शरीर

मानव शरीर एक अद्भुत प्राणी है। शरीर का हर अंग अपने आप में महत्वपूर्ण और महान है। मानव शरीर इस ब्रह्मांड में सबसे अद्भुत और रहस्यमयी रचनाओं में से एक है। इसका कारण यह है कि यह मानव ज्ञान से परे एक उपकरण है। वास्तव में, शरीर आत्मा द्वारा अपने निवास के लिए बनाया गया एक सुंदर मंदिर है। मानव शरीर में किसी भी समस्या से स्वयं को ठीक करने की अद्भुत क्षमता है। इसमें छुपी हुई महान कौशल है: जो भोजन हम खाते हैं उसे पचाना; हवा और धूल के माध्यम से प्रवेश करने वाले कीटाणुओं को खांसी और छींक के माध्यम से हटाना; शरीर में रक्त को शुद्ध करना; जब शरीर को नुकसान पहुंचता है तो तुरंत प्रतिक्रिया करना ... शरीर की कई और क्षमताएं और कौशल हैं जिनका उल्लेख किया जा सकता है।

वास्तव में, मानव अपने बुद्धि का उपयोग करके एक शरीर बनाने में असमर्थ हैं। क्योंकि भले ही हम बाहर से ऐसा अद्भुत उपकरण बना लें, उसे जीवित रखना असंभव है। इसका कारण यह है कि उस उपकरण में जीवन शक्ति को प्रवाहित करना असंभव है। वास्तव में, मानव शरीर जीवन शक्ति (life force) और जीवन ऊर्जा (vital energy) पर चलने वाला एक अद्भुत उपकरण है। शरीर के हर परमाणु और अणु में जीवन शक्ति भरी हुई है। हमारे शरीर की हर कोशिका जीवित है। लेकिन हम ऐसे शरीर को बहुत ही गलत तरीके से समझ रहे हैं।

मानव शरीर पांच तत्वों (पृथ्वी, जल, अग्नि, वायु और आकाश) से बना है। यहाँ, पृथ्वी शरीर के ठोस भागों जैसे हड्डियों का प्रतिनिधित्व करती है; जल रक्त और अन्य रसों जैसे द्रवों का प्रतिनिधित्व करता है; अग्नि ऊर्जा का प्रतिनिधित्व करती है; वायु साँस लेने का आधार है; और आकाश दिव्यता का प्रतिनिधित्व करता है। इन तत्वों में असंतुलन बीमारी का कारण बनता है। जैसे प्रकृति में परिवर्तन होते हैं, वैसे ही शरीर में भी परिवर्तन होते हैं। शरीर प्रकृति में परिवर्तनों के अनुसार स्वयं को लगातार समायोजित करता है।

बीमारी और स्वास्थ्य आपके शरीर में आते जाते रहते हैं। बीमारी आपके अंदर बसने का मुख्य कारण आपकी स्वास्थ्य के प्रति मोह है। इसी तरह, यदि आप प्रकृति को देखें, तो आपको एहसास होगा कि अंधकार के बाद प्रकाश आता है, और प्रकाश के बाद अंधकार आता है। उसी तरह, बीमारी के बाद स्वास्थ्य आता है, और स्वास्थ्य के बाद बीमारी आती है। इसलिए, क्योंकि यह समझ आपके अंदर दृढ़ता से नहीं है, बीमारी आपके अंदर बस जाती है। उदाहरण के लिए, यदि आपको उच्च रक्तचाप है, तो लोग कहते हैं कि यह जीवन भर रहेगा। ऐसी

गलत धारणाओं को छोड़ दें। इसलिए, बीमारी को इतने लंबे समय से नफरत करने के लिए क्षमा करें और बीमारी और स्वास्थ्य दोनों को एक साथ मुक्त कर दें, उन्हें स्वतंत्रता दें।

तबी आप और आपका शरीर स्वास्थ्य और बीमारी से परे एक प्राकृतिक अवस्था में पहुंचेंगे। यहां, प्राकृतिक अवस्था शरीर की हर कोशिका में प्रवाहित प्रेम-स्वतंत्रता-आनंद की ऊर्जा को संदर्भित करती है। इसके अलावा, बीमारी को एक मित्र के रूप में मानें, जो शरीर में संग्रहीत अनावश्यक ऊर्जा को मुक्त करने के लिए आता है। यदि प्रेम-स्वतंत्रता-आनंद की ऊर्जा आपके अंदर प्रवाहित नहीं हो रही है, तो आपका स्वास्थ्य प्राकृतिक नहीं है। भले ही आप स्वस्थ हों, बीमारी का डर हमेशा बना रहेगा।

जब सर्दियों में पेड़ सूख जाते हैं, तो बारिश के मौसम में वे फिर से हरे-भरे हो जाते हैं। इस तरह, जब वे हरे-भरे होते हैं, तो नए फूल और फल देती हैं। अगर वे सूखते नहीं हैं, तो नए नहीं दे सकते है। इसका मतलब यह है कि यहाँ पेड़ सूखने से ही नवीनता उत्पन्न होती है। इसी तरह, हमारे शरीर में बीमारी पुराने को दूर करके नए क्षमताओं को जन्म देती है। इसलिए, बीमारी के लक्षणों को सहन करने में भी वही धैर्य और साहस दिखाएं, जैसे महिलाएं नौ महीने गर्भावस्था में और प्रसव पीड़ा के साथ सहन करती हैं। इसलिए, केवल स्वास्थ्य को ही सबसे बड़ा सौभाग्य न मानें, बल्कि बीमारी को भी सबसे बड़ा सौभाग्य मानें।

