

परकाया प्रवेश



-पं० श्रीराम शर्मा आचार्य

परकाया प्रवेश

पोतानी आत्मशक्तिने बीजना शरीरमां
प्रवेश करावीने तेने ईच्छा प्रभाषे
उपयोगमां सेवानुं सिमल्ल आपतुं पुस्तक

लेखक

पं. श्रीराम शर्मा आचार्य

प्रकाशक :

युग निर्माण योजना विस्तार ट्रस्ट
गायत्री तपोभूमि, मथुरा.

फोन (०५६५) २५३०१२८, २५३०३८८
मो० ०८८२७०८६२८७, ०८८२७०८६२८८
फैक्स (०५६५) २५३०२००

प्राप्ति स्थान :

शाखा अमदावाह
गायत्री ज्ञानपीठ, पाटीदार सोसायटी,
जूना वाडज, अमदावाह-३८० ०१३
फोन ०७८-२७५५७२५२

सुपारेषी आवृत्ति-२०१०

किंमत रु. ८.००

ભૂમિકા

મારી પાસે કેટલાય જિજ્ઞાસુઓના દરરોજ પત્રો આવ્યા કરે છે કે જેઓ મેસ્મેરિઝમ (જાદુ/સંમોહન) શીખવાની ઈચ્છા ધરાવતા હોય છે. "ડૉ. મેસ્મેરે" દર્શવિલ પાશ્ચાત્ય પ્રાણલિકા મારી દૈષ્ટિએ અધૂરી છે અને એમાં દર્શવિલ કેટલીક વિગતો એવી છે કે જ્યાં સાધક ભૂલો પડે છે અથવા તે અટવાઈ જાય છે. જેથી કરીને તેને વેઠવું પડે છે. બીજા કેટલાક દ્વારા મેસ્મેરિઝમ-સંમોહનના નામે ઠગવાનું એટલું બધું પ્રચલિત અને સામાન્ય થઈ ગયું છે કે બિચારો નવો જિજ્ઞાસુ એમાં કેટલું સાચું છે અને કેટલું ખોટું છે, તેનો ભેદ સમજી શકતો નથી. એકંદરે સંમોહન વિદ્યા એ ભિખારીઓની જાદુગરી સમાન બની જાય છે. પરિણામે સમજદાર વ્યક્તિ તેને યોગ્ય દૈષ્ટિથી મૂલવતી નથી.

સંમોહન વિદ્યાના ધુરંધર આચાર્ય પ્રો. ધીરેન્દ્રનાથ ચક્રવર્તી કે જેમના ચરણમાં બેસીને આ વિષય અંગે જે કંઈ થોડું ઘણું મેળવ્યું છે, તેઓ આ વિદ્યા સંબંધી છેલ્લાં ચોવીસ વર્ષથી ખૂબ જ પરિશ્રમપૂર્વક સંશોધન કરી રહ્યા છે. આકાશમાં ઊડતા જતા પક્ષીને પોતાની શક્તિ દ્વારા ખેંચીને હાથમાં પકડી લેવું તેમની દૈષ્ટિએ ડાબા હાથના ખેલ સમાન છે. એવા અનુભવી આચાર્યનો નિશ્ચિત મત છે કે તંત્રશાસ્ત્રનો પ્રારંભિક અભ્યાસ પણ સંમોહનની સરખામણીમાં વધુ પૂર્ણ છે અને અનેકગણી શક્તિ ધરાવે છે. તેમના જ પરામર્શ દ્વારા સામાન્ય અભ્યાસીઓ માટે ઉપયોગી સુરક્ષિત પ્રકાશન "પરકાયા પ્રવેશ" સાધના તંત્ર શાસ્ત્રની છાયા પર પ્રસ્તુત કરવામાં આવેલ છે. એમાં એક પણ એવો પ્રસંગ નથી આવવા દીધો કે જે કઠણ હોય અને જેના પ્રયોગથી અનિષ્ટ થવાની આશંકા હોય.

જે લોકો નિષ્ઠાપૂર્વક આ પુસ્તકમાં દર્શવિલ પ્રયત્નનો અભ્યાસ કરશે તો અમારો વિશ્વાસ છે કે તેઓ આ વિજ્ઞાનના ઉપયોગથી પોતાનામાં એક અલૌકિક શક્તિનો અનુભવ કરશે.

- શ્રીરામ શર્મા આચાર્ય

પરકાયા પ્રવેશ કેવી રીતે થઈ શકે છે ?

“પરકાયા પ્રવેશ” શબ્દ બોલચાલની ભાષામાં પ્રમાણમાં ઓછો વપરાય છે. એટલા માટે એમાં કેટલીક વિચિત્રતા અને અજ્ઞાણપાણા જેવું જણાય, પરંતુ ધ્યાનથી નિરીક્ષણ કરવામાં આવે તો તેમાં આશ્ચર્યની કોઈ જ વાત નથી. પ્રાણીઓનો એ સહજ ધર્મ છે કે વન્નેઓછે અંશે બધાં જ પ્રાણી રોજિંદા જીવનમાં તેનો પ્રયોગ કરે છે. જેનામાં આ પ્રકારની શક્તિ વધુ પ્રમાણમાં હોય છે તે તેનો વધુ પ્રમાણમાં લાભ ઉઠાવી લે છે. ઊંડા અભ્યાસની સાથે વધારે પ્રમાણમાં આ કળાને શીખી લીધા પછી જ મોટાં મોટાં કઠણ કાર્યોમાં આવી સક્ષમતા પ્રાપ્ત કરી શકાય છે જેને અલૌકિક અને અદ્ભુત કહી શકાય.

“પરકાયા” શબ્દનો અર્થ બીજાનું શરીર એવો થાય છે. પરકાયા પ્રવેશ એટલે કે બીજાના શરીરમાં પ્રવેશ કરવો એવો અર્થ થશે. અત્રે એવી શંકા ઉત્પન્ન થાય છે કે બીજાના શરીરમાં તે વળી કેવી રીતે પ્રવેશ કરી શકાય ? શરીર ચામડીના સ્તરથી ઢંકાયેલ છે, તેમજ માંસ, મજ્જા, હાડકાં વગેરેથી તેની દીવાલો એવી રીતે બનેલી છે કે એક સોય સુધ્ધાં પણ ક્યાંયથી તેમાં પ્રવેશ નથી કરી શકતી. જો એક નાની ટાંકણી પણ ભોંકવામાં આવે તો સમગ્ર શરીર વેદનાથી અસ્વસ્થ બની જશે અને તે ભાગમાંથી લોહી નીકળવાનું શરૂ થઈ જશે. આવી સ્થિતિમાં વળી “પરકાયા” પ્રવેશ કરવાનું કઈ રીતે શક્ય બને ?

જો મોં, કાન, નાક, મળ, મૂત્ર વગેરેનાં છિદ્રોમાંથી પ્રવેશ કરવાની વાત હોય તો પણ તે સમજમાં નથી આવતી કારણ કે આ છિદ્રો પણ થોડે સુધી જ સ્પષ્ટ રૂપથી ખુલ્લાં રહેલાં છે. ચોક્કસ હદ પછી તેમાં કોઈ વસ્તુ પ્રવેશ કરી શકતી નથી. તો પછી કેમ કરીને બીજાના શરીરમાં પ્રવેશ મેળવી શકાય અને જો પ્રવેશ મેળવી પણ શકાય તો તેનાથી શું લાભ થાય ? જે વસ્તુઓની નૈસર્ગિક આવશ્યકતા છે તેમને પ્રવેશ મળવા માટે પરમાત્માએ શરીર બનાવ્યું છે. એમાં

એનાથી વધારે વસ્તુઓ રહી શકતી નથી. જેમ કે તમાકુનો ધુમાડો લેવાથી તે પેટમાં રહી શકતો નથી. કોઈ ઝેરી પદાર્થ ખવાઈ જાય તો તરત જ ઝાડા કે ઊલટી શરૂ થઈ જાય છે. નાકમાં અયોગ્ય વસ્તુ પહોંચી જાય તો છીંક આવવા લાગે છે. આંખોમાં કચરો પડે તો તેને બહાર કાઢવા માટે પાણી વહેવા લાગે છે. આમ “પરકાયા પ્રવેશ” કેવી રીતે થઈ શકે ? અને જો થઈ શકે તો તેનાથી કયો હેતુ સિદ્ધ થઈ શકે ?

ઉપરની શંકા કરતી વેળાએ વાયક આ ભ્રમમાં હશે કે કદાચ હાડ માંસના શરીરમાં જ કોઈ અંગના પ્રવેશની વાત કહેવામાં આવશે, પરંતુ અમારું આવા પ્રકારનું કોઈ મંતવ્ય નથી. આવું થઈ પણ ન શકે અને જો થઈ શકે તો તેનો લાભ એક વિશેષ અવસર જ હોઈ શકે છે. જેવી રીતે હાડકું તૂટી જવાથી બકરા વગેરેનું હાડકું બેસાડવામાં આવે છે. નવયૌવન પ્રાપ્ત કરવા માટે વાંદરાની ગાંઠો બેસાડવામાં આવે છે. લોહી ઓછું પડવાથી બીજાના શરીરનું લોહી પિયકારી દ્વારા રોગીના શરીરમાં દાખલ કરવામાં આવે છે. વિટામિન તત્વ ઓછું થવાથી માછલીનું તેલ પિવડાવવામાં આવે છે, કેટલાક રોગોમાં પશુપક્ષીઓનું માંસ ખવડાવવામાં આવે છે, પરંતુ આ બધી વાતો ચિકિત્સાશાસ્ત્ર સાથે સંબંધિત છે અને ભૌતિક વિજ્ઞાનના ડૉક્ટર લોકો જ આ પ્રયોગ કરે છે. અધ્યાત્મ તત્વ કે જેના આધાર પર આ પુસ્તકની રચના કરવામાં આવી રહી છે એવી રીતે કોઈ ક્રિયા નહીં બતાવી શકે. યોગીઓની દૈષ્ટિએ શરીર એટલું બધું મહત્ત્વનું છે કે તે આત્માને રહેવા માટેનું મંદિર હોવાને કારણે તીર્થસ્થાન છે. એટલા માટે તેની ધર્મપૂર્વક સાવધાની અને સારસંભાળ રાખવી જોઈએ. જેથી તે કસમયે નષ્ટ કે રોગી ન થઈ જાય. એનાથી વિશેષ ચિંતા અને માથાકૂટ કરવાનું અધ્યાત્મ તત્ત્વનું શિક્ષણ નથી.

જેની શક્તિથી શરીરનું સંચાલન થઈ રહ્યું છે તે ચૈતન્ય તત્ત્વ પ્રાણશક્તિ છે. પ્રાણના બળથી તે નાચેકૂદે છે. બળ સમાપ્ત થઈ જવાથી તે એક તણખલું પણ

હલાવી શકે તેમ નથી, બલકે તે પોતાની રક્ષા પણ નથી કરી શકતું. મરેલા શરીરને કૂતરાં-બિલાડાં ખાવા લાગે તો પણ તે હાથ હલાવી શકતું નથી. થોડી વાર તેને એમ જ છોડી દેવામાં આવે તો આપમેળે જ સડવા લાગશે અને જંતુઓનો ખોરાક બનીને નષ્ટ થઈ જશે. શરીર એવા અગણિત ભાગોથી બનેલા મશીન જેવું છે કે જે વીજળીથી અથવા વરાળની શક્તિથી ચાલે છે. જો કોઈ શક્તિ તેને ચલાવવા માટે ન હોય તો કીમતી મશીનો આપમેળે સહેજ પણ ખસી શકતાં નથી. શરીરમાં જે કાંઈ સુંદરતા, બળ, બુદ્ધિ, જ્ઞાન, યોગ્યતા જોવા મળે છે તેની સાચી શક્તિ પ્રાણમાં ધુપાયેલી છે. પ્રાણ વિકૃત થવાથી ઉત્તમ શરીર પણ બગડી જાય છે.

જે મનુષ્ય દસ દિવસ પહેલાં ખૂબ જ સારો હતો તે ગાંડો થઈ જવાને કારણે આજે તિરસ્કારને પાત્ર બની ગયો છે. જેનું મન દુષ્ટ હોય છે તેના શરીરમાં ભલે ને કેટલુંય આર્કર્ષણ કેમ ન હોય, પરંતુ તેને ચોર, દુરાચારી, ધૂર્ત અને પાપીઓની જેમ બધેથી તિરસ્કાર જ સહન કરવો પડે છે. એનાથી વિરુદ્ધ જેનું શરીર વાંકુંચુકુ, કાળું, કદરૂપું અને જાડું હશે, પરંતુ આત્મશક્તિ શ્રેષ્ઠ હશે તો તે મનુષ્ય સન્માન પ્રાપ્ત કરશે. અષ્ટાવક ઋષિનાં આઠ અંગ વાંકાં હતાં. તેમનું શરીર વધારે બેડોળ અને અવગણના કરવા લાયક હતું, પરંતુ તેઓ પણ ધુરંધર વિદ્વાનોમાં અગ્રણી હતા. પોતાના જમાનામાં રાજાઓ તેઓની પૂજા કરતા હતા. લંગડા તૈમૂરલંગ અને કાણા રણજીતસિંહ પોતાના જીવનની વાતો સ્વયં કહી જાય છે. ગાંધીજીનો ચહેરો તમોએ કોઈ વાર નજીકથી જોયો હશે તો તમોને કુતૂહલ થશે, પરંતુ જે બળ પર સમગ્ર વિશ્વમાં માનવસમાજનું મસ્તક તેમનાં ચરણોમાં ઝૂકી ગયું છે તે તેમના શરીરમાં નહિ, પરંતુ તેમની અંદર હતું.

ઉપરોક્ત ચર્ચાનું તાત્પર્ય એ છે કે “મનુષ્ય” શરીર નહીં, આત્મા છે. આત્માના ગુણોમાં કોઈ વધારો ઘટાડો થવાથી શરીરની યોગ્યતામાં વધઘટ થતી રહે છે. કાલિદાસ શરૂઆતમાં એટલા મૂર્ખ હતા કે જે વૃક્ષની ડાળી પર બેઠા હતા

તે ડાળીને જ કાપી રહ્યા હતા. કોઈ દયાળુએ તેમને સાચા માર્ગ પર લાવી દીધા અને તેઓ એટલા મહાન વિદ્વાન થયા કે સંસ્કૃતમાં તેમના જેવા કવિ મળવા મુશ્કેલ છે. જીવનનો વધારે સમય જેણે હત્યાઓ કરવામાં અને લૂંટ કરવામાં પસાર કરેલ તે વાલ્મીકિનું જ્યારે પરિવર્તન થયું ત્યારે તેઓ મહાન ઋષિના રૂપમાં પ્રગટ થયા, પરંતુ અધોગતિની વાતો વિશે કાંઈ કહેવું નથી. દરેક ઠેકાણે એવાં અસંખ્ય ઉદાહરણો મળે છે કે જેઓ થોડા દિવસો પહેલાં શ્રેષ્ઠ સદાચારી હતા, પરંતુ દુર્બુદ્ધિના કારણે ખરાબ કાર્યો કરવા લાગ્યા અને તેમનું પતન થયું. આ બધું પ્રગતિ - અધોગતિનું કાર્ય હાડમાંસનું પૂતળું નથી કરતું, તેને કરવાવાળો છે તે મનુષ્ય જ છે. તે જ આત્મા છે.

મનુષ્ય જે કોઈ કામ શરીરથી કરે છે તે એક્કમ અને આપમેળે થતું નથી. તેનું બીજ મનમાં ઉત્પન્ન થાય છે. જ્યાં આવા પ્રકારના વિચારો આવવાની શરૂઆત થાય છે ત્યાં તે વિચાર સતત ઉત્પન્ન થવાને કારણે દૈઢ બની જાય છે અને જો કોઈ વિધન ઉત્પન્ન ન થાય તો ક્રિયાના રૂપમાં પરિણમે છે. જો પરિસ્થિતિઓ અનુકૂળ થઈ તો શરીર દ્વારા એવું જ કાર્ય થયા કરે છે. કદાચ ભાગ્યે કોઈ મનુષ્ય અચાનક કોઈ કાર્યમાં પ્રવૃત્ત થાય છે. તેના મનને ઓળખવામાં આવે તો ખ્યાલ આવશે કે થોડા સમય પહેલાં તેના મનમાં આવા વિચારો ઉત્પન્ન થયા હતા. સગવડતા મળવાથી તે વિચારો ખીલી ઊઠ્યા અને એ પ્રકારનું કામ શરૂ થઈ ગયું.

દરેક પ્રકારનાં વિચાર-બીજ પોતાની મેળે જ નથી ઉત્પન્ન થતાં. તે બહારથી પણ આવે છે. પૂર્વસંચિત સંસ્કારોની અસર મન ઉપર અંકિત થાય છે, પરંતુ બીજાઓની અસર પણ મોટે ભાગે થાય છે. સોબતના ગુણદોષોનો બધા લોકો સ્વીકાર કરે છે. સત્સંગના વિષયમાં રામાયણ કહે છે એવી જ રીતે ખરાબ વ્યક્તિઓની સોબતથી સારી વ્યક્તિઓ પણ ખરાબ થઈ જાય છે. એનું કારણ શું છે? કારણ એ છે કે એક આદમીના મનના વિચારોનો પ્રવેશ બીજાના મનમાં

થાય છે. પરિણામ સ્વરૂપે તેનામાં પણ તેવા જ વિચારો ઉત્પન્ન થવા લાગે છે. વેશ્યાઓના મહોલ્લામાં જઈને રહેવાથી સ્વાભાવિક રીતે કામુક્તાના વિચારો ઉત્પન્ન થવા લાગે છે. સંત મહાત્માઓના આશ્રમોનું વાતાવરણ ઘણું શાંતિદાયક હોય છે. જવૈયાઓની મહેશિલમાં બેસવાથી ન ગાનાર વ્યક્તિઓનું માથું પણ તાલના આધારે ડોલવા લાગે છે. વિચારોનું વાતાવરણ બીજાઓને અસર કરે છે. અધિક માત્રામાં અધિક શક્તિ અને સામર્થ્યની સાથે ઉત્પન્ન થયેલ વિચારોનું વાતાવરણ બીજાઓને પ્રભાવિત કર્યા સિવાય રહેતું નથી. આ સૂક્ષ્મ વિજ્ઞાનને ઘણા લોકો જાણતા નથી, પરંતુ તેના પરિણામને નજરે નિહાળે છે. બીજાઓના ભાવથી કોઈએ પોતાના અગાઉના સ્વભાવમાં પરિવર્તન કરી લેવું એ શું છે ? આ પરકાયા પ્રવેશનું ઉદાહરણ છે. રામ એક વર્ષથી ખરાબ વ્યક્તિઓની સોબતમાં છે અને હવેથી તેણે પોતાના સદ્ગુણો છોડી દીધા છે અને તે એક નંબરનો ઝુંડો બની ગયો છે. આ કેવી રીતે થયું ? ખરાબ વ્યક્તિઓએ પોતાના વિચારો તેના પર પ્રેરિત કર્યા. આ વિચારોએ રામના મગજ પર આક્રમણ કર્યું અને સારા વિચારોને દૂર કરીને પોતાની જમાવટ કરી લીધી. રામનું મગજ હવે સારા ભાવોથી બિલકુલ ખાલી થઈ ગયું અને તે બીજા વિચારોના કબજામાં પહોંચી ગયું. આથી એ વાત સાબિત થઈ કે વિચારો સહેલાઈથી બીજાઓ પર આક્રમણ કરી શકે છે. જો તે જોરદાર હશે તો તે સામેનાને પોતાની ઈચ્છા મુજબ વર્તતા બનાવી દે છે. આ ક્રિયા સંસારમાં દિવસરાત જાણેઅજાણે થઈ રહી છે. જેનાથી પ્રતિજ્ઞા અસંખ્ય મનુષ્યોના જીવનમાં વિચિત્ર પરિવર્તન થઈ રહ્યું છે. આ જ “પરકાયા પ્રવેશ” છે. શરીરમાં શરીરનો પ્રવેશ થતો નથી, પરંતુ એક વ્યક્તિના મનના વિચારો બીજા વ્યક્તિના મનમાં પ્રવેશ કરીને એ શરીરને પોતાની ઈચ્છા મુજબ ચલાવી શકે છે. જો કુશળતાપૂર્વક અને વિશેષ યુક્તિઓની સાથે આ કાર્યને કરવામાં આવે તો ઝડપી અને અધિકપ્રમાણમાં આશ્ચર્યજનક પરિવર્તન થાય છે.

