

रस-विधा

वास्तविकता विरुद्धों के माध्यम से जीवित रहती है। सकारात्मक और नकारात्मक के माध्यम से, पुरुष और स्त्री के माध्यम से, सूरज और चंद्रमा के माध्यम से; वास्तविकता दो विरोधी एक ही लक्ष्य के लिए काम करने से बनते हैं। भले ही वे विरुद्ध दिखते हैं, लेकिन वे अन्योन्यता पैदा करते हैं। यह अन्योन्यता ही वास्तविकता बन जाती है।

स्त्री और पुरुष दोनों मिलकर मानवता को आकार देने में मदद करते हैं। आंतरिक तनाव, कसाव, उत्कंठ आदि के कारण इन दोनों के बीच शक्ति पैदा होती है, और वृद्धि के लिए प्रक्रिया शुरू होती है।

यह सभी स्तर में काम करता है। यदि आप अणुओं की आंतरिक संरचना पर नजर रखे तो, वहां भी विरुद्ध काम करते हुए पाया जाएगा। इलेक्ट्रॉनों ऋणात्मक विद्युत से और प्रोटॉन धनात्मक विद्युत से रहती है। इस तरह विरुद्ध रहने से ही पदार्थ बनता है। यदि केवल एक सकारात्मक विद्युत होता तो यह दुनिया तुरंत गायब हो जाएगी। अगर केवल नकारात्मक विद्युत मौजूद है तो कुछ भी नहीं रह सकता।

इंसान के अंदर भी ऐसा ही होता है। स्वास्थ्य और बीमारी दोनों एक साथ काम करते हुए, आनंदित रहने की आपकी इच्छा पूरी करने के लिए प्रयास करता है। यदि आप ईश्वर तक पहुंचने की इच्छा रखते हैं तो इसे पूरी करने के लिए अच्छे और बुरे दोनों एक साथ काम करते हैं। इस तरह से विरुद्ध सहयोग के साथ मिलकर काम करते हुए, आपको अपनी मंजिल तक ले जाते हैं।

आंतरिक सूर्य सकारात्मक और पुरुष का प्रतीक है। आंतरिक चंद्रमा नकारात्मक और स्त्री का प्रतीक है। सकारात्मक गर्म, सक्रिय और होशियार रहता है। नकारात्मक, ठंडा, शांत, निश्चल रहता है। इसलिए आदमी को एक मत देखो। कुछ भी सिर्फ एक नहीं रह सकता। सब कुछ दो में विभाजित होकर सजीव रहता है। आपका शरीर और मन भी दो में विभाजित है।

पुरुष तत्व एक गंभीर रूप से अभिव्यक्त मानसिकता के साथ उग्र और तेजी रहता है। स्त्री तत्व स्वीकार गुणवत्ता के साथ शांत रहता है। आप में, सूर्य सक्रिय भाग है और चंद्रमा निष्क्रिय भाग है। यदि ये दोनों गहरे संतुलन में रहे तो अचानक आपको मुक्ति मिलेगी, आप एकता में पहुँचेंगे। मतलब आपको पता चलेगा कि: विभाजन और दुश्मनी केवल बाहरी दिखावे पर होती है; लेकिन अगर आप उनके अंदर यात्रा करे तो, आप पाएंगे कि दोनों एक-दूसरे का समर्थन करते हुए मैत्रीपूर्ण रहते हैं; और यदि आप और गहराई से यात्रा करे तो, आपको पता चलेगा कि दोनों एक ही शक्ति से उत्पन्न हुए हैं और केवल एक ही मौजूद हैं।

जागरूकता दो तरीकों से काम करती है, यह सूरज और चाँद को भी सृष्टि करती है। घूमने वाले पहिया के केंद्र में एक अचल राँड रहता है जो घूमता नहीं। चलती चीजों के बीच, निश्चित चीज अवश्य होगी, अन्यथा चलन संभव नहीं है।

