

मानव चेतना के रहस्य

(चेतना से अपने मूल स्वरूप चैतन्य तक की यात्रा)

निराकार परमपिता शिवबाबा का ज्ञान



मॅजिक डायमंड ऑफ ग्रूप

मानव चेतना के रहस्य

(चेतना से अपने मूल स्वरूप चैतन्य तक की यात्रा)

निराकार परमपिता शिवबाबा का ज्ञान

शिवबाबा



मैजिक डायमंड ऑफ़ ग्रुप

वैज्ञानिक माध्यम के द्वारा आध्यात्मिक आत्मउन्नति

संस्थापक शिवबाबा

मानव चेतना के रहस्य

कॉपीराइट © 2024 मैजिक डायमंड ऑफ़ ग्रुप
द्वारा सभी अधिकार सुरक्षित

सभी अधिकार सुरक्षित। प्रकाशक की पूर्व लिखित अनुमति के बिना इस प्रकाशन के किसी भी भाग को पुनरुत्पादित, पुनर्प्राप्ति प्रणाली में संग्रहीत या फोटोकॉपी, रिकॉर्डिंग या अन्य इलेक्ट्रॉनिक या यांत्रिक तरीकों सहित पूर्ण या आंशिक रूप से प्रसारित नहीं किया जा सकता है।

अधिक जानकारी के लिए नीचे संपर्क करें

magicdiamondofgroup@gmail.com

www.magicdiamondofgroup.com

Phone no: +91-9607991000/ +91-7597123316

Manuscript & Cover Design: Authors Tree Publishing

ISBN: 978-93-48104-33-5



Authors Tree Publishing

W/13, Aman Vihar, BSP, Pin: 495001

Call: +91 9109886656

www.authorstree.com

"जैसे मानव की पहचान चेतना से उत्पन्न होती है –

स्वयं को उच्चतर अस्तित्व/ उच्च चेतना/ आत्मा/ आत्मन/
पवित्र आत्मा/ रुह/ रुवन (सी. क्यू. एस. ई.) के रूप में अनुभव
करने से सार्वभौमिक भाईचारा और सामाजिक एकरूपता को
बढ़ावा मिलेगा। इस बदलाव का असर प्रकृति को सामंजस्यपूर्ण
स्थिति में परिवर्तित करता है जिसे स्वर्णिम युगी विश्व कहा जा
सकता है"

~ शिव भगवान

श्री हिमांशु अग्रवाल और श्री दीप सिंह को
इस पुस्तक में उनके योगदान के लिए विशेष धन्यवाद

‘तीन अदृश्य शक्तियाँ इस ब्रह्मांड को नियंत्रित करती हैं - सर्वोच्च
चैतन्य अस्तित्व "परम आत्मा", चैतन्य और जीवित अस्तित्व
"आत्मा", और सर्वव्यापी दिव्य सूक्ष्म ऊर्जा जिसे "ईथर तत्त्व और
ब्रह्म तत्त्व " के नाम से जाना जाता है'। जब तक कोई इन्हें समझ
न ले और इन पर विश्वास न कर ले, कोई भी इनके अस्तित्व के
वास्तविक उद्देश्य से अवगत नहीं हो सकता। स्वयं को शुद्ध चैतन्य
स्रोत आत्मा के रूप में अनुभव करने से और 'सर्वोच्च चैतन्य सत्ता'
"परम आत्मा" से जुड़ने से ही मानवता चिरस्थायी शांति, सद्भाव
बनाएँ रख सकती है और अपने समग्र कल्याण की खोज कर
सकती है।

~ शिव भगवान

विषयसूची

1. विज्ञान का मीन (साइलेंस) और मीन (साइलेंस) का विज्ञान 5
2. विज्ञान और अध्यात्म, दोनों का मिलन कहाँ होता है?.....14
3. चेतना के अध्ययन की आवश्यकता क्यों हैं? 25
4. मानव चेतना क्या है? 33
5. आत्मा और चेतना पर शास्त्र और दार्शनिकों की मत..... 55
6. चेतना और आत्मा पर वैज्ञानिकों का क्या कहना है?..... 64
7. सूक्ष्म चेतना (क्वांटम कॉन्ससियसनेस्स)73
8. चेतना का वैज्ञानिक रूप से समझाया गया और आध्यात्मिक रूप से किया हुआ अनुभव – सिद्धांत (सी.क्यू.एस.ई.) 83
9. सी.क्यू.एस.ई. या 'आत्मा की पवित्र ज्यामिति' 94
10. सी.क्यू.एस.ई. के ईथर ऊर्जा बिंदु..... 103
11. मन – बुद्धि – संस्कार 112
12. चेतना के निर्माण में सी.क्यू.एस.ई.(आत्मा) कैसे कार्य करती है?.. 130
13. चेतना के विभिन्न स्तर 148
14. चक्रों और कुंडलिनी ऊर्जा का सक्रियण 163
15. एक बड़ी गलती: चेतना के अध्ययन के बिना चिकित्सा विज्ञान 176

16. चेतना और जीन्स की पुनः प्रोग्रामिंग.....	187
17. चेतना मानसिक स्वास्थ्य को बेहतर बनाने में कैसे मदद करती है?..	202
18. ध्यान.....	213
19. आत्मिक स्थिति के ध्यान तकनीक.....	226
20. शारीरिक, मानसिक, आर्थिक, पारिवारिक संबंध और ज्योतिषीय समस्याओं के समाधान	249
21. अंतःवचन	264
22. संदर्भ.....	267
23. सी.क्यू.एस.ई. (आत्मा) के अध्ययन पर एक नज़र.....	270

परिचय

हम एक समुपस्थित आध्यात्मिक-वैज्ञानिक क्रांति के कगार पर हैं। यह अतीत की किसी भी अन्य क्रांति, वैज्ञानिक खोज या आविष्कार से भिन्न है। प्रत्येक क्रांति, खोज या आविष्कार ने मानवता की चेतना में बदलाव लाया है। चेतना अस्तित्व और अस्तित्व की जागरूकता का आधार है। यह पुस्तक मानव चेतना के रहस्यों को उजागर करने का एक प्रयास है, जो एक चुनौतीपूर्ण विषय है और विज्ञान और आध्यात्मिकता दोनों के लिए एक अंतर्संबंध बिंदु है।

जीवन और अस्तित्व के कुछ ऐसे पहलू हमेशा रहे हैं जिन्होंने बार-बार मानवीय कल्पना को प्रज्वलित किया है। भले ही हम मानते हैं कि हम अन्तिम तक पहुँच गए हैं, हमें केवल यह एहसास होता है या यह सिर्फ जिज्ञासा हो सकती है और सच्चाई क्षितिज से काफी परे है।

इसे समझाने के लिए टी.एस.एलीयट के निम्नलिखित शब्दों से अधिक कुछ नहीं हो सकता: “हम खोज बंद नहीं करेंगे; और हमारी सारी खोज का अंत वहाँ पहुँचना होगा जहाँ से हमने यह यात्रा शुरू की थी और पहली बार उस जगह को जाना...”

मैजिक डायमंड ऑफ ग्रुप

आज विज्ञान में खुले कई प्रश्नों में से, जो शीर्ष पर हैं वे लंबे समय से शोधकर्ताओं को भ्रमित कर रहे हैं:

मानव चेतना की उत्पत्ति कहाँ और कैसे होती है?

क्या पदार्थ में कोई चेतना है?

क्या हम संयोगवश इस ब्रह्मांड में अस्तित्व में आए हैं, या वहाँ कोई मार्गदर्शक उच्चतर चैतन्य है?

वैज्ञानिक भौतिकवाद से असंगत लोग तुरंत इन सवालों को दार्शनिक या विज्ञान के उत्तर देने के लिए अप्रासंगिक कहकर टाल देंगे। वे कह सकते हैं कि विज्ञान ने इन अभौतिक घटनाओं के लिए सभी विकल्पों का प्रयोग कर लिया है और यह सिद्ध कर दिया है कि वे अस्तित्वहीन हैं।

चूँकि लगभग चार शताब्दी पहले फ्रांसीसी दार्शनिक रेने डेसकार्टेस ने विज्ञान को अध्यात्म से अलग कर दिया था, इसलिए अध्यात्म को विज्ञान के विपरीत रखना एक मतभेद बन गया है। इससे वैज्ञानिक समुदाय को कोई लाभ नहीं हुआ है। इसने विज्ञान के अवलोकन और अन्वेषण को केवल भौतिक पदार्थ तक सीमित कर दिया है, जिसे वे स्वयं अब ब्रह्मांड के पाँच प्रतिशत से भी कम मानते हैं।

नोट: 'धर्म' शब्द के स्थान पर हमने हमेशा 'आध्यात्मिकता' का प्रयोग किया है जो असंबद्ध, सूक्ष्म, व्यापक और अंदर से बाहर दृष्टिकोण वाला है।

पिछली कई शताब्दियों में हमने विकास, विस्तार, अपनी समस्याओं के निवारण तथा अपनी आवश्यकताओं की पूर्ति के लिए केवल भौतिक विज्ञान की ओर ही देखा है। हमें काफी हद तक समाधान भी मिल गया है। हालाँकि, भौतिक विज्ञान अब या तो स्वयं को समाप्त करता दिख रहा है, या यह अपनी चुनौतियों और यहाँ तक कि बुराई के साथ और उभर रहा है। अब समय आ गया है कि हम अपने प्रतिमान को

मानव चेतना के रहस्य

बदलें, अपने भीतर देखें और अपने आंतरिक स्थान से उत्तर खोजें। यह भौतिक विज्ञान द्वारा छोड़े गए रिक्त ज्ञान को भरने और उसे पूरक बनाने में सहायक होगा। पूर्वी दुनिया के ज्ञान ने हमेशा दुनिया भर के वैज्ञानिकों, विचारकों और दार्शनिकों का ध्यान आकर्षित किया है। यह सिर्फ धार्मिक आस्था नहीं है; यह विज्ञान और आध्यात्मिकता का एक आदर्श मिश्रण है - दिलचस्प बात यह है कि इसे आध्यात्मिकता का विज्ञान और विज्ञान की आध्यात्मिकता के रूप में उद्धृत किया गया है।

मानव चेतना को परिभाषित करना महज एक खिड़की नहीं है जहाँ से विज्ञान अध्यात्म में झाँक सके। यह मानवता के लिए एक नए आयाम का प्रवेश द्वार है जहाँ हम भीतर से विकसित हो सकते हैं और अपने अस्तित्व और कल्याण से संबंधित प्रश्नों के उत्तर ढूँढ सकते हैं। दिलचस्प बात यह है कि चेतना, चैतन्य अस्तित्व को किसी प्रयोगशाला में वैज्ञानिक तरीकों से सिद्ध नहीं किया जा सका। अतः इस अस्तित्व से उत्पन्न होने वाली चेतना को वैज्ञानिक रूप से सत्यापित करना अभी भी अधिक चुनौतीपूर्ण है। जब तक कोई व्यक्ति एक भौतिक घटना के रूप में स्वयं की पहचान से परे नहीं जाता है और स्वयं को एक जागरूक अस्तित्व के रूप में अनुभव नहीं करता है, तब तक उससे निकलने वाली चेतना की निरंतर धारा का विश्लेषण करने के लिए सभी वैज्ञानिक उपकरणों का उपयोग करना बहुत कठिन होगा। यह भूसे के ढेर में सुई ढूँढने जैसा है, वह भी अभौतिक!!

यह पुस्तक वैज्ञानिक, मनोवैज्ञानिक और आध्यात्मिक क्षेत्रों पर मानव चेतना के रहस्यों को उजागर करने के लिए समर्पित है। अधिकांश कार्य पारलौकिक अनुभवों की अंतर्दृष्टि के माध्यम से आए हैं जिन्हें अनुसंधान और अभ्यास द्वारा और अधिक पुष्ट किया गया है। हमने कई पुस्तकों, पत्रिकाओं और शोध पत्रों पर विचार किया है। जहाँ भी आवश्यक हो, सन्दर्भ दिये गये हैं। यहाँ लिए गए कुछ नोट्स लेखकों के कार्य की पंक्तियों की शब्दशः प्रतिलिपि हैं जबकि कुछ को पुनः व्यक्त किया गया है।

मैजिक डायमंड ऑफ ग्रुप

यह पुस्तक सभी युगों में वैज्ञानिक सिद्धांतों, दार्शनिक मान्यताओं और दुनिया भर में फैले विभिन्न धर्मग्रंथों के प्राचीन ज्ञान को याद करने, फिर से जोड़ने और फिर से स्थापित करने और चेतना के रहस्यों को उजागर करने के लिए उन्हें एकजुट करने का एक प्रयास है। दिव्य ज्ञान से संबंधित अधिकांश रहस्यमय अंतर्दृष्टियाँ विभिन्न ईथेरिक माध्यमों और दिव्य माध्यमों से आई हैं, जिन्हें विभिन्न स्रोतों से प्राप्त प्राचीन गूढ़ ज्ञान से और अधिक पुष्ट किया गया है।

प्रस्तुत पुस्तक सबसे अधिक माँग वाले रहस्यों में से एक, चेतना के ज्ञान का अध्ययन और इसकी अपने अन्दर स्थापना करने का एक संक्षिप्त प्रयास है। इसका उद्देश्य इस ज्ञान को विज्ञान के लिए अब तक अनदेखे आध्यात्मिक क्षेत्रों को स्वीकार करने और खोजने के लिए एक नया प्रवेश द्वार बनाना है और वैज्ञानिक माध्यम के द्वारा आध्यात्मिक आत्मउन्नति और जीवन के सभी क्षेत्रों के लोगों के लिए समग्र कल्याण के समाधान ढूँढना है।

यह पुस्तक वास्तव में पाठकों तक सीधी और सरल शैली में पहुँचाने का एक शौकिया प्रयास है। हम इसे अपने पाठकों के विवेक पर छोड़ते हैं कि वे अपने अनुभव से इसका आकलन करें। कोई भी प्रश्न और सुझाव सादर आमंत्रित हैं।

1

विज्ञान का मौन (साइलेंस) और मौन (साइलेंस) का विज्ञान

"जब वाणी शान्त रहती है, तो मन बोलता है। जब मन शान्त रहता है, तो हृदय गाता है। जब हृदय गाना बंद कर देता है, तो आत्मा अपने मूल स्वरूप का अनुभव करना शुरू कर देती है।"

~ अवतार मेहर बाबा

विज्ञान का मौन

परा-भौतिक (क्वांटम फिज़िक्स), एकीकृत क्षेत्र सिद्धांत (यूनिफाइड फील्ड थ्योरी) और शून्य बिंदु क्षेत्र (ज़ीरो पॉइंट फील्ड) जैसे क्षेत्रों में विज्ञान के हाल के अध्ययनों को चेतना (कॉन्ससियसनेस्स) पर गहरी आध्यात्मिक अंतर्दृष्टि और अनुभूतियों के बिना नहीं समझा जा सकता है। इस गैर-भौतिक (नॉन-फिज़िकल) पर आध्यात्मिक-वैज्ञानिक आयाम में वैज्ञानिक समुदाय द्वारा चेतना का अध्ययन भौतिक को फिर से जीवित कर सकता है, जिसके बारे में वैज्ञानिक समुदाय गुप्त रूप से मानता है, जो इस बात पर अधिक से अधिक मौन (साइलेंस) होता जा रहा है।

मैजिक डायमंड ऑफ ग्रुप

परा-भौतिक (क्वांटम फिज़िक्स), एकीकृत क्षेत्र सिद्धांत (यूनिफाइड फील्ड थ्योरी) और शून्य बिंदु क्षेत्र (ज़ीरो पॉइंट फील्ड) में वैज्ञानिक जाँच, एक निश्चित बिंदु पर, भौतिक विज्ञान के दायरे में नहीं रहती; वे पराभौतिकी में विस्तारित हो जाती हैं। आज विज्ञान के पास गैर-भौतिक (नॉन-फिज़िकल) या आध्यात्मिक पहलुओं पर सवालियों के जवाब नहीं हैं। या तो वे केवल नास्तिक होने के कारण मुश्किल सवालों से बच रहे हैं, या उनके पास जवाब नहीं हैं।

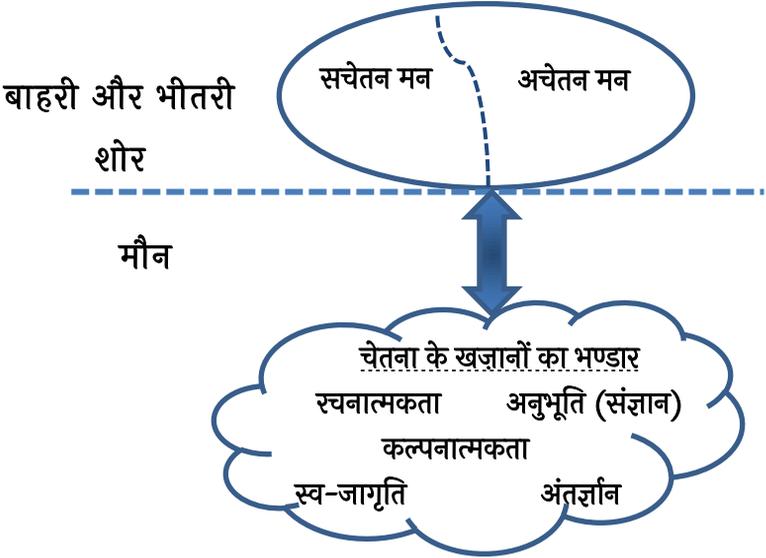
किसी भी तरह से, यह उनके उद्देश्य में मदद नहीं कर रहा है। हाँ, हम तकनीकी प्रगति से बहुत कुछ सीख चुके हैं। हालाँकि, मूल विज्ञान लगभग उसकी अपनी अंतिम सीमाओं तक पहुँच चुका है, काँच की दीवार से टकरा चुका है। इस काँच की दीवार से परे, एक सूक्ष्म, मौन दुनिया है जिसे अनुभूतियों की एक गहरी अवस्था के माध्यम से समझा जा सकता है, जो केवल चेतना और आध्यात्मिक ज्ञान की एक परिवर्तित अवस्था में ही संभव है। इस क्षेत्र में, कोई भौतिकता नहीं है जहाँ भौतिक विज्ञान पहुँच सके, निरीक्षण कर सके, परीक्षण कर सके या निष्कर्ष निकाल सके। केवल इस संसार से परे चेतना को ले जाकर ही हम एकीकृत (यूनिफाइड) चेतन ऊर्जा स्रोत (परम आत्मा) का अनुभव कर सकते हैं और सत्य को समझ सकते हैं जैसा कि वह मौजूद है।

मौन (साइलेंस) का विज्ञान

आवाज़ की इस दुनिया में, क्या आपने कभी मौन (साइलेंस) की आवाज़ सुनी है? मौन (साइलेंस) में एक शक्तिशाली ऊर्जा क्षेत्र होता है। यह अनकही बातों को गहराई से व्यक्त करता है और न की गई यात्राओं की यात्रा करता है। मौन (साइलेंस) इतना शक्तिशाली है कि यह आपको पछतावे और दुखों से बाहर निकाल सकता है। यह ज्ञान, अंतर्ज्ञान और अस्तित्व की अनुभवात्मक वास्तविकता के आंतरिक क्षेत्रों में प्रवेश कर सकता है।

2011 में, ग्रामीण मैसाचुसेट्स में, भौतिक विज्ञानी (फिज़िसिस्ट्स), तंत्रिकावैज्ञानिक (न्यूरोसाइंटिस्ट्स), मनोवैज्ञानिकों, चिकित्सकों और दार्शनिकों के एक विविध समूह से 100 वैज्ञानिकों का एक समूह - जो सभी मानव मन के अध्ययन के लिए समर्पित थे उन्होंने शोध के नाम पर एक मौन (साइलेंस) साधना में भाग लिया। उनमें से कड़्यों ने पाया, कि इंद्रियों के उपयोग को कम करना, वाणी बंद करना और अपने मन का एक शान्तस्थित पर्यवेक्षक, दृष्टा (साइलेंट ऑब्ज़र्वर) बनना आंतरिक जागरूकता को तीव्र करता है और इस हद तक धारणाओं को गहरा करता है, कि सूक्ष्म वास्तविकताओं को महसूस किया जा सकता है जिस पर पहले किसी का ध्यान नहीं जाता था।

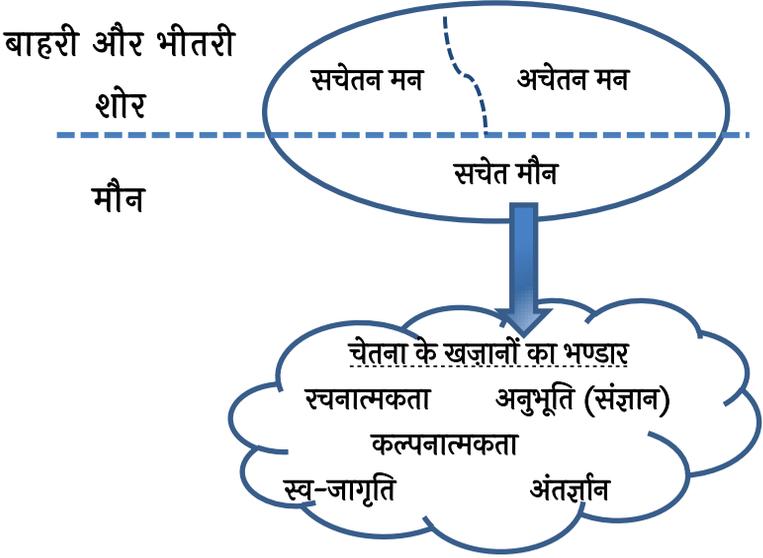
मौन (साइलेंस) चेतना (कॉन्ससियसनेस्स) के खज़ाने की खोज के लिए एक गहरा गोता है।



चित्र - 1

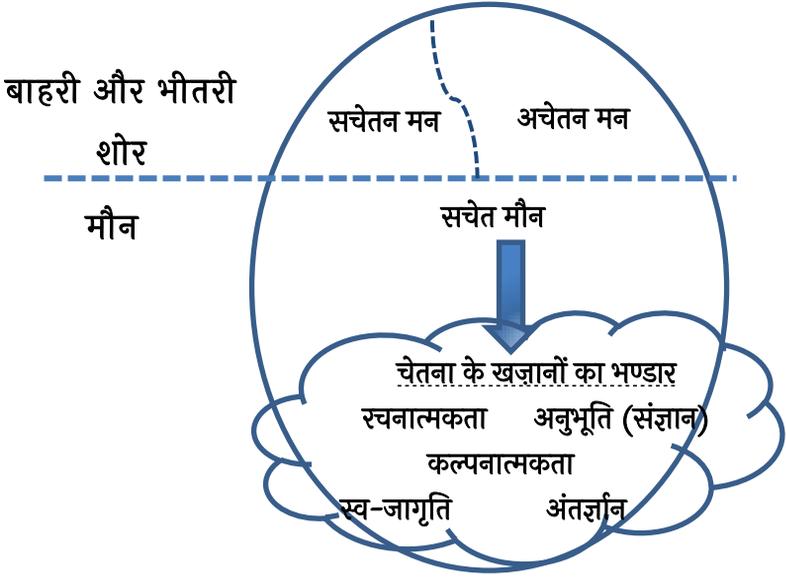
चित्र 1 दर्शाता है कि चूँकि जीवन ऊपरी-ऊपरी, सतहवाला हो गया है, इसलिए हमारे जीवन के अधिकांश भाग में, हम अंदर और बाहर दोनों जगह सुनाई देने वाले शोर की दुनिया में डूबे रहते हैं। हम में से प्रत्येक के भीतर, चेतना के आंतरिक खज़ाने के साथ मौन (साइलेंस) का एक सागर है, जो हमारी अपनी पहुँच से परे है। सचेतन और अचेतन रूप से हम शोर में खोते जा रहे हैं। इसके अलावा, इस स्तर पर, जीवन ज्यादातर अचेतन विचारों, व्यवहार और कार्यों द्वारा संचालित होता है। चूँकि चेतन मन अत्यधिक व्यस्त और अव्यवस्थित है, इसलिए अचेतन मन नियंत्रण कर लेता है। इस प्रकार, दिन-प्रतिदिन हम सभी पहले से कहीं अधिक अचेतन रूप से जी रहे हैं। यही कारण है कि हमें अक्सर अपने अवांछित विचारों, कार्यों, व्यवहार और शब्दों पर पछतावा होता है।

मानव चेतना के रहस्य



चित्र - 2

मीन (साइलेंस) जागरूकता और आत्म-संप्रभुता के लिए जगह देता है। चित्र 2 - जब हम अपने भीतर सचेत मीन (साइलेंस) के लिए जगह बनाते हैं, तो यह गहन आंतरिक जागरूकता उत्पन्न करता है। यह चेतन, अवचेतन और बुद्धि की सुष्ठु ऊर्जाओं को सक्रिय करता है, जैसे रचनात्मकता, कल्पना, अंतर्ज्ञान, उच्च अनुभूति, विवेक, और अंततः सार्वभौमिक चेतना (यूनिव्हर्सल कॉन्ससियसनेस्स) और मानव चेतना (ह्यूमन कॉन्ससियसनेस्स) के कई अन्य अज्ञात खज़ानों का उपयोग करता है। साथ ही, आत्म-संप्रभुता में वृद्धि होती है, जो अधिक सचेत जीवन और आत्म-नियंत्रण लाता है; यह, बदले में, हमें कई आत्म-प्रदत्त दुखों से निकाल सकता है। सबसे बढ़कर, आप अत्यधिक शांति, स्थिरता और प्रशान्ति के अनुभव से गुज़रते हैं।



चित्र - 3

चित्र 3 - सचेत मौन (कॉन्ससियस साइलेंस), हमारे भीतर क्या हो रहा है, इसके बारे में जागरूकता बढ़ाता है; हम किसी भी बात को अनुभव करने से पहले ही जान सकते हैं। अचेतन मन धीरे-धीरे सिकुड़ता है और अधिक सचेत अस्तित्व की ओर एक स्वाभाविक उसका प्रवाह होता है। इस तरह से अचेतन जीवन, सचेत जीवन का मार्ग प्रशस्त करता है। इससे पहले कि हम दूसरों से यह अपेक्षा करें कि वे हमें समझें, हम स्वयं को और दूसरों को ईमानदारी से समझें; यह भावना हमें उच्च भावनात्मक स्तर पर ले जाती है।

यह केवल तभी संभव है जब यह चिंतनशील और भावनात्मक मन शांत और एकाग्र हो जाए, तभी यह अवचेतन मन के साथ तालमेल बिठा सकता है। आंतरिक मौन (इनर-साइलेंस) और शुद्ध स्थिरता की इस अवस्था में, सभी बाहरी साधन और आंतरिक शोर से हमें प्रभावित करना बंद कर देते हैं। फिर हम रचनात्मकता, कल्पना और अनुभूति के आंतरिक संसाधनों के साथ अपना संपर्क फिर से स्थापित करते हैं,

मानव चेतना के रहस्य

और सबसे महत्वपूर्ण बात यह है कि सहज ज्ञानसागर परम आत्मा (यूनिव्हर्सल इंटेलिजेंस) से जुड़ जाते हैं। मन की इस अवस्था में एक गहन चिंतनशील या ध्यानपूर्ण अवस्था में प्रवेश किया जा सकता है; यह 'चेतन मौन' (कॉन्ससियस साइलेंस) है।

ऐसी मानसिक स्थिति को थोड़ा मस्तिष्क तरंगों के बराबर माना जा सकता है, जिसे 4 - 7 हर्ट्ज़ पर मापा जाता है और बहुत गहरे विश्राम में प्राप्त किया जाता है। ऐसा कहा जाता है कि यह अवस्था सोने से ठीक पहले और जागने के ठीक बाद होती है। कई महान रचनात्मक दिमाग, एडिसन, मार्कोनी, टेस्ला, आइंस्टीन और फ्रेडरिक, जानते थे कि नींद से पहले और जागने के बाद जागृत अवस्था में सचेत मौन (कॉन्ससियस साइलेंस) के अभ्यास के माध्यम से इस सहज, रचनात्मक और व्यावहारिक स्थिति का उपयोग कैसे किया जाए।

मान लीजिए कि कोई समस्या है जिसे हल करने की आवश्यकता है। यदि हम अत्यधिक या गलत सोच का प्रयोग करेंगे तो सही समाधान तक पहुंचने में हमें अधिक समय लगेगा। आवश्यकता इस बात की है कि चेतन मन को मौन विश्राम दिया जाए, क्योंकि यह मुख्य रूप से सुविधा प्रदाता है। अवचेतन मन और दिव्य बुद्धि खज़ानों का भंडार है।

डॉ. जोसेफ मर्फी, निकोला टेस्ला के लिए यह समझाते हैं, जो एक शानदार विद्युत वैज्ञानिक थे और जिन्होंने सबसे अद्भुत आविष्कार किए। जब उनके दिमाग में किसी नए आविष्कार का विचार आता था, तो वे उसे अपनी कल्पना में निर्मित कर लेते थे, यह जानते हुए कि उनका अवचेतन मन उसके निर्माण के लिए आवश्यक सभी भागों का पुनर्निर्माण करेगा और उनके चेतन मन को ठोस रूप में दिखाएगा। हर संभव सुधार पर शांतिपूर्वक विचार करने के माध्यम से, उन्होंने दोषों को ठीक करने में कोई समय नहीं लगाया और तकनीशियनों को अपने दिमाग का सही उत्पाद देने में सक्षम रहें। उन्होंने कहा, "हमेशा, मेरा उपकरण वैसा ही काम करता है जैसा मैंने

मैजिक डायमंड ऑफ ग्रुप

सोचा था। बीस वर्षों में, एक भी अपवाद नहीं हुआ है।"

अंतर्मुखता, एकांत और मौन - ऋषियों से लेकर वैज्ञानिकों तक - यह चेतना के विभिन्न आयामों को पार करने, स्वयं को महसूस करने और दुनिया में योगदान देने का आधार रहा है। यदि आप अपने सच्चे स्व का अनुभव करना चाहते हैं, यदि आप जीवन की समस्याओं को हल करना चाहते हैं, यदि आप अपने आंतरिक संसाधनों को दिशा देना चाहते हैं, यदि आप रचनात्मक कार्यों पर अंतर्दृष्टि की तलाश कर रहे हैं, तो अपने अंदर एक शाश्वत मौन क्षेत्र बनाएँ। हरमन मेलविले (अमेरिकी उपन्यासकार, 19^{वीं} सदी) ने कहा, " सभी गहन चीज़ें और चीज़ों की भावनाएँ मौन में निर्मित होती हैं। "

परमहंस योगानन्दजी अपने गुरु श्री दयानन्दजी के साथ अपने अनुभव को इस प्रकार बताते हैं:-

'हम मौन की एकावस्था में प्रवेश कर गए। शब्द सबसे अधिक अनावश्यक प्रतीत हुए। गुरु के हृदय से शिष्य तक ध्वनिहीन मंत्रोच्चार के रूप में सुवचन प्रवाहित हुए। अदम्य अंतर्दृष्टि के साथ, मुझे लगा कि मेरे गुरु ईश्वर को जानते हैं और मुझे उनके पास ले जाएँगे इस जीवन का अंधकार जन्मपूर्व यादों की एक नाजुक सुबह में गायब हो गया। नाटकीय समय! अतीत, वर्तमान और भविष्य इसके चक्रीय दृश्य हैं। यह पहला सूर्य नहीं था जिसने मुझे इन पवित्र चरणों में पाया!'

(योगानंद परमहंस - 'एक योगी की आत्मकथा')

इस पुस्तक में हमें स्पष्ट रूप से यही कहना है - विज्ञान द्वारा किसी नई क्रांतिकारी खोज की प्रतीक्षा न करें जो आपको शाश्वत खुशी, स्वास्थ्य और जीवन का आनंद दे पायेगी। आप अपने आप के भीतर ही एक वैज्ञानिक और एक बुद्ध ('जागृत व्यक्ति') हैं। यदि आप अपनी चेतना को उसके मूल शाश्वत मौन की स्थिति में अनुभव कर सकते हैं, तो आप अपने शरीर के उप-परमाणु क्षेत्र और ब्रह्मांडीय

मानव चेतना के रहस्य

चेतना दोनों से जुड़े हुए हैं। आप वहाँ जा सकते हैं जहाँ भौतिक विज्ञान कभी नहीं जा सकता। आप अपने आंतरिक संघर्षों और जीवन की चुनौतियों को ऐसे तरीकों से हल कर सकते हैं, जिनकी भौतिकवादी बौद्धिक दुनिया में कल्पना भी नहीं की जा सकती।

'मधुर मौन' (स्वीट साइलेंस) की ध्यानात्मक अवस्थाएँ कई जन्मों के गहरे भावनात्मक आघात को ठीक कर सकती हैं। मौन का लंबे समय तक अभ्यास, वैज्ञानिक रूप से मस्तिष्क और शरीर के बाकी हिस्सों को प्राकृतिक रूप से ठीक करने के लिए सबसे अच्छा टॉनिक साबित हुआ है।

शांति और आत्म-जागरूकता में, एक 'चेतन मौन' बहता है। इससे सूक्ष्म अंतर्दृष्टि, अंतर्ज्ञान, रचनात्मकता और सबसे बढ़कर एक सचेत जीव के रूप में स्वयं के अनुभव का एक प्राकृतिक स्रोत उभरता है। मौन कोई रॉकेट साइंस नहीं है; यह आपके अस्तित्व की स्वाभाविक अवस्था है।

2

विज्ञान और अध्यात्म, दोनों का मिलन कहाँ होता है?

"विज्ञान के बिना धर्म अंधा है। धर्म के बिना विज्ञान लंगड़ा है।"

~ अल्बर्ट आइंस्टीन

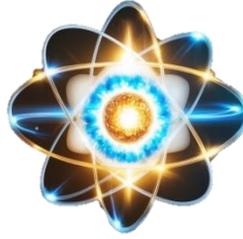
हमारे पास एक तरफ विज्ञान है, जो भौतिक नियमों के माध्यम से बाहरी दुनिया में सभी उत्तरों की तलाश करता है, जैसे कि सब कुछ परिधि पर मौजूद है और वहीं से उत्तर मिल सकता है। फिर दूसरी तरफ धर्म है जिसकी अपनी विश्वास प्रणाली, आस्था, पुस्तक के नियम, आज्ञाएँ, अनुष्ठान हैं जो हमें न केवल एक दूसरे से बल्कि हमारे सच्चे स्व से भी अलग करते हैं और नियंत्रित भी करते हैं। विज्ञान और धर्म दोनों ही संघर्ष में रहे हैं, चाहे वह अपनाई गई पद्धतियाँ हो या परिणाम हो। धर्म से ऊपर, आध्यात्मिकता का एक सूक्ष्म क्षेत्र है, जो स्वयं और सार्वभौमिक बुद्धिमत्ता पर अधिक गहन, सूक्ष्म और व्यापक दृष्टिकोण देता है। सबसे महत्वपूर्ण बात यह है कि आध्यात्मिकता स्वतंत्र इच्छा और अन्वेषण की एक अंतहीन श्रृंखला प्रदान करती है।

विज्ञान और अध्यात्म दोनों ही धर्म से मुक्त हैं। विज्ञान की तरह ही, अध्यात्म में भी जाँच का कोई अंतिम बिंदु नहीं है और हमेशा वास्तविकता या अंतिम सत्य की खोज होती है। दोनों ही अपने तरीके से अस्तित्व के उच्च स्तर की तलाश करते हैं।

मानव चेतना के रहस्य

जहाँ विज्ञान के अपने भौतिक नियम हैं, वहीं अध्यात्म वास्तविकता के सार्वभौमिक नियमों से संबंधित है। विज्ञान की तरह ही अध्यात्म में भी निश्चित धारणाएँ, कार्यप्रणाली और तकनीकें हैं। अगर आप अध्यात्म में अनुशासन और अभ्यास का पालन करते हैं, तो परिणाम, भले ही समान न हों, पर अलग-अलग तीव्रता के साथ बहुत हद तक तुलनीय होंगे।

यहाँ यह सब ऊर्जा है!



विज्ञान ने मानव प्रयास के एक उपकरण के रूप में पदार्थ के स्थूल अध्ययन से लेकर परमाणुओं और फिर उप-परमाणु कणों तक प्रगति की है। परा-भौतिक (क्वांटम फिज़िक्स) को ऊर्जा के अंतिम अस्तित्वगत रूप का अध्ययन माना जाता है। क्वांटम फिज़िसिस्ट ने महसूस किया कि भौतिक पदार्थ के उप-परमाणु, ऊर्जा के भंवरो से बने होते हैं, जो लगातार घूमते और कंपन करते रहते हैं। ऊर्जा को सबसे अच्छी तरह से 'प्रकाश' के संदर्भ में समझाया जा सकता है, जो विज्ञान के लिए निरपेक्षता के सबसे करीब है।

आध्यात्मिकता पूरी तरह से ऊर्जा के बारे में है। हम ऊर्जा हैं। हम ऊर्जा के विभिन्न आयामों का अनुभव कर सकते हैं। आध्यात्मिकता में अब हम, सूक्ष्म शरीर (चक्रों से बना हुआ) के गहरे पहलुओं का पता लगाने की कोशिश कर रहे हैं, यहाँ

मैजिक डायमंड ऑफ़ ग्रुप

तक कि आगे चेतन अस्तित्व, यानी आत्मा और आगे आत्मा की उप-ऊर्जाओं तक पता लगाने की कोशिश कर रहे हैं।

चेतन अस्तित्व और उसकी उप-ऊर्जाएँ एक दिव्य प्रकाश हैं, जिन्हें वैज्ञानिक तरीकों से नहीं देखा जा सकता।

सब कुछ ऊर्जा है। हम लगातार ऊर्जा ग्रहण करते हैं और फैलाते रहते हैं। हम जो खाना खाते हैं, उससे लेकर चित्रों, आवाज़ें, विचार, भावनाएँ और क्रियाएँ - हम जो कुछ भी ग्रहण करते हैं और उत्सर्जित करते हैं, वह सब ऊर्जा ही है।

विज्ञान, भौतिक नियमों को खोजने और इस ग्रह पर मानव अस्तित्व की बेहतरी के लिए उनके अनुप्रयोग की खोज करने के लिए बाहरी ऊर्जा को परिभाषित करने का प्रयास कर रहा है। आध्यात्मिकता स्वयं के भीतर सूक्ष्म आयामों में ऊर्जा का पता लगाने और ऊर्जा के आंतरिक आध्यात्मिक नियमों को खोजने का प्रयास कर रही है। आध्यात्मिक साधन के रूप में ध्यान का उद्देश्य इस ऊर्जा को शुद्ध करना और पुनःभरण करना है ताकि हम, सचेतन जीव के रूप में, उच्च चेतन अवस्था पर पहुँच सकें।

इस प्रकार, यह कहना गलत नहीं होगा कि विज्ञान और अध्यात्म दोनों ही अपने-अपने तरीके से 'ऊर्जा' और 'प्रकाश' पर केंद्रित हो रहे हैं। चेतना का उच्चतर स्तर पर विकास हमें न केवल विज्ञान और प्रौद्योगिकी के शिखर तक पहुँचने में मदद करेगा, बल्कि वास्तविक अर्थों में इसका उपयोग करने में भी सक्षम बनाएगा। चेतना के उच्चतर स्तर को सबसे अच्छी तरह से आत्म के उच्चतर स्तर पर पहुँचने के रूप में समझाया जा सकता है जहाँ हम सम्पूर्ण अवस्था में होते हैं और यहाँ हम प्रेम, शांति, सुख, खुशी, आनंद, ज्ञान और शक्ति की अपनी अंतर्निहित ऊर्जाओं के प्रति जागरूक होते हैं, सम्पूर्ण आत्म-नियंत्रण और आत्म-संप्रभुता रखते हैं। तब हम इस ब्रह्मांड के सभी संसाधनों और साधनों (सभी वैज्ञानिक और तकनीकी साधनों सहित) के

मानव चेतना के रहस्य

स्वामी हो सकते हैं, गुलाम नहीं।

एक विकृत आत्मा केवल विज्ञान और मानवता के सभी विकासों को विपरीत रूप में एक झटके में बदल सकती है जो पूरे अस्तित्व के लिए खतरनाक होगा। मानव चेतना को विज्ञान और आध्यात्मिकता के बीच एक आदर्श मिश्रण और संतुलन खोजने की कोशिश करनी चाहिए, विकास में भागीदार के रूप में, न कि विरोधी के रूप में।

अल्बर्ट आइंस्टीन दावा करते हैं - "सब कुछ ऊर्जा है और यही सब कुछ है। आप जिस वास्तविकता को चाहते हैं, उसकी आवृत्ति (फ्रीक्वेंसी) से मेल खाएँ, तो आप उस वास्तविकता को प्राप्त करके ही रहेंगे। यह किसी और तरीके से नहीं हो सकता। यह फिलॉसोफी नहीं है। यह भौतिकी है।"

अध्यात्म का विज्ञान

विज्ञान सभी के लिए समान है, चाहे वे किसी भी धर्म, राष्ट्रीयता, समाज आदि से संबंधित हों। आध्यात्मिकता भी दुनिया में सभी के लिए समान है। इसलिए यह विज्ञान के अधिक करीब है।

विज्ञान अपने सर्वोत्तम रूप में गणितीय उपकरणों का उपयोग करके प्रक्षेप (इन्टरपोलेशन) या बहिर्वेशन (एक्स्ट्रापोलेशन) द्वारा निकाले गए परिकल्पना, प्रयोग, अवलोकन और निष्कर्षों पर आधारित अध्ययन है। हालाँकि कई खुले प्रश्न हैं, लेकिन जीवन को बेहतर बनाने के लिए पर्याप्त आविष्कार और अनुप्रयोग हैं। इसलिए विज्ञान का क्षेत्र, प्रकट पदार्थ और ऊर्जा इन दो रूपों में बना हुआ है और इसे प्रयोगों के माध्यम से जाना जाता है।

मैजिक डायमंड ऑफ ग्रुप

उस पराभौतिक ज्ञान के बारे में क्या, जो इन्द्रियों से परे, अभौतिक और सूक्ष्म आयामों का है? जैसे कि - एक सचेतन जीव के रूप में स्वयं के बारे में ज्ञान, चेतना की उत्पत्ति और चेतना के स्तरों के बारे में ज्ञान।

यह प्रश्न अध्यात्म के क्षेत्र में हैं और इन्हें अनुभव के माध्यम से समझा जा सकता है।

ब्रह्मांड में दो वास्तविकताएँ हैं: प्रकट और अप्रकट। विज्ञान वैज्ञानिक उपकरणों (वस्तुनिष्ठ दृष्टिकोण) के माध्यम से प्रकट वास्तविकता को समझने में मदद करता है, जबकि आध्यात्मिकता व्यक्तिगत अनुभव (व्यक्तिपरक दृष्टिकोण) के माध्यम से अप्रकट वास्तविकता के बारे में जानने में मदद करती है। ब्रह्मांड में अस्तित्व के लिए भौतिक तत्व (प्रकट वास्तविकता) और चेतना (अप्रकट वास्तविकता) दोनों आवश्यक हैं।

अध्यात्म का विज्ञान एक व्यवस्थित दृष्टिकोण है, जो सृष्टि के उचित नियमों द्वारा समर्थित है। जब व्यक्तिगत क्षेत्र में इनका एहसास, क्रियान्वयन और अभ्यास किया जाता है, तो ये नियम व्यक्ति को अस्तित्व के उच्च अर्थ और अनुभव तक पहुँचने में मदद करते हैं। ये विशुद्ध रूप से अनुभवात्मक हैं और भौतिक पहचानों, जैसे धर्म, राष्ट्रीयता, विचारधारा और भौतिक संपत्ति द्वारा निर्धारित सीमाओं से परे हैं। यह वैज्ञानिक है, इसलिए इसके परिणाम में एकरूपता हैं।

परा-भौतिक (क्वांटम फिज़िक्स), एकीकृत क्षेत्र सिद्धांत (यूनिफाइड फील्ड थ्योरी), स्ट्रिंग थ्योरी, शून्य बिंदु क्षेत्र (ज़ीरो पॉइंट फील्ड) इन सभी क्षेत्रों में विज्ञान की हालिया खोजों ने अब चेतना, आत्म-बोध, आत्मानुभूति और ज्ञानसागर परम आत्मा (यूनिव्हर्सल इंटेलिजेंस) के आध्यात्मिक या आध्यात्मिकता के विज्ञान को इतना बढ़ावा दिया है जितना पहले कभी नहीं मिला।

इस प्रकार, वैज्ञानिक समुदाय और आध्यात्मिक साधकों, इन दोनों के लिए यह

मानव चेतना के रहस्य

आवश्यक है कि वे एक दूसरे को स्वीकार करें और एक दूसरे की सभी अच्छी बातों को एक साथ लेकर एक दिशा में आगे बढ़ें। जब तक दोनों एक नहीं हो जाते, तब तक वे अधूरे ही रहते हैं।

"बीसवीं सदी के विज्ञान की विशाल बौद्धिक और तकनीकी उपलब्धियों के बावजूद, हम पर इसका जादू अपरिवर्तनीय रूप से कमजोर हो गया है। इसके कम से कम दो महत्वपूर्ण कारण हैं। पहला, वैज्ञानिक और आम आदमी दोनों ही वैज्ञानिक ज्ञान की सीमाओं और कमियों से अवगत हो गए हैं। दूसरा, हम महसूस करते हैं कि आध्यात्मिक समझ के लिए हमारी निरंतर चाहना और दौड़ वास्तविक और निर्विवाद है। इसे न तो सूक्ष्म तर्क से परिभाषित किया जा सकता है और न ही ब्रह्मांड को निष्फल, यंत्रवत और आकस्मिक मानकर संतुष्ट किया जा सकता है।"

अल्बर्ट आइंस्टीन अपने अंतिम दिनों में अध्यात्म और धर्म से काफी प्रभावित थे। शायद, वे सहज रूप से समझ गए थे कि विज्ञान और अध्यात्म दोनों को आगे बढ़ने के लिए एक-दूसरे के प्रतिमानों की, आदर्शों की आवश्यकता होगी।

चेतना - विज्ञान और अध्यात्म, दोनों के लिए इतनी महत्वपूर्ण क्यों है?

परा-भौतिक (क्वांटम फिज़िक्स) का तर्कसंगत पर्यवेक्षक विरोधाभास वैज्ञानिक भौतिकवाद का सीधा सामना करता है। यह बहुत विवादास्पद अवलोकन है कि पदार्थ-तरंग तब तक पदार्थ के रूप में व्यवहार नहीं करेगा जब तक कि एक तर्कसंगत पर्यवेक्षक द्वारा इसका अवलोकन न किया जाए, इसने कई प्रतिष्ठित भौतिक विज्ञानीयों को यह निष्कर्ष निकालने के लिए प्रेरित किया है कि चेतना पदार्थ का निर्माण करती है।

मैजिक डायमंड ऑफ ग्रुप

परा-भौतिक (क्वांटम फिज़िक्स) में मानवीय चेतना केवल सूक्ष्म ब्रह्मांडीय क्षेत्र तक सीमित नहीं है, बल्कि यह हमारी स्थूल ब्रह्मांडीय दुनिया पर भी लागू होती है। मानवीय विचार, भावनाएँ और दृष्टिकोण वास्तविकता पर पहले से कहीं ज़्यादा प्रभाव डालते हैं। सूक्ष्म विज्ञान (क्वांटम साइंस) में पराभौतिकता यह सुझाव देती है कि हमारे भौतिक संसार के अलावा अस्तित्व के उच्चतर स्तर या अन्य आयाम होने चाहिए क्योंकि हमारे आयाम में कोई भी सूचना, प्रकाश की गति से ज़्यादा तेज़ गति से यात्रा नहीं कर सकती। स्ट्रिंग थ्योरी कई और आयामों के अस्तित्व की भविष्यवाणी करती है। दुनिया भर के भौतिक विज्ञानी अब इस बात पर सहमत हैं कि यह अकेला भौतिक आयाम हमारी भौतिक वास्तविकता की व्याख्या नहीं कर सकता।

चेतना का हमारे दैनिक जीवन पर, दुनिया के अनुभव पर, पहले से कहीं ज़्यादा प्रभाव पड़ता है। चेतना का प्रभाव सिर्फ परा-भौतिक (क्वांटम फिज़िक्स) के सूक्ष्म (क्वांटम) क्षेत्र तक सीमित नहीं है। यह उस दुनिया में भी महत्वपूर्ण भूमिका निभाती है जिसमें हम रहते हैं।

रेने डेसकार्टेस द्वारा सुझाया गया, शरीर और मन के बीच का सख्त विभाजन का सदियों पुराना विचार गलत है। हमारे विचार और भावनाएँ सम्पूर्ण सत्यता के हमारे शारीरिक अनुभवों तक सीमित नहीं हैं, बल्कि बाहरी दुनिया पर उनका मापनीय और सत्यापन योग्य प्रभाव होता है।

वर्तमान वैज्ञानिक दृष्टिकोण, चेतना को मस्तिष्क गतिविधि की उप-घटना मानता है। माना जाता है कि चेतना, मस्तिष्क में अणुओं और ऊर्जा के विद्युत क्षेत्रों के रासायनिक रचना का परिणाम मात्र है। चेतना के इस कारण-निर्धारक दृष्टिकोण को ऊर्ध्व कारण कहा जाता है और दावा किया जाता है कि हमारी स्वतंत्र इच्छा भ्रामक है। सभी मानव कर्म, व्यवहार केवल हमारे गुणसूत्रों की रचना में और शरीर में होने वाली यांत्रिक, विद्युत और रासायनिक प्रक्रियाओं के योग से निर्धारित होते हैं। इस

मानव चेतना के रहस्य

अवधारणा के अनुसार, मनुष्य स्वतंत्र इच्छा के बिना केवल जटिल मशीन है।

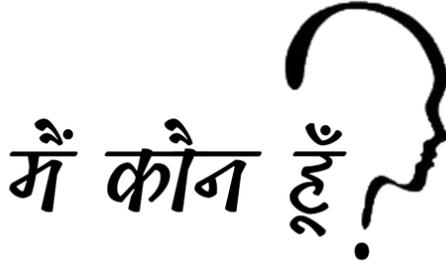
अमित गोस्वामी (क्वांटम फिज़िसिस्ट) हालाँकि चेतना के लिए नीचे की ओर कार्य-कारण में विश्वास करते हैं, और कहते हैं कि चेतना सभी अस्तित्व का आधार है। उनके पास बहुत सीधा तर्क है; 'चेतना भौतिक दुनिया का परिणाम कैसे हो सकती है, अगर क्वांटम तरंग के पतन की सु-क्रिया से भौतिक दुनिया को चेतना अवलोकन की आवश्यकता होती है?' चेतना एक ही समय में इसका कारण और परिणाम दोनों नहीं हो सकती!

इसलिए, यह इसके उलट है। ऐसा नहीं है कि चेतना भौतिक दुनिया का परिणाम है; नहीं, चेतना इस भौतिक दुनिया के निर्माण का वास्तविक कारण है। लेकिन अगर यह सच है, अगर चेतना भौतिक दुनिया का निर्माण करती है, तो वह इसे किससे बनाती है? कम से कम चेतना में किसी प्रकार की ऊर्जा, आध्यात्मिक ऊर्जा शामिल होनी चाहिए जो किसी भी चीज़ को बनाने के लिए आवश्यक है। अगर सूक्ष्म मस्तिष्क सिद्धांत (क्वांटम ब्रेन थ्योरी) सही है कि चेतना ब्रह्मांड में हर जगह है और मस्तिष्क तक सीमित नहीं है, तो यह ऊर्जा ब्रह्मांड में कहीं भी पाई जानी चाहिए।

दिलचस्प बात यह है कि विज्ञान जितना अधिक यह साबित करने का प्रयास करता है कि हम ऊर्जा और पदार्थ के क्रमचय परिवर्तन के माध्यम से, अनजाने में अस्तित्व में आए हैं; उतना ही यह दिखाने के करीब आता है कि उच्चतर बुद्धि, चेतना और समय का एक सटीक पूर्वनिर्धारित चक्र है। यह कितनी सुंदर विडंबना है!

निकोला टेस्ला ने कहा था: "जिस दिन विज्ञान परा-भौतिक घटनाओं का अध्ययन करना शुरू कर देगा; वह एक दशक में अपने अस्तित्व की सभी पिछली शताब्दियों की तुलना में अधिक प्रगति करेगा।"

एक शाश्वत प्रश्न – मैं कौन हूँ?



चेतना के बारे में जानने का विचार ही यह पूछना है कि 'मैं क्या हूँ?' 'मैं कौन हूँ?' हजारों वर्षों से मनुष्य अपने आप से यह शाश्वत प्रश्न पूछता रहा है; 'मैं कौन हूँ?' मनुष्य हमेशा 'स्वयं' को जानने की पहली को सुलझाना चाहता है। हमें स्वयं, स्वयं का अस्तित्व और जिस भौतिक दुनिया में हम रहते हैं, उसके बारे में क्या जानकारी है? हम हमेशा इस उलझन में रहे हैं कि क्या विचार, भावनाएँ, स्मृति, अनुभूतियाँ, संस्कार, व्यवहार, भौतिक मस्तिष्क-शरीर की घटना से उत्पन्न होते हैं या एक आध्यात्मिक अस्तित्व से उत्पन्न होते हैं, जो अस्तित्व हमारी स्वयं की पहचान है। हम कैसे साबित करें कि हम क्या हैं? विज्ञान के पास अभी तक इसका कोई ठोस जवाब नहीं है। इस पहली को सुलझाकर, हम वास्तव में अपने जीवन का अर्थ, उत्पत्ति और इस विशाल ब्रह्मांड में अपनी भूमिका और दुःखों का कारण जान सकते हैं।

धर्म और दर्शनशास्त्र के इतिहास के अध्ययन से हम पाते हैं कि सत्य की खोज के लिए मनुष्य का प्राथमिक उद्देश्य स्वयं को जानना था, ताकि अंततः सभी प्रकार के कष्टों से मुक्ति मिल सके, सही कर्मों का जीवन व्यतीत किया जा सके और शांति और आनंद का अनुभव प्राप्त किया जा सके।

मनुष्य अपने अस्तित्व के रहस्य को सुलझाना चाहता था और अपनी वास्तविक

मानव चेतना के रहस्य

पहचान की पहली को सुलझाने के लिए काम करता था। उसने यह समझने की कोशिश की, कि वह कहाँ से आया है, वह यहाँ क्यों है, मृत्यु के बाद क्या होगा, उसके जन्म से पहले क्या था, वह तब कहाँ था, और उसकी भूमिकाएँ और लक्ष्य क्या थे। इन सवालों के इर्द-गिर्द दर्शनशास्त्र की कई प्रणालियाँ विकसित हुईं और इन सवालों के जवाब देने के लिए कई धर्म अस्तित्व में आए।

विचार, कल्पना, भावना और जागरूकता का अस्तित्व, मानव अनुभव का एक निर्विवाद तथ्य है। हर इंसान सोचता है। विचारों और चेतना की उपस्थिति जीवन का एक सुस्थापित और अकाट्य तथ्य है।

जब कोई कहता है: 'यह मेरा शरीर है', तो उसका कथन यह दर्शाता है कि ऐसा कहने वाला अस्तित्व शरीर से अलग है। इसलिए, यह आत्मा और शरीर (या उपनिषदों के अनुसार आत्मा और देह) के बीच के अंतर की ओर इशारा करता है। सर्वनाम 'मैं' व्यक्ति, विषय या अस्तित्व के लिए है जबकि 'मेरा' उस चीज़ के लिए है जो उस व्यक्ति से संबंधित है या उसके पास है, स्वामित्व में है या उसके द्वारा उपयोग किया जाता है। पहला सचेत और आध्यात्मिक है, जबकि दूसरा भौतिक है, माना यह शरीर है या शरीर द्वारा उपयोग की जाने वाली कोई चीज़ है।

ठीक उसी तरह जब आध्यात्मिक ऊर्जा जो आत्मा है, चेतना का स्रोत जो आत्मा है, वह इच्छा, संकल्प, ध्यान, भावना और विचार के रूप में खुद को अभिव्यक्त करती है, तो हम कहते हैं कि हमारा मन काम कर रहा है; जब यह समझ, तर्क और निर्णय के रूप में खुद को अभिव्यक्त करती है, तो हम कहते हैं कि हमारी बुद्धि काम कर रही है, और जब यह यादों और संस्कारों के रूप में प्रकट होती है, तो हम मानते हैं कि हमारा अचेतन मन काम कर रहा है। ये आत्मा से निकलने वाली 'चेतना' की ही अलग-अलग अभिव्यक्तियाँ हैं।

इस समय आप ही मौजूद हैं। भविष्य में कोई दूसरा उच्चतर स्व या पूर्ण

मैजिक डायमंड ऑफ ग्रुप

अस्तित्व नहीं है। सच्चा स्व छिपा रहता है। एक बार जब यह प्रकट हो जाता है, तो अनुभव अवर्णनीय होता है; कोई भी शब्द सिर्फ नाममात्र सुराग ही प्रदान कर सकता है।

अतः यह चिरस्थायी प्रश्न कि 'मैं कौन हूँ?' - इसे जानने के लिए सर्वोत्तम व्याख्या और कल्पना की सारी कोशिशें भी महत्वहीन हैं, जब आप इसकी तुलना उस अनुभूति और अनुभव से करते हैं, जिससे आप गुजरते हैं, जो सर्वोपरि और अवर्णनीय है।

विज्ञान, जाँच की वस्तुनिष्ठता के बारे में है, जिसे स्पष्ट रूप से समझाया जा सकता है। आध्यात्मिकता में, ऐसे अनुभव होते हैं जो पारलौकिक होते हैं; वे व्यक्तिपरक अनुभव होते हैं जो अवर्णनीय होते हैं। फिर भी दोनों के लिए, संदर्भ बिंदु किसी स्तर पर ऊर्जा है। चेतना वह ऊर्जा है जिसमें दोनों हैं - प्रकट वस्तुनिष्ठता और अप्रकट व्यक्तिपरकता।

चेतना, विज्ञान और अध्यात्म के बीच एक मिलन बिंदु है।

3

चेतना के अध्ययन की आवश्यकता क्यों हैं?

