

## धर्म

कई लोग धर्म के बारे में सोचते हैं। धर्म-अधर्म के बारे में विचार-विमर्श हमेशा जारी रहता है। मैंने खुद से सवाल किया कि वास्तव में धर्म क्या है? तब मुझे पता चला कि - चाहे वह धर्म, या भगवान, या परमात्मा, या प्रकृति-पुरुष, या शुद्ध चेतना-शुद्ध शक्ति भी हो, उन सभी का मतलब एक ही है। और वे सब भगवान के पर्याय शब्द हैं।

मुझे एक और बात पता चला कि, भगवान में त्रिगुण समान मात्रा में मिलकर एकजुट होकर रहता है। अर्थात् 33.33% रजोगुण, 33.33% तमोगुण और 33.33% सत्वगुण होते हैं। लेकिन भगवान द्वारा बनाए गए शक्ति के रूपों में, गुणों का मिश्रण अलग-अलग होता है। इस तरह, मिश्रण में अंतर होने के कारण प्रकृति में कई रूपों की सृष्टि हुई है! इसलिए यहां ध्यान रखें कि, प्रकृति में रहने वाले हर चीज में, निश्चित रूप से त्रिगुण अर्थात् सकारात्मक-नकारात्मक-तटस्थ या प्रोटॉन-इलेक्ट्रॉन-न्यूट्रॉन होते हैं।

भगवान का अर्थ आनंद, परमानंद है। वह निरंतर आनंद में रहता है, क्योंकि उनमें गुण, समान मात्रा में आकर एकजुट हो गया। हम इस आनंद की स्थिति में पहुंचने के लिए बहुत तरीके हैं। मेरे अनुसार, आप पिघलने का साधना या सांस पर ध्यान रखने का साधना करने से भी, भगवान तक पहुंच सकते हैं।

हम भगवान से मिलने के बाद आनंद अनुभूति को प्राप्त करते हैं, लेकिन एक बार जब हम अपनी आंखें खोलते हैं, तब हम फिर से माया या भ्रम में पड़ जाते हैं। अर्थात् हम शरीर, मन और हृदय में आनंद को स्थिर करने में विफल हो रहे हैं। मैंने खुद से सवाल किया कि इसका कारण क्या है? तब मुझे संदेश मिला कि, ध्यान से बाहर आने के बाद, तुरंत ही आप त्रिगुणों में से, किसी एक को चुनकर बाकी दोनों से लड़ रहे हैं। इस वजह से आप दिव्य अनुभूति को शरीर, मन और हृदय में अनुभव नहीं कर पा रहे हैं। इसलिए इन स्थितियों में भी त्रिगुण को चुनकर एकीकृत करना है।

## शरीर

हम अक्सर शारीरिक स्तर पर हमेशा स्वास्थ्य रहने की कामना करते हैं। मेरे अंदर से आया कि यह निर्णय अधर्म है। क्योंकि धर्म में तीन विरुद्ध गुण समान मात्रा में एकजुट होकर रहते हैं। अर्थात् स्वास्थ्य-बीमारी-तटस्थ, वे तीन समान मात्रा में रहते हैं। इसलिए इन तीन गुणों को चुनने के लिए कहा है। क्योंकि बीमारी के लक्षण जैसे खांसी, छींक, दर्द, सुन्न होना... ऐसा हमारे दैनिक जीवन में आवश्यक है। यह लक्षण रोज काम करने से ही, शरीर में बनने वाले अनावश्यक चीजें बाहर जाति हैं!

इसी तरह, प्रकृति में होने वाले बदलाव के अनुसार हमारा शरीर भी अपने आप को बदलते हुए, हमेशा विकसित होता रहता है। 2G मोबाइल को 4G में अपडेट करने के लिए, सिर्फ सिम बदलना काफी नहीं है, हार्डवेयर अर्थात् मोबाइल को भी अपडेट करना होगा। उसी तरह, आपका विकास होने के लिए अपने भाग - शरीर, मन और हृदय.. भी विकसित होना