આ ક્રિયા નવી નથી

રાજને પોતાના રાજ્યની સારી વ્યવસ્થા કરવા માટે મંત્રીની જરૂરિયાત હોય છે. મંત્રી પોતાની યોગ્યતા પ્રમાણે સમગ્ર શાસનતંત્રને ચલાવે છે. આમ આત્માની કાર્યવાહક શક્તિનું નામ પ્રાણ છે. એ મનથી થોડી ઊંચી અને સુસંસ્કારિત સત્તા છે. આ પ્રાણશક્તિ શરીરનાં અલગ અલગ અંગોમાં પોતાની પ્રેરણાથી ક્રિયા ઉત્પન્ન કરે છે. આપણા શરીરના અવયવોને ચલાવવામાં જે ક્રિયા થઈ રહી છે તે અદ્ભુત છે. વૈજ્ઞાનિકોનો મત છે કે મનુષ્યોનાં શારીરિક અને માનસિક કાર્યોને ચલાવવામાં એટલી બધી વિદ્યુતશક્તિ વપરાય છે કે જેનાથી એક મોટું કારખાનું ચાલી શકે. મનુષ્યની તમામ શક્તિઓ ભેગી કરીને એક કૃત્રિમ મનુષ્ય બનાવવામાં આવે તો તેના સંચાલનમાં એક વીજળીઘરની તમામ શક્તિ વપરાઈ જાય. મૃત્યુ શું છે ? આ વીજળી ઘરનું નિષ્ફળ જવું તે છે. શરીરના તમામ અવયવો એમના એમ જ રહે છે. કોઈ ક્યાંયથી તૂટતાકૂટતા નથી. માત્ર વિદ્યુત પ્રવાહ જ બંધ થઈ જાય છે. શરીરની વીજળીનું ક્ષેત્ર માત્ર પોતાના અવયવો પૂરતું જ મર્યાદિત નથી, પરંતુ તે બહારની ચીજવસ્તુઓ ઉપર પણ પ્રભાવ પાડે છે અને એમનામાંથી શક્તિ ગ્રહણ કરવાનું કાર્ય પણ કરે છે. એક વૈજ્ઞાનિકે પોતાના લાંબા સમયના અનુભવના આધારે બતાવ્યું છે કે આપણી વીજળીનો ત્રીજો ભાગ અવયવોના સંચાલન માટે વપરાઈ જાય છે. ત્રીજા ભાગથી એ ગુમ ક્રિયા થાય છે કે જે અનંત આકાશમાં ઊડતા-વિહરતા વિચાર, બળ વગેરેને પકડીને તેમનામાંથી અયોગ્ય હાનિકારક રોજના જંતુઓ, ખરાબ વિચારો વગેરેને દૂર ફેંકે છે. બચેલી ત્રીજા ભાગની વીજળી બીજાં પ્રાણીઓ પર પોતાનો પ્રત્યક્ષ પ્રભાવ પાડવા અને તેની સારી અસરોને ગ્રહણ કરવામાં કામ લાગે છે. આ ત્રણ ભાગ પૈકી પ્રત્યેક ત્રીજા ભાગની શક્તિ અસંખ્ય માર્ગો દ્વારા ખર્ચ થતી રહે છે અથવા એમ કહેવું જોઈએ કે પાવર હાઉસ સાથે જે અસંખ્ય તાર જોડાયેલા છે તે અલગ દિશામાં વિભિન્ન કાર્ય કરતા રહે છે. માનવ શરીરની

વીજળીનું સંશોધન કરનારા કહે છે કે તાજા જન્મેલા બાળકની પણ તમામ વીજળી એકઠી કરવામાં આવે તો તેનાથી માલગાડીનું એક એંજિન ચાલી શકે છે. ઉંમર વધતાં આ શક્તિ વધતી જાય છે અને જે વ્યક્તિ તેને વધારવાની કોશિશ કરે છે તેને તો ઘણું બધું બળ પ્રાપ્ત થાય છે.

આ શક્તિ પશુપક્ષીઓના શરીરમાં પણ હોય છે. ભારતના પ્રસિદ્ધ ક્રાન્તિકારી અને વૈજ્ઞાનિક હંસરાજજીએ વાયરલેસનું એક યંત્ર બનાવવા માટે ગરોળીના શરીરની ઘણી મદદ લીધી હતી. આગિયો પોતાના શરીરની વીજળીને ચમકાવીને ઘણો સુંદર પ્રકાશ આપે છે. એક પ્રકારની માછલી નાના જળજતુંઓનો શિકાર કરતી વેળાએ પોતાની વીજળીનો એવો ઝાટકો આપે છે કે જેનાથી તે બેહોશ થઈ જાય છે. મોટા અગજર અને સાપની વિદ્યુત શક્તિથી નાની ચકલીઓ અને દેડકાં સ્તબ્ધ થઈ અડગ ઊભાં રહી જાય છે. કેટલીક વાર તેઓ જાતે જ ઘસડાઈને સાપના મુખ સુધી પહોંચી જાય છે. વરુને જોઈને ઘેટાંનું ભાગવું તો દૂર રહ્યું, પરંતુ મોંમાંથી અવાજ પણ નીકળતો બંધ થઈ જાય છે. બિલાડી, સિંહ, વાઘ વગેરે પણ પોતાના શિકારને પકડતી વેળાએ આ શક્તિથી કામ લે છે. મનુષ્યોમાં આ શક્તિ જરૂરી માત્રામાં જ હોય છે. એમાં આકર્ષણ અને અપાકર્ષણ બંને શક્તિઓ સરખી રહે છે. ક્રોધિત અને રોષે ભરાયેલી વ્યક્તિને જોઈને આપણા પગ કાંપવા લાગે છે, પરંતુ એક સુંદર સ્ત્રીને જોઈને એકદમ આકર્ષિત થઈ જવાય છે. આ શું છે ? આ આકર્ષણ-અપાકર્ષણની શક્તિઓનો જ પ્રભાવ છે. વેશ્યાગમન દ્વારા બદનામી, ધનનો વ્યય, સ્વાસ્થ્યનો નાશ થતો હોવા છતાં પણ લોકો તે અપનાવે છે. પોતાની પત્નીના ગાઠ સંપર્કમાં આવવાની ઈચ્છા થાય છે. સુંદર બાળકોને રમાડવા માટે મન લલચાય છે. મિત્રો માટે બધું જ બલિદાન કરી દઈએ છીએ. આ બધો આકર્ષણ શક્તિધારનો ખેલ છે. કોઈક વાર તો આ શક્તિ ગજબનું કામ કરી જાય છે. એક વ્યક્તિ પોતાનો સ્વતંત્ર વિચાર ધરાવે છે. તે પોતાના વિરોધી વિચારવાળી વ્યક્તિની પાસે વિરોધ કરવા માટે જાય છે, પરંતુ

ત્યાં જવાથી કોઈક એવી અસર પડે છે કે પોતાના વિચારો છોડી દઈને તે બીજાઓના વિચારોને અપનાવી લે છે અને તેને અનુરૂપ બની જાય છે કોઈક વાર એવી ઘટનાઓ જોવામાં આવે છે કે કોઈક વ્યક્તિ જે વિચારમાં સહેજ પણ સચિ ન ધરાવતી હોય તે કામને માટે બીજા વ્યક્તિઓ દ્વારા તેને પ્રોત્સાહિત કરવામાં આવે છે અને તે એ કામ બહુ જ દિલથી કરે છે. બે વ્યક્તિઓ એક સાથે રહેવાથી જો સાચો પ્રેમ હોય તો આકર્ષણ શક્તિ એટલી બધી વધી જાય છે કે એક બીજાના વિના જીવન કપરું થઈ જાય છે. પ્રેમીના વિરહમાં આત્મહત્યા કરી લેવાનું અથવા પતિની સાથે સતી થવાનું આ આધારે જ થાય છે. આવી રીતે વિકર્ષણ શક્તિની અસર પણ હોય છે. ભયંકર વ્યક્તિઓનો ચહેરો જોઈને ડર લાગે છે. પ્રભાવશાળી શક્તિની સામે જઈને કેટલીક વ્યક્તિ સારી રીતે બોલી પણ નથી શક્તી અને ન કહેવાનું કહે છે. કોર્ટોમાં અધિકારીઓની સામે વાત કરવામાં પણ કેટલાય લોકોના નાકે દમ આવી જાય છે. કોપી અને ક્રોર સ્વભાવના લોકોની પાસેથી જલદીથી ઊઠી જવાની ઈચ્છા થાય છે. ધૂણા ઉત્પન્ન કરે તેવાં કાર્ય કરનારની અને પાપીઓથી દૂર રહેવાની સ્વાભાવિક ઈચ્છા થાય છે. અપાકર્ષણ શક્તિનો ગુણ દૂર કરવાનો છે.

આ તો દૈનિક જીવનમાં સ્વાભાવિક શક્તિના પોતાની મેળે થતા પ્રભાવની વાત થઈ. વિશેષ અવસરો પર વિશેષ શક્તિ દ્વારા જાણી જોઈને કરવામાં આવેલી અસર એનાથી જુદી તથા બહુ જ શક્તિશાળી હોય છે. પહેલેથી જ કહેવામાં આવ્યું છે કે આપણા પોતાના વીજળીઘરના અસંખ્ય અલગ અલગ તારોમાં વીજળી વહી રહી છે. જો બેચાર તારમાં વહેતા પ્રવાહને એક જ તારમાં ચાલુ કરવામાં આવે તો પહેલાં કરતાં ઘણી વધારે શક્તિ ઉત્પન્ન થાય છે અને જો દસ, વીસ, ચાલીસ કે પચાસ તારની શક્તિ ભેગી કરવામાં આવે તો તેના પ્રમાણમાં તેનાથી પણ વધારે બળ મળશે. તાત્પર્ય એ છે કે મનુષ્યની વિખેરાઈ ગયેલી શક્તિઓને જો એકઠી કરવામાં આવે તો તે વધારેમાં વધારે પ્રભાવશાળી થઈ

શકે છે અને તેનાથી આશ્ચર્યજનક અને અલૌકિક કાર્ય કરી શકાય છે.

મનુષ્યની વિખરાયેલી વિદ્યુતશક્તિને જો એકઠી કરવામાં આવે તો તેનાં આશ્ચર્યજનક પરિણામ આવે છે. સૂર્યની ગરમી ચારે બાજુ ફેલાયેલી રહે છે અને સામાન્ય રીતે પોતાનું કાર્ય કર્યે જાય છે, પરંતુ જો બહિર્ગોળ કાચ દ્વારા બે ઈંચ જગ્યાની ગરમીને એક બિંદુ પર એકત્રિત કરવામાં આવે તો થોડી જ ભાગોમાં આગ લાગશે. તે આગની શક્તિથી વિશાળ જંગલોને ભસ્મ કરી શકાય છે. સાધારણ રીતે કોઈને ધક્કો મારવામાં આવે તો વધારે વાગશે નહિ, પરંતુ હાથને પૂરા જોરથી ખેંચીને કોઈ નાજુક જગ્યાએ મારવામાં આવે તો તેને વધુ માર વાગશે અને ચીસો પાડશે. માનસિક શક્તિઓની વિશેષ તૈયારી સાથે કરવામાં આવેલા આઘાતની અસર શારીરિક આઘાતની અસર કરતાં ખૂબ જ વધુ હોય છે. સરકસમાં પાતળા તાર પર નાચવાવાળા અને શરીરને દડાની જેમ ઉછાળવાવાળાં નટ-નટી એ જ કહે છે કે “અમો કોઈ જાદુ શીખ્યાં નથી, પરંતુ માત્ર મનને એકાગ્ર કરવાનો અભ્યાસ કર્યો છે. જે સમયે લોકો ખેલ જોઈ રહ્યા હોય છે, ત્યારે અમારી નજર અને સમગ્ર વિચારશક્તિ અમારા પોતાના કાર્ય પર એકઠી કરેલી હોય છે. એકાગ્રતાની શક્તિ મહાન હોય છે. વિખરાયેલી શક્તિઓનું એકત્રીકરણ જ શક્તિનો ખજાનો છે. કાલનાં મોચી-પટાવાળા અને અનાથ બાળકો જેમને પેટ ભરવા માટે પણ ફાંફાં મારવાં પડ્યાં હતાં તેઓ આજે દુનિયામાં ધૂમ મચાવી રહ્યા છે. હિટલર, મુસોલિની, સ્ટાલિન વગેરેના આતંકથી સમગ્ર પૃથ્વી ધૂજી રહી હતી. આવા લોકોએ પોતાની શક્તિને ઓળખી અને તેને એકત્રિત કરીને એક દિશામાં વાળી હતી. એક દિવસે નેપોલિયન નામનો એક ઇકરો મહાન આલ્પ્સ પર્વતની નજીક પહોંચ્યો. અનંતકાળથી તે રસ્તો રોકીને પડ્યો હતો. નેપોલિયને દેઢતાપૂર્વક કહ્યું, ‘તારે મારા માર્ગમાંથી હટવું પડશે.’ બિચારો એ આલ્પ્સ છેવટે તો જડ પદાર્થ હતો. ચૈતન્ય તત્ત્વની ગરમી કેવી રીતે સહન કરી શકે. તેને હટવું પડ્યું અને નેપોલિયનને જગ્યા આપવી પડી.

લક્ષ્મણે જ્યારે ધનુષ્ય પર દોરી ચડાવી તો બિચારો સમુદ્ર ત્વરાઈ ગયો અને રસ્તો આપવાની પરવાનગી આપતો હાથ જોડીને સામે આવીને ઊભો રહ્યો.

હિન્દુ ઈતિહાસનાં પુરાણોનાં પાનેપાનાં આવી કથાઓથી ભરાયેલાં પડ્યાં છે, જેનાથી સિદ્ધ થાય છે કે મનુષ્ય પોતાની ઈચ્છાશક્તિ અને એકાગ્રતાના બળે બીજાઓને શાપ-વરદાન આપી શકે છે. તેમનું ભલું-બૂરું કરી શકે છે. તેમના મનમાં પોતાના વિચારોનો પ્રવેશ કરાવીને ઈચ્છા પ્રમાણે કામ કરાવી શકે છે.

પરકાયા પ્રવેશ શા માટે ?

આગળના અધ્યાયમાં બતાવવામાં આવ્યું છે કે પરકાયા પ્રવેશ શું છે અને તેનું સફળ થવું કેવી રીતે શક્ય છે. હવે પ્રશ્ન ઉદભવે છે કે તેની શું જરૂરિયાત છે ? ભૂત, પ્રેત વગેરેનો પ્રવેશ જો કોઈના શરીરમાં થાય છે તો તેને સામાન્ય કાર્યક્રમમાં તકલીફ પડે છે. સર્પાદિનો શરીર પ્રવેશ પણ આ પ્રકારે હાનિકારક સિદ્ધ થાય છે.

સંસારની તમામ વાતોમાં લાભ-હાનિ એમ બે પાસાં હોય છે. દરેક વસ્તુને બંને રીતે ઉપયોગમાં લઈ શકાય છે. ઉપરનાં બંને ઉદાહરણો આ વિદ્યાનું હાનિકારક પાસું છે. આ તો મનુષ્ય સિવાયનાં દુષ્ટ પ્રાણીઓની વાત છે. મનુષ્યે પોતે પણ આત્મશક્તિનો ઘણો દુરુપયોગ કર્યો છે. ભૂતકાળના દિવસોમાં એક યુગ એવો આવી ગયો હતો કે આજના ભૌતિક વિજ્ઞાનની જેમ તે સમયે આત્મવિજ્ઞાનનો ઉપયોગ સ્વાર્થ સાધવા પ્રતિહિસા અને ઈન્દ્રિય તૃપ્તિ માટે કરવામાં આવતો હતો. વામમાર્ગનાં તાંત્રિક કર્મ તથા અધ્યાત્મ માર્ગનાં ઉગ્ર કર્મ જલદીથી કૃળ આપવાવાળાં સાધન છે. એના દ્વારા નીચલી શ્રેણીના મનુષ્યો પણ કંઈક ચમત્કારિક શક્તિ પ્રાપ્ત કરી લે છે. આવા લોકોના હાથમાં આવેલી દરેક શક્તિનો દુરુપયોગ થઈ શકે છે. મધ્યયુગમાં તાંત્રિકોનો એક આતંક છવાઈ ગયો હતો. તેઓ પોતાનો સ્વાર્થ સાધવા માટે મારણ, મોહન, ઉચ્ચાટન, વશીકરણ

વગેરે દ્વારા એવાં દુષ્ટ કાર્યો કરતા હતા કે જેના વડે સામાન્ય લોકોનું દિલ ઊકળી જતું હતું. એવાં ખરાબ કાર્યોનો અંત જલદીથી જ આવી જાય છે, તેવો પ્રાકૃતિક નિયમ છે. કહેવાય છે કે જુલમ કરનારની ઉંમર ઓછી હોય છે. “સર્વસાધારણને દુઃખ પહોચાડે તેવાં કાર્યો વધુ દિવસ માટે ચાલુ રહેતાં નથી. તંત્રશક્તિ દ્વારા જ્યારે ખરાબ કર્મો થવા લાગ્યાં, તો આ વિજ્ઞાનની વિરુદ્ધ લોકોમાં ઘોર ધૂણા ફેલાઈ ગઈ અને તાંત્રિકોને સહયોગ આપવાનું છોડી દીધું. લોકવિરોધના કારણે તાંત્રિકો પોતાને ગુમ રાખતા. જે આ વિજ્ઞાનના પંડિત હતા અને શક્તિ સંપન્ન હતા, તેઓએ પણ પોતાના ભેદને ગુમ રાખ્યો કારણ કે જાહેર કરવાથી તેઓ મુશ્કેલીઓનો ભોગ બનતા હતા. ત્યારથી તે આજ દિવસ સુધી આ ક્રિયાઓ જાણવાવાળા પોતાની જાતને સારી રીતે છુપાવે છે. જો કે જમાનો હવે બહુ જ આગળ વધ્યો છે. દરેક સાચી વિદ્યાનો હવે યોગ્ય રીતે આદર થાય છે. જનતામાં તંત્રશક્તિ માટે આ પ્રકારની ધૂણા અને આતંક પણ નથી, છતાં પણ અગાઉની પરિસ્થિતિ અનુસાર આ વિષયમાં વિદ્વાનોએ છુપાવી રાખવાની પ્રથાને જ માન્ય રાખી છે.

