

शरीर

शरीर एक चमत्कारिक प्राणी है। शरीर के हर अंग का अपना महत्व और महानता है। इस ब्रह्मांड में चमत्कारी रहस्यमय रचनाओं में से एक, मानव शरीर है। क्योंकि यह एक ऐसा महान साधन है जिसे मानव बुद्धि द्वारा नहीं समझा जा सकता है। शरीर वास्तव में एक सुंदर महल है जिसे आत्मा ने जीने के लिए बनाया है। मानव शरीर में किसी भी समस्या को खुद ठीक करने की अद्भुत क्षमता है। मानव शरीर में बहुत सारी महान प्रतिभाएँ छिपी हुई हैं: यह भोजन को पचा सकता है; हवा और धूल के माध्यम से प्रवेश करने वाला बैक्टीरिया को, खांसी और छींकने के माध्यम से बाहर छोड़ता है; रक्त को छानता है; जैसे ही शरीर को पता चलेगा कि उसको कोई नुकसान हो रहा है, तो तुरंत प्रतिक्रिया करता है... इस तरह मानव शरीर में बहुत सारी प्रतिभाएं और कौशल छिपी हुई हैं।

वास्तव में मानव, बुद्धि का उपयोग करके शरीर बनाना असंभव है। भले ही इसको बाहर बना सकें, तो भी इसे जीवित रखना असंभव है। क्यों कि उसमें जीवन शक्ति को पहुँचाना असंभव है। वास्तव में मानव शरीर एक चमत्कारी यंत्र है, जो जीवन शक्ति - प्राण शक्ति के साथ काम करता है। मानव शरीर की हर परमाणु प्राण शक्ति से भरी होती है। हर कण में जीवन है। लेकिन हम अपने शरीर को गलत तरीके से समझते हैं।

मानव शरीर पंचभूतों द्वारा बनाया गया है: पृथ्वी, जल, अग्नि, वायु और आकाश। यहाँ पृथ्वी हड्डियों जैसे शरीर के घन भागों का प्रतिनिधित्व करती है; पानी रक्त और अन्य द्रव पदार्थों का प्रतिनिधित्व करता है; अग्नि शक्ति का प्रतिनिधित्व करती है; हवा सांस का प्रतिनिधित्व करती है; आकाश भगवान का प्रतिनिधित्व करता है। जब इन तत्वों के बीच असंतुलन होता है, तो बीमारी होती है। जैसा प्रकृति में परिवर्तन होते हैं, वैसा ही मानव शरीर में भी लगातार परिवर्तन होते रहते हैं। प्रकृति में होने वाले परिवर्तनों के अनुसार, शरीर अपने आप को श्रुति कर लेता है।

आपके शरीर में स्वास्थ्य-बीमारी आती है और चली जाती है। बीमारी आप में स्थिर रहने का एक मुख्य कारण - स्वास्थ्य के प्रति आपकी बंधन। यदि आप प्रकृति पर नजर रखे तो आपको पता चल जाएगा कि, प्रकाश के बाद अंधकार, और अंधकार के बाद प्रकाश आते जाते हैं। उसी तरह बीमारी के बाद स्वास्थ्य और फिर स्वास्थ्य के बाद बीमारी आते जाते हैं। इस मजबूत भावना अंदर नहीं होने के कारण, बीमारी आप में निरंतर रहती है। उदाहरण के लिए, एक बार बी.पी. आता है, तो यह जीवन भर रहता है, ऐसे विचारों को भ्रम मानकर छोड़ दीजिए। इसलिए इस बात के लिए माफी मांगें कि, आप इतने दिनों तक बीमारी से नफरत किया, स्वास्थ्य और बीमारी दोनों को मुक्त करें और उन्हें स्वतंत्रता दें।

तभी आप और आपका शरीर प्राकृतिक स्थिति में पहुँचते हैं, जो स्वास्थ्य और बीमारी से परे है। यहाँ प्राकृतिक स्थिति का तात्पर्य, शरीर की प्रत्येक कण में शक्ति प्रवाहित होना है, जिसमें प्रेम-स्वतंत्रता-आनंद की मिश्रित शक्ति हैं। यह भी महसूस करें कि बीमारी आपकी

दोस्त है और यह शरीर में अनावश्यक संग्रहित शक्ति को छोड़ने के लिए आ रही है। तो आपका स्वास्थ्य स्वाभाविक नहीं है, अगर आपमें प्रेम-स्वतंत्रता-आनंद मिश्रित शक्ति नहीं बह रही है। इसके अलावा, यदि आप केवल स्वास्थ्य है, आपको डर होगा कि आपकी दुश्मन बीमारी, किसी भी समय आप पर हमला कर सकती है।