यदि आप जागरूक हो जाते हैं, मतलब अगर आप राग-द्वेष से परे पहुंचेंगे, या शुद्ध रूप से रहेंगे तो, गर्मी परिधि की ओर यात्रा करती है। आपके शरीर में हर कण गर्म हो जाती है, क्योंकि जागरूकता, शक्ति को अपने आप घुसकर प्रवाहित होने के लिए उत्तेजित करता है। साथ ही दूसरा विपरीत परिणाम यह है कि, आपका अस्तित्व का केंद्र ठंडा हो जाता है। मतलब यह चंद्रमा भी काम कर रहा है।

जब शक्ति केंद्र में रह कर केवल ज्यादा होने के बाद अनियंत्रित रूप से बह कर थोड़े समय के लिए मुक्त हो जाती है, तो यह आग बन जाती है। अचानक शरीर की तरफ शक्ति बहती है, यह सबसे खराब स्थिति है। आप अंतराल में शक्ति को जमा करते रहते हैं। इसके बाद जब यह शक्ति अधिक मात्रा में जमा होकर अनियंत्रित स्थिति उत्पन्न होने के कारण आप इसे दूर धकेल देते हैं। फिर यह इच्छा, क्रोध, दुख, भूख जैसी गुणों की माध्यम से बाहर आता है। इस तरह आप एकत्र करने और फेंकने, फिर से इकट्ठा करने और फिर से फेंकने के दुष्चक्र में फंस गए। लेकिन जागरूकता के कारण इस स्थिति में परिवर्तन होता है। जागरूकता की वजह से आंतरिक केंद्र शरीर के प्रत्येक कण को ना केवल ज्यादा होने पर, बल्कि लगातार अपनी शक्ति भेजता है।

आपका अंदर का सूरज शक्ति को दो तरीकों से भेजता है। यदि आप जागरूकता में नहीं हैं तो वह इच्छा, क्रोध, दुख, भूख, बीमारियों आदि के माध्यम से शक्ति को भेजता है। या यदि आप जागरूकता में हैं तो इस सचेत स्थिति के माध्यम से, अग्नि प्रकाश में परिवर्तन होकर, प्रकाश के रूप में बाहर आता है। तब आप निरंतर प्रकाश के प्रवाह से भर जाओगे। आप में कण-कण और अणु उसमें स्नान करते हैं। जब ऐसा होता है तो आपका आंतरिक केंद्र ठंडा और ठंडा बनते रहता है। अंत में यह सबसे ठंडा स्थान बन जाता है।

जब आपकी चेतना बढ़के फैलती है, तब आपकी आग प्रकाश में बदल जाती है। जब आपका शरीर प्रबुद्ध होता है, जब शरीर के सभी अणु प्रकाशित होते हैं, जब वे जागरूक हो जाते हैं, तब आंतरिक चंद्रमा विकसित होता है। इस तरह जब अमावस्या चंद्रमा बढ़ने के बाद आप अपने अंतर प्रकृति में पूर्णिमा का अनुभव करेंगे। यहां याद रखें पूर्णिमा का मतलब सूर्य और अमावस्या चंद्रमा से परे है।

जब आग पूरी तरह से प्रकाश में बदल जाती है तो आपके अंदर कोई गर्मी नहीं होती है। इसलिए हम पूर्णिमा को प्रतीक के रूप में उपयोग कर रहे हैं। चंद्रमा में प्रकाश है लेकिन गर्मी नहीं रहता। इसलिए इसका प्रकाश ठंडा रहता है। इसलिए जब आप आंतरिक यात्रा शुरू करते हैं तो पहले अनुभव विद्रोह रवैये के साथ रजो तत्व से होंगे। फिर भी अगर आप यात्रा जारी रखे तो अग्नि तत्व पिघल कर, प्रकाश के साथ चमकता हुआ शीतल मौन चंद्रमा ही बचता है। तभी आप द्वैत के बारे में पूरी तरह से जान पाएंगे। आप सूर्य-चंद्र, जन्म-मृत्यु को जानपाएंगे। इस तरह अगर आप दोनों को एक साथ अनुभव करेंगे तो आप दोनों से परे जाएंगे।

इसलिए सभी समस्याओं का एक ही हल है, आग को प्रकाश में बदलना। अग्नि के रूप में अग्नि का उपयोग किए बिना, प्रकाश के रूप में उपयोग करें। मतलब जब अग्नि एक दिशा

