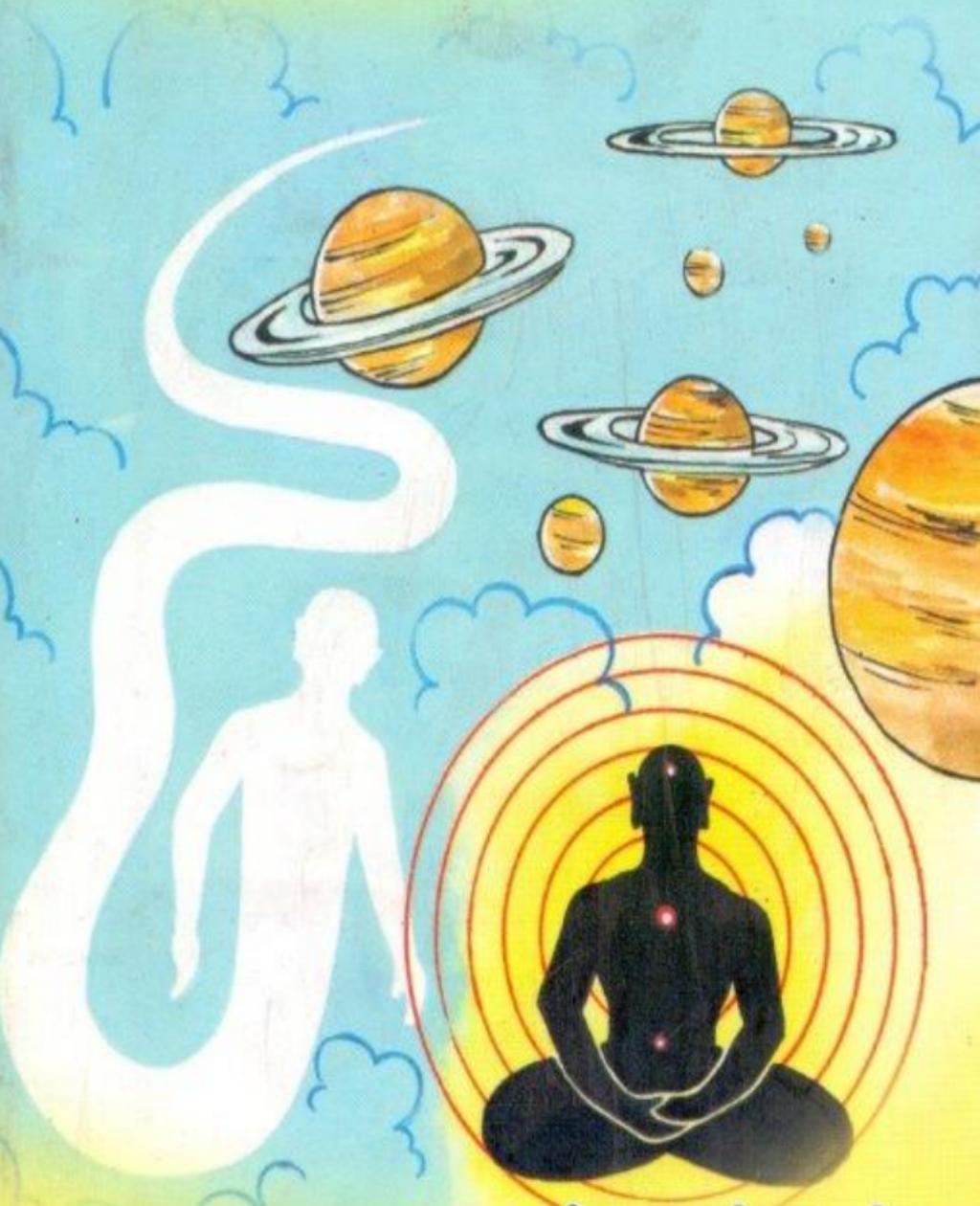


परकार्या प्रवेश



-श्रीराम शर्मा आचार्य

परकाया-प्रवेश

◎

लेखक :
पं० श्रीराम शर्मा आचार्य

०

प्रकाशक :
युग निर्माण योजना
गायत्री तपोभूमि, मथुरा-२८१००३
फोन : (०५६५) २५३०१२८, २५३०३९९

पुनरावृत्ति सन् २००८

मूल्य : ८) रुपया

अनुक्रमणिका

१. परकाया प्रवेश कैसे हो सकता है ?	३
२. यह क्रिया नई नहीं है	८
३. परकाया प्रवेश क्यों ?	१२
४. दूसरों को कैस समझाएँ	१७
५. त्राटक का अभ्यास	२२
६. साधक की आरंभिक योग्यता	२३
७. दृष्टिपात का अभ्यास 'त्राटक'	२५
८. विचारों की एकाग्रता का अभ्यास 'नाद'	२७
९. जानने योग्य कुछ बातें	३४
१०. दूसरों पर आत्मशक्ति का प्रयोग	३७
११. निद्रित करके प्रभावित करना	४३
१२. सोते हुए आदमी पर प्रयोग	४८
१३. दूरस्थ व्यक्ति को प्रभावित करना	५२
१४. दूसरों के मन की बात जानना	५६
१५. हिप्पोटिज्म	६१
१६. उपसंहार	६३



परकाया प्रवेश

कैसे हो सकता है ?

‘परकाया प्रवेश’ शब्द हमारी रोज की बोल-चाल में कम प्रयोग होता है, इसलिए इसमें कुछ विचित्रता और अजनवीपन-सा प्रतीत होता है। परंतु ध्यानपूर्वक देखने पर इसमें आश्चर्य की कोई बात नहीं है। यह प्राणियों का स्वाभाविक धर्म है। थोड़ी-बहुत मात्रा में सभी प्राणी नित्य के जीवन में इसका प्रयोग करते हैं, जिनमें यह शक्ति अधिक होती है, वह उससे अधिक लाभ उठा लेते हैं। विशेष अभ्यास के साथ प्रचुर परिमाण में इस कला को सीख लेने के उपरांत ही बड़े-बड़े कठिन कार्यों में ऐसी सफलता प्राप्त की जा सकती है, जिसे अलौकिक और अद्भुत कहा जा सके।

‘परकाया’ शब्द का अर्थ पराया शरीर है। पर-काया प्रवेश अर्थात् दूसरे के शरीर में प्रवेश करना। यहाँ यह संदेह उत्पन्न होता है कि दूसरे के शरीर में भला किस प्रकार प्रवेश किया जा सकता है? शरीर चमड़े की झिल्ली से ढका हुआ है। मांस, मज्जा, अस्थि आदि से उसकी दीवारें इस प्रकार से बनी हुई हैं कि एक सुई भी कहीं होकर प्रवेश नहीं कर सकती। यदि एक छोटी-सी आलपिन चुभोई जाए, तो सारी देह पीड़ा से बेचैन हो जाएगी और उस जगह से खून निकलने लगेगा। ऐसी दशा में भला पर-काया प्रवेश कैसे होगा? यदि मुँह, कान, नाक, मल, मूत्र छिद्रों में से प्रवेश करने की बात हो, तब भी समझ में नहीं आती, क्योंकि यह छिद्र भी कुछ ही दूर तक स्पष्ट रूप से खुले हुए हैं। नियत सीमा से आगे इनमें से भी कोई वस्तु प्रवेश नहीं पा सकती, फिर क्यों कर किसी के शरीर में प्रवेश पाया जाता है और यदि पाया जा सके, तो उससे क्या लाभ होगा? जिन वस्तुओं की कुदरती आवश्यकता है, उन्हीं के प्रवेश कर सकने योग्य परमात्मा ने इस शरीर को बनाया है, उससे

अतिरिक्त वस्तुएँ इसमें ठहर नहीं सकतीं। जैसे तंबाकू का धुआँ पीने पर भी पेट में नहीं रह सकता। कोई विषेली वस्तु खा ली जाए, तो तुरंत ही दस्त या कै शुरू हो जाते हैं। नाक में अप्रिय वस्तु पहुँच जाए तो छोंक आने लगती हैं। आँखों में कचड़ा पड़ने पर उसे बहा देने के लिए पानी बहने लगता है। अतएव पर-काया प्रवेश किस प्रकार हो सकता है? और यदि हो भी सके, तो उससे क्या प्रयोजन सिद्ध होगा?

उपर्युक्त शंका प्रकट करते समय पाठक इस भ्रम में होंगे कि शायद हाड़-मांस के इस शरीर में हाड़-मांस का ही कोई अंग प्रवेश होने की बात ही कही जाएगी, पर हमारा इस प्रकार का कोई मंतव्य नहीं है। ऐसा हो भी नहीं सकता और यदि हो भी सके तो उसका लाभ एक विशेष अवसर पर ही हो सकता है, जैसे हड्डी टूट जाने पर बकरे आदि की हड्डी बिठा दी जाती है, नवयौवन प्राप्त करने के लिए बंदर की गिलियाँ लगा दी जाती हैं। रक्त कम पड़ जाने पर दूसरे के शरीर का ताजा रक्त पिचकारी द्वारा रोगी के शरीर में पहुँचा दिया जाता है। विटामिन तत्त्व कम हो जाने पर मछली का तेल पिलाते हैं, कई रोगों में पशु-पक्षियों का मांस खाने को दिया जाता है, किंतु यह सब बातें चिकित्सा शास्त्र से संबंध रखने वाली हैं और भौतिक विज्ञानी डॉक्टर लोग ही इनका प्रयोग करते हैं। अध्यात्म तत्त्व, जिसके आधार पर इस पुस्तक की रचना की जा रही है, इस प्रकार की किसी क्रिया को नहीं बतलाएगा। योगियों की दृष्टि से शरीर का महत्व इतना ही है कि वह आत्मा के रहने का मंदिर होने के कारण तीर्थस्थान है, इसलिए इसकी धर्मपूर्वक सावधानी व रखवाली करनी चाहिए, जिससे असमय में ही नष्ट न हो जाए और रोगी न पड़ जाए। इससे अधिक विशेष चिंता और माथा-पच्ची करने की अध्यात्म तत्त्व की शिक्षा नहीं है।

इस पुस्तक के पाठकों को यह जानना चाहिए कि काया यथार्थ में कोई वस्तु नहीं है। यह जड़ पदार्थ एक मिट्टी के ढेले के सदृश्य है। जिसकी शक्ति से यह संचालित है, वह चैतन्य तत्त्व प्राण-शक्ति है। प्राण के बल से यह नाचती-कूदती है, वह बल समाप्त हो जाने पर यह एक तिनका भी नहीं उठा सकती। यहाँ तक कि अपने आपकी भी रक्षा नहीं कर सकती। मरे हुए शरीर को कुत्ते, कौए खाने लगें तो वह हाथ भी नहीं हिला सकती। कुछ देर उसे यों ही छोड़ दिया जाए तो अपने आप सड़ने-गलने लगे और कीड़ों का आहार बनकर नष्ट हो जाए। शरीर उन अगणित पुज़ों से बनी मशीन की तरह है, जो बिजली और भाप आदि की सहायता से चलती है। यदि कोई ताकत उन्हें चलाने वाली न हो तो बहुमूल्य मशीन जरा-सी खिसक भी नहीं सकती। शरीर में जो कुछ सुंदरता, बल, बुद्धि, ज्ञान, योग्यता दिखाई देती है, उनकी असली शक्ति प्राण में निहित है। प्राण के विकृत होते ही उत्तम शरीर भी बिगड़ जाता है। जो मनुष्य दस दिन पहले बहुत अच्छा था, वह पागल हो जाने के कारण आज घृणा का पात्र बन गया है। जिसका मन दुष्ट होता है, उसके शरीर में चाहे कितना ही आकर्षण क्यों न हो चोर, दुराचारी, धूर्त और पापियों की तरह उसे सर्वत्र तिरस्कार ही सहना पड़ेगा। इसके विपरीत यदि शरीर टेड़ा-मेड़ा, काला-कलूटा, कुरूप और भद्दी बनावट का हो और आत्मशक्ति उत्तम हो तो वह मनुष्य सम्मान को प्राप्त करेगा। अष्टावक्र ऋषि आठ जगह से टेढ़े थे, उनकी देह देखने में बड़ी कुरूप और उपहासास्पद मालूम होती थी, फिर भी वे धुरंधर विद्वानों में अग्रणी थे, अपने जमाने के राजाओं द्वार पूजे जाते थे। लँगड़ा तैमूर लंग, काना रणजीतसिंह अपनी कहानी आप ही हैं। गांधी जी की सूरत-शकल आपने कभी पास से देखी होगी तो बड़ा कुतूहल हुआ होगा, परंतु जिसके बल पर

विश्व के समस्त मानव समाज का मस्तिष्क उनके चरणों पर झुक गया है, वह देह में नहीं, बरन उसके भीतर है।

उपर्युक्त पंक्तियों का तात्पर्य इतना ही है कि 'मनुष्य' शरीर नहीं आत्मा है। आत्मा के गुणों में कुछ घट-बढ़ हो जाने पर शरीर की योग्यता में घट-बढ़ होती रहती है। कालिदास आरंभ में इतने मूर्ख थे कि पेड़ की जिस डाली पर बैठे थे, उसी को काट रहे थे। किसी दयालु ने उन्हें रास्ते पर लगा दिया, तो इतने बड़े विद्वान हुए कि संस्कृत में उनकी सानी का कवि ढूँढ़ने पर भी नहीं मिलता। जीवन का बहुत बड़ा भाग हत्याएँ करने और डाका डालने में लगाने वाले व्यक्तिकि बदले, तो महान ऋषि के रूप में प्रकट हुए और पतन की कहानियों के बारे में तो कुछ कहना ही नहीं है। हर जगह ऐसे असंख्य उदाहरण मिल सकते हैं, जो कुछ दिन पहले बड़े श्रेष्ठ सदाचारी थे, किंतु दुर्बुद्धि के कारण नीच कर्म करने लगे और पतित हो गए। यह सब उत्थान-पतन के कार्य यह हाड़-मांस का पुतला नहीं कर लेता। इसका जो करने वाला है, वही कर्ता है, वही मनुष्य है, वही आत्मा है।

मनुष्य जो कुछ काम शरीर से करता है, वह यों ही एक दम या अपने आप नहीं हो जाते। उनका बीज मन में उत्पन्न होता है। वहाँ उस प्रकार के विचार बनना आरंभ होता है। वह विचार लगातार उठते रहने पर दृढ़ हो जाते हैं और यदि कोई बाधा उपस्थित न हुई तो क्रिया रूप में परिणत होने लगते हैं। यदि परिस्थितियाँ अनुकूल हुईं तो शरीर द्वारा वैसा ही कार्य होने लगता है। शायद ही कोई आदमी अचानक किसी कार्य में प्रवृत्त होता है। उसके मन की परख की जाए तो पता चलेगा कि कुछ समय पूर्व से ही ऐसे विचार उसके मन में उठने लगे थे, सुविधा पाकर वे विचार फूल उठे और उस प्रकार का कार्य शुरू हो गया।

हर प्रकार के विचार बीज अपने आप ही नहीं उठ बैठते, बाहर से भी आते हैं। पूर्व संचित संस्कारों का असर मन के ऊपर अंकित रहता है, परंतु दूसरों का असर भी प्रचुर मात्रा में पड़ता है। संगति के गुण-दोषों को सब लोग स्वीकार करते हैं। सत्संग के बारे रामायण कहती है—“काक होंहि बक, पिकहु मराला।” इसी प्रकार दुष्ट संग है। बुरे आदमियों की सोहबत में अच्छे लोग भी खराब हो जाते हैं। इसका कारण क्या है? कारण यह है कि एक आदमी के मन में विचारों का प्रवेश दूसरे के मन में होता है। फलस्वरूप उसके मन में भी वैसे ही विचार उठने लगते हैं। वेश्याओं के मुहल्ले में जाकर रहने से स्वभावतः कामुकता के विचार उठने लगते हैं। संत-महात्माओं के आश्रमों का वातावरण कितना शांदिदायक होता है। गवैयों की महफिल में बैठकर बिना गाने वाला भी तान के ऊपर सिर हिलाने लगता है। विचारों का वातावरण दूसरों पर असर डालता है। अधिक मात्रा में अधिक शक्ति-सामर्थ्य के साथ छोड़े गए विचारों का वातावरण दूसरों को प्रभावित किए बिना नहीं रहता। इस सूक्ष्म विज्ञान को बहुत-से आदमी नहीं जानते, पर उसके परिणाम को प्रत्यक्ष देखते हैं। दूसरों के प्रभाव से किसी का अपने पूर्व स्वभाव में परिवर्तन कर लेना क्या है? यह परकाया प्रवेश का उदाहरण है। राम एक साल से बुरे लोगों की सोहबत में है, अब उसने अपने पुराने सद्गुण त्याग दिए हैं और नंबर एक का गुंडा बन गया है। यह किस प्रकार हुआ? बुरे लोगों ने अपने विचार उसके ऊपर प्रेरित किए। उन विचारों ने राम के मस्तिष्क पर आक्रमण किया और अच्छे विचारों को हटाकर अपना कब्जा कर लिया। राम का दिमाग अब अच्छे भावों से बिलकुल खाली हो गया और उन दूसरे विचारों के कब्जे में पहुँच गया। इससे यह बात साबित हुई कि विचार आसानी से दूसरों के ऊपर आक्रमण कर सकते हैं। यह क्रिया संसार में दिन-रात जान

और अनजान में हो रही है। जिससे प्रतिक्षण असंख्य मनुष्यों के जीवन में विचित्र परिवर्तन हो रहे हैं। यही परकाया प्रवेश है। शरीर में शरीर का प्रवेश नहीं हो सकता, पर एक मन के विचार दूसरे के मन में प्रवेश करके उसके शरीर को अपनी इच्छानुकूल चला सकते हैं। यदि कुशलतापूर्वक और विशेष युक्तियों के साथ इस कार्य को किया जाए तो इतनी शीघ्रता और अधिकता से परिवर्तन होते हैं कि आश्चर्य करना पड़ता है।

यह क्रिया नई नहीं है

राजा को अपने राज्य की व्यवस्था करने के लिए मंत्री की आवश्यकता होती है। मंत्री अपनी योग्यतानुसार सारे शासन तंत्र को चलाता है। इसी प्रकार आत्मा की कार्यवाहिनी शक्ति का नाम प्राण है। यह मन से कुछ ऊँची और सुसंस्कारित सत्ता है। यह प्राणशक्ति शरीर के विभिन्न अंगों में अपनी प्रेरणा से क्रिया उत्पन्न करती है। हमारे शरीर के कल-पुर्जों के चलने में जो क्रिया हो रही है, वह अद्भुत है। वैज्ञानिकों का मत है कि मनुष्य के शारीरिक और मानसिक कामों को चलाने में इतनी विद्युत शक्ति खरच होती है जितनी से बड़ा मिल चल सकता है। मनुष्य की तमाम शक्तियों से संपन्न एक कृत्रिम मनुष्य बनाया जाए, तो उसके संचालन में एक बिजलीघर की सारी शक्ति लग जाएगी। मृत्यु क्या है? उस बिजलीघर का फेल होना है। शरीर के तमाम कल-पुर्जे बदस्तूर रहते हैं, कोई कहीं से टूटता-फूटता नहीं, केवल विद्युतधारा बंद हो जाती है। शरीर की बिजली का क्षेत्र केवल अपने कल-पुर्जों तक ही सीमित नहीं है, वरन् वह बाहर की चीजों पर प्रभाव डालने और उनसे शक्ति ग्रहण करने का काम भी करती है। एक वैज्ञानिक ने अपने गहरे अनुभव के आधार पर बताया है कि हमारी बिजली का एक-तिहाई भाग कल-पुर्जों के चलाने में खरच होता है। एक-तिहाई से यह गुप्त क्रिया होती है कि अनंत आकाश में उड़ते फिरने