तो, बीमारी से डरने वाले स्वास्थ्य की इच्छा न करें। स्वास्थ्य की इच्छा करें जो बीमारी से प्रेम करता है, विश्वास करता है, और बीमारी की महानता को समझता है। इसके अलावा, स्वास्थ्य, बीमारी, और तटस्थता के मिलन से उत्पन्न होने वाले दिव्य अनुभव की इच्छा करें, जहां वे एक दूसरे को पूरी तरह से समझते हैं।

आप अपनी माँ के गर्भ में परमाणु जैसे आकार में प्रवेश किया और नौ महीनों में सभी अंगों को बनाया। यदि बीमारी हैं तो क्या आप उन्हें ठीक नहीं कर सकते? लेकिन अब आप उन्हें ठीक नहीं कर सकते क्योंकि जन्म लेने और सांसारिक भ्रमों में फंसने के बाद आपने अपने आप को भुला गया है। यदि आप अपने सच्चे स्वरूप (आत्मा) तक पहुँचते हैं या तटस्थ रहते हैं और अपने सच्चे स्वरूप को अपने शरीर को ठीक करने देते हैं, तो स्वास्थ्य निश्चित रूप से प्राप्त होगा।

क्या आप कल्पना कर सकते हैं कि आपका शरीर बाहरी मदद के बिना स्वयं को ठीक कर सकता है? वास्तव में, आपका शरीर बाहरी मदद के बिना स्वयं को ठीक कर सकता है। बस स्वयं को स्वच्छ रखकर अनुमति दें।

अपने शरीर से कहें, 'मेरे प्यारे शरीर, स्वयं को ठीक कर, अपनी अद्वितीयता हासिल कर, मैं तुम्हारे साथ मानसिक रूप से हस्तक्षेप नहीं करूंगा, तुम्हें जितनी ऊर्जा की आवश्यकता है, उसे स्वीकार करो, जितना दर्द मैं सहन कर सकता हूं, उतना दर्द बनाओ, और मैं इस प्रक्रिया में तुम्हें जल्दी नहीं करूंगा।' इस तरह सोचें और बीमारी को दिव्य कृपा के रूप में मानें और इसे दिव्य रूप से अनुभव करें।

जैसे बीपी, शुगर नॉर्मल होने पर ही डॉक्टर ऑपरेशन कर सकते हैं, नहीं तो नहीं कर सकते; वैसे ही, आप शुद्ध और शांत होने पर ही, भगवान की सहायता से, शरीर स्वयं को ठीक कर सकता है। इसलिए, समस्याओं पर ध्यान न देते हुए, पहले यह जांचें कि आप शांत, शुद्ध और दिव्य हैं या नहीं। जब आपका मन और शरीर जैसा भी हो, आप शांत होने पर ही, स्वाभाविक रूप से हीलिंग होती है। इसलिए, यहाँ ध्यान दें कि आपका जीवन केवल आपके हाथ में है। शरीर जैसा भी हो, आप शांत कैसे रहें इसे जानने के लिए पिघलजाओ विषय को पढ़ें।

दवा

आपका शरीर स्वयं का ध्यान रखना जानता है, लेकिन आप इस पर विश्वास नहीं करते और पूरी तरह से दवाओं पर निर्भर रहते हैं। यह आपके शरीर का अपमान करने जैसा है और इसे अपनी क्षमताओं का उपयोग करने की अनुमति नहीं देना। परिणामस्वरूप, इसकी क्षमताएं बर्बाद हो रही हैं।

क्या आप जानते हैं कि दवाएं कैसे बनाई जाती हैं? क्या आप जानते हैं कि वैज्ञानिक नई दवा खोजने के लिए क्या करते हैं? अधिकांश दवाएं जिनका आप उपयोग करते हैं, उन्हें मांस से बनाया जाता है। उनका उपयोग करके, आप परोक्ष रूप से मांस का सेवन कर रहे हैं।

इसी तरह, किसी बीमारी के लिए दवा खोजने के लिए, वैज्ञानिक कुछ लोगों के डीएनए नमूनों का परीक्षण करते हैं और बीमारी के लक्षणों के आधार पर एक दवा विकसित करते हैं। हालांकि, यह दवा अन्य लोगों के लिए काम कर सकती है या नहीं भी, क्योंकि हर व्यक्ति का डीएनए अनोखा होता है, जैसे कि उंगलियों के निशान। दुनिया में कोई भी दो लोगों का डीएनए एक जैसा नहीं होता है।

यहाँ मैं जो बात कहना चाहता हूँ, वह यह है कि जिस तरह हर व्यक्ति का अपना अनोखा डीएनए होता है, उसी तरह उनमें स्वयं को अपने अनोखे तरीके से ठीक करने की अविश्वसनीय क्षमता भी होती है। आपको बस इस पर विश्वास करना होगा। क्योंकि हमारा शरीर पहले से ही कई चीजें स्वयं कर रहा है, जैसे पाचन, उत्सर्जन, और साँस लेना। यह पाचन के लिए

आवश्यक एंजाइमों को भी स्वयं छोड़ता है। इसी तरह, यह हजारों नसों के माध्यम से रक्त को लगातार पंप करता है बिना किसी रुकावट के। ये सभी चीजें स्वाभाविक रूप से हो रही हैं, है ना? इसका मतलब है कि हमारा शरीर पहले से ही कई चीजें कर सकता है जो हमारी क्षमताओं से परे हैं।

तो, यह संभव है कि हमारा शरीर स्वाभाविक रूप से किसी भी स्वास्थ्य समस्या से स्वयं को ठीक कर सकता है। लेकिन आप इसे ऐसा करने की स्वतंत्रता नहीं दे रहे हैं क्योंकि आप सोचते हैं कि यह स्वयं को ठीक करना नहीं जानता है। इसलिए आप केवल दवाओं पर निर्भर हैं और अपने शरीर की जरूरतों को नहीं सुन रहे हैं। लेकिन सच्चाई यह है कि आपका शरीर स्वयं को ठीक करना चाहता है। आप कब तक इसे ऐसा करने की स्वतंत्रता देंगे?