इसलिए बीमारी से डरने वाले स्वास्थ्य को नहीं चुनना। स्वास्थ्य चुनें जो बीमारी को पसंद करता है, जो बीमारी में आत्मविश्वास से रह सकता है, जो बीमारी के मूल्य को समझता है। साथ ही दिव्य अनुभूति को चुनें, जो स्वास्थ्य-बीमारी-तटस्थता के बीच समझ और मिलन के कारण उत्पन्न होती है।

आपने माता के गर्भ में सूक्ष्म आकार में प्रवेश करके आपने स्वयं नौ महीनों में सभी अंगों का निर्माण किया है। क्या आप उन अंगों में कोई समस्या होने पर मरम्मत नहीं कर सकते! लेकिन अब आप मरम्मत क्यों नहीं कर सकते, क्योंकि आप जन्म के बाद भौतिक माया में डूब कर, खुद को भूल चुके हो। इसलिए यदि आप अपने मूल रूप अर्थात् आत्म स्थिति में पहुंचते हैं या तटस्थ स्थिति में रहकर अपने मूल रूप को उसके शरीर को ठीक करने की अनुमति देते हैं, तो निश्चित रूप से स्वास्थ्य होता है।

लेकिन क्या आप अब सोच सकते हैं, कि आपका शरीर खुद को ठीक कर सकता है? वास्तव में बिना किसी बाहरी सहायता, आपका शरीर खुद को ठीक कर सकता है। इसके लिए आप शुद्ध होकर इसे अनुमति देना काफी है। तो अपने शरीर से इस तरह कहो: मेरा प्रिय शरीर, अपने आप को ठीक करो, अपने आप नयापन प्राप्त करो, आवश्यक शक्ति प्राप्त करो, मैं आपको मन के माध्यम से परेशान नहीं करूंगा।

दवाइयाँ

आपका शरीर खुद की देखभाल करना जानता है। लेकिन आप पूरी तरह शरीर पर भरोसा किए बिना, दवाओं पर भरोसा करते हैं। ऐसा करने का अर्थ, शरीर का अपमान करना और शरीर की क्षमता को व्यक्त करने में बाधा डालना। इसलिए इसकी क्षमताएँ अंदर छिप जाती हैं।

दवाओं का निर्माण कैसे किया जाता है? क्या आप जानते हैं कि वैज्ञानिक एक दवा आविष्कार करने के लिए क्या करते हैं? अधिकांश एलोपैथिक दवाएं मांस के साथ तैयार की जाती हैं। इसलिए याद रखें कि, यदि आप इन दवाओं का उपयोग करते हैं, तो इसका मतलब है, अप्रत्यक्ष रूप से आप मांस खा रहे हैं।

दवाओं का आविष्कार करने के लिए, कुछ व्यक्तियों के डीएनए नमूने का परीक्षण किया जाएगा और उनकी बीमारी के लक्षणों के आधार पर, दवा का आविष्कार किया जाएगा। लेकिन यह दवा शेष लोगों के लिए काम कर सकती है या नहीं भी कर सकती है, क्योंकि डीएनए हर व्यक्ति के लिए अद्वितीय है। इस दुनिया में कोई भी दो व्यक्ति के डीएनए एक ही तरह नहीं होता।

यहाँ मैं कहना चाहता हूँ, प्रत्येक व्यक्ति के पास अलग-अलग डीएनए है, उसी तरह हर व्यक्ति के पास, बीमारी को एक खास तरीके से, खुद कम करने की उल्लेखनीय क्षमता है। आपको बस इस पर विश्वास करना है। क्योंकि हम भोजन नहीं पचा रहे हैं, कम से कम हम सचेत रूप से सांस भी नहीं ले रहे हैं। भोजन को पचाने के लिए, शरीर अपने आप आवश्यक एंजाइमों को जारी करता है। यह बिना आराम किए हजारों रक्त वाहिकाओं के बीच, रक्त संचार लगातार कर रहा है। ये सभी चीजें स्वाभाविक रूप से हो रही हैं। तो पहले से ही शरीर इतने सारे चमत्कार कर रहा है, जो हमारे लिए संभव नहीं है। तो फिर स्वाभाविक रूप से शरीर को यह भी संभव है कि, वह स्वास्थ्य समस्याओं को स्वतंत्र रूप से ठीक कर सके।

आप शरीर को स्वतंत्रता नहीं दे रहे हैं, क्योंकि आपको लगता है कि शरीर खुद को ठीक नहीं करना जानता है। इसीलिए शरीर की बातों को सुने बिना, आप केवल दवाओं पर निर्भर हो रहे हैं। लेकिन वास्तव में आपका शरीर खुद को ठीक करना चाहता है, आप इसे कब स्वतंत्रता देंगे!