वाले विचार, बल आदि को पकड़े और उनमें से अस्त्रचिकर, हानिकारक, रोग-कीटाणु, बुरे विचार आदि को दूर फेंके। शेष एक-तिहाई बिजली दूसरों पर अपना प्रत्यक्ष प्रभाव डालने और उनका अच्छा असर ग्रहण करने के काम आती है। इन तीन भागों में से भी प्रत्येक तिहाई की शक्ति असंख्य मार्गों द्वारा खरच होती रहती है। या यों कहना चाहिए कि उस पावर हाउस में असंख्य तार लगे हुए हैं और वे भिन्न-भिन्न दिशाओं में विभिन्न कार्य करते रहते हैं। मानव शरीर की विद्युत का अन्वेषण करने वाले कहते हैं कि हाल के जन्मे बालक की तमाम बिजली एकत्र कर ली जाए, तो उससे डाक गाड़ी का एक इंजन चल सकता है। बड़े होने पर यह शक्ति बढ़ती है और जो व्यक्ति इसे बढ़ाने की कोशिश करते हैं, उन्हें तो और भी अधिक बल मिल जाता है।

यह शक्ति पशु-पक्षियों के शरीर में भी होती है। भारत के प्रसिद्ध क्रांतिकारी और वैज्ञानिक श्रीहंसराज जी वायरलेस ने बेतार के तार का एक यंत्र बनाने में छिपकलियों के शरीर से काफी मदद ली थी। खद्योत अपने शरीर की बिजली को चमकाकर कैसा सुंदर प्रकाश करता है। एक प्रकार की मछली छोटे जल जंतुओं का शिकार करते समय अपनी बिजली का ऐसा झटका देती है कि वह बेहोश हो जाते हैं। बड़े अजगर सर्पों की विद्युत से छोटी चिड़ियाँ और मेंढक मूर्तिवत खड़े रह जाते हैं। भेड़िए को देखते ही भेड़ का भागना तो दूर उसके मुँह से आवाज निकलना तक बंद हो जाता है। बिल्ली, शेर, बाघ आदि भी अपने शिकार को पकड़ते समय इस शक्ति से काम लेते हैं। उसमें आकर्षण (Negative) और विकर्षण (Positive) दोनों ही धाराएँ विद्यमान होती हैं। क्रोधित और रोष में भेरे हुए व्यक्ति को सामने देखकर हमारे पाँव काँपने लगते हैं, किंतु एक सुंदर स्त्री को देखने के लिए बरबस आकर्षित हो जाते हैं। यह क्या है? यह उन्हीं आकर्षण-विकर्षण शक्तियों का प्रभाव है।

वेश्याओं के यहाँ बदनामी, धन व्यय, स्वास्थ्यनाश के होते हुए भी लोग जाते हैं, अपनी स्त्री के निकट संपर्क में आने की इच्छा रहती है, सुंदर बच्चों को खिलाने के लिए मन ललचाता है। मित्रों पर सर्वस्व न्यौछावर कर देते हैं, यह सब आकर्षण शक्ति धारा का प्रभाव है। कभी-कभी तो यह शक्ति गजब का काम करती है। एक व्यक्ति अपने स्वतंत्र विचार रखता है, वह अपने विरोधी विचार वाले के पास विरोध करने के लिए जाता है, किंतु वहाँ जाकर कुछ ऐसा प्रभाव पड़ता है कि अपने विचारों को छोड़कर वह दूसरे के विचारों को अपना लेता है और उसी के अनुरूप बन जाता है। कई बार ऐसी घटनाएँ देखने में आती हैं कि एक व्यक्ति जिस विषय में कुछ भी रुचि नहीं रखता, उस काम के लिए दूसरे व्यक्तियों द्वारा उसे बहका लिया जाता है और वह उस काम में बहुत दिलचस्पी लेने लगता है। दो व्यक्तियों के साथ रहने पर यदि प्रेम सच्चा हो तो यह आकर्षण शक्ति इतनी बढ़ जाती है कि एक के बिना दूसरे का जीवन कठिन हो जाता है। प्रेमी के विरह में आत्महत्या कर लेना या पति के साथ सती हो जाना इसी आधार पर होता है। इसी प्रकार विकर्षण शक्ति का असर है। जालिम आदमियों की सूरत देखकर डर लगने लगता है, प्रभावशाली शक्ति के सामने जाकर कई व्यक्ति ठीक तरह बोल भी नहीं सकते और कुछ-का-कुछ कहते हैं। अदालतों में हाकिमों के सामने बोलने में कई आदमियों का दम फूलता है। क्रोधियों और रुखे स्वभाव के लोगों के पास से जल्दी ही उठ चलने को जी चाहता है, धृणित कर्म करने वाले और पापियों से दूर रहने की स्वाभाविक इच्छा होती है। विकर्षण शक्ति का गुण अलग हटाना दूर फेंकना है।

यह तो हुआ दैनिक जीवन में स्वाभाविक शक्ति का स्वयमेव होने वाला प्रभाव। विशेष अवसरों पर विशेष शक्ति द्वारा जानबूझ कर डाला गया असर इससे भिन्न तथा अधिक शक्तिशाली होता

है। यह पहले ही कहा जा चुका है कि हमारे अपने बिजलीघर की शक्ति असंख्य अलग-अलग तारों में होकर बह रही है। यदि दो-चार तारों में चलने वाला प्रवाह एक ही तार में चालू कर दिया जाए, तो वह पहले की अपेक्षा अधिक शक्ति संपन्न हो जाता है और यदि दस, बीस, पचास, चालीस तारों की शक्ति एकत्रित कर ली जाए, तो उसी संख्या में और भी अधिक बल मिलेगा। तात्पर्य यह है कि मनुष्य की विश्रृंखलित शक्तियों का यदि एकत्रीकरण हो जाए तो वह अत्यधिक प्रभावशाली हो सकता है और उससे आश्चर्यजनक एवं अलौकिक कार्य किए जा सकते हैं।

मनुष्य की विश्रृंखलित विद्युत शक्ति को एकत्रित करने पर उसके अद्भुत परिणाम होते हैं। सूर्य की धूप चारों ओर फैली रहती है और साधारणतः अपना काम करती रहती है, किंतु यदि एक आतिशी शीशे द्वारा दो इंच जगह की धूप को एक बिंदु पर केंद्रित किया जाए, तो कुछ ही सेकंड में आग चलने लगेगी और उस आग की शक्ति से विशाल वनों को भस्म किया जा सकता है। साधारण तरीके से किसी में हाथ का धक्का मार दिया जाए, तो कोई ज्यादा चोट नहीं लगेगी, किंतु हाथ को घूँसे की शक्ल में बनाकर और पूरे जोर से खींचकर किसी के मर्म स्थान में मारें, तो उसे गहरी चोट पहुँचेगी और तिलमिला उठेगा। मानसिक शक्ति की विशेष तैयारी के साथ किए हुए आघात की चोट शारीरिक आघात से कहीं अधिक गहरी होती है। सरकस के पतले तारों पर नाचने वाले और शरीर को गेंद की तरह उछालने वाले नट-नटी यह कहते हैं कि हमने कोई जादू नहीं सीखा केवल मन को एकाग्र करने का अभ्यास किया है। जिस समय लोग तमाशा देख रहे होते हैं, उस समय हमारी निगाह और सारी विचार शक्ति अपने कार्य पर एकत्रित होती है। एकाग्रता की शक्ति महान है बिखरी हुई शक्तियों का एकत्रीकरण ही शक्तिपुंज है। कल के मोची, चपरासी और आवारे जिनको पेट

भरने के भी लाले पड़े हुए थे, आज दुनिया में तहलका मचा रहे हैं। हिटलर, मुसोलिनी, स्टालिन के आतंक से सारी पृथ्वी काँप रही है। इन लोगों ने अपनी शक्ति को पहचाना और उसे एकत्रित करके एक ही दिशा में लगाया है। उस दिन नेपोलियन नामक एक लड़का महान एपल्स पर्वत के निकट पहुँचा। वह अनंतकाल से रास्ता रोके पड़ा था। नेपोलियन ने दृढ़तापूर्वक कहा कि तुम्हें मेरे मार्ग में से हटना पड़ेगा। बेचारा एल्पस जड़ पदार्थ था, चैतन्य तत्त्व की गरमी कैसे सह सकता था, उसे हटना पड़ा और नेपोलियन के लिए जगह देनी पड़ी। लक्ष्मण ने जब धनुष पर डोरी चढ़ाई तो बेचारा समुद्र घबरा गया और रास्ता देने की स्वीकृति देता हुआ हाथ जोड़कर सामने आ खड़ा हुआ।

हिंदू इतिहास पुराणों का पन्ना-पन्ना ऐसी कथाओं से भरा पड़ा है, जिनसे सिद्ध होता है कि मनुष्य अपनी इच्छा शक्ति और एकाग्रता के बल पर दूसरों को शाप, वरदान दे सकता है, उनका भला-बुरा कर सकता है, उनके मन में अपने विचारों को प्रवेश करके इच्छानुसार काम करा सकता है।

परकाया प्रवेश क्यों ?

गत अध्याय में बताया जा चुका है कि परकाया प्रवेश क्या है ? और उसका होना किस प्रकार संभव है ? अब प्रश्न उपस्थित होता है कि उसकी क्या आवश्यकता है ? भूत-प्रेत आदि का प्रवेश जब किसी की काया में हो जाता है, तो उसे कष्ट होता है और उसके साधारण कार्यक्रम में बाधा पड़ती है। सर्पादि का शरीर प्रवेश भी इसी प्रकार हानिकारक सिद्ध होता है।

संसार की समस्त बातों के भले-बुरे दो पहलू होते हैं। हर वस्तु को दोनों प्रकार के काम में लाया जा सकता है। ऊपर के दोनों उदाहरण इस विद्या के बुरे पहलू हैं। वह तो मनुष्येतर दुष्ट प्राणियों की बात है, स्वयं मनुष्य ने भी आत्मशक्ति का काफी दुरुपयोग

किया है। पिछले दिनों एक युग ऐसा आ गया था कि आज के भौतिक विज्ञान की तरह उस समय आत्मविज्ञान का उपयोग स्वार्थ-साधन, प्रतिहिंसा और इंद्रिय तृप्ति के लिए किया जाने लगा था। बाम मार्ग के तांत्रिक कर्म, अध्यात्म पथ के उग्र और शीघ्र फल देने वाले साधन हैं। इनके द्वारा नीच श्रेणी के मनुष्य भी कुछ चमत्कारिक शक्ति प्राप्त कर लेते हैं। ऐसे लोगों के हाथ में पहुँचने पर हर एक सत्ता का दुरुपयोग ही हो सकता है। मध्य युग में तांत्रिकों का एक आतंक-सा छा गया था। वे अपने स्वार्थ साधन के लिए मारण, मोहन, उच्चाटन, वशीकरण आदि ऐसे दुष्ट कर्म करते थे, जिनके द्वारा साधारण जनता का दिल दहल जाता था। ऐसे वीभत्स कार्यों का अंत शीघ्र ही हो जाने का प्राकृतिक नियम है। कहते हैं कि “जालिम की उम्र कम होती है।” सर्वसाधारण को हानि पहुँचाने वाले कार्य अधिक दिन जीवित नहीं रह सकते। तंत्र शक्ति के द्वारा जब कुकर्म होने लगे, तो इस विज्ञान के विरुद्ध लोक में घोर घृणा फैल गई और तांत्रिकों का सहयोग करना छोड़ दिया गया। लोक विरोध के कारण तांत्रिकों को अपने को छिपाना पड़ा। जो इस विज्ञान के पंडित थे और शक्ति रखते थे, उन्होंने भी अपने भेद को गुप्त रखा, क्योंकि प्रकट करने पर वे आपत्तियों के शिकार बनते थे। तब से अब तक उन क्रियाओं के जानने वाले बराबर अपने को छिपाते हैं। यद्यपि अब जमाना बहुत आगे बढ़ चुका है, हर सत्य विद्या का आदर होता है और जनता में तंत्र शक्ति के लिए उस प्रकार की घृणा और आतंक भी नहीं है, फिर भी पूर्व परिस्थिति के अनुसार इस विषय के विद्वान गुप्त रहने की परंपरा को ही बनाए हुए हैं।

इस विद्या का प्रयोग यदि नीच कार्यों के लिए हो, तो सचमुच इससे जनता का कुछ भी लाभ नहीं, वरन् उलटी हानि ही है। किंतु यदि उसका उपयोग लोगों के मानसिक उत्थान, उनकी उन्नति के

लिए किया जाए तो किसी प्रकार बुरा नहीं कहा जा सकता। हमारा विश्वास है कि इस शक्ति का उपयोग हमारे अनुयायी परोपकार के, लिए ही करेंगे। जनता की सेवा करना ही साधकों का धर्म होना चाहिए। इस पुस्तक में इस शक्ति के द्वारा पाँच प्रकार की क्रियाओं द्वारा पाँच प्रकार के कार्य करने के उपाय बतलाए गए हैं। इसके अतिरिक्त और भी अनेक कार्य हो सकते हैं, परंतु जान-बूझकर इस पुस्तक में नहीं लिखा गया है, क्योंकि इस पुस्तक को पैसे देकर कोई भी खरीद सकता है, किंतु प्रचंड शक्ति रखने वाली बंदूक हर बालक के हाथ में नहीं दी जा सकती। आगे के पृष्ठों में केवल इतना ही बताया जाएगा कि किसी दुष्ट स्वभाव वाले, बुरी आदतों में फँसे हुए, रोगों से ग्रसित और विकृत मनोवृत्ति वाले व्यक्ति को किस प्रकार सुमार्ग पर लाया जा सकता है। दूसरे के मन में कैसे विचार उठ रहे हैं, इस बात को निदान रूप में मालूम किया जा सकता है। इसमें कहीं किसी ऐसे साधन की चर्चा नहीं की गई है कि अच्छे पुरुषों को बुरा कैसे बनाया जाए? या स्वस्थ मनुष्य को पीड़ित कैसे किया जाए? यदि इस प्रकार की शिक्षा दी गई होती, तो सचमुच ही बड़ा अनर्थ हो सकता था।

शुभ और अशुभ स्वयं एक पृथक-पृथक सत्ताएँ हैं। उनके गुण अलग-अलग हैं। शुभ संकल्पों से दूसरे का हित और उन्नति होती है। यह मेंहदी के रंग के समान है, जो दूसरे के हाथ को रचाते समय अपना हाथ रच जाता है, किंतु अशुभ विचार उस चिंगारी के समान हैं, जो दूसरी वस्तुओं को तो जलाती ही है, पर छोड़ती उसे भी नहीं, जिस पर वह रखी गई थी, जहाँ उसे आश्रय दिया गया था। लोक हितकारी कार्य चाहे वे शारीरिक हों या आध्यात्मिक वे अवश्य फलेंगे-फूलेंगे और उनसे करने वाले की शक्ति बढ़ेगी, किंतु दुष्ट कर्मों में जितना दूसरों का अहित होता है, उससे अधिक अपना हो जाता है। चोर दूसरे का माल चुराकर उसे उतनी हानि

नहीं पहुँचाता जितनी अपने को। हर समय डरते रहना, भय से खून सुखा लेना, आत्मा के अंदर अशांति रखना, लोक-परलोक बिगाड़ लेना और पकड़े जाने पर कठोर दंड भोगना, क्या इतनी हानि उन पैसों से भी कम है जो उसने चुराए थे? इस पुस्तक में बताए हुए अभ्यासों से किसी भी साधक में ऐसी शक्ति नहीं आएगी कि वह किसी भले स्वभाव के स्त्री-पुरुष को बुराई के रास्ते पर खींच सके, उसमें उलटी बुद्धि उत्पन्न करके हानिकारक कार्यों को करा सके, स्वार्थ के लिए किसी को अपने चंगुल में कस सके या मारण, मोहन, वशीकरण जैसे अभिचार, अभिघात कर सके। यदि दैव योग से किसी में ऐसी शक्ति हो भी जाए तो उसे ध्यान रखना चाहिए कि कितने ही बड़े प्रलोभन के लिए उसका अनुचित उपयोग न करे, यदि करेगा तो हम भुजा उठाकर कहते हैं कि 'ऐ, क्रूर कर्माओ! इस अग्नि से भद्रदा खेल मत खेलो, अन्यथा प्राणशक्ति को तो खो ही दोगे साथ ही खुद भी नष्ट हो जाओगे।'

इस पुस्तक का 'परकाया प्रवेश' एक नियत सीमा तक है। किसी बालक का स्वभाव चिड़चिड़ा हो गया है, वह बात-बात में जिद करता है, सांसारिक ज्ञान को बहुत ही धीरे-धीरे प्राप्त कर रहा है अर्थात् बड़ी उम्र हो जाने पर भी उसे उतनी जानकारी नहीं है जितनी कि उस उम्र के बालकों में साधारणतः होती है, किसी बालक का मस्तिष्क अविकसित है, विद्या पढ़ने में या याद रखने में कमज़ोर है, चोरी करने या झूठ बोलने आदि की आदत पड़ गई है, तो इन सब कमज़ोरियों के बारे में तुम उसकी यह मदद कर सकते हो। कोई किशोर चटोरे स्वभाव का बन गया है, फैशन की तड़क-भड़क पर बहुत ही मुग्ध है, मनोरंजन के कामों में अधिक व्यस्त रहता है, बीड़ी पीने की टेब सीखता जाता है, बुरी सोहबत में ब्रह्मचर्य नष्ट करता है, पढ़ने में कमज़ोर है या उदासीन है तो उस पर इस विज्ञान का अद्भुत असर होगा। कोई व्यस्क स्त्री-पुरुष

क्रोधी स्वभाव का हो चला है, अपने या दूसरों के ऊपर झुँझलाता रहता है, दुर्व्यसनों में फँसने लगा है, आचरण नष्ट कर रहा है, न करने योग्य कामों में प्रवृत्त है, आलस्य या उदासीनता से ग्रस्त है, मानसिक उलझनों ने जकड़ रखा है या विरह, दुःख, शोक आदि से पागल हो रहा है तो उसके लिए इस विज्ञान का प्रयोग करना बहुत ही उत्तम होगा। वह व्यक्ति पास हो तो ठीक अन्यथा दूरस्थ होने पर भी विशेष परिश्रमपूर्वक प्रयोग किया जा सकता है और यह निश्चित है कि किसी के भी ऊपर किया गया प्रयोग कदापि व्यर्थ नहीं जा सकता। अभ्यास और क्रिया की त्रुटि से यदि पूरी-पूरी सफलता न मिले, तो भी बहुत बड़ी मात्रा में सुधार अवश्य हो जाएगा।

‘परकाया प्रवेश’ की ही एक शाखा ‘पर-चित्त-विज्ञान’ है। जिसका उल्लेख इस पुस्तक के अंतिम पृष्ठों पर किया गया है। इसके द्वारा दूसरे के मन में किस प्रकार के भाव उठ रहे हैं? वह इन दिनों किस प्रकार के भावों से ग्रसित है? उसके विचारों में किस प्रकार का क्या परिवर्तन होता जा रहा है? आदि बातों को जाना जा सकता है, किंतु कोई ऐसा प्रयोग करना कि इसकी निजी बातों को जान लें—इसका धन कहाँ गढ़ा है? इसका किस व्यक्ति से कैसा संबंध है? इसके गुप्त प्रोग्राम क्या हैं? तो उन्हें निराश होना पड़ेगा। इन बातों के जानने के अधिकारी इस पुस्तक के पाठक नहीं हैं। यह बहुत आगे की बात है। जब तक इन बातों के जानने की लालसा है, तब तक वह इसका पात्र नहीं। उसे दूसरों की गुप्त बातों का इस प्रकार पता चल जाए तो संसार में बड़े-बड़े अनर्थ उपस्थित कर सकता है। बीतराग महात्मा जिन्हें संसार से पूर्ण रूप से विरक्ति हो जाती है और जो इस प्रकार के भेदों को मालूम करना मूर्खता समझते हैं, उनका पवित्र अंतःकरण वह बातें जान सकता है। साधारण लोगों के लिए तो इतना ही पर्याप्त है कि वे इसका परिचय प्राप्त कर लें कि कौन आदमी इस समय किस प्रकार की विचारधारा

से परिपूर्ण है। पिछले समय से कैसे विचारों से भरा जा रहा है और अब उसके विचारों में क्या परिवर्तन हो रहा है।

क्या इस प्रकार की 'परकाया प्रवेश' संबंधी योग्यता संसार का कुछ भी उपकार न कर सकेगी? क्या साधक इसके अलौकिक महत्व को नहीं समझेंगे?