मैं यह नहीं कह रहा हूँ कि आप बिल्कुल भी दवाएं न लें। मैं सुझाव दे रहा हूँ कि आप दवाएं लेते हुए मैंने जो तरीके बताए हैं, उन्हें भी आजमाएं। मेरे पिताजी ने भी ऐसा किया और अपना स्वास्थ्य प्राप्त किया। लेकिन आपको दवाओं से आगे बढ़ना होगा, और इसके लिए आपको अपने शरीर पर विश्वास करना होगा। इसका मतलब है कि आप हमेशा बढ़ते रहना चाहिए, यानी आप हमेशा भगवान की ओर बढ़ते रहना चाहिए। अगर नहीं, तो आपका शरीर नएपन की कमी के कारण मर जाएगा। मेरे पिताजी का देहांत हो गया क्योंकि वे नहीं बढ़े।

आपको दवाओं से आगे बढ़ना होगा क्योंकि हर दवा का एक साइड इफेक्ट होता है। इसका मतलब है कि एक बीमारी दूसरी बीमारी को जन्म देती है। साइड इफेक्ट्स पर एक पुस्तक भी है। इसके अलावा, दवाएं मौजूदा बीमारी को पूरी तरह से ठीक नहीं कर सकती हैं। उदाहरण के लिए, अगर हमारे अंदर कफ है, तो दवाओं के माध्यम से केवल 30 प्रतिशत कफ बाहर निकलता है। शेष 70 प्रतिशत अंदर रहता है, जिससे नई बीमारियां उत्पन्न होती हैं। इसी तरह, कई बीमारियां हैं जिन्हें डॉक्टर समझ नहीं पाते हैं। उनके अनुसार, सभी रिपोर्ट सामान्य हो सकती हैं, लेकिन समस्या बनी रहती है। मेरे भाई की मोशन समस्या एक उदाहरण है। कई लोग ऐसी समस्याओं से पीड़ित हैं।

इसके अलावा, दवाएं बीमारियों के मूल कारण को दूर नहीं कर सकती हैं। अगर वे ऐसा करती हैं, तो आप तुरंत आनंद का अनुभव करेंगे। क्योंकि इस सृष्टि में सभी रूपों का आधार निराकार है, यानी भगवान, यानी ब्रह्मानंद है। चूंकि बीमारी भी एक रूप है, अगर यह गायब हो जाती है या घुल जाती है, तो आप भगवान का अनुभव करेंगे। लेकिन दवाओं से ऐसा नहीं होता है, क्योंकि वे भी रूप हैं। यहाँ समझें कि एक रूप दूसरे रूप को पूरी तरह से नष्ट नहीं कर सकता है, और एक रूप दूसरे रूप का सृष्टिकर्ता नहीं है। साथ ही, यह भी पहचानें कि दोनों विरोधी रूप सृष्टि हैं, और भगवान दोनों का सृष्टिकर्ता है।

तो, हमें दवाओं के विकल्प मार्गों का अन्वेषण करना होगा। मैं आपके साथ अपने अनुभव से जो रास्ता मिला, वह साझा कर रहा हूँ। मैं 2004 से एक रुपया खर्च किए बिना अपनी सभी समस्याओं का समाधान कर रहा हूँ। लेकिन यह रास्ता बहुत कठिन है, आसान नहीं है, और जोखिमों से भरा हुआ है। इसलिए, इस पुस्तक को पूरी तरह से पढ़ने के बाद, आप स्वयं तय करें कि क्या करना है, क्योंकि इसके परिणामस्वरूप होने वाली किसी भी परिणाम के लिए आप जिम्मेदार होंगे।

जब आप बीमार पड़ते हैं, तो आपको तय करना होता है कि क्या करना है। क्या दवाएं लेनी हैं या एक नए रास्ते पर चलना है। अगर आप दवाएं लेते हैं, तो आपको अस्थायी राहत मिल सकती है, जैसा कि मैंने पहले बताया था। फिर से, बीमारी एक नए रूप में आ जाएगी। अगर आप मेरी सलाह मानना चाहते हैं, तो यह जोखिम भरा है।

क्योंकि आपको अपने अंदर दवा उत्पन्न करनी होती है। यह एक प्रकार की तपस्या है, आसान नहीं है। आपको धैर्यवान रहना होगा, समय देना होगा, इसे स्वीकार करना होगा, इसको प्यार करना होगा, इसके प्रति समर्पित होना होगा, और इसके साथ एक होना होगा। तभी जब बीमारी आएगी, तो आंतरिक दवा उत्पन्न होगी। इसलिए यह दवा रेडीमेड नहीं मिलती, इसका अर्थ यह है कि आपको इसे खुद साधना के माध्यम से अंदर से तैयार करना होगा। इस बात को हमेशा याद रखें।

प्रेम

हम अपने शरीर को केवल अपनी जरूरतों के लिए एक मशीन की तरह उपयोग कर रहे हैं। हम अपने शरीर को प्यार से छूने के बारे में भी गलत समझते हैं। केवल जब हम अपने शरीर का सम्मान करना और उसे प्रेम करना शुरू करेंगे, तभी हम शरीर की शक्ति को समझ पाएंगे। हमें अपने शरीर को वह समय और स्वतंत्रता देनी चाहिए जिसकी उसे अपने आप को ठीक करने के लिए जरूरत है।

