# समस्याएं

## अनुकूलता

अब या वर्तमान में, व्यक्ति एक बीज की तरह है, पूरी तरह से जागरूक नहीं, सचेत नहीं। लेकिन कई लोग सोचते हैं, 'मैं सचेत हूँ, मैं आत्मा हूँ, मैं भगवान हूँ।' यह सबसे खतरनाक और जहरीला विश्वास है। क्योंकि अगर आप सोचते हैं कि आप पहले से ही सचेत हैं, तो आप भगवान नहीं बनेंगे। अगर एक बीज सोचता है, 'मैं एक पेड़ हूँ, और मैंने फूल खिलाए हैं,' तो बीज नहीं बढ़ेगा। इस तरह, बीज पूरी तरह से अपने आप को धोखा दे रहा है।

लेकिन अगर आप सोचते हैं, 'मैं सचेत नहीं हूँ,' तो यह आपके अहंकार को नष्ट कर देता है। आप टूट जाते हैं। फिर भी, अगर आप स्वीकार करते हैं कि आप सचेत नहीं हैं, तो लक्ष्य बहुत निकट है।

मानव के सभी विश्वास अनुकूल, सुविधाजनक हैं, लेकिन खतरनाक भी हैं। क्योंकि वे विकास की संभावना को असंभव बना देते हैं। इसलिए, आपको यह महसूस करना होगा कि आप भी शरीर और मन में एक कैदी हैं, जैसे जेल में कैदी है। केवल तभी विकास संभव है। आप सचेत अवस्था में नहीं हैं, आप अचेतन अवस्था में जी रहे हैं। आप एक रोबोट की तरह, एक वस्तु की तरह, एक मशीन की तरह काम कर रहे हैं। आपके और उनके बीच क्या अंतर है? इसलिए, अपनी जागरूकता में यह सच्चाई लाएं कि आप सचेत नहीं हैं। यह जागरूकता की दिशा में पहला कदम है।

लेकिन अगर बीज अपनी अवस्था से परे निकल जाता है, तो वह खुद पर खतरा लाता है। बीज सुरक्षित है, लेकिन पेड़ हमेशा खतरे में रहता है। बीज जीवनहीन है, जबकि पेड़ जीवित, संवेदनशील और कमजोर है। पेड़ को प्रकृति में आने वाले परिवर्तनों का सामना करना होगा।

विकास केवल तब संभव है जब आप जोखिम उठाने, खतरों का सामना करने और जागरूकता के साथ डरावनी चीजें करने का विकल्प चुनते हैं। यानी, आप केवल तब बढ़ते हैं जब आप एक अज्ञात पथ पर यात्रा करते हैं। आप केवल तब बढ़ते हैं जब आप जोखिम उठाते हैं। पहला जन्म माँ के गर्भ से बाहर आना है। अपनी अजागरूक अवस्था से जन्म लेना और जागरूक

बनना दूसरा जन्म है। केवल जब आप इसी शरीर में यह दूसरा जन्म लेते हैं तो आप भगवान को जान सकते हैं। इस तरह पुनर्जन्म लेने वाले को 'द्विज' कहा जाता है।

## संवेदनशीलता

संवेदनशीलता (Sensitivity) जागरूकता (consciousness) पर निर्भर करती है। आप जितने अधिक जागरूक होंगे, उतने ही अधिक संवेदनशील बनेंगे। लेकिन जागरूक होना खतरनाक है। क्योंकि जागरूकता आपको अपने आसपास होने वाली चीजों के प्रति संवेदनशील बनाती है। इसका अर्थ है कि ध्यान जागरूकता को विस्तारित करता है, और इसलिए संवेदनशीलता भी बढ़ती है। इस तरह बढ़ना आपकी समस्याओं को और बढ़ाता है। क्योंकि संवेदनशीलता का अर्थ है कि आप हर चीज को पूरी तीव्रता से अनुभव करना।

जो कुछ भी आपके भीतर है, आपके सभी हिस्सों को मिलकर उसे अनुभव करना होगा। इसलिए, जो भी भावना आपके पास है, उसे संवेदनशीलता से महसूस करें और उसे अपने सभी हिस्सों में फैलाएं। हर चीज के लिए तैयार रहें, केवल तभी आप जागरूक हो सकते हैं और भगवान को महसूस कर सकते हैं।