આ વિદ્યાનો પ્રયોગ જો ખરાબ કાર્યો માટે થતો હોય તો ખરેખર આનાથી લોકોને કાંઈ પણ લાભ નથી, પરંતુ ઊલટું નુકસાન છે. જો આનો ઉપયોગ લોકોની માનસિક પ્રગતિ તેમ જ ઉન્નતિ માટે કરવામાં આવે તો કોઈ પ્રકારે તેને ખરાબ ન કહી શકાય. અમારો વિશ્વાસ છે કે આ શક્તિનો ઉપયોગ અમારા અનુયાયીઓ લોકકલ્યાણને માટે જ કરશે. લોકોની સેવા કરવી એ જ સાધકોનો ધર્મ હોવો જોઈએ. આ પુસ્તકમાં શક્તિથી પાંચ પ્રકારની ક્રિયાઓ દ્વારા પાંચ પ્રકારનાં કાર્યો કરવા માટેના ઉપાય બતાવ્યા છે. એના સિવાય પણ ઘણા પ્રકારનાં ઘણાં કાર્યો થઈ શકે છે, પરંતુ તેને જાણી જોઈને આ પુસ્તકમાં નથી બતાવ્યાં, કારણ કે આ પુસ્તકોને કોઈ વ્યક્તિ પૈસા આપીને ખરીદી શકે છે, પરંતુ પ્રચંડ શક્તિ ધરાવતી બંદૂક દરેક બાળકના હાથમાં આપી શકાતી નથી. આગળનાં પાનાંમાં માત્ર એટલું જ બતાવવામા આવશે કે કોઈ દુષ્ટ પરકાયા પ્રવેશ

સ્વભાવવાળી ખરાબ ટેવોમાં ફસાયેલી, રોગથી પિડાયેલી અને વિકૃત મનોવૃત્તિવાળી વ્યક્તિને ક્યા પ્રકારે સારા માર્ગ પર લાવી શકાય છે, બીજાના મનમાં કેવા વિચાર ઊઠે છે. આ વાતને નિદાનના સ્વરૂપમાં જાણી શકાય છે. આમાં ક્યાંય કોઈ એવી સાધનાની ચર્ચા કરવામાં આવી નથી કે જેના દ્વારા સજ્જનોને ખરાબ કેવી રીતે બનાવી શકાય અથવા તંદુરસ્ત મનુષ્યને રોગી કેવી રીતે કરી શકાય ? જો આ પ્રકારનું શિક્ષણ આપવામાં આવે તો ખરેખર જ મોટો અનર્થ થાય.

શુભ અને અશુભ વિચાર પૃથક સત્તાઓ છે. એમના ગુણ જુદા છે. શુભ સંકલ્પોથી બીજાઓનું હિત અને પોતાની ઉન્નતિ થાય છે. આ મહંદીના રંજની જેમ જ છે. જે બીજાઓના હાથમાં મૂકતાં મૂકતાં પોતાના હાથ જ રંગાઈ જાય છે, પરંતુ અશુભ વિચાર એક ચિનત્રારી બરાબર છે કે જે બીજા વસ્તુઓને સળગાવે છે, પરંતુ તેને પણ છોડતી નથી જ્યાં તેને આધાર આપ્યો હતો. લોક કલ્યાણકારી કાર્ય ભલે તે શારીરિક હોય કે આધ્યાત્મિક અવશ્ય ફૂલશે શલશે, પરંતુ દુષ્ટ કર્મોમાં બીજાઓનું જેટલું અહિત થાય છે તેનાથી વધારે પોતાનું થાય છે. ચોર બીજાનો માલ ચોરીને એને એટલી હાનિ નથી પહોંચાડતો જેટલી પોતાને પહોંચાડે છે. બધો સમય ગભરાઈને રહેવું, ભયથી લોહી સુકાઈ જવું, આત્મામાં અશાંતિ રહે, લોક-પરલોક વેડફી દેવા અને પકડાઈ જવાથી કંઠેર દંડ ભોગવવો. શું આટલી હાનિ આ મેળવેલ પૈસાથી ઓછી છે ? આ પુસ્તકમાં બતાવેલ અભ્યાસથી કોઈ પણ સાધકમાં એવી શક્તિ નહીં આવે કે જેનાથી તે કોઈ સારા સ્વભાવના સ્ત્રી-પુરુષને ખરાબ માર્ગે ખેંચી જઈ શકે. એમનામાં ખરાબ બુદ્ધિ ઉત્પન્ન કરીને હાનિકારક કાર્યો કરાવી શકે સ્વાર્થ માટે કોઈને જાળમાં ફસાવી શકે અથવા મારણ, મોહન અને વશીકરણ જેવા અભિચાર કરી શકે. જો દૈવયોગથી કોઈમાં એવી શક્તિ આવી પણ જાય તો તેણે ધ્યાન રાખવું જોઈએ. ત્રમે તેવા મોટા પ્રલોભન માટે તેનો દુરુપયોગ ન કરવો જોઈએ. જો કરશે તો અમે હાથ ઉઠાવીને કહીએ છીએ, “હે કૂર કર્મીઓ ! આ અગ્નિ સાથે

રમત ન રમો, નહીં તો મેળવેલ શક્તિ તો ગુમાવી દેશો, પણ સાથે તમે પોતે પણ નષ્ટ થઈ જશો.”

આ પુસ્તકમાં “પરકાયા પ્રવેશ” ની એક નિશ્ચિત હદ સુધી ચર્ચા કરી છે. કોઈ બાળકનો સ્વભાવ ચીડિયો થઈ ગયો હોય, તે વાત વાતમાં જીદ કરે છે, સાંસારિક જ્ઞાનને બહુ જ ધીમે ધીમે પ્રાપ્ત કરે છે એટલે કે મોટી ઉંમરના થવા છતાં પણ તેને એટલી જાણકારી હોતી, જેટલી તેના જેટલી ઉંમરનાં બીજાં બાળકોમાં સામાન્ય રીતે હોય છે. કોઈ બાળકનું મગજ અવિકસિત હોય, વિદ્યા ભણવામાં અથવા યાદ રાખવામાં નબળો હોય, ચોરી કરવાની અથવા ખોટું બોલવાની ટેવ પડી ગઈ હોય તો આ બધી નબળાઈઓને માટે તમે આ વિદ્યા દ્વારા મદદ કરી શકો છો. કોઈ બાળક વિચિત્ર સ્વભાવનો બની ગયો હોય, ફેશનની ચમક-દમક પર વધારે મોહિત હોય, મનોરંજનના કામોમાં વધારે વ્યસ્ત રહે હોય, બીડી પીવાની ટેવ શીખતો હોય ખરાબ સોબતમાં બ્રહ્મચર્યનું પાલન નથી કરતો, ભણવામાં નબળો હોય, અથવા ઉદાસીન હોય તો તેના પર આ વિજ્ઞાનની અદ્ભુત અસર થશે. કોઈ ઉમરલાયક સ્ત્રીપુરુષ કોઈ સ્વભાવનાં હોય, પોતાના અથવા બીજા ઉપર ક્રોધિત રહેતાં હોય, દુર્વ્યસનોમાં ફસાયેલાં હોય, ભ્રષ્ટ આચરણ કરી રહ્યાં હોય, ન કરવા યોગ્ય કાર્યોમાં પ્રવૃત્ત હોય, આળસ અથવા ઉદાસીનતાથી ઘેરાયેલાં હોય, માનસિક અડચણોમાં જકડાઈ ગયેલા હોય અથવા વિરહ, દુઃખ, શોક વગેરેથી પાગલ થઈ રહ્યાં હોય, તો તેમના માટે આ વિજ્ઞાનનો પ્રયોગ કરવો વધારે ઉત્તમ ગણાશે. સંબંધિત વ્યક્તિ પાસે હોય તો ઠીક, નહીં તો દૂર હોય તો પણ વિશેષ પરિશ્રમપૂર્વક પ્રયોગ કરી શકાય છે. એ નિશ્ચિત છે કે કોઈના પર કરેલ પ્રયોગ ક્યારેય પણ વ્યર્થ નથી જતો. અભ્યાસ અને ક્રિયાની ખામીને કારણે જો સંપૂર્ણપણે સફળતા ન મળે તો પણ ઘણા મોટા પ્રમાણમાં સુધારો અવશ્ય થશે જ.

બધી જ આધ્યાત્મિક વ્યક્તિઓ જાણે છે કે આ સ્થૂળ શરીરની જેમ એની

અંદર એક સૂક્ષ્મ શરીર પણ છે. આ સૂક્ષ્મ શરીરની હવે તો વૈજ્ઞાનિક યંત્રો દ્વારા ચકાસણી પણ થઈ ગઈ છે.

કર્નલ આલ્બર્ટ ડેરોયસે માધ્યમ (મીડીયમ) ના શરીરથી બહાર નીકળેલ સૂક્ષ્મ શરીરનું વજન કર્યું છે. તેઓ કહે છે કે સૂક્ષ્મ શરીરનું કુલ વજન સવા બે ઔંસ છે. તે જીવાત્માની ઈચ્છા પ્રમાણે સંકોચાઈ અને ફેલાઈ પણ શકે છે. એનો સામાન્ય ઘેરાવો આશરે ત્રણ ઈંચ છે, પરંતુ ઈચ્છા પ્રમાણે છ ગણો થઈ શકે છે. જેટલી જગ્યામાં એક ઔંસ પાણી રહી શકે છે એટલી જગ્યામાં સૂક્ષ્મ શરીરનું વજન એક ઔંસનો ૧૨૨૪મો ભાગ છે. તે હવા અને હાઈડ્રોજનથી પણ હલકું છે. સ્થૂળ શરીરની જેમ આ પણ એક પ્રકારના સૂક્ષ્મ પરમાણુઓનું સંગઠન છે. આ સૂક્ષ્મ શરીરમાં પણ સ્થૂળ શરીરની જેમ ઈન્દ્રિયો હોય છે. એમ પણ કહેવાય છે કે સ્થૂળ શરીરની ઈન્દ્રિયોની ચેતના સૂક્ષ્મ શરીરની ઈન્દ્રિયોને મળતી આવે છે. સૂક્ષ્મ શરીરની કોઈ ઈન્દ્રિય નષ્ટ થાય છે, તો સ્થૂળ શરીરમાં તે અંગ બિલકુલ સ્વસ્થ હોવા છતાં પણ નકામું થઈ જાય છે.

એકાગ્રતાનો અભ્યાસ

મનુષ્યમાં ઘણી માનસિક શક્તિઓ છે. તે અનેક દિશાઓમાં વિખેરાયેલી રહે છે. જો તેમને એકત્રિત કરીને એક જ દિશામાં પ્રયોજવામાં આવે તો આશ્ચર્યજનક લાભ થાય છે. “યોગશ્ચિત્ત વૃત્તિનિરોધ” સૂત્રમાં મહર્ષિ પતંજલિએ યોગને ચિત્તવૃત્તિઓનો નિરોધ બતાવેલ છે. દારૂને જમીન પર પાથરીને આગ લગાડવામાં આવે તો તે માત્ર સળગી જશે, પરંતુ તે દારૂને જો બંદૂકમાં ભરીને એક દિશામાં ચલાવવામાં આવે તો મોટો પ્રચંડ વેગ ધારણ કરશે અને ભયાનક અવાજ કરશે તેમ જ જે તરફ ચલાવવામાં આવે તે બાજુ ભય છવાઈ જશે. આવી રીતે માનસિક શક્તિઓને ચારેય બાજુથી એકત્રિત કરીને કોઈ એક જ દિશામાં પ્રયોગ કરવામાં આવે તો તેનાથી આધ્યાત્મિક ચમત્કાર થઈ શકે છે.

બીજાઓ ઉપર પ્રભાવ પાડવા માટે આંખોનો જેટલો ઉપયોગ થઈ શકે છે

એટલો શરીરના બીજા અવયવોનો નથી થતો. શુંગાર રસના ક્રવિઓએ આંખોને બાણની ઉપમા આપી છે અને તેનો ઘા બાણથી વધારે ઊંડો બતાવ્યો છે. મનોવૈજ્ઞાનિકોની દૈષ્ટિએ આંખો એક પ્રકારનો અરીસો છે જેમાં મનુષ્યના સમગ્ર સારા નરસા સ્વભાવ સ્પષ્ટ જોઈ શકાય છે. નાનું બાળક જેને ભાષા અથવા લોક વ્યવહારનું જ્ઞાન નથી હોતું, તે આંખો જોઈને પ્રેમ અથવા દ્વેષને ગ્રહણ કરી લે છે. દરેક પ્રકારની ભાવનાઓનું ચિત્ર આંખોમાં ખેંચાઈ જાય છે. હસવાનું, રડવાનું, સુખી અથવા દુઃખી થવાનું, પ્રેમ, અવગ્રહણ, તિરસ્કાર, ક્રોધ વગેરેના મનોભાવોને આંખો દ્વારા તરત જ ઓળખી શકાય છે. રાજા નળની ધર્મપત્ની દમયંતી એક એવી શક્તિ ધરાવતી હતી કે જેના દ્વારા સિકારી સાપ થઈ ગયો. જ્યારે કામદેવે અન્યાયાર કરવાનું શરૂ કર્યું તો યોગીરાજ શંકરે ક્રોધથી પોતાનાં નેત્રો ખોલ્યાં. ફળ સ્વરૂપે,

“ચિતવત કામ ભયેઉ જરિ છાયા. ”

પરકાયા પ્રવેશની ક્રિયા માટે બે મુખ્ય સાધન છે: (૧)દૈષ્ટિપાત (૨) એકાગ્રતા. દૈષ્ટિપાત સાધન અને એકાગ્રતા શક્તિ છે. પહેલવાનને દાવપેચ અને બળ બંનેની જરૂરિયાત પડે છે. પંડિતને બુદ્ધિ અને વિદ્યાની, વ્યાપારીને કુશળતા અને મૂડીની જેવી રીતે જરૂર પડે છે, તેવી રીતે આ વિષયના જિજ્ઞાસુઓ માટે વેધક દૈષ્ટિ અને વિચારબળની યોગ્યતા હોવી જરૂરી છે.

હવે પછી વેધક દૈષ્ટિ અને વિચારોની એકાગ્રતા કરવાની સાધના બતાવવામાં આવશે. આ બંનેના સમન્વયથી બીજાઓને પ્રભાવિત કરવાનું કાર્ય સારી રીતે થઈ શકે છે. એકલી વેધક દૈષ્ટિ સારી જાતની બંધૂક જેવી છે અને એકલું વિચારબળ કારતૂસ જેવું છે. બંને અલગ-અલગ રહેવાથી સિદ્ધિ મળતી નથી, પરંતુ જ્યારે બંને એકબીજામાં મળી જાય છે અને વાપરવાવાળો બુદ્ધિમાન હોય તો નિશાન યોગ્ય જગ્યાએ જ લાગે છે અને ઈચ્છિત ફળની પ્રાપ્તિ થાય છે.

સાધકની પ્રારંભિક યોગ્યતા

સાધકમાં થોડી શરૂઆતની યોગ્યતા હોવી જરૂરી છે. જે સજ્જન આ વિદ્યાનો અભ્યાસ શરૂ કરવા ઈચ્છે છે તેમના માટે યોગ્ય છે કે સૌથી પહેલાં ખાતરી કરે કે તેઓ સાધનાની યોગ્યતા ધરાવે છે કે નહીં. અભ્યાસ માટે જરૂરી છે કે (૧) અઢાર વર્ષથી ઓછી અને પચીસ વર્ષથી વધારે ઉંમર ન હોય (૨) બીમાર ન હોય (૩) કોઈ માનસિક દુબર્ણતાથી પીડાતો ન હોય (૪) સ્વભાવ આળસરહિત અને પરિશ્રમી હોય (૫) આર્થિક ચિંતાથી વ્યાકુળ ન હોય (૬) માદક દ્રવ્ય અથવા અન્ય વ્યસનોનો ગુલામ ન હોય (૭) આત્મવિશ્વાસુ અને આશાવાદી હોય (૮) દેહ નિશ્ચયી અને ધીરજધારણ કરવાવાળો હોય (૯) આંખોમાં કોઈ રોગ ન હોય (૧૦) આ વિદ્યા પર પૂરેપૂરો વિશ્વાસ હોય અને શીખવાની દેહ ઈચ્છા હોય. જે ઉપરોક્ત યોગ્યતાઓ સાધકમાં ન હોય તો રોકાઈ જવું જોઈએ અને એમાંથી જે અયોગ્યતાઓ હોય તેમને દૂર કરવાનો પ્રયત્ન કરવો જોઈએ. જ્યાં સુધી આ ગુણો પોતાનામાં ન આવી જાય ત્યાં સુધી સતત પ્રયત્ન કરતા રહેવું જોઈએ કે જેથી સંબંધિત શારીરિક અને માનસિક દુર્ગુણ દૂર થઈ જાય.

