृष्टि देख लेता हूँ |

इसी प्रकार, मुझे अपनी कार द्वारा असाधारण स्थानों तक अकेले यात्रा करना बहुत प्रिय हुआ करता था | मैंने पूर्णतः इस प्रकार की गतिविधि के प्रति कोई भी रुचि खो दी है |

मैं यह स्पष्ट करने के लिए कुछ अन्य घटनाएं सुनाता हूँ, कि किस प्रकार से स्थायी रूप से एक व्यक्ति के मन से, सर्वज्ञ लौकिक शक्ति यह इच्छा समाप्त कर देती है |

जब मैं पंजाब राज्य में जालंधर शहर में रह रहा था, मुझे एक दिन अचानक खाना पकाने की एक तीव्र इच्छा उत्पन्न हुई, जो कि मैंने अपने

जीवन में पहले कभी नहीं किया था | मैं गया और खाना बनाने के लिए जो सभी आवश्यक सामग्री चाहिए थी उसको खरीद कर लाया | और मैं विभिन्न प्रकार के विशेष व्यंजन पकाने में एकदम व्यस्त हो गया | मैंने सभी आवश्यक रसोई के बर्तन और सामग्री की खरीदारी के लिए बहुत पैसा और समय खर्च करना आरम्भ कर दिया था | अगले कुछ सप्ताहों में जो कुछ हुआ वह अद्‌भुत था | मैं दैनिक आधार पर इस प्रकार लंबे समय तक के लिए सब्जियां छीलने और काटने में व्यस्त हो गया, जैसे मेरा शरीर किसी अज्ञात दानव के अधीन था |

अचानक मैं अपने बिस्तर से जाग कर, सब्जी काटना आरम्भ कर देता था | मैं देर रात तक विशेष व्यंजन पकाने के प्रयत्न में कई घंटे लगा रहता | इस प्रकार की गतिविधि कई सप्ताह चलती रही और फिर अचानक एक दिन मैं ने खाना पकाने की किसी भी प्रकार की इच्छा पूर्णतः खो दी | मैंने सभी बरतन पैक करके एक लकड़ी की अलमारी में ठूस दिए गये | यद्यपि, कभी-कभी मुझे अभी भी पकाने की इच्छा उत्पन्न हो जाती है, मैं ढेर सारी सब्जियां खरीदता हूँ और उन्हें फ्रिज में भर देता हूँ | परंतु बस इतना ही, मैं कभी उन्हें पकाता नहीं | कुछ दिनों के पश्चात्, मैं वह सब्जियां फेंक देता हूँ | फिर कई दिनों के बाद, पकाने की इच्छा एक बार फिर से जाग उठती है | फिर मैं कुछ दिनों के लिए सब्जियां रखने के पश्चात् फेंक देता हूँ |

यह व्यक्ति द्वारा कभी भी, खाना पकाने की गतिविधि से संबंधित सभी ऐन्द्रिय प्रभावों से, मन की शुद्धि की प्रक्रिया है | गतिविधियों की एक विस्तृत विविधता से संबंधित इस प्रकार की घटनाएं अनेक अवसरों पर घटित हुईं |

प्रत्येक व्यक्ति के मन में कल्पनाओं और इच्छाओं के विविध प्रकार हैं | सर्वज्ञ सर्वोच्च मौलिक शक्ति यह सुनिश्चित करेगी कि इन सभी को, विविध प्रकार की क्रिया प्रकट करके या प्रतिक्रियाओं के द्वारा, मन से नष्ट कर दिए जाये | विभिन्न घटनाएं एक हल्के रूप में दैनिक जीवन में घटित होंगी

जिससे कि विभिन्न इच्छाओं को मन से नष्ट कर दिया जाये | सभी कल्पनाएं और इच्छाएं एक हल्के रूप में पूरी होती हैं, जिससे कि जीवन में उस विशेष आकर्षण के प्रति, कोई और अन्य इच्छा न रह जाये | इसी प्रकार सभी भय और चिंताओं को भी नष्ट कर दिया जाता है, जिससे कि व्यक्ति मन या दैनिक जीवन में अब से किसी से भी भयभीत न हो |

जब मन की उपर्युक्त शुद्धि प्रक्रियाएं समय की एक लम्बी अवधि तक चलती हैं, मन को अनुभव होता है जैसे कि वह अंदर की ओर या अनन्तता के एक बिंदु की ओर भीतर घसीटा जा रहा है | यह प्रभाव स्पष्ट रूप से मस्तिष्क क्षेत्र में लगातार रात और दिन अनुभव होता है | इस परिवर्तन का सीधा परिणाम गहरी नींद आना है |

यद्यपि, मैं प्रारंभिक दौर में इस शुद्धि के एक विशेष दुष्प्रभाव या अस्थायी घटना के बारे में अपने सभी साथी साधकों को आगाह करना चाहता हूँ जो इसके साथ घटित होती है | जब मौलिक शक्ति द्वारा मन से ऐन्द्रिय प्रभावों का एक बड़ा हिस्सा स्वच्छ किया जाता है, तो हाल ही में निर्मल किया गया मन, अति संवेदनशील और भावुक हो जाता है | मैंने अपने गुरुजी से पूछा था कि यह प्रक्रिया इस प्रकार से एक विपरीत विरोधाभासी ढंग से क्यों घटित होती है | वास्तव में, यह विषय पहली बार मेरे गुरु जी ने ही किसी एक चर्चा में उठाया था और इस प्रकरण को स्पष्ट किया था |

गुरूजी ने कहा कि यह एक प्राकृतिक प्रक्रिया है, जो प्रारंभिक चरण के दौरान मन की शुद्धि के साथ होती है और बाद में इन सब के लिए प्रतिरक्षा उत्पन्न हो जाती है |

प्रत्येक साधक को इस तथ्य से परिचित होना चाहिए | यह अस्थायी रूप से एक बहुत ही स्वाभाविक ढंग से होता है और इसके बारे में चिंता करने की कोई आवश्यकता नहीं है | गुरुजी ने कहा कि वास्तव में यह योग में अच्छी प्रगति का संकेत है | जैसा कि मैंने पहले अध्यायों में से एक में कहा था, योग के अभ्यास के दौरान कई बाधाएं उत्पन्न होती हैं |

उदाहरण के लिए, मैं जब भी ध्यान के लिए बैठता, तो मैं सभी आवश्यक सावधानियां बरतता, जिससे कि मेरे ध्यान में किसी प्रकार का व्यवधान न हो | मैं अपना टेलीफोन शांत मोड पर डाल देता, यह सुनिश्चित करता कि अन्य सभी बिजली के उपकरणों को बंद कर दिया गया है, सभी बत्तियां बंद कर देता, किवाड़ पर चिटकनी लगाता, इत्यादि |