एक ध्यानी व्यक्ति अपमान को सामान्य व्यक्ति की तुलना में अधिक तीव्रता से महसूस करता है। इसका कारण यह है कि सामान्य व्यक्ति की जागरूकता स्पष्ट नहीं है। लेकिन जब आप ध्यान करना शुरू करते हैं, तो बच्चे के गुण फिर से उभर आते हैं, और संवेदनशीलता ताज़ा हो जाती है। सभी धुंधलापन साफ हो जाता है, और सब कुछ स्पष्ट हो जाता है, और जो कुछ भी होता है, वह गहराई से जाता है। परिणामस्वरूप, आप दुख और सुख दोनों का प्रति तीव्र प्रतिक्रिया करते हैं। आप न केवल अपना दुख महसूस करते हैं बल्कि दूसरों का दुख भी महसूस करते हैं, जिससे आपको अत्यधिक दर्द होता है। इसी तरह, आप दूसरों के सुख को भी महसूस करते हैं, जिससे आपको आनंद मिलता है।

यह अवस्था आपके, आपके परिवार और मित्रों के लिए समस्याएं पैदा करती है। वे आपके भीतर होने वाले परिवर्तनों को समझ नहीं पाते हैं। क्योंकि उनका यह धारणा कि ध्यान एक व्यक्ति को शांतिपूर्ण बनाता है, उसका विपरीत हो रहा है। जो समझने की जरूरत है वह यह है कि शांत अवस्था तुरंत नहीं आती है, यह अंतिम लक्ष्य है, और उसे प्राप्त करने के लिए

ध्यान एक वाहन है। केवल जब आप ध्यान के माध्यम से ज्ञान प्राप्त करते हैं और आसक्ति और विरक्ति से परे निकलते हैं, तभी आप शांत अवस्था प्राप्त कर सकते हैं।

इसलिए, आसान समाधान यह है कि आप अपने जीवन की जिम्मेदारी लें, स्वयं को निर्माता मानकर, और यह माने कि आपने अपने पिछले जन्मों में इस दुनिया में सभी गुणों और भूमिकाओं को निभाया है। उन्हें अकेले ही अनुभव करें, दूसरों को परेशान किए बिना। इस विषय पर अधिक जानकारी के लिए, सूत्रधार, मार्गदर्शक, पिछले जन्म, और रस-विधा विषयों को पढ़ें। केवल जब आप पूरी तीव्रता से दुनिया का अनुभव करेंगे, तभी आप अंतिम वास्तविकता को पूरी तरह से अनुभव कर पाएंगे।

आपके जीवन के निर्माता होने के सत्य के लिए जागृत हों। हर एक पिछले जन्म के कर्म को अनुभव करें और शुद्ध करें, जो आपकी समर्पण के आधार पर दो दिन, दो साल या दो जीवन ले सकता है।

मैंने पाप और पुण्य करके, उनके द्वारा मिलने वाले कर्मफलों का अनुभव करके, और उनसे परे जाके: मेरे भीतर जो है, मेरे भीतर जो गुण हैं, वे सभी में हैं - मैं ही सब कुछ हूँ, सब कुछ मैं ही हूँ, मैं निराकार और साकार दोनों में हूँ, सर्वत्र सभी में मैं ही व्याप्त हूँ। दिखाई देने वाली दुनिया मेरे ही प्रतिबिंब हैं, वे जो करते हैं वह मेरी ही अभिव्यक्तियाँ हैं - इसे मैं अनुभव से जानने के लिए इस धरती पर आया हूँ, यह मेरी कल्पना है, इसे मैं अंधविश्वास से मानता हूँ, और फिर केवल अच्छे गुणों की ओर आकर्षित न होकर, जितना अधिक आप सभी गुणों का अनुभव करेंगे, उतना ही तेजी से आप उनसे बाहर निकलेंगे।