“स्वर्ग कोई स्थान नहीं है; यह चेतना की एक अवस्था है।”

~ श्री चिन्मय

आप स्वयं ही सवाल और जवाब दोनों हैं। अगर आपने आज तक खुद से सवाल नहीं किया है, तो यह कहीं न कहीं आस-पास ही है। यह बस समय की बात है कि आपको कुछ ऐसा मिले जो आपके भीतर की गहराई को उत्तेजित कर दे। अगर आप खुद से सवाल पूछ रहे हैं कि "मैं इस विशाल ब्रह्मांड में क्या कर रहा हूँ?", "मेरा असली स्वरूप क्या है?" वगैरह, तो अच्छी बात यह है कि यात्रा शुरू हो चुकी है। सही रास्ता तलाशना और यात्रा के हर पल को आत्मसात करना मंजिल से कहीं ज़्यादा महत्वपूर्ण है। जब तक आप ईमानदारी से खोज नहीं करते, आप न तो विज्ञान में और न ही अध्यात्म में प्रगति कर सकते हैं। 'खोज' वास्तव में विज्ञान और अध्यात्म दोनों का आधार है। हाँ, दिशाएँ अलग-अलग हैं!

ऐसी दो दुनियाएँ हैं जिनका हम हर दिन और अपने पूरे जीवन में लगातार अनुभव करते हैं। एक बाहरी दुनिया है, जिसमें विभिन्न लोग और परिस्थितियाँ शामिल हैं जिन्हें हम महसूस करते हैं और जिनके साथ व्यवहार करते हैं, जिसमें

मैजिक डायमंड ऑफ ग्रुप

वस्तुएँ और हमारा शरीर शामिल है। दूसरी आंतरिक दुनिया है, जिसका अनुभव हम विचारों, भावनाओं और यहाँ तक कि सपनों की पूरी जटिलता के माध्यम से करते हैं। यह कहना गलत नहीं होगा कि हम ज़्यादातर बाहरी दुनिया में ही उलझे रहते हैं और महसूस करते हैं कि यह आंतरिक दुनिया को प्रभावित करती है। इसलिए, बाहरी दुनिया को नियंत्रित करने की कभी न खत्म होने वाली इच्छा होती है। इसके और पेरैटो सिद्धांत के बीच एक आकर्षक समानता मौजूद है, जिसे आमतौर पर '80-20' नियम के रूप में जाना जाता है। आंतरिक दुनिया हमारे 80 प्रतिशत हिस्से को बनाती है, लेकिन हमारा ध्यान केवल 20 प्रतिशत (या उससे भी कम!) आंतरिक दुनिया पर है। दूसरी ओर, बाहरी दुनिया हमारे 20 प्रतिशत हिस्से को बनाती है, लेकिन हमारा ध्यान 80 प्रतिशत (या उससे भी ज़्यादा!) बाहरी दुनिया पर है।

यदि आप इससे सहमत हैं, तो आंतरिक दुनिया के बारे में अपनी जागरूकता का विस्तार करें, जो आपके अधिकांश संघर्षों को हल करने में मदद करेगा, साथ ही जीवन में वास्तविक शांति और अर्थ लाएगा।

अगर आप अपने असली स्वरूप को पाने के लिए संघर्ष कर रहे हैं या पहली बार ऐसा करना चाहते हैं, तो आध्यात्मिक गुरु श्री निसर्गदत्त महाराज की ये खूबसूरत पंक्तियाँ पढ़ें। इसमें बहुत कुछ समझाया गया है, इसलिए इसे ज़्यादा से ज़्यादा बार पढ़ें।

'आप यह नहीं कह सकते कि आप वही हैं जो आप खुद को समझते हैं! आपके खुद के बारे में विचार दिन-प्रतिदिन और पल-पल बदलते रहते हैं। आपकी स्व छवि आपके पास सबसे अधिक परिवर्तनशील चीज़ है। यह पूरी तरह से असुरक्षित है, किसी राहगीर की दया पर। यह जानने के लिए कि आप क्या हैं, आपको पहले जाँच करनी चाहिए और जानना चाहिए कि आप क्या नहीं हैं। जितना स्पष्ट रूप से आप समझेंगे कि मन के स्तर पर, आपको केवल नकारात्मक शब्दों में ही वर्णित किया जा सकता है, उतनी ही जल्दी आप अपनी खोज के अंत तक पहुँचेंगे और अपने असीम

मानव चेतना के रहस्य

अस्तित्व को महसूस करेंगे।'

~ निसर्गदत्त महाराज

सवाल पूछकर और खुद के प्रति जागरूक रहकर अपने मन को पूरी तरह से मार्गदर्शित करें। खुद से बात करें और जो आप अपने वास्तविक स्व के साथ नहीं पहचानते हैं उसे धीरे-धीरे हटाएँ, जैसे गोभी की हर परत को छीलना, 'न यह...न वह'। देर-सवेर, आपको पता चलेगा कि पूरी दुनिया, हर वस्तु, परिस्थितियाँ, लोग और शरीर केवल मन में ही मौजूद हैं। फिर अगर आप अपने मन के प्रति जागरूक हो सकें और इस सचेत अवस्था में इसे एक अलग अस्तित्व के रूप में महसूस कर सकें, तो, ज़ाहिर है, मन इस पूरी जागरूकता में सिर्फ़ एक उपकरण है। तो क्या मैं यह आत्म-जागरूक चेतना हूँ? क्या यह दृष्टा, यानी चेतना, जो देखी जा रही है, उसकी तुलना में अधिक ठोस, शाश्वत और वास्तविक नहीं है? अपने आप से पूछें और अपनी संभावनाओं, अपने सत्य का पता लगाएँ।

बुद्ध ने लगभग 2500 साल पहले, मन की गहन ध्यान अवस्था में गहन अनुभवों के माध्यम से पाया कि हमारे शरीर में अनगिनत कोशिकाएँ लगातार मरती रहती हैं और उतनी ही कोशिकाएँ तुरंत विकसित होकर फिर से जीवित हो जाती हैं। आधुनिक विज्ञान को यह पता लगाने में वर्षों का अध्ययन और जाँच करनी पड़ी कि मानव शरीर निरंतर परिवर्तनशील है; कोशिकाएँ लगातार बदल रही हैं। हालाँकि, बुद्ध की खोज आत्म-साक्षात्कार के लिए उनकी गहन खोज की आंतरिक यात्रा का परिणाम मात्र थी और उन्होंने जो हासिल किया वह चेतना में पारलौकिकता का एक अथाह अनुभव था। बुद्ध आज तक मानवता के लिए आत्म-जागृति और आत्म-प्रबोधन के प्रतीक हैं। विज्ञान और वैज्ञानिक समुदाय एक ही घटना को बहुत विस्तार से और सभी जैविक तथ्यों और विवरणों के साथ समझा सकते हैं, जो केवल शरीर के स्थूल स्तर पर अनुप्रयोगों के लिए उपयुक्त है।

मैजिक डायमंड ऑफ ग्रुप

आध्यात्मिकता आपको न केवल जाँच और खोज का अवसर प्रदान करती है, बल्कि व्यक्तिगत उत्थान और आत्म-विकास में भी मदद करती है। जबकि उत्थान प्राथमिक उद्देश्य है, सूक्ष्म ऊर्जा स्तर पर अस्तित्व और ब्रह्मांड की कोई भी खोज चेतना के उत्थान के लिए बस एक संयोग है।

चेतना समस्त सृष्टि और अस्तित्व की ऊर्जा या प्रकाश है। विज्ञान और भौतिक जगत दोनों के लिए एक समानता बनाया जा सकता है। जिस तरह प्रकाश और विद्युत धारा विज्ञान के लिए प्रयोगों का संचालन करना और सभी वैज्ञानिक और तकनीकी अनुप्रयोगों को संचालित करना संभव बनाती है। सूर्य अपनी ऊर्जा और किरणों से भौतिक जगत को प्रकाशित करता है और पोषण देता है। ऐसा ही चेतना के साथ भी है, जो स्वयं प्रकाश है। आप कह सकते हैं कि चेतना विवेक, आंतरिक शक्तियों और आत्म-जागरूकता का प्रकाश है जो जीवन को एक नए स्तर पर रोशन करती है।

मानव चेतना अमूर्त, उच्च अंशांकन की सूक्ष्म ऊर्जा है। यदि आप चेतना के निम्न ऊर्जा स्तर पर हैं, तो केवल वैज्ञानिक जाँच के माध्यम से चेतना की खोज करना लगभग असंभव है। यह हमें बड़े सवाल पर लाता है - क्या विज्ञान चेतना को देख सकता है?

नोबेल पुरस्कार विजेता तंत्रिका विज्ञान के **प्रोफेसर एक्लेस** इस सिद्धांत का समर्थन करते हैं कि मन एक अलग अस्तित्व है और इसे मस्तिष्क कोशिका प्रक्रियाओं तक सीमित नहीं किया जा सकता।

प्रोफेसर कार्ल पॉपर और **जॉन एक्लेस** ने 'द सेल्फ एंड इट्स ब्रेन' में शोध के माध्यम से प्रदर्शित किया कि एक सचेत घटना संबंधित मस्तिष्क घटना से पहले होती है। इन प्रख्यात वैज्ञानिकों ने, न केवल मानसिक और सचेत घटनाओं को मस्तिष्क से अलग माना, बल्कि एक आत्म-चेतन मन को भी दोनों से अलग माना।

मानव चेतना के रहस्य

क्या किसी परा-भौतिक, असीम, शाश्वत अस्तित्व की खोज ऐसे साधनों से संभव है जो स्वयं सीमित, अपूर्ण और समय और स्थान के भौतिक आयाम तक सीमित हों?

चेतना व्यक्तिपरक है और इसे आध्यात्मिकता के क्षेत्र में वैज्ञानिक धारणाओं से समृद्ध, गहन अनुभूतियों द्वारा समझा जा सकता है। चेतना को केवल विज्ञान के माध्यम से सत्यापित नहीं किया जा सकता है।

आध्यात्मिक क्षेत्र में गहरी अंतर्दृष्टि रखने वाले ही समझ सकते हैं कि चेतना ही वास्तविकता और अस्तित्व का अंतिम आधार है। *अनुभवात्मक स्तर पर, यह मानवता को संप्रभुता के अकल्पनीय स्तर तक ऊपर उठा सकती है।*

मानवता आधुनिक भौतिकवाद के साथ संकट की ओर बढ़ रही है, जो न केवल मानव जीवन बल्कि संपूर्ण अस्तित्व के क्रम और मूल्य को नष्ट कर रही है। राजनीतिक और धार्मिक संघर्ष, पहचान और वैचारिक टकराव आपसी समन्वय के मूल ढाँचे को तोड़ रहे हैं। हम बाहरी दुनिया में बहुत सी चीजों से दूर हो रहे हैं, और फिर सबसे बढ़कर, हमारे अंदर एक निरंतर शोर है। अब समय आ गया है कि हम अपने मूल और शाश्वत स्व की ओर वापस लौटें, और इस वास्तविक स्व को जीवन का आधार बनाएँ। हर समय संदर्भ और नियंत्रण का बिंदु हमारे भीतर होना चाहिए। **भीतर आत्मा से बाहरी संसार का दृष्टिकोण ही आध्यात्मिक दृष्टिकोण है।**

इस पुस्तक को पढ़ते हुए, आप खुद से अलग खड़े होकर अपने जीवन को विभिन्न आयामों से देख सकते हैं। मनुष्य की यह विशिष्ट क्षमता 'मानव चेतना' के अनन्य उपहार के कारण है। इसमें शामिल हैं –

आत्म-चेतना - अपनी स्वयं की विचार प्रक्रिया के बारे में सोचने की क्षमता रखती है।

मैजिक डायमंड ऑफ ग्रुप

आत्म-जागरूकता - जो हमें आंतरिक शोर से खुद को अलग करने, स्पष्ट बाहरी, ऊपरी सतही वास्तविकता से अलग करने और स्वयं को देखने के तरीके की जाँच करने में सक्षम बनाती है।

विवेक - जिससे हम भीतर के सत्य को खोजते हैं और अनुभव करते हैं।

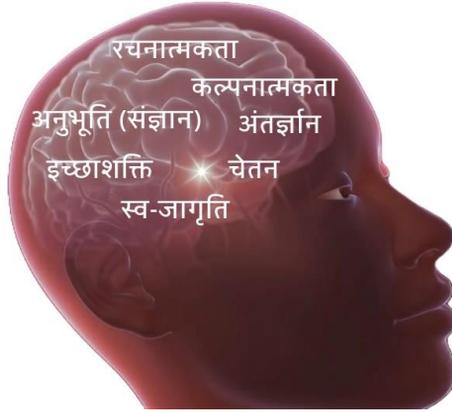
इच्छा शक्ति - का अर्थ है जागरूकता द्वारा किए गए निर्णय को आगे बढ़ाने का निश्चय पैदा करना; यह आत्म-संप्रभुता है।

अंतर्बोध - विवेक की सहज आंतरिक आवाज़, जो तर्क के ढाँचे के भीतर समझ से परे है।

कल्पना और सृजनात्मकता की क्षमताएँ

‘चेतना’के ढाँचे में छिपी अमूल्य खज़ाने की एक अंतहीन सूची है। यद्यपि हम अपने जीवन में इन शक्तियों का उपयोग करते हैं, सचेतन और अचेतन रूप से, फिर भी इन छुपे हुए प्राकृतिक खज़ानों के बारे में हमें बहुत कम जानकारी होती है, और हम सतही स्तर पर ही उनकी खोज में भटकते रहते हैं।

मानव चेतना के रहस्य



सूक्ष्म ऊर्जा स्तरों पर, स्वयं के अस्तित्व पर, अनुभव और अंतर्दृष्टि, मानव चेतना और चेतन अस्तित्व की संकल्पना के लिए पूर्वापेक्षित है।

हमने इस पुस्तक के माध्यम से क्या कहने का प्रयास किया है?

एक है चेतना और चैतन्य अस्तित्व (आत्मा) के बारे में जागरूकता बढ़ाना, ताकि हम अपने सच्चे और मूल स्वरूप को समझ सकें और उससे भी महत्वपूर्ण बात यह है कि उसका अनुभव कर सकें।

दूसरा, गहरे स्तर पर यह पता लगाना है कि चेतना वैज्ञानिक रूप से आध्यात्मिक और आध्यात्मिक रूप से वैज्ञानिक है। चेतना सूक्ष्म ऊर्जा क्षेत्रों की पवित्र ज्यामिति, दिव्य परमात्मा, एकीकृत चेतन ऊर्जा (परम आत्मा) के प्रकाश से उत्पन्न होती है। उच्च स्तर पर, हम ब्रह्मांड या एकीकृत चेतन ऊर्जा स्रोत (परम आत्मा) के साथ एक हैं। यह हमें इस बिंदु पर लाता है कि अंततः, सभी उत्तर और वर्तमान चुनौतियों के सभी समाधान हमारे भीतर 'चैतन्य अस्तित्व' (आत्मा) में रहते

मैजिक डायमंड ऑफ ग्रुप

हैं। चेतना को उच्च ऊर्जा स्तरों तक पहुँचाना निस्संदेह इस जीवन यात्रा या कई जीवन की यात्राओं का आवश्यक प्रयास है। इसलिए चेतना का अध्ययन और अनुभव करना अत्यंत महत्वपूर्ण है।

इस ग्रह पर आत्म-साक्षात्कार करना सबसे सरल काम होना चाहिए। इसे स्पष्ट करने के लिए बहुत ज़्यादा शब्दों की ज़रूरत नहीं है। हालाँकि, आधुनिक भौतिकवाद और आधुनिक विज्ञान का मानना है कि हम जटिल घटनाओं में उत्तर ढूँढ़ते हैं, और इसने धारणा और वास्तविक आत्म के बीच की खाई को और चौड़ा कर दिया है।

अगर मानवता स्वयं की वास्तविकता को एक अस्तित्व के रूप में खोज सकती है, तो सबसे जटिल समस्याओं को सबसे सरल तरीके से हल किया जा सकता है। सत्य हमेशा सरल होता है, लेकिन जो सरल लगता है उसे अपनाना आसान नहीं हो सकता है।

4

मानव चेतना क्या है?

“...जैसे एक भौतिक विज्ञानी, जब अपने ज्ञान को उसकी सीमाओं तक ले जाता है, तो पाता है कि वह परा-भौतिकता में विलीन हो रहा है, उसी तरह एक तत्वमीमांसक को पता चलेगा कि जिसे वह ‘मन’ और ‘पदार्थ’ कहता है, वे केवल बाह्य भेद हैं, वास्तविकता एक ही है।”

~ स्वामी विवेकानंद

यह सबसे स्पष्ट प्रश्नों में से एक है, लेकिन इसका उत्तर देना कठिन है। ‘चेतना’ सिर्फ सभी क्रियाओं का आधार नहीं है; यह सभी चीजों का सार है और अस्तित्व के बारे में जागरूकता है। एक शब्द के रूप में चेतना को विभिन्न विषयों के दार्शनिकों, वैज्ञानिकों और रहस्यवादियों द्वारा अलग-अलग तरीके से समझा गया है और व्याख्या की गयी है। चेतना अनुभवजन्य और व्यक्तिपरक वास्तविकता दोनों है, जिसे अनुभवात्मक रूप से समझा जा सकता है, यह वैज्ञानिक और तार्किक रूप से सत्यापित नहीं है। एक प्रकट वस्तुनिष्ठता है, और फिर चेतना की एक अप्रकट व्यक्तिपरकता है। इसलिए, चेतना को पूरी तरह से परिभाषित करना संभव नहीं हो सकता है, लेकिन हाँ, हम इसे इसकी विशेषताओं और गुणों से समझ सकते हैं।

मैजिक डायमंड ऑफ ग्रुप

आइये सबसे पहले इसकी आवश्यक विशेषताओं को समझने का प्रयास करें: -

- चेतना 'समय' और 'स्थान' में समझी जाने वाली वस्तु नहीं है। 'समय' परिवर्तन की अवधारणा है। चूँकि सभी वस्तुएँ बदलती हैं, इसलिए सभी वस्तुएँ अस्थायी अवधारणाएँ हैं। 'स्थान' विस्तार की अवधारणा है, यानी आकार और आकृति जो ब्रह्मांड को भरती है। चूँकि सभी वस्तुएँ अंतरिक्ष में विस्तारित हैं, इसलिए सभी वस्तुएँ स्थानिक अवधारणाएँ हैं।
- चेतना अनंत, सत्य, शाश्वत और शुद्ध आनंद है।
- चेतना अकथनीय है, यद्यपि अनुभवात्मक है।
- चेतना को ऊर्जा के रूप में समझा जा सकता है। प्राथमिक ऊर्जा जिससे अन्य सभी ऊर्जाएँ निकलती हैं, वह प्रकाश है।
- यह ऊर्जा या प्रकाश एक दिव्य ज्यामितीय स्वरूप के माध्यम से प्रकट होता है।

चेतना को सिर्फ तंत्रिका गतिविधि या शरीर में मात्र संवेदना या श्वास प्रक्रिया के रूप में नहीं समझना जाना चाहिए। हालाँकि ये चेतना के परिणाम हैं और कभी-कभी ध्यान के दौरान चेतना से जुड़ने में भी मदद करते हैं। **चेतना, सचेतन जीव द्वारा कंपन (वायब्रेशन्स) और ऊर्जा का निर्माण है।** विद्युत चुम्बकीय तरंगों की तरह इन कंपनों में अलग-अलग आवृत्ति स्तर होते हैं और वे अपने ऊर्जा क्षेत्र बनाते हैं, जिन्हें आमतौर पर आभा के रूप में जाना जाता है। ये कंपन भी संकेत हैं जो सचेतन अस्तित्व पूरे ब्रह्मांड में लगातार उत्सर्जित कर रही है। **यह चेतना ही है जो किसी को जीवित प्राणी के रूप में अस्तित्वगत अनुभव देती है।**

डॉ. डेविड आर. हॉकिन्स बताते हैं: 'चेतना नामक सर्वव्यापी सार्वभौमिक ऊर्जा क्षेत्र अनंत शक्ति और समय से परे आयाम का है और संरचनागत रूप से अरेखीय है।' इस संदर्भ में यह ध्यान रखना उचित है कि चेतना की अवधारणा को केवल मन और

मानव चेतना के रहस्य

विचारों तक ही सीमित नहीं किया जा सकता। मन चेतना के संचालन के लिए एक उपकरण है। इसलिए यह कहना सही होगा कि आप मन नहीं हैं; इसके बजाय, आप मन सहित विभिन्न क्षमताओं को संचालित करने वाले सचेत अस्तित्व हैं। हम बाद में इनके बारे में विस्तार से बताएँगे। इसलिए स्वयं को मन समझना उतना ही बड़ा धोखा हो सकता है जितना स्वयं को एक भौतिक अस्तित्व मानना। धोखे की कई परतें हैं जिनके साथ मानवता जी रही है, और यही दुखों का कारण बन गई है।

चैतन्य सत्ता की यह आध्यात्मिक ऊर्जा विचार, निर्णय, विवेक, कल्पना, बुद्धि, संज्ञान, अंतर्ज्ञान, स्मृतियों, विश्वासों, धारणाओं, दृष्टिकोण, आदतों और भावनाओं के रूप में प्रकट होती है।

आइए विज्ञान, अध्यात्म, मनोविज्ञान और आम तौर पर स्वीकृत धारणाओं के चश्मे से विभिन्न दर्शनशास्त्र, विश्वास प्रणाली, अब तक प्रतिपादित वैज्ञानिक सिद्धांतों और चेतना के संबंध में किए गए शोध को समझने की कोशिश करें। यहाँ हमारा क्षेत्र केवल उन तक सीमित है जो आवश्यक और मान्यता प्राप्त हैं।

न्यूटोनियन और परा-भौतिक (क्वांटम फिज़िक्स)

न्यूटोनियन भौतिकी का मानना है कि हमारी भौतिक वास्तविकता के सभी गुण और व्यवहार को निर्धारित किया जा सकता है, क्योंकि यह मानता है कि सभी स्तरों पर भौतिक वास्तविकता एक या दूसरे प्रसिद्ध भौतिक नियमों का पालन करती है, जिनमें कोई अपवाद नहीं है।

इस न्यूटोनियन धारणा के विपरीत, परा-भौतिक (क्वांटम फिज़िक्स) कहती है कि उप-परमाणु कणों के स्तर पर, प्रकृति नियतात्मक होना बंद कर देती है। परा-भौतिक (क्वांटम फिज़िक्स) ने सूक्ष्म स्तर पर साबित कर दिया है कि प्रकृति अस्पष्ट

मैजिक डायमंड ऑफ ग्रुप

रूप से व्यवहार करना शुरू कर देती है और किसी भी तरह से निश्चित स्वरूप प्रदर्शित नहीं करती है।

परा-भौतिक (क्वांटम फिज़िक्स) कहता है कि हमारी भौतिक वास्तविकता (कण अवस्था) केवल तभी मौजूद होती है जब उसका अवलोकन किया जा रहा हो, और जब कोई ध्यान नहीं देता है तो पदार्थ शुद्ध ऊर्जा (तरंग अवस्था) में लौट जाता है। इस प्रकार, पदार्थ एक तर्कसंगत पर्यवेक्षक की उपस्थिति में एक कण की तरह व्यवहार करता है; अनुपस्थिति में, यह एक तरंग की तरह कार्य करता है।

"सूक्ष्म सिद्धांत" (क्वांटम थ्योरी) उन लोगों को हास्यास्पद नहीं लगेगा जिन्होंने वेदांत पढ़ा है।"

- वर्नर कार्ल हाइजेनबर्ग

[वेदांत वैदिक विचार का निष्कर्ष या सार है।]

हाइजेनबर्ग का मानना था कि वैज्ञानिक द्वारा अवलोकन का कार्य उन क्वांटम कणों की स्थिति को बदल देता है जिन्हें देखा जाता है। आइंस्टीन ने 1933 में कहा था कि एक 'गुप्त अस्थायी' की खोज इसके लिए ज़िम्मेदार होगी। बाद में, 1961 में, नोबेल भौतिक विज्ञानी यूजीन विग्नर ने प्रस्ताव दिया कि यह 'वैज्ञानिक की चेतना' है जो स्वयं ही एक गुप्त अस्थायी है जो घटना के परिणाम को तय करती है। इसलिए, विग्नर ने इस बात पर जोर दिया कि अवलोकन करने वाले वैज्ञानिक की 'चेतना के स्पष्ट संदर्भ के बिना' सूक्ष्म यांत्रिक (क्वांटम मैकेनिकल) प्रक्रियाओं का वर्णन करना असंभव है। कुछ अन्य वैज्ञानिक भी सोचते हैं कि उप-परमाणु स्तर पर, हम वस्तुनिष्ठ सत्य को नहीं जान सकते क्योंकि वस्तुनिष्ठ वास्तविकता अनिवार्य रूप से वैज्ञानिक की व्यक्तिपरक चेतना से प्रभावित होती है।

उपरोक्त खोज की व्याख्या इस प्रकार की जानी चाहिए थी, कि यह उप-परमाणु स्तर पर है कि चेतना पदार्थ पर कार्य करती है और उसे प्रभावित करती है।

मानव चेतना के रहस्य

हालांकि, कुछ वैज्ञानिक, जो अद्वैतवाद के प्रभाव में थे, इन्होंने इसकी व्याख्या यह कहकर की, कि अंततः मन और पदार्थ में कोई अंतर नहीं है या केवल एक ही वास्तविकता है, अर्थात् चेतना सत्य है और पदार्थ मिथ्या है, या यह पदार्थ केवल चेतना का निर्माण है।

श्रोडिंजर ने कहा: "मन और पदार्थ के द्वैतवाद को हल करने का प्रयास पश्चिम में भी किया गया था, लेकिन प्रयास हमेशा भौतिक स्तर पर किया गया था, और इसलिए, यह विफल रहा... यह अजीब है कि यह आमतौर पर भौतिक आधार पर किया गया है, लेकिन यह अच्छा नहीं है। यदि हम केवल एक क्षेत्र रखने का निर्णय लेते हैं, तो यह एक मानसिक क्षेत्र होना चाहिए क्योंकि वह वैसे भी मौजूद है।"

क्वांटम फिज़िक्स के अनुमान हैरान करने वाले हैं। यह हमें दिखाता है कि हम अपनी भौतिक वास्तविकता के सह-निर्माता हैं, कम से कम सूक्ष्म स्तर पर, क्योंकि जो कुछ देखा जा रहा है उसमें पर्यवेक्षक की भूमिका होती है। क्वांटम विज्ञान के सह-संस्थापक नील्स बोहर ने एक बार कहा था, 'जो कोई भी क्वांटम फिज़िक्स से हैरान नहीं है, वह इसे समझ नहीं पाएँगे'।

यह क्वांटम फिज़िक्स ही है जो न केवल मानव चेतना की पराभौतिक वास्तविकता को सबसे प्रभावी समर्थन प्रदान करता है, बल्कि पदार्थ में एक आध्यात्मिक आयाम (जो अभी तक भौतिक विज्ञान के लिए अज्ञात है) को भी सबसे प्रभावी समर्थन प्रदान करता है। यह, बदले में, हमारे सामने कुछ तीखे सवाल भी ला सकता है, जैसे - क्या हम विज्ञान के वर्तमान सीमा में पराभौतिक चेतना के अस्तित्व को प्रदर्शित कर सकते हैं? मानव चेतना पदार्थ को कैसे प्रभावित करती है?

चेतना के तुलना में सापेक्षता और एकीकृत सिद्धांत

अल्बर्ट आइंस्टीन ने सुझाव दिया कि ब्रह्मांड में सब कुछ सापेक्ष है, और विभिन्न रूपों, घटनाओं और दुनियाओं के अस्तित्व को केवल सापेक्षता के संदर्भ में ही समझा जा सकता है। किसी भी अंतरिक्ष-समय घटना को अनगिनत संदर्भ-बिंदुओं से देखा जा सकता है, जिनमें से प्रत्येक एक अलग परिणाम, एक अलग व्याख्या या एक अलग अनुभव को जन्म देता है।

आइंस्टीन ने एकीकृत क्षेत्र सिद्धांत (यूनिफाइड फील्ड थ्योरी) के माध्यम से प्रकृति की सभी मौलिक शक्तियों को एक ही सिद्धांत में बांधने का प्रयास किया।

अब आइए इन सिद्धांतों पर चेतना के दृष्टिकोण से विचार करें। हमारी चेतना की एक अनूठी विशेषता यह है कि हमारे पास हमेशा **एकसमान अनुभव** होता है, हालाँकि हम लगातार विभिन्न संवेदी अंगों के माध्यम से असंख्य घटनायें, जानकारीयाँ और अनुभवों से घिरे रहते हैं। और यह सब लगातार यादों, विश्वास प्रणाली, भावनात्मक भंडार, धारणा, बौद्धिक अंश आदि के संदर्भ में संसाधित हो रहा है।

इससे चेतना के समग्र स्वभाव की व्याख्या हो सकती है, जिसके द्वारा हमारे विचार और भावनाएँ शरीर में एकता में कार्य करते हैं। सोचें कि, क्या होता है जब आप किसी घटना या दिल दहला देने वाली खबर के कारण अचानक सदमे और अविश्वास की स्थिति में होते हैं। आपका पूरा शरीर और मस्तिष्क तुरंत और एकता में प्रतिक्रिया देगा! आपकी आँखें चौड़ी हो जाती हैं, आपका दिल तेज़ी से धड़कने लगता है, आप तेज़ी से साँस लेते हैं, आपका एड्रेनलीन का स्तर बढ़ जाता है, विचार अव्यवस्थित हो जाते हैं और बुद्धि एक पल के लिए निर्णय लेने की अपनी क्षमता खो

मानव चेतना के रहस्य

देती है, हाथ और आवाज़ काँपने लगती है। एक ही पल में शरीर की संयुक्त प्रतिक्रिया शरीर के तंत्रिका आंतरजाल पर माइक्रोव्यूबूल 'तारों' (वायरिंग) के माध्यम से शरीर की सभी कोशिकाओं को जोड़ने वाली प्रकाश की एक सुसंगत तरंग के रूप में भेजी जाती है।

जगदीश हसिजा ने 'आध्यात्मिक दृष्टिकोण से चेतना' में कहा है, "यदि हमारे मस्तिष्क में एक साथ कई विद्युत चुम्बकीय घटनाएँ होती हैं और संदर्भ के इतने सारे ढाँचे हैं, तो हमारा अनुभव वास्तव में 'एक' नहीं हो सकता। चूँकि हमारा अनुभव हमेशा एक और एकीकृत होता है, इसलिए यह निष्कर्ष निकालना उचित होगा कि एक संदर्भ बिंदु होना चाहिए, जो समन्वय मूल के रूप में काम करता हो, जिसके कारण हमारा अनुभव अपनी एकता या विशिष्टता का श्रेय लेता है।

सार्वभौमिक तथ्य यह है कि हमारे पास हमेशा **केवल एकसमान अनुभव** होता है, जो इस सत्य का स्पष्ट प्रमाण है कि (i) केवल **एक समन्वय मूल है जो हमारे संदर्भ-बिंदु के रूप में कार्य करता है** और (ii) दृष्टिकोण और विश्वासों का केवल एक संग्रह है जो हमारी धारणा या अनुभव की 'एकता' की ओर ले जाता है। यह एक समन्वय मूल और क्या हो सकता है, जिसमें विश्वासों और दृष्टिकोण का एक संग्रह भी हो? निर्णायक रूप से, एक पराभौतिक बिंदु होना चाहिए।"

इसलिए हम कह सकते हैं कि यह चेतन अस्तित्व 'आत्मा', पराभौतिक अवस्था में अपने अस्तित्व के साथ, सभी घटनाओं के लिए एकमात्र संदर्भ बिंदु है। यह हमें एकसमान अनुभव प्रदान करती है।

डच वैज्ञानिक पिम वैन लोमेल ने लगभग दो दशकों के शोध और अध्ययन के साथ चेतना पर काफी उत्तेजक और चौंकाने वाला रुख अपनाया है। उन्होंने अपने निष्कर्ष प्रकाशित किए हैं और कहा है कि **चेतना का एकीकृत क्षेत्र परा-भौतिकता और अंतर्संबंध की अवधारणाओं पर केंद्रित है: "मन एक समयहीन और स्थानहीन**

मैजिक डायमंड ऑफ ग्रुप

अंतर्संबंध में एक साथ सब कुछ समाहित करता हुआ प्रतीत होता है। जानकारी किसी माध्यम में संकेत नहीं की जाती है, बल्कि परा-भौतिक रूप से परा-भौतिक स्थान में तरंग फलन के रूप में संग्रहीत की जाती है, जिसका अर्थ यह भी है कि सभी जानकारियाँ हमेशा और हर जगह तुरंत उपलब्ध होती हैं।"

वे आगे कहते हैं - "इस नए दृष्टिकोण में, पुनर्प्राप्ति योग्य यादों के साथ पूर्ण और अंतहीन चेतना की उत्पत्ति अविनाशी और सीधे अवलोकनीय तरंग फलन के रूप में एक परा-भौतिक स्थान में होती है। ये तरंग फलन, जो चेतना के सभी पहलुओं को सूचना के रूप में संग्रहीत करते हैं, हमेशा शरीर में और उसके आसपास मौजूद रहते हैं।"

मस्तिष्क और शरीर महज एक पुनःप्रसारण केन्द्र के रूप में कार्य करते हैं जो समग्र चेतना के एक भाग को और हमारी स्मृतियों के एक भाग को हमारी जागृत चेतना में मापने योग्य और निरंतर बदलते विद्युत चुम्बकीय क्षेत्रों के रूप में प्राप्त करते हैं।

इस दृष्टिकोण से, **मस्तिष्क के कार्य** को एक संचार प्राप्तकर्ता के रूप में देखा जा सकता है; मस्तिष्क चेतना उत्पन्न नहीं करता, बल्कि उसे सुगम बनाता है।"

वान लीमेल निस्संदेह हमारे अस्तित्व की परा-भौतिक घटना की ओर इशारा करते हैं, कि मस्तिष्क, इसकी आकस्मिक प्रणाली और शरीर केवल साधन हैं, जिनका यह चेतन अस्तित्व सहजता से उपयोग करता है।

भारतीय योगियों की एक लंबी परंपरा के वंशज **महर्षि महेश योगी** ने आध्यात्मिक-वैज्ञानिक दृष्टिकोण से स्पष्ट किया कि "एकीकृत क्षेत्र मूल रूप से चेतना का क्षेत्र है। इस क्षेत्र को आत्मा के नाम से जाना जाता है, जिसका अर्थ है 'शुद्ध चैतन्य' या 'स्वयं', क्योंकि एकीकृत क्षेत्र सबसे गहरी वास्तविकता का निर्माण करता है और इसलिए प्रकृति में हर चीज़ की असली पहचान है।"

मानव चेतना के रहस्य

महर्षि बताते हैं, “चेतना के एकीकृत क्षेत्र में अस्तित्व और बुद्धि की दोहरी विशेषताएँ हैं।”

भले ही हमने इस बिंदु या आध्यात्मिक कण को कभी नहीं देखा हो जो हमेशा अवलोकन और संदर्भ के एक एकल ढाँचे के रूप में काम करता है, फिर भी ऐसे चेतन अस्तित्व को पहचानना आवश्यक हो जाता है, क्योंकि यह बताता है कि हमारे पास एक एकीकृत अनुभव क्यों है। यह अस्तित्व आत्मा है। यह वह है जिसमें विश्वास, दृष्टिकोण, पिछले अनुभव, भावनाएँ आदि हैं। चेतन अस्तित्व के प्रकाश के बिंदु के रूप में इसकी उपस्थिति को स्वीकार किए बिना, हमारे अनुभवों को समझाया नहीं जा सकता है।

शरीर से बाहर और मृत्यु के निकट अनुभव (ओ.बी.ई. और एन.डी.ई.)

केस स्टडी

2014 में, ओटावा विश्वविद्यालय के शोधकर्ताओं ने मनोविज्ञान की 24 वर्षीय कनाडाई छात्रा की मस्तिष्क गतिविधि का अध्ययन किया, जिसने दावा किया था कि वह अपनी इच्छा से अपना शरीर छोड़ सकती है। उसे आमतौर पर सोने से ठीक पहले शरीर से बाहर निकलने का (ओ.बी.ई.) अनुभव होता था और वास्तव में, अपने शरीर को छोड़ने से उसे सोने में मदद मिलती थी। ओ.बी.ई. के दौरान वह कभी-कभी खुद को अपने भौतिक शरीर के ऊपर घूमता हुआ महसूस करती थी।

शोधकर्ता क्लाउड मेसियर और पेपर के सह-लेखक एंड्रू एम. स्मिथ ने महिला का इंटरव्यू लिया और उसे स्व-प्रेरित ओ.बी.ई. के दौरान मस्तिष्क स्कैन से गुजरना पड़ा। उन्होंने पाया कि स्व-प्रेरित ओ.बी.ई. के दौरान, महिला के मस्तिष्क की सक्रियता उसके बाएं हिस्से तक ही सीमित थी जो असामान्य था क्योंकि जब ज्यादातर लोग चीजों या परिदृश्यों की कल्पना करते हैं, तो मस्तिष्क के दोनों हिस्से सक्रिय होते हैं। साथ ही, महिला का दृश्य प्रांतस्था (विजुअल कोर्टेक्स) निष्क्रिय था, जो अजीब भी था क्योंकि यह आमतौर पर तब सक्रिय होता है जब कोई अपने सिर में कुछ होने की कल्पना करता है। शोधकर्ता निष्कर्ष पर पहुँचने के लिए मस्तिष्क से पर्याप्त जानकारी एकत्र नहीं कर सके।

मानव चेतना के रहस्य



वैज्ञानिक और शोधकर्ता इस घटना को लेकर हैरान हैं और इसे एक विसंगति या भ्रम मानते हैं।

पूर्वी दुनिया में विभिन्न अनुशासनों के तहत गहन ध्यान का अभ्यास करने वाले योगी स्वेच्छा से अपने भौतिक शरीर को छोड़ सकते हैं और जब चाहें तब यात्रा भी कर सकते हैं, जिसे 'सूक्ष्म यात्रा' कहा जाता है।

शरीर से बाहर और मृत्यु के निकट के अनुभवों को संक्षेप में इस प्रकार बताया जा सकता है:-

1. चेतना, शरीर और मस्तिष्क के बिना भी निर्बाध रूप से कार्य कर सकती है।

अपने अनुभवों को बताते हुए लोगों को ऐसा लगा जैसे वे शरीर को खुद से बहुत अलग देख रहे हैं। वे मीलों दूर की चीजें देख सकते थे, चाहे उनका ध्यान कहीं भी हो। इसका मतलब है कि चेतना शरीर या तंत्रिका की जैव रासायनिक प्रक्रिया गतिविधि का उपोत्पाद नहीं है। इन अनुभवों के तहत, व्यक्ति न केवल महसूस कर सकता है बल्कि शरीर के बाहर भी देख और सुन सकता है, क्योंकि विवरण कहता है कि अस्तित्व, अपने मृत शरीर के उपस्थिति में भी बातचीत सुन सकता है। साक्ष्य संकेत देते हैं कि जालीदार

सक्रियण प्रणाली (रैटिक्युलर एक्टिवेटिंग सिस्टम) केवल बाहरी उत्तेजनाओं को प्राप्त करने और सांकेतिक विद्युत आवेगों के रूप में मस्तिष्क को संदेश भेजने का एक साधन है, लेकिन अन्यथा, यह एक सचेत अस्तित्व है जो आवेगों का संज्ञान लेती है।

2. विचार, भावनाएँ, स्मृतियाँ और अनुभूति चेतन सत्ता के कार्य हैं।

मृत्यु के निकट के अनुभवों के घटनाओं में, मस्तिष्क सामान्य रूप से काम करना बंद कर देता है। मस्तिष्क क्रिया (विचार प्रक्रिया) या तो बंद हो जाती है या अपने सबसे निचले स्तर पर होती है। इसलिए, अगर चेतना मस्तिष्क का कार्य है, तो उसे या तो अपने सबसे निचले स्तर पर होना चाहिए या पूरी तरह से बंद हो जाना चाहिए। इसके विपरीत, हम पाते हैं कि जैसे-जैसे मस्तिष्क क्रिया कम होती जाती है, वैसे-वैसे चेतना फैलती जाती है और चेतन अस्तित्व बहुत दूर से देख और सुन पाता है। इससे यह सिद्ध होता है कि चेतना एक अस्तित्व का अंतर्निहित गुण है जो मस्तिष्क से अलग है और जागरूकता के उच्चतम स्तर के साथ देहमुक्त रूप में मौजूद रह सकती है।

ओ.बी.ई./एन.डी.ई. के कई अन्य घटनाओं में पिछले जन्म की यादों से, वे जीवन की वर्तमान चुनौतियों के कारणों और कभी-कभी इस जीवनकाल के उद्देश्य का पता लगाते हैं। इस प्रकार भौतिक क्षेत्र से परे, चेतना स्पष्ट विवेक, आंतरिक जागृति, आत्म-साक्षात्कार, अवचेतन स्मृतियों और सार्वभौमिक शक्ति (परम आत्मा) के साथ एकता की भावना के अब तक अनदेखे पहलुओं के लिए खुलती है।

3. मस्तिष्क और शरीर ही चेतना को उसके असीम आयाम से रोकते हैं।

एक घटना में: नीरज एम (भारत, 1987) अनुभव बताते हैं - "मुझे लगा कि मैं बहुत शक्तिशाली हूँ और प्रकाश से भरा हुआ हूँ। साथ ही, मुझसे बहुत सारा प्रकाश निकल रहा है। मानो मैं एक "सूर्य" हूँ, लेकिन गर्म नहीं। साथ ही, एक बहुत ही शांतिपूर्ण एहसास ने मुझे घेर लिया।"

राफेल के - "ध्यान के दौरान मेरे जीवन के निकट अनुभव में मेरी आँखें बंद करके प्रकाश को देखना शामिल था। मुझे प्रकाश से प्यार, खुशी, शांति और एकता की अविश्वसनीय भावना महसूस हुई। मुझे लगा कि दूसरी तरफ का जीवन पृथ्वी पर जीवन से अधिक वास्तविक है; दूसरी तरफ का जीवन हल्का और हवादार है। पृथ्वी पर जीवन भारी और घना है।"

मस्तिष्क आत्मा को केवल त्रि-आयामी वस्तुओं का अनुभव करने में सक्षम बनाता है, जबकि शरीर के बाहर, आत्मा बहुआयामी अनुभव कर सकती है और दिव्यदृष्टि भी प्राप्त कर सकती है। इसलिए यह दर्शाता है कि मस्तिष्क केवल अपनी असीम क्षमता की चेतना को सीमित करता है, इस हद तक कि लोग इस सांसारिक आयाम में शरीर में वापस जाने के लिए तैयार नहीं होते हैं।

सम्मोहन अवस्था प्रतिगमन

सम्मोहन की गहन अवस्था में अवस्था प्रतिगमन न केवल एक आकर्षक मनोचिकित्सात्मक प्रक्रिया के रूप में सामने आया है, बल्कि यह आत्मा नामक एक आध्यात्मिक चेतन सत्ता के अस्तित्व, तथा पूर्व-जीवन, मरणोपरांत जीवन और विभिन्न जन्मों में उसके अनुभवों के बारे में एक गहन शोध के रूप में भी सामने आया है।

डॉ. ब्रायन वीस, एक प्रसिद्ध मनोचिकित्सक और सम्मोहन चिकित्सक, ने 1980 से अब तक 4000 से अधिक व्यक्तियों का प्रतिगमन किया है। उन्होंने और कई अन्य प्रतिष्ठित शोधकर्ताओं ने सम्मोहन प्रतिगमन की विधि के माध्यम से पुनर्जन्म और पिछले जन्मों के अनुभवों पर उल्लेखनीय काम किया है। उन्होंने व्यक्तियों को उनके पिछले जीवन में मृत्यु के क्षण और फिर वर्तमान शरीर में उनके प्रवेश के क्षण तक वापस लाया है। वह कई व्यक्तियों को कई पिछले जन्मों में ले गए। उनकी पुस्तकों, जैसे 'मेनी लाइव्स मेनी मास्टर्स' को पढ़ने के बाद, यह निष्कर्ष निकलता है कि एक चेतन अस्तित्व है जो एक शरीर को त्यागने के बाद पुनर्जन्म लेता है।

चेतन सत्ता न केवल अभौतिक है, बल्कि एक यात्री है जो एक शरीर से दूसरे शरीर में जाता है और जैसा कि कई लोगों ने सम्मोहन के तहत देखा, वह आत्माओं की दुनिया से इस दुनिया में आता है।

हालाँकि, कुछ घटनाओं में, कुछ परिस्थितियों में, सम्मोहन द्वारा प्रतिगामी व्यक्तियों का मन भ्रम पैदा करने की प्रवृत्ति रखता है और इसलिए, सभी व्यक्तियों के कथन मूल रूप से पर्याप्त नहीं हैं, फिर भी अधिकांश घटनाओं को पुख्ता सबूतों के साथ सत्यापित किया गया है। कुछ घटनाओं में, व्यक्तित्व न केवल यादों को याद करने में सक्षम थे, बल्कि अन्य विदेशी भाषाओं में भी स्पष्टता से बोल सकते थे, जिनके लिए उन्हें इस जीवन में कोई प्रशिक्षण या समझ नहीं थी।

पुनर्जन्म पर शोध की घटनाएँ

वैज्ञानिक दृष्टि से भी उन बच्चों के घटनाओं में शोध किया गया है, जिन्होंने अपने पिछले जन्मों की यादें बताई हैं। अमेरिका के वर्जीनिया विश्वविद्यालय में मनोचिकित्सा विभाग के प्रमुख इयान स्टीवेंसन ने इस क्षेत्र में बहुत व्यापक और

मानव चेतना के रहस्य

गहन शोध किया है। उन्होंने दुनिया भर के 2000 से अधिक घटनाओं की जाँच की, जिनमें बच्चों ने दावा किया था कि वे अपने वर्तमान जीवन से पहले भी रह चुके हैं। हालाँकि कुछ घटनाएँ झूठी और मनगढ़ंत थी, लेकिन कई घटनाओं की जाँच से उनकी सत्यता की पुष्टि हुई। इयान स्टीवेंसन ने बच्चों द्वारा बताए गए स्थान और लोगों के विवरण की जाँच की और उन मृतकों के बारे में भी जानकारी ली, जिनके बारे में बच्चों ने दावा किया था कि उन्होंने उन्हें देखा है। उन्होंने निष्कर्ष निकाला कि इन सभी बातों का पर्याप्त सत्यापन और पुष्टि हो चुकी है। इसलिए, उन्हें विश्वास हो गया कि एक शरीर के नष्ट हो जाने के बाद भी चेतन आत्मा एक भौतिक शरीर से दूसरे भौतिक शरीर में जा सकती है।

जल और चेतना

डॉ. मसारु इमोटो, जापानी वैज्ञानिक जिन्होंने इस विचार में क्रांति ला दी कि हमारे विचार और भाव भौतिक क्षेत्र को प्रभावित करते हैं, डॉ. मसारु इमोटो ने जल के अणुओं पर चेतना के प्रभाव के कुछ असाधारण निष्कर्ष निकाले। 20 से अधिक वर्षों तक, उन्होंने इस बात के वैज्ञानिक प्रमाणों का अध्ययन किया कि जब पानी मानवीय शब्दों, विचारों, ध्वनियों और भाव के संपर्क में आता है तो उसमें आणविक संरचना कैसे बदल जाती है।

डॉ. इमोटो के असाधारण जीवन कार्य को न्यूयॉर्क टाइम्स बेस्टसेलर "द हिडन मैसेजेस इन वॉटर" में दर्ज किया गया है। अपनी पुस्तक में, डॉ. इमोटो ने दर्शाया है कि कैसे प्यार, परोपकार और करुणामय इन मानवीय विचारों के संपर्क में आने वाले पानी में सौंदर्यपूर्ण रूप से मनभावन भौतिक आणविक संरचनाएँ बनती हैं, जबकि भयभीत और असंगत मानवीय विचारों के संपर्क में आने वाले पानी में असंगत, विकृत और अप्रिय भौतिक आणविक संरचनाएँ बनती हैं। उन्होंने यह काम चुंबकीय अनुनाद विश्लेषण तकनीक (मैग्नेटिक रेज़ोनंस एनालिसिस टेक्नोलॉजी)

और हाई-स्पीड फ़ोटोग्राफ़ के ज़रिए किया।

डॉ. मसारु इमोटो ने पानी को वैज्ञानिक दुनिया के मानचित्र पर जीवंत चेतना के रूप में स्थापित किया। उन्होंने हमें दिखाया कि पानी हमारी कल्पना से कहीं ज्यादा ऊर्जा प्रदान करने में सक्षम है। **मानवीय विचारों, ध्वनियों और भाव में जो शक्ति होती है, वह हमारे समय की सबसे महत्वपूर्ण खोजों में से एक है।**

उनका कार्य हमें निम्नलिखित प्रश्न उठाने पर मजबूर करता है:-

- क्या शब्दों, विचारों और ऊर्जाओं से प्रभावित होने वाले पानी का भौतिक विज्ञान या पराभौतिक ऊर्जा क्षेत्रों से कोई संबंध है?
- क्या जल में हमारी चेतना के समान कोई चेतना का स्तर है जो परस्पर प्रभाव डालता है?
- क्या दोनों के बीच कोई ईथर तत्व समान है?

मानव चेतना (आत्मा) का ईथर* हर तत्व के ईथर को प्रभावित करता है। हर तत्व के ईथर और ब्रह्मांड के ईथर में एक चेतना होती है जो मानव चेतना और ब्रह्मांडीय चेतना द्वारा संचालित होती है। इसलिए यह भी साबित होता है कि “आकर्षण का नियम” कैसे काम करता है, जो इन दिनों चर्चा के सबसे अधिक माँग वाले विषयों में से एक है।

* **ईथर तत्व** को वैदिक साहित्य में अक्सर 'ब्रह्म-तत्व' के रूप में संदर्भित किया जाता है। ब्रह्म-तत्व या ईथर इस ब्रह्मांड में कई अलग-अलग रूपों में और विभिन्न ऊर्जा स्तरों पर मौजूद है। ईथर आकाश तत्व के समान नहीं है। आकाश तत्व के विपरीत, ईथर में अपनी चेतना या बुद्धि है। ईथर अन्य सभी पाँच तत्वों में व्याप्त है। यह सभी पाँच तत्वों का मूल भी है।

प्रिंसटन इंजीनियरिंग एनोमलीज़ रिसर्च (पी.ई.ए.आर.)

प्रिंसटन इंजीनियरिंग एनोमलीज़ रिसर्च (पी.ई.ए.आर.) द्वारा किए गए एक उल्लेखनीय लेकिन अनदेखे कार्य और वैज्ञानिक शोध को वैज्ञानिक समुदाय द्वारा कोई औपचारिक मान्यता नहीं दी गई। फलस्वरूप, असाधारण घटनाओं पर अट्टाईस साल के चौंकाने वाले शोध के बाद, इसे आखिरकार बंद कर दिया गया।

पी.ई.ए.आर. कार्यक्रम की स्थापना प्रिंसटन विश्वविद्यालय में 1979 में रॉबर्ट जी. जहान द्वारा की गई थी, जो उस समय स्कूल ऑफ़ इंजीनियरिंग एंड एप्लाइड साइंस के डीन थे, ताकि समकालीन इंजीनियरिंग अभ्यास में आम तौर पर संवेदनशील भौतिक उपकरणों, प्रणालियों और प्रक्रियाओं के साथ मानव चेतना की पारस्परिक सम्बन्ध के ठोस वैज्ञानिक अध्ययन को आगे बढ़ाया जा सके। अट्टाईस वर्षों में, इंजीनियरों, भौतिकविदों, मनोवैज्ञानिकों और मानवतावादियों के एक समूह ने भौतिक वास्तविकता की स्थापना में चेतना की भूमिका की बेहतर समझ को सक्षम करने के लिए प्रयोगों और पूरक सैद्धांतिक तंत्र विकसित करने की एक व्यापक योजना चलाई।

पी.ई.ए.आर. समूह के चौंकाने वाले दावे परा-मनोविज्ञान की व्यापक श्रेणी में आते हैं, विशेष रूप से साइको-काइनेसिस (मन से वस्तुओं को हिलाना) और दिव्यदृष्टि (अतीन्द्रिय अनुभव)।

पी.ई.ए.आर. ने अनेक प्रयोग किए और प्रदर्शित किया कि किस प्रकार व्यक्ति बिना किसी शारीरिक संपर्क के भौतिक वस्तुओं को प्रभावित कर सकते हैं। उदाहरण के लिए, बिना किसी शारीरिक संपर्क के केवल तीव्र विचारों और भावों के माध्यम से पानी के फव्वारे के एक चैनल में दूसरे की तुलना में अधिक पानी का प्रवाह कर सकते हैं, या यंत्र के एक तरफ से दूसरी तरफ अधिक लोहे की गेंदें गिरा सकते हैं।

तीन दशकों से अधिक समय तक आश्चर्यजनक प्रयोग किए गए, जिनसे पता चला कि चेतना किस तरह से भौतिक दुनिया को कई अलग-अलग तरीकों से प्रभावित करती है। हालाँकि, किसी भी प्रतिष्ठित वैज्ञानिक पत्रिका ने कभी भी उनके शोध-पत्र प्रकाशित नहीं किए। पी.ई.ए.आर. के निष्कर्ष ठोस वैज्ञानिक उपायों के तहत किए गए थे, फिर भी इसे वैज्ञानिक नियमों में कोई स्थान नहीं मिल सका, इसलिए इसे हर प्रकार के मान्यता से वंचित कर दिया गया।

अतीन्द्रिय अनुभव [एक्स्ट्रा सेंसरी परसेप्शन (ई.एस.पी.)]

इस बात के बहुत सारे प्रमाण हैं - कुछ विश्वसनीय हैं, कुछ इतने विश्वसनीय नहीं हैं - कि मन केवल संवेदी जानकारी के लिए केंद्रीय संसाधक से कहीं अधिक है। रसेल टार्ग और जेन कैट्रा ने अपनी 1998 की पुस्तक, 'मिरेकल्स ऑफ़ माइंड' में कुछ अतीन्द्रिय क्षमताओं की सूची दी है जिन्हें प्रदर्शित किया गया है:

टेलीपैथी: एक मन और दूसरे मन के बीच सीधा मानसिक संपर्क।

रिमोट व्यूइंग: किसी दूरस्थ लक्ष्य वस्तु की मानसिक छवि प्राप्त करना, जहाँ पर कोई एक अस्तित्व स्थित है। यह टेलीपैथी से अलग है क्योंकि छवि में अक्सर ऐसे विवरण होते हैं जो उस अस्तित्व द्वारा नहीं देखे जाते हैं।

दिव्यदृष्टि: किसी सहयोगी की सहायता के बिना दूरस्थ लक्ष्य की मानसिक छवि प्राप्त करना।

पूर्वज्ञान: पूर्वज्ञान के कई प्रकार हैं। पूर्वानुमान भविष्य की घटना का एक सपना या दर्शन है, जब भविष्य को बदलने वाले कोई कार्य को करने की कोई

मानव चेतना के रहस्य

संभावना नहीं होती है। उदाहरण के लिए, पूर्वानुमान को दर्ज (रिकॉर्ड) करना और घटना घटित होने के बाद ही उसे प्रकट करना, या अस्पष्ट, अनिर्दिष्ट तरीके से पूर्वानुमान करना। दो प्रसिद्ध भविष्यवक्ता नोस्ट्राडेमस और एडगर कायसी थे। यदि पूर्वज्ञान इतना विशिष्ट है कि भविष्य की घटना को टालने के लिए कोई कार्रवाई की जा सके, तो इसे पूर्वानुमान, पूर्वसंकेत या पूर्वाभास (पूर्व-भावना) कहा जाता है। उदाहरण: एक हवाई जहाज दुर्घटना का सपना जो किसी व्यक्ति को उस उड़ान से बचने की चेतावनी देता है।

दूरस्थ सम्मोहन: दूर स्थित किसी व्यक्ति का सम्मोहन।

मानसिक उपचार: दूर से देखने और उपचार का एक प्रकार जिसमें उपचारकर्ता रोगी के शरीर में किसी कथित समस्या को ठीक करने के लिए सहज ज्ञान युक्त प्रभावों को विचारों और विशिष्ट उपचार क्रियाओं में सक्रिय रूप से परिवर्तित करता है।

आध्यात्मिक उपचार: दूरस्थ उपचार जिसमें उपचारकर्ता ग्रहणशील, जागरूक, निष्पक्ष, उदारचित्त अवस्था में होता है, जो उसकी चेतना को परा-भौतिक, सार्वभौमिक मन (परम आत्मा) द्वारा उपचार के लिए एक माध्यम के रूप में उपयोग करने की अनुमति देता है।

ऊर्जा उपचार: उपचार जिसमें उपचारक अपना ध्यान रोगी पर केंद्रित करता है और रोगी की महत्वपूर्ण ऊर्जा प्रवाह को फिर से भरने या उसमें बदलाव करने पर ध्यान केंद्रित करता है। उदाहरण हैं रेकी, चिकित्सीय स्पर्श, हाथ रखना, प्राणिक उपचार और ची गोंग।

अंतर्ज्ञान: प्रत्यक्ष और गैर-विश्लेषणात्मक जागरूकता जो परा-भौतिक मन, आंतरिक अवचेतन प्रक्रियाओं, मन-से-मन कनेक्शन जैसे मानसिक स्रोतों, या बाहरी दुनिया की प्रत्यक्ष दूरदर्शी धारणा से आ सकती है।

अपराध रोकथाम के लिए ध्यान प्रयोग परियोजना आयोजित की गई

यह शोधपत्र एक संभावित प्रयोग के परिणामों की विवरण करता है जिसमें महर्षि महेश योगी के ट्रांससेडेंटल मेडिटेशन और सिद्धि कार्यक्रमों में लगभग 4,000 प्रतिभागियों का एक समूह 7 जून से 30 जुलाई, 1993 तक वॉशिंग्टन डी.सी. में इकट्ठा हुआ था। यह परिकल्पना की गई थी कि डिस्ट्रिक्ट ऑफ़ कोलंबिया में हिंसक अपराध के स्तर प्रदर्शन परियोजना के दौरान काफी हद तक कम हो जाएँगे, क्योंकि इस समूह के प्रभाव से डिस्ट्रिक्ट की सामूहिक चेतना में सामंजस्य बढ़ेगा और तनाव कम होगा। स्वतंत्र वैज्ञानिकों और अग्रणी नागरिकों से युक्त 27-सदस्यीय परियोजना समीक्षा बोर्ड ने शोध संलेख (प्रोटोकॉल) को मंजूरी दी और शोध प्रक्रिया की निगरानी की। साप्ताहिक अपराध घटना कोलंबिया मेट्रोपॉलिटन पुलिस विभाग (डी.सी.एम.पी.डी.) के जिला द्वारा प्रदान किए गए समाचार अभिलेख (डेटाबेस रिकाइर्स) से प्राप्त किया गया था, जिसका उपयोग एफ.बी.आई. यूनिफ़ॉर्म क्राइम रिपोर्ट में किया जाता है। सांख्यिकीय विश्लेषण ने कोलंबिया जिले में मौसम के कारण, दिन के उजाले में, ऐतिहासिक अपराध के प्रवृत्तियों और वार्षिक स्वरूप के प्रभाव के साथ-साथ पड़ोसी शहरों में प्रवृत्तियों पर विचार किया। पिछले शोध के अनुरूप, हत्या, बलात्कार और हमलों (एच.आर.ए. अपराध) के स्तर औसत साप्ताहिक तापमान के साथ सहसंबंधित हैं। डकैतियाँ लगभग वार्षिक आवर्ती चक्र का पालन करती हैं। तापमान को नियंत्रित करते हुए 1993 के जानकारी के समय श्रृंखला विश्लेषण से पता चला कि प्रदर्शन परियोजना के दौरान एच.आर.ए. अपराधों में काफी गिरावट आयी, जो समूह के आकार में वृद्धि के अनुरूप थी; अधिकतम कमी 23.3% ($P < 2 \times 10^{-9}$) [लंबी आधार रेखा का उपयोग करते हुए 24.6%, 1988--1993 के आंकड़ों के साथ ($P < 3 \times 10^{-5}$)], जब पिछले

मानव चेतना के रहस्य

पाँच वर्षों में से प्रत्येक में समान अवधि की जाँच की गई, तो एच.आर.ए. अपराधों में कोई महत्वपूर्ण कमी नहीं पाई गई। डकैती में कोई उल्लेखनीय कमी नहीं आई। हालाँकि, एक मॉडल जिसने एच.आर.ए. अपराधों और डकैती दोनों पर प्रदर्शन परियोजना के प्रभाव का संयुक्त रूप से अनुमान लगाया, उसने हिंसक अपराधों में कुल मिलाकर 15.6% (पी = 0.0008) की महत्वपूर्ण कमी दिखाई।

आगे के विश्लेषण से पता चला कि एच.आर.ए. अपराधों को कम करने पर सुसंगति-निर्माण समूह के प्रभाव को अतिरिक्त पुलिस बल द्वारा नहीं समझा जा सकता है। एच.आर.ए. अपराधों के लिए समय श्रृंखला विश्लेषण ने ऐसे परिणाम दिए जो वैकल्पिक आदर्श विनिर्देशों के लिए अत्यधिक मजबूत हैं और दिखाया कि समूह के आकार का प्रभाव संचयी था और प्रदर्शन परियोजना समाप्त होने के बाद भी बना रहा। साथ ही, समय श्रृंखला प्रतिमा के आधार पर स्थिर अवस्था लाभ की गणना ने भविष्यवाणी की, कि जिले में 4,000 सुसंगति-निर्माण विशेषज्ञों के एक स्थायी समूह का एच.आर.ए. अपराधों को 48% तक कम करने का दीर्घकालिक प्रभाव होगा।

क्लेयर लैमत्रा (ए.सी.आई.एम. - ए कोर्स इन मिरैकल्स) एक विचारोत्तेजक बात रखी है - प्रत्येक दार्शनिक, वैज्ञानिक या धार्मिक प्रयास का पूरा आधार मूल रूप से यह निर्धारित करने का प्रयास है कि हम क्या हैं? हम यहाँ क्यों हैं? और जीवन का उद्देश्य क्या है?

