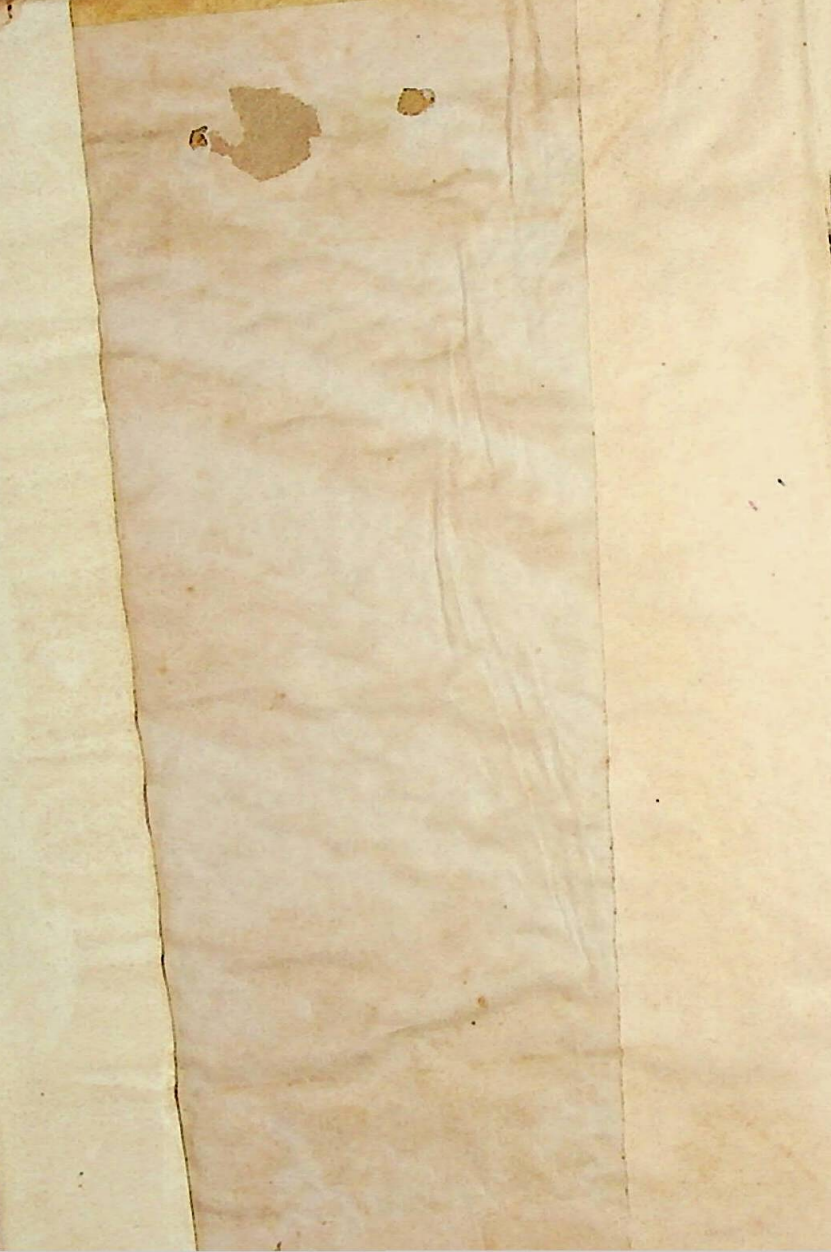
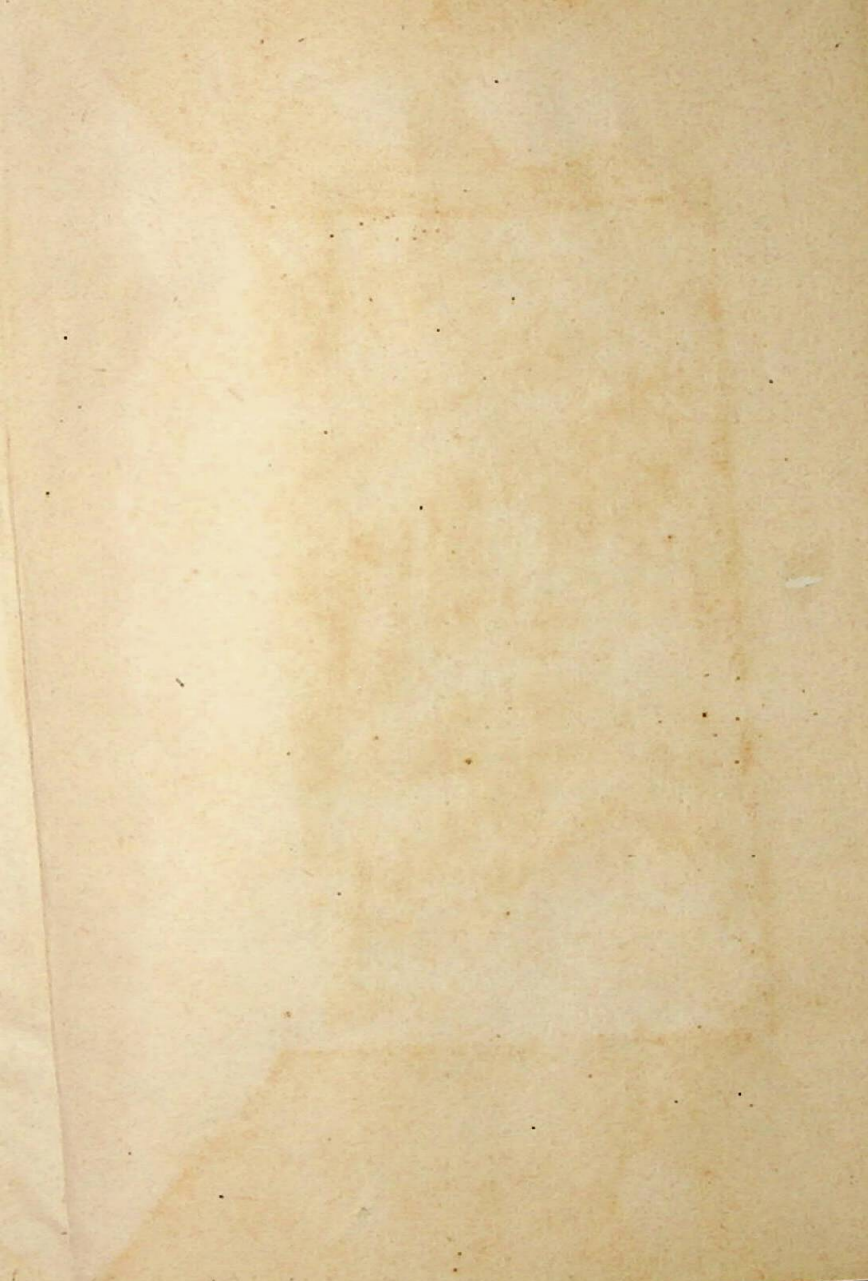


जान डि पाल

मैत्री-सम्पादन पाठ्य

आपके शरीर में छुपी हुई रहस्यमय शक्ति
जिसके द्वारा आपकी इच्छित प्रत्येक वस्तु
आपको अपने आप मिल जाती है
इस शक्ति को जाग्रत करने
और प्रयोग करने की विधियां







टेली-रेस्पॉन्स पावर

आपके शरीर के अन्दर एक ऐसी रहस्यमय शक्ति है जिसके बारे में आप बहुत कम जानते हैं परन्तु आधुनिक वैज्ञानिक खोजों से यह प्रमाणित हो चुका है कि मनुष्य इस शक्ति का विकास करके अपनी मनचाही हर चीज प्राप्त कर सकता है।

कुछ वर्ष पूर्व अमेरिका के कुछ महापुरुषों ने यह शक्ति प्राप्त कर ली थी। उन्होंने अन्य लोगों को भी इसे प्राप्त करने के उपायों तथा इसको प्रयोग करने के संबंध में जानकारी देने के उद्देश्य से एक संस्था की स्थापना करके इस संस्थान की ओर से 'जेनथोर सिस्टम' नाम से एक सचित्र कोर्स प्रकाशित किया था जो संस्था का सदस्यता शुल्क 100 डालर (लगभग 850 रुपये) देने पर सदस्यों को दिया जाता था। प्रस्तुत पुस्तक उसी कोर्स का हिन्दी रूपान्तर है।

वर्ल्ड बुक कम्पनी के गौरवशाली प्रकाशन

५५ चमत्कारी जड़ी-बूटियां

लेखक—कविराज शिव गोविन्द त्रिपाठी, एम० ए०, आयुर्वेदाचार्य

पुस्तक के लेखक भारत सरकार के स्वास्थ्य मंत्रालय में एक उच्च अधिकारी रह चुके हैं। उन्होंने जड़ी-बूटियों पर वर्षों तक अनुसंधान करने के पश्चात् ५५ ऐसी जड़ी-बूटियों का चुनाव किया है जो हमारे गांवों में आसानी से मिल जाती हैं और जिनमें अनेकों रोगों को नष्ट करने के गुण चमत्कार की तरह भरे पड़े हैं। पुस्तक में इन जड़ी-बूटियों के पैदा होने के क्षेत्र, इनका विस्तृत विवरण और पहचान तथा किस-किस रोग में इनको किस प्रकार और किस मात्रा में प्रयोग करें इत्यादि बातों की जानकारी दी है। इन जड़ी-बूटियों से अनेकों प्रकार के चूर्ण, गोलियां, पाक, मुरब्बे, दन्त मंजन, सुगन्धित केश तेल आदि बनाने के नुस्खे भी दिए हैं जिनको घर में इस्तेमाल करके सैकड़ों रुपयों की बचत की जा सकती है या इनका व्यापार करके लाखों रुपये कमाए जा सकते हैं। अनेकों जड़ी बूटियों के दुर्लभ चित्रों सहित। मूल्य 15 रुपए

भोजन द्वारा पूर्ण स्वास्थ्य

लेखक—डा० विश्व प्रकाश. M.B.B.S., M.S.

पुस्तक में आधुनिकतम वैज्ञानिक खोजों के आधार पर बताया गया है कि स्वस्थ रहने के लिए दूध, देसी घी, मांस और अंडे का सेवन जरूरी नहीं है तथा रोजाना खाने-पीने में काम आने वाले अन्न व सब्जियों को किस प्रकार प्रयोग करके परिवार को स्वस्थ रख सकते हैं इस सम्बन्ध में आवश्यक सलाह दी गई है। पुस्तक वास्तव में आपकी आंखें खोल देगी। सचित्र। मूल्य 6 रुपये

रत्न विज्ञान

लेखक—खान आलीजाह, बी० एस-सी०

पुस्तक में 84 प्रकार के मूल्यवान पत्थरों तथा रत्नों का वैज्ञानिक विश्लेषण और विस्तृत परिचय; उनके पैदा होने के स्थान, उनका रंग-रूप, अच्छे बुरे और असली-नकली की पहचान; ज्योतिष विद्या के अनुसार कौन से रत्न कव और कैसे धारण किए जाएं; रत्नों की तौल कैसे होती है; रत्नों का व्यापार कैसे आरंभ करें; रत्नों के भारतीय व्यापारियों के पते; आजकल किन-किन रत्नों का ठीक-ठीक मूल्य क्या चल रहा है; रत्नों द्वारा असाध्य रोगों की चिकित्सा की कुछ नई वैज्ञानिक विधियां आदि जानकारी दी गई है। सचित्र। मूल्य 15 रु०

वर्ल्ड बुक कम्पनी, ३०१-चावड़ी बाजार, दिल्ली-६

टेली-रेस्पॉन्स पावर

(जेनथोर सिस्टम)

लेखक
जान डि पाल

अनुवादक—आचार्य दिनेश शास्त्री, एम० ए०



वर्ल्ड बुक कं०

३०१-चावड़ी बाजार, दिल्ली-६

© कापीराइट वर्ल्ड बुक कम्पनी

पांचवां संस्करण 1984

मूल्य : 12 रुपये

प्रकाशक :

वर्ल्ड बुक कम्पनी

301-चावड़ी बाजार, कूचा मीर आशिक, दिल्ली-110006

विक्री केन्द्र—4531-दाईवाड़ा, नई सड़क, दिल्ली-110006

मुद्रक :

नवनीत प्रिण्टर्स

रोहताश नगर, शाहदरा, दिल्ली-110032

भूमिका

मनुष्य ईश्वर का अभिन्न अंग है। ईश्वर को सच्चिदानन्द माना गया है। मनुष्य में भी ईश्वर के दो गुण, सत् और चित्, विद्यमान हैं। वह तीसरे गुण अर्थात् आनन्द को प्राप्त करने के लिए निरन्तर प्रयत्नशील रहता है और आत्मा से परमात्मा बनने की चेष्टा करता है। इस चेष्टा के पीछे उसका 'चित्' अर्थात् चैतन्य रूप ही सक्रिय रहता है। जब वह अपनी चेतना को पूर्णतया जाग्रत करके सशक्त बना लेता है तो उसके लिए कोई भी कार्य असंभव नहीं रह जाता।

विश्वामित्र एक साधारण राजा थे। उन्होंने अपनी साधना और तपस्या के बल से अपनी शक्तियों को इतना बढ़ा लिया था कि एक दूसरे ही संसार की सृष्टि कर डाली थी। त्रिशंकु को उसके पार्थिक शरीर के साथ ही स्वर्ग को रवाना कर दिया था। यह केवल कल्पना की बात नहीं है, वास्तविकता है। आज भी हम बहुत से साधु-महात्माओं तथा योगियों को ऐसे-ऐसे विस्मयकारी कार्य करते हुए देखते हैं कि सहसा विश्वास नहीं होता। बुद्धि चकित होकर रह जाती है परन्तु जिस बात को हम अपनी आंखों के सामने प्रत्यक्ष होता हुआ देखते हैं, उसे झुठला भी कैसे सकते हैं। तर्क बुद्धि चाहे कुछ भी कहे, परन्तु सत्य, सत्य ही रहता है।

यदि मनुष्य पूर्ण निष्ठा और श्रद्धा के साथ साधना करे तो कोई कारण नहीं है कि वह असंभव दिखाई देने वाले कार्यों को संभव न कर सके। शक्ति न तो बाहर से प्राप्त होती है और न इसे ईश्वर या कोई गुरु देता है। मनुष्य का मन ही समस्त शक्तियों का स्रोत होता है। इस शक्ति का विकास मनुष्य जितना चाहे कर सकता है। यह मानसिक शक्ति किस सीमा तक विकसित हो सकती है उसे मनुष्य कदापि नहीं जान सकता। इसका कोई अन्त नहीं है। इसको विकसित करके मनुष्य किसी भी प्राणी के भूत, भविष्य, वर्तमान को देख सकता है, हजारों लाखों मील दूर

स्थित नक्षत्रों व ग्रहों में होने वाले भौतिक परिवर्तनों को अपनी आंखों से देख सकता है। धृतराष्ट्र के पास बैठे-बैठे संजय द्वारा महाभारत की लड़ाई का सांगोपांग वर्णन, गांधारी के देखने मात्र से दुर्योधन के शरीर का वज्र के समान कठोर हो जाना आदि, केवल इस मानसिक शक्ति के साधारण से चमत्कार हैं। यह सब कुछ अलिफ लैला की कहानी नहीं है और न दिमागी विलासिता या कल्पना के उदाहरण हैं।

प्रस्तुत पुस्तक में बताया गया है कि आप किस प्रकार अपनी अदृश्य शक्ति द्वारा बड़े-बड़े असम्भव कार्य कर सकते हैं, मनुष्य और पशु-पक्षियों को ही नहीं निर्जीव वस्तुओं से भी मनचाहा कार्य करा सकते हैं, किसी व्यक्ति को अपने मनोनुकूल विचार करने के लिए कैसे विवश कर सकते हैं, दीवार के पार रखी हुई वस्तुओं को कैसे देख सकते हैं, ऐसे ही एक नहीं अनेक चमत्कारपूर्ण कार्यों को करने की क्षमता प्राप्त करने की विधियों का इसमें उल्लेख किया गया है।

इन सब शक्तियों को प्राप्त करने के लिए किसी तंत्र-मंत्र, जादू-टोना आदि की आवश्यकता नहीं होती। आधी रात को शमशानों में जाकर 'मसान जगाने' की आवश्यकता नहीं पड़ती और न आपको प्राचीन ऋषि-मुनियों की भांति पहाड़ों की गुफा में बैठकर कठोर तपस्या करने की आवश्यकता ही है। आज का युग न इन बातों को मानता है और न इन पर विश्वास करने को ही तैयार है। आज का युग विज्ञान का युग है। जो बात ठोस विज्ञान की कसीटी पर खरी उतर सकती है, वही सत्य है; वही मान्य है, अन्यथा सब बातें लोगों को ठगने के लिए धूर्तता पूर्ण ठग विद्या के अतिरिक्त कुछ नहीं है।

प्रस्तुत पुस्तक में जो कुछ भी लिखा गया है, ठोस वैज्ञानिक आधार पर लिखा गया है। आज का विज्ञान इस प्राचीन मान्यता को स्वीकार करता है कि मनुष्य के दो शरीर होते हैं, एक भौतिक शरीर और दूसरा सूक्ष्म शरीर; जिसे मनुष्य साधना के बल पर अपने भौतिक शरीर से निकाल कर किसी दूसरे व्यक्ति के शरीर में भी प्रस्थापित कर सकता है। इस सूक्ष्म शरीर की सहायता से ही असम्भव दिखाई देने वाले कार्य सहज ही सम्भव बन जाते हैं।

सभी मनुष्यों में छिपी हुई एक आदिम चेतना होती है। इस चेतना की सक्रियता हम साधारण मनुष्य में भी—विना इसका विकास किये भी—बहुधा देखते हैं। अक्सर लोगों को कहते सुना जाता है, “मेरा मन कह रहा है कि आज ऐसा जरूर होगा या अमुक व्यक्ति आज अवश्य आयेगा,” और वास्तव में ऐसा हो जाता है। इसका कारण क्या है? यह मन ऐसा क्यों कहता है? इसका एकमात्र उत्तर है, उसकी अपनी आदिम आत्म-चेतना। इस आदिम आत्म-चेतना को वैज्ञानिक आधार पर विकसित करके असम्भव प्रतीत होने वाले कार्यों को सम्भव बनाया जा सकता है।

विज्ञान इस बात को सिद्ध कर चुका है कि मनुष्य के शरीर से निरन्तर ऊर्जा का विकीरण होता रहता है, जिसे Infrared तथा Ultraviolet रश्मियों के रूप में पहचाना जाता है। जब अभ्यास और साधना के द्वारा इस ऊर्जा को नियन्त्रित करके इसका विस्फोट किया जाता है, तो इसका मनोवाञ्छित परिणाम देखा जा सकता है। सम्पूर्ण अलौकिक कार्यों के मूल में इस अनियन्त्रित ऊर्जा का सफल विस्फोटन ही कार्य करता है।

अब रह जाती है इस ऊर्जा के नियन्त्रण और विस्फोट की विधि, यही इस पुस्तक में वैज्ञानिक विधि से बताया गया है। ज्यों-ज्यों आप इस पुस्तक को पढ़ते जायेंगे त्यों-त्यों शरीर रचना और वैज्ञानिक तथ्यों के आधार पर इस बात को समझते जायेंगे कि ये असम्भव दिखाई देने वाले कार्य कितनी सरलता से किये जा सकते हैं। केवल सच्चे हृदय और पूर्ण निष्ठा से साधना करने की आवश्यकता है।

अन्त में हम एक बात और स्पष्ट कर दें। जिन असम्भव प्रतीत होने वाली बातों को करने की विधि इस पुस्तक में बताई गई है, वहीं तक इसका अन्त नहीं है। अपनी साधना के बल पर आप ऐसे असम्भव कार्य भी कर सकते हैं जिनका पुस्तक में उल्लेख नहीं किया गया है।

आशा है इस पुस्तक की बताई विधियों पर अमल करके आप अपने जीवन में अद्भुत चमत्कार पैदा कर सकेंगे। यदि फिर भी आप सफलता प्राप्त न कर सके तो कहना होगा कि आप अमृतकलश हाथ में रखकर भी अपनी ही असावधानी या अविश्वास के कारण प्यासे रह गये।

विषय-सूची

अध्याय 1 :	
मानसिक शक्ति के रहस्य	10
अध्याय 2 :	
परामानसिक आधिपत्य	20
अध्याय 3 :	
सूक्ष्म शरीर द्वारा चमत्कार	50
अध्याय 4 :	
निर्जीव पदार्थों पर नियन्त्रण	76
अध्याय 5 :	
आपकी आदिम आत्म-चेतना की चमत्कारी शक्ति	88
अध्याय 6 :	
मानसिक शक्ति का विकास	118
अध्याय 7 :	
पशु-पक्षियों पर मानसिक नियन्त्रण	146
अध्याय 8 :	
मानसिक शक्ति द्वारा रोग चिकित्सा	160

इस पहले अध्याय में—

- आपके शरीर के अन्दर ही एक ऐसी छुपी हुई शक्ति है जिसके द्वारा आप दूसरे लोगों को अपना दास बना सकते हैं ।
- इस अदृश्य शक्ति द्वारा आप बड़े-बड़े असम्भव कार्य कर सकते हैं ।
- इस शक्ति द्वारा आप मनुष्य, पशु-पक्षी यहां तक कि निर्जीव वस्तुओं को भी अपनी उंगली के इशारे पर नचा सकते हैं ।
- इसी शक्ति द्वारा हर काम आपकी इच्छा के अनुसार हो सकता है, यहां तक कि हजारों मील दूर बैठा हुआ व्यक्ति आपसे मिलने के लिए बेचैन हो उठता है ।

इस रहस्यमयी मानसिक शक्ति का परिचय इस अध्याय में दिया गया है ।

अध्याय 1

मानसिक शक्ति के रहस्य

संभवतः मानसिक शक्ति से बढ़कर और कोई शक्ति नहीं है जिसे पाने के लिए मनुष्य वेताव हो। फिर भी मानसिक शक्ति सर्वाधिक रहस्यमय है और इसकी व्याख्या करना तो बहुत ही कठिन है। इसकी प्रगति को तो मनुष्य अपने चर्म चक्षुओं से देख ही नहीं सकता। मानसिक शक्ति की सामर्थ्य की कोई सीमा नहीं बांधी जा सकती है। कहने वालों का दावा तो यहां तक है कि इस शक्ति के बल पर अणुशक्ति द्वारा किए जाने वाले विनाश से भी बचा जा सकता है। अपनी मानसिक शक्ति से मनुष्य भूत और भविष्य को भी देख सकता है। वह अपने इसी भौतिक शरीर के साथ हजारों मील तक उड़कर जा सकता है, वह पानी पर चल सकता है, गुह्रवाकर्षण के नियम का उल्लंघन कर सकता है और विना ऑक्सीजन के दीर्घकाल तक जीवित रह सकता है। वह विना किसी उपकरण की सहायता के—केवल नंगी आंखों से—दूसरे नक्षत्रों पर रहने वाले लोगों को देख सकता है। वह लोगों को निरोग करने के ही नहीं मुर्दों को भी जीवित कर देने के चमत्कार कर सकता है। संक्षेप में यह कहा जा सकता है कि इस संसार में ऐसा कोई कार्य नहीं है, जिसे मानसिक शक्ति द्वारा सम्पन्न न किया जा सके। इन्हीं कार्यों को विना मानसिक शक्ति के करने के लिए मनुष्य को सैकड़ों हजारों वर्ष तक वैज्ञानिक प्रयोग करने, नाना प्रकार की मशीनों का आविष्कार करने तथा अनेक व्यक्तियों के सामूहिक कौशल तथा बुद्धि बल के प्रयोगों की आवश्यकता होती है। इतना होने पर भी छोटी-मोटी सफलताएं ही मिल पायेंगी। तात्पर्य यह है कि मनुष्य की कोई भी शक्ति उसकी मानसिक शक्ति की बराबरी नहीं कर सकती।

इस मानसिक शक्ति को केवल एक दिन में या थोड़े से अभ्यास से ही प्राप्त नहीं किया जा सकता। इस शक्ति पर पूर्ण अधिकार प्राप्त करने के लिए समय और अभ्यास की आवश्यकता होती है। आपके अध्ययन के प्रारम्भ से ही आपके सामने इस शक्ति के कुछ भेद खुलने लगते हैं इससे आपको इस दशा में अपनी पैठ होती हुई दिखाई देती है, आत्मविश्वास के साथ इसका अध्ययन और अभ्यास कीजिए। आप उस शक्ति को पा जायेंगे जो ऊपर बताए हुए चमत्कारों का मूल स्रोत है। इसे प्राप्त करने के लिए आपको 'ज्ञान के स्रोत' को प्राप्त करना होगा। ज्ञान का यह स्रोत वह शक्तिशाली सार्वभौम मन है जो सम्पूर्ण ब्रह्माण्ड में असंख्य रूपों, मात्राओं और चरणों में व्याप्त है।

इस संसार में वास्तव में कोई भी वस्तु 'जैव या अजैव' (Organic or inorganic) नहीं है। दूसरे शब्दों में कुछ भी वास्तव में मृत नहीं है। प्रत्येक वस्तु जैव है, उसमें प्राण होता है। इसलिए मानसिक शक्ति का प्रयोग निर्जैव वस्तुओं तथा सजीव प्राणियों पर समान रूप से किया जा सकता है। अजैव (Inorganic) वस्तुओं में आणविक क्रिया होती है जिस पर मानसिक शक्ति का प्रभाव पड़ता है। यह बात धातुओं तथा स्फटिकों पर भी लागू होती है। वास्तव में वैज्ञानिकों ने सूक्ष्म अध्ययन के पश्चात् यह निष्कर्ष निकाला है कि उनमें सैक्स की मूल भावना तथा विभिन्न मात्राओं में 'उत्तेजना' एवं 'प्रतिक्रिया' निहित होती है। मानसिक शक्ति वेत्ता तो इस तथ्य को पांच हजार वर्ष से जानते हैं। वास्तव में प्रकृति अपने मूल रूप में एक और अखण्ड है। वह सर्वत्र तथा प्रत्येक वस्तु में सक्रिय रहती है।

प्रकृति का संघटन अणुओं से मिलकर होता है और वे एक-दूसरे से रासायनिक रूप से सम्बन्ध हैं। वे प्रत्येक वस्तु के प्रति अपनी रुचि-अरुचि का प्रदर्शन करते हैं। केवल अणु ही नहीं, उनके छोटे से छोटे आयन (Ions) तथा इलेक्ट्रान (Electrons) भी इसी प्रकार अपनी प्रतिक्रिया जाहिर करते हैं। वे अपने से भिन्न इलेक्ट्रानों के प्रति आकर्षित और विकर्षित भी होते हैं।

ये 'आयन' (Ions) और इलेक्ट्रॉन कहां से आते हैं? ऐसा विश्वास किया जाता है कि इनकी उत्पत्ति ईथर(Ether) से होती है। इसका तात्पर्य यह है कि ईथर में भी जीवन है।

यह शक्तिशाली मानसिक शक्ति जो प्रत्येक वस्तु को आवृत्त किए हुए है मानसिक शक्ति के महासागर के समान है। उसकी गहराइयों में शान्ति और निस्तब्धता विराजमान है। केवल उसके धरातल पर—जैसा कि महासागरों में होता है—बुलबुले और लहरें, तूफान तथा ववंडर दिखाई देते हैं। अपनी मानसिक शक्ति का विकास करने के लिए आपको उस गहराई के साथ सम्पर्क करना होगा जो सब कुछ जानती है, परन्तु ऊपर होने वाली उथल-पुथल से तनिक भी विचलित नहीं होती। इसी महान गहराई से आप 'शक्ति का असीम खजाना'—वह मानसिक शक्ति—प्राप्त करते हैं जिसके द्वारा चमत्कार दिखाए जाते हैं।

परन्तु हम स्वयं किसी भी वस्तु के सम्बन्ध में अंतिम सच्चाई को नहीं जानते। वह केवल परमात्मा ही जानता है। जो कुछ हमें दिखाई देता है, जिस प्रकार वे कार्य करते हुए दिखाई देते हैं, जो कुछ हमें उसकी परिणति के रूप में दिखाई देता है, और विभिन्न वस्तुओं पर जो कुछ उसका प्रभाव पड़ता है, उसी से हम उसके सम्बन्ध में कुछ जान पाते हैं। इस मानसिक शक्ति के महासागर से सम्पूर्ण सम्पर्क कभी स्थापित नहीं कर पाते।

मानसिक शक्ति से दूसरों को प्रभावित करना

मानसिक शक्ति और मन एक ही चीज नहीं है। अवचेतन मन—अनुभूति, भावना, अभिलाषा तथा इच्छा—से इसका घनिष्ट सम्बन्ध है। 'क्रिया' मानसिक शक्ति का अनिवार्य रूप है।

यह एक रहस्यमय आकर्षण है जो दूरी पर स्थित विभिन्न अणुओं को संगठित करता है। विज्ञान इस आकर्षण को रासायनिक मैत्री अथवा आंतराकर्षण (Cohesion) कहता है परन्तु यह परिभाषा उसके लिए पर्याप्त नहीं है। इसे मानसिक शक्ति या ज्ञान का स्रोत कह सकते हैं।

जिस प्रकार चुम्बक तथा विद्युत की कम्पन-धाराएं ईथर के अन्दर से होकर जाती हैं और दूसरी वस्तुओं में वैसे ही तत्व उत्पन्न करती हैं, उसी प्रकार मानसिक शक्ति एक मन से निकल कर ईथर के अन्दर होती हुई दूसरे व्यक्तियों के मन में वैसी ही स्थिति उत्पन्न कर देती है।

मानसिक शक्ति के आरोपण की यही आधार शिला है। ईथर के माध्यम से जब आप किसी व्यक्ति पर अपनी मानसिक शक्ति का प्रयोग करते हैं तो उस व्यक्ति के मन पर आप अपना मनचाहा प्रभाव डालते हैं। इस प्रयोग के लिए यह आवश्यक है कि उसका मन भी आपके आरोपण को ग्रहण करने की स्थिति में हो।

उसके मन की यह स्थिति आपके मानसिक आदेश से उत्पन्न की जाती है। आप अपने अवचेतन मन को आदेश देते हैं कि वह जाकर उस व्यक्ति को एक विशिष्ट रीति से प्रभावित करे जिस पर आप अपना मानसिक प्रयोग करना चाहते हैं। इस प्रकार आप किसी भी व्यक्ति के स्वास्थ्य अथवा व्यक्तित्व में सुधार लाने के लिए उस व्यक्ति तक अपना मानसिक संदेश भेजकर सफलता प्राप्त कर सकते हैं। इसके लिए निम्न प्रकार से अभ्यास कीजिए।

अभ्यास—किसी ऐसे व्यक्ति के विषय में सोचिए जिससे आपका साधारण-सा परिचय है, परन्तु आप उसकी दशा में सुधार लाना चाहते हैं। हम यह मान लेते हैं कि उसकी स्त्री या पति, या भाई या कोई निकट सम्बन्धी अथवा उसका घनिष्ठ मित्र आपको भली-भांति जानता है और आपके विषय में बड़े ऊंचे विचार रखता है। जो विचार उस व्यक्ति के मन में आरोपित करना चाहते हैं उन्हें उसके उस सम्बन्धी या मित्र के मन में मानसिक रूप से आरोपित कीजिए। यह आरोपण उपयुक्त समय पर होना चाहिए। ऐसा उस समय तक कीजिए जब तक इन सुधार लाने वाले विचारों को वह व्यक्ति स्वीकार करके यह न समझने लगे कि ये विचार उसके अपने हैं। अब उस व्यक्ति को मानसिक आदेश दीजिए कि वह इन विचारों को उस व्यक्ति पर आरोपित करे, जिसकी कि आप दशा सुधारना चाहते हैं।

इस समय परिणाम की चिन्ता मत कीजिए। पहले अभ्यास के द्वारा इसे सीखिए। ज्यों-ज्यों आप इस अभ्यास को दुहराएंगे और आपकी कुशलता तथा शक्ति का विकास होता जाएगा, त्यों-त्यों परिणाम भी स्पष्ट होते जाएंगे।

खतरनाक मानसिक शक्ति

पशुओं में मानसिक शक्ति

निम्नतम कोटि के प्राणी जिनमें कोई ज्ञानेन्द्रिय नहीं होती, बल्कि जिनके शरीर में उसके कोई चिन्ह भी नहीं होते, वे भी केवल अपनी इच्छा शक्ति से एक स्थान से दूसरे स्थान पर जाते हैं और विना पैरों के जहां चाहें वहां चले जाते हैं। यह चमत्कारिक कार्य वे कैसे करते हैं? स्पष्ट है कि मानसिक शक्ति उनकी सहायता करती है।

इसके अतिरिक्त ऐसे भी कीड़े विद्यमान हैं जो दूसरे कीड़ों की उपस्थिति का ज्ञान बहुत दूर होने पर भी प्राप्त कर लेते हैं। चीटियों काफ़ी दूर से दूसरी चीटियों के पास संदेश ही नहीं भेज देतीं, बल्कि उनसे सहायता भी प्राप्त कर सकती हैं और आवश्यकता पड़ने पर चीटियों की सेना की गति-विधियों को भी संचालित कर सकती हैं। प्रयोगों से ज्ञात हुआ है कि दस इन्च मोटी दीवार के द्वारा जब उनको अपनी साथियों से पृथक कर दिया गया तब भी उन्होंने उपरोक्त चमत्कारिक कार्य कर दिखाए। वास्तव में उन्होंने यह कार्य तब भी किए जब चीटियों के पिन्जरे को एक कमरे के एक भाग से हटाकर दूसरे में रख दिया गया। जिस स्थान पर उस पिन्जरे को रखा गया, प्रत्येक बार चीटियां उस पिन्जरे के निकट की दीवार के बाहर एकत्रित हो गईं।

मानसिक शक्ति के आश्चर्यजनक उदाहरण दीमकों, मछलियों तथा पक्षियों में भी मिलते हैं। इसमें संदेह नहीं कि आपमें से प्रत्येक व्यक्ति जानता है कि यदि कुत्ते और बिल्ली को घर से कई मील दूर ले जाकर छोड़-दिया जाए तो भी वे घर लौट आते हैं।

मानसिक जड़ता

यह बात अनेक यात्रियों के मुंह से सुनी गई है कि जंगल में जाते हुए जब कभी अचानक उनका सामना किसी सिंह, भालू या चीते से हुआ है उसी क्षण उन्हें ऐसा महसूस हुआ है कि उनकी टांगों को लकवा मार गया है और उस जंगली पशु की आंखों से स्तब्धकारी शक्ति निकलती हुई दिखाई दी है। छोटे प्राणियों और पक्षियों के साथ सर्प तथा कीड़ों के साथ बिच्छू ऐसा ही करते हैं। अपनी मानसिक स्तब्धकारी शक्ति से गांप और बिच्छू अपने शिकार को अपनी ओर खींचते हैं और वे आत्मसमर्पण करके उनकी ओर खिंचते चले जाते हैं और उनका भोजन बन जाते हैं। यह शक्ति कभी-कभी इतनी जबरदस्त होती है कि जब प्राणी उनसे काफी दूर होते हैं तो भी उनके प्राण पखेरू उड़ जाते हैं। यह उनकी विनाशक शक्ति का ही प्रभाव है।

बहुत से मनुष्य भी पशुओं के प्रति अपनी इस स्तब्धकारी शक्ति का प्रयोग करते हैं। इस मानसिक शक्ति के प्रारम्भिक रूप का प्रयोग मनुष्यों के प्रति भी किया जा सकता है, चाहे यह उनकी सहायता करने की दृष्टि से हो अथवा अपराधी मनोवृत्ति वाले व्यक्तियों से अपनी रक्षा करने के लिए हो। इसका उपयोग बहुत आसान है। इस मानसिक शक्ति का प्रारम्भिक रूप वह है जिसमें मनुष्य स्वयं को एक प्रकार के भय से, किसी मनुष्य अथवा पशु के प्रति उठने वाली आशंका से मुक्त करता है और अन्य प्राणियों के प्रति श्रेष्ठता की भावना को प्राप्त करता है। किसी भी व्यक्ति या पशु को शारीरिक अथवा मानसिक मुकाबले में सरलता से पराजित करने के लिए आपके नेत्रों से ऐसी शक्ति प्रस्फुटित होनी चाहिए कि वह वहीं स्तब्ध होकर खड़ा हो जाए। यह तभी हो सकता है जबकि आप इस मानसिक क्रिया में पारंगत हो जायें और आपके मन में यह विश्वास जम जाये कि आप उस प्राणी को नष्ट करने की क्षमता रखते हैं।

अभ्यास—कल्पना कीजिए कि किसी जंगली पशु ने आपके कमरे पर अचानक आक्रमण कर दिया है। उसकी आंखों में टकटकी लगाकर घूरिये और कल्पना कीजिए कि आकार में आप उससे दुगने हैं। आपके दांत उसके

दांतों से दुगने बड़े हैं, आपके हाथ उसके पंजों से दुगने मोटे हैं और मांस-पेशियां उससे दुगनी बलवान हैं। इस विचार की कल्पना इतनी गहराई तथा स्पष्टता से कीजिए कि आपको यह अनुभव होने लगे कि वास्तव में आपका आकार ऐसा ही विशाल और भयानक हो गया है। जब आप यह विचार पूरी शक्ति से अपने मन में बिठा लेंगे तो वह जंगली पशु आपको वास्तव में इसी रूप में देखने लगेगा और आप उसके देखते-देखते उसकी दृष्टि में एक भयानक देव का रूप ग्रहण कर लेंगे। इससे भयभीत होकर या तो वह वहां से भाग जाएगा या वह आपके सामने लेटकर अपनी पूंछ हिलाने लगेगा और इस प्रकार पूर्ण आत्मसमर्पण कर देगा।

इसका काफी समय तक अभ्यास कीजिए। प्रारम्भ में केवल ऐसे पशुओं के साथ अभ्यास कीजिए जो आपको पसन्द नहीं करते। जो पशु आपको पसन्द करते हैं या आपसे प्रेम करते हैं, उनके साथ इसका अभ्यास मत कीजिए। उनके साथ ऐसा करने से वे भयभीत होकर आपसे दूर भाग जायेंगे।

फिर कल्पना कीजिए कि किसी जंगली पशु ने आपके कमरे पर आक्रमण कर दिया है। कुछ सैकिण्ड तक अपनी सांस रोककर अपने 'उत्तेजित' हृदय की गति को कम तथा तन्त्रिकाओं को शान्त कीजिए। आक्रमणकारी पशु आपके अन्दर होने वाले इस परिवर्तन को भांप जाता है। यह एक ऐसा परिवर्तन है जिसकी वह ऐसे प्राणी से आशा नहीं करता जो उससे भयभीत हो रहा हो क्योंकि उनसे भयभीत होने वाला प्राणी जल्दी-जल्दी सांस लेता है और उसका हृदय तीव्र गति से धड़कने लगता है। वह अपनी तन्त्रिका शक्ति (Nervous energy) इतनी जल्दी गंवा देता है कि वह शीघ्र ही लकवा पीड़ित-सा तथा निःसहाय हो जाता है। वह भय से मर भी जाये तो भी कोई आश्चर्य नहीं है।

बहुत से लोगों का दावा है कि जब वे किसी भयानक पशु के सामने पड़ जाते हैं तो वे न तो भयभीत होते हैं और न हक्के-बक्के रह जाते हैं। उनके मन में केवल भारी आश्चर्य की भावना अवश्य जागृत हो जाती है। परन्तु यह साधारण-सा प्रभाव तभी होता है जबकि वह भयानक जानवर इतना छोटा हो कि उन्हें भयभीत ही न कर सके। उदाहरण के लिए किसी

भयंकर काले विपधर को देखकर जो व्यक्ति भयभीत हो सकता है, वह विषैले विच्छू को देखकर इतना भयभीत नहीं होगा।

मानसिक क्रिया

मानसिक शक्ति की तुलना विद्युत से की जा सकती है। इसके दो ध्रुव होते हैं, इसमें कम्पन होता है और वह निरन्तर सक्रिय ऊर्जा प्रवाहित करती रहती है। आपका मस्तिष्क मानसिक शक्ति का निर्माण नहीं करता, वह केवल आपके अन्दर निहित कच्ची मानसिक शक्ति को निर्दिष्ट शक्ति या विचार के रूप में परिवर्तित कर देता है। मनुष्य कभी विद्युत का निर्माण नहीं करता। वह तो सारे संसार में विद्यमान है। मनुष्य केवल कुछ निश्चित कार्यों के लिए उसके एक भाग को परिवर्तित कर लेता है।

मानसिक शक्ति के दो ध्रुव (Poles) हैं: आपके मन की आरोपित करने की कामना, तथा उसे आरोपित करने की दृढ़ इच्छा शक्ति। अपनी मानसिक शक्ति द्वारा किसी भी व्यक्ति के साथ कोई प्रयोग करने से पूर्व आपको दूसरे व्यक्ति के मन में वह प्रतिक्रिया जाग्रत करनी होगी जिसकी आप उससे आशा करते हैं। आप केवल सरसरी तौर पर सोचकर ही दूसरों को अपनी मानसिक शक्ति से प्रभावित नहीं कर सकते। आपको मानसिक क्रिया में अपने विचार का पुट देना होगा। आपको अपने आदेशात्मक विचारों की कल्पना साफ-साफ तथा पूर्ण आत्मविश्वास के साथ करनी होगी और फिर उन्हें दूसरे व्यक्ति के मन में आरोपित करना होगा। अन्यथा आप केवल मानसिक विचार (Telepathy) तो भेज सकेंगे, परन्तु केवल उनसे किसी चमत्कार की आशा नहीं कर सकते। दूसरे व्यक्तियों को प्रभावित करने के लिए अथवा उन्हें वह दृश्य 'देखने' के लिए—जो आप उन्हें दिखाना चाहते हैं—प्रेरित करने के उद्देश्य से आपको अपने मानसिक आरोपण में अपनी उत्कृष्ट इच्छा तथा व्यक्तिगत शक्ति का योग देना होगा। उस व्यक्ति के साथ आप जो कुछ भी करना चाहते हैं—मान लीजिए

आप किसी रोगी को नीरोग करना चाहते हैं—उसके लिए आपको सच्चे दिल से संकल्प करना होगा और उस संकल्प को अपनी इच्छा-शक्ति के साथ बलपूर्वक उसके मन तक पहुंचाना होगा। ऐसा आपको हड़बड़ी में या प्रचण्डता के साथ न करके धीरे-धीरे वैज्ञानिक रीति से करना होगा जैसे एक कुशल मुक्केबाज अपने प्रतिद्वन्द्वी को धीरे-धीरे खिलाकर उचित अवसर पर उस पर वार करता है। इसी में उसकी वास्तविक सफलता का रहस्य है।

इस दूसरे अध्याय में—

- आप लोताओं, दर्शकों तथा अन्य उपस्थित व्यक्तियों को कैसे मन्त्र-मुग्ध कर सकते हैं ?
- किसी व्यक्ति को कैसे अपने अनुकूल बना सकते हैं और उससे मनचाहा कार्य करवा सकते हैं ?
- यदि आप स्त्री हैं, तो किसी पुरुष के मन में यह विचार कैसे बिठा सकती हैं कि आप असाधारण रूप से सुन्दर हैं ?
- किसी व्यक्ति को आप कैसे पूर्णतया अपने वश में कर सकते हैं ?

यदि आप अच्छे उद्देश्य के लिए उपरोक्त कार्य करना चाहते हैं तो इनके उत्तर इस अध्याय में देखिए और महान् सिद्धियां प्राप्त कीजिए ।

अध्याय 2

परामानसिक आधिपत्य

यह पुस्तक केवल ऐसे व्यक्तियों के लिए लिखी गई है जो इसमें बताई गई अद्भुत शक्तियों का प्रयोग केवल उचित एवं नैतिक कार्यों के लिए करना चाहते हैं। इसका अनुसरण करके आप अपने भविष्य को उज्ज्वल बनाने की दृष्टि से दूसरे लोगों के विचारों को अपने अनुकूल बना सकते हैं; एक श्रेष्ठ एवं प्रशंसनीय तरीके से अपने आपको प्रत्येक क्षेत्र में आगे बढ़ा सकते हैं; और अपने शक्तिशाली विरोधियों से भिन्न-भिन्न परिस्थितियों में अपनी रक्षा कर सकते हैं।

यह सब कैसे हो सकता है? इन तरीकों का आप कैसे सफलतापूर्वक उपयोग कर सकते हैं? इसका विवरण हम यहां प्रस्तुत कर रहे हैं?

किसी को वश में कैसे करें?

यदि आप किसी व्यक्ति को भयभीत किये बिना अपने वश में करना चाहते हैं या अपना आज्ञाकारी बनाना चाहते हैं तो इसका एकमात्र यह तरीका है कि आप उसके सम्पूर्ण तंत्रिका-तंत्र (Nervous-system) पर अपना नियंत्रण स्थापित कर लें। यह तो सम्भवतः पाठक जानते ही हैं कि तंत्रिका-तंत्र में मस्तिष्क, मेरुरज्जु तथा उन तंत्रिकाओं (Nerves) का समावेश होता है जो मस्तिष्क, मेरुरज्जु से निकलकर शरीर के सारे भागों में फैली हुई हैं। जब आप किसी व्यक्ति पर अपना प्रभाव डालते हैं तो वह प्रभाव केवल उसके अस्थायी विचारों पर ही नहीं पड़ता बल्कि उसके सम्पूर्ण शरीर पर—सिर से लेकर पैर तक—पड़ता है। यही कारण है कि आप अपने विचारों से दूसरे व्यक्तियों पर आधिपत्य जमाकर उन्हें बहुत अधिक लाभ पहुंचा सकते हैं। इस प्रकार आप किसी भी व्यक्ति

की वृद्धि का विकास कर सकते हैं, उसकी भूख बढ़ा सकते हैं, उसके मन से भय, हीनता की भावना तथा दुर्व्यसनों को नष्ट कर सकते हैं। जीवन के प्रति उसके दृष्टिकोण को बदल सकते हैं, उसमें आत्म-विश्वास जगा सकते हैं। संक्षेप में हम यह कह सकते हैं कि आप अपने विचारों से उसे विल्कुल दूसरा ही आदमी बना सकते हैं। परिणाम यह होगा कि वह आपको पसन्द करने लगेगा। आपके आदेशों का उत्साहपूर्वक पालन करने लगेगा।

इतना ही नहीं जब शत्रु क्रोध में भरकर आप पर आक्रमण करना चाहेगा तो आप अपनी परामानसिक शक्ति से उसके मन में ऐसा भय उत्पन्न कर देंगे कि वह स्वयं थर-थर कांपने लगेगा। वह आक्रमण करना चाहेगा पर कर न सकेगा। इस प्रकार आप आततायी से अपनी रक्षा कर सकेंगे।

आपके शुद्ध विचार दूसरे लोगों को कैसे प्रभावित करते हैं ?