इसी तरह, यदि आप आनंद और दुख, जीत और हार को एक साथ अनुभव करते हैं, स्थिर आकाश को भी शामिल करते हुए, तो आप संतुलित रह सकते हैं। जब आप अपने भीतर होने वाली प्रक्रिया और इस ब्रह्मांड में होने वाली प्रक्रिया को पूरी तरह से समझ लेते हैं, तो आनंद और दुख का कारण बनने वाली संवेदनशीलता समाप्त हो जाएगी, और दया जागृत होगी।

हालांकि, संवेदनशीलता की कमी आपके लिए फायदेमंद हो सकती है। क्योंकि आप निष्क्रिय रह सकते हैं, दूसरों और इस सृष्टि को नजरअंदाज कर सकते हैं, अपने विकास को रोक सकते हैं

और मौजूदा स्थिति में बने रह सकते हैं, बिना अपने और दूसरों के सुख-दुख को तीव्रता से अनुभव किए।

इस फायदे के कारण, मनुष्य बीज की तरह बने हुए हैं, विकसित नहीं हो रहे हैं। मेरे विचार में, केवल इस फायदे, इस आराम क्षेत्र का त्याग करना ही सच्चा बलिदान है। घर और परिवार छोड़ना एक छोटी सी बात है, लेकिन फायदों से भरे हुए मन या आरामदायक मन को छोड़ना सबसे कठिन कार्य है।

## धर्म-संकट

आरामदायक मन के साथ, जोखिम न लेने और अपने जीवन को सावधानी से योजनाबद्ध करने के बावजूद, हर व्यक्ति के जीवन में गंभीर समस्याओं का सामना करने की संभावना है। उन समस्याओं के समाधान आप मानसिक रूप से या भगवान की ओर रुख करके पाए जा सकते हैं।

एक ओर भगवान है, और दूसरी ओर आरामदायक मन है। अर्थात, एक ओर धर्म है, और दूसरी ओर परिचित रास्ता है। इसे धर्म-संकट कहा जाता है। धर्म का पालन करना मुश्किल हो जाता है, और धर्म को छोड़ने से आपको सुख मिल सकता है। यानी, अज्ञात गुप्त रास्ता पर यात्रा करना मुश्किल हो जाता है, और परिचित रास्ता पर यात्रा करना आपके लिए फायदेमंद लगता है।

धर्म-संकट की दुविधाएं हर किसी के जीवन में आती हैं, लेकिन कई लोग ऐसी स्थितियों को अपने स्वयं के धर्म-संकट की दुविधा के रूप में पहचानने में विफल रहते हैं। वे यह भी महसूस नहीं करते हैं कि वे संघर्ष में हैं। जैसे एक मक्खी चीनी की ओर आकर्षित होती है, ऐसे व्यक्ति भी अनजाने में सुखों और फायदों की ओर आकर्षित होते हैं।

वास्तव में, धर्म-संकट की दुविधाओं के क्षणों को भगवान में परिवर्तित होने के अवसर के रूप में मानें। यदि आप समस्याओं से भागने या अस्थायी सुखों की ओर आकर्षित होने के बजाय धर्म पर अडिग रहते हैं, तो आपके लिए भगवान में परिवर्तित होना असंभव नहीं है। आरामदायक मन के साथ, आप सुख और दीर्घायु प्राप्त कर सकते हैं, लेकिन आपकी व्यक्तित्व खो जाएगी, आप कमजोर हो जाएंगे, और आप दिव्य अवस्था से दूर चले जाएंगे। इसलिए, जोखिम न लेना स्वयं एक जोखिम हो सकता है, इसे सावधानी से विचार करें।

यहाँ, धर्म का अर्थ है दिव्य गुणों को विकसित करना और स्वयं भगवान है ये अनुभव पूर्वक जानना। अधर्म का अर्थ है स्वयं को अच्छा या बुरा मानना और विपरीत के खिलाफ लड़ना, दया को विकसित करने की कोशिश किए बिना, और सांसारिक भ्रमों और द्वैतों में उलझना। धर्म पर अधिक जानकारी के लिए, 'धर्म' विषय पढ़ें।