चेतना की अभिव्यक्ति के रूप में, एक इंसान को पता है कि वह जागरूक है, फिर भी वह इस बात का प्रश्नकर्ता है कि वह क्या है और उसे विश्वास है कि वह अपने स्वयं के विचार प्रक्रियाओं द्वारा निर्मित कारण और परिणाम के उत्तर स्वयं ही स्वयं को प्रदान कर सकता है। वह मानता है कि वास्तविकता उसकी धारणा और व्याख्या के लिए खुली है। यदि यह सच होता, तो वास्तविकता अत्यधिक परिवर्तनशील और पूरी तरह से अस्थिर होती। परिभाषा के अनुसार, वास्तविकता अपरिवर्तनीय, शाश्वत

मैजिक डायमंड ऑफ ग्रुप

और आनंदमय होनी चाहिए। तब तर्कसंगत रूप से, मानव चेतना किसी भी चीज़ के बारे में निश्चित नहीं हो सकती है, जबकि उसकी स्वयं की अनिश्चितता उसकी खोज का आधार है।

अगर आप सच में जानना चाहते हैं कि 'चेतना क्या है?' तो आपको इसकी अनंतता का अनुभव करना होगा। यह केवल चेतना के प्रकाश से ही संभव है। आप न केवल जान पाएँगे बल्कि अनुभव करते हुए रूपांतरित भी होंगे।

5

आत्मा और चेतना पर शास्त्र और दार्शनिकों की मत

विभिन्न धर्मग्रंथों के अनुसार मानव चेतना या आत्मा के बारे में मत

मनुष्य पिछले कम से कम 2500 वर्षों से खुद से यह सवाल पूछ रहा है, 'मैं कौन हूँ?' - जिसके बारे में हमारे पास कुछ विश्वसनीय रिकार्ड्स हैं। वह स्वयं की पहली को सुलझाना चाहता है। वह एक सचेत अस्तित्व के रूप में खुद और भौतिक दुनिया के बीच अंतर भी जानना चाहता है, जिसके बारे में स्वयं सचेत या जागरूक था। वह यह भी जानना चाहता है कि क्या विचार, इच्छाशक्ति, स्मृति, भावनाएँ, आदतें, प्रवृत्तियाँ आदि उसके मस्तिष्क सहित उसकी शारीरिक प्रणाली से निकलती हैं, या ये एक अलग अस्तित्व की विशेषताएँ या कार्य हैं। इस पहली को सुलझाकर, वह अपने अस्तित्व का अर्थ, ब्रह्मांड में अपना स्थान और भूमिका और दुखों का कारण भी खोजना चाहता है।

ह्यूमन शब्द लैटिन शब्द 'ह्यूमस' से लिया गया है जिसका अर्थ है 'मिट्टी का

मैजिक डायमंड ऑफ ग्रुप

जैविक घटक' जबकि 'बीडिंग' का अर्थ है 'आत्मा'। 'मानव-अस्तित्व' सीमित शरीर और अनंत आत्मा का सामंजस्यपूर्ण सह-अस्तित्व है। जबकि आत्मा, यानी सचेतन जीव, अपने अस्तित्व के प्रति आत्म-जागरूकता के साथ एक जीवित अस्तित्व है, शरीर (विशेष रूप से मस्तिष्क) सचेतन जीव से निकलने वाली चेतना की निरंतर धारा का एक माध्यम है।

बाइबिल सहित ईसाई धर्म के विभिन्न ग्रंथों के अनुसार आत्मा का ज्ञान

मनुष्य की आत्मा, व्यक्ति का वह हिस्सा है जो शाश्वत है - वह हिस्सा जो शरीर के मरने और सड़ने के बाद भी जीवित रहता है। यीशु ने कहा कि हमें मनुष्यों से नहीं डरना चाहिए, जो केवल शरीर को मार सकते हैं, आत्मा को नहीं। (मैथ्यू 10:28)

यीशु ने उत्तर दिया: 'तू अपने प्रभु परमेश्वर से अपने सम्पूर्ण मन और सम्पूर्ण प्राण और सम्पूर्ण बुद्धि के साथ प्रेम रख।' (मैथ्यू 22:37)

अगर कोई, सारी दुनिया हासिल कर ले और अपनी आत्मा को खो दे तो उसे क्या फायदा होगा? दूसरे शब्दों में, कोई अपनी आत्मा के बदले में क्या दे सकता है? (मैथ्यू 16:26)

वैदिक दर्शनशास्त्र के अनुसार आत्मा

वैदिक शास्त्रों के अनुसार आत्मा (आत्मन) स्वयं-चेतन, अमर, शाश्वत, अनंत और अत्यंत सूक्ष्म है। इसे स्थान और समय में पहचाना नहीं जा सकता। आत्मा एक पारलौकिक सत्ता है। जबकि भौतिक शरीर सीमित है, आत्मा एक अनंत सत्ता है।

मानव चेतना के रहस्य

वैदिक विचारधारा में चेतना, मन और मस्तिष्क तीन एक दूसरे से संबंधित लेकिन भिन्न कारक हैं:

- चेतना या चित्त जागरूकता का प्रकाश है जो सार्वभौमिक है।
- मन या मानस/चित्त मूर्त चेतना है।
- मस्तिष्क, मन या मूर्त चेतना का भौतिक वाहन है।

प्राचीन योग परंपरा में मन के चार पहलू हैं - चित्त (अवचेतन), मानस (चेतन), बुद्धि (बुद्धि) और अहंकार (स्वयं की पहचान)।

सभी या अधिकांश धर्मों में समान विश्वास

धर्म और दर्शन के इतिहास के अध्ययन से हम पाते हैं कि शुरु में, सत्य की खोज के लिए मनुष्य का मुख्य उद्देश्य स्वयं को जानना था। वह सत्य को जानना चाहता था ताकि वह सही कर्मों का जीवन जी सके, शांति और आनंद का अनुभव कर सके और अंततः सभी प्रकार के दुखों से मुक्ति पा सके। मनुष्य को यह जानने की भी जिज्ञासा थी कि क्या कोई और चेतन सत्ता है, जो उससे कहीं अधिक श्रेष्ठ और शक्तिशाली है और जो सृष्टिकर्ता और अचूक मार्गदर्शक है। और वह उस सत्ता के साथ मन-ही-मन संवाद करना चाहता था।

ब्रह्मा या आदम से शुरु करके, वैदिक और उपनिषदिक ऋषियों और मुनियों, बाइबिल के संतों और विभिन्न धर्मों के संस्थापकों और पैगम्बरों की प्रेरणाओं, चिंतन और मनन से स्वयं को परिचित करने पर, हम पाते हैं कि विभिन्न धर्मों के बीच और एक ही धर्म के भीतर, कई महत्वपूर्ण धार्मिक विषयों पर व्यापक विविधता है, जिसमें

मैजिक डायमंड ऑफ ग्रुप

प्रकृति और चेतना या स्वयं के रूप से संबंधित प्रश्न भी शामिल हैं।

धर्म के संस्थापकों - भगवद् गीता के उपदेशक श्रीकृष्ण, जरथुष्ट्र, बुद्ध, महावीर, अब्राहम, मूसा, ईसा, मोहम्मद, नानक, दयानंद और अन्य द्वारा प्रतिपादित सिद्धांत एक दूसरे से बहुत भिन्न हैं। हालाँकि, इनका सचेत रूप से अध्ययन करने पर हम इस निष्कर्ष पर पहुँचेंगे कि एक मूल है जो सभी के लिए समान है।

यहां सभी या अधिकांश धर्मों में समान मान्यताएँ दी गई हैं:

1. आत्मा और चेतना अविनाशी, शाश्वत और दिव्य हैं।
2. मनुष्य में जागरूकता (स्व-जागरूकता सहित) और सोचने, संज्ञान और तर्कसंगत क्षमता की क्षमताएँ होती हैं, जो हर व्यक्ति में अलग-अलग होती हैं। ये क्षमताएँ उसे यह देखने में सक्षम बनाती हैं कि अच्छे और बुरे कर्म भी होते हैं जिनके क्रमशः सकारात्मक और नकारात्मक परिणाम होते हैं।
3. मनुष्य में अपनी पहचान को अन्य वस्तुओं और व्यक्तियों से अलग समझने तथा स्वयं को एक चेतन अस्तित्व या व्यक्ति के रूप में मानने की क्षमता होती है।
4. इस व्यक्ति में जागरूकता, इच्छाशक्ति, स्मृति आदि होती है, साथ ही इसमें अहंकार या 'मैं-पन' भी होता है जो 'स्वयं' के रूप में उसकी पहचान की भावना है।
5. शरीर में रहते हुए आत्मा के चेतना की कुछ परिवर्तित अवस्थाएँ होती हैं, जैसे जागृति, निद्रा, आनंद, उन्माद, मूर्च्छा, अचेतन अवस्था आदि।
6. आत्मा अविभाज्य है और पदार्थ की तरह उसमें वजन या विस्तार नहीं होता।

मानव चेतना के रहस्य

7. नैतिक गुण और अनुभव, जैसे शांति, आनंद, प्रेम आदि आत्मा के क्षेत्र से संबंधित हैं।
8. आत्मा शरीर के साथ नहीं मरती, क्योंकि शरीर के मरने और नष्ट हो जाने के बाद भी आत्मा को अपने कर्मों का फल भोगना पड़ता है। इसलिए स्व जिसे आत्मा या रूह भी कहते हैं, अपने स्वभाव से ही शरीर से अलग है। शरीर प्रकृति के तत्वों से बना है।
9. आत्मा के चारों ओर एक आभामंडल या क्षेत्र या सूक्ष्म आवरण होता है, और यह क्षेत्र पदार्थ पर अपना प्रभाव डालता है।
10. आत्मा एक यात्री है जो दूसरे लोक (जिसे ब्रह्मलोक, परलोक, सत्यलोक, 'सर्वोच्च स्वर्ग' या 'सातवाँ स्वर्ग' कहा जाता है) से इस लोक में आती है, जहाँ कर्म का मूलभूत नैतिक नियम यह है कि देर-सवेर आप जैसा बोओगे, वैसा ही पाओगे।
11. इस आत्मा का एक लक्ष्य या उद्देश्य है, की सभी कष्टों से मुक्ति तथा पूर्णता और शाश्वत सुख की प्राप्ति की स्थिति में पहुँचना।
12. कुछ लोग कहते हैं कि आत्मा हृदय में निवास करती है, जबकि अन्य कहते हैं कि यह मस्तिष्क में भृकुटि या त्रिकुटि आज्ञा चक्र या ब्रह्म रंघ्र में रहती है और वहीं से (अर्थात् मस्तिष्क में से) यह हृदय को तथा अपने क्षेत्र के माध्यम से प्रत्येक कोशिका को प्रभावित करती है, हाइपोथैलेमस और थैलेमस के केन्द्रकों तथा उनसे जुड़े तंत्रिका तंत्र पर कार्य करती है।

यदि हम उपरोक्त सभी मूल मान्यताओं या उपदेशों को एक स्थान पर रखें, तो यह सुसंगत कथन उभर कर आएगा: 'प्रत्येक मानव शरीर में एक आत्मा या स्वयं का एक अस्तित्व होता है जिसमें आत्म-जागरूकता, चेतना, इच्छा, अनुभूति, तर्कसंगत

मैजिक डायमंड ऑफ़ ग्रुप

भावना, भावनाएँ, स्मृति, अहंकार या 'मैं-पन', विभिन्न संबंध और बंधन और अनुभव करने की क्षमता, दूसरों से व्यवहार करने और शरीर छोड़ने के बाद जीवित रहने की क्षमता होती है। यह अस्तित्व, अपनी स्वभावता, एक आध्यात्मिक अस्तित्व है। आत्माएँ अपने नैतिक कद के संबंध में उच्च या निम्न होती हैं और आस्तिकों, यानी धर्मों के अनुसार; एक सर्वोच्च आत्मा (परमात्मा) भी है। साथ ही, कुछ धर्मों के अनुसार, आत्मा एक शरीर छोड़ने के बाद दूसरा शरीर लेती है और, कुछ अन्य के अनुसार, यह पुनर्जन्म नहीं लेती है, लेकिन यह अस्तित्व में रहती है और इसे अपने कर्मों के लिए पुरस्कृत या दंडित किया जाता है; यह मरती नहीं है।

दार्शनिकों के अनुसार चेतना

हमने विभिन्न युगों के कुछ दार्शनिकों के संदर्भों का सारांश संकलित करने का प्रयास किया है। यह पहले व्यक्त किए गए दृष्टिकोण को पूरक बनाने में कुछ योगदान देगा। हम यहाँ, चुनिंदा रूप से, आत्म या चेतना के स्वभाव के बारे में कुछ दार्शनिकों के विचारों को जोड़ेंगे।

यूनानी दार्शनिक **पायथागोरस**, आत्मा को निराकार तत्व मानते थे। वह आत्माओं के अस्तित्व और पुनर्जन्म में विश्वास करते थे। उनका यह भी मानना था कि आत्माओं को उनके कर्मों के अनुसार पुरस्कृत या दंडित किया जाता है।

ज़ेनोफेन्स ने मन को अनुभूति, विचार और इच्छाशक्ति तथा कार्य करने की शक्ति से पहचाना। उन्होंने यह भी कहा कि मन या विचार या ईश्वर दिव्य सार है। उन्होंने कहा: “केवल एक ईश्वर ही है, जो देवताओं और मनुष्यों में सबसे महान है। न तो मन में और न ही शरीर में वह (परमात्मा) हम नश्वरों जैसा है। वह सब देखनेवाला, सब सुननेवाला जिस तक सब संकल्प पहुँचते हैं, वह सर्वज्ञ, जानिजाननहार, त्रिकालदर्शी है”।

मानव चेतना के रहस्य

एनाक्सागोरस ने कहा कि नॉउस, अर्थात् मन, सबसे दुर्लभ या सूक्ष्म चीज़ है और इसमें हर चीज़ का ज्ञान है तथा सबसे अधिक शक्ति है।

डेमोक्रीटस का मानना था कि आत्मा अणु है और वह (पीली-लाल) अग्नि के समान ऊर्जा है।

सुकरात ने बहुत स्पष्ट रूप से आत्मा को शरीर से अलग बताया है। उन्होंने बताया कि शरीर नश्वर है, और आत्मा अमर है और कुछ नैतिक नियमों के अधीन है। जैसा कि फेदो (वह संवाद जिसमें प्लेटो ने सुकरात की मृत्यु से पहले जेल में बिताए अंतिम घंटों का वर्णन किया है) में बताया गया है, सुकरात ने कहा कि मन या विचार या तर्क हमेशा एक लक्ष्य, उद्देश्य या अंत का को पाने की कोशिश करते हैं। उन्होंने कहा कि मनुष्य को सबसे अच्छे के लिए जीने की कोशिश करनी चाहिए। सुकरात को नैतिक अस्तित्व के रूप में स्वयं पर इतना दृढ़ विश्वास था कि उन्होंने एथेंस से भागने के बजाय जहर का प्याला पीकर मरना पसंद किया। यह स्पष्ट है कि उनका मानना था कि आत्मा या चेतना शारीरिक मृत्यु से बच जाती है और इसका एक नैतिक आयाम होता है।

प्लेटो ने मन या आत्मा को एक सक्रिय सिद्धांत के रूप में पहचाना, जो शरीर को नियंत्रित करने के लिए काम करता है। उनका मानना था कि आत्मा के विकास के दो चरण होते हैं - तर्कहीन चरण (हृदय या निचले शरीर में स्थित) और तर्कसंगत चरण (सिर में स्थित)।

प्लेटो के अनुसार, मानव व्यवहार तीन प्राथमिक स्रोतों से प्रवाहित होता है - (1) इच्छा, (2) भावना और (3) ज्ञान। उन्होंने आत्मा को तीन संकेतों से चिह्नित किया - (1) गति (2) संवेदना और (3) निराकारिता। उन्होंने कहा कि मन के तीन भाग हैं - (1) कारण (2) गतिविधि, ऊर्जा या जीवितता (सबसे चैतन्य भाग) और (3) शरीर की अनिवार्य आवश्यकताएँ। उन्होंने कहा कि निम्न और उच्च भागों के

मैजिक डायमंड ऑफ ग्रुप

बीच संघर्ष है।

अरस्तू का मानना था कि आत्मा के दो भाग होते हैं - निम्न (तर्कहीन) और उच्च (तर्कसंगत) और उच्चतर आत्मा शारीरिक मृत्यु के बाद भी जीवित रहती है। सुकरात की तरह, उनका भी मानना था कि नैतिक कार्य अपने लिए ही किया जाना चाहिए क्योंकि सदगुण ही उसका पुरस्कार है।

इस प्रकार, प्रारंभिक यूनानी दार्शनिकों का मानना था कि आत्मा शरीर से अलग है। हालाँकि इसमें बहुत स्पष्टता और एकरूपता नहीं है, फिर भी इतना तो स्पष्ट है कि पायथागोरस और सुकरात, अमर आत्मा के अस्तित्व में विश्वास करते थे जो शरीर के बाद भी अस्तित्व में रहती है और पुनर्जन्म भी लेती है।

अन्य दार्शनिकों में थॉमस एक्विनास (1225 ई.), डेसकार्टेस (1596 ई.) और लाइबनिज़ (1646-1716) का विशेष उल्लेख किया जा सकता है।

थॉमस एक्विनास ने पराभौतिक स्वयं का अस्तित्व और ईश्वर के कई पहलुओं पर दार्शनिक रूप से चर्चा की है। उनके लेखन से ऐसा लगता है कि वे शरीर की मृत्यु के बाद आत्मा के जीवित रहने में विश्वास करते थे। उन्होंने यह भी कहा कि भावनाएँ और इच्छाशक्ति बुद्धि के अधीन हैं।

डेसकार्टेस ने कहा था, "कोगिटो एर्गो सम" - मैं सोचता हूँ, इसलिए मैं हूँ और "डुबिटा एर्गो सम", यानी, भले ही आप अपने अस्तित्व पर संदेह करते हों, आपका संदेह आपके अस्तित्व को साबित करता है। उन्होंने समझाया कि पीनियल ग्रंथि आत्मा का स्थान है और वहाँ से आत्मा शरीर के साथ उसी तरह काम करती है जैसे कोई मशीन के साथ काम करता है। उन्होंने शरीर-मन संपर्क समस्या के समाधान के रूप में अंतःक्रियावाद का सुझाव दिया। उनके यांत्रिक और न्यूनतावादी दृष्टिकोण की बाद में कई अन्य लोगों ने आलोचना की और आज भी इसकी आलोचना की जाती है। कुछ लोगों ने यह भी आरोप लगाया कि वह "घोस्ट इन दी मशीन" (यंत्र में

मानव चेतना के रहस्य

भूत) की बात करते हैं। मानसिक संरचना के बारे में डेसकार्टेस का 'परमाणु विश्लेषण', निस्संदेह, अनुभव की तरल निरंतरता की उपेक्षा करता है। उनका यह विचार कि आत्मा पीनियल ग्रंथि में निवास करती है, शायद सही न भी हो, लेकिन इसका मतलब यह नहीं है कि उनका शरीर-मन द्वैतवाद गलत है। उन्होंने बहुत तार्किक रूप से तर्क दिया है कि आत्मा शरीर से अलग है।

लाइबनिज़ ने कहा कि आत्मा एक मोनाड या परमाणु की तरह है। उन्होंने इस बात पर जोर दिया कि यह अत्यन्त सूक्ष्म है। उन्होंने आत्माओं की बहुलता की वकालत की।

इसके विपरीत, **कांट** सिखाते हैं कि चीजें अपने आप में अज्ञात हैं। वह एक मज़बूत सुझाव देते हैं कि, नैतिक चरित्र के रूप में, हम अपने आप में चीजें हैं। उन्होंने यह भी कहा कि, भले ही आत्मा, दुनिया और ईश्वर अलग-अलग अस्तित्वों के रूप में मौजूद न हों, लेकिन यह मानना बेहतर है कि ये मौजूद हैं क्योंकि यह दृष्टिकोण ब्रह्मांड और वास्तविकता के स्वरूप के बारे में कई समस्याओं पर चर्चा करने और उन्हें हल करने में सक्षम बनाता है। आत्मा या चेतना के नैतिक पहलुओं पर उनके जोर ने जीवन में मूल्यों को बढ़ावा दिया।

लियोनार्डो दा विंची ने कहा था: "मनुष्य का बाह्य रूप, जो अद्भुत ढंग से निर्मित है, उस संरचना के अंदर निवास करने वाली दिव्य आत्मा की तुलना में कुछ भी नहीं है।"

इस प्रकार, उपर्युक्त अधिकांश दार्शनिकों का मानना था कि आत्मा शरीर से भिन्न एक अस्तित्व है।

6

चेतना और आत्मा पर वैज्ञानिकों का क्या कहना है?

उन्नीसवीं सदी की शुरुआत में, कई प्रतिष्ठित वैज्ञानिकों ने गुप्तरूप से भौतिक विज्ञान से परे सोचना शुरू कर दिया और भौतिक विज्ञान की न्यूटोनियन हाइपोथिसिस से अभौतिक क्षेत्र में चले गए। हालाँकि, यह कभी भी औपचारिक रूप से केंद्र में नहीं आ सका क्योंकि भौतिक विज्ञान के समर्थकों का एक और समूह अभी भी बहुमत में बना हुआ है।

आइये देखें कि कुछ वैज्ञानिकों ने चेतना की पराभौतिक घटना की ओर किस प्रकार संकेत किया है।

नोबेल पुरस्कार (1918) विजेता भौतिक विज्ञानी **मैक्स प्लैंक** को क्वांटम थ्योरी (सूक्ष्म सिद्धांत) का प्रवर्तक माना जाता है, उन्होंने कहा था, "मैं चेतना को मूलभूत मानता हूँ। मैं पदार्थ को चेतना से व्युत्पन्न मानता हूँ। हम चेतना को पीछे नहीं छोड़ सकते! हम जिस चीज़ के बारे में बात करते हैं, जिसे हम मौजूदा मानते हैं, वह सब चेतना को दर्शाता है।"

कार्ल पॉपर ने चेतना के एक उभरते उत्पाद के बारे में क्या कहा?

मानव चेतना के रहस्य

यहाँ तक कि विज्ञान के प्रसिद्ध दार्शनिक कार्ल पॉपर, जो मन को मस्तिष्क का एक उभरता हुआ उत्पाद मानते हैं, स्वीकार करते हैं कि इस मत का कोई व्याख्यात्मक मूल्य नहीं है। वे कहते हैं: "विकासवादी दृष्टिकोण से, मैं आत्म-चेतन मन को मस्तिष्क का एक उभरता हुआ उत्पाद मानता हूँ। इसका कोई व्याख्यात्मक मूल्य नहीं है, और यह मानव विकास में एक निश्चित स्थान पर प्रश्नचिह्न लगाने से ज्यादा कुछ नहीं है।"

दूसरी ओर, नोबेल पुरस्कार विजेता (1963) **यूजीन विग्रर** जैसे वैज्ञानिक भी रहे हैं, जो सैद्धांतिक भौतिक विज्ञानी और गणितज्ञ थे, जिन्होंने कहा; "वास्तविकता या अस्तित्व के दो प्रकार हैं - चेतना का अस्तित्व और बाकी सब चीज़ों की वास्तविकता या अस्तित्व। बाद वाली वास्तविकता निरपेक्ष नहीं है, बल्कि केवल सापेक्ष है।" विग्रर ने ऐसा इसलिए कहा क्योंकि मापने योग्य चीज़ें और घटनाएँ मनुष्य को केवल इसलिए पता हैं क्योंकि उसके पास चेतना है। इसके अलावा, उन्होंने एक बहुत ही महत्वपूर्ण बात कही - "चेतना के संदर्भ के बिना, क्वांटम मैकेनिक्स के नियमों को पूरी तरह से सुसंगत तरीके से तैयार करना संभव नहीं था।"

थॉमस हक्सले ने कहा, "चेतना कोई भौतिक शक्ति नहीं है"।

यहाँ तक कि थॉमस हक्सले, जिन्होंने डार्विन का जोरदार प्रचार किया, उन्होंने कहा है: "मैं भौतिकवाद के मुख्य सिद्धांत को इस रूप में समझता हूँ कि ब्रह्मांड में पदार्थ और बल के अलावा कुछ भी नहीं है; और प्रकृति की सभी घटनाएँ इन दो प्राथमिक कारकों को सौंपे जाने योग्य गुणों से निष्कर्ष द्वारा समझी जा सकती हैं। यह मुझे बहुत स्पष्ट लगता है कि ब्रह्मांड में एक तीसरी चीज़ है, चेतना, जिसे मैं पदार्थ या बल या दोनों में से किसी भी कल्पनीय रूपांतरण के रूप में नहीं देख सकता"।

सर जॉन एक्लेस ने कहा, "चेतना, तंत्रिका-क्रियाविज्ञान संश्लेषण (न्यूरोफिजियोलॉजिकल सिन्थेसिस) से नहीं आती है"।

मैजिक डायमंड ऑफ ग्रुप

सर जॉन सी. एक्लेस ने 'द सेल्फ एंड इट्स ब्रेन' पुस्तक में कहा; "अनुभव की गई एकात्मकता (चेतना या मन की) न्यूरोफिज़ियोलॉजिकल सिन्थेसिस से नहीं, बल्कि स्व-चेतन मन के प्रस्तावित एकीकृत चरित्र से आती है"। एक्लेस ने यह बात इस बात पर चर्चा करते हुए कही कि कान, आँख, नाक, त्वचा आदि के माध्यम से विभिन्न मस्तिष्क केंद्रों में आने वाले कितने संदेश एक साथ संश्लेषित और परिभाषित किए जाते हैं ताकि उन सभी से एक समग्र चित्र या अर्थ बनाया जा सके। उनका दृढ़ मत था कि यह स्वयं द्वारा किया जाता है, जो मस्तिष्क की एक उप-घटना नहीं है।

डॉ. वाइल्डर पेनफील्ड के प्रयोगों से पता चलता है कि चेतना मस्तिष्क की एक उप-घटना नहीं है।

इसके अलावा, पेनफील्ड के शोध से पता चला है कि सेरेब्रल कॉर्टेक्स को बड़े पैमाने पर हटाने से भी जागरूकता पूरी तरह खत्म नहीं होती है, लेकिन ब्रेनस्टेम में छोटे घाव अपरिवर्तनीय कोमा पैदा करते हैं। पेनफील्ड ने यह भी दिखाया है कि 'एनेनसेफेलिक मॉन्स्टर्स' में, यानी वे व्यक्ति जो बिना किसी सेरेब्रल कॉर्टेक्स के पैदा होते हैं, उनमें जागने और सोने की अवस्थाएँ एक-दूसरे के साथ बदलती रहती हैं और व्यक्ति मुस्कुरा भी सकता है और रो भी सकता है, लेकिन वह समझ या बोल नहीं सकता क्योंकि सेरेब्रल हेमिस्फेअर्स नहीं होते। तो, यह दर्शाता है कि हालाँकि दो हेमिस्फेअर्स उच्च विचार-प्रक्रियाओं और भाषा-संकेत आदि को समझने के लिए जिम्मेदार हैं, फिर भी ये चेतना का केंद्र नहीं हैं। पेनफील्ड ने मस्तिष्क पर विभिन्न स्थानों या बिंदुओं को उत्तेजित करके कई प्रयोग किए। उदाहरण के लिए, उन्होंने मोटर कॉर्टेक्स को उत्तेजित किया और शारीरिक गतिविधियाँ पैदा कीं, जैसे कि हाथ की गतिविधि, लेकिन यह घटना कोई चेतन परिणाम निर्माण नहीं करती है। वे इस निष्कर्ष पर पहुँचे कि चेतना हाइपोथैलेमस और ब्रेनस्टेम के पास स्थित है और यह मस्तिष्क की एक उप-घटना नहीं है।

मानव चेतना के रहस्य

इसी तरह, मैक्सिकन न्यूरो-फिजियोलॉजिस्ट **राउल हर्नांडेज़-पियन** अपने प्रयोगों के माध्यम से इस निष्कर्ष पर पहुँचे कि ब्रेनस्टेम का रेटिक्युलर एक्टिवेटिंग सिस्टम (RAS) वह द्वार है जिसके माध्यम से संवेदी आवेग कॉर्टेक्स तक जाते हैं और यह 'ध्यान' (अटेंशन) या चेतना का नियामक है। यह दर्शाता है कि मन, आत्मा या चेतना हाइपोथैलेमस में स्थित होनी चाहिए, ब्रेन (मस्तिष्क) स्टेम के ऊपरी हिस्से के पास जिसमें रेटिक्युलर एक्टिवेटिंग सिस्टम है। इन तथ्यों को जाने-माने फिजियोलॉजिस्ट और न्यूरोलॉजिस्ट डॉ. स्पेरी के प्रयोगों से और भी साबित किया गया।

इस क्षेत्र में डॉ. **रेमंड ए. मूडी**, एम.डी. का नाम काफी प्रसिद्ध हो चुका है, क्योंकि उन्होंने आउट ऑफ़ बॉडी और नियर डेथ एक्सपीरियंस में अग्रणी कार्य किया था। डॉ. मूडी ने तीन तरह की घटनाओं पर शोध किया: (i) वे लोग जिन्हें डॉक्टरों द्वारा चिकित्सकीय रूप से मृत घोषित किए जाने के बाद पुनर्जीवित किया गया था, (ii) वे लोग जो दुर्घटना, बीमारी या गंभीर चोट के कारण मृत्यु के बहुत करीब आ गए थे और (iii) वे लोग जो मरते समय अपने अनुभव उस समय मौजूद अन्य लोगों को बताते थे और बाद में इन लोगों ने डॉ. मूडी को उनके मृत्यु अनुभव बताए। डॉ. मूडी ने ऐसे लगभग 150 घटनाओं का अध्ययन किया और मृत्यु-अनुभव का एक मॉडल तैयार किया।

इनका वर्णन उनकी पुस्तक 'लाइफ-आफ्टर-लाइफ' में किया गया है। ये सभी बातें इस सत्य की ओर इशारा करती हैं कि आत्मा, स्वयं या चेतन अस्तित्व शरीर के साथ नहीं मरती बल्कि शरीर के नष्ट हो जाने के बाद भी जीवित रहती है। इन 'नियर डेथ एक्सपीरियंस' या 'आउट ऑफ़ बॉडी एक्सपीरियंस' में, लोग रिपोर्ट करते हैं कि उन्होंने अपने भौतिक शरीर और उससे संबंधित घटनाओं को शरीर के बाहर के दृष्टिकोण से देखा। हालाँकि इनमें से कुछ प्रतिशत घटनाएँ अविश्वसनीय हैं, फिर भी इस क्षेत्र में व्यापक और गहन शोध इस सत्य की ओर ले जाते हैं कि आत्मा, शरीर

मैजिक डायमंड ऑफ ग्रुप

की मृत्यु के बाद भी जीवित रहती है और शरीर और मस्तिष्क से अलग होती है।

वर्जीनिया विश्वविद्यालय में मनोचिकित्सा और तंत्रिका-व्यवहार विज्ञान के एमेरिटस प्रोफेसर डॉ. ब्रूस ग्रेसन ने संयुक्त राष्ट्र में एक सम्मेलन को संबोधित करते हुए कहा - "ऐसे व्यक्तियों की घटनाएँ दर्ज कि गयी हैं जो चिकित्सकीय रूप से मृत थे, जिनमें कोई मस्तिष्क गतिविधि नहीं थी, लेकिन वे उसी समय नीचे मेडिकल टेबल पर अपने साथ हो रही हर चीज़ को देख रहे थे।" उन्होंने बताया कि ऐसे कई उदाहरण हैं जहाँ व्यक्ति ऐसी चीज़ों का वर्णन करने में सक्षम हैं जिनका वर्णन करना असंभव होना चाहिए था। उनका कहना है कि विज्ञान को पूरी तरह से भौतिकवादी मानने की हमारी प्रवृत्ति के कारण इस प्रकार के अध्ययन को निरुत्साह किया गया है।

अमेरिकी चिकित्सक, वैज्ञानिक और एरिज़ोना विश्वविद्यालय के चेतना अध्ययन केंद्र के निदेशक डॉ. स्टुअर्ट हैमरॉफ और ब्रिटिश भौतिक विज्ञानी सर रॉजर पेनरोज़, चेतना के सूक्ष्म सिद्धांत (क्वांटम थ्योरी) के अनुरूप, मानते हैं कि आत्मा या चेतन अस्तित्व, मस्तिष्क कोशिकाओं में माइक्रोट्यूब्यूल्स स्ट्रक्चर्स संरचनाओं में निहित है। वे तर्क देते हैं कि चेतना का हमारा अनुभव ऑर्केस्ट्रेटेड ऑब्जेक्टिव रिडक्शन नामक प्रक्रिया द्वारा माइक्रोट्यूब्यूल्स में क्वांटम गुरुत्वाकर्षण प्रभावों का परिणाम है। जब मृत्यु होती है, तो माइक्रोट्यूब्यूल्स अपनी सूक्ष्म अवस्था (क्वांटम स्टेट) खो देती हैं, लेकिन उनके भीतर की जानकारी नष्ट नहीं होती है। इस प्रकार यह वैज्ञानिक रूप से समझाते हैं कि आत्मा अमर है और सभी सूचनाओं के साथ ब्रह्मांड में लौटती है।

कोर्नहुबर के प्रयोगों से पता चलता है कि स्वैच्छिक कर्म शुरू होने से पहले, मस्तिष्क में तत्परता की क्षमता विकसित होने में लगभग एक सेकंड का आठ-दसवाँ हिस्सा समय लगता है।

लिबेट के अनुसार, मन, कुछ घटनाओं के घटित होने के लगभग आधे सेकंड या

मानव चेतना के रहस्य

उससे भी पहले के समय में अनुमानित कर लेता है। इसलिए चेतना कोई उपघटना नहीं है। क्योंकि इसमें एकात्मकता होती है, इसलिए इसे क्वांटम मैकेनिकल वेव फ़ंक्शन द्वारा वर्णित किया जाना चाहिए।

यूजीन विग्रर ने तर्क दिया कि क्वांटम मैकेनिक्स के नियम चेतन अस्तित्व पर लागू नहीं हो सकते हैं। श्रोडिंगर के बिल्ली के प्रयोग की सेटिंग के एक संस्करण में, उन्होंने दो चेतन अस्तित्व की कल्पना की, एक बक्से के अंदर और दूसरा बाहर। यदि अंदर का अस्तित्व ऐसा अवलोकन करता है जो वेव फ़ंक्शन को लैप्स की ओर ले जाता है, तो बाहरी पर्यवेक्षक के लिए अवस्थाओं के रैखिक अध्यारोपण (सुपरपोजिशन) को कैसे देखा जा सकता है? विग्रर ने तर्क दिया कि ऐसे घटनाओं में, सिस्टम के हिस्से के रूप में एक चेतन पर्यवेक्षक के साथ, रैखिक अध्यारोपण लागू नहीं होना चाहिए।

इस परिणाम को अब 'विग्रर मित्र विरोधाभास' कहा जाता है, और अन्य ने कई क्वांटम सिद्धांतकारों को यह तर्क देने के लिए प्रेरित किया है कि भौतिकी में बुनियादी प्रगति के लिए अंततः वैज्ञानिक ढाँचे में चेतना को शामिल करना आवश्यक होगा। वैदिक प्रणाली, जो ज्ञान को एकीकृत करने का एक प्रारंभिक प्रयास था, उन्हें भी इसी तरह के विरोधाभासों का सामना करना पड़ा। यह सर्वविदित है कि श्रोडिंगर द्वारा क्वांटम मैकेनिक्स का विकास, आंशिक रूप से, पूर्ण विकसित वैदिक प्रणाली वेदांत से प्रेरित था। वैदिक विचारों के प्रति उनका ऋण उनके द्वारा 1925 में लिखे गए एक निबंध में व्यक्त किया गया है, जो उन्होंने अपनी क्वांटम थ्योरी बनाने से पहले लिखा था।

नोबेल पुरस्कार विजेता, तंत्रिका विज्ञान के प्रोफेसर एक्लेस इस सिद्धांत का समर्थन करते हैं कि मन एक अलग अस्तित्व है और इसे मस्तिष्क कोशिका प्रक्रियाओं तक सीमित नहीं किया जा सकता।

मैजिक डायमंड ऑफ ग्रुप

प्रोफेसर कार्ल पॉपर और जॉन एक्लेस ने 'द सेल्फ एंड इट्स ब्रेन' में प्रदर्शित किया कि शोध से पता चलता है कि संबंधित मस्तिष्क घटना से पहले एक चेतन घटना होती है। इन प्रख्यात वैज्ञानिकों ने न केवल मानसिक और चेतन घटनाओं को मस्तिष्क से अलग माना, बल्कि एक आत्म-चेतन मन को भी दोनों से अलग माना।

एक शोधपरक लेख, 'स्टेप्स टुवर्ड्स सॉल्विंग दी मिस्ट्री ऑफ कॉन्ससियसनेस्स' में, स्पष्ट मस्तिष्क-मृत्यु के बाद भी चेतना के जीवित रहने की अवधारणा पर प्रकाश डाला गया है।

"हृदय गति रुकने वाले 10-20 प्रतिशत लोगों में चेतना मौजूद होती है।" लेखक ने समझाया, "मस्तिष्क की कोशिकाओं को विद्युत आवेगों का उपयोग करके संवाद करने की आवश्यकता होती है। फिर ऐसा कैसे है कि हमारे पास एक नैदानिक परिदृश्य (क्लीनिकल सिनारिओ) है जिसमें, सबसे निकृष्टतम संभावित प्रकार की मस्तिष्क में विद्युत गतिविधि की अनुपस्थिति के साथ मस्तिष्क में गंभीर शिथिलता है, लेकिन किसी तरह तर्क, स्मृति निर्माण और चेतना के साथ विचार प्रक्रियाएँ जारी रहती हैं और यहाँ तक कि बढ़ जाती हैं?"

डेविड बाल्टीमोर, अमेरिकी जीवविज्ञानी और 1975 में फिजियोलॉजी में नोबेल पुरस्कार विजेता - "...चेतना एक प्रमुख समस्या बनी हुई है, जिस पर हमने कोई प्रगति नहीं की है, क्योंकि इसमें मस्तिष्क के कार्य के उच्चतम स्तर को समझना शामिल है और हम अभी भी निचले स्तर पर काम कर रहे हैं।"

एरविन श्रोडिंगर ने कहा - "मन की कुल संख्या सिर्फ एक है"। श्रोडिंगर अद्वैत वेदांत के दर्शनशास्त्र से बहुत प्रभावित थे। अद्वैत वेदांत हिंदू धर्म में एक विचारधारा है जिसे 8^{वीं} शताब्दी की शुरुआत में आदि-शंकराचार्य ने पढ़ाया था। यह मानता है कि आत्मा सर्वोच्च से अलग नहीं है। श्रोडिंगर ने चेतना को वास्तविकता के लिए मूल और अद्वैत के रूप में देखा। अद्वैत चेतना का मतलब यह नहीं है कि केवल एक ही

मानव चेतना के रहस्य

चेतना है, बल्कि यह कि चेतना अंततः चेतना के भीतर अनुभव की जाने वाली वस्तुओं से अलग नहीं है।

सूक्ष्म परिणाम (क्वांटम इफ़ेक्ट्स), मस्तिष्क की कार्यप्रणाली, चेतना और ध्यान अभ्यास - फ्रेडरिक ट्रैविस

(मस्तिष्क, चेतना और संज्ञान केंद्र, महर्षि प्रबंधन विश्वविद्यालय, फेयरफील्ड, आई.ए.)

ध्यान को तीन श्रेणियों में विभाजित किया गया है:

I. केन्द्रित ध्यान

ध्यान केन्द्रित करने वाली श्रेणी में (अर्थात् प्रेममय करुणा) ध्यान अनुभव की वस्तु का अन्वेषण करता हुआ प्रतीत होता है।

II. ओपन-मॉनीटरिंग

ओपन-मॉनीटरिंग श्रेणी (अर्थात् जज्ञेन और विपश्यना) में विषय-वस्तु संबंधों का पता लगाया जाता है।

III. स्वचालित आत्म-उत्कर्ष (ऑटोमेटिक सेल्फ - ट्रांससेंडिंग)

स्वचालित आत्म-उत्कर्ष (ऑटोमेटिक सेल्फ - ट्रांससेंडिंग) श्रेणी के लोग केवल विषय का अन्वेषण करते हैं - शुद्ध आत्म-जागरूकता या शुद्ध जागृति का अनुभव।

शुद्ध आत्म-जागरूकता को "समय, स्थान और शरीर की भावना की अनुपस्थिति" द्वारा वर्णित किया जाता है। यह वर्णन बताता है कि यह क्वांटम क्षेत्र का अनुभव हो

मैजिक डायमंड ऑफ ग्रुप

सकता है जिसे शास्त्रीय मस्तिष्क अवस्थाओं को चलाने के लिए माना जाता है। नियमित ध्यान अभ्यास के साथ, शुद्ध आत्म-जागरूकता को सापेक्ष अनुभव के लिए एक असंबद्ध पृष्ठभूमि के रूप में अनुभव किया जाता है। यह 'शास्त्रीय मस्तिष्क अवस्थाओं' के साथ-साथ 'क्वांटम ब्रेन' (मस्तिष्क) का अनुभव हो सकता है। प्राचीन वैदिक परंपरा में, यह अवस्था पहली, स्थिर अवस्था है जिसे ब्रह्मांडीय चेतना या तुरीय-तीत चेतना कहा जाता है।

इसमें कोई आश्चर्य की बात नहीं है कि जैसे-जैसे हम क्वांटम भौतिकी, तंत्रिका विज्ञान, ब्रह्मांड विज्ञान, मनोविज्ञान, चिकित्सा और सामान्य विज्ञान में अपने शोध को आगे बढ़ाते हैं, हम एक ऐसे बिंदु पर पहुँचते हैं जहाँ यह सब पराभौतिक में विलीन हो जाता है, विशेष रूप से 'चेतना' में। चेतना अस्तित्व का मूल आधार है। यह संदर्भ का अंतिम बिंदु है। हम जो कुछ भी देखते हैं वह चेतना का व्युत्पन्न है। वास्तव में, जितना अधिक आधुनिक विज्ञान प्राचीन पूर्वी दर्शनशास्त्र का उपहास करने की कोशिश करता है; वह उसकी सच्चाई को प्रमाणित करने के करीब पहुँच रहा है।

7

सूक्ष्म चेतना (क्वांटम कॉन्ससियसनेस्स)

"ब्रह्मांड न केवल जितना हम सोचते हैं उससे कहीं अधिक विचित्र है, बल्कि यह जितना हम सोच सकते हैं उससे भी अधिक विचित्र है।"

~ वर्नर हाइजेनबर्ग

सूक्ष्म सिद्धांत(क्वांटम कॉन्ससियसनेस्स), चेतना के व्यक्तिपरक अनुभवों की व्याख्या करने में सक्षम हैं, जिन्हें तंत्रिका विज्ञान और अन्य शास्त्रीय विज्ञान सिद्धांतों द्वारा उचित नहीं ठहराया जा सकता है। मृत्यु के निकट, शरीर से बाहर और सम्मोहन प्रतिगमन अवस्था से संबंधित कई अनुभवों में, प्रयोगी अस्तित्व (व्यक्ति) अतीत और भविष्य की घटनाओं तक इस तरह पहुँच सकते हैं जैसे कि वे भौतिक दुनिया के प्रतिबंधों से परे, समय और स्थान के बिना मौजूद हों। सब कुछ एक दूसरे से जुड़ा हुआ प्रतीत होता है, एक ऐसा अंतर्संबंध जिसे सूक्ष्म भौतिकी (क्वांटम फिज़िक्स) में 'उलझन' (एक दूसरे अस्तित्व में उलझा हुआ) (एनटंगलमेन्ट) के रूप में जाना जाता है। ये अनुभव भौतिक दुनिया की घटनाओं में समझ से परे हैं। समय, पदार्थ या स्थान से परे अंतर्संबंध सूक्ष्म में पराभौतिक अवधारणा के अनुरूप हैं। इस प्रकार सूक्ष्म

मैजिक डायमंड ऑफ ग्रुप

भौतिकी (क्वांटम फिज़िक्स) की तरह, चेतना में पराभौतिक होने की विशेषता है। उदाहरण के लिए, कुछ एन.डी.ई. में जहाँ मस्तिष्क ने चिकित्सकीय रूप से काम करना बंद कर दिया था, प्रयोगी अस्तित्व (व्यक्ति) अपने आस-पास क्या हो रहा था, उसे अच्छी तरह से देख और महसूस कर सकता था।

दूसरे मामले में, जो लोग सहज रहस्यमय अनुभवों से गुज़रे, उन्होंने पूरे ब्रह्मांड के साथ एकता (वननेस) महसूस की। तकनीकी पहलुओं में जाए बिना, इन विविध घटनाओं को सूक्ष्म उलझाव (क्वांटम एनटंगलमेन्ट) और एकीकृत क्षेत्र सिद्धांत (यूनिफाइड फ़ील्ड थ्योरी) में अच्छी तरह से समझाया जा सकता है। सूक्ष्म चेतना सिद्धांत (क्वांटम कॉन्ससियसनेस्स थ्योरी) पिछले कुछ दशकों में विकसित हुए हैं। चेतना पर पारंपरिक तंत्रिका विज्ञान सिद्धांतों (ट्रेडिशनल न्यूरोसाइंस थ्योरीज) के साथ उनका एक दिलचस्प विरोधाभास है। कोई आश्चर्य नहीं कि इसे आभासी विज्ञान (सुडो साइंस) के रूप में विरोध किया गया है।

पाठकगण इस अध्याय को छोड़ सकते हैं, क्योंकि सूक्ष्म सिद्धांत (क्वांटम थ्योरीज) अध्ययन का एक विशिष्ट क्षेत्र है और इसे समझना बहुत तकनीकी कार्य हो सकता है।

सूक्ष्म चेतना (क्वांटम कॉन्ससियसनेस्स), चेतना की अवधारणा में सूक्ष्म परिणाम पर ग़ौर करती है, उदाहरण के लिए अनुभूति में होलोग्राफिक और सूक्ष्म सिद्धांत (क्वांटम थ्योरीज), स्मृतियों की पराभौतिकता और सार्वभौमिक चेतना (यूनिव्हर्सल कॉन्ससियसनेस्स) का परिणाम।

सूक्ष्म सिद्धांत (क्वांटम थ्योरीज) के 'पर्यवेक्षक, दृष्टा प्रभाव' (आब्ज़र्वर इफ़ेक्ट) के अनुसार, भौतिक पदार्थ तभी प्रकट होता है जब कोई तर्कसंगत पर्यवेक्षक होता है, यानी ऊर्जावान ध्यान (अटेंशन) उसे अस्तित्व में लाने के लिए जाता है। दूसरे शब्दों में कहें तो, व्यक्तिपरक चेतना का भौतिक दुनिया में वस्तुनिष्ठ वास्तविकता पर प्रभाव

मानव चेतना के रहस्य

पड़ता है।

मानव चेतना या आत्मा में मन, बुद्धि और संस्कार होते हैं, जिन्हें क्रमशः तीन प्रकार के मन - चेतन, अवचेतन और अचेतन के रूप में भी जाना जाता है। वैज्ञानिक प्रतिमान में, इन्हें सूक्ष्म ऊर्जा क्षेत्रों (क्वांटम एनर्जी फ़िल्ड्स) के रूप में समझाया जा सकता है जो अतीत, वर्तमान और भविष्य की घटनाओं से संबंधित सभी जानकारी संग्रहीत करते हैं जिन्हें आप वर्तमान और अन्य जीवनकाल में अनुभव करते हैं।

भौतिक जगत जिसे हम पदार्थ से बना हुआ समझते हैं, वह उप-परमाणु स्तर पर ऊर्जा के साथ एकीकृत है। यह एकीकरण सूचना के सूक्ष्म क्षेत्र (क्वांटम फ़िल्ड) (भारतीय शास्त्रों के अनुसार ब्रह्म-तत्व) में होता है। यह सूचना का एक अदृश्य क्षेत्र है जो स्थान और समय से परे है, वैज्ञानिक जाँच के लिए स्पष्ट नहीं है। सरल शब्दों में कहें तो आत्मा भी ब्रह्म-तत्व (विभिन्न ऊर्जा स्तर की) है। आत्मा, चेतना, यानी अपनी स्वयं की सूक्ष्म ऊर्जा (क्वांटम एनर्जी) के माध्यम से, भौतिक ब्रह्मांड के सर्वव्यापी सूक्ष्म सूचना क्षेत्रों (क्वांटम इनफार्मेशन फ़िल्ड्स) में परिवर्तन करती है। यह उप-परमाण्विक स्तर पर ऊर्जा की कंपन आवृत्तियों (वायब्रेशनल फ्रीक्वेंसीज) को प्रभावित करता है और अंततः भौतिक पदार्थ में प्रकट होता है।

आइए देखें कि सूक्ष्म मन (क्वांटम माइंड) पर अन्य प्रसिद्ध वैज्ञानिक और उनके सिद्धांत क्या बताते हैं। सूक्ष्म सिद्धांत (क्वांटम थ्योरीज), काफी हद तक, तंत्रिका विज्ञान (न्यूरोसाइंस) में खुले प्रश्नों की व्याख्या करते हैं और चेतना के पराभौतिक आयाम की पुष्टि करते हैं। दो प्रमुख सिद्धांत जो उभरे हैं, वे हैं स्टुअर्ट हैमरॉफ का - सूक्ष्म मस्तिष्क सिद्धांत (क्वांटम ब्रेन थ्योरी) और कार्ल प्रिब्रम का - होलोनोमिक मस्तिष्क सिद्धांत (होलोनोमिक ब्रेन थ्योरी)।

सूक्ष्म मस्तिष्क सिद्धांत (क्वांटम ब्रेन थ्योरी)

स्टुअर्ट हैमरॉफ़ और गणितज्ञ रॉजर पेनरोज़ ने क्वांटम कंप्यूटिंग पर आधारित मस्तिष्क का एक मॉडल पेश करके सूक्ष्म मस्तिष्क सिद्धांत (क्वांटम ब्रेन थ्योरी) का प्रस्ताव रखा। उनका मानना है कि हमारा मस्तिष्क न केवल तंत्रिकाजैविक प्रक्रिया (न्यूरोबायोलॉजिकल प्रोसेस) के माध्यम से तंत्रिका (न्यूरॉन्स) से जानकारी संसाधित करता है, बल्कि सूक्ष्म अवस्थाओं (क्वांटम स्टेट्स) का भी उपयोग कर सकता है। मस्तिष्क के भीतर सूक्ष्म अवस्थाओं (क्वांटम स्टेट्स) को लंबे समय तक असंभव माना जाता था क्योंकि मस्तिष्क बहुत बड़ा, बहुत गीला और बहुत गर्म था, जो सूक्ष्म अवस्थाओं (क्वांटम स्टेट्स) को बनाए रखने के लिए था, जिन्हें अब तक केवल प्रयोगशाला में उप-परमाणु पैमाने पर अलग-थलग और नियंत्रित स्थितियों में ही देखा गया था। हालाँकि, अब हैमरॉफ़ का मानना है कि उन्होंने मस्तिष्क में क्वांटम कंप्यूटिंग के लिए बिल्डिंग ब्लॉक, क्यूबिट पा लिए हैं। उन्होंने एक छोटी ट्यूब की पहचान की जिसे माइक्रोट्यूब्यूल कहा जाता है जिसमें कोशिका का कोशिकाकंकाल (साइटोस्केलेटन) शामिल होता है। कोशिकाकंकाल (साइटोस्केलेटन) वह कंकाल है जो कोशिका को उसकी संरचना देता है; यह कोशिका का ढाँचा है। कोशिका को संरचना देने के अलावा, माइक्रोट्यूब्यूल कोशिका द्वारा उपयोग किए जाने वाले सभी प्रकार के रासायनिक यौगिकों के लिए एक परिवहन नलिका भी है। हैमरॉफ़ बताते हैं कि कोशिकाकंकाल (साइटोस्केलेटन) में तंत्रिका कार्य भी हो सकता है और वो कार्य तंत्रिकाओं से भी अधिक उन्नत हो सकता है। [सोल्ल्स ऑफ डिस्टॉर्शन अवेकनिंग, जॉन विचेरिंक]

कोशिकाकंकाल (साइटोस्केलेटन) का तंत्रिका कार्य यह समझा सकता है कि एक एकल कोशिका जीव (सिंगल सेल ऑर्गेनिज़म) बुद्धिमान कार्य क्यों कर सकती है। हालाँकि एकल कोशिका जीव (सिंगल सेल ऑर्गेनिज़म) में तंत्रिका जाल

मानव चेतना के रहस्य

(न्यूरल नेटवर्क), तंत्रिका (न्यूरॉन) और मस्तिष्क नहीं होते हैं, लेकिन इसमें चेतना का कुछ प्राथमिक रूप होता है क्योंकि यह तैराकी, भोजन आदि जैसे बुद्धिमान कार्य कर सकता है। अब मनुष्यों के पास तंत्रिका (न्यूरॉन) से बना एक मस्तिष्क है जो डेंड्राइट्स और सायनेप्सिस द्वारा परस्पर जुड़े होते हैं जो केंद्रीय तंत्रिका तंत्र (सेंट्रल नर्व्स सिस्टम) बनाते हैं। तंत्रिका कोशिकाओं (न्यूरॉन सेल) के अंदर, हम माइक्रोट्यूब्यूल से निर्मित एक कोशिकाकंकाल (साइटोस्केलेटन) पाते हैं। माइक्रोट्यूब्यूल खुद ट्यूबुलिन, हेक्सागोनल संरचित प्रोटीन से निर्मित होता है। यह तंत्रिका (न्यूरॉन) के माइक्रोट्यूब्यूल के भीतर ट्यूबुलिन है जिसे हैमरॉफ़ ने मस्तिष्क के क्यूबिट के रूप में पहचाना है। हालाँकि, हैमरॉफ़ ने देखा कि माइक्रोट्यूब्यूल में अत्यधिक सुसंगत प्रकाश (लेज़र-लाइक लाइट) होता है और यह प्रकाश मस्तिष्क द्वारा सूचना प्रसंस्करण (इनफार्मेशन प्रोसेसिंग) में महत्वपूर्ण भूमिका निभा सकता है।

हैमरॉफ़ ने माइक्रोट्यूब्यूल के अंदर सूक्ष्म अवस्था (क्वांटम स्टेट्स) में सुसंगत बायोफोटॉन पाए। दूसरे शब्दों में, बायोफोटॉन सुसंगत और सूक्ष्म रूप में उलझे (क्वांटम एनटंगलड) हुए थे। माइक्रोट्यूब्यूल पानी के अणुओं से भरा होता है जो अत्यधिक सुसंगत रूप से व्यवस्थित होते हैं, और हैमरॉफ़ का मानना है कि यह व्यवस्थित पानी माइक्रोट्यूब्यूल के माध्यम से बायोफोटॉन के संचालन में महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है। जब बायोफोटॉन माइक्रोट्यूब्यूल से गुजरते हैं, तो उन्हें तंत्रिका (न्यूरॉन) के सायनेप्सिस में भेजा जाता है और फिर अगले तंत्रिका (न्यूरॉन) में ले जाया जाता है। इस तरह, माइक्रोट्यूब्यूल मस्तिष्क में सुसंगत प्रकाश के लिए एक तारों की प्रणाली (वायरिंग सिस्टम) के रूप में कार्य करते हैं और वास्तव में, शरीर के बाकी हिस्सों में भी इसी रूप में कार्य करते हैं। माइक्रोट्यूब्यूल के इस नेटवर्क को मानव शरीर का आंतरजाल (इंटरनेट) कहा जाता है जो न केवल तंत्रिका कोशिकाओं (नर्व्स सेल्स) को बल्कि शरीर की हर दूसरी कोशिका को भी जोड़ता है। यह मस्तिष्क और शरीर के बाकी हिस्सों के बीच सूक्ष्म सूचना विनिमय (क्वांटम

मैजिक डायमंड ऑफ ग्रुप

इन्फॉर्मेशन एक्सचेंज) की अनुमति देता है।

इसका तात्पर्य यह है कि चेतना केवल मस्तिष्क तक ही सीमित नहीं है, बल्कि शरीर की सभी कोशिकाएँ एक ही सचेतन जागरूकता में भाग लेती हैं। यह चेतना के सम्पूर्ण स्वभाव को समझा सकता है, जिसके द्वारा हमारे विचार और भावनाएँ शरीर में एकता में कार्य करते हैं। सोचें कि क्या होता है जब आप मोहित होते हैं और जिस व्यक्ति से आप प्यार करते हैं वह अचानक आपके सामने आ जाता है। आपका पूरा शरीर और मस्तिष्क तुरंत और एकात्मता में प्रतिक्रिया देगा! आपकी आँखें चौड़ी हो जाती हैं, आपका दिल तेज़ी से धड़कने लगता है, आप तेज़ी से साँस लेते हैं, आपका एड्रेनलीन लेवल बढ़ जाता है, और आपको अपने पेट में तितलियाँ महसूस होती हैं जबकि आपके घुटने हिलने लगते हैं, यह सब एक साथ होता है। एक ही पल में शरीर की एकीकृत प्रतिक्रिया शरीर के तंत्रिका नेटवर्क पर माइक्रोट्यूब्यूल 'वायरिंग' के माध्यम से शरीर की सभी कोशिकाओं को जोड़ने वाली प्रकाश की एक सुसंगत तरंग के रूप में भेजी जाती है।

हैमरॉफ़ और पेनरोज़ ने मन में सूक्ष्म प्रसंस्करण (क्वांटम प्रोसेसिंग) के लिए एक मॉडल की ओर इशारा किया है जो बौद्ध धर्म, हिंदू धर्म और कब्बालाह की आध्यात्मिक शिक्षाओं के अनुरूप है जो सभी एक सार्वभौमिक मन (यूनिव्हर्सल माइंड) के अस्तित्व की शिक्षा देते हैं। दूसरे शब्दों में, हमारे विचार सार्वभौमिक विचारों का एक पतन मात्र हैं।

सूक्ष्म मस्तिष्क तंत्र (क्वांटम ब्रेन मॉडल) बताता है कि ब्रह्मांड में ही मौलिक चेतना गुण मौजूद हैं!