जब आप अपने विचारों को दूसरे व्यक्ति के मन तक पहुंचाते हैं तो वह फौरन आपको अपना हितैषी समझने लगता है। ऐसा क्यों होता है ? आपके विचारों से प्रभावित होकर वह समझता है कि आप उसके पक्ष में हैं और उसकी यह धारणा उसको सुख तथा संतोष प्रदान करती है। यह परामानसिक आधिपत्य का परामानसिक परिणाम है।

परन्तु विचारों द्वारा स्थापित किए गए आधिपत्य का प्रभाव यहीं पर समाप्त नहीं हो जाता। आप उसकी शारीरिक क्रियाओं पर भी प्रभाव डालते हैं और वास्तव में यही प्रभाव ऐसा है जो काफी समय तक और गहराई के साथ बना रहता है। शारीरिक रूप से वह अपने आपको अधिक स्वस्थ अनुभव करने लगता है। इससे उसका मन आपकी तरफ अधिक झुकने लगता है। उसके मन में ऐसी इच्छा जाग्रत हो जाती है कि वह आपके सहयोग से अधिक-से-अधिक सुख प्राप्त करे।

यह मानसिक प्रभुत्व उसके सिम्पेथेटिक तन्त्रिका-तन्त्र पर दमनकारी प्रभाव और पैरा-सिम्पेथेटिक तन्त्रिका-तन्त्र पर उत्तेजक प्रभाव डालकर उसके शरीर को प्रभावित करता है। किन्तु यह प्रभुत्व—आपके विचारों

से उसके शरीर को प्रभावित करना—एक साधारण सीमा तक ही रखना चाहिए। यदि यह प्रभुत्व सीमा से अधिक बढ़ जाएगा तो आपका उद्देश्य पूरा नहीं हो सकेगा। इसका कारण हम आपको बता रहे हैं।

वात यह है कि पैरा-सिम्पेथेटिक तन्त्रिका-तन्त्र (Para-sympathetic nervous system) जहां एक ओर शरीर को पोषण तथा शक्ति देता है वहां दूसरी ओर वह शरीर के मल को बाहर निकालता है। जब हम स्वादिष्ट भोजन करते हैं तो वह शरीर पर वैसा ही प्रभाव डालता है, जैसा कि शरीर में प्रतिक्रिया होती है। मुंह में लार भर जाती है, हमारा आमाशय और आंतें पाचन क्रिया आरम्भ कर देते हैं। इस क्रिया में सहायता देने के लिए हमारा पित्ताशय (Gall bladder) पित्त (Bile) छोड़ता है जिससे हमारे आमाशय और आंतों को अधिक रक्त मिलता है। उस रक्त को आमाशय तथा आंतों को पहुंचाने के लिए हृदय की धड़कन तथा श्वास की गति मन्द हो जाती है। दूसरे शब्दों में हम कह सकते हैं कि हमारा सम्पूर्ण शरीर शान्त होकर सुख का अनुभव करने लगता है।

जो व्यक्ति असहाय रूप से आपके नियन्त्रण में है, उसमें निःसन्देह बहुत अधिक पैरा-सिम्पेथेटिक प्रतिक्रिया होती है जिस प्रकार एक ऐसे निःसहाय अपंग व्यक्ति में होती है जो पूर्णतया आपके ऊपर निर्भर है। ऐसे नियन्त्रित व्यक्ति में नीचे लिखा कोई एक या अनेक लक्षण दृष्टिगोचर हो सकते हैं—

आंखों में आंसू आ जाना, नाक बहने लगना, आवाज में खुरदरापन आ जाना, मुंह में बहुत अधिक पानी आ जाना, सांस उखड़ना, हृदय की धड़कन बहुत मन्द हो जाना, आमाशय में अधिक गैस बनना, अपच हो जाना; दस्त लग जाना आदि। इन सारे उपद्रवों का कारण उसके प्राकृतिक कार्यों की विसंगति अथवा अत्यधिक सक्रियता है।

यदि हम अपनी आत्मिक शक्ति से किसी व्यक्ति को बहुत अधिक दबाते हैं—जो एक प्रकार से अत्याचार की सीमा तक पहुंच जाता है—तो उस व्यक्ति में अनजाने ही विद्रोह की भावना पैदा हो जाती है। उसके सिम्पेथेटिक तन्त्रिका-तन्त्र पर इतना अधिक दबाव पड़ता है कि या तो वह

उस व्यक्ति को अपनी आत्मरक्षा के लिए खड़ा कर देता है, या आपके सामने से भाग जाने के लिए प्रेरित करता है। ऐसी स्थिति में उसकी आंखों की पुतलियां सिकुड़ जाती हैं, आमाशय तथा आंतों में पहुंचने वाले रक्त की मात्रा कम हो जाती है। यह रक्त मांस-पेशियों की ओर दौड़ने लगता है जिससे वह या तो लड़ने के लिए तैयार हो जाता है, या वहां से भाग खड़ा होता है। मांस-पेशियों में तेजी से रक्त दौड़ने का कारण यह है कि उस व्यक्ति पर जो अत्यधिक मानसिक दबाव पड़ता है उससे उसके हृदय की गति और रक्त का दबाव बढ़ जाता है। इसके साथ ही उसके यकृत से शक्कर निकल कर रक्त में भर जाती है जो इस परिस्थिति का सामना करने के लिए मांस-पेशियों को पर्याप्त शक्ति प्रदान करती है। उसकी एड्रीनल (Adrenal) और थायराइड (Thyroid) ग्रन्थियां अधिक क्रियाशील होकर उसकी विरोध करने वाली क्षमताओं को और बढ़ा देती हैं। वह गहरी-गहरी सांसें लेने लगता है जिससे उसके फेफड़ों में आक्सीजन और भी अधिक मात्रा में पहुंचती है। वह उस दुग्ध अम्ल (Lactic acid) को निष्क्रिय बना देती है जो उसके कठोर प्रयास के फलस्वरूप उसकी मांस-पेशियों में पैदा होता है। ऐसे व्यक्ति को वश में नहीं किया जा सकता।

सबसे पहले हम आपको यह बताएंगे कि दूसरे लोगों की सहायता करने के लिए उनके ऊपर मानसिक प्रभुत्व या मानसिक आधिपत्य कैसे स्थापित किया जा सकता है। जब आप किसी व्यक्ति की सहायता के लिए ही उनके मन पर अधिकार जमाते हैं तो यह स्वाभाविक है कि आपके प्रति उसका आकर्षण बढ़े।

मानसिक आधिपत्य की क्षमताएं

मानसिक आधिपत्य के अन्तर्गत पांच शक्तियों का समावेश होता है। ये शक्तियां हैं—

1. आपकी विकीर्णात्मक शक्ति
2. नियन्त्रित विस्फोट

3. शक्तिशाली दूरबोध
4. आपका प्रभावशाली ओज (Aura)
5. लौकिक भंवर या झोंका ।

इन पांचों तत्वों की विशद व्याख्या करने के साथ हम उन अभ्यासों और क्रियाओं पर भी यहां प्रकाश डालेंगे जिनके द्वारा इनका विकास किया जा सकता है ।

किसी पर मानसिक आधिपत्य जमाने की क्षमता का तेजी से विकास करने के लिए यह आवश्यक है कि इसका अभ्यास एकान्त कमरे में अकेले ही किया जाए । जितना अधिक आप इन पांचों शक्तियों का विकास कर लेंगे उतना ही अधिक सबल प्रभाव उन व्यक्तियों पर पड़ेगा जिनको आप अपने वश में करना चाहते हैं । ऐसे व्यक्ति भरसक प्रयत्न करके भी अपने को आपके आधिपत्य से नहीं निकाल पायेंगे । किसी भी व्यक्ति को मानसिक शक्ति से अपने वश में करने में सबसे बड़ी बाधा उसकी वह इच्छा है जो अपने आपको किसी के वशीभूत नहीं करना चाहती, और इस मामले में हमेशा विरोध करने को तैयार रहती है । यदि आपकी वशीभूत करने वाली शक्ति उसके विरोध से अधिक बलवान नहीं होगी तो आप अपने उद्देश्य में सफल नहीं हो सकेंगे । प्रारम्भ में उसकी विरोध करने की क्षमता यदि आपकी वशीकरण शक्ति से अधिक बलवान नहीं भी होगी, तो भी साधारणतया आपकी शक्ति के बराबर तो होगी ही । इसलिए यह आवश्यक है कि उस पर प्रयोग करने से पहले आप अपनी मानसिक वशीकरण शक्ति का पूरी तरह से विकास कर लें, ताकि आपको निराश न होना पड़े ।

बहुत से विक्रेता प्रतिनिधि (सेल्समैन) अपना मानसिक दबाव डालकर ग्राहकों को मनचाही वस्तु बेच जाते हैं । उनका यह मानसिक वशीकरण इतना शक्तिशाली होता है कि वे बिना विशेष मीन-मेष किए, सेल्समैन को उसका मन चाहा आर्डर दे देते हैं । उसके चले जाने के बाद वे अक्सर सोचते हैं कि सेल्समैन उनको मूर्ख बना गया है, परन्तु तब तक बात उनके हाथ से निकल चुकी होती है । परन्तु इस प्रकार की योग्यता सेल्समैन दो-चार दिन में ही प्राप्त नहीं कर लेते । इसके लिए उन्हें काफी अभ्यास

करना पड़ता है। किन्तु मानसिक वशीकरण की शक्ति का विकास करने में उसकी अपेक्षा काफी कम समय लगता है। कारण यह है कि आप इसे वैज्ञानिक विधि से सीख रहे हैं और इसके लिए निश्चित अभ्यास बताए जा रहे हैं।

1. आपकी विकीर्णात्मक शक्ति

यह शरीरशास्त्र, भौतिक विज्ञान तथा विद्युत-चिकित्सा पद्धति द्वारा सिद्ध किया जा चुका है कि पूर्ण शून्य (0 अंश फारेनहाइट से 273 अंश नीचे) से ऊपर के तापमान में जो भी वस्तु होती है, वह उष्ण किरणों के रूप में अपनी ऊर्जा का विकिरण करती है—विखेरती है। दूसरे शब्दों में हम कह सकते हैं कि आपके शरीर से भी किरणों के रूप में ऊर्जा निकलती है। इन्फ्रारेड (Infra red), प्रकाश युक्त तथा अल्ट्रावायलेट (Ultra violet) रश्मियां वास्तव में विकीर्णात्मक शक्ति के ही रूप हैं। स्वयं प्रकाश विकीर्णात्मक शक्ति का एक रूप है। इस शक्ति का प्रयोग रोगों को दूर करने तथा मन्द जैविक (Biological) प्रक्रिया को सक्रिय बनाने के लिए किया जाता है। वैज्ञानिकों द्वारा मनुष्य के शरीर से निकलने वाली इस शक्ति या ऊर्जा की भली-भांति माप-तौल की जा चुकी है।

विद्युत-चिकित्सा के एक प्रसिद्ध विद्वान का मत है कि अदृश्य इन्फ्रारेड रश्मियों की लहर तो 760 मिलीमाइक्रोन से भी अधिक दूर तक पहुंचती है। एक शरीर-शास्त्री की राय है कि त्वचा से निकलने वाली इन्फ्रारेड रश्मियों की लम्बाई सामान्य तापमान (93. 2° फा०) में 9440 मिली-माइक्रोन होती है। भिन्न-भिन्न तापमानों पर विकीर्णात्मक शक्तियां भी भिन्न-भिन्न होती हैं। इस बात को इस प्रकार समझा जा सकता है कि जब तापमान अधिक होता है तो हम अधिक ऊष्मा छोड़ते हैं और जब तापमान कम होता है तो कम। इसका तात्पर्य यह हुआ कि जब तापमान अधिक होता है तो हमारी वशीभूत करने की क्षमता बढ़ जाती है और जब तापमान कम होता है तो वह घट जाती है। यह बात साधारण स्थिति के सम्बन्ध में है। परन्तु जब आपकी वशीकरण शक्ति अभ्यास के द्वारा काफी विकसित हो

चुकी होती है तो आप वातावरण का तापमान कम होते हुए भी अन्य व्यक्तियों को अपने वश में करने में सफल हो सकते हैं।

फिर भी यह जान लेना आवश्यक है कि अपनी इस शक्ति का प्रयोग करने के लिए कैसा वातावरण सबसे अधिक उपयुक्त होता है और कैसे वातावरण में सफलता प्राप्त करने के लिए कितनी मानसिक शक्ति का प्रयोग करना चाहिए। उदाहरण के लिए, 50° फा० के तापमान में आपको अपनी मानसिक शक्ति का प्रयोग अपने पात्र पर इस प्रकार घनीभूत रूप में करना चाहिए जैसे फव्वारे से जल की धारा निकलती है। इसके विपरीत, यदि आप 90° फा० के तापमान वाले वातावरण में अपनी मानसिक शक्ति का प्रयोग उसे अधिक घनीभूत करके अपने पात्र पर करेंगे तो आप अपने उद्देश्य में सफल नहीं हो सकेंगे। इसका कारण यह है कि आपकी यह शक्ति उसके पैरासिम्पेथेटिक तंत्रिका-तंत्र को बहुत अधिक सक्रिय बना कर उस व्यक्ति को भयभीत कर देगी, अथवा उसकी विरोध भावना को जगा देगी। इसलिए ऐसी परिस्थितियों में विशेष रूप से सावधान रहने की आवश्यकता है।

तापमान का आपके द्वारा प्रयोग की गई मानसिक शक्ति पर तो कोई प्रभाव नहीं पड़ता, परन्तु आपकी शारीरिक क्रिया और मानसिक शक्ति के प्रयोग की क्षमता तथा विकीर्णात्मक शक्ति पर उसका विशेष रूप से प्रभाव पड़ता है।

ठंड आपके संवेदनशील अंगों को अधिक गर्मी उत्पन्न करने के लिए प्रेरित करती है ताकि ठंड का मुकाबला किया जा सके। साथ ही वह आपकी त्वचा को इसलिए कस देती है कि आप गर्म रह सकें। यही कारण है कि जब आप सर्दी से ठिठुरते हुए व्यक्ति पर अपनी वशीकरण शक्ति का प्रयोग करेंगे तो या तो वह उनका विरोध करेगा या आपके सामने से भाग जायेगा। हां यदि आपके विचारों द्वारा भेजा गया संदेश उसके मन के अनुकूल होगा तो बात दूसरी है।

यदि कोई व्यक्ति बहुत अधिक गर्मी के कारण दुर्बलता अनुभव कर रहा हो तो वह आपका मानसिक आधिपत्य स्वीकार कर लेगा। इसका कारण यह नहीं है कि वह आपको पसन्द करता है, बल्कि उसके सामने इसके

अलावा और कोई चारा नहीं है परन्तु अन्दर-ही-अन्दर वह आपसे घृणा करने लगेगा और उचित सामर्थ्य प्राप्त होते ही आपके विरुद्ध विद्रोह कर देगा ।

विकीर्णात्मक शक्ति के विषय में अन्य तथ्य

यह तो सिद्ध हो गया कि विकीर्णात्मक शक्ति का वास्तव में कोई अस्तित्व है और वह शक्ति आपके शरीर से ही निकल कर फैलती है । यह निर्विवाद है कि इन किरणों को आप दूसरे व्यक्ति के शरीर में शारीरिक सम्पर्क द्वारा अधिक आसानी में पहुँचा सकते हैं । जब आपका डाक्टर या कोई प्रिय व्यक्ति आपके दुखते हुए माथे पर अपना गर्म (तपता हुआ नहीं) हाथ रखता है तो आपको ऐसा प्रतीत होता है कि आपकी पीड़ा कम हो रही है, आपको शान्ति मिल रही है । इसके विपरीत, यदि इन दोनों में से कोई भी व्यक्ति आपके माथे पर ठण्डा हाथ रख दे तो आपको बहुत बुरा लगेगा और आप उससे फौरन हाथ हटा लेने के लिए कह देंगे । यदि वह तपता हुआ गर्म हाथ आपके सिर पर रखेगा तो उसे भी आप फौरन हटा देंगे । इससे यह सिद्ध होता है कि आपको केवल उस हाथ का स्पर्श सुख देता है जो गर्म तो हो, किन्तु तपता हुआ न हो और ठंडा हाथ तो बिल्कुल पसन्द नहीं है । जब ठंडा हाथ मिलाया जाता है तो दूसरा व्यक्ति अपना हाथ तेजी से अलग कर लेता है । ठंडे हाथ से उसकी सिम्पेथेटिक तंत्रिकाएं सक्रिय होकर उसकी भावनाओं को ठण्डे हाथ वाले व्यक्ति के विरुद्ध कर देती हैं जबकि गर्म हाथ उसकी पैरा-सिम्पेथेटिक तंत्रिकाओं को प्रोत्साहित करता है और वे उसी क्षण उस व्यक्ति को हाथ मिलाने वाले के प्रति अनुकूल बना देती हैं । हालांकि इस बीच में आपको अपनी विकीर्णात्मक शक्ति का वायु के माध्यम से उसके अन्दर संचार करना पड़ता है । ऐसा आप केवल अपनी मानसिक शक्ति से ही कर सकते हैं ।

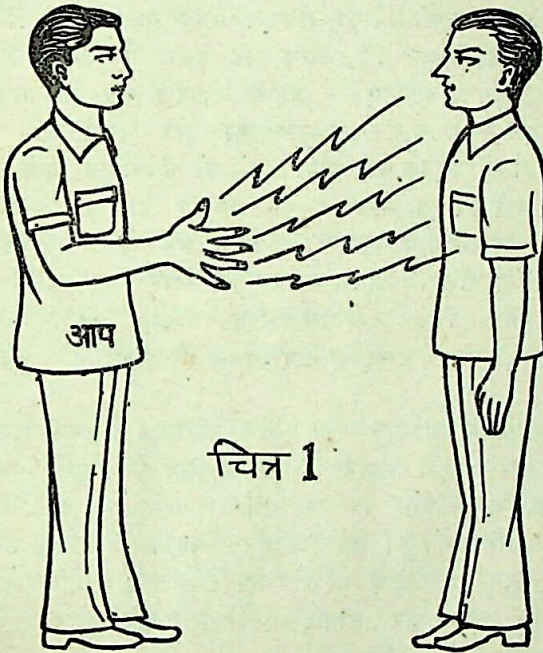
शारीरिक स्पर्श द्वारा किसी के मन को प्रभावित करने का एक अच्छा साधन होते हुए भी आपको सदैव ऐसा अवसर नहीं मिलता कि जिस व्यक्ति को आप अपने वश में करना चाहें उसके शरीर को स्पर्श कर लें, बहुत देर तक हाथ रख सकना तो और भी कठिन है । यदि हाथ मिलाने

के वहाने से उसका स्पर्श करना चाहें तो वह भी लम्बे समय तक नहीं चल सकता। इसलिए आपको दूर से अपनी शक्ति का प्रयोग करने का भी अभ्यास करना होगा।

मानसिक वशीकरण के लिए विकीर्णात्मक शक्ति के प्रयोग का अभ्यास

जैसा कि हम बता चुके हैं आप उस समय अपनी विकीर्णात्मक शक्ति को अधिक मात्रा में प्रेषित कर सकते हैं जबकि आपके आसपास का वातावरण लगभग 92° फा० हो। उस समय आपका शरीर अधिक ऊष्मा प्रवाहित करने के लिए तैयार होता है। जिस गर्मी से आपको पसीना आ जाए वह गर्मी इस प्रयोग के लिए उपयुक्त नहीं है, क्योंकि पसीना आ जाने से आपकी त्वचा ठंडी हो जाएगी और आप दूसरे व्यक्ति के मन में अपनी विकीर्णात्मक शक्ति का संचार नहीं कर सकेंगे इसलिए इस प्रयोग के लिए केवल आराम देने वाली ऊष्मा होनी चाहिए। यह वह स्थिति है जिसमें आपके पास विकीर्णात्मक ऊर्जा का बहुत भंडार है।

आपके आस-पास की वायु भी काफी गर्म होनी चाहिए, जिससे आपके शरीर में व्याप्त ऊष्मा से निकलने वाली विकीर्णात्मक ऊर्जा आपके पात्र के पास तक पहुंचते-पहुंचते ठंडी न हो जाए। आपका अधिकांश शरीर कपड़ों से ढंका होता है, इसलिए आपकी विकीर्णात्मक ऊर्जा आपके पात्र के पास सीधी नहीं पहुंच सकती। सच तो यह है कि आपके कपड़े उस ऊर्जा का अधिकांश भाग दूसरे व्यक्ति के पास पहुंचने ही नहीं देते। यदि आप लम्बी आस्तीन का कुर्ता, कोट या चोगा पहनते हैं तो आपके शरीर से निकलने वाली ऊर्जा आस्तीन के मार्ग से घनीभूत होकर उस व्यक्ति के पास पहुंचेगी। इसलिए यह आवश्यक है कि जब अपनी विकीर्णात्मक ऊर्जा उसकी ओर छोड़ें तो आप अपने हाथों को कमर तक की ऊंचाई पर रखें। यदि आप अपने हाथों को कमर से नीचे की ओर लटका कर रखेंगे तो आपकी आस्तीनों से होकर निकलने वाली गर्म वायु केवल आप तक ही पहुंचेगी। (देखिए चित्र 1)



आपकी विकीर्णत्मक ऊर्जा दूसरे व्यक्ति पर प्रभाव डाल रही है ।

यदि आप अभ्यास करें तो अपनी मानसिक शक्ति से अपनी आस्तीनों को कमर की ऊंचाई तक रखकर अपनी शक्ति युक्त वायु को अपने पात्र तक पहुंचा सकते हैं।

अभ्यास—जब आपका शरीर आरामदेह स्थिति में हो; न ज्यादा गर्म हो, न ठंडा, तो एक बड़े-से दर्पण के सामने खड़े होकर अपने प्रति-बिम्ब की ओर टकटकी लगाकर देखिए। मन में यह कल्पना कीजिए कि वह आपका प्रतिबिम्ब नहीं है, बल्कि कोई दूसरा व्यक्ति खड़ा है। साथ ही यह भी कल्पना कीजिए कि आपके शरीर से गर्म रश्मियां निरन्तर लहरों के रूप में निकल कर उस व्यक्ति को चारों ओर से घेरती जा रही हैं। ऐसा न सोचिए कि वे रश्मियां हवा को छेदती हुई उसके शरीर में प्रवेश कर रही हैं। ऐसा सोचने का परिणाम यह होगा कि आपके अनजाने ही आपका मन उसे भाग जाने के लिए प्रेरित करने लगेगा। आपको केवल यह कल्पना करनी है कि आपके शरीर से धीरे-धीरे निकलने वाली रश्मियां आपके चारों ओर बिखर कर उस व्यक्ति को उसके अनजाने में घेर रही हैं उसे शान्ति प्रदान कर रही हैं और आनन्द की भावना से ओत-प्रोत कर रही हैं।

इस साधारण अभ्यास को बार-बार कीजिए। इन गर्म रश्मियों के साथ-साथ उसके मन में उदारता की सौहार्दपूर्ण भावना को भी उत्पन्न कीजिए, क्योंकि उदारता पैरा-सिम्पेथेटिक तन्त्रिका-तन्त्र को प्रेरित करने का प्रभावशाली साधन है। इसके अतिरिक्त यह उदार भावना उस ऊष्मा (गर्मी) में भी वृद्धि करती है जो आप अपनी त्वचा द्वारा प्रेषित कर सकते हैं। निरन्तर अभ्यास करके आप इस उदारता तथा ऊष्मा का अधिक घने रूप में संचार कर सकते हैं।

यह अभ्यास करते समय आपके चेहरे पर कोई तनाव, गम्भीरता या अधीरता नहीं होनी चाहिए। अपनी भौंहों और नीचे के जबड़े को ढीला छोड़ दीजिए। इससे आपका चेहरा आप ही ढीला और तनावरहित हो जायेगा। इससे आपके पैरा-सिम्पेथेटिक तन्त्रिका-तन्त्र को और भी अधिक शक्ति मिलेगी। तनावपूर्ण या अत्यधिक गम्भीर मुद्रा से पात्र के मन में विरोध की भावना जागती है और उससे सिम्पेथेटिक तन्त्रिका-तन्त्र को

आप से लड़ने या दूर भागने की प्रेरणा मिलती है। इसलिए यह अत्यन्त आवश्यक है कि आप शिथिल अभिव्यक्ति का अभ्यास और विकास करें।

यदि आप केवल इसी अभ्यास को नियंत्रित रूप से करें तो आप देखेंगे कि थोड़े ही दिनों में आपके दैनिक कार्यों तथा सामाजिक जीवन में महान परिवर्तन आ जायेगा। जितना भी समय आप इस अभ्यास पर लगाएंगे, उससे कई गुना अधिक लाभ आपको प्राप्त होगा। इसके बाद नीचे लिखा दूसरा अभ्यास कीजिए।

2. नियंत्रित विस्फोट

जिस प्रकार आप अचानक किसी जलपान गृह में या समस्त मंच पर भाषण देने के लिए पहुंच जाते हैं, उसी प्रकार अपने दर्पण के सामने आकर खड़े हो जाइए। न तो सहमे से आइए और न अकड़ कर, बल्कि धीरे-धीरे आराम से आकर खड़े हो जाइए। इस समय आपके मन में कोई आशंका या जल्दवाजी नहीं होनी चाहिए। लम्बी, सरल और स्वाभाविक सांस लीजिए।

दर्पण के सामने खड़े होने से पहले कल्पना कीजिए कि आपकी सम्पूर्ण शक्ति सिमट कर आपके अन्दर एकत्रित हो गई है। अब आगे बढ़कर दर्पण के सामने आ जाइए। इस अभ्यास में भी आपको यह कल्पना करनी है कि दर्पण में आपका प्रतिबिम्ब नहीं है, बल्कि वह व्यक्ति है जिसे आप अपने वश में करना चाहते हैं। अब धीरे-धीरे सांस लीजिए। ध्यान रखिए, जब आप सांस बाहर छोड़ते हैं तो आप अपने अन्दर दुर्बलता अनुभव करते हैं परन्तु आप सांस अन्दर लेते हैं तो आपका सीना फूलने लगता है और आप अपने आपको अधिक बड़ा तथा शक्तिशाली महसूस करने लगते हैं। इसके अतिरिक्त आपको अधिक आक्सीजन मिलती है जो पैरा-सिम्पैथेटिक तन्त्रिका तन्त्र को बल देकर आपकी तंत्रिकाओं को शान्त करती है।

जब आप गहरी सांस लेते हैं तो आपके रक्त को अधिक आक्सीजन अर्थात् शुद्ध वायु मिलती है। इससे आपके हृदय और सांस की गति कम हो जाती है, क्योंकि आपके पास अशुद्ध वायु कम रह जाती है जिसे दूषित

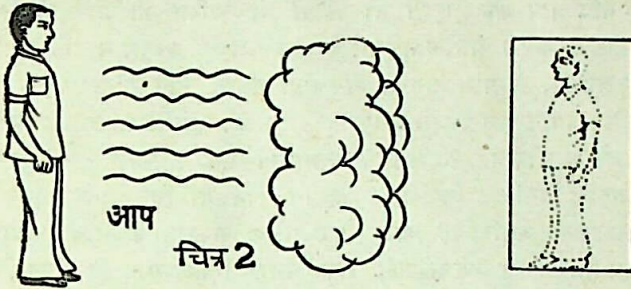
वायु के रूप में निकालने की आवश्यकता पड़े। आपके रक्त में जितनी अधिक अशुद्ध वायु (कार्बन-डाइ-आक्साइड) होगी, उतनी ही तेजी से आप सांस लेंगे क्योंकि आपको ताजी हवा की आवश्यकता होगी। यदि आप पांच मिनट तक गहरी सांस लेकर फेफड़ों में बहुत अधिक वायु भर लें तो आपके पास शुद्ध वायु का इतना अधिक भंडार हो जाएगा कि फेफड़े स्वतः एक मिनट तक सांस लेना बन्द कर देंगे। वे फिर तभी सांस लेंगे जब आपके रक्त में दूषित वायु (कार्बन-डाइ-आक्साइड) फिर जमा हो जाएगी और आपको शुद्ध वायु की आवश्यकता होगी। बहुत अधिक शुद्ध वायु लेने से अत्यधिक पैरा-सिम्पैथेटिक प्रभाव पड़ता है।

इसलिए दर्पण के सामने खड़े होकर धीरे-धीरे और परी तरह से सांस अन्दर लीजिए। इसके बाद पूरी ताकत के साथ सम्पूर्ण एकत्रित शक्ति गहरी सांस के रूप में सामने आने वाले व्यक्ति पर झोंक दीजिए। इस समय ऐसा महसूस कीजिए कि आपने जो शक्ति एकत्रित की थी वह आपके चेहरे, गर्दन, छाती और भुजाओं से विस्फोट हो रही है। ऐसा केवल महसूस ही न कीजिए, बल्कि उस शक्ति को सामने वाले व्यक्ति तक प्रेषित भी कीजिए।

कल्पना कीजिए कि आपकी शक्ति का यह विस्फोट पूरी तरह से सामने वाले व्यक्ति के पास पहुंच रहा है और उसके अन्दर एक्स-रे की तरह घुसकर उसे सिर से पैर तक चेतना शून्य किये दे रहा है। (देखिए चित्र 2)

जब आप इस प्रकार अपनी शक्ति को नियंत्रित करके अपने पात्र पर विस्फोट करें तो साथ ही दूरबोध (Telepathy) के रूप में अपना मानसिक संदेश भी देते रहें। इससे आपकी शक्ति में वृद्धि होगी। इस प्रकार उसके मन में शांति मिलेगी और उसकी पैरा-सिम्पैथेटिक तंत्रिकाएं अधिक सक्रिय हो जाएंगी। उसका मन आपके अनुकूल होगा और शरीर उसका अनुसरण करेगा। शक्ति के नियन्त्रित विस्फोट का यह मुख्य आधार है।

यदि आप अपने जीवन में किसी ऐसे उत्तरदायित्वपूर्ण पद पर रहे हैं, जहां आपके अधीन अनेक व्यक्तियों को कार्य करना पड़ा है, तो आप



सांस बाहर निकालते हुए अपनी विकीर्णात्मक ऊर्जा को दर्पण में खड़े हुए व्यक्ति पर पूरी शक्ति से छोड़िये ।

दर्पण में दूसरा व्यक्ति

इस अभ्यास में बहुत जल्दी सफलता प्राप्त कर सकते हैं अन्यथा आपको वातावरण में से शक्ति एकत्रित करके सम्बन्धित व्यक्ति के पास तक भेज कर उसे स्तब्ध करने में कुछ कठिनाई हो सकती है। परन्तु संसार में ऐसी कोई कठिनाई नहीं है जिस पर विजय प्राप्त न की जा सके।

नियन्त्रित विस्फोट में सफलता पाने की श्रेष्ठ विधि

इस नियन्त्रित विस्फोट के अभ्यास में सफलता प्राप्त करने का सबसे अच्छा तरीका यह है कि आप इसका सीढ़ी-दर-सीढ़ी अभ्यास करें। सबसे पहले आप ऊपर लिखे अनुसार दर्पण के सामने आकर खड़े होने का अभ्यास करें। फिर इसके बाद सांस लेकर जमा करने का और एक साथ छोड़ने का अभ्यास करें। इन दोनों अभ्यासों को बारी-बारी से पांच दफा करें। इसके बाद कुछ मिनट तक आराम कर लें। अधिक उपयुक्त यह होगा कि उस दिन आगे अभ्यास न करके दूसरे दिन करें, क्योंकि आपकी शक्ति जो नियन्त्रित विस्फोट द्वारा समाप्त हो चुकी है, फिर जमा होने में समय लेगी। पांच बार जो आप ऊपर लिखे अनुसार अभ्यास करें, उसमें भी प्रत्येक दो अभ्यासों के बीच में कम-से-कम आधे मिनट का विश्राम ले लें।

यदि आप थके हुए हों तो किसी भी व्यक्ति की ओर नियन्त्रित विस्फोट न करें। प्रत्येक संप्रेषण के पीछे आपकी सम्पूर्ण मानसिक शक्ति होनी चाहिए, अन्यथा उसका गनचाहा प्रभाव नहीं पड़ेगा। यदि एक बार यह प्रयोग असफल हो जाएगा तो एक ओर तो आप हताश हो जाएंगे और दूसरी ओर वह सावधान हो जाएगा। एक बात और स्मरण रखनी चाहिए कि नियन्त्रित विस्फोट का प्रयोग अपने परिचित अथवा मित्र की अपेक्षा किसी अपरिचित व्यक्ति पर अधिक सफलता के साथ किया जा सकता है। परन्तु जब आपको इसका भली-भांति अभ्यास हो जाएगा, तब आप किसी भी व्यक्ति पर—चाहे वह आपका मित्र हो या अपरिचित इसका प्रयोग समान रूप से कर सकेंगे। परन्तु प्रारम्भ में इसका प्रयोग अपरिचित व्यक्ति पर ही करना चाहिए। अपरिचित व्यक्ति पर भी ऐसा तभी करें जब दर्पण के सामने अभ्यास करते-करते आपको दक्षता प्राप्त हो जाये।

जब आपको अपने अभ्यास में दक्षता प्राप्त होने लगेगी तो आपको अपने कमरे में खड़े हुए दर्पण में अपने प्रतिबिम्ब पर नियन्त्रित विस्फोट छोड़ते हुए ऐसा अनुभव होगा कि आपके शरीर में रोमांच हो रहा है, आपके शरीर के बाल खड़े हो रहे हैं। यदि आप बैठकर अभ्यास करेंगे तो आप को अपना शरीर कुर्सी से उठकर कमरे में गैस के वादल की तरह तैरता हुआ और सामने वाले व्यक्ति को चारों ओर से घेरता हुआ प्रतीत होगा या आप ऐसा अनुभव करेंगे कि आपकी त्वचा से बड़ी-बड़ी शक्ति-शाली धाराएं निकल कर उस व्यक्ति के शरीर में प्रवेश कर रही हैं। यह तो ठीक है कि कांच के प्रतिबिम्ब के रूप में दिखाई देने वाला व्यक्ति बिल्कुल निश्चल तो नहीं होगा, क्योंकि वह वास्तव में कोई व्यक्ति न होकर आपका प्रतिबिम्ब मात्र है परन्तु वास्तविक जीवन में जब आंग चलकर किसी व्यक्ति को अपने प्रयोग का निशाना बनायेंगे तो वह वास्तव में गतिहीन निस्पंद हो जाएगा।

नियंत्रित विस्फोट का सफल सम्प्रेषण

जब आप नियन्त्रित विस्फोट को सफलतापूर्वक किसी व्यक्ति की ओर पूरी शक्ति से सम्प्रेषित करने (भेजने) की स्थिति में आ जायेंगे तो ऐसा करते समय आप स्वयं भी लगभग चेतना शून्य हो जाया करेंगे। उस समय आपको यह ध्यान नहीं रहेगा कि आप कौन हैं और कहां हैं। आपका ध्यान केवल विस्फोट पर केन्द्रित रहेगा। यह केवल अस्थायी स्थिति होगी। इससे चिन्तित होने की आवश्यकता नहीं है। प्रत्येक मामले में ऐसा ही होता है। उदाहरण के लिए मुक्केबाज जब मुक्केबाजी के अपने करतब दिखाता है तो उसका ध्यान आस-पास के वातावरण, दर्शकों की भारी भीड़ के ऊपर न होकर अपने प्रतिद्वन्दी पर मुक्के बरसाने की ओर ही रहता है। उस समय वह शेष सब कुछ भूल जाता है। मुक्केबाजी की प्रतियोगिता समाप्त हो जाने पर ही उसे अनुभव होता है कि वह कितना थक गया है और उसका हृदय कितनी तेजी से धड़क रहा है।

जब किसी व्यक्ति पर अपनी शक्ति को नियंत्रित करके विस्फोट करें तो धीरे-धीरे कदापि न करें, संपूर्ण शक्ति पूरे जोर शोर के साथ एकदम उस पर उंडेल दें और उसे उंडेल कर एक सैकिण्ड में, वल्कि उससे भी कम समय में, अपनी शक्ति का स्रोत बन्द कर दें। यह उसी समय दुवारा विस्फोट किया गया तो वह हताश होकर विद्रोह कर सकता है।

3. शक्तिशाली दूरबोध

मानसिक वशीकरण की तीसरी शक्ति है शक्तिशाली दूरबोध (Dynamic Telepathy)। आपके द्वारा किए गए नियन्त्रित विस्फोट से आपका पात्र फौरन चेतना शून्य एवं स्तब्ध हो जाता है। अब आपका अगला कदम होता है, उसकी इस स्थिति से लाभ उठाना। नियन्त्रित विस्फोट आपको ऐसे योद्धा की स्थिति में लाकर खड़ा कर देता है जिसने प्रतिद्वन्दी को लड़खड़ा दिया है। अब आपको उसे केवल पटकनी देनी है। आप उस पर पूर्ण विजय तो प्राप्त नहीं कर सकते, क्योंकि वह आपके साथ

इस प्रकार सहयोग नहीं कर रहा है जैसे सम्मोहित किया हुआ (हिप्ना-टाइज्ड) व्यक्ति सम्मोहनकर्ता के साथ करता है। इसके विपरीत, वह कदम-कदम पर आपके साथ असहयोग ही नहीं कर रहा है, बल्कि विरोध भी कर रहा है।

जबकि आपने नियन्त्रित विस्फोट द्वारा उसे मानसिक रूप से जड़ बना दिया है, आपका अगला कदम यह होना चाहिए कि आप उसके अरक्षित मस्तिष्क में फौरन अपने आदेशात्मक विचार पहुंचा दें। इस कार्य में तनिक भी विलम्ब नहीं होना चाहिए। आपके द्वारा किए गए विलम्ब के कारण यदि वह फिर अपने आपे में आकर आपका विरोध करने की स्थिति में आ गया तो आपका सारा प्रयास निष्फल हो जाएगा।

आप अपने विचारों द्वारा उस पर शासन कर सकें, इसके लिए आवश्यक है कि पहले भेजे गए विचारों के प्रभावहीन होने से पहले ही दुबारा फिर विचार प्रेषित कर दिए जाएं। आगे चलकर ये विचार फिर आपको उसके मन में जगाने पड़ेंगे। यदि आप अपने विचार प्रारम्भ में ही उसके चैतन्य होने से पूर्व उसके अवचेतन मन में गहराई से जमा दें, तो भविष्य में उन्हें पुनर्जीवित करने में आपको आसानी होगी।

शक्तिशाली दूरबोध कैसे उत्पन्न करें ?

शक्तिशाली मानसिक संदेश भेजने से पहले लगभग एक क्षण तक उस आदेश पर विचार करें जिसके द्वारा आप उस व्यक्ति पर शासन करना चाहते हैं। यदि आप यह चाहते हैं कि आप मानसिक रूप से उसके 'स्वामी' बन जायें तो उसके बारे में सोचते हुए अपने मन में कहिए, 'मैं तुम्हारा स्वामी हूँ।' ऐसा आप लगभग दो क्षण तक केन्द्रित मन से एकाग्र होकर सोचिए अथवा उसकी ओर लक्ष्य करके धीरे-धीरे दुहराइये, "मैं तुम्हारा स्वामी हूँ," "मैं तुम्हारा स्वामी हूँ", "मैं तुम्हारा स्वामी हूँ।" (देखिए चित्र 3)

ऐसा करने के फौरन बाद इस विचार को अपने मस्तिष्क से निकाल दीजिए। एक प्रकार से इस बात को बिल्कुल भुला दीजिए कि आपने ऐसा कहा था या सोचा था। अपने मस्तिष्क को इस विचार से खाली कर उसे



आप अपने मानसिक आदेश केवल दो सैकण्ड तक प्रेषित कीजिए ।

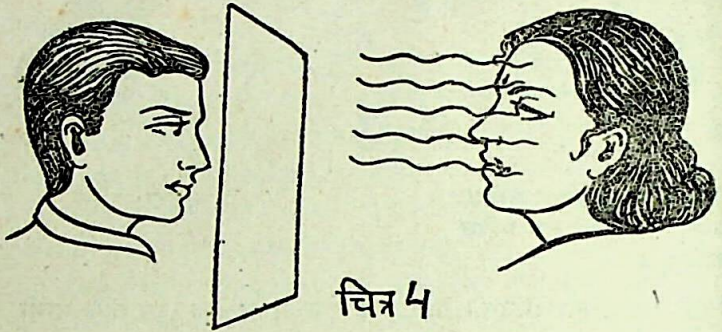
दूसरा व्यक्ति

दूसरी ओर लगा दीजिए । यदि आप लम्बे समय तक इस शक्तिशाली दूरवोध को बनाए रखेंगे तो आप ऐसी ही दुर्बलता का अनुभव करेंगे जैसी नियन्त्रित विस्फोट से होती है । अचानक उस विचार से ध्यान हटा लेने से दूसरे व्यक्ति का ध्यान भी इस बात से तत्काल हट जाता है, परन्तु उसके अवचेतन मन में वह विचार गहराई से जड़ जमाकर बैठ जाता है । (देखिए चित्र 4)

यदि आप नारी हैं और किसी पुरुष को अपने सौन्दर्य से प्रभावित करना चाहती हैं तो उसको लक्ष्य करके अपना मानसिक संदेश भेजिए, "तुम जानते हो, मैं बहुत सुन्दर हूँ" या इस प्रकार उसे लक्ष्य करके जल्दी-जल्दी दुहराइए, मैं बहुत सुन्दर हूँ...सुन्दर...सुन्दर ।" अपने आदेशात्मक विचार को इतना संक्षिप्त कर लीजिए कि वह एक सैकण्ड में ही समाप्त हो जाये । यह विचार जितना संक्षिप्त होगा उसका परिणाम उतना ही प्रभावशाली होगा ।

जल्दी-जल्दी दुहराने का तरीका

जल्दी-जल्दी दुहराने से आदेशात्मक विचार दूसरे व्यक्ति के मन में स्थायी रूप से जड़ जमा लेते हैं । इन्हें दुहराने समय यदि मन में कुछ अटकाव आ जाए तो भी कोई हानि नहीं होती ।



अब तुरन्त ही इस आदेश को भुला दीजिए तथा अन्य कोई कार्य करने लीगिए ।

जब आप अपने मस्तिष्क में से यह आदेश निकाल कर भुला देते हैं तो यह दूसरे व्यक्ति के मन में जम जाता है ।

एक बात को जल्दी-जल्दी दुहराने से जो एकरसता आ जाती है, उससे पात्र का तर्कपूर्ण विरोध ठंडा पड़ जाता है और उसका मस्तिष्क आपके आदेशात्मक विचार को स्वीकार करने की स्थिति में आ जाता है । यदि कोई विचार पहली बार उसके मस्तिष्क में पहुंचता है तो उसकी नवीनता के कारण वह सतर्क हो सकता है, उसका विरोध भी कर सकता है । परन्तु उसकी बार-बार की आवृत्ति से विचार की नवीनता समाप्त हो जाती है जिससे उसका विरोध भी कमजोर पड़ जाता है । विचार स्थायी रूप से उसके अवचेतन मन में घर कर लेता है ।

शक्तिशाली दूरबोध का प्रयोग

जब आप शक्तिशाली दूरबोध का अभ्यास करें तो अपने विचार को इस प्रकार बाहर निकालें जैसे आप वास्तव में किसी व्यक्ति से धीरे से कुछ कह रहे हों। फिर जल्दी से सांस लें और किसी दूसरे विषय पर अपने मन-मस्तिष्क को लगा दें।

मान लीजिए, आप स्त्री हैं और किसी शर्मिले पुरुष को अपने वश में करना चाहती हैं तो जल्दी-जल्दी सोचिए, “मेरे पास आओ...मेरे पास आओ...मेरे पास आओ।” किसी शर्मिले पुरुष को आकृष्ट करने के लिए जोर देकर इस प्रकार न कहिए, “आओ...मेरे पास आओ।” यदि जोर देकर कहा जायेगा तो वह पुरुष विदक कर भाग जायेगा।

जब कभी आप सभा मंच पर भाषण देने या रंगमंच पर अभिनय करने के लिए जायें तो अपने श्रोताओं या दर्शकों तक अपना मानसिक विचार भेजिए ‘मैं महान वक्ता हूँ...महान्-महान् !’ अथवा ‘मैं महान् अभिनेता हूँ...महान्-महान् !’ और फौरन अपना कार्य आरम्भ कर दीजिए। श्रोताओं या दर्शकों को इस विषय पर विचार करने का बिल्कुल अवसर मत दीजिए। आपने उनके मन में अपना विचार जमा दिया है। वस, वह काफी है। अब आपको उनका ध्यान अपने कार्य—भाषण अथवा अभिनय—की ओर आकर्षित करना चाहिए।

शक्तिशाली दूरबोध के विकास के लिए अभ्यास

अभ्यास 1—जब तक आप शक्तिशाली दूरबोध को सरलता से सशक्त रूप में उत्पन्न करने में समर्थ न हो जायें तब तक अपने कमरे में ही एकान्त में उसका अभ्यास करें। यह अभ्यास करने के लिए अपने दर्पण के सामने खड़े हो जाइए और कल्पना कीजिए कि दर्पण में आपके प्रतिविम्ब के रूप में खड़ा हुआ व्यक्ति आपके द्वारा किए गए नियंत्रित विस्फोट के फलस्वरूप पहले ही मानसिक रूप में चेतनाशून्य हो चुका है। अब जो आदेशात्मक संदेश आप उसके मन में जमाना चाहते हैं, उसके विषय में विचार कीजिए।

इसके बाद दूसरा आदेशात्मक विचार उसके पास प्रेषित कीजिए। इसके बाद फिर तीसरा विचार भेजिए। इस प्रकार जितने भी विचार आप भिन्न-भिन्न व्यक्तियों को प्रेषित करना चाहते हैं, उन सबको सोच डालिए। फिर प्रत्येक विचार को धीरे-धीरे इस प्रकार सम्बन्धित व्यक्तियों को लक्ष्य करके बुदबुदाइये जैसे आप वास्तव में उससे बात कर रहे हैं। इसी बीच यह कल्पना करते रहिए कि वह विचार वास्तव में आपके मस्तिष्क से निकलकर दूसरे व्यक्ति के मन में अपनी जड़ जमाता जा रहा है। पहले इन विचारों को धीरे-धीरे किन्तु बलपूर्वक उत्पन्न कीजिए। फिर जल्दी-जल्दी इन शब्दों को दुहराइए। वास्तविक जीवन की स्थितियां आपको यह बात स्वयं बता देंगी कि किस व्यक्ति के पास अपने विचार धीरे-धीरे प्रेषित करना चाहिए और किसके पास जोरदार शब्दों में। इसलिए दोनों रीतियों का अभ्यास कीजिए और दोनों में पूर्ण दक्षता प्राप्त कीजिए।

अभ्यास 2—कल्पना कीजिए कि दूसरा व्यक्ति ऐसा है जिसे आप पसन्द नहीं करते और उसे भगा देना चाहते हैं। ऐसा व्यक्ति चोर डाकू भी हो सकता है, और यदि आप युवती हैं तो आपका शील भंग करने के इरादे से आने वाला आततायी भी हो सकता है। ऐसी दशा में शक्तिशाली दूरबोध का अभ्यास कुछ भिन्नता के साथ कीजिए। अपने विचार को जोरदार शब्दों में मध्यम गति से कहिए; “भाग...जाओ...मेरे पास से!” यह बात एक सैकिण्ड में ही समाप्त न करके दो सैकिण्ड की अवधि तक खींचकर कहनी चाहिए। उसके मन में भय की भावना उत्पन्न करने के लिए अधिक समय लगाना पड़ेगा। यह कहकर अपना मस्तिष्क दूसरी ओर न ले जाइए जैसाकि हमने ऊपर के प्रयोगों में बताया है, बल्कि अपना मस्तिष्क उस विचार से खाली करके उस व्यक्ति की तरफ घूरते रहिए। बहुत धीरे-धीरे सांस लीजिए, इतनी धीरे कि आपको ऐसा प्रतीत हो कि आप सांस ले ही नहीं रहे हैं। दूसरे शब्दों में ऐसा प्रतीत हो जैसे आप मूर्ति बने खड़े हैं—निश्चेष्ट, निश्चल।

आपके ऐसा करने से दूसरा व्यक्ति मानसिक रूप से चेतना शून्य हो जाएगा, उसकी टांगें ऐसी हो जाएंगी, जैसे उनमें लकवा मार गया है और वह

भाग भी नहीं सकेगा। परन्तु आप इस स्थिति को गलत रूप में न लीजिए। आप यह समझ कर हताश न हो जाईए कि वह आपका प्रतिवाद कर रहा है। आप केवल विचार शून्य मस्तिष्क से उसकी ओर घूरते रहिए। ऐसा तब तक कीजिए जब तक कि वह सचेत होकर आपसे क्षमा-याचना न करे या वहां से चला न जाए। शक्तिशाली दूरबोध से आप उस पर धड़ाधड़ आक्रमण मत कीजिए, वरना उसके मन से आपके मानसिक संदेश की नवीनता समाप्त हो जाएगी। आपके इस प्रकार अपना रुख बदल लेने से वह यह नहीं समझ पाएगा कि आप उसके विरुद्ध क्या करने जा रहे हैं ऐसी परिस्थिति में उसके सामने दो ही मार्ग रह जाते हैं, या तो वह आपसे क्षमायाचना करे या आपके सामने से भाग खड़ा हो।

इस प्रकार विचार शून्य मस्तिष्क से उसकी ओर घूरने और बहुत धीरे-धीरे सांस लेने से आपका स्वयं का भी भय मिट जाता है और उसके द्वारा किए जाने वाले आक्रमण की आशंका के विरुद्ध आप स्वयं को सुरक्षित भी अनुभव करने लगते हैं। इस स्थिति में यदि आपको संघर्ष भी करना पड़े तो भी आपका विरोधी आपसे दुगना बलवान होते हुए भी अपने आपको कमजोर अनुभव करेगा क्योंकि आपकी मानसिक एवं शारीरिक शक्ति आपके पास एकत्रित रहती है, जबकि दूसरे व्यक्ति की समाप्त हो जाती है।

4. आपका प्रभावशाली ओज

यद्यपि आप शक्तिशाली दूरबोध द्वारा दूसरे व्यक्तियों को प्रभावित करने में आश्चर्यजनक सफलता प्राप्त कर सकते हैं, परन्तु अपने प्रभावशाली ओज (Aura) की सहायता से उस सफलता में अत्यधिक वृद्धि कर सकते हैं। आपका ओज अण्डे की शक्ल का ऐसा घना रश्मि युक्त प्रकाश होता है जो आपके शरीर को चारों ओर से घेरे रहता है। उसकी मोटाई कई इंच चौड़ी होती है। यह ओज आपका मानसिक आधिपत्य जमाने में महत्त्वपूर्ण कार्य करता है। इसकी सहायता से आप ऐसे आदमी को भी स्पर्श कर सकते हैं जो आपसे बहुत दूर खड़ा हो या जा रहा हो। यहां हम

ओज की विस्तृत व्याख्या में न जाते हुए केवल यह बतायेंगे कि इसका किस प्रकार उपयोग करना चाहिए ।

प्रभावशाली ओज का प्रयोग कैसे करें ?

मान लीजिए आपने शक्तिशाली दूरबोध का प्रयोग करके किसी व्यक्ति का ध्यान किसी दूसरी ओर मोड़ दिया है । अब उसका ध्यान आपकी ओर है । अब फिर अकस्मात् अपने प्रभावशाली ओज का प्रयोग करके उसे चेतनाशून्य कर दीजिए । अपने दर्पण के सामने मुंह करके खड़े हो जाइए और कल्पना कीजिए कि आपके सामने प्रचुर मात्रा में शक्ति का संचार हो रहा है । आपके ही हाथों और अंगुलियों से विशाल अदृश्य शक्ति गोलाकार होकर—आड़े रूप में चक्करी की तरह घूमती हुई आपके सामने बढ़ रही है और प्रतिक्षण निरन्तर बढ़ी होती जा रही है ।

बिना कुछ सोचे या बोले, शक्ति की इस चक्कर खाती हुई गेंद को अपने आपसे दूर—दूसरे व्यक्ति की ओर—धकेलिए । ऐसा महसूस कीजिए कि वह शक्ति आपके हृदय, भुजाओं और अंगुलियों से निकल कर हवा में विचारों का रूप धारण करके आगे बढ़ रही है । स्पष्ट रूप में कल्पना कीजिए कि यह गोलाकार शक्ति उस व्यक्ति के पास जाकर उसे चारों ओर से घेरती जा रही है, उसके सम्पूर्ण शरीर को लपेटती जा रही है । साथ ही यह भी कल्पना कीजिए कि प्रारम्भ में उसका व्यास लगभग दो फुट है, परन्तु ज्यों-ज्यों वह उस व्यक्ति की ओर बढ़ती जाती है त्यों-त्यों उसका आकार बढ़ता जाता है और अन्त में इतना बड़ा जो जाता है कि व्यक्ति पूर्ण रूप से उसके घेरे में आ जाता है । उस समय किसी भी अन्य विषय के बारे में विचार न कीजिए । जब वह उसके पास पहुंच जाये तो केवल यह कल्पना कीजिए कि वह पूरी तरह से उस व्यक्ति पर छा गई है, उसने उसके मस्तिष्क के प्रत्येक विचार को कुचलकर बाहर निकाल दिया है, और उसके शरीर के प्रत्येक भाग में घुसकर उसमें व्याप्त हो गई है ।

चूंकि आप शक्तिशाली ओज का प्रयोग करते समय किसी बात पर विचार नहीं कर रहे हैं, इसलिए उस समय सामने वाले व्यक्ति के मन में

भी कोई विचार नहीं आयेगा। इसका परिणाम यह होगा कि उसका मस्तिष्क विचार शून्य हो जाएगा। उसे ऐसा प्रतीत होगा जैसे उसने कोई नशीली चीज खा ली है और वास्तव में आप उसे मानसिक शक्ति से नशे की अवस्था में ले आये हैं। उस समय न वह निराशा का अनुभव करेगा और न वेचैनी का। उसे ऐसा प्रतीत होगा जैसे उसकी मांस-पेशियां सो गई हैं। इस समय वह सम्मोहित अवस्था में भी नहीं होता, क्योंकि उसे इस बात का पूर्ण ज्ञान होता है कि वह कहां है। परन्तु उसे अपनी मांस-पेशियों को गति देने के लिए कोई प्रेरणा नहीं मिलेगी। इसका परिणाम यह होगा कि वह यथास्थान खड़ा रह जाएगा।

यदि आप नारी हैं और उस पर अपने शक्तिशाली ओज का प्रयोग करती हैं, तो वह यह अनुभव करते हुए भी कि यह आपकी कृपा पर है, अपने मन में प्रसन्न ही होगा।

मानसिक विश्राम

अपने शक्तिशाली ओज का प्रयोग करने में आपको जो परिश्रम करना पड़ा है और जो शक्ति व्यय हुई है, उसे पुनः प्राप्त करने के लिए अपने ओज को शिथिल करके किसी अन्य विषय में अपना मन लगा दीजिए। इसी को मानसिक विश्राम कहते हैं। आप जितने स्पष्ट रूप से यह कल्पना करेंगे कि यह गेंद घूमती हुई दूसरे व्यक्ति को अपनी लपेट में ले रही है, उतने ही अधिक प्रभाव के साथ आप उसे अपनी इच्छा के वशीभूत कर सकेंगे। जब आप इस अभ्यास में पारंगत हो जायेंगे, तो वह व्यक्ति स्वयं ऐसा अनुभव करेगा कि आपके ओज ने तेजी से घूमते और प्रतिक्षण बड़ा होते हुए आकर उसे चारों ओर से घेर लिया है। फिर वह सदा के लिए यह बात मान लेगा कि आपके पास एक खतरनाक किन्तु वशीभूत कर लेने वाली कोई अद्भुत शक्ति है।

यह अभ्यास तब तक बार-बार कीजिए जब तक कि आप अपने शक्तिशाली ओज को किसी अन्य व्यक्ति तक पहुंचने और उससे उसे अभिभूत कर लेने की अलौकिक क्षमता प्राप्त न कर लें। दर्पण के सामने एक बार में काफी लम्बे समय तक अभ्यास मत कीजिए। इससे आपकी आंखों पर

बहुत दबाव पड़ेगा। अभ्यास करने के पश्चात् थोड़ी देर तक खिड़की की ओर पीठ किए हुए केवल खुले स्थान की ओर देखें और यह कल्पना करते रहें कि आपका शक्तिशाली ओज, दूसरे व्यक्ति पर छाता जा रहा है।

ओज को वापिस समेटना

अभ्यास—अब अपने ओज को दूसरे व्यक्ति के पास से वापिस खींचने का अभ्यास कीजिए। बैठकर कुछ विश्राम कीजिए और साथ ही कल्पना कीजिए कि अपने सामने वाले व्यक्ति तक अपना शक्तिशाली ओज प्रेषित करने के पश्चात् आप किसी अन्य सांसारिक कार्य पर ध्यान दे रहे हैं, जैसे कोई ऐसी बात सोच रहे हैं जिसका उस व्यक्ति से कोई सम्बन्ध नहीं है। फिर अपने आपको एकदम उससे जोड़ लीजिए। इस समय धीरे-धीरे सांस लीजिए और कल्पना कीजिए कि आप उस व्यक्ति से अपने ओज को वापिस समेट रहे हैं। कल्पना कीजिए कि आपकी नाभि से उसकी नाभि तक एक अदृश्य डोरी बंधी हुई है जो आप दोनों को जोड़े हुए है। अब फिर कल्पना कीजिए कि आपका ओज उसे कोहरे की तरह लपेटे हुए है और फिर वापिस उस अदृश्य रस्सी के द्वारा आपके पास लौटकर आ रहा है। परन्तु ऐसा करते समय शरीर को कोई गति मत दीजिए। यह सारा व्यापार केवल कल्पना में ही होने दीजिए। ध्यान रखिए, यह ओज की गेंद वैसे ही घूमती हुई जाये और उसका व्यास लगभग दो फुट हो। यह भी कल्पना कीजिए कि आपके पास लौटते समय यह ओज उस व्यक्ति की सम्पूर्ण इच्छा-शक्ति तथा आत्म-संयम को भी निकालकर आपके पास लिए हुए आ रहा है और पीछे उस व्यक्ति का केवल खोखला ढांचा छोड़ कर आ रहा है जिसमें न इच्छा-शक्ति शेष है और न कुछ सोचने समझने की क्षमता।

उस समय आपके मन में यह कल्पना होनी चाहिए कि आपका ओज उसके ओज को बन्दी बनाकर आपके पास लौट रहा है। उस बन्दी ओज को आपके अन्दर प्रविष्ट करके उसके मन और इच्छा शक्ति का सम्पूर्ण नियन्त्रण आपके हाथों में सौंप रहा है।

वह व्यक्ति इस दासत्व की भावना से मुक्ति पाकर इसके विरुद्ध विद्रोह करे उसके पहले ही आप आराम से निःश्वास छोड़िए और अपने मस्तिष्क में से उस व्यक्ति से सम्बन्धित विचारों को निकाल डालिए।

जब आप इसका काफी अभ्यास कर लेंगे तो आप अपने और उस व्यक्ति के शरीर के बीच में ऐसा प्रयोग करते समय एक घनिष्ट सम्बन्ध अनुभव करेंगे और उसे ऐसा महसूस होगा कि वह असहाय रूप से आपकी ओर खिंचा चला आ रहा है। जब आप सांस लेंगे और इस स्थिति की कल्पना करेंगे तो आपको ऐसा महसूस होगा कि आपकी आंखों का निचला आधा भाग अन्दर की ओर खिंच रहा है।

अपने शक्तिशाली ओज को बहुत तेजी से मत समेटिए। समेटने की इस प्रक्रिया में लगभग दो सैकिण्ड लगने दीजिए। दूसरे व्यक्ति को यह बात भली-भांति अनुभव होने दीजिए कि उसके मन और उसकी इच्छा शक्ति दोनों को आपके द्वारा उखाड़ा जा रहा है।

5. लौकिक भंवर

लौकिक भंवर (The cosmic whirl) मानसिक आधिपत्य की अन्तिम किन्तु सबसे सबल शक्ति है। इस लौकिक भंवर से आप दूसरे व्यक्ति को मानसिक रूप से तहस-नहस कर देते हैं परन्तु इसका प्रयोग अत्यन्त आवश्यक अथवा अनिवार्य स्थिति आ जाने पर ही किया जाना चाहिए अर्थात् जब किसी व्यक्ति को आप पूरी तरह से अपने वश में करना चाहते हों। व्यापार अथवा सामाजिक जीवन में इसका उपयोग कदाचित नहीं करना चाहिए। यह बहुत अधिक भावनात्मक होता है और असाधारण परिस्थितियों में ही इसका प्रयोग करना चाहिए। उदाहरण के लिए, जब कोई, आततायी आपके ऊपर आक्रमण करने जा रहा हो, तो उससे अपनी रक्षा के लिए आप इसका प्रयोग कर सकते हैं। यह ऐसी शक्ति है जिसके द्वारा आप अपने मुंह से एक भी शब्द निकाले बिना अथवा उस पर हाथ उठाए बिना ही उसके सम्पूर्ण बल तथा साहस को नष्ट कर सकते हैं।

लौकिक भंवर के प्रयोग की विधि

जब आप अपने शक्तिशाली ओज के द्वारा अपने शिकार को निर्बल बना चुके होते हैं तो ऊपर लिखे अनुसार दूसरी बातों की ओर अपना ध्यान लगाकर अपनी शक्ति को फिर से संगठित कीजिए। इसकी प्रतिक्रिया स्वरूप आपके सामने वाला व्यक्ति भी अपनी चेतना का कुछ अंश फिर से प्राप्त कर सकेगा। वह फौरन अपने विचार को आपके मन की ओर यह जानने के लिए भेजेगा कि आपका इरादा क्या है, आप क्या करना चाहते हैं! परन्तु आपके मस्तिष्क में उसके सम्बन्ध में कोई विचार न होने के कारण क्योंकि आप अपना ध्यान उसकी ओर से हटाकर किसी दूसरी ओर लगा चुके हैं—उसे किसी प्रकार का ऐसा कोई संकेत प्राप्त नहीं होगा, जिससे वह कोई धारणा बना सके। इससे वह उलझन में पड़ जाएगा और आप उसे अधिकाधिक रहस्यमय प्रतीत होने लगेंगे।

इस रहस्यमयी भावना से आपकी मानसिक वशीकरण की शक्ति और बढ़ जाती है। वह यह समझ ही नहीं पाता कि आप कोई अद्भुत अलौकिक शक्ति के स्वामी हैं या आपके अधिकार में कोई महान सिद्धि है। वह मन में भयभीत ही नहीं होता, आपकी ओर आकर्षित भी हो जाता है। अब वह ऐसी स्थिति में है जब आप लौकिक भंवर का प्रयोग करके उसे मानसिक रूप से धाराशाही कर सकते हैं।

आप फिर धीरे-धीरे उसकी ओर ध्यान दीजिए। वैसे भी समस्त मानसिक क्रिया-कलापों में धीरे-धीरे, समझ-बूझकर और विश्वासपूर्वक कार्य करना चाहिए। कल्पना कीजिए कि आपके शरीर में अकस्मात् दो के स्थान पर बारह भुजाएं उत्पन्न हो गई हैं। वे भुजाएं इतनी विशाल हैं कि आपके कन्धों से निकलकर आपके टखनों तक पहुंच रही हैं। फिर कल्पना कीजिए कि आपकी भुजाएं आपके ओज से अधिक तेज गति से दौड़कर उस व्यक्ति पर टूट पड़ी हैं। यह भी कल्पना कीजिए कि वे उसके गालों, कन्धों, छाती, भुजाओं टांगों पर मार कर रही हैं। स्मरण रखिए, उसकी आंख, नाक, मुंह, पेट जैसे नाजुक स्थानों पर आघात करने की कल्पना न

कीजिए, केवल उसकी हड्डियों और मांस-पेशियों वाले भागों को ही निशाना बनाइए।

इस समय यदि आप बैठे होंगे तो आपकी टांगों की मांस-पेशियां कस कर कड़ी हो जाएंगी और आपके हाथों की मुट्ठियां भी कुछ भिंच जायेंगी। इस समय सांस लेने और छोड़ने की क्रिया धीरे-धीरे कीजिए और सोचिए कि वह व्यक्ति निःसहाय और आश्चर्यचकित होकर इस भार को सह रहा है और उसकी मांस-पेशियां इन आघातों के कारण निर्वल तथा निर्जीव होती जा रही हैं।

इस प्रयोग को दो-तीन सैकिण्ड से अधिक न चलने दीजिए। इसी अवधि में इसे काल्पनिक रूप से भयंकरता प्रदान करते रहिए, साथ ही उस व्यक्ति पर अपनी दृष्टि जमाए रखिए और कल्पना करते रहिए कि अब वह मार खाकर अचेत होने ही वाला है।

निरन्तर अभ्यास से आप इस प्रयोग में इस सीमा तक सफलता प्राप्त कर लेंगे कि आपके विचार वास्तव में भयंकर आघातों का रूप धारण कर लें, उनकी दुःखदायी अनुभूति विपक्षी व्यक्ति को ऐसे ही होने लगे जैसे आप सचमुच उसे धूसों से मार रहे हैं। आप उसे सचमुच उन आघातों से व्याकुल होता हुआ देखेंगे। दूरबोध द्वारा यह चित्र उसके मस्तिष्क में इतना अधिक स्पष्ट हो जाएगा कि वह इस मार के कारण बुरी तरह लड़खड़ा जाएगा जबकि आपने स्पष्ट रूप से उसे अपनी अंगुली भी नहीं छुआई है।

आपका शक्तिशाली ओज शारीरिक रूप से न तो उसपर आघात कर सकता है और न उसे घायल कर सकता है, परन्तु आपकी यह कल्पना कि उस पर निरन्तर आघात किए जा रहे हैं दूरबोध द्वारा उसके मस्तिष्क में पहुंचकर उसे यह अनुभव करने के लिए विवश कर देगी कि उसके शरीर पर भयंकर आघात किए जा रहे हैं। इससे उसकी मानसिक शक्ति बिल्कुल लड़खड़ा जाती है।

इन आघातों के फलस्वरूप वह विद्रोह नहीं करता बल्कि असहाय रूप से अपने आपको आपके वश में पाता है। सबसे विचित्र बात यह है

कि उसे ऐसा अनुभव करते समय मन में एक विशेष प्रकार का सुख होता है।

उपरोक्त समस्त प्रयोगों का निरन्तर अभ्यास कीजिए और जीवन में असाधारण सफलता प्राप्त कीजिए। परन्तु इन महान् शक्तियों का प्रयोग अनुचित अथवा अनैतिक कार्यों के लिए कभी न कीजिए। बड़े-बड़े ऋषि-मुनियों की सिद्धियां भी अनुचित प्रयोग से नष्ट ही नहीं हो गई हैं, बल्कि स्वयं उनके लिए भी हानिकारक सिद्ध हुई हैं।

इस तीसरे अध्याय में—

- अपने कट्टर विरोधी को कैसे अपना महान प्रशंसक बना सकते हैं ?
- आप अपने शरीर में से सूक्ष्म शरीर को कैसे बाहर निकाल कर किस प्रकार क्षण भर में संसार के किसी भी देश में पहुंचाकर वहां के दृश्य और घटनाएं देख सकते हैं ?
- आप अपने सूक्ष्म शरीर की सहायता से अपने अन्दर वे गुण कैसे पैदा कर सकते हैं जो आप में नहीं हैं ?
- आप अपने सूक्ष्म शरीर को दूसरे व्यक्ति के शरीर में प्रवेश करा कर किस प्रकार उसे अपने अधिकार में ले सकते हैं ?