અભ્યાસીએ સૌથી પ્રથમ પોતાનો આહારવિહાર યોગ્ય કરવાની વ્યવસ્થા કરવી જોઈએ. ગરમ, ઉત્તેજક તથા અધિક મસાલાવાળી વસ્તુઓનો ત્યાગ કરીને સાદું અને હલકું ભોજન કરવું જોઈએ. ઘી, દૂધ, ફળ, મેવો વગેરેનો વધારે પ્રમાણમાં ઉપયોગ કરવો જોઈએ. નિયત સમય પર જરૂરી પ્રમાણમાં ભૂખ લાગે ત્યારે જ અને ખૂબ ચાવીને ખાધેલું સાધારણ ભોજન અવ્યવસ્થિત રૂપથી ખાધેલ બહુ કીમતી ભોજનની સરખામણીમાં અધિક લાભપ્રદ હોય છે. રાત્રે મોડા સુધી જાગવું તથા દિવસે સૂઈ રહેવું એ નિષેધ છે. હા, બપોરે ગરમીના દિવસોમાં સૂઈ શકાય છે. અભ્યાસના દિવસોમાં બ્રહ્મચર્ય પાળવું જોઈએ. ચિંતા, ક્રોધ, રોષ, ક્રોશ વગેરેથી દૂર રહીને માનસિક સ્થિતિને ઠીક બનાવવી જોઈએ. યોગાભ્યાસનું કાર્ય થોડો વધુ સમય માગી લે છે. આમાં ધીરે ધીરે સફળતા મળે છે. એટલા

માટે દેહતાપૂર્વક અભ્યાસ કરવા માટે પહેલેથી તૈયાર રહેવું જોઈએ. કેટલાય લોકોની માનસિક સ્થિતિ એવી હોય છે કે જેનાથી તેમને સફળતા બહુ જલદીથી મળી શકે છે, પરંતુ સૌને માટે આ બાબત શક્ય નથી. જેવી રીતે શરીરને મજબૂત અને પહેલવાન બનાવવા માટે સતત અભ્યાસ અને સાવધાનીની જરૂર હોય છે, તેવી જ રીતે મનને બળવાન બનાવવા માટે બહુ જ દિવસો સુધી સાધના કરતા રહેવાની જરૂરિયાત હોય છે. એકબે મહિનામાં સફળતા ન મળે તો સાધના છોડી દેવી ન જોઈએ, પરંતુ પ્રયત્ન કરતા રહેવું જોઈએ.

દષ્ટિપાતનો અભ્યાસ-ત્રાટક

પહેલાં પણ બતાવી ચૂક્યા છીએ કે શરીરની વિદ્યુતશક્તિ કેટલાક ભાગોમાં વિભક્ત થઈને અલગ અલગ દિશાઓમાં કામ કરી રહી છે. આ ક્રિયામાં એવા સાધકની જરૂર છે કે જેનાથી શરીર અને મનની વિદ્યુત શક્તિઓ વધારેમાં વધારે પ્રમાણમાં એકઠી થઈને એક સ્થાન પર લાગી જાય. ત્રાટક હઠયોગનું એક સાધન છે. એના દ્વારા શરીરનાં વિભિન્ન અંગોમાં વહેતી વીજળીને બધી બાજુએથી ખેંચીને એક સ્થાન પર કેન્દ્રિત કરવાનો પ્રયત્ન કરવામાં આવે છે. ત્રાટકનો અભ્યાસ જેમ જેમ વધે છે, તેમ તેમ આંખોનો પ્રભાવ પાડવાની શક્તિ વધતી જાય છે.

એક હાથ લાંબો તથા એક હાથ પહોળો એવો એક સમચોરસ કાગળ અથવા પટ્ટી લઈને તેની મધ્યમાં રૂપિયાના માપનું એક કાળું ગોળ નિશાન બનાવો. શાહી એક સરખી, ક્યાંય વધારે ઓછી ન હોવી જોઈએ. એની વચ્ચે સરસવના માપનું સફેદ નિશાન છોડી દઈ તેમાં પીળો રંગ ભરી દો. આ કાગળને કોઈ દીવાલ પર લટકાવી દો અને તમો તેનાથી ચાર ફૂટ દૂર એવી રીતે બેસો કે કાળો ગોળો તમારી આંખોની બિલકુલ સામે રહે. આ સાધનાનો ઓરડો એવો હોવો જોઈએ કે જેમાં વધુ પ્રકાશ કે વધુ અંધારું રહેવું ન જોઈએ, વધુ ગરમી કે વધુ ઠંડી ન હોવી જોઈએ. પલાંઠી વાળીને કમર સીધી રાખીને બેસો અને કાળા ગોળ નિશાનની વચ્ચે જે

પીળું નિશાન છે તેના પર દૈષ્ટિ તાકતા રહ્યો. ચિત્તની બધી ભાવનાઓ એકઠી કરીને આ બિન્દુને એવી રીતે જુઓ કે તમે પોતાની શક્તિ નેત્રો દ્વારા એમાં પ્રવેશાવવા ઈચ્છો છો. એવું વિચારતા રહો કે તમારી તીક્ષ્ણ દૈષ્ટિથી આ બિન્દુમાં કાણું પડી શકું છે. થોડી વાર આ પ્રમાણે જોવાથી આંખો દુખતી જણાશે આંખોમાંથી પાણી નીતરવાનું શરૂ થાય ત્યારે અભ્યાસને બંધ કરી દો. અભ્યાસ માટે પ્રાતઃકાળનો સમય યોગ્ય છે. નિત્યકર્મથી નિવૃત્ત થયા પછી નિશ્ચિત સ્થાન પર બેસવું જોઈએ અને ચિત્ત એકાગ્ર કરીને સાધના શરૂ કરવી જોઈએ. પહેલા દિવસે જુઓ કે કેટલી વારમાં આંખો થાકી જાય છે. પહેલા દિવસે જેટલો સમય અભ્યાસ કરો, તેમાં દરરોજ એક અથવા અડધી મિનિટ વધારતા જાઓ. આ પ્રકારે દૈષ્ટિને સ્થિર કર્યા પછી તમે જોશો કે તે કાળા ચક્રડામાં વિવિધ પ્રકારની આકૃતિઓ ઉત્પન્ન થશે, ક્યારેક તે સફેદ રંગનું થઈ જશે, તો ક્યારેક સોનેરી, ક્યારેક નાનું લાગશે તો ક્યારેક મોટું. કોઈક વાર ચિત્રાચીત્રો ઊડતી જોવા મળશે, તો ક્યારેક વાદળની જેમ છવાયેલું દેખાશે. આ પ્રકારે આ ગોળ નિશાન પોતાની આકૃતિ બદલતું રહે છે, પરંતુ જેવી દૈષ્ટિ સ્થિર થવાનું શરૂ થશે કે તરત જ આ ગોળ નિશાની પણ સ્થિર થતી જશે અને એમાં જોવા મળતી વિભિન્ન આકૃતિઓ બંધ થશે. વધારે વાર જોઈ રહેવાથી પણ તે યથાસ્થાને જ રહેશે.

ત્રાટક કરવાનું ચિત્ર અનેક રીતે બનાવી શકાય છે. એક એક ફૂટ લાંબાપહોળા ચોરસ દર્પણની વચ્ચોવચ ચાંદીની ચાર આનીના માપનો કાળા રંગના કાગળનો ગોળ ટુકડો કાપીને ચોટાડી દેવામાં આવે છે. આ કાગળની મધ્યમાં સરસવના માપનું એક પીળું ટપકું બનાવવામાં આવે છે. આ અભ્યાસને એક મિનિટથી શરૂ કરવામાં આવે છે અને દરરોજ એક એક મિનિટ વધારવામાં આવે છે. જ્યારે આવી રીતે દૈષ્ટિ સ્થિર થઈ જાય છે ત્યારે આગળનો અભ્યાસ શરૂ કરી શકાય છે. દર્પણ પર ચોટાડેલ કાગળને દૂર કરવામાં આવે છે અને તેમાં પોતાનું મુખ જોઈને પોતાની ડાબી આંખની પૂતળી પર દૈષ્ટિ જમાવી લેવામાં

આવે છે. આ પૂતળીમાં વિશેષ ધ્યાનપૂર્વક પોતાનું પ્રતિબિંબ જોવામાં આવે છે.

ત્રીજી વિધિ મીણબત્તી અથવા દીપકની જ્યોતિ પર દૈષ્ટિ જમાવવાની છે. દીપક ઘી અથવા શુદ્ધ સરસવના તેલનો હોવો જોઈએ. મીણબત્તનો પ્રકાશ પણ ઠંડો ગણાય છે.

ચોથી વિધિ પ્રાતઃકાળના સૂર્ય પર દૈષ્ટિ જમાવવાની છે અને પાંચમી ચંદ્ર પર ત્રાટક કરવાની છે. એમાંથી ઈચ્છો તે કરી શકાય છે, પરંતુ અમોને અનુભવથી પહેલું સાધન જ સુલભ અને યોગ્ય જણાયું છે.

અભ્યાસ પરથી જ્યારે ઊઠો ત્યારે ગુલાબના જળથી આંખો ધોઈ નાખો. આંખ ધોવા માટે એક કાચની પ્યાલી બજારમાં મળે છે. એમાં ગુલાબજળ ભરીને આંખોએ લગાવવું જોઈએ. આ પાણીમાં આંખો ખોલીને સ્નાન કરાવવું જોઈએ. આથી તેમની ત્રરમી શાંત થઈ શીતળતા પ્રાપ્ત થાય છે. અભ્યાસમાંથી ઊઠ્યા બાદ કોઈ પૌષ્ટિક ઠંડી વસ્તુ ખાઈ લેવી જરૂરી છે. દૂધ અથવા દહીંની લસ્સી, માખણ, સાકર, ફળ, શરબત વગેરેનું સેવન કરવાથી શરીરની વધેલી ત્રરમી શાંત થઈ જાય છે.

વિચારોની એકાગ્રતાનો અભ્યાસ-નાઈ

અભ્યાસને માટે એવા સ્થાનની શોધ કરો કે જે એકાંત હોય અને જ્યાં બહારનો વધુ પડતો અવાજ ન આવતો હોય. તીક્ષ્ણ પ્રકાશ અભ્યાસમાં બાધારૂપ છે. એના માટે કોઈ અંધારી કોટડી શોધવી જોઈએ. એક પહોર રાત વીત્યા પછીથી લઈને સૂર્યાદય પહેલાંનો સમય એના માટે બહુ જ સારો છે. જો આ સમયની વ્યવસ્થા ન થઈ શકે તો સવારે ૮ વાગ્યા સુધી અને સાંજે સૂર્યાસ્ત પછીનો કોઈ સમય નિશ્ચિત કરી શકાય છે. દરરોજ નિયમિત સમયે અભ્યાસ કરવો જોઈએ. પોતાના નિશ્ચિત રૂમમાં એક આસન અથવા આરામખુરશી પર બેસો. જો આસન પર બેસો તો પીઠની પાછળ કોઈ ગોળ તકિયો રાખી લો. આ પણ ન થઈ શકે તો પોતાનું આસન એક ખૂણામાં લગાવો. શરીરને આરામ મળે એવી

રીતે બેસી જાઓ અને પોતાના શરીરને ઢીલું રાખવાનો પ્રયત્ન કરો. ભાવના કરો કે મારું શરીર રૂનો ઢગલો માત્ર છે, આ સમયે હું તેને પૂરી રીતે સ્વતંત્ર છોડી રહ્યો છું. થોડી વારમાં શરીર બિલકુલ ઢીલું થઈ જશે અને પોતાનો ભાર આપમેળે સહન કરીને આમતેમ ઢળવા લાગશે. આરામ ખુરશી, તકિયો અથવા દીવાલનો સહારો લેવાથી શરીર સારી રીતે પોતાના સ્થાન પર આવી જશે. યોગ્ગી રૂનાં મુલાયમ બે પૂમડાં બનાવીને કાનોમાં એવી રીતે ખોસી દો કે બહારનો કોઈ અવાજ અંદર પ્રવેશ ન કરી શકે. આંગળીઓથી કાન બંધ કરવાથી પણ કામ ચાલી શકે છે. હવે બહારનો અવાજ તમે સાંભળી શકશો નહિ. જો સંભળાય તો પણ તે તરફથી ધ્યાન હટાવીને પોતાના મૂળ સ્થાન પર લઈ જાઓ અને ત્યાં જે શબ્દો બોલાઈ રહ્યા છે તેમને ધ્યાનપૂર્વક સાંભળવાનો પ્રયત્ન કરો. શરૂઆતમાં કદાચ કાંઈ પણ સાંભળી ન શકાય તો પણ બે ચાર દિવસના પ્રયત્નો પછી જેમ જેમ સૂક્ષ્મ કર્ણેન્દ્રિય નિર્ભળ થતી જશે. તેમ તેમ શબ્દોની સ્પષ્ટતા વધતી જશે. શરૂઆતમાં કેટલાક પ્રકારના શબ્દો સંભળાય છે. શરીરમાં જે લોહીસંચાર થાય છે તેનો અવાજ રેલની જેમ ધક-ધક-ધક સંભળાય છે. વાયુના આવવા જવાનો અવાજ વાદળાં ગરજવા જેવો હોય છે. રસોનો પાકવાનો અને આગળ ગતિ કરવાનો ચટ ચટ અવાજ સાંભળાશે. આ ત્રણ પ્રકારના શબ્દો શરીરની ક્રિયાઓ દ્વારા ઉત્પન્ન થાય છે. આવી રીતે બે પ્રકારના શબ્દો માનસિક ક્રિયાઓના છે. મનમાં જે ચંચળતાની લહેરો ઉત્પન્ન થાય છે તેઓ માનસતંતુઓ પર અથડાઈને એવો અવાજ કરે છે કે જાણે લોખંડના ડબ્બાની ઉપર વરસાદ વરસી રહ્યો હોય અને જ્યારે મગજ બહારના જ્ઞાનને ગ્રહણ કરીને પોતાની અંદર ધારણ કરે છે તો કોઈ પ્રાણી શ્વાસ લઈ રહ્યું હોય એવું માલુમ પડે છે. આ પાંચેય અવાજ શરીર અને મનના છે. થોડાક દિવસના અભ્યાસથી, સામાન્ય રીતે બે-ત્રણ અઠવાડિયાના પ્રયત્નથી આ બધું સ્પષ્ટ રૂપથી સાંભળી શકાય છે. આ શબ્દોને સાંભળવાથી સૂક્ષ્મ ઈન્દ્રિયો નિર્ભળ થતી જાય છે અને ગુપ્ત શક્તિઓને

બ્રહ્મણ કરવાની તેમની યોગ્યતા વધતી જાય છે.

જ્યારે નાદ સાંભળવાની યોગ્યતા વધતી જાય છે ત્યારે વાંસળી અથવા સીટીને મળતી અનેક પ્રકારની શબ્દાવલિઓ સંભળાય છે. તે સૂક્ષ્મલોકમાં થનારી ક્રિયાઓની ઓળખ છે. કેટલાય દિવસોથી વિખૂટા પડેલ બાળકને જે તેની માતાની ઝોદમાં પહોંચાડવામાં આવે તો તે આનંદવિભોર બની જાય છે. એવો જ આનંદ સાંભળવાવાળાને પણ આવે છે કે જે સૂક્ષ્મ શબ્દ ધ્વનિઓને તે સાંભળી રહ્યો છે. વાસ્તવમાં તે એ તત્વની નજીક આવી રહે છે કે જ્યાંથી આત્મા અને પરમાત્મા છૂટા પડ્યા છે અને જ્યાં પહોંચીને બંને ફરીથી એક થઈ જાય છે. ધીરે ધીરે આ શબ્દ અધિક સ્પષ્ટ થવા લાગે છે અને અભ્યાસીને તેને સંભાળવામાં અદ્ભુત આનંદ આવવા લાગે છે. ક્યારેક ક્યારેક તો તે આ શબ્દોમાં મસ્ત થઈને આનંદવિભોર બની જાય છે અને પોતાના શરીર તથા મનનું અસ્તિત્વ ભૂલી જાય છે. અંતિમ શબ્દ “ઓમ્” છે. આ બહુ જ સૂક્ષ્મ છે. તેનો અવાજ ઘંટના અવાજ જેવો હોય છે. ઘડિયાળમાં હથોડી મારી દેવાથી થોડા સમય સુધી કંપનો થાય છે તેવી રીતે “ઓમ્” ઘંટના શબ્દ જેવો સંભળાય છે, પરંતુ આ તો અમોએ આગળની વાત કહી દીધી. જ્યારે સાધક આ સ્થિતિમાં પહોંચી જશે ત્યારે તો તેને આ અથવા આવા કોઈ અન્ય પુસ્તકની જરૂરિયાત રહેશે નહિ.

પરકાયા પ્રવેશ માટે શરીર અને મનના પાંચ શબ્દોથી ઊંચા ઊઠીને વાંસળી નાદમાં પ્રવેશ મેળવવાની યોગ્યતા પર્યાપ્ત છે. આટલું કરવાથી તેનું મન સ્થિર થવા લાગશે. વિચારોની શૃંખલા ભંગ ન થતાં એક કામ પર જામતી જશે અને તે બીજાઓને પ્રભાવિત કરી શકશે. શબ્દોનો આગળનો અભ્યાસ એને એવી યોગ્યતા પ્રાપ્ત કરાવી દેશે, જેવી આંધળાને હોય છે. અભ્યાસી લોકો તેના આધાર પર ઘણી ગુપ્ત વાતોની જાણકારી પોતાની મેળે જ પ્રાપ્ત કરી શકશે.

શબ્દ સાંભળવા માટે દિવસમાં એક વાર બેસવું જોઈએ. સમય હોય તો ઓછામાં ઓછું આઠ કલાકનું અંતર રાખીને બીજી વાર બેસી શકાય છે. વીસ પરકાયા પ્રવેશ

મિનિટથી લઈને એક ક્લાક સુધી અભ્યાસ વધારી શકાય છે. ત્રાટક પહેલાં નાદ સાંભળવામાં આવે છે, પરંતુ પછીથી ક્યારેય પણ આમ ન કરવું જોઈએ. અનુકૂળતા હોય તો બંનેની વચ્ચે ઓછામાં ઓછે એક ક્લાકનો ગાળો રાખવો જોઈએ.

