आत्मसमर्पण

अपनी समस्याओं का हल खोजने के लिए आप कई पद्धतियों या तकनीकों का उपयोग कर रहे है। आपको यह संदेह हो सकता है कि, क्या इन पद्धतियों का उपयोग करके हर समस्या का समाधान खोजना संभव है, इन पद्धतियों का लक्ष्य क्या है?

मानव जीवन में दो तरह की समस्याएं उत्पन्न होती है। मन से संबंधित समस्याएं और मन से परे समस्याएं। केवल मन में जन्म लेकर और मन में ही समाप्त होने वाली समस्याओं को आप अकेले ही पद्धतियों का उपयोग करके समाधान पा सकते है। मतलब वे शरीर मन आदि ज्ञात भागों में जन्म लेकर उन में ही समाप्त होते है। लेकिन मन से परे समस्याएं, मतलब वे ज्ञात भागों में उत्पन्न होकर अज्ञात गुप्त रहने वाले आत्मा में समाप्त होने वाले समस्याओं को, अकेले पद्धतियों का उपयोग करके आप स्वतंत्र रूप से समाधान नहीं पा सकते। आपको अपने भगवान के सामने खुद को आत्मसमर्पण होना है, मतलब भगवान आपका साथ देने पर ही आपको परे समस्याओं का समाधान मिलेगा। यहाँ पद्धतियों का अर्थ: सास को देखना, पिघलना, त्रिगुणों को चुनना और शेष पद्धतिया जो मैंने सुझाया।

समर्पण का अर्थ है अपने आप को अपने भगवान के प्रति समर्पित होना। समर्पण के बाद ही आप परमात्मा तक पहुंचेंगे। अगर अभी आप समर्पण हो सके तो किसी पद्धति की कोई जरूरत नहीं है। लेकिन अगर अभी आप आत्मसमर्पण नहीं हो सके तो या यदि आप पूछेंगे की आत्मसमर्पण कैसे होना, तो आपको पद्धति की आवश्यकता है।

करोड़ों मैं एक "कैसे" पूछे बिना आत्मसमर्पण होंगे। यहां मैं यह नहीं कह रहा हूं कि किसी भी पद्धति के बिना समर्पण असंभव है। यह संभव है लेकिन यह केवल कुछ लोगों के लिए है। ऐसे व्यक्ति बहुत दुर्लभ या दिव्य प्रतिनिधि नहीं है। क्योंकि वे अपने पिछले जन्म में पद्धतियों से मेहनत करके तंग हो गए। यहां तक कि ईमानदारी से उन पद्धतियों का अभ्यास करके, इतना तंग हो गए कि, उनकी वजह से, जो उम्मीद की गई थी, वह हासिल नहीं कर सके और वे पूरी तरह से तंग हो गए और बेचैन, परेशान और असहाय अवस्था में पहुंच गए। तभी "कैसे" गिरता है, तभी व्यक्ति पद्धतियों को छोड़ देगा। केवल उसके बाद ही आत्मसमर्पण हो सकता है।

जब आप अपने भगवान पर सब कुछ छोड़ देते है, तभी वास्तविक गहरी आत्मसमर्पण संभव है। तब आपको किसी भी पद्धतियों की आवश्यकता नहीं होगी। क्योंकि वही सब से अच्छी पद्धति है। आप अपने भगवान को सब कुछ समर्पण करेंगे: अपने आप को, अपनी समस्याओं को, अपने भविष्य को, अपनी प्रतिभाओं को, अपने समय और अपने सभी प्रयासों को।

कैसे

यदि आप आत्मसमर्पण नहीं हो सकते या यदि आप पूछते हैं कि आत्मसमर्पण "कैसे" होना तो आप आत्मसमर्पण के योग्य नहीं हैं, तो आपको पद्धति की आवश्यकता है। क्योंकि