परंतु, जब भी बाधा उत्पन्न होनी है, भले ही जितने भी निवारक कदम उठाए गए हो, वह घटित होगी ही |

समझने की बात यह है, कि ध्यान में व्यवधान पिछले कर्मों का ही परिणाम है | यह बाधा भोगना अनिवार्य है जिससे कि यह धीरे-धीरे समाप्त हो जाये और साधक को किसी प्रकार से विचलित न करे | अन्यथा, अशुद्ध प्रभाव विभिन्न शारीरिक या मानसिक बाधाओं के रूप में प्रकट होकर ध्यान में व्यवधान डालते रहेंगे | मेरे सभी साथी साधकों से विनम्रतापूर्वक एक बात स्मरण रखने का अनुरोध है | आप अहंकार में रंगे अपने स्वैच्छिक आत्म-समर्पण से सर्वज्ञ, सर्वोच्च मौलिक शक्ति को मूर्ख नहीं बना सकते हैं | आत्म-समर्पण सहज और स्वाभाविक रूप से मन, बुद्धि और शरीर से उत्पन्न होना आवश्यक है | कृपया या तो जानबूझकर या अनजाने में आत्म समर्पण के किन्हीं भी भ्रामक कृत्यों का सहारा न लें | अपने गुरु से प्रार्थना करें कि आत्म सत्यता प्रत्येक पल में आपके लिए जीवनदायिनी सांस बन जाये |

मैं अपने सभी साथी साधकों को इससे यह बात समझाना चाहता हूँ, बाधाएं सभी के लिए उत्पन्न होती हैं और यह एक प्राकृतिक सिद्धांत है | बाधाओं का प्रतिरोध न करें | ऐसा करना योग अभ्यास के सिद्धांत के विरुद्ध है |

उसके पश्चात्, मैं सभी पाठकों को यह समझाना चाहता हूँ कि मनः स्थिति शुद्धि प्रक्रिया के दौरान नीचे फिसल सकती है, परंतु यह एक प्राकृतिक घटना है, जो हर किसी के लिए होता है | यह चिंता करने का

विषय नहीं है | यह केवल एक अस्थायी घटना है | सभी योग ग्रंथ इस तथ्य को प्रमाणित करते हैं कि योग के प्रत्येक साधक का योग अभ्यास की प्रगति के दौरान समय-समय पर पतन हो जाता है | यह हर एक के साथ होता है, जैसा कि गुरूजी द्वारा बताया गया है | यह प्रमुख तरीके से कम से कम एक बार और छोटे ढंग से अनेक अवसरों पर मेरे साथ भी हुआ है |

क्या होता है जब कुंडलिनी शक्ति प्रारंभ में जागृत होती है कि व्यक्ति तेजी से एक बहुत ही उच्च स्तर पर पहुँच जाता है और उसके बाद व्यक्ति फिसल जाता है ? कोई बड़ी क्षति नहीं होती है | व्यक्ति को प्रारंभ में उस स्तर तक ले जाया जाता है, जहां अभ्यास उसके द्वारा पिछले जन्म के दौरान बंद कर दिया गया था |

किसी भी व्यक्ति के लिए योग अभ्यास ठीक उसी स्तर से शुरू होता है जहाँ यह पिछले जीवन में छोड़ दिया गया था | यदि व्यक्ति वर्तमान जीवन में आत्म-बोध की अवस्था प्राप्त करने में विफल रहा है, तो यह फिर से ठीक उसी स्तर से अगले जन्म में शुरू करेगा | यह सर्वशक्तिमान से एक उपहार है | केवल यही एक उपहार है, जिसे वास्तव में एक उपहार कहा जा सकता है |

सभी ऐन्द्रिय प्रभावों से मन की शुद्धि प्रक्रिया के दौरान विभिन्न अन्य प्रकार की घटनाएं भी होती हैं ! उदाहरण के लिए, कुछ छोटी दुर्घटनाएं एक बहुत ही हल्के रूप में हो सकती हैं |

आप कभी भी एक योग साधक को एक छोटी सी दुर्घटना भोगते देखना तो उसे बधाई देना मत भूलना ! सर्वोच्च मौलिक शक्ति ने एक पूर्ण विकसित प्रतिक्रिया के रूप में एक प्रमुख अप्रिय घटना के स्थान पर, एक हल्की दुर्घटना के रूप में आशीर्वाद बरसाया है |

इसी प्रकार, सुखद घटनाएं भी फिर से एक हल्के रूप में घटित हो सकती हैं | उसे इस समय बधाई मत देना ! यह विशुद्ध रूप से हास्य है |

पाठकों से यह स्मरण रखने का अनुरोध है कि दोनों सुखद और दुखद घटनाएं एक त्वरित ढंग से सर्वज्ञ शक्ति द्वारा नष्ट कर दी जाती हैं !

योग के अभ्यास में गुरु का मार्गदर्शन

योग अभ्यास के दौरान गुरुजी का मार्गदर्शन प्रत्येक साधक को उसके मार्ग के प्रत्येक चरण में पटरी पर बनाए रखने के लिए महत्वपूर्ण है | गुरु से इस मार्गदर्शन के बिना, किसी भी साधक के लिए योग के मार्ग पर अधिक देर तक दृढ़ रहना संभव नहीं है |

आकर्षण और बाहरी संसार के विघ्न, साधक के लिए अत्यधिक शक्तिशाली होते हैं | वह सरलता से 'जीवन' के शिकार बन जाते हैं, और आध्यात्मिक मार्ग से भटक जाते हैं | गुरू लगातार सतर्क रहते हैं और साधक पर निगरानी रखते हैं |

मैं अपने जीवन के कुछ उदाहरणों का वर्णन करना चाहूँगा, ताकि पाठक सरलता से विषय का सार समझ सकें |

मैंने पहले ही पिछले अध्यायों में कुछ अनुभव सुनाये हैं कि किस प्रकार से मेरे गुरुजी का मार्गदर्शन महत्वपूर्ण रहा | मेरे प्रकरण में दीक्षा के समय क्रिया की शुरुआत ही नहीं हुई थी, और मेरे गुरुजी के कई बार हस्तक्षेप करने के पश्चात् ही क्रिया मेरे शरीर में प्रकट होनी आरम्भ हुई थी |

तत्पश्चात मैंने यह भी वर्णन किया था, कि किस प्रकार मेरे गुरुजी को मेरी कई आशंकाएं दूर करनी पड़ी थी | विशेष रूप से उन्होंने मेरे पाप