इनके उत्तर आपको इस अध्याय में मिलेंगे ।

अध्याय 3

सूक्ष्म शरीर द्वारा चमत्कार

संदेश-संप्रेषण प्रणाली का प्रयोग आरम्भ में अरब के निवासी करते थे। वे अपने विचारों को चुपचाप किसी भी व्यक्ति के मस्तिष्क में पहुंचा कर उसके विचारों को अपने अनुकूल बना लेते थे। इस प्रकार उस व्यक्ति पर ऐसा नियन्त्रण स्थापित कर लेते थे कि वह व्यक्ति पूरी तरह से उनके इशारे पर नाचने लगता था। उसे यह भी मालूम नहीं हो पाता था कि उसके साथ कोई प्रयोग किया गया है, अथवा उसे प्रयोगकर्ता के इशारे पर नाचना क्यों अच्छा लगता है। इस प्रकार का प्रयोग कुछ इने-गिने लोग ही कर सकते थे। चूंकि किसी बुरे उद्देश्य के लिए इस विद्या का दुरुपयोग किया जा सकता था, इसलिए इसका ज्ञान वे अपने विश्वस्त एवं परखे हुए अधिकारी व्यक्ति को ही कराया करते थे। सर्वसाधारण लोग इस विद्या के अस्तित्व से तो परिचित थे, परन्तु वे इसका उपयोग नहीं कर सकते थे। इस महत्त्वपूर्ण विद्या का विवरण यहां इसी विश्वास से साथ प्रस्तुत किया जा रहा है कि इसका दुरुपयोग नहीं किया जाएगा।

संदेश-संप्रेषण तकनीक को दो भागों में विभाजित किया गया है।

पहला भाग—अपनी मानसिक शक्तियों को किस प्रकार दूसरे व्यक्ति के अन्दर पहुंचाकर उसके मन के अन्दर जमा दें।

दूसरा भाग—किस प्रकार अपने सूक्ष्म शरीर को दूसरे व्यक्ति के अवचेतन मन पर रहस्यमय रीति से आरोपित करके किसी अच्छे उद्देश्य के लिए उसे अपने वश में करें।

पहला चरण

जैसा कि आप जान चुके हैं, मानसिक शक्तियों पर दूरी का कोई बंधन लागू नहीं होता। वे हजारों मील दूर बैठे हुए व्यक्तियों पर अपना

उतना ही प्रभाव डाल सकती हैं जितना कि पास बैठे हुए किसी व्यक्ति पर। इसके लिए कुछ विशेष परिस्थितियों का होना आवश्यक है। एक तो यह कि वह व्यक्ति आपको किसी रूप में जानता हो। निकट बैठे हुए और हजारों मील दूर बैठे हुए व्यक्ति के साथ बहुत थोड़ा अन्तर पड़ता है। आपके निकट बैठा हुआ व्यक्ति यह जानता है कि उस समय आप कैसे कपड़े पहने हुए हैं, अथवा उस समय आपकी प्रवृत्ति क्या है तो वह आपकी मानसिक शक्ति से जल्दी प्रभावित हो जाएगा। दूर बैठा हुआ व्यक्ति भी प्रभावित तो अवश्य होगा, परन्तु उसमें विलम्ब लगेगा। इसका एक कारण यह भी है कि आपका साक्षात् शरीर उसके सामने होता है, जब आप अपने सूक्ष्म शरीर (Astral body) को उसके अन्दर आरोपित करते हैं, तो उसे यह शरीर हांड-मांस के वास्तविक शरीर की भांति प्रभावित करता है। उसे वास्तविकता का भ्रम होने लगता है।

जब आप किसी व्यक्ति के वास्तविक चरित्र से परिचित हो जाते हैं तो भी आपकी मानसिक शक्तियाँ अधिक प्रभावशाली बन जाती हैं। जितना ही आप उससे अधिक परिचित होंगे, उतनी ही अधिक गहराई से आप उसके मन तक पहुँच सकेंगे और उतनी ही दृढ़ता के साथ अपने विचारों को उसके मन में जमा सकेंगे।

परन्तु वह आदमी आपके पास है या आपसे दूर, आप उसके बारे में अधिक जानकारी रखते हैं या कम, इन सब बातों से आपके कार्य में कोई बाधा नहीं आएगी। आपको केवल इतना जान लेना चाहिए कि आप अपनी मानसिक शक्ति से दूसरे व्यक्ति के मन पर कैसे नियन्त्रण करेंगे। यदि आप सही समझकर और सही ढंग से पूरे आत्मविश्वास के साथ इस शक्ति का प्रयोग करेंगे तो आप ऐसे व्यक्ति को भी अपने वश में कर सकेंगे जो आपसे भली-भांति परिचित न हो अथवा जिसका मनोबल काफी बढ़ा हुआ हो। इस विषय में आपमें जितना अधिक उत्साह होगा उतना ही अधिक बल आप अपनी मानसिक शक्ति के पीछे लगा सकेंगे।

ऐसा प्रयोग तभी करना चाहिए जब आप सब प्रकार से स्वस्थ, चिन्ता से मुक्त और प्रसन्नचित्त हों। यदि आप चिन्ताओं से घिरे हैं, बीमार या थके हुए हैं तो आपकी शक्ति उस समय बिल्कुल नगण्य होगी और उस समय

आपको इस प्रयोग में कोई सफलता नहीं मिलेगी। इसका कारण यह है कि आप उस समय अपने मन को इतना एकाग्र नहीं कर सकेंगे जितना कि संदेश-संप्रेषण के लिए आवश्यक है।

मानसिक शक्ति की कोई सीमा नहीं होती। यदि वैज्ञानिक ढंग से इसका निरन्तर अभ्यास और प्रयोग किया जाता रहे तो इसका इतना अधिक विकास हो सकता है कि आप स्वयं आश्चर्यचकित रह जाएंगे। कुछ दिन तक इसका अभ्यास करने पर आपको स्वयं ही यह देखकर आश्चर्य होगा कि आप बड़ी आसानी से लोगों के मन पर नियन्त्रण करने लगे हैं। जो लोग आपकी उपेक्षा करते थे, वे आपको सम्मान की दृष्टि से देखने लगे हैं। आपके नेत्रों में ऐसी आकर्षण ज्योति आ जाएगी कि देखने वाले स्वतः आपको श्रद्धा के फूल चढ़ाने लगेंगे। आपमें ऐसी चुम्बकीय शक्ति आ जाएगी कि आपके विरोधी व्यक्ति भी आपके आज्ञाकारी बन जाएंगे।

आपके प्रयोग के लिए सर्वश्रेष्ठ पात्र वह हो सकता है जिससे आप अभी कुछ देर पूर्व किसी विषय पर गरमा-गरम बहस कर चुके हैं और किसी विशेष बात पर वह अन्त में आपसे सहमत हो चुका है। ऐसे व्यक्ति के मस्तिष्क में आपके शब्द, तर्क, आपका वातचीत करने का तरीका निरन्तर घूमते रहते हैं। यदि ऐसा व्यक्ति हठीले स्वभाव का हो तो उसे आप अपने विचार सशक्त रूप से एवं अधिकारपूर्वक न भेजकर मंद-मंद नम्रतापूर्वक बार-बार दुहराते हुए भेजें। बीच-बीच में अपने विचारों को उसके पास से समेट लें जिससे उसके मस्तिष्क को इतना अवकाश मिल जाए कि वह आपके संदेश पर विचार कर सके और केवल विचार ही न कर सके बल्कि यह सोच-सोचकर थक जाए कि आप उससे क्या चाहते हैं और उसे इस विषय में क्या करना चाहिए? इसके विपरीत आपकी शक्ति सुरक्षित रहती है। इस समय आप फिर उसके सम्पर्क में आई अपनी सम्पूर्ण मानसिक शक्ति पूरी ताकत से उस पर उंडेल दें। इस आक्रमण से जब तक वह संभलने का प्रयास करे, उससे पूर्व आप उसे मानसिक आदेश दीजिए कि वह आपके आदेशों का पालन करे, उसकी निजी रूप से कोई स्वतन्त्र सत्ता नहीं है। कैसा ही हठी व्यक्ति हो, यदि आप उसके सामने

उपस्थित होकर उसके मन में पूरी शक्ति से इस विचार को प्रेषित करेंगे और उसे इस विषय में सोचने-विचारने का कोई अवसर नहीं देंगे तो वह आपकी इच्छा का विरोध करने का साहस नहीं कर पाएगा। वह एक स्वामिभक्त कुत्ते की भांति आपके इशारे पर नाचने लगेगा। वह क्या कर रहा है अथवा उसने क्या किया है, यह समझने से पूर्व ही वह आपकी इच्छानुसार कार्य कर चुका होगा।

शक्ति प्रयोग से पहले

जिस प्रकार कोई खिलाड़ी महत्त्वपूर्ण खेल का प्रदर्शन करने से पूर्व अपने आपको और अपनी मांस-पेशियों को आराम देता है उसी प्रकार आपके लिए भी आवश्यक है कि आप संदेश-संप्रेषण का प्रयोग करने से पूर्व अपने सम्पूर्ण तन, मन और मस्तिष्क को कुछ देर आराम दे दें। यदि आप तन, मन से थके हुए होंगे तो आपके प्रयोग के पीछे वांछनीय बल नहीं होगा, जिसका परिणाम होगा प्रयोग की असफलता।

आराम करने के लिए आप सहज मुद्रा में लगभग आधा घण्टे तक अपने पलंग पर जूते खोलकर और कपड़े ढीले करके सीधे लेट जाएं। इस समय वार-वार बेचैनी से करवट न लें। हाथ-पैर इधर-उधर न हिलाएं। इस समय आपका पेट खाली हो। आप अपने मन में विचार करेंगे कि आपके शरीर में नई चेतना, स्फूर्ति और नई शक्ति का संचार हो रहा है। जब आप पलंग से उठेंगे तो आपके शरीर में जो तेज और शक्ति जाग्रत होगी, उससे आपको ऐसा प्रतीत होगा कि आप आयु में दस वर्ष छोटे हो गए हैं। यह तभी होगा जब आप पीठ के बल पलंग पर चित्त लेटकर यह अनुभव करेंगे कि इस समय आपका प्रत्येक अंग-प्रत्यंग शिथिल होकर आराम की स्थिति में पहुंच गया है, मानो आप सो रहे हैं। इस समय आपके पैरों की एड़ियां पलंग से कुछ बाहर निकली हुई होनी चाहिए। आपका सिर भी न तो हवा में झुका हुआ हो और न ऊंचे तकिये के कारण सीने की ओर झुका हुआ हो।

कुछ लोग अपने शरीर को आराम देने के लिए चटाई पर सीधे लेट जाते हैं। यह गलत तरीका है। चटाई पर नंगे सिर उसी हालत में लेटिए

जबकि चटाई बहुत मुलायम हो। इस मुद्रा के लिए फर्श पर लेटना तो अच्छा है, किन्तु त्रिकशोणि फलक (Sacro-iliac) पर लेटना मुश्किल होता है। इससे पुट्टे चौरस हो जाते हैं और एड़ी पर पैर ऊपर को उठ जाते हैं। अतएव चटाई से युक्त ऐसा मुलायम विस्तर इसके लिए सबसे अधिक उपयुक्त है—जिसके बीच में गद्दा न हो और जो बहुत पुराना न हो। अपने कंधों को चौरस रखिए। कुहनियों को कुछ इस प्रकार मोड़ लीजिए कि हाथों पर खिचाव न पड़े। अब धीरे-धीरे सांस लीजिए।

मानसिक शक्ति का विस्फोट

इस प्रकार जब आप पूर्ण विश्राम ले चुकें तो धीरे-धीरे उठ कर बैठ जाइये। फिर वहां से उठ कर एक आराम कुर्सी पर आ जाइये। कुर्सी पर कमर और सिर पीछे करके कल्पना कीजिए कि आपका शरीर धीरे-धीरे शिथिल होता जा रहा है। आपका शरीर विशाल अन्तरिक्ष में धीरे-धीरे इस प्रकार उतर रहा है जैसे कोई हवावाज वायुयान से पैराशूट द्वारा भूमि पर उतर रहा हो। हवावाज तो भूमि को अपनी दृष्टि में रखता है, परन्तु आप यह कल्पना कीजिए कि आप जिस अन्तरिक्ष में उतर रहे हैं उसका कोई ओर-छोर नहीं है और न उसकी कोई थाह ही है। आप यह समझकर नीचे-ही-नीचे उतरते चले जाइए कि आपके पास इसके अलावा और कोई चारा नहीं है। परन्तु तेजी के साथ नीचे अथाह सागर में गिरने की कल्पना भी न कीजिए, वरना आपके मन में भय समा जाएगा। भय समा जाने पर आपकी मानसिक शक्ति आपको वचाने का प्रयत्न करेगी इससे उसकी संचित एकाग्रता भंग हो जाएगी।

जब आप नीचे की ओर जाने की कल्पना कर रहे हों उस समय न तो आप यह कल्पना कीजिए कि आप खड़े हो गए हैं और न यह सोचिये कि अब आप नीचे जाने के बजाए ऊपर की ओर उड़ने लगे हैं। यदि आप ऐसी कल्पना करेंगे तो आपकी मांस-पेशियां और मानसिक शक्ति सहारा देकर आपको गुरुत्वाकर्षण की ओर जाने में बाधक होंगी।

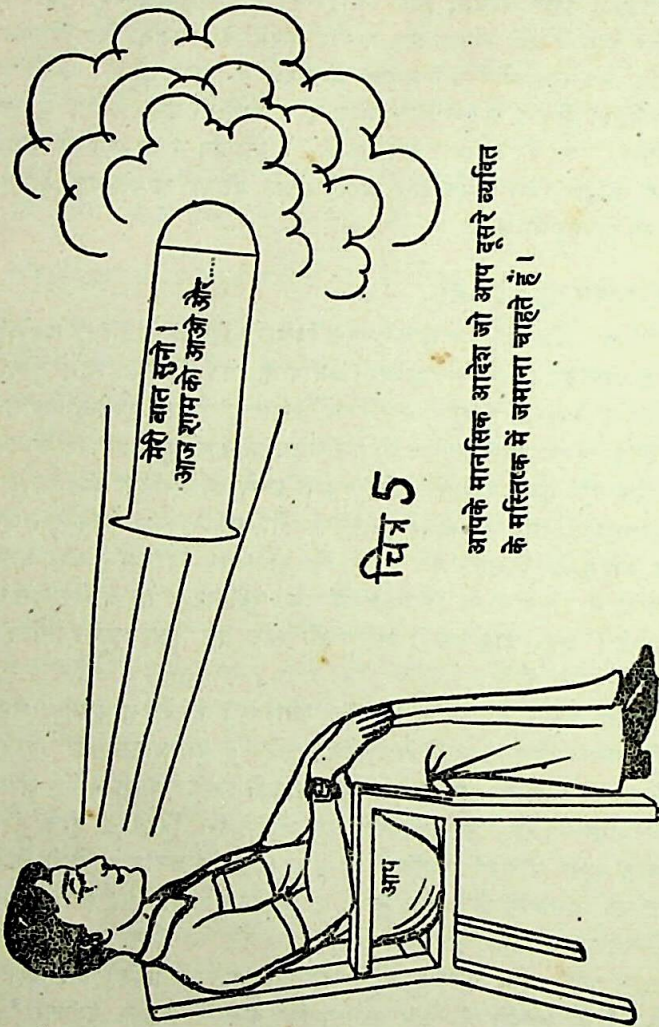
जब आप इस स्थिति में पहुंच जायें तो एकदम अपनी सम्पूर्ण मानसिक शक्ति का विस्फोट पूरे जोर-शोर से कर दें जैसे कोई वम का गोला

छूटा हो। इसके पश्चात् अपने शरीर को पुनः शिथिल करके आराम की स्थिति में ले आयें। कुछ क्षण आराम करने के पश्चात् फिर कल्पना करें कि आप नीचे धीरे-धीरे अथाह अन्तरिक्ष में उतर रहे हैं। जब आप ऊपर लिखी स्थिति में एक बार फिर पहुंच जाएं तो उसी प्रकार दुबारा मानसिक शक्ति का जोरदार विस्फोट करें। यह प्रयोग आपको उस समय करना चाहिए जिस समय पात्र आपके निकट हो या आपसे बहुत अधिक दूरी या फासले पर न हो।

जब व्यक्ति बहुत दूर हो

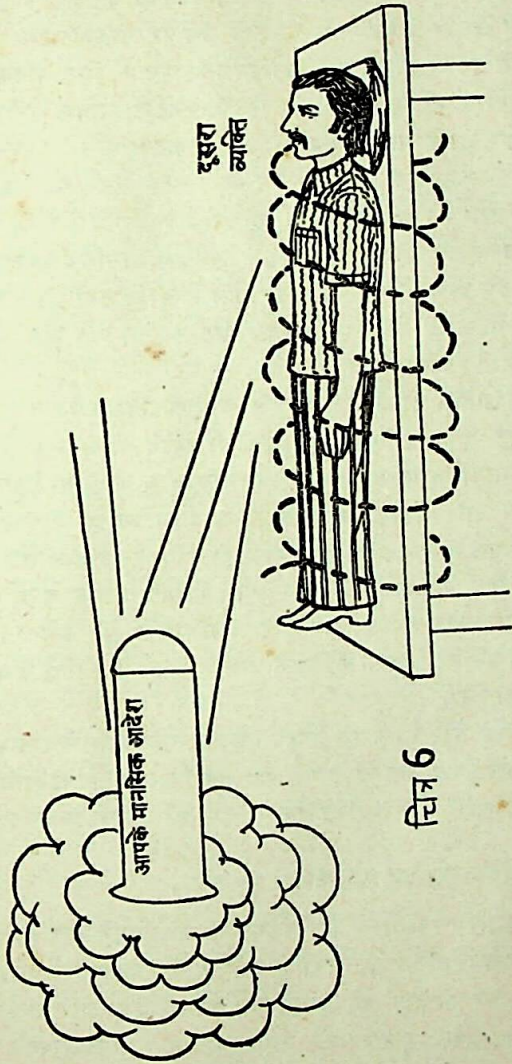
जिस व्यक्ति के पास आप अपने विचार भेजना चाहते हैं वह यदि आपसे बहुत दूर हो तो आपको अपने प्रयोग में थोड़ी भिन्नता लानी होगी। प्रारम्भिक क्रिया तो विल्कुल ऊपर लिखे अनुसार ही होगी, परन्तु जब आप अपना मानसिक विस्फोट करें तो यह कल्पना करते हुए करें कि आपका विस्फोट एक हजार किलोमीटर अथवा इससे भी अधिक व्यापक क्षेत्र में हो रहा है। साथ ही यह भी कल्पना कीजिए कि जिस व्यक्ति की ओर आप इस समय विस्फोट कर रहे हैं, वह इस समय सो रहा है और आपके विस्फोट ने उसे एड़ी से लेकर चोटी तक पूरी तरह से आच्छादित कर लिया है। इसके बाद अपनी शक्ति को समेट कर फिर प्रथम प्रयोग की भांति विस्फोट कीजिए।

इस प्रकार बार-बार विस्फोट कीजिए। इसके साथ-साथ अपना आदेशात्मक संदेश भी उसके पास भेजते रहिए। यह प्रारम्भिक मानसिक शक्ति के संप्रेषण का प्रयोग है। जब आपको इसका भली-भांति अभ्यास हो जाएगा तो आप इस स्थिति में आ जायेंगे कि विस्फोट होते ही वह व्यक्ति बहुत अधिक प्रभावित हो जाए। उसके शरीर में ऐसी सिहरन होने लगे जैसी कि ठण्डी हवा लगने पर होती है। यदि वह व्यक्ति बीमार है—या भयंकर पीड़ा से परेशान है तो अपने मानसिक शक्ति विस्फोट के साथ उसे आराम और सुख देने वाले विचार भी प्रेषित कीजिए। इन विचारों के पहुंचते ही उसे लगेगा कि कहीं से राहत पहुंचाने वाली



चित्र 5

आपके मानसिक आदेश जो आप दूसरे व्यक्ति के मस्तिष्क में जमाना चाहते हैं।



आनन्दप्रद वायु का झोंका आ रहा है। तात्पर्य यह है कि इस समय आप जैसे भी विचार प्रेषित करेंगे वैसे ही उस पर प्रभाव पड़ेगा।

इस प्रकार के विचारों को प्रेषित करने के लिए आपको यह कल्पना करने की आवश्यकता नहीं है कि आपका वास्तविक शरीर अन्तरिक्ष में से उड़कर उसके पास पहुंच रहा है। केवल आप यह कल्पना कीजिए कि आपका विस्फोट एक सशक्त रूप ग्रहण करके उसके पास जा रहा है और (देखिए चित्र 5) वहां पहुंच कर वह उसके शरीर में फैले हुए रोग या दुःख को खींचकर उसे सात्वना दे रहा है। फिर उस मानसिक शक्ति में उसे चारों ओर से इस प्रकार लपेट लीजिए जैसे किसी आदमी को गरम आरामदेह कम्बल में लपेट लिया जाता है। यह कम्बल भी उसे दुःख से राहत पहुंचायेगा। (देखिए चित्र 6)

इन प्रयोगों को करते समय इस बात का विशेष ध्यान रखें कि झिझक और संदेह के साथ किया गया कोई भी प्रयोग सफल नहीं होता। समस्त ऐच्छिक मानसिक प्रयोगों के लिए आत्मविश्वास का होना नितान्त आवश्यक है। जिस क्षण आपका आत्मविश्वास विचलित हो जाएगा, उसी समय आपकी संपूर्ण मानसिक शक्ति समाप्त हो जायेगी। शंकाशील एवं निराशावादी व्यक्ति को कभी सफलता नहीं मिलती जबकि सरल हृदय आत्मविश्वासी व्यक्ति अनोखे चमत्कार दिखा सकता है। हमें रात-दिन ऐसी घटनाएं देखने को मिलती हैं जिनमें 'आस्थावान' रोगी संतों के आशीर्वाद से ठीक हो जाते हैं।

इसलिए आप भी अपने अन्दर दृढ़ आत्मविश्वास उत्पन्न करके इसका अभ्यास उस समय तक करते रहें जब तक कि आप अपनी मानसिक शक्ति को स्फुटित करके दूसरे व्यक्ति तक पहुंचाने की क्षमता प्राप्त न कर लें।

विशिष्ट विचारों का संप्रेषण

अब तक जिन विचारों के संप्रेषण की बात हमने कही है, वे सामान्य विचार थे। अब विशिष्ट विचारों के संप्रेषण की बात लीजिए। पहले मन में किसी विशेष विचार को शब्दों का रूप दीजिए और उन्हीं शब्दों को दूसरे व्यक्ति तक पहुंचाने की चेष्टा कीजिए। अब आपको उसके पास

दूरबोध संचार ही नहीं करना है, बल्कि वास्तविक आदेश या संदेश भेजना है। किसी व्यक्ति को दूर से संदेश प्रेषित करने की अपेक्षा निश्चित आदेश देना कठिन कार्य है। इसलिए इसकी सफलता भी इतनी आसान नहीं है। परन्तु ज्यों-ज्यों आप अभ्यास करते जाएंगे त्यों-त्यों इसकी सफलता सुनिश्चित होती जाएगी।

कल्पना कीजिए कि दूसरे कमरे में एक व्यक्ति बैठा है। आप चाहते हैं कि वह आपके आदेश के अनुसार कार्य करे। प्रारम्भ में आपके द्वारा भेजे गए संदेशों तथा आदेशों का उस पर कोई प्रभाव नहीं पड़ेगा क्योंकि उसका मन उस समय दूसरे विचारों में उलझा होने के कारण इस स्थिति में नहीं होगा कि वह आपके आदेशों को ग्रहण कर सके। इसके लिए यह आवश्यक है कि पहले आप उसके मस्तिष्क को उन विचारों से छुटकारा दिलाएं जो उस पर छाए हुए हैं। यह कार्य आप उसके मन मस्तिष्क को झकझोरकर करा सकते हैं।

उसके मन को स्वच्छ कीजिए

उस व्यक्ति के मन को समस्त विचारों से मुक्त करने के लिए मन को झकझोरने वाला मानसिक बम उसके मन पर छोड़िए जिससे उसके समस्त विचार अस्त-व्यस्त हो विखर जाएं। इस प्रयोग को निश्चित रूप से सफल बनाने के लिए इस क्रिया को अनेक बार दोहराएं। फिर कल्पना कीजिए कि अब उसके मस्तिष्क ने विचार करना छोड़ दिया है। वह विचार शून्य होकर खाली हो गया है। परन्तु ऐसा विचार करते ही फौरन अपना आदेश उसके पास मत भेज दीजिए, बल्कि एक-दो सैकिण्ड आप शान्त, निश्चल हो कर बैठे रहिए और उसे इस आघात से सम्भलने के लिए कुछ समय दीजिए। यदि सम्भलने से पूर्व ही आपने उसे मानसिक आदेश दे दिया तो वह इतना हड़बड़ा जाएगा कि आपके आदेश को भली भांति ग्रहण ही नहीं कर सकेगा और यदि ग्रहण कर भी लेगा तो उसका पालन नहीं कर सकेगा। इसलिए आप शान्त ही न रहिए, बल्कि उस संक्षिप्त अवकाश में सांस भी न लीजिए। इससे पूर्ण मानसिक रिक्तता-छा जाएगी।

इस समय इतना लम्बा अवकाश भी न लीजिए कि वह इस आघात से पूरी तरह से सम्भलकर अपनी पूर्व स्थिति में आ जाए और अपने विचारों के टूटे हुए सूत्रों को फिर से पकड़ ले। इसलिए दो सैकिण्ड से अधिक का अवकाश उसे मत दीजिए। केवल इतना अवकाश काफी है कि वह आघात से सम्भलने की प्रक्रिया में व्यस्त हो, परन्तु अभी सम्भल न सका हो।

अब अपने मन में उसका नाम लीजिए अथवा विचारों में उसे पुकारिए। विचारों में भी जोर से चिल्लाकर न पुकारें, केवल धीरे से किन्तु अधिकारपूर्ण स्वर में उसे सम्बोधित कीजिए। उदाहरण के लिए, 'नीतू, मेरी बात सुनो।' ऐसा आप दो तीन बार कहिए जिससे उसका ध्यान निश्चित रूप से आपकी ओर आकृष्ट हो जाए। यदि आपके निकट कोई न हो और आप यह निश्चित करना चाहते हों कि उसका ध्यान आपकी ओर अवश्य आकर्षित हो जाए तो कुछ जोर से कहिए, 'नीतू !' यदि वह व्यक्ति हजारों किलोमीटर दूर होगा तो भी ये शब्द अंतरिक्ष में होते हुए उसके पास तक पहुंच जाएंगे। यदि वह सो रहा होगा तो आपके ये शब्द उसे सोते से जगा देंगे। इस प्रकार की दूरवर्ती सूचनाओं के उदाहरणों से इतिहास के पन्ने भरे पड़े हैं। यह आवश्यक है कि आपकी पुकार के पीछे सम्पूर्ण मानसिक बल हो। निरन्तर अभ्यास करने से आपके ये शब्द उतने ही प्रभावशाली सिद्ध होंगे जितने कि मुंह से बोलकर होते हैं।

जब आपको यह विश्वास हो जाए कि आप उसका ध्यान अपनी ओर आकर्षित करने में सफल हो गए हैं तो आप उसे मानसिक रूप से आदेश दे सकते हैं, 'नीतू, कल सायंकाल चार बजे तुम मेरे पास आना !' अथवा 'नीतू, तुम शराब पीना बन्द कर दो। यह तुम्हारे लिए हानिकारक है ! तुम शराब पीना बन्द कर दो। यह तुम्हारे लिए हानिकारक है !'

आपके प्रयोग की सफलता अधिकतर आपके अभ्यास और मानसिक शक्ति पर निर्भर करती है। यदि आपने अपनी मानसिक शक्ति का अपने अभ्यास द्वारा बहुत अधिक विकास कर लिया है तो आपको बहुत जल्दी सफलता मिल जाएगी। दूसरे यदि उस व्यक्ति पर आपका अच्छा प्रभाव है, वह आपसे सम्बन्धित है और समय-समय पर आपसे परामर्श करता

रहता है तो भी आप इस कार्य में जल्दी सफल हो सकते हैं। तीसरे, यदि आप उससे ऐसा कार्य कराना चाहते हैं जिसे करना उसके लिए साधारणतः सम्भव नहीं है; ऐसी दशा में आपकी सफलता संदिग्ध है। ऐसे मामलों में आपको तभी सफलता मिल सकती है जब आपकी मानसिक शक्ति असाधारण रूप से विकसित हो और किसी साधारण व्यक्ति से असाधारण कार्य करा सकने की क्षमता रखती हो। उदाहरण के लिए कुछ व्यक्ति फेफड़ों के कैंसर से पीड़ित होते हुए भी अन्तिम समय तक सिग्रेट पीते रहते हैं। बहुत समझाने-बुझाने पर भी वे उसका परित्याग नहीं करते; किन्तु हिप्नाटिज्म के जानने वाले अपने सम्मोहनोत्तर निर्देशों द्वारा उसकी आदत छुड़ा सकते हैं।* इसलिए प्रयोगकर्त्ता अपने अभ्यास से किसी भी कार्य को सम्भव बना सकता है। केवल आत्मविश्वास और वैज्ञानिक रीति से किए जाने वाले अभ्यास की आवश्यकता है। फिर भी यह उचित है कि प्रारम्भ में छोटे-छोटे और सरल मामलों में प्रयोग किए जाएं। ज्यों-ज्यों सफलता मिलती जाएगी त्यों-त्यों आपके आत्मविश्वास और उत्साह में वृद्धि होती जाएगी।

सूक्ष्म शरीर के रूप में मानसिक शक्ति का प्रयोग

यदि आप चाहें कि किसी व्यक्ति को प्रभावित करने के लिए आप स्वयं सूक्ष्म शरीर द्वारा किसी व्यक्ति के पास पहुंच जाएं तो ऐसा करना भी आपके लिए असम्भव नहीं है। उसका प्रयोग करते समय आपको ऐसा आभास होगा कि आप स्वयं अपने शरीर में से निकलकर एक बड़े-शक्ति पुंज के रूप में दूसरे व्यक्ति को आक्रांत कर रहे हैं—चारों ओर से घेर रहे हैं, और उसके अन्दर आपका व्यक्तित्व तथा आपके विचार तेजी से प्रवेश कर रहे हैं। इसकी विधि यह है कि जब आप उससे मानसिक रूप से बात करें तो कल्पना कीजिए कि आपके मन में से प्रत्येक शब्द एक हवाई गोली की तरह से निकलकर अन्तरिक्ष में गूँजता हुआ सीधा उसके मस्तिष्क में प्रवेश कर रहा है। साथ ही यह भी कल्पना कीजिए कि ये शब्द

* देखिए : 'हिप्नाटिज्म के चमत्कार', मूल्य : 10.00 प्रकाशक वर्ल्ड बुक कम्पनी 301 चावड़ी बाजार, दिल्ली-6

उसके मस्तिष्क में गूँजते हुए उसके सम्पूर्ण तन्त्रिका संस्थान में फैल गए हैं जिससे उसे ऐसा प्रतीत होता है कि ये शब्द स्वयं उसके मस्तिष्क की उपज हैं। उसे ऐसा महसूस होने दीजिए कि जो शब्द आप अपने मन में बोल रहे हैं, वे शब्द आपके नहीं बल्कि उसी के हैं और वह स्वयं मन-ही-मन में बोल रहा है। वह आपके आदेशों का नहीं, अपने मन की इच्छा का पालन कर रहा है। जब वह इस प्रकार सोचने लगता है तो आपका काम बहुत आसान हो जाता है, क्योंकि इस समय उसके मन पर आपका नियन्त्रण हो चुका होता है। अब न उसकी कोई हठ रहती है और न कोई आग्रह या विरोध। कोई आदमी साधारणतया अपना ही विरोध नहीं करता। उसके विचार ही—जो वास्तव में आपके विचार हैं—उसे सहमत कर लेंगे। किसी से अपने मन के मुताबिक काम करा लेने का यह सबसे आसान तरीका है।

यह ध्यान रखें कि जो मानसिक आदेश आप उसे दें, वे मन्द, स्पष्ट आवाज में होने के साथ-साथ इस प्रकार दिये जाने चाहिए कि आपका पात्र उन्हें आसानी से समझ ले। आदेश देने में बहुत जल्दी न करें, बल्कि अपने आदेश को स्पष्ट स्वर में अनेक बार दोहरायें ताकि वे पात्र के मस्तिष्क में जाकर जम जाएं।

सार्वजनिक रूप से मानसिक शक्ति का प्रयोग

सार्वजनिक रूप से किसी भी व्यक्ति को अपनी मानसिक शक्ति द्वारा वशीभूत करने की तकनीक तो वही है, जैसी कि पिछले पृष्ठों में बताई जा चुकी है, परन्तु उसके प्रयोग में थोड़ा-सा अन्तर है। एक तो आपको इस शक्ति का प्रयोग चुपचाप दूसरे लोगों से छिपा कर करना पड़ेगा, अन्यथा लोग आपकी हंसी उड़ायेंगे और आप सफलतापूर्वक अपना प्रयोग नहीं कर सकेंगे। दूसरे, सार्वजनिक स्थान पर न तो आप किसी व्यक्ति की ओर अधिक देर तक घूर सकते हैं और न अपने मुख पर ऐसी मुद्रा ही बना सकते हैं जो उपस्थित व्यक्तियों की दृष्टि में आ जाये और आपनी स्थिति हास्यास्पद हो जाये। वास्तव में किसी भी व्यक्ति को इस बात का आभास भी नहीं मिलना चाहिए कि आप किसी को अपने वश में करने के लिए अपनी मानसिक शक्ति का प्रयोग कर रहे हैं। इसके

अतिरिक्त जिस व्यक्ति को आप अपने वंश में करना चाहते हैं, यदि वह आपको अपनी ओर धूरता हुआ पायेगा तो वह आसानी से विदक जायेगा। आपको अपना प्रयोग करने के लिए उसकी ओर धूरना तो पड़ेगा, परन्तु ऐसा आपको उसकी दृष्टि बचाकर और बीच-बीच में थोड़ा अंतराल डाल कर करना चाहिए। आपका मानसिक संदेश सम्पूर्ण शक्ति से उसके पास पहुंचे, परन्तु उसको ज्ञात न हो। उसे धक्का-सा तो लगे, किन्तु वह इसका कारण न जान सके। आपके प्रयोग से उसे बेचैनी नहीं होनी चाहिए। जब आप यह प्रयोग विपरीत सैक्स वाले व्यक्ति के साथ करें तब तो आपको विशेष रूप से सावधान रहने की आवश्यकता है।

इस प्रयोग के पश्चात् जब आपको अपने पात्र से बातचीत करने का अवसर मिले तो उसे यह न बतलाइये कि आपने उसके साथ क्या प्रयोग किया है। यह बात उसे किसी भी दशा में न बताई जाये। यदि उसे यह बात मालूम हो जाएगी तो उसका मन आपके प्रति विद्रोह करने लगेगा।

जैसा कि हम पहले भी बता चुके हैं, इस प्रकार का प्रयोग कुछ मिनट तक कर लेने के पश्चात् प्रयोगकर्ता मानसिक रूप से बुरी तरह से थक जाता है। उसे फिर से प्रयत्न करके अपनी खोई हुई शक्ति प्राप्त करनी पड़ती है। ऐसे प्रयोग से जब आप थकावट अनुभव करने लगे तो आप फौरन अपने विचारों को दूसरी ओर लगा दें या अपने मस्तिष्क को विचार-शून्य कर दें। जबकि वह व्यक्ति दूरबोध द्वारा आपके मस्तिष्क को टटोलने की कोशिश करेगा तो उसके विचार-शून्य होने के कारण वह यह नहीं समझ पायेगा कि आपके मन में क्या है और आप क्या करना चाहते हैं? उस समय यह उचित होगा कि आप किसी भी चीज के बारे में मन में कोई सोच-विचार ही न करें। जब वह आपके मस्तिष्क में कोई विचार न पाकर परेशान होकर थक जाए, तो फिर आप अपनी शक्ति को पुनः संचित करके उसके ऊपर दूसरा मानसिक आक्रमण बोल कर उसे पराजित कर दें। इस मानसिक शक्ति के प्रयोग की वही प्रविधि है जो दूर की लम्बी दौड़ में अपनाई जाती है। दौड़ में विजय प्राप्त करने के लिए व्यक्ति प्रारम्भ में बहुत तेज दौड़ कर आगे निकल जाता है, जब तक दूसरा व्यक्ति उसके पास तक पहुंचता है, वह अपनी गति मन्द कर

थोड़ा-सा सुस्ता लेता है। जब दूसरा व्यक्ति उसके निकट आता दिखाई देता है तो वह फिर पूरी रफ्तार से दौड़ पड़ता है। इस प्रकार दूसरा व्यक्ति थक जाता है और पहला व्यक्ति विजय श्री प्राप्त कर लेता है। मानसिक शक्ति के प्रयोग में भी अपने लक्ष्य की प्राप्ति के लिए इसी तकनीक को अपनाना पड़ता है। ज्यों ही आपका पाल थके, आप आराम लेकर इसी शक्ति से उस पर मानसिक धावा बोल दें। जब तक वह पराजित होकर वशीभूत न हो जाये, इस प्रयोग को निरन्तर जारी रखिये।

अपने सूक्ष्म शरीर को गुप्त रीति से दूसरे व्यक्ति पर आरोपित करके उसे अपने वश में करना

जब आप अपनी गुप्त मानसिक शक्ति को किसी दूसरे व्यक्ति पर आरोपित करने में सफल हो जाते हैं, तो आपने उसे अपने वश में करके आधी सफलता प्राप्त कर ली है। अब तक के प्रयोग से आप यह दावा नहीं कर सकते कि आपने उसे पूर्णतया अपने वश में कर लिया है, क्योंकि यह सफलता स्थायी नहीं है। उसके विचार किसी भी समय इतने सबल हो सकते हैं कि आपने जो विचार उसके मन में जमा दिये हैं, वह उनको उखाड़ कर फेंक दे। इस अस्थायी शक्ति की तो बात ही क्या है, कभी-कभी सम्मोहन शक्ति (हिप्नाटिज्म) द्वारा जमाये गये विचार उखड़ जाते हैं। यदि आप चाहते हैं कि वह व्यक्ति स्थायी रूप से आपके वश में रहे तो आपको उस रीति को अपनाना पड़ेगा जिसे प्राचीनकाल के अरब सिद्ध अपनाया करते थे और वह तकनीक है स्थायी रूप से उसे अपने अधिकार में ले लेना। इसी रीति का वर्णन यहां किया जा रहा है।

बहुधा देखा जाता है कि जब किसी व्यक्ति पर कोई प्रेतात्मा अधिकार कर लेती है तो उस व्यक्ति का अपना व्यक्तित्व समाप्त हो जाता है और वह उसी प्रकार बोलने-चालने तथा व्यवहार करने लगता है जिस प्रकार कि वह प्रेतात्मा अपने जीवन काल में किया करती थी। पेशंसवर्थ नामक महिला की कहानी इतिहास प्रसिद्ध है। उस पर पांच भिन्न-भिन्न आत्माओं ने अधिकार कर रखा था। वे आत्माएं भिन्न-भिन्न समय पर उसके शरीर में प्रवेश करती थीं। जिस समय उसके शरीर में जो आत्मा

होती थी, उसी के स्वभाव एवं विशेषताओं के अनुसार वह महिला आचरण करने लगती थी। उसी प्रकार आप भी उस व्यक्ति पर अधिकार करके उससे मन चाहा कार्य करा सकते हैं। स्मरण रहे, इसका प्रयोग सदैव अच्छे और नैतिक कार्य के लिए किया जाए। यदि आपने किसी अनैतिक कार्य के लिए इसका प्रयोग किया तो आगे चल कर इसका परिणाम आपके लिए अत्यन्त हानिकारक और भयानक सिद्ध हो सकता है।

यह ठीक है कि आप कोई प्रेतात्मा नहीं हैं, परन्तु अपने सूक्ष्म शरीर के माध्यम से किसी भी व्यक्ति पर नियन्त्रण करके उसे उसी प्रकार अपने वश में कर सकते हैं जैसे कि कोई प्रेतात्मा करती है। केवल आपको इस दूसरे भाग का पूरी तरह अभ्यास करके इसमें दक्षता प्राप्त करनी होगी। इस कार्य को एक बैठक में समाप्त नहीं किया जा सकता। इसके लिए आपको एक-एक चरण आने करके बढ़ना होगा। अब प्रत्येक चरण को भली-भांति समझिये और उनका अभ्यास कीजिए।

पात्र पर अधिकार करने के लिए पूर्ण आकृति का निर्माण

जब आप प्रथम भाग में बताया गई रीति से अपनी मानसिक शक्ति को दूसरे व्यक्ति में गुप्त रूप से आरोपित कर लें तो उसके बाद रात्रि को अपनी मानसिक शक्ति का फिर उसके शरीर में संचार करें। इसके पश्चात् अंधकार में शांतिपूर्वक खड़े होकर अपने शरीर की ऐसी आकृति के निर्माण की कल्पना करें जो अत्यन्त आकर्षक और सम्मोहक हो। वह आकृति उतनी ही सम्पूर्ण होनी चाहिए जितनी कि कोई सर्वश्रेष्ठ मूर्तिकार आपकी आकृति बना सकता है। जब आपकी काल्पनिक आंखों के सामने यह आकृति दिखाई देने लगे तो उसमें अपने व्यक्तित्व के शक्तिशाली गुणों का संचार करें। उदाहरण के लिए, आप कायर, शर्मिली प्रकृति के व्यक्ति हैं तो कल्पना कीजिए कि आपकी आकृति साहस, निर्भयता एवं नेतृत्व के गुणों से भरी है। यदि आप अवीर तथा निराशावादी हैं, तो धैर्यवान एवं आशावादी होने की कल्पना कीजिए। यदि आप किसी व्यापारिक उद्देश्य से किसी व्यक्ति को अपने वश में करना चाहते हैं तो कल्पना कीजिए कि आप बहुत ही कुशल व्यापारी हैं। यदि राजनीतिक लाभ के लिए उसे वश

में करना चाहते हैं तो सोचिए कि आप एक अत्यन्त उच्च कोटि के राजनीतिज्ञ हैं और बड़े-से-बड़ा दायित्व निभाने की क्षमता रखते हैं। इस प्रकार आप अपने उद्देश्य के अनुकूल उसके व्यक्तित्व का निर्माण कीजिए।

इस आकृति में सूक्ष्म शरीर का समन्वय

अब आपको इस प्रकार निर्मित आकृति से अपने सूक्ष्म शरीर का समन्वय करना है। अपने द्वारा निर्मित आकृति को अपने मन की आंखों के सामने रखकर कल्पना कीजिए कि आपका सूक्ष्म शरीर आपके सम्पूर्ण शरीर में—पैरों के नाखून से लेकर सिर की चोटी तक—अणु-अणु में व्याप्त हो रहा है। इसके पश्चात् गहरी सांम लीजिए और अपनी कमर की त्वचा को अपने हाथों से इस प्रकार पकड़िये जैसे आप अपने सूक्ष्म शरीर की कमर को पकड़ रहे हैं।

फिर धीरे-धीरे किन्तु दृढ़तापूर्वक उसे इस प्रकार खींचिए मानो आप कमर पकड़ कर अपने सूक्ष्म शरीर को पार्थिव शरीर से बाहर निकाल रहे हों। सूक्ष्म शरीर आसानी से निकलने को तैयार नहीं होगा, क्योंकि अब तक यह आपको आदेश देता रहा है, अब आप उसे आदेश पालन करने के लिए विवश कर रहे हैं। परन्तु आप दृढ़तापूर्वक उसे धीरे-धीरे बाहर खींचते रहिये। प्रारम्भ में आपको ऐसा अनुभव होगा कि उसका विरोध काफी शक्ति है, क्योंकि आपके हाथ आपके शरीर से आसानी से नहीं हट सकेंगे। यदि आपके हाथ आपकी कमर से नहीं हट पाते हैं तो समझ लीजिए कि आपका सूक्ष्म शरीर आपकी पकड़ में नहीं आया है। आप इस कार्य को बार-बार कीजिए। अन्त में आप महसूस करेंगे कि अब आपके सूक्ष्म शरीर का विरोध ढीला पड़ता जा रहा है।

जब आप अपने सूक्ष्म शरीर का आधा अंश बाहर निकालने में सफल हो जायेंगे तो आपकी भुजाएं सामने की ओर सीधी फैल जायेंगी। इस स्थिति में आप उसे इससे अधिक तो नहीं खींच सकते, परन्तु हाथों को ढीला न होने दीजिए, वरना वह पुनः आपके पार्थिव शरीर में लौट जायेगा।

इसलिए आप उसे अपनी भुजाओं के अगले भाग में लपेट लें। ऐसा आप दोनों भुजाओं को अपने से दूर रखते हुए एक-दूसरे की ओर मोड़कर कर सकते हैं।

इस स्थिति में आपका सूक्ष्म शरीर अधिक दृढ़ता से आपका विरोध करेगा, क्योंकि वह नहीं चाहता है कि आप उसके साथ इस प्रकार स्वच्छंद रूप से व्यवहार करें। अतएव वह आपके हाथों से छूटने का प्रयत्न करेगा। अपने हाथों को कड़ाई से पकड़े रखें और उसके इस प्रयत्न को सफल न होने दें। यदि आप चाहें तो कुछ देर तक अपने हाथों को आराम पहुंचाने के लिए उन्हें एक-दूसरे के समानान्तर रख लें, परन्तु ऐसा बहुत थोड़े समय के लिए करें। यदि आपका सूक्ष्म शरीर आप के बन्धन से खुल कर पुनः आपके शरीर में लौटने में सफल हो गया तो अगले चौबीस घण्टे तक आप उसे आसानी से बाहर नहीं निकाल सकेंगे।

जब आप इस प्रकार अपने पार्थिव शरीर में से सूक्ष्म शरीर को काफी बाहर खींच लेंगे तो उसकी भुजाओं और पैरों के कुछ भाग ही आपके शरीर के अन्दर रह जाएंगे। इन आंशिक भागों में इतनी शक्ति नहीं होती कि वे आपके शरीर के अन्दर चिपकर रह सकें। इस स्थिति का आपको फौरन ज्ञान हो जाएगा, क्योंकि जब सूक्ष्म शरीर की विरोध करने की शक्ति कमजोर पड़ जाएगी तो वह स्वयं ही शिथिल हो जायेगी। ऐसा होते ही आप एक बार फिर अपने हाथों को एक-दूसरे से लपेट लीजिए। फिर एकदम उन्हें लपेटना बन्द कर दीजिए।

अपनी काल्पनिक आकृति के अनुसार अपने सूक्ष्म शरीर को कैसे ढालें ?