में फैलती है तो वह अग्नि के रूप में रहती है, लेकिन यदि वह सभी दिशाओं में फैलती है तो वह प्रकाश में बदल जाती है। मतलब आग को बल्ब की तरह इस्तेमाल करें, टॉर्च की तरह नहीं। यहां ध्यान दें कि, प्रकाश अंधेरे के विरुद्ध नहीं है, यह शुद्ध प्रकाश है जो रोशनी और अंधेरे से परे है।

इसलिए जब आपको गुस्सा आया तो अपनी आँखें बंद करें और गुस्से पर ध्यान दें। गहराई से खोदो और पता करो कि क्रोध कहाँ से आ रहा है। आम तौर पर हम इसके विपरीत करते हैं। जब हम क्रोधित होते हैं, तो हम इसके लिए बाहरी कारण के बारे में, बाहरी तौर पर इसे बनाने वाले के बारे में हम सोचते हैं। लेकिन अब से बाहरी कारण छोड़कर इसके अंतर केंद्र को खोजें।

जब आप क्रोध में हो तभी उसके आंतरिक केंद्र की ओर यात्रा करना आसान हो जाता है। क्योंकि तब आप भावुक होंगे। उस अग्नि को पथ के रूप में उपयोग करके, आसानी से आप इसके आंतरिक केंद्र की ओर यात्रा कर सकते हैं।

यात्रा करते समय क्रोध में भाग न लें, क्योंकि यदि आप भाग लेंगे तो इसे बिना रूपांतरित किए, बाहर फेंक दिया जाएगा। और इसे दबाओ मत, क्योंकि अगर आप शक्ति को दबाया तो अतिप्रवाह शक्ति को फिर से केंद्र में वापस धकेल दिया जाता है। लेकिन केंद्र इसे अवशोषित नहीं कर सकता। अधिक बल के साथ केंद्र फिर से इसे शरीर की ओर फेंकता है। इसलिए भाग न लें और न ही दबाएं। बस जागरूकता में रहो और अपने अंदर के केंद्र की ओर यात्रा करो।

आप कैसे जानोगे कि आप अंदर के केंद्र पर पहुंच गए हो? केवल बाहरी दृष्टि में रहने और बाहर की चीजों को पकड़ने के कारण, अब तक आपने मनोभाव केंद्र की ओर यात्रा नहीं की है। अब बाहरी कारण छोड़कर, अपना ध्यान विपरीत दिशा में रहने वाला आंतरिक केंद्र कि और बदलकर उस तक पहुंचें। केंद्र में आप और क्रोध दोनों ही रहेंगे। बाहरी व्यक्ति के, बाह्य विषय के विचार जो क्रोध के बाहरी कारण हैं, वो केंद्र में बिल्कुल नहीं रहेंगे। क्यों कि आप महसूस करेंगे कि, क्रोध का कारण अंदर है। याद रखें कि अब आपको अंतर-यात्रा करने की आवश्यकता नहीं है, क्योंकि आपको क्रोध का केंद्र मिल गया है।

आप राग-द्वेष से परे रहकर, क्रोध में प्रवेश करके इसके बीचोबीच केंद्र के पास चुपचाप स्थिर बैठकर नजर रखें। क्रोध और चुपचाप नजर रखना विरुद्ध हैं, लेकिन प्रभावी हैं। जब मौन अवलोकन क्रोध में प्रवेश करता है तो यह शक्ति को बदल देगा। क्रोध का रासायनिक मिश्रण बदल जाएगा और आग प्रकाश बन जाती है। तब यह शक्ति ना ही बाहरी कारण की ओर जाती है, ना ही आंतरिक केंद्र में वापस दबाया जाएगा। अवलोकन से शक्ति फैलती है। यह प्रकाश के रूप में शरीर की परिधि की ओर बढ़ता है। यदि यह फैलता है तो यह प्रकाश के रूप में यात्रा करता है और यह प्रकाश स्वयं अमृत बन जाता है।

इस विज्ञान को हम रस-विधा या परिवर्तन विद्या या आल्केमी कहते हैं। इस तरह सब कुछ जो आपके अंदर है उसे शुद्ध शक्ति में या अमृत में परिवर्तन कीजिए। इस अमृत से आप अमर हो जाएंगे। क्योंकि आप जन्म और मृत्यु दोनों से परे हो जाओगे।