करने की आशंका को दूर किया था | अन्यथा, योग में मेरी आगे की प्रगति में अवरोध उत्पन्न हो जाता | मुझे अपने दिमाग को दोष मुक्त करने के लिए उत्तर की जब भी आवश्यकता पड़ी, मेरे गुरु जी मेरे लिए निरंतर एक निर्देश पुस्तिका के समान थे |

इसके अलावा मैंने इसका भी वर्णन किया था, कि किस प्रकार से मैं गुरुजी द्वारा दिए गए मंत्र के प्रभाव के कारण अपने जीवन में वित्तीय समस्याओं से बाहर आया था | अब मैं उससे सम्बंधित तथ्य लिखूंगा, जो प्रत्येक साधक के लिए अत्यंत महत्वपूर्ण है |

एक बार क्रिया की अभिव्यक्ति आरम्भ होने के पश्चात् जैसा कि मैंने पहले के अध्यायों में कहा है, यह या तो एक साथ सभी कोषों में या कभी-कभी पृथक रूप से प्रकट होती है | चलिए हम मान लेते हैं, कि क्रिया व्यक्ति की सामान्य दिनचर्या में प्रकट होने लगी है |

क्या पाठक यह कल्पना कर सकते हैं कि इसका परिणाम क्या होगा ?

घटनाक्रम एक तीव्र दर से प्रकट होने लगता है | व्यक्ति की नियति तेजी से घटित की जाती है जिससे कि संचित चरित्र एक तेज गति से नष्ट किया जा सके | एक साधक के लिए यह बोझ सहन करना कभी-कभी कठिन हो जाता है |

अनेक बार मैंने नियति की तीव्र गति पर अपने गुरु जी से आपत्ति प्रकट की थी | स्मरण रहे कि यह तीव्र गति सदैव सुखद नहीं हो सकती है | कई अवसर पर घटनाएं अहंकारी 'ज्ञान के कोष' से संबंधित होती हैं | साधक द्वारा अप्रिय अनुभव वहन किया जाना है | इसी प्रकार से सर्वोच्च शक्ति मन या बुद्धि, जैसा कि संस्कृत ग्रंथों में कहा जाता है, से अहंकार के अंतिम अंश को मिटाती है |

तो, जब क्रिया की गति अति तीव्र हो जाती थी, मैं राहत के लिए अपने गुरुजी से अनुरोध करता था और गुरु जी मेरे जीवन में घटित होती घटनाओं की गति को नियंत्रित कर देते थे |

इसी प्रकार से, गुरु व्यक्ति के जीवन से अप्रिय अनुभवों को दूर कर

सकते हैं जिससे कि साधक के लिए यह सरल हो जाये | कभी-कभी, गुरु एक व्यक्ति के अप्रिय अनुभव, रोगों सहित, स्वयं पर स्थानांतरित कर लेते हैं | यद्यपि, गुरु सरलता से उन्हें एक बहुत ही हल्के रूप में अनुभव करके स्वयं की रक्षा कर सकते हैं |

कभी-कभी, गुरु सुखद अनुभव भी स्वयं पर ले सकते हैं जिससे कि साधक सांसारिक जीवन के आकर्षण का शिकार न हो जाये | जब इस प्रकार की बातें होती हैं, गुरु एक इतने सूक्ष्म ढंग से उन्हें करते हैं, कि साधक उस समय पर इसे पहचान भी नहीं पाता है |

मैं ऐसे कई अनुभवों को स्मरण कर सकता हूँ जिसमें, मेरे गुरुजी ने इस प्रकार के एक सूक्ष्म ढंग से मेरे भाग्य को प्रबंधित किया था | चरित्र के अच्छे और बुरे दोनों ही पहलुओं, को नष्ट करने की आवश्यकता है |

गुरु द्वारा साधक की नियति का प्रत्यक्ष रूप से किया गया यह प्रबंधन अत्यंत सूक्ष्म होता है | मुझे संदेह है कि पाठक इस को समझ सकते हैं और मुझे ढंग से पाठकों को यह तथ्य समझाने की अपनी क्षमता पर भी संदेह है| फिर भी, चलिए प्रयत्न करते हैं |

एक दिन हैदराबाद शहर में मैं अपने स्कूटर से गुरूजी से भेंट करने जा रहा था | गुरूजी ने मुझे एक पता दिया था और मुझे वहां मिलने का आदेश दिया था |

मैं शहर से बहुत परिचित नहीं था | तो, मैंने शहर का नक्शा निकाला और परिचित सड़कों के माध्यम से अपना मार्ग चिन्हित किया | यद्यपि, मैंने एक लंबा मार्ग चुना जो अनावश्यक था | मैं अनावश्यक रूप से मुख्य मार्ग से एक लंबा मार्ग ले रहा था क्योंकि मैं छोटे मार्ग से बहुत परिचित नहीं था |

जब मैं स्कूटर चला रहा था, मेरा मोबाइल फोन बजने लगा | सामान्यतः ड्राइविंग करते समय, मैं उत्तर नहीं देता हूँ, और विशेषकर यदि मैं एक दोपहिया वाहन चला रहा हूँ | यद्यपि, मैं फोन करने वाले की

पहचान देखने के लिए स्क्रीन पर एक दृष्टि अवश्य डाल लेता हूँ | इस बार फोन मेरे अपने गुरु जी का था |

तो, मैंने अपना स्कूटर रोका और फ़ोन पर बात करने लगा |

मुझे किसी अन्य व्यक्ति का स्वर सुन कर कुछ आश्चर्य हुआ | उस व्यक्ति ने मुझे बताया कि मेरे गुरु जी ने मुझे सही मार्ग समझाने के लिए उसे निर्देश दिया था | उन्होंने आगे मेरे वर्तमान स्थान के बारे में पूछताछ की | इसके पश्चात्, उसने मुझे बताया कि अपने गंतव्य तक पहुंचने के लिए अपने चिन्हित मार्ग से केवल कुछ ही भिन्न मोड़ लेने की आवश्यकता है |

यदि यह फोन कॉल कुछ मिनट की देरी से किया गया होता, तो मैं अपने पहले चिन्हित मार्ग पर चलता जिसके परिणाम स्वरूप एक लंबा चक्कर लेना पड़ता | यदि फोन कॉल किसी और से आया होता, तो मैं रूका नहीं होता | तो मेरे गुरु ने किसी अन्य व्यक्ति को अपना फोन दिया और मुझे उस विशेष बिंदु पर ही रास्ता स्पष्ट करवाया जहाँ मैं मार्ग में त्रुटि कर रहा था |