अब आपका अगला कदम यह होना चाहिए कि आप अपने बाहर निकाले हुए सूक्ष्म शरीर को अपने काल्पनिक शरीर के अनुसार ढाल लें। इस बात को कदापि न भूलिए कि आपके पार्थिव शरीर से बाहर निकल जाने पर भी आपका सूक्ष्म शरीर आपके पार्थिव शरीर से निरंतर जुड़ा रहता है और उसे जोड़ने का कार्य एक बारीक चांदी जैसा तार करता है। यह तार मृत्यु के पश्चात् ही टूटता है।

अब आपका सूक्ष्म शरीर आपके भौतिक शरीर से बाहर आ गया है। परन्तु आप उसे देख नहीं सकते। कुछ पाठकों को संदेह हो सकता है कि सूक्ष्म शरीर मनुष्य की इच्छा से उसके शरीर से बाहर कैसे निकल सकता है? जिन लोगों ने प्राचीन कालीन ग्रन्थों का अध्ययन किया है, वे जानते हैं कि भारतीय ऋषि-मुनि बहुधा अपने सूक्ष्म शरीर को किसी भी मृत व्यक्ति के शरीर में प्रविष्ट कराके उसे जीवित कर दिया करते थे। जगत गुरु शंकराचार्य की कहानी तो बहुत प्रसिद्ध है कि जब वे शास्त्रार्थ में मंडन मिश्र की पत्नी भारती देवी से पराजित हो गये तो उन्होंने काम-शास्त्र का अध्ययन करने के लिए अपने सूक्ष्म शरीर को एक मृत राजा के शरीर में प्रविष्ट कर दिया था। इसलिए इस विषय में संदेह का कोई कारण नहीं है। कोई भी व्यक्ति अभ्यास और साधना करके अपने सूक्ष्म शरीर को पार्थिव शरीर से बाहर निकाल सकता है।

अब इस सूक्ष्म शरीर से अपने पात्र को प्रभावित एवं आच्छादित करने से पूर्व आपको इस शरीर को अपने स्वयं के काल्पनिक शरीर (जिस रूप में आप अपने आपको प्रस्तुत करना चाहते हैं) के अनुकूल ढालना होगा। ऐसा न करने पर आप दूसरे व्यक्ति को इस प्रकार से और इतना अधिक प्रभावित नहीं कर सकेंगे जितना कि आप उसे करना चाहते हैं। इसका परिणाम यह होगा कि आपका समय, प्रयत्न और परिश्रम व्यर्थ हो जायेगा, इतना ही नहीं वांछनीय सफलता न मिलने पर आपको बहुत अधिक निराशा होगी। आश्चर्य नहीं कि आप इस महान विद्या की प्रामाणिकता में ही संदेह करने लगे। इसलिए यह आवश्यक है कि किसी भी व्यक्ति को पूर्ण रूप से वश में करने के लिए आप अपने जिस सूक्ष्म शरीर का उपयोग करते हैं वह समस्त आवश्यक एवं प्रशंसनीय गुणों से युक्त हो।

अब जिस सूक्ष्म शरीर को आपने अपनी भुजाओं में घेर रखा है उसे अपनी निर्मित वांछनीय प्रतिमा के बगल में खड़ा करके धीरे-धीरे अपनी भुजाओं से मुक्त कर दीजिए। किन्तु मुक्त करने का अर्थ यह नहीं है कि आप उसे बिल्कुल छोड़ दें, बल्कि उन दोनों शरीरों—सूक्ष्म शरीर और आपकी कल्पना द्वारा निर्मित शरीर—को बीच में करके दोनों हाथों के घेरे में इस प्रकार तान लें कि वे आपके शरीर के अधिक निकट आ जाएं।

ध्यान रहे कि सम्पूर्ण प्रक्रिया को आपका सूक्ष्म शरीर पसन्द नहीं करेगा। वह नहीं चाहेगा कि आप उसके असली रूप को मिटाकर उसे नया रूप दें। वह तो आपका वास्तविक प्रतिबिम्ब ही बना रहना चाहता है। इसलिए वह आपके इन कार्यों का विरोध करेगा। आपके प्रति विद्रोह करेगा। चूंकि अब भी वह एक तार द्वारा आपके शरीर से जुड़ा हुआ है, इसलिए वह अब भी अपने आपको आपका प्रतिरूप समझता है और वैसा ही रहना भी चाहता है क्योंकि वह आपके साथ इस पृथ्वी पर पैदा हुआ है। आप उसे एक विल्कुल नया रूप प्रदान करें यह उसे स्वीकार नहीं है। अतएव वह आपके हाथों से छूट कर आपके शरीर में फिर से समा जाने के लिए हाथ-पैर मारता है।

आपको सूक्ष्म शरीर के इन प्रयत्नों को सफल नहीं होने देना है। इसलिए आप अपनी भुजाओं को अपने सामने एक-दूसरे के समानान्तर रखते हुए भुजाओं को धीरे-धीरे इस प्रकार खोलिए कि सूक्ष्म शरीर फिर से मौका पाकर आपके शरीर में न घुस जाए। साथ ही उसे अपने कल्पना द्वारा बनाए गये शरीर में विठाने का प्रयत्न भी करते रहिये। उसके विरोध का एक कारण यह भी होगा कि आप उसके आकार, मानसिक स्थिति, शक्ल-सूरत सबको उस काल्पनिक शरीर के अनुकूल बदलने का प्रयत्न कर रहे हैं। जिस प्रकार कुम्हार गीली मिट्टी के खिलौनों को किसी दूसरे आकार और शक्ल-सूरत वाले खिलौने के सांचे में डाल कर उसका रूप परिवर्तित करता है, लगभग वैसा ही तो आप उस समय अपने सूक्ष्म शरीर के साथ कर रहे हैं। चूंकि मिट्टी जड़ है, वह विरोध नहीं कर सकती, परन्तु सूक्ष्म शरीर विरोध करने की क्षमता रखता है। यह दूसरी बात है कि वह आपके बराबर शक्तिशाली नहीं है।

अतएव अपने सूक्ष्म शरीर को नवनिर्मित शरीर में प्रतिष्ठित करने के लिए अपनी भुजाओं को धीरे-धीरे अपनी शरीर की ओर खोलते रहिए और सूक्ष्म शरीर को आदेश दीजिए कि वह उस शरीर में प्रविष्ट होकर वहीं ठहरे। उसे नये शरीर में प्रतिष्ठित करने के लिए पांच बार ऐसा कीजिए।

फिर एकदम रुक जाइये, परन्तु अपनी भुजाओं को अब भी एक-दूसरे के समानान्तर तथा एक-दूसरे के निकट रखिए। इस प्रकार अपने सूक्ष्म

शरीर को विश्वास दिला दीजिए कि जब तक आप उसे अनुमति नहीं देंगे, वह पुनः आपके शरीर में प्रवेश नहीं कर सकेगा। जब आप पांच बार ऐसा कर लेंगे तो आपका सूक्ष्म शरीर समझ जायेगा कि अब विद्रोह करने से कोई लाभ नहीं है। उसे आपकी इच्छा का पालन करना ही होगा। लगभग छः सैकिण्ड में इस तथ्य को स्वीकार करके वह आपकी कल्पना द्वारा निर्मित शरीर में प्रवेश करके अपने आपको उसके अनुकूल कर लेगा और अपने मन को भी उसी के जैसा बना लेगा। अब आप उस स्थिति में आ गये हैं, जब आप अपने सूक्ष्म शरीर के परिवर्तित रूप का प्रयोग करके दूसरे व्यक्ति को पूर्णतया अपने वश में कर सकें।

किसी व्यक्ति को वश में करके अपना दास कैसे बनाएं

अब दूसरे व्यक्ति के बारे में कल्पना कीजिए। अब तक आप स्वयं अपने तथा अपने सूक्ष्म शरीर के विषय में विचार और अभ्यास करते रहे हैं। अब आपको अपना मस्तिष्क एवं अपनी विचारधारा अन्य व्यक्ति पर केन्द्रित करनी होगी। अब आप उसके विषय में सोचिए। अपने मस्तिष्क के सामने उसकी आकृति इतने स्पष्ट रूप में चित्रित कीजिए जितनी कि आप कर सकते हैं। इसमें आपको विशेष कठिनाई नहीं होगी, क्योंकि नई आकृति ग्रहण करने के पश्चात् आपका सूक्ष्म शरीर इतना शक्तिशाली हो गया है कि वह व्यक्ति चाहें कहीं भी हो, वह उसे ढूँढ निकालेगा। उस व्यक्ति के विषय में आप कल्पना कीजिए कि वह आपसे बहुत दूर है, जिससे नई आकृति वाला आपका सूक्ष्म शरीर यह अनुभव करे कि उसे उस व्यक्ति को तलाश करने के लिए दूर जाना है, केवल आपके चारों ओर ही नहीं मंडराना है। साथ ही, अपने हाथों को एकदम फैलाकर उस सूक्ष्म शरीर को अपने पास से धकेल दीजिए और मूक स्वर में उसे आदेश दीजिए कि वह जाकर उस व्यक्ति को नियन्त्रण में ले ले।

इसके पश्चात् सहसा फिर बैठ जाइये। अपने हाथों को एक-दूसरे के समानान्तर रखते हुए अपनी तरफ मोड़ लीजिए। इस प्रकार मुड़े हुए हाथों को आपकी मानसिक आंखों से देखकर आपका सूक्ष्म शरीर समझ जायेगा कि इस समय आपके शरीर में फिर प्रवेश कर पाना उसके लिए सम्भव

नहीं है। अतएव उसे विवश होकर आपके आदेश का पालन करने के लिए उस व्यक्ति की ओर जाना ही होगा।

कल्पना कीजिए कि अब आपका सूक्ष्म शरीर अपने नये रूप में तेज गति से अंतरिक्ष को पार करता हुआ उस व्यक्ति की ओर चला जा रहा है। अब वह उसके शरीर में घुसने का प्रयत्न कर रहा है। इस प्रयत्न में उसे आसानी से सफलता नहीं मिलेगी, क्योंकि उस व्यक्ति का सूक्ष्म शरीर आपके सूक्ष्म शरीर के प्रवेश को रोकने के लिए फौरन सामने आकर अड़ जाएगा। ऐसी परिस्थिति में वह साधारणतया आपके आक्रमणकारी सूक्ष्म शरीर को रोकने के लिए अपने हाथों को बाहर फैला लेगा। आपके सूक्ष्म शरीर के लिए यह स्थिति स्पष्टतः अप्रत्याशित होगी। इसलिए यह असम्भव नहीं कि वह निराश होकर उल्टे पैरों आपके पास लौटने लगे और चाहे कि आपके शरीर में घुसकर बैठ जाए। वह पीछे मुड़कर आपकी ओर देखेगा। जब उसे यह मालूम होगा कि आपने अपने शरीर के आगे अपनी भुजाओं को मोड़कर उसकी वापसी का रास्ता रोक दिया है तो फिर वह अपने उद्देश्यों की ओर उन्मुख होकर उस कार्य को करने के लिए तत्पर हो जाएगा जिसके लिए उसे भेजा गया है। उसे फिर आपके आदेश का ध्यान आएगा और वह उस व्यक्ति के सूक्ष्म शरीर से भिड़ जाएगा।

यदि आपका सूक्ष्म शरीर आपका वास्तविक प्रतिरूप होता तो सम्भव है कि इस संघर्ष में वह पराजित हो जाता, परन्तु आपने उसे कुछ विशिष्ट गुणों और क्षमताओं से सुसज्जित करके भेजा है, इसलिए उनसे आकर्षित होकर उस व्यक्ति का सूक्ष्म शरीर आपके नवनिर्मित शरीर से मेली कर लेता है और उसका बहुत अधिक विरोध नहीं करता। फिर भी वह यह नहीं चाहता कि जिस भौतिक शरीर पर उसका एकछत्र साम्राज्य है, उसमें कोई नया सूक्ष्म शरीर साझेदार बने।

चूंकि आपका सूक्ष्म शरीर अपेक्षाकृत अधिक शक्तिशाली बन चुका है, इसलिए दूसरे व्यक्ति के सूक्ष्म शरीर के विरोध को दबा कर वह उसके अन्दर प्रवेश कर जाता है, और जितनी गहराई से वह अन्दर घुसता जाता है, उतना ही आप अपने उद्देश्य में सफल होते जाते हैं। कभी-कभी दूसरे व्यक्ति का सूक्ष्म शरीर अधिक जोर-शोर से विरोध करने लगता

है जिससे आपके सूक्ष्म शरीर का साहस टूटने लगता है और वह पुनः आपकी ओर लौटने की कोशिश करने लगता है। वह लौटकर आपके शरीर में फिर से न घुस जाए, इसलिए आप अपनी भुजाओं को कसकर बांध लीजिए, ताकि उसे मालूम हो जाए कि वापिस आने का रास्ता बन्द हो चुका है। इसके साथ-साथ यह भी कल्पना करते रहिए कि आपका सूक्ष्म शरीर पूरी शक्ति से दूसरे व्यक्ति के सूक्ष्म शरीर में प्रवेश कर रहा है। अब आपको उस व्यक्ति के शरीर पर पूर्ण रूप से अधिकार प्राप्त करना है। यही इस साधना का अगला चरण है।

दूसरे व्यक्ति के ऊपर पूर्ण आधिपत्य कैसे जमाएं ?

आपका नवनिर्मित सूक्ष्म शरीर उस व्यक्ति के शरीर के साथ समन्वित होकर ऐसी स्थिति में पहुंच चुका है, जबकि वह आपके पार्थिव शरीर का आधिपत्य स्वीकार करने के लिए विवश हो चुका है, यद्यपि उसके चेतन और अवचेतन मन इस नई स्थिति को स्वीकार करने के लिए अभी पूरी तरह से तैयार नहीं हो पाए हैं। इसलिए वे इस स्थिति के प्रति विद्रोह करने का प्रयत्न करते हैं। परन्तु यह विद्रोह अधिक सफल नहीं हो पाता। इसका कारण यह है कि वह व्यक्ति सूक्ष्म शरीर के आधिपत्य के कारण मानसिक रूप से बदला हुआ होकर भी अपने व्यक्तित्व के मुख्य लक्षणों का परित्याग नहीं करता। उसकी चाल-ढाल, रहन-सहन सब कुछ वैसी ही रहती है, केवल आपके प्रति सोचने की उसकी प्रवृत्ति बदल चुकी है। वह अब उसी प्रकार सोचता है, जिस प्रकार आप चाहते हैं। उसकी सूक्ष्म शरीर उसके अन्दर अब भी निवास करता है। आपने उसे उसके भौतिक शरीर से अलग नहीं किया है, और ऐसा कर भी नहीं सकते हैं। आप उसमें केवल इतना परिवर्तन करना चाहते हैं कि वह आपके अनुकूल हो जाए, आपके आदेशों का पालन करने लगे।

उसके सामने एक कठिनाई और भी है। वह आपको जानता है। आपके स्वभाव, प्रकृति और विचारधारा से वह परिचित है। आपके विषय में उसकी एक निश्चित धारणा होती है। यह भी सम्भव है कि वह कई बातों में आपका विरोधी रहा हो। जब उसका मन आपके अनुकूल होने

लगता है तो उसका अवचेतन मन उसका विरोध करता है, वह यह नहीं समझ पाता कि एकदम ऐसा परिवर्तन कैसे हो गया। दूसरे, वह इस बात को आसानी से स्वीकार नहीं कर सकता कि उसकी वागडोर आपके हाथों में आ जाए और आप उसे मनचाहा नाच नचाने लगे। इसलिए वह इस स्थिति का विरोध करता है और चाहता है कि उसका सूक्ष्म शरीर आपके नवनिर्मित सूक्ष्म शरीर के प्रभाव को अपने अन्दर से पूर्णतया हटा दे। इसके लिए वह अपने सूक्ष्म शरीर को प्रेरित और प्रोत्साहित भी करता है। इस प्रकार प्रेरित होकर जब उसका सूक्ष्म शरीर आपके सूक्ष्म शरीर पर आक्रमण करता है तो आपका सम्पूर्ण पार्थिव शरीर एकदम झनझना उठता है क्योंकि उसका सम्बन्ध आपके सूक्ष्म शरीर के साथ एक रजत-रज्जु द्वारा बंधा हुआ है। आपको इस आक्रमण के सामने हार नहीं मान लेनी है। आप फौरन अपनी मुट्ठियाँ कस लीजिए और सूक्ष्म शरीर को फिर मानसिक रूप से आदेश दीजिए कि वह पूरी शक्ति के साथ उसके शरीर में प्रवेश करे। आपका यह मानसिक संदेश रजत-रज्जु के माध्यम से आपके सूक्ष्म शरीर के पास पहुंचेगा और वह उसके शरीर में प्रवेश करने के लिए आगे बढ़ेगा। उसके चेतन और अवचेतन मन अपने सूक्ष्म शरीर को फिर प्रेरित करेंगे; परन्तु आप साहस न छोड़िए। दुबारा फिर अपने सूक्ष्म शरीर को आगे बढ़ने का निर्देश दीजिए। बार-बार ऐसा करने से उसका मानसिक बल दुर्बल होता जाएगा। परिणाम यह होगा कि विरोध समाप्त हो जाएगा। इस स्थिति को अनिवार्य समझ कर वह आपके सूक्ष्म शरीर को अंगीकार कर लेगा। सूक्ष्म शरीर को अंगीकार करने का अर्थ है कि वह स्वयं आपको ही अपने मन में बिठा लेगा। फिर आपका नियंत्रण उसे बुरा नहीं लगेगा।

एक बार यदि वह आपका नियंत्रण स्वीकार कर लेता है तो वह मन, कर्म, वचन से आपका दास हो जाता है। परन्तु आप यह न समझ बैठिए कि एक बार उसके मन पर नियंत्रण कर लेने से आप उसे सदा के लिए अपना दास बना लेंगे। आपके इस प्रयोग का प्रभाव केवल चौबीस घण्टे तक रह सकता है। यदि आप चाहें कि कोई व्यक्ति स्थायी रूप से आपके आदेशों का पालन करता रहे, आपके वशीभूत होकर आपके मुताबिक कार्य करता

रहे तो आपको दिन में एक बार उसके प्रति यह प्रयोग अवश्य करना पड़ेगा; अर्थात् अपने सूक्ष्म शरीर को महत्त्वपूर्ण गुणों से सुसज्जित करके उसके शरीर में प्रविष्ट करना होगा।

यदि आप निरन्तर इसका अभ्यास करें तो थोड़े ही दिनों में आप इस साधना में अद्भुत कुशलता प्राप्त करके ऐसे-ऐसे चमत्कारपूर्ण कार्य करने लगेंगे कि आप उन्हें देखकर स्वयं आश्चर्यचकित रह जायेंगे। यह एक अद्भुत सिद्धि है और थोड़े ही प्रयास से प्राप्त हो जाती है। परन्तु दो बातों को अनिवार्य रूप से स्मरण रखिए—

- (1) स्वयं पर और अपनी सामर्थ्य पर पूरा विश्वास रखिए।
- (2) किसी अनुचित अथवा अनैतिक कार्य के लिए इस साधना का दुरुपयोग न कीजिए।

इस चौथे अध्याय में—

अमेरिका की प्रसिद्ध ड्यूक यूनिवर्सिटी में वर्षों तक किए गए अनुसंधानों और वास्तविक प्रयोगों द्वारा यह प्रमाणित हो चुका है कि—

- आप निर्जीव वस्तुओं पर अपना नियंत्रण स्थापित कर सकते हैं ?
- निर्जीव पासे और कौड़ियां आपकी इच्छानुसार पलट सकती हैं ?
- आप चौसर के पासों में मनचाहा अंक लाकर विजय प्राप्त कर सकते हैं ?

ये असम्भव कार्य किस प्रकार आप केवल अपनी मानसिक शक्ति के द्वारा कर सकते हैं ? इसका उत्तर आपको इस अध्याय में मिलेगा ।

अध्याय 4

निर्जीव पदार्थों पर नियंत्रण

निर्जीव पदार्थों पर मानसिक नियंत्रण स्थापित करना सबसे अधिक कठिन कार्य है। इसका कारण यह है कि मनुष्य अथवा पशु-पक्षी तो आपके निर्देशों को सुन सकते हैं, ग्रहण कर सकते हैं, परन्तु निर्जीव पदार्थ न तो उन्हें सुन ही सकते हैं और न ग्रहण ही कर सकते हैं। किन्तु इसका अर्थ यह भी नहीं है कि मनुष्य की मानसिक शक्ति का उन पर बिल्कुल ही प्रभाव नहीं पड़ता। इस तथ्य के पक्ष में कुछ महत्त्वपूर्ण अनुसंधान हुए हैं।

ड्यूक विश्वविद्यालय में इसके सम्बन्ध में कुछ प्रयोग किए गए थे। वहां कुछ पासों को उछाल कर प्रयोग द्वारा यह सिद्ध किया गया था कि निर्जीव वस्तुओं पर मन की शक्ति का प्रभाव अवश्य पड़ता है। हां, यह अभी निश्चय नहीं किया जा सका है कि यह प्रभाव किस रूप में पड़ता है। परन्तु जो प्रभाव पड़ता है, उसमें भौतिक बन्धन बाधक नहीं होते। पासों के साथ वहां अनेक प्रकार से प्रयोग किए गये थे। कुछ प्रयोग पासों को अपनी दृष्टि के सामने रख कर किए गए थे और कुछ दूसरे कमरे में बैठकर जहां प्रयोगकर्ता और पासों के बीच में मोटी दीवार थी। फिर भी उनके मन का प्रभाव पासों पर स्पष्ट रूप से देखा गया था। प्रयोगकर्ताओं एवं वैज्ञानिकों की धारणा है कि मनुष्य के मस्तिष्क में से कोई धारा निकल कर सम्बन्धित वस्तु को इस प्रकार प्रभावित करती है कि वस्तु अपनी प्राकृतिक गति अर्थात् चाल को छोड़कर उसके विपरीत या इधर-उधर की भिन्न दिशा में चलने लगती है अथवा आप ही ऊपर से फिसल कर नीचे गिर जाती है।

हम अपने पाठकों को इस शक्ति के कारण और विश्लेषण में नहीं उलझाना चाहते। उनके लिए उसका विशेष महत्त्व भी नहीं है। उनके लिए इतना जान लेना पर्याप्त है कि वैज्ञानिक लोग इस बात से सहमत हैं कि मनुष्य की मानसिक शक्ति निर्जीव वस्तुओं को प्रभावित कर सकती है। हमें केवल यह देखना है कि हम अपनी मानसिक शक्ति से वस्तुओं को किस सीमा तक प्रभावित कर सकते हैं।

एक बात पाठकों को प्रारम्भ में ही समझ लेनी चाहिए कि वस्तुओं पर प्रयोग की जाने वाली यह शक्ति कोई 'बहुत बड़ी शक्ति' नहीं है और न इसका प्रभाव सरलता से दिखाई ही देता है। यह प्रभाव बहुत नगण्य-सा होता है। इसके संदर्भ में चमत्कारिक शक्ति प्राप्त करने के लिए वर्षों तक साधना करनी पड़ती है। फिर भी आप इतनी क्षमता अवश्य प्राप्त कर सकते हैं कि इस विषय में आप सर्वसाधारण से काफी आगे निकल सकें।

यदि आप चाहें कि अपनी मानसिक शक्ति से लोहे को सोने में बदल दें या अपनी ओर तेजी से आती हुई पिस्तौल की गोली की दशा बदल दें तो ऐसा करना आपके लिए सम्भव नहीं होगा। केवल मानसिक शक्ति ऐसा कर भी नहीं सकती। इसका कारण यह है कि इन वस्तुओं की गति इतनी शक्तिशाली होती है जो आपकी मानसिक शक्ति से कहीं बढ़कर होती है। आप किनारे की ओर बढ़ती हुई समुद्र की धारा को भी नहीं रोक सकते। इसलिए इसके सम्बन्ध में आप कोई गलत धारणा न बना लीजिए जिससे आपको आगे चलकर निराश होना पड़े।

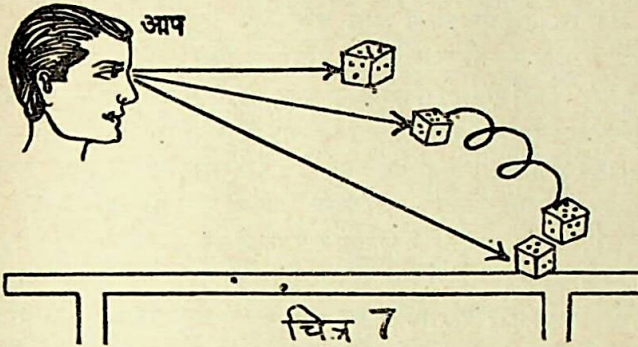
यदि आप अपने शरीर को एक वस्तु समझ लें तो आपकी मानसिक शक्ति उसे प्रभावशाली ढंग से प्रभावित कर सकती है। उदाहरण के लिए आप अच्छे तैराक हैं और किसी तैराकी प्रयोगशाला में भाग ले रहे हैं। आप पूरी तरह से तैरना आरम्भ कर दीजिए और फिर धीरे-धीरे अपनी मानसिक शक्ति को प्रेरित करें कि वह आपके हाथों को तैरने के लिए आगे बढ़ाती रहे। फिर आप बिना प्रयास किये अपनी मानसिक शक्ति के सहारे तैरते चले जाएंगे और अन्त में विजय प्राप्त कर लेंगे। उस समय तैरने में आपको ऐसा आराम मिलेगा, जैसा इससे पूर्व कभी नहीं मिला होगा।

तैरने की गति तो अपने आप तेज हो ही जाएगी। यह बात केवल तैराकी पर ही नहीं, सब प्रकार की प्रतियोगिताओं पर लागू होती है। यहां तक कि आप अपने दैनिक कार्यों में भी इस नुस्खे का उपयोग कर सकते हैं। कलापूर्ण कार्यों, भाषण, लेखन, चित्रकला, संगीत सभी में इसका उपयोग किया जा सकता है।

आपकी इच्छा शक्ति से पासे कैसे पलट सकते हैं ?

गतिमय वस्तुओं पर मानसिक शक्ति द्वारा नियंत्रण किया जा सकता है। मान लीजिए, आपने कोई पासा हवा में उछाला है। हवा में जाने के बाद स्वाभाविक है कि वह नीचे पृथ्वी पर गिरेगा। जिस समय वह नीचे की ओर आने लगे, उसी समय आप उस पर अपनी मानसिक शक्ति का प्रयोग कीजिए। इससे पूर्व उस पर मानसिक शक्ति का प्रयोग करने से कोई लाभ नहीं होगा। जब आप अपने हाथों में पासों को हिलाते हैं तो उस समय उन पर आपकी मानसिक शक्ति कोई प्रभाव नहीं डाल सकती। वे परस्पर एक-दूसरे के इतने निकट और सटे हुए होते हैं कि वे आपके द्वारा प्रेषित शक्ति से प्रभावित नहीं हो पाते।

जिस समय उन पासों को ऊपर उछाला जाता है, वे पारस्परिक आकर्षण से मुक्त हो जाते हैं, उनका सम्पर्क टूट जाता है, परन्तु अब भी वे आपकी मानसिक शक्ति की पहुंच के बाहर होते हैं। परन्तु अगले ही क्षण वे हवा में एक-दूसरे से पृथक् होकर भूमि की ओर गिरने लगते हैं। यह वह समय है जब आपको अपनी सम्पूर्ण मानसिक शक्ति का प्रयोग उन पर करना चाहिए। अपनी शक्ति से आप हवा में ही उन पर अपना नियन्त्रण स्थापित कर लें और उन्हें उस स्थान पर गिरने के लिए प्रेरित करें जहां और जिस प्रकार आप गिराना चाहते हैं। जितने कम पासे होंगे, आपको अपने प्रयोग में उतनी ही अधिक सफलता मिलेगी क्योंकि बहुत अधिक पासे होने से आपकी मानसिक शक्ति उनमें विभाजित हो जायेगी। जब तक प्रत्येक पासा लुढ़कना बन्द न कर दे तब तक अपनी शक्ति का प्रयोग कीजिए। उसके दबाव को शिथिल भी मत होने दीजिए। जितनी देर तक आप यह प्रयोग करते रहें, सांस बिल्कुल न लें और अपना सारा बल अपनी मानसिक



शक्ति पर केन्द्रित कर दें। यह आवश्यक नहीं कि आपकी दृष्टि पासों पर चिपकी रहे।

जैसा कि पहले कहा जा चुका है, यह प्रयोग दो पृथक कमरों में बैठ कर भी किया जा सकता है जिनके बीच में मोटी दीवार होती है और पासे प्रयोगकर्ता की दृष्टि से ओझल होते हैं। यदि आप पासों की ओर सीधे देख सकें तो इससे आपके प्रयोग में सरलता हो सकती है।

यह प्रयोग करने के लिए आप एकाग्रचित होकर कल्पना कीजिए कि आपकी मानसिक शक्ति आपके मस्तिष्क में से निकल कर प्रत्येक पासे में तीखी किरण की भांति प्रवेश कर रही है। इस समय अपनी कल्पना के साथ-साथ अनुभव कीजिये कि प्रत्येक पासा गिरने से पूर्व इस प्रकार मुड़ रहा या घूम रहा है कि आपका वांछित अंक उससे ऊपर की ओर आ रहा है, अर्थात् भूमि पर गिरने पर उसका वही अंक ऊपर हो जो आप चाहते हैं। (देखिये चित्र 7)

प्रयोग का परिणाम

जैसा कि हम प्रारम्भ में बता चुके हैं कि निर्जीव वस्तुओं के साथ किये जाने वाले मानसिक शक्ति के प्रयोग में सफलता कठिनाई से मिलती है; इसलिए पासों के साथ किये जाने वाले प्रयोग में इस स्थान पर आप पूर्ण सफलता की आशा नहीं कर सकते। आपकी मानसिक शक्ति सभी पासों को आपकी इच्छानुसार नहीं पलट सकेगी। सारे पासों में से संभवतः एकाध पासा ही कभी-कभी पलटेगा। जो पासा आपकी मानसिक शक्ति की पकड़ में आ जायेगा, वह आपकी इच्छानुसार पलट जायेगा, परन्तु जो पासे इतनी दूर या ऐसे कोण पर होंगे जो मानसिक शक्ति की पूरी पकड़ में नहीं आएंगे, उन पर आपकी मानसिक शक्ति का कोई प्रभाव नहीं पड़ेगा। ऐसा भी हो सकता है कि पासों की संख्या अधिक होने के कारण आप अपनी मानसिक शक्ति सब पासों में समान रूप से वितरित न कर सकें। इस प्रकार कुछ पासे तो प्रभावित हो जाएंगे, शेष अप्रभावित रह जाएंगे। कुछ पासे अन्य पासों से पृथक् हो जाते हैं और कुछ एक-दूसरे के अत्यन्त निकट होते हैं। इसका परिणाम यह होता है कि वायु में अलग-अलग जाने वाले पासे आपकी मानसिक शक्ति की पकड़ में भली-भाँति आ जाते हैं जबकि झुण्ड बनाकर चलने वाले पासों में से आप एकाध को ही प्रभावित कर पाते हैं।

सब पासों पर समान रूप से अपनी मानसिक शक्ति का प्रयोग करने की क्षमता प्राप्त करने के लिए आपको दीर्घकाल तक अभ्यास करना होगा। इस लम्बे अभ्यास से आपको आम वस्तुओं पर नियन्त्रण करने से पूर्व अपनी मानसिक शक्ति पर ही नियन्त्रण प्राप्त करना होगा जिससे आप यह जान सकें कि किस पासे पर कम शक्ति का प्रयोग करना है और किस पर अधिक। स्पष्ट है कि जो पासे एक-दूसरे से पृथक् होते हैं और आपकी शक्ति की पहुँच में आसानी से आ जाते हैं वे 'सरल' होते हैं और उन पर विशेष रूप से मानसिक शक्ति का प्रयोग करने की आवश्यकता नहीं होगी। जो पासे कठिन हैं—झुण्ड में हैं या आपकी शक्ति के सरल कोण से दूर पड़ते हैं—उन पर आपको अधिक शक्ति का प्रयोग करना पड़ेगा।

आपकी मानसिक शक्ति का बल और प्रभाव इस शक्ति पर निर्भर करता है कि आप कितनी एकाग्रता और विश्वास के साथ उनका प्रयोग करते हैं। आपके स्वास्थ्य पर भी इसकी सफलता निर्भर करती है; क्योंकि आपको अपने सम्पूर्ण शारीरिक बल के साथ इस शक्ति का प्रयोग करना होता है। यदि आप दुर्बल हैं, रोगी हैं, चिंताग्रस्त हैं या थके हुए हैं तो आपका प्रयोग सफल नहीं हो सकता। जितने ही बल और एकाग्रता से आप अपनी शक्ति का प्रयोग करेंगे, आपको उतनी ही अधिक सफलता मिलेगी। यह कोई मन बहलाव का मनोरंजक खेल नहीं है, इसमें भारी शक्ति की आवश्यकता होती है और इसके प्रयोग के पश्चात् मनुष्य थकावट अनुभव करने लगता है। यदि आप शारीरिक और आत्मिक रूप से स्वस्थ नहीं हुए तो आप दुर्बलता अनुभव करने लगेंगे।

पूर्ण विस्फोटक मानसिक शक्ति का विकास कैसे करें ?

यदि मानसिक शक्ति का अत्यधिक प्रयोग या दुरुपयोग न किया जाए तो यह उसी प्रकार शक्तिशाली बन जाती है, जैसे मनुष्य की मांस-पेशियां समुचित व्यायाम करने से बन जाती हैं। यदि आप निरन्तर तथा नियमानुसार प्रतिदिन अपनी मानसिक शक्ति विकसित करने के लिए अभ्यास करते रहेंगे तो एक वर्ष के अन्त में आप पायेंगे कि वह बढ़कर दुगुनी हो गई है। इसके पश्चात् भी अभ्यास से वह निरन्तर बढ़ती रहेगी। यह बात दूसरी है कि प्रथम वर्ष की अपेक्षा इस वर्ष उसके विकास की गति कुछ कम हो जाए।

एक बात का सदैव ध्यान रखिए कि किसी भी पदार्थ के साथ अपनी मानसिक शक्ति का इतना अधिक प्रयोग न कीजिए कि आप थक कर विल्कुल चूर हो जाएं। इसका अर्थ यह भी नहीं है कि थकावट का थोड़ा-सा आभास होते ही आप अपना अभ्यास ही बन्द कर दें, यदि ऐसा करेंगे तो आपकी शक्ति का विकास कैसे हो सकेगा? इसलिए कभी-कभी प्रयोग करते-करते थक जाने में कोई हानि नहीं है, परन्तु जब थकावट कुछ अधिक अनुभव होने लगे तो कुछ दिन के लिए अभ्यास रोक दीजिए।

जब आप किसी पर अचानक आक्रमण बोल देते हैं तो आपकी मांस-पेशियां पूरे जोर-शोर के साथ काम करती हैं और उस आक्रमण में आप सफलता प्राप्त कर लेते हैं। यही बात आपकी मानसिक शक्ति के साथ है। जब आप इसका प्रयोग किसी भी वस्तु या प्राणी के ऊपर अचानक पूरे जोर-शोर के साथ करते हैं, उस समय आपकी मानसिक शक्ति अत्यन्त बलवती होती है। जिस मानसिक शक्ति का प्रयोग धीरे-धीरे लम्बे समय तक किया जाए, वह कभी शक्तिशाली नहीं होती। इसका प्रयोग तो एकदम और पूरे बल के साथ करना चाहिए। धीरे-धीरे लम्बे समय तक प्रयोग करने से आपको तो थकावट होगी ही, जिस पर आप प्रयोग कर रहे हैं, उसमें भी इसे सहन करने और इसका अभ्यस्त होने की क्षमता आ जाएगी।

सम्मोहनकर्ता (हिप्नाटिस्ट) भी इसी नियम का पालन करता है। वह अपने पात्र को सम्मोहनावस्था में सम्मोहनोत्तर निर्देश देकर अपना ध्यान किसी अन्य विषय पर लगा देता है और इस बात को भूल जाता है। परिणाम यह होता है कि सम्मोहन से जगाने के पश्चात् पात्र स्वयं ही इन निर्देशों का पालन करने लगता है। वह उन निर्देशों का पालन कराने के लिए न तो अपने पात्र के आगे-पीछे लगा रहता है और न उसे बार-बार इन निर्देशों का स्मरण कराता है। इसलिए आप भी जब आवश्यकता हो—पूरी ताकत से अपनी मानसिक शक्ति का विस्फोट कीजिए और उसके अगले क्षण अपना ध्यान उधर से हटाकर अपने मस्तिष्क को विचार शून्य कर लीजिए। यह एक सबसे बड़ा गुर है, इसे सदा याद रखिए।

यह बात हम पाठकों को फिर याद दिला देना चाहते हैं कि वस्तुओं के ऊपर आपकी मानसिक शक्ति का प्रभाव प्रायः बहुत कम देखा जाता है। यह प्रभाव नेत्रों से दिखाई न देने पर भी बिल्कुल महत्वहीन नहीं है। जब आप अपनी मानसिक शक्ति के बल पर अपने प्रतिद्वन्दी को पराजित करने में सफल हो जाते हैं, तब उसका महत्व आपकी समझ में आ जाता है। यह साधारण किन्तु महत्वपूर्ण कार्य है जो आप अपनी मानसिक शक्ति से कर सकते हैं।

यदि आप कोई विल्कुल असम्भव कार्य अपनी मानसिक शक्ति के बल पर करना चाहें तो नहीं कर सकते। उदाहरण के लिए, आप किसी भी मकान को एक स्थान से हटाकर दूसरे स्थान पर स्थापित नहीं कर सकते। यदि आप किसी फुटबाल या हॉकी मैच को देखते हुए अपनी मानसिक शक्ति से किसी दल विशेष को विजयी बनाने का प्रयत्न करेंगे, तो आपको अपने प्रयत्नों में निराश ही होना पड़ेगा। आपके प्रिय दल को पराजित करने के लिए न जाने कितनी मानसिक शक्तियां काम कर रही हैं और खिलाड़ियों का मनोबल उसमें अपना सक्रिय सहयोग दे रहा है, ऐसी दशा में आपकी मानसिक शक्ति सागर में एक छोटी-सी बूंद बनकर रह जाएगी।

प्रत्येक कार्य की सफलता के लिए आवश्यक परिस्थितियों तथा साधनों का होना आवश्यक है। मानसिक शक्ति द्वारा किया जाने वाला प्रयास भी इसका अपवाद नहीं है। इसकी भी अपनी सीमाएं हैं। अतएव इन बातों का ध्यान रख कर ही इसका प्रयोग व्यावहारिक कार्य के लिए व्यावहारिक रीति से करना चाहिए। अपनी मानसिक शक्ति का प्रयोग करते समय सदैव इस बात का ध्यान रखना चाहिए कि दूसरा व्यक्ति—चाहे वह व्यापारी हो या आपका खेल का प्रतिद्वन्दी—भी अपनी मानसिक शक्ति का प्रयोग कर सकता है और उसके मुकाबले में आपको सफलता तभी मिल सकती है जबकि आपकी शक्ति उसकी अपेक्षा अधिक विकसित होगी। इसलिए अभ्यास द्वारा इस शक्ति का अधिकाधिक विकास करने की चेष्टा कीजिए।

असम्भव दिखाई देने वाले कार्यों को कैसे पूरा करें ?

जब आप किसी वस्तु पर अपनी मानसिक शक्ति का प्रयोग प्रारम्भ कर देते हैं तो उसका फौरन ही परित्याग मत कीजिए, चाहे आपका प्रतिद्वन्दी आपकी अपेक्षा कितना ही कुशल क्यों न हो। यदि आप पूरे बल से अपनी मानसिक शक्ति का प्रयोग करते हुए खेलेंगे तो आपका खेल इतना अच्छा हो जाएगा कि आपका प्रतिद्वन्दी चकित होकर अपना मानसिक संतुलन खो बैठेगा जिससे उसका खेल विगड़ जाएगा। उसका परिणाम

होगा, आपकी विजय। इस प्रकार बहुत से अधकचरे खिलाड़ी या व्यापारी अपने क्षेत्रों में चमक उठते हैं।

मानसिक शक्ति के विकास के लिए गोल्फ एक अच्छा खेल है। अपनी मानसिक शक्ति गोल्फ की गेंद पर लगा दीजिए, फिर देखिए आपका खेल कितनी जल्दी चमकता है। इसका कारण यह है कि आप उस गेंद पर अपनी शक्ति दो ओर से केन्द्रित करते हैं, एक मन से और दूसरी शरीर से। शारीरिक शक्ति गेंद पर केन्द्रित होती है और मानसिक शक्ति आपके कौशल तथा गेंद पर किए जाने वाले आघात पर। आपकी मानसिक शक्ति गेंद को उस समय प्रभावित करती है जबकि वह हवा में तैरती हुई नीचे की ओर आती है। आप अपनी शक्ति का पूर्ण विस्फोट उस समय करते हैं जबकि वह भूमि पर गिर चुकी होती है और सूराख के पास लुढ़कती है। इस समय गेंद को सही दशा में धकेलने के लिए आपकी आंखों की पुतलियां आपकी आंखों से बाहर की ओर निकलती-सी प्रतीत होती हैं।

कुछ भौतिक मर्यादाएं

जब आप किसी वस्तु पर अपनी मानसिक शक्ति का प्रयोग करते हैं, उस समय भौतिक नियमों तथा सीमाओं की आप अपेक्षा नहीं कर सकते। आपके प्रयत्नों में भौतिक नियमों का अपना महत्त्व होता है। उदाहरण के लिए हम गोल्फ के खेल को ही लें। उसमें मानसिक शक्ति की अपेक्षा गेंद पर आघात करने का अभ्यास, समय तथा कौशल का अधिक महत्त्व होगा। इसका कारण यह है कि गेंद में कोई ऐसा सजीव केन्द्र नहीं होता जो आपके संदेश को ग्रहण कर सके। इसके अतिरिक्त आपका प्रतिद्वन्दी भी अपने कौशल के साथ-साथ अपनी मानसिक शक्ति का प्रयोग करता है। उसकी ओर से दो शक्तियां लगती हैं जबकि आपकी ओर से केवल एक ही शक्ति—मानसिक शक्ति—का प्रयोग होता है। ऐसी दशा में उसे परास्त करना आपके लिए सरल नहीं है।

वैसे भी निर्जीव पदार्थों पर मानसिक शक्ति की अपेक्षा भौतिक नियम अधिक प्रभाव डालते हैं। मानसिक शक्ति कोई जादू नहीं है। यह तो ऐसी प्रमाणित शक्ति है जो विशेष परिस्थितियों में निर्जीव वस्तुओं को

प्रभावित कर सकती है। यह सच है कि आप मानसिक शक्ति से रेल को पटरी से नहीं उतार सकते, परन्तु पासों, गोल्फ या टेनिस की गेंदों की दिशा कुछ सीमा तक अवश्य बदल सकते हैं। कहने का तात्पर्य यह है कि निर्जीव पदार्थों को हम मानसिक शक्ति से बहुत अधिक प्रभावित न करके थोड़ा बहुत प्रभावित अवश्य कर सकते हैं। इसके अतिरिक्त यह शक्ति हमारे कौशल को भी प्रभावित करती है। जब दोनों तरह के पड़ने वाले प्रभाव मिल जाते हैं तो वे आश्चर्यजनक करिश्मा दिखा सकते हैं।

मानसिक शक्ति के विकास के लिए अभ्यास

यहां पदार्थों में मानसिक शक्ति के विकास के लिए हम दो अभ्यास बता रहे हैं, जिनको करके पाठक अपने उद्देश्यों में सफलता प्राप्त कर सकते हैं :

अभ्यास 1—एक हल्की गेंद को हवा में उछालिए और जिस स्थान पर वह गिर रही हो, उससे हटकर उसे गिरने के लिए अपनी मानसिक शक्ति से प्रेरित कीजिए। जब गेंद पृथ्वी से कुछ ऊंचाई पर रह जाए तो उस पर सबसे अधिक शक्ति का प्रयोग कीजिए।

आप पृथ्वी के गुरुत्वाकर्षण को तो समाप्त नहीं कर सकते, परन्तु अपनी मानसिक शक्ति को बढ़ाकर गेंद को आगे-पीछे की ओर धकेल अवश्य सकते हैं। कुछ महीनों के अभ्यास से आपमें इतनी शक्ति आ आएगी कि गेंद अपने निश्चित स्थान पर न गिर कर उस स्थान पर गिरे जहां कि आप गिराना चाहते हैं। यदि आप वर्षों तक इसका अभ्यास करें तो आप निःसन्देह योगियों की भांति चमत्कार दिखा सकते हैं।

अभ्यास 2—गोल्फ, पिगपोंग, टेनिस की गेंद या बन्दूक की गोली का निशाना लगाते समय अपनी मानसिक शक्ति से ऐसा अभ्यास करने का प्रयत्न कीजिए जिससे वह गेंद या गोली उस दिशा में जाकर गिरे जहां कि आप उसे गिराना चाहते हैं। यदि इस खेल में आपको दक्षता प्राप्त है तो आप इसका अभ्यास ही न करें बल्कि उसकी प्रतियोगिता में भी सक्रिय भाग लें। इस प्रतियोगिता में सफलता प्राप्त करने के लिए आप अपने कौशल

के साथ-साथ मानसिक शक्ति का भी प्रयोग करें। इसके अभ्यास का फल आपको शीघ्र ही दृष्टिगोचर होने लगेगा। परन्तु यह अभ्यास छोटी गेंदों पर ही किया जाना चाहिए, बॉलीबाल या वास्केटबाल की गेंदों या फुटबाल पर नहीं करना चाहिए। जब आप इस अभ्यास में पूर्ण रूप से पारंगत हो जाएंगे तो आपको बड़ी चमत्कारपूर्ण सफलताएं मिलने लगेंगी।

इस पांचवें अध्याय में—

- आप बिना सम्मोहित हुए अनेकों अद्भुत कार्य कैसे कर सकते हैं ?
- आप ठोस दीवार के पार रखी हुई वस्तुओं को कैसे देख सकते हैं ?
- आप आंखें बन्द करके लिफाफे में बन्द कोई भी लिखावट कैसे पढ़ सकते हैं ?
- अपनी आदिम आत्म चेतना के बल पर दूसरों से मनचाहे कार्य कैसे करा सकते हैं ?
- जिन सिद्धियों की प्राप्ति के लिए ऋषि-मुनि पहाड़ों की गुफाओं में जाते थे, उन्हें आप घर बैठे कैसे प्राप्त कर सकते हैं ?

इन सबका विवरण इस अध्याय में पढ़िये ।

आपकी आदिम आत्म-चेतना की चमत्कारी शक्ति

1. आपकी आदिम आत्म-चेतना (Primitive Auto-Conscious)

बहुत से व्यक्ति भूल से आदिम आत्म-चेतना को ही अवचेतन मन समझ लेते हैं। वास्तव में ये दोनों पृथक्-पृथक् वस्तुएं हैं। आपकी आदिम आत्म-चेतना वह शक्ति है जो स्वतः कार्य करती है। इसे सहज स्वाभाविक मन (Instinctive mind) भी कह सकते हैं। इसके विपरीत आपका चेतन मन वह मन है जिसका विकास आपके विचार तथा वातावरण से होता है। इसमें जीवन भर की स्मृतियां तथा वे विचारधाराएं संचित रहती हैं जिन्हें आप स्वीकार कर चुके होते हैं, और साधारणतया अपने अवचेतन मन में भूल चुके होते हैं, अथवा जिनसे आप भयभीत होते हैं और उन्हें भूला देना चाहते हैं। इसमें आपके विगत ज्ञान तथा अनुभव का कोप आपकी सम्पत्ति की तरह जमा रहता है, जिसका अधिकांश भाग तो आप प्रयोग में नहीं लाते या उसका प्रयोग करना नहीं जानते। आप उसमें अधिकाधिक ज्ञान तथा अनुभव की वृद्धि करते रहते हैं, जिनमें अधिकतर परस्पर-विरोधी होते हैं। इसका परिणाम यह होता है कि आपके स्वतन्त्र चिन्तन तथा स्वतन्त्र रूप से कार्य करने की क्षमता पंगु बन जाती है। यद्यपि इस ज्ञान तथा अनुभव का अधिकतर भाग मूल्यवान होता है। इसका बहुत कुछ अंश बिना पर्याप्त विश्लेषण के आपने एकत्रित कर लिया है जिसने समय पर आपको गलत मार्ग पर डाल दिया है जिससे आप अपने सर्वश्रेष्ठ गुणों तथा अवसरों का उचित लाभ उठाने से वंचित रह गए हैं।

आपकी आदिम आत्म-चेतना इस प्रकार की नहीं है। यह न तो विचार करती है और न निर्णय लेती है। वह प्रारम्भ से ही अपनी सहज बुद्धि से कार्य करती है। यदि आप बीमार हैं तो वह आपको स्वस्थ बनाने का प्रयत्न करती है। यदि आप भयभीत हैं और आपका हृदय तीव्र गति से धड़क रहा है, तो आपकी आदिम आत्म-चेतना उसकी गति को धीमा कर देती है। जब आप भोजन करते हैं, यह पाचन-क्रिया प्रारम्भ कर देती है। यह सदैव आपकी रक्षा करने की चेष्टा करती है।

परन्तु आत्म-चेतना का कार्य शरीर की रक्षा तक ही सीमित नहीं है, वह आपकी मानसिक शक्ति के आरोपण का भी स्रोत होती है। जब आपको खतरे की आशंका होती है, तो वह उसके कम्पन या आभास आपके ललाट-पालि (Faont-lobe) की पूर्व-संज्ञान (Precognition) शक्ति से प्राप्त कर लेती है (और यदि वह आपके साथ सामंजस्य स्थापित कर सके तो) वह आपको अतीन्द्रिय दृष्टि से उसके सम्बन्ध में आवश्यक चेतावनी भी दे देती है। इस प्रकार यह शारीरिक एवं मानसिक—दोनों ही दृष्टियों से आपकी रक्षा करती है।

परन्तु आप न तो उसका समर्थन करने के लिए तैयार होते हैं, और न उस पर ध्यान देते हैं। या तो आपको उसका संदेश नहीं मिलता, या आप उसे कल्पना की उड़ान कह कर टाल जाते हैं। तात्पर्य यह है कि आप इस बात पर विश्वास नहीं करते कि वह जो कुछ आपके लिए कर रही हैं, वैसा वह कर भी सकती है। आप यह भी नहीं मानते कि वह आपको रोग से छुटकारा दिला सकती है, अथवा वह आपको हवा में उठा सकती है या आप उसकी सहायता से बहुत दूर बैठे हुए दूसरे व्यक्तियों के विचार पढ़ सकते हैं अथवा आप उनके पास मानसिक संदेश भेज सकते हैं, जिन्हें प्राप्त करके वे समझ सकते हैं।

यदि आप इन समस्त चमत्कारपूर्ण मानसिक कार्यों को करने की विधि जान जाएं, और फिर इस विधि पर विश्वास न करें, तो आप इन कार्यों को कदापि नहीं कर सकेंगे। इसका कारण यह है कि सम्पूर्ण मानसिक विज्ञान सुदृढ़ विश्वास पर आधारित होता है। यदि आप किसी बात पर विश्वास करते हैं और उसके लिए आपने स्वयं को पूर्ण रूप से तैयार कर

लिया है तो आप उस कार्य को अवश्य कर लेंगे। यदि आपको अपनी क्षमता पर विश्वास नहीं होगा, तो आप अपने उद्देश्य में कदापि सफल नहीं हो सकेंगे, चाहे उसके लिए आपने कितनी ही तैयारी क्यों न कर ली हो।

इयूक विश्वविद्यालय में किए गए प्रयोगों से यह सिद्ध हो चुका है कि शिक्षित व्यक्ति अपनी मानसिक शक्ति को शीघ्र ही गवां बैठता है और उसे फिर कभी प्राप्त नहीं करता। यदि निरन्तर प्रयत्न करके उसे फिर प्राप्त कर भी लेता है तो भी 'चमत्कार' के विषय में उसके अन्तःकरण में कोई सन्देह अवश्य बना रहता है। यह संदेह ही उसके मन में उस विश्वास को जाग्रत नहीं होने देता जो उसकी आदिम आत्म-चेतना को सक्रिय बना सके। यदि उसका चेतन मन उस अवशेष सन्देह को भूल भी जाता है तो भी उसका अवचेतन मन उसे अपने अन्दर संजोए रखता है।

इसका अर्थ यह नहीं है कि इस दशा से किसी भी स्थिति में छुटकारा नहीं पाया जा सकता। इस सन्देह को पूर्णरूप से निकाल बाहर करने के लिए दीर्घकालीन तथा अनवरत पुनः शिक्षण की आवश्यकता होती है, परन्तु बूढ़े तोते को नया पाठ पढ़ाना बड़ा मुश्किल होता है। जो अशिक्षित व्यक्ति अथवा बच्चा 'चमत्कार' को वास्तविकता के रूप में स्वीकार कर लेता है, उसके चेतन तथा अवचेतन मन मानसिक प्रयत्नों में एक-दूसरे को पूरा सहयोग देते हैं, जिससे वह बड़ी सरलता से 'चमत्कार' कर दिखाता है। इससे स्पष्ट हो जाता है कि अधिकांश व्यक्ति मानसिक चमत्कार के मामले में क्यों असफल होते हैं। 'चमत्कार' करने के लिए केवल प्रयत्न करना ही काफी नहीं होता, जब तक अपने आपमें पूर्ण विश्वास न हो, आदिम आत्म-चेतना की महान् शक्तियों का उपयोग नहीं किया जा सकता।

सम्मोहित अवस्था में आदिम आत्म-चेतना द्वारा किए गए अद्भुत कार्य

जिन अद्भुत कार्यों को हम चेतन अवस्था में नहीं कर सकते, उन्हें हम सम्मोहित अवस्था (Hypnosis) में बड़ी सरलता से कर डालते हैं। इससे

यह सिद्ध होता है कि अद्भुत कार्य करने की क्षमता हमारे अन्दर निहित है; परन्तु वह छिपी हुई है और हमने उसका उपयोग करने का प्रयत्न नहीं किया है। जब हम सम्मोहित अवस्था में होते हैं तो सम्मोहनकर्त्ता (Hypnotist) हमारी इन छिपी हुई शक्तियों को दूढ़ निकालता है और अपनी इच्छानुसार हमें इनका प्रयोग करने के लिए वाध्य कर देता है। सम्मोहित अवस्था में हमारी अपनी कोई इच्छा नहीं होती। परन्तु जब आप अपने मस्तिष्क का प्रयोग करते हैं, तब आप पर कोई सम्मोहन नहीं होता। उस समय आप अपनी इच्छा के स्वामी होते हैं। इसलिए आप यह जानने का प्रयत्न करते हैं कि आप अपनी इन गुप्त शक्तियों का प्रयोग अपने हित में अपनी इच्छानुसार कैसे करें।

यहां हम एक उदाहरण देकर बताना चाहते हैं कि सम्मोहित अवस्था में कुछ चमत्कारपूर्ण कार्य किस प्रकार किये जा सकते हैं।

एक रूसी मनोवैज्ञानिक का दावा है कि वह अपने पात्रों को सम्मोहित करके भारी मात्रा में मदिरा पिला देता था और उन्हें यह निर्देश दे देता था कि उन पर मदिरा का कोई नशा नहीं चढ़ेगा और उन पर न तो सम्मोहित अवस्था में नशे का असर होता था और न उसके बाद।

एक वैज्ञानिक निकल्सन ने अनेक प्रयोग करने के पश्चात् यह निष्कर्ष निकाला है कि सम्मोहन की निद्रा में व्यक्तियों की कार्य करने की क्षमता असीमित हो जाती है।

इसके पश्चात् एक अन्य वैज्ञानिक पी० सी० यंग ने इन प्रयोगों की पुनरावृत्ति की और उन्हें यह जानकर सन्तोष हुआ कि सम्मोहित व्यक्ति की मांस-पेशियों की शक्ति उससे अधिक नहीं होती जितनी कि उसकी जाग्रत अवस्था में होती है। परन्तु यंग द्वारा निकाले गये इस निष्कर्ष का प्रभाव निकल्सन के निष्कर्ष पर नहीं पड़ता, क्योंकि सम्मोहन के प्रभाव प्रत्यक्ष रूप से सम्मोहनकर्त्ता के रवैये पर निर्भर करते हैं। निकल्सन के पात्र जानते थे कि उनका सम्मोहनकर्त्ता उनसे यह आशा करता है कि वे सम्मोहित अवस्था में मांस-पेशियों की बढ़ी हुई शक्ति का प्रदर्शन करें और इसलिए वे ऐसा करते थे। यंग के पात्र जानते थे कि उन्हें ऐसी कोई बढ़ी हुई शक्ति नहीं दिखानी है इसलिए वे इसका प्रदर्शन नहीं करते थे।