यह सार्वभौमिक चेतना (यूनिव्हर्सल कॉन्ससियसनेस्स) ही है जो मस्तिष्क के क्यूबिट्स में हमारी व्यक्तिगत चेतना में समाहित हो जाती है।

अब हमारे पास मस्तिष्क का एक नमूना (मॉडल) है जो बताता है कि चेतना

मानव चेतना के रहस्य

मस्तिष्क की गतिविधि का परिणाम नहीं है, बल्कि मस्तिष्क को एक बड़े एंटीना या सार्वभौमिक चेतना (यूनिव्हर्सल कॉन्ससियसनेस्स) के प्राप्तिकर्ता (रिसीवर) के रूप में माना जाना चाहिए जो ब्रह्मांड में हर जगह मौजूद है! सूक्ष्म मस्तिष्क सिद्धांत (क्वांटम ब्रेन थ्योरी) के कई विरोधी हैं लेकिन इसने निश्चित रूप से कई विचारोत्तेजक प्रश्न खड़े किए हैं।

होलोनोमिक मस्तिष्क सिद्धांत (होलोनोमिक ब्रेन थ्योरी)

होलोनोमिक मस्तिष्क सिद्धांत (होलोनोमिक ब्रेन थ्योरी) कार्ल प्रिब्रम द्वारा तैयार किया गया था। इस सिद्धांत के अनुसार, चेतना को मस्तिष्क-जैव रसायन प्रक्रियाओं (ब्रेन-बायोकेमिस्ट्री प्रोसेसेस) की एक उप-घटना के रूप में नहीं, बल्कि ब्रह्मांड की एक मौलिक "परा-भौतिक" (नॉन-फिज़िकल) या सूक्ष्म बल/शक्ति के रूप में देखा जाता है। परस्पर जुड़ी वास्तविकताओं के स्तरों के भीतर मौजूद, चेतना को जानने-बनने-भाग लेने-मूल्यांकन प्रणाली के एक स्वचालित प्रवाह के रूप में माना जाता है, जो एक प्रणाली के भीतर सूचना और बाहरी प्रणालियों से सूचना के बीच तालमेल सहयोग द्वारा वर्णित "अंतराल-समय" (स्पेस-टाइम) संदर्भ के भीतर कार्य करता है, जो एक साथ अतीत, वर्तमान और भविष्य के अनुभवों से प्रभावित होकर उन्हें प्रभावित भी करता है। यह दृष्टिकोण चेतना को व्यक्तिगत और सार्वभौमिक अवचेतना (यूनिव्हर्सल सब-कॉन्ससियसनेस्स), जैविक, पीढ़ीगत, सांस्कृतिक और शिक्षात्मक अनुभवों और भौतिक और पराभौतिक ऊर्जा ब्रह्मांड से जोड़ता है। यह मानव चेतना को एक बड़े, अविभाजित समग्र के एक छोटे से हिस्से के रूप में प्रकट करता है, जो सभी वास्तविकताओं के विविध गुणों को दर्शाता है।

मस्तिष्क की यादों के "दी पार्ट कंटैन्स दी व्होल" पहलू ने स्टैनफोर्ड न्यूरोफिजियोलॉजिस्ट कार्ल प्रिब्रम को तब प्रेरित किया जब उन्होंने 1960 में

मैजिक डायमंड ऑफ ग्रुप

होलोग्राफी के बारे में जाना। उन्होंने स्मृति भंडारण (मेमोरी स्टोरेज) के लिए एक नई व्याख्या की और माना कि मस्तिष्क त्रिविमीय फोटोग्राफ (होलोग्राम) की तरह एक तरंग मध्यस्थता स्वरूप (वेव्ह इंटरफेरेंस पैटर्न) के रूप में यादों को संग्रहीत करता है। होलोग्राम एक त्रि-आयामी चित्र है जो एक दो-आयामी फोटो पर एक तरंग आकार (वेव्ह पैटर्न) के रूप में संग्रहीत होता है। इसे दर्पणों का उपयोग करके एक सुसंगत लेजर किरण (लेजर बीम) को दो किरणों (बीम) में विभाजित करके बनाया जाता है। इन दो किरणों (बीम) को एक प्रकाश-संवेदनशील पात्र (फोटोसेंसिटिव प्लेट) पर एक तरंग मध्यस्थता स्वरूप (वेव्ह इंटरफेरेंस पैटर्न) के रूप में दर्ज (रिकॉर्ड) किया जाता है, जहाँ फोटो खिंचवाने वाला विषय एक किरण (बीम) को फैलाता है और दूसरा संदर्भ किरण (बीम), सीधे प्रकाश-संवेदनशील पात्र (फोटोसेंसिटिव प्लेट) पर लक्षित होता है। सामान्य दिन के उजाले में देखने पर, होलोग्राम समझ में नहीं आता है; इसमें बहुत सारे धुंधले घेरे होते हैं! हालाँकि, जब होलोग्राम के माध्यम से एक लेजर किरण (लेजर बीम) को चमकाया जाता है, तो मूल विषय की एक त्रि-आयामी (थ्री-डायमेंशनल) तस्वीर उभरती है जिसे कई कोणों से देखा जा सकता है। त्रि-आयामी (थ्री-डायमेंशनल) चित्र हवा में तैरता हुआ प्रतीत होता है।

अब माना जाता है कि मस्तिष्क की यादें उसी तरह संग्रहीत होती हैं जैसे होलोग्राम एक तस्वीर संग्रहीत करता है। होलोग्राफिक स्मृति भंडारण (मेमोरी स्टोरेज) से यह भी समझा जा सकता है कि औसत मानव जीवनकाल में मस्तिष्क में 10 बिलियन बिट्स की सूचना संग्रहीत करने की कितनी विशाल क्षमता होती है। होलोग्राम यह समझाने में भी बहुत अच्छे हैं कि मस्तिष्क अपनी सूचनाओं के विशाल भंडार से चीजों तक कैसे पहुँचता है और उन्हें बहुत तेज़ी से याद रखता है। पलक झपकते ही हम किसी ऐसे व्यक्ति का चेहरा पहचान लेते हैं जिसे हमने कई सालों से नहीं देखा है, भले ही उस व्यक्ति के चेहरे के भाव बूढ़े हो गए हों। होलोग्राफिक छवियों की तुलना और मिलान आसानी से किया जा सकता है, भले ही वे 100% समान न हों। प्रिब्रम ने दिखाया कि न केवल हमारी यादें बल्कि हमारी सभी संज्ञानात्मक

मानव चेतना के रहस्य

प्रक्रियाएँ (कॉग्निटिव प्रोसेसेस), गंध, स्वाद, सुनना और देखना होलोग्राफिक सिद्धांतों द्वारा समझाया जा सकता है।

प्रिब्रम ने पाया कि मस्तिष्क का कोर्टेक्स आँखों में दृश्य छवि पर फूरियर रूपांतरण (फूरियर ट्रांसफॉर्मेशन) करता है और चित्र की घटक आवृत्तियों को मस्तिष्क में तंत्रिका (न्यूरॉन्स) पर वितरित करता है। इसलिए चित्र तंत्रिका (न्यूरॉन्स) के बीच तरंग मध्यस्थता स्वरूप (वेव इंटरफ़ेरेंस पैटर्न) के रूप में आंतरिककृत और स्मृतिकृत (इंटरनलाइज्ड एण्ड मेमराइज्ड) किया जाता है, ठीक उसी तरह जैसे होलोग्राम चित्र को संग्रहीत करता है।

जब हम कार्ल प्रिब्रम के मस्तिष्क के होलोग्राफिक सिद्धांत को डेविड बोहम के सिद्धांत के साथ जोड़ते हैं कि हमारा ब्रह्मांड एक विशाल होलोग्राम है, तो हमें वास्तविकता का एक दिलचस्प दृश्य मिलता है, जिसे होलोग्राफिक प्रतिमान कहा जाता है। होलोग्राफिक प्रतिमान में, ब्रह्मांड को वास्तविकता के कई स्तरों को संकेतीकरण (एन्कोड) करने वाली विद्युत चुम्बकीय आवृत्तियों (इलेक्ट्रोमैग्नेटिक फ्रीक्वेंसीज़) के एक विशाल भंडार के रूप में देखा जाता है।

मस्तिष्क, फूरियर विश्लेषण का उपयोग करते हुए, ब्रह्मांड में विद्युत चुम्बकीय आवृत्तियों (इलेक्ट्रोमैग्नेटिक फ्रीक्वेंसीज़) के धुंधलेपन से एक चैनल को डिकोड करता है और इससे वास्तविकता के हमारे आंतरिक प्रतिनिधित्व का निर्माण करता है। हमारा मस्तिष्क बाहरी दुनिया से केवल सीमित आवृत्तियों (लिमिटेड फ्रीक्वेंसीज़) को प्राप्त करने तक ही सीमित है और इसलिए, वास्तविकता का एक सीमित क्षेत्र प्राप्त करता है।

हम कह सकते हैं कि मस्तिष्क एक वास्तविकता में तालमेल (ट्यून) करता है, ठीक वैसे ही जैसे रेडियो एक स्टेशन में तालमेल (ट्यून) करता है। हमें लगता है कि हम छवियों की एक ठोस दुनिया में घूमते हैं जिसे मस्तिष्क द्वारा देखा जाता है,

मैजिक डायमंड ऑफ ग्रुप

लेकिन मौलिक सत्य यह हो सकता है कि हम कई समानांतर दुनियाओं में से सिर्फ एक वास्तविकता को डिकोड करते हैं।

होलोग्राफिक प्रतिमान अलौकिक घटनाओं से जुड़े कई रहस्यों को सुलझाता है, क्योंकि व्यक्तिगत मस्तिष्क समग्रता, सार्वभौमिकता का एक हिस्सा मात्र है।

8

चेतना का वैज्ञानिक रूप से समझाया गया और आध्यात्मिक रूप से किया हुआ अनुभव – सिद्धांत (सी.क्यू.एस.ई.)

पिछले अध्यायों में हमने वैज्ञानिक, आध्यात्मिक और धार्मिक दृष्टिकोण से मानव चेतना की सभी प्रमुख मान्यताओं को और समझ को सामने रखने का प्रयास किया है। ये सभी अध्ययन के विषय मानव चेतना के रहस्यों को उजागर करने का प्रयास कर रही हैं, लेकिन अंधे आदमी और हाथी के दृष्टांत की तरह आपको बड़ी तस्वीर देखने के लिए दूसरे के दृष्टिकोण के प्रति भी खुले रहने की आवश्यकता है। विज्ञान को अध्यात्म को समझने की आवश्यकता है और अध्यात्म को विज्ञान को अपनाना चाहिए। दोनों का सम्मिलन आपको बड़ा चित्र - वास्तविक चित्र देगा।

पहले बताए गए सभी सिद्धांतों और दृष्टिकोण में हम पाते हैं कि चेतना के बारे में कई अनुत्तरित प्रश्न हैं जैसे - शरीर में चेतना कहाँ स्थित है? यह कैसे कार्य करती है? मस्तिष्क में विभिन्न आवृत्तियों/ कंपन का स्रोत क्या है? मस्तिष्क में पर्यवेक्षक

मैजिक डायमंड ऑफ ग्रुप

कौन है (होम्युनकुलस समस्या)? सुक्ष्म तरंग फलन (क्वांटम वेव्ह फंक्शन्स) कैसे खंडित होते हैं? क्या चेतना शरीर से स्वतंत्र रूप से मौजूद है? अनुभव की उत्पत्ति कहाँ से होती है?

इन सवालों का संतोषजनक उत्तर कॉन्ससियस क्वांटम स्पिरिचुअल एनर्जी (सी.क्यू.एस.ई.)/ (आत्मा)/ (चैतन्य पर्यवेक्षक) सिद्धांत के माध्यम से दिया जा सकता है। यह सिद्धांत विभिन्न विषयों के सभी सिद्धांतों और दृष्टिकोण का आधार है।

[20]



हम, मैजिक डायमंड ऑफ ग्रुप, एक आध्यात्मिक अनुसंधान संस्था, इस पुस्तक के माध्यम से आपके समक्ष वैज्ञानिक और आध्यात्मिक दृष्टिकोण से मानव चेतना की हमारी समझ और अनुभव प्रस्तुत करते हैं। हम जो ज्ञान प्रस्तुत करने जा रहे हैं, वह ज्ञान परम महा चैतन्य - सर्वोच्च सत्ता (ईश्वर), यानी निराकार परमपिता शिवबाबा से सूक्ष्म जगत से संदेशों के रूप में प्राप्त हुआ है।

मानव चेतना के रहस्य

मैजिक डायमंड ऑफ़ ग्रुप में हमारा आदर्श वाक्य है 'वैज्ञानिक माध्यम के द्वारा आध्यात्मिक आत्मउन्नति' और इसलिए हम मानव चेतना या आत्मा या जिसे हम वैज्ञानिक शब्दों में कॉन्ससियस क्वांटम स्पिरिचुअल एनर्जी (सी.क्यू.एस.ई.) के रूप में संदर्भित करते हैं, इसके बारे में अपनी समझ को आध्यात्मिक और वैज्ञानिक दोनों दृष्टिकोण से सामने रखेंगे।

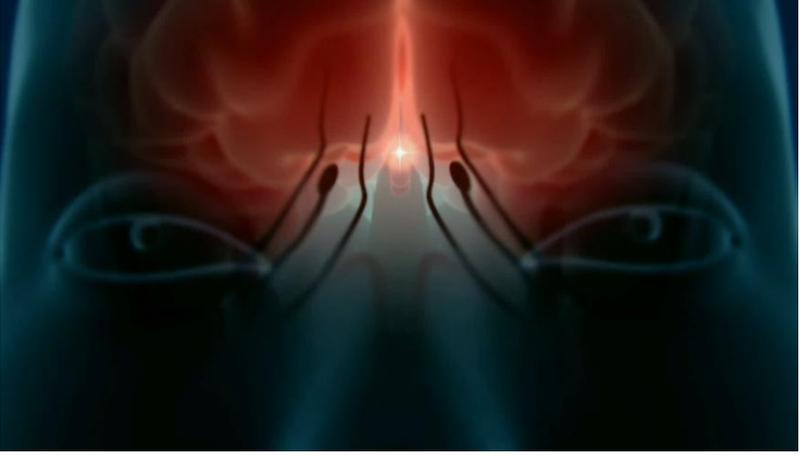
चेतना की आध्यात्मिक समझ

अध्यात्म कहता है "आप एक आध्यात्मिक जीव (आत्मा) हैं जो मानवीय अनुभव प्राप्त कर रहे हैं।" आध्यात्मिक जीव (आत्मा) एक अस्तित्व है जो इस मानव शरीर में पर्यवेक्षक है, और इस शरीर से अलग है। तो अगर मैं एक आत्मा हूँ... तो, आत्मा कैसी है? इसे समझना बहुत जरूरी है। अगर हम आत्मा हैं, तो अपने सच्चे स्व को महसूस करना और समझना बहुत जरूरी है।

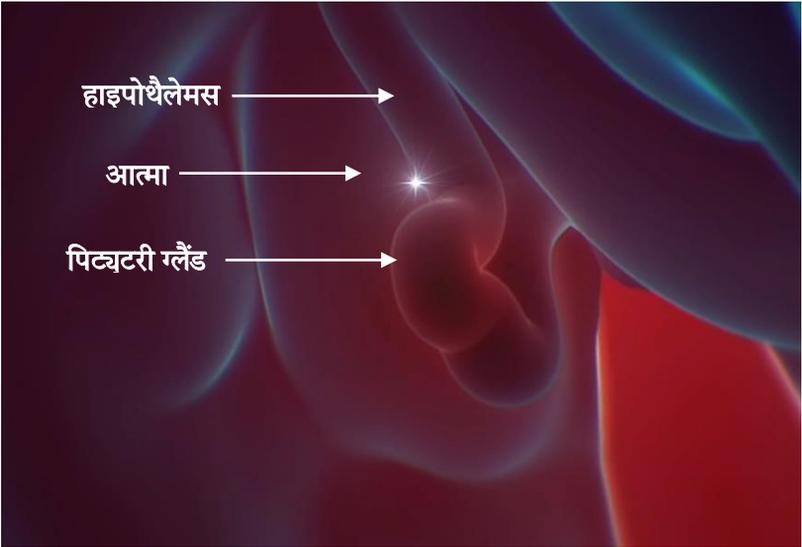
अब तक हमने सुना है कि हम आत्मा हैं, लेकिन यह कहाँ है? हम इस शरीर को नियंत्रित करते हैं, लेकिन हम इसे कैसे नियंत्रित करते हैं? हम कैसे कार्य करते हैं? भावनाएँ कहाँ से उत्पन्न होती हैं? हम कैसे बोलते हैं? इसका सच्चा ज्ञान होना बहुत जरूरी है। अगर हमें इसका ज्ञान नहीं है तो हम अज्ञान में हैं!

आत्मा मस्तिष्क में आँखों से तीन इंच पीछे और सिर के ऊपर से ढाई इंच नीचे की दूरी पर स्थित है, जिस बिंदु पर दो रेखाएँ एक दूसरे को मिलती हैं, वहीं आत्मा निवास करती है। अधिक सटीक रूप से कहें तो मस्तिष्क के बीच में एक छोटा सा हिस्सा है, हाइपोथैलेमस और पिट्यूटरी ग्रंथि के बीच एक छोटी सी जगह है जहाँ आत्मा निवास करती है। इस स्थान को आत्मा का **अमर सिंहासन** भी कहा जाता है। यहीं से आत्मा सात चक्रों के माध्यम से शरीर को नियंत्रित करती है और सभी क्रियाएँ करती है।

मैजिक डायमंड ऑफ ग्रुप



आत्मा का स्थान - सामने से दृश्य



आत्मा का स्थान - पार्श्व दृश्य

मानव चेतना के रहस्य

अब बहुत से लोग पूछेंगे, "हम कैसे कह सकते हैं कि आत्मा यहीं स्थित है?" कोई भी व्यक्ति आसानी से इसे अपने आप प्रमाणित कर सकता है, बस यह महसूस करके कि पूरे शरीर में चेतना कहाँ से उत्पन्न हो रही है। कुछ समय लें, मौन में बैठें, और खुद को देखें, और महसूस करें कि मैं कहाँ स्थित हूँ... ये सभी भावनाएँ कहाँ से उत्पन्न हो रही हैं? पूरे शरीर की जाँच पड़ताल करने पर, आप अनुभव करेंगे कि यह मस्तिष्क के इसी हिस्से में है जहाँ एक चेतन अस्तित्व, चेतना उत्पन्न कर रहा है।

और यहीं से पूरे शरीर को ऊर्जा मिलती है। तो इस तरह हम अपने सच्चे स्व को पहचान सकते हैं और अपने आसन, अपने सच्चे अमर सिंहासन को जान सकते हैं और जान सकते हैं कि हम इस शरीर में कहाँ स्थित हैं। यहीं से हम सभी क्रियाएँ करते हैं जैसे बोलना, चलना, देखना, सुनना, सूँघना। चाहे कोई भी क्रिया हो हम आत्माएँ यहीं से करते हैं। जब आप खुद को इस सटीक स्थान पर महसूस करेंगे और अनुभव करेंगे तो आप अपने शरीर को एक यंत्र (मशीन) के रूप में देखेंगे और खुद को इससे अलग कर पाएँगे।

आपकी आध्यात्मिक यात्रा तब शुरू होती है जब आप इस बात को जानते हैं कि आप एक आत्मा हैं, एक प्रकाश बिंदु, इस भौतिक शरीर के अंदर पवित्र दिव्य प्रकाश हैं। आप आत्मा के भीतर वे सभी गुण और शक्तियाँ हैं जिन्हें आप वर्तमान में बाहर खोज रहे हैं। जब आप अपने सच्चे स्वरूप के बारे में जानते हैं कि आप एक सचेत आत्मा हैं और इस जागरूकता में सभी कार्य करते हैं, तब इस अवस्था को आत्मिक स्थिति कहाँ जाता है। जैसे-जैसे आप आत्मा चैतन्य अवस्था का अभ्यास करते हैं, आप अपने भीतर दिव्य ज्ञान, शक्तियों और गुणों को सक्रिय करना शुरू कर देते हैं।

जब आप हमेशा इस आत्मिक स्थिति में रहते हैं, तो आप निर्वाण (जीवन में मुक्ति) का अनुभव करेंगे। आध्यात्मिकता के अभ्यासी कई वर्षों तक या कुछ लोग तो विभिन्न अभ्यासों के माध्यम से आध्यात्मिक ज्ञान प्राप्त करने के लिए अपना पूरा जीवन लगा देते हैं। वास्तव में ज्ञान की अवस्था कुछ और नहीं बल्कि हमेशा आत्मिक

स्थिति में रहना है, यानी हमेशा अपने प्रकाश 'पवित्र दिव्य प्रकाश' में रहने की अवस्था, जो आपकी मूल शाश्वत दिव्य अवस्था है।

आत्मा के सही ज्ञान और आत्मिक स्थिति के विधिवत अभ्यास से व्यक्ति आत्मज्ञान की अवस्था को प्राप्त कर सकता है। हम पुस्तक के आगामी अध्यायों में आत्मा के सभी गुणों और शक्तियों को समझेंगे और यह भी जानेंगे कि आत्मा शरीर को कैसे नियंत्रित करती है और पुस्तक के अगले अध्यायों में आत्मिक स्थिति की अलग अलग विधियाँ जानेंगे।

अब आइये आत्मा को वैज्ञानिक दृष्टिकोण से समझें।

चेतना की वैज्ञानिक समझ - कॉन्ससियस क्वांटम स्फिरिचुअल एनर्जी (सी.क्यू.एस.ई.) सिद्धांत

मानव चेतना पर यह ज्ञान अमेरिका के एरिज़ोना स्टेट यूनिवर्सिटी के चेतना अध्ययन केंद्र में चेतना विज्ञान पर आयोजित अंतर्राष्ट्रीय सम्मेलन में भी प्रस्तुत किया गया है, जो 25-30 अप्रैल 2016 को आयोजित किया गया था। पोस्टर प्रस्तुति का शीर्षक था "चेतन क्वांटम की एक नई दिव्य पवित्र ज्यामितीय संरचना के माध्यम से चेतना के वास्तविक विज्ञान को उजागर करना"।

चेतना के रहस्य को समझने के लिए हमें यह जानना होगा कि हम कौन हैं? क्या हम वास्तव में यह भौतिक शरीर हैं? वास्तव में हम यह नश्वर भौतिक शरीर नहीं हैं, बल्कि एक आत्मा या आध्यात्मिक प्रकाश ऊर्जा का बिंदु हैं, यानी कॉन्ससियस क्वांटम स्फिरिचुअल एनर्जी (सी.क्यू.एस.ई.), जो बहुत सूक्ष्म और शाश्वत है।

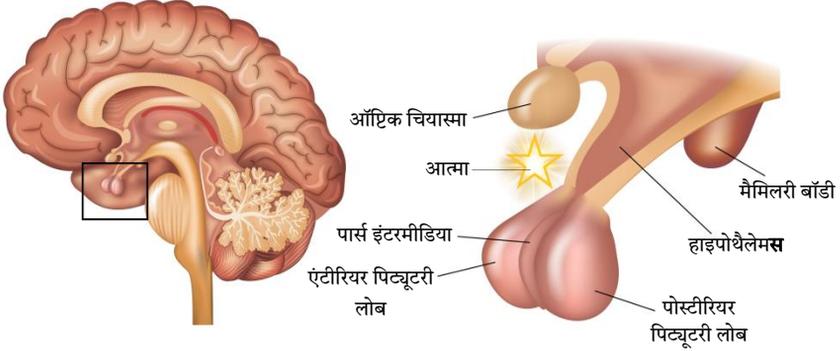
इस सिद्धांत में, हम इस विचार को प्रस्तुत करते हैं कि चेतना सूक्ष्म अंतराल

मानव चेतना के रहस्य

(क्वांटम स्पेस) में सी.क्यू.एस.ई. की एक मूल आवृत्ति है। मानव मस्तिष्क में सी.क्यू.एस.ई. के साथ "संबंध जोड़ने" और सामंजस्य स्थापित करने की क्षमता है। वैज्ञानिक प्रयोग में चेतना एक पर्यवेक्षक के रूप में कार्य करती है। सी.क्यू.एस.ई. स्वयं चेतना निर्माता है और मस्तिष्क के माध्यम से अपने कंट्रोल सर्किट के द्वारा मानव शरीर को संचालित करता है और सूक्ष्म प्रकाश शरीर के माध्यम से पावर सर्किट के द्वारा शरीर को संचालित करता है। वास्तव में सी.क्यू.एस.ई. बहुत सूक्ष्म आध्यात्मिक ऊर्जा है, जिसकी मूल आवृत्तियाँ (फ्रीक्वेंसीज़) ईथर (क्वांटम वैक्यूम एनर्जी) माध्यम से कंपन पैदा करके मस्तिष्क पर कार्य करती हैं, जो टॉर्शन वेव्ह के माध्यम से विद्युत चुम्बकीय बायोफोटोन्स ^[19] बनाती हैं और ये क्वांटम कम्प्यूटिंग ^[18] के अनुसार मस्तिष्क के माइक्रोट्यूबुल्स पर कार्य करती हैं, जो क्वांटम तरंग कार्यों के पतन के लिए एकीकृत दैवीय ज्यामितीय क्षेत्र के तंत्र के तहत कंपन के केंद्रक या प्रसारण को संकेत देती हैं जो सी.क्यू.एस.ई. को अनुभव देती हैं। यह एकीकृत पवित्र ज्यामितीय क्षेत्र सी.क्यू.एस.ई. के 16 ईथर ऊर्जा बिंदुओं से उत्पन्न होता है और सूक्ष्म प्रकाश शरीर के 7 मुख्य और 6 छोटे चक्रों के साथ मस्तिष्क के रिले कमांड सेंटर के माध्यम से शरीर को चलाता है। तो हमारा शरीर एक रोबोट की तरह है, मस्तिष्क सुपर प्रोसेसर की तरह है और सी.क्यू.एस.ई. एक प्रोग्रामर की तरह है।

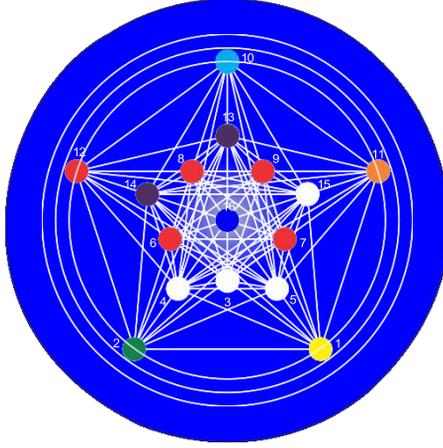
मैजिक डायमंड ऑफ ग्रुप

मस्तिष्क में सी.क्यू.एस.ई. का स्थान हाइपोथैलेमस और पिट्यूटरी ग्रंथि के बीच होता है जैसा कि नीचे दिखाया गया है।



सी.क्यू.एस.ई. की सूक्ष्म प्लैंक ज्यामिति बहुत छोटी है और 1.616×10^{-35} मीटर से भी कम है। सी.क्यू.एस.ई. में 16 ईथर ऊर्जा बिंदु हैं, जिसमें 3 ऊर्जा बिंदु ऑपरेटिंग सिस्टम (मन, बुद्धि और संस्कार) के रूप में कार्य करते हैं और 13 ऊर्जा बिंदुओं में प्रकृति के 5 तत्व, सी.क्यू.एस.ई. के गुण और शक्तियाँ हैं। यह ऊर्जा बिंदु सूक्ष्म शरीर के 13 चक्रों से जुड़े हैं और ये ऊर्जा चक्र भौतिक शरीर के विभिन्न हिस्सों से जुड़े हैं। सी.क्यू.एस.ई. की ज्यामिति 18, 36, 72, 108 डिग्री के कोनों (एंगल्स) से बनी हुई है। सी.क्यू.एस.ई. 16 ईथरिक ऊर्जा बिंदु जो एक दूसरे से 10 आयामी मेटा-स्ट्रिंग्स की मदद जुड़े होते हैं, यह हिल्बर्ट स्पेस में आवृत्तियों (फ्रीक्वेंसीज़) और कंपन का निर्माण करके प्लैंक स्तर पर ईथर ऊर्जा निर्माण करते हैं। मेटा-स्ट्रिंग थ्योरी और ईथर क्वांटम डायनेमिक फिज़िक्स की मदद से इस तंत्र का पता लगाया जा सकता है। सी.क्यू.एस.ई. की यह प्रस्तावित ज्यामिति कुछ और नहीं बल्कि 'ज्ञान और प्रकाश की क्वांटम प्लेटोनिक दुनिया' है, जिसे 'पेंटागोनल स्टार' द्वारा दर्शाया गया है।

मानव चेतना के रहस्य



पंचकोणीय सितारा

सी.क्यू.एस.ई. की विशेषताएँ:

1. चेतना निर्माता (कॉन्ससियसनेस्स क्रिएटर)
2. शाश्वतता और अमरता (इटरनिटी एंड इम्मोर्टलिटी)
3. अवलोकन और दृश्यावलोकन (ऑब्ज़र्वेशन एंड विजुअलाइज़ेशन)
4. स्मृति (मेमोरी)
5. दिव्यता और विशिष्टता (डिविनिटी एंड यूनिकनेस्स)
6. बुद्धिमता, सोचना और निर्णय लेना (इंटेलिजेंस, थिंकिंग एंड डिसिजन मेकिंग)
7. नियंत्रणशीलता और शक्ति (कंट्रोलेबिलिटी एंड पॉवरिंग)

मैजिक डायमंड ऑफ ग्रुप

8. मन की शक्ति (पॉवरफुलनेस ऑफ माइन्ड्स)
9. पवित्र ज्यामिति और एकीकृत क्षेत्र (सेक्रेड ज्यामेट्री एंड यूनिफाइड फील्ड)
10. एनकोडिंग और डिकोडिंग
11. आइंस्टीन-बोसोन संघनन अवस्था और स्थिरता (आइंस्टीन-बोसॉन कंडेंसेशन स्टेट एंड स्टेबिलिटी)
12. शाश्वत एवं अस्थायी स्वभाव (इटरनल एंड टेम्पररी नेचर)
13. परस्पर क्रिया करना और संयोजित करना (इंटरएक्टिंग एंड कनेक्टिंग)
14. ऊर्जा उपयोगिता (एनर्जी यूटिलाइज़ेशन)
15. यात्रा की गति (ट्रैवेलिंग स्पीड)
16. पुनःपूर्ति करना (चार्जिंग)

उच्च चेतना की अवस्था का अर्थ है कि आत्मा या सी.क्यू.एस.ई. उच्च आवृत्ति पर कंपन कर रही है - एक सूक्ष्म अवस्था (क्वांटम स्टेट), यानी आप कण अवस्था से ज़्यादा एक तरंग अवस्था में हैं। इस उच्च अवस्था में, आप मन और अंततः शरीर की कोशिकाओं को सही तरीके से पुनः प्रोग्राम करते हैं। इसका आध्यात्मिक अर्थ यह है जैसे-जैसे आप चेतना के उच्च स्तरों पर पहुँचते हैं, स्थूल भौतिक शरीर से कम, आप एक सूक्ष्म शरीर या आनंदमय आत्मा बन जाते हैं। इस प्रकार, आप इस नश्वर संसार में रहते हुए भी भौतिक जगत के दुखों से मुक्त हो जाते हैं।

9

सी.क्यू.एस.ई. या 'आत्मा की पवित्र ज्यामिति'

*"स्वर्ग में एक रचना है जिसे जो लोग देखना चाहते हैं, वे देख सकते
हैं और इसे अपने मन में स्थापित कर सकते हैं।"*

"ज्यामिति, सृष्टि निर्मिति से पहले ही अस्तित्व में थी।"

~ सुकरात

*"कोई भी राज्य तब तक खुशी नहीं पा सकता जब तक कि उसे
चित्रित करने वाला कलाकार किसी दैवीय रचना का उपयोग न
करे।"*

~ प्लेटो

क्या आपने कभी किसी ताज़े फूल को सुगंध और सुंदरता बिखेरते हुए देखा है, और इस ब्रह्मांड में एक चमत्कार के रूप में इसके अस्तित्व पर विचार किया है? क्या आपने कभी सोचा है कि सभी फूल एक विशिष्ट आकार और सापेक्ष व्यवस्था में क्यों

मानव चेतना के रहस्य

रचे गए हैं? यह रहस्यमय रचना और व्यवस्था एक परमाणु से लेकर सौर मंडल और यहाँ तक कि आकाशगंगाओं में भी देखी जा सकती है।

पवित्र ज्यामिति, जिसे 'जीवन का फूल' (फ्लोवर ऑफ लाइफ) के प्रतीक के रूप में भी जाना जाता है, इस को दुनिया भर की कई संस्कृतियों में पवित्र माना जाता है, चाहे वह प्राचीन संस्कृति हो या आधुनिक संस्कृति हो। यह प्रतीक इस ब्रह्मांड में स्थूल से लेकर सबसे सूक्ष्म स्तर तक मौजूद संरचनाओं और स्वरूपों को दर्शाता है। इस प्रतीक का उपयोग ब्रह्मांड के भीतर समस्त जीवन और आत्मा की संबंधिता को दर्शाने के लिए एक रूपक के रूप में किया जा सकता है।

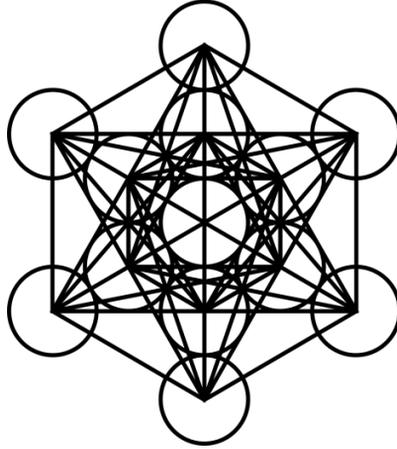


जैसे 'प्रकाश' और 'ऊर्जा' का अभिन्न संबंध है, वैसे ही 'ऊर्जा' और 'ज्यामिति' के बीच भी है। सभी सूक्ष्म ऊर्जाएँ एक संगठित आकार, रूप और रचना में व्यक्त होती हैं। पवित्र ज्यामिति में संगठित ऊर्जा सृष्टि रचना के रहस्यमय नियमों के अनुरूप होती है।

पवित्र ज्यामिति को भौतिक विज्ञान और पराभौतिक या आध्यात्मिक विज्ञान के बीच एक रमणीय कड़ी भी माना जाता है।

मैजिक डायमंड ऑफ ग्रुप

ब्रूस रॉल्स के शब्दों में, “प्रकृति में, हम मानवीय आँखों से देखे जा सकने वाले सूक्ष्म कणों से लेकर, जीवन की अभिव्यक्तियों से लेकर विशाल ब्रह्मांड तक की रचनाएँ, स्वरूप और संरचनाएँ पाते हैं। ये अनिवार्य रूप से ज्यामितीय मूलरूपों का अनुसरण करते हैं, जो हमें प्रत्येक रूप की प्रकृति और उसके कंपन प्रतिध्वनि से अवगत करते हैं। वे भाग और सम्पूर्ण के बीच अविभाज्य संबंध के अंतर्निहित आध्यात्मिक सिद्धांत के भी प्रतीक हैं। यह एकता का सिद्धांत ही है जो सभी ज्यामिति में अंतर्निहित है जो सभी प्रकार की वास्तुकला में अपनी असंख्य विविधता के साथ व्याप्त है। अंतर्संबंध, अविभाज्यता और एकता का यह सिद्धांत हमें समग्रता के साथ हमारे संबंध की निरंतर याद दिलाता है, तथा सभी सृजित वस्तुओं के पवित्र आधार के प्रति मन की एक रूपरेखा प्रदान करता है।”



हर चीज़ की एक रचना होती है। रचना उसे अर्थ प्रदान करने के लिए और एक विशिष्ट प्रभाव पैदा करने के लिए ज़रूरी है। जबकि आज बहुत से लोग ‘पवित्र ज्यामिति’, ‘जीवन का फूल’, या ‘स्वर्णिम अनुपात’ (गोल्डन रेशिओ) में विश्वास करते हैं, वे मानते हैं कि यह केवल भौतिक दुनिया के लिए उपयुक्त है। जबकि यह

मानव चेतना के रहस्य

भौतिक दुनिया में एक उत्कृष्ट अभिव्यक्ति हो सकती है, यह पराभौतिक या आध्यात्मिक क्षेत्रों में मौजूद है और पूरी तरह से प्रदर्शित होती है।

पवित्र ज्यामिति का मानवीय चेतना के साथ एक रूपकात्मक संबंध है। हम जो हैं, उससे हम मोहित हो जाते हैं। पवित्र ज्यामिति हमें स्वयं को और ब्रह्मांड के साथ अपने तालमेल को समझने में सहायता करती है और हमें सार्वभौमिक ऊर्जा से जोड़ती है। परिणामस्वरूप, यह हमें अपनी ऊर्जाओं को सुव्यवस्थित करने और स्वयं को उच्चतर चेतना तक पहुँचने में सहायता करती है।

जैसा कि पहले बताया गया है, चेतन सत्ता 'आत्मा' सूक्ष्म ऊर्जा या एक निराकार अस्तित्व है, अर्थात् इसका कोई भौतिक अस्तित्व नहीं है। आध्यात्मिक ऊर्जा का यह बिंदु स्रोत सूक्ष्म ऊर्जा (क्वांटम एनर्जी) है, जो आध्यात्मिक है, भौतिक नहीं। यह सूक्ष्म ऊर्जा चेतना के रूप में प्रकट होती है। इसलिए इसे इस पुस्तक में चैतन्य अतिसूक्ष्म आध्यात्मिक ऊर्जा (कॉन्ससियस क्वांटम स्पिरिचुअल एनर्जी - सी.क्यू.एस.ई.) के रूप में संदर्भित किया गया है।

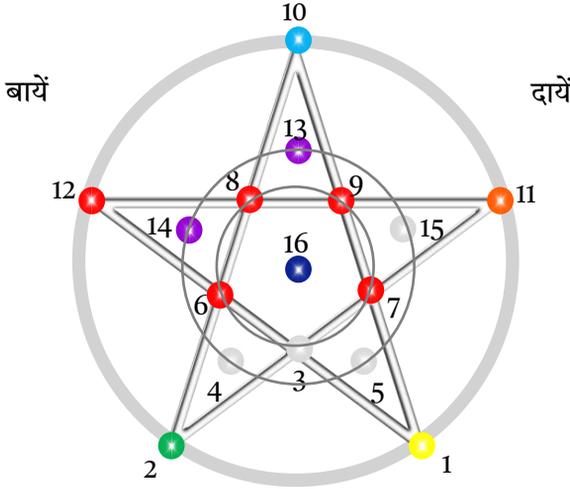
सी.क्यू.एस.ई. या आत्मा बहुत सूक्ष्म ऊर्जा है और इसे वर्तमान वैज्ञानिक माप उपकरणों से नहीं मापा जा सकता है। सी.क्यू.एस.ई. की ज्यामिति कुछ और नहीं बल्कि 'क्वांटम प्लेटोनिक वर्ल्ड ऑफ विज़डम एंड लाइट' है जिसे 'पंचकोणीय सितारा' द्वारा दर्शाया गया है। यह पंचकोणीय सितारा या 'पाँच-बिंदु वाला सितारा' आत्मा या सी.क्यू.एस.ई. की दिव्य पवित्र ज्यामिति है। इसे पाँच पंखुड़ियों वाले फूल के रूप में भी देखा जा सकता है। पंचकोणीय सितारा लंबे समय से मनुष्य की दो प्रकृतियों का प्रतीक रहा है: स्वयं का आध्यात्मिक अस्तित्व और भौतिक अस्तित्व।

सी.क्यू.एस.ई. में 16 ईथर* ऊर्जा बिंदु या सूक्ष्म ऊर्जा बिंदु हैं (जैसा कि नीचे दिए गए चित्र में दर्शाया गया है)। इसे तीन संकेंद्रित वृत्तों पर ऊर्जा बिंदुओं के रूप में

मैजिक डायमंड ऑफ ग्रुप

भी देखा जा सकता है, प्रत्येक वृत्त में 5 ऊर्जा बिंदु हैं और एक ऊर्जा बिंदु ठीक मध्य में है।

नोट: इस पुस्तक में आत्मा/ सी.क्यू.एस.ई. के सभी चित्र/ चित्रण एक दर्पण प्रतिबिम्ब हैं। इसे याद रखने का एक सरल तरीका यह है कि हृदय शरीर के बाईं ओर है और हृदय चक्र को नियंत्रित करने वाला ऊर्जा बिंदु यानी ऊर्जा बिंदु : 2 भी आत्मा के बाईं ओर है।



सी.क्यू.एस.ई. (आत्मा) की दिव्य पवित्र ज्यामिति

आत्मा (सी.क्यू.एस.ई.) इन सभी 16 ईथर ऊर्जा बिंदुओं के ऊर्जाओं के परस्पर क्रिया से चेतना का निर्माण करती है। इनमें से प्रत्येक बिंदु क्वांटा की तरह है और इसका एक ऊर्जा क्षेत्र है। चेतना को एक एकीकृत क्षेत्र के रूप में संचालित करने के लिए, सभी क्वांटा के विभिन्न ऊर्जा क्षेत्रों को एक सापेक्ष व्यवस्था में होना चाहिए, तथा एक-दूसरे के साथ सुसंगत रूप से अंतःक्रिया करनी चाहिए। सुसंगत

मानव चेतना के रहस्य

व्यवस्था न केवल उनके बीच बल्कि ब्रह्मांड में सभी ऊर्जाओं के साथ एक कंपनी अनुनाद पैदा करती है। सी.क्यू.एस.ई. के क्वांटा बिंदुओं के बीच इस अद्वितीय तालमेल को समझने और उसकी सराहना करने के लिए एक सूक्ष्म अंतर्दृष्टि की आवश्यकता है।

ये 16 ऊर्जा बिंदु एक दूसरे के साथ एक सूक्ष्म धागे (स्ट्रिंग) से जुड़े हुए होते हैं। ये स्ट्रिंग्स सूक्ष्म धागों की तरह होते हैं जो ऊर्जा का आदान-प्रदान करते हैं। यह एक दूसरे के साथ निरंतर संपर्क सुनिश्चित करते हैं। जब भी कोई उत्तेजना होती है, तो सभी 16 ऊर्जा बिंदु प्रतिक्रिया करने के लिए सहज रूप से परस्पर क्रिया करते हैं, और इससे एक एकीकृत चेतना बनती है।

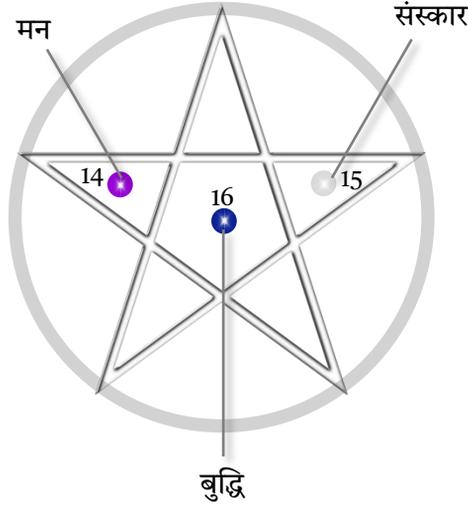
16 ऊर्जा बिंदु अपने मूल रूप में शुद्ध और दिव्य हैं। उनकी व्यवस्था की पवित्र ज्यामितीय रचना भी दिव्य है। आत्मा सिर्फ एक खाली सितारे के रूप में बिना 16 दिव्य गुण शक्तियों के श्रृंगार के एक सम्पूर्ण पारलौकिक अस्तित्व के रूप में है। इसलिए, इससे उत्पन्न होने वाली चेतना अपने मूल और शाश्वत रूप में 'दिव्य' है।

वैदिक साहित्य में ईथर तत्व* को अक्सर 'ब्रह्म-तत्व' के रूप में संदर्भित किया जाता है। ब्रह्म-तत्व या ईथर इस ब्रह्मांड में कई अलग-अलग रूपों में और विभिन्न ऊर्जा स्तरों पर मौजूद है। ईथर तत्व आकाश तत्व के समान नहीं है। आकाश तत्व के विपरीत, ईथर में अपनी चेतना या बुद्धिमत्ता है। ईथर अन्य सभी पाँच तत्वों में व्याप्त है। यह सभी पाँच तत्वों का मूल भी है।

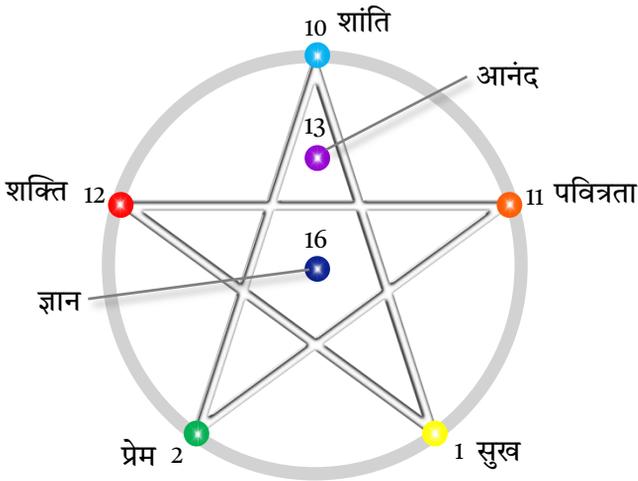
यहाँ 16 ईथर ऊर्जा बिंदु सूचीबद्ध हैं। इनमें से प्रत्येक की अपनी विशिष्ट विशेषताएँ और महत्व हैं। प्रत्येक का एक अद्वितीय ऊर्जा रंग संकेत (कलर कोड) है, जैसे बैंगनी, गहरा नीला, आसमानी नीला, हरा, पीला, नारंगी, लाल और सफेद। ये एक विशिष्ट आध्यात्मिक ऊर्जा के अनुरूप वैश्विक संकेत (युनिवर्सल कोड) हैं।

मैजिक डायमंड ऑफ ग्रुप

आत्मा की तीन मुख्य शक्तियाँ

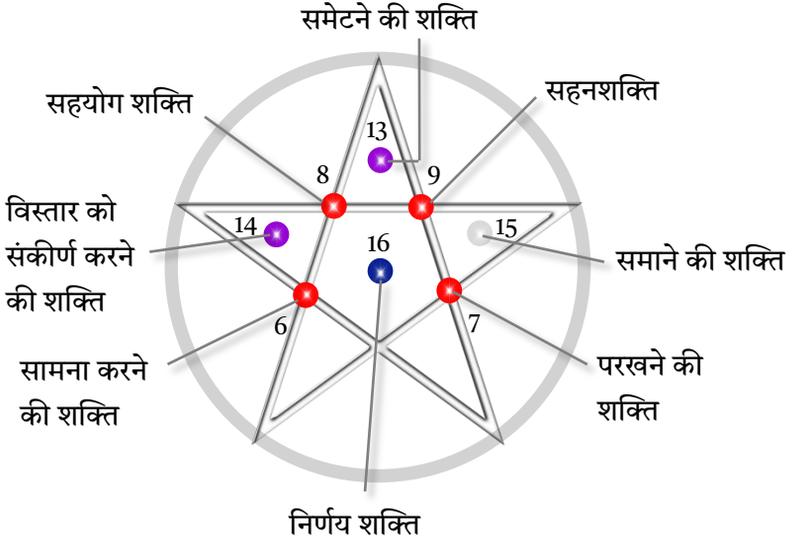


आत्मा (सी. क्यु. एस. ई.) के सात मूलभूत गुण

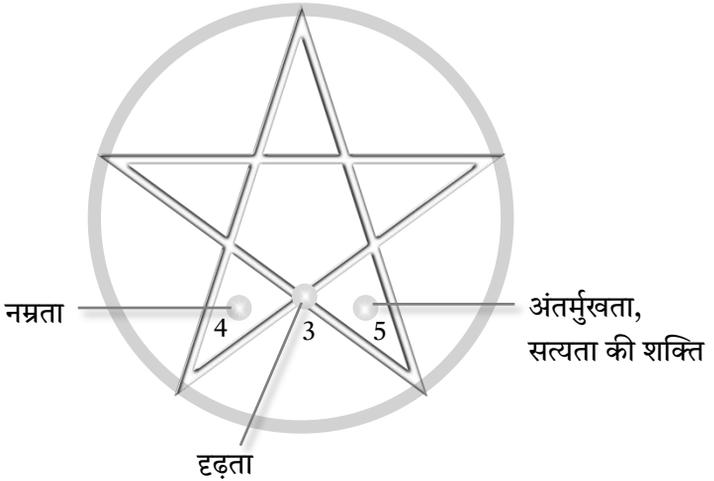


मानव चेतना के रहस्य

आत्मा की आठ प्रमुख शक्तियाँ

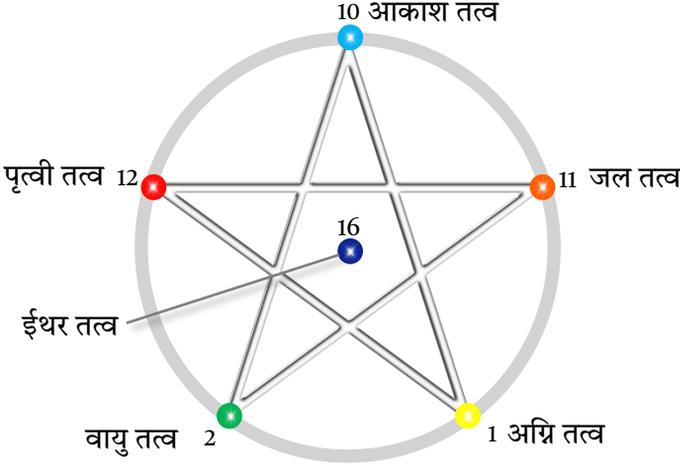


आत्मा के तीन मुख्य दिव्य गुण



मैजिक डायमंड ऑफ ग्रुप

प्रकृति के छह तत्व आत्मा की छह ऊर्जाओं द्वारा नियंत्रित होते हैं



चेतन अस्तित्व एक पवित्र ज्यामितिय पंचकोण सितारा है जिसमें 16 ईथर ऊर्जा बिंदु हैं जिनमें कंपन अनुनाद है। मन-बुद्धि-संस्कार को कण्ट्रोल सर्किट के रूप में लेकर विभिन्न ऊर्जा केंद्रों का यह मैट्रिक्स, एक दूसरे के साथ मिलकर एक आत्म-चेतन ऊर्जा उत्पन्न करता है, जिसे 'चेतना' के रूप में जाना जाता है।

सी.क्यू.एस.ई. के ईथर ऊर्जा बिंदु

सी.क्यू.एस.ई. के 16 ऊर्जा बिंदु क्या हैं?