दूसरों को कैसे समझाएँ?

मनुष्य स्वभाव का यह एक सिद्धांत है कि जो बात बलपूर्वक और गंभीरतापूर्वक कही जाती है, उसे वह मान लेता है। मनुष्य का मन आमतौर से तर्क-वितर्क के झगड़े से बचना चाहता है। किसी बात को मानने से उसके कार्यक्रम में कोई बड़ा भारी परिवर्तन प्रत्यक्ष रूप से होने वाला हो या किसी का मन स्वभावतः ही बहुत तर्कशील हो, उसी दशा में कुछ संदेह और अधिक सोच-विचार करने की आवश्यकता होती है। आमतौर से उन बातों को भी स्वीकार कर लिया जाता है, जिनके मानने पर अप्रत्यक्ष रूप से अपना बड़ा भारी हानि-लाभ होता हो। साधु बच्चों को भगा ले जाते हैं, अमुक स्त्री डायन है, अमुक पेड़ पर भूत रहता है आदि बातें अफवाह के रूप में उड़ती हैं और हजार पीछे नौ सौ आदमी उस पर विश्वास कर लेते हैं। इस बात की तलाश बहुत ही कम लोग करते हैं कि यह बात कहाँ तक सच है? इसलिए दूसरे लोगों को जिस बात के लिए प्रभावित करना है, उसके लिए कुछ बातों को खासतौर से ध्यान रखो।

कोई नई बात या ऐसा विषय किसी आदमी को समझाना चाहते हो, जिसे वह अब तक नहीं मानता रहा है, तो उस बात को उसके मन में भरने के लिए बहुत बुद्धिमानी से काम लेना होगा। पहली ही बार उससे यह मत कहो कि तुम्हें यह करना चाहिए और यह नहीं करना चाहिए। ऐसा कहने से उसका सुप्त मन और वर्तमान आदतें एकदम बगावत कर देंगे। एक घोड़ा मुद्दतों से

जिस सड़क पर चल रहा है, उसे किसी नई सड़क पर ले जाना चाहोगे तो उसे बहुत अखेरेगा, वह रुकेगा, बिगड़ेगा और लातें मारेगा। इसलिए प्रथम वार्तालाप में अपना अंतिम उद्देश्य पूरी तरह प्रकट मत हो जाने दो। उस आदमी से क्यों बार-बार मिलते हो, इसके लिए कोई दूसरा छोटा-मोटा कारण निकाल लो। मान लो तुम बीमा एजेंट हो और किसी आदमी को बीमा कराने के लिए तैयार करना चाहते हो, तो उससे आरंभ में ही अपनी बात मत खोल दो, क्योंकि किसी आदमी से आरंभिक बातचीत करते समय हर कोई दो बातों को बड़ी सावधानी से देखता है, अपनी हानि और दूसरों का स्वार्थ। यदि किसी प्रस्ताव में उसे इन दोनों बातों की गंध आ जाए, तो स्वभावितः वह उस प्रस्ताव से उचट जाएगा। यहाँ हम यह चरचा करने नहीं बैठे हैं कि तत्त्वतः क्या बात सत्य है और क्या असत्य ? यहाँ तो हमें मनोविज्ञान शास्त्र के अनुसार मनुष्य स्वभाव की गुत्थी को सुलझाना है। कोई व्यभिचारी है, वह दुराचार में अपनी कमाई फूँकता है। मान लो कि वह आदमी तुम्हारा भाई है और सम्मिलित परिवार में रहता है। तुम उससे कहते हो कि यह बदमाशी छोड़ दो और घर की आर्थिक दशा सुधारो, तो निश्चय ही उसकी आदतें एकदम उबल पड़ेंगी और इंद्रिय सुख की हानि एवं परिवार में होने के कारण अपनी कमाई से उसके लाभ उठाने का स्वार्थ दिखाई देगा। जहाँ यह दोनों बातें इकट्ठी दिखाई दीं कि आदमी उस बात से उचटा। इसलिए सीधा आक्रमण मत करो। जंगली हाथी से लड़कर उसे पकड़ना चाहे तो यह जरा मुश्किल है, पर उन्हें फुसला कर तो हर साल हजारों हाथी पकड़े जाते हैं।

जिस बात के लिए किसी आदमी को तैयार करना चाहते हो, उसके लिए कुछ दर्जे नियत कर लो। पहले दर्जे में उस विषय की अच्छाइयों का उदाहरण सहित वर्णन होना चाहिए। दूसरे दरजे में उन बुराइयों पर हलका आक्षेप होना चाहिए। जिनका वह आदमी

वशीभूत है। तीसरे दरजे में उस अच्छाई से उसके जीवन को संबंधित करते हुए एक सुंदर चित्र खड़ा करो। बस, यहीं तक उसे ले चलो। यदि तुम देखो कि यह व्यक्ति हमारी आज्ञा मानने-न-मानने के लिए बिलकुल स्वतंत्र है, तो कोई कड़ी आज्ञा मत दो। उसके मन में अपने विचारों का प्रबल घेरा डालकर उन्हीं में उलझा हुआ छोड़ दो और अंत में यहीं कहो कि जैसा तुम्हें उचित प्रतीत हो करो। योगिराज कृष्ण अद्वितीय मनोविज्ञानवेत्ता थे, उन्होंने अर्जुन के विचारों को बदलकर दूसरे विचार लेने के लिए इन्हीं सिद्धांतों का प्रयोग किया। रणक्षेत्र में पहुँचकर जब अर्जुन को मोह उत्पन्न हुआ और उसने गांडीव को पटककर संन्यासी हो जाने का निर्णय लिया—उसके उस समय के मन का जरा अध्ययन कीजिए। असंख्य व्यक्तियों का रक्तपात, उसके भयंकर परिणाम और उसके फलस्वरूप प्राप्त होने वाली तुच्छ वस्तु इन तीनों ही बातों के मिश्रण से एक उदार, दयाशील और त्यागी व्यक्ति के मन में स्वभावतः ही युद्ध से विरक्ति हो सकती है और विरक्ति की भावना केवल शंका नहीं, एक गहरी अनुभूति होगी। ऐसी अनुभूति का थोड़े से समय में हटा देना कोई आसान बात नहीं थी। कृष्ण यदि केवल आज्ञा के रूप में आदेश करते कि “तुम्हारे यह विचार ठीक नहीं, चलो युद्ध करो” तो कदाचित् उन्हें सफलता न मिलती और अर्जुन तैयार न होता। इसलिए उन्होंने धैर्य और बुद्धिमानी से काम लिया।

गीता के अनुसार भगवान् कृष्ण ने आरंभ में आत्मा की अमरता और शरीर की नश्वरता का वर्णन करते हुए युद्ध को दोष रहित और क्षत्रिय के लिए स्वर्ग देने वाला धर्म कार्य बताते हुए उस बात की अच्छाई सिद्ध की, जिसे वे कराना चाहते थे। तदुपरांत दूसरे दरजे में युद्ध न करने, संन्यासी होने की व्यर्थता और दोष बताए कि तेरी कीर्ति चली जाएगी, अपमान होगा, धर्मच्युत हो जाएगा, लोग गालियाँ देंगे, डरपोक कहेंगे। इस प्रकार उन्होंने उस बात के दोष

बताएं जिनका वे त्याग कराना चाहते थे। तीसरे दरजे में उन्होंने अपने प्रस्ताव के अनुसार अर्जुन को अपना कार्यक्रम बना लेने का सुंदर चित्र खींचते हुए कहा—मर जाएगा तो स्वर्ग मिलेगा और जीतेगा तो राज्य भोगेगा, इसलिए इसी प्रस्ताव को स्वीकार कर। जब तक अर्जुन कच्चा था, तब तो कृष्ण कहते थे कि “युद्धाय कृति निश्चयः” अर्थात् युद्ध का निश्चय कर, परंतु जब अर्जुन पक गया, उनकी बातों से पूरी तरह प्रभावित हो गया, स्वीकार करने लगा और केवल अंतिम फैसले की बात आई, तो तीसरा दर्जा आ गया। तब कृष्ण पत्ला झाड़कर अलग हो गए, उन्होंने साफ कह दिया कि “यथेच्छसि तथा कुरु” जैसी तेरी इच्छा हो सो कर, क्योंकि अंतिम निर्णय तो उस व्यक्ति को स्वयं ही करना चाहिए, ऐसा करने से वह उस पर दृढ़ रहेगा। दूसरे की आज्ञा से जो कार्य किया गया, उससे आदमी बहुत जल्दी लौट सकता है, किंतु अपने आप जिस बात का आखिरी फैसला किया गया, वह बात अंत तक पार जाएगी।

इस प्रकार किसी व्यक्ति के विचार बदलने के लिए इन दर्जों का चुनाव करना चाहिए। कोई आदमी चोरी करता है, तो आंरभ में इस प्रकार का प्रसंग उसके सामने रखा जाना चाहिए, जिससे चोरी न करने की अच्छाइयाँ उदाहरण सहित बताई जाएँ। तदुपरांत चोरी करने वाले की दुर्गति भी उदाहरण देते हुए सिद्ध की जाए। इसके पीछे एक ऐसा सुंदर चित्र उस आदमी के सामने खड़ा किया जाए कि यदि ईमानदारी से रहने लगे तो उसकी किस प्रकार उन्नति हो सकती है। लगातार इस प्रकार की बातें कुछ अधिक दिनों तक, थोड़ा-थोड़ा अवकाश देकर थोड़े-थोड़े समय तक करनी चाहिए। एक साथ सब कुछ समझा देना उचित नहीं होता, इससे उसे अनिच्छा, उदासी आने लगती है। पहली बार में उसकी रुचि अपनी ओर आकर्षित कर लेना ही पर्याप्त है, उसे इस दशा पर ले आया जाए कि दोबारा मिलने के लिए उत्सुक रहे। हर भेट में इस

उत्सुकता का बढ़ते जाना सफलता का चिह्न है। जब बातचीत समाप्त करनी हो, तब बहुत ही मनोरंजक बात दूसरी बार के लिए अधूरी छोड़ देनी चाहिए। संस्कृत साहित्य में 'हितोपदेश' और 'पंचतंत्र' नामक दो पुस्तकें इस दृष्टि से बहुत ही महत्वपूर्ण हैं। उनकी हर एक कहानी अपनी एक नई शाखा, कहानी के लिए उत्सुकता छोड़कर अधूरी समाप्त हो जाती है। इस प्रकार अगले दिन के लिए उत्सुकता बनाए रहने के निमित्त कोई बहुत मनोरंजक बात अधूरी छोड़ जा सकती है। यदि किसी के मत की पुष्टि कर रहे हो, तब तो किसी लगाव-लपेट की बात नहीं है, सीधे शब्दों में उस विषय का समर्थन ऐसी मनोरंजकता और प्रमाणों के आंधार पर करो कि उसके विचार और अधिक दृढ़ हो जाएँ, किंतु यदि किसी के विचारों को पलटना है, तो निश्चय ही लाग-लपेट के साथ बात करनी चाहिए। किसी आदमी के जिन विचारों को तुम बुरा समझते हो, वह स्वयं ऐसा नहीं समझता। उसके लिए वह बातें प्रिय हैं और अपनी प्रिय वस्तु को जाते देखकर हर किसी को क्षोभ होता है। शराबी की निगाह में नशा करना बड़े आनंद की बात है। वह उसे यों ही किसी के कहने से नहीं छोड़ सकता है। इसलिए उसे फुसलाना ही एक उपाय रह जाता है। यह कार्य उपर्युक्त प्रकार से ही हो सकता है।

यहाँ एक बात और बताना भी जरूरी है। वह यह कि जिस आदमी को सुधारना चाहते हो, उसकी बुराई मत करो, झिड़को मत, कड़ुवे शब्द मत कहो, उसके वे दोष बिलकुल साफ-साफ मत कह दो और यह भी प्रकट मत करो कि "मुझे विश्वास है कि तुम में यह बुराइयाँ अवश्य हैं।" ऐसी कहा-सुनी करोगे तो मामला बिगड़ जाएगा। वह आदमी उद्दंड और विरोधी हो जाएगा और निर्लज्जतापूर्वक ढिठाई करने लगेगा। जिस आदमी को सुधारना है उसके साथ प्रेम प्रकट करो। अपने को उसका शुभचिंतक होने का

विश्वास कराओ, जो दोष उसमें हैं उनके लिए केवल संकेत करो और वह उनसे मुकरता हो तो प्रसन्नता प्रकट करते हुए कहो कि “बेशक भले आदमी में ये बातें नहीं हो सकतीं, व्यर्थ ही विरोधी लोग तुम्हारी बदनामी करते हैं। पर किसी को आगे से ऐसी शिकायत का मौका भी नहीं देना चाहिए। पूरी सावधानी रखो कि किसी को ऐसी बदनामी करने का मौका न मिले।”

इस प्रकार बुद्धिमत्ता के साथ कुछ दिन थोड़ा-थोड़ा प्रयत्न करके तुम एक आदमी के विचार बिलकुल बदल सकते हो। रस्सी घिसने से जब पत्थर पर निशान पड़ जाता है तो क्या तुम्हारा मूल्यवान प्रयत्न बेकार जाएगा? नहीं अवश्य ही तुम दूसरों के हीन विचारों को छुड़ाकर उच्च विचार उत्पन्न कर सकते हो। आवश्यकता इस बात की है कि तुम बिल्ली की उस क्रिया को बड़े गौर के साथ देखो कि वह छोटे से चूहे को पकड़ने के लिए कैसी बुद्धिमानी और सावधानी के साथ चुपके-चुपके पैर रखकर सफलता प्राप्त करती है।

त्राटक का अभ्यास

दूसरों पर प्रभाव के लिए नेत्रों का जितना उपयोग होता है, उतना शरीर के अन्य किसी अवयव का नहीं होता। शृंगार रस के कवियों ने नेत्रों को बाण की उपमा दी है और उसकी चोट को बाण से भी गहरी बताया है। मनोवैज्ञानिकों की दृष्टि में आँखें एक प्रकार के दर्पण हैं, जिनमें आदमी के सारे भले-बुरे स्वभाव स्पष्ट दृष्टिगोचर हो जाते हैं। छोटे बालक जिन्हें भाषा या लोक व्यवहार का ज्ञान नहीं होता, आँखें देखकर ही प्रेम या अप्रेम को ताड़ लेते हैं। हँसने-रोने, सुखी या दुखी होने, प्रेम, उपेक्षा, तिरस्कार, क्रोध आदि के मनोभावों को आँखों के द्वारा तुरंत ही ताड़ा जा सकता है। राजा नल की पत्नी द्वयंती को जब बधिक ने सताया तो रानी के नेत्रों से एक ऐसी

शक्ति निकली कि अधिक सर्प हो गया। जब कामदेव ने अत्याचार करना आरंभ कर दिया, तो योगिराज शंकर ने क्रोध से अपने नेत्र खोले, फलस्वरूप “चितवत काम भयेत जर छारा”।

परकाया प्रवेश की साधना के लिए दो प्रमुख साधन हैं, (१) दृष्टिपात, (२) एकाग्रता। दृष्टिपात साधन और एकाग्रता शक्ति है। पहलवान को दाँव-पेच और बल दोनों की जस्ति होती है। पंडित को बुद्धि और विद्या की, व्यापारी को कुशलता और पूँजी की जिस प्रकार आवश्यकता है, उसी प्रकार इस विषय के जिज्ञासु के लिए बेधक दृष्टि और विचारबल की आवश्यकता का होना आवश्यकीय है।

इस अभ्यास में बेधक दृष्टि प्राप्त करने और विचारों की एकाग्रता करने के साधन बताए जाएँगे, इन दोनों के सामंजस्य से दूसरों को प्रभावित करने का कार्य ठीक प्रकार से हो सकता है। अकेली बेधक दृष्टि ऐसी है जैसे बढ़िया बंदूक और अकेला विचारबल ऐसा है जैसे कारतूस। दोनों के अलग-अलग रहने पर सिद्धि नहीं मिलती किंतु जब दोनों आपस में मिल जाते हैं और चलाने वाला बुद्धिमान होता है, तो निशाना ठीक जगह पर लगता है और इच्छित फल की प्राप्ति हो जाती है।

साधक की आरंभिक योग्यता

साधक में कुछ आरंभिक योग्यताओं का होना आवश्यक है। जो सज्जन इस विद्या का अभ्यास शुरू करना चाहते हैं, उन्हें उचित है कि सबसे पहले यह जाँच करें कि हम साधन की योग्यता रखते हैं या नहीं। अभ्यासी के लिए आवश्यक है कि (१) अठारह वर्ष से कम और पचास वर्ष से अधिक आयु का न हो, (२) बीमार न हो, (३) किसी मानसिक दुर्बलता से ग्रसित न हो, (४) स्वभाव आलस्यरहित और परिश्रमी हो, (५) आर्थिक चिंता से व्याकुल न हो, (६) मादक द्रव्य या अन्य विषयों का गुलाम न हो,

(७) आत्मविश्वासी और आशावादी हो, (८) दृढ़ निश्चयी और धैर्य धारण करने वाला हो, (९) आँखों में कोई रोग न हो, (१०) इस विद्या पर पूर्ण विश्वास हो और सीखने की दृढ़ इच्छा हो। यदि ये योग्यताएँ साधक में न हों तो उन्हें दूर रहने का प्रयत्न करना चाहिए और इनमें से जो अयोग्यताएँ हों उन्हें दूर करने का प्रयत्न करना चाहिए। जब तक ये गुण अपने में न आ जाएँ, तब तक इस बात का निरंतर प्रयत्न करना चाहिए कि यह शारीरिक और मानसिक दुर्गुण दूर हो जाएँ।

अभ्यासी को सर्वप्रथम अपना आहार-विहार ठीक करने की व्यवस्था करनी चाहिए। गरम, उत्तेजक, अधिक मसाले पड़ी हुई, गरिष्ठ वस्तुओं को त्यागकर सादा और हल्का भोजन अपनाना चाहिए। घी, दूध, फल, मेवे आदि का सेवन बढ़ा देना चाहिए। ठीक समय पर नियत मात्रा में भूख लगने पर और खूब चबाकर खाया हुआ साधारण भोजन, अव्यवस्थित रूप से खाए हुए बहुमूल्य भोजन की अपेक्षा अधिक लाभप्रद होता है। रात को जागना और दिन में सोना निषिद्ध है। हाँ गरमी के दिनों में दोपहर को सोया जा सकता है। अभ्यास के दिनों में ब्रह्मचर्य से रहना चाहिए। चिंता, क्रोध, रोष, कलह आदि से दूर रहकर मानसिक स्थिति को ठीक बनाए रहना चाहिए। योगाभ्यास का समय कुछ अधिक समय चाहता है। इसमें देर में सफलता मिलती है, इसलिए दृढ़तापूर्वक अधिक दिनों तक अभ्यास करने के लिए पहले से ही तैयार रहना चाहिए। कुछ लोगों की मानसिक स्थिति ऐसी होती है जिससे उन्हें सफलता बहुत जल्दी मिलने लगती है, परंतु सबके लिए ऐसी बात नहीं है। जैसे शरीर को मजबूत और बलवान बनाने के लिए भी बहुत दिनों तक साधन करते रहने की आवश्यकता होती है। एक-दो महीने में ही सफलता न मिले, तो साधन छोड़ना न चाहिए, वरन् प्रयत्न जारी रखना चाहिए।