अगस्त २९, २०११ को मैं एक लम्बी सड़क यात्रा पर अपनी गाड़ी से अकेले निकला |

कुल दूरी संकीर्ण सड़कों के साथ तीन हजार किलोमीटर की थी, और मैंने दर्शनीय स्थलों की यात्रा के लिए बीच में रुकने के साथ, लगभग दस दिन की अवधि में इसे पूरा करने की योजना बनाई थी| शुरुआती बिंदु श्रीनगर से था और गंतव्य हैदराबाद था | यह किसी भी प्रकार से मेरी पहली लंबी दूरी की यात्रा नहीं थी | मेरी यात्रा के प्रारंभ से कुछ दिन पहले मैंने इसके बारे में गुरु जी को सूचित किया था |

मेरे गुरुजी ने मुझे टेलीफोन पर एक मंत्र दिया और इसे स्मरण करने का मुझे निर्देश दिया था | उन्होंने आगे मुझे अपनी लंबी यात्रा के प्रारंभ के पहले और मार्ग के साथ प्रत्येक दिन इस मंत्र को ग्यारह बार जपने का निर्देश दिया |

गुरुजी ने मुझे बताया था कि यह मंत्र मेरी सुरक्षा के लिए था | मैंने

पहले ही कहा था, यह किसी भी प्रकार से मेरी पहली लंबी दूरी की यात्रा नहीं था और गुरु जी ने इससे पहले के अवसरों पर मुझे इस प्रकार मंत्र नहीं दिया था |

ड्राइविंग के आठ दिनों के पश्चात् मैं हैदराबाद शहर में अपने अंतिम चरण पर था | मैंने एक सुविधाजनक मार्ग चुना था यद्यपि यह सब से छोटा नहीं था | अपने गुरु के निर्देशानुसार, मैं प्रत्येक दिन किसी भी स्थान से निकलने से पहले मंत्र ग्यारह बार दोहराता था |

विशेष रूप से उस दिन पर, मैं मध्य भारत के आंतरिक भागों में गाड़ी चला रहा था |

मैं लगभग सौ किलोमीटर प्रति घंटे की गति पर गाड़ी चला रहा था, जब मैंने एक संकरी सड़क पर एक बस से आगे निकलने का प्रयत्न किया | बस ड्राइवर अड़ा हुआ था और मुझे आगे निकलने के लिए स्थान नहीं दे रहा था, मैं धीमा करने के मूड में नहीं था और मैंने खतरा उठाने का निर्णय किया |

मेरे और बस ड्राइवर के मध्य इच्छा शक्ति का टकराव हो गया | बस ड्राइवर ने सोचा होगा कि मैं पहले झुक जाऊंगा और धीमा कर लूँगा | परंतु, मैंने तेज गति से बस के साथ-साथ अपनी कार को बढ़ा दिया |

इसके परिणाम स्वरूप, क्योंकि बस मुझे आगे निकलने के लिए स्थान नहीं दे रही थी, मैं आंशिक रूप से सड़क से उतरने को बाध्य हो गया था | मेरी कार के दो पहिये सड़क के बगल में बजरी पर थे | मुझे तुरंत समझ आ गया कि मैं उस तरीके से बस के आगे निकलने में सक्षम नहीं था क्योंकि सड़क के बगल में बजरी समतल नहीं थी |

अंत में मुझे हार माननी पड़ी और क्योंकि सड़क पर आगे कुछ लोग चल रहे थे, गाड़ी अचानक धीमी करनी पड़ी | इस कारण मैंने अचानक ब्रेक लगाया और अपनी गाड़ी पर नियंत्रण खो दिया |

मेरे जीवन के बाद के कुछ ही क्षणों में जो कुछ हुआ था संभवतः भूलने के लिए एक लंबा समय लगेगा !

वाहन किस प्रकार से फिर नियंत्रण में आया, यह वर्णन करना बहुत कठिन है | मैं पहले से ही इस अपरिहार्य दुर्घटना को मन ही मन स्वीकार कर चुका था | मैंने स्पष्ट रूप से जीवन और मृत्यु के मध्य की पतली रेखा का अनुभव किया | यद्यपि, इस अनुभव से एक सौ पाप धुल गये होंगे |

मैं इस पूरी दुर्घटना से सकुशल निकल आया, और न ही मेरा शरीर और न ही मेरी कार किसी भी प्रकार से क्षतिग्रस्त हुई |

मैं इस घटना के पश्चात्, जब घटनाक्रम का पूरा दृश्य समझने का प्रयत्न कर रहा था तब मेरे मन में गुरु जी द्वारा दिया गया मंत्र गूंज रहा था| एक गुरू इस प्रकार से एक अत्यंत सूक्ष्म ढंग से अपने साधकों का भाग्य संभालते हैं |

आवश्यक नहीं है कि गुरू एक प्रत्यक्ष रूप से अपनी अलौकिक शक्तियों का प्रदर्शन करें | इन दो स्थितियों में, मेरे गुरुजी द्वारा दूरस्थ दृष्टि की शक्ति का प्रयोग किया गया था |

यद्यपि, जैसे एक मुखौटे के भीतर से प्रकाश की महिमा की झलक जनता को दिखाई देती है, एक गुरु की अलौकिक शक्तियां भी अनजाने में उनके अधीन साधकों को प्रकट हो जाती हैं |

इस प्रकार की घटनाएं कई अवसरों पर मेरे साथ हुई हैं | यद्यपि, इतना ही पर्याप्त है यदि पाठकों को विषय समझ में आ गया हो तो |

चलिए हम इस पूरी कहानी का एक सरल विश्लेषण करते हैं !

यद्यपि मैंने कहा है कि एक सिद्ध गुरु की अलौकिक शक्तियां अनजाने में कभी कभी साधक को प्रकट हो जाती हैं, यह मेरे गुरुजी की ओर से एक सोचा-समझा कृत्य भी हो सकता है | यह गुरुजी का एक ही झटके में कई उद्देश्यों को प्राप्त करने का इरादा भी हो सकता है |

सबसे पहले कर्मों या संचित ऐन्द्रिय प्रभाव जो नियति के रूप में प्रकट होने थे सभी धुल गये ! इसके अतिरिक्त, हो सकता है गुरु जी ने अलौकिक शक्तियों का प्रदर्शन आने वाली घटनाओं के संकेतक के रूप में जानबूझ कर प्रकट करके किया हो | यह इसलिए किया गया होगा कि गुरू के लिए एक

साधक का विश्वास सुदृढ़ हो सके |

इसी कारण मैंने कहा है कि एक गुरु अपने साधकों को जिस प्रकार से संभालते हैं यह समझने के लिए अत्यंत सूक्ष्म है !