सी.क्यू.एस.ई. एक पंचकोण सितारा है जिसमें 16 ईथर ऊर्जा बिंदु हैं जिनमें 7 मूलभूत गुण, 8 मुख्य शक्तियाँ, 3 विशेष दिव्य गुण और कार्य करने वाले 3 महान संचालक अस्तित्व हैं - मन, बुद्धि और संस्कार (जिन्हें एकत्रित रूप से 'कण्ट्रोल सर्किट' के रूप में जाना जाता है) यह सभी शामिल हैं। यह ध्यान देने योग्य है कि सारे ऊर्जा बिंदुओं में, एक से अधिक गुण-शक्तियाँ, ऊर्जाएँ हैं।

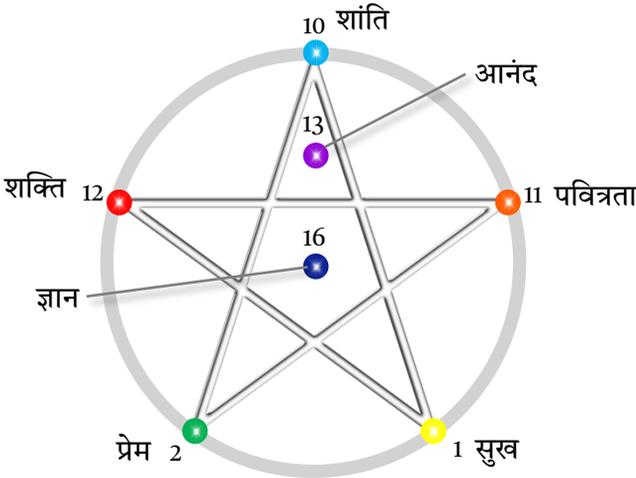
आइए इन गुणों, शक्तियों, दिव्यगुणों और कार्य करने वाले 3 महान संचालक अस्तित्व में से प्रत्येक को समझें। 7 मूलभूत गुण किसी व्यक्ति की अस्तित्वगत जागरूकता का सार हैं। वे मानव चेतना के निर्माण में सबसे महत्वपूर्ण भूमिका अदा करते हैं। यह 7 मूलभूत गुण ब्रह्मांड के 6 तत्वों (पाँच भौतिक तत्व और एक मह-ब्रह्मतत्व, ईथरतत्व) और सूक्ष्म शरीर के 7 चक्रों से सामंजस्यपूर्ण रूप से जुड़े हुए हैं।

मैजिक डायमंड ऑफ ग्रुप

8 शक्तियाँ मानव चरित्र की अंतर्निहित शक्तियाँ हैं और चेतना को आत्म-नियंत्रण और संप्रभुता प्रदान करती हैं। इनमें से अधिकांश शक्तियाँ मन से जुड़ी हुई हैं। अतः मन आंतरिक शक्तियों का केन्द्रीय भण्डार है।

मन, बुद्धि और संस्कार चेतना के 3 क्रियाशील इंजन हैं। वे सभी गुणों, शक्तियों और सद्गुणों के नियंत्रक भी हैं।

सी.क्यू.एस.ई. या आत्मा के मूलभूत गुण



सुख - ऊर्जा बिंदु 1

सुख सच्ची खुशी की ऊर्जा है, जो हमारे स्वाभाविक अस्तित्व स्व-आत्मा की निर्मिति है, जो हमारा स्वरूप है, जिसे आत्मा का सुखस्वरूप कहा जाता है, न कि जो

मानव चेतना के रहस्य

हमारे पास है; यह भौतिक या बाहरी किसी भी प्रकार की संपत्ति पर निर्भर नहीं है।

प्रेम - ऊर्जा बिंदु 2

सार्वभौमिक एवं आध्यात्मिक प्रेम की शुद्ध ऊर्जा है। यह मूलतः गहरी संबद्धता, सहानुभूति, करुणा और सम्मान की भावना है - स्वयं, प्रकृति और सार्वभौमिक ऊर्जा सहित सभी की भलाई और खुशी के लिए।

शांति - ऊर्जा बिंदु 10

शांति और आंतरिक शांति की ऊर्जा जो भौतिक दुनिया के शोर से अप्रभावित रहती है। यह भावनात्मक स्थिरता और स्पष्टता की भावना प्रदान करती है।

पवित्रता - ऊर्जा बिंदु 11

पवित्रता हमारी सच्ची मुक्त अवस्था की ऊर्जा है, जो भौतिकता से परे है। यह एक ऐसा अनुभव प्रदान करती है जो सरलता, शुद्ध आनंद और गहन मौन का मिश्रण है। यह ऊर्जा, जब उच्चतर आत्म की ओर निर्देशित होती है, तो रचनात्मकता और दिव्यता में परिवर्तित हो जाती है।

शक्ति - ऊर्जा बिंदु 12

शक्ति एक चुनौतीपूर्ण स्थिति को अवसर में बदलने की आंतरिक शक्ति की ऊर्जा है। यह आत्म-नियंत्रण और समय और परिस्थिति अनुसार अपने स्वस्थिति में आने की शक्ति देती है ताकि हम आंतरिक बल का निर्माण कर सकें और उन्हें सही दिशा में लगा सकें।

आनंद - ऊर्जा बिंदु 13

आनंद सर्वोच्च ऊर्जा है जो प्रकाश, प्रेम, ज्ञान, आंतरिक मौन और शक्ति के

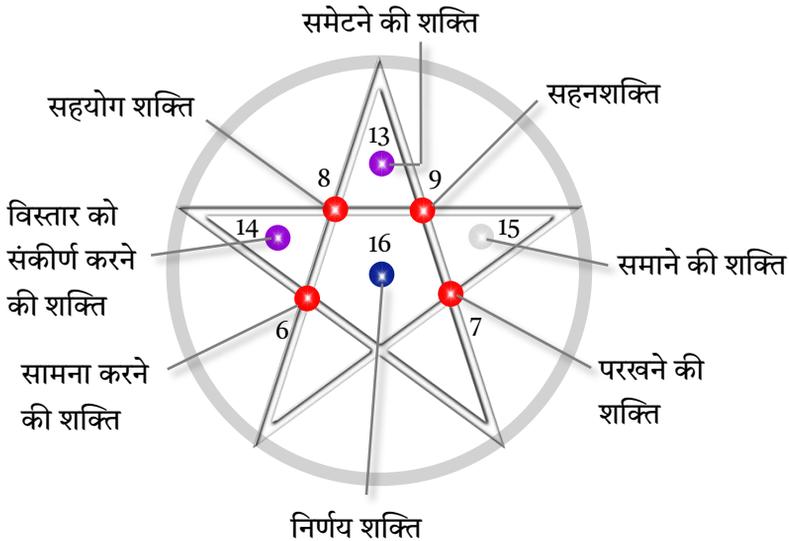
मैजिक डायमंड ऑफ ग्रुप

साथ संयुक्त है। यह एक संपूर्ण अतीन्द्रिय सुखपूर्ण सुखमय जागरूकता है जो व्यक्ति को सकारात्मक और नकारात्मक के द्वंद्व से परे रखती है। आनंद में 'सन्तुष्टता' समाहित है, जो गुणों की खान है।

ज्ञान - ऊर्जा बिंदु 16

यह स्वयं का सच्चा ज्ञान, संपूर्ण बौध्दित्व है। यह हमारे सभी निर्णयों और फैसलों के लिए संदर्भ का आंतरिक ढाँचा बन जाता है। ज्ञान एक प्रकाश है जो अज्ञानता के अंधकार और भ्रम को नष्ट करके हमारा मार्गदर्शन करता है। ज्ञान को 'तीसरी आँख' या 'दिव्य बुद्धि' भी कहा जाता है।

सी.क्यू.एस.ई. या आत्मा की प्रमुख शक्तियाँ



सामना करने की शक्ति – ऊर्जा बिंदु 6

यह आंतरिक साहस की ऊर्जा है जो आपको परीक्षा के समय से गुज़रने में मदद करती है और साथ ही, जागरूकता और स्पष्टता की भावना के साथ शांत रखती है। यह किसी व्यक्ति को न केवल समस्या की स्थिति का सामना करने की शक्ति देती है, बल्कि उसे सकारात्मक रूप से प्रभावित करने की भी शक्ति देती है।

परखने की शक्ति – ऊर्जा बिंदु 7

यह ऊर्जा वास्तविकता को असत्य से अलग करने और उसका आकलन करने की शक्ति है। यह कई गलत रास्तों के बीच से सही रास्ता खोजने के लिए स्पष्ट विवेक प्रदान करती है। यह व्यक्ति को सबसे चुनौतीपूर्ण समय में भी संयमित बने रहने की शक्ति प्रदान करती है, तथा साथ ही स्थायी मूल्य और अस्थायी मूल्य वाली चीज़ों के बीच अंतर करने में सक्षम बनाती है। इस में सूक्ष्म पहलुओं और स्थूल चीज़ों को अलग करने की क्षमता भी है।

सहयोग शक्ति – ऊर्जा बिंदु 8

यह हमें यह एहसास कराने में मदद करती है कि हम सभी इस विश्व मंच पर कलाकारों के रूप में खूबसूरती से एक दूसरे से जुड़े हुए हैं और हमारा विकास, हमारी उन्नति आपसी साझेदारी और मदद से ही होगी। यह विचारात्मक श्रवण, एकदूसरे के सफलता की स्थितियों को खोजने और सभी के साथ व्यवहार करते समय आध्यात्मिक दृष्टिकोण बनाए रखने में मदद करती है।

सहन शक्ति – ऊर्जा बिंदु 9

यह ऊर्जा मन को नकारात्मक परिस्थिति से परे जाने, अप्रभावित रहने और शांत रहने की क्षमता प्रदान करती है। यह प्रतिकूल परिस्थितियों पर, विचारों में भी, प्रतिक्रिया न करने की आंतरिक शक्ति है, इसके बजाय, यह सही समय पर सही

मैजिक डायमंड ऑफ ग्रुप

कदम उठाने की शक्ति है। चूँकि प्रामाणिक आत्म-पहचान भौतिक क्षेत्र में नहीं है, इसलिए हम स्वयं आत्मा के प्रति जागरूकता बनाए रखते हुए अपने भीतर सुरक्षित रहते हैं।

समेतने की शक्ति - ऊर्जा बिंदु 13

यह हर प्रकार के बाहरी संसार से अलग होने और अपने भीतर उतरकर स्थित रहने की शक्ति है। इस शक्ति के कारण आप हल्कापन और किसी भी बेचैनी से मुक्ति पाते हैं, अत्यधिक विचारों में न उलझना तथा पूर्णतः एकाग्र रहना इस शक्ति से ही संभव है। यह सभी आंतरिक क्षमताओं और सकारात्मक दृष्टिकोण का आह्वान करती है।

विस्तार को संकीर्ण करने की शक्ति - ऊर्जा बिंदु 14

वह ऊर्जा जो परिस्थिति से ध्यान हटाने और अव्यवस्थित विचारों को दूर करने में मदद करती है। किसी भी परिस्थिति में उलझ जाने के बजाय, मन को व्यर्थ के विचारों से दूर ले जाने और उससे बाहर निकलने का रास्ता खोजने की शक्ति है। यह वास्तविक आत्म-नियंत्रण की शक्ति है जो चरित्र में मजबूती लाती है।

समाने की शक्ति - ऊर्जा बिंदु 15

अपनी भौतिक पहचान की अवधारणा से परे जाने की क्षमता, परिस्थिति और लोगों के साथ खुद को ढालने और समायोजित करने में सक्षम होने की शक्ति है। यह संस्कारों, धारणाओं और विश्वास प्रणालियों में समय और परिस्थिति अनुसार ढलने की और परिवर्तन होने की शक्ति देती है।

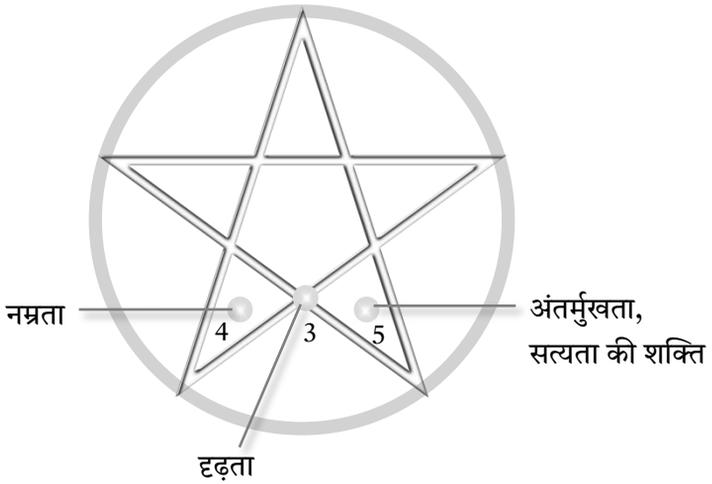
निर्णय शक्ति - ऊर्जा बिंदु 16

यह ऊर्जा स्पष्ट सोच वाली बुद्धि, अंतर्दृष्टि, मानसिक तीक्ष्णता, सिद्धांत-केंद्रित

मानव चेतना के रहस्य

दृष्टिकोण और निर्णय लेने के बाद परिणामों का सामना करने की हिम्मत प्रदान करती है। यह हमें सभी परिस्थितियों में एक साक्षी दृष्टा के रूप में निष्पक्ष रहने की क्षमता देती है। यह शक्ति खुद को बेहतर ढंग से समझने और तटस्थ दृष्टिकोण बनाए रखने में मदद करती है।

आत्मा के तीन मुख्य दिव्य गुण



दृढ़ता - ऊर्जा बिंदु 3

यह धैर्य का गुण है, सभी चुनौतियों का सामना करने के लिए दृढ़ रहने का कार्य करता है। यह जुनून और अटलता का एक संयोजन है। यह जीवन में किसी भी परिस्थिति में असफल होने के बाद वापिस फिर से राह पर चलने के लिए शक्ति देता है। यह आपके प्रयास में दृढ़ इच्छाशक्ति में प्रतिबिंबित होता है। यह किसी कार्य पर ध्यान केंद्रित करने और परिणामों से खुद को अलग करने की क्षमता लाता है।

मैजिक डायमंड ऑफ ग्रुप

यदि इस ऊर्जा बिन्दु की ऊर्जा कम है, तो आगे बढ़ने की इच्छा शक्ति कम होती है, अतः अन्य सभी आंतरिक क्षमताएँ होने के बाद भी व्यक्ति जीवन की परीक्षाओं को सहन करने में सक्षम नहीं होता है और जीवन का आनंद नहीं ले पाता है।

नम्रता - ऊर्जा बिंदु 4

यह ऊर्जा आपको लोगों और परिस्थितियों को बिना शर्त स्वीकार करने की, सभी के साथ शांत और विनम्र रहने की, तथा लोगों को वह सम्मान और आदर देने की ताकत देती है जिसके वे हकदार हैं।

यदि इस समय आपके पास पर्याप्त ऊर्जा है, तो आप निम्नलिखित प्रमुख विशेषताओं का प्रदर्शन करते हैं: दूसरों की भावनाओं के प्रति सहानुभूति, ध्यानपूर्वक सुनना, नए विचारों के प्रति खुला दिल रखना, गैर-प्रतिक्रियात्मक व्यवहार करना, बोलने से पहले सोचना और सुखदायक शब्दों का प्रयोग करना।

यदि इस बिन्दु की ऊर्जा कम हो तो व्यक्ति मानसिक और मौखिक संघर्ष में उलझ जाता है। दूसरों के दृष्टिकोण के प्रति स्वयं के दिल में अच्छे विचार और सही जगह की कमी हो जाती है।

अंतर्मुखता और सत्यता की शक्ति - ऊर्जा बिंदु 5

इस गुण की ऊर्जा व्यक्ति को अपने आस-पास की दुनिया से अलग होने और जब भी आवश्यक हो अपने भीतर जाने, कम बोलने और अधिक सुनने, एकांत पसंद करने तथा अपने अंदर केंद्रित और रचनात्मक बने रहने में सक्षम बनाती है।

समुद्र की सतह पर हमेशा हलचल रहती है, लेकिन अंदर से यह शांत और खज़ानों से भरा होता है। इसी तरह, बाहरी दुनिया में अराजकता है, लेकिन हमारे अंदर गहराई में एक आदर्श व्यवस्था है। अंतर्मुखता हमारे सभी आंतरिक क्षमताओं

मानव चेतना के रहस्य

को सामने लाती है। सभी महान विचारकों, दार्शनिकों, आविष्कारकों और कलाकारों में यह महान गुण था।

ये 3 दिव्य गुण, 7 मूलभूत गुण और 8 शक्तियाँ मिलकर अन्य गुणों को उत्पन्न करती हैं, जैसे दया, रचनात्मकता, करुणा, सहिष्णुता, सहानुभूति, विनम्रता, कृतज्ञता, ज्ञान और अन्य गुण जो स्वतंत्र जीवन और पारस्परिक व्यवहार के लिए अपरिहार्य हैं।

सी.क्यू.एस.ई. के 16 ईथर ऊर्जा बिंदुओं में सभी मूलभूत गुण, दिव्यगुण, शक्तियाँ और मन-बुद्धि-संस्कारों के बीच एक शानदार तालमेल है। यह इस ग्रह पर हर आत्मा को पूर्ण और परिपूर्ण बनाता है। आपके भीतर वह पहले से ही मौजूद है, जिसकी आपको कभी भी ज़रूरत होगी। आपको बस खुद को जगाने और अपनी स्वयं की मूलभूत संपत्ति के बारे में जागरूक रहने की ज़रूरत है। खुद से बात करें, खुद को प्रबुद्ध करें और धीरे-धीरे कभी न खत्म होने वाली बाहरी खोज को कम करें।

मन – बुद्धि – संस्कार

"ऊर्जा के इस स्व-प्रकाशित सूक्ष्म ऊर्जा बिन्दु - आत्मा - में स्वयं के सभी जन्मों के अस्तित्व के संस्कार निहित हैं और इसी ऊर्जा बिन्दु से सभी विचार, तर्क, निर्णय, विवेक और भावनाएँ उत्पन्न होते हैं। इस आत्मा की शुद्धि ही शाश्वत शांति की कुंजी है।"

~ शिव भगवान

मन को उसकी विशेषताओं और कार्यों के आधार पर तीन प्रकारों में वर्गीकृत किया जा सकता है:

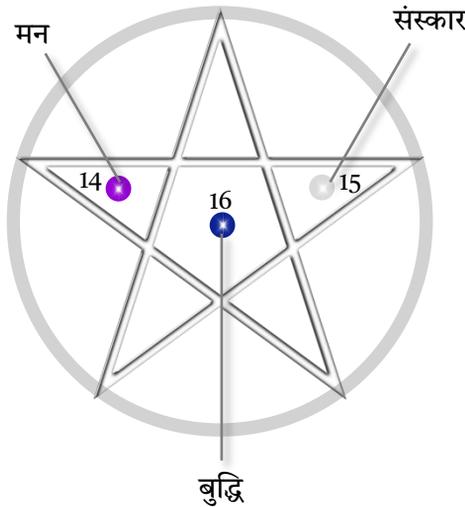
1. सचेतन मन (**मन**) - सचेतन मन स्वयं का कर्तव्यनिष्ठ हिस्सा है। यह आपको अवधारणात्मक वास्तविकता में व्यस्त रखता है।
2. अवचेतन मन (**बुद्धि**) - यह चेतना का वह हिस्सा है जो आपकी सचेत जागरूकता की सतह के ठीक नीचे छिपा रहता है। यह आपके अप्रकट स्व का मन है।

मानव चेतना के रहस्य

3. अचेतन मन (संस्कार) - अचेतन मन सभी पिछले अनुभवों, यादों और संबंधित अनुभूतियाँ और भावनाओं का भण्डार है। इन यादों और अनुभवों से ही हमारी मान्यताएँ, आदतें और व्यवहार बनते हैं।

सचेतन मन हिमखंड के उस हिस्से के समान है जो पानी के ऊपर है, और इसलिए बोधगम्य है। चेतन मन के लिए एक और उदाहरण यह है कि यह एक जहाज़ के मालिक की तरह है जो आदेश देता है। हालाँकि, 90% से अधिक संप्रभुता अदृश्य में निहित है, यानी अवचेतन और अचेतन के बीच।

सी.क्यू.एस.ई. में इन तीनों मनो के अलग-अलग ऊर्जा बिंदु होते हैं क्योंकि प्रत्येक की अपनी विशिष्ट कंपन आवृत्ति होती है। सचेतन मन ऊर्जा बिंदु 14 है, अवचेतन मन ऊर्जा बिंदु 16 है, और अचेतन मन ऊर्जा बिंदु 15 है। ये 3 वास्तव में अन्य 13 को संचालन करने वाले ऊर्जा बिंदु हैं। इसमें कोई आश्चर्य नहीं कि इतने वर्षों से इतने सारे आध्यात्मिक गुरुओं, मनोवैज्ञानिकों, दार्शनिकों और वैज्ञानिकों के बीच 'मन' पर विवाद करनेवाली बहस होती रही है।



ऊर्जा बिंदु 14 – सचेतन मन और विस्तार को संकीर्ण करने की शक्ति

सचेतन मन आपकी सभी अवधारणात्मक वास्तविकता के लिए ज़िम्मेदार है। यह आपकी चेतना का वह हिस्सा है जो आपको अपने वातावरण, माहौल के बारे में जागरूक होने और उसके साथ व्यवहार करने में सक्षम बनाता है। सचेतन मन वाणी, चित्र, लेखन, शारीरिक गति और विचारों के माध्यम से बाहरी दुनिया और आंतरिक स्वयं (आत्मा) से संवाद करता है।

सचेतन मन को समझा जा सकता है -

एक, तत्काल स्वयं के ध्यान को केंद्रित करने से, एकाग्रता और संबंधित अनुभूति द्वारा, और

दूसरा, इसकी क्षमता किसी को वर्तमान वास्तविकता से परे कल्पनाशील क्षेत्रों में ले जाने की है।

हम सभी ने अपने जीवन में इन दो घटनाओं का अनुभव किया है।

सचेतन मन इन कार्यों के लिए ज़िम्मेदार है: -

1. विचार
2. संज्ञान (अनुभूति)
3. तत्काल ध्यान (फोकस) या एकाग्रता
4. इच्छा शक्ति

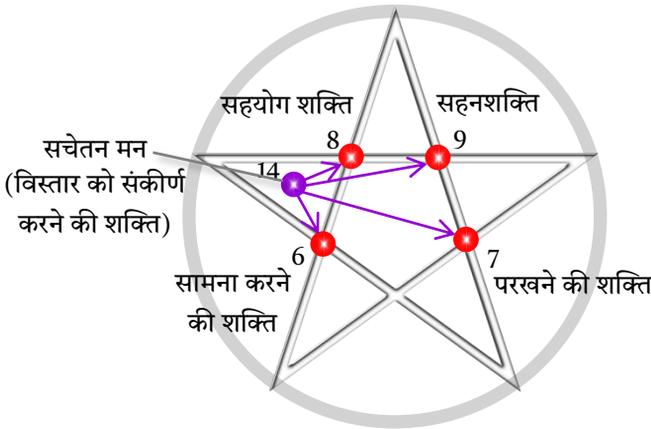
मानव चेतना के रहस्य

5. भावनाएँ और अनुभूतियाँ
6. ज्ञानेन्द्रियों के माध्यम से संवेदनाओं का अनुभव
7. चलायमान अंगों का सचेत नियंत्रण और संचलन
8. आत्म-पहचान (अहं मन, किसी की वैयक्तिकता की अवधारणा)

एक कहावत है, 'आपकी आंतरिक शक्तियाँ आपके मन के भीतर निहित हैं'। दरअसल आत्मा की 8 आंतरिक या गुप्त शक्तियों में से 5 सचेतन मन से जुड़ी होती हैं।

सचेतन मन (ऊर्जा बिंदु 14), जो स्वयं एक शक्ति-संबंधी ऊर्जा बिंदु है, इन चार शक्ति-संबंधी ऊर्जा बिंदुओं को नियंत्रित करता है: -

1. ऊर्जा बिंदु 6 – सामना करने की शक्ति
2. ऊर्जा बिंदु 7 – परखने की शक्ति
3. ऊर्जा बिंदु 8 – सहयोग शक्ति
4. ऊर्जा बिंदु 9 – सहन शक्ति



मैजिक डायमंड ऑफ ग्रुप

सचेतन मन के लिए सार्वभौमिक ऊर्जा रंग संकेत (एनर्जी कलर कोड) **बैंगनी** है; यही आनंद के लिए ऊर्जा रंग संकेत (एनर्जी कलर कोड) है। मन का आनंद के साथ एक स्थायी संबंध है। यह तीन आवश्यक पहलुओं को दर्शाता है –

1. मानव चेतना निरंतर अपनी अंतर्निहित ऊर्जाओं की तलाश में रहती है। आनंद, मन की एक स्वाभाविक ऊर्जा है, और इसलिए, हम अपने पूरे जीवन में हमेशा आनंद की तलाश में रहते हैं। दुनिया की वर्तमान विकृति में, हम सदैव देह-अभिमान अवस्था में रहते हैं। परिणामस्वरूप, हम भौतिकता और शारीरिक अभिव्यक्तियों में आनंद और खुशी की खोज में रहते हैं – यही एक कारण है कि दुनिया ने खुद को चाहे वह लालच हो, लोलुपता हो, संबंध हों, यंत्र हों, सामाजिक माध्यम (सोशल मीडिया) हो, इत्यादि में अपने आप को अत्याधिक लिप्त कर लिया है। किसी भी बाहरी माध्यम से इंद्रियों की अत्यधिक संतुष्टि केवल स्वयं से हमारे वियोग का एक दयनीय चित्रण दर्शाती है – जो प्रेम, आनंद और खुशी का अस्तित्व है।
2. विस्तार को संकीर्ण करने की शक्ति, मन को सभी इंद्रियों और भटकते विचारों और भावनाओं से खुद को अलग करने में सक्षम बनाती है। फिर मन खुद पर ध्यान केंद्रित करता है, अपनी गुप्त ऊर्जाओं का अनुभव करता है। व्यक्ति असीम शक्ति और आनंद की अनुभूति कर सकता है।
3. अहं-मन (ईगो-माइंड) अपनी पहचान भौतिक स्व से करता है। भौतिक पहचान मन के लिए द्वैत पैदा करती है; यह छंद हमें कुछ विकल्प देता है। ये विकल्प हमें एकता के स्रोत से अलग कर देते हैं। भौतिकता की झूठी पहचान से परे जाकर मन अहंकार रहित और आत्म-अभिमानि अवस्था में उतरता है, जो पुनःशुद्ध आनंद कारण है कि हम अक्सर योगियों को

मानव चेतना के रहस्य

'समाधि' (उच्चतम ध्यान या ट्रान्स) अवस्था में आनंद के इस परम अमृत का उल्लेख करते हुए सुनते हैं।

ध्यान के दौरान (जिसका बाद में वर्णन किया गया है) जब हम सचेतन मन को आनंद की ऊर्जा से भरते हैं, तो यह मन की विभिन्न क्षमताओं को मजबूत करता है। सचेतन मन की उच्च ऊर्जा नीचे दिए गए क्षेत्रों को सक्षम बनाती हैं –

- किसी दिए गए कार्य पर अच्छी तरह ध्यान केंद्रित करना
- संज्ञानात्मक क्षमताओं में वृद्धि
- भीतर अधिक मौन, शांति और स्थिरता
- भावनात्मक स्वतंत्रता
- विचारों के प्रवाह में कमी और नियंत्रण तथा गुणवत्ता में वृद्धि
- अपनी वाणी और कार्यों पर अधिक नियंत्रण
- आत्म-जागरूकता की उच्च और निरंतर स्थिति
- बिना किसी देरी के विचारों को कर्मों में बदलने की क्षमता
- रोजमर्रा की जिंदगी में प्रभावशीलता और दक्षता
- भावनाओं और संवेदनाओं पर अधिक नियंत्रण
- एक संतुलित दृष्टिकोण और व्यक्तित्व

ऊर्जा बिंदु 16 – बुद्धि / अवचेतन मन / ज्ञान / ईथर (ब्रम्ह तत्व)/ निर्णय शक्ति

पंचकोणीय आत्मा (सी.क्यु.एस.ई.) में बुद्धि सबसे महत्वपूर्ण ईथर ऊर्जा बिंदु है। यह बुद्धि ही है जो सचेतन अस्तित्व पर अभिसरण बिंदु (सभी ऊर्जाओं का मिलन बिंदु) है। जब चेतना के निर्माण के दौरान सी.क्यु.एस.ई. के सभी ऊर्जा बिंदु परस्पर क्रिया करते हैं, तो सभी ऊर्जाओं का अंततः बुद्धि में मिलन हो जाता है और बुद्धि एक एकीकृत अनुभव प्रदान करती है, मानो ऊर्जा एक ही स्रोत से संसाधित भी हो रही है और प्रसारित भी हो रही है।

मानव चेतना को बुद्धि का एक विशिष्ट उपहार मिला है। बुद्धि निम्नलिखित कार्य करती है:

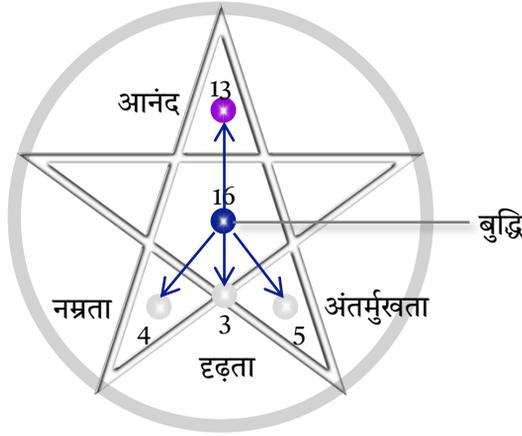
1. विश्लेषण
2. तर्क
3. न्यायसिद्ध
4. निर्णय लेना
5. रचनात्मकता
6. दृश्यावलोकन
7. विवेक और बोध
8. समझ

मानव चेतना के रहस्य

9. स्मृति

10. अंतर्ज्ञान

सी.क्यू.एस.ई. में ईथर तत्व बुद्धि के ऊर्जा बिंदु में है। शरीर में ईथर तत्व की ऊर्जा इसी ऊर्जा बिंदु से उपलब्ध होती है और इसी ऊर्जा बिंदु से नियंत्रित की जाती है। ईथर तत्व ब्रह्मांड का प्रमुख तत्व है। अन्य सभी पाँच तत्व - पृथ्वी, जल, अग्नि, वायु और आकाश इसी तत्व से उत्पन्न होते हैं।



बुद्धि ऊर्जा बिंदु (ऊर्जा बिंदु 16) चार अन्य ऊर्जा बिंदुओं को नियंत्रित करती है -

1. ऊर्जा बिंदु 3 - दृढ़ता
2. ऊर्जा बिंदु 4 - नम्रता
3. ऊर्जा बिंदु 5 - अंतर्मुखता, सत्यता की शक्ति

4. ऊर्जा बिंदु 13 – आनंद, समेटने की शक्ति, सन्तुष्टता और फ़रिश्ता स्वरूप स्थिति

ये ऊर्जा बिंदु बुद्धि के साथ परस्पर क्रिया करते हैं और ऊर्जा प्रवाह को साझा करते हैं। वे अपनी ऊर्जा और अंतर्निहित गुणों के माध्यम से बुद्धि को मजबूत करते हैं जबकि बुद्धि उन्हें ज्ञान की ऊर्जा प्रदान करती है, जो उनके कार्यकरण के लिए बहुत महत्वपूर्ण है। बुद्धि ज्ञान की ऊर्जा से अपनी जीवन शक्ति प्राप्त करती है। ज्ञान बुद्धि के लिए पोषण है। ज्ञान के लिए सार्वभौमिक ऊर्जा रंग संकेत (एनर्जी कलर कोड) गहरा नीला (इंडिगो) है।

ये सिर्फ़ कुछ पहलू हैं जो यह दर्शाते हैं कि शक्तिशाली बुद्धि या अवचेतन मन के लाभ अनगिनत हैं। बुद्धि सी.क्यू.एस.ई. (आत्मा) के लिए इतनी महत्वपूर्ण और मुख्य है कि यह 'आत्मा के हृदय' की तरह है। यह हर दूसरे ऊर्जा बिंदु से जुड़ी हुई है। इसलिए, यह प्रत्येक ऊर्जा बिंदु की ऊर्जा को संतुलित करती है।

अवचेतन मन के रूप में बुद्धि

अवचेतन मन हमारे वर्तमान और सभी पिछले जन्मों के कर्मों के खाते का रिकॉर्ड रखता है।

बुद्धि या अवचेतन ऊर्जा बिन्दु में हमारे सभी जन्मों की जानकारी 16 सर्कल्स के ट्रैक रिकॉर्ड में संग्रहीत होती है।

अवचेतन मन में इस ग्रह पर हमारे सभी जन्मों से संबंधित घटनाओं और घटनाक्रमों का रिकॉर्ड होता है। यह आकाशिक रिकॉर्ड की तरह है। यहाँ आकाशिक का अर्थ ईथर तत्व (ब्रह्म तत्व) है, न कि आकाश तत्व। चूँकि बुद्धि ईथर का भी ऊर्जा बिंदु है, इसलिए यह हमारे सभी जन्मों के हर पल की जानकारी का रिकॉर्ड रखता है। यहीं से लोग गहन सम्मोहन और पिछले जीवन प्रतिगमन के दौरान अतीत के

मानव चेतना के रहस्य

उदाहरणों को याद करते हैं।

ईथर तत्व

शरीर में ईथर तत्व बुद्धि के माध्यम से उपलब्ध कराया जाता है और नियंत्रित किया जाता है। ईथर ब्रह्मांड का प्रमुख तत्व है। अन्य सभी पाँच तत्व - पृथ्वी, जल, अग्नि, वायु और आकाश - इसी तत्व से उत्पन्न होते हैं।

बुद्धि के ऊर्जा बिंदु में जो ईथर तत्व की ऊर्जा है, वह ब्रह्मांड में ईथर के सभी अन्य रूपों से जुड़ी हुई है। इसी ईथर के माध्यम से अवचेतन मन बाह्य दुनिया में अंतर्क्रिया करता है और अभिव्यक्त होता है। इसलिए कोई आश्चर्य की बात नहीं है कि हम अवचेतन अभिव्यक्तियों पर इतने सारे सिद्धांत सुनते हैं!

बुद्धि की उच्च ऊर्जा के लक्षण हैं -

1. जीवन के हर पहलू में स्पष्टता और समझदारी
2. आत्म-जागरूकता की उच्च भावना
3. सही और गलत में अंतर करने की क्षमता
4. सही और समय पर निर्णय लेना
5. विश्लेषण करने, समझने और आत्मसात करने की प्रबल क्षमता
6. कल्पना/दृश्यांकन और रचनात्मकता के साथ संपन्न
7. प्रभावशाली स्मृति और धारण क्षमता
8. स्पष्ट विवेक, सिद्धांत-केंद्रित जीवन, मूलभूत अच्छाई और शक्तिशाली चरित्र

ऊर्जा बिंदु 15 – संस्कार/ अचेतन मन/ समाने की शक्ति

'चेतना' के सही ज्ञान में मनोविश्लेषण के संस्थापक सिगमंड फ्रायड द्वारा 'अचेतन' कहे जाने वाले तत्व की समझ भी शामिल होनी चाहिए। पूर्वी गूढ़ विज्ञान और शास्त्रों में, भारतीय वैदिक प्रणाली बहुत प्राचीन काल से ही संस्कारों में विश्वास करती रही है। कुछ हद तक, संस्कार फ्रायड के सिद्धांत के 'अचेतन' की तरह हैं क्योंकि यह 'चेतन' का हिस्सा नहीं है। एक व्यक्ति आमतौर पर अपने संस्कारों से अनजान रहता है, भले ही उसका व्यक्तित्व और व्यवहार उनसे प्रभावित हो।

अचेतन मन की गहरी समझ के बिना स्वयं (आत्म) और आत्म-साक्षात्कार का कोई भी ज्ञान अधूरा है। फ्रायड के व्यक्तित्व के मनोविश्लेषणात्मक सिद्धांत के अनुसार, अचेतन मन भावनाओं, विचारों, प्रवृत्तियों और स्मृतियों का भण्डार है जो हमारी चेतन जागरूकता से बाहर है।

अक्सर की जाने वाली कोई भी गतिविधि या विचार प्रक्रिया, कोई भी घटना या प्रसंग जिसका भावनात्मक स्तर पर गहरा असर होता है, वह अचेतन मन में छाप छोड़ती है। इस प्रकार अचेतन मन उत्तेजना और प्रतिक्रिया के बीच इन प्रभावों के साथ अचेतन संबंध प्रदान करता है।

संस्कार एक मनोवैज्ञानिक छाप है जो हमें व्यवहार के पद्धति को दोहराने के लिए प्रेरित करती है। योग दर्शनशास्त्र हमें सिखाता है कि हम जो भी कार्य करते हैं और जो भी वृत्ति रखते हैं, वह एक छाप, एक संस्कार निर्माण करता है। संस्कार हमारी प्रवृत्तियों और आदतों में दिखाई देते हैं और हमारे चरित्र संरचना का हिस्सा बन जाते हैं। प्रत्येक संस्कार शुरू में हमारे जीवन में मूल्यवान था और हमें खुशी प्रदान करता था या हमें आपदाओं से, दुखों से, पीड़ाओं से दूर रहने में मदद करता था।

मानव चेतना के रहस्य

हालाँकि, कोई भी संस्कार, यहाँ तक कि जो आनंद देता है, विकृत होने पर दुख उत्पन्न करने की क्षमता रखता है। संस्कार हमारे जीवन को इस प्रकार प्रभावित करते हैं कि हमारा ध्यान भी नहीं जाता। ये आदतें और अचेतन रचनाएँ हमें उन तरीकों से प्रतिक्रिया करने के लिए मजबूर करते हैं जो अब मददगार नहीं हो सकते। जीवन के वर्तमान रूप में अनजाने में प्रतिक्रिया करने के बजाय, संस्कारों के विपरीत प्रभाव से निकलने का पहला कदम जागरूकता है, ताकि हम ठीक से जान सकें कि किस तरह के संस्कार काम कर रहे हैं - यह एक तरह की आत्म-जागरूकता है। केवल आत्म-जागरूकता से ही आप यह निर्धारित कर सकते हैं कि आपके व्यवहार में ऐसा क्या है जिसे आप बदलना चाहते हैं और विश्लेषण कर सकते हैं कि इस व्यवहार को किस कारण से रखा जा रहा है।

संस्कारों को अशुद्ध (तमस), अर्ध अशुद्ध (रजस) और शुद्ध (सत्व) के रूप में वर्गीकृत किया जा सकता है। यदि तमस प्रबल है, तो यह भारीपन, वातावरण के प्रति प्रतिक्रियाशीलता, जड़ता, आलस्य, विलंबता और जीवन रुका हुआ महसूस करने की भावना के रूप में प्रकट होने की संभावना है, जिससे दुख और पीड़ा होती है। रजस की प्रबलता शुरु में फायदेमंद लग सकती है, क्योंकि आप बहुत कुछ कर सकते हैं, लेकिन आप शक्ति, पद, अपनी विचारधारा, जुनून, क्रिया और उत्साह से अभिभूत हो सकते हैं जो जीवन में मुश्किलें और तनावपूर्ण संबंध पैदा कर सकते हैं। सत्व, व्यक्ति को, परिस्थिति को समझने के लिए मन की स्पष्टता, सक्रिय प्रतिक्रिया, सहानुभूति, समझ, नम्रता, ऐसे कार्य और शब्द प्रदान करता है जो स्वयं और दूसरों को शांति और खुशी प्रदान करते हैं।

अचेतन के भीतर हमारी आदतें, व्यवहार, मनोवैज्ञानिक रचनाएँ, गहरी इच्छाएँ, किसी ढंग से कार्य करने या बोलने की प्रवृत्ति, सीखे हुए कौशल, गतिसंवेदी स्मृतियाँ और बहुत कुछ छिपा होता है।

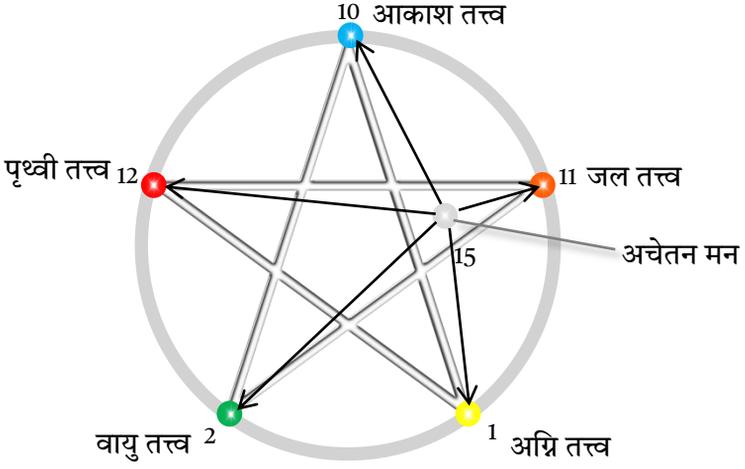
मैजिक डायमंड ऑफ ग्रुप

संस्कार या अचेतन मन (सी.क्यू.एस.ई. में ऊर्जा बिंदु 15) निम्नलिखित कार्य करता है:-

1. अचेतन मन भौतिक शरीर में संवेदी अंगों और आंतरिक अंगों के कई कार्यों को नियंत्रित करता है। सी.क्यू.एस.ई. पंचकोणीय सितारे में, अचेतन मन या संस्कार ऊर्जा बिंदु, परिधि पर सभी पाँच ऊर्जा बिंदुओं को नियंत्रित करता है। ये पाँच ऊर्जा बिंदु पाँच तत्वों से संबंधित हैं, यानी पृथ्वी, जल, अग्नि, वायु और आकाश। (निम्न चित्र देखें।)
यह दर्शाता है कि कैसे अचेतन मन हमारी पाँच संवेदी अंगों और पाँच तत्वों से बने भौतिक शरीर पर निरंतर नियंत्रण रखता है। अचेतन मन हमारी जागरूकता के बिना भी शरीर को पूर्ण सामंजस्य में कार्य करने में सक्षम बनाता है।

ऊर्जा बिंदु	गुण	तत्त्व	इंद्रियाँ
12	शक्ति	पृथ्वी	छूना (त्वचा)
11	पवित्रता	जल	स्वाद (जीभ)
1	सुख	अग्नि	दृष्टि (आँखें)
2	प्रेम	वायु	गंध (नाक)
10	शांति	आकाश	ध्वनि (कान)

मानव चेतना के रहस्य



2. अचेतन मन और संस्कार (ऊर्जा बिंदु 15) भी आठ शक्तियों में से एक शक्ति का ऊर्जा बिंदु है, अर्थात् समाने की शक्ति का ऊर्जा बिंदु है। इस शक्ति का हमारे संस्कारों से सीधा संबंध है, यानी यह हमें अपने आस-पास की परिस्थितियों, स्थितियों और दूसरों के संस्कारों के साथ खुद को ढालने की स्वाभाविक शक्ति प्रदान करती है। यह हमें किसी भी समय अपने संस्कारों को परिवर्तित करने की आंतरिक शक्ति भी प्रदान करती है। हम अवांछित आदतों, दोहरावपूर्ण व्यवहार और विचार धाराओं से शीघ्र ही उभर सकते हैं और नए उपयुक्त संस्कार अपना सकते हैं।
3. प्रत्येक आत्मा (सी.क्यू.एस.ई.) में संस्कार के ऊर्जा बिंदु के लिए अपनी विशिष्ट कंपन आवृत्ति होती है। जब आत्मा गर्भावस्था के दौरान भ्रूण में प्रवेश करती है, तो प्रत्येक तत्व से संबंधित पाँच ऊर्जा बिंदुओं से ऊर्जा के अनुसार शरीर का निर्माण होता है। शरीर का निर्माण अचेतन मन/संस्कारों के ऊर्जा स्तर के साथ सामंजस्य में होता है। इस ऊर्जा बिंदु (ऊर्जा बिंदु 15) की शुद्धता और ऊर्जा का स्तर जितना अधिक होगा, आत्मा अपने

मैजिक डायमंड ऑफ ग्रुप

आप ही अपने लिए एक स्वस्थ शरीर का निर्माण करेंगी। यदि संस्कार दिव्य हैं, तो यह स्वाभाविक रूप से एक आकर्षक ढाँचा बनाती है।

4. इस ऊर्जा बिंदु के लिए सार्वभौमिक ऊर्जा रंग संकेत (एनर्जी कलर कोड) **सफेद** है, जो 'पवित्रता' का प्रतिनिधित्व करता है। अपने मूल और शाश्वत रूप में सी.क्यू.एस.ई. शुद्ध और दिव्य है। यह संस्कार/अचेतन मन की स्वाभाविक स्थिति भी है। हालाँकि, कई जन्मों के अनुभवों से आत्मा, वर्तमान बिगड़ी हुई दुनिया में विकृत और अशुद्ध (वैदिक साहित्य के अनुसार 'तमस') हो गई है।
5. संस्कार से संबंधित पाँच ऊर्जा बिंदुओं के संबंध में:

1. ऊर्जा बिंदु 1 – अग्नि तत्व:

पाचन तंत्र, विशेष रूप से गैस्ट्रिक और हाइपोगैस्ट्रिक प्लेक्सस से निकटता से जुड़ा हुआ, इसका प्राथमिक कार्य आपके शरीर को ईंधन देने के लिए पदार्थ को ऊर्जा में बदलने में मदद करना है। यह चयापचय को नियंत्रित करता है। यह शरीर में ऊर्जा उत्पन्न करता है। ऊर्जा रंग संकेत (एनर्जी कलर कोड) पीला है, जो सुख का प्रतीक है। यह सुख की ऊर्जा ही है, जो अग्नि तत्व को संतुलित करती है।

- II. ऊर्जा बिंदु 2 – वायु तत्व:

यह तत्व सादगी और मुक्त प्रवाह वाली ऊर्जा से जुड़ा है। यह एक ऐसा तत्व है जो विस्तार और स्वतंत्रता की भावना से संबंधित है। इसका प्रभाव शरीर के **हृदय और फेफड़ों** पर पड़ता है। ऊर्जा रंग संकेत

मानव चेतना के रहस्य

(एनर्जी कलर कोड) हरा है, जो प्रेम का प्रतीक है। यह प्रेम की ऊर्जा ही है, जो वायु तत्व को संतुलित करती है।

III. ऊर्जा बिंदु 10 - आकाश तत्व:

यह तत्व व्यवहार, विचारों की अभिव्यक्ति, संकल्प, भावनाओं और मनोभाव के संचार और अभिव्यक्ति से संबंधित है। यह हमारे विचारों, भावनाओं और सत्य को व्यक्त, उच्चारण करने का केंद्र है। इसका प्रभाव **गले और थाइरोइड ग्लैंड** पर होता है। इसका ऊर्जा रंग संकेत (एनर्जी कलर कोड) आसमानी नीला है, जो शांति का प्रतीक है। यह शांति की ऊर्जा ही है, जो आकाश तत्व को संतुलित करती है।

IV. ऊर्जा बिंदु 11 - जल तत्व:

यह तत्व **रक्त, अंडाशय, वृषण और प्रतिरक्षा प्रणाली** से जुड़ा हुआ है। यह तत्व मुख्य रूप से जल तत्व की तरलता या बदलती प्रकृति से संबंधित है। पानी की तरह, यह हमेशा बदलती रहने वाली, नम्य ऊर्जा को दर्शाता है। इसका संबंध मनोदशा (मूड) से भी है। इसका ऊर्जा रंग संकेत (एनर्जी कलर कोड) नारंगी है, जो पवित्रता का प्रतीक है। यह पवित्रता की ऊर्जा ही है, जो जल तत्व को संतुलित करती है।

V. ऊर्जा बिंदु 12 - पृथ्वी तत्व:

यह तत्व **अधिवृक्क ग्रंथियों, हड्डियों, मांसपेशियों, त्वचा, बालों और नाखूनों** से जुड़ा हुआ है। पृथ्वी तत्व - जीवन, प्राणशक्ति, धीरज और धैर्य का प्रतीक है - ब्रह्मांड के भीतर जीवों के रूप में हमारे उत्तरजीविता और अस्तित्व के संचालक है। इसका ऊर्जा रंग संकेत (एनर्जी कलर कोड) लाल है, जो

मैजिक डायमंड ऑफ ग्रुप

शक्ति का प्रतीक है। यह शक्ति की ऊर्जा ही है जो पृथ्वी तत्व को संतुलित करती है।

यदि अचेतन मन और संस्कार (ऊर्जा बिंदु 15) की ऊर्जा अपर्याप्त है तो:

1. हम अशुद्ध (तमस) संस्कारों में फंस जाते हैं।
2. पंच तत्वों के बीच असंतुलन होता है, जिसके परिणामस्वरूप शरीर से संबंधित कार्य बाधित होते हैं।
3. दूसरों के संस्कारों और परिस्थितियों के साथ स्वयं को ढालने में कठिनाई महसूस होती है।
4. हमें पुराने और अवांछित संस्कारों से बाहर आने में और नए और उपयुक्त संस्कार अपनाने में कठिन लगता है।
5. संस्कारों की गुणवत्ता के अनुसार ही गर्भावस्था के दौरान शरीर का निर्माण होता है। यदि संस्कार नकारात्मक हैं और पाँचों तत्वों में से किसी भी एक ऊर्जा की कमी है, तो यह शरीर के निर्माण में बाधा उत्पन्न कर सकता है। यदि शरीर में आवश्यक तत्वों की कमी हो जाए तो शरीर के निर्माण पर प्रतिकूल प्रभाव पड़ता है।
6. संस्कार ऊर्जा बिंदु पाँच इंद्रियों (दृष्टि, गंध, ध्वनि, स्वाद और स्पर्श) को नियंत्रित करता है। इसलिए, इस ऊर्जा की कमी के कारण व्यक्ति की इंद्रियों को अनुशासित करना मुश्किल हो जाता है।

मानव चेतना के रहस्य

यहाँ यह समझना ज़रूरी है कि इस ऊर्जा बिंदु से संबंधित क्वांटा के 16 ट्रैक में संस्कारों के बारे में जानकारी दर्ज की जाती है। यह एक अविनाशी रिकॉर्ड है, और जब अमर आत्मा शरीर बदलती है, तो संस्कारों के ट्रैक रिकॉर्ड नए शरीर में काम करना शुरू कर देते हैं। इस प्रकार सी.क्यू.एस.ई. में दर्ज संस्कार कुछ जन्मों तक वहाँ रहते हैं। क्वांटा में संस्कारों का रिकॉर्ड अविनाशी रहता है, लेकिन इसे व्यक्ति के प्रयासों, जागरूकता और गहन ध्यान से बदला जा सकता है। इस संबंध में ध्यान की तकनीकें अगले अध्यायों में प्रदान की जाएँगी।

जैसा कि बताया गया है, संस्कार का मूल एवं शाश्वत स्वरूप शुद्ध एवं दिव्य है। इसे देवताओं और उच्चतर जीवों के दिव्य गुणों और शक्तियों के बराबर माना जा सकता है। इसलिए जब हम विकृत तरीके से व्यवहार करते हैं; हमें बहुत पीड़ा होती है और हम अपने नकारात्मक व्यवहार और विचार धाराओं से छुटकारा पाना चाहते हैं।

मानव चेतना में अत्यंत विकसित मन - बुद्धि - संस्कार की विशेष सम्पदा है। यह मानव चेतना को अद्वितीय बनाता है; यह मानव आत्मा के लिए किसी भी पशु प्रजाति में जन्म लेना व्यावहारिक रूप से असंभव बनाता है।

12

चेतना के निर्माण में सी.क्यू.एस.ई. (आत्मा) कैसे कार्य करती है?

यद्यपि सी.क्यू.एस.ई. (आत्मा) के अनेक कार्य हैं, फिर भी उन्हें विस्तृत रूप में चार श्रेणियों में वर्गीकृत किया जा सकता है:

1. बाहरी उत्तेजनाओं के प्रति निरंतर प्रतिक्रिया: चेतना विचारों, भावनाओं, निर्णयों और कार्यों का एक उद्गमस्थान है। प्रतिक्रिया या तो बाहरी या आंतरिक या दोनों हो सकती है। प्रतिक्रिया विचारों, शब्दों और कार्यों के रूप में होती है।
2. आत्म-जागरूकता: आपकी पहचान और अस्तित्व के प्रति जागरूकता की अवधारणा।
3. भौतिक शरीर में अंगों का सचेत (स्वैच्छिक) और अचेतन (अनैच्छिक) कार्य।
4. परिप्रेक्ष्य की भावना, जिससे आप दुनिया को देखते हैं।

मानव चेतना के रहस्य

सी.क्यू.एस.ई. में सभी 16 ऊर्जा बिंदु निरंतर और एक दूसरे के साथ तालमेल में काम करते हैं ताकि चेतना का एकीकृत अनुभव प्रदान किया जा सके। प्रत्येक ऊर्जा बिंदु एक सूक्ष्म धागों के माध्यम से अन्य सभी 15 ऊर्जा बिंदुओं से जुड़ा हुआ है। इन धागों के माध्यम से एक दूसरे के साथ ऊर्जा का आदान-प्रदान होता है।

चेतना के निर्माण में प्रत्येक ऊर्जा बिंदु का एक अनोखा योगदान होता है। हालाँकि, सी.क्यू.एस.ई. में प्रभावी रूप से तीन मुख्य संचालन और नियंत्रण केंद्र हैं, अर्थात्

- सचेतन मन (मन, ऊर्जा बिंदु 14),
- अवचेतन मन (बुद्धि, ऊर्जा बिंदु 16) और
- अचेतन मन (संस्कार, ऊर्जा बिंदु 15)

ये सभी 16 ऊर्जा बिंदु (मन-बुद्धि-संस्कार सहित) विचारों, भावनाओं, यादों, निर्णय, शब्दों और कार्यों की एकजुट और सुसंगत धारा बनाते हैं।

बुद्धि सभी में सबसे आवश्यक है; सभी संकेत यहीं मिलते हैं, और यहीं से एकीकृत ऊर्जा संकेत सूक्ष्म शरीर और फिर भौतिक शरीर में जाता है। इस प्रकार बुद्धि सी.क्यू.एस.ई. में केंद्र बिंदु है। यह प्रत्येक ऊर्जा बिंदु के साथ मिलकर लगातार काम करती है। इसलिए बुद्धि ही सी.क्यू.एस.ई. (आत्मा) की बुद्धि और हृदय है।

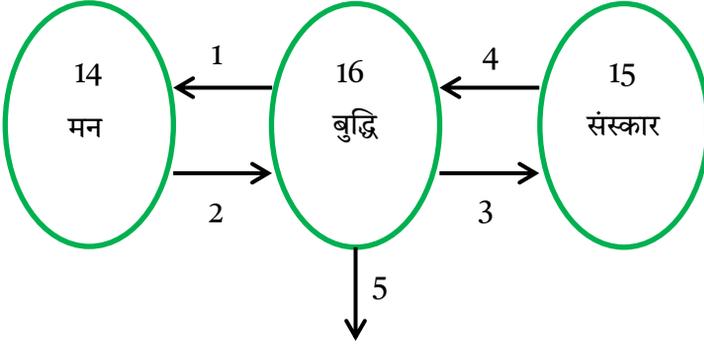
नियंत्रण परिपथ (कण्ट्रोल सर्किट)

मानव चेतना सी.क्यू.एस.ई. के मन, बुद्धि और संस्कारों के संचालन तंत्र से उत्पन्न होती है जिसमें बुद्धि केंद्र में होती है, और यह एक संकेत रिसीवर और ट्रांसमीटर के

मैजिक डायमंड ऑफ ग्रुप

रूप में कार्य करती है।

सी.क्यू.एस.ई. में: मन \longleftrightarrow बुद्धि \longleftrightarrow संस्कार, साथ मिलकर एक कण्ट्रोल यूनिट बनाते हैं।



1. बुद्धि एक आरंभक के रूप में मन को संकेत भेजकर संचार, संपर्क आरंभ करती है।
2. मन एक विचार संकेत बनाता है और बुद्धि को वापस भेजता है।
3. बुद्धि, संस्कार में पूर्वस्मृतियों के रिकॉर्ड अनुसार विचार की जाँच करती है।
4. संस्कारों में उपलब्ध जानकारी के साथ संस्कार, बुद्धि को संकेत देता है।
5. अंततः बुद्धि सभी 15 ऊर्जा बिंदुओं से ऊर्जा संकेतों को बुद्धि के पास प्राप्त होने के बाद सिग्नल ट्रांसमीट करती है।

यह संज्ञान (अनुभूति) प्रक्रिया कैसे काम करती है?

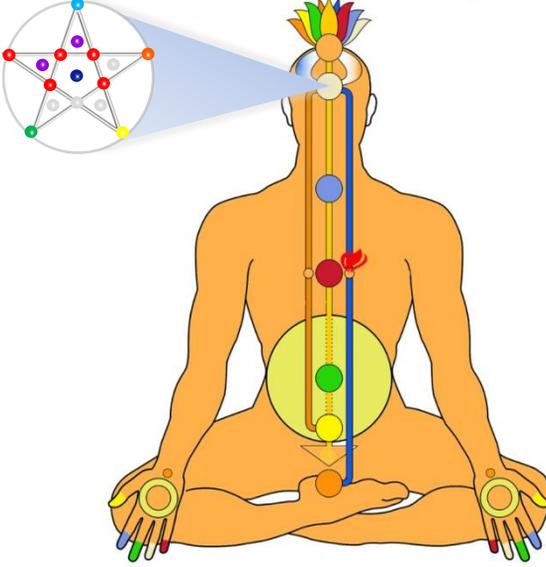
आइए इस अनुभूति प्रक्रिया को विस्तार से समझने की कोशिश करें। आत्मा के तीन मन होते हैं - सचेतन मन (मन), अवचेतन मन (बुद्धि) और अचेतन मन (संस्कार)। मन हमारी जागरूकता के माध्यम से सभी विचारों और कार्यों को परिभाषित करता है। सभी पिछले जन्मों की यादें बुद्धि के भीतर संग्रहीत होती हैं और हमारे पिछले जन्मों के कर्मों के आधार पर, हमारे वर्तमान और भविष्य के जीवन का निर्धारण होता है। इसलिए, बुद्धि को सर्वज्ञ मन के रूप में भी जाना जाता है। संस्कार अपने भीतर सभी पिछले अनुभवों, आदतों और संकल्पों को संग्रहीत करता है। आत्मा मन, बुद्धि और संस्कारों के संचालन तंत्र के माध्यम से चेतना का निर्माण करती है।

बुद्धि, सिग्नल रिसीवर और ट्रांसमीटर के रूप में कार्य करती है। यह सूक्ष्म संकल्प के रूप में ऊर्जा उत्पन्न करती है, जिसे हम संकल्प के पीछे का भाव (इंटेंशन) कहते हैं। यह भाव मन में जाता है, जो बदले में वास्तविक संकल्प बनाता है जिसे फिर से बुद्धि में वापस भेजा जाता है। अब बुद्धि वर्तमान स्थिति के बारे में संस्कारों में दी गई जानकारी को संदर्भित करती है और अंतिम निर्णय लेती है। एक बार जब बुद्धि किसी विशेष संकल्प पर कार्य करने का निर्णय ले लेती है, तो वह इस संकल्प को क्रियान्वित करने के लिए आवश्यक विभिन्न गुणों और शक्तियों से ऊर्जाओं को जोड़ती है। बुद्धि से अभिसरित और संचरित होने वाली ऊर्जा के इस नए संयोजन (मिलन) को चेतना कहा जाता है।

यह ऊर्जा इडा और पिंगला नाड़ियों* तक जाती है और यह नाड़ियाँ ऊर्जा को विभिन्न चक्रों (सूक्ष्म शरीर में ऊर्जा केंद्र) और अन्य नाड़ियों तक ले जाती है और पूरे सूक्ष्म शरीर में ऊर्जा फैलाती है। ऊर्जा पहले सूक्ष्म शरीर में प्रवाहित होती है, और फिर इसकी अभिव्यक्ति भौतिक शरीर में देखी जाती है। आत्मा (सी.क्यू.एस.ई.) से सूक्ष्म शरीर और फिर भौतिक शरीर तक ऊर्जा-यात्रा की यह पूरी प्रक्रिया एक सेकंड

मैजिक डायमंड ऑफ ग्रुप

के एक छोटे से हिस्से में होती है।



*नाड़ियाँ: ये वे चैनल हैं जिनके माध्यम से ऊर्जा सूक्ष्म शरीर में प्रवाहित होती है।

शक्ति परिपथ (पावर सर्किट)

शरीर के अंगों के संचलन के लिए शक्ति, सूक्ष्म प्रकाशमय शरीर के एक विशेष चक्र द्वारा प्रदान की जाती है (जो लगातार सी.क्यू.एस.ई. द्वारा निर्मित होती है)।

भौतिक स्तर पर, सूक्ष्म शरीर से ऊर्जा सबसे पहले भौतिक शरीर के मस्तिष्क में प्रवाहित होती है। सूक्ष्म शरीर ऊर्जा (कंपन आवृत्तियों) को मस्तिष्क में हाइपोथैलेमस और पिट्यूटरी ग्रंथि में भेजता है। हाइपोथैलेमस और पिट्यूटरी ग्रंथि में

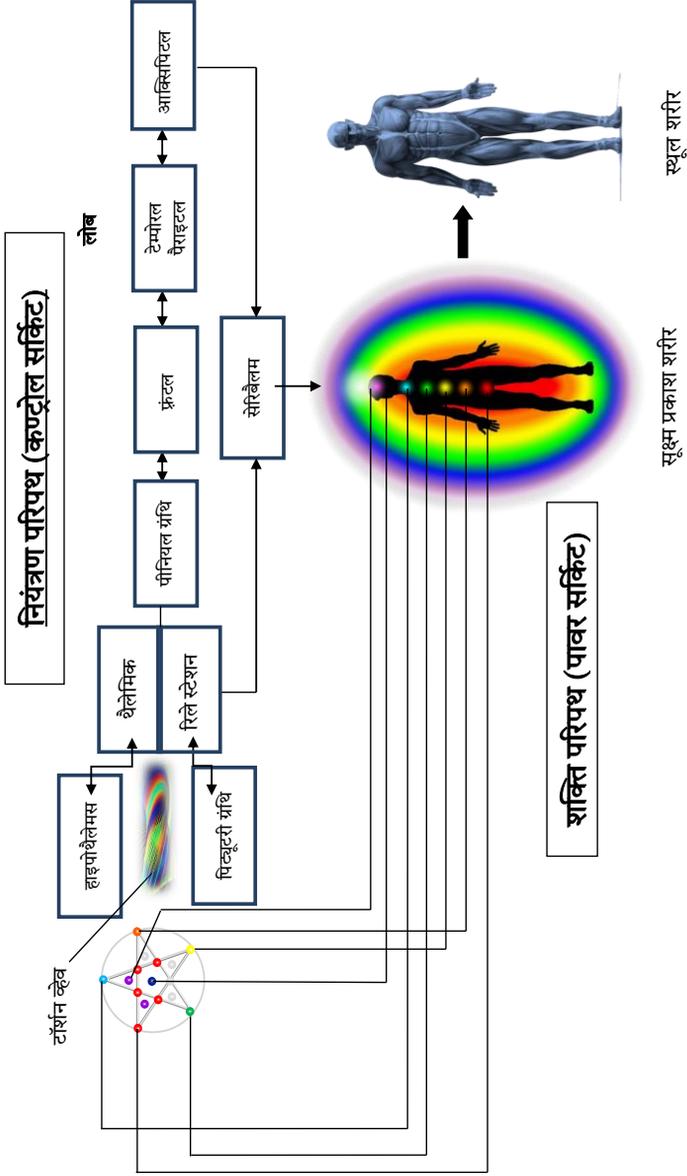
मानव चेतना के रहस्य

मौजूद न्यूरोन्स इन आवृत्तियों को डिकोड करते हैं और क्रमशः विद्युत चुम्बकीय और विद्युत रासायनिक संकेत उत्पन्न करते हैं।

हाइपोथैलेमस से विद्युत चुम्बकीय संकेत पीनियल ग्रंथि और मस्तिष्क के विभिन्न भागों के माध्यम से सेरिबैलम (छोटा मस्तिष्क) तक भेजे जाते हैं। पिट्यूटरी ग्रंथि द्वारा उत्पादित विद्युत रासायनिक संकेत सीधे सेरिबैलम तक भेजे जाते हैं।

फिर ये विद्युत चुम्बकीय और विद्युत रासायनिक संकेत तंत्रिका तंत्र के माध्यम से संबंधित अंग प्रणाली को भेजे जाते हैं। इस तरह, शरीर द्वारा किसी विशेष कार्य को करने के लिए संकेत शुरू किया जाता है। कार्य पूरा होने पर, नाड़ियाँ प्रतिक्रिया के रूप में, शरीर से वापस मन में ऊर्जा ले जाती हैं। मन उस पर भावनाएँ बनाता है, जैसे - प्यार, खुशी, डर आदि। कुछ दोहराव के बाद, यह एक आदत बन जाती है और संस्कार में संग्रहीत हो जाती है। इस तरह, आत्मा (सी.क्यू.एस.ई.) ऊर्जा, आवृत्ति और कंपन के स्तर पर भौतिक शरीर को चलाती है।

सी.क्यू.एस.ई. (आत्मा) का नियंत्रण परिपथ (कण्ट्रोल सर्किट) और शक्ति परिपथ (पावर सर्किट)



मानव चेतना के रहस्य

आत्मा (सी.क्यू.एस.ई.) तीन स्तरों पर काम करती है - मन, वाणी और शारीरिक (मनसा-वाचा-कर्मणा या विचार-वाणी-क्रिया)।

1. मन - मन के स्तर पर, यह कण्ट्रोल सर्किट के ऊर्जा बिंदुओं 16, 14, 16, 15, 16 के माध्यम से विचार उत्पन्न करता है। (बुद्धि, मन और संस्कार)
2. आवाज़ - यह कण्ट्रोल सर्किट के ऊर्जा बिंदुओं 16, 14, 16, 15, 16 और पावर सर्किट के 10, 11, 12 के माध्यम से आवाज़ उत्पन्न करता है। (बुद्धि, मन और संस्कार); (शांति, पवित्रता और शक्ति)
3. शारीरिक कार्य - यह कण्ट्रोल सर्किट के ऊर्जा बिंदुओं 16, 14, 16, 15, 16 और पावर सर्किट के 1, 2, 10, 11, 12 के माध्यम से शारीरिक कार्य करता है। (बुद्धि, मन और संस्कार); (सुख, प्रेम, शांति, पवित्रता और शक्ति)

इसके साथ, आत्मा (सी.क्यू.एस.ई.) विचार, आवाज़ और शारीरिक स्तर पर एक साथ कई कार्य कर सकती है।

क्या होता है जब कुछ या सभी ऊर्जा बिंदुओं का ऊर्जा स्तर कम या अपर्याप्त होता है?