दृष्टिपात का अभ्यास 'त्राटक'

पूर्व ही यह बताया जा चुका है कि शरीर की विद्युत शक्ति कई भागों में विभक्त होकर अलग-अलग दिशाओं में काम कर रही है। इस क्रिया में ऐसे साधन की जरूरत है जिससे शरीर और मन की विद्युत शक्तियाँ अधिक-से-अधिक मात्रा में एकत्रित होकर एक स्थान पर लग जाएँ। त्राटक हठयोग का एक साधन है। इसके द्वारा शरीर के विभिन्न अंगों में बहने वाली बिजली को सब ओर से खींचकर एक स्थान पर लगाने का प्रयत्न किया जाता है। त्राटक का अभ्यास जैसे-जैसे बढ़ता जाता है, वैसे-ही-वैसे नेत्रों की प्रभावकारी शक्ति बढ़ती जाती है।

एक हाथ लंबा और एक हाथ चौड़ा एक चौकोर कागज लेकर उसके बीच में रूपए के बराबर एक काला गोल निशान बनाओ। स्याही एक-सी, कहीं कम-ज्यादा न हो। इसके बीच में सरसों के बराबर सफेद निशान छोड़ दो और उस सफेदी में पीला रंग भर दो। इस कागज को किसी स्थान पर टाँग दो और तुम उससे चार फीट की दूरी पर इस प्रकार बैठो कि वह काला गोला तुम्हारी आँखों के बिलकुल सामने सीधे में रहे। यह साधना का कमरा ऐसा होना चाहिए, जिसमें न अधिक प्रकाश रहे और न अधिक अँधेरा। न अधिक सरदी हो न अधिक गरमी। पालथी मारकर मेरुदंड को सीधा रखते हुए बैठो और काले गोले के बीच में जो काला निशान है, उस पर दृष्टि जमाओ। चित्त की सारी भावनाएँ एकत्रित करके उस बिंदु को इस प्रकार देखो मानो तुम अपनी सारी शक्ति नेत्रों द्वारा उसमें प्रवेश कर देना चाहते हो। ऐसा सोचते रहो कि तीक्ष्ण दृष्टि से इस बिंदु में छेद हुआ जा रहा है। कुछ देर इस प्रकार देखने से आँखों में दरद होने लगेगा, तब अभ्यास को बंद कर दो।

अभ्यास के लिए प्रातःकाल का समय ठीक है। नित्य कर्म से निवृत्त होकर नियत स्थान पर बैठना चाहिए और चित्त

एकाग्र करके साधन आरंभ करना चाहिए। पहले दिन देखो कि कितनी देर में आँखें थक जाती हैं और पानी आ जाता है। पहले दिन जितनी देर अभ्यास किया प्रतिदिन उसमें एक या आधी मिनट बढ़ाते जाओ। इस प्रकार दृष्टि को स्थिर करने पर तुम देखोगे कि उस काले गोले में तरह-तरह की आकृतियाँ पैदा होती हैं। कभी वह सफेद रंग का हो जाएगा, तो कभी सुनहरा। कभी छोटा मालूम पड़ेगा, तो कभी बड़ा। कभी चिनगारियाँ-सी उड़ती दिखाई देंगी तो कभी बादल-से छाए हुए प्रतीत होंगे। इस प्रकार वह गोला आकृति बदलता रहेगा। किंतु जैसे-जैसे दृष्टि स्थिर होना शुरू होगी, वैसे-ही-वैसे यह गोला भी स्थिर होता जाएगा और उसमें दीखने वाली विभिन्न आकृतियाँ बंद हो जाएँगी और बहुत देर देखते रहने पर भी गोला ज्यों-का-त्यों बना रहेगा।

त्राटक करने का चित्र और भी कई प्रकार से बनाया जाता है। एक, एक फुट लंबे-चौड़े चौकोर दर्पण के बीचो-बीच चाँदी की एक चबन्नी भर काले रंग के कागज का गोल टुकड़ा काटकर चिपका दिया जाता है। उस कागज के मध्य में सरसों के बराबर एक पीला बिंदु बनाते हैं। इस अभ्यास को एक मिनट से शुरू करते हैं और प्रतिदिन एक-एक मिनट बढ़ाते जाते हैं। जब इस तरह दृष्टि स्थिर हो जाती है, तब और भी आगे का अभ्यास शुरू किया जाता है। दर्पण पर चुपके हुए कागज को छुड़ा देते हैं और उसमें अपना मुँह देखते हुए अपनी बायीं आँख की पुतली पर दृष्टि जमा लेते हैं और उस पुतली में बड़े ध्यानपूर्वक अपना प्रतिबिंब देखते हैं।

तीसरी विधि मोमबत्ती या दीपक की लौ पर दृष्टि जमाने की है। दीपक घृत का या शुद्ध सरसों के तेल का होना चाहिए। मोमबत्ती की रोशनी भी ठंडी समझी जाती है।

चौथी विधि प्रातःकाल के सूर्य पर दृष्टि जमाने की है और पाँचवीं चंद्रमा पर त्राटक करने की है। इनमें से इच्छानुसार चाहे जिसे किया जा सकता है, पर हमें अनुभव से पहला साधन ही सुलभ और निरापद प्रतीत हुआ है।

अभ्यास पर से जब उठो, तो गुलाब जल से आँखों को धो डालो। आँख धोने के लिए एक काँच की प्याली लो, उसमें गुलाब जल भरकर आँखों में लगाना चाहिए और पानी में आँख खोलकर उन्हें स्नान कराना चाहिए, जिससे उसकी उष्णता शांत हो जाए और शीतलता प्राप्त हो। अभ्यास से उठने के बाद कोई पौष्टिक शीतल वस्तु खा लेना भी आवश्यक है। दूध या दही की लस्सी, मक्खन, मिश्री, फल, शर्बत आदि कुछ सेवन कर लेने से शरीर की बढ़ी हुई गरमी शांत हो जाती है।

विचारों की एकाग्रता का अभ्यास 'नाद'

मन की शक्तियों को धारण करने का प्रमुख स्थान मस्तिष्क है। स्मरण शक्ति, कल्पना शक्ति, मेधा शक्ति, निर्णायक शक्ति आदि अनेक मानसिक शक्तियाँ मस्तिष्क में भरी हुई हैं। शरीर और मन का उचित अभ्यास कर लेने से मनुष्य में बहुत दैवी गुण आ जाते हैं और वह अलौकिक काम करने लगता है। मस्तिष्क की क्रियाशीलता और उत्पादक शक्ति इतनी तीव्र है कि एक क्षण के सौंदर्भ में विचारों की कई-कई लहरें मस्तिष्क में से उठा करती हैं। जैसे खौलते हुए पानी की देगची में हर क्षण भाप उठती रहती है, ऐसी ही क्रिया मस्तिष्क में होती रहती है। मस्तिष्क की वे असंख्य लहरें मुँह की खौलती देगची की भाँति उड़कर इधर-उधर छितरा जाती हैं और उस अद्भुत शक्ति का कुछ भी प्रयोग नहीं होता।

भारत के प्राचीन तत्त्ववेत्ता ऋषियों ने शरीर और मन का सूक्ष्म अनुसंधान करके यह जाना था कि मन शक्तियों का खजाना है। यह

एक प्रकार का बेताल है, जिससे यदि कोई ठीक तरह काम ले सके, तो बड़े-बड़े महान कार्यों को क्षण भर में पूरा करके रख देता है। ऐसा बहुमूल्य खजाना हमारे अज्ञान, प्रमाद के कारण लुटता रहे, यह तो बड़े दुःख की बात है। ऋषियों ने जब समस्त विश्व की शक्तिशाली शक्तियों को खोज डाला और उन्हें मन से अधिक बलवान कोई वस्तु न मिली तो उन्होंने लोक और परलोक संबंधी संपूर्ण उन्नति के लिए मन का आश्रय टटोला। सर्वसम्मति से निश्चय किया गया कि “योगाश्चित् वृत्ति निरोधः” चित्त की वृत्तियों का निरोध ही योग है। इसमें संदेह की कुछ भी बात नहीं है। पैदावार को फिजूल खरच न किया जाए और हिफाजत से खरच किया जाए तो कुछ ही समय में एक भारी खजाना जमा हो जाता है। करोड़ों टन पानी की भाप रोज हमारी आँखों के सामने उड़ती रहती है, उसका उपयोग कुछ भी नहीं होता, किंतु थोड़े से पानी की भाप को सुव्यवस्थापूर्वक रोककर ऐंजिन चलाने के काम में लगाया जाता है तो उससे रेलगाड़ियाँ दौड़ती हैं। बड़े-बड़े कल-कारखाने चलते हैं तथा अन्य सैकड़ों काम होते हैं।

जिस प्रकार शारीरिक शक्तियों को एक स्थान पर जमा कर लेने से सरकस आदि के खिलाड़ी विचित्र करतब करते हैं, उसी प्रकार मन की शक्तियों का संयम करने वाले, योगी ऐसे अलौकिक काम करते हैं, जिस पर इस नास्तिकता के युग में भी आश्चर्य करना पड़ता है। उच्च अध्यात्म वेत्ता ऋषियों की बात जाने दीजिए। भौतिक मन का थोड़ा-सा संयम करने वाले वैज्ञानिकों को ही ले लीजिए, रेल, तार, रेडियो, वायुयान, टेलीविजन आदि कितने-कितने करिश्मे थोड़े ही दिन के प्रयत्न से उपस्थित कर दिए हैं। इन कार्यों को मन का संयम किए बिना विचारों को एक स्थान पर जमा किए कदापि नहीं कर सकते थे। जब शरीर और मन दोनों की ही शक्ति एकत्रित होने लगे और उन दोनों को मिलाकर किसी काम में

लगाया जाए, तब तो एक और एक मिलकर ग्यारह हो जाने की बात चरितार्थ होती है।

यह बताया जा चुका है कि मस्तिष्क में से हर सेकंड कई-कई बार चैतन्यता की सूक्ष्म लहरें उठती हैं। उनको व्यर्थ नष्ट होने से रोककर किसी ऐसे काम पर लगाने का प्रयत्न करना जिससे शक्ति प्राप्त हो, यही बुद्धिमानी है। पानी के झारने अत्यंत प्राचीनकाल से यों ही बहते चले आ रहे हैं। उनका कुछ उपयोग नहीं होता, किंतु बुद्धिमान लोग उनकी धार को एक पहिए से संबंधित करके एक पनचक्की बना लेते हैं। मन की धारा को चाहे जिस प्रकार के भले-बुरे काम या अभ्यास में लगाकर उससे वैसा ही काम लिया जा सकता है और लेने वाले लेते हैं।

हमारा मंतव्य अपने अभ्यासियों को आध्यात्मिकता की उच्च भूमिका की ओर चढ़ाने का है, इसलिए उसी के उपयुक्त अभ्यास भी बताएँगे। आत्मिक विकास और पुण्य परमात्म सत्ता की ओर अग्रसर होना यह दैवी मार्ग है। इसमें खतरा नहीं है और जितना कुछ थोड़ा-बहुत आगे बढ़ सकेंगे, लाभ ही होगा।

पाठकों को मालूम होगा कि स्थूल शरीर और उसकी मोटी इंद्रियों के संपर्क में ही स्थूल जगत आता है। इससे गहरे उत्तरने में सूक्ष्म तत्त्व है। जो वस्तु जितनी सूक्ष्म होगी उतनी ही हलकी होने के कारण कठिनाई से अनुभव में आएगी। मोटी मिट्टी को हम हाथ में लेकर चाहे जिस प्रकार काम में ला सकते हैं। पानी उससे सूक्ष्म है, उसके ऊपर हमारा उतनी सीमा तक अधिकार नहीं होता। उसके बाद आग और हवा का नंबर आता है, यह चीज तो भी अधिक ध्यान देने पर अनुभव में आती है। आकाश तो किसी प्रकार देखने में ही नहीं आता? इन तत्त्वों से सूक्ष्म भी हजारों तत्त्व हैं। पानी के परमाणु खुर्दबीन से ही दिखाई देते हैं। ईश्वर तत्त्व जिसमें होकर शब्दों की लहरें बहती रहती हैं, बिना वंत्रों की

सहायता के नहीं जाना जा सकता और प्रकृति के मूल परमाणु विद्युत घटक (इलेक्ट्रॉन) जो अपनी ऋण और धन विद्युतशक्ति के बल से रात-दिन घूम रहे हैं और जिनके एक-एक जर्रे में प्रलय करने की शक्ति भरी पड़ी है, उनके बारे में तो हम में से बहुत से लोगों ने शायद कुछ सुना भी न होगा। वैज्ञानिकों का मत है कि यही विद्युत परमात्म-शक्ति संसार के विकास और विनाश क्रियाओं की कर्ता-धर्ता और हर्ता है।

भारतीय ऋषियों की दृष्टि से यह खोज अभी अधूरी है। उनका मत है कि यह विद्युत परमाणु अपने आप नहीं घूम रहे हैं, वरन् इन्हें घुमाने वाली भी कोई सत्ता है। यह सत्ता है परमात्मा। यह शक्ति इन परमाणुओं से भी करोड़ों गुनी सूक्ष्म होने के कारण मनुष्य के बनाए हुए किसी औजार या यंत्र से जानी नहीं जा सकती। अब तक जितने भी वैज्ञानिक यंत्र बने हैं, वे मनुष्य के मस्तिष्क के मुकाबले में बहुत ही स्थूल हैं। ईश्वर की सूक्ष्म सत्ता और प्रकृति की सूक्ष्म क्रियाओं का अनुभव इसी सर्वोत्तम यंत्र अंतःकरण द्वारा हो सकता है।

हर चढ़ने वाले को यह ध्यान रखना चाहिए कि वह पहले नीची सीढ़ी पर कदम रखे और इसके बाद आगे को कदम बढ़ाए। जो ऐसा न करके सीधा आगे को कदम बढ़ाएगा वह गिरेगा और नुकसान उठाएगा। 'परकाया प्रवेश' के साधक अध्यात्म लोक में प्रवेश करते समय सीढ़ी-सीढ़ी चलने का प्रयत्न करें। शरीर की स्थूल वस्तुओं से नीचे उतरकर जो वस्तु मिलती है वह नाद है। अंतर्जगत के इस नाद के आधार पर बहुत कुछ प्राप्त किया जा सकता है। अंधा आदमी नेत्रों के अभाव में संसार की वस्तुओं को देख नहीं सकता, किंतु सुनने की शक्ति के होने से बहुत कुछ ज्ञान प्राप्त कर लेता है। वह शब्द के आधार पर मनुष्यों को अलग-अलग पहचान लेता है। कुत्ते, घोड़े, बैल की बोली के आधार पर

उन्हें जाना जाता है। बादल गरजने, चक्की चलने और मौटर दौड़ने की आवाज प्रायः एक-सी होती है, पर वह अपने अभ्यास के आधार पर इनमें से कौन किसकी आवाज है, इसे बखूबी जान लेता है, मेले-ठेले, लड़ाई, सभा-सम्मेलन आदि के कोलाहलों में से कुछ शब्दों को सुनकर वह घटनाओं एवं परिस्थितियों के बारे में लगभग सही अनुमान लगा लेता है। अंधे की शक्ति शब्द ज्ञान के आधार पर होती है। सूक्ष्म लोक में उत्तरते ही हम भी अंधे हैं, क्योंकि आँखें तो बाहर की चीजों को ही देख सकती हैं। देह के भीतर क्या हो रहा है, यह देखना भी उनकी शक्ति से बाहर है। ऐसी दशा में सूक्ष्म लोक के बारे में जान ही कैसे सकती हैं?

सभी आध्यात्मिक व्यक्ति जानते हैं कि इस मोटे शरीर की तरह इसके अंदर एक सूक्ष्म शरीर भी है। इस सूक्ष्म शरीर का अब तो वैज्ञानिक यंत्रों द्वारा भी परीक्षण हो चुका है और उसके अस्तित्व की पूर्ण रूप से घोषणा हो चुकी है। कर्नल अलवर्ट डेरोचस ने हस्तक (मीडियम) के शरीर से बाहर निकले हुए सूक्ष्म शरीर का वजन लिया है, वे कहते हैं कि सूक्ष्म शरीर का कुल वजन २.२५ औंस है। यह जीवात्मा की इच्छानुसार सिकुड़ और फैल भी सकता है। इसका साधारण आकार करीब तीन इंच है, किंतु इच्छानुसार छह गुना तक बढ़ सकता है। जितनी जगह में सूक्ष्म शरीर का वजन १.५३/१२५०० यानी ०.१२२४ औंस है। यह हवा और हाइड्रोजन से भी हलका है। स्थूल शरीर की भाँति यह भी एक प्रकार के सूक्ष्म परमाणुओं का संगठन है। इस सूक्ष्म शरीर में भी स्थूल शरीर की भाँति इंद्रियाँ होती हैं। इसे यों भी कहा जा सकता है कि स्थूल शरीर की इंद्रियों की चेतना सूक्ष्म शरीर की इंद्रियों से मिलती है। सूक्ष्म शरीर की कोई इंद्रिय नष्ट हो जाती है, तो स्थूल शरीर में वह अंग बिलकुल स्वस्थ होते हुए भी निकम्मा होता है।

मानसिक अभ्यासों में स्थूल शरीर को सिर्फ आसन, प्राणायाम आदि का इतना ही प्रयत्न करना पड़ता है कि शरीर स्वस्थ बना रहे और बीमार पड़कर कोई बाधा उत्पन्न न करे। शेष काम सूक्ष्म शरीर और उसकी इंद्रियों को ही करना पड़ता है। नाद अभ्यास या शब्द श्रवण में चमड़े के कान सफल नहीं होते इसके लिए सूक्ष्म शरीर के कानों को काम में लाना पड़ता है।

अभ्यास के लिए ऐसा स्थान तलाश कीजिए जहाँ एकांत हो और जहाँ बाहर की अधिक आवाजें न आती हों। तीक्ष्ण प्रकाश इस अभ्यास में बाधक है। इसलिए कोई अँधेरी कोठरी खोजनी चाहिए। एक पहर रात जाने के बाद से लेकर सूर्योदय से पूर्व तक का समय इसके लिए बहुत ही अच्छा है। यदि इस समय की व्यवस्था न हो सके, तो प्रातः ९ बजे तक और शाम को दिन छिपे बाद का कोई समय नियत किया जा सकता है। नित्य नियमित समय पर अभ्यास करना चाहिए। अपने नियत कमरे में एक आसन या आरामकुरसी बिछाकर बैठो। यदि आसन पर बैठो तो पीठ पीछे कोई मसनद या कपड़े की गठरी आदि रख लो। यह भी न हो सके तो अपना आसन एक कोने में लगाओ। जिस प्रकार शरीर को आराम मिले, उस तरह बैठ जाओ और अपने शरीर को ढीला छोड़ने का प्रयत्न करो। भावना करो कि मेरा शरीर रूई का ढेर मात्र है और मैं इस समय इसे पूरी तरह ढीला छोड़ रहा हूँ। थोड़ी देर में शरीर बिलकुल ढीला हो जाएगा और अपना भार अपने आप न सहकर इधर-उधर को ढुलने लगेगा। आरामकुरसी, मसनद या दीवार का सहारा लेने से शरीर ठीक प्रकार अपने स्थान पर बना रहेगा। साफ रूई की मुलायम-सी दो डाटें बनाकर उन्हें कानों में इस प्रकार लगा लो कि बाहर की कोई आवाज भीतर प्रवेश न कर सके। उँगलियों से कान के छेद बंद करके भी काम चल सकता है। अब बाहर की कोई आवाज तुम्हें सुनाई न पड़ेगी। अगर पड़े भी तो उस ओर से ध्यान