जब इस प्रकार की घटनाएं होती हैं एक साधक को मजबूती से योग अभ्यास की पटरी पर डाल दिया जाता है ताकि वह योग प्रणाली की वैधता आदि पर संदेह के कारण अपने पथ से भटक न जाये |

अंतिम शब्द

सही अर्थों में परोपकारिता से क्या तात्पर्य है ?

यह वास्तव में अज्ञात है क्योंकि सर्वोच्च दिव्यता केवल मानवता के मध्य इसका प्रख्यापन सुनिश्चित कर सकती है |

मैं इस पर सविस्तार उल्लेख करना चाहूंगा |

यह वास्तव में, अहंकार में रंगी मानव स्वतंत्र इच्छा शक्ति का, स्वेच्छा से प्रयोग करके नहीं किया जा सकता | यदि सर्वोच्च सर्वशक्तिमान द्वारा यह निश्चित है, तो व्यक्ति केवल परोपकारी कृत्यों के लिए एक माध्यम हो सकता है |

किसी भी व्यक्ति को कभी भी, किसी अन्य व्यक्ति से किसी प्रकार की, सहायता की आवश्यकता नहीं है | और कोई व्यक्ति कभी भी, किसी अन्य प्राणी की मदद नहीं कर सकता है | सभी जीवित प्राणियों का अस्तित्व अनंत आत्मा या सर्वोच्च दिव्यता के द्वारा ही समर्थित है | किसी बाह्य स्रोत पर किसी भी प्रकार की निर्भरता की कोई आवश्यकता नहीं है | सर्वप्रथम एक प्राणी के उत्तरजीविता के लिए उस प्रकार से तंत्र बनाया ही नहीं गया है |

यह अहंकार में रंगी मानव स्वतंत्र इच्छा शक्ति है, जिससे व्यक्ति को यह लगता है कि वह सकारात्मक या नकारात्मक रूप से संसार को प्रभावित करने के लिए कुछ कर सकता है | यही उस व्यक्ति पर भी लागू

होता है जो सोचता है कि उसे किसी बाहरी स्रोत की सहायता की आवश्यकता है | यह दोनों ही असत्य हैं |

परिणाम स्वरूप करुणा, परोपकार, प्रेम, दया,आदि, जैसे शब्दों का उनके विपरीत समकक्षों के समान कोई आधार नहीं है | यह विचार, भले ही जितने भव्य प्रतीत होते हों, विशुद्ध रूप से अहंकार में डूबी बुद्धि से उत्पन्न होते हैं | कोई भी विचार, भले ही जितना भव्य या पापी प्रतीत होता हो, उसके पूर्ण अस्तित्व के लिए कोई आधार नहीं है | यह प्रकृति में विशुद्ध रूप से भ्रामक है | यह अहंकार से बल पाता है और बाह्य संसार पर मन और ज्ञानेन्द्रियों के माध्यम से प्रक्षेपित किया जाता है !

एक मनुष्य में निहित दिव्यता, अकेले स्वयं के भीतर मनुष्य द्वारा, प्रकट किए जाने की आवश्यकता है | कोई अन्य बाह्य साधन नहीं है जो बचाव के लिए आ सकता है | गुरू यह माध्यम है जिसके द्वारा यह संभव होता है वह भी केवल उनकी दिव्य कृपा से | अंततः, प्रत्येक मनुष्य स्वयं के लिए और स्वयं के भीतर दिव्यता प्रकट करने के लिए अकेले निस्सहाय छोड़ दिया जाता है |

मनुष्य में आत्म-बोध या मोक्ष सर्वशक्तिमान की कृपा के बिना नहीं होता है ! इस परिस्थिति को स्थापित करने के लिए, मन का युगों या पिछले बहुसंख्य जन्मों में संचित सभी ऐन्द्रिय प्रभावों से मुक्त होना आवश्यक है |

इस अवस्था में स्थापित होने के लिए, कुंडलिनी या सर्वोच्च मौलिक ब्रह्मांडीय बल (जिसने मनुष्य का सृजन किया है) का व्यक्तिगत स्तर पर सृजन पूर्ववत करने की आवश्यकता है !

इस परिस्थिति को स्थापित करने के लिए, एक गुरु को इस ब्रह्मांडीय शक्ति के साथ हस्तक्षेप करके विध्वंस या अन्तर्विलयन की विपरीत विधा में डालने की आवश्यकता है |

यद्यपि, एक मानव मानस में संचित ऐन्द्रिय प्रभाव इतने विशाल मात्रा में हैं कि इस सृजन को पूर्ववत करने के लिए एक बहुत लंबा समय लगता है |

यदि वांछित है तो यह गुरु की इच्छा से तेजी से किया जा सकता है | यद्यपि, एक छात्र या साधक गति को वहन करने में सक्षम नहीं हो सकता |

परंतु, गुरु निश्चित रूप से सबसे कुशल विधि से उसकी नियति का प्रबंधन कर सकते हैं | तो एक साधक में सर्वश्रेष्ठ विधि से प्रयास में आवश्यक प्रबंधन गुरु द्वारा प्रयोग किया जाता है | इसलिए, एक साधक से केवल गुरु के समक्ष पूर्ण आत्म-समर्पण की आवश्यकता है और एक मनुष्य के लिए केवल एक गुरु की आवश्यकता है |

मैं अपनी पुस्तक को समाप्त करने के पूर्व सभी पाठकों के समक्ष एक अंतिम प्रश्न रखूँगा |

इस भ्रामक संसार में, कोई कैसे एक साक्षी या एक मूक दर्शक बना रह सकता है, जब मन एक शांत अवस्था में नहीं है और लगातार भावनाओं के रूप में बढ़ते वेग के आधीन है ?

यह जानबूझ कर नहीं किया जा सकता |

मन को इस स्तर तक ऊपर उठाना होता है और यह केवल दिव्यता को पूर्ण आत्म-समर्पण के साथ ही हो सकता है | यह जानबूझ कर नहीं किया जा सकता | अहंकार में रंगे आत्म-समर्पण का भ्रामक कृत्य काम नहीं करेगा |

तो अंतिम समाधान क्या है ?

एक सिद्ध गुरु से ईश्वरीय कृपा ही समाधान है |

अपने गुरुजी, श्री स्वामी सहजानंद तीर्थ जी महाराज को विनम्र नमन के साथ मैं सभी पाठकों की सही दिशा में प्रेरणा की प्रार्थना करता हूँ !