"कैसे" का अर्थ, आप पद्धति पूछ रहे है। यदि आप बिना कुछ पूछे आत्मसमर्पण हो सके तो आपको किसी भी पद्धति की आवश्यकता नहीं है। लेकिन तब आप किसी के पास नहीं जाते, आप किसी भी समय अपने आप को आत्मसमर्पण हो सकते है। क्योंकि समर्पण होने के लिए गुरु की कोई जरूरत नहीं है। गुरु केवल पद्धति सिखाता है। वह केवल आपके अंदर रहने वाले बाधाओं को बाहर निकालने में मदद कर सकता है।

आपकी हर खोज केवल पद्धति के लिए है। जब आप किसी से पूछने जाते हैं, तो आप पद्धति पूछते हैं या आप उनसे समस्या को दूर करने के लिए कहेंगे। अगर खोज नहीं है तो कहीं जाने की जरूरत नहीं है। आपकी खोज स्वयं सूचित करती है कि आपको पद्धति की आवश्यकता है। केवल पद्धति के माध्यम से कुछ स्थिति तक पहुंचने के बाद ही, आप सहज आत्मसमर्पण की स्थिति मैं पहुंच जाएंगे। या आप पद्धति का अभ्यास करना बंद करके बस आराम से रहेंगे; लेकिन आराम से रहने की स्थिति भी केवल पद्धतियों के माध्यम से ही संभव है।

यदि आप स्वतंत्र रूप से परे समस्याओं को हल करने की कोशिश करेंगे तो सभी पद्धतियाँ आपके विरुद्ध हो जाती हैं, क्योंकि पद्धतियाँ केवल आपको आत्मसमर्पण होने की स्थिति में ले जा सकती है। अपनी भगवान का समर्थन मिलने पर ही आप परे समस्याओं का समाधान प्राप्त कर सकेंगे।

प्रयास

आम तौर पर समस्या से निपटने के दौरान, आपके पास मौजूद ज्ञान के साथ ही आप प्रयास करेंगे। लेकिन आप कितनी भी कोशिश कर लें, अगर आपको नतीजा नहीं मिलता तो आप जो ज्ञान जानते हैं, उस पर आपका विश्वास मिट जाएगा। मतलब यह आपके अहंकार को चोट पहुँचाता है। इसकी वजह से आपके और आपके मन के बीच का बंधन भी कम हो जाता है।

अब तक आपने मन को भगवान मानकर खुद को इसके साथ पहचाना है। लेकिन जब आप मन की सलाह का पालन करके परिणाम प्राप्त नहीं कर सके तो, आप मन को छोड़कर भगवान की तरफ चलेंगे। ऐसा होने से ही आप स्वाभाविक रूप से भगवान के सामने आत्मसमर्पण होकर अपनी समस्या को उसके सामने समर्पण करेंगे। तभी आपको परिणाम मिलेंगे।

इसलिए आपको मेरे द्वारा सुझाई गई पद्धतियों या तकनीकों को अधिक गंभीरता से खुशी से प्रयास करना चाहिए। ऐसा करने से आप जल्दी मन से बाहर आजाएंगे। ऐसा कोशिश करने से आपके अहंकार-रूप भी पिघल जाएंगे। यहां हर विचार अहम्-रूप है। यदि विचार के माध्यम से परिणाम नहीं मिलेंगे तो आप उन्हें महत्व नहीं देंगे। इस तरह आपके सहयोग की कमी के कारण विचार अपने आप पिघल जाएंगे।

परिणाम प्रयास के माध्यम से नहीं आते, यह अनुभव पूर्वक जानने के बाद, जब नई समस्या उत्पन्न होगी तब आप कुछ भी प्रयास किए बिना सीधे भगवान को आत्मसमर्पण होने

का भाव में रहे तो आपको परिणाम नहीं मिलेगा, क्योंकि इसके संबंधित अहंकार-रूप पिघल नहीं हुए।

यहां हमारा लक्ष्य हमारे अहंकार-रूपों को शुद्ध करके भगवान के साथ एक होना। बिना प्रयास किए यदि आप भगवान की ओर कदम बढ़ेंगे तो आपको मन का समर्थन नहीं मिलेगा। मन अपने बात सुनने के लिए आपको लगातार परेशान करेगा। क्योंकि मन अपनी संग्रहीत पुराने ज्ञान के बोझ को कम करना चाहता है।