चाहिए। इसलिए अपने भागों में उच्च स्थिति को जागृत करने के लिए स्वास्थ्य-बीमारी-तटस्थ के शक्तियों को एकजुट होकर काम करने की आवश्यकता है। इसलिए आप शारीरिक स्तर पर तीनों को चुनके, उनके बीच मितृत्व पैदा करना चाहिए! अन्यथा शरीर में धर्म की स्थापना असंभव हो जाति है। अर्थात् भगवान हमारे शरीर में प्रवेश करना असंभव होगा। अधिक जानकारी प्राप्त करने के लिए “आंतरिक यात्रा” और “शरीर” विषय को पढ़िए।

### **मन**

मानसिक स्तर में भी तीनों को चुनिए। हमारे मन में हमेशा एक बार केवल एक ही विचार आता है। अर्थात् हमें केवल अच्छा, बुरा या तटस्थ विचार ही आता हैं। यदि इस विचार को तुरंत ही चुनेंगे, तो आपने अधर्म किया है। क्योंकि आपने त्रिगुणों को नहीं चुना है!

अगर आपके मन में डांटने का विचार आता है, तो तुरंत ही इसे ना चुनते हुए, मैं डांट-प्रशंसा-तटस्थ तीनों समान मात्रा में मिलकर रहने वाला स्वच्छ शक्ति को चुन रहा हूं। इसी तरह से आपके मन में प्रशंसा करने का विचार आता है, तो उस विचार को भी तुरंत ही ना चुनते हुए, मैं डांट-प्रशंसा-तटस्थ तीनों समान मात्रा में मिलकर रहने वाला स्वच्छ शक्ति को चुन रहा हूं।

इस तरह से हर रोज जो भी विचार आपको आता है, उस विचार से संबंधित तीन गुणों को चुन के थोड़ी देर तक रुकिए। शांतिपूर्ण स्थिति या संतुलित स्थिति को पहुंचने के बाद ही, आप कुछ करने की कोशिश करें। अर्थात् इस तरह करने से भगवान का कनेक्शन, मानसिक स्तर में ही प्राप्त होता है। यदि आप हमेशा मानसिक स्तर पर ही साधना जारी रखेंगे, तो निश्चित रूप से आप मन में ही धर्म स्थापना कर सकते हैं। मन को छोड़कर, भगवान तक पहुंचने की आवश्यकता नहीं पड़ेगा। भगवान स्वयं ही आपके मन में प्रवेश करेंगे। क्योंकि त्रिगुणों के मिलन की वजह से आपके मन स्वच्छ और शांत हो गया है।

### **हृदय**

हृदय में अच्छे-बुरे-तटस्थता कि अनुभूतियां होती है। जब आपको डर लगता है, तो तुरंत आप सोचेंगे कि यह पूरी तरह से जाना चाहिए। लेकिन ऐसा करना अधर्म है। इसलिए डर तुम जरूर मुझ में रहना चाहिए, लेकिन केवल 33.33%। शेष शक्ति अन्य दो गुणों को बांटकर, तीनों समान मात्रा में रहने के बाद, मिलके एकजुट होने के लिए कहिए। इसी तरह से जब आपके पास ज्यादा साहस हो, तब उसे भी सिर्फ 33.33% रहने को कहिए। इसी तरह से 33.33% से कम होने पर ज्यादा होने के लिए, और 33.33% से ज्यादा होने पर कम होने के लिए कहकर, त्रिगुण को समान मात्रा में रख कर, हृदय में धर्म स्थापना कीजिए।

काम, क्रोध, लोभ, मोह, मद, मत्सर, जैसे बुरे गुण हमारे मन में पैदा होते हैं, तब हमें लगता है कि - आध्यात्मिकता में विकसित नहीं हो रहे हैं, साधना ठीक से नहीं कर रहे हैं। इससे हमारे मन में कुछ गलत करने की भावना पैदा होती है, और हमें पीड़ित होने का अहसास बढ़ जाता है। यदि आप मेरे सुझाव के अनुसार साधना करेंगे, तो आप में रहने वाली अपराध की भावना गायब हो जाएगी।

क्योंकि एक रहने वाला स्वच्छ शक्ति को, माया तीन भाग में विभाजित करके दिखाता है। इसलिए तीनों गुण जरूर होना चाहिए, लेकिन समान मात्रा में रहना चाहिए। इसलिए मैं तीन गुणों का प्रतिनिधि हूँ, मैं त्रिगुणों का अधिपति बनना चाहता हूँ, मुझे तीन गुणों को जीतना है, इस तरह का संकल्प आपमें रहना चाहिए। इस वजह से आपमें यह भावना स्थिर हो जाता है कि, मुझमें 33.33% बुरे गुण रहना गलत नहीं है।