કેટલીક જાણવા જેવી વાતો

ત્રાટક નાદનો અભ્યાસ સતત ઓછામાં ઓછા ચાલીસ દિવસ કર્યા પછી કામ ચલાઉ શક્તિ સાધકને પ્રાપ્ત થઈ શકે છે. જ્યાં સુધી બની શકે ત્યાં સુધી બંને અભ્યાસને નિયમિત રૂપથી ચાલુ રાખવા જોઈએ, પરંતુ જો કોઈ ખાસ કારણથી કોઈ દિવસ અભ્યાસ છૂટી જાય તો તેના પ્રાયશ્ચિત રૂપે એક દિવસ ઉપવાસ રાખવો જોઈએ અથવા એક બ્રાહ્મણને ભોજન કરાવવું જોઈએ. જો બે દિવસથી પણ વધારે અનિયમિતતા થઈ જાય તો અગાઉના દિવસોનો અભ્યાસ નિષ્ફળ માનીને નવા દિવસને પહેલો દિવસ ગણીને આગળ વધવું જોઈએ અને ચાલીસ દિવસ સુધી અભ્યાસ પૂરો કરવો જ જોઈએ. આટલા દિવસોમાં સામાન્ય રીતે ત્રાટકમાં સ્થિરતા આવી જાય છે. જો આમ ન બને તો થોડા વધુ દિવસ અભ્યાસ જાળવી રાખવો જોઈએ. નાદમાં જ્યારે મધુર વાંસળી અથવા સીટી જેવો શબ્દ સાંભળવા મળે ત્યારે અભ્યાસમાં સફળતા મળી એમ સમજવું જોઈએ. ઉપરાંત આ બહારનું ત્રાટક બંધ કરી દેવું જોઈએ કારણ કે વધારે દિવસો સુધી ચાલુ રાખવા માટે જરૂરી ઉત્તમ આહારવિહાર સંબંધી કાળજી રાખવી જોઈએ તે આ સમયમાં વધારે સહેલાઈથી રાખી શકાતી નથી. ઉત્તમ આહારવિહારના અભાવે આંખોને હાનિ પહોંચવાની સંભાવના રહે છે. નાદને સતત સાંભળતા રહેવાથી કોઈ પણ હાનિ નથી, પરંતુ લાભ જ થાય છે. આગળ વધીને બહારની આંખોથી ત્રાટક બંધ કરીને સૂક્ષ્મ આંખોથી તેમ કરવું જોઈએ. આંખો બંધ કરીને મગજની અંદર લુક્ટિઓના મધ્યભાગમાં ધ્યાનને કેન્દ્રિત કરી સૂક્ષ્મ આંખોથી ત્યાં જોવું જોઈએ. શરૂઆતમાં કેટલાય રંજના ડાઘા અથવા ચિનગારીઓ જેવું ઊડતું

માલુમ પડ્યો. આ મગજમાં વ્યાપેલાં પાંચ તત્ત્વોની તન્માત્રાઓ છે. જ્યાં સુધી અંતરની દૈષ્ટિ સ્વચ્છ નહીં થઈ જાય ત્યાં સુધી અંધકાર અથવા રંજબેરંજી ડાઘા અનુભવાય છે, પરંતુ જેમ જેમ દૈષ્ટિ નિર્મળ થતી જાય છે અને સ્થૂળ પાંચ તત્ત્વોને પાર કરીને ઊંડાણપૂર્વક જોવા લાગે છે ત્યારે પ્રકાશ જોવા મળે છે. આગળ જતાં સૂર્યની જેમ પ્રકાશવાન એક સફેદ બિંદુ જોવા મળે છે. મહાત્માઓનું કહેવું છે કે શરૂઆતમાં આ બિંદુ સરસવ અથવા અડદના માપનું હોય છે અને પછીથી ધીમે ધીમે તે પોતાનો વિસ્તાર કરવા લાગે છે. આગળ વધેલા અભ્યાસીઓએ આ પ્રકાશબિંદુ પર માનસ આંખોથી ત્રાટક કરવું જોઈએ. ચાલીસ દિવસ બાદ પહેલાં નાદ શ્રવાણ ત્યાર પછી માનસિક ત્રાટકની ક્રિયાઓ એક જ આસન પર બેસીને કરવી જોઈએ. પછી વચ્ચે ગાળો રાખવાની જરૂર નથી. ફરીથી ત્રણ મહિનાના અભ્યાસ પછી આ ક્રિયાઓ માનસિક ચેતનામાં પ્રવેશ મેળવી લે છે અને મન એનાથી જુદા પડવાને બદલે એમાં રસ લેવા લાગે છે ત્યારે એટલી ધૂટ મળે છે કે કોઈ દિવસ નિશ્ચિત સમય પર અભ્યાસ કરવો શક્ય ન હોય તો આગળ પાછળના સમયમાં પણ કરી શકાય છે. લાંબા સમયના અભ્યાસ પછી જ્યારે એની અનુભૂતિ સૂક્ષ્મ શરીર અને એની અનુભૂતિઓથી નીચે ઊતરીને લિંગ, શરીર અને કારણ શરીર સુધી પહોંચે છે ત્યારે નાદ અને પ્રકાશબિંદુ બે વસ્તુઓને બદલે એક વસ્તુ બની જાય છે, જેને અમૃત કહેવામાં આવે છે, યોગશાસ્ત્રોમાં ઉલ્લેખ છે કે ચંદ્રમંડળમાંથી અમૃતબિંદુ ટપકે છે અને તેને સુષુમ્ના દ્વારા પિવાય છે. આ અમૃતપાનનો આનંદ સાધક પોતે જ જાણી શકે છે. મૂંઝાને ઝોળની જેમ લખીને બતાવી શકાતો નથી

પર કાયા પ્રવેશ માટે આ અવસ્થાને કાયમ રાખવી જરૂરી છે. જે સાધારણ રીતે ચાલીસ દિવસના અથવા કોઈને થોડા વધારે યા ઓછા સમયના અભ્યાસ પછી પ્રાપ્ત થાય છે, તેને છોડી દેવી ન જોઈએ, પરંતુ જ્યાં સુધી બની શકે ત્યાં સુધી બરાબર જાળવી રાખવી જોઈએ. જો બની શકે તો એક યોગ્ય અભ્યાસીના

માર્ગદર્શન હેઠળ અઠવાડિયામાં એકવાર રવિવારના દિવસે મળીને સત્સંગની જેમ અંતર ત્રાટક અને અન્તરનાદની સાધના કર્યા કરવી. જે લોકો નિત્ય નિયમપૂર્વક કરી શકતા નથી તેઓ અઠવાડિયામાં એક વાર કરીને તેના અદ્ભુત પરિણામોની પરીક્ષા કરી જુએ.

જે લોકો પોતાના આત્માની પ્રગતિ માટે આ સાધનાને અપનાવવા માટે છે તેઓ જો પોતાની રહેણીકરણી અને આચરણને વધુ પવિત્ર ન રાખી શકે તો તેઓને સફળતા જલદી તથા વધુ પ્રમાણમાં મળતી નથી. જેવી રીતે એક વ્યક્તિ દૂધ પીએ અને મદિરાનું સેવન કરે તો એને મદિરાથી નુકસાન તો થશે, પરંતુ દૂધનો લાભ અવશ્ય મળશે. કોઈ એટલી વધારે કઠોરતાથી નિયંત્રિત ન રહે તો પણ વધારે નુકસાન નથી, પરંતુ જે સાધક બીજાની અંદર પોતાની આત્મશક્તિનો પ્રવેશ કરાવવા ઇચ્છે તેણે તો પોતાના આચારવિચારોને બહુ જ પવિત્ર રાખવા જોઈએ. નહિ તો પોતાના દુર્ગુણોનાં બીજ પણ બીજાના મનમાં વાવી દેશે. ડૉક્ટર લોકો ઑપરેશન કરતા પહેલાં પોતાનાં સાધનોને ગરમ પાણીથી તેમજ દવાઓ દ્વારા શુદ્ધ કરી લે છે. જેથી કરીને સાધનોને ચોટેલી કોઈ હાનિકારક ચીજ બીમારના શરીરમાં પ્રવેશ કરીને નુકસાન ન પહોંચાડે. બુદ્ધિમાન સાધકની આત્મ શક્તિ જ્યારે બીજાને પ્રભાવિત કરવા માટે બીજાના શરીરમાં પ્રવેશ કરે છે, ત્યારે તે ઈજેક્શનની સોયની જેમ હોય છે. શું કોઈ ડૉક્ટર પોતાની ગંદી સોયને દર્દીના શરીરમાં લગાડવાનું સાહસ કરશે ? નહીં. આમ આ પ્રકારે દરેક સાધક જો બીજાના મનમાં માનસિક પરિવર્તન કરવા માટે ઇચ્છુક હોય તો તે પોતાના વિચારો સ્વચ્છ રાખે, પોતાનું આચરણ સાદું રાખે. પોતાનું ખાન-પાન સાત્ત્વિક રાખે. પોતાની શક્તિઓનો વ્યર્થ વ્યય ન થવા દે. દરરોજ પ્રભુની પ્રાર્થના કરતો રહે અને સંસારનાં બધા જ પ્રાણીઓ માટે મંગલ કામના કરતો રહે.

બીજાઓ પર આત્મશક્તિનો પ્રયોગ

“પરકાયા પ્રવેશ” કરવાની જરૂરિયાત ક્યારે હોય છે તે પહેલાં સમજાવી દેવામાં આવ્યું છે. પોતાનો સ્વાર્થ સાધવા માટે ક્યારેય પણ તેનો ઉપયોગ ન કરવો જોઈએ. સંપૂર્ણપણે નિઃસ્વાર્થ બનીને બીજાઓના હિતની ઇચ્છાથી બીજા ઉપર પ્રભાવ પાડવો જોઈએ. જેવો અવસર અને પરિસ્થિતિ હોય તે પ્રમાણે આ ક્રિયા પણ ત્રણ અવસ્થાઓમાં કરી શકાય છે. જાગૃત અવસ્થામાં, સુષુપ્ત અવસ્થામાં અને નિદ્રિત કરીને. જે લોકો તમારા ઉપર પૂરેપૂરો વિશ્વાસ કરે છે, સન્માનની દૈષ્ટિથી જુએ છે અને આજ્ઞાઓનું પાલન કરવા માટે તૈયાર રહે છે તેમને જાગૃત અવસ્થામાં પ્રભાવિત કરી શકાય છે. જેઓ મધ્યમ વર્ગના છે તમારી સાથે સામાન્ય વ્યવહાર રાખે છે તેઓમાં સામાન્ય રીતે બંધાયેલા છે, પરંતુ આત્મિક સ્વભાવના છે, ધર્મ અને ઈશ્વર પર અવિશ્વાસ કરતા નથી તેમને નિદ્રિત કરીને પ્રભાવિત કરી શકાય છે. જેઓ અત્યંત દૂર સ્વભાવના છે જેમની રજેરજમાં અહંકાર ભર્યો છે, હરકોઈ વ્યક્તિને દબાવવી અને અપમાન કરવું એ જેના ડાબા હાથનો ખેલ છે સુધારવાની વાત કહેવામાં આવે તો ઊલટા ઝઘડી પડે એવા લોકોની સાથે ગુપ્ત અવસ્થામાં પ્રયોગ કરવો ઉપયોગી નીવડે છે. પાંચ વર્ષથી ઓછી ઉંમરવાળાં બાળકોને પણ નિદ્રિત અવસ્થામાં જ પ્રભાવિત કરવાં જોઈએ કારણ કે એમના માનસિક તંતુઓ અવિકસિત હોવાને કારણે જાગૃત અવસ્થામાં પ્રભાવને યોગ્ય પ્રમાણમાં ગ્રહણ કરી શકતા નથી. તેઓને અવસ્થા પ્રમાણે જાગૃત અવસ્થામાં પણ પ્રભાવિત કરી શકાય છે. ત્રણ વર્ષથી મોટી ઉંમરનાં બાળકોને ઘણી જાગૃત અવસ્થામાં પ્રભાવિત કરવાથી વધારે લાભ થતો જોવા મળ્યો છે. પાંચ વર્ષથી માંડીને પંદર વર્ષ સુધીની ઉંમરનાં બાળકો ઉપર તો માત્ર જાગૃત અવસ્થામાં જ પ્રયોગ કરવો જોઈએ.

જાગૃત અવસ્થામાં પરકાયા પ્રવેશ કરવા માટે કોઈ એકાંત સ્થાન પસંદ કરવું જોઈએ. જો તમે પોતાની એક પૂજાની રૂમ અલગ નક્કી કરી લો અને એમાં આદર્શ

સકાઈ રાખીને દરરોજ પૂજાપાઠ તથા આધ્યાત્મિક અભ્યાસ કરતા રહો અને એમાં બહારની વધારે વ્યક્તિઓની અવરજવર ન રહે તો થોડા જ દિવસોમાં તેનું વાતાવરણ ખૂબ જ શાંતિદાયક અને પ્રભાવશાળી બની જશે. આ રૂમમાં આ સાધના શ્રેષ્ઠ રીતે થઈ શકે છે, પરંતુ જો એવું કોઈ સ્થાન નિશ્ચિત કરેલું ન હોય તો કોઈ પવિત્ર સ્થાનના એકાંત ભાગમાં આસન પાથરવું જોઈએ. એમાં બે વ્યક્તિઓ સિવાય ત્રીજી કોઈ વ્યક્તિ હોવી જોઈએ નહીં. જો તે બાળક હોય અથવા સંરક્ષકોના અધ્યક્ષપણામાં હોય અને તમે તેના સંરક્ષક ન હો તો એ આવશ્યક છે કે તે બાળકના સંરક્ષકોની પરવાનગી મેળવ્યા પછી જ કાર્ય કરો કારણ કે કેટલીક વાર કુદરતી રીતે તેનાં સ્વાસ્થ્ય વગેરેમાં અડચણ પેદા થાય કે પછી કોઈના સ્વાસ્થ્યમાં ખામી હોય તો તે મૂર્ખ સંરક્ષક તેનો દોષ બીજાના ઉપર ઢોળે છે. જો કે આ પ્રયોગોમાં શારીરિક અથવા માનસિક નુકસાન પહોંચાડવા જેવી વાત નથી.

પ્રયોગને માટે બંનેએ પવિત્ર થઈને બેસવું જોઈએ. તે જ સમયે સ્નાન અને શુદ્ધ પવિત્ર વસ્ત્ર ધારણ કરવાની વ્યવસ્થા થઈ શકે તો વધુ ઉત્તમ, નહીં તો બંનેએ હાથ મો ધોઈને અને ઓઠાંમાં ઓઠા વસ્ત્રો પહેરીને બેસવું જોઈએ. પ્રયોગ કરનારનું આસન થોડું ઊંચું રહેવું જોઈએ. જો બંનેને બેસવા માટે પાટલો અથવા ખુરસીનો પ્રબંધ થાય તો એક થોડી ઊંચી અને બીજી થોડી નીચી હોવી જોઈએ. પ્રયોગ કરનાર કોઈ પથ્થર અથવા બેઠક પર આસન પાથરીને બેસે અને જેના ઉપર પ્રયોગ કરવાનો છે તેના માટે સામાન્ય જમીન ઉપર પાથરાણું રહે. સૂર્યોદય અથવા સૂર્યાસ્ત પછીનો એક કલાક આ કાર્ય માટે યોગ્ય છે. જરૂરિયાત પડે બપોરે અને મધ્યરાત્રીના ત્રણ કલાક એટલે કે સાડા દસથી માંડીને દોઢ વાગ્યા સુધીનો સમય પ્રયોગ માટે ઉપયોગી છે. પ્રયોગ કરનારનું મુખ સૂર્યોદય પછી દક્ષિણની બાજુ તેમજ સૂર્યાસ્ત પછી ઉત્તર તરફ રહેવું જોઈએ. બંનેની વચ્ચે એક હાથથી વધારે અંતર રહેવું જોઈએ.

પ્રયોગ કરનારનો ચહેરો આ સમયે બહુ જ શાંત અને ગંભીર હોવો જોઈએ. ચંચળતા અને ઉત્સુકતાનું એક પણ લક્ષણ ન હોવું જોઈએ. બિલકુલ શાંત મુદ્રાની સાથે શરૂઆતમાં પ્રયોગ કરનાર પોતાના સાધકની બુદ્ધિની મધ્યમાં દૈષ્ટિ રાખે. અડધી મિનિટ સુધી તેના બૂભાગ પર દૈષ્ટિપાત કયા પછી નજરને શરીરની ઉપર ઊંચી ઉઠાવીને મસ્તકને સારી રીતે જુએ. ત્યાર પછી કાન, નાક, આંખ, મોં, ગરદન, હાથ, પડ, પગ વગેરેની ઉપર ધીરે ધીરે દૈષ્ટિપાત કરે. જોવાની રીત ગંભીર મુદ્રાની સાથે એવી હોવી જોઈએ કે માનો કોઈ ખોવાયેલી વસ્તુને તમો શોધી રહ્યા છો અને જો તે ન મળે તો આગળ શોધવા માટે નજરને લંબાવી રહ્યા છો. આવી રીતે મસ્તકથી લઈને પગ સુધી બધાં અંગોને જોવામાં પાંચ મિનિટ લાગવી જોઈએ. જ્યારે પગ પર દૈષ્ટિ પહોંચી જાય તો ફરીથી પગથી ઊલટા ચાલવું નહીં, પરંતુ ફરીથી મસ્તકથી પગ સુધી નજર નાંખવી. આવી રીતે ત્રણ થી પાંચ વખત દૈષ્ટિપાત કરવો જરૂરી હોય છે. આટલા સમય સુધી સાધકે નાકના આગળના ભાગ પર નજર જમાવવી જોઈએ. જો નાનું બાળક હોય તો તેના પર આ પ્રકારનો પ્રતિબંધ નથી. તે આપ મેળે આસન પર પણ બેસી નહીં શકે. એટલા માટે તે બીજાના ખોળામાં હોવું જોઈએ અને તે જેના ખોળામાં હોય તેનાં બધાં જ અંગ કપડાંથી ઢાકેલાં હોવાં જોઈએ. જેથી કરીને પ્રયોગકર્તાની નજર બાળકને છોડીને તેના પર ન પહોંચી જાય કારણ કે એવું થવાથી એની શક્તિ વહેંચાઈ જશે અને બાળક ઉપર પ્રભાવ ઓછો પડશે.

દૈષ્ટિપાત કરતી વેળાએ પ્રયોગકર્તાએ પોતાના મનમાં પ્રેમની ભાવનાને વધુમા વધુ ઉત્પન્ન કરવી જોઈએ. ધારો કે સાધકની ઉપર દૈષ્ટિમાર્ગ દ્વારા પ્રેમની અમૃતવર્ષા કરવામાં આવી રહી છે. પ્રેમ એક સહસ્યમય દિવ્યરસ છે જે એક હૃદય સાથે બીજાને જોડે છે. આ એક અલૌકિક શક્તિસંપન્ન જ્ઞદૂભર્યો મલમ છે જેને લગાવવાથી બધાં કોઢ, ખજવાળ સારાં થઈ જાય છે અને બેચેનીના બદલે શાંતિ પ્રાપ્ત થાય છે. એવો વિચાર કરો કે જાણે એ વ્યક્તિ માટે તમારા હૃદયમાં પ્રેમ ઉભરાઈ રહ્યો છે અને તમારા હાથ ફેલાવીને તમે તેને પ્રેમપાશમાં બાંધી રહ્યા પડ્યા પ્રવેશ

હો.