शारीरिक रूप से दुर्बल परन्तु श्रेष्ठ पात्रों ने भी अद्भुत साहसिक कार्य कर दिखाये हैं। प्रयोगकर्त्ता के निर्देशानुसार ऐसा पात्र दो कुर्सियों के बीच में तख्ते की तरह लेट जाता है। उसकी एड़ियां एक कुर्सी पर और सिर दूसरी कुर्सी पर होता है। एक भारी भरकम आदमी उसकी छाती पर बैठ जाता है और पात्र उस समय गाना गाता रहता है।

एक चिकित्सक जेन नाम की एक युवती को सम्मोहित करके उसकी सहायता से कठिन रोगों का निदान करता था। उसके परिणाम वास्तव में चौंकाने वाले होते थे। एक बार जेन ने कान के आन्तरिक यंत्र का बड़ी वारीकी से विश्लेषण करके वहरेपन का निदान किया था। एक अन्य अवसर पर उसने बताया कि असाध्य अंधेपन का कारण आंख के पिछले भाग में स्थित एक लाल फोड़ा है जो आंख को ठीक नहीं होने देता। वैसे जेन शरीर रचना के विषय में कुछ भी नहीं जानती थी। इसके अतिरिक्त उसने जिन अंगों का वर्णन किया था उन्हें प्राकृतिक दृष्टि से कभी नहीं देखा जा सकता।

सम्मोहित व्यक्ति न अपनी आंखों से देखता है और न अपने कानों से सुनता है। फिर भी वह एक जाग्रत व्यक्ति की अपेक्षा अधिक स्पष्टता से देखता और सुनता है। परन्तु वह केवल उन्हीं वस्तुओं को देखता और सुनता है, जिनके साथ उसका घनिष्ठ सम्बन्ध स्थापित कर दिया जाता है। जिस वस्तु की ओर उसकी दृष्टि जाती है, उसी को वह देखता है और उसी की ओर उसकी दृष्टि जाती है जिसकी ओर उसका ध्यान आकर्षित किया जाता है। वह उस प्रत्येक बात में अपने-आपको प्रयोगकर्त्ता की इच्छा के आधीन कर देता है जिससे उसे कोई हानि न पहुंचती हो अथवा जो लाभ तथा तर्क के सम्बन्ध में उसकी निजी मान्यताओं के विरुद्ध न हो। वह अपने तथा दूसरे व्यक्तियों के शरीर के आन्तरिक भागों को देखने और समझने की क्षमता रखता है, परन्तु वह साधारणतः उन अंगों की ओर ही संकेत करता है जो रोगग्रस्त होते हैं।

कोई भी बाधा उसकी दृष्टि को नहीं रोक सकती। कभी वह सम्मोहन-कर्त्ता की इच्छानुसार अपनी पीठ के पीछे की वस्तुओं को देखता है और कभी वह अंगुलियों के सिरे से देखता है।

एक बार एक डाक्टर ने अपनी घड़ी अपने हाथ से निकाल कर एक सम्मोहित युवती के सिर के पीछे तीन-चार इंच की दूरी पर रख कर जब समय पूछा तो इधर-उधर के उत्तर देने के पश्चात् उसने बताया, "मैं कोई चमकीली वस्तु देख रही हूँ।" उसने यह भी बताया कि वह कोई कड़ी चीज है। अन्त में उसने बिल्कुल सही समय बता दिया। इसके पश्चात् उसने अनेक बार सुइयां घुमाकर समय बदला और उसने प्रत्येक बार सही समय बढ़ा दिया।

एक बार एक सम्मोहित स्त्री ने बिना प्रश्न किए ही एक पुरुष का स्पर्श करके बता दिया कि उसके सिर में पीड़ा हो रही है और पुरुष ने स्वीकार किया कि वास्तव में उसके सिर में पीड़ा हो रही है। हालांकि प्रारम्भ में उसने झूठ बोलकर उसे बहकाने का असफल प्रयास किया था।

एक अन्य पात्र ने ऐसा पत्र पढ़कर सुना दिया था जो अनेक सीलबन्द लिफाफों के बीच में बन्द था। एक पात्र को एक भयंकर दुर्घटना में अनेक वर्ष पूर्व सिर पर भारी आघात लगा था जिससे वह बिल्कुल अंधा हो गया था, परन्तु सम्मोहनकर्ता के निर्देश पर उसने सम्मोहित अवस्था में काफी दूर तक, बिना किसी सहारे के चल कर दिखा दिया। इतना ही नहीं, वह सैकड़ों मील दूर के ऐसे दृश्यों का सही-सही वर्णन कर सकता था जो उसने अपने जीवन में कभी नहीं देखे थे। वह बहुत दूर स्थित किसी बन्द सन्दूक में जाकर उसके अन्दर की वस्तुओं को देखकर उनका विश्लेषण कर सकता था। वह केवल उनका वर्णन ही नहीं करता था, बल्कि बन्द सन्दूक में पर्याप्त वायु न रहने के कारण जो घुटन होती थी, उसकी भी शिकायत करता था। एक बार सम्मोहनकर्ता ने उसे जल-पोत पर जाने का निर्देश दिया। उसने समुद्र की यात्रा का और उसके अन्दर की सब चीजों का वर्णन करने के साथ-साथ समुद्री बीमारी (Sea-sickness) की भी शिकायत की।

सम्मोहित अवस्था में जो आश्चर्यजनक कार्य किए गए हैं अथवा किए जा सकते हैं उनकी सूची बड़ी विस्तृत है। कुछ अधिकारी विद्वानों का मत है कि यदि सम्मोहनकर्ता सम्मोहित व्यक्ति को विश्वास दिला दे कि वह चाहे कितना ही कठोर परिश्रम करे उसे थकावट कभी नहीं होगी, तो

वास्तव में उसे थकावट नहीं होती। यही कारण है कि वह अनेक उल्लेखनीय चमत्कार दिखाई देता है।

2. सम्मोहित अवस्था में आदिम आत्म-चेतना

सम्मोहित अवस्था में आदिम-आत्म चेतना द्वारा इन्द्रियों के अद्भुत कार्य—

सम्मोहित अवस्था में रहते हुए इन्द्रियां भी असाधारण कार्य करके दिखा सकती हैं।

ऐसा ही एक अद्भुत कार्य किसी भी इन्द्रिय को सम्मोहित अवस्था में संज्ञा-शून्य कर देना है। उन प्रदर्शनों में इसे बड़ी आसानी से देखा जा सकता है जिनमें किसी अंग विशेष की पीड़ा एकदम गायब हो जाती है। तकनीकी भाषा में इसे 'पीड़ाशून्यता' (Analgesia) कहते हैं।

दृष्टि को भी सरलता से प्रभावित किया जा सकता है। सम्मोहनकर्त्ता अपने पात्र को यह निर्देश दे सकता है कि वह अन्धा है, और वह बाहरी रूप से अन्धा प्रतीत होने लगता है। उसकी आंखें खुली होते हुए भी वह सामने रखी मेज, कुर्सी अथवा किसी अन्य वस्तु को नहीं देख सकता और टटोल-टटोल कर चलने का प्रयत्न करता है।

जीभ के स्वाद को भी इसी प्रकार प्रभावित किया जा सकता है। यदि पात्र को फीका पानी देकर कहे कि यह शरबत है, मजे से पी जाओ, तो वह उसी प्रकार स्वाद लेकर पियेगा जैसे शरबत पी जाते हैं। इसी प्रकार बर्फी का टुकड़ा देकर कहा जाए, "इसमें मिर्च ज्यादा है फिर भी इसे खा जाओ" तो वह उसे उसी प्रकार चटखारे लेकर खाएगा जिस प्रकार बहुत मिर्च वाली वस्तु को खाया जाता है। यदि उसे कुनैन की कड़वी गोली देकर कहा जाए कि, "यह बहुत स्वादिष्ट टाफी है", तो उसे खाते समय ऐसा ही आनन्द आयेगा।

इसी प्रकार घ्राणशक्ति को प्रभावित किया जा सकता है। सुप्रसिद्ध हिप्नाटिस्ट डाक्टर कार्पेन्टर ने लिखा है कि एक व्यक्ति का दस्ताना एक सम्मोहित व्यक्ति के हाथ में देकर कहा गया कि इसे इसके वास्तविक स्वामी के हाथ में पहुंचा दे। उसने वह दस्ताना सूंध कर पैसठ आदमियों के समूह में से उसके मालिक को ढूंढ निकाला और उसे दस्ताना दे दिया। इसी प्रकार उसने एक अगूंठी सूंध कर बारह व्यक्तियों के समूह में अगूंठी के मालिक को ढूंढ निकाला।

स्पर्श-इन्द्रिय के विषय में भी यह बात सही पाई गई। सम्मोहित व्यक्ति के अन्दर स्पर्श-इन्द्रिय की अनुभूति को इतना घनिष्ट बनाया जा सकता है कि चेतनावस्था में जो अन्तर दिखाई नहीं देता, वह छोटे-से-छोटा अन्तर सम्मोहित अवस्था में मालूम किया जा सकता है। जिस पीड़ा का चेतन अवस्था में केवल आभास मात्र होता है, वही पीड़ा सम्मोहित दशा में भयानक तथा असह्य प्रतीत हो सकती है।

इसी प्रकार मनुष्य की वाणी भी परिवर्तित की जा सकती है। अमेरिका की एक फैक्टरी में काम करने वाली लड़की को न तो संस्कृत का ज्ञान था और न संगीत का। व्याकरण का भी उसे बहुत सीमित ज्ञान था। परन्तु सम्मोहित अवस्था में उसने सुप्रसिद्ध गायिका जेनी लिण्ड के गायन—शब्दों तथा रूप—की विल्कुल वैसी ही नकल करके दिखा दी। उसने स्वीडन की नाइटिंगेल के गीतों की भी फौरन सही-सही नकल करके बतला दी, हालांकि वे विदेशी भाषाओं में थे। कोई भी यह नहीं कह सकता था कि ये मूल गायिकाओं की आवाजें नहीं हैं। इस पात्र की क्षमताओं की अत्यधिक जांच करने के लिए जेनी लिण्ड ने एक ऐसा लम्बा आशुगीत गाया जिसमें अनेक प्रकार के राग-रागनियों का समावेश किया गया था। जब उसने जेनी के गीत का पूरी तरह से अनुकरण करके दिखा दिया तो सम्पूर्ण दर्शक समूह आश्चर्य से चकित रह गया। किन्तु चेतन अवस्था में यह लड़की ऐसा प्रयास करने की कल्पना भी नहीं कर सकती थी।

सम्मोहित अवस्था में पात्र की स्मृति को किसी विशिष्ट भूतकालीन घटना की ओर पूरी तरह से उन्मुख किया जा सकता है। निद्राचारी (Somnambulist) तो बचपन की भूली हुई घटनाओं को भी स्मरण कर

सकता है। यह सम्मोहन-विश्लेषण (Hypnoanalysis) का आधार है, जो मनोचिकित्सा की एक शाखा है। इससे यह सिद्ध होता है कि वास्तव में मन किसी भी बात को पूर्णतया भूल नहीं जाता।

उपरोक्त उदाहरणों से यह स्पष्ट है कि जो मानसिक शक्ति आपको मनुष्येतर शक्ति प्रदान करती है, वह आपके अन्दर पहले से ही विद्यमान है, परन्तु आपका चेतन व्यक्तित्व आपको उसका प्रयोग करने से रोकता है। इसका कारण या तो आपका भय है या उसकी वास्तविक क्षमताओं के प्रति आपका अविश्वास है।

आप यह तर्क कर सकते हैं कि सम्मोहित व्यक्ति आश्चर्यजनक कार्य केवल इसलिए करता है कि वह नींद में सोया होता है और यह नहीं जानता कि वह क्या कर रहा है। परन्तु यह बात असंदिग्ध रूप से सिद्ध की जा सकती है कि सम्मोहित व्यक्ति नींद में सोया हुआ नहीं होता। वह केवल चेतन मन से बाहर निकल कर अपने अवचेतन मन में प्रवेश कर जाता है। वास्तव में, सम्मोहनोत्तर निर्देशों के पालन के समय में—जब वह सम्मोहन से जाग कर उन निर्देशों का पालन करता है जो उसे सम्मोहित अवस्था में दिए गए थे—वह पूरी तरह से जाग्रत होता है और यह जानता है कि वह क्या कर रहा है।

बिना सम्मोहन के अद्भुत कार्य

यह कहानी सही नहीं है कि ऊपर बताये गए अद्भुत कार्य केवल सम्मोहित अवस्था में ही होते हैं। जाग्रत अवस्था में भी ऐसे कार्य होते हैं। केवल विश्वास के आधार पर भी बहुत से रोग नष्ट हो जाते हैं। ऐसे भी अनेक उदाहरण मिले हैं कि किसी मकान में कोई अर्द्धांग (लकवे) से पीड़ित अपंग व्यक्ति पड़ा है, परन्तु मकान में आग लग जाने पर वह दौड़ कर बाहर निकल गया है।

इतना ही नहीं, अनेक साहसिक कार्य हम अपने दैनिक-जीवन में होते देखते हैं। एक मनोवैज्ञानिक प्रयोग में बहुत-सी लड़कियों ने भाग लिया। यह घोषणा की गई कि सर्वश्रेष्ठ सिद्ध होने वाली लड़की को पचास रुपये का पुरस्कार दिया जाएगा। दो दिन पश्चात् जब एक

लड़की की बारी आई तो वह आंखें मूंद कर बुदबुदाई—“मैं चाहती हूँ कि यह पुरस्कार मुझे ही मिले।” और वास्तव में उसे वह पुरस्कार प्राप्त हुआ। परन्तु उसके पश्चात् जो परीक्षाएं हुईं, उनमें उसके अंक बहुत कम आए।

इससे यह निष्कर्ष निकलता है कि किसी परियोजना में यदि तीव्र रुचि ली जाए तो उसे अवश्य सफलता प्राप्त होती है और अवसर आने पर वह एकदम दूसरा व्यक्ति बन जाता है। प्रत्येक व्यक्ति का मनोवैज्ञानिक व्यवहार भी उसकी सफलता प्राप्त करने की क्षमता पर महत्त्वपूर्ण प्रभाव डालता है। विकसित व्यक्तित्व वाले भली-भांति समंजित व्यक्ति अविकसित व्यक्तित्व वाले असमंजित व्यक्तियों की अपेक्षा मानसिक क्षमताओं की परीक्षाओं में अधिक सफलता प्राप्त कर लेते हैं। इसका तात्पर्य यह है कि आप अपने व्यक्तित्व का जितना अच्छा समंजन (Adjustment) करते हैं, उतना ही अच्छा तथा तेजी से आप अपनी मानसिक क्षमताओं का प्रसार करते हैं।

इससे पूर्व आप महामानव क्यों नहीं हुए ?

आप अपने चेतन मन में अपने दैनिक जीवन की समस्याओं के सम्बन्ध में जो आवश्यक सतर्कता संजोकर रखते हैं, वह आपकी आदिम आत्म-चेतना को घेर कर उसकी निर्भयता को सीमित कर लेती है। यदि आप असम्भव प्रतीत होने वाले कार्य करना चाहते हैं तो यह भावना आपको असाधारण रूप से तथा अचानक ही रोक लेती है। आप ऐसे पुरुष बन जाते हैं जो ऊंचाइयों को देखकर भयभीत हो जाते हैं, जबकि सर्कस में काम करने वाला कलाकार निर्भय होकर ऊंचे-ऊंचे झूलों पर झूल जाता है। गहराई को देख कर आप इतने भयभीत हो जाते हैं कि पहाड़ों की निकली हुई चट्टान के किनारे पर सीधे नहीं चल सकते जबकि सर्कस का कलाकार नीचे जाल बिछाए बिना ऊपर वायु में अद्भुत करतव दिखा सकता है। फिर भी आप दोनों की एक समान विकसित मांस-पेशियां हो सकती हैं। दोनों में केवल इतना अन्तर है कि उसे ऊंचाई या गहराई से कोई भय नहीं लगता, और वह अपनी आदिम अप्रभावित आत्म-चेतना के

करतव दिखा देता है, जबकि आप अपनी संदेहों तथा शंकाओं से जकड़ी हुई आदिम आत्म-चेतना के कारण हवा में अपनी मांस-पेशियों से कुछ नहीं कर सकते ।

इससे अच्छा उदाहरण सर्कस के एक ऐसे नीसिखिए खिलाड़ी का दिया जा सकता है जो उस समय तो हवा में बड़े अच्छे करतव दिखा सकता है जब नीचे जाल बिछा हो; परन्तु बिना जाल के उसके हाथ-पैर फूल जाते हैं और वह कोई करतव नहीं दिखा पाता । नशे में ध्रुत व्यक्ति किसी भी सिंह से भिड़ सकता है और उसका थोड़ा बहुत मुकाबला भी कर सकता है, परन्तु ऐसे मामलों में साधारण व्यक्ति की हृदय गति रुक सकती है । नशे की दशा में मनुष्य का चेतन-मन सतर्क नहीं रहता है और न कुछ सोच-विचार ही कर सकता है अतः उसका भय भी समाप्त हो जाता है । वह अपने कार्य की वास्तविक स्थिति तथा परिणाम को नहीं समझ सकता और इसलिए भय-भीत भी नहीं होता । परन्तु साधारण दशा में मनुष्य अपनी स्पष्ट कल्पना शक्ति से वस्तुस्थिति को साफ-साफ ही नहीं समझ लेता, बल्कि उसे खूब बढ़ा-चढ़ाकर देखता है, और इस प्रकार वह निःसहाय हो जाता है । उसका चेतन मन भयभीत होकर सहम जाता है । यदि सिंह उसके ऊपर आक्रमण करने के स्थान पर उसकी पत्नी अथवा बच्चे पर आक्रमण कर दे तो वह पुनः आदिम व्यक्ति बन जाता है और अमानवीय साहस से सिंह पर धावा बोल देता है । ऐसी परिस्थिति में वह सम्पूर्ण सतर्कता तथा भले-बुरे का परित्याग करके अपने प्रियजनों की रक्षा के लिए अपनी जान पर खेल जाता है । वह स्वतः एक वीर पुरुष बनकर निहत्था ही गरजते हुए सिंह पर झपट पड़ता है और इस प्रकार एक अद्भुत साहस का कार्य कर बैठता है ।

आदिम आत्म-चेतना को पुनः प्राप्त करने की आवश्यकता

जब तक आप अपने चेतन मन के स्वामी न बन जाएं, तब तक आप उसको सब प्रकार के भय से मुक्त नहीं कर सकते । इसमें सन्देह नहीं कि आपकी दैनिक आत्मरक्षा के लिए ये भय आवश्यक हैं । परेशानी तब पैदा

होती है जब आप इन डरों को इतना बढ़ा-चढ़ाकर देखते हैं कि उनके सामने आते ही आप बिल्कुल निःसहाय कायर बन जाते हैं।

आपके अवचेतन मन में आपका ज्ञान तथा अनुभव ही संचित नहीं है, बल्कि उसमें उस सम्पत्ति का भी भण्डार भरा है जो आपने वर्षों तक चेतन मन के माध्यम से अपनी विभिन्न इन्द्रियों द्वारा अर्जित किया है। सम्पूर्ण ज्ञान तथा अनुभव जो आपके अधिकार में है, आपके अपरिपक्व मन के द्वारा अर्जित किया गया है। इसका परिणाम यह हुआ है कि बहुत से निराधार भय आपके अवचेतन मन में गहराई से बैठ गए हैं जो आपको ऐसी परिस्थितियों में भी भयभीत बना देते हैं, जिनका आप अन्यथा सफलतापूर्वक सामना कर सकते थे और उन पर विजय प्राप्त कर सकते थे।

हीनभावना इसका एक अच्छा उदाहरण है। अनेक बार आप ऐसे व्यक्ति से स्वयं को हीन समझने लगते हैं, जिससे आप वास्तव में श्रेष्ठ होते हैं या कम-से-कम उसके समान होते हैं, और ऐसा तब होता है जबकि इसका कोई स्पष्ट कारण नहीं होता। इसका कारण यह है कि आपके अवचेतन मन में ऐसे ही किसी व्यक्ति की स्मृति अटकी रहती है जो भूतकाल में कभी आपके सम्पर्क में आया था और उस समय किसी कारणवश आप स्वयं को उससे हीन समझने लगे थे। जब कभी आप उसके जैसे किसी भी व्यक्ति से मिलते हैं, तो यह हीन भावना आपके अवचेतन मन में लौट आती है तथा आपको सहमा देती है। सम्मोहन विद्या तथा मनोविश्लेषण ही एकमात्र ऐसे साधन हैं जो आपके अवचेतन मन में बैठी हुई इस बुराई को निकाल कर बाहर कर सकते हैं।

परन्तु चूंकि आप अपना सम्पूर्ण जीवन सम्मोहित होकर अथवा मनोविश्लेषण करा कर ही नहीं बिता सकते, इसलिए आपको—यदि समस्त नहीं तो—अधिकांश कार्य स्वयं ही करना होगा। आपको अपने अवचेतन मन में बैठी हुई इस हीन भावना को निकाल बाहर करना होगा। भय की उन निराधार भावनाओं को भी जड़मूल से समाप्त करना होगा जो आपके अन्दर विद्यमान प्रतिभा तथा ज्ञान का पूर्ण रूप से उपयोग नहीं करने देतीं। आपका चेतन मन अब भी आपको मूर्खता-

पूर्ण कार्य करने से रोक सकता है, परन्तु साहसपूर्ण तथा उल्लेखनीय कार्यों को करने से नहीं रोक सकता। चाहे आप में कितना ही ज्ञान, अनुभव, सूझ-बूझ या कार्यक्षमता हो, परन्तु आप तब तक उनका उपयोग नहीं कर सकते जब तक कि भय की भावना आपके सामने बाधा बनकर खड़ी रहेगी। हकलाकर बोलने वाले व्यक्ति को चाहे संसार के सम्पूर्ण विषय की जानकारी हो, उसे शब्दकोष में दिए गए सभी शब्दों के अर्थ मालूम हों, और चाहे उसे देवताओं जैसी मधुर वाणी प्राप्त हो, परन्तु यदि वह बुरी तरह हकलाए बिना बात नहीं कर सकता तो उसकी सम्पूर्ण जानकारी, ज्ञान तथा अद्वितीय मधुर वाणी व्यर्थ सिद्ध होगी क्योंकि कोई भी श्रोता उसका एक भी शब्द नहीं समझ सकेगा। यदि उसके हकलाने की आदत छूट जाए तो वह संसार को हिलाकर रख सकता है।

यही बात आपके विषय में कही जा सकती है। आप अपने ज्ञान तथा प्रतिभा के बल पर अद्भुत मानसिक कार्य करके दिखा सकते हैं यदि आप उन मनोवैज्ञानिक बन्धनों से स्वयं को मुक्त कर लें जिन्होंने आपकी आदिम आत्म-चेतना को बन्दी बना रखा है।

3. अपनी आदिम आत्म-चेतना पर फिर से नियंत्रण कैसे प्राप्त करें ?

अब आप का लक्ष्य यह होना चाहिए कि आप अपनी आदिम आत्म-चेतना की शक्ति को उतना ही पूर्ण रूप से विकसित कर लें जितनी कि वह सम्मोहित अवस्था में होती है या महान् उत्तेजना के समय होती है। चूंकि जो कुछ मन या शरीर सम्मोहित दशा में कर सकता है, वह प्रत्येक अवस्था में करने की क्षमता रखता है। जब आप यह क्षमता प्राप्त कर लेंगे तो आपके लिए कुछ भी असंभव नहीं रहेगा। यदि आप इसमें आंशिक सफलता ही प्राप्त कर लें तो भी आप उससे कहीं अधिक श्रेष्ठ व्यक्ति बन जायेंगे जितने कि इस समय हैं।

अब प्रश्न यह है कि अपनी आदिम आत्म-चेतना पर नियंत्रण कैसे प्राप्त करें ?

1. पहले यह जान लीजिए कि आपके शरीर में आदिम आत्म-चेतना है क्या ?

2. उसके पास तक पहुंचने का अभ्यास कीजिए। यह एक कठिन कार्य है। यह एक ऐसा कार्य है जो आपने कभी भी जानबूझ कर नहीं किया है। आपने अब तक आदिम आत्म-चेतना के प्रयत्नों को सदैव इसी प्रकार स्वीकार किया है जिस प्रकार आप अपनी प्राकृतिक श्वास-प्रश्वास की क्रिया को—जिसे तकनीकी भाषा में श्वसन-प्रक्रिया कहते हैं—स्वीकार करते हैं। अचानक अपनी आदिम आत्म-चेतना तक पहुंचकर उसे नियंत्रित करने का प्रयत्न लगभग इतना ही कठिन है जितना कि बिना हाथ लगाये पहली बार अपने कानों को हिलाने का प्रयत्न करना। किन्तु यदि आप महीनों तक अभ्यास करें तो बिना हाथ लगाये कानों को हिलाने में सफल हो सकते हैं। इसी प्रकार आप अपनी आदिम आत्म-चेतना को अपने नियंत्रण में लेकर उसकी सहायता से बड़े-बड़े चमत्कारपूर्ण कार्य कर सकते हैं।

परन्तु यह साधारण कार्य नहीं है। प्रारंभ में आपको ऐसा प्रतीत होगा कि आप अपना समय नष्ट कर रहे हैं। परन्तु कुछ सप्ताह अथवा कुछ मास तक निरन्तर प्रयत्न करते रहने से आप एक दिन स्वतः ही छोटा-सा महत्त्वपूर्ण कार्य अपनी इस आत्मशक्ति से कर डालेंगे। इसके पश्चात् एक के बाद एक नये-नये कार्य करने लगेंगे। यदि आप अपने अभ्यास को जारी रखेंगे तो शीघ्र ही अधिक उलझे हुए कार्य सरलता से करने लगेंगे और अपनी आदिम आत्म-चेतना पर आश्चर्यजनक नियंत्रण प्राप्त कर लेंगे। इस समय आपको इस चेतना पर पूर्ण अधिकार तो प्राप्त नहीं होगा। इसके लिए काफी लम्बा समय चाहिए। परन्तु आपके अन्दर एक महान् परिवर्तन अवश्य आ जायेगा और आप आज की अपेक्षा स्वयं को काफी बदला हुआ और श्रेष्ठ व्यक्ति पाएंगे।

3. कल्पना कीजिए कि आपकी आदिम आत्म-चेतना उन आदेशों का पूरी तरह से पालन करती है जो आप उसे देते हैं। इस प्रकार की कल्पना से उसे सहायता मिलती है। जितना ही अधिक सही रूप में और विश्वास के साथ आप आदिम आत्म-चेतना के कार्यरत होने की कल्पना

करते हैं उतनी ही पूर्णता से आप चमत्कारपूर्ण कार्यों के सम्बन्ध में अपने मन में बचे हुए संदेहों को नष्ट करते हैं। आप उससे जो भी काम लेना चाहते हैं, उसका पूर्ण एवं स्पष्ट चित्र अपने मस्तिष्क में बना लीजिए। यह चित्र जितना अधिक स्पष्ट होगा उतना ही सरलता से वह आपके आदेशों का पालन करेगी। यह निर्विवाद है कि जितने स्पष्ट रूप में आप विचार करते हैं, उतने ही स्पष्ट रूप से आप उसे आदेश नहीं दे सकते। परन्तु जब आप अपने मस्तिष्क में वह चित्र बना लेते हैं जिसमें आपकी आदिम आत्म-चेतना उस कार्य को करती हुई अंकित होती है, तो वह चेतना बिना किसी संकोच अथवा उलझन के उस कार्य को करने में प्रवृत्त हो जाती है। आपकी आत्म-चेतना अपने 'चमत्कार' धीरे-धीरे नहीं दिखाती। जब उसे कोई चमत्कार दिखाना होता है तो वह फौरन दिखाती है, अन्यथा वह विल्कुल नहीं दिखाती। आप अपनी आदिम आत्म-चेतना से जो अपेक्षा करते हैं, उसकी सही-सही कल्पना कर लेने से ही वह आपके नियंत्रण में आ जाती है।

आपकी आदिम आत्म-चेतना का स्वरूप

आपकी आदिम आत्म-चेतना का निर्माण आपके प्रमस्तिष्क गोलार्द्ध (Cerebral hemisphere) के नीचे के भाग के चारों ओर स्थित प्रारम्भिक जाति विकासीय (Phylogenetic) गैंग्लियोनिक (Ganglionic) केन्द्रों तथा सौर-चक्र (Solar plexus) से मिलकर हुआ है। आपके प्रमस्तिष्क गोलार्द्ध ने अपेक्षाकृत आधुनिक युग में ही कार्य करना आरम्भ किया है। पर्याप्त विकसित स्तनधारियों में भी उमने अभी भली-भांति कार्य आरम्भ नहीं किया है, स्तनधारियों से नीची श्रेणियों के प्राणियों की तो बात ही क्या है। आपकी आदिम आत्म-चेतना कुछ परिवेशीय परिस्थितियों के कारण होने वाली तात्कालिक प्रतिक्रियाओं पर स्वतः नियंत्रण रखती है; चेतना की मध्यस्थता की प्रतीक्षा नहीं करती। उसकी निजी प्रतिक्रियाओं में उद्देश्यपूर्ण दूरदर्शिता का आभास मिलता है। इसका बहुत बड़ा जीव-विज्ञानीय महत्त्व है, क्योंकि उसके इस कार्य से आपके प्रमस्तिष्कीय कार्टेक्स (Cortex) को इतना समय तथा शक्ति

मिल जाती है कि आपका चेतन मन उस स्थिति का विश्लेषण करके उचित कार्य कर सके। परिवेशीय परिवर्तन को यह आपका सहज स्वाभाविक उत्तर है।

इन आदिम गैंग्लियोनिक केन्द्रों में हमारे मस्तिष्क की तली में स्थित कई रचनाएं थैलेमस, हाइपोथैलेमस और मस्तिष्क का तना (Brainstem) आदि सम्मिलित हैं। वास्तव में ये अंग ही मानव का आदिम मस्तिष्क हैं और आदिम चेतना अथवा 'सहज मन' का ये ही केन्द्र हैं। इन्हीं अंगों में से हमारे समस्त शरीर में एक विशेष प्रकार की अर्थात् स्वाधीन तन्त्रिकाएं (Autonomous nerves) जाती हैं जो वातावरण की आवश्यकता के अनुसार हमारी शारीरिक क्रियाओं का परिचालन करती रहती हैं। इन्हीं स्वाधीन तन्त्रिकाओं का एक बड़ा संगम स्थल हमारे पेट में होता है जिसे 'सौरचक्र' (Solar plexus) कहते हैं।

आदिम आत्म-चेतना क्या है, इसका कुछ आभास पाठकों को ऊपर मिल चुका है। अब हम यह बतायेंगे कि आप अपनी आदिम आत्म-चेतना पर नियंत्रण कैसे कर सकते हैं।

4. आदिम आत्म-चेतना पर नियंत्रण करने के उपाय, अपने सौरचक्र को कैसे जाग्रत करें ?

सौरचक्र अपने कार्य में बहुत अधिक व्यस्त रहता है। उसकी स्थिति उस विद्यार्थी अथवा आविष्कारक के समान है जो अपने कार्य में इतना डूबा रहता है कि उसे दीन-दुनिया की कोई सुधि नहीं रहती। आप स्वयं भी जब कोई मनोरंजक उपन्यास पढ़ते हैं या शतरंज आदि का खेल खेलते हैं तो उस समय आप उसमें पूरी तरह से खो जाते हैं। अपना सारा ध्यान उसी में केन्द्रित कर देते हैं।

आपके सौरचक्र का 'सहज मन' अपने कार्य में इतना डूबा होता है कि उसे अपने कार्य के अतिरिक्त और किसी बात का ज्ञान नहीं रहता। वह कभी विश्राम नहीं करता। यदि वह काम छोड़कर विश्राम करने लगे तो उसी समय मनुष्य मर जाता है। आपके जीवित रहते वह केवल उसी समय हो सकता है जब आप निश्चित आदेश देकर पूर्ण चेतनता के साथ उसे यह कह कर सुला दें कि तुम्हें अमुक समय पर जाग जाना है। इसी रीति से समाधि लगाई जाती है।

अपने सौरचक्र को जगाने के लिए आपको वही तरीका अपनाना होगा जो आप ऐसे व्यक्ति को सचेत करने के लिए अपनाते हैं, जो अपने काम में ऐसा खोया हुआ है कि उसे आपकी स्थिति का भी ज्ञान नहीं है। ऐसे व्यक्तियों को सचेत करने के लिए पहले आप धीरे-से किन्तु लगातार उस समय तक उसका कन्धा थपथपाते हैं जब तक उसका ध्यान आपकी ओर आकर्षित नहीं हो जाता। जब उसका ध्यान उसके काम से हट कर आपकी ओर आ जाता है, तब आप उससे बात करते हैं। अपने सौर चक्र को जाग्रत करने के लिए उसी पद्धति को काम में लीजिए।

(1) अपने कमरे में अकेले बैठ कर आंखें बन्द कर लीजिए फिर सामान्य रूप से सांस लीजिए। जब आपकी सांस एक लय से चलने लगे तो अन्दर गई सांस को थोड़ी देर रोके रहिये। केवल इतनी देर कि श्वास प्रक्रिया की लय भंग हो जाए।

(2) जब आप श्वास अन्दर रोके हुए हों तो अपने पेट की मांस-पेशियों को पेट के गड्ढे की ओर सिकोड़िये।

अब सांस छोड़िये, परन्तु मांस-पेशियों को खिंचा रहने दीजिए।

फिर सांस अन्दर लीजिए, किन्तु पेट की मांस-पेशियां वैसी ही खिंची रहें।

ऐसा तीन बार कीजिए।

अब कुछ मिनट तक आराम करने के लिए सामान्य रीति से सांस लीजिए।

इस प्रकार जब गड्ढे की ओर मांस-पेशियां खिंची रहती हैं तब ऐसा प्रतीत होता है कि सौरचक्र के माध्यम से आदिम आत्म-चेतना जाग्रत हो

रही है। प्रारम्भ में यह अभ्यास बहुत अधिक समय तक मत कीजिए अन्यथा आप थक जाएंगे।

(3) जब आप उपरोक्त अभ्यास कर रहे हों तब अपनी आदिम आत्म-चेतना को जाग्रत होने का आदेश दें। ऐसा करते समय अपने आदेश को अपने पेट के गड्ढे पर केन्द्रित करें। जब मांस-पेशियां खिंची हुई हों तो कहिए, “आदिम आत्म-चेतना जागो मेरी बात सुनो।”

(4) आपका अन्तिम चरण यह होगा कि आप अपनी आदिम आत्म-चेतना का सम्बन्ध सीधे चेतन मन से जोड़ दें, ताकि आप उसे चेतना रूप से नियन्त्रण में ला सकें। इस उद्देश्यको प्राप्त के लिए उसे स्पष्ट रूप से सम्बोधित करें जैसे आप अपने किसी मित्र या भागीदार को अपने अन्दर विश्वास करने के लिए प्रेरित करते हैं। उसे मैत्रीपूर्वक कहिए, “आओ, हम एक-दूसरे के साथ सहयोग करें। हम और तुम दोनों मिल कर इस संसार को स्वस्थ कर सकते हैं। हम अद्भुत चमत्कार दिखा सकते हैं। तुम वह काम कर सकते हो जो मैं नहीं कर सकता और मैं वह काम कर सकता हूँ जो तुम नहीं कर सकते। यदि तुम मेरी इच्छानुसार कार्य करोगे तो हम दोनों मिल कर संसार को चकित कर देने वाले कार्य कर सकते हैं। मैं अन्य व्यक्तियों के सीधे सम्पर्क में आता हूँ और तुम सीधे मानसिक जगत के सम्पर्क में आते हो। जो कुछ मैं भौतिक जगत से प्राप्त करता हूँ, वह मैं तुम्हें दे दूँ; और जो कुछ मानसिक जगत से तुम प्राप्त करते हो, वह मुझे दे दो तो हम दोनों मिल कर एक अद्भुत शक्ति के स्वामी बन जाएंगे। हम प्रत्येक बात का ज्ञान प्राप्त कर सकते हैं, प्रत्येक कार्य कर सकते हैं। एक-दूसरे के सहयोग के बिना हम साधारण प्राणी हैं। जो कुछ महत्त्वपूर्ण कार्य हम करना चाहते हैं, वह सम्पन्न नहीं हो सकेगा। यदि तुम मेरी सहायता करना भी चाहोगे तो भी नहीं कर सकोगे क्योंकि जो कुछ तुम मानसिक जगत से प्राप्त करके मुझे बताना चाहोगे, उसे मैं सुन नहीं सकूँगा। परन्तु अब हम मिल कर कार्य करेंगे तो मैं तत्काल तुम से सम्पर्क स्थापित कर लूँगा और जो मैं करना चाहूँगा, तुम्हारी सहायता से कर लूँगा। जो भी चौंकने वाले ज्ञान और भावनाएं तुम्हें प्राप्त होंगी उसकी सूचना तुम मुझे फौरन दे दोगे ताकि मैं उनका समय पर उपयोग कर सकूँ। ये ज्ञान और भावनाएं ऐसी हैं जिन्हें

में अपनी भौतिक क्षमता से नहीं जान सकता। तुम दूसरों के मन में प्रवेश कर सकते हो, भविष्य की घटनाओं को जान सकते हो, और ऐसे ही बहुत से दूसरे कार्य कर सकते हो। इसलिए आओ, हम दोनों एक साथ मिलकर कार्य करें और एक-दूसरे से भली-भांति परिचित हो जाएं। इस प्रकार हमें इस विषय में पूर्णता प्राप्त करनी चाहिए।”

आदिम आत्म-चेतना के विकास के लिए अभ्यास

अभ्यास 1—अपने कमरे में शान्तिपूर्वक बैठ जाइये। अपने आस-पास के वातावरण को भुलाने के लिए अपनी आंखें बन्द कर लीजिए। सीधी कुर्सी पर बैठिए यदि आप आराम कुर्सी पर पीछे की ओर झुक कर बैठेंगे तो सरलता से सांस लेने में आपको कठिनाई होगी। इस प्रकार बैठने से आपके ऊपर के धड़ का भाग आपके निचले मेरुदण्ड पर पड़ता है इससे आपके निम्नतर भागों का रक्त संचार कट कर उनकी तन्त्रिकाओं को सुपुप्त कर देता है। इससे आपकी पसलियां आपके शरीर में सिकुड़ जाती हैं। इससे आपके अभ्यन्तर अंग (Viscera) भी संकुचित हो जाते हैं।

अब इस प्रकार सीधे बैठ जाइये कि आपको कोई परेशानी न हो। फिर आंखें बन्द करके समस्त सांसारिक बातों को भूल जाइये और कल्पना कीजिए मानो आप अपने शरीर की बड़ी अन्धेरी गुफा में निवास कर रहे हैं। बाहर की सब प्रकार की आवाजों से बचने के लिए यदि आवश्यक हो तो, कानों में रुई ठूंस लें। इस स्थिति को प्राप्त करने के लिए ही साधक पर्वतों पर जाते हैं।

अब आपके अन्दर जो ध्वनि उठ रही है, केवल उसे सुनने का प्रयत्न कीजिये। यदि आप सांस के रोग से पीड़ित नहीं होंगे तो इस समय आपको सम्भवतः केवल अपने हृदय की धड़कन सुनाई देगी। इस अन्धेरी गुफा में अपने अदृश्य व्यक्तित्व के रूप में आदिम आत्म-चेतना की कल्पना कीजिए जो आपके द्वारा उससे कही जाने वाली प्रत्येक बात को सुन सकती है। यह भी कल्पना कीजिए की वह इतनी तटस्थ है कि उसे आपकी उपस्थिति का भी ज्ञान नहीं है। उसे किसी भी नाम से पुकारिए, परन्तु वह नाम ऐसा हो

जो स्वतः आपके मन में उभर कर आया हो और जिसे आप आमानी से याद रख सकें ।

वास्तव में उसे किसी नाम की आवश्यकता नहीं है । जैसा कि आप साधारणतया अपने आपसे बात करते समय करते हैं (उस समय वह एक प्रकार से आपका दूसरा व्यक्तित्व हो जाता है) उसी प्रकार आप उसे दूसरा व्यक्ति समझ लीजिए साथ ही उसे अपना ही प्रतिरूप भी समझिये । एक प्रकार से वह दोनों के मध्य का व्यक्तित्व बन जाता है । ऐसा समझ लीजिए कि वह आपके हित में स्वयं को आपका दास बनने के लिए प्रस्तुत है और वह आपके लिए जो कुछ भी कर सकता है, करने को तैयार ।

कल्पना कीजिए कि आपके सिर में दर्द हो रहा है और आप चाहते हैं कि वह उसे ठीक कर दे । उससे कहिये, “मेरे सिर में पीड़ा हो रही है, उस पीड़ा को दूर कर दो—कर दो—कर दोगी न ?”

अपनी आदिम आत्म-चेतना से स्वाभाविक भाषा में बात कीजिए । आध्यात्मिक विज्ञान में शपथ खाना उचित नहीं समझा जाता परन्तु यदि आपको स्वगत वार्तालाप में शपथ खाने की आदत हो तो आप आदिम आत्म-चेतना से वार्तालाप करते समय शपथ का प्रयोग कर सकते हैं । उसके साथ कोई दिखावा या बनावट मत कीजिए । यदि आप ऐसा करेंगे तो आपके सारे प्रयत्न विफल हो जाएंगे क्योंकि आप उसके साथ घनिष्टता स्थापित नहीं कर सकेंगे । उसके साथ आप जितना सहज स्वाभाविक व्यवहार करेंगे उतनी ही अधिक सफलता मिलेगी । अपने मन में किसी प्रकार का खिंचाव या ऐंठ मत रखिए और न उसके साथ किसी अपरिचित व्यक्ति जैसा व्यवहार ही कीजिए । इसका अर्थ यह भी नहीं है कि आप उसे विल्कुल स्वयं के ही रूप में देखने लगें । उसे अपने और उसके सम्मिलित रूप में देखिए । तभी आप अपने अहं तथा सतर्कता का परित्याग करके उसके साथ अपनत्व स्थापित कर सकेंगे ।

जब आप इस स्थिति को प्राप्त कर लेंगे तो आप उसके साथ मिल कर चमत्कार दिखाने के मार्ग पर चल पड़ेंगे ।

आदिम आत्म-चेतना से घनिष्टता स्थापित करने के मार्ग में बाधाएं

यदि आप जल्दवाजी करेंगे तो अपनी आदिम आत्म-चेतना के साथ पूर्ण घनिष्टता स्थापित नहीं कर सकेंगे। आपके अन्तस्तल में अब भी यह संदेश अटका रहता है कि आप आदिम आत्म-चेतना के साथ मिल कर शायद चमत्कार न दिखा सकें। यह सन्देश ही आप दोनों में घनिष्टता नहीं होने देता। 'उसे' तो इस बात का विश्वास है कि वह आपके कथानुसार कार्य कर सकती है, परन्तु आपको इस बात पर विश्वास नहीं है। जब तक आप पूर्ण निष्ठा के साथ यह विश्वास न करने लगे कि आप उसकी सहायता से जो कुछ भी चाहें कर सकते हैं तब तक आप दोनों के बीच में पूर्ण घनिष्टता होना असम्भव है। केवल उसे आदेश देकर परिणाम की प्रतीक्षा करने से कुछ नहीं होगा, क्योंकि अवचेतन रूप से आप उसे काम करने की स्वतन्त्रता नहीं देते। आपके मन में बैठे सन्देह का चोर यह मानता है कि वह आपके आदेश का पालन नहीं कर सकती। आप अपने मन में सन्देह रख कर केवल मौखिक रूप से यह कह कर कि मैं 'चमत्कार' में विश्वास करता हूं अपने आपको धोखा नहीं दे सकते। आपकी आदिम आत्म-चेतना उस समय तक आपके अवचेतन अथवा चेतन मन के अन्तर्निहित प्रभाव में रहती है जब तक आप उसकी असीमित क्षमताओं के विषय में सन्देहों को जड़-मूल से मिटा कर आदिम आत्म-चेतना को दोनों (अवचेतन तथा चेतन मन) के प्रभावों से मुक्त नहीं कर देते। इस प्रकार सन्देहों के प्रभाव से मुक्त हो जाने पर उसे आपके आदेशों का अक्षरशः पालन करने से कोई नहीं रोक सकता। जैसा कि हम पहले बता चुके हैं, आपके अन्दर चमत्कार दिखाने की क्षमता विद्यमान है। सम्मोहित अवस्था में आप वह दिखाते भी हैं। इसका कारण यह है कि उस समय आपके मन में आपकी क्षमता के प्रति तनिक भी सन्देह नहीं होता। यह सन्देह तभी होता है जबकि सम्मोहन-कर्त्ता आपके मन में जानबूझ कर पैदा कर दे। उदाहरण के लिए सम्मोहन-कर्त्ता भूमि पर एक लकीर खींच कर आपसे सम्मोहित अवस्था में यह कह दे कि आप इस रेखा को पार नहीं कर सकते, तो आप उसे कदापि पार

नहीं कर सकेंगे। वहां तक चल कर जायेंगे। फिर टिटक कर रुक जाएंगे। उसे पार करने का साहस नहीं कर सकेंगे।

जो कुछ आप सम्मोहित अवस्था में कर सकते हैं, उसको आप जाग्रत अवस्था में भी और अपनी ही इच्छा से कर सकें यही आपका लक्ष्य है। इस विषय में आप जितना तर्क-वितर्क करेंगे उतना ही आपको अपने ऊपर अविश्वास होता जाएगा। इसलिए पूर्ण निष्ठा से अपनी आदिम आत्म-चेतना के साथ सम्पर्क स्थापित कीजिए। इसके लिए निरन्तर नियमपूर्वक अभ्यास कीजिए। जैसे-जैसे आपका विश्वास दृढ़ होता जाएगा, आपको अधिकाधिक सफलता मिलती जाएगी। सफलता के साथ-साथ आपका आत्म-विश्वास भी बढ़ेगा और ज्यों-ज्यों आत्म-विश्वास बढ़ता जाएगा, आपकी आदिम आत्म-चेतना पर आपका नियन्त्रण बढ़ता जाएगा। इस पर जितना अधिक नियन्त्रण आप स्थापित कर लेंगे, उतने ही बड़े तथा आश्चर्यजनक चमत्कार आप दिखाने में समर्थ हो सकेंगे। न नियन्त्रण क्षमता की कोई सीमा है और न चमत्कारों की।

5. महान चमत्कारों की ओर ले जाने वाले अभ्यास

अभ्यास 2—इससे पहले दिए गए अभ्यास संख्या 1 को वार-वार दुहराइए। अपनी आदिम आत्म-चेतना को आदेश दीजिए कि वह आपके लिए कोई भौतिक चमत्कार करे। उदाहरण के लिए, वह आपको कुर्सी से ऊपर उठा दे, अथवा दीवार के उस पार की या आपके सिर के पीछे की कोई वस्तु आपको दिखा दे। अपने विचारों में 'चमत्कार' शब्द का प्रयोग मत कीजिए क्योंकि इससे 'असम्भव' का संकेत मिलता है। इससे आपके अवचेतन मन में फिर सन्देह का अंकुर उभरने लगता है। इसलिए केवल सीधे-साधे शब्दों का प्रयोग ही करना चाहिए। स्पष्ट है कि प्रारम्भ में आप अपने इन आदेशों का पालन होते हुए नहीं देखेंगे क्योंकि अब भी आपका अवचेतन मन सन्देह से पूरी तरह मुक्त नहीं है। फिर भी आप इस बात से

अब तक सहमत हो चुके हैं कि आपकी आदिम आत्म-चेतना यह कार्य कर सकती है, क्योंकि आप सम्मोहित व्यक्तियों को ऐसा करते हुए देख चुके हैं अथवा सम्मोहित अवस्था में आप स्वयं ऐसा कर चुके हैं। ऐसी दशा में आप अपनी आत्म-चेतना से कोई असम्भव कार्य करने के लिए नहीं कह रहे हैं। अतएव आप उसे ऐसा करने के लिए कहिए और स्वयं दीवार के पार अथवा अपने सिर के पीछे वस्तुओं को देखने का प्रयत्न कीजिए। ऐसा अपनी आंखें बन्द करके कीजिए। जब आपकी आंखें बन्द होती हैं, तब आप अपने ध्यान को अधिक एकाग्र तथा केन्द्रित कर सकते हैं।

यह ठीक है कि अभी वह स्थिति नहीं आई है जबकि आप दीवार के पार की या अपने सिर के पीछे की वस्तु को देख सकें। फिर भी इस प्रयत्न को निरन्तर जारी रखिए। यह प्रयत्न आपको 'हां' के मार्ग पर ले जा रहा है। इसी अभ्यास को करते हुए आप अपनी आदिम आत्म-चेतना पर पूर्ण नियन्त्रण प्राप्त कर सकेंगे। इन सबल प्रयत्नों से वह चेतना आपके प्रयत्नों की ओर उन्मुख होने लगती है और फिर धीरे-धीरे आपके नियन्त्रण को स्वीकार करने लगती है। आपके निरन्तर अभ्यास से वह आपकी बात को सुनने और समझने ही नहीं लगेगी बल्कि आपके निर्देशानुसार दीवार के पार या सिर के पीछे की वस्तु देखने का भी प्रयत्न करेगी। हालांकि अब भी आपके अवचेतन मन में कुछ-कुछ सन्देह विद्यमान होता है। इन प्रयत्नों के फलस्वरूप एक दिन ऐसा आएगा कि आपके मन का सन्देह समाप्त हो जाएगा और आप वास्तव में दीवार के पार की या अपने सिर के पीछे की वस्तुओं को देख सकेंगे।

अभ्यास 3—अब अपनी आदिम आत्म-चेतना के द्वारा ऐसे असम्भव दिखाई देने वाले कार्य कराने का अभ्यास कीजिए जिन्हें प्रयोगकर्त्ता सम्मोहित अवस्था में सरलता से करा लेता है। इससे आपको अपनी आदिम आत्म-चेतना के साथ निश्चयपूर्वक सम्पर्क स्थापित करने का प्रशिक्षण प्राप्त होगा जिससे कुछ समय पश्चात् वह आपके स्वभाव का एक अंग बन जाएगा। साथ ही आपकी आत्म-चेतना आपके निर्देशों का पालन करने के लिए सदैव तैयार रहने लगेगी। आप यह आशा कदापि मत कीजिए कि आप कुछ सप्ताहों अथवा महीनों के अभ्यास से ही महत्त्वपूर्ण परिणाम देख

सकेंगे। परन्तु आपको यह आभास अवश्य मिल जाएगा कि आप इस दिशा में उल्लेखनीय प्रगति कर रहे हैं और आपका मन आपके शरीर पर आश्चर्यजनक नियन्त्रण करने में सफल होने लगा है।

कल्पना कीजिए कि आपकी आदिम आत्म-चेतना आपके आदेशों का पालन कर रही है

जितनी ही अधिक शक्ति और स्पष्टता से आप यह कल्पना करेंगे कि आपकी आदिम आत्म-चेतना आपके मानसिक आदेशों का पालन कर रही है, उतनी ही पूर्णता तथा तेजी से वह उसका पालन करेगी। इसलिए आप अपनी शक्ति का विकास बहुत अधिक—मानवेतर सीमा तक—कीजिए। इसके लिए केवल अभ्यास की आवश्यकता है।

अभ्यास 1—अब पिछले अभ्यास करते समय उनमें नीचे लिखा अभ्यास और जोड़ दें। अपनी आदिम आत्म-चेतना से घनिष्टता स्थापित कर लेने के पश्चात् कल्पना कीजिए कि वह आपके आदेशों का पालन पूरे ब्यौरे के साथ कर रही है। उदाहरण के लिए आप स्वयं उसे दीवार में से होकर या सिर के पीछे की वस्तु को देखते हुए देखिए, साथ ही यह भी विचार कीजिए कि प्रत्येक वस्तु वहां मौजूद है। यदि आप अब भी दीवार के आर-पार नहीं देख पा रहे हैं तो अपनी आत्म-चेतना से पूछिए, “क्या बात है भाई? क्या तुम मेरे साथ मजाक कर रही हो? तुमने तो दीवार के उस पार देखने की विल्कुल ही कोशिश नहीं की और मैं तुम्हारे ऊपर निर्भर कर रहा था! तुमने तो सचमुच मुझे निराश कर दिया। मुझे पूरा विश्वास था कि तुम मुझे दीवार के उस ओर की वस्तु अवश्य दिखा दोगी! खैर हमें फिर प्रयत्न करना चाहिए।”

इस अभ्यास को उसी दीवार अथवा आपके सिर के पीछे के उसी स्थान के साथ फिर दुहराइए। अपनी सहायता के लिए अपनी स्मृति का भी प्रयोग कीजिए। इससे आपकी आदिम आत्म-चेतना को और भी स्पष्ट विचार मिल जाएगा कि आप उससे क्या चाहते हैं। इससे दीवार के पार मस्तिष्क के पीछे की वस्तुओं को देखने के सम्बन्ध में आपका विश्वास और भी अधिक दृढ़ हो जाएगा क्योंकि आन्तरिक रूप से आप पहले से ही यह

अनुभव करने लगते हैं कि वहां जो कुछ है, उसे आप देख सकेंगे। अपने मन में से शेष बचे सन्देह को निकाल बाहर करने तथा अपनी आदिम आत्म-चेतना को बाधाओं से मुक्त करने की यह सर्वश्रेष्ठ विधि है।

यह अभ्यास अनेक बार कीजिए। जिस वस्तु को आप अपनी आदिम आत्म-चेतना की सहायता से अभी तक नहीं देख सके हैं, उसे प्रत्येक अभ्यास के पश्चात् आप स्वयं दीवार के पास अथवा अपने पीछे देखिए। जब भी आप इस अभ्यास को दुहराएं उसे देखने के लिए कड़ा परिश्रम कीजिए जो आप पिछली बार नहीं देख सके हैं। आपकी कल्पना इस प्रकार सारा कार्य कर लेगी, परन्तु इस प्रकार वह आपकी आदिम आत्म-चेतना को उस कार्य के विषय में पूरी सूचना भी प्रदान करेगी जो आप उससे अपने लिए कराना चाहते हैं।

अभ्यास 2—इसी प्रकार का साधारण अभ्यास यह है कि आप अपने सामने एक कागज अथवा पुस्तक रखकर उस पर अंकित पंक्ति को ध्यान से देखें। अब अपनी आंखों को बन्द करके उसी पंक्ति को अपनी पलकों के द्वारा देखें। फिर अपनी आंखें खोलकर उस पंक्ति को ध्यान से देखें। इस प्रकार बार-बार आंखें बन्द करके उस पंक्ति को देखने की चेष्टा करें।