इसलिए अपने प्रयासों को तीव्र बनाके, अहंकार-रूपों को शुद्ध करके, मन के समर्थन से ही भगवान के सामने आत्मसमर्पण करें। मन भी, भगवान की मदद से आपको मिलने वाले परिणामों का आनंद लेगा। ऐसा करने से ही आपके सभी भागों में समन्वय होगा। इसलिए मैं आपको अपने प्रयासों को बढ़ा कर, आराम करने की स्थिति तक पहुंचने की सलाह देता हूं।

प्रारंभ में यदि आप कुछ प्रयास करके सफल नहीं हुए तो आप उदास हो जाएंगे, आपको लगेगा कि आप बेकार व्यक्ति है। तब आप नापसंद से ही समस्या और उससे जुड़ी विश्वासों को छोड़ कर खुद को भगवान के सामने समर्पित कर देंगे। लेकिन ऐसा करने से आपको परिणाम मिलेगा। फिर अगली समस्या में, आप खुशी से मन के स्तर पर प्रयास करके परिणाम नहीं मिला तो, तुरंत आप अपनी समस्या के साथ पसंद से ही भगवान के सामने आत्मसमर्पण कर देंगे। वास्तव में आप आत्मसमर्पण के क्षण की प्रतीक्षा करेंगे, क्योंकि तभी आपका अकेलापन गायब हो जाएंगे, भगवान के साथ आपकी मिलन की इच्छा पूरी हो जाएंगे और आप परमानंद का अनुभव करेंगे।

मन से कही गई हर बात को कोशिश करने के बाद ही आप समर्पण हो सकेंगे। मन कमजोर होकर असहाय स्थिति में पहुंचने के बाद ही या सभी रास्ते बंद होने के बाद ही, मन सब कुछ छोड़ कर आराम करेगा। तभी आप समर्पण हो सकेंगे और उसके बाद ही आपको परिणाम मिलेंगे।

उच्च चेतना

अगर आप दिव्यानुभूति को पाना चाहते हैं, तो आपको प्रयास करना होगा। लेकिन ये प्रयास आपको दिव्यानुभूति नहीं देंगे। प्रयास आपको परमात्मा के समीप ले जाते है। ये प्रयास दिव्यानुभूति प्राप्त करने के लिए आवश्यक स्थिति उत्पन्न करते है। आप प्रयास के माध्यम से उच्च चेतना के लिए उपलब्ध होंगे। आपके सभी प्रयास खत्म होने के बाद ही, आप बिना किसी संघर्ष खुले रहेंगे। तभी उच्च चेतना काम करने के लिए आप समर्थन करेंगे।

बिना संघर्ष यदि आप प्रक्रिया को अनुमति देंगे, तभी उच्च चेतना काम करना शुरू कर देगा। तब शरीर और मन उच्च चेतना के समर्थन से खुद को ठीक करेंगे। आप प्रक्रिया में हस्तक्षेप नहीं करेंगे, बस समस्या के लक्षणों का अनुभव करेंगे और उनके साथ सहयोग करेंगे, तभी आपको परिणाम मिलेगा। इसलिए याद रखें कि: परिणाम चाहने के बाद आपका पहला लक्ष्य प्रयास करना; फिर अगला लक्ष्य समर्पण होकर भगवान का सहयोग करना; तभी आपको परिणाम मिलेंगे।

यहां स्थिति इस तरह है, जैसे एक कमरे में आप बैठे हो जहां सारी दरवाजे बंद है। सूरज बाहर है, लेकिन आप अंधेरे में हो। सूरज को अंदर लाने के लिए आप कुछ नहीं कर सकते। लेकिन आप बंद दरवाजे खोल सकते है, फिर आपका कमरा सूरज के लिए उपलब्ध रहेगा। इतने दिन सूर्य के प्रभाव आपके ऊपर ना पढ़ने के लिए आप बाधाओं का निर्माण किया। लेकिन अगर आप दरवाजा खोलेंगे तो सूरज की रोशनी अंदर प्रवेश करेगा।