## काला जादू

यह संपूर्ण सृष्टि अनंत शक्ति से भरी हुई है। आप ध्यान के माध्यम से इसे प्राप्त कर सकते हैं। इसलिए, दूसरों से अच्छी ऊर्जा चोरी करने की कोशिश न करें। इसी तरह, दूसरों की बुरी ऊर्जा को सहानुभूति के कारण अवशोषित न करें। अगर आप ऐसा करते हैं, तो वे समस्याएं आपके चारों ओर घूमेंगी और आपके पास आएंगी। इसलिए, दूसरों की खुशियों और दुखों को उन्हें वापस भेज दें। दूसरे शब्दों में, यह संकल्प करें कि अगर यह मेरा है या मेरे पिछले जीवन से है, तो यह शुद्ध ऊर्जा में परिवर्तित हो जाए और मेरे भीतर मिल जाए; अगर यह दूसरों का है, तो यह उन्हें वापस चला जाए।

इसी तरह, कुछ लोग आपको नुकसान पहुंचाने के लिए जानबूझकर नकारात्मक ऊर्जा भेजने की कोशिश कर सकते हैं। ऐसे मामलों में, उन्हें नुकसान पहुंचाने की कामना न करें, बल्कि उन ऊर्जाओं को उनके स्रोत पर वापस भेज दें। फिर, उनके भीतर का दिव्य तय करेगा कि उन्हें सजा मिलनी चाहिए या नहीं। साथ ही, समझें कि आपको यह जानने की जरूरत नहीं है कि

यह कहां से आया है। इसलिए, न तो दूसरों से अच्छी या बुरी ऊर्जा अवशोषित करें और न ही दूसरों पर अपनी अच्छी या बुरी ऊर्जा थोपें। इसके बजाय, ध्यान करें और इस सृष्टि में मौजूद शुद्ध ऊर्जा को आकर्षित करें।

## कठिनाइयाँ-दुःख-समस्याएँ

अनुभवजन्य ज्ञान विकास और गहरी समझ प्रदान करता है। ज्ञान के माध्यम से, आप विस्तार करते हैं। कठिनाइयाँ और संघर्ष आपके विकास में सहायक होते हैं। कठिनाइयाँ विकास के विरुद्ध नहीं हैं। कठिनाइयाँ आपको दर्द दे सकती हैं, लेकिन वे आपको गहरी समझ भी देती हैं। जितने अधिक प्रकार के दुःख आप अनुभव करते हैं, उतनी ही गहराई तक आप पहुँचते हैं।

जब मन दर्द का अनुभव करने लगता है, इसके बारे में सोचता है, इसके अर्थ को समझना चाहता है, और इसे कैसे दूर करें इसके बारे में सोचता है, तो मन दर्द बन जाता है और उसके बाद शुद्ध हो जाता है। यदि आप केवल दर्द का अनुभव करते हैं, बिना इसके परे जाने की सोचे, तो यह दर्द ऊपरी तौर पर ही रहेगा और अशुद्धता बनी रहेगी, और तब मन विचारों से भर जाएगा, बिना शुद्ध हुए।

आध्यात्मिकता दुःख से भागने के बारे में नहीं है, बल्कि इसके साथ जीने के बारे में है। यदि आप इसके साथ जीते हैं, तो यह एक दिन जरूर गायब हो जाएगा, और आपकी जागरूकता भी बढ़ेगी। दुःख को विकास और प्रशिक्षण का एक हिस्सा के रूप में स्वीकार करें। जब आपकी चेतना दुःख को पार कर जाएगी, तो दुःख गायब हो जाएगा। यदि आप इससे भाग जाते हैं, तो आप अपने भाग्य से भाग रहे हैं। इसी तरह, दुःख को पार करने के लिए एक वाहन के रूप में उपयोग नहीं करने से, आप परे पहुंचने का अवसर चूक रहे हैं। ध्यान दें कि यहाँ भाग्य का अर्थ है यह महसूस करना कि भगवान सर्वव्यापी है और मैं भगवान हूँ।

लेकिन मानव प्रकृति हमेशा स्वयं और अपने परिवार के लिए सुख सुनिश्चित करने के लिए उत्सुक रहती है। इसलिए हम हमेशा कठिन परिश्रम और कठिनाइयों से बचने की कोशिश करते हैं। हम अपने आराम और सुविधाओं को बढ़ाने का प्रयास करते हैं। देखें कि आप अपने जीवन में क्या कर रहे हैं। क्या आप अपने बच्चों को निरंतर आराम और सुविधा प्रदान करने के बारे में सोच रहे हैं? लेकिन क्या आपने कभी सोचा है कि सिर्फ आराम से क्या लाभ होता है? अगर वे केवल आराम और सुविधा प्राप्त करते हैं तो उनके जीवन कैसे होंगे?