चेतना हर ऊर्जा बिंदु के ऊर्जा स्तर के आधार पर बनाई जाती है।

कोई भी विशिष्ट नकारात्मक गुण, उदाहरण के लिए, क्रोध, पीड़ा या घृणा, केवल चेतन अस्तित्व के संगत ऊर्जा बिंदु में ऊर्जा के स्तर की कमी है, यानी (इस घटना में) प्रेम, शांति और सहन करने की शक्ति की कमी है।

चेतना को ऊर्जा के संदर्भ में सबसे अच्छी तरह से समझा जा सकता है और प्रकाश ऊर्जा का प्राथमिक रूप है। इसलिए यह कहना उचित होगा कि ऊर्जा बिंदु से

मैजिक डायमंड ऑफ़ ग्रुप

ईथर ऊर्जा या 'प्रकाश' कम हो गया है।

आइये एक उदाहरण से समझते हैं -

परिदृश्य (सिनारिओ):-

सैम और केरी किसी कार्यस्थल पर दो सहकर्मी हैं। उन दोनों को साथ मिलकर काम करने के लिए एक ही प्रोजेक्ट सौंपा गया है। वे पहले भी ऐसी ही परिस्थितियों में काम कर चुके हैं और उनके बीच अच्छा तालमेल है। सैम भविष्य की कार्रवाई के लिए एक विचार या योजना लेकर टीम के पास आता है। केरी इसका सामना करता है और इस विचार को पूरी तरह से खारिज कर देता है।

आइए इस परिस्थिति को सैम के दृष्टिकोण से देखें और सी.क्यू.एस.ई. में प्रत्येक ऊर्जा बिंदु के विभिन्न ऊर्जा स्तरों पर उसकी संभावित प्रतिक्रिया पर विचार करें।

ईथर ऊर्जा बिंदु	ऊर्जा - कम/अपर्याप्त	ऊर्जा- उच्च / पर्याप्त
1. सुख	दुःख और पीड़ा महसूस करता है। सैम खुद को अस्वीकृत मानता है।	सैम जल्दी ही उस परिस्थिति से उभर जाता है। उसे एहसास होता है कि सुख उसका आंतरिक गुण है। 'परिस्थितियाँ तो आती-जाती रहती हैं; सच्चा-स्वरूप अपरिवर्तित रहता है।'

मानव चेतना के रहस्य

<p style="text-align: center;">2. प्रेम</p>	<p>वह केरी के प्रति शत्रुता और घृणा महसूस करता है। संबंधों में दरार आ जाती है।</p>	<p>वह केरी और उसकी प्रतिक्रिया के प्रति सहानुभूतिपूर्ण और दयालु बना हुआ है। सच्चा प्यार गैर-निर्णयात्मक और लेन-देन से परे वाला होता है।</p>
<p style="text-align: center;">3. दृढ़ता</p>	<p>इसे अपने सफर का अंत मान लेता है; आगे प्रयास करना बंद कर देता है, तथा स्वयं को उस परिस्थिति से अलग कर लेता है।</p>	<p>यह सफर का अंत नहीं है; कुछ बेहतर आने वाला है। स्व -नियंत्रण और आगे बढ़ने की प्रेरणा।</p>
<p style="text-align: center;">4. नम्रता</p>	<p>सैम केरी की आपत्तियों का विरोध करता है। वह व्यवहार और बातचीत में भी दुखदाई और आक्रामक रवैया दिखाता है।</p>	<p>जो हो रहा है उसे स्वीकार करना और उससे भी महत्वपूर्ण बात यह है कि केरी को बिना किसी शर्त के स्वीकार करना। गैर-प्रतिक्रियात्मक, केरी के साथ कोई शाब्दिक या मानसिक द्वंद्व नहीं।</p>

<p>5. अंतर्मुखता और सत्यता की शक्ति</p>	<p>समस्या से बाहर निकलने का सही तरीका खोजने के लिए अपने अंदर खोज करने में सक्षम नहीं होना। परिस्थिति की वास्तविकता को पहचानने और स्वीकार करने के लिए आंतरिक शक्ति की कमी।</p>	<p>सैम के पास अपने अंदर जाकर यह आत्मचिंतन करने की आंतरिक शक्ति है कि सुधार के लिए कौन से संभावित क्षेत्र हो सकते हैं। वह वास्तविकता का सामना करता है और प्रस्तावित विचार में खामियों का पता लगाता है।</p>
---	---	---

मानव चेतना के रहस्य

<p>6. सामना करने की शक्ति</p>	<p>आत्म-संदेह, भय और असुरक्षा की भावनाएँ। परिस्थिति को टालना या उससे भागना। आत्म-सम्मान की कमी। अगर केरी ने बुरा व्यवहार किया होता, तो सैम साहस और स्पष्ट संवाद के साथ उसका सामना नहीं कर पाता।</p>	<p>सैम साहस और आत्म-विश्वास प्रदर्शित करता है। वह विपरीत परिस्थिति या केरी से भागने का फैसला नहीं करता। वह संदेह, भय और असुरक्षा को पराजित करता है। यदि केरी का व्यवहार और असहमति का ढंग अनुचित है, तो सैम, साहस और आंतरिक शांति के संतुलन के साथ, दृढ़ता से उससे कहेगा, 'यह व्यवहार अस्वीकार्य है, और हम आपसी सम्मान के साथ चर्चा कर सकते हैं और मुद्दे को हल कर सकते हैं।'</p>
---------------------------------------	---	--

मैजिक डायमंड ऑफ ग्रुप

<p>7. परखने की शक्ति</p>	<p>वह परिस्थिति के पीछे की सच्चाई को पहचानने और समझने में असमर्थ है। वह अस्वीकृति को व्यक्तिगत मानता है, न कि एक बार की बात, जो प्रस्तावित विचार तक सीमित है।</p>	<p>संतुलित दिमाग के साथ, सैम वास्तविक सत्य और प्रत्यक्ष सत्य के बीच अंतर कर सकता है। उसे यह समझने में स्पष्टता है कि 'केरी ने इस विचार को खारिज कर दिया है, मुझे नहीं।' वह उसके दृष्टिकोण को समझने के लिए विचारशील है।</p>
<p>8. सहयोग शक्ति</p>	<p>वह प्रतिस्पर्धा और ईर्ष्या के विचार और भावनाएँ पैदा करता है।</p>	<p>केरी सहित पूरी टीम परिवार का ही विस्तार है; सबमें एकता है।</p>
<p>9. सहनशक्ति</p>	<p>सैम केरी के अलग-अलग दृष्टिकोण, विचार, मत और व्यवहार को स्वीकार करने के लिए तैयार नहीं है। हमेशा खतरे का अहसास रहता है और समान बल से प्रतिकार करने की प्रवृत्ति होती है।</p>	<p>केरी के लिए स्वीकृति और सम्मान हमेशा मौजूद है। व्यक्तिगत दुश्मनी और प्रतिशोध के बजाय सभी के बड़े हित और व्यापक तस्वीर को देखने की क्षमता।</p>

मानव चेतना के रहस्य

<p>10. शांति</p>	<p>चिंता, बेचैनी और संवाद टूटने की धारणाएँ हैं। रक्षात्मक और शाब्दिक सुनना।</p>	<p>केरी के साथ कोई संवाद समस्या नहीं। स्पष्ट और रचनात्मक संवाद। सहानुभूतिपूर्ण सुनना। चाहे चीजें कैसी भी हों और परिणाम कुछ भी हो, अंदर शांति, स्थिरता और संतुलन की भावना।</p>
<p>11. पवित्रता</p>	<p>सैम केरी के प्रति क्रोध की भावना से ग्रसित हो जाता है। रचनात्मक प्रवृत्तियाँ मर जाती हैं।</p>	<p>सैम के मन में केरी सहित सभी के लिए शुद्ध और मासूम भावनाएँ हैं। अभी भी दी गई चुनौती के लिए कल्पनाशील और रचनात्मक समाधान ढूँढ सकते हैं।</p>

मैजिक डायमंड ऑफ ग्रुप

<p>12. शक्ति</p>	<p>आत्म-नियंत्रण की कमी। परिस्थिति से निपटने के लिए आंतरिक शक्तियों की कमी।</p>	<p>सैम के पास इस चुनौतीपूर्ण परिस्थिति को एक नए अवसर में बदलने की आंतरिक शक्ति है। वह अप्रभावित रहता है, अपने आंतरिक संसाधनों को इस्तमाल करता है और उन्हें सही समय पर सही दिशा में निर्देशित करता है।</p>
<p>13. आनंद, समेटने की शक्ति, सन्तुष्टता</p>	<p>विचार और भावनाएँ असंतोष और आत्म-दया पर टिकी रहती हैं। सभी प्रकार के व्यर्थ और नकारात्मक विचार हावी हो जाते हैं।</p>	<p>सैम के पास खुद को व्यर्थ के विचारों से दूर रखने की आंतरिक शक्ति है। चाहे परिस्थितियाँ कैसी भी हों, उसे हल्कापन और आत्म- संप्रभुता का एहसास होता है।</p>

मानव चेतना के रहस्य

<p>14. मन, विस्तार को संकीर्ण करने की शक्ति</p>	<p>अव्यवस्थित विचार। सैम अत्यधिक विचारों और भावनाओं के भंवर में फँस जाता है।</p>	<p>सैम आसानी से अपने मन को परिस्थिति से दूर कर सकता है, और खुद के साथ शांति पा सकता है। इससे बेहतर आत्म- जागरूकता और सोच में स्पष्टता मिलती है। अंदर जाने से आंतरिक शक्ति के संसाधन को इकट्ठा करने और उसका लाभ उठाने में मदद मिलती है। आगे बढ़ने के लिए इच्छा-शक्ति।</p>
<p>15. संस्कार, समाने की शक्ति</p>	<p>कठोर एवं अनम्य; जो घटित हो रहा है उसे स्वीकार करने में कठिनाई।</p>	<p>सैम आसानी से अपने आस-पास हो रही घटनाओं को स्वीकार कर लेता है।</p>

<p>16. बुद्धि, ज्ञान, ईश्वर तत्व, निर्णय शक्ति</p>	<p>उलझन में। अनिर्णायक। बेहतर विकल्प खोजने और स्वीकार करने में असमर्थ। समस्या-उन्मुख दृष्टिकोण।</p>	<p>केरी के दृष्टिकोण का विश्लेषण करता है कि उसे क्या गलत लगता है। सभी को शामिल करता है, समझ लेता है और समाधान ढूँढता है। वैकल्पिक तालमेलपूर्ण समाधान ढूँढता है। समय पर और सही निर्णय लेता है। समाधान-उन्मुख दृष्टिकोण।</p>
<p>प्रतिक्रिया</p>	<p>सैम को अपनी चेतना में किसी न किसी तरह से कई अवरोधों का सामना करना पड़ता है। यह किसी चुनौतीपूर्ण परिस्थिति में अनुचित प्रतिक्रिया का कारण बन सकता है। कमजोर और प्रतिक्रियाशील, अन्य लोगों और परिस्थितियों द्वारा प्रभावित होना।</p>	<p>सैम शांत रहता है, बेहतर आत्म-नियंत्रण रखता है और स्पष्ट सोच प्रदर्शित करता है। पूरे समूह और परियोजना के लिए जीत की स्थिति खोजने के लिए तेज़ी से आगे बढ़ता है। वातावरण से अप्रभावित, वह सक्रिय रूप से वह चुनता है जिसे वह सबसे अच्छा विकल्प मानता है।</p>

16 ईथर ऊर्जा बिंदुओं में ऊर्जा और सूचना का स्तर जितना है, चेतना की गुणवत्ता भी उतनी ही है। यदि आप चेतना को उच्च स्तर तक उठाना चाहते हैं, तो ज्ञान और जागरूकता के माध्यम से सूक्ष्म स्तर पर आत्म-अनुभूति करना शुरू करें और सभी ऊर्जा बिंदुओं को शुद्ध और रिचार्ज करने के लिए गहन ध्यान का अभ्यास करें।

13

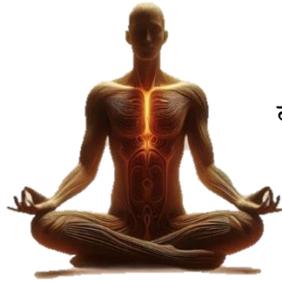
चेतना के विभिन्न स्तर

"जीवन-मुक्ति, अर्थात् जीवन में मुक्ति, देह अभिमान के कारण होने वाले सभी कष्टों से मुक्त हो जाना है। यह मानव अस्तित्व की जागरूकता की सर्वोच्च अवस्था है।"

~ शिव भगवान

चेतना के तीन अलग-अलग स्तर हैं जिन्हें अनुभव किया जा सकता है:

लिंग, आयु, नाम,
परिवार, राष्ट्रियता,
योग्यता, व्यवसाय,
पदनाम आदि की
भौतिक पहचान से
संबंधित...



भय, असुरक्षा,
ईर्ष्या, घृणा और
बाधाओं का अनुभव

मूल चेतना - स्थूल शरीर या भौतिक चेतना

मानव चेतना के रहस्य

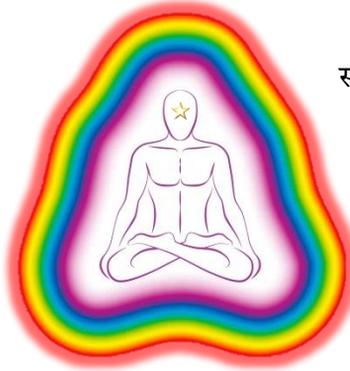
अस्तित्व के उच्चतर
मार्ग के रूप में सच्चे
स्व और
आध्यात्मिकता की
खोज



शांति, खुशी, आनंद
का प्राकृतिक स्रोत है
'आत्मा'...

उच्चतर चेतना - सूक्ष्म शरीर चेतना

पूर्ण आत्म-
जागरूकता
द्वैत से परे शाश्वत
अवस्था, अद्वैत



सार्वभौमिक चेतना
के साथ एकता

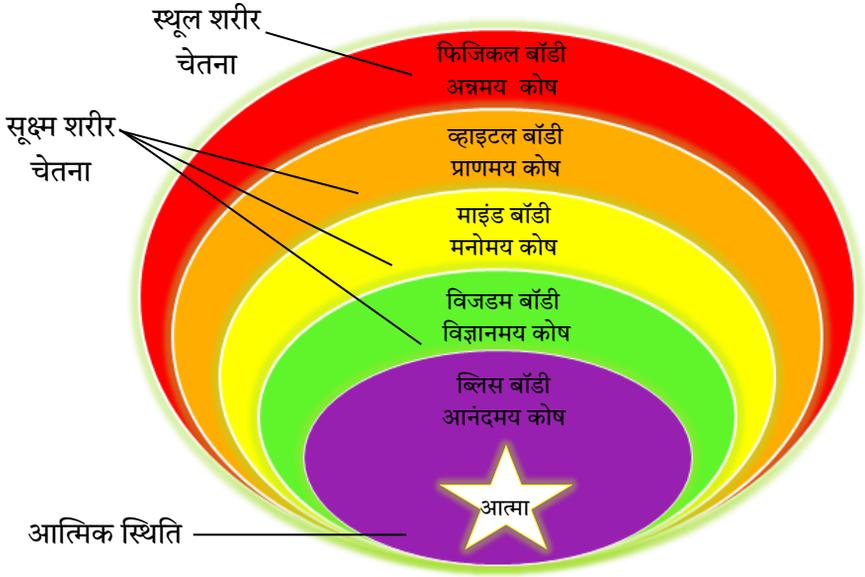
अति उच्च चेतना - अशरीरी/ निराकार या आत्मिक चेतना

कहा जाता है कि संपूर्ण सृष्टि हमारे भौतिक शरीर और उसके भीतर स्थित चेतना के पाँच आवरणों (कोषों) में प्रकट होती है। हालाँकि प्रत्येक परंपरा इन परतों का अलग-अलग वर्णन करती है, लेकिन इन्हें सामान्यतः चेतना की अभिव्यक्ति माना जाता है, जो निम्नतम स्तर से लेकर, मन के सबसे स्थूल स्तर द्वारा नियंत्रित, तथा उच्चतम स्तर तक होती है, जो शुद्ध चेतना द्वारा नियंत्रित होती है।

इसलिए, योगिक और वैदिक दर्शनशास्त्र में इन पाँच कोषों को चेतना के तीन स्तरों से जोड़ा जा सकता है, जिनका हम यहाँ उल्लेख कर रहे हैं।

हम अपने विचारों, जागरूकता और इसी गहनता पर ध्यान केंद्रित करके चेतना के एक विशेष स्तर पर खुद को कैसे सुव्यवस्थित करते हैं, यह इन आवरणों के निर्माण के तरीके को निर्धारित करता है। वैकल्पिक रूप से, प्रत्येक आवरण (कोष) पर विचार केंद्रित करके, ध्यान लगाने वाला व्यक्ति प्रत्येक परत या स्तर के अनुरूप अपने व्यवहार को प्रभावित कर सकता है और उसे अनुकूलित कर सकता है ताकि ऊर्जा बढ़े और ज्ञान का विस्तार हो। यह, निश्चित रूप से, एक आत्म-चिकित्सा कार्य है। परिणामस्वरूप, व्यक्ति अपने व्यक्तिगत विकास और उन्नति पर नियंत्रण रख सकता है।

मानव चेतना के रहस्य



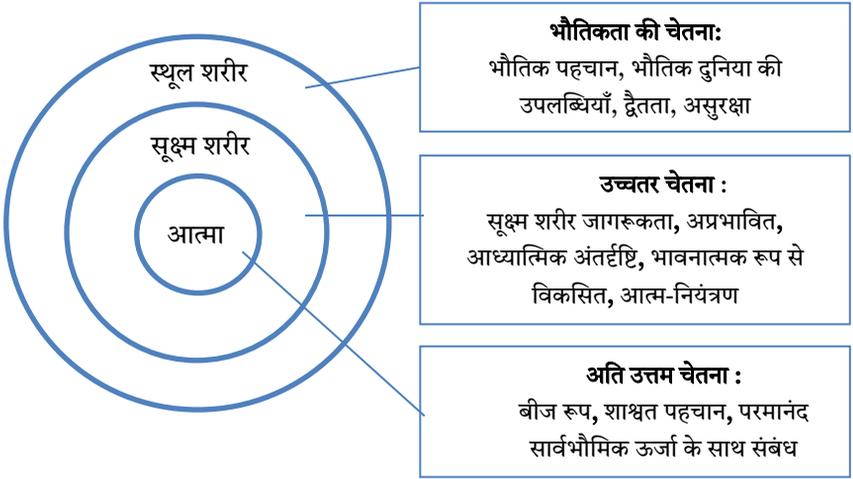
सच्चे आत्मा या आत्म-जागरूकता की प्राप्ति, इन सभी पाँच कोषों के माध्यम से चेतना की प्रगति है, जो शुद्ध आंतरिक चेतना को अस्पष्ट कर देते हैं।

हम निरंतर वही खोज रहे हैं जो हम हैं। सी.क्यू.एस.ई. या आत्मा आध्यात्मिक ऊर्जा है जिसमें प्रेम, शांति, आनंद, सुख, ज्ञान, शक्ति आदि की उप-ऊर्जाएँ आपस में जुड़ी हुई हैं। ये अस्तित्व के मूल सार का प्रतिनिधित्व करते हैं। इनके बिना, जीवन का कोई अर्थ और उद्देश्य नहीं है। ये अमूर्त ऊर्जाएँ हैं और चेतना भी अमूर्त है, और अंततः, यह अपने स्रोत, यानी आत्मा या सी.क्यू.एस.ई. की अप्रभावी विशेषता को दर्शाती है।

चेतना विचारों, निर्णयों और कार्यों के लिए उद्गमस्थान है। आप किसी विशिष्ट क्षण में जो महसूस करते हैं उसके अनुसार आप बाहरी परिस्थितियों पर प्रतिक्रिया करते हैं। आप अपने बारे में कैसा महसूस करते हैं यह इस बात पर निर्भर करता है

मैजिक डायमंड ऑफ ग्रुप

कि आप अपने आप को किस पहचान से पहचानते हैं। उदाहरण के लिए, एक सर्जन सर्जरी तभी कर सकता है जब उसे सर्जन होने की चेतना हो। यही चेतना उसकी बुद्धि को सभी आवश्यक पेशेवर ज्ञान और अनुभव तक पहुँच प्रदान करती है। यह आत्म-पहचान चेतना के काम करने के तरीके को प्रभावित करती है। हमारी चेतना की स्थिति हमारी मानसिक स्थिति, यानी अनुभूति, निर्णय और दृष्टिकोण को प्रभावित करती है। ये, बदले में, मेरे द्वारा किए जाने वाले कार्यों और उन परिस्थितियों को प्रभावित करते हैं जिनमें मैं खुद को पाता हूँ।



भौतिकता की चेतना

✚ यह अधिकतर भौतिक पहचान से संबंधित है, अर्थात –

- लिंग
- नाम
- व्यवसाय

मानव चेतना के रहस्य

- शिक्षा और योग्यता
 - परिवार
 - धन और सभी आर्थिक संपत्तियाँ
 - सामाजिक प्रतिमान, जिसमें प्रतिष्ठा, मान्यता आदि शामिल हैं।
- ✚ भौतिक आवरण या अन्नमय कोष इस चेतना से जुड़ा हुआ है।
- ✚ भौतिक - अन्नमय कोष: यह भौतिक शरीर के स्वरूप का कोष है, जो पाँच तत्वों से बना है। जैसा कि नाम से पता चलता है, इसकी पहचान अन्न से होती है, जो इसे पोषण देता है। इस आवरण के माध्यम से जीवन जीते हुए, व्यक्ति खुद को त्वचा, मांस, हड्डियों आदि के व्यापकता से पहचानता है।
- ✚ यह तब बढ़ता रहता है जब हम इस भौतिकवादी संसार में जो चाहते हैं, प्राप्त करते हैं और अपने पास रखते हैं, उसके साथ स्वयं की पहचान करते हैं।
- ✚ भौतिकता की चेतना शरीर के बारे में जागरूक होती है, और यह शरीर के आवश्यक कार्यों के क्रियान्वयन में मदद करती है।
- ✚ इस स्तर पर सचेतन मन का अधिक उपयोग होता है। यहाँ सचेतन मन चित्रों, शब्दों, भावनाओं और शारीरिक गतिविधि के माध्यम से बाहरी दुनिया से संवाद करता है और संचार, विचारों और भावनाओं के माध्यम से आंतरिक स्व (आत्मा) को संदेश देता है। सचेतन मन में वे सभी चीज़ें शामिल होती हैं जिनके बारे में आप वर्तमान में जानते हैं और जिनके बारे में सोच रहे हैं।
- ✚ जागृत मन:स्थिति में हम प्राथमिक चेतना पर सबसे अधिक ध्यान देते हैं।
- ✚ यह हमारे अधिकांश मानसिक कार्यों को समाहित करता है, जैसे - विचार,

मैजिक डायमंड ऑफ ग्रुप

इच्छाएँ, प्रतिक्रियाएँ और अनुभूतियाँ।

- ✚ यह जीवन के नियमित और लेन-देन संबंधी पहलुओं के लिए आवश्यक है।
- ✚ इस स्तर पर, हम जीवन के द्वंद्वों के बीच लगातार फँसे रहते हैं, जैसे सुख और दुःख, शांति और संघर्ष, जीत और हार, लाभ और हानि।
- ✚ यह चेतना स्तर आपके जीवन की परिधि का प्रतिनिधित्व करता है, जहाँ आप अपना अधिकांश दिन और जीवन बिताते हैं। मन लगातार इन विषयों पर सचेतन और अचेतन रूप से विचार करता रहता है।
- ✚ हम लगातार भौतिक चेतना के स्तर पर विस्तार करने की कोशिश कर रहे हैं। हमारे जीवन के अधिकांश समय में, हमारा सबसे बड़ा लक्ष्य, जितना संभव हो उतना और जितनी जल्दी हो सके उतना विस्तार सुनिश्चित करना है।
- ✚ इस भौतिक पहचान से ही हमें निरंतर सुरक्षा और शक्ति प्राप्त होती रहती है।
- ✚ इस पहचान के साथ हमारा अहंकार, वासना, क्रोध, लोभ आदि जुड़े हुए हैं।
- ✚ आपका प्रतिमान वह स्रोत है जहाँ से दृष्टिकोण और व्यवहार प्रवाहित होते हैं। अगर हम यहाँ केंद्रित हैं, तो यह जीवन को बाहरी दुनिया में निरंतर परिवर्तनों के प्रभाव के प्रति संवेदनशील बनाता है।

उच्चतर चेतना

सूक्ष्म शरीर या आकाशिक शरीर चेतना सभी योगिक और अन्य गूढ़ दर्शनों में सारमय है। स्थूल भौतिक शरीर से मुक्ति की प्रक्रिया के रूप में अदृश्य आत्म की

मानव चेतना के रहस्य

चेतना पारलौकिकता के लिए अनिवार्य है। यह जीवन-मुक्ति, यानी स्थूल शरीर की जंजीरों से मुक्त होकर जीवन में मुक्ति के लिए पहला आवश्यक ज्ञान बिंदु है।

उपनिषदों (वेदों) ने पाँच कोषों, यानी पाँच “आवरण” या “चेतना की परतें” का सबसे पहला स्पष्ट प्रतिरूप प्रस्तुत किया, जो गहरे स्तर पर है जिससे भौतिक शरीर घिरा हुआ है।

सूक्ष्म शरीर चेतना को प्रत्यक्ष करने वाले तीन कोष इस प्रकार हैं:—

ऊर्जा-शरीर (प्राणमय कोष) प्राणशक्ति से बना है, यह ऊर्जा क्षेत्र है जो शरीर और मन को जोड़ता है। यह सभी शारीरिक कार्यों को बनाए रखता है, जिनमें साँस, पाचन और रक्त परिसंचरण महत्वपूर्ण हैं। यह भावनाओं से भी जुड़ा हुआ है। प्राण ऊर्जा पूरे शरीर में निरंतर गतिशील रहती है। प्राण दृश्यमान और अदृश्य हो सकता है; अदृश्य भाग को ईथर के रूप में जाना जाता है। प्राण (जैसे साँस) पर बढ़ती जागरूकता इस आवरण और चेतना को बढ़ाती है। चेतना की यह परत आपके अस्तित्व के प्रति जागरूकता बढ़ाती है तथा जागृत और सुषुप्ति दोनों अवस्थाओं के दौरान सचेत जीवन जीने को बढ़ावा देती है।

मानसिक शरीर (मनोमय कोष) इस आंतरिक शरीर को शांत और संतुलित करता है, और मानसिक जटिलताओं और जुनूनी विचारों में बंधे ऊर्जा के अवरोधों को मुक्त करने में मदद करता है। ध्यान के अभ्यास से मनोमय कोष का स्वास्थ्य काफी हद तक बेहतर होता है।

ज्ञान शरीर (विज्ञानमय कोष) अनुभूति और समझ का एक उच्चतर रूप है जिसमें अंतर्ज्ञान शामिल है और यह पहचानता है कि क्या वास्तविक है और क्या अवास्तविक है। सत्व (शुद्ध अस्तित्व) की गुणवत्ता द्वारा नियंत्रित, चेतना की यह परत स्थिरता, निश्चितता और आस्था लाती है।

मैजिक डायमंड ऑफ ग्रुप

प्राचीन दुनिया के सभी दार्शनिक, धार्मिक और रहस्यमय सिद्धांतों का एक अंतर्निहित सिद्धांत यह है कि सूक्ष्म शरीर एक ऊर्जावान, मनी-आध्यात्मिक अस्तित्व है जिसमें बढ़ती सूक्ष्मता और आध्यात्मिक महत्व की कई परतें या आवरण हैं, जिसके माध्यम से साधक स्वयं और ईश्वर के अस्तित्व का ज्ञान प्राप्त करना चाहता है।

सभी बीमारियाँ सबसे पहले इसी सूक्ष्म शरीर से शुरू होती हैं। सूक्ष्म शरीर उपचार रेकी, प्राणिक उपचार और ऊर्जा उपचार के विभिन्न रूपों में से एक पारंपरिक अभ्यास है।

लेखक और होम्योपैथ डेविड टैन्सले ने लिखा है: "प्राचीन मिस्त्रवासी, चीनी और यूनानी, उत्तरी अमेरिका के भारतीय, पोलिनेशियाई कहूना, इंका, प्रारंभिक ईसाई, भारत के वैदिक द्रष्टा और यूरोप के मध्यकालीन रसायनज्ञ और रहस्यवादी सभी ने किसी न किसी तरह से मनुष्य और उसकी शारीरिक और सूक्ष्म दोनों तरह की शारीरिक रचना के अध्ययन को ईश्वर और ब्रह्मांड की प्रकृति की कुंजी के रूप में देखा है।"

चेतना स्वयं विकसित हुई है क्योंकि मनुष्य जागरूकता और अनुभूति के विभिन्न चरणों से गुज़रा है। जबकि कुछ का मानना है कि हमारे भौतिक रूप में परिवर्तन समाप्त हो गए हैं, कई लोगों का मानना है कि हमारे सूक्ष्म पहलू विकसित और विस्तारित होते रहेंगे।

अति उत्तम चेतना (सुपर कॉन्ससियसनेस्स – आत्मा)

हमारा सच्चा स्व, जिसे 'शुद्ध चेतना' भी कहा जाता है, हमारे अस्तित्व का वास्तविक, मूल और शाश्वत रूप है। इसे आमतौर पर विभिन्न पूर्वी और पश्चिमी दर्शनशास्त्रों में आत्मन या आत्मा के रूप में संदर्भित किया जाता है। यह हमारे अस्तित्व का बीज

मानव चेतना के रहस्य

रूप है; सूक्ष्म और भौतिक शरीर इसका विस्तार और अधिपत्य है। इस स्तर पर चेतना कारण शरीर - आनंदमय कोष से जुड़ी होती है।

आनंद में कोई उतार-चढ़ाव नहीं होता। एक एकीकृत अनुभव होता है, और वह अनुभव बदलता नहीं है। इस अवस्था तक पहुँचने के विभिन्न तरीके हैं, जैसे - ज्ञान की आध्यात्मिक अंतर्दृष्टि, सच्ची भक्ति और गहन ध्यान - चिंतनशील और एकाग्र। वैदिक और योगिक ग्रंथों में, आत्मा चेतना की इस अवस्था को अक्सर 'सत्-चित्त-आनंद' के रूप में स्पष्ट किया जाता है।

सत्-चित्त-आनंद

चेतना की मूल या मौलिक अवस्था "आनंद" है, जिसे वैदिक शास्त्रों में "सत्-चित्त-आनंद" या "सत्य-चेतना-आनंद" के रूप में संदर्भित किया गया है।

सत् का अर्थ है "अस्तित्व" परम सत्य है, जो शुद्ध है, शाश्वत है और जो कभी नहीं बदलता।

चित्त - एक अस्तित्वगत जीव अर्थात् चेतना के रूप में स्वयं का अनुभव।

आनंद - 'सच्चा आनंद' जो इंद्रियों से परे है।

अनंत, शुद्ध चेतना के रूप में स्वयं का यह पारलौकिक, आनंदमय अनुभव, विशाल ब्रह्मांड में परम वास्तविकता की एक झलक है।

चेतना के तीन स्तरों का तुलनात्मक सारांश चेतना के स्तर

जाँच बिंदु	प्राथमिक कॉन्सियसनेस्स	उच्चतर कॉन्सियसनेस्स	सुपर कॉन्सियसनेस्स
आप अपनी पहचान कैसे करते हैं?	इस जन्म से प्राप्त भौतिक पहचान - नाम, लिंग, शिक्षा, व्यवसाय, परिवार, धन आदि।	भौतिकता से परे उच्चतर सत्ता के रूप में स्वयं की सूक्ष्म जागरूकता।	शाश्वत अस्तित्व के रूप में स्वयं की पहचान।
किस आवरण (कोष) से संबंधित है?	भौतिक शरीर (अन्नमय कोष)	ज्ञान शरीर (विज्ञानमय कोष), मानसिक शरीर (मनोमय कोष), ऊर्जा शरीर (प्राणमय कोष)	कारण शरीर/आनंदमय शरीर (आनंदमय कोष)
मन की अवस्था	आस-पास की भौतिकवादी दुनिया से लगातार आनंद प्राप्त करने का प्रयास करना।	भौतिक जगत से स्वतंत्र और पृथक। सच्ची खुशी और आनंद आंतरिक स्थान से प्राप्त होती है।	आत्मा की शाश्वत अवस्था शुद्ध प्रेम और आनंद है - 'सत्-चित्-आनंद।'
बुद्धि की अवस्था	भौतिक स्तर पर हमेशा विस्तार की तलाश में रहने वाली बुद्धि, जीवन के द्वंदों में फँसी रहती है। सच्चे ज्ञान से रहित।	बुद्धि आध्यात्मिक अंतर्दृष्टि के माध्यम से ज्ञान प्राप्त करती है; विचारों एवं भावनाओं में संतुलन।	बुद्धि द्वंदों से परे है। स्थितप्रज्ञ, अर्थात् स्थिर बुद्धि और आत्म-जागरूक।

मानव चेतना के रहस्य

आसक्ति	सांसारिक मामलों में पूरी तरह से तल्लीन।	भौतिक क्षेत्र में न्यूनतम भागीदारी; आध्यात्मिक खोज प्राथमिक उद्देश्य है।	इच्छा की अज्ञानता (इच्छा-मात्रम्-अविद्या)।
अनुभव	आत्म-विरोधी विचार और व्यवहार। यदि यह निम्नतम स्तर तक जाता है, तो व्यक्ति लोभी, आक्रामक और दयनीय हो सकता है।	मानव अस्तित्व के दैवी गुण - संतुष्टता, सहनशीलता, अंतर्मुखता, सहजता, सत्यता, विनम्रता आदि।	शाश्वत और शुद्ध आनंद और प्रेम आत्मज्ञान के निकट, अनुभवों को असंभव कहा जा सकता है। सात मूल गुण: शांति, पवित्रता, प्रेम, सुख, ज्ञान, शक्ति और आनंद।

अपने अध्ययन 'रहस्यवाद और नए प्रतिमान मनोविज्ञान' में, जॉन ई. कोलिन्स सुझाव देते हैं कि पारलौकिक प्रक्रिया में विभिन्न चरण होते हैं जो अंततः एक एकीकृत समझ की ओर ले जाते हैं क्योंकि "हम हैं दोनों - रहस्यमय और वैज्ञानिक, आत्मविश्लेषी और अनुभवजन्य, आध्यात्मिक और भौतिक।"

चेतना का मानचित्र

डॉ. डेविड आर. हॉकिन्स, लेखक, वक्ता और आध्यात्मिकता और चेतना के शोधकर्ता ने चेतना का एक मानचित्र ('शक्ति की तुलना में बल') प्रदान किया है, जहाँ चेतना के विभिन्न स्तरों को '1' से लेकर '1000' के उच्चतम स्तर तक लघुगणकीय पैमाने के अनुसार शक्ति के अंशांकित स्तर प्रदान किए गए हैं।

मैजिक डायमंड ऑफ ग्रुप

स्तर	आवृत्ति	भावना	प्रक्रिया	जीवन-दृष्टिकोण
आत्मबोध	700-1000	अवर्णनीय	शुद्ध चेतना	आत्मा हैं
शांति	600	आनंद	आत्म-जागृति	परिपूर्ण
सुख	540	प्रशांति	रूपान्तरण	पूर्ण
प्रेम	500	आदर	रहस्योद्घाटन	सौम्य
विवेक बुद्धि	400	समझ	सारग्रहण	अर्थपूर्ण
स्वीकृति	350	क्षमा	श्रेष्ठता	सामंजस्यपूर्ण
तत्परता	310	आशावाद	वृत्ति	आशापूर्ण
तटस्थता	250	विश्वास	मुक्त करना	संतोषजनक
साहस	200	समर्थन	सशक्तिकरण	संभव
200 से नीचे (संपूर्णता के महत्वपूर्ण स्तर से नीचे)				
अभिमान	175	घिन	स्फीतिकरण	माँग करना
क्रोध	150	घृणा	आक्रामकता	विरोधपूर्ण
इच्छा	125	तृष्णा	गुलाम बनाना	निराशाजनक

मानव चेतना के रहस्य

भय	100	चिंता	निकासी	भयावह
दुःख	75	अफ़सोस	निराशा	दुखद
उदासीनता	50	निराशा	पदत्याग	आशाहीन
अपराधबोध	30	दोष देना	विनाश	दुष्टता
शर्म	20	अपमान	उन्मूलन	अत्यंत दुखी

डॉ. हॉकिन्स चेतना के मानचित्र की व्याख्या करते हुए आगे कहते हैं कि 200 से नीचे के मानव चेतना स्तरों पर, जीवन को लालची कहा जा सकता है। यह दूसरों की कीमत पर अपनी ऊर्जा प्राप्त करता है, और क्योंकि अस्तित्व अधिग्रहण पर आधारित है, इसलिए यह दूसरों को प्रतिद्वंद्वी, प्रतिस्पर्धी और दुश्मन के रूप में देखता है। इसलिए चेतना स्तर 200 तक का जीवन अत्यधिक प्रतिस्पर्धी और स्वार्थपूर्ण होता है। क्योंकि यह दूसरों को संभावित शत्रु के रूप में देखता है, आधुनिक भाषा में, इसे अधिकारवादी, प्रतिस्पर्धी, शत्रुतापूर्ण और, चरम अभिव्यक्तियों में, आक्रामक और बर्बर कहा जाएगा।

उपरोक्त मानचित्रण के संदर्भ में समझने के लिए जो बात उचित है वह यह है कि भले ही आप आध्यात्मिकता के मार्ग पर हों चेतना भय, निराशा, आत्म-आलोचना और अपराधबोध से गुज़रती है। यह किसी भी तरह से आपको व्यक्तिगत उत्थान में मदद नहीं करता है। इसलिए आपको सभी परिस्थितियों में स्वीकृति, साहस, आशा और जाने देने और आगे बढ़ने की इच्छा बनाए रखनी चाहिए।

मैजिक डायमंड ऑफ ग्रुप

डॉ. दीपक चौपड़ा ने आत्मज्ञान की घटना को इस वाक्यांश में विस्तार से समझाया है, "वेदांत के अनुसार, दो संकेत हैं कि आपके भीतर उच्च चेतना की ओर एक परिवर्तन हो रहा है। पहला लक्षण यह है कि आप चिंता करना बंद कर देते हैं। चीजें अब आपको परेशान नहीं करती हैं। आप हल्के-फुल्के और आनंद से भरे हुए हो जाते हैं। दूसरा लक्षण यह है कि आप अपने जीवन में अधिक से अधिक सार्थक संयोगों, अधिक से अधिक समकालिकताओं का अनुभव करते हैं। और यह उस बिंदु तक बढ़ जाता है जहाँ आप वास्तव में चमत्कार का अनुभव करते हैं।"

‘ज्ञानोदय’ (एनलाइटनमेंट) और ‘मुक्ति’ जैसे शब्द सिर्फ एक गलत धारणा बनकर रह गए हैं। इसने हमें अपनी वास्तविकता से थोड़ा बहुत दूर कर दिया है। इसके बजाय अपने भीतर सत्य के प्रकाश की तलाश करें और मन के भौतिक छल से मुक्ति का अनुभव करें।

14

चक्रों और कुंडलिनी ऊर्जा का सक्रियण

"मनुष्य का विकास उसकी चेतना का विकास है, और चेतना अचेतन रूप से विकसित नहीं हो सकती। मनुष्य का विकास उसके संकल्प का विकास है, और संकल्प अनैच्छिक रूप से विकसित नहीं हो सकता।"

~ जॉर्ज इवानोविच गुरजिएफ

भौतिक शरीर के पीछे या स्थूल शरीर से घिरे गहरे स्तर पर सूक्ष्म शरीर होता है। जैसा कि पहले बताया गया है, चेतन अस्तित्व यानी आत्मा सीधे भौतिक या स्थूल शरीर से संपर्क नहीं कर सकती और उसे नियंत्रित नहीं कर सकती; यह केवल सूक्ष्म शरीर के माध्यम से ही संभव है। सूक्ष्म शरीर में सात प्रमुख ऊर्जा केंद्र स्थित हैं जो भौतिक शरीर में तंत्रिका जाल के अनुरूप हैं। इन केंद्रों को चक्रों के रूप में जाना जाता है। चक्र का शाब्दिक अर्थ है एक पहिया जहाँ कई तीलियाँ आपस में मिलती हैं। उसी तरह, कई सूक्ष्म चैनलों यानी नाड़ियों के संयोजन बिंदु को चक्र के रूप में जाना जाता है।

मैजिक डायमंड ऑफ ग्रुप

इन्हें सूक्ष्म केंद्र के रूप में जाना जाता है। यद्यपि चक्र सूक्ष्म शरीर में स्थित होते हैं, लेकिन वे भौतिक और कारण शरीर को प्रभावित करते हैं।

ये मानसिक केंद्र ज्यादातर लोगों में निष्क्रिय रहते हैं। विभिन्न योगिक अभ्यासों की मदद से ये चक्र जागृत हो जाते हैं।

योगिक अभ्यासों में इन चक्रों को बहुत महत्व दिया जाता है। इन चक्रों और उच्च केंद्रों के जागरण का अर्थ है शारीरिक, मानसिक और अलौकिक क्षमताओं की उच्च जागरूकता या विकास। जागृति के साथ, चक्र अधिक प्राणिक ऊर्जा को आसानी से और शीघ्रता से अवशोषित कर सकते हैं और शरीर के विभिन्न भागों में वितरित कर सकते हैं। चक्र पूरे शरीर को नियंत्रित करने, ऊर्जा देने और उचित कामकाज के लिए जिम्मेदार हैं। चक्रों के माध्यम से अंतःस्रावी ग्रंथियों को उत्तेजित और नियंत्रित किया जा सकता है।

प्राचीन गुरुओं ने इन सूक्ष्म केंद्रों को पहचाना और उन्हें पवित्र ज्यामिति के प्रतिनिधि फूलों (चक्रों की रचना) के रूप में व्यक्त किया, जिन्हें पंचकोणीय सितारे (पेंटाग्राम स्टार) के साथ भी दिखाया गया है। विभिन्न केंद्रों पर स्थित इन फूलों की पंखुड़ियों की संख्या निश्चित होती है, जो उच्चतर चक्रों तक पहुंचने पर बढ़ती जाती है, जो उच्चतर आध्यात्मिक स्तर का प्रतिनिधित्व करते हैं। इन फूलों की अलग-अलग विशेषताएँ और रंग होते हैं।

कुंडलिनी योग विज्ञान में, तीन महत्वपूर्ण नाड़ियाँ हैं: इडा, पिंगला और सुषुम्ना। इडा रीढ़ की हड्डी के बाईं ओर स्थित है, जबकि पिंगला रीढ़ की हड्डी के दाईं ओर है, जो इडा का प्रतिरूप है। नाड़ियाँ सूक्ष्म नलिकाएँ या चैनल हैं जिनके माध्यम से सूक्ष्म शरीर की ऊर्जाएँ प्रवाहित होती हैं। जीवन शक्ति ऊर्जा को "प्राण" के रूप में जाना जाता है। नाड़ियाँ आधुनिक शरीर विज्ञान में संदर्भित भौतिक नसों की तुलना में अधिक सूक्ष्म हैं। वे तंत्रिका तंत्र से निकटता से जुड़ी हुई हैं, चक्रों से निकलती हैं और

मानव चेतना के रहस्य

उनसे जुड़ती हैं। इसलिए चक्र वहाँ स्थित होते हैं जहाँ तीन नाड़ियाँ मिलती हैं।

अधिकांश चक्र रीढ़ की हड्डी में स्थित होते हैं, और सभी चक्र एक ही सूक्ष्म नाड़ी द्वारा आपस में जुड़े होते हैं जिसे सुषुम्ना कहते हैं। जब इड़ा और पिंगला नाड़ी के बीच संतुलन स्थापित होता है, तो सुषुम्ना नाड़ी में मार्ग खुल जाता है और ऊर्जा उच्चतर केंद्रों तक पहुँच जाती है।

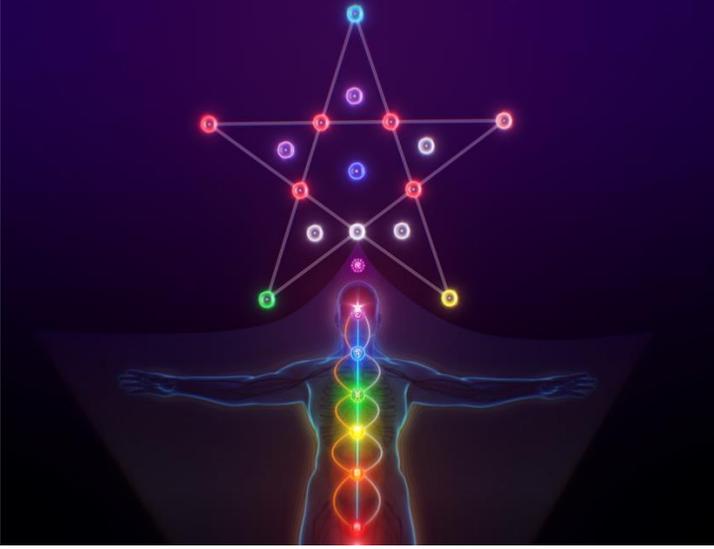
- ❖ इड़ा शरीर के बाईं ओर से शुरू होती है और चंद्र सिद्धांत का प्रतिनिधित्व करती है।
- ❖ पिंगला शरीर के दाईं ओर से शुरू होती है और सूर्य सिद्धांत का प्रतीक है।
- ❖ सुषुम्ना रीढ़ की हड्डी के केंद्रीय चैनल से होकर गुजरती है और चेतना का प्रतिनिधित्व करती है।

इड़ा और पिंगला नाड़ियाँ जीव की द्वैतता का प्रतिनिधित्व करती हैं।

सुषुम्ना नाड़ी केंद्र है। सुषुम्ना के सक्रिय होने से व्यक्ति अधिक शांत, स्थिर और आनंदित हो जाता है। तीन नाड़ियों के बीच संतुलन बनाना आवश्यक है। यह संतुलन 16 ईथर ऊर्जा बिंदुओं पर ध्यान केंद्रित करने वाली चेतना ध्यान तकनीक के माध्यम से आसानी से हो सकता है।

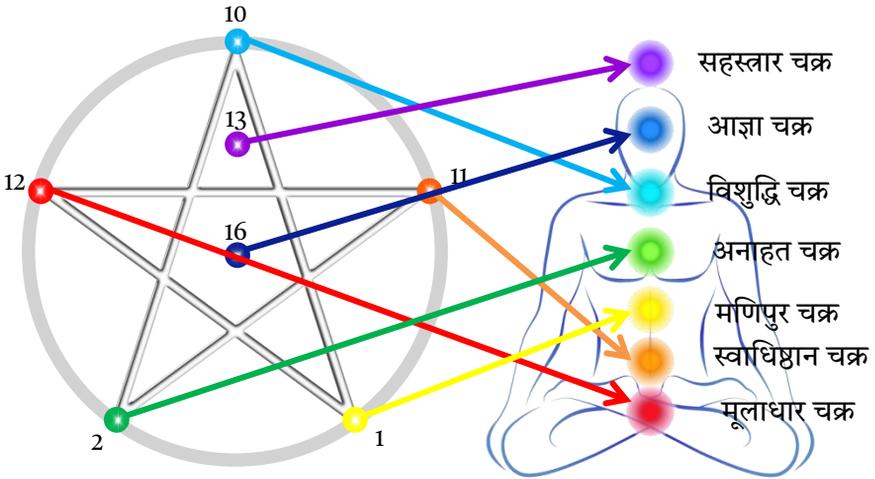
सचेतन अस्तित्व 'आत्मा' और चेतना की तरह, कुंडलिनी और नाड़ियों को भौतिक क्षेत्र में नहीं समझा जा सकता है। वे प्राण और चेतना के लिए वाहिका के रूप में मौजूद हैं। उद्देश्यपूर्ण रूप से चक्र (ऊर्जा केंद्र) ज्यादातर रीढ़ की हड्डी के साथ भौतिक शरीर में तंत्रिकाओं की एकाग्रता पर स्थित होते हैं। इस प्रकार, हालाँकि भौतिक स्तर पर वो सभी नहीं है, फिर भी वे एक वास्तविकता हैं – रहस्यमय है, काल्पनिक नहीं।

मैजिक डायमंड ऑफ ग्रुप



आत्मा द्वारा नियंत्रित चक्र और नाड़ियाँ

हमने नीचे दिए गए चित्र में पेंटाग्राम सी.क्यू.एस.ई. के सम्बंधित ईथर ऊर्जा बिंदुओं के साथ सभी चक्रों को रेखांकित किया है।



1. मूलाधार चक्र → पृथ्वी तत्व → शक्ति → सी.क्यू.एस.ई. में ऊर्जा बिंदु
12

मूलाधार चक्र भी पृथ्वी तत्व है। यह शरीर को सभी शारीरिक ऊर्जा प्रदान करने के लिए जिम्मेदार है। यदि इस ऊर्जा बिंदु और चक्र की ऊर्जा उत्कृष्ट या स्वस्थ है, तो यह भूख को कम करता है क्योंकि भोजन की थोड़ी मात्रा संतुष्टि की भावना प्रदान करती है और शरीर को आवश्यक सभी ऊर्जा प्रदान करती है।

इस ऊर्जा बिंदु की उच्च ऊर्जा व्यक्ति को लालच, लोलुपता, कामुक इच्छाओं और स्थूल विचारों से ऊपर उठाती है।

जब यह अवरुद्ध होता है: यदि कुंडलिनी ऊर्जा मूलाधार चक्र पर टिकी हुई है, तो आप मानसिक रूप से बुनियादी अस्तित्व के विचारों और प्रवृत्तियों, धन, संपत्ति और सभी प्रकार के निम्न-स्तरीय भोग-विलास में फँस जाते हैं। शारीरिक स्तर पर, यह - हड्डी और मांसपेशियों की बीमारियों, कैल्शियम की कमी, घुटने में दर्द, सूजन, मांसपेशियों में दर्द, बवासीर, संघिशोथ, यूरिक एसिड में वृद्धि, घुटने का क्षरण, त्वचा रोग, बालों का रोग और नाखून रोगों का कारण बनता है।

पृथ्वी तत्व सभी छह तत्वों में सबसे भारी है इसलिए, यह चक्र प्रणाली के सबसे निचले स्तर पर है।

2. स्वाधिष्ठान चक्र → जल तत्व → पवित्रता → सी.क्यू.एस.ई. में ऊर्जा
बिंदु 11

स्वाधिष्ठान चक्र जल तत्व से जुड़ा हुआ है। यह हमारी यौन और रचनात्मक ऊर्जाओं के लिए जिम्मेदार है। यदि इस चक्र की ऊर्जा को अनवरोधित (खुला) किया जाता है, तो यौन ऊर्जा रचनात्मक ऊर्जा में परिवर्तित हो जाती है।

इस चक्र का प्रतिनिधित्व जल तत्व द्वारा किया जाता है, जो दूसरा सबसे भारी

तत्व है।

यदि यह चक्र अवरुद्ध है या कम ऊर्जा स्तर पर है, तो व्यक्ति विकृत यौन इच्छाओं, अधिकार और शक्ति की लालसा, भावनात्मक अस्थिरता, व्यसनी व्यवहार और अवसाद और मानसिक स्वास्थ्य के अन्य मुद्दों से घिरा रहता है।

3. मणिपुर चक्र → अग्नि तत्व → सुख → सी.क्यू.एस.ई. में ऊर्जा बिंदु 1

यह चयापचय, पाचन और पेट से संबंधित सभी चीजों से जुड़ा हुआ है।

सुख की ऊर्जा इसे नियंत्रित करती है।

यदि यह चक्र अनवरोधित (खुला हुआ) हो, तो यह उच्च आत्म-सम्मान, स्वस्थ पाचन तंत्र और जीवन में सुख की भावना का स्रोत है।

जब यह चक्र अवरुद्ध (बंद) हो जाता है या इस ऊर्जा बिंदु की ऊर्जा अपर्याप्त होती है, तो यह कम आत्म-सम्मान, निर्णय लेने में कठिनाई, क्रोध और स्व-नियंत्रण की कमी में प्रत्यक्ष होता है।

4. अनाहत चक्र → वायु तत्व → प्रेम → सी.क्यू.एस.ई. में ऊर्जा बिंदु २

अनाहत चक्र, जैसा कि इसके नाम से ही स्पष्ट है, प्रेम के बारे में है। यहीं से आध्यात्मिक जागरूकता, क्षमा और मानवता की सेवा के लिए जागृति शुरू होती है।

जब आपका हृदय चक्र संरेखित और संतुलित होता है, तो प्रेम और करुणा स्वतंत्र रूप से प्रवाहित होती है - इसे देने और वापस पाने दोनों के संदर्भ में। अनाहत चक्र वह स्थान है जहाँ भौतिकता और आध्यात्मिकता जुड़ती है।

जब यह अवरुद्ध होता है: अवरुद्ध अनाहत चक्र प्रेम और करुणा की कमी के रूप में प्रकट होता है। व्यक्ति दूसरों को माफ़ करने या पिछले अनुभवों से आगे बढ़ने

मानव चेतना के रहस्य

में असमर्थता का अनुभव करता है। इसका परिणाम स्वयं और दूसरों के प्रति अत्यधिक आलोचनात्मक होना है। इस चक्र में कम ऊर्जा के अन्य लक्षणों में अकेलापन, शर्मीलापन, सामाजिक चिंता, द्वेष रखना, संदेह और भय शामिल हैं।

5. विशुद्धि चक्र → आकाश तत्व → शांति → सी.क्यू.एस.ई. में ऊर्जा बिंदु 10

यह चक्र आपके आंतरिक सत्य को व्यक्त करने से सम्बंधित है। विशेष रूप से, यह सुनिश्चित करना कि आपके आंतरिक सत्य को ठीक से प्रकट किया जाए, एक संतुलित विशुद्धि चक्र का संकेत है। विशुद्धि चक्र सभी संचार को नियंत्रित करता है तथा तीन पूर्णतया आध्यात्मिक चक्रों में से पहला है। शारीरिक रूप से, विशुद्धि चक्र थायरॉयड, पैराथायरॉयड, जबड़े, गर्दन, मुँह, जीभ और स्वरयंत्र से जुड़ा हुआ है।

जब यह चक्र संतुलित होता है, तो आप सुनने के साथ-साथ बोलने और खुद को स्पष्ट रूप से व्यक्त करने में सक्षम होते हैं।

जब यह अवरुद्ध होता है: अपनी सच्चाई बोलने में परेशानी के अलावा, आपको ध्यान केंद्रित करने में भी कठिनाई होती है। दूसरों की ओर से आलोचना का भय बना रहता है - जो स्वयं को वास्तविक बनाए रखने की आपकी क्षमता में और बाधा डाल सकता है। शारीरिक रूप से कष्ट जैसे, गले में सूजन, थायरॉयड की समस्या, गर्दन और कंधे की अकड़न या तनाव और सिरदर्द के रूप में प्रकट हो सकती है।

6. आज्ञा चक्र → ईश्वर तत्व → ज्ञान → सी.क्यू.एस.ई. में ऊर्जा बिंदु 16

पिट्यूटरी ग्रंथि, आँखें, सिर और मस्तिष्क के निचले हिस्से सहित सभी अंगों को आज्ञा चक्र द्वारा नियंत्रित किया जाता है। और यह कथित तौर पर आपके अंतर्ज्ञान को संचालित करता है और साथ ही इसे पहचानने और इसका उपयोग करने की क्षमता भी रखता है। इसके अलावा, आज्ञा चक्र को आपके और बाहरी

दुनिया के बीच की सभी चीजों के लिए भी जिम्मेदार माना जाता है, जो दोनों के बीच एक सेतु का काम करता है, आप किसी भी भ्रम और नाटक को पार करके स्पष्ट तस्वीर देख सकते हैं।

जब यह अवरुद्ध हो: आपको अपने अंतर्ज्ञान तक पहुँचने, अपनी आंतरिक आवाज़ पर भरोसा करने, महत्वपूर्ण तथ्यों को याद करने या नए कौशल सीखने में परेशानी हो सकती है। और यदि आपके निचले चक्र - यानी मूलाधार, स्वाधिष्ठान, मणिपुर और अनाहत चक्र असंतुलित हैं, तो आपका आज्ञा चक्र भी असंतुलित होगा, जिसके कारण आप अधिक आलोचनात्मक, नकारात्मक और संकोची हो सकते हैं। आज्ञा चक्र का अवरोध कई तरह की समस्याओं से जुड़ा है, जिसमें अवसाद, चिंता और अधिक निर्णयात्मक रवैया शामिल है - जबकि शारीरिक रूप से, यह मस्तिष्क से संबंधित विकार, सिरदर्द, माइग्रेन और तंत्रिका तंत्र संबंधी विकार पैदा करता है।

7. सहस्रार चक्र → फ़रिश्ता स्वरूप स्थिति → आनंद → सी.क्यू.एस.ई. में ऊर्जा बिंदु 13

सहस्रार चक्र आत्म-प्रबोधन और हमारी उच्च चेतना, दूसरों के साथ और अंततः सार्वभौमिक दिव्य ऊर्जा (परम आत्मा) के साथ हमारे आध्यात्मिक संबंध का केंद्र है। यह सातवाँ चक्र सिर के शिखर पर स्थित है, या कुछ लोग कहते हैं की यह रीढ़ की हड्डी के शिखर पर स्थित है। इस चक्र के जागृत होने पर जो अनुभव होते हैं, वे शुद्ध जागरूकता, चेतना, अविभाजित और सर्वव्यापी होते हैं। चेतना का विस्तार होता है, और आपको लगता है कि आपकी पूरी पहचान परिवर्तित हो रही है, जैसे कि आप शून्य हैं और अनंत ब्रह्मांड में विलीन हो गए हैं। आप सभी के साथ एकता महसूस करते हैं।

जब यह अवरुद्ध होता है: सहस्रार चक्र का अवरोध, अकेलेपन या अपमानित होने की भावना और भावनात्मक संकट पैदा कर सकता है - मूल रूप से हर किसी

मानव चेतना के रहस्य

से और हर चीज़ से अलग-थलग महसूस करना, दिशाहीन अनुभव करना और लक्ष्य निर्धारित करने या बनाए रखने में असमर्थता अनुभव करना। शारीरिक लक्षणों में तंत्रिका संबंधी विकार, तंत्रिका दर्द, बार-बार होने वाला सिरदर्द, अनिद्रा और शक्तिहीनता, निराशा शामिल हैं।

कुंडलिनी जागरण का क्या अर्थ है?