यदि आप रस-विधा करने में सफल नहीं होते तो अपने परमात्मा के सामने समस्या को समर्पण करें और आप भी परमात्मा तक पहुंचें और उससे सीखें कि रस-विधा कैसे करें। परमात्मा तक कैसे पहुँचें, यह जानने के लिए पिघलाना, आंतरिक यात्रा, आत्मसमर्पण अध्याय पढ़िए।

अनुभव

एक बार मेरी नाभि से गर्मी निकली और पूरे शरीर में फैल गई। फिर तीसरे नेत्र के पास चक्र परिक्रमा शुरू होकर उसमें से भी गर्मी आई और पूरे शरीर में फैल गई। थोड़ी देर अम्मा अम्मा कह कर रोते हुए दर्द को सहा। कुछ समय इससे बाहर आकर देखना, फिर इसके अंदर जाकर आल्केमी किया। तब मुझे लगा कि मैं गर्मी सहन नहीं कर सकता। उसके बाद तीसरी आँख से पूरे शरीर में ठंडक फैलने लगी। मुझे यह ठंडापन भी कष्ट लग रहा था। इस तरह मुझे गर्मी के साथ 4 दिन, ठंड के साथ 3 दिन सामना करना पड़ा। 7 दिनों के बाद मुझे शरीर में ताजगी महसूस हुई।

इन 7 दिनों के दौरान मेरे मुंह में मसूड़े सूज गए और मवाद बन गया। दांत से रक्त और मवाद निकलने लगा। मैंने खून और मवाद का सेवन किया। 7 दिनों के लिए मेरा भोजन रक्त और मवाद था। मुझे ऐसा न करने की सलाह दी, तो मैंने जवाब दिया कि इससे मुझे कोई नुकसान नहीं होगा, क्योंकि यह मेरे अंदर विकसित हुआ है। मान लीजिए अगर यह गले में बनता तो, निश्चित रूप से यह अंदर जाएगा, इसलिए मैं इसे सेवन करूंगा। 7 दिनों तक मैंने भोजन नहीं किया, केवल पानी पिया। उसके बाद मेरे दांत सफेद हो गए, तब से मैं हमेशा की तरह सब कुछ खा रहा हूँ।

देखिए साहसिक कार्य करने के कारण क्या चमत्कार हुआ। मेरा वजन 5 किलो तक कम हो गया, दांतों की सफाई हुई। जब मेरे मित्र को यही समस्या हुई तो डॉक्टरों ने दो दांत निकाले, तीस हजार रुपये खर्चा हुआ, और डॉक्टरों ने बहुत सारे आहार पदार्थ ना खाने की प्रतिबंध लगाए।

ऐसा बहुत लोग इसी तरह के साहस कर रहे हैं। घर पर ही प्रसव हो रहे हैं। किसी की मदद के बिना कम से कम दर्द के साथ घर पर प्रसव हो रहे हैं। वे पानी के टब में, कमोड में, खड़े होने की स्थिति में ऐसा अनेक तरीकों से वे शिशुओं को जन्म दे रहे हैं। आप इन वीडियो को, खोज बॉक्स में 'Unassisted home delivery' टाइप करके YouTube में देख सकते हैं।

कई पुस्तकों को पढ़ के उस ज्ञान को लागू करके, चमत्कारी परिणाम प्राप्त करने के बाद ही मैं अपना अनुभवात्मक ज्ञान आपको दे रहा हूँ। मैंने जो भी कहा, उस पर आंख मूंदकर भरोसा न करें, अभ्यास करें और व्यावहारिक रूप से जानें। इसलिए मेरी सलाह है, यदि आप

दृढ़ निश्चय और साहस के साथ प्रयास करे तो कुछ भी संभव है। आप हर समस्या का समाधान खुद ही पा सकते हैं। मैं आपको सलाह देता हूँ कि आप थोड़ा थोड़ा कष्ट सहने के लिए तैयार रहें और इसे अपने आप कम करके आत्मविश्वास पैदा करें और एक खुशहाल जीवन जिएं।

** 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 हूँ। 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.