पांच उंगलियाँ अलग-अलग होने पर भी हम उनके बीच संधि बनाके, एक साथ इस्तेमाल कर सकते हैं। या उन्हें एकजुट करके भी उपयोग कर सकते हैं। तभी उन्हें ताकत मिलती है। इसी तरह से जब तीन विरुद्ध गुणों के बीच मैत्री भाव पैदा करके एक साथ इस्तेमाल कीजिए। इस तरह दोस्ती से पैदा होने वाला शक्ति को मैं न्यूएनर्जी कहता हूँ।

तीन गुणों का मिश्रण हर एक व्यक्ति में अलग अलग होता है। इस तरह करने से या इस तरह मिलाने से, इस तरह के परिणाम आएंगे, ऐसा उम्मीद ना रखते हुए, अंदर तीन गुणों का मिश्रण कैसा करना है, सिर्फ इस बात पर आपकी दृष्टि को केंद्रित कीजिए। इस तरह आप के अंदर रहने वाले तीन विरुद्ध शक्तियों को मिलाते रहेंगे, तो बाहर भी आपको तीन तरह के परिणाम आएंगे। उन्हें दिव्य रूप से अनुभव करते हुए, बाहरी परिणामों की शक्ति को आप में रहने वाले मिश्रण में मिलाने से, आपके मिश्रण में बदलाव आता है। इस तरह साधना को जारी रखेंगे तो, तीन गुणों समान मात्रा में मिलकर एक हो जायेंगे।

एक और जानकारी है कि, जो लोग पिछले जीवन में तीन गुणों को अलग-अलग से अनुभव किये है, सिर्फ वे ही इस ज्ञान का अभ्यास करने के लिए योग्य है। इसलिए जो लोग केवल तमोगुण का अनुभव प्राप्त कर रहे हैं, उनका धर्म सिर्फ तमोगुण को ही महत्व देना है, और शेष दोनों को नजरअंदाज करना है। जो लोग केवल रजोगुण का अनुभव प्राप्त कर रहे है, उनका धर्म सिर्फ रजोगुण को ही महत्व देना है और शेष दोनों को नजरअंदाज करना है। जो लोग केवल सत्व गुण का अनुभव प्राप्त कर रहे हैं, उनका धर्म सिर्फ सत्व गुण को ही महत्व देना है और शेष दोनों को नजरअंदाज करना है।

### **परिणाम**

इस तरह, आंखें बंद करने पर पिघलने का साधना और आंखें खोलने पर तीन गुणों को चुनने की साधना करने से कई लोगों को अद्भुत परिणाम मिल रहे है। वैजाग में रहने वाले दोनों पति-पत्नी ने एक महीने इस तरह करने से, जो जमीन 10 साल से बेच नहीं पा रहे थे, उसे बेचने में सफल हुए। वैजाग में रहने वाला एक और व्यक्ति को अपना खोया हुआ सोना मिल गया। एक महिला को हर महीने असहनीय मासिक दर्द आता था। तब उसने अपने अंदर ऐसा कहा, “दर्द तुम 33.33% मात्रा में रहो”। इस तरह साधना करने से अगले महीने दर्द कम हो गया। एक और व्यक्ति सोने पर बहुत आकर्षित होता था। इस तरह साधना करने से उसे सोने पर आकर्षण बैलेंस हो गया।

हर रोज 20 किलोमीटर आने-जाने के लिए मजबूर कर रही थी एक पत्नी। इसे पति द्वेष कर रहा था। इस ज्ञान का जानकारी पाकर, अपने अंदर एहसास किया कि, मजबूर करने

की शक्ति तुम 33.33% मात्रा में रहो। ऐसा करने से, बाहर भी पत्नी में बदलाव दिखाई दिया। उसने कहा कि "हां, रोज यात्रा करने से आप थक जाएंगे, इसलिए छुट्टी के दिन घर आइए"। इसी तरह से कई लोगों ने बताया कि, वे अंदर शांत और आनंद महसूस कर रहे हैं। इसलिए आप भी अंदर धर्म-स्थापना करके सभी प्रकार के समस्याओं का समाधान प्राप्त करें।

\*\* 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.