આ પ્રેમમયી ભાવનાઓ જેટલી ઉચ્ચ પ્રકારની, ઊંડા અંતઃકરણમાંથી નીકળેલી અને પવિત્ર હશે, એટલી જ વધારે તેમાં શક્તિ હશે. આ શક્તિસંપન્ન વિચારકિરણો અજ્ઞાતરૂપે તે વ્યક્તિના ગુપ્ત અંતઃકરણમાં પ્રવેશ કરશે અને તેને ખેંચીને તમારા વિચારોની છાયામાં લાવવાનો પ્રયત્ન કરશે. પ્રેમભાવનાઓની સાથે દૈષ્ટિપાત કરવાથી સાધકને ઘણી શાંતિ મળે છે. તે પોતાનામાં કશાકનો પ્રવેશ થયો તેવો અનુભવ કરે છે અને ક્યારેક ક્યારેક તો ધ્રુજરી આવીને રુવાંટાં ખડાં થઈ જતાં માલૂમ પડે છે.

ઓછામાં ઓછી પંદર મિનિટ દૈષ્ટિપાત કર્યા પછી તેનાથી અડધા સમય સુધી માર્જન કરવું જોઈએ. માર્જન કરવાની વિધિ એ છે કે ડાબા હાથની હથેળી ઉપર જેટલું સરળતાથી આવી શકે તેટલું શુદ્ધ પાણી ભરી દો. ગંગાજળ મળી શકે તો વધુ ઉત્તમ છે. એમાં જમણા હાથની તર્જની અને મધ્યમા આંગળીઓનાં ટેરવાં ડુબાડો અને આ મંત્રને મનમાં રટ્યા કરો :

“તમે અનુભવ કરવા લાગ્યા છો કે તે પરમાત્મા તમારા આત્મામાં વ્યાપક છે. શરીર ઈશ્વરનું પવિત્ર મંદિર છે. તમારું હૃદય હંમેશાં સત્યનિષ્ઠ અને પવિત્ર છે. હવે તમે જાગી ઊઠ્યા છો અને દુનિયાના સામાન્ય સુદ્ધ વિચારોથી ઉચ્ચ સ્થિતિમાં પહોંચી ગયા છો. નાની નાની સુદ્ધ વાતોમાં પોતાનું અમૂલ્ય જીવન નષ્ટ કરતા નથી, તમોએ પોતાના જીવનનું લક્ષ નક્કી કરી લીધું છે. હવે સંસારનાં પ્રલોભનો તમને ખેંચી શકતાં નથી. માનસિક પીડા હવે તમને સતાવી શકતી નથી. કામ, ક્રોધ, લોભ, મદ, મોહ, મત્સર, ષડ્રિપુ, હવે તમને વ્યથિત નહીં કરી શકે. તમારા હૃદયની બધી જ ખરાબ વૃત્તિઓ નષ્ટ થઈ ચૂકી છે અને સારી વૃત્તિઓ જાગૃત થઈ રહી છે. સચ્ચિદાનંદ પરમાત્માની કૃપાથી તમારું જીવન નિર્મળ અને ઉચ્ચ બની ચૂક્યું છે.”

આ મંત્રને મનમાં રટ્યા કરો. હોઠ હલતા રહેવાથી સાધક ઉપર સારી અસર થાય છે. મંત્ર પૂરો થતાં જ આંગળીઓથી સાત વખત પાણીના છાંટા તેના ઉપર

નાખવા જોઈએ. આવી રીતે પ્રત્યેક વખતે મંત્ર પૂરો થયા પછી પાણીનું માર્જન ત્રણ વાર કરવું જોઈએ. અંતમાં તેના શરીર પર આગળથી પાછળની દિશામાં હાથ ફેરવીને પ્રયોગને સમાપ્ત કરી દેવો જોઈએ.

સાધક જો આ પ્રયોગને માટે પોતે ઈચ્છા ધરાવે અને તેના ઉપર વિશ્વાસ કરીને કાર્યમાં મદદ કરે તો તેણે ઉપરોક્ત મંત્રને પ્રયોગ દરમિયાન મનમાં પોતે જ બોલવો જોઈએ. એમાં જ્યાં “તમે” અથવા “તમારે” શબ્દનો ઉપયોગ થયો છે ત્યાં “હું” “મારું” કરીને સાધક પોતાના માટે જ એક મંત્ર બનાવી શકે છે અને બીજા સમયમાં ગાયત્રી વગેરે મંત્રોની જેમ જપ કરી શકે છે. આ મંત્રના જપથી થોડા સમયમાં તેનામાં ઉત્તમ વૃત્તિઓ પેદા થાય છે.

પરંતુ એવા સાધક જો સ્વેચ્છાએ આ પ્રયોગમાં સામેલ ન થતા હોય તો તેમની ઈચ્છાની વિરુદ્ધ બોલાવવામાં આવે છે. તેમના માટે પ્રયોગ કરવામાં ઘણી જ તકલીફ પડે છે. આ કિસ્સાઓમાં તેમણે બહુ જ બુદ્ધિમતાથી વાતચીત કરીને પોતાના સાધકને એ વાત સમજાવવી પડે છે કે આ લાભદાયક પ્રયોગનો વિરોધ ન કરે અને તેમાં કોઈ પણ પ્રકારનું નુકસાન થવાનું નથી. આ પ્રયત્નની વાત કોઈ પણ પરિસ્થિતિમાં ગુમ રાખવી જોઈએ કારણ કે બીજાને એમ ખબર પડે કે તેનામાં અમુક દોષ છે જેના માટે આ ઉપાય કરવામાં આવી રહ્યો છે, તો તે દૂષણની એ વ્યક્તિના મિત્રોને ખબર પડે છે અને મનુષ્યનો સામાન્ય સ્વભાવ છે કે, તે પોતાના દોષોને જાહેર કરવામાં શરમ અને દુઃખ માને છે. જે લોકો સાધકની નિંદા કર્યા કરે છે તેમને પણ પ્રયોગકર્તાએ સમજાવી દેવું પડે છે એવું કરવાથી મનુષ્ય બેશરમ બની જાય છે તથા વધારેમાં વધારે કઠોરતા ધારણ કરવા માટે તૈયાર થઈ જાય છે. એટલા માટે પાછળની વાતો ઉપર ધ્યાન ન આપી હવે તેને આગળ વધવા દેવામાં જ લાભ છે. કેટલીકવાર બીજાના મુખે પોતાની પ્રશંસા સાંભળીને લોકો પોતાને મહાન માનવા લાગે છે અને પછી આ મોટાઈની રક્ષા કરવા માટે તેમણે આમન્યા પણ રાખવી પડે છે. એટલા માટે આ વાતનું ધ્યાન રાખવું જોઈએ કે સુધારવા માટેનો સૌથી સારો પ્રયોગ એ છે કે તેના પરકાયા પ્રવેશ

દોષોની ચર્ચા ન કરતાં તેના ગુણો પર પ્રકાશ પાડવો જોઈએ અને તે વ્યક્તિને ઉત્સાહિત કરવી કે પોતાના દિવ્ય ગુણોમાં વધારેમાં વધારે પ્રગતિ કરે.

અનેક અવસરો એવા પણ આવે છે કે જ્યારે આ પ્રકારે નિયમિત, સતત અભ્યાસ કરવાની સગવડ થતી નથી. કોઈ કોઈ વાર કોઈ સફળ પ્રયોગ કરનારને રસ્તે મળતી કોઈ વ્યક્તિને શક્તિદાન દેવાની જરૂરિયાત જણાય છે. આવા સંજોગોમાં તે એટલી બધી સગવડનાઓની પ્રતિભા કરી શકતો નથી. તે ગમે તે અવસ્થામાં પ્રેમપૂર્ણ દૈષ્ટિપાત કરે છે અને પાણીના ઉપયોગથી થતા માર્જનના બદલે તેના પોતાના જમણા હાથનો સ્પર્શ કરીને કામ ચલાવે છે. એવા તાત્કાલિક પ્રયોગ પણ બહુ લાભદાયક સિદ્ધ થતા જોવા મળે છે. ઘણી વ્યક્તિઓ પર એક સાથે પ્રયોગ કરીને સફળતા પ્રાપ્ત કરવી તે પણ પ્રયોગકર્તાની પોતાની શક્તિ ઉપર આધાર રાખે છે.

નિદ્રાધીન કરીને પ્રભાવ પાડવો

જે લોકોની ખરાબ વૃત્તિઓ જૂની થઈ ને જામી ગયેલ છે અને જેના સ્વભાવમાં કોઈ બૂરાઈ ઘર કરી ગઈ છે તેના માટે નિદ્રાધીન કરીને પરકાયા પ્રવેશ કરવાની જરૂરિયાત પડે છે. ક્રોધ, શોક, અશાંતિ, બેચેની નિરાશા, મગજની શક્તિઓની ઊણપ વગેરે માનસિક વિકારોમાં તો ખાસ કરીને આ રીત અપનાવવી પડે છે.

જે લોકોએ ત્રાટક અને નાદનો સારી રીતે અભ્યાસ કરી લીધો છે તેમના માટે એ સહેલું છે કે, પોતાની વેધક શક્તિના બળે કોઈને તન્દ્રામાં નાખી શકે. જે વ્યક્તિ પર પ્રયોગ કરવાનો છે તેને સારી રીતે સમજાવી દેવું જોઈએ કે આ જાદુ અથવા ઠઠામશકરી કરવામાં નથી આવતી અને કોઈ ઠગાઈ અથવા માયાજાળ જેવી વસ્તુ નથી. આ માત્ર આત્માઓની પ્રેમપૂર્ણ સમજાવટ છે જેના આધારે ઉચ્ચ ભાવનાઓની સાથે બંને એક બીજા સાથે કંઈક આપલે કરે છે. તન્દ્રામાં પડી જનાર વ્યક્તિની આબરૂ જતી નથી અને પ્રયોગ કરનારની કોઈ ઈજાજત વધતી

નથી. આથી સાધકે આ પ્રયોગમાં કોઈ પ્રકારનું વિઘ્ન ન નાખવું અને શક્ય હોય એટલો સદુપયોગ કરવો. સંમોહન કરવાવાળાની ચાલાકીને તોડવા માટે અથવા પોતાની દેઢતાનો પરિચય કરાવવા માટે કોઈ સજ્જન એવી હઠ કરીને બેસે છે કે જોઈએ મને કોણ નિદ્રાધીન કરી શકે છે ? ખરેખર એવા દેઢ નિશ્ચયવાળાને હરાવવા બહુ જ અઘરા છે. સામાન્ય રીતે આવા વખતે પ્રયોગ કરનાર નાહિંમત થઈ જાય છે, પરંતુ વિજ્ઞાનમાં એવા હઠીલા માટે કોઈ સ્થાન નથી. દરેક કિસ્સાઓમાં દરેક જગ્યાએ ઉદ્ધતપણાની જરૂરિયાત હોતી નથી. આ પવિત્ર આકર્ષણ ક્રિયાના પ્રયોગમાં સાધકે નમ્ર રહેવું જોઈએ અને પ્રયોગ કરનારની કૃપા તથા પોતાના હિતને ધ્યાનમાં રાખીને આ કાર્યમાં સહયોગ આપવો જોઈએ.

જે વ્યક્તિ પર પ્રયોગ કરવાનો હોય તેને એકાંત સ્થાનમાં આરામખુરશી પર સુવાડી દો અને એક સામાન્ય ખુરશી પર પ્રયોગ કરનાર બેસી જાય. બંને ખુરશીઓની વચ્ચે બહુ થોડું અંતર હોવું જોઈએ. સાધકને આદેશ કરવો કે તે પોતાના શરીરને બિલકુલ ઢીલું રૂની જેમ છોડી દે, કોઈ અંગ ઉપર બિલકુલ દબાણ અથવા તણાવ ન રહે. જ્યારે તે આ પ્રકારે પોતાના શરીરને બિલકુલ ઢીલું છોડી દે ત્યારે તેના જમણા હાથની આંગળીઓને પ્રયોગ કરનાર પોતાના ડાબા હાથમાં પકડી લે અને તેની ડાબી આંખની કીકી પર પોતાની દૈષ્ટિ કેન્દ્રિત કરે તથા દેઢ સંકલ્પ કરે કે તેને નિદ્રા આવી રહી છે. સાધકે સૂચન કરવું જોઈએ કે તે મટકું માર્યા વિના એકાગ્રતાથી તમારી આંખોની સામે જોઈ રહે તેને તે પણ સમજાવી દેવું જોઈએ કે તમારી આંખ ભારે થઈ જાય અને આંખો બંધ થઈ જાય તો બળ પૂર્વક તેને ખુલ્લી રાખવાનો પ્રયત્ન ન કરે. જો આંખ બંધ થઈ જાય તો તેને થવા દો અને પોતાના મનોલોકમાં ફક્ત ભૂરા રંગને જ જોતા રહી શાંતિ પ્રાપ્ત કરવાની ભાવના કરે. સામાન્ય રીતે પાંચ-સાત મિનિટમાં જ આ ક્રિયાથી પાત્રને ઊંઘ આવવા લાગે છે. કોઈક વાર પંદર મિનિટમાં આ પ્રભાવ પડે છે. કોઈની કઠોર મનોભૂમિ હોવાથી ઊંઘ આવવામાં વાર લાગે તો પ્રયોગ કરનારે અધીરા ન થવું જોઈએ, પરંતુ તેનાથી પણ વધારે સાહસથી શક્તિપાત કરવો જોઈએ. આંખોની પરકાયા પ્રવેશ

દૈષ્ટિ દ્વારા પોતાની આત્મશક્તિ-સાધકના શરીરમાં તીવ્ર ગતિથી પ્રવેશ કરી રહી છે. આવી ભાવના પ્રયોગ કરનાર જેટલા અધિક વિશ્વાસ અને દૈઢતાપૂર્વક કરશે એટલી વધારે સફળતા મળશે.

પાત્ર જ્યારે તંદ્રામાં પડી જશે ત્યારે તેનાં અંગો બિલકુલ ઢીલાં થઈ જશે. જેવી રીતે ઊઘતા માણસનાં અથવા મડદાનાં અંગ ઢીલાં થઈને આમતેમ ઢળી જાય છે એવી રીતે એનાં પણ ઢળી જાય છે. એટલા માટે કાળજીપૂર્વક તેની ગરદન અથવા હાથને એવી રીતે રાખવા માટેની વ્યવસ્થા કરી દેવી જોઈએ કે તેને નિદ્રાધીન અવસ્થામાં કોઈ નુકસાન અથવા તકલીફ ન થાય. ઉપરોક્ત અવસ્થાને નિદ્રા ન કહેતાં તંદ્રા કહેવી જોઈએ કારણ કે એ સમયે પ્રયોગ કરનારની શક્તિ તેના માનસમાં પ્રવેશ કરીને તેના શરીર ઉપર પોતાનો કબજો જમાવી લીધો હોય છે. કળ સ્વરૂપે સાધકની પોતાની સાધારણ ચેતના ગુમ થઈ જાય છે. ઉપરોક્ત અભ્યાસથી એટલી ગાઢ નિદ્રા નહીં આવે કે આ સ્થિતિમાં તેના અંગનું ઓપરેશન કરી શકાય. એટલી ગાઢ નિદ્રા લાવવા માટે ઉચ્ચ ક્ષાનો અભ્યાસ જરૂરી છે. આ પુસ્તક દ્વારા સર્વ સાધારણ સુધી આ ક્રિયાઓને પહોંચાડી શકાય અને દરેક વ્યક્તિ તેનો અભ્યાસ કરવા તત્પર થઈ જાય એવી જરૂર અમને જણાતી નથી. આ પ્રયોગ દ્વારા લાવવામાં આવેલી નિદ્રામાં વ્યક્તિ માત્ર એક પ્રકારની તંદ્રામાં પડી જાય છે, મરણ પામતો નથી. આથી એવા લોકોને સાવધાન કરવામાં આવે છે જે ગાઢ નિદ્રાની પરીક્ષા લેવા માટે તેના શરીરમાં ચૂંટલી ખણે છે અથવા સોય ખોસે છે. કોઈ માણસ જો તંદ્રિત વ્યક્તિ સાથે એવો વ્યવહાર કરશે તો તેને ભારે નુકસાન પહોંચાડશે. તંદ્રાની અવસ્થામાં તો પાત્રને વધુમાં વધુ આરામ આપવાની અને ઋતુ પ્રમાણે પંખા વગેરેની વ્યવસ્થા કરવી જોઈએ.

પ્રયોગ કરતી વેળાએ પાત્રના હાથને પ્રયોગ કરનાર પોતાના હાથમાં પકડી રાખે છે, પરંતુ તંદ્રાગ્રસ્ત થયા પછી તેને છોડીને તેના ખોળામાં રાખી દેવા જોઈએ. હવે શક્તિ પ્રવેશની ભાવના સાથે આંખની કીકી પર વેધક દૈષ્ટિ રાખવાની

જરૂરિયાત નથી કારણ કે આ ક્રિયાનો જે ઉદ્દેશ્ય હતો તે પૂરો થઈ ગયો હોય છે. પ્રયોગ કરનારની શક્તિએ પાત્રના શરીરમાં ભરપૂર પ્રવેશ કરીને તેના પર પોતાનો અધિકાર જમાવેલ છે. હવે એ કામ કરવાનું છે કે જેનાથી તમારો શુભ સંકલ્પ તેના સૂતેલા મન ઉપર ઊંડો અંકિત થઈ જાય અને તેને પોતાની અંદર ધારણ કરી લે. એ વાતમાં કોઈ શંકા જ નથી કે કોઈ સ્થાન પર કોઈ વસ્તુ રાખવાથી પહેલાંની રાખેલી વસ્તુ ત્યાંથી આપમેળે દૂર થઈ જાય છે. દાખલા તરીકે કોઈ ગ્લાસમાં પાણી ભરી દેવામાં આવે તો એની પહેલાં એમાં જે હવા હતી તે આપમેળે દૂર થઈ જશે. શુભ વિચાર ભરવાથી ખરાબ વૃત્તિઓ આપમેળે દૂર થઈ જશે. આ પ્રકારે તમારી માનસિક સહાયતા પહોંચવાથી તેની માનસિક શક્તિઓને બળ મળશે. તે જાગૃત થઈને પોતાની ઉન્નતિ કરી સારી રીતે કામ કરતી જોવા મળશે.

હવે અગાઉના અધ્યાયમાં બતાવેલ પ્રેમદૃષ્ટિને એવી જ રીતે પંદર મિનિટ સુધી સમગ્ર શરીર ઉપર કેન્દ્રિત કરવી જોઈએ અને ત્યાર બાદ તે મંત્રનું રટણ કરતાં કરતાં મસ્તક પર કંપન આપતા રહેવું. ધુજ્જરીની સંપૂર્ણ ક્રિયા પ્રાણ ચિકિત્સામાં સવિસ્તાર બતાવી છે. હાથ તો એવી રીતે થોડા સમય સુધી સતત કંપતા રહે છે. જાણે કોઈ વિદ્યુત અથવા મંત્રની અસર તેને ધુજ્જરી રહી છે. આને કંપન ઉપચાર કહે છે.