यहाँ मैं नहीं कह रहा हूँ कि, आपको दवाओं का उपयोग बिल्कुल नहीं करना चाहिए। दवाओं का उपयोग करने के साथ, मेरे द्वारा सुझाई गई विधियों का भी पालन करें। ऐसा करने से मेरे पिता ठीक हो गए। लेकिन आपको दवाइयों से परे जाना होगा, इसके लिए आपको शरीर पर भरोसा करना होगा। इसका मतलब, आपको हमेशा विकसित होना है, यानी भगवान की ओर हमेशा बढ़ते रहना है। अन्यथा नएपन की कमी के कारण यह मर जाएगा। विकसित नहीं होने के कारण मेरे पिता की मृत्यु हो गई।

हमें दवाओं से परे जाना चाहिए, क्योंकि हर दवा के लिए एक साइड इफेक्ट होता है। मतलब एक बीमारी, एक और नई बीमारी को जन्म देगी। साइड इफेक्ट्स के बारे में एक किताब भी है। इसके अलावा दवाएं मौजूदा बीमारियों को पूरी तरह से ठीक नहीं कर सकता। उदाहरण के लिए यदि कफ अंदर भरता है, तो दवाओं के माध्यम से केवल 30% कफ बाहर आता है, खुद डॉक्टरों ने मुझे यह जानकारी दी। मतलब शेष 70% अंदर रहता है और इस वजह से नई बीमारी विकसित होता है। बहुत सारी बीमारियाँ हैं जो डॉक्टरों द्वारा समझी नहीं जा सकता। उनके अनुसार सभी रिपोर्ट सामान्य होंगी, लेकिन समस्या बनी रहती है। मेरे भाई की लूज मोशन समस्या इसके लिए एक उदाहरण है। बहुत सारे लोग इसी तरह की समस्याओं से पीड़ित हैं। इसीलिए निश्चित रूप से हमें दवाओं का विकल्प खोजना होगा।

अपने अनुभव के माध्यम से, मेरे द्वारा आविष्कार किए गए मार्ग, मैं आपको बता रहा हूँ। मैं 2004 से अभी तक, 1 रुपये भी खर्च किए बिना मेरी सभी समस्याओं को खुद ही हल कर रहा हूँ। लेकिन यह मुश्किल रास्ता है, यह आसान नहीं है, यह जोखिम भरा है। इसलिए इस पुस्तक को पूरी तरह से पढ़ने के बाद ही निर्णय लें, कि क्या करना है। क्योंकि जो भी होगा सिर्फ आप ही जिम्मेदार होंगे।

जब आप बीमार हो जाते हैं, तो आपको यह तय करना होगा कि क्या करना है, क्या दवाइयों का उपयोग करना है या नए रास्ते में यात्रा करना है। यदि आप दवाओं का उपयोग

करते हैं, तो आपको तात्कालिक राहत मिल सकती है। जैसा कि मैंने ऊपर कहा था, फिर बीमारी नया रूप ले लेती है। लेकिन अगर आप मेरे सुझाव का पालन करना चाहते हैं, तो यह जोखिम भरी है।

क्योंकि अंदर तुम्हें औषधि पैदा करनी है। यह इतना आसान नहीं है। इसके लिए अधिक जागरूकता की आवश्यकता है। आपको इसके लिए समय निकालना होगा, आपको इसे स्वीकार करना होगा, आपको इसे प्यार करना होगा, आपको इसके प्रति समर्पण भाव में रहना होगा, आपको इसके साथ एक बनना होगा। जब भी बीमारी आती है, तो आपको इस प्रक्रिया का पालन करने से ही, औषधि आपके अंदर उत्पन्न होगी। इसलिए यह ध्यान रखें कि, यह दवा वह नहीं जो रेडीमेड उपलब्ध है, केवल कठोर अभ्यास करने के बाद ही, आप अपने अंदर दवा बना सकते हैं।

प्रेम

हम सिर्फ अपनी जरूरतों के लिए शरीर को मशीन की तरह इस्तेमाल कर रहे हैं। हम यह मानते हैं कि, प्यार से अपने शरीर को छूना भी गलत है। इसलिए शरीर का सम्मान करके उसे प्यार करना शुरू करेते, आप शरीर की प्रतिभा को जान पाएंगे। खुद को ठीक करने के लिए शरीर को, आवश्यक समय और स्वतंत्रता आपको देना होगा।

भगवान को छोड़कर, शेष भागों में हमेशा परिवर्तन होता है। उदाहरण के लिए शरीर। यह हमेशा बदलता रहता है। हर पल कई अणु मरती हैं, साथ ही कई नई अणु भी जन्म लेती हैं। शरीर हमेशा बदलाव करता रहता है।