दरअसल आप कमरे में, सूरज की रोशनी को नहीं ला रहे हैं। आप केवल बाधाओं को दूर कर रहे है। प्रकाश अपने आप प्रवेश करेगा। इसे गहराई से समझें: आप भगवान का अनुभव करने के लिए सीधे कुछ भी नहीं कर सकते; लेकिन भगवान को छिपाने के लिए, भगवान को आपके करीब नहीं आने के लिए, आप कई बाधाएँ खड़ी कर सकते है। याद रखें कि, चाहे कितना भी अच्छा क्यों न हो - सभी विचार, सभी विश्वास, सभी राय, सभी गुण और यहां तक कि सभी सुरक्षित उपाय बाधाएं है। इसलिए महसूस करें कि, किसी भी एक विचार को पकड़ेंगे तो आपके और आपके भगवान के बीच में बाधा पैदा होगी।

इसका कारण यह है कि परमात्मा निर्गुण, निराकार, और सबसे परे है। जब भी आप किसी विचार को पकड़ेंगे, तब आप आकार में आजाएंगे। उदाहरण के लिए अच्छा काम करने के बाद आपको लगता है कि आप अच्छे व्यक्ति है। मतलब यहाँ आप अच्छे को पकड़ रहे है। फिर आपको अच्छी रूप बनती है। इसकी वजह से आप भगवान को खो देंगे। क्योंकि भगवान शुद्ध है। इसलिए अच्छा काम करने के बाद, बिना रुके, बिना उस काम को बार-बार याद न किए, उस काम से उत्पन्न होने वाली अनुभूतियों को खुशी से अनुभव करके, फिर उस अनुभूतियों को उपयोग करके, इस संसार से परे जाकर भगवान में विलीन हो जाएं।

तो प्रयासों के साथ आप केवल पिछली बनाई गई बाधाओं को हटा सकते हैं, आप केवल बंद दरवाजे खोल सकते है। दरवाजा खुलते ही प्रकाश अंदर प्रवेश करेगा। यह दिव्य किरणें आपको स्पर्श करके आपको रूपांतरित करेंगे। इसलिए हमेशा याद रखें कि, सभी प्रयास केवल बाधाओं को दूर करने के लिए हैं, सीधा भगवान का अनुभव करने के लिए नहीं।

पद्धतियों की जरूरत तभी होती है, जब आप खुद को प्रतिबंधित करके, नई चीजों को प्रवेश नहीं करने देते। पद्धतियों का उपयोग करके धीरे-धीरे इन प्रतिबंधों को हटा दें। तभी अंदर शुद्धता और स्वाभाविकता बढ़ती है।

भगवान को सब कुछ समर्पण करने के बाद कोई प्रयास नहीं होगा, आपको कुछ नहीं करना पड़ेगा। आप सिर्फ बहेंगे। आप हर चीज को गहराई से मुक्त करने के मूड में होंगे। आपके जीवन में घटनाएं होती हैं, लेकिन इसके लिए आप कोई प्रयास नहीं करेंगे, कम से कम इसके लिए आप खोज भी नहीं करेंगे। वे हो सकता है या नहीं हो सकता फिर भी आप हमेशा संतुष्ट रहेंगे। आप इच्छा नहीं करेंगे। ईश्वर की इच्छा के अनुसार होगा, आपके पास कोई अपेक्षा या कोई तनाव नहीं होगा।

परमात्मा सदा बहते है और उसी में आप भी बहेंगे। आपके पास कहीं पहुंचने का लक्ष्य नहीं होगा, क्योंकि यदि लक्ष्य है तो प्रयास प्रवेश करेगा। अंत में आपको परमात्मा तक पहुंचने