हमारे अंदर सब कुछ बदल रहा है, सिवाय हमारे अंदर के दिव्य के। उदाहरण के लिए, शरीर हर पल बदल रहा है। हर पल, कई कोशिकाएं मर रही हैं, और कई नई कोशिकाएं जन्म ले रही हैं। शरीर अपने अंदर हमेशा बदल रहा है।

हमारे जीवन में, भौतिक शरीर सबसे महत्वपूर्ण पहलू है। हमें शरीर के हर हिस्से से समान रूप से प्रेम करना चाहिए। हम शरीर के दाएं और बाएं हिस्सों को अलग-अलग तरीके से व्यवहार

करते हैं। हम अपने हाथों और पैरों को अलग-अलग तरीके से प्राथमिकता देते हैं। इससे आपका शरीर आपके साथ सहयोग नहीं करता है। इसलिए, दोनों पक्षों पर समान दृष्टि रखने के लिए, हमें दोनों पक्षों से समान रूप से प्रेम करना चाहिए। इस स्थिति को प्राप्त करने के लिए, हमें जो काम हम दाएं हाथ से करते हैं वह बाएं हाथ से करना चाहिए और इसके विपरीत। यह आपको अजीब और विचित्र लग सकता है, लेकिन केवल तभी आप समान दृष्टि रख सकते हैं और शरीर को उच्च स्थिति से देख सकते हैं। लेकिन इसे अकेले ही अभ्यास करें, दूसरों के सामने नहीं, वरना वे सोचेंगे कि आप पागल हो गए हैं। इसलिए, अपनी अलगाववादी प्रवृत्ति को भी छोड़ दें।

हमें अपने शरीर को किस तरह का भोजन देना चाहिए? हमें शरीर को वह देना चाहिए जो वह मांगता है, और हम यह कैसे जानें कि वह क्या मांगता है? हमें भोजन का आनंद लेना चाहिए। हमें उतना ही खाना चाहिए जितना हम भूखे हैं। हमें इस तरह के नियमों को छोड़ देना चाहिए कि हमें केवल इतना ही खाना चाहिए। हम जो भोजन खाते हैं उसे अच्छा और बुरा मानते हैं। हमारा इस पृथ्वी पर आने का मुख्य उद्देश्य उच्च स्थिति प्राप्त करना है। इसलिए, हमारे सभी विश्वास उच्च स्थिति प्राप्त करने के साथ सामंजस्य में होने चाहिए।

इसीलिए, हमें किसी भोजन को अच्छा, बुरा या निष्पक्ष नहीं मानना चाहिए, बल्कि यह सोचना चाहिए कि उस भोजन में मौजूद दिव्य और दिव्य शक्ति ही मुझे चाहिए, और उस इरादे से खाएं। हमें सभी प्रकार के आहार पदार्थों को इसी तरह से खाना चाहिए। हमें अपने मुंह से 'मुझे यह पसंद नहीं है' नहीं कहना चाहिए। अगर कोई आहार पदार्थ है जो हमें पसंद नहीं है, तो हमें उसे पसंदीदा बनाना चाहिए। उच्च स्थिति में, ऐसा कुछ नहीं है जो आपको पसंद नहीं है। जब आप इस इरादे से खाते हैं, तो हर आहार पदार्थ शरीर के लिए सामंजस्यपूर्ण हो जाता है। इसी तरह, यदि आप दवाएं लेने का निर्णय लेते हैं, तो उन्हें भी ऊपर बताए अनुसार दिव्य और दिव्य शक्ति को चूनकर दवाएं लेलीजिये।

आप अपने जीवन के सृष्टिकर्ता हैं, इसलिए भोजन के बारे में दूसरों के बाहरी विश्वासों को छोड़ दें और उच्च स्थिति तक पहुंचने के लिए आवश्यक विश्वासों को अपनाएं। जब आप सभी आहार पदार्थों का सेवन करते हैं और समस्याओं को कम करते हैं, तो आप खुशी से कहेंगे, 'मैं भगवान हूँ, मैं सृष्टिकर्ता हूँ।'

जो नमक और मसालों को खाने से डरता है, वह उच्च स्थिति तक नहीं पहुंच सकता। केवल वही व्यक्ति जो सभी चीजों में दिव्यता देखता है, दृढ़ विश्वास के साथ कह सकता है, 'मैं भगवान हूँ।' आप सभी प्रकार के स्वादों का अनुभव करने के लिए पृथ्वी पर आए हैं, इसलिए

सभी प्रकार के आहार पदार्थों का आनंद लें। अगर आप विश्वासों को हटा देते हैं और डर से खाना नहीं खाते हैं, तो आपका पुराना विश्वास वहीं रहेगा और आप उच्च स्थिति तक नहीं पहुंच पाएंगे। इसी तरह, अपनी प्यास के अनुसार पानी पिएं, क्योंकि जरूरत से ज्यादा पीना भी समस्याएं पैदा कर सकता है।

जब मैंने यह बात एक कक्षा में कही, तो एक व्यक्ति ने कहा, 'मैं जहर खाता हूँ।' मैंने उसे चेतावनी दी, 'आप साधारण नमक और मसालों को खाने से डरते हैं, तो आप एकदम से जहर कैसे खा सकते हैं?' मैंने उसे सलाह दी कि पहले एक तालाब या झील में धीरे-धीरे तैराकी सीखना सीखें, नहीं तो यह जोखिम भरा है। इसलिए, अपने बुद्धि का उपयोग करें, जल्दी न करें, और धीरे-धीरे जो आपको पसंद नहीं हैं उन आहार पदार्थों को एक-एक करके खाकर अपने शरीर को सामंजस्यपूर्ण बनाएं, और अपने आप पर अपना विश्वास बढ़ाएं।