भौतिक शरीर हमारे जीवन का सबसे महत्वपूर्ण पहलू है। हमें हर हिस्से को समान रूप से प्यार देना होगा। हम शरीर के दाएं हिस्से को एक तरह से और बाएं को दूसरे तरीके से व्यवहार करते हैं। हम हाथ और पैर को अलग महत्व देते हैं। इस वजह से भी शरीर आपका साथ नहीं देगा। तो समभाव पाने के लिए, आपको दोनों पक्षों को समान रूप से प्यार करना होगा। इस अवस्था तक पहुँचने के लिए, बाएँ हाथ से जो भी आप काम करते हैं, उसे दाएँ हाथ से करें, और दाएँ हाथ से जो भी आप काम करते हैं, उसे बाएँ हाथ से करें। यह आपको अजीब और पागल लग सकता है, लेकिन जब आप ऐसा करते हैं, तो सम दृष्टि विकसित होकर, आप शरीर को अतीत स्थिति से देख पाएंगे। लेकिन यह अभ्यास दूसरों के सामने न करें, क्योंकि वे सोच सकते हैं कि आप पागल हो गए। इसलिए अपनी पक्षपात गुण को छोड़ दे।

शरीर में सभी प्रकार के गंध होते हैं। प्रत्येक भाग में विशिष्ट गंध होती है। संबंधित सभी विश्वास को छोड़ दे, और नए विश्वास को चुने जो आपको अतीत स्थिति को ले जा सकता है, और सभी तरह के गंध को दिव्य भाव से महसूस करें। एक बार मुझे मलावरोध का अनुभव हुआ। फिर मैंने पूछा कि मुझे फ्री मोशन क्यों नहीं हो रहा है? तब मेरे अंदर की उस शक्ति ने गुस्से से पूछा, अरे मैं कहां हूँ? मैंने जवाब दिया आप मेरे अंदर हैं। आप मानते हैं कि टॉयलेट के बाद अगर आप अपने पैरों को नहीं धोते तो, कीड़ा पैदा होकर आपको बीमारी हो जाएगी। लेकिन मैं तुम्हारे अंदर रहता हूँ। अगर यह सच है कि कीटाणु मेरे कारण पैदा होते

है, तो मैं तुम्हारे अंदर रहकर पैदा कर सकता हूँ। लेकिन मैं ऐसा नहीं कर रहा हूँ। जो आप खाया वह, कुछ समय के लिए अंदर रहने के कारण, बुरी गंध बनती है। आप मुझसे नफरत करते हैं, इसीलिए मैंने मलावरोध पैदा किया। अगर आप मुझे स्वीकार करते हैं और प्यार करते हैं, तो मैं आपकी मदद करूँगा। फिर जब मैंने गंध को दिव्य भाव से महसूस किया तभी समस्या गायब हो गई। यहां मैं शौचालय में काम पूरा होने के बाद सफाई नहीं करने के लिए नहीं कह रहा हूँ। मैं आपको उसके संबंधित विचार को छोड़कर, अतीत में रहकर काम करने के लिए कह रहा हूँ।

शरीर द्वारा किए गए हर कार्य का एक अर्थ होता है। उदाहरण के लिए यदि कफ आपके अंदर भर जाता है, तो यह कैसे बाहर आएगा? खांसी के माध्यम से। उसी तरह जब भी हम धूल में सांस लेते हैं, तो यह छींक के माध्यम से बाहर आता है। लेकिन अगर आप दवाइयाँ लेते हैं, तो कफ और धूल अंदर ही रहने की वजह से निमोनिया और अस्थमा हो सकता है। हर बार खांसी होने पर दवाई लेने के कारण मुझे अस्थमा हो गया। न्यूएनर्जी में आने के बाद, प्यार से मैंने छींकने और खांसी को आमंत्रित किया और मैंने शरीर से कफ बाहर आने के लिए उनकी मदद मांगी।

शरीर को आजादी देने की वजह से, लगभग 10 दिनों तक मुझे खांसी और छींके आती रहीं, और उन्होंने अनावश्यक चीजें मेरे शरीर से बाहर निकालने में मदद की। जब हमें ठंड लगती है, भले ही आप दवाओं का उपयोग करने के बाद भी यह लगभग 10 दिनों तक रहता है। यहां दवाओं के उपयोग के बिना यदि आप शरीर को अनुमति देते हैं, तो यह छींकने से, गतियों से, उल्टी से या किसी अन्य तरीके से अनावश्यक चीजों को साफ कर देगा।