કોઈ પાતળી નેતરની સોટીને એક વખત જોરથી અથડાવી દેવામાં આવે તો તેમાં થોડાક સમય સુધી ધુજ્જરી થતી રહે છે. એવી જ રીતે જાલરને પાણી હથોડી કટકારવામાં આવે તો ટકોરા વાગે છે તેમ જ થોડા સમય સુધી ધુજ્જરી થતી રહે છે. આ પ્રકારની ક્રિયા હાથથી થવી જોઈએ. કાંડાથી લઈને કોણી સુધીની પેશીઓને સખત કરીને થથરાવવાથી ધુજ્જરી આવી શકે છે. ઉપચાર કરતાં પહેલાં એક જ ધારી ગતિથી સતત રીતે હાથને કંપાવતા રહેવાની ટેવી પાડવી જોઈએ. માથાની ઉપર ધુજ્જરી આપતી વખતે એ વાત ધ્યાનમાં રાખવી જોઈએ

કે હાથની ધુજારી ફક્ત વાળને થોડો જ સ્પર્શ કરે, તે એટલો નજીક ન હોવો જોઈએ કે જેથી શરીરની ચામડી સુધી હાથનો થડકાર પહોંચે અને પાત્રની તંદ્રાનો ભંગ થાય. આ પ્રકારની માવજત સામાન્ય રીતે દસેક મિનિટ સુધી આપવી જરૂરી છે.

તંદ્રા અવસ્થા સામાન્ય રીતે પંદર મિનિટથી માંડીને ત્રીસ મિનિટ સુધી ચાલુ રહે છે. કોઈક કોઈક વખત ઊંડી અસર થઈ જાય તો વધુ સમય માટે પણ ચાલુ રહેતી હોય છે. જ્યારે સ્વેચ્છાપૂર્વક એની ચેતના પાછી આવી રહી હોય તો જાગી જવા દેવો જોઈએ અને ક્રિયાને ત્યાં જ પૂરી કરી દેવી જોઈએ, પરંતુ ધુજારી પૂરી થવા છતાં પણ તે જાગે નહીં તો વધુ પાંચ મિનિટ તેને તે સ્થિતિમાં જ રહેવા દેવો જોઈએ અને અડધો કલાક પૂરો થતાંની સાથે જ માથાથી પગની તરફ “પાસ” કરવો જોઈએ. “પાસ” કરવાની સીધી સાદી રીત એ છે કે બંને હાથની આંગળીઓને ખોલી દો અને એવી રીતે બરાબર રાખો કે હથેળીઓ પાત્રના પગ તરફ રહે. પછી બંને હાથને સાથે સાથે નીચેની તરફ રોગીના શરીરથી ત્રણ ઈંચ દૂર નીચેની તરફ ખસેડતા જાઓ અને પગની પાસે લઈ આવીને એને એક વધુ આટકો આપો. માનો કે તમારા હાથ પાણીમાં ભીજાઈ ગયા હતા અને તમે હાથ ખંખેરી નાખ્યા હોય એવી રીતે કેટલીક વખત “પાસ” કરવાથી તમારી શક્તિ જે પાત્રના શરીરમાં ભરેલી છે તે નીકળી જશે અને તે જાગી જશે. દશ મિનિટ સુધી “પાસ” ની ક્રિયા કરવાથી રોગીમાંથી શક્તિ બિલકુલ નીકળી જશે અને ઊંઘમાંથી જાગી જશે અને જો તેમ કરવા છતાં ન જાગે તો સમજવું જોઈએ કે તેને સામાન્ય ઊંઘ આવી ગઈ છે. આવી ખેંચતાણથી થાકી જઈને તે સામાન્ય ઊંઘમાં સૂઈ ગયો છે. આવી સ્થિતિમાં ન તો ચિંતા કરવી જોઈએ કે ન તો તેને જગાડવાનો પ્રયત્ન કરવો જોઈએ. થોડા સમયમાં તે પોતાની ઊંઘ પૂરી કરીને જાગી જશે.

આવા પ્રયોગ એક બે દિવસ કરવાથી કામ પૂરું થઈ શકતું નથી. એક અઠવાડિયા સુધી તો તેની પરીક્ષા ચાલતી હોય તેમ સમજવું જોઈએ. આટલા

સમયમાં ઘણો સુધારો થઈ જશે અને પીડિત વ્યક્તિ તેના તરફ વધારે આકર્ષિત થતી જશે. ત્રણ અઠવાડિયામાં ઘણી કઠણ અને મુશ્કેલ પરિસ્થિતિમાં સુધારો થવાના અનેક અનુભવ મેં પોતે પણ કર્યા છે.

સૂતેલા માણસ પર પ્રયોગ

સૂતેલા માણસ પર પ્રયોગ કરવાની જરૂર એવી સ્થિતિમાં હોય છે કે જ્યારે તે આ કાર્યમાં મદદરૂપ ન થતો હોય અથવા મદદ કરવા ન માંગતો હોય. એ પ્રકારે જિંદી અને ફૂર સ્વભાવના લોકો જે પોતાના ઉપર કોઈ પ્રયોગ કરવામાં આવે તો તે તેમની આબરૂની વિરુદ્ધ સમજે છે. પોતાને “બહુ મોટા સમજવાવાળા” લોકોના મનમાં કોઈ વાતને ઠસાવવા માટે પ્રયત્ન કરવો પડે તો તેને તુચ્છ સમજે છે. આવા પ્રસંગે સુમ અવસ્થાનો પ્રયોગ યોગ્ય ગણી શકાય, તેવી જ રીતે દૂધ પીતાં બાળકોને માટે પણ આ પ્રકારનો પ્રયોગ ઉચિત છે.

સૂઈ ગયેલો માનવી ગમે તે અવસ્થામાં હોય તેનો કોઈ વાંધો નથી અને હોઈ પણ ન શકે કારણ કે તે નિયમપૂર્વક સ્વેચ્છાથી પ્રયોગમાં ભાગ લેતો હોય તો સુમ અવસ્થાને શોધવાની જરૂર ન પડે. તે જેવી રીતે સૂઈ ગયેલ હોય તેમ તેને સૂઈ રહેવા દેવો જોઈએ. જો તે કપડાંથી બિલકુલ ઢંકાયેલો હોય તો જે બાજુ તમે બેઠેલા હો તે બાજુનો થોડો ભાગ ખોલી નાંખો. તમે માથાની તરફ બેસવા માંગતા હો તો માથાના વાળ અને પગની તરફ બેસવું હોય તો પગનાં તળિયાં થોડાં ખોલી દો. તેનાથી પ્રયોગમાં ખૂબ સરળતા રહેશે. જો આ પ્રકારે છેલ્લું અંગ ખુલ્લું રાખવાની વ્યવસ્થા ન થઈ શકે તો પણ કામ ચાલી શકે છે, પરંતુ સફળતા વધુ પરિશ્રમથી અને ઘણા વિલંબથી મળે છે.

જે માણસ પર જે સમયે પ્રયોગ કરવાનો હોય તેનો સૂઈ જવાનો સામાન્ય સમય જાણી લો અને તેની શરૂઆત અને અંતના આઠમા ભાગનો સમય છોડી દો. જેમ કે જે વ્યક્તિ સામાન્ય રીતે રાત્રીના છ કલાક સૂઈ જાય છે, તો તેનો શરૂઆતનો પોણો કલાક તેમ જ છેલ્લો પોણો કલાક તેને અડચણરૂપ બનવું ન

જોઈએ. તેવી જ રીતે જેમ કે બપોરના સમયે જો તે બે કલાક સૂઈ જતો હોય તો પંદર મિનિટ શરૂઆતમાં અને પંદર મિનિટ છેલ્લે તેના શરીર પર કોઈ પ્રયોગ ન કરવો જોઈએ કારણ કે આવું કરવાથી શરીરમાં ગરમીનો વધારો થાય છે. આથી એને ઊંઘમાં ખલેલ પડે છે. અસુવિધા ન હોય તો બે વાર જેટલા દૂર બેસવું ઉચિત છે. તેનાથી નજીક રહેવું વધુ યોગ્ય છે, પરંતુ જો વધુ અંતર રાખીને બેસવું ઉચિત લાગે તો વધુમાં વધુ દશ વાર સુધીનું અંતર રાખીને આ પ્રયોગ થઈ શકે. વધુ અંતર રાખવાના સંજોગોમાં પાણીમાં ભીંજવેલાં દોરાને પેલી સૂઈ ત્રયેલી વ્યક્તિના કપડાં સાથે જોડી દેવો કે જે તેના શરીરને સ્પર્શ કરતાં હોય. આ દોરાનો બીજો છેડો પ્રયોક્તાની નજીક પહોંચાડવો જોઈએ. આ દોરા વડે પાંચ વાર જેટલા દૂર રહેવા છતાં પણ તેના શરીર સુધીનો સંબંધ થઈ શકે છે. જો બે વાર સુધીના અંતરની અંદર જ બેસવાનું હોય તો તેની આવશ્યકતા રહેતી નથી.

પ્રયોગ માટે ખુલ્લી જમીન પર ક્યારેય ન બેસો કારણ કે પૃથ્વીની આકર્ષણ શક્તિ તમારા ઉમેરેલા બળને ખેંચી કાઢીને નષ્ટ કરી નાખશે. હંમેશાં ખુરશી, આસન, પાટ વગેરે પાથરીને જ બેસવું જોઈએ. મુખ પાત્રની તરફ રાખવું જોઈએ. જો પાણીથી ભીંજવેલા દોરાનો પ્રયોગ કરવો પડે એમ હોય તો એનો છેડો તમારા જમણા હાથની મુઠ્ઠીમાં દબાયેલો રાખવો. હવે તમારે વજ્ર યા શ્વાસ પ્રહાર દ્વારા કામ ચલાવવું પડશે.

જેની વિધિ આ પ્રમાણે છે :

મેરુ દંડને સીધો રાખીને બેસો અને મુખને સારી રીતે બંધ કરી દો જેના દ્વારા શ્વાસ આવવાનું જવાનું ન બને. હવે નાક દ્વારા શ્વાસ લેવાની તથા છોડવાની ક્રિયા જલદી જલદી કરો જેમ કે ધક ધક કરતું ગાડીનું એન્જિન ચાલે છે. આવી રીતે શ્વાસને પૂરે પૂરો લઈને છોડી શકાશે નહીં, પરંતુ થોડોક પ્રાણવાયુ શરીરની અંદર પહોંચશે અને તરત જ એક જ ઝાટકાની સાથે કાઢી નખાશે. શ્વાસને લેવાની તથા છોડવાની ક્રિયા જેટલી થઈ શકે તેટલી જલદી કરવી જોઈએ.

લગભગ અડધી મિનિટ સુધી આમ કરતા રહેવાથી ફેફસાં તથા શરીરના બીજા આંતરિક ભાગોમાં ધર્ષણ થવા લાગશે. બે વસ્તુઓ ઘસવાથી વિદ્યુત પ્રવાહ ખૂબ જોરથી વધવા લાગે છે. જો તમે તમારી હથેળીઓને થોડા સમય સુધી બરાબર મસળાશો તો તે ગરમ થઈ જશે. એવી જ રીતે શ્વાસને ઘૂંટવાથી માથું ગળું, ફેફસાં, હૃદય વગેરેમાં રહેલી સામાન્ય વિદ્યુત અને ગુમ દૈવી શક્તિઓ ઉત્તેજિત થઈને વાયુ સાથે મળી જશે આ શ્વાસ પ્રહારની સાથે મનમાં ને મનમાં “હું” શબ્દનું પુનરાવર્તન કરવું જોઈએ. મહર્ષિ નાગાર્જુને શરીરની અંદર વિભિન્ન અવસ્થાઓમાં જુદા જુદા પ્રકારના થતા શબ્દોનું જ્ઞાન પ્રાપ્ત કરીને બતાવ્યું છે કે આ “પ્રહાર”ના સમયે માંસપેશીઓ અને સ્નાયુતંતુઓના ઘસાવાથી એક પ્રકારનો સૂક્ષ્મ અવાજ આવે છે જે “હું” શબ્દને મળતો આવે છે. જો આ શબ્દને મનમાં મંત્રની જેમ જપવામાં આવે તો તે અવાજ વધારે તીવ્ર થઈને શ્વાસને વધારે શક્તિશાળી બનાવી દે છે. આ ધર્ષણના સમયે મનની ભાવનાઓ આત્મશક્તિને ચેતનવંતી બનાવતાં કેન્દ્રિત રહેવી જોઈએ.

લગભગ અડધી મિનિટ સુધી શ્વાસ ધર્ષણ કરીને એક લાંબો શ્વાસ ખેંચવો જોઈએ. જેટલી વધારે હવા ફેફસાંમાં ભરાય તેટલી ભરી લો. હવે ફૂંક મારવા મો ખોલો. જો તમે હવા દૂર સુધી ફેંકવા માગો તો પાતળી ફૂંક મારો. આ કામ પૂરેપૂરું મો ખુલ્લું રાખીને ન થઈ શકે, પરંતુ તેના માટે હોઠ ને તેવી રીતે રાખવા પડે કે જેવી રીતે વાંસળી અથવા તો સિસોટીને વગાડવા માટે રાખવામાં આવે છે. કાયની નાની શીશીને હોઠની પાસે લઈ જઈને ફૂંક, દ્વારા તમે જો સિસોટી વગાડવાનું જાણતા હો તો બસ તે રીતે હોઠ સંકોચીને પાતળી અને દૂર સુધી જાય એવી ફૂંક મારવા તૈયારી કરો અને અને ધીરે ધીરે પાતળી ફૂંક તેના ખુલ્લા અંગને લક્ષ બનાવીને મારવાનું શરૂ કરો. આ કામ બહુ ધીરે ધીરે કરવું જોઈએ અને પેટની પૂરી હવા ખાલી કરવામાં અડધી મિનિટનો સમય લગાડવો જોઈએ. જો આ કામ તમારે એવી જગ્યાએ બેસીને કરવું પડે કે જ્યાં પાત્ર અને તમારી

વચ્ચે કોઈ પડદો અથવા તો દીવાલ વગેરે અંતરાય હોય તો મુઠ્ઠીમાં રાખેલા દોરા પર આ પ્રાણવાયુને છોડી દો. આ “વજ્ર” અથવા તો શ્વાસ “પ્રહાર” કરતી વખતે ભાવના કરતા જવું જોઈએ કે મારો આ શક્તિશાળી પ્રાણવાયુ પરમ પવિત્ર અને પ્રેમના વિચારને લઈને પાત્રના મસ્તકમાં પ્રવેશ કરી રહ્યો છે. તે તેના જીવનને ઉચ્ચ અને સુંદર બનાવવાના ઉદ્દેશ્યને અનુકૂળ વાતાવરણ પેદા કરે છે. જેવી રીતે વસંત ઋતુ જૂનાં શક્તિ વગરનાં પાન ઝાડ ઉપરથી નીચે ફેંકીને નવી કુંપળી પેદા કરે છે તેવી જ રીતે જીવનનો રસ ભરેલ આ પ્રાણવાયુ આ વ્યક્તિમાં પ્રવેશ કરી રહ્યો છે. એનાથી ખરાબ ટેવો અને બધા પ્રકારની નબળાઈઓ નાશ પામી રહી છે અને તેના વિરોધી ઉત્તમ સ્વભાવનો ઉદય થવાની ભાવના ખાસ કરીને કરવી જોઈએ કે જે હેતુ માટે આ પ્રયોગ કરવામાં આવ્યો છે.

સામાન્ય રીતે પંદરથી વીસ મિનિટમાં આ પ્રયોગ પૂરો કરવો જોઈએ. જેને શ્વાસ પ્રહારનો પૂરો અનુભવ નથી તેમણે ત્રીસ મિનિટથી વધારે ક્યારેય ન કરવો જોઈએ કારણ કે અભ્યાસ ન હોવાથી વધારે પરિશ્રમ કરવાથી પોતાના શરીરને વધારે નુકસાન પહોંચવાનો ભય રહે છે. જો સગવડ હોય તો મનુષ્યની સામે ઊભા રહી તેના મસ્તક પર પ્રેમમય દૈષ્ટિ નાખવી જોઈએ અને સુધારનો ઉપર જણાવેલ મંત્ર તેની ઉપર પોતાના મંત્ર બળથી પ્રેરિત કરવો જોઈએ. નાનાં બાળકો માટે દોરા વગેરેની કોઈ આવશ્યકતા હોતી નથી. આવા દિવ્ય ગુણોનો વિકાસ કરવા માટે દશ પંદર મિનિટ સુધી શુભ ભાવનાઓ સાથે હળવો શ્વાસ પ્રહાર તેમ જ પ્રેમમય દૈષ્ટિપાત કરવો પૂરતો છે.

ઉપર દર્શાવેલ સાધનામાં સૂત્ર વગેરેનો પ્રયોગ જોઈને કોઈ સજ્જન શંકા કરી શકે છે, પરંતુ તે બાબત ધ્યાનમાં રાખવી જોઈએ કે આ અંધ વિશ્વાસ કે ઢોંગની કોઈ ચાલ નથી, પરંતુ વ્યક્તિગત વિદ્યુતની એક શાસ્ત્રીય ક્રિયા છે. તેની સચ્ચાઈ અને શક્તિની કોઈ પણ વ્યક્તિ કસોટી કરી શકે તેમ છે. તેનો યોગ્ય રીતે ઉપયોગ કર્યા પછી તેનો અભ્યાસ કરનારાઓને અમારી માફક તેના ઉપર પૂર્ણ વિશ્વાસ કરવા માટે સંમત થવું પડશે.