जैसे कि व्यायाम शारीरिक ताकत बढ़ाता है, और केवल वह व्यक्ति जिसने कड़ी मेहनत की है वह अच्छी तरह से सो सकता है, इसी तरह, जब शरीर कड़ी मेहनत करता है तो वह स्वस्थ रहता है। चुनौतीपूर्ण समस्याओं का सामना करने पर मन भी तेज हो जाता है। यह हमारा सामान्य अनुभव है, शायद हम इसे भूल जाते हैं। यदि हम अपने मन में दर्द को ठीक से अनुभव करते हैं, तो हम अधिक कुशल हो जाता है। अर्थात, यदि आप अपने बच्चों को कड़ी मेहनत और कठिनाइयों से दूर रखने की कोशिश करते हैं, तो क्या आप वास्तव में उनके आनंद के मार्ग को अवरुद्ध नहीं कर रहे हैं? इसलिए, इसे सावधानी से विचार करें।

वास्तव में, समस्याएं और उनके समाधान एक ही समय में पैदा होते हैं। चाहे वह एक व्यक्ति हो या ब्रह्मांड। अपने पिछले जीवन को याद करें और इतिहास पर नजर डालें। हर स्थिति में जहां एक समस्या उत्पन्न होती है, आपको पता चलेगा कि उसे हल करने की शक्ति भी उत्पन्न होती है। यह शक्ति सृष्टि को चलाती है। वास्तव में, समस्याएं नई शक्ति को जन्म देती हैं। हर व्यक्ति जो समस्या का सामना करता है और उसे पार करता है, वह विकास की प्रक्रिया में एक कदम आगे बढ़ता है। उनका मन विस्तारित होता है। न केवल व्यक्ति बल्कि पूरा ब्रह्मांड आत्मविश्वास और परिपूर्णता के साथ विकसित होता है।

क्या आपको नहीं लगता कि यह सच है? जब एक समस्या उत्पन्न होती है, तो एक अवसर भी उत्पन्न होता है। खुद को बदलने का, अपने विचारों को विकसित करने का, एक शक्तिशाली और ज्ञानी प्राणी में परिवर्तित होने का अवसर। जो लोग इस अवसर का उपयोग

करेंगे, उनके लिए कोई समस्या नहीं होगी। लेकिन जो नहीं करेंगे, वे सिर्फ अपने लिए ही नहीं, बल्कि पूरे ब्रह्मांड के लिए समस्या बन जाएंगे।

लेकिन जब आप जाग रहे होते हैं और जब आप सपने में होते हैं, तो आप हमेशा समस्याओं के बारे में अत्यधिक सोचते रहते हैं। सिर्फ समस्या के बारे में सोचने के बजाय, नए समाधानों के बारे में भी सपने देखना शुरू करें। आप समाधान से ज्यादा ध्यान समस्या पर केंद्रित करके अपनी सारी ऊर्जा बर्बाद कर रहे हैं। यह सही नहीं है क्योंकि आप अपने आप को सीमित करके नए रचनात्मक अवसरों को उभरने से रोक रहे हैं।

आप के सभी पहलुओं का आपको उपयोग करना होगा, प्रत्येक भाग का उपयोग आवश्यक सीमा तक करना होगा, अन्यथा आपके अंदर प्रवाहित होने वाली ऊर्जा बर्बाद हो जाएगी। इसलिए, समस्या के साथ केवल आवश्यक समय तक रहें, और जब आप अभिभूत महसूस करें, तो पहचानें कि आप अत्यधिक सोच रहे हैं और तुरंत समस्या से पूछकर और ध्यान करके एक रचनात्मक समाधान खोजें।