एक और उदाहरण, मुझे और मेरे भाई दोनों को दंत समस्या थी। सूजन मसूड़ों के कारण दर्द, मसूड़ों से रक्तस्राव, दांतों का ढीला होना, ऐसा लक्षण दोनों को आया। न्यूएनर्जी में आने से पहले हम दोनों ने डॉक्टर की सलाह के अनुसार दवाओं का इस्तेमाल किया। जब मैंने न्यूएनर्जी में प्रवेश किया, तो मैंने अपने शरीर को खुद को ठीक करने की स्वतंत्रता दी। अब तक बहुत बार मैंने मसूड़ों का दर्द, मसूड़ों से रक्तस्राव लक्षणों का अनुभव किया। जब भी ऐसा होता है मैं अपने शरीर को स्वतंत्रता देकर प्रक्रिया का अनुभव करता हूँ। बिना दवाई के इस तरह करने से भी मेरे दांत मजबूत हैं।

लेकिन मेरे भाई ने डॉक्टर की सलाह का सही ढंग से पालन किया। जब वह डॉक्टर से मिले, तो उन्होंने सलाह दी कि दांत खराब हो गए इसलिए उनको निकालना पड़ेगा। जो कुछ भी शरीर करता है, उस पर भरोसा करने और उसे आत्मसमर्पण करने और उसे स्वतंत्रता देने के कारण, मेरे पास अभी भी मजबूत दांत हैं। यही कारण है कि मैं आपको पूरे आत्मविश्वास के साथ यह बता कह रहा हूँ। जो भी शरीर करता है उसमें कुछ अर्थ होता है। इसलिए मैं आपको अपने अनुभव के माध्यम से सलाह देता हूँ कि, शरीर की प्राकृतिक प्रक्रिया को जबरदस्ती रोकने के लिए, दवा या अन्य तरीके का उपयोग नहीं करना।

आध्यात्मिक विकास-शारीरिक परिवर्तन

जब हम आध्यात्मिकता में बढ़ते हैं, तो हमारे भीतर के सभी ब्लॉक्स या नाड़ियाँ एक-एक करके खुलती हैं। फिर शरीर में विभिन्न प्रकार के लक्षण जैसे: दर्द, सुन्नता, उनींदापन, रेंगना, सुइयों के साथ दबाना, शरीर ठंडा हो जाना, शरीर गर्म हो जाना, दिल के पास दर्द होना, सिर में दर्द महसूस होना, चक्र क्षेत्र में दर्द होना, ड्रिलिंग का अहसास, जब आप किसी चीज को छूते हैं तो करंट के झटके लगना, जब कोई आपको छूता है तो उन्हें करंट का झटका लगना - इस तरह बहुत सारी नकारात्मक भावनाएं पैदा हो सकती हैं। ये सभी संकेत हैं कि हम आध्यात्मिकता में बढ़ रहे हैं।

2G से 3G में बदलने के लिए केवल सिम बदलना काफी नहीं, हमें हार्डवेयर मतलब मोबाइल को भी बदलना होगा। उसी तरह यदि आप बढ़ना चाहते हैं, तो आपको अपने अंग - शरीर, दिमाग और दिल को भी विकसित होने की आवश्यकता है। तो यह समझें कि निश्चित रूप से हर हिस्से में विकास होने के लिए प्रक्रिया आवश्यक है और इस प्रक्रिया को मदद करें। आवश्यक परिवर्तन होने के बाद, आपको अपनी समस्या का समाधान मिल जाएगा।

आप परिवर्तन को जैसा है वैसा ही स्वीकार करके, समर्थन देके, स्वतंत्रता देके यदि शरीर पर छोड़ दिया तो, ब्लॉक्स को हटा के वे चले जाएंगे। इसके बाद शक्ति आपके अंदर बह कर आपकी इच्छाओं को पूरा करने में मदद करती है। मतलब इच्छा रखने के बाद, पहले ब्लॉक्स खुलता है और आपके अंदर शक्ति का प्रवाह होने के बाद ही, आपकी इच्छा प्रकट होती है।

बहुत सालों से ध्यान करने वाले डॉक्टर की छाती में दर्द आई। उसे डर था कि, यह दिल का दौरा हो सकता है। जब उसकी जांच हुई, तो सभी रिपोर्ट सामान्य आईं। फिर भी, दर्द जारी रहा तो वह मेरे पास आई और मेरी सलाह मांगी। तब मैंने कहा कि यह दिल का दर्द नहीं है, जब आत्मा जागती है तो हृदय क्षेत्र में दर्द होता है, इसलिए अपने शरीर को स्वतंत्रता दें और ध्यान करें। ऐसा करने से कुछ दिनों के बाद दर्द गायब हो गया।