દૂર રહેલી વ્યક્તિને પ્રભાવિત કરવી

કોઈ રોગી, માનસિક વિકાર ગ્રસ્ત અથવા તો દુર્ગુણોમાં ફસાયેલા માણસને તમારી પોતાની શક્તિથી કોઈ લાભ પહોંચાડવા માગતા હો તો સૌ પ્રથમ તેને મદદ કરવા માટે તેની પરવાનગી લઈ લો. તેની ઈચ્છા થયા બાદ જ કાંઈક કરી શકાય છે. જો તે પરવાનગી આપે તો ચોટીના ઓછામાં ઓછા દશ વાળ અથવા તો હાથ પગની આંગળીઓના કાપેલા નખ પોતાની પાસે મંગાવી લો. આ વસ્તુઓ નિર્જીવ હોવા છતાં પણ શરીરનું બહુ જ પ્રતિનિધત્વ કરે છે અને તેની સાથે સંબંધ સ્થાપિત કરવામાં મોટી મદદ કરે છે. જેવી રીતે મરેલા અળસિયાના શરીરના એક ટુકડાને ભીની માટીમાં દબાવી દેવામાં આવે તો તે એક જીવંત અળસિયું બની જાય છે તેવી જ રીતે આ બંને વસ્તુઓ પૂર્વ શરીરના માટે માધ્યમ બની જાય છે. હિન્દુ પોતાની શિખાના સ્થાનવાળા વાળને ચોટીના રૂપમાં રાખે છે કે જેથી તે દ્વારા કોઈ વ્યક્તિ અનિષ્ટ ક્રિયા કરી ન શકે. એવી કહેવત છે કે મેં તારી પાસે ચોટી નથી કપાવી અર્થાત્ કે હું તારા તાબામાં નથી આવ્યો. તાંત્રિક ગુરુ પોતાના શિષ્યોની ચોટી કાપી લેતા હોય છે કે જેથી તેમને પોતાની ઈચ્છાનુસાર ચલાવી શકે. ચીન વગેરે દેશોમાં બૌદ્ધ તાંત્રિકોની એ વાત પર પૂરો વિશ્વાસ કરવામાં આવતો હતો કે નખને કેન્દ્રબિંદુ બનાવીને કેટલાક દુષ્ટ માનવીઓ કેટલાયના પ્રાણ લઈ શકતા હતા. એટલા માટે ત્યાં નખ વધારવાની પ્રથા પ્રચલિત છે. આગળ જતાં આ પ્રથા-વધારેલા નખ સુંદરતાનું ચિહ્ન ગણીને પ્રચલિત થવા લાગી. ચીનની મહિલાઓ આજ સુધી આંગળીઓમાં વાંસની ભૂંગળીઓ પહેરીને તેની અંદર પોતાના નખ વધારતી રહી છે. સિંહ વગેરેના નખ બાળકોના ગળામાં અત્યારે પણ પહેરાવવામાં આવે છે.

આજકાલ શિખાસ્થાનના વાળ અને નખને કાપીને ગમે તેવી સારીનરસી જગ્યાએ ફેંકી દેવામાં આવે છે, પરંતુ તેનાથી નુકસાન થઈ શકે છે. હિન્દુઓમાં વિધિપૂર્વક મુંડન કરવાનો રિવાજ બહુ સમજી વિચારીને કરવામાં આવ્યો હતો.

હિંદુ બાળકોના વાળ જ્યારે પહેલીવાર કાપવામાં આવે છે ત્યારે બહુ પવિત્રતા પૂર્વક ધાર્મિકવિધિથી આ કાર્ય કરવામાં આવે છે. આ વાળને જ્યાં ત્યાં ફેંકી દેવામાં આવતા નથી.

ચોટીના ભાગના વાળ અને નખ બે વ્યક્તિઓ વચ્ચેના માધ્યમનું મોટું કાર્ય કરી શકે છે. પહેલાંના સમયમાં તેનાથી જ કામ લેવામાં આવતું હતું. યુરોપના ટેલિપથી વિદ્વાન એવા કોઈ વસ્ત્રની માત્રણી કરે છે કે જે તે વ્યક્તિના શરીરને સ્પર્શતું રહેલું હોય. આ યુગમાં કેમેરા દ્વારા ખેંચવામાં આવેલ ચિત્ર પણ આ કાર્ય માટે બહુ જ યોગ્ય છે, પરંતુ જો કોટો મળી શકે નહિ તો વસ્ત્રને બદલે નખ અથવા તો વાળ જ વધુ ઉચિત્ત છે.

જે સમયે પ્રયોગ કરવાનો હોય છે તેનો પહેલાં નિર્ણય કરી લેવો જોઈએ અને યોગ્ય સમયે તેના અભ્યાસ માટે બેસી જવું જોઈએ. જો ઘડિયાળ વગેરેની વ્યવસ્થા ન થઈ શકે અને તે સ્થાન વિદેશમાં ન હોય તો સૂર્યોદયનો સમય સર્વશ્રેષ્ઠ છે. સાધારણ રીતે મધ્યરાત્રિ પછી અને સવારના નવ દસ વાગ્યા પહેલાંનો સમય આ કાર્ય માટે યોગ્ય છે. વ્યક્તિઓનાં ચિત્ર અથવા નખ, વાળ વગેરેમાંથી કોઈ એક અથવા એકથી વધારે વસ્તુઓ પાસે હોવી જોઈએ. નિયત સમયે બંનેએ એકબીજાના નગરની દિશામાં મોં કરીને કોઈ શાંત અને એકાંત સ્થાનમાં બેસવું જોઈએ.

પ્રયોગ કરનારે આ માધ્યમોની વસ્તુઓમાં ચૈતન્યતા અને જીવનની ભાવના કરવી જોઈએ અથવા એવો વિચાર કરવામાં આવે છે કે આ વસ્તુ માંસ, પિંડની જેમ જીવંત છે અને તેના ઉપર જે શક્તિનો પ્રયોગ કરવામાં આવશે તેને પ્રાપ્ત કરીને તે તેના પિતાને ત્યાં પહોંચાડી દેશે. પથ્થરની મૂર્તિમાં ઈશ્વરીય ભાવના કરવાથી તે દેવતાઓ જેવું ફળ આપે છે. ભય અને ભ્રમની ભાવના દેઢ થવાથી ઝાડ પણ ભૂત જેવું લાગે છે અને તેનાથી ડરીને કેટલીક વાર તો લોકોએ પ્રાણ પણ ગુમાવ્યા છે. આવી રીતે આ વસ્તુઓમાં ચૈતન્યની ભાવના કરવાથી તેમાં એક શક્તિ ઉત્પન્ન થવા લાગે છે અને જે શરીરથી તે અલગ થઈ ગયાં છે તેની

પરકાયા પ્રવેશ

સાથે સંબંધ સ્થાપિત કરવામાં ઘણા મદદરૂપ થઈ છે.

આરોગ્ય સ્વાસ્થ્ય, આશીર્વાદ તથા શુભભાવનાઓથી ભરેલ દૈષ્ટિ આ વસ્તુઓ પર પૂર્ણ એકાગ્રતાની સાથે નાંખો. તમે એ ન વિચારો કે ફક્ત દૈષ્ટિપાતથી શું થશે ? વિશેષ અનુષ્ઠાન કે મંત્ર વગેરે આ ક્રિયામાં નથી. તો પછી તેનો શું લાભ મળશે ? તમારે જાણવું જોઈએ કે મંત્રના શબ્દો વાસ્તવમાં કંઈ જ નથી, તેનો અર્થ ખૂબ જ સામાન્ય હોય છે. કેટલાક મંત્ર તો એવા વિચિત્ર અક્ષરોને જોડીને બનાવેલ છે કે તેનાથી અદ્ભુત શક્તિનું રહસ્ય માત્ર પ્રયોગ કરનારના મનોબળમાં જ હોય છે. એક સિદ્ધ તાંત્રિક જે મંત્રના બળથી મડદાને જીવતું કરી શકે છે એ મંત્રને કોઈ અજ્ઞાણ્યો માણસ આખો દિવસ બોલતો રહે તો તેની જરા પણ અસર નહીં થઈ શકે. મંત્ર અને અનુષ્ઠાન ફક્ત પ્રયોગ કરનારના વિશ્વાસને મજબૂત બનાવવા માટે હોય છે. જેથી કરીને તે પોતાના મંત્ર ઉપર ભરોસો રાખે અને અવિશ્વાસ અથવા તો શંકાના વિચારોને ઉત્પન્ન ન કરે. તમોને આ મહાવિજ્ઞાનનું મૂળતત્ત્વ સમજાવી દેવામાં આવ્યું છે. એટલા માટે અત્યારે આ વાતની જરૂરિયાત નથી રહી કે ખાસ શબ્દાવલિનો જ પ્રયોગ કરો. તમારી પવિત્ર અને અવિચળ ઈચ્છાશક્તિ ખૂબ જ ઉચ્ચકોટિનો મંત્ર છે. તેમ છતાં પણ જો ઈચ્છા હોય તો ગાયત્રીમંત્રનો કોઈ પણ પ્રસંગે નિશ્ચિત ભાવનાઓની સાથે પ્રયોગ કરી શકો છો. અનેક પ્રકારના મંત્રોનું રટણ કરવાથી અથવા વિભિન્ન ક્રિયાઓનાં અનુષ્ઠાન શીખવા અને શીખવવામાં વધુ કીમતી સમય બરબાદ કરવાનું ઉચિત લાગતું નથી.

સાધકે નિચત સમયે તમારું ચિત્ર અથવા તો બીજી વસ્તુઓ લઈને બેસવું જોઈએ અને શ્રદ્ધાની સાથે અનુભવ કરવો જોઈએ કે જે વ્યક્તિનાં આ ચિત્ર વગેરે છે તેના દ્વારા યોગ્ય સમયે મારા માટે લાભદાયક શક્તિ પ્રેરિત કરવામાં આવી રહી છે અને હું પણ તેને મારા શરીર તેમ જ મનની આકર્ષણ શક્તિ દ્વારા ગ્રહણ કરીને પોતાના અંદર ધારણ કરી રહ્યો છું. આકર્ષણ ભાવના શંકા વગર નમ્રતા અને એકાગ્રતાયુક્ત ચિત્ત થી કરવાની જરૂર છે.

પરક્રમ્યા પ્રવેશ

૪૩

જો સાધક નિયત સમય પર બેસવા તૈયાર ન હોય અથવા તેનાથી વિરુદ્ધ હોય તો તેની ઈચ્છા વિરુદ્ધ પણ કાંઈક કરી શકાય છે. તેના માટે એવો સમય પસંદ કરવો કે જ્યારે તે વ્યક્તિ વધુ કામોમાં ફસાયેલો ન રહેતાં શાંત ચિત્તે બેસતો હોય, પરંતુ જો એવો સમય પણ જાણી ન શકાય તો પ્રાતઃ કાળનું બ્રાહ્મમુહૂર્ત ઉત્તમ છે. બાહ્ય મુહૂર્તમાં કોઈના સુધાર, વિકાસ કે ઉન્નતિ માટે નિઃસ્વાર્થ અને પવિત્ર હૃદયની સાથે પરમાત્માને સાચી પ્રાર્થના કરશો તો તે વ્યર્થ નહીં જાય. ધ્યાનુ ઈશ્વર તમારી પ્રાર્થના સાંભળશે અને તેને દુઃખના માર્ગમાંથી દૂર કરીને કલ્યાણના માર્ગમાં આગળ કરી દેશે. સાચી પ્રાર્થનામાં સાચું બળ હોય છે.

બીજાના મનની વાત જાણવી

માણસના મગજમાં જે વિચાર આવે છે તે વરાળની જેમ ઊંચે ઊડતા રહે છે. હવે તેમનાં રૂપ, રંગ, યંત્રો દ્વારા જોઈ શકાય છે. પેરિસના ડૉક્ટર બેશડે ઊડતા વિચારોનાં ચિત્ર લીધાં છે. એક છોકરી પોતાના પાળેલા પક્ષીના મૃત્યુ પર રડી રહી હતી. તેના વિચારોનો ફોટો લેવામાં આવ્યો તો તેના મરેલા પક્ષીના પાંજરા સાથે ફોટો આવ્યો. એક સ્ત્રી પોતાના મૃત્યુ પામેલા પુત્રને માટે રડી રહી હતી તો ફોટામાં મરેલા બાળકનું ચિત્ર આવ્યું. એક યુવાન પોતાની પ્રેમિકા માટે ચિંતન કરી રહ્યો હતો. તેનો ફોટો લેવામાં આવતાં તે યુવતીનો ફોટો આવી ગયો એવા હજારો ફોટાઓ આજ સુધીમાં ખેંચવામાં આવ્યાં છે અને તે સામાન્ય રીતે લગભગ સો ટકા સાચા સાબિત થયાં છે. વિદેશમાં એવાં યંત્રોનું ઉત્પાદન કરવામાં આવ્યું છે કે જેની સોય બતાવે છે કે અમુક માનવી આટલી શક્તિ ધરાવે છે તેમ જ આવા પ્રકારના વિચાર કરી રહ્યો છે. એક બીજા વૈજ્ઞાનિક ડૉક્ટરે પણ તે વિચારના ફોટા પાડ્યા છે કે જે કોઈ પ્રાણી અથવા વસ્તુ વિશેષને ધ્યાનમાં રાખીને કરવામાં આવતા નથી. આ ભાવનાઓનાં ચિત્રોએ તો વિચારોનાં સ્વરૂપ સંબંધમાં દુનિયાને અનેક ગણો વિશ્વાસ સંપાદિત કરાવ્યો છે. પ્રેમમય ભાવના કરતી વખતે વ્યક્તિઓનાં વિચાર ચિત્રો સુંદર ફૂલના આકારનાં બની શકે છે.

ઈશ્વર આરાધનાથી કમળ જેવાં ફૂલ અથવા તો ગુંબજ જેવો કોટો આવે શકે છે. રોષ, ક્રોધ, પ્રતિહિંસા, તેમજ ક્રોધનાં ચિત્ર, ભાલો, છરી વગેરેની જેમ આણીદાર તેમ જ તેજ ધારવાળાં હોય છે. સદાચાર અને સંતોષની ભાવનાઓ આછા આસમાની રંગની વેલની જેમ ફેલાયેલી હોય છે. કામવાસનાના વિચાર નારંગી રંગના ધતૂરાના ફૂલની જેમ ઊડે છે. શંકા, સંદેહ, અને માનસિક અશાંતિનો રંગ પીળો હોય છે. સ્વાર્થપૂર્ણ અને દગાબાજીથી ભરેલા વિચારનો રંગ લીલો હોય છે. ઉપકાર ને ઉદારતાનો વિચાર આગિયાના પ્રકાશની જેમ ચમકે છે. વિરોધ, અવગણના તેમ જ તિરસ્કારના વિચારોનો રંગ કાળા ધુમાડા જેવો જોવા મળે છે. ઉદાસીપણું, નિરાશા અને અવિશ્વાસના વિચારનો રંગ હલકો ગુલાબી જેવો હોય છે. જો કોઈ શારીરિક દુઃખ થઈ રહ્યું હોય તો મસ્તકની આસપાસ આછા પીળા રંગની ચિનગ્રાંથી ઊડતી જણાય છે. વિજ્ઞાન દ્વારા આ અનુભવોને પરીક્ષાની આકરી કસોટી પર કસવામાં આવેલ છે અને તે સાચા પડ્યા છે. વિચારની આકૃતિઓ મસ્તકની આસપાસ લગભગ ત્રણ ચાર ફૂટ સુધી સ્પષ્ટ હોય છે, ત્યાર બાદ અસ્પષ્ટ થવા લાગે છે. વિચારો અને સ્વભાવ અનુસાર માણસનું શારીરિક તેજ (ઓરા) બનતું હોય છે.

બીજાના મનમાં રહેલા ભાવોને જાણવા માટે તમારા પોતાના મનને બિલકુલ ખાલી કરવાનો અભ્યાસ કરવો પડે. ત્રાટક અને નાદના અભ્યાસથી એકાગ્રતાની શક્તિ પ્રાપ્ત કરી હોય તો તેના દ્વારા આ કાર્યમાં તમોને વધુ સફળતા મળશે. મનને ખાલી કરવાનો અભ્યાસ કરવા માટે કોઈ એકાંત સ્થળમાં અંધકારનાં સમયે જવું અને આંખો બંધ કરીને આરામથી શાંતિથી આસન પર બેસી પોતાના મનના સમસ્ત વિચારો રોકીને તેને બ્રહ્માંડમાં (મસ્તકની અંદર) લઈ જાઓ. ભાવના કરો કે તેની અંદર જેટલું સ્થાન છે, બસ તે જ સમગ્ર સંસાર છે. તે સિવાય બીજી કોઈ વસ્તુ ક્યાંય નથી, ત્યાં સુધી કે હું પોતે ક્યાંય નથી. આ લોકને બિલકુલ શૂન્ય અને વાદળી અંધકારથી ભરેલો જોવાનો પ્રયત્ન કરવો. શરૂઆતમાં

ચંચળતાને કારણે તે શૂન્ય બ્રહ્માંડથી મન અલગ થઈને કોઈ વાર કંઈક તો બીજી વાર બીજું જોવાનો પ્રયત્ન કરશે, પરંતુ પ્રયત્નપૂર્વક એને રોકીને શૂન્ય વાદળી અવકાશમાં જ સ્થિર કરો. દરરોજ પંદર મિનિટથી અડધા કલાકનો અભ્યાસ પૂરતો છે. જો બે મિનિટ સુધી મનને ભટકતું બંધ કરવાનો અભ્યાસ થઈ જાય તો પણ તે લગભગ કામ ચલાવવા માટે પૂરતું છે. આ સમય જો તેનાથી વધારવામાં આવે તો ઉત્તમ છે. જ્યારે તમારો નાદ અને ત્રાટકનો અભ્યાસ પૂરો થઈ ગયો હોય તો મનને ઓછામાં ઓછું બે મિનિટ ખાલી રાખવાની સક્ષમતા પ્રાપ્ત કરવા માટે એક કે બે અઠવાડિયામાંથી વધારે પ્રયત્ન કરવો નહીં પડે. આટલા જ દિવસોમાં કામ ચલાઈ અભ્યાસ થઈ જશે.

દૂરના સ્થળેથી આવનાર બહુ જ પાતળા અવાજને જ્યારે તમો સાંભળવા માગતો હો તો પોતાની આસપાસનો અવાજ (ઘોંઘાટ) બંધ કરી ને ખૂબ જ એકાગ્ર ચિત્ત થઈને તેના અવાજ પર કાન લગાડો છો. આવી જ રીતે બીજાના મનની વાત જાણવા માટે સંપૂર્ણ શાંતિ અને એકાગ્રતા લાવવાનો પ્રયત્ન કરવો. જે માણસના વિચાર તમારે જાણવા હોય તેનું માનસિક ચિત્ર તમારા શૂન્ય ભૂરા આકાશના બ્રહ્માંડમાં બનાવો અને વિચારો કે એકાંત સ્થળમાં તે એકલો બેઠો છે. હવે તેની માનસ પ્રતિમાના માથામાંથી ઊડતા વિચારોનું પરીક્ષણ કરો. પોતાના શૂન્ય મનને તે વ્યક્તિના માનસચિત્રની નજીક લઈ જાઓ અને થોડાક સમય સુધી ત્યાં રોકાઈને જુઓ કે તમારા મનમાં કેવા વિચાર આવે છે. આ સમયે તમારું શાંત મન એક સારા કેમેરાની જેમ જ સ્પષ્ટ ચિત્ર ખેંચે છે. તે સમયે તમારા મનમાં જેવા ભાવ ઉત્પન્ન થાય તે વિચાર તે વ્યક્તિના સમજવા જોઈએ કે જેની તમે તમારા મનોલોકમાં ધારણા કરી હતી.

* * *

મુદ્રક : યુગ નિર્માણ યોજના પ્રેસ, મથુરા.