हटाकर अपने मूर्धा स्थान पर ले जाओ और वहाँ जो शब्द हो रहे हैं, उन्हें ध्यानपूर्वक सुनने का प्रयत्न करो। आरंभ में शायद कुछ भी सुनाई न पड़े, पर दो-चार दिन के प्रयत्न के बाद जैसे-जैसे सूक्ष्म कण्ठिद्रिय निर्मल होती जाएँगी वैसे-ही-वैसे शब्दों की स्पष्टता बढ़ती जाएगी। पहले-पहले कई प्रकार के शब्द सुनाई देते हैं। शरीर में जो रक्त प्रवाह हो रहा है, उसकी आवाज रेल की तरह धक्-धक्-धक्-धक् सुनाई पड़ती है। वायु के आने-जाने की आवाज बादल गरजने जैसी होती है, रसों के पकने और उनके आगे की ओर गति करने की आवाज चटकने की-सी होती है, यह तीन प्रकार के शब्द शरीर की क्रियाओं के द्वारा उत्पन्न होते हैं, इसी प्रकार दो प्रकार के शब्द मानसिक क्रियाओं के हैं, मन में जो चंचलता की लहरें उठती हैं, वे मानव तंतुओं पर टकराकर ऐसे शब्द करती हैं, मानो टीन के ऊपर मेह बरस रहा हो और जब मस्तिष्क बाह्य ज्ञान को ग्रहण करके अपने में धारण करता है, तो ऐसा मालूम होता है मानो कोई प्राणी साँस ले रहा हो। यह पाँचों शब्द शरीर और मन के हैं, कुछ ही दिन के अभ्यास, साधारणतया दो-तीन सप्ताह के प्रयत्न से यह सब शब्द स्पष्ट रूप से सुनाई देने लगते हैं। इन शब्दों के सुनने से सूक्ष्म इंद्रियाँ निर्मल हो जाती हैं और गुप्त शक्तियों को ग्रहण करने की उनकी योग्यता बढ़ती जाती है।

जब नाद श्रवण करने की योग्यता बढ़ती जाती है, तो वंशी या शीटी से मिलती-जुलती अनेक प्रकार की शब्दावलियाँ सुनाई पड़ती हैं, यह सूक्ष्म लोक में होने वाली क्रियाओं की परिचायक हैं। बहुत दिनों से बिछुड़े हुए बच्चे को यदि उसकी माता की गोद में पहुँचाया जाता है तो आनंद से विभोर हो जाता है। ऐसा ही आनंद सुनने वाले को आता है। जिन सूक्ष्म ध्वनियों को वह सुन रहा है, वास्तव में वे सूक्ष्म तत्त्व के पास से आ रही हैं, जहाँ से कि आत्मा और परमात्मा का बिलगाव हुआ है और जहाँ पहुँचकर दोनों फिर

एक हो सकते हैं। धीरे-धीरे यह शब्द अधिक स्पष्ट होने लगते हैं और अभ्यासी को उनके सुनने में अद्भुत आनंद आने लगता है। कभी-कभी तो वह उन शब्दों में मस्त होकर आनंद से विहळ हो जाता है और अपने तम-मन की सुधि भूल जाता है। अंतिम शब्द 'ॐ' का है, यह बहुत ही सूक्ष्म है। इसकी ध्वनि घंटा ध्वनि के समान होती है। घड़ियाल में हथौड़ी मार देने पर जैसे वह कुछ देर तक झनझनाती रहती है, उसी प्रकार 'ॐ' का घंटा शब्द सुनाई पड़ता है। पर यह तो हम आगे की बात कह गए। जब साधक उस दशा को पहुँचेंगे, तब तो उन्हें इस या ऐसी ही किसी अन्य पुस्तक की कोई आवश्यकता न रहेगी।

परकाया प्रवेश के लिए शरीर और मन के पंच शब्दों से ऊँचे उठकर वंशी नाद में प्रवेश पा लेने की योग्यता पर्याप्त है। इतना करने से उसका मन संयत होने लगेगा, विचारों की शृंखला भंग न होकर एक काम पर जमती जाएगी और वह दूसरों को प्रभावित कर सकेगा। शब्दों के आगे का अभ्यास वैसी ही योग्यता करा देगा, जैसी अंधों को हो जाती है। अभ्यासी लोग उसके आधार पर अनेक गुप्त बातों की जानकारी अपने आप प्राप्त कर सकेंगे।

शब्द श्रवण के लिए दिन में एक बार बैठना चाहिए। अवकाश हो तो कम-से-कम आठ घंटे का बीच छोड़कर दोबारा बैठ सकते हैं। बीस मिनट से लेकर एक घंटे तक अभ्यास बढ़ाना चाहिए। त्राटक के पूर्व नाद श्रवण किया जा सकता है, पर बाद में कदापि नहीं करना चाहिए। अच्छा हो कि दोनों के बीच में कम-से-कम एक घंटे का समय रखा जाए।

जानने योग्य कुछ बातें

त्राटक और नाद का अभ्यास लगातार कम-से-कम चालीस दिन करने के उपरांत काम चलाऊ शक्ति साधक को प्राप्त हो जाती है। जहाँ तक हो सके दोनों अभ्यासों को लगातार चालू रखना

चाहिए, किंतु यदि किसी कारण विशेष से किसी दिन अभ्यास छूट जाए तो उसके प्रायश्चित्त स्वरूप एक दिन उपवास रखना या एक ब्राह्मण को भोजन करना चाहिए। यदि दो दिन से भी अधिक गड़बड़ी हो जाए तो पिछले दिनों का अभ्यास निष्फल समझकर नए दिन को पहला दिन गिनकर आगे बढ़ना चाहिए और चालीस तक पूरा करना चाहिए। इतने दिनों में साधारणतः त्राटक में स्थिरता आ जाती है। यदि न आई हो तो कुछ दिन और जारी रखना चाहिए। नाद में जब मधुरता लिए हुए बंशी या सीटी जैसे शब्द सुनाई देने लगें तो अभ्यास में सफलता मिली समझना चाहिए। इसके उपरांत यह बाहरी त्राटक बंद कर देना चाहिए, क्योंकि अधिक दिनों तक जारी रखने के लिए जैसा उत्तम आहार-विहार होना चाहिए, वैसा इस समय में आसानी से नहीं रखा जा सकता है और उत्तम आहार-विहार न होने पर नेत्रों को हानि पहुँचने की संभावना रहती है। नाद को लगातार सुनते रहने में कुछ भी हानि नहीं, वरन् लाभ ही है। आगे चलकर बाहरी नेत्रों से त्राटक बंद करके सूक्ष्म नेत्रों से करना चाहिए। आँखें बंद करके मस्तिष्क के भीतर भृकुटियों के मध्य भाग में ध्यान को एकत्रित कर सूक्ष्म नेत्रों से वहाँ देखना चाहिए। आरंभ में कई रंग के धब्बे से या चिनगारियाँ जैसे उड़ती प्रतीत होंगी, यह मस्तिष्क में व्याप्त पंचतत्त्वों की तन्मात्राएँ हैं, जब तक अंतर्दृष्टि स्वच्छ नहीं हो जाती, तब तक अंधकार या रंग-बिरंगे धब्बे से ही अनुभव में आते हैं, किंतु जैसे-जैसे दृष्टि निर्मल होती जाती है और स्थूल पंचतत्त्वों को पार कर गहराई तक देखने लगती है, तब प्रकाश दिखाई पड़ता है। आगे चलकर सूर्य की तरह प्रकाशवान एक श्वेत बिंदु पर मानस नेत्रों से त्राटक करना चाहिए। चालीस दिन बाद प्रथम नाद श्रवण पश्चात मानसिक त्राटक की क्रियाएँ एक ही आसन पर बैठकर कर लेनी चाहिए, फिर बीच में अंतर देने की आवश्यकता नहीं है। प्रायः तीन महीने के अभ्यास

के बाद यह क्रियाएँ मानसिक चेतना में प्रवेश पा लेती हैं और मन इनसे उच्चटने की अपेक्षा इनमें रस लेने लगता है। तब इतनी छूट मिल सकती है कि किसी नियत समय पर अभ्यास करना संभव न हो तो आगे-पीछे समय में भी किया जा सकता है। चिरकालीन अभ्यास के उपरांत जब इन अभ्यासों की अनुभूति सूक्ष्म शरीर और उसकी अनुभूतियों से नीचे उतरकर लिंग, शरीर और कारण शरीर तक पहुँचती है, तो नाद और प्रकाश दो वस्तुएँ न रहकर एक ही वस्तु रह जाती है, जिसे अमृत कहते हैं। योगशास्त्रों में उल्लेख है कि चंद्र मंडल से अमृत बिंदु टपकता है और उसे सुषुम्ना द्वारा पान करते हैं। इस अमृत पान का आनंद साधक स्वयं ही जान सकते हैं, गौंगे के गुण की तरह लिखकर नहीं बताया जा सकता।

परकाया प्रवेश के लिए उस अवस्था को कायम रखना पर्याप्त है, साधारणतः चालीस दिन के या किसी को थोड़े-बहुत, कम-ज्यादा समय के अभ्यास के बाद आती है। इतने को छोड़ न देना चाहिए, वरन् जहाँ तक हो सके बराबर जारी रखना चाहिए। यदि हो सके तो एक योग्य अभ्यासी की अध्यक्षता में सप्ताह में एक बार रविवार को कई लोग मिलकर सत्संग की तरह अंतर्राटिक और अंतर्नाद का साधन किया करें, जो लोग नित्य नियमपूर्वक नहीं कर सकते, सप्ताह में एक बार करके ही इसके अद्भुत परिणामों की परीक्षा कर देखें।

जो लोग अपनी आत्मोन्नति के लिए इस साधन को अपनाना चाहते हैं, वे यदि अपने रहन-सहन और आचरणों को अधिक पवित्र न रखेंगे तो उन्हें सफलता शीघ्र और अधिक मात्रा में न मिलेगी, जैसे एक आदमी दूध पीता है और मदिरा भी सेवन करता है, तो उसे मदिरा से हानि तो होगी, किंतु दूध का लाभ अवश्य मिलेगा। कोई उतनी अधिक कठोरता से नियंत्रित न रहे, तो भी किसी का अधिक हर्ज नहीं, किंतु जो साधक दूसरों के अंदर

अपनी आत्मशक्ति का प्रवेश करना चाहते हैं, उन्हें तो अपने आचार-विचार को बहुत ही पवित्र रखना चाहिए। अन्यथा अपने दुर्गुणों के बीज भी दूसरों के मन में भी बो देंगे। डॉक्टर लोग ऑपरेशन करने से पूर्व अपने औजारों को गरम पानी से या दवाओं द्वारा शुद्ध कर लेते हैं, ताकि इन औजारों से चिपकी कोई हानिकारक चीज बीमार के शरीर में प्रवेश करती है, तो वह इंजेक्शन की सुई की तरह होती है। क्या कोई डॉक्टर अपनी गंदी सुई को बीमार की देह में चुभोने का साहस करेगा? नहीं। इसी प्रकार हर कोई साधक जो दूसरों में मानसिक परिवर्तन करने के इच्छुक हैं अपने विचारों को पवित्र रखें, अपने आचरण को ठीक रखें, अपना खान-पान सात्त्विक रखें, अपनी शक्तियों को व्यर्थ व्यय न होने दें, नित्य प्रभु की प्रार्थना करें और संसार के समस्त प्राणियों के लिए मंगल कामना करते रहें।

दूसरों पर आत्मशक्ति का प्रयोग

परकाया प्रवेश करने की आवश्यकता कब होती है, यह पहले समझाया जा चुका है। अपने स्वार्थ साधन के लिए कदापि उसका उपयोग न करना चाहिए। पूर्ण रूप से निःस्वार्थ होकर दूसरों के हित की कामना से किसी पर प्रभाव डालना चाहिए। जैसा अवसर और परिस्थिति हो उसके अनुसार यह क्रिया भी तीन अवस्थाओं में की जाती है। जाग्रत अवस्था में, सुप्त अवस्था में, निद्रित अवस्था में। जो लोग तुम्हारे ऊपर पूर्ण विश्वास करते हैं, सम्मान की दृष्टि से देखते हैं और आज्ञाएँ पालन करने के लिए उद्यत रहते हैं, उनको जाग्रत अवस्था में प्रभावित किया जा सकता है। जो मध्यम श्रेणी के हैं, तुम्हारे साथ साधारण संबंध रखते हैं आदतों से मामूली तौर पर जकड़े हुए हैं किंतु आस्तिक स्वभाव के हैं, धर्म और ईश्वर पर विश्वास करते हैं, उन्हें निद्रित करके

प्रभावित करना चाहिए। जो अत्यंत ही उद्दंड, क्रूर स्वभाव के हैं, अहंकार जिनकी नस-नस में भरा हुआ है, हर किसी को झिड़क देना या अपमान कर देना जिनके बाएँ हाथ का खेल है। सुधार की बात कही जाए तो उलटे लड़ पड़ें ऐसे लोगों के साथ सुप्त अवस्था में प्रयोग करना उपयोगी होता है। पाँच वर्ष से कम के बालकों को भी सुप्त अवस्था में ही प्रभावित करना चाहिए, क्योंकि इनके मानसिक तंतु अविकसित होने के कारण जाग्रत अवस्था में प्रभाव को उचित मात्रा में ग्रहण नहीं कर सकते। उन्हें अवस्था के अनुसार जाग्रत अवस्था में ही प्रभावित किया जा सकता है। तीन वर्ष से अधिक उम्र के बच्चों को कई बार जाग्रत अवस्था में प्रभावित करने पर अधिक लाभ होते देखा गया है। पाँच से लेकर पंद्रह वर्ष की उम्र के बालकों पर तो जाग्रत अवस्था में ही प्रयोग करना चाहिए।

जाग्रत अवस्था में परकाया प्रवेश करने के लिए कोई एकांत स्थान चुनना चाहिए। यदि तुम अपनी एक पूजा की कोठरी में अलग आध्यात्मिक अभ्यास करते रहो और उसमें बाहर के अन्य व्यक्तियों का अधिक आना-जाना न रहे तो कुछ ही दिनों में उसका वातावरण बड़ा शांतिदायक और प्रभावशाली बन जाएगा, इस कोठरी में यह साधन बड़ी उत्तमता से हो सकता है; किंतु यदि ऐसा कोई स्थान तुम्हारा नियुक्त किया हुआ न हो तो किसी पवित्र स्थान के एकांत भाग में आसन बिछाना चाहिए। आप दो व्यक्तियों के अतिरिक्त तीसरा कोई व्यक्ति वहाँ नहीं होना चाहिए। यदि वह बालक है या अभिभावकों के संरक्षण में है और तुम उसके संरक्षक नहीं हो तो यह आवश्यक है कि उस बालक के संरक्षकों की अनुमति पाने के उपरांत ही कार्य करो क्योंकि कई बार कुदरती तरीके से उसके स्वास्थ्य आदि में गड़बड़ी हुई जैसी कि चाहे किसी के स्वास्थ्य में चाहे कभी हो सकती है, तो मूर्ख अभिभावक उसका दोष प्रयोक्ता पर मढ़ने तक का दुस्साहस

करने लगते हैं। यद्यपि इन प्रयोगों में शारीरिक या मानसिक हानि पहुँचने जैसी कुछ भी बात नहीं है।

प्रयोग के लिए दोनों को ही पवित्र होकर बैठना चाहिए। उसी समय स्नान और शुद्ध वस्त्र धारण की व्यवस्था हो सके तो बहुत उत्तम है अन्यथा दोनों को हाथ मुँह धोकर और कम-से-कम वस्त्र पहनकर बैठना चाहिए। प्रयोक्ता का आसन कुछ ऊँचा रहना चाहिए। यदि दोनों के बैठने के लिए कोई चौकी या कुरसी का प्रबंध हो तो एक कुछ ऊँची और दूसरी कुछ नीची होनी चाहिए अन्यथा प्रयोक्ता किसी पत्थर या तख्ते आदि पर आसन बिछाए और उसके लिए साधारण भूमि पर आसन रहे। सूर्य उदय-अस्त से एक घंटा पूर्व से लेकर एक घंटा पश्चात तक का समय इस कार्य के लिए उचित है। आवश्यकता पड़ने पर दोपहर और अर्द्धरात्रि के तीन-तीन घंटे अर्थात् साड़े दस से लेकर १.३० बजे तक का समय प्रयोग किया जा सकता है। प्रयोक्ता का मुँह सूर्योदय के उपरांत दक्षिण की ओर तथा सूर्य अस्त के बाद उत्तर की ओर रहना चाहिए। दोनों के बीच में एक हाथ से अधिक का अंतर न हो।

प्रयोक्ता का चेहरा इस समय बहुत ही शांत और गंभीर होना चाहिए। चंचलता या उत्सुकता का एक भी लक्षण न हो। बिलकुल शांत मुद्रा के साथ आरंभ में सिद्ध अपने साधक के भृकुटि मध्य पर दृष्टि जमाए। आधी मिनट तक उसे भ्रूभाग पर दृष्टिपात करने के उपरांत निगाह को सिर की ओर ऊँची उठाकर और उसके सिर की ओर अच्छी तरह देखें इसके उपरांत कान, नाक, आँखें, ठोड़ी, गरदन, हाथ, धड़, पैर आदि के ऊपर नीचे धीरे-धीरे दृष्टिपात करे। देखने का ढंग गंभीर मुद्रा के साथ ऐसा होना चाहिए मानो किसी खोई हुई चीज को तलाश कर रहे हों और जब वह वहाँ नहीं मिली तो आगे तलाश करने के लिए निगाह को बढ़ा रहे हो। इस प्रकार सिर से लेकर पाँव तक देखने

में पाँच मिनट लगने चाहिए। जब पैरों पर दृष्टि पहुँच जाए तो फिर पैरों की तरह से उलटे मत चलो, वरन् पुनः सिर से पैर तक दृष्टिपात करो। इस प्रकार तीन से पाँच बार तक का दृष्टिपात पर्याप्त होता है। इतने समय तक साधक को तुम्हारी नासिका के अग्रभाग पर दृष्टि जमानी चाहिए। यदि छोटा बालक है तो उस पर इस प्रकार का प्रतिबंध नहीं है। वह अपने आप आसन पर बैठ भी नहीं सकेगा, इसलिए वह किसी दूसरे की गोद में होना चाहिए और जिसकी गोद में हो, उसके सब अंग कपड़े से ढके हुए हों, ताकि प्रयोक्ता की नजर बालक को छोड़कर उस पर भी न पहुँच जाए, क्योंकि ऐसा करने से उसकी शक्ति बँट जाएगी और बालक पर कम प्रभाव पड़ेगा।