सबसे पहले, हमें यह पता होना चाहिए कि कुंडलिनी एक सुप्त ऊर्जा है जो कई जन्मों में चेतना के निम्न स्तर के कारण निम्नतम स्तर या मूलाधार चक्र तक सिमट कर रह गई है। यह सुप्त ऊर्जा सूक्ष्म है और चेतना से गहराई से जुड़ी हुई है। दूसरे शब्दों में, कुंडलिनी ऊर्जा चेतना के स्तर के सीधे आनुपातिक है। जब एक अवधि के बाद चेतना स्थूल हो जाती है, यानी शरीर और शारीरिक पहचान पर अटक जाती है, कुंडलिनी ऊर्जा पीछे हट जाती है, सिकुड़ जाती है और एक नसीहत दिए गए बच्चे की तरह आधार या मूल केंद्र पर बैठ जाती है। इसकी विशेषता आत्म-दया, आत्म-आलोचना, स्थूल स्तर पर सुख प्राप्त करना तथा चीज़ों को विशुद्ध रूप से भौतिक स्तर पर खोजना है। इसे गुरुत्वाकर्षण के नियम से अच्छी तरह से समझाया जा सकता है। जैसे-जैसे हम स्वयं को भौतिक स्तर पर अधिक पहचानते हैं, चेतना और उसके साथ साथ कुंडलिनी ऊर्जा मूल केंद्र तक नीचे चली जाती है, मानो द्रव्यमान के गुरुत्वाकर्षण द्वारा नीचे खींची जा रही हो। एक बार जब चेतना स्वयं की गैर-भौतिक पहचान की ओर बढ़ जाती है, जो सूक्ष्म और निराकार है, कुंडलिनी इस गुरुत्वाकर्षण से बच जाती है और सर्पिल रूप में ऊपर की ओर बढ़ती है।

एक सामान्य धारणा है कि कुंडलिनी जागरण आपको अलौकिक शक्तियाँ, निरंतर आनंद, ईश्वर से सीधा जुड़ाव आदि दे सकता है। हालाँकि, वास्तविकता में, कुंडलिनी, जैसे ही जागृत होती है, व्यक्ति को स्व-स्वीकृति की उच्च भावना देती है,

व्यक्ति को अपने बारे में नकारात्मक धारणाओं को दूर करने में मदद करती है, व्यक्ति को खुद के साथ सहज बनाती है, और धारणा और विश्वास को अधिक स्पष्टता और ज्ञान प्रदान करती है। साथ ही, यह कई मनोवैज्ञानिक बाधाओं को दूर करने और अंतर्निहित दिव्य गुणों और बलवान चरित्र को जगाने में मदद कर सकती है। यह शांति, स्थिरता और चिंतन में स्पष्ट है। हाँ, इस प्रक्रिया में, यह कुछ नए मानसिक और आध्यात्मिक आयाम खोल सकती है; हालाँकि, व्यक्ति को उनकी तलाश नहीं करनी चाहिए। कुंडलिनी का जागरण एक धीमी सर्पिल गति में आदर्श रूप से होना चाहिए।

कुंडलिनी जागृति सी.क्यू.एस.ई. के माध्यम से कैसे होती है?

हमें यह समझने की ज़रूरत है कि सूक्ष्म और भौतिक शरीर दोनों के लिए ज़रूरी सभी ऊर्जाएँ, चेतन अस्तित्व यानी आत्मा में ही रहती हैं। आत्मा या सी.क्यू.एस.ई. हमारी सभी अस्तित्वगत ज़रूरतों का मुख्य भंडार है। इसलिए हम लगातार सुनते हैं कि आध्यात्मिकता अंदर से बाहर का रास्ता है। हालाँकि, चूँकि समकालीन दुनिया और सभी शिक्षण प्रणालियाँ हमें स्थूल स्तर पर पोषण देती हैं, इसलिए हम अपने पूरे जीवन में खुद को संतुष्ट करने के लिए बाहरी दुनिया की तरफ झुके हुए रहते हैं। जब किसी समय बाहरी चुनौतियाँ आती हैं, जब बाहरी दुनिया में सब कुछ ठीक नहीं चल रहा होता है, तो चीजें हम पर हावी होने लगती हैं। यहाँ सुनहरा नियम हम याद कर सकते हैं, 'जितना ज़्यादा आप अपने अंदर की ओर देखते हैं, उतना ही बाहरी दुनिया मायने नहीं रखती'।

जब भौतिक या जैविक शरीर मर जाता है, तो आत्मा सूक्ष्म शरीर के साथ-साथ भौतिक शरीर को भी छोड़ देती है, और शरीर की हर कोशिका से अपनी सारी ऊर्जा

मानव चेतना के रहस्य

खींच लेती है। आत्मा पिछले जन्म की यादों से अलग हो जाती है और गर्भ में बन रहे नए शरीर में प्रवेश करती है। वह फिर से एक नया सूक्ष्म शरीर विकसित करना शुरू कर देती है।

हमने देखा है कि सात चक्र सी.क्यू.एस.ई. में विभिन्न ऊर्जा बिंदुओं के साथ कैसे सम्बंधित हैं। सी.क्यू.एस.ई. में ऊर्जा बिंदु, चक्रों के लिए आवश्यक ऊर्जा केंद्र हैं। सूक्ष्म शरीर केवल स्थूल शरीर और आत्मा के बीच का मिलन-बिंदु नहीं है; इसका कई अलग-अलग तरीकों से अत्यधिक महत्व है।

मानव चेतना निरंतर विकास की अवस्था में है, चाहे हम इसे पसंद करें या नहीं; हम इसे चाहते हैं या नहीं हमें विकसित होना ही है। अलग-अलग जन्मों में हमें सचेत स्वीकृति या मजबूरन स्वीकृति के द्वारा वहाँ पहुँचना होता है। अंतिम लक्ष्य अपनी चेतना की उच्चतम अवस्था को प्राप्त करना है। इसे अलग-अलग नामों से जाना जाता है - आत्म प्रबोधन, आत्म-जागृति या कुंडलिनी ऊर्जा का जागरण।

बात यह है कि चेतना को विकसित होने के लिए प्रगति के पूरे चक्र से गुजरना पड़ता है।

विकसित लोगों के चक्रों से, बाहर की ओर प्रवाहित होने वाली ऊर्जा अंदर की ओर प्रवाहित होने वाली ऊर्जा से अधिक होती है। उनके चक्र खिले हुए फूलों की तरह दिखते हैं। जैसे-जैसे वे अत्यधिक विकसित होते हैं, उनके चक्रों से निकलने वाली कुंडलिनी ऊर्जा दिव्य ऊर्जा के साथ मिल जाती है।

हमें इस प्रक्रिया में विभिन्न चक्रों से संबंधित कई अलग-अलग मनोदशाओं और स्वयं के अस्तित्व के स्वरूपों से गुजरना पड़ता है। प्रत्येक चक्र की अपनी ऊर्जा और आवृत्ति होती है जो हमारी शारीरिक, भावनात्मक, मानसिक और आध्यात्मिक अवस्थाओं को नियंत्रित या प्रभावित करती है। चक्रों के क्लीनिंग के दौरान, इस जीवन और पिछले जन्मों के भय या समस्याएँ विशेष स्तरों पर दूर हो सकती हैं।

मैजिक डायमंड ऑफ ग्रुप

जब हम ध्यान प्रक्रिया के दौरान सी.क्यू.एस.ई. पर हर ऊर्जा बिंदु को क्लीन करते हैं (क्लीनिंग और चार्जिंग को सी.क्यू.एस.ई. ध्यान तकनीक में एक अलग अध्याय में दर्शाया गया है), जिसमें चक्रों की ऊर्जा भी क्लीन हो जाती है।

जब सुप्त कुंडलिनी ऊर्जा धीरे-धीरे अपने सबसे निचले स्तर (मूलाधार चक्र) से ऊपर (सहस्रार चक्र) की ओर की ओर बढ़ती है, तो चेतना में एक आदर्श बदलाव होता है। हम इनमें से किसी भी या सभी अनुभवों से गुजर सकते हैं –

- ❖ मन की निरंतर प्रवृत्तियाँ 'कुछ करने', उसे घटित करने, बनाने, उसे अस्तित्व में लाने, पाने या कुछ बनने की होती रहती हैं। चेतना अंततः 'होने' की अवस्था की ओर स्थानांतरित हो जाती है।
- ❖ सर्वोच्च चेतन सत्ता के प्रति पूर्ण समर्पण की ओर प्रगति होती है। हम जीवन के उत्तरोत्तर प्रवाह में प्रवेश करते हैं, जहाँ हम जीवन में अधिक से अधिक घटनाओं से रूबरू होते हैं जो हमारी चेतना के साथ मेल खाती हैं और हमें एक उच्च स्तर पर ले जाती हैं, एक ऐसी अवस्था जिसे कार्ल जंग ने 'सिंक्रोनिसिटी' के रूप में संदर्भित किया है।
- ❖ मन, बुद्धि और इन्द्रिय अनुभूतियों में अत्यधिक लिप्तता से मुक्ति के साथ आंतरिक मुक्ति की एक उत्कृष्ट भावना उत्पन्न होती है।
- ❖ आंतरिक मुक्ति के साथ हर पल आंतरिक-जागरुकता की एक उच्च भावना आती है। अचेतन जीवन से अधिक सचेत जीवन और परिणामस्वरूप आत्म-नियंत्रण की ओर परिवर्तन होता है।
- ❖ शुद्ध चेतना की अस्तित्वपरक अवस्था में जीवन जियें।

मानव चेतना के रहस्य

सहस्रार पर कुंडलिनी ऊर्जा सी.क्यू.एस.ई. (आत्मा) से मिलती है और उसमें विलीन हो जाती है, जिसे प्राचीन वैदिक साहित्य में 'शिव-शक्ति' का मिलन कहा गया है। इसलिए चेतना अपने चरम पर पहुँच जाती है। यह एक आत्म-साक्षात्कार अवस्था या आंतरिक जागृति है।

‘जिनकी कुंडलिनी जागृत होती है, वे जब शरीर छोड़ते हैं, तो वे पूर्ण चेतना में होते हैं तथा उन्हें जीवन और उसके उद्देश्य की उच्च समझ होती है’।

15

एक बड़ी गलती: चेतना के अध्ययन के बिना चिकित्सा विज्ञान

“अंततः, भौतिक रूप को ठीक करने से कुछ नहीं होता जब तक कि चेतना में पूरक परिवर्तन न हो। सभी उपचारक यह जानते हैं। यदि ऐसा नहीं होता है, तो भौतिक रूप बहुत तेज़ी से उस स्थिति में वापस आ जाएगा जिसमें वह था”।

~ डेविड स्पैंगलर

हम सभी को अपनी समस्याओं को हल करने में मदद करने के लिए उच्च चेतना का उपकरण उपहार में दिया गया है। इसमें अपने द्वारा उपयोग किए जाने वाले उपकरण (अर्थात शरीर) को ठीक करने के लिए सभी जागरूकता और बुद्धिमत्ता है। अधिकांश डॉक्टर पहले से ही इस बात पर सहमत हैं कि रोगी स्वयं को ठीक करने के लिए अधिकतर जिम्मेदार होता है और उनका प्रयास उस स्व-उपचार के मार्ग में आने वाली बाधाओं को दूर करने की ओर होता है। चेतना द्वारा प्रदान की जाने वाली चिकित्सा भी स्वयं की तरह ही वास्तविक और वैज्ञानिक है।

मानव चेतना के रहस्य

आइए उपचार में कुछ प्रसिद्ध दृष्टिकोण पर नज़र डालें जो इस बात को सामने लाते हैं कि चेतना का मस्तिष्क और शरीर के बाकी हिस्सों पर गहरा चिकित्सीय प्रभाव कैसे पड़ता है।

प्रयोगिक औषध प्रभाव (प्लेसिबो इफ़ेक्ट)

‘प्लेसिबो इफ़ेक्ट’ एक नकली उपचार है, जो चीनी डिस्टिल्ड वॉटर (जल) या सलाइन सोल्यूशन जैसे निष्क्रिय पदार्थ से बना होता है, जिसे रोगी को वास्तविक बताकर दिया जाता है। यह एक शक्तिशाली मनोवैज्ञानिक प्रभाव पैदा करता है जो शरीर क्रिया विज्ञान तक पहुँच जाता है। ‘प्लेसिबो इफ़ेक्ट’ पर प्रयोगों और शोध अध्ययनों से पता चला है कि हम मनुष्य केवल संकल्प की ऊर्जा और विश्वास की शक्ति का उपयोग करके बीमारी और रोग को ठीक कर सकते हैं।

दो समूहों के एक अध्ययन में - एक समूह ‘प्लेसिबो इफ़ेक्ट’ का था, उन्हें बताया गया कि वे हृदय की सर्जरी करवा चुके हैं, जो नहीं हुई। ‘प्लेसिबो इफ़ेक्ट’ समूह के 83% लोगों ने हृदय की सर्जरी करवाने वाले समूह के समान ही सुधार देखा। सकारात्मक विश्वास का संचार करके शरीर की भौतिक वास्तविकता को बदलने की प्रथा प्राचीन काल से चली आ रही है। शोध से यह स्पष्ट हो गया है कि हम जो सोचते हैं उसका हम पर प्रभाव पड़ सकता है। हम अपने बारे में क्या मानते हैं, और हम क्या मानते हैं कि दूसरे हमारे बारे में क्या सोचते हैं, इन सभी में वास्तविक परिणाम को प्रभावित करने की क्षमता होती है।

डॉ. जो डिस्पेंजा कहते हैं कि विचार हमारे तंत्रिका विज्ञान, रसायन विज्ञान और हमारे आनुवंशिकी को बहुत तेज़ी से बदल सकते हैं। नए शोध से पता चलता है कि हमारा मस्तिष्क परिस्थिति के अनुरूप ढलता है - विचारों या चेतना के प्रतिक्रिया में मस्तिष्क में क्रियात्मक परिवर्तन होते हैं। इस विशेषता को न्यूरोप्लास्टिसिटी के नाम

से जाना जाता है। यह अलग-अलग तंत्रिका-मार्गों का पुराना सम्बन्ध तोड़कर नया सम्बन्ध बनाने के माध्यम से काम करती है। हम न्यूरोप्लास्टिसिटी का प्रयोग केवल नए विचारों, अनुभवों, भावनाओं, विकल्पों और व्यवहारों के प्रति प्रतिक्रिया के रूप में करते हैं। नयी विचार धारा और अनुभव हमारे मस्तिष्क को नए तरीके और अनुक्रमों में मार्ग को सक्रिय करने का कारण बनते हैं।

चिकित्सा विज्ञान के लिए यहां बड़ा सवाल यह है कि - यदि चेतना मस्तिष्क की एक उप-घटना है, तो यह मस्तिष्क पर प्रभाव कैसे डाल सकती है? ऐसा लगता है कि उत्पाद या उप-उत्पाद प्रक्रिया के दौरान एक प्रसंस्करण मशीन की मरम्मत करता है जब तक कि मस्तिष्क या शरीर से अलग, एक अलग अस्तित्व नहीं बन जाता है, जिसके पास वांछित विचारों और भावनाओं को बनाने के लिए अपनी बुद्धि और स्वतंत्र इच्छा होती है।

उपचार तकनीक

कई वर्षों तक रेकी, प्राणिक हीलिंग जैसी विभिन्न उपचार प्रणालियों के साथ-साथ समग्र चिकित्सा के अन्य तरीकों को चिकित्सा संघों, चिकित्सकों, मुख्यधारा के वैज्ञानिकों और धर्मगुरुओं द्वारा तिरस्कार, यहाँ तक कि अवमानना की दृष्टि से देखा जाता रहा। यह विचार निरर्थक माना जाता था कि मानव शरीर "जीवन शक्ति ऊर्जा" के एक अदृश्य, ईथर शरीर से व्याप्त या घिरा हुआ है। ये नकारात्मक निष्कर्ष इस आधार पर तैयार किए गए थे कि "जीवन ऊर्जा" क्षेत्र जैसे कि चीन में "ची", जापान में "की" और भारत में "प्राण" के रूप में स्वीकार किए जाते हैं, पारंपरिक अनुसंधान या वैज्ञानिक उपकरणों द्वारा "अदृश्य" और "अतुलनीय" थे।

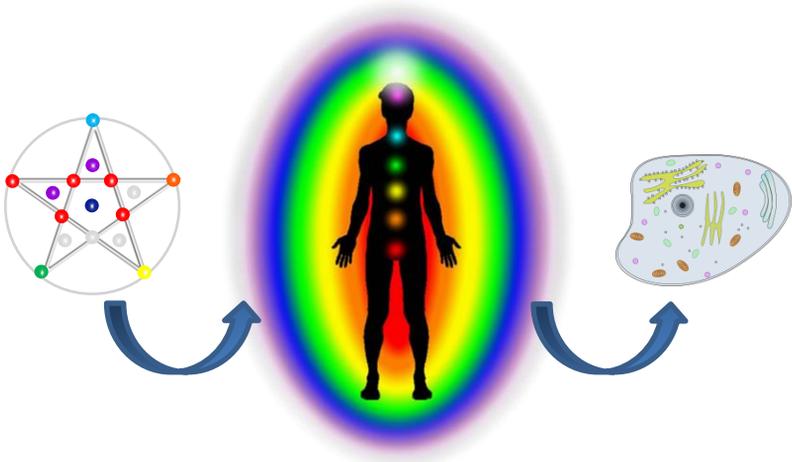
2006 और 2008 दोनों वर्षों में, प्रयोगशाला के तनावग्रस्त चूहों को रेकी उपचार दिया गया, और प्रत्येक चूहे में तनाव, चिंता और अवसाद के लक्षणों में

मानव चेतना के रहस्य

उल्लेखनीय कमी देखी गई, जबकि प्लेसीबो समूह को दिए गए फर्जी रेकी उपचारों से तनाव, चिंता या अवसाद में कोई कमी नहीं देखी गई।

मनुष्यों में, 1993 से 2006 के बीच किए गए शोध में संतोषजनक से लेकर उत्कृष्ट तक की रेटिंग दिखाई गई, इन सभी से यह पता चलता है कि रेकी उपचार मनुष्यों में दर्द के स्तर को नियंत्रित करने में सकारात्मक रूप से लाभकारी थे, जबकि इस प्रयोग में प्लेसीबो रेकी उपचार दर्द को नियंत्रित करने में अप्रभावी थे।

चेतना, विचार प्रक्रिया के माध्यम से ऊर्जा कंपन पैदा करती है। हर कंपन की अपनी आवृत्ति होती है। ये आवृत्तियाँ सूक्ष्म शरीर के क्षेत्रों में पहुँचती हैं। संपूर्ण सूक्ष्म शरीर के सारे क्षेत्र इन कंपन आवृत्तियों से चार्ज हो जाते हैं। अंततः, किसी समय, इन सूक्ष्म शरीर क्षेत्रों से, यह शरीर के एक विशिष्ट अंग में स्थानांतरित हो जाती है जहाँ यह ऊर्जा, उस अंग की कोशिकाओं में प्रकट होती है। अधिक सटीक रूप से कहें तो सूक्ष्म शरीर में चक्रों और नाड़ियों से जुड़े अंग या कार्य प्रभावित होते हैं। चेतना मैट्रिक्स से ऊर्जा शुरू होती है, विभिन्न सूक्ष्म और भौतिक ऊर्जा चैनलों से होकर गुजरती है और अंत में कोशिकाओं में स्थित होती है या प्रकट होती है। कोई आश्चर्य नहीं कि सभी प्रकार के जैविक विज्ञान भी मानते हैं कि सभी बीमारियों का एक ही सामान्य कारण है और वह है कोशिकाओं का अनुचित कार्य करना। संक्षेप में, यह वह संपूर्ण प्रक्रिया है जिसके माध्यम से रोग शरीर के किसी अंग में प्रवेश करता है।

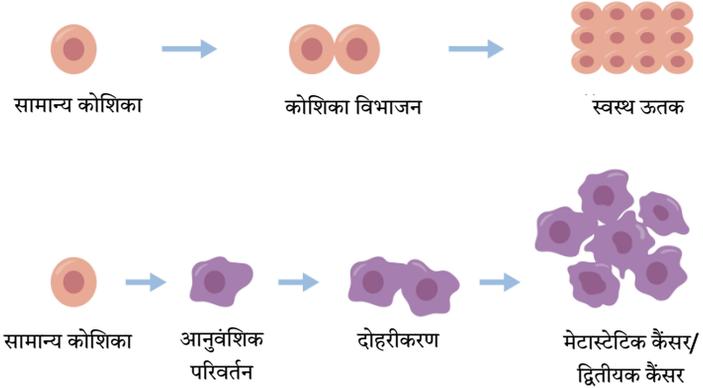


रोग और उपचार चक्र

क्योंकि चिकित्सा विज्ञान और आणविक जीव, विज्ञान जैविक गतिविधि के आणविक स्तर से आगे की कल्पना नहीं कर सकते, इसलिए पूरा जोर और प्रयास केवल विभिन्न औषधियों और शल्य चिकित्सा पद्धतियों द्वारा इस स्तर पर उपचार पर ही टिका रहता है। ज़रा कल्पना कीजिए कि एक पेड़ को काटकर उसके तने से अलग कर दिया गया है। हालाँकि, अदृश्य भूमिगत भाग जड़ें जमाए रहता है और पोषित होता रहता है, तथा वह किसी अन्य रूप में चुपचाप एक और शाखा विकसित कर लेता है।

यदि कोई बीमारी विकसित हुई है, तो उसकी जड़ चेतना में है; यह अंततः आणविक और परमाण्विक स्तर पर प्रकट होती है। स्वस्थ कोशिकाओं की तुलना में बीमारी प्रदर्शित करने वाली कोशिकाएँ आकार, अनुस्थापन और व्यवहार में विकृत हो जाती हैं।

कैंसर कोशिका की तुलना में सामान्य कोशिका



सामान्य कोशिकाएँ बनाम रोगग्रस्त कोशिकाएँ

कई उपचार प्रणालियों में, रोग का निदान सूक्ष्म शरीर और चक्र प्रणाली के अध्ययन से भौतिक शरीर में प्रकट होने से पहले ही किया जा सकता है। इसलिए हमारे लिए यह समझना अनिवार्य है कि किसी भी विकसित बीमारी को उसी तरीके से उलटना सबसे अच्छा है, यानी अंदर से बाहर, चेतना से सूक्ष्म और फिर भौतिक शरीर तक ठीक करना सबसे अच्छा है। औषधि एक अच्छा पूरक और सहायक प्रणाली प्रदान करती है, यद्यपि इसे उपचार प्रक्रिया का आधार नहीं बनाना चाहिए।

चेतना के माध्यम से उपचार आत्म-विकास और शुद्धि की एक लंबी आंतरिक यात्रा है, जो हमारी सचेत जागरूकता के विकास के माध्यम से, बीमारी से पूरी तरह से ठीक होने और स्थायी रूप से ठीक होने की ओर ले जा सकती है।

प्राण या जीवन शक्ति, जिसे वैज्ञानिक रूप से सी.क्यू.एस.ई. की ईथर ऊर्जा कहा जाता है, इसको सचेत रूप से प्रभावित भागों में भेजा जाता है, जिससे

कोशिकाओं और ऊतकों (टिश्यू) को उत्तेजित किया जाता है। स्व-चेतन अस्तित्व (सी.क्यू.एस.ई.) की स्व-चिकित्सा क्षमता में दृढ़ विश्वास हमेशा शुरुआत से पहले आवश्यक होता है। ईश्वर में आस्था हमें सार्वभौमिक चेतना स्रोत से जुड़ने में मदद करती है। हमारे इरादे जितने गहरे और तीव्र होंगे, उतनी ही अधिक देर तक अविचलित ध्यान के साथ ध्यान केंद्रित करने की क्षमता सटीक और शीघ्र परिणाम प्रदान करेगी।

योगी रामचरक ने बताया कि, 'चिकित्सा और स्वास्थ्य का सच्चा रहस्य शरीर के प्राकृतिक नियमों के पालन में छिपा है। इन नियमों को सही जीवन और सही सोच के रूप में संक्षेपित किया जा सकता है'।

ब्रह्मांड और अस्तित्व के मूलभूत नियमों के साथ तालमेल बिठाए बिना, किसी भी प्रकार का उपचार केवल एक अस्थायी उपाय है और उपचार बंद होने पर व्यक्ति को पुरानी स्थिति में वापस ले जाएगा।

उपचार के लिए अवचेतन मन

पहचानें कि कोई समस्या या बीमारी है जो आपके अवचेतन मन में आपके द्वारा स्थापित नकारात्मक विचारों और भावनाओं से जुड़ी है या उनके कारण उत्पन्न हुई है। अपने आप को सभी परिस्थितियों में मानसिक और शारीरिक स्वास्थ्य को ठीक करने की असीम शक्तियों, बुद्धिमत्ता और सहज ज्ञान युक्त क्षमता की स्वयं को याद दिलाएँ। फिर आप अपने अवचेतन मन के भीतर उपचार शक्ति की ओर मुड़ते हैं। तब आपको एहसास होता है कि यदि आप अपने मन को नकारात्मक विचारों से मुक्त करने में सफल हो जाते हैं, तो आपको उपचार मिल जाएगा।

अगला कदम सचेत रूप से एक विचार को एक स्वमान, एक मानसिक छवि के

मानव चेतना के रहस्य

रूप में चुनना है, इन्हें मज़बूत सकारात्मक भावना से जोड़ना है कि यह काम कर रहा है। स्वमान और मानसिक छवि निर्माण के दौरान, ऐसा महसूस करें कि जिस संपूर्ण स्वास्थ्य या उपचार की आप तलाश कर रहे हैं वह जीवन के वर्तमान क्षण में मौजूद है। अवचेतन मन अतीत या भविष्य की भाषा नहीं समझता है।

लोगों ने प्रार्थना चिकित्सा के माध्यम से सोने से ठीक पहले जब चेतन मन अल्फा से रुपांतर हो जाता है और थीटा और डेल्टा अवस्था में चला जाता है इन स्वमान और मानसिक छवियों को आजमाया है। इस तरह, वे थीटा और डेल्टा तरंग आवृत्ति के समान गहन विश्राम और ध्यान की अवस्थाओं में अवचेतन में प्रत्यारोपित हो जाते हैं।

सबसे महत्वपूर्ण बात यह है कि जब भी चेतना या उच्च ऊर्जा के माध्यम से उपचार की कोशिश की जाती है, तो तर्क में अत्यधिक आसक्ति की तुलना में आस्था और विश्वास में प्रबलता होनी चाहिए।

शोध का अनुमान है कि हमारे 70% विचार नकारात्मक और निरर्थक होते हैं। आप स्वयं को और अपने आस-पास के लोगों को किस प्रकार बुरे की अपेक्षा करने के लिए तैयार कर सकते हैं, तथा किस प्रकार बुरा परिणाम पा सकते हैं?

सी.क्यू.एस.ई. किस तरह से उपचार प्रक्रिया को क्रियाशील बनाता है

सी.क्यू.एस.ई. तीन मन (सचेतन, अवचेतन और अचेतन), सूक्ष्म शरीर के सात चक्र और छह तत्वों (ईथर, आकाश, अग्नि, वायु, जल और पृथ्वी) से संबंधित ऊर्जा बिंदु सहित पूरे शरीर और उसके अंगों पर पूर्ण नियंत्रण रखता है। सी.क्यू.एस.ई. के ऊर्जा बिंदु, उपचार तंत्र के बारे में स्वयं जागरूक हैं। हमें बस सही भाव के माध्यम से

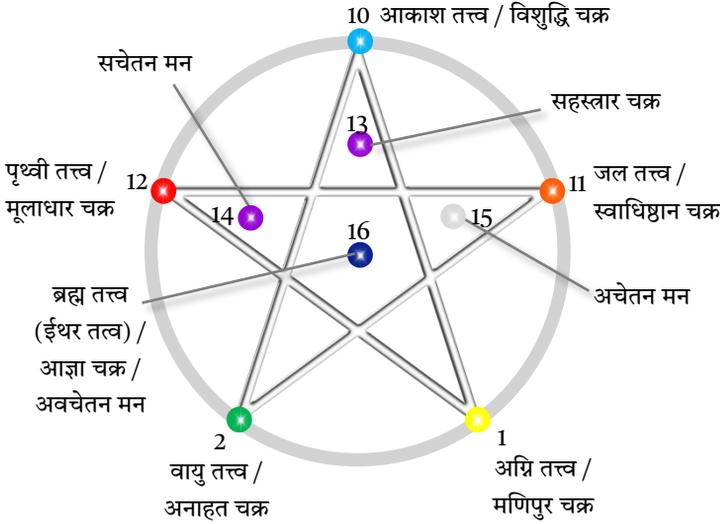
मैजिक डायमंड ऑफ ग्रुप

उन्हें सक्रिय करने की और ऊर्जा को दिशा देने की जरूरत है।

सी.क्यू.एस.ई. ध्यान में ('ध्यान' अध्याय में समझाया गया) ऊर्जा केंद्रों की क्लीनिंग और चार्जिंग होती है। जब सी.क्यू.एस.ई. के ऊर्जा बिंदुओं को उच्च स्रोत या सार्वभौमिक चेतना (परमात्मा) से संबंधित ऊर्जाओं के साथ क्लीन और चार्ज किया जाता है, तो यह होता है -

- ✚ सूक्ष्म शरीर में स्थित चक्र उस ऊर्जा से शुद्ध, रिचार्ज और संतुलित हो जाते हैं।
- ✚ अचेतन मन की क्लीनिंग हो जाती है, जिसका मतलब है कि वर्तमान या पिछले जन्मों की सभी बाधाएँ धीरे-धीरे दूर हो जाती हैं। ये बाधाएँ मानसिक और शारीरिक समस्याओं के सबसे बड़े कारणों में से एक हैं।
- ✚ भौतिक शरीर को बनाने वाले पाँच तत्वों को पुनः ऊर्जा मिलती है।
- ✚ छठा तत्व (ईथर) या प्राण ऊर्जा, जो कि जीवन शक्ति है, पुनर्जीवित हो जाता है।
- ✚ अचेतन मन शुद्ध और पुनर्जीवित हो जाता है। चूँकि यह आंतरिक अंगों की कार्यप्रणाली को नियंत्रित करता है, इसलिए वे स्वस्थ हो जाते हैं।

मानव चेतना के रहस्य



चिकित्सा क्षेत्र में चेतना, अध्ययन और शोध का एक प्रमुख विषय होना चाहिए। इसके बिना, स्वास्थ्य के प्रति समग्र दृष्टिकोण अव्यावहारिक है। इसके लिए धन की आवश्यकता नहीं है; इसके लिए जो अपेक्षित है, वह है स्वयं में विश्वास। चेतना को एक आध्यात्मिक औषधीय और उपचार उपकरण के रूप में स्वीकार करने की बात आने पर चिकित्सा समुदाय को अपमान की भावना से उभरने के लिए पर्याप्त साहस की आवश्यकता होगी। इसके लिए ऊर्जा को एक विशिष्ट केंद्र की ओर निर्देशित करने के लिए सचेत भाव रखने और सी.क्यू.एस.ई. (आत्मा) के आत्म-उपचार में दृढ़ विश्वास रखने की आवश्यकता है।

यह कोई रहस्य नहीं है कि सूक्ष्म ऊर्जा उपचार चिकित्सा, पहले से ही सुस्थापित चिकित्सा उपचार और दवा उद्योग के सीधे विरोध में है। सूक्ष्म ऊर्जा उपचार प्रणाली में न केवल आपकी आत्मा को जागृत करने और आपके स्वास्थ्य और जीवन को बेहतर बनाने की क्षमता है; बल्कि जिसे आमतौर पर स्वास्थ्य देखभाल प्रणाली के रूप में जाना जाता है इनके वैश्विक बहु-खरब डॉलर के उद्योग

मैजिक डायमंड ऑफ ग्रुप

को चुनौती देती है। इस आध्यात्मिक विज्ञान और जीवन जीने की कला के प्रचार के लिए किसी मुनाफ़ाखोरी व्यवसाय वाले आदर्श की आवश्यकता नहीं है।

आप न तो शरीर हैं और न ही मन। आप उन्हें नियंत्रित करते हैं और सहज रूप से जानते हैं कि उन्हें ठीक करने के लिए क्या करना होगा। हम सभी को चेतना के इस साधन का वरदान प्राप्त है, जिसे सबसे कम समझा जाता है और जिसे अनैतिकता से कम आंका गया है। सत्य को स्वीकार करो और जादू प्रकट हो जाएगा।

चेतना और जीन्स की पुनः प्रोग्रामिंग

“हमारी चेतना के साधन - जिसमें हमारी मान्यताएँ, प्रार्थनाएँ, विचार, भाव और आस्था शामिल हैं - यह सभी अक्सर हमारे जीन्स की तुलना में हमारे स्वास्थ्य, दीर्घायु और खुशी के साथ अधिक मज़बूती से जुड़े होते हैं।”

~ डॉसन चर्च, 'द जिन्न इन योर जीन्स' के लेखक

मानव जीनोम परियोजना (दी ह्यूमन जीनोम प्रोजेक्ट)

1990 में, मानव जीनोम परियोजना के नाम से एक अंतरराष्ट्रीय सहयोगात्मक शोध कार्यक्रम शुरू किया गया। इसका लक्ष्य मानव के सभी जीन्स का पूर्ण मानचित्रण(मैपिंग) बनाना था और उन्हें समझना था। मानव जीनोम परियोजना का कार्य मानव डी.एन.ए. की संपूर्ण संरचना की पहचान करना और उसके त्रिगुणों और जीन्स का मानचित्रण (मैपिंग) करना था। चूंकि मानव शरीर में कम से कम 100,000 विभिन्न प्रोटीन्स होते हैं, इसलिए मानव डी.एन.ए. में कम से कम 100,000 जीन्स मिलने की उम्मीद थी। आम धारणा यह थी कि शरीर को प्रत्येक

मैजिक डायमंड ऑफ ग्रुप

प्रोटीन के लिए ब्लूप्रिंट प्रदान करने के लिए एक जीन की आवश्यकता होती है। इसके अलावा, प्रोटीन-एनकोडिंग जीन्स को नियंत्रित करने वाले 40,000 रेग्युलेटरी जीन्स भी अपेक्षित थे। वैज्ञानिकों को उम्मीद थी कि मानव जीनोम में मानव गुणसूत्रों के तेईस जोड़े में कुल 140,000 जीन्स होंगे।

लेकिन 2003 में इस परियोजना के अंत में, वैज्ञानिकों की उम्मीद के विपरीत कि वे ब्रह्मांड के रहस्यों को सुलझा लेंगे, वे तब आश्चर्यचकित रह गए जब उन्होंने पाया कि संपूर्ण मानव जीनोम लगभग 25,000 जीन्स से बना है। अस्सी प्रतिशत से ज़्यादा डी.एन.ए. का अस्तित्व ही नहीं है। अगर पारंपरिक दृष्टिकोण से देखा जाए तो ये 25,000 जीन्स पूरे शरीर और मस्तिष्क की जटिल प्रणाली को क्रियाशील रखने के लिए पर्याप्त नहीं हैं।

यद्यपि मानव जीनोम परियोजना ने जीन्स को देखने के हमारे तरीके में महत्वपूर्ण बदलाव किया है, तथापि इस परियोजना से कुछ चुनौतियाँ भी सामने आईं।

मानव जीनोम अनुसंधान से पता चला है कि मानव जीनोम में 25,000 जीन्स हैं, जो चूहों के जीनोम से सिर्फ़ कुछ सौ ज़्यादा हैं! मानव जीनोम परियोजना ने यह भी बताया कि हम अपने 98 प्रतिशत जीन्स चिम्पांज़ी के साथ साझा करते हैं! जीन्स यह समझाने में सक्षम नहीं थे कि मनुष्य सबसे विकसित प्रजाति क्यों है?

2009 में, मूल जीनोम परियोजना के कुछ बचे हुए वैज्ञानिक रूप से सक्रिय नेताओं में से एक, फ्रांसिस कोलिन्स ने 26 अन्य प्रमुख आनुवंशिकीविदों के साथ, वैज्ञानिक पत्रिका 'नेचर' में एक समीक्षा पत्र प्रकाशित किया। इसका शीर्षक था 'जटिल रोगों की लुप्त आनुवंशिकता की खोज'। इसमें, लेखकों ने स्वीकार किया कि 700 से अधिक जीनोम-स्कैनिंग प्रकाशनों और अरबों खर्च के बावजूद, आनुवंशिकीविदों को अभी तक मानव रोग के लिए आंशिक आनुवंशिक आधार से

मानव चेतना के रहस्य

अधिक कुछ नहीं मिला है।

इस परियोजना ने आनुवंशिकता संबंधी अध्ययन किए, जिसका उद्देश्य पर्यावरणीय भिन्नता की तुलना में आनुवंशिक भिन्नता के सापेक्ष योगदान को मापना था। कम समान वातावरण में समान जुड़वाँ बच्चों (उच्च डीएनए साझा करने वाले) की तुलना अधिक समान वातावरण में असमान जुड़वाँ बच्चों से की गई। अध्ययन यह निष्कर्ष नहीं निकाल सका कि जीन्स माहौल पर हावी होते हैं। परिणाम स्वरूप, इसे चुपचाप किनारे कर दिया गया।

इससे हमारे सामने कुछ दिलचस्प सवाल उठते हैं -

- इस जटिल मन, शरीर और जीवन को चलाने के लिए सारी जानकारी कहाँ से आती है?
- क्या जीन्स चेतना पर हावी होते हैं? या यह इसके विपरीत है?
- क्या हम जीवन और अस्तित्व के सभी रहस्यों को भौतिक स्रोतों, यानी जैविक और रासायनिक से पा सकते हैं?

हमारे पास सारी जानकारी कहाँ संग्रहीत है?

मानव जीनोम परियोजना इस बारे में स्पष्ट, व्यापक और विस्तृत उत्तर नहीं दे सकी कि जटिल शरीर, मस्तिष्क और व्यवहार प्रणाली कैसे काम करती है और यहाँ तक कि बीमारियाँ क्यों होती हैं? हाँ, जीन्स कुछ हद तक हमारे शारीरिक लक्षणों, दिखावट और गुणों को निर्धारित करने में मदद करते हैं जो हमें पूर्वजों से मिलते हैं। हमें अपने कुछ आनुवंशिक कोड अपने माता-पिता से मिलते हैं, लेकिन कई कोड

हमारे माता-पिता या पूर्वजों से मेल नहीं खाते। उदाहरण के लिए, हम देखते हैं कि एक बच्चे के माता-पिता स्वस्थ हैं, फिर भी बच्चा विकृतियों या बीमारियों के साथ पैदा होता है। और कभी-कभी, हम देखते हैं कि औसत आय.क्यू. वाले माता-पिता उच्च आय.क्यू. या असाधारण कौशल वाले बच्चे को जन्म देते हैं। दिमाग को यह बात हैरान करती है - हमारी विशेषताओं को कौन और कैसे निर्धारित करता है? और फिर, यह कैसे संभव है कि हम डी.एन.ए. की प्रोग्रामिंग को कैसे प्रभावित या परिवर्तित कर सकते हैं?

डॉ. ब्रूस एच. लिछन (पी.एच.डी.) बताते हैं - वैज्ञानिकों ने लगातार यह दावा किया है कि हमारा जैविक भाग्य हमारे जीन्स में लिखा होता है। इस विश्वास के विपरीत, ब्रह्मांड हमें एक ब्रह्मांडीय मज़ाक के साथ खुश करता है: जीवन का "नियंत्रण" जीन्स में नहीं है। बेशक, परियोजना (मानव जीनोम परियोजना) के परिणामों का सबसे दिलचस्प परिणाम यह है कि अब हमें उस "भविष्य की चुनौती" का सामना करना होगा, जिसका डेविड बाल्टीमोर (नोबेल पुरस्कार विजेता) ने वर्णन किया था। अगर जीन्स नहीं तो हमारे जीव विज्ञान को कौन नियंत्रित करता है?

सी.क्यू.एस.ई. (आत्मा), अवचेतन और अचेतन मन के अनुरूप दो ईथर ऊर्जा बिंदुओं में सभी जन्मों से संबंधित सभी जानकारी संग्रहीत करता है।

1. अवचेतन मन / बुद्धि - सभी पिछले जन्मों की हर घटना, विचार, भावना, क्रिया और शब्दों की सभी यादों को संग्रहीत करता है।
2. अचेतन मन / संस्कार - व्यवहार और विचार पद्धति के रूप में संस्कारों का पूरा रिकॉर्ड रखता है। ये सभी जन्मों में व्यक्ति के व्यक्तित्व के गुणों, सद्गुणों, चरित्र और विशेषताओं के रूप में प्रकट होते हैं।

यह ध्यान देने योग्य बात है कि चूंकि ये सूचनाएँ क्वांटा के ट्रैक रिकॉर्ड में संग्रहीत हैं,

मानव चेतना के रहस्य

जो कि ईथर तत्व है, इसलिए यह जीवन के हर पहलू की विशाल मात्रा में सूचनाओं का भंडार है।

जैसे-जैसे भ्रूण माँ के गर्भ में एक बच्चे के रूप में विकसित होता है, सी.क्यू.एस.ई.(आत्मा) उसमें प्रवेश करती है और अपने सभी ऊर्जा बिंदुओं से संबंधित ऊर्जाओं को भेजना शुरू कर देती है। मन-बुद्धि-संस्कार (यानी कण्ट्रोल सर्किट) के ऊर्जा बिंदुओं और पाँच तत्वों के ऊर्जा बिंदुओं में संग्रहीत जानकारी मस्तिष्क सहित शरीर को आकार देना शुरू कर देती है। वे माता-पिता से विरासत में मिले डी.एन.ए.(जीन्स) को भी प्रभावित करना शुरू कर देते हैं। यह ध्यान रखना महत्वपूर्ण है कि चेतना के अलावा, डी.एन.ए. पर्यावरणीय कारकों, जैसे पोषण, दवाएँ, ध्वनि तरंगों और अन्य भौतिक वातावरण और कंपन आवृत्तियों पर सूक्ष्म कारकों, जैसे गर्भावस्था के दौरान माँ के विचार और भावनाओं से भी प्रभावित होता है। हालाँकि, सी.क्यू.एस.ई. एक महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है।

यह ध्यान रखना महत्वपूर्ण है कि सभी जीन्स में संशोधन संभव नहीं है। हमारे विकास में कुछ महत्वपूर्ण अवधियाँ होती हैं, जिसके दौरान कुछ जीनों को प्रभावित किया जा सकता है, इससे पहले कि वे सुष्ठु हो जाएँ। एक समय अवधि होती है जब शरीर और मस्तिष्क के विकास से संबंधित जीन्स अन्य भौतिक और सूक्ष्म पर्यावरणीय कारकों के साथ-साथ सी.क्यू.एस.ई. से प्रभावित हो सकते हैं। नए शोध अध्ययनों से पता चला है कि जो जीन्स अन्य पहलुओं से संबंधित हैं, जैसे भावनात्मक, व्यवहारिक और संज्ञानात्मक क्षमताएँ, वे हमारे जीवनकाल में चेतना, जीवनशैली और पर्यावरणीय पहलुओं के माध्यम से संशोधित हो सकती हैं। न्यूरोप्लास्टिसिटी से संबंधित हाल के अध्ययनों से पता चला है कि मस्तिष्क भी इसी तरह के प्रभावों के प्रति ग्रहणशील है और स्थायी परिवर्तनों के साथ प्रतिक्रिया करता है। यह सब हमें 'एपिजेनेटिक्स' में नए अध्ययनों की ओर ले गया है, जिसका अर्थ है आनुवंशिकी से ऊपर। यह अध्ययन आनुवंशिक कोड में परिवर्तन के बजाय जीन्स

अभिव्यक्ति के संशोधन की व्याख्या करता है।

इसलिए आनुवंशिक कोडिंग के सामने मानवीय भेद्यता का वैज्ञानिक प्रतिमान गलत है और स्वतंत्र इच्छा, आत्म-संप्रभुता और पदार्थ पर मन की शक्ति के प्राकृतिक नियमों के विपरीत है।

क्या चेतना जीन्स को पुनः प्रोग्राम कर सकती है?

सीधे तौर पर, इसका उत्तर हाँ है, जैसा कि हमने पहले चर्चा की है। चेतना दोहरे प्रभाव पैदा करती है -

1. चेतना में आनुवंशिकी से परे जाकर पर्यावरण या स्थिति के प्रति अपनी प्रतिक्रिया चुनने तथा स्वास्थ्य, खुशी और कल्याण का अनुभव करने की शक्ति होती है।

1988 में जॉन केर्न्स द्वारा किए गए एक अध्ययन में, जिसे 'नेचर' जर्नल में "दि ओरिजिन ऑफ म्यूटेंट्स" शीर्षक से प्रकाशित किया गया था, उन्होंने दिखाया कि डी.एन.ए. में उत्परिवर्तन यादृच्छिक नहीं थे, बल्कि पर्यावरणीय तनावों की प्रतिक्रिया में पूर्व निर्धारित तरीके से होते थे।

डॉ. ब्रूस लिप्पन कहते हैं - 'डी.एन.ए. प्रोटीन की एक सुरक्षात्मक परत में ढका होता है। पर्यावरण के संकेत उस प्रोटीन पर काम करते हैं, जिससे वह खुल जाता है और उपयोग के लिए कुछ जीन्स चुनता है - ऐसे जीन्स जो विशेष रूप से वर्तमान पर्यावरण पर प्रतिक्रिया करने के लिए आवश्यक होते हैं। डी.एन.ए. श्रृंखला अभिक्रिया की शुरुआत नहीं है। इसके बजाय, पर्यावरण के बारे में मेम्ब्रेन की संवेदना पहला कदम है। यदि कोई संवेदना नहीं है, तो डी.एन.ए. निष्क्रिय है। जीन्स

मानव चेतना के रहस्य

स्वयं को सक्रीय या निष्क्रिय नहीं कर सकते; वे स्वयं को नियंत्रित नहीं कर सकते। अगर किसी कोशिका को किसी भी पर्यावरणीय उत्तेजना से अलग कर दिया जाए, तो वह कुछ भी नहीं कर सकती। जीवन इस बात पर निर्भर करता है कि कोशिका पर्यावरण के प्रति कैसी प्रतिक्रिया करती है।

2. विचारों, भाव, ध्यान, प्रार्थनाओं और भावनाओं के उपकरणों के साथ चेतना उच्च आवृत्तियों के ऊर्जा क्षेत्रों का निर्माण करती है, जो यदि लंबे समय तक और तीव्र हो, तो कोशिकाओं के माध्यम से डी.एन.ए. में परिवर्तन कर सकती है। जब चेतना उच्च ऊर्जा स्तरों पर होती है, तो ऊर्जा शरीर कोशिका स्तर पर भौतिक शरीर के कोडिंग को फिर से लिखता है। क्वांटम माइंड थ्योरीज़ इसे अच्छी तरह से समझा सकती है।

डॉ. लिछन बताते हैं - आपके पास सेल मेम्ब्रेन होता है, और डी.एन.ए. उनके अंदर होता है। सेल मेम्ब्रेन आपके पर्यावरण से आने वाले सभी बाहरी संकेतों को 'पढ़ता' है और उसके अनुसार अंदर के जीन्स को बदल देता है। यहाँ 'बाहरी' का अर्थ चेतना और भौतिक पर्यावरण दोनों से है।

विचार और भावनाएँ मस्तिष्क और शरीर के बाकी हिस्सों की कोशिकाओं में जीन अभिव्यक्ति को प्रभावित करती हैं। यह बदले में शरीर की संरचना, कार्य और स्वास्थ्य को प्रभावित करता है। नकारात्मक विचार पद्धति शरीर के सामान्य कार्य पद्धति को नुकसान पहुँचाती है।

इंस्टीट्यूट ऑफ हार्टमैथ ने यह प्रयोग किया और इसमें मानव प्लेसेंटल डी.एन.ए. को शामिल किया गया, जो डीएनए का सबसे मूल रूप है। इसे एक कंटेनर में रखा गया था जहाँ से वे इसके परिवर्तनों को माप सकते थे। डी.एन.ए. की 28 शीशियाँ 28 शोधकर्ताओं को दी गईं, जिन्हें विशेष रूप से प्रशिक्षित किया गया था कि कैसे माँग पर प्रबल भावनाएँ उत्पन्न और महसूस की जाएँ। परिणाम

मैजिक डायमंड ऑफ ग्रुप

आश्चर्यजनक थे। प्रत्येक डी.एन.ए. नमूना अपने शोधकर्ता की भावनाओं के अनुसार आकार बदलता है:

- ✚ जब शोधकर्ताओं ने प्रेम, आनंद और कृतज्ञता महसूस की, तो डी.एन.ए. ने शिथिलता से प्रतिक्रिया व्यक्त की: डी.एन.ए. के तंतु खुल गए और लंबे हो गए।
- ✚ जब शोधकर्ताओं ने क्रोध, भय, हताशा या तनाव महसूस किया, तो डी.एन.ए. कड़ा हो गया, छोटा हो गया और यहाँ तक कि इसके कई कोड बंद हो गए!
- ✚ जब शोधकर्ताओं ने फिर से प्यार, खुशी और कृतज्ञता महसूस की, तो डी.एन.ए. कोड फिर से चालू हो गए।
- ✚ हम जो विचार करते हैं और जो भावनाएँ हम महसूस करते हैं, वे लगातार हमारे डी.एन.ए. को नया आकार दे रही हैं।

सी.क्यू.एस.ई. ऊर्जा स्तर, डी.एन.ए. को कैसे निर्धारित करता है?

आनुवंशिकी के क्षेत्र में वैज्ञानिक इस बात पर शोध कर रहे हैं कि बीमारियों को ठीक करने के लिए डी.एन.ए. को कैसे बदला जा सकता है। दूसरी ओर, अध्यात्मवादी और दार्शनिक दावा करते हैं कि व्यक्ति अपने विचारों और ध्यान से अपने डी.एन.ए. को बदल सकता है। विज्ञान और अध्यात्म दोनों इस बात पर सहमत हैं कि डी.एन.ए. परिवर्तनशील है। लेकिन सवाल यह उठता है: हमारा डी.एन.ए. किससे

मानव चेतना के रहस्य

निर्धारित होता है? और अगर कोई ऐसी चीज़ है जो इसे निर्धारित करती है, तो वही चीज़ इसे पुनर्निर्धारित भी कर सकती है।

जैसा कि हमने पहले प्रमाणित किया है, आत्मा (सी.क्यू.एस.ई.) शरीर का प्रोग्रामर है, और यह आत्मा (सी.क्यू.एस.ई.) ही है जो हमारे डी.एन.ए. को प्रोग्राम करती है। अब हम समझेंगे कि आत्मा इसे कैसे और क्यों प्रोग्राम करना चुनती है।

आइए सबसे पहले डी.एन.ए. की संरचना को संक्षेप में समझें। डी.एन.ए. का मतलब है डीऑक्सीराइबोन्यूक्लिक एसिड, जो आनुवंशिक कोड है जो हमारी सभी शारीरिक विशेषताओं को निर्धारित करता है। डीऑक्सीराइबोन्यूक्लिक एसिड एक डबल हेलिक्स के आकार का एक बड़ा अणु है। यह न्यूक्लियोटाइड नामक दोहराई जाने वाली अस्तित्वों से बना होता है। प्रत्येक न्यूक्लियोटाइड में एक शर्करा और एक फॉस्फेट अणु होता है, जो डी.एन.ए. के संरचनात्मक ढाँचों का निर्माण करता है, तथा चार नाइट्रोजन युक्त न्यूक्लियोबेस में से एक होता है। ये न्यूक्लियोबेस एडेनिन (ए), गुआनिन (जी), साइटोसिन (सी) और थाइमिन (टी) हैं। यह डी.एन.ए. अणु के भीतर ए, जी, सी और टी का विशिष्ट क्रम है जो आपके लिए अद्वितीय है और आपको आपकी विशेषताएँ देता है।

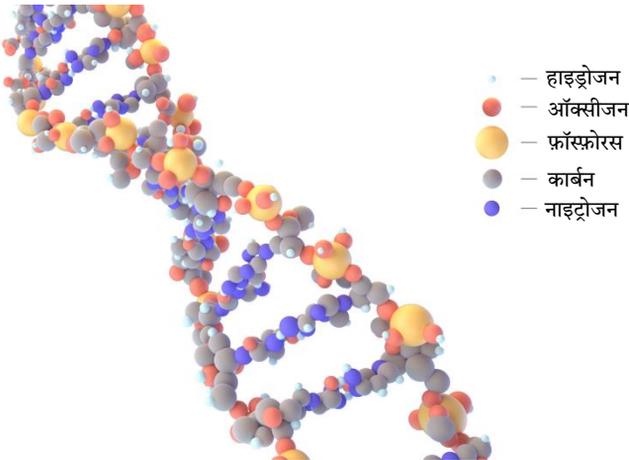
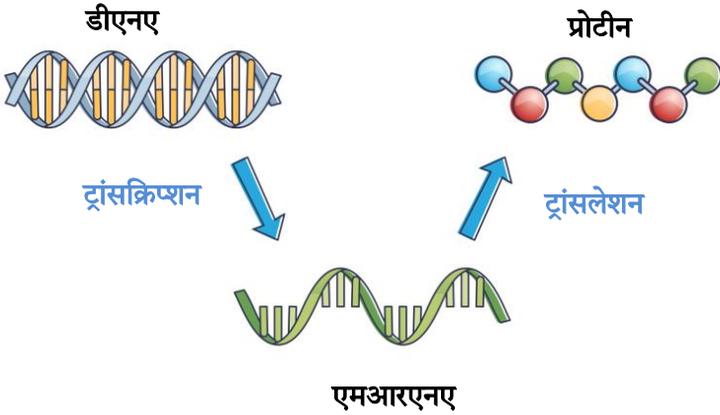
न्यूक्लिक एसिड जैव रासायनिक यौगिकों के चार वर्गों में से एक है; अन्य तीन वर्ग कार्बोहाइड्रेट, प्रोटीन और लिपिड हैं। न्यूक्लिक एसिड में आर.एन.ए. (राइबोन्यूक्लिक एसिड) के साथ-साथ डी.एन.ए. (डीऑक्सीराइबोन्यूक्लिक एसिड) भी शामिल हैं। दोनों प्रकार के न्यूक्लिक एसिड में कार्बन, हाइड्रोजन, ऑक्सीजन, नाइट्रोजन और फॉस्फोरस तत्व होते हैं।

डी.एन.ए. में आनुवंशिक कोड होता है, जो कोशिकाओं को प्रोटीन बनाने का निर्देश देता है। आर.एन.ए. डी.एन.ए. में आनुवंशिक कोड की प्रतिलिपि बनाता है और कोड के आधार पर प्रोटीन को संश्लेषित करने में मदद करता है। जीन्स बताते हैं

मैजिक डायमंड ऑफ़ ग्रुप

कि हम कैसे गुण विरासत में लेते हैं और उन्हें वंशजों को देते हैं।

जीन अभिव्यक्ति



मानव चेतना के रहस्य

डी.एन.ए. संरचना में मुख्य रूप से पाँच मूल परमाणु होते हैं - फॉस्फोरस, ऑक्सीजन, कार्बन, नाइट्रोजन और हाइड्रोजन जो डी.एन.ए. को प्रभावित करते हैं। ये पाँच परमाणु प्रकृति के पाँच तत्वों से संबंधित हैं।

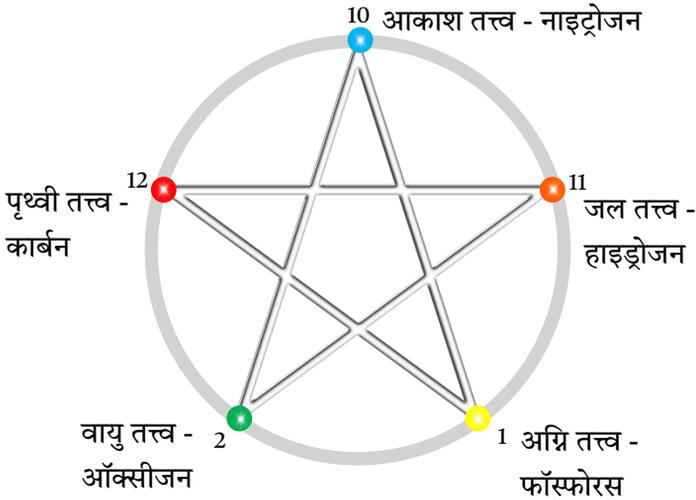
फॉस्फोरस परमाणु अग्नि तत्व से जुड़ा है।

ऑक्सीजन परमाणु वायु तत्व से जुड़ा है।

कार्बन परमाणु पृथ्वी तत्व से जुड़ा है।

नाइट्रोजन परमाणु आकाश तत्व से जुड़ा है।

हाइड्रोजन परमाणु जल तत्व से जुड़ा है।



यदि इनमें से किसी भी परमाणु अणु की डी.एन.ए. संरचना में अपर्याप्तता (मात्रा और क्षमता) हो तो यह शरीर में विकृति उत्पन्न करता है। हम जानते हैं कि आत्मा (सी.क्यू.एस.ई.) के भीतर पाँच तत्वों की ऊर्जा होती है, और ये उर्जाएँ हमारी पाँच ज्ञानेन्द्रियों को नियंत्रित करती हैं।

अपने डी.एन.ए. को पुनः प्रोग्राम कैसे करें?