जैसे-जैसे आप बढ़ते हैं और नई ऊंचाइयों तक पहुंचते हैं, तो आपको ये दर्द आ सकता है। ये लंबे समय तक नहीं रहेंगे। यदि आपको कोई संदेह है तो, डॉक्टर के पास जाएं और परीक्षण करवाएं। विशेष रूप से गर्दन, कंधे, पीठ की हड्डी में दर्द, डी.एन.ए(DNA) स्तर पर बदलाव के संकेत है। इसका मतलब है कि, यह अंदर आत्मा चेतना के जागरण का परिणाम है। यह लंबे समय तक नहीं रहेगा।

एक महिला को शरीर के सभी 7 चक्रों में एक ही समय दर्द हुआ। मूलाधार चक्र से जलन शुरू हुई और सहस्रार की ओर यात्रा करने से सिर के क्षेत्र की नसों में जलन होने लगी और तेज सिरदर्द हो गया। शरीर की कण-कण में तेज दर्द हुआ और कण-कण खुल गईं। सांस अंदर लेते समय घुटन हुई और कमजोरी आ गई। इस प्रक्रिया के बाद शरीर में उच्च शक्ति प्रवाह हुई, जिससे उसकी लंबे समय से चली आ रही रक्तस्राव की समस्या ठीक हो गई।

जो भी मेरे पास समस्या को लेकर आता है, उनको कुछ इस तरह प्रक्रिया होने के बाद ठीक हो गए। उदाहरण के लिए यदि आप वजन कम करने की इच्छा रखते हैं, और अपने

शरीर को स्वतंत्रता देते हैं, तो वसा पिघलने लगती है। आपके शरीर में विभिन्न प्रकार के लक्षण हो सकते हैं जैसे: बुखार, उल्टी, दर्द और लूज मोशन। यह प्राकृतिक प्रक्रिया है। समस्या एक ही हो सकती है, लेकिन प्रक्रिया हर व्यक्ति को अलग होगी। इसलिए अपनी ओर से इच्छा रखें और अपने शरीर को स्वतंत्रता दें। इस प्रक्रिया के दौरान, जो भी परिवर्तन होता है, उसके अनुसार खुद को ट्यून करके, शरीर को स्वतंत्रता दिया तो, आपकी इच्छा पूरी होगी।

अनुभव -1: 2006 से मुझे बवासीर(पइल्स) की समस्या है। 3 महीने में एक बार, एक सप्ताह के लिए मल में खून आती थी। प्रति दिन 4,5 बार मोशन होकर लगभग आधा लीटर रक्त निकलता था। तब मुझे संदेश आया कि अनावश्यक रक्त बाहर निकल रहा है। मैंने उस समय में भी सभी तरह के आहार पदार्थ खा लिए। रक्तस्राव के कारण जो भी कमजोरी आई, मैंने उसे प्यार से अनुभव किया और महसूस किया कि मैंने रक्त बैंक को दान दिया। इस तरह मैंने समस्या को दूर किया। अब भी बीच-बीच में ब्लड मोशन होता है।

2009 में मुझे मल बाहर आने के स्थान में सूजन आ गई। फिर पाँच दिनों तक मैं समस्या के साथ रहा, पइल्स द्वारा दिए गए संदेशों को लागू किया और समस्या को दूर किया। उस क्षेत्र में रक्तस्राव हुआ और उसके बाद एक तरफ पिघल गया और फिर दूसरी तरफ भी।

फिर जनवरी 2010 में मुझे गुदा में सूजन आ गई। उस समय मैं मुंबई में था। जब मैं सोच रहा था कि: यहाँ भी मुझे 4 से 5 दिनों तक लेटना पड़ सकता है, मैं यहाँ अभ्यास नहीं कर सकता, अचानक मेरी चेतना के बिना मैंने अपनी उंगलियों से सूजन को दबाया। फिर वह सूजन वाला हिस्सा अंदर चला गया। तब मैंने राहत और सामान्य महसूस किया। उस समय से लगभग 1 साल तक जब भी टॉयलेट आता था, सूजन वाला हिस्सा बाहर आता था। फिर धीरे से मैंने अपनी उंगलियों से अंदर दबाया। मैंने पइल्स को सुझाव दिया कि, क्या इसे बाहर रखने से पीड़ित होना आवश्यक है, इसे अंदर ही पिघलाएं। जैसा कच्चा फल पक के स्वाभाविक रूप से फल बनके नीचे गिर जाता है, उसी तरह मुझे उम्मीद थी कि कुछ समय बाद यह स्वाभाविक रूप से अंदर ही पिघल जाएगा। लेकिन ऐसा नहीं हुआ।