शब्दावली

आज्ञा चक्र - एक मानव शरीर में दोनों भृकुटी के मध्य अवस्थित शक्ति केंद्र|

अनाहत चक्र - रीढ़ की हड्डी पर हृदय क्षेत्र में अवस्थित शक्ति केंद्र |

अनाहत ध्वनि - किसी भी वस्तु पर प्रहार के बिना ध्वनि उत्पादन और आंतरिक रूप से एक व्यक्ति द्वारा सुना जा सकता है |

आनंदमय कोष - आनंद का आवरण । यह व्यक्ति की आत्मा पर गठित पहली परत या लौकिक भ्रम के रूप में आत्मा है | मौलिक शक्ति इस स्तर पर अपने सबसे सूक्ष्म और मूलभूत स्वरूप में है |

अन्नमय कोष - 'अन्न का आवरण' | यह सकल मानव शरीर के रूप में व्यक्तिगत आत्मा पर गठित पांचवी और अंतिम परत है |

आश्रम - योग आश्रयस्थल | यह एक गुरु या आदरणीय शिक्षक का निवास है जिनके प्रत्यक्ष निगरानी के अधीन लोग योग अभ्यास करते हैं |

ब्रह्म - पूरे ब्रह्मांड और उससे भी आगे सर्वव्यापी सर्वोच्च दिव्यता या भगवान या सर्वशक्तिमान आदि |

बुद्धि - यह ब्रह्मांडीय शक्ति का एक रूप है जिसे व्यक्ति का 'दिमाग' कहा जाता है या विवेक की क्षमता जिस में अहंकार सह-स्थित है |

चित्त - एक व्यक्ति के मन की सामग्री | यह सभी इंद्रियों का आधार है जहां व्यक्ति द्वारा स्वतंत्र इच्छा का प्रयोग किया जाता है |

चित्त शक्ति – यह मन में कार्यशील ब्रह्मांडीय शक्ति का एक रूप है जिसे अलौकिक शक्ति कहा जाता है |

चक्र - मस्तिष्कमेरु प्रणाली में एक शक्ति केंद्र |

गुरु - आदरणीय शिक्षक जो एक छात्र के मन से अंधकार या अज्ञान दूर करते हैं, जिससे स्व के भीतर पहले से ही विद्यमान ज्ञान का प्रकाश चमकने लगता है |

गुण - मन सामग्री के तीन गुण |

कारण शरीर - व्यक्ति की वशीभूत आत्मा या ब्रह्मांडीय भ्रम से घिरी आत्मा है | इसे कारण शरीर कहा जाता है |

क्रिया - सभी ऐन्द्रिय प्रभावों से व्यक्ति के मन को शुद्ध करने के लिए जो शरीर, मन और बाहरी दैनिक जीवन में अनैच्छिक प्रतिक्रिया के रूप में प्रकट होता है |

कुंडलिनी - सर्वोच्च मौलिक ब्रह्मांडीय शक्ति जो ब्रह्मांड के रूप में प्रकट होती है | यह शक्ति गुदा और जननांग क्षेत्र के ठीक बीच प्रत्येक मनुष्य के मस्तिष्कमेरु प्रणाली के आधार पर अवस्थित है |

कुंभ मेला - यह एक नदी महोत्सव है जो गंगा नदी के तट पर भारत में हर बारह वर्ष में एक बार मनाया जाता है |

मनोमय कोष - यह व्यक्ति की आत्मा या जीवात्मा पर गठित तीसरा कोष है | यह सभी इंद्रियों का स्थान है जहां स्वतंत्र इच्छा का प्रयोग किया जाता है |

माया - लौकिक भ्रम या अपने सबसे मौलिक रूप में ब्रह्मांडीय शक्ति |

मणिपुर चक्र - यह मानव शरीर में मस्तिष्कमेरु प्रणाली के नाभि क्षेत्र में अवस्थित शक्ति केंद्र है |

मणि द्वीप - यह सर्वोच्च मौलिक ब्रह्मांडीय शक्ति का वास है | इसे 'रत्नों का टापू' कहा जाता है और यह 'आनंद के सागर' से घिरा हुआ है |संस्कृत ग्रंथों के अनुसार यह विविध असंख्य सांसारिक प्रणालियों से बहुत दूर विशाल और अनंत ब्रह्मांड के अंदर बहुत गहराई में स्थित है |

मंत्र - यह एक पवित्र संस्कृत अक्षर या शब्द या वाक्य या वाक्यों का एक

समूह है जो पाठ्य सामग्री के किसी भी मात्रा में हो सकता है |

मूलाधार चक्र - गुदा और जननांग क्षेत्र के ठीक बीच मस्तिष्कमेरु प्रणाली के आधार पर अवस्थित ऊर्जा शक्ति केंद्र |

ॐ - यह पवित्र संस्कृत अक्षर या ध्वनि या मंत्र है जो स्वयं मौलिक ब्रह्मांडीय शक्ति के स्वरूप का प्रतिनिधित्व करता है !

पराशक्ति – सर्वोच्च मौलिक ब्रह्मांडीय शक्ति |

प्राणमय कोष - यह व्यक्ति की आत्मा या जीवात्मा के चारों ओर आच्छादित चौथा कोष है | इसे 'जीवन बल का आवरण' कहा जाता है !

प्रकृति - यह मूल रूप से शक्ति का स्थूल रूप या ब्रह्मांड या प्रकृति है |

प्राण - यह ब्रह्मांडीय शक्ति या पूरे ब्रह्मांड में सर्वव्यापी गतिज ऊर्जा का एक रूप है | यह मानव शरीर में जीवन बल के आवरण में सर्वव्यापी जीवन शक्ति भी है |

राजस - मन के तीन गुणों में से एक जिस के कारण सभी रूपों में सृजनात्मकता प्रकट होती है |

सात्विक - मन की तीन गुणों में से एक है जिसके कारण रखरखाव या जीविका के कार्य सभी रूपों में प्रकट होता है |

समाधि - यह अविचारशीलता की एक अवस्था है | यह आत्म-बोध होने से पहले सभी योग प्रणाली का अंतिम उद्देश्य है !