शरीर में भी सभी प्रकार के गंध उत्पन्न होते हैं। प्रत्येक अंग में एक अलग प्रकार की गंध होती है। आपको उनसे संबंधित अपने विश्वासों को छोड़ना होगा और उच्च स्थिति तक पहुंचने में मदद करने वाले विश्वासों को अपनाना होगा। मुझे कब्ज हो गया था। फिर मैंने खुद से पूछा कि मुझे ठीक से मल त्याग क्यों नहीं हो रहा है। मेरे अंदर की ऊर्जा ने गुस्से में जवाब दिया, "मैं कहाँ हूँ? मैं तुम्हारे अंदर हूँ।" यदि आप विश्वास करते हैं कि शौचालय का उपयोग करने के बाद अपने पैर नहीं धोने से कीड़े और बीमारी होगी, लेकिन मैं तुम्हारे अंदर हूँ, मैं अगर चाहूँ तो अपने अंदर कीड़े पैदा कर सकता हूँ, लेकिन मैं ऐसा नहीं कर रहा हूँ। बुरा गंध इसलिए होता है क्योंकि आप जो खाते हैं वह कुछ समय के लिए अंदर रहता है। मैंने कब्ज पैदा किया क्योंकि आप मुझसे नफरत करते हैं, अगर आप मुझे स्वीकार करते हैं और मुझसे प्रेम करते हैं, तो मैं आपकी मदद करूँगा," यह कहा। समस्या केवल तभी गायब हुई जब मैंने उस गंध को दिव्य रूप से सूंघा। मैं यह नहीं कह रहा हूँ कि शौचालय का उपयोग करने के बाद अपने पैर न धोएं। संबंधित विश्वासों को हटाएं और उच्च स्थिति के साथ चीजें करें।

शरीर की हर क्रिया का एक अर्थ होता है। उदाहरण के लिए, जब शरीर के अंदर कफ जमा होता है, तो वह कैसे बाहर आता है? खांसी के माध्यम से। इसी तरह, जब आप धूल को साँस के माध्यम से अंदर लेते हैं, तो वह छींक के माध्यम से बाहर आती है। लेकिन जब आप दवाएं लेते हैं, तो कफ और धूल अंदर रहते हैं और निमोनिया और अस्थमा का कारण बनते हैं। मैं दवाएं लेता था और अस्थमा हो गया था। नई ऊर्जा में प्रवेश करने के बाद, मैंने खांसी और छींक का स्वागत प्रेम से किया और उनसे मदद करने के लिए कहा कि वे मुझे कफ को बाहर निकालने में मदद करें।

मैंने शरीर को स्वतंत्रता दी, तो खांसी और छींक के माध्यम से लगभग दस दिनों तक मेरे अंदर से अनावश्यक चीजें निकलती रहीं। भले ही आप दवाएं लें, सर्दी कम से कम दस दिनों तक रहती है। यहाँ, दवाएं नहीं लेने पर, यदि आप शरीर को अनुमति देते हैं, तो यह खांसी, छींक, मल, उल्टी या अन्य तरीकों से अनावश्यक चीजें निकाल देगा।

एक और उदाहरण, मेरे भाई और मुझे दोनों को दंत समस्याएं थीं। हम दोनों को मसूड़ों में सूजन, रक्तस्राव और ढीले दांत होते थे। नए ऊर्जा में प्रवेश करने से पहले, हम दोनों डॉक्टर की सलाह के अनुसार दवाएं लेते थे। नए ऊर्जा में प्रवेश करने के बाद, मैंने अपने शरीर को स्वतंत्रता दी कि वह खुद को ठीक करे। अब भी, मुझे कभी-कभी मसूड़ों में सूजन, दर्द और रक्तस्राव का अनुभव होता है। जब ऐसा होता है, तो मैं अपने शरीर को प्रक्रिया से गुजरने और इसका अनुभव करने की स्वतंत्रता देता हूँ। दवाएं नहीं लेने के बावजूद, मेरे दांत बहुत मजबूत हैं।

मेरा भाई अभी भी डॉक्टर की सलाह का पालन करता है और नियमित रूप से दवाएं लेता है। इसके बावजूद, जब वह हाल ही में डॉक्टर से मिला, तो उन्हें बताया गया कि उसके दांत सड़ गए हैं और उन्हें निकालने की जरूरत है। अंत में वे निकाले गए। देखें कि शरीर को स्वतंत्रता देने और उस पर विश्वास करने और उसे आत्मसमर्पण करने से मेरे दांत कितने मजबूत हो गए हैं। इसलिए, मैं इसे आपके साथ इतनी दृढ़ता से साझा कर रहा हूँ। शरीर के द्वारा किए जाने वाले हर काम के पीछे कुछ अर्थ होता है। इसलिए, मैं आपको अपने व्यक्तिगत अनुभव के आधार पर सलाह देता हूँ कि आप दवाओं या अन्य तरीकों से शरीर की प्राकृतिक प्रक्रियाओं को जबरन रोकने की कोशिश न करें।