जब तक आप अपनी आदिम आत्म-चेतना पर सचेतन नियंत्रण नहीं कर लेंगे तब तक अपनी बन्द पलकों से कुछ नहीं देख सकेंगे, परन्तु इस अभ्यास को निरन्तर करते रहिए ताकि चेतना के साथ घनिष्ठ सम्पर्क स्थापित करने के आपके प्रयत्नों को प्रोत्सासन मिल सके।

अभ्यास 3—इस अभ्यास को और भी अधिक आसान बनाने के लिए इस पंक्ति के केवल एक शब्द को टकटकी बांध कर देखिए। फिर अपनी आंखों को धीरे-धीरे तब तक बन्द करते जाइए जब तक कि वह दीखना लग-भग बन्द न हो जाए। फिर उस धुंधलेपन में उस शब्द को स्पष्ट रूप से देखने की चेष्टा कीजिए। इस अभ्यास को करने का सबसे अच्छा तरीका यह है कि आपका सिर आराम की स्थिति में हो या कुछ आंग की ओर झुका हुआ हो। अब पढ़ने की सामग्री को अपनी गोद में पढ़ने के कोण पर रखिए और उसकी ओर दृष्टि जमा कर देखिए। इस स्थिति में आपकी आंखों को सबसे ज्यादा आराम मिलेगा। इस अभ्यास से आपके अन्दर भौतिक रुकावटों को

पार करके देखने की आश्चर्यजनक शक्ति का विकास होगा। जब आप में लगभग बन्द आंखों से देखने की क्षमता आ जाए तो अब आंखें विल्कुल बन्द करके देखने का अभ्यास करें। इसकी अनेक बार पुनरावृत्ति करें।

अभ्यास 4—इसी प्रकार के ऐसे और भी अभ्यास कीजिए जिनमें अधिक कठिन वस्तुएं देखने की चेष्टा की गई हो। किसी पुस्तक के छपे हुए पृष्ठ को पतले कागज से ढककर उसे पढ़ने का प्रयत्न कीजिए। यदि वे देखे न जा सकें तो कागज हटाकर उसके शब्दों को भली-भांति देख लीजिए और फिर कागज से ढककर पढ़ने का प्रयास कीजिए। इसको इतना अधिक मत कीजिए कि आपकी आंखों पर जोर पड़ने लगे। इस प्रकार के अभ्यास से भौतिक बाधाओं को पार करके अपनी आदिम आत्म-चेतना की सहायता से देखने के सम्बन्ध में आपके आत्म-विश्वास में वृद्धि होगी।

एक बार फिर हम अपने पाठकों को सावधान कर देना चाहते हैं कि ऊपर बताए हुए किसी भी अभ्यास को प्रारम्भ में बहुत अधिक बार न करें। जिस प्रकार अभ्यास और नियमित व्यायाम से आपकी मांस-पेशियां बलवान बनती हैं, उसी प्रकार आपकी मानसिक शक्तियों का विकास होता है। अभ्यास करते समय आप शारीरिक रूप से जितने सबल होंगे, उसके परिणाम भी उतने ही श्रेष्ठ होंगे।

आदिम आत्म-चेतना से भावनाओं पर नियन्त्रण

अपने ऊपर पूर्ण अधिकार बनाये रखने के लिए यह आवश्यक है कि अपनी प्रत्येक भावना को अपनी इच्छा के अधीन रखें। इस कार्य को अपनी आदिम आत्म-चेतना के द्वारा सम्पन्न करें। फिर कोई भी व्यक्ति आपको किसी भी मामले में पराजित नहीं कर सकेगा।

आप अपनी भावना को जगाने या दवाने के लिए अपनी आदिम आत्म-चेतना का सहयोग ले सकते हैं। जिस भावना को आप नियंत्रित करना चाहते हैं उससे सम्बन्धित उस शारीरिक अंग को नियंत्रित करना होगा जिसके द्वारा उसकी अभिव्यक्ति होती है। उन ग्रंथियों, प्रभावों आदि को नियंत्रित करके, जिनका उन भावनाओं से सम्बन्ध है; आप उन्हें अपनी इच्छा में 'बन्द' या 'जाग्रत' कर सकते हैं। भावनात्मक नियंत्रण की यह

शक्ति उस समय अत्यन्त महत्त्वपूर्ण होती है जबकि आपको किसी विशेष परिस्थिति में अधिक साहस तथा कम भय की आवश्यकता होती है। क्रोध, निराशा, उदासी, अन्यमनस्कता आदि की भावनाओं को दवाना, साहस एवं विश्वास में वृद्धि करने के लिए यह अत्यन्त आवश्यक है। यह बहुत बड़ी सफलता है। क्रोध और भय दोनों ही विनाशकारी तत्व हैं। क्रोध आपकी शक्ति को जलाकर और भय शक्ति को भगा कर आपका नाश कर देता है।

अपनी आदिम आत्म-चेतना की सहायता से अपने भावों को नियंत्रित करने का सबसे सरल तरीका यह है कि उन मांस-पेशियों पर नियंत्रण करें जिनके द्वारा इस प्रकार के भावों की अभिव्यक्ति होती है। क्रोध में आपकी मुट्ठियाँ, जबड़े तथा गले में तनाव और हृदय की धड़कन में तेजी आ जाती है। इसलिए क्रोध को वश में करने के लिए अपनी मुट्ठियों, जबड़ों तथा गले में तनाव न आने दें और लम्बी गहरी सांस लेकर हृदय की धड़कन को धीमी कर दें। आपकी आदिम मूल चेतना इस संकेत को पाकर आपकी अधिवृक्क ग्रंथियों (Adrenal glands) को संदेश भेज देती है कि वे उस असाधारण प्रवाह को नियन्त्रित कर दें जो क्रोध के फलस्वरूप होता है। इसके नियंत्रित होते ही क्रोध समाप्त हो जाता है।

अभ्यास 5—उस दृश्य का स्मरण कीजिए जब आप क्रोध के वशीभूत हो गए थे। फौरन उपरोक्त मांस-पेशियों को ढीला कर दीजिए। जब तक आप इन मांस-पेशियों को आश्चर्यजनक गति तथा पूर्णता से ढीला न कर सकें तब तक यह अभ्यास निरन्तर करते रहें।

अपने अन्दर साहस का संचार करने के लिए भी इस पद्धति को अपनाइए। साहस की उसी समय आवश्यकता होती है, जब आप किसी खतरनाक या भयंकर स्थिति में फंस जाते हैं। साहस के लिए सहज भाव से नाक के द्वारा गहरी सांस लेकर अपनी छाती को फुलाइए ताकि आपमें आत्म-विश्वास की वृद्धि हो, अपनी आवाज को गहरी करें, मिर को ऊंचा उठाएं और अपने कंधों को फैलाएं। गहरी सांस लेने से आपके फेफड़ों में अधिक आक्सीजन जाएगी और शक्ति को बढ़ाएगी। आपकी यह शारीरिक स्थिति भविष्य में आने वाली स्थिति का सामना करने की आपके मन में

दृढ़ता पैदा करेगी। आपका अवचेतन मन इन समस्त प्रतिक्रियाओं की सूचना आपकी आदिम आत्म-चेतना को दे देगा और वह इस संदेश को तत्काल अधिवृक्क ग्रंथियों तक पहुंचा देगी जिससे वे आपके रक्त में और अधिक मात्रा में एड्रीनल ग्रंथि का हारमोन प्रवाहित करने लगेंगी।

अभ्यास 6—जब आप किसी निराशाजनक परिस्थिति में फंस गए थे, उसे स्मरण कीजिए। उन शारीरिक प्रतिक्रियाओं की पुनरावृत्ति कीजिए जो आपके साहसी बनने के समय होती हैं (जैसा कि हम ऊपर अभ्यासों में बता चुके हैं)। उनका तब तक अभ्यास कीजिए जब तक कि ये प्रतिक्रियाएं आपके अन्दर आपकी इच्छानुसार स्वयं न होने लगे ताकि आप ऐसी परिस्थितियों से निवट सकें।

अपनी आदिम आत्म-चेतना द्वारा स्वास्थ्य पर नियन्त्रण

आप अपने किसी भी ऐसे भीतरी अंग (Viscera) की क्रिया को सक्रिय बनाने के लिए अपनी आदिम आत्म-चेतना को निर्देश दे सकते हैं जो दुरुपयोग अथवा उचित चिकित्सा के अभाव में निष्क्रिय हो चुका हो। किसी रुग्ण शारीरिक अंग को पुनः सामान्य तथा स्वस्थ दशा में लाने के लिए भी इस चेतना का उपयोग किया जा सकता है। प्रारम्भ में यह आत्म-चेतना स्वतः ही आपके पीड़ित अंग के रोग अथवा निष्क्रियता के विरुद्ध संघर्ष करती है। परन्तु जब उसे आपके चेतन-मन से उचित सहयोग नहीं मिलता तो वह अपने तरीके से ही यथा संभव जो कर सकती है, करती है। परन्तु जब उसे यह मालूम हो जाता है कि आप उस रोग या निष्क्रियता को मिटाने में उसे सहयोग देने के लिए तैयार हैं तो वह उस कार्य में उत्साहपूर्वक लग जाती है। उसे सहयोग देने के लिए पहले आपको उसे जाग्रत करना होगा फिर उसे स्पष्ट रूप से निर्देश देना होगा कि वह आपके लिए उस अंग विशेष को रोग मुक्त करके सक्रिय बनाए।

अपनी आदिम आत्म-चेतना को स्वास्थ्य सम्बन्धी निर्देश देते समय यह स्मरण रखिए कि वह अपने काम को भली-भांति समझती है। आपको उसे यह बताने की आवश्यकता नहीं है कि किसी रोग को कैसे दूर करना है

अथवा उसकी निष्क्रियता को समाप्त करके उसे कैसे सक्रिय बनाना है। वह आपके चेतन-मन की अपेक्षा स्वयं इस बात को अधिक अच्छी तरह से समझती है। आपकी आदिम आत्म-चेतना की अपनी निजी रसायनशाला है, उसके अपने यंत्र और मरम्मत के कारखाने हैं। उसके अपने निर्देशन में अपना प्रतिष्ठान है और वह उससे काम लेना खूब जानती है। यदि आप उसके काम में संदेह का रोड़ा न अटका दें तो वह सफलतापूर्वक अपना काम पूरा कर लेती है। आप उसे केवल अपने कष्टों से अवगत करा दीजिए। उन्हें वह कैसे दूर करती है, इस विषय में कुछ मत कहिए, अन्यथा आपके गलत निर्देश उसे उलझन में डाल सकते हैं। उसे ठीक करने का काम उसी पर छोड़ दीजिए।

आपको उसकी सहायता करने के लिए केवल अपने कर्तव्य का पालन करना है। आप अपथ्य लेकर या आवश्यकता से अधिक भोजन करके अथवा स्वास्थ्य के लिए हानिकारक भोजन करके उसके काम को मत बढ़ाइए अन्यथा वह आपकी सहायता नहीं कर सकेगी।

इस छठे अध्याय में—

- आप भी सिद्ध-महात्माओं की तरह सैकड़ों प्रकार के अद्भुत चमत्कार कैसे दिखा सकते हैं ?
- किसी व्यक्ति के मन की बात कैसे जानी जा सकती है ?
- काला जादू क्या है और इसका प्रयोग किस प्रकार होता है ?
- काले जादू के आक्रमण का प्रतिकार कैसे किया जा सकता है ?
- अपनी मानसिक शक्ति से दूसरों को कैसे प्रभावित कर सकते हैं ?
- अपने अथवा दूसरे व्यक्ति के व्यक्तित्व का पुनर्निर्माण करके उसे साधारण से असाधारण कैसे बना सकते हैं ?

इनके तथा बहुत से अन्य प्रश्नों के उत्तर आपको इस अध्याय में मिलेंगे ।

अध्याय 6

मानसिक शक्ति का विकास

1. मानव जीवन में मानसिक शक्ति

आप अपनी मानसिक शक्ति का प्रयोग अपने जीवन में उचित तथा अनुचित दोनों ही प्रकार के उद्देश्यों के लिए कर सकते हैं; और जो लोग अपनी मानसिक शक्ति को विकसित कर लेते हैं, वह अपने आस-पास के वातावरण को जब चाहे मन्त्र-मुग्ध कर सकते हैं। इतना ही नहीं वे अपने घरों तथा व्यवसाय के स्थानों पर अपने मनचाहे वातावरण का निर्माण भी कर सकते हैं। कुछ लोग इसका प्रयोग अन्य व्यक्तियों को अपना अनुगामी तथा समर्थक बनाने के लिए करते हैं।

प्राचीन काल में यह समझा जाता था कि जादू का सम्बन्ध किसी-न-किसी रूप में मानसिक शक्ति के प्रयोग के साथ है। उस समय 'बुद्धिमान व्यक्ति' को 'मानसिक शक्ति सम्पन्न व्यक्ति' समझा जाता था। उस युग में जादूगर साधारणतया पुजारी या महन्त हुआ करते थे। एक प्रकार से यही उनका व्यवसाय होता था। आज भी बहुत से लोग अपने बच्चों को 'झाड़ा' दिलाने या 'चमत्कारी' कार्य कराने के लिए मंदिरों के पुजारियों और मस्जिदों के मौलवियों के पास जाते हैं। लोगों में यह मान्यता है कि जो लोग पूजा पाठ या खुदा की इबादत में बहुत आगे बढ़े होते हैं, उन्हें यह मानसिक शक्ति प्राप्त होती है। यही विचारधारा प्राचीनकाल में भी काम करती थी। चूंकि इन शक्तियों का प्रयोग अच्छे और बुरे दोनों ही कार्यों में किया जा सकता है, इसलिए यह माना जाता रहा है कि पुजारी धर्मात्मा व्यक्ति होने के कारण अपनी शक्ति का प्रयोग अच्छे कार्यों में ही करेंगे।

यह बात पाठकों के सम्मुख अब तक स्पष्ट हो गई होगी कि सब प्रकार के जादू तथा मानसिक शक्ति के प्रयोग के पीछे इच्छा शक्ति का महत्वपूर्ण योग रहता है। मनुष्य की यही इच्छा शक्ति जो सुदृढ़ विश्वास के फल-स्वरूप प्राप्त होती है—उसकी आदिम आत्म-चेतना की छिपी हुई शक्तियों को जाग्रत करती है। यदि मनुष्य में विश्वास न हो तो उसे कोई सफलता नहीं मिल सकती।

इसके विषय में एनसाइक्लोपीडिया ब्रिटैनिका (Encyclopaedia Britannica) में लिखा है, “किसी वस्तु तथा उसके विचार में स्पष्ट रूप से ऐसा कोई सम्बन्ध है जिससे प्रयोगकर्त्ता उसके विषय में विचार करके ही कोई कार्य करा देता है। वह कल्पना करता है कि वास्तव में चमत्कार घटित हो रहा है, और दीर्घकालीन अभ्यास के पश्चात् ऐसी स्पष्ट कल्पना करता है और ऐसी दृढ़ता से करता है कि ये चमत्कार होकर रहते हैं।”

जादू या चमत्कार जो घटित होते हैं, उनका एक कारण यह भी है कि प्रयोगकर्त्ता इतनी इच्छा शक्ति, सुदृढ़ता, आत्म-विश्वास तथा योग्यता के साथ उस चमत्कार को अपने मन में चित्रित करता है कि उसके आस-पास के लोग उसे अपनी आंखों से देखने लगते हैं। जो चीज देखने-विचारने में असंभव प्रतीत होती है उसे वह कल्पना के द्वारा उन व्यक्तियों के मन में इस प्रकार अंकित कर देता है कि दर्शक उसे अपनी आंखों से स्पष्ट रूप में देखने लगते हैं।

चमत्कारों का भ्रम पैदा करने वाले अभ्यास

अभ्यास 1—यह अभ्यास किसी अन्य व्यक्ति के साथ मिल कर बहुत अच्छी तरह से किया जा सकता है। परन्तु प्रारम्भ में इसका अभ्यास आपको अकेले ही करना चाहिए ताकि आप अपनी मानसिक शक्ति के स्पष्ट आरोपण का अच्छा विकास कर सकें। किसी व्यक्ति को अपने ही कमरे में या दूसरे कमरे में अपनी सीध में बिठाइये। अब उसके मस्तिष्क में अपने विचारों द्वारा कोई ऐसा चित्र आरोपित कीजिए जिसकी उसे कल्पना भी न हो। उदाहरण के लिए कल्पना कीजिए कि आप अचानक कोई भयानक ऐसे देव बन गए हैं जिसका कद बीस फुट ऊंचा है। किन्तु ध्यान रखिये, यदि

उस व्यक्ति का हृदय कमजोर हो तो उसके साथ इसका प्रयोग मत कीजिए। अब कल्पना कीजिए कि आप दीवार के सामने खड़े होकर एक बड़े छेद में से होकर क्रोध भरी फुंकार छोड़ रहे हैं।

फिर एक क्षण के लिए कल्पना कीजिए कि आप कमरे में इधर-उधर उड़ रहे हैं।

अभ्यास 2—एक अन्य अभ्यास घर के बाहर किया जा सकता है परन्तु इसकी सिफारिश हम इसलिए नहीं करना चाहते कि इससे दूसरे व्यक्ति भयभीत हो जायेंगे। अभ्यास यह है कि आप भूमि की ओर टकटकी बांधकर देखिये। फिर एकदम कल्पना कीजिए कि एक भयानक विशाल सर्प आपसे बीस फुट आगे पड़ा है। यदि आप वास्तव में उसकी ओर संकेत करें और उसे अपने मन की आंखों से देखें तो वह दूसरे लोगों को भी दिखाई देने लगेगा। इस प्रकार दूसरे व्यक्ति सांपों, भूतों तथा अन्य भयावने प्राणियों को आसानी से देख सकते हैं। यदि आप मौखिक विवरण के साथ ऐसे भयानक जीवों को अपनी मानसिक शक्ति से प्रस्तुत करते हैं तो वे और भी आसानी से देखे जा सकते हैं। परन्तु जब आप केवल अपनी मानसिक शक्ति पर निर्भर करते हैं तो किसी व्यक्ति के मस्तिष्क में इस चित्र को आरोपित करने से पूर्व सम्मोहित करना होगा। इसमें यह सम्मोहन बहुत सहायक सिद्ध होता है।

हवा में से भेद निकालना

इस विषय में एनसाइक्लोपीडिया ब्रिटैनिका में आगे लिखा है कि मानसिक शक्ति का प्रयोग करने वाले अपनी कल्पना शक्ति तथा प्रकृति के साथ अभ्यास द्वारा स्थापित किये गए अपने सम्बन्धों की सहायता से उसमें छुपे हुए ज्ञान को प्राप्त करते हैं और इस प्रकार के कार्य कर दिखाते हैं जो साधारण मनुष्य की क्षमता से बहुत दूर हैं। दूसरे शब्दों में, केवल अपनी इच्छा शक्ति से वे दूसरे व्यक्तियों द्वारा भेजे गए मानसिक सन्देशों को मार्ग में ही रोक कर उन्हें पढ़ सकते हैं और इस प्रकार वायु में उनके गुप्त विचारों को जान लेते हैं। यद्यपि इस प्रकार की सफलता प्राप्त करने के लिए काफी अभ्यास की आवश्यकता है, परन्तु यह असंभव नहीं है।

सोवियत रूम के बहुत से परानोवैज्ञानिकों ने इस कार्य को संभव कर दिखाया है। आदिवासियों के लिए ऐसा कर लेना तो अत्यंत सरल है क्योंकि उनकी इन्द्रियां तथा आदिम आत्म-चेतना सभ्य कहे जाने वाले बुद्धिवादियों की अपेक्षा अधिक विकसित होती हैं। उदाहरण के लिए तीव्र श्रवणशक्ति तथा असामान्य मानसिक शक्ति का परस्पर घनिष्ठ सम्बन्ध होता है। ऐसे व्यक्ति दूसरे लोगों के मानसिक सन्देशों को अधिक आसानी से समझ सकते हैं, और उतनी ही आसानी से उन्हें तीसरे व्यक्ति के पास भेज भी सकते हैं।

एक अत्यन्त गुप्त शक्ति

आज जिस मानसिक शक्ति का प्रयोग सज्जन चिकित्सक रोगियों को नीरोग बनाने के अच्छे कार्य के लिए करते हैं, उसे कुछ समय पहले तक कुछ लोग जादू-टोने जैसे घृणित उद्देश्य के लिए किया करते थे। प्रायः बुरे उद्देश्यों के लिए ही लोग इसका प्रयोग करते थे। वे लोग इसका प्रयोग कैसे करते थे, इसका विवरण देते हुए एनसाइक्लोपीडिया ब्रिटैनिका लिखती है, "इस शक्ति का भेद यह है कि यह शक्ति ऐसे स्रोत से प्राप्त नहीं होती जैसी कि लोग कल्पना करते हैं। वास्तव में यह शक्ति उपयोग करने वाले के मन से ही उत्पन्न होती है। यह उस कल्पित विचार से जन्म लेती है जो वह किसी के मन में आरोपित करता है। इसमें उसके आत्म-विश्वास तथा मानसिक शक्ति का महत्त्वपूर्ण योग रहता है। इस प्रकार यह दूसरे व्यक्ति के मन में प्रवेश करके उसको (मन को) जकड़ लेती है।"

अब प्रश्न यह उठ सकता है कि इसके परिणाम कैसे दृष्टिगोचर होते हैं। इसका सीधा-सादा उत्तर यह है कि परिणाम कुछ तो दूसरे व्यक्ति की मानसिक शक्ति के कारण दृष्टिगोचर होते हैं और कुछ इन विचारों को आरोपित करने वाले व्यक्ति की सम्मोहक मानसिक शक्ति के फलस्वरूप होते हैं। प्रयोगकर्ता प्रभावित मनुष्य के मन को अपनी इच्छानुसार चलने के लिए प्रेरित करने के साथ-साथ उसे अर्द्ध सम्मोहित करके अपना आज्ञाकारी बना लेता है। इसलिए यदि आप अपनी मानसिक शक्ति से प्रभावित करना

चाहते हैं तो उससे पहले आपको उसके मन तक पूर्ण विश्वास के साथ पहुंचना होगा ।

स्पष्ट है कि इस प्रकार की महान् शक्ति किसी भी ऐरे-गरे को नहीं सांपी जा सकती । इसलिए प्राचीन पुजारी-पुरोहित मानसिक शक्ति के इस भेद को छिपाकर रखते थे और सुयोग्य व्यक्तियों को ही देते थे ताकि उसका दुरुपयोग न हो सके ।

2. अपनी मानसिक शक्ति का विकास कैसे करें

जब आप लोगों के बीच में होते हैं तो वे आपकी मानसिक शक्ति का आभास पाये बिना नहीं रह सकते । जो लोग मानसिक तथा भावनात्मक दृष्टि से सबल होते हैं, उनकी मानसिक शक्ति जिस व्यक्ति की ओर प्रेरित की जाये वह उसका प्रभाव अनुभव किए बिना नहीं रह सकता ।

आपका उद्देश्य इस अपरिपक्व शक्ति का इतना अधिक विकास करना है कि उसका उपयोग चमत्कार दिखाने के लिए किया जा सके । आदिम तथा असभ्य कहे जाने वाले व्यक्ति में सभ्य कहे जाने वाले व्यक्ति की अपेक्षा यह शक्ति बहुत अधिक विकसित होती है, क्योंकि समाज सभ्य व्यक्ति को अपनी अधिकांश स्वैच्छिक भावनाओं तथा इच्छाओं को दवाने के लिए विवश कर देता है । किसी-किसी योद्धा में विजय प्राप्त करने की इच्छा इतनी उत्कट होती है कि वह हारते-हारते भी सहसा मानवेतर साहस प्राप्त कर हारी हुई वाजी को जीत में बदल देता है । असंभव को भी संभव बना डालने की तीव्र इच्छा मन में ऐसी मानसिक शक्ति को जन्म देती है जिसका हर हालत में विकास करना चाहिए । क्योंकि यह शक्ति पूर्णतया मन से उत्पन्न होती है । जब असंभव प्रतीत होने वाली बात को सम्भव करने के सम्बन्ध में आपके मन में अविश्वास उत्पन्न हो जाता है, तो यह शक्ति चमत्कारिक उद्देश्यों के लिए आपके मन में निहित क्षमता को संगठित नहीं कर सकती । ऐसा वह तभी कर सकती है जब कि आप में वांछनीय विश्वास हो ।

दूसरे व्यक्ति के मन पर अधिकार कैसे करें ?

जब तक आप अपने मन को वश में नहीं कर लेते तब तक आप अन्य व्यक्ति के मन पर अधिकार नहीं कर सकते। जब कोई भी 'असंभव' कार्य करने के लिए आप अपने मन को तैयार कर लेते हैं तो दूसरे व्यक्ति के मन को भी 'असंभव' कार्य करने के लिए वाध्य कर सकते हैं। मानसिक शक्ति का विकास कर लेना कोई रहस्य की बात नहीं है और न यह कोई जादू या करामात ही है। यह केवल प्रयोगात्मक मनोविज्ञान है। व्यावहारिक मनोविज्ञान से यह केवल इसलिए भिन्न है कि यह ऐसे कार्य कर सकता है जिन्हें भौतिक तथा रसायनशास्त्री असंभव कहते हैं। व्यावहारिक मनोविज्ञान के कार्य केवल तथ्यात्मक विज्ञानों तक सीमित हैं। मानसिक शक्ति का विकास तथा व्यावहारिक मनोविज्ञान के प्रयत्न एवं तकनीक समान होते हुए भी उनके लक्ष्य एक-दूसरे से भिन्न हैं।

3. मानसिक शक्ति सक्रिय रूप में

अभी तक सही अर्थों में यह ज्ञात नहीं हो सका है कि दूसरे व्यक्ति पर मानसिक शक्ति कैसे आरोपित हो जाती है। बहुत से व्यक्तियों की सम्मति है कि मानसिक शक्ति एक प्रकार की विद्युत शक्ति है और यह धाराओं के रूप में प्रवाहित होती है। परन्तु आधुनिक दृष्टिकोण यह मानता है कि मानसिक शक्ति में ईथर जैसी कोई चीज होती है। यह चीज क्या है? इसका अभी तक विश्लेषण नहीं किया जा सका है। वास्तव में यह क्या चीज है इसका हमारे प्रयोगों से कोई सम्बन्ध नहीं है। इसलिए इस बात को हम यहीं छोड़ते हैं। हमारे लिए इतना जान लेना काफी है कि मानसिक शक्ति का अस्तित्व है और इसके कम्पनों (Vibrations) का प्रयोग दूसरे व्यक्ति के मन में निर्देशात्मक विचार प्रेषित करने के लिए किया जा सकता है।

एक बात आपको विशेष रूप से स्मरण रखनी चाहिए कि मानसिक शक्ति के द्वारा दूसरे मनुष्य के अन्दर जो मानसिक स्थिति उत्पन्न करना

चाहते हैं, वह आपके द्वारा उसके मन में आरोपित आदेशात्मक विचारों के अनुसार ही होती है; परन्तु यह आदेशात्मक विचारों के समान ठोस नहीं होती। आदेशात्मक विचारों की मूल शक्ति निश्चित लक्ष्य तक पहुंचने से पहले ही कई दिशाओं में फैल जाती है। जो उसके पास तक पहुंचती है उसका काफी अंश उस व्यक्ति का मानसिक प्रतिरोध नष्ट कर देता है। यदि वह जानबूझ कर जोरदार प्रतिरोध करता है तो आपकी शक्ति दुर्बल ही नहीं पड़ जाती, पूर्णतया नष्ट भी हो सकती है। इसके विपरीत उसमें प्रतिरोध करने की दृढ़ इच्छा शक्ति का अभाव हो, अथवा वह पूर्णतया आपके अनुकूल हो तो आपके आदेशात्मक विचारों का कोई प्रतिरोध नहीं होगा तो आपकी मानसिक शक्ति का आरोपण उतना ही सबल होगा जितना कि आपने उसके पास प्रेषित किया है।

इंथर विभिन्न व्यक्तियों द्वारा प्रेषित आदेशात्मक विचारों एवं अन्य मानसिक शक्ति आरोपणों से ओत-प्रोत है। अनेक बार ऐसा होता है कि अन्य व्यक्तियों को लक्ष्य करके भेजे गये विचार पारस्परिक अनुकूलता के कारण दूसरे व्यक्तियों के मन से टकरा जाते हैं। यही कारण है कि उन्हें कभी-कभी अपरिचित व्यक्तियों के दूर-संदेश या निर्देश मिल जाते हैं।

अत्यधिक व्यक्तिगत परिवेश

कुछ कस्बों और नगरों का विशिष्ट विकसित परिवेश होता है। ज्योंहि आप उस कस्बे या नगर में कदम रखते हैं आपके ऊपर एक विचित्र-सा आकर्षण छा जाता है। इस प्रकार के व्यक्तिगत परिवेशों से मनुष्य के मन में भावों की शक्तिशाली धाराएं प्रवाहित होने लगती हैं। वास्तव में ये धाराएं ही युद्धों, वर्ग-संघर्षों, धार्मिक आन्दोलनों, आकस्मिक राजनैतिक संगठनों के निर्माण तथा बाल अपराधों के लिए उत्तरदायी हैं। कभी-कभी ऐसा भी होता है कि लोगों का समुदाय किसी उत्तेजना या भावना के वशीभूत एक दिन कुछ कार्य कर बैठता है और दूसरे दिन उस पर पश्चाताप करता है।

कभी-कभी किसी दृढ़ निश्चय वाले व्यक्ति के मन में कोई विचार जन्म लेता है। उसके मानसिक विचार ऐसे व्यक्तियों को प्रेरित और प्रभावित

करते हैं जो स्वतः इस दिशा में कोई कदम नहीं उठा सकते थे, परन्तु इस व्यक्ति का संसर्ग पाकर—जो नेतृत्व का रूप धारण कर लेता है—उसके विचारों के सक्रिय समर्थक बन जाते हैं। यही समर्थन घने रूप में एक आन्दोलन का रूप धारण कर लेता है। इसी प्रकार महान् आन्दोलन, क्रातियां तथा विद्रोह होते हैं जो इतिहास एवं मानव समाज पर अपनी गहरी छाप छोड़ जाते हैं।

ऐसे भी व्यक्ति होते हैं जो जाने-अनजाने या अवचेतन मन से अपनी मानसिक शक्ति किसी दूसरे व्यक्ति पर केन्द्रित कर देते हैं और उसकी सहायता से अपनी योजना को पूरा कर ले जाते हैं। इस प्रकार प्रभावित व्यक्ति सहज ही उसके आदेशों का पालन करने लगते हैं। कुछ सेल्समैनों को हम अपने पास फटकने भी नहीं देना चाहते; परन्तु जब वे अपनी चतुराई से हमारे पास आ पहुँचते हैं तो अपना माल हमें बेचकर ही लीटते हैं। यह उनकी मानसिक शक्ति का ही प्रभाव है।

शक्तिशाली मानसिक वातावरण का निर्माण

ऐसे व्यक्ति एकाग्रचित्त से अपनी इच्छा शक्ति का विकास करके ही ऐसे वातावरण का निर्माण कर सकते हैं, जिसका सरलता से प्रतिरोध न किया जा सके। उनके शिकार में प्रतिरोध करने की कितनी क्षमता है, इसी पर उनकी सफलता निर्भर करती है। वे जब अपने शिकार के सम्पर्क में आते हैं तो दृढ़ इच्छा शक्ति के साथ उनके मन में अपने आदेशात्मक विचार आरोपित करते हैं। उसके किसी भी विरोधी विचार को वे उसके मन तक नहीं पहुँचने देते। उनका शिकार इस मानसिक वातावरण का प्रतिरोध करने का प्रयत्न करता है, परन्तु प्रायः वह उसके सामने पराजित हो जाता है। उसके अवचेतन मन में आक्रमण के आगे घुटने टेक देने की इच्छा स्वतः ही जाग्रत होने लगती है। इसका परिणाम यह होता है कि उसके मन में प्रतिरोध करने की प्रवृत्ति ही नहीं होती। ऐसे व्यक्ति के चले जाने के पश्चात् जब उसका मोह भंग होता है तो वह सोचता है कि ऐसा कैसे हो गया? यदि वह व्यक्ति उसके सामने फिर आ जाता है तो, या तो वह उसके सामने आने से कतराता है या फिर उसके सामने समर्पण कर देता है।

अपने मानसिक वातावरण से दूसरों को प्रभावित करने का अभ्यास

अपने कमरे में अकेले बैठकर कल्पना कीजिए कि आप किसी व्यक्ति से रुपया उधार लेना चाहते हैं। रुपये की आपको सख्त आवश्यकता है। वह व्यक्ति काफी कंजूस है; परन्तु उसके पास रुपया है और वह आपकी सहायता कर सकता है। आप उसे जानते भी हैं। ऋण मागने के लिए उसके पास जाने पूर्व उसे अपने पक्ष में करने का प्रयत्न कीजिए। अपने कमरे में अकेले बैठ जाइये। इसके लिए आपका ही कमरा सबसे अधिक उपयुक्त है क्योंकि उसमें आपका सबसे अधिक शक्तिशाली मानसिक वातावरण विद्यमान है। अब आप अपने मन में उसे वही कार्य करता हुआ और उसी तरह सोचता हुआ चित्रित कीजिए जो वह उस समय संभवतः कर और सोच रहा होगा। अब अपने ऐसे विचारों को उसके पास प्रेषित कीजिए जिनमें आप उसकी किसी-न-किसी प्रकार से सहायता करने को उत्सुक हों। उसके मन में ऋण से सम्बन्धित कोई विचार कदापि आरोपित मत कीजिए। आपके इरादों की पूर्व सूचना उसे विल्कुल नहीं मिलनी चाहिए। इसके लिए केवल रास्ता साफ कीजिए। उसके मन को ऐसा बना दीजिए कि वह अपने अवचेतन मन से आपका स्वागत करने को तैयार हो जाये।

इस प्रकार के विचार दस सैकिण्ड से अधिक समय तक अपने मन में मत रहने दीजिए। फिर अपने मस्तिष्क को एकदम विचार शून्य कर लीजिए ताकि उसे आपके विचारों का विश्लेषण करने का अवसर न मिले और न यह सोच ही सके कि उसके मन में आपके विषय में ऐसे विचार अचानक क्यों उठे। जब आपका मस्तिष्क इस प्रकार विचार शून्य हो जायेगा तो वह आपके विषय में सब कुछ भूलकर फिर से अपने काम में लग जायेगा। एक मिनट बाद इन विचारों को फिर उसके मन में आरोपित कीजिए। इस क्रिया को चार-पांच बार दुहराइये।

अब आपका अगला कदम होगा। कल्पना कीजिए कि आप अपनी कुर्सी से उठकर उसके कार्यालय की ओर रवाना हो रहे हैं। अब उसके विषय में सब कुछ भूल जाइये। न तो उसके मस्तिष्क को अपने विचारों से भर

दीजिए और न उसके कार्यालय में पहुंचने से पूर्व अपनी मानसिक शक्ति को ही समाप्त कर डालिये। आप अचानक ही उसके कार्यालय में पहुंच कर उसे चकित कर दीजिए।

ज्योंहि आप उसके भवन में पैर रखें, अपने मन में उसके प्रति बहुत अधिक दिलचस्पी पैदा कर लीजिए। आपके मन में ऐसी भावना हो कि आप उससे मिलने के लिए बहुत अधिक उत्सुक हैं। इस समय आपके मन में यहां आने का आपका मुख्य कारण एक क्षण के लिए भी नहीं आना चाहिए। उसके भवन में आप ज्योंहि प्रवेश करेंगे, उसके कम्पन—जो उस भवन में सर्वत्र व्याप्त हैं—आपको चारों ओर से घेर कर आपके उन विचारों को छोट लेंगे जो उसके अपने विचारों से मेल खाते हैं। यदि वह किसी कार्य में बहुत अधिक व्यस्त न हुआ तो वह आपके विचारों से अनुप्रेरित होकर स्वयं भी आपसे मिलने और आपके लिए कुछ करने को उत्कंठित हो जायेगा। परन्तु वह यह नहीं समझ सकेगा कि उसकी ऐसी मनोदशा क्यों हो रही है। यदि उसका चेतन मन उत्कंठित न भी हो तो भी उसका अवचेतन मन इस भावना से ओत-प्रोत होगा। इसलिए आवश्यक है कि उसके भवन में प्रवेश करते ही आप सोचिए कि, “मैं वास्तव में इस आदमी को पसन्द करता हूं। यह बहुत अच्छा आदमी है। मैं इसके लिए सब कुछ करने को तैयार हूं। पता नहीं किस आदमी को क्या जरूरत पड़ जाये।”

अपने मन में यह मत मोचिये, “यह आदमी मेरे लिए अवश्य कुछ करेगा।” अतएव आपको देखते ही वह खुले दिल से आपका स्वागत करेगा। आपने उससे कुछ भी नहीं मांगा है, फिर भी वह अपने अवचेतन मन में आपके लिए सब कुछ करने को उत्सुक होगा।

कुशलक्षेम के पश्चात् उसकी चापलूसी में न लग कर सीधे अपने उद्देश्य पर आ जाइये। उस पर सीधे अपनी मानसिक शक्ति का विस्फोट करके कहिए, “मुझे अभी इसी समय सौ रुपये की आवश्यकता है। मैं तुम से केवल इसलिए मांग रहा हूं कि तुम्हें अपना सच्चा मित्र समझता हूं। आवश्यकता पड़ने पर मैं भी तुम्हारे काम आ सकता हूं।”

उसे सोच-विचार का समय न दीजिए। आप निरन्तर बोलते रहिए। आपने उससे सहायता की मांग की है। वह सोचता है कि उसे आपके

‘अहसानों’ का बदला चुकाना चाहिए, हालांकि उसे यह याद नहीं आ रहा है कि आपने उसके साथ कौन-सा अहसान किया है। केवल उसका अवचेतन मन आपके पक्ष में होने के कारण वह आपके लिए कुछ करना चाहता है।

जैसा कि हमने ऊपर कहा है, उसे तर्क-वितर्क करने का अवसर मत दीजिए। लगातार बोले जाइये—“मैं आपके पास रुपये मांगने केवल इसलिए आया हूँ कि मैं मित्र के नाते आप पर निर्भर कर सकता हूँ।” साथ ही उसे यह विश्वास दिलाइये, “मैं आपकी मित्रता का अनुचित लाभ उठाना नहीं चाहता।” अपने बातचीत के लहजे में ऐसी जल्दी दिखाइये, मानो आपको उन रूपों का उपयोग करने की जल्दी है। यदि आपको ऐसा प्रतीत हो कि वह अपने मन में तर्क-वितर्क करने लगा है तो फौरन अपनी स्थिति ऊंची रखते हुए खड़े हो जाइये और कहिए, “मैं कोई जबरदस्ती नहीं कर रहा, यदि आपको कोई दिक्कत हो तो रहने दीजिए।” यह सुनते ही उसकी तर्क शक्ति फिर लुप्त हो जाएगी और वह आपकी सहायता करने के लिए तैयार हो जायेगा।

मानसिक शक्ति के द्वारा अपनी रक्षा करने का अभ्यास

कल्पना कीजिए कि चार मशस्त्र डाकुओं ने आपको एकान्त सड़क पर घेर लिया है। आपके पास काफी रुपया नहीं है इसलिए वे आपके साथ मार-पीट करने की तैयारी कर रहे हैं। अपने मन में निहित भय और विरोध की भावना को समाप्त करके सम्पूर्ण वातावरण को इस विचार से भर दीजिए कि वे आपको बहुत अधिक पसन्द करेंगे क्योंकि आप पूर्णतया उनके साथ सहानुभूति रखते हैं। फिर उनसे शांतिपूर्वक कहिए, “कितना अच्छा होता कि इस समय मेरे पास काफी धन होता जो मैं आपको दे सकता। खेद है कि मैं इतना निर्धन हूँ कि आपके लिए कुछ नहीं कर सकता। सचमुच यदि कोई आदमी अपनी इच्छानुसार व्यय नहीं कर सकता तो वह ऊब जाता है। जिन लोगों के पास अपार धन राशि है वे ऐसा नहीं सोचते।” इस प्रकार निरन्तर सहानुभूति पूर्ण ढंग से बात करते रहिए और भय तथा विरोध की भावना को अपने मन में मत उभरने दीजिए। परिणाम यह होगा कि डाकुओं के मन में अनजाने ही आपके प्रति सहानुभूति उत्पन्न

होने लगेगी, हालांकि वे इसका कारण नहीं समझ सकेंगे। धीरे-धीरे उनके हथियार झुक जायेंगे और आपको लूटने की उनकी इच्छा अन्दर-ही-अन्दर लुप्त हो जायेगी।

रुकिये मत, अन्यथा उन्हें अपने तर्क से स्थिति को समझने का अवसर मिल जायेगा। लगातार नम्रतापूर्वक बोलते रहिए, परन्तु भय को अपने पास मत फटकने दीजिए। इस बीच, सहानुभूति तथा मैत्री के मानसिक विचार उनकी ओर प्रेषित करते रहिये। यदि यह कार्य आप कुशलतापूर्वक करेंगे तो बहुत सम्भव है कि वे आपको आपसे लूटा हुआ धन लौटा दें और सुरक्षित रूप से घर तक पहुंचने की व्यवस्था कर दें। इन दोनों प्रकार की साधनाओं का अभ्यास कीजिए ताकि इनका ऐसी ही परिस्थितियों में आप उपयोग कर सकें।

ऋण लेने सम्बन्धी जो उदाहरण आपको दिया है, उसके सम्बन्ध में यह उचित होगा कि उसे केवल उदाहरण ही रहने दें। दूसरों के आगे हाथ फैलाने की अपेक्षा अपने पैरों पर खड़ा होना और अपनी चादर के अनुसार पैर फैलाना अधिक श्रेयस्कर है।

4. भीड़ पर नियंत्रण के लिए मानसिक वातावरण का निर्माण

मानसिक वातावरण का निर्माण करके भारी भीड़ को आसानी से प्रभावित किया जा सकता है। इसका कारण यह है कि जनसमुदाय में उपस्थित प्रत्येक व्यक्ति का ध्यान वक्ता पर केन्द्रित रहता है। इस केन्द्रियकरण के फलस्वरूप वक्ता या कलाकार उनमें से प्रत्येक व्यक्ति के प्रति अपना मानसिक संदेश प्रेषित कर सकता है। यही संदेश सब श्रोताओं या दर्शकों की प्रतिक्रिया से मिल कर ऐसे वातावरण का निर्माण करता है जिससे सम्पूर्ण जनसमुदाय मंत्र-मुग्ध-सा हो जाता है। उसके द्वारा प्रेषित मानसिक संदेश उनकी इच्छा शक्ति को स्थापित कर देता है जिससे वे न

तो उसकी बात का प्रतिरोध कर सकते हैं और न अपनी तर्क शक्ति का उपयोग कर सकते हैं।

इसलिए यह आवश्यक है कि मंच पर पैर रखते ही श्रोताओं तक वह मानसिक संदेश प्रेषित करें जिन्हें आप उनके मन में बिठाना चाहते हैं। यदि आपको काफी देर तक भाषण देना है या लम्बे समय तक अपनी कला का प्रदर्शन करना है तो बीच-बीच में यह संदेश प्रेषित करते रहें ताकि उसका प्रभाव धुंधला न पड़ जाए। ऐसा आप दो-दो सैकिण्ड तक करें। इसके पश्चात् अपने विषय पर आ जाएं। इस प्रकार आप जनसमुदाय पर ऐसा प्रभाव डाल सकेंगे जैसा महीनों के प्रशिक्षण के पश्चात् भी न डाल सकते।

किसी भी संदेश की अवधि, एक समय में चार सैकिण्ड से अधिक नहीं होनी चाहिए, अन्यथा आप थक जायेंगे और संदेश प्रभाव शून्य हो जायेगा। बीच-बीच में संदेश देकर अपना ध्यान उनसे हटा लीजिए। इस प्रकार वे आपके अवचेतन मन को अपने साथ बांध लेंगे। वे एक प्रकार से आपके वशीभूत हो जायेंगे। फिर शानदार रूप से अपना भाषण या कला प्रदर्शन समाप्त करके दर्शकों के सामने से हट जाइये।

भीड़ नियंत्रक शक्ति से बचाव

जिस प्रकार आप जन-समुदाय को मंत्र-मुग्ध करते हैं, उसी प्रकार कोई अन्य व्यक्ति भी उस समुदाय को मंत्र-मुग्ध कर सकता है जिसके आप एक सदस्य हैं। यदि आप स्वयं को उसके प्रभाव से सुरक्षित रखना चाहें तो अपनी मानसिक शक्ति से अपने चारों ओर सुरक्षात्मक ओज (Aura) का निर्माण कर सकते हैं। इससे उसका मानसिक संदेश आपको प्रभावित नहीं कर सकेगा। इससे भी सरल उपाय यह है कि आप अपने मस्तिष्क को पूर्णतया विचार शून्य कर लें और किसी भी अन्य विषय पर मनन करने लें जिससे उसके विचार आपके मस्तिष्क में प्रवेश ही न कर सकें। इसके अतिरिक्त आप वक्रता के मस्तक की ओर अपना ध्यान केन्द्रित करके तीन बार 'खाली', 'खाली', 'खाली', कह कर भी अपने ध्यान को हटा सकते हैं। यदि फिर भी आपको ऐसा प्रतीत हो कि उसकी मानसिक शक्ति का सहयोग पाकर उसका भाषण आपको प्रभावित कर रहा है तो

उसके शब्दों के अर्थों पर विचार करने लीजिए। इससे उसका प्रभाव नष्ट हो जाएगा।

व्यक्तिगत सम्पर्कों में भी आप इस प्रयोग को अपना सकते हैं। ऐसे व्यक्ति के साथ तर्क-वितर्क में न पड़कर आप मौन हो जाइए और अपने मस्तिष्क को विचार शून्य बना लीजिए वह समझ जाएगा कि आप दृढ़ निश्चय वाले किन्तु शान्त स्वभाव के व्यक्ति हैं। मौन हो जाने का यह अर्थ नहीं है कि आप विल्कुल न बोलें और दूसरा व्यक्ति मौन को स्वीकृति लक्षण समझ ले। स्पष्ट रूप से मना अवश्य कर दीजिए, परन्तु उससे विवाद मत कीजिए। इसमें सन्देह नहीं कि कभी-कभी स्थितियां भिन्न हो सकती हैं, परन्तु उसी के अनुसार आप स्वयं को ढाल लीजिए।

अपने व्यक्तित्व पर अधिकार कीजिए

यदि आप सामाजिक जीवन में सफलता प्राप्त करना चाहते हैं तो अवसर के अनुसार अपने व्यक्तित्व में परिवर्तन करने की आदत डालिए। यदि कोई व्यक्ति मदा विनम्र बना रहता है तो लोग उसे दबू समझ कर उससे अनुचित लाभ उठाने का प्रयत्न करते हैं। इसके विपरीत यदि वह सदैव कठोर बना रहता है तो शीघ्र ही अपने समाज में अपनी लोकप्रियता गवां देता है। इसलिए यह आवश्यक है कि वह समय के अनुसार अपने व्यक्तित्व में परिवर्तन करे। यह परिवर्तन स्वाभाविक प्रतीत होना चाहिए लवादे की तरह से ऊपर से ओढ़ा हुआ नहीं। इसके लिए अभ्यास की आवश्यकता है।

शीघ्रता से व्यक्तित्व परिवर्तित करने के अभ्यास

अपने कमरे में अकेले बैठ जाइए और अपने मन में जो सर्वश्रेष्ठ वस्तु प्राप्त करना चाहते हैं, उस पर मनन कीजिए। उसके लिए मन में अत्यधिक तीव्र अभिलाषा जाग्रत कीजिए। अन्य सभी अभिलाषाओं को अपने मस्तिष्क से बाहर निकाल दीजिए।

एकदम स्वयं को इस अभिलाषा से मुक्त कर लीजिए। फिर ऐसा अनुभव कीजिए कि अपने शेष जीवन पर्यन्त आपको इसी कमरे में बैठे रहने

पर महान संतोष होगा। इस समय सोचने के अतिरिक्त कोई अन्य अभ्यास मत कीजिए। इसी अभ्यास को बार-बार दोहराइए; परन्तु प्रत्येक बार अधिकाधिक मानसिक शक्ति का प्रयोग कीजिए।

इस अभ्यास से मानसिक शक्ति के विकास के लिए आपको दो महत्त्वपूर्ण उपलब्धियां होंगी—

1. मानसिक शक्ति के प्रयोग के लिए आपको ऐसी योग्यता प्राप्त हो सकेगी जिससे आप इच्छा अनुसार विभिन्न व्यक्तित्वों को धारण कर सकेंगे और उनका परित्याग कर सकेंगे।

2. इसके परिणाम स्वरूप आप शीघ्रता एवं सरलता से अपने आपको विभिन्न प्रकार के व्यक्तियों के अनुकूल बना सकेंगे।

महामानव के मानसिक वातावरण का निर्माण तथा प्रयोग

अभ्यास के पश्चात्, आप यह अनुभव करने लगेंगे कि दूसरे व्यक्तियों पर आप वह प्रभाव डाल सकते हैं जो कि आप उन पर डालना चाहते हैं। कुछ अभिनेत्रियों का न चेहरा इतना सुन्दर होता है और न शारीरिक गठन, फिर भी वे असंख्य दर्शकों को मन्त्र-मुग्ध कर लेती हैं।

इस प्रकार की सफलता प्राप्त करने के लिए आपको महामानव के मानसिक वातावरण का निर्माण करना होगा। इसके लिए पहले आप मन में कल्पना कीजिए कि आप (यदि महिला हैं तो) दूसरों की दृष्टि में कौसी दीखना चाहती हैं और फिर यह विचार उनके मन में दमित विस्फोट (Repressed Exhilaration) से आरोपित कीजिए। जब अकस्मात् यह मानसिक संदेश उनके पास पहुंचेगा तो उनके अवचेतन तथा चेतन मन इसका विरोध करने की स्थिति में नहीं होंगे। इससे वे इस स्थिति का विश्लेषण भी नहीं कर सकेंगे। ऐसी दशा में उनकी आदिम आत्म-चेतना इस विचार को यथावत् स्वीकार कर लेगी।

दूसरा अभ्यास—इसके लिए दूसरा अभ्यास यह है कि आप अपने दर्पण के सामने खड़ी होकर कल्पना कीजिए कि उसमें आपका प्रतिबिम्ब नहीं है, बल्कि कोई दूसरा व्यक्ति है, जो आपको घूर-घूर कर देख रहा

है। इस विचार का आरोपण आप वास्तविक मनुष्यों के मन में भी कर सकती हैं। जो आपको पहली बार देख रहा हो, उसके मन में यह आरोपण करना तो और भी सरल है। जो आपको बहुत दिनों से जानते हैं उन्हें आप सरलता से प्रभावित नहीं कर सकती। यह बात अवश्य है कि निरन्तर प्रयोग करते रहने से आप उनकी धारणा में कुछ परिवर्तन ला सकती हैं।

अभ्यास करते समय अपने मन की आंखों से देखिए कि आपकी आयु घटकर केवल 18-20 वर्ष की रह गई है, अब शरीर दुबला-पतला है, कमर पतली है और उरोज उन्नत, सुडौल, कठोर हैं। त्वचा भी स्फटिक के समान आकर्षक और चिकनी हो गई है। इसका तब तक अभ्यास कीजिए जब तक आप इच्छानुसार अपना ऐसा चित्र तत्काल अपनी आंखों के सामने खींचने में समर्थ न हो जाएं। जब आप इस प्रकार का मानसिक चित्र स्पष्ट रूप में खींचने में समर्थ हो जाएंगी तो आप अपने शरीर में नवयौवन युक्त परिवर्तन महसूस करने लगेंगी। आपकी आंदिम आत्म-चेतना आपका यह संकेत पाकर आपके मन में आत्म-विश्वास तथा अधरों पर ऐसी मादक मुस्कान और चाल-ढाल में ऐसी अदा भर देगी कि लोग वाध्य होकर आपको लावण्यमयी युवती समझने लगेंगे और अब जिसके मन में आप अपनी यह छवि आरोपित करेंगी, वही आप पर मुग्ध हो जाएगा। यह आरोपण केवल दो सैकिण्ड के लिए कीजिए। फिर उसे समेट लीजिए। अपने मन को इस विचार से खाली कर लीजिए, अन्यथा उसके मन में जो प्रतिक्रिया होगी, उससे आपका वास्तविक रूप उसके सामने प्रकट हो जाएगा। आधे मिनट बाद फिर दो सैकिण्ड के लिए करें। उसकी आत्म-चेतना में इस चित्र को पूर्णतया अंकित करने के लिए इस प्रयोग को कई बार दोहराइए।

अपने कमरे में इस अभ्यास में कुशलता प्राप्त कर लेने के बाद जब आप लोगों पर इसका प्रयोग करेंगी तो इसका प्रभाव देख कर आप स्वयं चकित रह जाएंगी।

होन भावना से रक्षा के लिए मानसिक शक्ति का प्रयोग

जिस रूप में आप स्वयं को प्रस्तुत करना चाहते हैं, उस रूप में आप अपनी कल्पना कीजिए। साथ ही दूसरे व्यक्ति का चित्र अपने मन में उस रूप में अंकित कीजिए जिस रूप में आप उन्हें अपने सामने देखना चाहते हैं। दोनों ही चित्र विल्कुल स्पष्ट होने चाहिए। तीसरे, उन परिस्थितियों एवं वातावरण के चित्र की कल्पना कीजिए जिसमें आप रहना चाहते हैं। तात्पर्य यह है कि अपना, अपने आस-पास के व्यक्तियों का तथा वातावरण का एक भ्रमपूर्ण चित्र अपने मन में अंकित कीजिए। आपके निरन्तर अभ्यास से यह भ्रमपूर्ण चित्र वास्तविकता में परिवर्तित हो जाएगा और यह सब आपके वैचारिक चित्र एवं मानसिक शक्ति से होगा।