शैव - भगवान शिव के अनुयायियों का दर्शनशास्त्र, जो हिंदुओं के तीन देवताओं में से एक हैं जिन्हें एक साथ त्रिदेव के रूप में जाना जाता है |

शक्तिपात – 'शक्ति का अवतरण' | यह सिद्ध महायोग प्रणाली में एक साधक को दीक्षा देने के लिए शक्तिपात पद्धति के संतों द्वारा प्रयोग किया गया एक तकनीक है |

शक्ति - मौलिक ब्रह्मांडीय शक्ति |

शक्ति पीठ - मौलिक ब्रह्मांडीय शक्ति केंद्र |

सिद्ध महायोग - व्यक्ति में कुंडलिनी शक्ति जागरण के पश्चात् भव्य योग प्रणाली जिसमें सभी व्यक्तिगत योग प्रणालियां सम्मिलित हैं | यह शक्तिपात पद्धति द्वारा अंगीकृत एक योग प्रणाली है |

स्वाधिष्ठान चक्र - यह मस्तिष्कमेरु प्रणाली में जननांग क्षेत्र की जड़ के पास स्थित शक्ति केंद्र है |

सूक्ष्म शरीर - सूक्ष्म शरीर जिसमें सकल भौतिक शरीर के अलावा अन्य सभी कोष विद्यमान हैं | यह शरीर अपनी मृत्यु के पश्चात् भौतिक शरीर त्याग देता है और पुनः अवतार लेता है |

तमस - दिमाग के तीन गुणों में से एक जिसके कारण सभी रूपों में विनाश प्रकट होता है |

तन्द्रा - योग ग्रंथों के अनुसार यह स्वप्न और जाग्रत के मध्य की एक अवस्था है |

तांत्रिक - तंत्र के साधक | योग प्रणाली का एक प्रकार |

वैष्णो देवी - भारत में जम्मू-कश्मीर राज्य में हिमालय में त्रिकुटा पर्वत पर स्थित देवी पीठ | यह शक्ति केंद्र सबसे लोकप्रिय आस्था स्थल है |

विशोक - दु: ख का विलोम |

विज्ञानमय कोष - कारण शरीर पर गठित दूसरा आवरण | बुद्धि और अहंकार इस कोष में सह स्थित है | इसमें दोनों, चेतन और अवचेतन, तथा सभी ऐन्द्रिय प्रभावों का भी निवास है |

योग - सर्वशक्तिमान के साथ व्यक्ति की आत्मा या जीवात्मा का विलय |

योगी - किसी भी योग प्रणाली के साधक |

योगिनी - किसी भी योग प्रणाली की महिला साधक |

शक्तिपात पद्धति के आश्रम

(अनुमार्गणीय और स्वायत्त)

1. महायोगिनी रचना, तारकेश्वर सिद्धयोग फाउंडेशन, भीरा खीरी, लखीमपुर खीरी, उत्तर प्रदेश, पिन - 262901, भारत, मोबाइल: +91 945 022 0221, ईमेल: tsfoundation21@gmail.com

2. सिद्धयोगिनी थनिष्का, मेलबर्न बीच, फ्लोरिडा, यूएसए, मोबाइल: +1(321)960-0445, ईमेल: supriyavarmakurup@gmail.com

3. देवी वर्तिका शुक्ला, सिद्ध महायोग फाउंडेशन, 806, न्यू आनंद अपार्टमेंट, प्लॉट 47, सेक्टर 56, गुरुग्राम, हरियाणा, पिन - 122011, भारत, मोबाइल: +91 981 996 2635, ईमेल: vartikashukla2000@gmail.com

4. सद्गुरु हागी, मेलबर्न, विक्टोरिया, ऑस्ट्रेलिया, +61 407 683 465, ईमेल: ghracer@hotmail.com

5. योगी वीरेंद्र, गाजियाबाद, उत्तर प्रदेश, भारत, +91 9999290388, ईमेल: virendrasfarswan@gmail.com

6. योगी अभिषेक वशिष्ठ, जयपुर, राजस्थान, भारत, +91 9079121514, ईमेल: abhijagriya@gmail.com

7. योगी गौतम, हैदराबाद, तेलंगाना, भारत, +91 9963359922, ईमेल: yogi.Shaktipāt@gmail.com

8. योगिनी रम्या देवी, बेंगलुरु, कर्नाटक, भारत, मोबाइल: +91 988 023 9480

9. पुनीत पाराशर, दुबई, संयुक्त अरब अमीरात, मोबाइल: +971 52 867 6684, ईमेल: puneetparashar39@gmail.com

10. योगिनी मनीषा, नई दिल्ली, भारत, मोबाइल: +91 799 110 9595

11. योगिनी विजया, जोहान्सबर्ग, दक्षिण अफ्रीका, मोबाइल: +27 83 682 2286, ईमेल: juss@mplanet.co.za

12. महायोगिनी परमेश्वरी, जंनगांव , तेलंगाना, भारत, मोबाइल: +91 9704424072, +91 7981407323

13. शालिन कुमार, कोल्लम, केरल, भारत, मोबाइल: +91 8281219592, ईमेल: shalin_kumar@sahajananda-ashram.com

14. योगी रामगणपति, पूर्वी गोदावरी, आंध्र प्रदेश, भारत, मोबाइल: +91 9494546139, ईमेल: ramaganapathi@sahajananda-ashram.com

15. योगिनी शिखा, गुरुग्राम, हरियाणा, भारत, मोबाइल: +91 9560046782, ईमेल: shikhatiwari512@gmail.com

16. श्याम ग्वालानी, नासिक, महाराष्ट्र, भारत, मोबाइल: +91 8275798148, ईमेल: shyampgwalani@gmail.com

17. योगिनी चांदनी आत्मिका, चेन्नई, तमिलनाडु, भारत, मोबाइल: +91 9080570782

18. योगिनी श्रीदेवी, हैदराबाद, तेलंगाना, भारत, मोबाइल: +91 9849590088

19. योगी भारद्वाज, रिचमंड, यूएसए, +1 (973) 393-4135

20. श्रीमती महालक्ष्मी, विशाखापत्तनम, आंध्र प्रदेश, भारत, मोबाइल: +91 80085 96898

21. योगिनी सुमित्रा देवी, राजमुंदरी, आंध्र प्रदेश, भारत, मोबाइल: +91 8309180149

22. योगिनी रमादान, लिंकन, नेब्रास्का, यूएसए, मोबाइल: +1(402)217-2363

23. योगी रंजीत, पुणे, भारत, +91 8899992493

24. योगी रंगा, हैदराबाद, भारत, +91 9866305772

25. श्री रवि कुमार कौसिक, हैदराबाद, भारत, मोबाइल: +91 8978611137

26. श्री अजय हमसागर, हैदराबाद, भारत, मोबाइल: +91 9449824331

27. श्री नागेश्वर राव, आंध्र प्रदेश, भारत, मोबाइल: +91 8639139422

28. श्री कमलेश पाड़िया, पुणे, महाराष्ट्र, +91 9765800457, +91 8530390457

29. नारायण कुटी संन्यास आश्रम, टेकरी रोड, देवास, मध्य प्रदेश, भारत, पिन - 455001, दूरभाष: +91 0727223891/31880, मोबाइल: +91 9977968108