का अपने लक्ष्य को भी छोड़ना होगा। आपको कहीं जाने का, किसी स्थान पर पहुँचने का और कुछ हासिल करने का लक्ष्य नहीं होगा। आप किसी भी चीज का खोज या इंतजार नहीं करेंगे। आप कुछ उम्मीद नहीं करेंगे। आप अपने भगवान को सब कुछ समर्पित करके यह विश्वास में रहेंगे कि, भगवान मेरे जीवन चला रहा है और भगवान आपकी जरूरतों को पूरा करेंगे। फिर आप अच्छे और बुरे दोनों अनुभवों को भगवान की देन मानकर उन्हें दिव्य से अनुभव करेंगे।

समर्पण का अर्थ है अपने आप को अपने ईश्वर को समर्पित होना जो आपसे श्रेष्ठ है। तब जीवन आपके नियंत्रण में नहीं होगा। तब परमेश्वर तुम्हें पकड़ लेगा और तुम्हें अपने नियंत्रण में ले लेगा। तब आपका जीवन उस दिशा में नहीं जाएगा, जिसका आपने इरादा किया था। ईश्वर आपको भगवान में बदलने के लिए आवश्यक परिस्थितियाँ पैदा करेगा। भविष्य अप्रत्याशित हो जाएगा।

यदि आपसे श्रेष्ठ अपने ईश्वर के साथ आप चलेंगे तो आप असुरक्षित और भयभीत महसूस करेंगे। क्योंकि भगवान के फैसले आपकी उम्मीदों से परे रहेंगे, उनके फैसले की कीमत कुछ समय गुजरने के बाद ही आपको पता चलेगा। तो शुरू में भगवान के साथ रहना मुश्किल हो सकता है, लेकिन उसके बाद आप इस स्थिति का भी आनंद लेंगे। क्योंकि यह न केवल आप में व्यापक दृष्टिकोण को जागृत करता है, बल्कि यह आपके आत्मविश्वास को भी बढ़ाता है।

यदि आप इस तरह से जीना नहीं चाहते, तो भगवान के साथ रहने की इच्छा को छोड़ना बेहतर है। साथ ही उन लोगों के साथ नहीं रहना जो आप से श्रेष्ठ है। अप उन लोगों के साथ रहे जो आपसे कम स्थिति में है। तब आप उनके लिए गुरु बन पाएंगे और आप अपने लक्ष्य को पहले ही निर्धारित कर पाएंगे। आप अपने लक्ष्य को प्राप्त कर सकते हैं, लेकिन आपको इसमें से कुछ भी नया नहीं मिलेगा। तब आपके जीवन बर्बाद होने का सामान बन जाता है।

ईश्वर के साथ रहना, नदी के साथ बहने जैसा है। निश्चित पथ निर्धारित करना संभव नहीं है। पालन करने के लिए स्पष्ट निर्देश कोई नहीं दे सकता। इसलिए सजीव और सक्रिय रहें। भगवान आपको किसी भी दिशा में ले जा सकते हैं, उस पर विश्वास करें। न्यूएनर्जी जीवन का अर्थ है भगवान के प्रवाह पर भरोसा रखना। भगवान को अपना मार्गदर्शक बनने दीजिए। आपको उच्च चेतना की ओर ले जाने की अनुमति भगवान को दीजिए। उस मार्ग में हमेशा जागरूक और सचेत रहें, अन्यथा आप उस रास्ते में आने वाली चीजों को खो देंगे।

न्यूएनर्जी जीवन केवल लक्ष्य को महत्व नहीं देता। उस यात्रा में आने वाली चीजों को भी महत्व देगा। अगर आप खुशी से पथ में यात्रा करते हैं तो, यात्रा करते समय ही आपको आनंद मिलेगा। क्योंकि आपका भगवान आपका साथ रहकर मार्ग को निर्देशित करेगा। नदी की तरह, आपके जीवन में भी कई अप्रत्याशित मोड़, उतार-चढ़ाव, चरमोत्कर्ष और अज्ञात स्थानों में प्रवेश करना, यह सब रहेगा। इन अनुभवों के साथ आपको आनंद भी मिलेगा।