अपने कमरे में एकान्त में बैठकर एक के पश्चात् एक ऐसे अनेकों दृश्यों का निर्माण कीजिए। अपने आपको नए रूप में देखिए और अन्य व्यक्तियों को अपने सम्मुख निःसहाय होकर नत मस्तक होता हुआ देखिए। ऐसे दृश्यों का अभ्यास वास्तविक घटना से एक-दो दिन पूर्व कीजिए। ऐसा न हो कि आप अभ्यास करके फौरन अपने कार्यालय में पहुंच जाएं। इससे आप विषम स्थिति में पड़ जायेंगे। यदि वास्तविक घटना आपकी कल्पना के अनुसार नहीं घटती तो भी हताश मत होइये। अपना यह अभ्यास निरन्तर करते रहिये, आपको अवश्य सफलता प्राप्त होगी।

5. मानसिक संदेश

मानसिक शक्ति के प्रयोग में मानसिक संदेश का बड़ा महत्त्व है। जो लोग दूसरों के आदेशों का पालन करने के अभ्यस्त हो जाते हैं, वे आदेश देने वाले व्यक्तियों के मानसिक संदेशों का बड़ी सरलता तथा तत्परता से पालन करते हैं। अतएव मानसिक संदेशों के द्वारा आप मानसिक शक्ति से प्राप्त होने वाली बड़ी-से-बड़ी सफलता प्राप्त कर सकते हैं क्योंकि ये संदेश

मनुष्य की बुद्धि को प्रभावित नहीं करते बल्कि उसकी अनुभूतियों तथा भावनाओं को स्पर्श करते हैं।

आप शब्दों, कार्यों अथवा विचारों के द्वारा किसी मनुष्य के चेतन मन को संदेश देते हैं। वह उस संदेश को अवचेतन मन के पास पहुंचा देता है या आदिम आत्म-चेतना के पास सुरक्षित रूप से रख देता है। चूंकि इस संदेश में किसी प्रकार की कोई चुनौती नहीं होती। इसलिए उसका चेतन मन इसकी उपेक्षा कर देता है, इसलिए अवचेतन मन या आदिम आत्म-चेतना के पास पहुंचने में इसके मार्ग में कोई बाधा नहीं आती।

मानसिक संदेश के प्रयोग की सर्वश्रेष्ठ रीति

किसी बात को बार-बार दोहराने से श्रोता का मन उस पर विश्वास करने लगता है। यह बात मानसिक संदेश के विषय में अक्षरशः सत्य है। जो कार्य आप किसी से कराना चाहते हैं, उसे मौखिक या वैचारिक रूप से बार-बार दोहराएं। शब्दों तथा स्वरशैली में कोई परिवर्तन मत आने दीजिए। ऐसा तब तक कीजिए जब तक दूसरे व्यक्ति का मन ऊब कर प्रतिरोध करना बन्द न कर दे। प्रतिरोध समाप्त होते ही आपका संदेश उसके चेतन तथा अवचेतन मन में होता हुआ उसकी आदिम आत्म-चेतना तक पहुंच जायेगा। इसका उस व्यक्ति पर वही प्रभाव पड़ेगा जो किसी पात्र पर सम्मोहनोत्तर निर्देशों का पड़ता है।

दैनिक जीवन में मानसिक संदेश का प्रयोग

जाने-अनजाने हम उन लोगों को प्रभावित करते रहते हैं जो हमारे सम्पर्क में आते हैं। कुछ को हम प्रेरणा देते हैं और कुछ को अपना बना लेते हैं। दैनिक जीवन में इन संदेशों को प्रभावपूर्ण ढंग से प्रयोग करने के लिए विक्री के चार नियमों को याद रखिये—दूसरे व्यक्ति के ध्यान को आकर्षित कीजिए, उसमें रुचि जाग्रत कीजिए, उसके अन्दर खरीदने की इच्छा पैदा कीजिए और माल बेच डालिए। इसी प्रकार मानसिक संदेश में आप किसी व्यक्ति पर अपने विचार केन्द्रित करके अथवा उसके लिए कुछ उपयोगी कार्य करके उसका ध्यान आकर्षित करते हैं, उसे कुछ प्रिय बात कह कर

या उसके विषय में सोच कर आप उसके मन में रुचि जाग्रत करते हैं, उसके लिए कुछ करने या लाभ पहुंचाने का वादा करके आप उसकी इच्छा को जाग्रत करते हैं और अंत में उसे अपना मनचाहा कार्य करने को प्रेरित करते हैं ।

एक महत्त्वपूर्ण परामर्श—मानसिक संदेश कभी प्रश्न या चींका देने वाले आदेश के रूप में मत दीजिए । केवल ऐसे सुझाव के रूप में भेजिए कि वह व्यक्ति यह करने जा रहा है ।

अपने कमरे में अकेले में बैठकर कल्पना कीजिए कि आप जल्दी में हैं और आप चाहते हैं कि आपकी महिला क्लर्क आपको अपने कार्य में सहयोग दे; परन्तु वह उद्वण्ड है और आपको कोई सहयोग नहीं देती । आप उसकी मेज के पास जाकर उसका ध्यान अपनी ओर आकर्षित कीजिए मानो आपके पास नष्ट करने के लिए समय नहीं है । आप चाहते हैं कि काम फौरन हो । यह सब आपको अपने ही कमरे में करना है । फिर भी धीरे-धीरे गहरी सांस लीजिए और शान्त बने रहिए । फिर मानसिक शक्ति के साथ विस्फोट कीजिए । कुछ आश्चर्यचकित होकर वह अनिच्छापूर्वक आपकी ओर बढ़ती है । इस शशोपंज में होती है कि उसे आपके पास जाना चाहिए या और प्रतीक्षा करनी चाहिए । अब आपका अगला कदम यह होना चाहिए कि आप उसमें अपने प्रति रुचि जाग्रत करें । आप उसकी ओर देखकर कहिए—
“इसमें संदेह नहीं कि हमारे यहां कुछ अच्छी क्लर्क हैं ।”

इस आकस्मिक प्रशंसा से उसका चेहरा खिल जायेगा । एक-दो सैकिण्ड तक प्र सापूर्ण दृष्टि से उसकी ओर देखिए । फिर अपनी घड़ी पर दृष्टि डालते हुए कहिए, “हे भगवान, शायद मैं समय पर न पहुंच सकूं !” आपकी टिप्पणी से उत्साहित होकर वह चाहेगी कि अपने कार्य से आपको प्रसन्न करे । इस समय आपको प्रसन्न करने का एकमात्र तरीका यही है कि वह आपको समय पर पहुंचने में सहायता दे सके । अब जो कुछ आदेश आपको देना है, दे डालिए । वह पूरी तत्परता से उसका पालन करेगी ।

इस अभ्यास में आप शब्दों का प्रयोग करने के साथ-साथ शारीरिक गतिविधि भी दिखलाइये जिससे वे आपके विरोधी क्लर्क के चेतन तथा

अवचेतन मन में गहराई से पहुंच सकें। इससे वह शीघ्र ही आपके नियंत्रण में आ जायेगी।

6. दूसरों को प्रभावित करने की कला

प्रत्येक व्यक्ति के चारों ओर उसका निजी ओज (Aura) होता है जिसमें उसके महत्त्वपूर्ण कम्पन रहते हैं। प्रत्येक व्यक्ति के ओज का रंग उसकी तात्कालिक मानसिक स्थिति के अनुसार भिन्न-भिन्न होता है। इन रंगों तथा कम्पनों को स्पष्ट रूप से देखा जा सकता है।

हमारे दैनिक जीवन में हम जिस व्यक्ति के भी सम्पर्क में आते हैं उस पर श्रेष्ठता प्राप्त करने के लिए हमारा ओज प्रत्येक क्षण उसके ओज से अदृश्य रूप में संघर्ष करता रहता है। इसका परिणाम यह होता है कि प्रत्येक भवन, उपनगर तथा नगर का अपना विशिष्ट वातावरण बन जाता है। कभी-कभी यह वातावरण वर्षों तक चलता रहता है। जो लोग उन मकानों में रह कर चले जाते हैं उनके कम्पन भी इसमें पीछे तक बने रहते हैं। जब इनका सम्बन्ध किसी मृत व्यक्ति से होता है तो इसी कथन और वातावरण को लक्ष्य करके कहा जाता है कि अमुक घर में 'भूतवास' है या 'उम्र में किसी व्यक्ति की आत्मा निवास करती है।'

आप स्वयं भी किसी स्थान पर अपना ओज (Aura) छोड़ सकते हैं और उससे वहां के निवासियों को प्रभावित कर सकते हैं। इसलिए यह उचित होगा कि आप जहां कहीं भी रहें या जाएं, वहां लाभदायक वातावरण तथा ओज छोड़ जाएं। आपके पास से आपका वातावरण धाराओं के रूप में वृत्त बनाता हुआ इस प्रकार फैलता है जैसे शान्त पानी में पत्थर फेंकने से वृत्त बनकर फैलते हैं। यह वातावरण उसकी चपेट में आने वाले व्यक्तियों या अन्य सम विचार वाले व्यक्तियों को प्रभावित करता है।

शक्तिशाली वातावरण निर्माण करने की विधि

अभ्यास 1—जहां कहीं आप जाते हैं, वहां शक्तिशाली वातावरण निर्माण करने के लिए एक कमरे में बैठ जाइये और कल्पना कीजिए कि आप किसी अन्य स्थान पर जा रहे हैं। अपने मन को अत्यन्त आह्लादपूर्ण तथा विश्वासयुक्त विचारों से भर लीजिए। इस विश्वास को भी मन में स्थान दीजिए कि आप प्रत्येक व्यक्ति को अपना बना लेंगे, चाहे आपके वारे में उनके विचार कुछ भी क्यों न हों। फिर आप इसी प्रकार विचार करते हुए उस स्थान पर कदम रखिये। यह मत सोचिए कि वह स्थान या व्यक्ति आपके अनुकूल नहीं है। लोगों से बातचीत करते समय भी अपनी इस विचारधारा को बनाए रखिए। मन में दुर्भावना या उद्दण्डता न आने दीजिए। यह विचारधारा संक्रामक रूप ग्रहण करके प्रत्येक व्यक्ति को आपके प्रभाव में ले आएगी।

7. काले जादू की प्रारंभिक तकनीक

काले जादू (Black magic) का प्रयोग तभी सफल हो सकता है जबकि दूसरा व्यक्ति आपसे भय खाता हो और यह समझता हो कि आप उसे हानि पहुंचा सकते हैं। उसका अज्ञानी या वहमी (अंध विश्वासी) होना आवश्यक नहीं है। जब आप उसकी ओर बुरे विचार प्रेषित करेंगे, वह उस पर विश्वास कर लेगा।

अनुचित कार्यों के लिए काले जादू का प्रयोग करने से आपको भी अनेक प्रकार से हानि पहुंच सकती है। इसके द्वारा आप जो बुरा कार्य करते हैं, आगे चल कर उसका मूल्य तो आपको चुकाना पड़ता ही है, अनजाने में आपके अवचेतन मन में भी अपराध भावना पनपने लगती है। यदि आपका यह बुरा आरोपण असफल हो जाता है अर्थात् दूसरा व्यक्ति इसका सफलतापूर्वक प्रतिरोध कर लेता है तो यह सम्भव है कि आप स्वयं ही अपने हाथों से वह अपराध कर डालें जैसा कि सम्मोहनोत्तर पात्र करता है। इस प्रकार आप केवल मन से ही नहीं पूर्ण रूप से अपराधी बन जायेंगे।

अतएव काले जादू का प्रयोग करने से लाभ की अपेक्षा हानि ही अधिक होती है। यदि इसका प्रयोग करना ही पड़े तो अपने और दूसरों की भलाई के लिए कीजिए।

8. काले जादू के प्रभाव को कैसे रोकें

अन्य प्रभावों की भांति काले जादू के प्रभाव से बचने के लिए सबसे अच्छा तरीका यह है कि आप अपने मन-मस्तिष्क को विचार-शून्य बना लें। इधर-उधर की बातों के बारे में उथले रूप से सोचने लगे। यदि आपको उसके आक्रमण का उत्तर देने के लिए प्रत्याक्रमण करना हो तो अपनी मानसिक शक्ति से उसके वातावरण को भेद कर अपनी सबल मानसिक शक्ति का उसकी ओर विस्फोट कीजिए। अपने विस्फोट को उसके विस्फोट से भी अधिक शक्तिशाली बनाइये।

अभ्यास 1—मान लीजिए कि कोई व्यक्ति आपके प्रति ऐसा व्यवहार करता है जिससे आपको अपने अन्दर हीन भावना आती हुई प्रतीत होती है। उसका विरोध करने के बजाये अपने मन को उसकी ओर से हटा लीजिए। उसे इस बात की अनुमति मत दीजिए कि वह आपको अपने अनुकूल बना सके या इच्छानुसार नाच-नचा सके। साथ ही उसके साथ तर्क-वितर्क भी मत कीजिए, न उसके व्यवहार का प्रतिरोध कीजिए। जब तक उसका मानसिक प्रतिरोध समाप्त न हो जाए अपने मन को 'खाली होजा, खाली होजा' कहते रहिये, फिर अपने स्वाभाविक रूप में आ जाइये। यदि वह फिर मानसिक आक्रमण करता है—जैसा कि साधारणतया होता है—तो अपने मन को फिर विचार शून्य कर लीजिए। अंत में वह असफल होकर अपना प्रयत्न ही छोड़ देगा।

इस प्रकार के दृश्य की पहले अकेले कमरे में बैठ कर कल्पना कीजिए। उसके पश्चात् सार्वजनिक रूप से प्रयोग कीजिए।

अभ्यास 2—प्रत्याक्रमण करने के लिए कल्पना कीजिए कि उससे फिर वहीं मुलाकात हो रही है। अपने मस्तिष्क को फिर विचार शून्य

करके उसके आक्रमण का प्रतिरोध कीजिए। जब आप यह अनुभव करें कि उसका दबाव कम हो रहा है तभी उसकी ओर पूर्ण मानसिक शक्ति से यह विचार प्रेषित कीजिए, “आप जानते हो, मैं आपसे अधिक श्रेष्ठ और शक्तिशाली हूँ। आप मुझे परास्त नहीं कर सकते। अच्छा हो आप अपना प्रयत्न छोड़ दें।”

अपनी सहज बुद्धि से आपके आक्रमण की गंध पाकर वह दुगनी शक्ति से आप पर आक्रमण करेगा। आपको एक चुभने वाली पीड़ात्मक अनुभूति होगी। फिर आप फौरन अपना मस्तिष्क खाली करके उसे थक जाने दीजिए। इस दूसरे आक्रमण के छः-सात सैकिण्ड के पश्चात् या उसका दबाव कम होते ही आप अपनी ओर से फिर शक्तिशाली मानसिक धावा बोल दीजिए, “भया अभी आपकी समझ में नहीं आया कि आप व्यर्थ ही अपना समय और शक्ति नष्ट कर रहे हैं? यदि आप यह समझते हैं कि आप मुझे अपने वश में कर लेंगे तो यह आपकी भूल है। वास्तव में मैं ही आप पर हावी हो जाऊंगा। आप भी इस बात को जानते हैं।”

इस बार वह अपनी पूरी शक्ति से आप पर मानसिक आक्रमण करेगा। जितनी अधिक शक्ति वह लगायेगा, उतनी ही जल्दी वह थक जायेगा और उसके मन में पराजय की भावना उभरने लगेगी। आप ऊपर लिखे अनुसार ही उसके आक्रमणों को विफल करते रहिये। अंत में वह अपने हथियार डाल देगा। किन्तु यह मत समझ लीजिए कि उसने सदा के लिए पराजय स्वीकार कर ली है। अवसर पाकर और अपनी मानसिक शक्ति को संचित करके वह फिर आक्रमण कर सकता है। इसलिए आप अपनी शक्ति का अपव्यय करके स्वयं को थका मत डालिए।

यदि कोई शत्रु आपके ऊपर ऐसा ही मानसिक आक्रमण करे तो उपरोक्त तकनीक को आजमाते हुए उसे केवल तृतीय पुरुष से संदेश दें। जैसे, “मूर्ख, अब की बार तुझे ऐसे व्यक्ति से पाला पड़ा है जिसका मुकाबला करना कोई हंसी-खेल नहीं है। ऐसे व्यक्ति के साथ छेड़छाड़ न करने में ही भलाई है। इसके रास्ते से हट जाओ।”

इस प्रकार जब उसे तृतीय पुरुष में संदेश मिलेगा तो वह समझेगा कि उसे यह संदेश आप से न मिल कर उसके अवचेतन मन से ही मिल रहा

है। इससे उसका आत्म-विश्वास लड़खड़ाने लगेगा। यदि फिर आपके हृदय की गति बढ़ जाये, मन में कुछ भय का संचार होने लगे तो समझ लीजिए कि उसने दूसरा और अधिक शक्तिशाली आक्रमण किया है। आप ऊपर लिखी तकनीक को अपनाते हुए फिर संदेश भेजिए, 'तुम समझते क्यों नहीं कि तुम आग से खेल रहे हो। यह आदमी बहुत खतरनाक है। इसके रास्ते से हट जाओ।'

इससे वह बहुत अधिक भयभीत होकर सोचने लगेगा कि उसकी अन्तरात्मा ही उसे सावधान कर रही है। फिर उसके हाथ-पंर फूल जायेंगे और वह आपके ऊपर अपनी शक्ति का प्रयोग बन्द कर देगा।

9. सफलता कैसे शीघ्र प्राप्त करें

आप चाहें कोई भी व्यवसाय या कार्य करें, आपका एकमात्र उद्देश्य उसमें सफलता प्राप्त करना होता है। यदि आप सही रीति से कार्य करेंगे तो आपको सफलता अवश्य मिलेगी। परन्तु केवल सफलता प्राप्त हो जाने से ही आपको संतोष नहीं होगा। आपकी इच्छा होती है कि आपको जल्दी-से-जल्दी सफलता प्राप्त हो। आप ऐसा साधन ढूँढ़ना चाहेंगे जिससे आप अपने लक्ष्य को जल्दी से प्राप्त कर लें।

जिस कार्य में आप सफलता प्राप्त करना चाहते हैं, उसके विषय में गम्भीरतापूर्वक विचार कीजिए। फिर अपने अवचेतन मन से अद्वितीय मानसिक योग्यता का प्रवाह उन्मुक्त करते हुए उसमें प्रतिभा सम्पन्न व्यक्ति के संदेश अपने मस्तिष्क में आरोपित कीजिए। जो कुछ आप इस लाइन में प्राप्त करना चाहते हैं, उसकी विल्कुल उसी रूप में कल्पना कीजिए। यह मानकर कामना कीजिए कि आप अपने लक्ष्य को प्राप्त कर चुके हैं। साथ ही यह भी कल्पना कीजिए कि इस सफलता को प्राप्त करने के लिए आपको वास्तव में क्या करना है। परन्तु यह कल्पना किसी निष्क्रिय स्वप्न दृष्टा की भाँति मत कीजिए। यह कल्पना पूर्णतया व्यावहारिक दृष्टिकोण से होनी चाहिए, इससे आप उसके सम्पूर्ण साधनों

पद्धतियों, व्यावहारिक बाधाओं आदि पर विचार करते हुए अपनी मानसिक शक्ति से उनका निराकरण कर सकेंगे; आपके लक्ष्य की तर्क संगतता भी आपके सामने स्पष्ट हो जायेगी। जो बात आप घटित होते देखना चाहते हैं, उसका चित्र स्पष्ट रूप से अपने मन में अंकित कीजिए।

जब आप ऐसा करते हैं तो आपको दिशा-दर्शन ही प्राप्त नहीं होता बल्कि आप उन कम्पनों को भी आकर्षित करते हैं जो आपके मस्तिष्क को उस दिशा में वारीकी से सोचने के लिए प्रेरित करते हैं, ताकि आप अपने लक्ष्य में पूर्ण सफलता प्राप्त कर सकें। आप स्वयं को प्रेरक इच्छाशक्ति का सबल केन्द्र बना लीजिए। इस प्रकार के अभ्यास से आपके मस्तिष्क को जो तीव्र विचार शक्ति प्राप्त होती है, उसे अपने उद्देश्य के चिन्तन में लगा दीजिए। इसके फलस्वरूप, आपको अपने लक्ष्य की प्राप्ति में जिस तेज गति से सफलता प्राप्त होती है, उसे देखकर आप स्वयं चकित रह जायेंगे।

देखने में सरल प्रतीत होने पर भी आप इस अभ्यास पर कदापि अविश्वास न कीजिए और पूरी शक्ति से इसकी सिद्धि में जुट जाइये।

10. अपने व्यक्तित्व का पुनर्निर्माण कीजिए

जिस प्रकार विभिन्न प्रकार के व्यायामों से भिन्न-भिन्न मांस-पेशियों को विकसित करके सबल बनाया जा सकता है, उसी प्रकार आप अपने मस्तिष्क के विभिन्न भागों को भी अभ्यास के द्वारा विकसित करके अपने आपको एक दूसरा ही—विल्कुल असाधारण—मनुष्य बना सकते हैं। जब आप अपने मस्तिष्क को मानसिक पद्धतियों से प्रशिक्षित करते हैं, तो आप उसका उन दिशाओं में विकास करते हैं। आपके मन में बार-बार घुमड़ने वाले आत्म-संदेश आपके मन को उसी के अनुसार ढाल देते हैं। यदि आप प्रसन्नचित्त रहकर अपने अघरों पर मुस्कान रखने का अभ्यास करते हैं तो कुछ समय पश्चात् आप स्वाभाविक रूप से प्रसन्न रहने लगते हैं और आपके अघरों पर मुस्कान स्थायी रूप से दिखाई देने लगती है। यदि आप नियमित रूप से मानसिक शक्ति को विकसित करने के लिए अभ्यास

करते हैं तो आपकी मानसिक शक्ति स्वतः विकसित हो जाती है और किसी भी प्रयोग के लिए आपको विशेष प्रयत्न करने की आवश्यकता नहीं पड़ती।

आप अपने आपको जैसा मनुष्य बनाना चाहते हैं वैसे ही मनुष्यों के गुणों का अनुकरण कीजिए। उसी व्यक्ति का चित्र एकान्त में बैठ कर अपने मस्तिष्क में अंकित कीजिए। फिर उसकी भांति सोचने, बोलने तथा कार्य करने लगिये; कुछ ही दिनों पश्चात् आप अपने आपको वैसा ही व्यक्ति पायेंगे।

यह एक निर्विवाद तथ्य है कि यदि हम अपने मन में उठने वाले किसी भाव को उसी समय दबा दें तो वह सदा के लिए समाप्त हो जाता है। यदि हम उस भाव को बढ़ावा देते हैं तो उससे सम्बन्धित अन्य भाव भी पनपने लगते हैं। इसी प्रकार के भावों को प्रश्रय देकर या दबा कर मनुष्य दुराचारी या महापुरुष बनता है। इसका कारण यह है कि मन में उठने वाले भावों को सहारा देने के लिए मनुष्य के अन्दर से ही आत्म-संदेश उठते और पनपते हैं। किसी भी संदेश की बार-बार आवृत्ति होने से मनुष्य के पुनर्निर्माण को भारी सहारा मिलता है। यदि कोई मनुष्य किसी मिथ्या बात को बार-बार सत्य बना कर दुहराता रहे तो कुछ समय बाद वह बात उसके अवचेतन मन में ऐसी जम जायेगी कि वह स्वयं भी उसे सत्य समझने लगेगा। अतः एव जिस प्रकार का असाधारण मनुष्य आप स्वयं को बनाना चाहते हैं, उसके एक आदर्श एवं स्पष्ट चित्र की कल्पना कीजिए और उसी के अनुसार मन, वचन, कर्म से आचरण कीजिए। आप अवश्य वैसे ही व्यक्ति बन जायेंगे।

दूसरे व्यक्तियों को महान् कैसे बनायें ?

इस प्रकार से आप स्वयं को ही नहीं दूसरों को भी महान् व्यक्ति बना सकते हैं। दूसरे व्यक्ति के अन्दर अपनी मानसिक शक्ति द्वारा उसी प्रकार के विचारों का आरोपण कीजिए जैसा कि आप उसे बनाना चाहते हैं। आपके प्रयोग से उसके मन में कुछ परिवर्तन होगा। जब बार-बार उसके मन में ये कम्पन (Vibrations) पहुँचेंगे तो वह उन विचारों को अपने विचार समझकर उनके अनुसार आचरण करने लगेगा।

मनुष्य का पुनर्निर्माण करने की क्षमता स्त्री में स्वाभाविक रूप से होती है। यह न जानते हुए भी कि वे किसी मानसिक शक्ति का प्रयोग कर रही हैं, वे इसका तथा अपनी विचार शक्ति का सफलतापूर्वक प्रयोग करती हैं। यही कारण है कि विवाह के पूर्व व्यक्ति एक प्रकार का होता है और विवाह के पश्चात् वह एकदम दूसरा बन जाता है। फिर वह लोगों के इस कथन की परवाह नहीं करता कि 'स्त्री ने उस पर जादू कर दिया है' या 'वह जोरू का गुलाम बन गया है।' साधारणतः वह अपनी स्त्री की इच्छाओं की पूर्णतया उपेक्षा नहीं कर सकता।

अभ्यास—जिस व्यक्ति के व्यक्तित्व को या स्वभाव को आप बदलना चाहते हैं, उसके चित्र को अपने मस्तिष्क में—एकान्त में बैठ कर—अंकित कीजिए। फिर उसके मन में उसे सुधारने वाले विचार अपनी मानसिक शक्ति से आरोपित कीजिए। उससे कभी विवाद मत कीजिए और न उसे विवाद में उलझने का अवसर ही दीजिए। विचार संप्रेषण की क्रिया को निरन्तर जारी रखिए। कुछ दिनों के परिश्रम के पश्चात् आप उसमें परिवर्तन देखेंगे। किन्तु किसी व्यक्ति के व्यक्तित्व को सुधारने से पहले यह नितान्त आवश्यक है कि आप अपने निजी व्यक्तित्व का पुनर्निर्माण कर लें।

जब आप अपने आपको अपनी मानसिक शक्ति के प्रयोग से असाधारण मनुष्य बना लेंगे तो आपके लिए कोई भी असाधारण कार्य करना असम्भव नहीं होगा। इससे आप अपना ही नहीं दूसरों का भी कल्याण कर सकेंगे।

इस सातवें अध्याय में—

- जंगल में खूंखार जानवरों अथवा अपने नगर-मौहल्ले में आक्रमणकारी पशुओं से अपनी रक्षा कैसे कर सकते हैं ?
- हिंस्र पशुओं को अपनी मानसिक शक्ति से प्रभावित करके उनसे अपने आदेशों का पालन कैसे करा सकते हैं ?
- पशु-पक्षियों को पालतू बनाने तथा उन्हें ट्रेनिंग देने का सही रास्ता क्या है ?

इन सबके वैज्ञानिक उत्तर इस अध्याय में देखिए और उनका अनुसरण करके सफलता प्राप्त कीजिए ।

अध्याय 7

पशु-पक्षियों पर मानसिक नियंत्रण

मनुष्य का मस्तिष्क तथा प्रकृति अन्य प्राणियों को जाने-अनजाने प्रभावित करते रहते हैं। प्रत्येक व्यक्ति के स्वभाव में तथा मानसिक गुणों से कुछ-न-कुछ भिन्नता होती है। एक ही औषधि अनेक चिकित्सक देते हैं। एक ही औषधि से कोई रोगी जल्दी स्वस्थ हो जाता है तो दूसरा देर में स्वस्थ होता है और तीसरा बिल्कुल स्वस्थ नहीं होता यद्यपि तीनों रोगियों का रोगी एक ही है, रोग की स्थिति एक जैसी है और तीनों ही रोगी अपने-अपने चिकित्सकों से अपरिचित हैं। इसका एकमात्र कारण यह है कि चिकित्सक की मानसिक शक्ति रोगी को प्रभावित करती है, चाहे इस शक्ति का ज्ञान रोगी और चिकित्सक किसी को भी न हो।

इस सम्बन्ध में दूसरा उदाहरण छोटे बच्चे का लिया जा सकता है जिसे माता-पिता दोनों ही समान भाव से प्रेम करते हैं; परन्तु कहीं बच्चे मां की अपेक्षा बाप से अधिक प्रेम करता है और कहीं बाप की अपेक्षा मां से अधिक। अनेक बार देखा जाता है कि मां बच्चे की बहुत अधिक देख-भाल करती है, उसकी सुख-सुविधा का ध्यान रखती है फिर भी बच्चा बाप से अधिक स्नेह मानता है और कई बार बाप से मां की शिकायत करने में भी नहीं चूकता। इसके अतिरिक्त अनेक ऐसे बच्चे देखे जाते हैं जो बाप की शकल देखकर उसके सामने आने में कतराते हैं, उससे भय खाते हैं, हालांकि पिता उनसे हार्दिक प्रेम करता है। माता-पिता की इस स्थिति का बच्चे के विकास पर भी प्रभाव पड़ता है।

यह बात सुनने में कुछ अटपटी लगती है कि माता-पिता की मानसिक स्थिति का बच्चे के विकास पर प्रभाव पड़ता है, परन्तु यह एक वैज्ञानिक

तथ्य है। इसका तर्क-संगत आधार है। जिस व्यक्ति की उपस्थिति में बच्चा भयभीत अथवा सहमा-सहमा रहता है, उसका उस बच्चे पर बहुत बुरा प्रभाव पड़ता है। उसके तंत्रिका-तंत्र पर एक आघात-सा लगता है जिसका असर आमाशय पर होता है। आमाशय की क्रिया अस्त-व्यस्त हो जाती है जिससे उसकी पाचन-शक्ति विगड़ जाती है। स्पष्ट है कि पाचन शक्ति खराब हो जाने से बच्चे की वृद्धि रुक जाती है।

यही नियम पशु-पक्षियों के साथ लागू होता है। जंगल में स्वतंत्र घूमने वाले पशु वन्धन में रहने वाले पशुओं की अपेक्षा कहीं अधिक स्वस्थ होते हैं, हालांकि पालतू अवस्था में उन्हें भोजन उससे कहीं अधिक अच्छा और नियमित रूप से मिलता है। पशु-पक्षियों के साथ ही नहीं, पेड़-पौधों के साथ भी ऐसा होता है। एक ही भूमि पर एक-सी सिंचाई पाकर भी कुछ पौधे एक माली की देख-भाल में जल्दी फूलते-फलते हैं जबकि दूसरे पौधे दूसरे माली की देख-भाल में अधिक समय लेते हैं। इससे सिद्ध होता है कि मनुष्य का मस्तिष्क दूसरे प्राणी की गतिविधियों को प्रभावशाली ढंग से प्रभावित करता है।

एक बार एक व्यक्ति ने एक तालाब की मछली को इतना अधिक प्रशिक्षित कर लिया था कि एक निश्चित समय पर उसके तालाब के पास आने पर वह मछली स्वतः आ जाती थी। जब कभी उसके स्थान पर कोई दूसरा व्यक्ति आकर खड़ा हो जाता तो उसकी झलक देखते ही वह गायब हो जाती थी। वह कभी उसे आवाज देकर नहीं बुलाता था और बुला भी नहीं सकता था, क्योंकि पानी के अन्दर उसकी आवाज पहुंच भी नहीं सकती थी। केवल अपनी अंतःचेतना से ही वह उसकी उपस्थिति का आभास पा लेती थी।

कुत्तों के विषय में तो हम प्रायः देखते हैं किसी अनजान व्यक्ति को पहली बार देखकर कोई कुत्ता उसके पास पहुंच कर अपनी पूंछ हिलाने लगता है, और वह कुत्ता किसी दूसरे अपरिचित व्यक्ति पर झपट पड़ता है या बुरी तरह से भौंकने लगता है।

इन सब बातों पर गंभीरतापूर्वक विचार तथा अनुसंधान करने से ज्ञात होता है कि आदिम व्यक्तियों अथवा पशु-पक्षियों में एक ऐसी छठी

ज्ञानेन्द्रिय होती है, जो सम्यक् कहे जाने वाले बुद्धिमान व्यक्ति में नहीं होती। इसका एक कारण यह है कि उसने अपनी बुद्धिमत्ता से ऐसे शब्दों, अंकों तथा वैज्ञानिक सूत्रों एवं साधनों जैसे ठोस प्रतीकों का आविष्कार कर लिया है जिससे उसे छठी इन्द्रिय पर निर्भर रहने की विशेष आवश्यकता नहीं होती और यह प्राकृतिक नियम है कि जिस क्षमता का प्रयोग नहीं किया जाता वह धीरे-धीरे नष्ट हो जाती है। यही कारण है कि उसने ऐसी प्राकृतिक 'देन' को गवां कर अब तर्क सम्मत विचार शक्ति को अपना लिया है।

इस बात को अस्वीकार नहीं किया जा सकता कि मनुष्य की भांति पशु-पक्षी भी सोच-विचार करते हैं, परन्तु उनकी विचार करने की शैली मनुष्यों से सर्वथा भिन्न है। वे मनुष्य की तरह शब्दों और अंकों में नहीं सोचते। वे चित्र के रूप में सोचते हैं। किसी खाद्य पदार्थ को लेने के लिए चूहे को कितना उछलना चाहिए, किसी ढके हुए वर्तन को यदि वह अकेला नहीं खोल सकता तो उसे दूसरे चूहे की सहायता लेनी पड़ती है। किस वर्तन के नीचे उसे खाद्य-पदार्थ मिलेगा, इसकी कल्पना वह अपने ढंग से कर लेता है और उसकी यह कल्पना प्रायः सही सिद्ध होती है। इससे एक बात स्पष्ट है कि सब प्रकार के सोच-विचार करने के लिए सदा शब्दों की आवश्यकता नहीं होती, उनके बिना भी काम चल सकता है। जब कहीं आगजनी, किसी के डूबने या अन्य कोई इस प्रकार की आकस्मिक दुर्घटना हमारी आंखों के सामने घटती है, तो उस समय हमें क्या करना चाहिए यह हम शब्दों के माध्यम से नहीं सोचते। उसका विचार मन में ऐसी विद्युत् गति से आता है कि वह शब्दों का जामा पहन ही नहीं सकता। शब्दज्ञान से विचार करने की क्षमता का कोई सम्बन्ध नहीं है। विद्वान् भी सोचता है, मूर्ख भी सोचता है। कभी-कभी उद्भट्ट विद्वानों को भी अभिव्यक्ति के लिए उपयुक्त शब्द नहीं मिल पाते।

उपरोक्त तथ्यों के आधार पर हम दो निष्कर्षों पर पहुँचते हैं। एक तो यह कि जो पशु-पक्षी या पेड़-पौधे शब्दों या अंकों के माध्यम से विचार नहीं करते, वे भी किसी-न-किसी रूप में सोचते हैं और दूसरे; यह कि हम अपनी मानसिक शक्ति से उन्हें किसी-न-किसी रूप में प्रभावित करते हैं। परन्तु

ऊपर जो वच्चे, कुत्ते आदि के उदाहरण दिये गये हैं, उनमें मनुष्य की मानसिक शक्ति ने उन्हें प्रभावित तो अवश्य किया, परन्तु उस प्रभाव के पीछे उसकी कोई अन्तःप्रेरणा या इच्छा शक्ति नहीं थी। उसने उन्हें अपनी इच्छा के अनुसार प्रभावित नहीं किया।

आपकी गुप्त शक्ति

किसी भी प्राणी को प्रभावित करने की क्षमता आपकी गुप्त मानसिक शक्ति है। इस शक्ति का सफल प्रयोग करने के लिए इसका विकास करना पड़ेगा; और यह विकास होगा निरन्तर अभ्यास करने से। थोड़े ही दिनों के अभ्यास से आप यह तो समझ जायेंगे कि किसी को प्रभावित करने की क्षमता आपके अन्दर है, परन्तु मनोनुकूल सफलता प्राप्त करने के लिए नियमित रूप से निरन्तर अभ्यास करना होगा।

इसका अभ्यास करने से पूर्व अपने अन्दर से जल्दवाजी की समस्त भावनाओं को एकदम बाहर निकाल फेंकिये। केवल काम में ही नहीं, सोच-विचार में भी जल्दवाजी न हो। इसके पश्चात् केवल एक ही प्रकार से बोलने का स्वभाव बनाइये। आपके स्वर में विविधता नहीं होनी चाहिए। विचारों में भी एकरूपता लाने का प्रयत्न कीजिए। ऐसा नहीं कि किसी के वारे में एक क्षण में एक विचार बनाते हैं और दूसरे क्षण में विल्कुल दूसरा। स्वर की एकरूपता सम्मोहन (हिप्नाटिज्म की) निद्रा का आह्वान करती है। जिसके विषय में आप एकरूपता के साथ विचार करते हैं, वह उनींदा-ना होने लगता है, वह आराम, चैन और शिथिलता का अनुभव करता है। इस स्थिति में आ जाने पर उसका मन आपकी ओर आकर्षित होता है। वह धीरे-धीरे आपकी मानसिक शक्ति के नियंत्रण में आ जाता है। जब वह पूर्णतया आपकी मानसिक शक्ति की पकड़ में आ जाता है तो आपका उस पर पूर्ण आधिपत्य स्थापित हो जाता है। यद्यपि प्रारम्भ में ही अपनी इस क्षमता को आप भली-भाँति नहीं समझ सकेंगे, परन्तु धीरे-धीरे यह बात आपके सम्मुख उजागर हो जायेगी कि ऐसी शक्ति विद्यमान है और उसका प्रयोग किया जा सकता है।

मानसिक शक्ति से पशुओं को नियंत्रित करने की विधि

जिस प्रकार मनुष्य को मानसिक शक्ति से प्रभावित किया जा सकता है, लगभग उसी प्रकार से पशुओं को भी प्रभावित किया जा सकता है। एक महत्वपूर्ण अन्तर यह है कि किसी पशु को प्रभावित करने के लिए उसका आमने-सामने होना आवश्यक है। दूसरे, उसका पूरा ध्यान आपकी ओर होना चाहिए। यदि वह आपकी ओर ध्यान से नहीं देख रहा है अथवा आपकी बात नहीं सुन रहा है तो उसके मन में अपने आदेशात्मक मानसिक संदेशों को आरोपित करने का प्रयत्न करना अपनी शक्ति और समय का अपव्यय करना है। इस विषय में केवल आपके पालतू कुत्ते और बिल्ली ही अपवाद हो सकते हैं क्योंकि वे आपके पास से काफी दूर होते हुए भी आपके संदेशों को दूरवोध (Telepathy) द्वारा ग्रहण करने की क्षमता रखते हैं।

किसी भी पशु को प्रभावित करने के लिए आपको योग के समान मन और कर्म का तथा आवश्यकता पड़ने पर वचन का भी मिला-जुला प्रयोग करना होगा। यह संभव है कि पशु आपके शब्दों का अर्थ न समझे परन्तु उसमें आपके बोलने के ढंग की तथा मानसिक शक्ति की उन धाराओं की प्रतिक्रिया होती है जो आपके मन से निकल कर उसके मन तक पहुंचती हैं। जिस प्रकार आपके द्वारा सम्मोहित किया गया व्यक्ति उस भाषा में दिये गये आदेशों का पालन कदापि नहीं करेगा जो उसके लिए अपरिचित है, उसी प्रकार कोई भी पशु आपके शब्दों को सुन कर उसका पालन तब तक नहीं करेगा जब तक कि आपने उसे उचित प्रशिक्षण नहीं दिया होगा। उदाहरण के लिए आप किसी अशिक्षित व्यक्ति को अपनी जेब में हाथ-डालकर आदेश दें 'सिट डाउन' (बैठ जाओ), तो वह भाव शून्य-सा आपका मुंह ताकता रहेगा, परन्तु जब आप 'सिट डाउन' कहते हुए अपने हाथ से बैठ जाने का इशारा करेंगे तो वह फौरन बैठ जाएगा। बिल्कुल यही बात उस पशु के साथ है जो आपकी भाषा नहीं समझता। आपकी आवाज सुनकर थोड़ी देर के लिए वह आपकी ओर आकर्षित तो होगा परन्तु उसका अर्थ न समझ कर वह फौरन ही आपकी ओर से अपना ध्यान हटा लेगा।

इन घटनाओं के अपवाद भी हैं। मान लीजिए कोई कुत्ता आप पर आक्रमण करने के लिए दौड़कर झपटता है। उस समय आपके पास इतना

समय नहीं होता कि आप ऐसे शब्दों के बारे में सोच कर उसे आदेश दे सकें जिन्हें वह समझता हो। ऐसी स्थिति में बिल्कुल शांत होकर खड़े हो जाए। अपने मन से भय को बाहर निकाल दीजिए। यदि वह कुत्ता बिल्कुल पागल न होगा तो आपका मानसिक संदेश उसे अवश्य प्रभावित करेगा और वह एकदम ठिठक जाएगा। आप पर आक्रमण नहीं करेगा। यदि आप अविचलित भाव से बिना पलक मारे उसकी आंखों से आंखें मिलाकर खड़े रहेंगे तो उसका सारा साहस जवाब दे जाएगा। उस समय उसकी मानसिक स्थिति वास्तव में क्या होगी, इसका विश्लेषण तो सही-सही नहीं किया जा सकता, परन्तु यह स्पष्ट है कि यदि इस समय आप अकस्मात् झुक कर जमीन पर से कोई पत्थर का टुकड़ा उठाने लगे तो वह कू-कू करता हुआ पागलों की तरह से वापिस सरपट दौड़ जाएगा। यद्यपि उसने आपको वास्तव में पत्थर उठाते हुए नहीं देखा, फिर भी वह कल्पना कर लेगा कि आपके हाथ में पत्थर है आप उसे अवश्य मारेंगे।

खतरनाक जानवरों का मुकाबला कैसे करें

अनेक बार ऐसा होता है कि आप किसी सुनसान जंगल में चले जा रहे हैं। वहां अचानक आपकी दृष्टि किसी ऐसे शेर, चीते जैसे जंगली जानवर पर पड़ जाती है जो आप ही की ओर देख रहा है और सोच रहा है कि अगले क्षण वह आपको अपना शिकार बना ले। स्पष्ट है कि इस समय आप मौत के मुंह में हैं। आपके प्राण कुछ क्षणों के मेहमान हैं। ऐसी दशा में आपको क्या करना चाहिए। यह बताने से पूर्व हम आपके सामने एक सच्ची घटना प्रस्तुत करना चाहते हैं।

लगभग 30 वर्ष पहले की बात है। एक सज्जन अजमेर से पुष्कर जा रहे थे। पुष्कर अजमेर से लगभग सात मील की दूरी पर एक सुप्रसिद्ध तीर्थ स्थान है। अजमेर और पुष्कर के बीच में एक घाटी पड़ती है जिसे पुष्कर की घाटी कहा जाता है। यहां पहाड़ों को काटकर रास्ता बनाया गया है। इस घाटी को पार करने के लिए सड़क भी बनी हुई है जिस पर होकर वाहन जाते हैं और बीच में से होकर पगडण्डी गई है जिस पर

यात्री लोग प्रायः पैदल जाते हैं। इस पैदल मार्ग से रास्ता लगभग आधा रह जाता है।

संध्या का झुटपुटा होने का था। हमारे मित्र घाटी में से होकर पैदल जा रहे थे कि उन्हें रास्ते में एक चीता बैठ दिखाई दिया जो उन्हीं की ओर टकटकी बांधे देख रहा था। पहली दृष्टि पड़ते ही उनके मन में सन्नाटा खिच गया। आगे बढ़ने पर चीते के आक्रमण की आशंका थी और लौटने पर मृत्यु निश्चित थी क्योंकि वे चाहे कितनी ही तेज दौड़ते, चीते की चपेट से नहीं बच सकते थे। उन्होंने तत्काल निश्चय करके अपने मन से भय को दूर भगाया और मस्तिष्क को सब प्रकार के विचारों से खाली कर लिया और निर्भय होकर उसी चाल से—अपनी चाल में कोई परिवर्तन लाए बिना—चीते की ओर सीधे बढ़ते चले गए। चीता उनकी ओर निर्निमेष दृष्टि से देख रहा था। वे उसकी ओर टकटकी लगाए मंद-मंद मुस्कराते हुए बढ़ते चले जा रहे थे। उनकी दृष्टि जहां निर्भयता की घोषणा कर रही थी, वहां मन्द-मन्द मुस्कान मैत्री का संदेश दे रही थी। चीता उन्हें घूरता रहा। वे उसी चाल से बिना भयभीत हुए या पीछे मुड़े—खाली मस्तिष्क से—आगे बढ़ते चले गए। केवल कनखियों से उसकी ओर अवश्य देखते रहे। इस प्रकार उन्होंने इस विपत्ति से छुटकारा पा लिया।

यह अचूक तरीका है जिससे खतरनाक पशुओं का मुकाबला किया जा सकता है, चाहे वह शेर हो या चीता या भयंकर विपधर। उसे यह आभास मत होने दीजिए कि आप उससे भयभीत हो गए हैं। अपने मानसिक विचारों द्वारा उस पर नियंत्रण स्थापित करने का प्रयत्न भी मत कीजिए। उसे केवल ऐसा आभास दीजिए कि आप ऐसे मृत व्यक्ति हैं जो चल तो सकते हैं, परन्तु सोच-समझ नहीं सकते। आपके मन में कोई भाव, विचार या भय नहीं है। यदि वह अपनी पशु-बुद्धि से आपके मस्तिष्क में उठने वाले विचारों को पढ़ना चाहे तो उसे यह देखकर हैरानी होगी कि आपका मस्तिष्क विचारों से बिल्कुल खाली है। आपके विचार शून्य मस्तिष्क को देखकर वह परेशान ही नहीं हो जाएगा, बल्कि स्वयं भयभीत भी हो जाएगा क्योंकि वह यह नहीं समझ पायेगा कि आपके मन में क्या है और आप क्या करना चाहते हैं। जब वह आपके विषय में किसी

निष्कर्ष पर नहीं पहुंच सकेगा, तो वह आप पर आक्रमण करने का साहस नहीं कर सकेगा ।

प्रशिक्षक सिंह के पिजरे में कैसे घुस जाते हैं ?

यह तो सभी जानते हैं कि सर्कस में शेरों का खेल दिखाने वाले शेरों के प्रशिक्षक—जिन्हें रिंग मास्टर कहा जाता है—शेरों के पिजरे में निर्भय होकर घुस जाते हैं । जंगल का राजा कहा जाने वाला बब्वर शेर—जो आदमी को देखते ही चीर-फाड़ कर खा जाता है—पालतू कुत्ते की तरह उसके आदेशों का पालन करता है । उसके मुंह में आदमी का—रिंग मास्टर का—सिर आ जाने पर भी वह उसमें दांत गढ़ाने का साहस नहीं कर सकता । ऐसा क्यों होता है ? इसका एकमात्र उत्तर है कि जब वह पिजरे में प्रवेश करता है तो अपने आपको निर्भय बनाकर मन मस्तिष्क को विचारों से खाली कर लेता है ।

मानसिक शक्ति को संचित और संगठित करके जब उसका प्रयोग किसी पर किया जाता है तो वह सबसे अधिक प्रभावशाली शक्ति बन जाती है । आकस्मिक संप्रेषण से वह दूसरे व्यक्ति या प्राणी को स्तब्ध कर देती है । जब आप उनकी ओर देखते हैं, सोचते हैं या उनसे भय अनुभव करते हैं तो वे अपने आपको आपसे अधिक महत्त्वपूर्ण और बलवान समझने लगते हैं । उन्हें ऐसा प्रतीत होता है कि आपको आसानी से अपना शिकार बनाया जा सकता है । जब आप उनमें कोई रूचि प्रदर्शित नहीं करते, उन्हें कोई महत्त्व नहीं देते तो वे अपने आपको नगण्य समझने लगते हैं ।

स्मरण रहे यह बात उन पशुओं के साथ लागू नहीं होती जो किसी पेड़ के पीछे या आड़ में छिप कर आपके ऊपर आक्रमण करने के लिए बैठे होते हैं; क्योंकि उस समय आपको उनकी उपस्थिति का ज्ञान नहीं होता । आप अपनी मानसिक शक्ति का प्रयोग तभी कर सकते हैं जबकि वह आपके सामने हो और आप दोनों को एक-दूसरे की उपस्थिति का ज्ञान हो ।

जिस समय प्रशिक्षक शेरों के पिजरे में घुसता है तो वे उसकी ओर देख कर गुराँते हैं और अपना विरोध प्रदर्शित करने के लिए अपने पंजों को

उठाते हैं तो वह इन बातों की परवाह नहीं करता। उस समय वह अपना ध्यान अपने हाथ की कुर्सी, कोड़े और पिस्तौल पर शान्तिपूर्वक केन्द्रित रखता है। वह एकदम जंगली पशुओं को कोई आदेश नहीं देता। पहले वह बिना भयभीत और उत्तेजित हुए उनकी ओर इस प्रकार देखता है जैसे कोई व्यक्ति अपने चिरपरिचित मित्रों से स्नेहपूर्वक मिलता है। वह उन्हें ऐसा आभास नहीं होने देता कि वह उन्हें कोई आदेश या दण्ड देने के लिए आया है। उन्हें केवल ऐसा प्रतीत होता है कि प्रशिक्षक केवल एक मित्र के नाते उनसे मिलने आया है। किसी भी भयंकर जंगली पशु को इसी प्रकार के रवैये से अपने अनुकूल बनाया जा सकता है। इतना सब कुछ करते हुए भी वह इन पशुओं के आक्रमण के विरुद्ध सतर्क रहता है, परन्तु वह अपनी इस मानसिक स्थिति को अपने शारीरिक लक्षणों या किसी भी ढंग से प्रकट नहीं होने देता। उसके इस व्यवहार से वे जंगली पशु यह समझने के लिए विवश हो जाते हैं कि उनके प्रशिक्षक के मन में नाममात्र का भी भय या परेशानी नहीं है उनकी उपस्थिति उसे किसी भी प्रकार से प्रभावित नहीं कर रही है, और यदि उस पर आक्रमण किया जाएगा तो वह अपनी रक्षा कर सकेगा।

जंगली पशुओं के पिंजरे में प्रवेश करके उनका प्रशिक्षक धीरे-धीरे निश्चिन्त भाव से उनकी ओर बढ़ता है। उसके हाथ की कुर्सी थोड़ी ऊंची उठी हुई होती है, ताकि यदि कोई उस पर अकस्मात्, आक्रमण कर दे तो वह उससे अपनी रक्षा कर सके। परन्तु अपने मस्तिष्क में वह इस विचार को दृढ़तापूर्वक संजोए रखता है कि कोई पशु उस पर आक्रमण करने का साहस नहीं कर सकेगा। इतना होने पर भी यदि कोई पशु आक्रमण कर ही दे तो वह अपनी कुर्सी की सहायता से उसका निवारण कर देता है और फिर उस विचार को अपने मस्तिष्क से निकाल फेंकता है। उस घटना को विलकुल भूल जाता है। अपनी आंखें या मस्तिष्क में वेचैनी या भय के कोई चिन्ह नहीं रहने देता। चाहे शेर कितनी ही जोर से गरजे या गुर्राए, वह विलकुल चिन्ता नहीं करता और उत्तेजित तो किसी भी दशा में नहीं होता।

जब वह उनको कोई आदेश देता है तो उन्हें एक विरोधी पशु या बवंर प्राणी समझ कर नहीं देता, बल्कि इस प्रकार देता है जैसे किसी ऐसे आदमी को आदेश दे रहा हो जिसकी अपनी सत्ता है अपना व्यक्तित्व है। वास्तव में प्रत्येक पशु का अपना व्यक्तित्व भी होता है, जो अन्य पशुओं से सर्वथा भिन्न होता है ! इसीलिए वह उनके साथ व्यक्तित्व के अनुसार व्यवहार करता है। वह अपने व्यवहार में उनके प्रति सम्मान तो प्रकट करता है, परन्तु भय का आभास नहीं होने देता। प्रशिक्षक ऐसा दिखावा करता है कि उन दोनों की भाषा एक है और वे एक-दूसरे को भली-भांति समझते हैं। यदि वह ऐसा न करे तो जंगली पशु यह समझ लेगा कि प्रशिक्षक ऐसा अपरिचित व्यक्ति है जिसके साथ उसका कोई सम्बन्ध नहीं हो सकता। उसके मन में यह भावना उत्पन्न होने पर वह उसे कदापि मित्र भाव से नहीं देखेगा और उसी प्रकार उसका शत्रु तथा विद्रोही बना रहेगा। साथ ही उससे भय भी लगता रहेगा। परिणाम यह होगा कि प्रशिक्षक अपने उद्देश्य में कदापि सफल नहीं हो सकेगा। शेर उसके कहने के अनुसार कोई कार्य तभी करेगा जबकि वह उसे अपना मित्र समझेगा। शत्रु के आदेशों का पालन कोई नहीं करता। यदि भय के कारण कोई करता भी है तो अवसर पाते ही वह प्रतिशोध लेने से भी नहीं झिझकता, फिर शत्रु भाव से कार्य करने वाले सिंह आदि के सामने तो प्रतिशोध लेने के अनेक अवसर आते हैं। इसलिए प्रशिक्षक के लिए यह अनिवार्य हो जाता है कि वह सिंह आदि भयंकर पशुओं से मित्र बना कर कार्य कराए न कि शत्रु बना कर।

जंगली पशुओं के प्रशिक्षण का अर्थ यह कदापि नहीं है कि केवल चिल्लाकर या कोड़े वरसा कर ही पशुओं को अपने करतब दिखाने के लिए विवश करे पशु गुरांकर अथवा विरोध प्रदर्शित करते हुए पिस्तौल की नोक तथा हण्टर की मार पर अपने करतब दिखाए। हण्टर का प्रयोग तो केवल स्टूल पर इस आदेश के साथ होना चाहिए कि एक पशु उछल कर दूसरे पशु की पीठ पर चला जाए। इस प्रकार उसे केवल आदेश का पालन करने की शिक्षा दी जाती है। पिस्तौल का प्रयोग तो केवल ऐसे आपात्काल में किया जाता है जब पशु का आक्रमण भयंकर प्रतीत होने

लगे और अन्य किसी प्रकार से उसका निवारण न हो सके। वैसे साधारणतया प्रशिक्षक पशु का विश्वास जीत कर उसके सहयोग से ही सफलता प्राप्त करता है।

जंगली पशुओं को वश में करने के लिए मानसिक शक्ति का प्रयोग ही सर्वोत्कृष्ट साधन है और यह मानसिक शक्ति मन को अपने वश में रखकर, भय और शंका की भावना को मन से निकाल कर तथा पशुओं में अपने प्रति पूर्ण विश्वास एवं मैत्री भावना को उत्पन्न करके प्राप्त की जाती है।

पशुओं के साथ दुर्दमनीय व्यवहार

जंगली पशुओं को प्रारम्भ में केवल प्रेम और शब्दों के व्यवहार से प्रशिक्षित नहीं किया जा सकता, क्योंकि प्रारम्भ में वे मनुष्य के आदेशों को समझने की क्षमता नहीं रखते। मनुष्य की भाषा उनके लिए अपरिचित और दुर्वोध होती है। इसके अतिरिक्त उनके सामने एक प्रश्न यह भी होता है कि वे मनुष्य के आदेशों का पालन क्यों करें, विशेषतया उस मनुष्य के आदेशों का जिसने उनकी स्वतन्त्रता को छीनकर पिंजरे में बन्दी बना कर रख छोड़ा हो। अतः एव अपने आदेशों का पालन कराने के लिए उसे हण्टर की मार का भय भी दिखाना पड़ता है। इसी से उसके मन में अपने प्रशिक्षक के प्रति भय मिश्रित प्रेम की भावना जाग्रत होती है। वैसे भी भय के बिना प्रीति नहीं होती।

अतः एव प्रारम्भ में प्रशिक्षक अपने शब्दों और संकेतों से उसे आदेश देता है और अपने हण्टर की सहायता से उन आदेशों का पालन करने के लिए उसे विवश करता है। जिस समय वह अपनी भयंकर क्रुद्ध दृष्टि से अपने प्रशिक्षक को घूरता है तो बदले में वह उससे भी अधिक दुर्दमनीय दृष्टि से उसकी ओर देखता है। इस प्रकार तीव्र दृष्टि के आदान-प्रदान से पशु यह स्वीकार करने को विवश हो जाता है कि प्रशिक्षक उसका स्वाधीन है और उसे प्रत्येक दशा में उसके आदेशों का पालन करना ही पड़ेगा। इसके बिना उसका छुटकारा नहीं है।

जब प्रशिक्षक पिंजरे से बाहर निकलता है तो वह जंगली पशुओं की ओर पीठ करके कभी नहीं निकलता। इस प्रकार निकलते समय वे उस पर

आक्रमण कर सकते हैं। इसलिए पिंजरे से बाहर निकलते समय भी प्रशिक्षक निरन्तर अपनी आंखों से उसे धूरता रहता है और आदेश की मुद्रा बनाए रहता है। नेत्रों के माध्यम से वह इसलिए भी आदेश देता है कि इस स्थिति में मानसिक विचारों द्वारा उन्हें आदेश देना सम्भव नहीं है, क्योंकि वे अभी तक मनुष्य की भाषा न समझने के कारण उसके आदेशों को विचारों अथवा शब्दों के माध्यम से समझने में असमर्थ होते हैं। जैसा कि हम इस अध्याय के प्रारम्भ में बता चुके हैं, पशु मनुष्यों की भांति शब्दों के माध्यम से विचार नहीं करते। उनके विचार करने के प्रतीक मनुष्यों के प्रतीकों से भिन्न होते हैं।

पशुओं की भी मानसिक शक्ति होती है, और वे उसका प्रयोग भी करते हैं। प्रायः देखा जाता है कि जब कुत्ता या विल्ली प्रसन्न चित्त होकर अपना प्रेम प्रदर्शित करते हैं तो उनके मुख की मुद्रा कुछ और होती है और जिस समय वे क्रुद्ध होते हैं या किसी पर आक्रमण करना चाहते हैं तो उनकी मुख-मुद्रा दूसरी ही होती है। जब बन्दर किसी को भयभीत करना चाहता है तो उसके भाव उसके यह चेहरे पर साफ दिखाई देते हैं। यह बात केवल कुत्ते, विल्ली और बन्दर के साथ ही नहीं है, प्रायः प्रत्येक पशु के साथ है। कुछ छोटे-छोटे प्राणी व कीड़े-मकोड़े अपने शत्रुओं से बचने के लिए जिस प्रकार के पेड़-पौधों पर होते हैं, उसी के अनुरूप अपने शरीर का रंग बदल लेते हैं और शत्रु की दृष्टि से बच कर अपने प्राणों की रक्षा कर लेते हैं। स्पष्ट है कि इस प्रकार शरीर का रंग परिवर्तन मानसिक शक्ति के प्रयोग के बिना नहीं किया जा सकता। गिरगिट तो अनेकों रंग बदल सकता है। यह इस बात का प्रमाण है कि अन्य प्राणियों में भी मानसिक शक्ति होती है और वे आवश्यकतानुसार इसका प्रयोग भी करते हैं।

कुछ लोग अपने पालतू पशुओं को केवल थपथपाते हैं या उन पर धीरे-धीरे हाथ फेरकर अपना प्रेम प्रदर्शित करते हैं। इसका उन पर प्रभाव तो पड़ता है, परन्तु वह स्थायी नहीं होता। सही तरीका यह है कि उनके शरीर पर हाथ फेरते समय उनको शब्दों द्वारा सम्बोधित भी करते जाएं अथवा अपने स्नेहपूर्ण विचारों को अपने हाथों के माध्यम से उनके मन में आरोपित

करने का प्रयत्न करें। आपके हाथों से निकलने वाली धाराएं उसे गर्म और प्रेम-प्लावित ही नहीं करेंगी बल्कि आपके प्रति उनके मन में स्थायी प्रेम का संचार भी करेंगी।

अंग्रेजी साहित्य का अध्ययन करने वालों ने दानियाल की कहानी अवश्य पढ़ी होगी। दानियाल एक दास था। उस समय सभ्य देशों में भी दास प्रथा का प्रचलन था। मनुष्य खरीद कर दास बना लिए जाते थे। एक बार दानियाल से अप्रसन्न होकर उसके स्वामी ने उसे भूखे सिंहीं के तयखाने में डाल दिया। पहले तो भूखे सिंह उस पर झपटे, परन्तु वे दानियाल की निर्भय शान्त मुद्रा को देखकर वहीं ठिठक गए। दानियाल की मानसिक शक्ति काफी विकसित थी। जब उसने शान्त और निर्भय चित्त से सिंहीं पर अपनी मानसिक शक्ति का प्रयोग करते हुए स्नेहपूर्ण दृष्टि डाली तो उनकी आक्रमणकारी प्रवृत्ति शान्त हो गई और वे उसके मित्त बनकर उसके हाथों को चाटने लगे। इसका एकमात्र कारण यह था कि उसके मन में मृत्यु का कोई भय नहीं था। इसलिए उन्होंने दानियाल को अपने शिकार के रूप में न देखकर स्नेहमय मित्त के रूप में देखा।

इस आठवें अध्याय में—

- केवल अपनी मानसिक शक्ति द्वारा आप दुःख-दर्द और कष्टों से तड़पते हुए व्यक्तियों को कैसे आराम पहुंचा सकते हैं ?
- पुराने रोगों में घुल-घुल कर मरते हुए रोगियों को आप किस प्रकार जीवनदान दे सकते हैं ?
- ईसा मसीह लोगों का रोग कैसे दूर करते थे ? उन्हीं की तरह आप भी मसीहा कैसे बन सकते हैं ?
- आप रोगी को देखे बिना—उससे बहुत दूर रह कर भी उसका असाध्य रोग कैसे दूर कर सकते हैं ?