30. स्वामी विष्णु तीर्थ साधन सेवा न्यास, 12-3, पुराना पलासिया, जोपत कोटि, इंदौर, मध्य प्रदेश, भारत, पिन - 452001, दूरभाष: +91 0731 566386/564081, मोबाइल: +91 9713468347

31. स्वामी शिवोम तीर्थ कुंडलिनी योग केंद्र, दुर्गा मंदिर, कलेक्टर बंगले के पास, छिंदवाड़ा, मध्य प्रदेश, भारत, पिन - 480001, दूरभाष: +91 07162 42640

32. स्वामी शिवोम तीर्थ आश्रम, मुकर्जी नगर, रायसन, मध्य प्रदेश, भारत, पिन - 464551, दूरभाष: +91 07482 22294

33. स्वामी शिवोम तीर्थ महा योग आश्रम, खारी घाट, जबलपुर, मध्य प्रदेश, भारत, पिन - 482008, दूरभाष: +91 0761 665027

34. देवात्मा शक्ति सोसाइटी, 74, नवाली गांव, पोस्ट दहिसर (मुंब्रा के माध्यम से), मुंब्रा पनवेल रोड, ठाणे जिला, महाराष्ट्र, भारत, पिन - 400612, दूरभाष: +91 022 7411400

35. शिवोम कृपा आश्रम ट्रस्ट, हाउस नंबर 28-1463/1, तेने बांदा, शिवोम नगर, चित्तौड़, आंध्र प्रदेश, भारत, पिन - 517004, दूरभाष: +91 9440069096, 08572 49048

36. योग श्री पीठ आश्रम, शिवानंद नगर, मुनि-की-रेठी, ऋषिकेश, उत्तराखंड, भारत, पिन - 249201, दूरभाष: +91 0135 430467

37. ओम कर आश्रम, वेरावल, गुजरात, भारत

38. ओम कार साधन आश्रम, आनंद, गुजरात, भारत

39. स्वामी विष्णु तीर्थ ज्ञान साधना आश्रम, कुबुड्डु रोड, केडी गुर्जर, गन्नूर, सोनीपत जिला, हरियाणा, भारत, दूरभाष: +91 0124 62150/61550

40. विष्णु तीर्थ सिद्ध महायोग संस्थानम, शिवोम कुटी आश्रम, कालेश्वर मंदिर के पास, बहादुरपुर रोड, अमलनेर पोस्ट, जलगांव जिला, महाराष्ट्र, भारत, पिन - 425401

41. गुरु निकेतन, शिव कॉलोनी, डबरा, ग्वालियर जिला, मध्य प्रदेश, पिन - 475110, दूरभाष: +91 07524 22153

42. स्वामी शिवोम तीर्थ आश्रम, रूट नंबर 97, पोंड एड्डी, सुलिवन

कंट्री, न्यूयॉर्क, यू.एस.ए.

43. स्वामी महेश्वरानंद तीर्थ, सुनवाहा, रायसन जिला, मध्य प्रदेश, भारत, +91 7697648720

शक्तिपात पद्धति के संत

(अनुमार्गणीय इतिहास)

महान योगिनी लल्लेश्वरी
त्रिलोकी बाबा
स्वामी परमानन्द तीर्थ जी
स्वामी मुकुंदानंदतीर्थ जी
स्वामी गंगाधर तीर्थ जी
स्वामी नारायण देव तीर्थ जी

1. स्वामी शंकर पुरुषोत्तम तीर्थजी
   - (a) स्वामी नारायण तीर्थजी
     - (i) स्वामी नारायण यशवंत देखणे
       - (aa) ऐ एन चैटर्जी
       - (bb) आत्मानंद तीर्थ
   - (b) स्वामी लोकनाथ तीर्थजी
     - (i) स्वामी राव गुलवाणी
       - (aa) स्वामी ब्रह्म दत्तात्रेय कविश्वर
2. परम पूजनीय योगानंद जी
   - (a) स्वामी ठाकुर मान सिंह
     - (i) संत योगी कृपाल सिंह
   - (b) स्वामी दिलीप दत्त उपाध्याय
   - (c) माता रमा बाई
   - (d) स्वामी विष्णु तीर्थ
     - (i) स्वामी माधव तीर्थ
     - (ii) स्वामी ओमकारानन्द
     - (iii) स्वामी तारकेशवरानन्द तीर्थ
     - (iv) रामप्रकाश ब्रह्मचारी
     - (v) स्वामी शिवोम तीर्थ

(aa) स्वामी परमानन्द तीर्थ
(bb) स्वामी केवल कृष्ण तीर्थ
(cc) स्वामी गोपाल तीर्थ
(dd) स्वामी गोविंदानन्द तीर्थ
(ee) स्वामी भास्करानन्द तीर्थ
(ff) स्वामी सहजानन्द तीर्थ
(gg) स्वामी नित्यबोधानन्द तीर्थ
(hh) स्वामी निजबोधानन्द तीर्थ
(jj) स्वामी हरि ओम तीर्थ
(kk) स्वामी शिव मंगल तीर्थ
(ll) स्वामी शंकर चैतन्य तीर्थ
(mm)स्वामी आत्मबोधानन्द तीर्थ
(nn) स्वामी चेतन विलास तीर्थ
(oo) स्वामी राधा कृष्ण तीर्थ
(pp) स्वामी मुक्तानन्द तीर्थ
(qq) स्वामी विद्या तीर्थ

लेखक के बारे में:

लेखक भारत के कुछ प्रतिष्ठित संस्थानों जैसे सैनिक स्कूल कोरुकोंडा, राष्ट्रीय रक्षा अकादमी और भारतीय सैन्य अकादमी के पूर्व छात्र हैं। पंद्रह साल की उम्र में, वह रॉक क्लाइम्बिंग और पर्वतारोहण में रोमांच के अपने जुनून के कारण, शक्तिशाली हिमालय पर्वतमाला और गंगा नदी के स्रोत से आकर्षित हुए। दो हजार किलोमीटर से अधिक की उनकी लंबी यात्रा पूरी तरह से एक अलग यात्रा रही, जब उन्होंने अपने हिमालयी मास्टर का सामना एक युवा लड़के के रूप में किया था! युवा बालक के लिए

उसकी अज्ञात, यात्रा शुरू होने से बहुत पहले ही लिखी जा चुकी थी! लेखक शक्तिपात आदेश के वंश में एक परम (ग्रैंड) गुरु हैं! उनके कुछ शिष्य शक्तिपात गुरु हैं, जो पूरी दुनिया में शक्तिपात का संदेश फैला रहे हैं।