आध्यात्मिक विकास - शारीरिक परिवर्तन

जब हम आध्यात्मिक रूप से बढ़ रहे होते हैं, तो हमारे अंदर के ब्लॉक या नसें एक-एक करके खुलते हैं। फिर, विभिन्न प्रकार के दर्द, सुन्नता, चक्कर आना, पूरे शरीर में जलने की अनुभूति, सुई चुभने जैसा महसूस होना, ठंड या गर्म महसूस होना, हृदय में दर्द, सिर में कुछ घूमता हुआ महसूस होना, चक्रों के स्थान पर दर्द, ड्रिलिंग होने जैसा महसूस होना, किसी के स्पर्श से बिजली का झटका लगने जैसा महसूस होना, दूसरों को स्पर्श करने पर उन्हें बिजली का झटका देने जैसा महसूस होना - ऐसी नकारात्मक भावनाएं आती हैं। ये सभी संकेत हैं कि हम आध्यात्मिक रूप से बढ़ रहे हैं।

जिस तरह हमें 2G से 4G में जाने के लिए अपने मोबाइल हार्डवेयर को अपग्रेड करने की जरूरत है, उसी तरह आपके विकास के लिए आपके शरीर, मन, हृदय आदि को विकसित होने

की जरूरत है। समझें कि उच्च स्थिति की स्थापना के लिए आपके अंगों में यह प्रक्रिया होनी जरूरी है, और उस प्रक्रिया के साथ सहयोग करें। केवल तभी जब आपके अंदर आवश्यक परिवर्तन होंगे, तभी आपकी समस्याएं हल होंगी।

तो बदलावों को जैसे वे हैं वैसे ही स्वीकार करें, उनके साथ सहयोग करें, उन्हें स्वतंत्रता दें, और इसे शरीर पर छोड़ दें। फिर, वहाँ के ब्लॉक हटा दिए जाएंगे और वे चले जाएंगे। इसके बाद, ऊर्जा आपके अंदर प्रवाहित होगी और आपकी इच्छाओं को पूरा करने में उपयोगी होगी। यानी, इच्छा करने के बाद पहले ब्लॉक खुलते हैं और फिर ऊर्जा आपके अंदर प्रवाहित होती है, और तभी आपकी इच्छा पूरी होती है।

एक डॉक्टर जो कई सालों से ध्यान करती थी, को हृदय में दर्द हुआ। वह डर गई कि यह हार्ट अटैक हो सकता है और सभी टेस्ट करवाए, लेकिन सभी रिपोर्ट्स सामान्य आईं। फिर भी, दर्द बना रहा, इसलिए वह मेरे पास सलाह लेने आई। तब मैंने कहा, 'यह हृदय में दर्द नहीं है, जब आत्मा जागृत होती है, तो हृदय के पास दर्द होगा।' मैंने उसे शरीर को स्वतंत्रता देने और ध्यान करने की सलाह दी। ऐसा करने से, दर्द कुछ दिनों में समाप्त हो गया। ऐसे दर्द तब आते हैं जब आप बढ़ रहे हैं और नए स्थितियों तक पहुंच रहे हैं, लेकिन ये ज्यादा देर तक नहीं रहते हैं। यदि आपको कोई संदेह है, तो आप हमेशा डॉक्टर के पास जा सकते हैं और टेस्ट करवा सकते हैं।

विशेष रूप से, गर्दन, कंधों और शरीर के पीठ के क्षेत्रों में आने वाले दर्द, सभी डीएनए स्तर पर होने वाले परिवर्तन हैं, यानी कि आंतरिक चेतना का जागरण, यानी कि आध्यात्मिक जागरण के लक्षण हैं। ये ज्यादा देर तक नहीं रहेंगे।

एक महिला के शरीर के सातों चक्रों में एक साथ दर्द हुआ। उसे लगा कि मूलाधार चक्र में आग जल रही है और सहस्रार तक फैल रही है, और उसके सिर में भयानक दर्द हुआ जैसे कि उसके सिर की सभी नसें आग में जल रही थीं। उसके शरीर के हर परमाणु में भयानक दर्द हुआ, और ऐसा लगा जैसे कि हर परमाणु फट रहा है, और सांस लेने पर उसे एक तरह की बेचैनी महसूस हुई। इस प्रक्रिया के बाद, एक उच्च-स्तरीय ऊर्जा उसके शरीर में प्रवाहित हुई, और उसकी लंबे समय से चली आ रही रक्तस्राव की समस्या ठीक हो गई।

इसी तरह, स्वास्थ्य समस्याओं के साथ मेरे पास आने वाले सभी लोगों को ऐसी प्रक्रिया से गुजरने के बाद ही ठीक हुआ। उदाहरण के लिए, यदि आप वजन कम करना चाहते हैं, तो आपको अपने शरीर को स्वतंत्रता देनी होगी। फिर, आपके अंदर की चर्बी पिघलने लगेगी। आपको अपने शरीर में बुखार, उल्टी, दर्द, दस्त आदि जैसी विभिन्न प्रक्रियाओं का अनुभव हो

सकता है। यह एक स्वाभाविक प्रक्रिया है। भले ही वजन कम करना एक ही समस्या है, लेकिन यह प्रक्रिया हर किसी के लिए एक जैसे नहीं होती है। तो, बस इच्छा करें और अपने शरीर को स्वतंत्रता दें। यदि आप इस प्रक्रिया में होने वाले बदलावों के साथ तालमेल बैठाते हैं और अपने शरीर को स्वतंत्रता देते हैं, तो आपकी इच्छा पूरी होगी।

अनुभव - 1: मैं 2006 से बवासीर से पीड़ित हूं। हर 3 महीने में, मैं एक सप्ताह के लिए, दिन में 4-5 बार, आधी बोतल खून बहता था। मुझे एक संदेश मिला कि मेरे शरीर से अनावश्यक रक्त बह रहा है। मैंने सोचा कि मैं रक्त बैंक को रक्त दान कर रहा हूं और इस अनुभव का आनंद लिया, जिससे रक्तस्राव कम हो गया। अब भी, मुझे कभी-कभी रक्तस्राव का अनुभव होता है।