इन सबका उत्तर आपको इस अध्याय में मिलेगा ।

अध्याय 8

मानसिक शक्ति द्वारा रोग चिकित्सा

बहुत से सन्त महात्मा अपनी मानसिक शक्ति से बहुत से असाध्य रोगियों को स्वस्थ बना देते हैं। यह प्राचीन काल की ही बात नहीं है। आज भी बहुत-से लोग ऐसे रोगियों को सन्तों के चरणों में लाकर डाल देते हैं जो चिकित्सकों की औपधि से निराश हो चुके होते हैं। औरों की बात छोड़ दीजिए, स्वयं चिकित्सक भी केवल औपधि से ही किसी को निरोग कर देने का दावा नहीं कर सकते। वे अपनी औपधि के साथ-साथ अपनी मानसिक शक्ति का भी प्रयोग करते हैं। ऐसे ही वैद्य, हकीमों को दृष्टि में रख कर कहा जाता है कि अमुक हकीम के हाथ में 'शफा' है या अमुक वैद्य के हाथ में 'यश' है। इससे सिद्ध होता है कि सन्त महात्मा ही नहीं चिकित्सक भी रोग निवारण के लिए मानसिक शक्ति का प्रयोग करते रहे हैं।

मानसिक शक्ति की सहायता से रोग निवारण का प्रयोग दो प्रकार से किया जा सकता है। एक रोगी के पास स्वयं उपस्थित रह कर और दूसरे रोगी की दृष्टि से ओझल रह कर। इस अध्याय में हम यह बतायेंगे कि रोगी के सम्मुख उपस्थित रह कर मानसिक शक्ति से रोग को कैसे दूर किया जा सकता है।

ईसाई धर्म के प्रणेता महात्मा ईसा मसीह भी प्रथम रीति से ही रोगियों को निरोग कर दिया करते थे। मानसिक शक्ति द्वारा रोगियों को स्वस्थ बना देने में उन्हें इतनी अधिक दक्षता थी कि लोगों ने उनका नाम 'मसीह' रख दिया था और वे गरीब अपंगों के मसीहा समझे जाते थे। रोग निवारण की प्रथम तकनीक—रोगियों के समक्ष स्वयं उपस्थिति रहने की पद्धति—को अपनाने के अनेक कारण थे, वे रोगी के सम्मुख पहुंच कर अपने

शब्दों और क्रियाओं के द्वारा ही रोगी पर अपनी मानसिक शक्ति का प्रयोग नहीं करते थे, बल्कि उस पर हाथ फेर कर उसमें अपनी शक्ति को संचारित करते थे। इसके अतिरिक्त वे अपनी दृष्टि रोगी की दृष्टि से मिला कर उसके शरीर में अपने सूक्ष्म शरीर को अधिक प्रभावशाली ढंग से आरोपित कर सकते थे। साथ ही वे रोगी को चेतावनी भी दे देते थे कि वह चमत्कारपूर्ण रीति से स्वस्थ होने की बात किसी से न कहे। ऐसा करने में उनका एकमात्र उद्देश्य यह होता था कि कोई अविश्वासी व्यक्ति अपने कुकर्मों से उसके मनोबल को गिरा कर उसे पुनः अस्वस्थ न बना दे।

मानसिक शक्ति से रोग निवारण करने की क्षमता मूलरूप से प्रायः प्रत्येक व्यक्ति में विद्यमान रहती है। किन्तु वह सक्रिय नहोकर सुषुप्तावस्था में रहती है। जो लोग इस तथ्य से परिचित हैं, वे ही इसका विकास करते हैं। कुछ लोग इस शक्ति का विकास करके भी इसका समुचित रीति से उपयोग नहीं करते। यह बात अवश्य है कि कुछ लोगों में यह क्षमता अधिक मात्रा में, जबकि कुछ लोगों में कम मात्रा में होती है; परन्तु अभ्यास से दोनों ही इस शक्ति को बहुत अधिक विकसित कर सकते हैं। यह ऐसी शक्ति है जिसका अनेक जन्मों तक विनाश नहीं होता। यही कारण है कि कुछ लोग छोटी आयु में ही रोगियों के रोग को दूर करने की क्षमता प्राप्त कर लेते हैं और उन्हें यह मालूम भी नहीं हो पाता कि उन्हें ऐसी अद्भुत क्षमता कहां से प्राप्त हो गई है।

बहुत से शंकालु व्यक्ति इस शक्ति को कभी विकसित नहीं कर पाते यदि वे कभी विकसित कर भी लेते हैं तो बड़े कठिन परिश्रम के बाद। इसका कारण यह है कि इस प्रकार के कार्यों में मानसिक अविश्वास सबसे बड़ी बाधा बन कर आ खड़ा होता है। जिन लोगों में सुदृढ़ और अटल आत्मविश्वास होता है वे ऐसे कार्यों को बड़ी सरलता से सम्पन्न कर सकते हैं जिन्हें दूसरे लोग असम्भव या अत्यन्त चमत्कारपूर्ण समझते हैं। संशय एक ऐसा दार्शनिक रोग है जिसे अपना कर व्यक्ति अपनी पराजय में ही गौरव का अनुभव करता है। उसके प्रत्येक विचार और कार्य का अन्त निराशा अथवा असफलता में ही होता है। किसी कार्य को न कर सकने के सम्बन्ध में निराशावादी शंकालु व्यक्ति आसानी से तर्क उपस्थित कर सकते हैं।

ईसा मसीह द्वारा प्रयुक्त पद्धति

मानसिक शक्ति द्वारा रोग निवारण की जिस पद्धति को महात्मा ईसा ने अपनाया था, वह सर्वश्रेष्ठ पद्धति थी। उन्होंने इस क्षेत्र में अभूतपूर्व कीर्तिमान स्थापित किये थे। ईसाई मतावलम्बी या ईसा में श्रद्धा रखने वाले यह तर्क दे सकते हैं कि वे परमात्मा के पुत्र थे, इसलिए उनके लिए कोई कार्य असम्भव नहीं था। परन्तु वस्तुस्थिति यह नहीं है। उन्होंने शिष्यों को भी मानसिक शक्ति द्वारा रोगों को दूर करने की पद्धति बताई थी जिससे वे भी रोगों से छुटकारा दिलाने में समर्थ हो गए थे। यदि ईसा मसीह खुदा के बेटे थे तो उनके शिष्य तो खुदा के बेटे नहीं थे, वे जन्म से साधारण मनुष्य थे। इस प्रकार उनमें और सर्व-साधारण में कोई अन्तर नहीं था। जब वे अपनी मानसिक शक्ति से रोगी को स्वस्थ कर सकते थे तो फिर कोई कारण नहीं कि आप और हम न कर सकें। उसके लिए केवल अभ्यास की आवश्यकता है।

अपनी मानसिक शक्ति से किसी को निरोग करने के लिए पहली शर्त यह है कि उस व्यक्ति को आपमें पूर्ण निष्ठा और श्रद्धा होनी चाहिए। इसका मुख्य कारण यह है कि किसी भी रोगी को वास्तव में आप रोग मुक्त नहीं करते, बल्कि वह स्वयं ही अपने आपको रोग मुक्त करता है। आपकी मानसिक शक्ति तो उसकी श्रद्धा का माध्यम लेकर उसे सहारा भर देती है। इसलिए महात्मा ईसा किसी भी रोगी की चिकित्सा करने से पूर्व उससे पूछ लिया करते थे, "क्या तुम्हें विश्वास है तुम मेरी चिकित्सा से ठीक हो जाओगे?" जब उसका उत्तर 'हां' में होता था तभी वे उसकी चिकित्सा करते थे। वे जानते थे कि जिस स्थान पर वे उत्पन्न हुए हैं, और जहां वे छोटे से बड़े हुए हैं, वहां उनकी मानसिक शक्ति कोई चमत्कार नहीं दिखा सकेगी, क्योंकि घर का जोगी जोगिया आन गांव का सिद्ध होता है। इसलिए उन्होंने अपने जन्म स्थान में किसी की चिकित्सा करने की कोशिश नहीं की।

यही कारण है कि रोगी को आप पर पूर्ण विश्वास होना चाहिए, अन्यथा आप प्रयोग करके अपनी शक्ति तथा समय का अपव्यय करेंगे।

रोगी के मन में यह विश्वास दिला देना अत्यन्त आवश्यक है कि अब वह नीरोग हो गया है, अर्थात् अब उसके शरीर में कोई रोग नहीं है और यह तभी सम्भव है जबकि वह आप पर तथा आपकी क्षमता पर पूरी निष्ठा रखता हो।

रोगी के मन में आपके प्रति विश्वास कैसे उत्पन्न हो ?

जब हम यह कहते हैं कि रोगी को नीरोग होने के लिए आप पर पूर्ण निष्ठा एवं विश्वास होना आवश्यक है तो यह प्रश्न उठना स्वाभाविक है कि आपके प्रति उसके मन में विश्वास कैसे उत्पन्न हो ? जब वह रोग के स्पष्ट लक्षण देख रहा हो, उसके कारण उत्पन्न हुई पीड़ा से कराह रहा हो, तो उसे यह विश्वास दिलाना आसान काम नहीं है कि वह नीरोग हो गया है—उसका रोग दूर हो चुका है। जब उसकी आंखें असाध्य रोग के कारण मुंदी जा रही हों, या वह ऐसी दशा को पहुंच चुका हो जबकि उसे दो कदम चलना भी भार प्रतीत हो रहा हो, अथवा वह पेट के भयानक फोड़े की पीड़ा से तड़प रहा हो तो उसे कैसे विश्वास दिलाया जा सकता है कि उसका रोग और पीड़ा केवल काल्पनिक है।

• परन्तु महात्मा ईसा ऐसा ही किया करते थे। वे रोगी के सामने स्वयं पहुंचते थे और उसके शरीर पर हाथ फेरकर उसे विश्वास दिला देते थे कि अब उसे रोग से मुक्ति मिल गई है साथ ही वे उसे परामर्श देते थे कि अपने रोग से मुक्त होने की बात किसी से कहना मत, उसे बिल्कुल गुप्त रखना। चूंकि रोगी ईसा मसीह के किसी करिश्मे से पहले ही अवगत हो चुका होता था, इसलिए वह सहज ही उनकी क्षमता और बातों पर विश्वास कर लेता था। किसी से रोग मुक्ति की बात न कहने की शर्त के अनुसार कोई दूसरा व्यक्ति उसके मन में यह सन्देह या विश्वास उत्पन्न नहीं कर सकता था कि उसका रोग अब भी पहले की भांति विद्यमान है और उसके लक्षणों में कोई विशेष अन्तर नहीं पड़ा है।

प्रारम्भ में आपको अपनी मानसिक शक्ति से चिकित्सा करने में कठिनाई हो सकती है। पहली बात तो यह है कि मानसिक शक्ति से चिकित्सा करने के सम्बन्ध में आपने कोई ख्याति अर्जित नहीं की हुई

होती है। यह कोई नहीं जानता कि आप इस प्रकार किसी की चिकित्सा कर सकते हैं। यदि आप किसी प्रसिद्ध सफल चिकित्सक के बराबर प्रयत्न और परिश्रम भी करें तो भी उसके बराबर सफलता प्राप्त नहीं कर सकते जब तक कि उसके बराबर प्रसिद्ध न हो जाएं। यह बात इसी क्षेत्र में नहीं सभी क्षेत्रों में समान रूप से लागू होती है। जब कोई प्रसिद्ध कवि, वक्ता या अभिनेता मंच पर आता है तो उसके बोलने से पूर्व ही सारा हॉल उसके स्वागत में तालियों की गड़गड़ाहट से गूँज जाता है, जबकि किसी अपरिचित महान कवि, वक्ता या महान अभिनेता का उस समय तक कोई स्वागत नहीं होता जब तक उसकी महानता के लक्षण दर्शकों के सामने प्रगट नहीं हो जाते। अतएव जो ख्याति अपने पैर जमा चुकी है, उसके प्रभाव को बिना किसी विशेष कारण के कम नहीं किया जा सकता।

यदि चिकित्सक प्रसिद्ध न हो—

इसमें कोई संदेह नहीं कि सभी चिकित्सक प्रारम्भ में प्रसिद्ध नहीं होते। कुछ रोगों में निरन्तर सफलता प्राप्त करते रहने पर ही उन्हें प्रसिद्धि प्राप्त होती है। जब तक प्रसिद्धि प्राप्त नहीं होती, उन्हें सफलता की सीढ़ी तक पहुंचने के लिए कुछ उपायों का सहारा लेना पड़ता है।

रोगी से मिलते ही कुशलक्षेम पूछिये। आप इस बात की प्रतीक्षा मत कीजिए कि कोई आपका उससे औपचारिक परिचय कराये तभी आप उससे वार्तालाप करें। यदि आप उसे पहले से जानते हैं और वह यह समझता है कि आप उसके पड़ोसी हैं या प्रायः उसके घर आते-जाते रहते हैं तो आपको उसे रोग से छुटकारा दिलाने में कठिनाई हो सकती है। ऐसी स्थिति में रोगियों के लिए मसीहा समझे जाने वाले स्वयं महात्मा ईसा को कठिनाइयों का सामना करना पड़ता था। यदि आप मानसिक शक्ति द्वारा किसी रोगी की चिकित्सा करते हैं तो निःसंदेह उस समय आपकी स्थिति बदल जाती है। आप दर्शकों से हट कर एक विशिष्ट श्रेणी में जाते हैं। यह सुविधा और महत्त्व आपको किसी रोगी के कमरे में प्राप्त नहीं होते।

फिर भी आपको रोगी से सहानुभूतिपूर्वक बातचीत करनी चाहिए। आपकी चेहरे की मुस्कान और व्यवहार से ऐसा प्रकट होना चाहिए कि

आप उसे पूर्णतया स्वस्थ समझ रहे हैं। उसकी दशा अच्छी न होने पर भी आप उसे इस बात का आभास न होने दें। वह तो यह समझे कि आप उसे बिना किसी कठिनाई के रोग से मुक्ति दिला देंगे। वह आशा तो यह करता है कि उसका रोग असाध्य नहीं है, परन्तु उसके मन में यह शंका बनी रहती है कि आप उसके रोग के विषय में कोई भयानक बात न कह दें। प्रायः सभी रोगी अपने वारे में सोच-सोच कर इस निष्कर्ष पर पहुँचा करते हैं कि वे इस समय कम-से-कम एक दर्जन रोगों के शिकार बने हुए हैं। यदि आप तनिक-सी भी झिझक या चिन्ता प्रकट कर देंगे तो वह अपने रोग को इतनी गम्भीरता से लेने लगेगा कि आपके लिए उसका इलाज करना दुष्कर हो जाएगा।

मानसिक शक्ति के सफल चिकित्सक के लक्षण

वह अपने रोगी के साथ ऐसा व्यवहार करता है जैसा एक स्वस्थ व्यक्ति दूसरे स्वस्थ व्यक्ति के साथ करता है। परन्तु उसकी पीड़ा का उपहास भी नहीं करता। इससे उसके मन को आघात लगता है और वह अपने मित्र के रूप में नहीं देख सकेगा। उसका उद्देश्य तो रोगी के साथ एकरूपता स्थापित करना होता है। तभी रोगी उसे अपना मित्र और हितैषी समझता है। वह यह विश्वास करने लगता है कि चिकित्सक उसके रोग को समझता है और वही एक ऐसा व्यक्ति है जो उसे रोग से छुटकारा दिलाकर ठीक कर सकता है।

वह यह नहीं पूछता कि “आपकी तवियत कैसी है?” बल्कि वह कहता है, “मैंने सुना है, आजकल तुम अपने आपको तरोताजा अनुभव नहीं कर रहे हो?”

जब रोगी गहरी सांस लेकर अपने दुःख-दर्द की कहानी सुनाता है तो वह सारी बात ध्यानपूर्वक तथा सहानुभूति के साथ सुनता है और बार-बार हमदर्दी से गर्दन हिलाता है और पूछता है, “तुम्हें सबसे अधिक पीड़ा किस जगह महसूस होती है?” जिस स्थान का वह नाम बताता है या संकेत करता है, उसे देखकर स्पर्श करते हुए वह पूछता है, “ऐसा कब से है?” यदि चिकित्सक उस रोग के विषय में विशेष जानकारी न भी रखता हो,

तो भी ऐसे प्रश्नों से रोगी समझता है कि उसे इस रोग के विषय में विशेष जानकारी है। परिणाम यह होता है कि उसका चिकित्सक के प्रति विश्वास कई गुना बढ़ जाता है। वह अपने अज्ञान को उस पर प्रकट नहीं होने देता। यही कारण है कि रोगी ऐसे चिकित्सक के आदेशों का अक्षरशः पालन करता है।

अपनी क्षमता का रोगी को विश्वास दिलाने के लिए वह उसके रोग के अन्य लक्षणों तथा रोगों की अवधि के विषय में पूछताछ करता है। तात्पर्य यह है कि वह ऐसे प्रश्न पूछता है जैसे कोई कुशल चिकित्सक पूछा करता है। साथ ही वह उसकी नाड़ी की गति देखने का भी बहाना करता है। माथे पर हाथ फेरता है और मुस्करा कर हटा लेता है, परन्तु अपने मुंह से इस विषय में एक शब्द भी नहीं कहता। उधर रोगी उत्सुक दृष्टि से चिकित्सक की ओर इस आशा से देखता है कि वह उसके रोग के विषय में कुछ बताएगा। कभी-कभी वह सकुचाते हुए इसके सम्बन्ध में सीधा प्रश्न भी कर लेता है।

मानसिक शक्ति द्वारा रोग-निवारण कैसे करें ?

अब तक हमने जिस पद्धति का वर्णन किया है, यदि आप उसके अनुसार आचरण करते हैं, तो इस समय तक रोगी आपसे काफी प्रभावित हो चुका होता है। चाहे उसके रोग को नाड़ी परीक्षा अथवा माथे को दवाने की बिल्कुल आवश्यकता न हो, फिर भी आपके इस कार्य से वह यह समझने लगता है कि आप उसकी देख-भाल करने की क्षमता रखते हैं और आपने उसके रोग का कारण तथा निदान समझ लिए हैं। आपमें उसका विश्वास जम जाता है, और आपकी क्षमता के प्रति उसके मन में जो भी थोड़ा बहुत अविश्वास बचा हुआ होता है वह भी समाप्त हो जाता है। परिणाम यह होता है कि उसका मस्तिष्क आपकी रोग निवारक मानसिक शक्ति द्वारा भेजे गए संदेश को स्वीकार करने के लिए तत्पर हो जाता है। साथ ही इस कार्य में वह आपको अपना पूरा सहयोग भी देता है।

अब आप सीधे उसकी आंखों में या आंखों के बीच के खाली स्थान पर अपनी दृष्टि जमाइए। इससे उसे ऐसा प्रतीत होगा कि आप एक साथ उसकी दोनों आंखों में देख रहे हैं। चूंकि आप उसकी आंखों में न देखकर उसकी आंखों में विद्यमान भावों की आसानी से उपेक्षा कर सकते हैं। ऐसी दशा में आपको उस स्थिति पर नियंत्रण करने का अवसर मिल जाता है।

आप उसे शान्त मधुर वाणी में विश्वास दिलाने का प्रयत्न करते हैं, 'तुम जल्दी ही और आसानी से निरोग हो जाओगे' उससे यह न कहिए कि उसके शरीर में कोई कठिन रोग नहीं है, अथवा उसका रोग साधारण है। केवल अपनी मुख मुद्रा से इस भाव को प्रदर्शित कीजिए। उसके मस्तिष्क को उसके रोग के विषय में सोच-विचार न करने दीजिए, उसे दूसरी ओर मोड़ दीजिए। जो कुछ आप कर रहे हैं या उसे करने के लिए आदेश दे रहे हैं, उसी पर उसके मस्तिष्क को केन्द्रित करने का प्रयत्न कीजिए।

अब आप अपनी दृष्टि उसके उस अंग की ओर ले जाइए जो रोग-ग्रस्त है। फिर धीरे से उस अंग का स्पर्श कीजिए तथा उसमें अपनी शक्ति संप्रेषित कीजिए। ऐसा अनुभव कीजिए कि आपका ओज (Aura) आपकी अंगुलियों के पोरुवों (सिरो) से निकल कर मांस में होता हुआ उसके शरीर में प्रवेश कर रहा है और सारे रोग-ग्रस्त अंग में फैल रहा है। इस समय रोगी के पीड़ित अंग को सुख और चैन की अनुभूति होगी। इस अनुभूति के दो कारण हैं। एक तो आपकी अंगुलियां जो उसकी त्वचा की तन्त्रिकाओं को रगड़ती हैं, जिससे उसमें पीड़नाशक शक्ति उत्पन्न होती है, दूसरे आप अपने स्वस्थ ओज से उसके शरीर में अतिरिक्त शक्ति का संचार करते हैं।

इसके पश्चात् उसके दोनों नेत्रों के मध्यवर्ती स्थान को शान्तिपूर्वक तथा टकटकी लगा कर देखते हुए उससे कहिए, "अब मैं तुम्हारे अमुक रोग-ग्रस्त अंग से (यहां उस अंग का नाम लीजिए) अपने हाथों की तरंगों से विष बाहर निकाल रहा हूँ।" फिर धीरे-धीरे उस पीड़ित भाग को गोलाई में रगड़िए तथा उसमें अपना ओज प्रवाहित कीजिए। अब कहिए, "मैं इसकी

सामान्य रक्त प्रक्रिया को फिर से चालू कर रहा हूँ। इसमें पुनः शुद्ध एवं स्वस्थ रक्त का संचार कर रहा हूँ। मैं रोग युक्त तंतुओं को तोड़कर रक्त में प्रवाहित कर रहा हूँ और उनके स्थान पर नए तंतु स्थापित कर रहा हूँ। तुम्हारा (पीड़ित अंग का नाम लीजिए) अब विपैले रोगाणुओं से मुक्त होकर फिर स्वस्थ हो जाएगा। उसमें से मुझे कुछ विपैली धाराओं को और निकाल लेने दो। थोड़ा-सा विष और बच रहा है इसे भी निकाल लेने दो।” इस बार उस अंग को कुछ अधिक जोर से रगड़िए, जैसे कि हल्के हाथ से मालिश की जाती है।

उस अंग को रगड़ते समय फिर कहिए, “अब तो इरुमें बहुत थोड़ा विष रह गया है। यह भी थोड़ी देर में समाप्त हो जाएगा। इस विषय के समाप्त होते-होते ही पीड़ा भी मिट जाएगी। अब तो करीब-करीब सारा विष दूर हो चुका है। अब तुम लगभग नीरोग हो चुके हो।

यह सब कुछ कहते समय अपनी आवाज नीची और शान्त रखिए। अपनी चिकित्सा प्रारम्भ करने से पूर्व रोगी के कमरे में से सब व्यक्तियों को बाहर भेज दीजिए। वहां रोगी के और आपके अतिरिक्त कोई तीसरा व्यक्ति न रहे। महात्मा ईसा मसीह भी चिकित्सा आरम्भ करने से पहले ऐसा ही करते थे। जब उस कमरे में आपके और रोगी के अतिरिक्त कोई तीसरा व्यक्ति नहीं रहता, दोनों के बीच में एक प्रकार की घनिष्ठता स्थापित हो जाती है। उस समय आप अपने विषय में कम, किन्तु रोगी के विषय में अधिक सोचने लगते हैं। जितना ही अधिक एकान्त होता है, उतना ही दोनों के बीच अधिक सामंजस्य हो जाता है।

मानसिक शक्ति द्वारा चिकित्सा में बाधाएं

अब रोगी से कहिए, “तुम पूरी तरह से स्वस्थ हो गए हो।” यदि वह अपने नीरोग होने के विषय में कुछ संदेह प्रकट करे या पुनः पीड़ा महसूस करे अथवा यह अनुभव करे कि वह इतनी जल्दी स्वस्थ नहीं हो सकता उसे ठीक होने में कुछ समय लगेगा। ऐसी परिस्थिति में आप हठपूर्वक यह कहें कि—“नहीं तुम बिल्कुल ठीक हो गए हो, बल्कि उसके साथ अपनी सहमति प्रकट करते हुए कहें; हां, मुझे तुम्हारे साथ इस चिकित्सा को तीन-चार बार

दुहराना पड़ेगा।” आपको इस बात की सावधानी रखनी होगी कि उसके मस्तिष्क में आपकी चिकित्सा तथा उसके रोग की गम्भीरता के विषय में उसके मन में बैठे हुए विश्वास के बीच किसी प्रकार का संघर्ष उत्पन्न न होने पाए। एक दूसरे के प्रति किसी भी प्रकार द्विधा नहीं होनी चाहिए, उसके मन में यह विश्वास जम जाना चाहिए कि आप जो कुछ कर रहे हैं, उसके विषय में सब कुछ जानते हैं और उसे शीघ्र-से-शीघ्र स्वस्थ करने की पूरी क्षमता रखते हैं। उसे यह आभास तो कदापि न होने दीजिए कि आप उसके रोग को नहीं समझ सके हैं अथवा उसकी गम्भीरता को अनुभव नहीं करते या उसे नीरोग करने में आपको काफी लम्बा समय लग जाएगा। उसके मन में तो यह विश्वास जम जाना चाहिए कि आप आशा से भी कम समय में उसे ठीक कर देंगे।

उसके मन में आपको अपनी क्षमता के प्रति विश्वास उत्पन्न करना बहुत जरूरी है। इस विषय में आपकी ख्याति आपका बहुत अधिक साथ देती है। इससे आप रोग पर ही नियंत्रण नहीं करते उसे रोग मुक्त करने की गति को भी बढ़ा देते हैं। जैसा कि हम पहले कह चुके हैं कि यदि आप अपनी मानसिक शक्ति के प्रयोग से कुछ रोगियों को स्वस्थ कर लेते हैं तो आपकी प्रसिद्धि बड़ी तेजी से बढ़ने लगती है। जितनी आपकी प्रसिद्धि बढ़ेगी उतनी ही आपकी लोगों को रोग मुक्त करने की क्षमता बढ़ेगी।

जब तक आपको इस चिकित्सा पद्धति में सफलता नहीं मिलती, आपको अत्यधिक चतुराई और असाधारण दृढ़ता का परिचय देना होगा। असफलताओं की उपेक्षा करते हुए अपने मार्ग पर सुदृढ़ कदम बढ़ाते हुए चलते रहिए। अन्त में सफलता अवश्य आपके चरण चूमेगी। स्मरण रहे, जब तक आप इस कला में पूर्ण क्षमता प्राप्त न कर लें, तब तक व्यक्ति पर इसका प्रयोग न करें। अधूरा ज्ञान कभी सफलता की सीढ़ियां नहीं चढ़ने देता और असफलता ऐसा आघात पहुंचाती है कि उससे संभलने में काफी समय लग जाता है। यदि लगातार पांच-सात असफलताएं मिल जाएं तो साहस सदा के लिए जवाब दे देता है। इसीलिए कहा जाता है, सांप का पूरा मंत्र जाने बिना सांप की बांबी में हाथ नहीं डालना चाहिए।

इतनी सावधानी बरतने पर भी यदि प्रारम्भ में दो एक बार अमफलता हाथ लगे तो न तो आपको आश्चर्य होना चाहिए और न साहस ही छोड़ना चाहिए ।

मानसिक शक्ति से चिकित्सा के सम्बन्ध में चेतावनी

यदि आप वास्तव में लाइसेंस प्राप्त चिकित्सक नहीं हैं तो आपके लिए उपयुक्त यह होगा कि आप मानसिक शक्ति द्वारा रोगों के निवारण को केवल मनोशारीरिक रोगों तक सीमित रखें अर्थात् ऐसे रोगों तक जो शारीरिक दिखाई देते हुए भी मूलतः मानसिक हों । चूँकि अधिकांश रोग मनोशारीरिक होते हैं, इसलिए आपको अपना कमाल दिखाने के लिए पर्याप्त विस्तृत क्षेत्र मिलेगा । आपको सफलता भी आसानी से मिलेगी । इसके अतिरिक्त यदि आप लाइसेंसशुदा चिकित्सक नहीं हैं और केवल निःशुल्क चिकित्सा करते हैं तो आप बहुत जल्दी लोकप्रिय हो सकते हैं । हमें ऐसे बहुत से उदाहरण मिले हैं जिनमें संघिशोध (Arthritis), ऐलर्जी (Allergies), दमा (Asthma), माइग्रेन (Migrane), अल्सर (Ulcer), तंत्रिका सम्बन्धी रोगों, अधिकांश हृदय रोगों, नासूर आदि में मानसिक शक्ति द्वारा की जाने वाली चिकित्सा उल्लेखनीय चमत्कार दिखाती है । इनमें से अनेक रोग मनो-शारीरिक न होने पर भी इस पद्धति से दूर किए जा सकते हैं ।



माडर्न एलोपैथिक ट्रीटमेन्ट

लेखक—डा० शिवकुमार व्यास, डीन आफ
तिब्बिया कालेज, दिल्ली तथा डा० कालीचरन

पुस्तक में वाल्यकाल से लेकर वृद्धावस्था तक होने
वाले समस्त प्रमुख रोगों की प्रभावशाली चिकित्सा
वताई है। रोग निदान पर विस्तृत प्रकाश डाला
गया है। बड़ा साइज 422 पृष्ठ अनेकों चित्र
1983 का द्वितीय संस्करण। मूल्य 30.00



इन्जेक्शन चिकित्सा

लेखक—डा० विजय रिख

भारत सरकार द्वारा मान्यता प्राप्त एलोपैथी के
डाई सी के लगभग इन्जेक्शनों का पूर्ण विवरण,
गुण-अवगुण, मात्रा, प्रयोग विधि आदि पुस्तक में
दिए हैं। इन्जेक्शन लगाने की विधियां चित्र देकर
समझाई हैं। पृष्ठ संख्या 408 मूल्य 20.00



पुरुषों के रोग और उनकी आधुनिक चिकित्सा

ले० : डा० कालीचरन A.R.S.H. (London)

पुरुषों को होने वाले रोगों जैसे स्वप्नदोष
शीघ्रपतन, नपुंसकता, सूजाक, आतशक,
हृनिया, छोटी जननेन्द्री, अण्डकोष के रोग, काम-
शक्ति की कमी आदि का पेटेण्ट डाक्टरों इलाज
तथा वृद्ध पुरुषों को नवयौवन देने वाली हारमोन
युक्त औषधियों का विस्तृत परिचय। मूल्य 10/-



स्त्रीरोग एवं प्रसूति विज्ञान

लेखक—डा० विजय रिख

यह पुस्तक स्त्रीरोग विज्ञान (गायनाकोलोजी) का
सम्पूर्ण कोर्स हिन्दी भाषा में है। चिकित्सा कार्य
का साधारण ज्ञान रखने वाला व्यक्ति भी इस
पुस्तक की सहायता से सब प्रकार के स्त्री रोगों
की मेडीकल और सर्जिकल चिकित्सा सफलता-
पूर्वक कर सकता है। अनेकों चित्र। मूल्य 15.00



वर्ल्ड बुक कम्पनी, ३०१-चावड़ी बाजार, दिल्ली-६

मेडीकल सैक्स गाइड

लेखक—डा० कालीचरन A.R.S.H. (London)

इस पुस्तक में सैक्स से सम्बन्धित 200 से अधिक ऐसे प्रश्नों के उत्तर दिए गये हैं जिन्हें आप लज्जा के कारण किसी से भी नहीं पूछ सकते जैसे

- मुद्दाग रात्रि कैसे सफल बनाई जाए
- सभोग करने तथा नारी का मन मोह लेने की कला
- विभिन्न प्रकार के आसन तथा इनका सही प्रयोग
- छोटे काम अंगों को ठीक करना
- पुरुष गुप्त रोगों की चिकित्सा
- संभोग शक्ति बढ़ाने वाली औषधियां इत्यादि।

मूल्य 10.00

सैक्स की मेडीकल समस्याएं

लेखक—डा० कालीचरन

जन्मानी से लेकर बुढ़ापे तक उत्पन्न होने वाली सैक्स सम्बन्धी पचासों समस्याओं जैसे छोटा शिशन, छोटे स्तन, शीघ्रपतन और नामर्दा, सन्तान न होना, बुढ़ापे में काम-शक्ति में कमी आदि पर ऐक्सपर्ट डाक्टरों की सलाह। सचित्र। मूल्य 5.00

शीघ्रपतन : कारण और उपचार

लेखक—पी० के० प्रदीप, एम० ए०

विद्वान लेखक ने पुस्तक में विस्तार से बताया है कि शीघ्रपतन किन कारणों से होता है तथा बिना किसी औषधि के केवल प्राकृतिक उपायों द्वारा किस प्रकार इस लज्जाजनक स्थिति से छुटकारा पाया जा सकता है। सचित्र। मूल्य 5.00

काम शक्ति वर्धक औषधियां

लेखक—डा० कालीचरन

नपुंसकता नाशक, बल-वीर्य वर्धक और स्वप्नदोष नाशक बताए जाने वाले स्वादिष्ट लड्डू, पंजीरी, हलुए, खीर, बर्फी, पाक आदि ताकत बढ़ाने वाली दवाएं घर पर बनाने के सरल आयुर्वेदिक नुस्खे। पांचवां एडीशन। मूल्य 5.00

वर्ल्ड बुक कम्पनी, ३०१-चावड़ी बाजार, दिल्ली-६

नपुंसकता : कारण और उपचार

लेखक—डा० गोलीवर M. D.

पुस्तक में नपुंसकता उत्पन्न होने के कारण तथा वे सरल उपाय बताए गए हैं जिनके द्वारा हजारों नपुंसक पुरुषों ने अपनी खोई हुई यौन सामर्थ्य फिर से हासिल कर ली हैं। मूल्य 5.00



स्तन सौन्दर्य कैसे बढ़ाएं

लेखक—डा० कालीचरन

स्तनों को स्वस्थ रखने और ढलके हुए वक्षस्थल को दृढ़ तथा उन्नत बनाने के सरल घरेलू उपाय जिनसे कई-कई बच्चों की माताएं भी अपने स्तन सौन्दर्य में नया निखार ला चुकी हैं।

चौथा एडिशन अनेकों चित्र मूल्य 5.00



काम कला के भेद

लेखक : डा० लीमन क्लार्क, M. D.

पुस्तक में सैक्स के हर पहलू का वैज्ञानिक विश्लेषण किया है तथा दाम्पत्य जीवन का भरपूर आनन्द प्राप्त करने के लिए सैक्स की सही तकनीक अनेकों चित्रों के साथ समझाई है। लेखक अमेरिका के प्रसिद्ध चिकित्सक हैं। मूल्य 5.00



विवाहित जीवन में सैक्स पावर

लेखक—डा० कालीचरन

विवाहित जीवन की सफलता के रहस्य तथा काम-कला की सही ट्रेनिंग और वे वैज्ञानिक उपाय जिनको प्रयोग करके पुरुष शीघ्रपतन और कम-जोरी से छुटकारा पाकर समुचित यौन आनन्द उठा सकते हैं। अनेकों चित्र मूल्य 10.00



वर्ल्ड बुक कम्पनी, ३०१-चावड़ी बाजार, दिल्ली-६



हिप्नाटिज्म के चमत्कार

लेखक—डा० कालीचरन

इस पुस्तक से घर बैठे सम्मोहन विद्या सीख कर स्त्री-पुरुषों का मन मोह लेना, आंखें बन्द करके हजारों मील की दूरी पर घट रही घटनाओं को देख लेना, लोगों की बीमारियां व कष्ट दूर कर देना आदि कार्य कर सकते हैं। मूल्य 10.00



चमत्कारिक मंत्र-तंत्र और टोटके

लेखक—के०ए० दुबे 'पदमेश'

तन्त्र विद्या तथा ज्योतिष के प्रकाण्ड विद्वान तथा 'साप्ताहिक हिन्दुस्तान' के स्थायी लेखक पदमेश जी ने इस पुस्तक में ऐसे मंत्र, तंत्र, ताबीज और टोटके आदि दिये हैं जिनसे आपके विगड़े काम बन सकते हैं और समस्त मनोकामनाएं पूरी हो सकती हैं। मूल्य 12.00



योगिक चिकित्सा

लेखक—शिवगोविन्द त्रिपाठी, एम० ए०

अनेकों प्रकार के रोगों को नष्ट करने तथा स्वास्थ्य और सौन्दर्य बढ़ाने के लिए अनुभव पूर्ण योगासन तथा योगिक विधियां दी गई हैं। यौन दुर्बलताग्रस्त पुरुषों की पुरुषत्व शक्ति बढ़ाने के लिए कुछ चमत्कारी योगिक क्रियाएं भी बताई हैं।

अनेकों चित्र।

मूल्य 10.00

अलौकिक शक्तियाँ

घरेलू साधनाएं जिनके द्वारा आप रहस्यमयी अलौकिक शक्तियों के स्वामी बनकर लोगों को अपने वश में कर लेना, मृत आत्माओं को बुलाकर उनसे बातचीत करना, दिव्य दृष्टि प्राप्त करके वर्तमान, भूत व भविष्य की बातें बता देना आदि चमत्कारिक कार्य कर सकते हैं। विघ्न बाधाएं दूर करके मनोकामना पूर्ति के लिए यंत्र, मंत्र और तंत्र आदि भी दिए हैं। मूल्य 12.00



वर्ल्ड बुक कम्पनी, ३०१-चावड़ी बाजार, दिल्ली-६

मैरिज गाइड

लेखक—डा० कालीचरन

विवाह के योग्य जीवन साथी का चुनाव, स्त्री-पुरुष के काम अंग, उनकी बनावट और कार्य, सुहागरात, संभोग की विधि, प्रेम करने की कला, गर्भाधान और शिशु जन्म, संक्स सम्बन्धी उलझनें तथा उनका हल आदि बातें सरल भाषा में समझाई हैं। अनेकों चित्र

मूल्य 10.00



बिना हथियारों के आत्मरक्षा

न्यूयार्क के एक रिटायर्ड पुलिस कमिश्नर की लिखी इस पुस्तक से जूडो और जु-जित्सू के पचासों प्रभावशाली दांव-पेच घर बैठे सीख कर अपने से दो गुने भारी हमलावर को पलक झपकते में जमीन पर पटक सकते हैं। चाकू-छुरे के हमले से बचने के दांव भी बताए हैं।

मूल्य 12.00



कराते-कुंगफु फाइटिंग कोर्स

भयंकर जापानी युद्ध-कलाएं—कराते और कुंगफु—घर बैठे इस कोर्स द्वारा सीखिए। शरीर को गँडे जैसा सख्त बनाने के गुप्त रहस्य तथा गुण्डों के साथ जम कर मार-धाड़ करने और उनको पछाड़ने के पचासों दांव-पेच व पैतरे भी दिए हैं। चौथा एडीशन 175 चित्र

मूल्य 10.00



10.00



4.50



4.50



4.50

वर्ल्ड बुक कम्पनी, ३०१-चावड़ी बाजार, दिल्ली-६

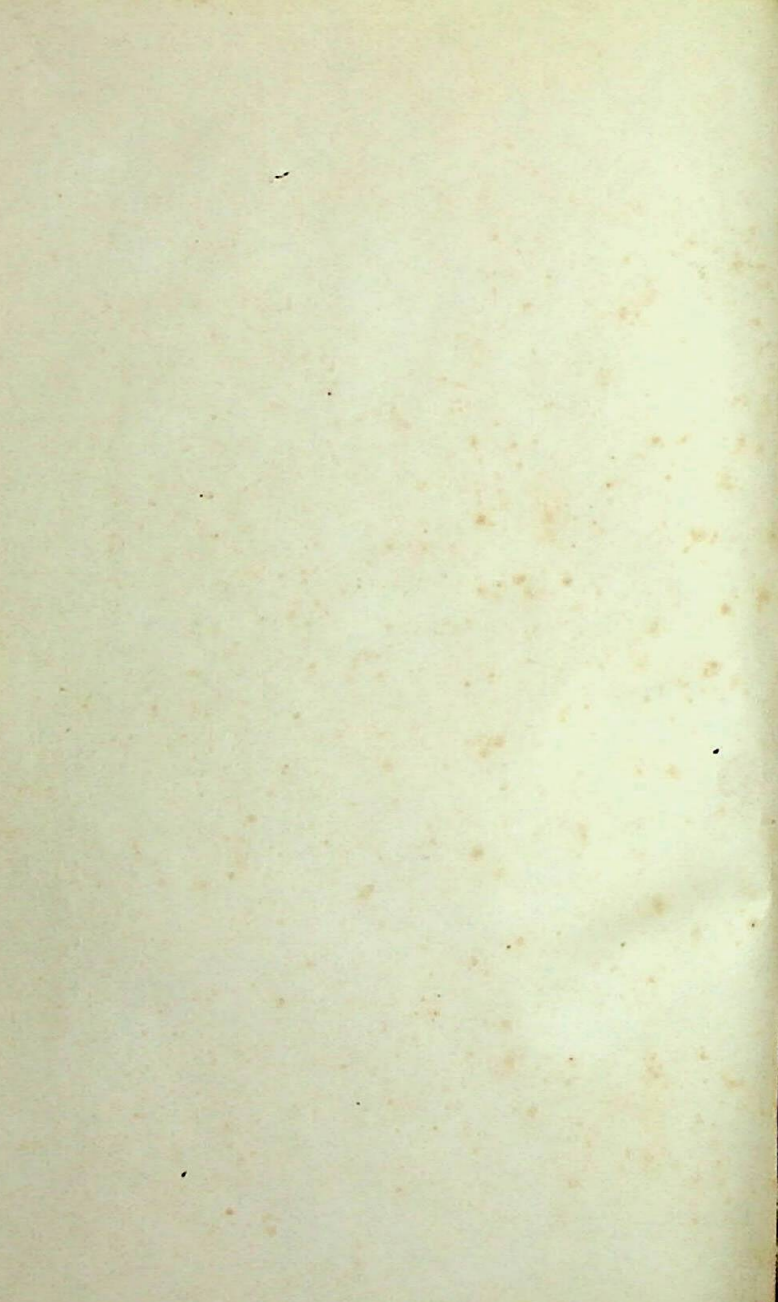
हमारे लोकप्रिय प्रकाशन

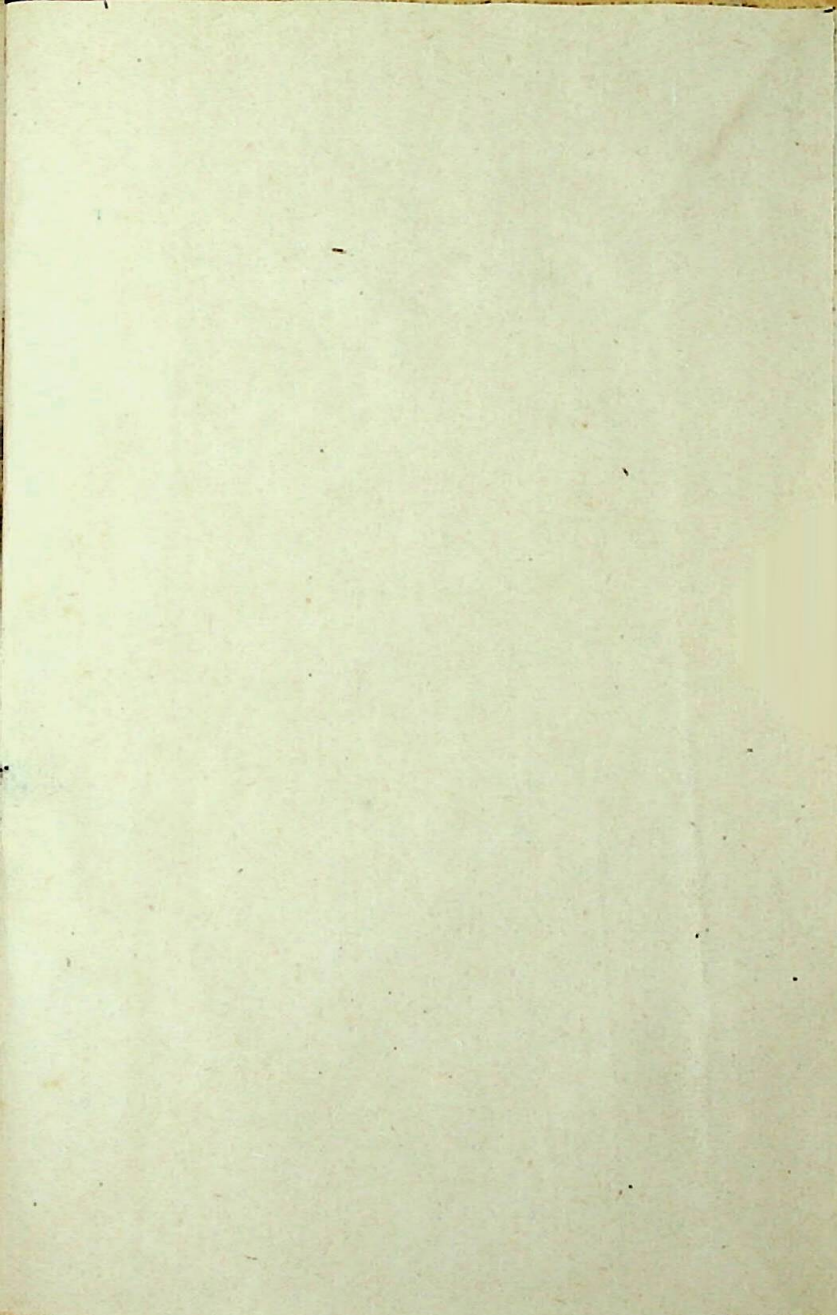
माडनं ऐलोपैथिक ट्रीटमेन्ट (१९८३ का एडी०)	३०.००
ऐलोपैथिक निदान और चिकित्सा	२०.००
स्त्री रोग एवं प्रसूति विज्ञान (१९८३ का एडी०)	२०.००
इन्जेक्शन चिकित्सा (१९८२ का एडी०)	२०.००
पुरुषों के रोग और उनकी आधुनिक चिकित्सा	१०.००
मेडीकल बैक्टीरियोलोजी (जीवाणु विज्ञान)	७.५०
माडनं मिक्सर्स एण्ड प्रेस्क्रिप्शन्स	८.००
५५ चमत्कारी जड़ी बूटियां	१५.००
मेडीकल व्यायाम (ले०-डा० ऐडविन फ्लैटो)	१५.००
भोजन द्वारा पूर्ण स्वास्थ्य	६.००
लहसुन महाराजा	६.००
यौगिक चिकित्सा	१०.००
घरेलू डाक्टर	७.५०
हिप्नाटिज्म के चमत्कार	१०.००
कद लम्बा कैसे करें	१०.००
मेडीकल सैक्स गाइड	१०.००
कामशक्ति वर्धक औषधियां	५.००
सैक्स की मेडीकल समस्याएं	५.००
स्तन सौन्दर्य कैसे बढ़ाएं	५.००
शीघ्रपतन : कारण और उपचार	५.००
नपुंसकता : कारण और उपचार	५.००
यौन दुर्बलता और उसका इलाज	४.००
चालीस की आयु के बाद यौन जीवन	४.००
अलौकिक शक्तियां	१०.००
तंत्र विद्या	१२.००
चमत्कारी मंत्र-तंत्र और टोटके	१२.००
रत्न विज्ञान	१५.००
बिना हथियारों के आत्मरक्षा	१२.००
कराटे कुंगफू फाइटिंग कोर्स	१०.००

के नगर के पुस्तक-विक्रेताओं तथा रेलवे बुक स्टालों पर उपलब्ध हैं। यदि न
 १० तो 10 रु० एडवांस भेजकर वी० पी० द्वारा हमसे मंगा लें।

वर्ल्ड बुक कम्पनी, ३०१-चावड़ी बाजार, दिल्ली-६
 सेल्स आफिस : ४५३१-दाईवाड़ा, नई सड़क, दिल्ली-६











221