दूसरों के साथ बातचीत करते समय, विशेष रूप से नई ऊर्जा मास्टर्स के साथ, समस्या पर कुछ समय तक चर्चा करें और समाधान खोजने के लिए पूछें। अपनी समस्या के बारे में अत्यधिक बात करने में समय बर्बाद न करें। समस्या से अत्यधिक जुड़ाव आपको अपनी ऊर्जा खोने का कारण बनेगा, और समस्या आपके जीवन में एक स्थायी समस्या बन जाएगी।

2004 से, मैं समस्याओं को गुरुओं के रूप में मानता आया हूँ, उनसे ज्ञान प्राप्त करता आया हूँ, और अपने सामने आने वाली सभी तरह की समस्याओं का समाधान ढूंढता आया हूँ। यहाँ, अच्छी चीजें भी समस्याएं बन सकती हैं क्योंकि हमारा लक्ष्य कठिनाइयों और खुशियों को समान रूप से स्वीकार करना है। पर हम कठिनाइयों के दौरान टूट जाते हैं और खुशी के समय में बह जाते हैं। इसलिए हमें दोनों पहलुओं में बदलने की जरूरत है, इसलिए हमें दोनों को

समस्याएं और गुरु मानना चाहिए, उनसे ज्ञान प्राप्त करना चाहिए, और उनमें छुपे हुए दिव्य को प्राप्त करना चाहिए।

संसार दिव्य ऊर्जा से बनाया गया है। इसका अर्थ है कि आपका शरीर, विचार, मनोभाओं, अनुभव, स्वास्थ्य, बीमारी, और बाहरी दुनिया सभी दिव्य ऊर्जा से बने हैं। इसलिए, भय सिर्फ भय नहीं है, यह दिव्य भय है। सबसे पहले, आपको भय और दिव्यता दोनों को एक साथ अनुभव करना होगा। फिर, आप इसे सिर्फ दिव्य ऊर्जा के रूप में अनुभव कर सकते हैं। जब यह दिव्य ऊर्जा आपके सभी भागों में विस्तारित होती है, तो आप अपनी समस्या का समाधान ढूंढ लेंगे। यहाँ, समस्या नाम, रूप, और क्रिया में अटक जाना है, और समाधान इसे दिव्य ऊर्जा में परिवर्तित करना है। आप सब कुछ विश्लेषण कर रहे हैं, सिर्फ नाम, रूप, और क्रिया का अनुभव कर रहे हैं, और वहीं रुक रहे हैं, लेकिन दिव्य ऊर्जा का अनुभव नहीं कर रहे हैं। अधिक जानकारी के लिए, 'आंतरिक यात्रा' और 'मार्गदर्शक' विषयों को पढ़ें।

मैंने महसूस किया कि बहुत से लोग अपनी मनोभाओं के प्रति अत्यधिक प्रतिक्रियाशील होते हैं, दूसरों को दोष देते हैं बिना जिम्मेदारी लिए या आत्म-चिंतन किए। मैंने इस अवधारणा को साझा नहीं करने के बारे में सोचा, क्योंकि यह सही ढंग से समझा या लागू नहीं किया जा रहा है। पर मेरी दिव्य मार्गदर्शिका ने कहा: 'आप किसी को भी अनावश्यक परेशान नहीं कर रहे हैं, मैं सृष्टिकर्ता हूँ मतलब जिम्मेदारी लेने वाली मानसिकता विकसित करने में समय लगता है।' केवल वे लोग ही इसका अभ्यास करेंगे जो इसके योग्य हैं, और केवल आपके द्वारा प्रस्तुत समाधान को लागू करके ही वे अपनी समस्याओं के उत्तर प्राप्त करेंगे। इसलिए, उन लोगों के साथ इस ज्ञान को साझा करें जो अवसर प्रदान करते हैं।' इसलिए, मैं अब इस ज्ञान को साझा कर रहा हूँ। हालांकि इसमें समय लगता है, लेकिन जो लोग इसका अभ्यास करते हैं वे अद्भुत परिणामों का अनुभव कर रहे हैं।

** 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**