दृष्टिपात करते समय प्रयोक्ता को अपने मन में प्रेम की भावनाओं को अधिकाधिक चैतन्य करना चाहिए, मानो साधक के ऊपर दृष्टि मार्ग द्वारा प्रेम की अमृत वर्षा हो रही है। प्रेम वह रहस्यमय दिव्य रस है जो एक हृदय से दूसरे को जोड़ता है, यह एक अलौकिक शक्ति संपन्न जादू भरा मलहम है, जिसे लगाते ही सब कोढ़-खाज अच्छे हो जाते हैं और बेचैनी के स्थान पर शांति प्राप्त होती है। ऐसा विचार करो, मानो उस व्यक्ति के लिए तुम्हारे हृदय में प्रेम उमड़ा पड़ रहा है और अपनी भुजा पसारकर उसे प्रेमपाश में आबद्ध कर रहे हो। यह प्रेममयी भावनाएँ जितनी ही उच्चकोटि की होंगी, उतनी ही अधिक उनमें शक्ति होगी। यह शक्ति संपन्न विचार किरणें अज्ञात रूप से उस व्यक्ति के गुप्त अंतःकरण में प्रवेश करेंगी और उसे खींचकर तुम्हारे विचारों की छाया में लाने का प्रयत्न करेंगी। प्रेम भावनाओं के साथ दृष्टिपात करने से साधक को बड़ी शांति मिलती है, अपने में कुछ प्रवेश हुआ वह अनुभव करता है और कभी-कभी तो उसे कँपकँपी आते या रोमांच होते तक दिखाई देते हैं।

करीब पंद्रह मिनट दृष्टिपात करने के उपरांत उससे आधे समय तक मार्जन करना चाहिए। मार्जन करने की विधि यह है कि बाएँ हाथ की हथेली पर जितना आसानी से आ सके, उतना शुद्ध जल भर लो। गंगाजल मिल सके तो और भी उत्तम है। इसमें दाहिने हाथ की तर्जनी और मध्यमा उँगलियों के पोरुए डुबाओ और इस मंत्र को मन-ही-मन गुनगुनाओ।

“तुम अनुभव करने लगे हो कि वह परम आत्मा तुम्हारी आत्मा में व्यापक है और यह शरीर ईश्वर का पवित्र मंदिर है। तुम्हारा हृदय सर्वदा सत्यनिष्ठ और पवित्र है। अब तुम जाग उठे हो और दुनिया के सामान्य क्षुद्र विचारों से ऊपर उठ गए हो। छोटी-छोटी क्षुद्र बातों में अपना अमूल्य जीवन नष्ट नहीं करते। तुमने अपने जीवन का लक्ष्य निश्चित कर लिया है। अब संसार के प्रलोभनों में नहीं खिंच सकते। मानसिक पीड़ाएँ अब तुम्हें नहीं सता सकतीं। काम, क्रोध, लोभ, मद, मोह, मत्सर षडरिपु अब तुम्हें व्यथित नहीं कर सकते। तुम्हारे हृदय की समस्त बुरी वृत्तियाँ अब नष्ट हो चुकी हैं और शुभ वृत्तियाँ जाग्रत हो रही हैं। सच्चिदानन्द परमात्मा की कृपा से तुम्हारा जीवन और पवित्र बन रहा है।”

इस मंत्र को मन-ही-मन गुनगुनाते रहो। होठ हिलते रहने से साधक पर अच्छा असर होता है। मंत्र पूरा होते ही उँगलियों को उठाकर सात बार जल के छींटे उसके ऊपर मारने चाहिए। इस प्रकार प्रत्येक बार मंत्र पूरा होने पर जल के मार्जन तीन बार देने चाहिए। अंत में उसके सिर पर आगे की ओर (पीछे से आगे की ओर नहीं) हाथ फिराकर प्रयोग को समाप्त कर देना चाहिए।

साधक यदि प्रयोग के लिए स्वयं इच्छुक है और उस पर विश्वास करते हुए कार्य में मदद देता है तो उसे उपरोक्त मंत्र को प्रयोगकाल में स्वयं ही दोहराते रहना चाहिए। इसमें जहाँ ‘तुम’ या

‘तुम्हारे’ शब्दों का उपयोग हुआ है, वहाँ ‘मैं’ या ‘मेरे’ करके साधक अपने लिए एक मंत्र बना सकता है और अन्य समय में गायत्री आदि मंत्रों की तरह जप कर सकता है। इस मंत्र जप से बहुत ही अल्प समय में उसके अंदर उत्तम वृत्तियाँ जाग्रत होती हैं।

किंतु ऐसे साधक जो स्वेच्छा से इस प्रयोग में शामिल नहीं होते, उनको इच्छा के विरुद्ध बुलाया जाता है, उनके लिए प्रयोक्ता को बहुत कठिनाई होती है। ऐसे मामलों में उसे बहुत बुद्धिमानी के साथ बातचीत करके अपने साधक को इस बात पर जमाना पड़ता है कि वह इस लाभदायक प्रयोग का विरोध न करे इसमें उसकी किसी प्रकार की कोई हानि नहीं है। इस प्रयत्न की बात हर हालत में गुप्त रखनी चाहिए, क्योंकि जब दूसरों को ऐसा पता चलता है कि इसमें अमुक दोष हैं, जिनके लिए यह उपाय किया जा रहा है, तो वह दोष उस व्यक्ति के मित्रों को मालूम हो जाते हैं और यह मनुष्य का साधारण स्वभाव है कि वह अपने दोषों को ग्रकट होने में लज्जा और दुःख मानता है। जो लोग साधक की निंदा किया करते हैं उन्हें भी प्रयोक्ता को समझा देना चाहिए कि ऐसा करने से आदमी बेशर्म बन जाता है तथा और अधिक उद्दण्डता करने पर उतारू हो जाता है। इसलिए पिछली बातों पर ध्यान न देकर अब उसे बढ़ावा देने में ही लाभ है। कई बार दूसरों के मुँह अपनी प्रशंसा सुनकर लोग अपने को बड़ा मानने लगते हैं और उसी बड़प्पन की रक्षा करने की उन्हें एक लाज-सी पड़ जाती है। इसलिए इस बात का ध्यान रखना चाहिए कि उसके दोषों की चर्चा न करके गुणों पर प्रकाश डालो और उस व्यक्ति को उत्साहित करो कि अपने दिव्य गुणों की अधिकाधिक उन्नति करे।

अनेक अवसर ऐसे भी आते हैं जब इस प्रकार नियमित रूप से निरंतर अभ्यास पर बैठने की सुविधा नहीं होती। कभी-कभी किसी सफल प्रयोक्ता को रास्ता चलते किसी आदमी को शक्ति

दान देने की आवश्यकता प्रतीत होती है, तो वह इतनी सब सुविधाओं की प्रतीक्षा नहीं कर सकता, वह चाहे जिस व्यवस्था में प्रेम पूर्ण दृष्टिपात करता है और जल भरे मार्जन के स्थान पर उसके शरीर से अपना दाहिना हाथ स्पर्श करके काम चलाता है। ऐसे तत्कालीन प्रयोग भी बहुत लाभदायक होते देखे गए हैं। कई व्यक्तियों पर एक साथ प्रयोग करना भी प्रयोक्ता की बढ़ी हुई शक्ति के ऊपर निर्भर है।

निद्रित करके प्रभावित करना

जिन लोगों की दुष्प्रवृत्तियाँ पुरानी होकर जड़ पकड़ गई हैं और जिनके स्वभाव में कोई बुराई घर कर गई है, उनके लिए निद्रित करके परकाया प्रवेश करने की आवश्यकता पड़ती है। क्रोध, शोक, अशांति, उद्धिग्नता, निराशा, मस्तिष्कीय शक्तियों की कमी आदि मानसिक विकारों में तो इस तरीके को खास तौर से काम में लाने की आवश्यकता पड़ती है।

जिन लोगों ने त्राटक और नाद का ठीक प्रकार से अभ्यास कर लिया है उनके लिए आसान है कि अपनी बेधक दृष्टि के बल पर किसी को तंद्रा में गिरा दें। जिस व्यक्ति पर प्रयोग करना है, उसे अच्छी तरह समझा देना चाहिए कि यह कोई जादूगरी या टोना-टोटका नहीं किया जा रहा है और न कोई ठगी या मायाचार जैसी वस्तु ही है। यह केवल दो आत्माओं का एक प्रेमपूर्ण समझौता मात्र है, जिसके अनुसार उच्च भावनाओं के साथ दोनों एक-दूसरे से कुछ आदान-प्रदान करते हैं। निद्रित करने वाले की न तो कोई बात हेटी होती है और न प्रयोक्ता का कोई रुतवा बढ़ता है। इसलिए साधक को उचित है कि इस प्रयोग में किसी प्रकार की बाधा न डाले और जहाँ तक हो सके सहयोग करे। मैस्मेरिज्म करने वालों की चालाकी को ताढ़ने के लिए या अपनी दृढ़ता का परिचय देने के लिए कई सज्जन यह हठ करके बैठ जाते

हैं कि 'देखें हमें कौन निद्रित कर सकता है?' सचमुच ऐसे दृढ़ निश्चय वालों को परास्त करना बहुत कठिन है। साधारण कोटि में मैस्मेरिज्म ऐसे मौके पर पस्त हिम्मत हो जाते हैं। परंतु इस विज्ञान में ऐसी हठधर्मी के लिए कोई स्थान नहीं है। हर मामले में, हर जगह उद्घतपन की आवश्यकता नहीं होती। इस पवित्र आकर्षण क्रिया के प्रयोग में साधक को नम्र होना चाहिए और प्रयोक्ता की कृपा तथा अपने हित को ध्यान में रखते हुए इस कार्य में शक्ति भर सहयोग देना चाहिए।

जिस व्यक्ति पर प्रयोग करना है, उसे एकांत स्थान में आरामकुरसी पर लिटा दो और सामने एक साधारण कुरसी पर आप बैठ जाओ। दोनों कुरसी के बीच में बहुत थोड़ा अंतर होना चाहिए। साधक को आदेश करो कि वह अपने शरीर को बिलकुल ढीला रूई की तरह छोड़ दे। किसी अंग पर बिलकुल तनाव या दबाव न रहे। जब वह बिलकुल इस प्रकार अपने शरीर को ढीला छोड़ दे, उसके दाएँ हाथ की उँगलियों को अपने बाएँ हाथ में पकड़ लो और उसकी बाई आँख की पुतली पर अपनी निगाह जमाओ तथा दृढ़ संकल्प करो कि पात्र को गहरी निद्रा आ रही है। साधक को हिदायत करनी चाहिए कि वह बिना पलक मारे एकाग्रतापूर्वक तुम्हारी तरफ देखता रहे। उसे यह भी समझा देना चाहिए कि जब पलक भारी हो जाएँ और आँखें झपकने लगें तो बलपूर्वक उन्हें खोले रखने का प्रयत्न न करे, वरन् यदि पलक बंद हो रहे हैं, तो उन्हें हो जाने दें और अपने मानस लोक में केवल नीले रंग को ही देखता हुआ शांति प्राप्त करने की भावना करे। साधारणतः पाँच-सात मिनट में ही इस क्रिया से पात्र को नींद आने लगती है। किन्हीं-किन्हीं पर दस-पंद्रह मिनट में प्रभाव होता है, किसी की कठोर मानस भूमिका होने के कारण यदि निद्रा आने में देर लग रही है तो प्रयोक्ता को अधीर नहीं होना चाहिए, वरन् और भी अधिक

साहस के साथ शक्तिपात करना चाहिए। 'नेत्रों के द्वारा मेरी आत्मशक्ति साधक के शरीर में प्रवेश करती जा रही है।' प्रयोक्ता द्वारा यह भावना जितनी ही अधिक विश्वास और दृढ़तापूर्वक की जाएगी उतनी ही अधिक सफलता मिलेगी।

पात्र जब तंद्रा में घिर जाएगा तो उसके अंग बिलकुल ढीले हो जाएँगे। जैसे सोते हुए या मुर्दे के अंग ढीले होकर इधर-उधर लुढ़क जाते हैं, उसी प्रकार उसके भी ढल सकते हैं। इसलिए हिफाजत के साथ उसकी गरदन या हाथों को इस प्रकार रखने की व्यवस्था कर देनी चाहिए कि उसको निद्रित अवस्था में कोई हानि या तकलीफ न होने पाए। उपर्युक्त अवस्था को निद्रा न कहकर तंद्रा कहना चाहिए क्योंकि इस समय तुम्हारी शक्ति ने उसके मानस स्थान में प्रवेश करके उसके शरीर पर अपना कब्जा जमा लिया है। फलस्वरूप साधक की अपनी साधारण चेतना लुप्त-सी हो गई है। उपर्युक्त अभ्यास में इतनी गहरी निद्रा नहीं आएगी कि उससे किसी अंग का ऑपरेशन किया जा सके। इतनी गहरी निद्रा लाने के लिए ऊचे अभ्यास हैं। हम जरूरत नहीं समझते कि इस पुस्तक द्वारा सर्वसाधारण तक उन क्रियाओं को पहुँचा दिया जाए और हर कोई उनका उपयोग करने के लिए टाँग अड़ाए। इस प्रयोग द्वारा लाई गई निद्रा में पात्र एक प्रकार की तंद्रा-बेहोशी में पड़ा हुआ है, मर नहीं गया है। इसलिए उन लोगों को सावधान किया जाता है, जो निद्रा की गहरेपन की परीक्षा लेने के लिए चिकोटी काटते या सुई आदि चुभोते हैं। कोई व्यक्ति यदि निद्रित व्यक्ति के साथ ऐसी हरकत करेगा तो उसे भारी नुकसान पहुँचाएगा। निद्रित अवस्था में तो पात्र को अधिक-से-अधिक आराम देने की और मौसम के अनुसार पंखे आदि की व्यवस्था करनी चाहिए।

प्रयोग करते समय पात्र के हाथों को प्रयोक्ता ने अपने हाथों में पकड़ रखा था। तंद्राग्रस्त हो जाने पर उन्हें छोड़कर उसी की गोद में

रख देना चाहिए। अब शक्ति प्रवेश की भावना के साथ पुतली पर बेधक दृष्टि डालने की आवश्यकता नहीं है, क्योंकि इस क्रिया का जो उद्देश्य था, वह पूरा हो चुका। तुम्हारी शक्ति पात्र के शरीर में भरपूर प्रवेश करके उस पर अपना अधिकार जमाए हुए है। अब तुम्हें वह काम करना है, जिससे तुम्हारे शुभ संकल्प उसके सुप्त मन पर गहरे अंकित हो जाएँ और वह उन्हें अपने अंदर धारण कर लें। इस बात में तो कोई संदेह ही नहीं है कि किसी स्थान पर कोई वस्तु रख देने पर, उससे पूर्व की रखी हुई वस्तु स्वतः ही हट जाती है। जैसे किसी गिलास में पानी भर दिया जाए तो उससे पूर्व उसमें जो हवा भरी हुई थी, वह अपने आप हट जाएगी। शुभ विचार मर जाने पर दुष्प्रवृत्तियाँ अपने आप हट जाती हैं। उसी प्रकार तुम्हारी मानसिक सहायता पहुँचने पर उसकी मानसिक शक्तियों को बल मिलेगा और वे जाग्रत होकर अपनी उन्नति करती हुई ठीक प्रकार से काम करती हुई दिखाई देंगी।

अब गत अध्याय में बताई हुई प्रेम दृष्टि को उसी भाँति पंद्रह मिनट तक समस्त शरीर पर डालना चाहिए और इसके पश्चात उसी मंत्र को गुनगुनाते हुए सिर पर कंपन देने चाहिए। कंपन की पूरी क्रिया 'प्राण चिकित्सा विज्ञान' के पृष्ठ ४४ पर सविस्तार दी हुई है। हाथ इस प्रकार कुछ देर तक लगातार कंपित रहते हैं मानो विद्युत गति या किसी मंत्र से उसे थरथराया जा रहा है। यही कंप उपचार है। किसी पतले बेंत को एक बार जोर से फटकार दो, तो वह कुछ देर तक कपकपाता रहता है। घड़ियाल में हथौड़ी लगाने पर घंटा शब्द होता है और तदुपरांत वह कुछ क्षण काँपती रहती है। यही क्रिया हाथ की होनी चाहिए। कलाई से लेकर कोहनी तक की पेशियों को कड़ी करके थरथराहट पैदा करने ये यह कंपन आ सकता है। उपचार करने से पूर्व एक-सी गति से बिना थके हुए हाथ से कुछ देर कपकपाते

रहने का अभ्यास करना चाहिए। सिर के ऊपर कंपन देते समय इस बात का ध्यान रखना चाहिए कि हाथों की थरथराहट केवल बालों को ही थोड़ा-सा स्पर्श करे वह इतने निकट से न होनी चाहिए कि शरीर की चमड़ी तक हाथ का आधात पहुँचे और पात्र की निद्रा भंग हो जाए। यह मार्जन साधारणतः दस मिनट तक देना काफी है।

तंद्रा की अवस्था प्रायः पंद्रह मिनट से लेकर आध घंटे तक रहती है। कभी-कभी गहरा असर हो जाता है, तो इससे भी अधिक समय तक बनी रहती है। मामूली दशा में पंद्रह मिनट प्रेम दृष्टि डालने और दस मिनट कंप करने के उपरांत उसे जाग्रति वापस आने लगती है। कभी-कभी कंपनों के समय में ही वह जागने लगता है। जब स्वेच्छापूर्वक उसे चेतना वापस आ रही हो, तो जाग जाने देना चाहिए और क्रिया को वहीं समाप्त कर देना चाहिए, किंतु यदि कंप पूरे होने पर भी वह न जागे, तो पाँच मिनट और उसी दशा में पड़े रहने देना चाहिए और आध घंटा होते ही सिर से पैरों की तरफ 'पास' करने चाहिए। 'पास' करने का सीधा-सादा कायदा यह है कि दोनों हाथों की उँगलियों को खोल दो और उन्हें बराबर-बराबर इस प्रकार रखो कि हथेलियाँ पात्र के पैरों की तरफ रहें। अब दोनों हाथों को साथ-साथ नीचे की ओर रोगी के शरीर से तीन इंच के फासले पर नीचे की ओर खिसकाते जाओ और पैरों के पास ले जाकर उन्हें एक ओर झटकार दो मानो तुम्हारे हाथ पानी में भीग गए थे और तुमने उसकी बूँदों को अलग फेंक दिया है। इस प्रकार कई बार पास करने से तुम्हारी शक्ति जो पात्र के शरीर में भरी हुई है, निकल जाएगी और वह जाग जाएगा किंतु यदि इस पर भी न जागे तो समझना चाहिए उसे स्वाभाविक निद्रा आ गई है। इस खींचतान से थककर वह साधारण नींद में सो गया है। ऐसी दशा में न तो चिंतित होना चाहिए और न बलात जगाने का प्रयत्न

करना चाहिए। वह कुछ देर में अपने आप अपनी नोंद पूरी करके जाग पड़ेगा।

यह प्रयोग एक दिन करके ही काम पूरा नहीं हो जाता। एक सप्ताह तो परीक्षा के तौर पर ही लगाना चाहिए। इतने समय में बहुत कुछ सुधार हो जाएगा और पीड़ित इसकी ओर अधिक आकर्षित होता जाएगा। तीन सप्ताह में बड़े-बड़े कठिन और पेचीदा स्थितियों का सुधार हो जाने के बीसियों अनुभव हमने स्वयं लिए हैं।

सोते हुए आदमी पर प्रयोग

सोते हुए आदमी पर प्रयोग करने की आवश्यकता उस स्थिति में होती है, जब वह इस कार्य में कोई सहयोग नहीं देना चाहता या नहीं दे सकता। इसी प्रकार वे जिददी और क्रूर स्वभाव के लोग होते हैं जो अपने ऊपर किसी बात का किया जाना अपनी शान के विरुद्ध समझते हैं। अपने को बहुत बड़ा समझने वाले लोगों के मन में कोई बात बिठाने को प्रयत्न उसे करना पड़े, जिसे वे छोटा समझते हैं, तब भी सुन्त अवस्था का प्रयोग ही ठीक रहता है। दूध पीते बालकों के लिए भी यही उपाय उचित है।