2009 में, मेरे गुदा में सूजन वाले बवासीर हो गए। मैंने 5 दिन तक तकलीफ सहनी पड़ी और बवासीर के संदेश का पालन किया, जिससे समस्या कम हो गई। खून बहार आया, और सूजन वाला बवासीर एक तरफ से और फिर दूसरी तरफ से पिघल गया।

जनवरी 2010 में, मुझे फिर से गुदा में सूजन वाला बवासीर हो गया। मैं उस समय बॉम्बे में था और सोचा कि मुझे 5-6 दिन तक लेटना पड़ेगा, जिससे मेरी साधना प्रभावित होगी। इसलिए, मैंने अनजाने में अपनी उंगलियों से सूजन वाले बवासीर को दबा दिया, और वह अंदर चला गया। तब मुझे राहत महसूस हुई। उसके बाद, हर बार जब मैं शौचालय गया, तो वह बाहर आ जाता। बाद में, मैं धीरे-धीरे अपनी उंगलियों से उसे अंदर दबा देता। मैंने सोचा कि 5-6 दिन तक तकलीफ सहने के बजाय, मैं इसे अंदर पिघलने दूंगा। लेकिन ऐसा नहीं हुआ।

अक्टूबर 2010 में, जब बवासीर अंदर थे, तब भी मुझे कुर्सी या वाहन पर बैठने में दर्द महसूस होने लगा। फिर, जनवरी 2010 में, मैंने बवासीर को बाहर रखने और उन्हें ठीक करने का निर्णय लिया। लेकिन जब मैंने उसे बाहर रखा, तो मुझे तेजी से जलने का अहसास हुआ, जो मैं बर्दाश्त नहीं कर सका। कुछ समय के बाद, मैंने उसे फिर से अंदर धकेलने की कोशिश की, लेकिन जलने के अहसास के कारण नहीं कर सका। मुझे समझ में आया कि अब इसे निपटने का समय आ गया है।

मैं अपने आप और अपने शरीर पर गुस्सा था कि मैं अपने बवासीर को अंदर ही नहीं पिघला सका । मैंने 2 दिनों तक बवासीर को डांटा, दर्द और पीड़ा का अनुभव किया। मैं ठीक से चल नहीं सकता था, बैठ नहीं सकता था, या सो नहीं सकता था। मुझे अपने पैरों को उठाकर सोना पड़ता था। मैं ठीक से खा भी नहीं सकता था।

मैंने अपने मोबाइल से बवासीर की तस्वीर ली ताकि देख सकूं कि वे कैसे दिखते हैं। तीसरे दिन, बवासीर, मेरे शरीर और मेरे प्रति मेरा गुस्सा शांत हो गया। मैंने तब बवासीर से बात की, कहा, 'ठीक है, तुम अंदर घुल नहीं सके, क्या अब तुम बाहर निकलकर घुल सकते हो?' मैंने बवासीर को जैसे वे थे वैसे ही स्वीकार किया और जलने के अहसास के सामने समर्पण कर दिया, जो मेरे पूरे शरीर में फैल गया। मैंने ध्यान करना शुरू किया, जलने की सनसनी को देखते हुए। विचार आए, कह रहे थे, 'तुम मर जाओगे, डॉक्टर के पास जाओ, यह जलन तुम्हें मार डालेगी।'

लेकिन मैंने सोचा, 'भले ही मैं डॉक्टर के पास जाऊं, वे सूजन वाले बवासीर को काट देंगे, और यह तब भी दर्द होगा। इसके बजाय, मैं इस जलन को सहन करूंगा और इसे खुद कम करूंगा, और तभी मैं अपने आप में विश्वास प्राप्त करूंगा।' कुछ समय के बाद, मैं पूरी तरह से जलने के अहसास में घुल गया। कोई विचार या डर नहीं था। मैं जलने के अहसास के साथ एक हो गया। फिर मैं 2 घंटे के लिए सो गया। बाद में, मैंने जलने के अहसास से कुछ उभरता हुआ महसूस किया। फिर मैंने जलन को दूर से देखा, इसके प्रभाव से मुक्त होकर। अगले दिन, मेरे दोस्त, जो एक डॉक्टर हैं, मुझसे मिलने आए। मैंने उन्हें अपने बवासीर की तस्वीरें दिखाईं। वे कुछ समय के लिए खामोश रहे और फिर कहा, ' भाई, यह खतरनाक है, तुम्हारे किडनियाँ फेल हो सकते हैं, और यह कैंसर भी बन सकता है।' वे डर गए थे।

फिर मैंने कहा, 'देखो, मैंने पीलिया कम किया, मैं यह भी कम करूंगा।' शरीर में खुद को ठीक करने की प्रतिभा है। मुझे बस इसके साथ सहयोग करना है, इसे समय देना है, और जो यह कहता है वह करना है। फिर मैंने बवासीर के इशारे पर करना शुरू किया। इस तरह चलो, उस तरह चलो, बिल्ली की तरह चलो, अपनी कमर को ट्विस्ट करते हुए चलो, अपने पैरों को चौड़ा करके चलो। मैं ऐसा करता था, और फिर मैं जलने के अहसास और दर्द को महसूस करता था। मैं लेट जाता था और इसे महसूस करता था।