अक्टूबर 2010 से जब मैं कुर्सी पर या वाहन में बैठता था, तब पइल्स से दर्द धीरे-धीरे आना शुरू हुआ। फिर जनवरी 2011 में, मैंने सूजन को बाहर रखकर इसे ठीक करने का फैसला लिया। जब मैंने बाहर रखा असहनीय जलन शुरू हो गई। मैं इसे सहन नहीं कर सका। तो कुछ देर बाद फिर से मैंने उसे अंदर दबाने की कोशिश की। चूंकि सूजन बाहर फैल गया और असहनीय जलन के कारण मैं इसे अंदर नहीं दबा सका। तब मुझे लगा कि, समस्या से निपटने का समय आ गया है।

मेरी उम्मीद के मुताबिक यह अंदर नहीं पिघला, इसलिए मुझे खुद पर और अपने शरीर पर गुस्सा आया। मैंने यह कहते हुए 2 दिनों के लिए पइल्स को डांटा कि: मैंने एक साल का समय दिया, फिर भी वो अंदर पिघल नहीं सका, अब देखिए मुझे असहनीय दर्द का सामना करना पड़ रहा है। रोने के साथ दो दिनों तक मैंने दर्द का अनुभव किया। मैं चल नहीं सकता,

बैठ नहीं सकता, सोते समय भी मैंने अपने पैरों को ऊपर रखा। मैं ठीक से सो नहीं पाया। चलते समय मैं दोनों पैरों को दूर रखकर चलता था। लेट के खाना खाता था।

मैं सूजन को देखना चाहा, इसलिए मोबाइल के माध्यम से फोटो लिया। तीसरे दिन पइल्स पर, मेरे शरीर पर और खुद पर गुस्सा स्वाभाविक रूप से कम हो गया। फिर मैंने इस तरह पइल्स के साथ बात की: ठीक है आप अंदर नहीं पिघल सकते, केवल बाहर रखने के बाद आप पिघल सकते हैं, ठीक है मैं आपको जैसा है वैसा ही स्वीकार कर रहा हूँ। उसके बाद गुदा में जलन को अनुभव करते हुए, दर्द में खुद को आत्मसमर्पण कर दिया। मैंने उस जलन को देखते हुए मेडिटेशन करना शुरू किया। फिर जलन पूरे शरीर में विस्तार हुआ। मुझे ऐसा विचार आया: आप मर जाएंगे, डॉक्टर से परामर्श करें, यह दर्द आपको मार देगा।

तब मुझे संदेश मिला कि: डॉक्टर के पास गया तो भी, वे सूजन वाले हिस्से को काट देंगे, तब भी दर्द होगा, इसलिए बिना किसी पर निर्भर होकर, दर्द का अनुभव करके खुद को ठीक कर लें, तभी आपको खुद पर भरोसा होगा। कुछ देर बाद मैं उस जलन में पूरी तरह पिघल गया। तब मुझे कोई विचार और आशंका नहीं हुई। मैं खुद दर्द बन गया। उसके बाद मैं 2 घंटे सोता रहा। तब मुझे लगा कि उस जलन से कुछ पैदा हो रहा है। इसके जागरण के बाद, जागरूकता में रहकर, दर्द से अलग होकर, बिना प्रभावित हुए, मैं दर्द को देख सका। अगले दिन मेरा दोस्त मुझसे मिलने आया। वह एक चिकित्सक है। मैंने उसे पइल्स तस्वीरें दिखाईं। तस्वीरें देखने के बाद वह कुछ समय के लिए अवाक हो गए। फिर उन्होंने डरते हुए कहा कि: भाई यह खतरनाक है, आपकी किडनी फेल हो सकती है या कैंसर हो सकता है।

फिर मैंने कहा: पहले ही तुमने देखा कि मैंने कैसे पीलिया(जॉन्डिस) को कम किया, उसी तरह मैं यह भी कम कर सकता हूँ, शरीर में खुद की मरम्मत करने की प्रतिभा है। केवल मुझे इसका समर्थन करना है, मुझे इसके लिए समय देना है और मुझे वही करना है जो यह कहता है। फिर मुझे जो संकेत मिला वह करना शुरू किया। मुझे ये संदेश मिले: इस तरह से चलना उस तरह से चलना, कैटवॉक करना, कमर झुक कर चलना, पैरों को दूर रखकर चलना। मैं ऐसा ही किया था, फिर मुझे दर्द होता था, मैंने इसे लेट कर अनुभव किया।