सोया आदमी किस अवस्था में हो इसका कोई प्रतिबंध नहीं है और हो भी नहीं सकता, क्योंकि यदि वह नियमपूर्वक स्वेच्छा से प्रयोग में शामिल होता, तो सुन्त अवस्था खोजने की नौबत ही न आती, वह जैसे भी सोया हुआ है सोने दीजिए। यदि कपड़े से बिलकुल ढका हुआ है तो उस ओर का अंतिम भाग जिस ओर कि तुम बैठे हुए हो थोड़ा-सा खोल दो। जैसे तुम सिर की ओर बैठना चाहते हो, तो सिर के बाल और पैरों की ओर बैठना चाहते हो तो पैरों के तलवे थोड़े-से खोल दो। इससे कार्य में आसानी रहेगी। यदि इस प्रकार अंतिम अंग खोलने की सुविधा न हो सके तब भी काम चल सकता है, पर सफलता अधिक परिश्रम और अधिक विलंब से मिलती है।

जिस आदमी पर जिस समय प्रयोग करना है, उसके सोने की साधारण अवधि मालूम करो और उसका आठवाँ भाग आदि अंत का भाग त्याज्य समझो। जैसे वह व्यक्ति आमतौर से रात को छह घंटे सोता है, तो पौन घंटा आरंभ में और पौन घंटे के अंतिम समय में उसे न छेड़ना चाहिए। दोपहर को वह दो घंटे सोता है, तो पंद्रह मिनट आदि और पंद्रह मिनट अंत में उसके ऊपर कोई प्रयत्न नहीं करना चाहिए, क्योंकि ऐसा करने से नींद में जो गरमी बढ़ेगी, उससे उसकी नींद उचट सकती है।

असुविधा न हो तो दो गज के फासले पर बैठना ठीक है, इससे निकट रहना और भी अच्छा है, किंतु यदि अधिक दूर रहना अभीष्ट हो तो अधिक-से-अधिक दस गज की दूरी तक यह प्रयोग हो सकता है। अधिक दूरी रहने की दशा में पानी में एक भीगे हुए सूत्र को सोने वाले के उन वस्त्रों से संबंधित कर देना चाहिए, जो उसके शरीर को छूते हैं। इस सूत्र का दूसरा सिरा प्रयोक्ता के पास तक पहुँचना चाहिए, इस सूत्र के द्वारा पाँच गज दूर रहते हुए भी शरीर से संबंध हो जाता है। यदि दो गज के भीतर ही बैठना हो, तब इसकी विशेष आवश्यकता नहीं है।

प्रयोग के लिए खुली हुई जमीन पर कभी मत बैठो, क्योंकि पृथ्वी की आकर्षण शक्ति तुम्हारे बढ़ाए हुए बल को खींचकर छूँछ कर देगी। हमेशा कुरसी, चौकी, तख्ता या आसन आदि बिछाकर बैठना चाहिए। मुँह पात्र की ओर रहे। यदि भीगे हुए सूत्र का प्रयोग करना पड़ रहा है, तो उसका अंतिम भाग अपने दाहिने हाथ की मुद्ठी में दबाए रहो। अब तुम्हें यानि श्वास-प्रहार से काम लेना होगा। उसकी विधि इस प्रकार है—

मेरुदंड को सीधा रखकर बैठो और मुँह अच्छी तरह बंद कर लो, ताकि उसमें ही साँस का आना-जाना न हो। अब नाक द्वारा साँस लेने-छोड़ने की क्रिया जल्दी-जल्दी करो। मानो धक्-धक्

करता हुआ रेल का इंजन चल रहा हो। इस प्रकार साँस पूरी ली और छोड़ी नहीं जा सकेगी, वरन् थोड़ी-सी वायु भीतर पहुँचेगी और फौरन झटके के साथ निकाल दी जाएगी। यह साँस लेने-छोड़ने की क्रिया जितनी जल्दी हो सके करनी चाहिए। करीब आधी मिनट इसे करने पर वायु की रगड़ से फेफड़े तथा शरीर के अंदर-भीतरी प्रवाह तेजी से बहने लगता है। यदि तुम अपनी हथेलियों को कुछ देर तक बराबर रगड़ोंगे तो वे गरम हो जाएँगी। इसी प्रकार श्वास की रगड़ से मस्तिष्क, कंठ, फेफड़े, हृदय आदि अंगों में गरमी लगेगी। इससे इनके अंदर रहने वाली साधारण विद्युत और गुप्त दैवी शक्तियाँ उत्तेजित होकर वायु के साथ मिल जाएँगी। इस वज्र यानी श्वास प्रहार के साथ मन-ही-मन 'हूँ' शब्द दोहराना चाहिए। महर्षि नागर्जुन ने शरीर के अंदर विभिन्न अवस्थाओं में विभिन्न प्रकार के होने वाले शब्दों का ज्ञान प्राप्त करके बताया है। इस 'प्रहार' के समय मांसपेशियों और स्नायु तंतुओं की धिसावट से एक प्रकार की सूक्ष्म आवाज आती है, जो 'हूँ' से मिलती-जुलती होती है। यदि इसी शब्द को मन में मंत्र की तरह जपा जाए तो वह ध्वनि अधिक तीव्र होकर श्वास को विशेष शक्तिशाली बना देती है। इस घर्षण के समय मन की भावनाएँ आत्मशक्ति को चैतन्य करने पर केंद्रित रहनी चाहिए।

प्रायः आधी मिनट पर श्वास घर्षण करने के बाद लंबी श्वास खींचनी चाहिए। जितनी अधिक श्वास पेट में भर सको भर लो। अब फूँक मारने के लिए मुँह को सिकोड़ो। बहुत ही पतली फूँक यदि दूर तक फेंकना चाहो तो यह कार्य पूरा मुँह खोलने से नहीं हो सकता, वरन् इसके लिए होठों को ऐसे सिकोड़ना पड़ेगा जैसे वंशी या सीटी बजाने के लिए सिकोड़ते हैं। काँच की छोटी शीशी को होठ के पास ले जाकर फूँक मारने के लिए तैयार करो और धीरे-धीरे पतली फूँक उसके खुले अंग को लक्ष्य करके छोड़ना शुरू

करो। यह कार्य बहुत ही धीरे होना चाहिए और पेट की पूरी हवा खाली करने में आधा मिनट का समय लगाना चाहिए। यदि यह कार्य तुम्हें ऐसी जगह बैठकर करना पड़ रहा है, जहाँ पात्र के और तुम्हारे बीच में कोई परदा या दीवार आदि की रोक पड़ती है तो मुट्ठी में रखे हुए सूत्र पर इस प्राण वायु को छोड़ दो। इस वज्र यानी श्वास प्रहार के करते समय भावना करते जाना चाहिए कि 'मेरा यह शक्तिशाली प्राणवायु परम पवित्र प्रेम के विचारों को लेकर पात्र के मस्तिष्क में प्रवेश कर रहा है। यह उसके जीवन को उच्च और सुंदर बनाने के उद्देश्य से अनुकूल वातावरण उत्पन्न करता है। वंसत जैसे पुराने शक्तिहीन पत्तों को घेड़ों से गिराकर नवीन कोंपलें उत्पन्न करता है, वैसे ही जीवन रस मेरा यह प्राणवायु इस व्यक्ति में संचरित करता है। इससे बुरी आदतें और सब प्रकार की कमजोरियाँ नष्ट हो रही हैं और उनके स्थान पर दिव्य गुणों का विकास हो रहा है।' इस मंत्र के साथ दुर्गणों के नष्ट होने और उसके विरोधी उत्तम स्वभाव के उदय होने की भी भावना विशेष रूप से करनी चाहिए, जिसके खास उद्देश्य से यह प्रयोग किया गया है।

साधारणतः पंद्रह-बीस मिनट यह पूरा प्रयोग करना चाहिए। जिनको श्वास प्रहार का पूरा अभ्यास नहीं है, उन्हें तो आध घंटे से अधिक कदापि न करना चाहिए, क्योंकि न होने पर भी अधिक परिश्रम करने पर अपने शरीर का भय रहता है।

यदि सुविधा हो तो सुप्त मनुष्य के सिरहाने खड़े होकर उसके मस्तिष्क पर प्रेममय दृष्टिपात करना चाहिए और सुधार का उपर्युक्त मंत्र उसके ऊपर अपने विचार बल द्वारा प्रेरित करना चाहिए। छोटे बालकों के लिए सूत्र आदि की कोई आवश्यकता नहीं है। उनके दिव्य गुणों का विकास करने के लिए दस-पंद्रह मिनट शुभकामनाओं के साथ हलका श्वास प्रहार और प्रेममय दृष्टिपात करना पर्याप्त है।

उपर्युक्त साधन में सूत्र आदि प्रयोग देखकर कोई सज्जन भ्रम कर सकते हैं, उन्हें ध्यान रखना चाहिए, यह अंधविश्वास या ठगी की कोई चाल नहीं है, वरन् व्यक्तिगत विद्युत (Personal Megnetism) की एक शास्त्र सम्पत क्रिया है। इसकी सचाई और शक्ति की हर कोई व्यक्ति परीक्षा कर सकता है। इसका ठीक प्रकार उपयोग करने के उपरांत अभ्यासियों को हमारी ही भाँति इस पर पूरा विश्वास करने के लिए बाध्य होना पड़ेगा।

दूरस्थ व्यक्ति को प्रभावित करना

जो व्यक्ति तुम्हारे निकट नहीं है और बहुत दूर रहता है, उसके लिए भी उपचार करना असंभव नहीं है। दूरी का प्रश्न स्थूल वस्तुओं के लिए है। मिट्टी, लोहे, लकड़ी आदि को एक स्थान से दूसरे स्थान पर ले जाने में बहुत प्रयत्न करना पड़ता है। लेकिन हवा बहुत जल्दी एक स्थान से दूसरे स्थान को उड़ जाती है। बिजली की गति हवा से भी कहीं अधिक तेज चलती है। जैसे-जैसे सूक्ष्मता आती जाती है वैसे-वैसे ही दूरी का प्रश्न घटता जाता है। विचारों की तरंगें तो एक सेकंड में पृथ्वी की सात बार परिक्रमा कर सकती हैं। आत्मशक्ति के लिए दूरी की कोई कठिनाई नहीं है, किंतु इसमें एक नियम का पालन करना अनिवार्य है कि जिस समय प्रयोक्ता उपचार करे, उसी समय साधक को भी उसे ग्रहण करने की इच्छा से शांत चित्त होकर बैठना चाहिए। पात्र की बिलकुल रुचि न होने और प्रयत्न न करने पर भी उसे सहायता पहुँचाना लगभग असंभव है।

ब्रॉडकास्टिंग स्टेशन से समाचार या गायन वाद्य आदि की शब्दधारा प्रेषित की जाती है, वह ईश्वर तत्त्व में मिलकर समस्त विश्व में गूँज जाती है, किंतु हम उसमें से कुछ भी नहीं सुन सकते। यदि सुनने की इच्छा हो, तो एक अच्छा रेडियो यंत्र प्राप्त करना होगा, जिसमें उन शब्द लहरों को पकड़ने योग्य आकर्षक बिजली

चलती हो। उस यंत्र की धारा का मुख जिस प्रवाह की ओर किया जाएगा, वह उसी के संदेश सुना सकेगा। दिल्ली, लंदन, लाहौर, बर्लिन, रोम आदि जिस स्थान के मीटर पर सुई कर दोगे वहीं की शब्दधारा को तुम्हारा रेडियो सुनाने लगेगा। अन्य स्थानों के प्रोग्राम भी उसी समय चल रहे होंगे, पर वे अपने रास्ते चले जाएँगे और जब तक उन्हें पकड़ने की कोशिश न की जाए तुम्हारे यंत्र पर कोई हस्तक्षेप न करेगा। ठीक इसी भाँति यदि दो व्यक्ति एक नियत समय पर अपनी आत्मशक्ति को एक-दूसरे के साथ संबंधित करना चाहें और उससे लाभ उठाना चाहें तो वैसा कर सकते हैं।

किसी रोगी, मानसिक विकार ग्रस्त या दुर्गुणों में फँसे हुए व्यक्ति को तुम अपनी शक्ति से कुछ लाभ पहुँचाना चाहते हो तो सबसे प्रथम इसमें सहयोग देने के लिए उसको रजामंद कर लो। उसकी इच्छा होने पर ही कुछ किया जा सकता है। यदि वह स्वीकृति दें तो शिखा स्थान के कम-से-कम दस बाल या हाथ-पाँवों की ऊँगलियों के मुरदा नाखून अपने पास मँगालो। यह वस्तुएँ मुरदा होने पर भी शरीर का बहुत प्रतनिधित्व करती हैं और उसके साथ संबंध स्थापित करने में बड़ी मदद देती हैं। जिस प्रकार मेरे हुए केंचुए के शरीर के एक टुकड़े को गीली मिट्टी में दबा दिया जाए तो वह टुकड़ा भी एक जीवित केंचुआ बन जाता है। उसी प्रकार यह दोनों ही वस्तुएँ पूर्व शरीर के लिए माध्यम बन जाती हैं। हिंदू अपने शिखा स्थान के बालों को चोटी के रूप में रखाए रहते हैं, ताकि उनके द्वारा कोई व्यक्ति अनिष्ट साधन न कर सके। कहावत है कि मैंने तुझसे चोटी नहीं कटाई है अर्थात् तेरे वश में नहीं हो गया हूँ। तांत्रिक गुरु अपने शिष्यों की चोटी काट लिया करते हैं, ताकि उसे अपना इच्छानुवर्ती बना सकें। चीन आदि देशों में बौद्ध तांत्रिकों की इस बात पर भलीभाँति विश्वास किया जाता था कि नाखूनों को

मध्यस्थ बनाकर कई मनस्वी किसी का प्राण तक ले सकते हैं इसलिए वहाँ नाखून बढ़ाए रहने की प्रथा है। आगे चलकर तो बढ़े हुए नाखून सुंदरता के चिह्न समझे जाने लगे, चीन की महिलाएँ अब तक उँगलियों में बाँस की नली पहनकर उसके अंदर अपने नाखूनों को बढ़ाती रहती हैं। शेर आदि के नाखून बालकों के गले में पहनाये जाते हैं।

आजकल शिखा स्थान के बाल नाखूनों को काटकर चाहे जहाँ भले-बुरे स्थान में फेंक दिया जाता है। इससे परोक्ष रूप से हानि हो सकती है। हिंदुओं में विधिपूर्वक मुंडन कराने का रिवाज बहुत खोजबीन कर प्रचलित किया गया था। हिंदू बालकों के बाल जब पहले काटे जाते हैं तो बहुत पवित्रतापूर्वक धार्मिक विधि से यह कार्य होता है और उन बालों को यों ही चाहे जहाँ नहीं फेंक दिया जाता, वरन् सुरक्षापूर्वक किसी पवित्र जलाशय में विसर्जित किया जाता है। अस्तु,

शिखा स्थल के बाल और नाखून दो व्यक्तियों के बीच माध्यम का काम दे सकते हैं। प्राचीन समय में इन्हीं से काम लिया जाता था। यूरोप के विद्वान, टेलोपैथी के लिए किसी ऐसे वस्त्र की माँग किया करते हैं, जो उस व्यक्ति के शरीर को छूता रहा हो। इस युग में कैमरे द्वारा खींचा हुआ (हाथ से बना हुआ नहीं) चित्र भी इस कार्य के लिए बहुत उपयुक्त है, किंतु यदि फोटो प्राप्त न हो सके तो वस्त्र की अपेक्षा बाल या नाखून ही अधिक ठीक हैं।

जिस समय प्रयोग करना है, वह समय पहले से ही निश्चित कर लेना चाहिए और ठीक समय पर अभ्यास के लिए बैठना चाहिए। यदि घड़ी आदि की सुविधा न हो और वह स्थान विदेश में न हो तो सूर्योदय का समय सर्वोत्तम है। साधारणतः आधी रात के बाद और प्रातः नौ-दस बजे तक का समय इस कार्य के लिए ठीक है। दोनों व्यक्तियों के चित्र या नाखून, केश आदि में से कोई एक या

दोनों एक-दूसरे के नगर की दिशा में मुँह करके किसी शांत और एकांत स्थान में बैठें।

प्रयोक्ता को चाहिए कि उन माध्यम वस्तुओं में चैतन्यता और जीवन की भावना करें अर्थात् ऐसा विचार करें कि यह चीज मांस-पिंड की भाँति सजीव है और इनके ऊपर जो शक्ति छिड़की जाएगी, उसे ग्रहण करके यह अपने पिता के पास तक पहुँचा देगी। पथर की मूर्ति में ईश्वर की भावना करने से वह देवताओं जैसा फल देती है। भय और भ्रम की भावना दृढ़ होते ही झाड़ी का भूत दिखाई देने लगता है और उससे डरकर कई बार तो लोग प्राणों से हाथ तक धो बैठते हैं। अस्तु। इन वस्तुओं में चैतन्यताकी भावना करने पर उनमें एक शक्ति का संचार होने लगता है और जिस शरीर से वे अलग हुई हैं, उसके साथ संबंध स्थापित करने में बड़ी मदद देती हैं।

आरोग्यता, स्वास्थ्य, आशीर्वाद और शुभकामना से सम्मिश्रित दृष्टि उन वस्तुओं पर डालो। यह मत सोचो कि केवल दृष्टिपात से क्या होगा? कोई विशेष अनुष्ठान या मंत्र आदि इस क्रिया के लिए नहीं है, तो फिर कैसे लाभ पहुँचेगा? तुम्हें जानना चाहिए कि मंत्रों के शब्द वास्तव में कुछ नहीं, उनके अर्थ बहुत मामूली होते हैं, कई मंत्र तो यों ही विचित्र अक्षरों को जोड़कर बने होते हैं, उनकी अद्भुत शक्ति का रहस्य केवल प्रयोक्ता के मनोबल में है। एक सिद्ध तांत्रिक जिस मंत्र के बल से मुर्दे को जिला सकता है, उसी मंत्र को कोई अजनबी आदमी दिन भर चिल्लाता रहे, तो खाक भी असर न होगा। मंत्र और अनुष्ठान केवल प्रयोक्ता के विश्वास को मजबूत बनाने के लिए हैं, ताकि वह अपेन मंत्र पर भरोसा रखें और अविश्वास और संदेह के विचारों को ग्रहण न करें। तुम्हें इस महाविज्ञान का मूल मंत्र समझा दिया गया है, इसलिए इस बात की आवश्यकता नहीं रही कि खास शब्दावली का ही प्रयोग करो।

तुम्हारी पवित्र और अविचल इच्छाशक्ति बहुत उच्चकोटि का अचूक मंत्र है। फिर भी यदि इच्छा हो तो गायत्री मंत्र को इस या ऐसे ही किसी अवसर पर निश्चित भावनाओं के साथ प्रयोग कर सकते हो। अनेक प्रकार के मंत्र रहने या विभिन्न क्रियाओं के अनुष्ठान सीखने-सिखाने में बहुमूल्य समय बरबाद करना हमें निष्प्रयोजन प्रतीत होता है।

साधक को नियत समय पर तुम्हारा चित्र या अन्य वस्तुएँ लेकर बैठना चाहिए और श्रद्धा के साथ अनुभव करना चाहिए कि जिस व्यक्ति के यह चित्र आदि हैं, उसके द्वारा ठीक इस समय मेरे लिए लाभकारक शक्ति प्रेरित की जा रही है और उसे अपने शरीर एवं मन की आकर्षण शक्ति द्वारा ग्रहण, अपने अंदर धारण कर रहा हूँ। आकर्षण भावना संदेह रहित, नम्रता और एकाग्रता युक्त चित्त से करने की आवश्यकता है।