इसलिए मार्ग में भी जागरूक और सचेत रहें। दिव्य आनंद केवल अंत में नहीं आएगा, यह यात्रा करते समय भी आएगा। यह हमेशा बढ़ता ही रहता है। नदी ही सागर जैसा असीमित

बन जाती है। यहाँ सिर्फ नदी सागर में विलीन नहीं हो रहे है; बल्कि नदी खुद सागर के रूप में विकसित हो रही है। सभी अनुभवों में जागरूकता के साथ भाग लेकर, उनका अनुभव करके, बढ़के विस्तार होकर, जीवात्मा आत्मा में और उसके बाद परमात्मा में परिवर्तन हो जाती है। यह तब होगा जब आप: उच्च अनुभवों में सचेत रहकर उसमें विश्वास के साथ यात्रा करके, उन अनुभवों से परे गए तो। हाँ यह जोखिम भरा रास्ता है। लेकिन ऐसा करने से ही आप चमत्कारी परिणाम पा सकते है।

इसलिए मैं आपको रचनाकार बनने और हमेशा उच्च चेतना में प्रवेश करने के लिए साहसिक होने की सलाह देता हूं। लेकिन मेरी सलाह के आधार पर कोई भी निर्णय जल्दी से न लें, क्योंकि जो कुछ भी होगा, केवल आपको उसके लिए पूरी जिम्मेदारी लेनी होगी।

** 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**

पिघलजाओ

यदि आप अपने भाग: शरीर, मन और हृदय से परे जाकर आत्मा तक पहुंचना चाहते हैं, तो पहले यह पहचान लें कि, आप उनसे प्रभावित हैं और उनमें कैद होकर रह रहे हैं। उसके बाद अपना ध्यान अपने भागों से बदल के स्वयं पर लगाएँ, और फिर पिघलने का अभ्यास करें। जो कुछ भी होता है, इस प्रक्रिया में भाग लेने के बिना, आप अंदर जप करें कि, "केवल मैं पिघल रहा हूँ", और बर्फ के घन की तरह पिघल कर शुद्ध हो जाओ। इसके बाद अंदर फैल जाओ। बिना बात के, बिना सोचे समझे, बिना कुछ करते हुए, केवल इस भावना में रहना है कि मैं पूरे शरीर में मौजूद हूं। फिर आप नींद की स्थिति में प्रवेश करेंगे, या अपने भागों से बाहर आकर खाली जगह में रहेंगे। इस स्थिति में यदि आप कुछ समय के लिए रह सकते हैं, तो विचार अपने आप ही पिघल जाते हैं और मौन अंदर रहेगा, और उसके बाद आत्मा प्रकट होगा। तब आप सुखदता, हल्कापन, ताजगी और आनंद का अनुभव करेंगे। अपनी आँखें तुरंत खोले बिना, इस आनंद को अपने सभी भागों में फैलाएँ। तब आपको सभी समस्याओं का समाधान मिल जाएगा। साथ ही आपके सभी भागों के बीच समन्वय होगा। इस ध्यान का अभ्यास कोई भी, कभी भी, कहीं भी, और बिना समय सीमा के, किया जा सकता है। इस ध्यान को रोजाना कम से कम 10 मिनट तक अभ्यास करें।

दान

न्यूएनर्जी-अद्वैत ज्ञान से प्रेरित कोई व्यक्ति या कोई भी, दान करना चाहता है, तो कृपया निम्नलिखित बैंक खाते में पैसा जमा करें। आपकी मदद हमें इस ज्ञान को बहुत सारे लोगों तक फैलाने के लिए प्रोत्साहित करेगी। Name: P.Sreedhar; SBI Bank A/c No: 30603897922. Branch: Hanamkonda; City: Hanamkonda, Warangal District, India. IFSC Code: SBIN0003422 Mobile No: 9390151912. आपकी उदारता और समर्थन की सराहना की जाती है! This mobile No. also has GooglePay and PhonePe.