मैं सभी प्रकार के भोजन खाता था, मतलब सभी प्रकार के अचार, सब्जियां, मसाले आदि ... मेरी माँ ने मुझे सलाह दी कि, यदि आप डॉक्टर की सलाह के अनुसार भोजन करे तो पइल्स की समस्या दूर होगी, इसलिए उन वस्तुओं का सेवन न करें। तब मैंने जवाब दिया कि अगर मैं अपना पसंदीदा खाना नहीं खा सकता तो जीने का क्या फायदा, मैं खुशी से नहीं रह सकता। तो इसे फिर से आने दो, कोई समस्या नहीं, मैं इसे साफ कर दूंगा। क्योंकि एक हफ्ते मेहनत करने से मैं पूरे साल भर पसंदीदा खाना खा सकता हूँ। इससे पहले भी मैंने खुद को इस समस्या से मुक्त किया, इसलिए मैं सब खाऊंगा। डॉक्टर्स के सुझाव पालन करने से भी कोई गारंटी नहीं है कि समस्या फिर से वापस नहीं आएगी।

मैं पइल्स से जो भी संदेश प्राप्त करता था, मैं खुशी से अभ्यास किया। मैं बेसब्री से इंतजार कर रहा था कि यह समस्या कैसे साफ होगी। चलने की वजह से प्रति दिन 4 से 5

बार मोशन आता था। 8 वें दिन दोपहर को जब मैं सो रहा था, तो फोटो में जो आकर था वहीं आकर मैं था सूजन। लेकिन जब मैं उठा तो एक तरफ पिघल गया। 10 वें दिन दूसरे तरफ भी पिघल गए, अगले दिन मध्य भाग भी पिघल गया। 2009 में उन सूजन से मवाद और खून छलकने के बाद कम हो गया। लेकिन इस बार बिना यह सब पिघल गया। इस तरह 12 दिनों के बाद आनंद से मैंने अपनी पइल्स की समस्याओं को पूरी तरह से साफ कर दिया। मेरे डॉक्टर मित्र ने यह सुनकर आश्चर्य हुआ कि, मैंने समस्या को स्वतंत्र रूप से साफ कर दिया।

अनुभव-2: एक बार मेरे पेट का आकार बढ़ गया। फिर मैं पेट को कम करने के लिए चुनकर, मोटे पेट को जैसा है वैसा ही स्वीकार करके, इसे मुझे सामान्य पेट की स्थिति में ले जाने के लिए कहा। उसके बाद मैंने प्यार से पेट को देखा, मैंने महसूस किया कि मोटे पेट में पतला पेट भी है। दोनों पेट को समान महत्व देके, मैंने दोनों को दिव्य रूप से महसूस किया। कुछ ने कहा कि आपका पेट अच्छा है, कुछ ने कहा कि यह अच्छा नहीं है। उनके शब्दों से जो भी भावनाएँ उठीं, उन्हें मैंने स्नेह के साथ अनुभव किया। उसी तरह जब मैंने अपने शरीर को देखा, तो जो भी भावनाएँ उठीं, मैंने उन भावनाओं को भी स्नेह के साथ अनुभव किया। इस तरह मैंने 2 महीने अभ्यास किया।

उसके बाद एक दिन रात में मुझे पेट में जबरदस्त दर्द हुआ। तब मुझे लगा कि यह मेरी मदद करने के लिए आया है और मैंने इसे स्वीकार कर लिया। तब मैंने कहा कि, मैं तुम्हें आंख मूंदकर भरोसा करके तुम्हारे प्रति आत्मसमर्पण कर रहा हूँ, तुम मुझे केवल दर्द रहित अवस्था में ले जाओ। दर्द बढ़ गया, मैं बैठ नहीं सकता, मैं आराम नहीं कर सकता, मुझे शौचालय जाने का मन हो रहा था लेकिन जब मैं गया तो मल बाहर नहीं आया। इस तरह मैं हर 30 मिनट में एक बार गया था। इस प्रक्रिया के कारण मुझे जो भी दर्द हुआ, उसके अनुसार मैं चिल्लाया, मुझे जो लगा उसके अनुसार शरीर को हिलाया, ऐसा मैंने 5 घंटे तक दर्द का अनुभव किया। उसके बाद दर्द अपने आप कम हो गया।

फिर पांच दिन मुझे लूज मोशंस हुआ। पहले दो दिन दस बार, अगले दो दिन पांच बार, आखिरी दिन तीन बार। इन पांच दिनों में मैंने महसूस किया कि, ये मेरे पेट को कम करने के लिए आ रही है और स्नेह के साथ उस असुविधा का अनुभव किया। 6 वें दिन मेरा पेट उस आकार में था जिसकी मुझे उम्मीद थी। उन दो महीनों में मैंने: न व्यायाम किया, न दवा का उपयोग किया, सब कुछ खाया। तब भी मेरी इच्छा पूरी हुई। तो समझ लें कि अगर आप अपने शरीर पर भरोसा करके उसे स्वतंत्रता दिया तो, यह किसी भी समस्या को ठीक 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>