यदि साधक नियत समय पर बैठने को तैयार न हो या इसके विरुद्ध हो, तो उसकी इच्छा के प्रतिकूल भी कुछ किया जा सकता है। उसके लिए ऐसा समय चुनना चाहिए, जब वह व्यक्ति अधिक कामों में फँसा न रहकर शांत चित्त बैठता हो। यदि ऐसे समय का भी पता न लग सके तो प्रातःकाल का ब्रह्ममुहूर्त उत्तम है, ब्रह्ममुहूर्त में किसी के सुधार, विकास या उन्नति के लिए निस्वार्थ या पवित्र हृदय के साथ तुम परमात्मा से सच्ची प्रार्थना करोगे, तो वह व्यर्थ न जाएगी। दयामय प्रभु तुम्हारी टेर सुनेंगे और उसे दुःख के मार्ग से हटाकर कल्याण के पथ पर अग्रसर कर देंगे। सच्ची प्रार्थना में सच्चा बल होता है।

दूसरों के मन की बात जानना

मनुष्य के मस्तिष्क में से जो विचार उठते हैं, वे भाष की तरह ऊपर उड़ते रहते हैं। अब इनका रंग-रूप यंत्रों द्वारा देखा जाने लगा है। पेरिस के डाक्टर बेशडुक ने उड़ते हुए विचारों के चित्र खींचे

हैं। एक लड़की अपने पाले हुए पक्षी की मृत्यु पर रो रही थी, उसके विचारों का फोटो लिया गया, तो मरे हुए पक्षी का पिंजड़े सहित फोटो आया। एक स्त्री अपने मृत पुत्र के लिए विलाप कर रही थी, फोटो में मरे हुए बच्चे की तस्वीर आई। एक युवक अपनी प्रेमिका के लिए चिंतन कर रहा था। फोटो लेने पर उस युवती की तस्वीर खिंच गई। ऐसे हजारों चित्र अब तक खींचे जा चुके हैं और वे प्रायः सौ-फीसदी ठीक निकले हैं। विलायत में ऐसे यंत्रों का निर्माण हुआ है, जिसकी सुई बताती है कि अमुक आदमी इतनी शक्ति युक्त और इस प्रकार के विचार कर रहा है। एक-दूसरे वैज्ञानिक डॉक्टर ने उस विचार के भी चित्र लिए हैं, जो किसी प्राणी या वस्तु विशेष को लक्ष्य करके नहीं किए जाते। इन भावनाओं के चित्रों ने तो विचारों के स्वरूप के संबंध में दुनिया को और भी विश्वास करा दिया है। प्रेममयी भावना करते हुए व्यक्तियों के विचार चित्र सुंदर फूले आकार के बनते हैं। ईश्वर आराधना से कमल के फूल या गुंबद जैसी तस्वीर आती है। रोष, प्रतिहिंसा तथा क्रोध के चित्र शूल, छुरी आदि की तरह नुकीले तथा तेज धार वाले होते हैं। सदाचार और संतोष की भावनाएँ हलके नीले रंग की बेलों की तरह फैली होती हैं। काम वासना के विचार नारंगी रंग के धतुरे के फूल की तरह उड़ते हैं। शंका, संदेह और मानसिक अशांति का रंग पीला होता है। स्वार्थपूर्ण और धोखेबाजी से भरे हुए विचार हरापन लिए हुए होते हैं। उपकार और उदारता के विचार जुगनू के प्रकाश की तरह चमकते हैं, विरोध, अवज्ञा तथा तिरस्कार के विचार काले धुएँ के रंग के पाए जाते हैं, उदासीनता, निराशा और अविश्वास के विचारों का रंग हलका गुलाबी होता है। यदि कोई शारीरिक कष्ट हो रहा हो, तो मस्तिष्क के आस-पास कपासी रंग की चिनगारियाँ-सी उड़ती मालूम होती हैं। विज्ञान द्वारा यह अनुभव परीक्षा की कड़ी कसौटी पर कसे जा चुके हैं और सत्य निकले हैं।

विचारों की आकृतियाँ मस्तिष्क के आस-पास प्रायः तीन-चार फीट तक स्पष्ट होती हैं और इसके बाद धुँधली होने लगती हैं। विचारों और स्वभाव के अनुसार मनुष्य का शारीरिक तेज (Aura) बनता रहता है।

उपर्युक्त बातें खुले हुए नेत्रों से दिखाई नहीं देतीं, उनका परीक्षण बहुमूल्य वैज्ञानिक यंत्रों द्वारा ही हो सकता है, परंतु जब तुम आत्मिक शक्ति का विकास कर लोगे, तब विचारों के स्वरूप चित्र और उनका पूरा तथा खुद बिना किसी यंत्र की सहायता के भी देख सकोगे। योग विद्या के ज्ञाता दूसरों के मन के भावों को भलीभाँति जान लेते हैं।

मैस्मेरिज्म का तमाशा करने वाले कुछ लोग एक व्यक्ति को निद्रित करके उसके पास में खड़े हुए व्यक्तियों का हाल उस निद्रित द्वारा कहलाते हैं। वह व्यक्ति आँखों से पटटी आदि बँधी रहने पर भी सबके रंग, रूप, उनके हाथ की वस्तुएँ, जेब की चीजें, रूपये पैसों की छाप सन् आदि बताता है। तुमने ऐसे खेल जरूर देखे होंगे और आशा करते होंगे कि इस प्रकार की विद्या 'परकाया प्रवेश' पुस्तक के द्वारा अवश्य सीख जाएँगे लेकिन हम यह स्पष्ट कर देना चाहते हैं कि इतनी उच्च कक्षा प्राप्त कर लेना हँसी खेल नहीं है। इसके लिए वर्षों की कड़ी तपस्या चाहिए, तब कहीं सफलता के दर्शन होते हैं। तमाशा दिखाने वाले प्रायः धूर्त होते हैं, वे चालाकी से कुछ निर्धारित संकेतों के आधार पर यह बातें बताते हैं। इनके झामेले में पड़ना व्यर्थ है।

हम सत्य के उपासक हैं और अपने हर एक अनुयायी के लिए आकांक्षा करते हैं कि वह सत्य का उपासक बने, क्योंकि सचाई सदा सचाई रहेगी, उसका भविष्य सुनहरा होगा। झूठी बाजीगरी किसी आध्यात्मिक व्यक्ति को शोभा नहीं देती। वह तो भिखारियों का पेशा है। दूसरों के मन की बात जानने की सच्ची सीमा तुम्हारे

लिए इतनी ही है कि यह जान जाओ कि किस व्यक्ति के किस श्रेणी के विचार कितनी शक्ति के साथ उठ रहे हैं और उनमें कैसा परिवर्तन, कैसी हलचल हो रही है ? दूसरों के मन के गुप्त प्रोग्राम, उनकी निजी बातें, उनकी अव्यक्त इच्छाएँ तुम नहीं जान सकते। परमात्मा ने उन लोगों को इतनी शक्ति नहीं दी है जो इनको जानकर अनुचित कार्य कर सकें। यह तो उन्हें ही प्राप्त होती है, जिनका मन सांसारिक माया-मोहन से अत्यंत ही ऊँचा उठ गया है। दूसरों के मनोगत भावों को जानने के लिए तुम्हें अपने मन को बिलकुल खाली करने का अभ्यास करना होगा। त्राटक और नाद के अभ्यास से एकाग्रता की शक्ति प्राप्त कर चुके हों, उनके द्वारा इस कार्य में तुम्हें बहुत सफलता मिलेगी। मन को खाली करने का अभ्यास करने के लिए किसी एकांत में अंधकार के समय जाओ और आँखें बंद करके आराम के साथ सुखकर आसन मारकर बैठ जाओ। अपने मन के समस्त विचारों को रोककर उसे ब्रह्मांड में (मस्तिष्क के भीतर) ले आओ। भावना करो कि इसके अंदर जितना स्थान है वही समस्त संसार है, उसके अतिरिक्त और कोई वस्तु कहीं नहीं, यहाँ तक कि मैं खुद भी कहीं नहीं हूँ। इस लोक को बिलकुल शून्य और नीले अंधकार से युक्त देखने का प्रयत्न करो। आरंभ के दिनों में इसमें पूरी सफलता न मिलेगी, चित्त की चंचलता के कारण उस शून्य ब्रह्मांड से मन उचटकर कभी कुछ, कभी कुछ देखने लगेगा, पर प्रयत्न करो और उसे रोक-रोककर उस शून्य नीलाकाश में ही स्थिर करो। नित्य पंद्रह मिनट से आध घंटे तक का अभ्यास पर्याप्त है। यदि दो मिनट तक मूँन के न उचटने का अभ्यास हो जाए तो भी काम चलाने लायक काफी है। यह समय यदि बढ़ाने लगो, तब तो और भी उत्तम है। चौंक तुम्हारा नाद और त्राटक का अभ्यास पूरा हो चुका है, इसलिए मन को कम-से-कम दो मिनट खाली रखने में सफलता प्राप्त करने के लिए एक-दो

सप्ताह से अधिक प्रयत्न न करना होगा। इतने ही दिनों में कामचलाऊ अभ्यास हो जाएगा।

दूर स्थान से बहुत पतली आने वाली आवाज को जब तुम सुनना चाहते हो तो अपने आस-पास का शोरगुल बंद कर देते हो और बहुत दत्तचित्त होकर उसकी आवाज पर कान लगाते हो, इसी प्रकार दूसरों के मन की बात जानने के लिए पूर्ण शांति और एकाग्रता लाने का प्रयत्न करो। जिस आदमी के विचार तुम्हें जानने हैं, उसका मानसिक चित्र अपने शून्यं नीलाकाश ब्रह्मांड में बनाओ मानो एकांत स्थान में वही अकेला बैठा है। अब उसकी मानस प्रतिमा के सिर में से उड़ते हुए विचारों का परीक्षण करो। अपने शून्य मन को उस व्यक्ति के मानस चित्र के निकट ले जाओ और कुछ देर वहीं रुककर देखो कि तुम्हारे मन में क्या विचार आते हैं? इस समय तुम्हारा शांत मन एक बढ़िया कैमरे की तरह है, जो साफ-साफ चित्र खोंचता है। उस समय तुम्हारे मन में जैसे भाव उठें उन्हें उस व्यक्ति के विचार समझना चाहिए जिसकी कि तुमने अपने मनोलोक में धारणा की है।

प्रारंभिक अभ्यास में कभी गड़बड़ी भी हो जाती है और अपना मन शून्य न रहकर अपनी वृत्तियों में जाग पड़ता है, ऐसी दशा में दूसरे के विचारों की ध्वनि अपने अंदर नहीं आने पाती और अपने ही विचार गूँज जाते हैं। इसलिए एक आदमी के विचार जानने के लिए दो-तीन बार प्रयत्न करना चाहिए और कई बार एक से ही जो चित्र आएँ उन्हें ठीक समझना चाहिए। शून्य मन में जब भाव उठे वह अपने आराधित व्यक्ति का समझा जा सकता है।

आरंभ में यह परीक्षण भी शांत और एकांत स्थान में ही करना चाहिए, पर कुछ दिन के निरंतर अभ्यास के उपरांत जब मानस भूमिका बिलकुल शुद्ध हो जाती है और मन की ठीक-ठीक स्थिति उस शून्याकाश में होने लगती है, तो चाहे जहाँ और चाहे जैसी

स्थिति में दूसरे की विचारधारा मालूम की जा सकती है। परंतु स्परण रहे, इससे केवल इतना ही मालूम हो सकेगा कि यह व्यक्ति किस प्रकार के, किस श्रेणी के और कैसे विचार कर रहा है। तुम उसकी हर बात को खुलासा नहीं जान सकते, क्योंकि परमात्मा ऐसी शक्ति हर व्यक्ति को नहीं देता। फिर भी श्रद्धापूर्वक और पवित्र उद्देश्य से इस ओर प्रयत्न करोगे तो बहुत कुछ “परामानो वैज्ञानिक” (Telipethy) की शक्ति प्राप्तकर लोगे।

ईश्वर आप लोगों को सफलता दें।

हिन्दूटिज्म

पिछले पृष्ठों पर मैस्मेरिज्म की परिधि के अंदर योग और तंत्र की कुछ अनुभूत क्रियाएँ बताई जा चुकी हैं, मैस्मेरिज्म के संबंध में लगातार पंद्रह वर्ष की खोज करने के उपरांत उसकी सीमा के अंदर और कुछ हमें प्राप्त नहीं हुआ है, परंतु हम जानते हैं कि पिछले पृष्ठों को पढ़कर अनेक जिज्ञासु संतुष्ट नहीं हुए होंगे। उन्होंने मैस्मेरिज्म के नाम पर अनेक बाजीगरी के खेल देखे होंगे और वे कदाचित ऐसा ही कुछ जानने की इस पुस्तक से भी आशा करते होंगे। लड़कों को बेहोश करना, उनसे भूत, भविष्य की बातें पूछना, भूत-प्रेतों के संदेश, गुप्त बातें बताना आदि तमाशे और त्रिकालदर्शी अँगूठी, सिद्ध दर्पण आदि की शिक्षा हमने नहीं दी है, क्योंकि हम जानते हैं कि यह व्यर्थ की बातें हैं और इनसे किसी का कुछ लाभ नहीं।

इन कार्यों में हाथ की सफाई या बाजीगरी होती है। हिन्दूटिज्म की सूचनाओं से भी कई प्रकार के विचित्र तमाशे दिखाए जाते हैं। हिन्दूटिज्म को हम देहाती बोली में ‘धोंस’ कहेंगे। इसके लिए कोई अभ्यास नहीं करना पड़ता। अपनी मुख मुद्रा, कपड़े, रहन-सहन आदि ऐसा रखते हैं, जिससे दूसरा समझे कि यह अवश्य ही कुछ जादू जानते हैं। उनकी बोली, बातचीत का ढंग, हाथ की सफाई के

साथ मार्जन के ढंग, इन बातों को कोई भी होशियार आदमी खुद अपने आप दस-पाँच दिन के अभ्यास से ठीक कर सकता है। यह 'धोंस' कमज़ोर तबियत के आदमियों पर ही चलती है। वे लोग उस आदमी को तमाशे के लिए चुनेंगे, जो सीधा-सादा कमज़ोर, डरपोक तबियत का हो। बालक और स्त्रियों को खासतौर से ऐसे खेलों के लिए चुना जाता है। मजबूत दिल का आदमी इन चक्रमों में नहीं आ सकता।

हिप्पोटिज्म करने वाले लोग उससे कहते हैं कि "अँगूठी (आदि जो भी वस्तु हो उसकी) और देखो, थोड़ी देर में तुम बेहोश हो जाओगे।" उसके अंतर्मन ने यदि इस बात को स्वीकार कर लिया तो सचमुच ही वह बेहोश हो जाएगा और जैसा कोई आदमी सोते समय अपनी इच्छा से स्वप्न देखता है, वैसे ही इस बेहोशी में हिप्पोटिष्ट की आज्ञानुसार स्वप्न देखता है। इस नींद में वही स्वप्न दिखाई पड़ते हैं, जिन्हें उसे दिखलाया जाए। साधारणतः वह आदमी उन्हीं बातों को कहता है, जिन्हें हिप्पोटिष्ट कहलवाना चाहता है। हाँ, कभी-कभी सैकड़ों में से एक-आध को निरंतर अभ्यास के बाद अधिक गहरी निद्रा आने लगती है और उसका सात्त्विक मन यदि उस समय लग जाए तो बहुत कुछ गुप्त और सच्ची बातें बता सकता है, पर यह हमेशा हर आदमी पर नहीं हो सकती। जिस आदमी का कड़ा दिल हो और निश्चय करले कि मेरे ऊपर असर नहीं हो सकता, उस पर किसी की हिप्पोटिज्म नहीं चलेगी। दूसरे इनसे लाभ बहुत ही कम है और बेहोश करने वाले तथा होने वाले की हानि अधिक होती है। इसलिए इस विषय पर हम अधिक प्रकाश नहीं डालते, क्योंकि इसके तरीके बहुत ही आसान होने की वजह से हर कोई आदमी कर सकता है और तमाशा दिखाने का लोभ न सँभाल सके तो व्यर्थ ही अपने तथा दूसरों के समय की बरबादी, हानि और भ्रम

प्रचार के कार्य में लग जाएँगे। इससे सर्वसाधारण का अहित ही हो सकता है।

उपसंहार

इस पुस्तक को आद्योपांत पढ़ लेने के बाद पाठक “परकाया प्रवेश विज्ञान” के संबंध में बहुत कुछ जान चुके हैं। अधिकारी व्यक्ति इसमें बताए हुए अभ्यासों को करेंगे तो निश्चय ही वे अपने उद्देश्य में सफल होंगे। सदुदेश्य से ही इसका प्रयोग दूसरों पर करना चाहिए, यह हम बार-बार दोहराते रहे हैं, अनुचित स्वार्थ साधन के लिए यदि इसका प्रयोग किया गया तो याद रखें लाभ की अपेक्षा हानि अधिक होगी।

जो लोग मैस्मेरिज्म सीखना चाहते हैं, उन्हें इन अभ्यासों के द्वारा बहुत लाभ होगा। मैस्मेरिज्म की पूरी क्रिया इसके अंदर है, वरन् उससे भी कुछ अधिक है। हमारी ‘प्राण चिकित्सा विज्ञान’ पुस्तक मैस्मेरिज्म द्वारा रोग निवारण का पूरा तत्त्वज्ञान है, उसमें डॉक्टर की ही बताई हुई विधियाँ ही नहीं हैं, वरन् अन्यान्य देशों के प्रमुख अध्यात्म चिकित्सकों की विधियों का भी समन्वय है। इस प्रकार यह दोनों पुस्तकें मिलकर मैस्मेरिज्म का परिपूर्ण विज्ञान बन जाता है। अधिकारी साधक थोड़े समय तक इनका अभ्यास कर देखें। वे इसमें अपना बहुत लाभ पाएँगे और दूसरों की संतोषजनक सेवा कर सकेंगे।

इसमें ऐसे एक प्रसंग नहीं दिए गए हैं, जिनसे अभ्यास करने वाले या जिस पर प्रयोग किया जाए उसको कोई हानि पहुँचे। इसलिए यह प्रणाली निरापद है। मैस्मेरिज्म के नाम पर जो बाजीगरी और धूर्तता के खेल दिखाए जाते हैं, उन प्रसंगों को भी व्यर्थ समझकर छोड़ दिया गया है। इसलिए शायद कोई जिज्ञासु जो उन तमाशों के लिए ही मैस्मेरिज्म सीखना चाहते हों, निराश होंगे। उनकी इच्छा पूर्ति इससे नहीं होगी, उन्हें किसी बाजीगर को पैसे

ठगाने होंगे और जो कुछ सीखेंगे या तो अपने गुरु की भाँति लोगों को भ्रम में डालेंगे या अपनी मूर्खता पर पछताएँगे। हम स्वयं ऐसी ही खोजबीन के सिलसिले में अपने कीमती तीन वर्ष और सैकड़ों रूपया गँवा चुके हैं और स्टेजों पर बड़े-बड़े करिश्मे दिखाने वाले और अपने खेलों से देखने वालों को दंग कर देने वालों से जो कुछ सीखा उसे बिलकुल बेबुनियाद देखकर अपने अज्ञान पर पछताए। तमाशों में प्रायः मैस्मेरिज्म का शतांश भी प्रयोग में नहीं आता। हर बात में हाथ की सफाई, चालाकी और लोगों की दृष्टि तथा मन को चकमे में डालने की क्रिया होती है। इसका जो असर देखने वालों पर पड़ता है, वह बहुत बुरा होता है। वे भ्रम में पड़ते हैं, वास्तविक ज्ञान से वंचित होते हैं और भविष्य में किसी धूर्त द्वारा ठगे जा सकते हैं। इसलिए हम अपने पाठकों को उन तमाशों के असत्य प्रलोभनों से रोकते हैं और सलाह देते हैं कि वे आत्मशक्ति को बढ़ाएँ उसकी शक्ति से ही उन्हें वास्तविक लाभ होगा।