मैं सभी प्रकार के आहार पदार्थ खाता था, जिसमें सभी प्रकार की हरी सब्जियाँ, सब्जियाँ और मसाले शामिल थे। मेरी माँ और डॉक्टरों ने मुझे उनके द्वारा सुझाए गए आहार का पालन करने की सलाह दी, क्योंकि इससे बवासीर की समस्या कम होगी। लेकिन मैंने कहा, 'अगर मैं अपने पसंदीदा खाद्य पदार्थ नहीं खा सकता, तो जीने का क्या फायदा? मैं खुशी से नहीं जी सकता।' तो भी, अगर यह वापस आता है, तो ठीक है। मैं इसे फिर से कम कर दूंगा क्योंकि अगर मैं एक सप्ताह के लिए कड़ी मेहनत करता हूं, तो मैं पूरे साल अपना पसंदीदा खाना खा सकता हूं। मैंने पहले भी इसे कम किया था, तो मैं सब कुछ खाऊंगा,' मैंने कहा।

मैंने उन्हें यह भी बताया कि डॉक्टर कुछ भी करें, तो भी इसके वापस नहीं आने की कोई गारंटी नहीं है। मैं बवासीर के सभी संदेशों का आनंद लेता था और उनका पालन करता था। मैं उत्सुकता से देखने के लिए इंतजार कर रहा था कि यह कैसे कम होगा। चलने से मुझे दिन में 5-6 बार टॉयलेट जाना पड़ता था। 8वें दिन, सोने से पहले, यह अभी भी फोटो में दिखाए अनुसार था। लेकिन सोने के बाद उठने के बाद, एक तरफ पिघल गया था। 10वें दिन, दूसरी तरफ भी पिघल गया था। अगले दिन, मध्य भाग भी पिघल गया था। 2009 में, जब यह आया था, तो यह खून और पस से कम हो गया था। लेकिन इस बार, यह बिना किसी खून या पस के पिघल गया था। इस तरह, 12 दिनों के बाद, मैंने अपने शरीर के संदेशों का आनंद लेते हुए और उनका पालन करते हुए अपनी बवासीर समस्या को खुशी से कम कर दिया। मेरे डॉक्टर मित्र को यह सुनकर आश्चर्य हुआ कि मैंने अपनी बवासीर समस्या को खुद कम कर दिया।

अनुभव - 2: मेरा पेट फूल गया था। फिर, मैंने अपने पेट को सिकुड़ने देने का चुनाव किया, फैले हुए पेट को जैसे थे वैसे ही स्वीकार किया, और सोचा, 'पेट तुम मुझे एक ऐसे रास्ते की ओर ले जाओ जहां मेरा पेट सिकुड़ जाएगा।' फिर, मैंने खुशी से फैले हुए पेट को देखा, सोचा कि फैले हुए पेट के अंदर एक पतला पेट है, दोनों को समान मूल्य दिया, और अपने अंदर दिव्य महसूस किया। कुछ लोगों ने कहा कि मेरा पेट अच्छा था, और कुछ ने कहा कि नहीं था। मैंने खुशी से उनके शब्दों के कारण मेरे अंदर उठने वाले विचारों का अनुभव किया। इसी तरह, जब मैंने अपने शरीर की आकृति को देखा, तो मैंने खुशी से अपने अंदर उठने वाली मनोभाओं का अनुभव किया। मैंने यह ध्यान दो महीनों तक किया।

फिर, एक रात, मुझे तेज पेट दर्द हुआ। मैंने सोचा कि यह मेरी मदद करने आया है, दर्द को स्वीकार किया, अंधाधुंध विश्वास किया, और दर्द से कहा कि मैं तुम्हारे सामने समर्पण कर रहा हूं, और तुम मुझे दर्द रहित अवस्था में ले जाओ। दर्द बढ़ गया, मैं बैठ या लेट नहीं सका, ऐसा लगा जैसे टॉयलेट जाना है, लेकिन जब मैं बाथरूम गया तो कुछ नहीं निकला। मैं हर आधे घंटे में गया। मैंने 5 घंटे तक दर्द का अनुभव किया, रोते हुए और अपने शरीर को जैसे महसूस हुआ वैसे हिलाते हुए। फिर, दर्द अपने आप कम हो गया।

अगले दिन से, मुझे 5 दिनों तक दस्त हुआ - पहले दो दिनों में 10 बार, अगले दो दिनों में 5 बार, और आखिरी दिन 3 बार। मैंने सोचा कि यह दस्त मेरे पेट को कम करने के लिए आया है, इसलिए मैंने खुशी से परेशानी और दर्द का अनुभव किया। छठे दिन, मैंने देखा कि मेरा पेट वह आकार ले लिया था जो मैं चाहता था। इन दो महीनों में, मैंने व्यायाम नहीं किया या आहार के नियमों का पालन नहीं किया, सभी प्रकार के खाद्य पदार्थ खाए, और कोई दवा नहीं ली। फिर भी, मैंने जो चाहा वह हासिल किया। इसलिए, यह समझें कि यदि आप अपने शरीर

पर विश्वास करते हैं और इसे स्वतंत्रता देते हैं, तो यह किसी भी समस्या को अपने आप कम कर सकता है।

** यह ज्ञान तेलुगु भाषा से अनुवादित है। तेलुगु या अन्य भाषाओं में यह ज्ञान पढ़ने के लिए इस लिंक पर क्लिक करें **http://darmam.com/library.html**

** स्वास्थ्य समस्याओं के बारे में डॉक्टरों द्वारा बताई गई बातों को जानने के लिए इस लिंक पर क्लिक करें। https://youtube.com/playlist?list=PL7sfndcUtXflXl91XFB_MG4-0DqLEVog0&si=9qvQ0mNc6DVhzMKi