हम जानते हैं कि आत्मा (सी.क्यू.एस.ई.) ने हमारे सभी पिछले जन्मों के कर्मों के रिकॉर्ड्स अपने भीतर संग्रहीत कर रखा है। इसका अर्थ यह है कि आत्मा के पास हमारे पिछले जन्मों में लोगों, स्थानों और प्रकृति के तत्वों के साथ किए गए कर्मों का लेखा-जोखा होता है। हमारे कर्मों के आधार पर, ऊर्जा का घटा हुआ या बढ़ा हुआ स्तर आत्मा (सी.क्यू.एस.ई.) के संबंधित ऊर्जा बिंदुओं में संग्रहीत हो जाता है। आत्मा (सी.क्यू.एस.ई.) में ये ऊर्जा स्तर डी.एन.ए. को प्रभावित करते हैं और उसे प्रोग्राम करते हैं। यदि आप हमारे द्वारा विकसित ध्यान विधि द्वारा आत्मा (सी.क्यू.एस.ई.) में ऊर्जा स्तर को बदलते हैं, तो आप अपने डी.एन.ए. को बदल (पुनः प्रोग्राम) सकते हैं। इस ध्यान तकनीक में, हम आत्मा (सी.क्यू.एस.ई.) के 16 ऊर्जा बिंदुओं को चार्ज करते हैं और उनके ऊर्जा स्तरों को बढ़ाते हैं। आत्मा (सी.क्यू.एस.ई.) के ऊर्जा बिंदुओं के ऊर्जा स्तरों में यह वृद्धि तुरंत सूक्ष्म आभा शरीर में दिखाई देती है और इसे वैज्ञानिक उपकरणों द्वारा मापा जा सकता है।

जंक डी.एन.ए. की केस

वैज्ञानिक अब यह भी मानते हैं कि हमारे जीवनकाल में हमारे डी.एन.ए. का 5% से भी कम हिस्सा उपयोग में आता है। इसलिए 95% से ज्यादा डी.एन.ए. सुषुप्त रहता

मानव चेतना के रहस्य

है, जिसे वे 'जंक डी.एन.ए.' कहते हैं। इस प्रकृति में किसी भी चीज़ को कबाड़ या बेकार नहीं कहा जा सकता; यह वास्तव में ब्रह्मांडीय चेतना और माँ प्रकृति का उपहार है। हमें जीवन के इस प्राकृतिक नियम को समझना होगा कि उच्चतर आध्यात्मिक वास्तविकताओं को समझे और अनुभव किए बिना हम प्रकृति के सभी रहस्यों और उपहारों तक पहुँच नहीं सकते। इनके 95% डी.एन.ए. में उच्चतर अस्तित्व के रहस्य छिपे हुए हैं, जिन्हें केवल चेतना के पार जाकर ही उजागर और अति श्रेष्ठ किया जा सकता है।

रूसी शोध आनुवंशिक पुनर्रचना का समर्थन कैसे करता है

जिस वर्ष जीनोम परियोजना शुरू की गई थी, उसी वर्ष, सम्पूर्ण मानव जीनोम का अध्ययन करने के लिए रूसी विज्ञान अकादमी के रूसी वैज्ञानिकों का एक समूह बनाया गया था। इस शोध का नेतृत्व रूसी विज्ञान अकादमी के सदस्य डॉ. प्योत्र गरजाजेव ने किया था। इस समूह ने कुछ चौंकाने वाले खुलासे किए; उनमें से एक यह था कि डी.एन.ए. के अंदर की जानकारी को बदला जा सकता है। डी.एन.ए. स्ट्रिंग के कोडॉन को अलग-अलग क्रम में पुनर्व्यवस्थित किया जा सकता है। दूसरे शब्दों में, मानव जीनोम के सॉफ्टवेयर, यानी हमारे डी.एन.ए. अणु को फिर से प्रोग्राम किया जा सकता है! शोध से पता चला कि डी.एन.ए. स्ट्रिंग में ट्रिपलेट स्थानों का आदान-प्रदान करने में सक्षम हैं। डी.एन.ए. में हमारी मानवीय भाषाओं के समान वाक्यविन्यास और अर्थ-विज्ञान पाया गया। इससे संकेत मिलता है कि डी.एन.ए. के बारे में वर्तमान सीमित समझ यह है कि यह केवल जीव के रासायनिक मेकअप के लिए प्रोटीन के प्रजनन के कोडिंग के लिए काम करता है, जो पूरी तस्वीर नहीं है।^[1 द सोल्स ऑफ डिस्टॉर्शन अवेकनिंग]

प्योत्र गरजाजेव के समूह द्वारा किया गया सबसे आश्चर्यजनक प्रयोग

मैजिक डायमंड ऑफ ग्रुप

मॉड्युलेटेड लेजर प्रकाश का उपयोग करके डी.एन.ए. कोडॉन अनुक्रमों की पुनः प्रोग्रामिंग है। डी.एन.ए. भाषा के अपने खोजे गए व्याकरणिक वाक्यविन्यास से, वे सुसंगत लेजर प्रकाश और यहाँ तक कि रेडियो तरंगों को भी नियंत्रित करने तथा वाहक तरंग में अर्थ जोड़ने में सक्षम हो गए। इस तरह, वे डी.एन.ए. की सही अनुनाद आवृत्तियों का उपयोग करके जीवित जीवों में *इन विवो* डी.एन.ए. को पुनर्प्रोग्राम करने में सक्षम थे। अब तक की सबसे उल्लेखनीय खोज यह है कि बोली जाने वाली भाषा को उसी पुनर्प्रोग्रामिंग प्रभाव के साथ वाहक तरंग में परिवर्तित किया जा सकता है। अब, यह एक हैरान करने वाली और चौंकाने वाली वैज्ञानिक खोज है! हमारे डी.एन.ए. को मानव भाषण द्वारा पुनः प्रोग्राम किया जा सकता है, बशर्ते कि शब्दों को सही वाहक आवृत्तियों पर मॉड्युलेट किया जाए!

डॉ. प्योत्र गरजाजेव के अनुसार, एक अन्य रहस्योद्घाटन में, जीव की जीनोमिक जानकारी भी गैर-स्थानीय रूप से संग्रहीत होती है। इसका मतलब यह है कि यह केवल डी.एन.ए. अणु तक ही सीमित नहीं है। डी.एन.ए. अणु महज एक भंडारण उपकरण के रूप में कार्य करता है जो गैर-स्थानीय वितरित क्षेत्र से जीनोमिक जानकारी को पढ़ और लिख सकता है। डी.एन.ए. एक फ्रैक्चल वातावरण की तरह काम करता है जो सुसंगत नीले लेजर प्रकाश को होलोग्राफिक तरीके से संग्रहीत करता है।

जब आप अपनी ऊर्जा को उच्चतर स्तर पर परिवर्तित करते हैं, तो इससे आपकी स्थिति बदल जाती है। इसके बाद यह आपके होने को, अर्थात् शारीरिक और मानसिक अवस्था को - सूक्ष्म से लेकर वृहद स्तर तक, और आपके करने को, अर्थात् पर्यावरण के प्रति आपकी अनुभूति, क्रिया और शब्दों के माध्यम से आपकी प्रतिक्रियाओं को प्रभावित करना शुरू कर देता है। यह अंदर से बाहर का परिवर्तन है।

चेतना मानसिक स्वास्थ्य को बेहतर बनाने में कैसे मदद करती है?

"यदि आप उदास हैं, तो आप अतीत में जी रहे हैं। यदि आप चिंतित हैं, तो आप भविष्य में जी रहे हैं। यदि आप शांत हैं, तो आप वर्तमान में जी रहे हैं।"

~ लाओ त्जु

विश्व स्वास्थ्य संगठन का अनुमान था कि 2020 तक अवसाद (डिप्रेशन) दुनिया भर में बीमारियों का दूसरा सबसे बड़ा कारण बन जाएगा। यह समस्या इस तथ्य से और भी जटिल हो जाती है कि पाँच में से एक व्यक्ति को निदान योग्य मानसिक बीमारी है, लेकिन जब हम देखते हैं कि कितने लोगों को मदद मिल रही है, तो यह एक तिहाई से भी कम है। डॉ. डेविड डी. बर्न्स (फीलिंग गुड) कहते हैं, 'वास्तव में, अवसाद इतना व्यापक है कि इसे मानसिक विकारों की सामान्य सर्दी माना जाता है'। यह वास्तव में स्थिति की भयावहता को स्पष्ट करती है।

मानव चेतना के रहस्य

आइए मानसिक स्वास्थ्य पर कुछ आम तौर पर स्वीकृत धारणाओं को समझें और देखें कि इनमें से कितनी सही या काल्पनिक हैं:

- a. ऐसा माना जाता है कि मानसिक बीमारी के मुद्दे आनुवंशिक प्रभावों से संबंधित हैं। हालाँकि, शोध अध्ययनों से पता चलता है कि अवसाद के केवल 16 प्रतिशत मामलों में आनुवंशिक कारण हो सकते हैं। यह समझना जरूरी है कि जीन्स भरी हुई बंदूकों की तरह हैं जो केवल अनुभूति, जीवनशैली और व्यवहार से ही सक्रिय होते हैं। साथ ही, अगर जीन्स को विशिष्ट मानसिक या शारीरिक अस्वस्थता के साथ कोडित किया जा सकता है, तो इनका पुनर्लेखन भी किया जा सकता है।
- b. मानसिक स्वास्थ्य समस्याएँ मस्तिष्क में रासायनिक और जैविक असंतुलन के कारण होती हैं। हम जानते हैं कि मस्तिष्क की कोशिकाओं की गतिविधि मन के संबंध में होती है, लेकिन यह संबंध किस तरह का है? क्या यह मस्तिष्क की कोशिकाएँ हैं जो मन को सक्रिय करती हैं, या यह मन है जो मस्तिष्क की कोशिकाओं को सक्रिय करता है, या दोनों? नोबेल पुरस्कार विजेता न्यूरोसाइंटिस्ट प्रोफेसर एक्लेस, जिन्होंने इस सिद्धांत का समर्थन किया है कि मन एक अलग अस्तित्व है, एक्लेस का मानना है कि इसे मस्तिष्क कोशिका प्रक्रियाओं तक सीमित नहीं किया जा सकता है। सी.क्यू.एस.ई. (आत्मा) जो मस्तिष्क के ठीक मध्य में स्थित है, मस्तिष्क का उपयोग हार्डवेयर के रूप में करता है। ज़रा कल्पना कीजिए कि यदि सॉफ्टवेयर में अत्यधिक लोड या बग(दोष) उत्पन्न हो जाए तो यह हार्डवेयर को अस्थायी या स्थायी रूप से खतरे में डाल सकता है। यह मन-मस्तिष्क के कार्य पर लागू होता है। लंबे समय तक अत्यधिक, बार-बार या नकारात्मक विचार मस्तिष्क को नुकसान पहुँचा सकते हैं।

मैजिक डायमंड ऑफ ग्रुप

- c. मानसिक स्वास्थ्य समस्याओं से निपटने के सबसे आसान तरीकों में से एक दवाइयाँ हैं, जैसे कि अवसाद रोधी दवाइयाँ, नींद की गोलियाँ। शोधकर्ताओं ने पुष्टि की है कि संज्ञानात्मक या अन्य मनोचिकित्सा के माध्यम से विचार पद्धति में बदलाव अक्सर अल्पकालिक और दीर्घकालिक रूप से दवाइयों की तुलना में अधिक प्रभावी होते हैं। सबसे महत्वपूर्ण बात यह है कि बीमारी के दोबारा होने की संभावना कम होती है और दवाइयों के बाद होने वाले दुष्प्रभाव भी समाप्त हो जाते हैं।
- d. मानसिक बीमारी के दौरान बिगड़े तंत्रिका कोशिकाओं को पुनर्स्थापित नहीं किया जा सकता। मस्तिष्क को चलते रहने के लिए दवाइयों के सहायता की आवश्यकता होती है। मस्तिष्क पर हाल के अध्ययनों से पता चलता है कि सकारात्मक अनुभूति प्रक्रिया नए तंत्रिका पथों का निर्माण कर सकती है, और कुछ घटनाओं में, क्षतिग्रस्त तंत्रिकाओं को पुनर्जीवित किया जा सकता है। न्यूरोलॉजिस्ट मानते हैं कि मन को परिवर्तित करके मस्तिष्क को बदला जा सकता है।

डॉ. जो डिस्पेंजा (यू आर द प्लेसीबो) द्वारा दिए गए इस घटना पर विचार करें:

एक 46 वर्षीय आत्महत्या करने वाली महिला, जो किशोरावस्था से ही अवसाद से पीड़ित थी, ने एक दवा परीक्षण में भाग लेने का निर्णय लिया, जिसमें एक नई अवसादरोधी दवा का परीक्षण किया जाना था। आठ सप्ताह के बाद, महिला को आत्महत्या का विचार नहीं रहा और वह एक नए व्यक्ति की तरह महसूस करने लगी। पता चला कि वह प्लेसीबो समूह का हिस्सा थी। अध्ययन से पता चला कि प्लेसीबो प्रतिभागियों ने न केवल बेहतर महसूस किया, बल्कि उनके मस्तिष्क तरंग पद्धति में भी बदलाव आया।

अच्छा मानसिक स्वास्थ्य क्या है?

क्या यह केवल अवसाद, चिंता, भ्रम या भय जैसे विकार की अनुपस्थिति है? हाल तक, मानसिक स्वास्थ्य का अध्ययन मुख्य रूप से मानसिक बीमारी के उपचार पर केंद्रित था और अर्थ, पूर्णता, चरित्र, सकारात्मक भावनाओं और गुणों के विकास पर बहुत कम ध्यान दिया जाता था - ये सभी दैनिक जीवन की गुणवत्ता के लिए महत्वपूर्ण हैं। मूलतः दुनिया के सभी धर्म आंतरिक शांति, अर्थात् परस्पर जुड़ाव का सुख, आंतरिक सामंजस्य और पूर्णता की भावना के मार्ग सुझाते हैं। यदि हम धर्म के मार्ग पर हैं और फिर भी जीवन के इन मूलभूत तत्वों से परिचित नहीं हैं, तो हमें अपने आप से उचित प्रश्न पूछने चाहिए। यदि हम सभी सांसारिक सफलताओं की तलाश में हैं और दिन-रात अपने काम कर रहे हैं, लेकिन फिर भी इन आवश्यक तत्वों से वंचित हैं, तो अस्तित्व का उद्देश्य क्या है?

अपराधबोध, शर्म, बेकारपन, निराशा और असहायता की तीव्र भावनाओं के कारण अवसाद को पीड़ा के सबसे बुरे रूपों में से एक माना जाता है।

क्रिस्टोफर पीटरसन और मार्टिन सेलिगमैन ने अच्छे मानसिक स्वास्थ्य और कल्याण के लिए सकारात्मक मनोविज्ञान के एक शोध अध्ययन में चौबीस चरित्र शक्तियों और गुणों को सूचीबद्ध किया है। यदि आप सी.क्यू.एस.ई. के मूल गुणों, दिव्यगुणों और शक्तियों के 16 बिंदुओं को देखें और इन चरित्र शक्तियों और सद्गुणों के साथ तुलना करें, तो इनमें से अधिकांश को एक या दूसरे तरीके से एक दूसरे के साथ जोड़ा जा सकता है।

संक्षेप में कहें तो अच्छे मनोविज्ञान या सकारात्मक मनोविज्ञान का अध्ययन इस बात का दृढ़ता से समर्थन करता है कि चरित्र को मज़बूती प्रदान करनेवाले जन्मजात मानवीय गुणों, दिव्यगुणों, सही भाव, दृष्टिकोण, विवेक और आंतरिक शक्तियाँ, इनसे अच्छा मानसिक स्वास्थ्य बनता है। इसके विपरीत, इनके अभाव से

मानसिक बीमारी होती है।

सी.क्यू.एस.ई. और 16 ईथर ऊर्जा बिंदु मानसिक स्वास्थ्य और उत्तेजनाओं के प्रति प्रतिक्रिया को कैसे प्रभावित करते हैं?

हम जिस वातावरण में रहते हैं, उससे हम लगातार घटनाओं से, प्रसंगों से और परिस्थितियों की एक श्रृंखला के माध्यम से प्रभावित होते रहते हैं, जो सकारात्मक, नकारात्मक, नियमित या अस्पष्ट हो सकती हैं। पर्यावरण से एक उत्तेजना आती है, और हम इसका जवाब अनुभूति, विचार या धारणा के रूप में देते हैं; यह बदले में भावनाओं का अनुभव पैदा करता है जिसे भावनात्मक प्रतिक्रिया के रूप में जाना जाता है। इस प्रकार, हम कैसा महसूस करते हैं यह सीधे तौर पर पर्यावरण द्वारा निर्धारित नहीं होता है; हम कैसे व्याख्या करते हैं और कैसे प्रतिक्रिया देते हैं यह हमारी भावनाओं को निर्धारित करता है। अनुभूति प्रक्रिया एक महत्वपूर्ण भूमिका निभाती है।

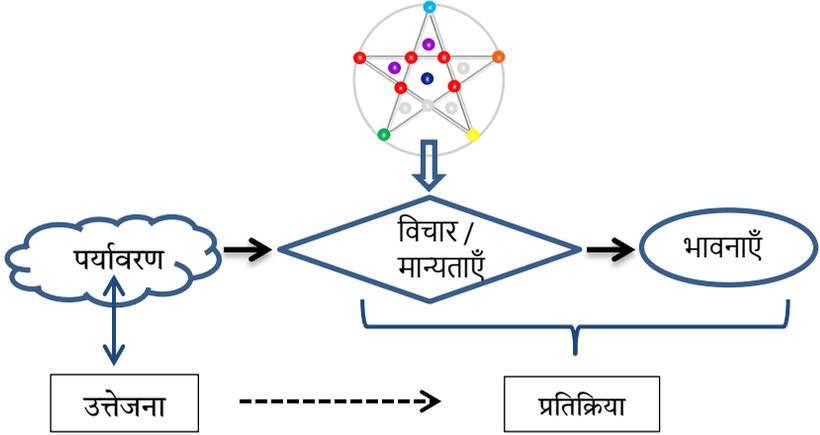
इससे पहले कि आप इसे महसूस कर सकें, आपको यह समझना होगा कि आपके साथ क्या हो रहा है। अगर आप अपनी खुद की अनुभूति प्रक्रिया और भावनाओं के साथ इसके मानचित्रण को समझ सकते हैं, तो आप आसानी से परिस्थिति से अलग हो सकते हैं और खुद पर नियंत्रण पा सकते हैं।

आपकी भावनाएँ पूरी तरह से इस बात पर निर्भर करती हैं कि आप चीजों को किस नज़रिए से देखते हैं। आप चीजों को किस नज़रिए से देखते हैं, यह इस बात पर निर्भर करता है कि आप खुद को किस नज़रिए से देखते हैं। यदि आप उच्च आवृत्ति पर कंपन कर रहे हैं, अर्थात चेतना के उच्च स्तर पर स्थित हैं, तो आप स्वयं और स्वयं

मानव चेतना के रहस्य

के जीवन की परिस्थितियों में ऊपर उठ जाते हो।

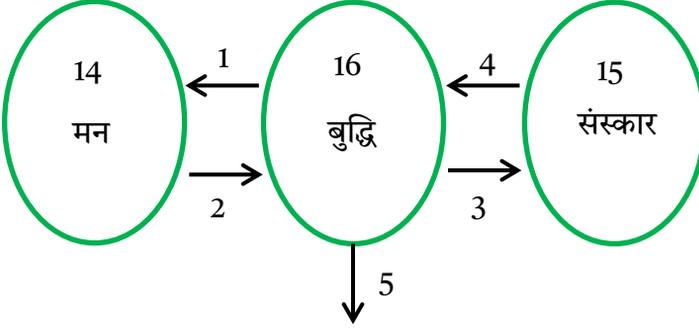
नीचे दिया गया चित्र दर्शाता है कि आत्मा की चेतना या सी.क्यू.एस.ई. हमारे मानसिक स्वास्थ्य को कैसे प्रभावित करती है और बदले में, संज्ञान प्रक्रिया पर्यावरण के प्रति कैसे प्रतिक्रिया करती है।



जब भी हम पर्यावरण से किसी उत्तेजना का सामना करते हैं, तो विचार, धारणाएँ और विश्वासों से युक्त अनुभूतियाँ कार्य करना शुरू कर देती हैं, जिससे भावनाओं का प्रवाह उत्पन्न होता है, अर्थात् हम उसके बारे में कैसा महसूस करते हैं। अनुभूति प्रक्रिया मुख्य रूप से सी.क्यू.एस.ई. के नियंत्रण अस्तित्व पर निर्भर करती है, साथ ही 16 ऊर्जा बिंदुओं में निहित अन्य सभी बुनियादी गुणों, विशेषताओं, सद्गुणों और शक्तियों पर भी निर्भर करती है। सी.क्यू.एस.ई. का ऊर्जा स्तर जितना अधिक होगा, अर्थात् मन-बुद्धि-संस्कार सहित 16 ऊर्जा बिंदुओं में ऊर्जा और ज्ञान का स्तर जितना अधिक होगा, उतनी ही उत्तेजना के प्रति, प्रतिक्रिया आनुपातिक रूप से अधिक होगी। इस प्रकार हम कह सकते हैं, यदि आत्मा सद्गुणों, शक्तियों, बल और मूलभूत गुणों से सुसज्जित है, तो यह स्वस्थ मानसिक और भावनात्मक स्थिति

मैजिक डायमंड ऑफ ग्रुप

को दर्शाती है। चाहे कुछ भी हो, अच्छा महसूस करना या किसी भी प्रतिकूल भावनाओं से उभर पाने की क्षमता अच्छे मानसिक स्वास्थ्य को दर्शाती है।



सी.क्यू.एस.ई. की संज्ञान प्रक्रिया

संज्ञान मुख्य रूप से इनसे मिलकर बनता है -

मन/ सचेतन मन \leftrightarrow बुद्धि/ अवचेतन मन \leftrightarrow संस्कार/ अचेतन मन

सी.क्यू.एस.ई. के इन तीन मुख्य संचालन अस्तित्वों में ऊर्जा और ज्ञान का स्तर अन्य 13 बिंदुओं के साथ मिलकर काम करता है जो संज्ञान, संवेदनाओं, भावनाओं और परिणामी व्यवहार के रूप में उत्तेजना के प्रति प्रतिक्रिया तय करता है।

पारंपरिक मनोविज्ञान की सीमाएँ और मानसिक स्वास्थ्य में चेतना की भूमिका

यूनानी दार्शनिक एपिक्टेटस ने कहा कि "लोग चीज़ों से नहीं, बल्कि उनके बारे में उनके दृष्टिकोण से परेशान होते हैं।"

मनोविज्ञान ने प्रायः व्यक्तियों की क्षमताओं की अपेक्षा उनकी कमियों पर अधिक ज़ोर दिया है। पारंपरिक मनोविज्ञान इस आधार पर आधारित था कि इसका दायरा दुख और आंतरिक संघर्ष के अध्ययन तक सीमित था। पारंपरिक मनोविज्ञान और मनोविश्लेषण दोनों साधन मुख्य रूप से व्यवहार, दृष्टिकोण और व्यक्तित्व के अध्ययन पर केंद्रित थे, जो हर तरह से सतही है; यह लहर पर झाग की तरह है। अंतर्निहित धाराओं और उनके कारणों को पूरी तरह से नज़रअंदाज़ कर दिया गया था। यह दृष्टिकोण केवल बचपन सहित अतीत की घटनाओं और संबंधित भावनाओं के अध्ययन तक ही सीमित है, वह सब केवल इस जन्म तक ही सीमित है। यह इस बात पर कोई विचार नहीं करता है कि चेतना अनुभूति प्रक्रिया को कैसे प्रभावित करती है, जो बदले में भावनाओं को प्रभावित करती है। इसलिए उनके पास चेतना या अनुभूति को गंभीरता से लेने का कोई कारण नहीं था, इसलिए उन दोनों (पारंपरिक मनोविज्ञान और मनोविश्लेषण) के लिए, मूलभूत गुणों, दिव्यगुणों, खुशी और कल्याण की धारणाओं जैसा कुछ नहीं है। इस प्रकार प्रारंभिक मनोविज्ञान केवल दुख और उसे कम करने का अध्ययन है, न कि आवश्यक गुणों, स्वतंत्र इच्छा, दिव्यगुणों, आंतरिक शक्तियों और कल्याण के साथ उच्च आत्म पर ध्यान केंद्रित करना। पारंपरिक मनोविज्ञान केवल अस्वस्थता के अध्ययन के बारे में है, इसलिए इसमें उच्च चेतना और कल्याण का कोई उद्देश्य नहीं है। पारंपरिक मनोविज्ञान अस्तित्व के पराभौतिक और आध्यात्मिक प्रतिमान को स्वीकार नहीं करता है जो मानवता को ऊपर उठा सकता है और समग्र कल्याण ला सकता है; जो हस्तक्षेप

मौजूद हैं वे केवल पीड़ा को मापने और कम करने के लिए काम करते हैं।

निम्नलिखित सद्गुण नैतिक दार्शनिकों, रहस्यवादियों, आध्यात्मिक और धार्मिक विचारकों द्वारा मूल्यवान माने जाने वाले मुख्य लक्षण हैं: बुद्धिमता, दृढ़ संकल्प, साहस, विनम्रता, न्याय, संयम और उत्कृष्टता।

सकारात्मक मनोविज्ञान (मार्टिन ई.पी. सेलिगमैन) का नया क्षेत्र विश्वसनीय शोध के साथ एक दिलचस्प और नया परिप्रेक्ष्य प्रदान करता है कि कैसे सद्गुण, आंतरिक शक्तियाँ और चरित्र शक्ति को अब व्यक्तियों और समाज के मानसिक स्वास्थ्य और कल्याण के लिए आवश्यक माना जाता है। सकारात्मक मनोविज्ञान अनुसंधान चेतना के इस अध्ययन को मानसिक स्वास्थ्य और कल्याण के लिए महत्वपूर्ण मानता है। सी.क्यू.एस.ई. या आत्मा, यानी 'स्व' सभी सद्गुणों, आंतरिक शक्तियों और मूलभूत गुणों के साथ-साथ अनुभूति प्रक्रिया का आधार है। इस प्रकार यदि हम मानवता को मानसिक स्वास्थ्य संबंधी वर्तमान संकट से ऊपर उठाना चाहते हैं तथा शाश्वत खुशी और कल्याण की ओर ले जाना चाहते हैं, तो 'स्व' की अवधारणा और चेतना का उच्चतर आयाम में विकास अपरिहार्य है।

संज्ञानात्मक वैज्ञानिकों द्वारा व्यवहार को परिवर्तन करने के लिए न्यूरल नेटवर्क मॉडल का उपयोग किया गया। ओ. सैक्स और अन्य लोगों ने न्यूरल मॉडल की सीमाओं पर प्रकाश डाला है, जो बताते हैं कि ये मॉडल 'स्व' की धारणा को ध्यान में नहीं रखते हैं।

मनोविज्ञान के वर्तमान सिद्धांतों की सीमाओं को प्रतिष्ठित कनाडाई मनोवैज्ञानिक मेलज़ैक ने अच्छी तरह से संक्षेप में प्रस्तुत किया है - "मनोविज्ञान का क्षेत्र संकट की स्थिति में है। हम मनोविज्ञान की सबसे मौलिक समस्याओं को समझने के घटना में अब भी उतने ही करीब हैं, जितने करीब हम सौ साल पहले थे, जब मनोविज्ञान एक विज्ञान बन गया था। हममें से प्रत्येक व्यक्ति एक अद्वितीय "स्व"

मानव चेतना के रहस्य

होने के बारे में जानता है, जो अन्य लोगों और हमारे आस-पास की दुनिया से अलग है। लेकिन "स्व" का स्वभाव, जो सभी मनोविज्ञान के लिए केंद्रीय है, इसका किसी भी समकालीन सिद्धांत में कोई शारीरिक आधार नहीं है और यह ज्ञान हमें लगातार भ्रमित करता रहता है। "मन" की अवधारणा हमेशा की तरह उलझन भरी है। इसमें बहुत सारे छोटे-छोटे सिद्धांत हैं - दृष्टि, दर्द, व्यवहार-संशोधन, इत्यादि के सिद्धांत - लेकिन कोई व्यापक एकीकृत अवधारणा नहीं है।"

सचेतन मन - बुद्धि - अचेतन मन, तीन मुख्य संचालन अस्तित्व या ऊर्जा केंद्र हैं जो अनुभूति प्रक्रिया के कार्य पद्धति के लिए एक सुसंगत अस्तित्व बनाते हैं। यदि आप इन तीनों मुख्य अस्तित्वों की स्वास्थ्य स्थिति का स्वतंत्र रूप से आत्म-परीक्षण कर सकें, तो आप प्रारंभिक संकेतों को पहचान सकते हैं तथा अनुभूति प्रक्रिया में आने वाली चुनौतियों के अंतर्निहित कारणों की पहचान कर सकते हैं। इसके अलावा, सभी मूल गुणों, आंतरिक शक्तियों और सद्गुणों की एक सूची बनाएँ और निष्पक्ष रूप से जाँच करें कि आपकी ऊर्जा कहाँ अपर्याप्त है।

यदि आप महसूस करने से पहले समझ सकते हैं, तो आप यह भी जान सकते हैं कि आप ऐसा क्यों महसूस करते हैं? यह आत्म-नियंत्रण और जागरूकता का एक अच्छा संकेत है। इससे पहले कि आप मानसिक स्वास्थ्य समस्याओं के परिस्थिति में फँसे, आप सही परिवर्तन के लिए कदम उठा सकते हैं।

हम मानसिक स्वास्थ्य चुनौतियों के लिए शारीरिक जीन्स, घटनाओं, परिस्थितियों और अन्य लोगों को दोष नहीं दे सकते। अपने आप से होने वाली बातचीत पर ध्यान दें; कोई भी नकारात्मक आत्म-चर्चा मानसिक स्वास्थ्य समस्या के शुरुआती संकेत हैं। यह सब आपके भीतर है। 'स्व' और चेतना ही भलाई के खज़ाने को खोलने की कुंजी हैं।

18

ध्यान

“जिस अवस्था को हम आत्मसाक्षात्कार कहते हैं, वह बस स्वयं में स्थित होना है, न कि कुछ जानना या कुछ बनना है।”

~ रमण महर्षि

हमें ध्यान की आवश्यकता क्यों है?

यदि अध्यात्म 'आत्म का विज्ञान' है, तो यह कहना गलत नहीं होगा कि ध्यान 'आंतरिक परिवर्तन की तकनीक' है। जिस प्रकार विज्ञान और प्रौद्योगिकी ने बाह्य जीवन को बेहतर बनाया है और भौतिक संसार को कई अलग-अलग तरीकों से प्रकाशित किया है, उसी प्रकार आंतरिक विज्ञान और प्रौद्योगिकी के रूप में अध्यात्म और ध्यान आंतरिक संसार को बेहतर बनाने और चेतना को प्रकाशित करने में मदद करते हैं। विज्ञान, पृथ्वी और महासागरों की गहराई में मौजूद भण्डार और संपदा का उपयोग करने में मदद करता है। ध्यान अपने भीतर छिपे अदृश्य लेकिन अमूल्य खज़ाने को खोजने में मदद करता है। विज्ञान केवल इन संसाधनों का दोहन कर सकता है, उन्हें पुनः भर नहीं सकता। इसके विपरीत, ध्यान सार्वभौमिक ऊर्जा या ब्रह्मांडीय चेतना से आंतरिक संसाधनों को समृद्ध करने में भी मदद करता है।

मैजिक डायमंड ऑफ ग्रुप

यदि हम यह प्रश्न पूछें कि “हमें ध्यान करने की आवश्यकता क्यों है?” तो यह पूछने के समान ही है कि “हमें शांति, खुशी या सुख की आवश्यकता क्यों है?” यह हमारे अस्तित्व का स्वाभाविक सार है। हम इस तरह से क्यों प्रोग्राम किए गए हैं? हम निरंतर बाहर वही खोजते रहते हैं जो हम भीतर से हैं। आत्मा या सी.क्यू.एस.ई. शांति, प्रेम, सुख और परमानंद की ऊर्जाओं का एक दिव्य मैट्रिक्स है। अतः अस्तित्व की स्थिति में, हम सम्पूर्णता और एकता पाते हैं।

जब हम अपने सच्चे स्व (आत्मा) से अलग हो जाते हैं, तो हम इन महत्वपूर्ण ऊर्जाओं से रहित हो जाते हैं और अंततः बाहरी दुनिया में असुरक्षित महसूस करते हैं। ध्यान के मार्ग में शुरुआती कदम भी मन की क्षमताओं को जागृत कर सकते हैं और आपको यह एहसास करा सकते हैं कि चिंता, भय, अवसाद या असुरक्षा जैसी सभी अप्राकृतिक चीज़े केवल मन की मनोवैज्ञानिक प्रवृत्तियाँ और समानताएँ हैं। ये विभिन्न जन्मों में हमारे पास जो है, हम जो सोचते हैं और जो करते हैं, उसके साथ स्वयं की गलत पहचान के कारण अर्जित हुए हैं, न कि शाश्वत अस्तित्व के रूप में हम जो हैं, उसके साथ हैं। अपने मूल और शाश्वत स्व को समझना और अपनी ऊर्जाओं को आपस में जोड़ना - ऊपरी और निचली दोनों तरफ - यह आपको स्वाभाविक रूप से नकारात्मक भावनाओं से अलग कर देता है। तब आंतरिक संघर्षों से परे जाना और वर्तमान क्षितिज से परे एक नए परिप्रेक्ष्य से चीज़ों को देखना अधिक स्वाभाविक हो जाता है।

एक ऐसे संसार में जो पहले की अपेक्षा निरंतर अशांत होता जा रहा है, जहाँ जीवन खराब मौसम में फिसलते पैराशूट की तरह अनिश्चित है, ध्यान आपको शांति और शक्ति के उस आंतरिक स्थान को खोजने में मदद करता है, जहाँ आप किसी भी समय जाकर आराम कर सकते हैं और तरोताज़ा हो सकते हैं। ध्यान आपकी दबी हुई भावनात्मक ऊर्जा को मुक्त करने और मनोवैज्ञानिक अवरोधों को दूर करने में मदद करता है। यह आपकी ऊर्जा को अधिक रचनात्मक और सार्थक अस्तित्व की ओर ले

मानव चेतना के रहस्य

जाता है। यह सिर्फ यहीं तक सीमित नहीं है। ध्यान आपके लिए कई ऐसे आयाम खोलता है जिन्हें अभी बौद्धिक स्तर पर नहीं समझा जा सकता। ऐसे अज्ञात क्षेत्र हैं, जिन्हें केवल सहज ज्ञान द्वारा ही पार किया जा सकता है। ध्यान इन रचनात्मक, सहज ज्ञान युक्त ऊर्जाओं को सक्रिय करता है जो लंबे समय से सुप्त पड़ी हुई हैं।

इसलिए, यदि आप ध्यान को सरल, स्वाभाविक और जीवन का अनिवार्य हिस्सा मानते हैं, तो आप ध्यान के लिए तैयार हैं।

ध्यान क्या है?

ध्यान को एक प्रक्रिया के रूप में समझना कुछ हद तक विरोधाभासी है। अगर हम कहें कि ध्यान हमारा सच्चा और मूल प्राकृतिक स्व है, तो यह आपको थोड़ा अजीब लग सकता है। जिस तरह से हम सभी को पढ़ाया और बड़ा किया गया है, वह हमारी वास्तविकता से इतना अलग है कि अब अपने मूल स्वरूप में वापस जाने के लिए कुछ प्रयास करने होंगे। ध्यान चेतना की एक परिवर्तित अवस्था है जो अंततः सर्वोच्च या दिव्य स्वरूप (परमात्मा) को प्राप्त करने वाले उच्चतर स्व की ओर ले जाता है। ध्यान को मुख्य रूप से आपके अस्तित्व की मूल अवस्था के रूप में देखा जाना चाहिए और दूसरे रूप में एक प्रक्रिया या तकनीक के रूप में देखा जाना चाहिए।

ध्यान के अभ्यास कालातीत हैं, और कभी-कभी अनुभवों को अकथनीय कहा जा सकता है। ध्यान को अक्सर 'ज्ञानोदय' या 'मुक्ति' के परिणाम के रूप में गलत समझा जाता है; हम जिस चीज़ को अनदेखा करते हैं वह है यात्रा। यह खोज, प्रयोग और अन्वेषण की यह अथक यात्रा ही सर्वोपरि है। मानसिक स्पष्टता और लगातार अभ्यास के साथ एक ध्यानी के भीतर जो जागृति होती है, वह धीरे-धीरे आंतरिक परिवर्तन लाती है। आध्यात्मिकता और ध्यान में विकास की एक उर्ध्वगामी प्रक्रिया शामिल है जो कभी-कभी एक धीमी और कठिन प्रगति प्रतीत हो सकती है। यह

मैजिक डायमंड ऑफ़ ग्रुप

कभी-कभी साधक को रोक सकता है, लेकिन यदि आपके पास ध्यान को लेकर आवश्यक गुण, विश्वास और ईश्वर के प्रति समर्पण है, तो यह एक अद्भुत यात्रा बन जाती है।

जैसे-जैसे हम मानसिक, भावनात्मक, बौद्धिक स्तर पर और अपने संस्कारों में परिवर्तन की प्रक्रिया से गुज़रते हैं, हमारे सूक्ष्म शरीर (प्राण ऊर्जा, मानसिक और बौद्धिक शरीर) उच्च ऊर्जा क्षेत्रों से अधिक चार्ज हो जाते हैं। यह इस बात से स्पष्ट है कि हम स्वयं को प्रकाश के सूक्ष्म शरीर, अर्थात् शुद्ध ऊर्जा के रूप में आसानी से अनुभव कर सकते हैं, तथा अपनी इच्छानुसार भौतिक शरीर से अलग होने का सहज अनुभव कर सकते हैं।

आजकल ध्यान की कई अलग-अलग पद्धतियाँ हैं जिन्हें अलग-अलग विचारधाराओं के तहत सिखाया जा रहा है। इनमें शारीरिक योग, अष्टांग योग, क्रिया योग, नो-माइंड मेडिटेशन और विभिन्न प्रकार के पारलौकिक ध्यान शामिल हैं।

हालाँकि सबके नाम और तकनीक अलग-अलग हैं, लेकिन ये सभी रास्ते आपको स्थूल पहचान से मुक्ति दिलाते हैं और आपको चेतना के केंद्र या स्रोत यानी आत्मा के पास वापस लाकर आपको अपने सच्चे स्व का अनुभव करने की अनुमति देते हैं। केवल इस आत्म-चेतन अवस्था के माध्यम से ही आप सही तरीके से सर्वोपरि दिव्य, परमात्मा, सार्वभौमिक ऊर्जा या ईश्वर से जुड़ सकते हैं।

ध्यान को पूरी तरह से समझने के लिए किसी भी विशिष्ट अभिव्यक्ति या शब्दों का उच्चारण पर्याप्त नहीं हो सकता है; यह पूरी तरह से अनुभवात्मक है। यह एक यात्रा है; आगे बढ़ने पर कोई भी अनुभव या अनुभव की अभिव्यक्ति बदल सकती है। ध्यान पर कोई भी चर्चा स्वभाव से व्यक्तिपरक होती है। ध्यान में कोई ऐसी वस्तु नहीं है जिससे आप तत्काल अपने आप से जुड़ सकें। जब तक आप स्वयं अपने अनुभव से नहीं गुज़रते, तब तक ध्यान आपके लिए अस्तित्व में नहीं आता। यह कहना गलत

मानव चेतना के रहस्य

नहीं होगा कि यह आपके लिए तभी सच होता है जब आप इसका अनुभव करते हैं। आपको बस सही समझ का बीज बोना है, और उसे स्पष्टता, अभ्यास की दृढ़ता और सच्चे हृदय से पोषित करना है। फिर यह बढ़ने लगता है। ध्यान की अवस्था आपका स्वाभाविक हिस्सा बन जाती है। इसमें कोई प्रयास करने की ज़रूरत नहीं रह जाती।

ध्यान के प्रकार, चरण और स्तर

ध्यान के कई अलग-अलग प्रकार, चरण और स्तर हैं। आइए उनमें से मुख्य को समझें –

1. **एकाग्रता ध्यान** – इसमें अपने मन और बुद्धि का पूरा ध्यान अन्य सब कुछ छोड़कर एक पर केन्द्रित करना शामिल है। एकाग्रता आपकी सम्पूर्ण चेतना का एक ही बिंदु पर एकत्रीकरण है। यह अदृश्य को देखने और अज्ञात को जानने के लिए सूक्ष्म आयाम आपको प्रवेश करा सकता है।
 - इसे शुरू करने का एक तरीका है खुली आँखों से किसी वस्तु या किसी दिव्य आकृति पर अपनी नज़र टिकाना, जिसे भारत में आम तौर पर 'त्राटक' के नाम से जाना जाता है। सिर समेत पूरा शरीर स्थिर रहता है। इस अवस्था में बुद्धि से कोई कल्पना नहीं की जाती; एकाग्रता का विषय पूरी तरह से वही है जो आपके लिए मौजूद है। एक ध्यानी के लिए शुरुआती चरणों में, यह तकनीक एकाग्रता क्षमता को बढ़ाने में लाभकारी है। कहा जाता है कि इसके लंबे अभ्यास से मन की मानसिक या सहज ज्ञान युक्त क्षमता विकसित होती है।

मैजिक डायमंड ऑफ ग्रुप

- दूसरा, जब हम अपनी आँखें बंद करके किसी पवित्र मंत्र पर ध्यान केंद्रित करते हैं, तो इसे बार-बार जपना या मन ही मन में चुपचाप दोहराना हो सकता है। यह कई धर्मों में अपनाई जाने वाली प्रसिद्ध प्रथाओं में से एक है। इस्तेमाल किए जाने वाले मंत्रों में कुछ खास दैवीय और वैज्ञानिक अर्थ होते हैं। यह साधक को एक निश्चित वांछित आध्यात्मिक अवस्था प्राप्त करने में मदद करता है, उसे दिव्य सत्ता के दर्शन कराता है या जीवन में कुछ महत्वपूर्ण आकर्षित करता है।
- तीसरा है विजुअलाइज़ेशन। ध्यान लगाने वाला व्यक्ति बुद्धि की आंतरिक आँख से विजुअलाइज़ेशन के साथ रचनात्मक कल्पना करता है। शुरुआती चरणों में, जब आप मन की तार्किक क्षमता से इसे समझने की कोशिश करते हैं, तो यह अवास्तविक, कुछ हद तक हास्यास्पद लगेगा। हालाँकि, यह समझना जरूरी है कि अवचेतन मन कल्पना और वास्तविकता के बीच अंतर नहीं करता है।

क्वांटम माइंड के नज़रिए से भी, उच्च कंपन स्तरों पर, हम कण कम और तरंग ज़्यादा होते हैं। इस संबंध में एक उत्कृष्ट उदाहरण हमारे रोज़ाना के सपनों में होने वाले अनुभव हैं। हमारे जीवन में कितनी बार हम भौतिक दुनिया में हमारे साथ या हमारे आस-पास घटित होने वाली चीज़ों को देखते हैं, जिन्हें बाद में हम समझते हैं कि वे सिर्फ़ एक पिछले सपने की अभिव्यक्ति थीं? या कितनी बार हम जागने के तुरंत बाद किसी सपने से एक मज़बूत संबंध और भावनाओं का अनुभव करते हैं?

सम्मोहन चिकित्सा के मनोवैज्ञानिक अध्ययनों में, बाह्य सहायता से सम्मोहन सुझावों के माध्यम से उपचार और पिछला जीवन

मानव चेतना के रहस्य

प्रतिगमन(पास्ट लाइफ रिग्रेशन) बहुत सफल पश्चिमी पद्धतियाँ हैं। प्राचीन भारतीय अभ्यास में, रहस्यवादी गहरी ध्यान अवस्था में आत्म-सम्मोहन के माध्यम से भौतिक क्षेत्र को छोड़कर सूक्ष्म यात्रा कर सकते थे। जब हम उच्चतर चेतना के स्तर तक पहुँच जाते हैं, तो हम स्थूल भौतिक क्षेत्र से आगे बढ़ जाते हैं और आध्यात्मिक क्षेत्र में एक आध्यात्मिक अस्तित्व के रूप में अपने सच्चे स्वरूप का एहसास करते हैं। विजुअलाइजेशन, प्रकाश के सूक्ष्म शरीरों में और पेंटाग्राम स्टार के रूप में आत्मा के रूप में स्वयं को महसूस करने का एक शक्तिशाली साधन है। चूँकि हमारी चेतना ज्यादातर स्थूल स्तर पर रही है, इसलिए सहज, कल्पनाशील क्षमताओं के माध्यम से अपने आप को जागृत करने में कुछ समय लगता है। बहुत कुछ हमारे अभ्यास की तीव्रता पर निर्भर करता है, जो सचेत तर्क और हमारे आध्यात्मिक अस्तित्व में विश्वास से परे है। यहाँ राजयोग अभ्यास में, हमने आत्मा के रूप में स्वयं की अनुभूति और आत्मा की ऊर्जाओं को शुद्ध करने और रिचार्ज करने के लिए सर्वोच्च आत्मा से जुड़ने में ध्यान के इस (एकाग्र) तत्व का सक्रिय रूप से उपयोग किया है। राजयोग अभ्यास में चिंतनशील अनुभूति का भी उपयोग किया जाता है।

2. चिंतनशील बोध - इसका उपयोग आमतौर पर आत्म-चिंतन के प्राथमिक चरण के रूप में किया जाता है, ताकि हम जीवन की आध्यात्मिक यात्रा में आगे बढ़ने से पहले आंतरिक ज्ञान प्राप्त कर सकें। चिंतन, अपने विचारों को आत्म-चिंतन की ओर निर्देशित करने का एक व्यापक और सीधा तरीका है। आप स्वयं से, जीवन की यात्रा से और इस ब्रह्मांड में अस्तित्व से संबंधित कुछ अपरिहार्य प्रश्नों पर विचार करते हैं, जैसे - मैं

कौन हूँ? मेरा वास्तविक स्व क्या है? मेरे अस्तित्व का सच्चा उद्देश्य क्या है? क्या हम सभी के ऊपर कोई सार्वभौमिक ऊर्जा है? हम अपने जीवन में कई बार ऐसा आत्मचिंतन करते हैं। एकांत और आत्मनिरीक्षण बहुत जरूरी है। चिंतन से आत्म-साक्षात्कार होता है, जो हमारे दिशा-निर्देशों को फिर से समायोजित करने और सही दिशा खोजने के लिए आंतरिक स्पष्टता देता है।

3. शुद्ध जागरूकता - यह बहुत अलग है, सबसे आसान है, लेकिन समझने में सबसे कठिन है। आपको बताया जाता है कि 'ध्यान का अर्थ है बस वर्तमान क्षण में उपस्थित रहना और कुछ भी न करना, न चिंतन करना, न ही एकाग्रता करना, न ही कुछ बनने या कुछ जानने का प्रयास करना'। जानने, पाने या करने के लिए कुछ भी नहीं बचा है। जानने, पाने या करने के लिए कुछ भी नहीं बचा है। व्यक्तिपरक रूप से यह इस ग्रह पर सबसे आसान बात लगती है!

यह मन, बुद्धि और संस्कारों से परे एक शांत स्थान है। अगर आपको याद हो, तो मन, बुद्धि और संस्कारों सहित सभी 16 ईथर ऊर्जा बिंदु केवल सी.क्यू.एस.ई. या आत्मा के श्रृंगार हैं, जो इस मंच पर भूमिका निभाते हैं। आत्मा अपने मूल, शाश्वत, मधुर, मौन घर में सभी से परे है, बस एक 'दिव्य खाली सितारा' है। यह आपका अछूता, बेदाग, शुद्ध स्व है। वहाँ मन-बुद्धि-संस्कारों से वैराग्य हो जाता है। ऐसा लगता है मानो सारा ब्रह्माण्ड और अस्तित्व ठहर गया है। यह पूर्ण शांति, मधुर मौन, 'शुद्ध जागरूकता' या 'शुद्ध चेतना' की स्थिति है। हाँ, आप इस नश्वर शरीर में रहते हुए भी इसका अनुभव कर सकते हैं; यह अमूर्त लगता है क्योंकि मन के साथ, आप अ-मन चेतना की कल्पना नहीं कर सकते।

हालाँकि, एक बार जब आप इस 'शुद्ध चेतना' को प्राप्त कर लेते हैं, तो यह आपके निरंतर विचार करने वाले मन को शांत कर देती है। यह आपको सही और गलत, अच्छे और बुरे के बीच फँसी अंतहीन निर्णयात्मक बुद्धि से मुक्त करती है। आप अपने

मानव चेतना के रहस्य

शुद्ध स्वरूप में मंत्रमुग्ध और लीन हैं। बाकी सब कुछ महत्वहीन है, तो मन और बुद्धि के लिए क्या बचता है? बुद्ध से लेकर ओशी तक, सभी ने इसे अनुभव किया है और अलग-अलग तकनीकों के ज़रिए समझाया है। उन्हें यह एहसास हुआ कि ध्यान का असली मतलब यही है।

4. सार्वभौमिक चेतना या सर्वोच्च आत्मा से जुड़ना – अगर नदी में बहता पानी है, तो कहीं ऊपर, उसका स्रोत है। और अगर आप नदी के ऊपर की ओर चलते हैं, तो आपको उसका स्रोत मिल जाएगा। अगर आप एक सचेतन अस्तित्व के रूप में स्वयं के बारे में जानते हैं, तो आप स्वाभाविक रूप से सार्वभौमिक चेतना, या जिसे हम परम दिव्य ऊर्जा, सर्वोच्च आत्मा या ईश्वर कहते हैं, इनके बारे में जानते हैं। एक बार जब आप इस स्रोत के साथ सही संबंध स्थापित कर लेते हैं, तो दिव्य ऊर्जाएँ आपकी ओर प्रवाहित होने लगती हैं, ठीक वैसे ही जैसे स्थितिज ऊर्जा के नियम का पालन करती हैं।

वह अवस्था जिसमें आत्मा(जीवात्मा) स्वयं को परमात्मा में स्थापित कर लेती है, वह पूर्णता और सिद्धि की अवस्था है, जिसे वैदिक साहित्य में प्रायः समाधि कहा जाता है। यह वह समय है जब ध्यान, ध्यान नहीं रह जाता, बल्कि लक्ष्य के साथ तादात्म्य हो जाता है या उसमें विलीन हो जाता है।

आत्मा अपने स्रोत, सर्वोच्च चेतना अस्तित्व से जुड़ी हुई है। यह स्वाभाविक रूप से सभी सूक्ष्म ऊर्जाओं को आकर्षित करती है जो सभी 16 ऊर्जा बिंदुओं को शुद्ध और चार्ज करती हैं। इस प्रक्रिया को राजयोग के रूप में जाना जाता है। इसे इस अध्याय में आगे समझाया गया है।

बहुत से लोग इस घटना से गुज़र चुके हैं और इसे सुंदर अभिव्यक्ति के साथ स्पष्ट किया है, फिर भी जब आप इसका अनुभव करते हैं, तो आप इसमें इतने गहरे डूब जाते हैं कि दिमाग के लिए इसे समझना मुश्किल हो जाता है और शब्दों में इसे

समझाना अपर्याप्त हो जाता है। यह चेतना के इंद्रधनुष की तरह है जो दो क्षितिजों को मिलाता है - एक छोर पर, पूर्ण आत्म-साक्षात्कार में बुद्ध का मौन है जो भीतर के सत्य का अनुभव करता है और दूसरे छोर पर मीराबाई (15^{वीं} शताब्दी की भारतीय रहस्यवादी, कवि और भक्त) का परमात्मा में विलीन होने का उत्कृष्ट नशा और आनंद है। इस अवस्था को अक्सर 'सत्-चित्त-आनंद' (सत्य-चेतना-आनंद) के रूप में दर्शाया जाता है।

ध्यान की अनिवार्यताएँ

- ✚ इस ध्यान के लिए कोई विशेष आसन सुझाए नहीं गए हैं। हालाँकि, व्यक्ति को आराम की स्थिति में और जितना संभव हो उतना सीधा बैठना चाहिए, आगे की ओर झुकना या पीछे की ओर झुकना नहीं चाहिए। जब तक आपके पास कोई चिकित्सा कारण न हो, पीठ या रीढ़ को किसी भी तरह का सहारा देने से बचें। रीढ़ के आधार, यानी मूलाधार चक्र से लेकर सहस्रार चक्र तक, सभी चक्रों तक ऊर्जा के प्रवाह को सुनिश्चित करने के लिए रीढ़ और सिर की सीधी स्थिति हमेशा आवश्यक होती है।
- ✚ शुरुआती चरणों के दौरान या हर बार जब आप ध्यान करते हैं, तो पैर की उंगलियों से लेकर सिर तक प्रगतिशील विश्राम तकनीकों से शुरुआत करें। इससे किसी भी शारीरिक तनाव से मुक्ति मिलती है जो मानसिक तनाव का कारण भी बन सकता है।
- ✚ सभी प्रकार की बाधाओं की अपेक्षा करें, विशेषकर मानसिक और भावनात्मक स्तर पर, लेकिन जैसे-जैसे आप दृढ़ रहेंगे, वे सहज होने लगेंगी।

मानव चेतना के रहस्य

- ✚ सभी बातों को छोड़ देना और स्वयं को सहज और शांत करना (विश्राम अवस्था) दो आवश्यक गुण हैं जिनकी आपको ध्यान की अवस्था में आगे बढ़ने के लिए आवश्यकता है। सभी बातों को छोड़ देने का संस्कार आपको अतीत, बुरे विचारों और भावनाओं से मुक्त करके आपके अंदर जगह बनाता है। सबसे महत्वपूर्ण बात यह है कि यह आपको जीवन के सुंदर प्रवाह को पहचानने और उसके साथ आगे बढ़ने की अनुमति देता है। विश्राम आपको आसानी से और जल्दी से मन को स्वतंत्र इच्छा से चेतना की परिवर्तित अवस्था में बदलने में मदद करता है।
- ✚ आपके दिमाग का तार्किक हिस्सा इस रास्ते में सबसे बड़ा अवरोध है। यह हमेशा गैर-भोग, गैर-तर्क और सहज ज्ञान युक्त आत्मा के साथ टकराव में रहता है। यह सोचने, करने, बात करने, अतीत के बारे में सोचने और भविष्य के पीछे भागने में सभी तरह की लिप्तता चाहता है; यह आपको जीवन के इस क्षण में रहने नहीं देता। अगर आप कर सकते हैं, तो वर्तमान क्षण के प्रति सचेत रहें और भौतिक आयाम से परे पूर्ण जागरूकता में रहने वाले अस्तित्व की तरह महसूस करें, जब तक आप ऐसा करना चाहें। आधी से ज्यादा यात्रा पहले ही तय हो चुकी है।
- ✚ अनुभवात्मक सीढ़ी पर चढ़ने के लिए नियमित ध्यान अनुशासन आवश्यक है। यह आपको मानसिक मांसपेशियों और जागरूकता, एकाग्रता और विश्वास के नए तंत्रिका मार्गों को विकसित करने में मदद करता है। प्रारंभिक चरण परीक्षापूर्ण हो सकता है। हालाँकि, लगातार और नियमित अभ्यास से मन की शांति और स्थिरता का फल मिलता है। और इससे खुशी और अतीन्द्रिय सुख की अनुभूति होती है। फिर आप स्वाभाविक रूप से इन अभ्यासों की ओर आकर्षित होते हैं क्योंकि ये स्वाभाविक हो जाते हैं। कुछ समय बाद, यह एक प्रक्रिया या गतिविधि के रूप में नहीं रह जाती

मैजिक डायमंड ऑफ़ ग्रुप

है। आप अपनी इच्छानुसार चेतना की ध्यान अवस्था का अनुभव करना शुरू कर सकते हैं।

- ✚ अपना ध्यान शुरू करने के लिए पाँच से छह बार गहरी साँस लें। ध्यान के दौरान अपनी नाक से साँस लें। यह प्राणिक ऊर्जा को पुनर्जीवित करता है और मस्तिष्क को आराम देता है।
- ✚ यदि मन तुरंत ध्यान केंद्रित करने में सक्षम नहीं है, तो साँस पर ध्यान लगाना सीखने वाले के लिए शुरुआत करने का एक अच्छा तरीका है। यह या तो हर साँस के प्रति एक अलग पर्यवेक्षक बनकर किया जा सकता है या शरीर के इस ढाँचे में हर आने-जाने वाली साँस के अलावा अपने अस्तित्व को कुछ भी न मानकर अनुभव किया जा सकता है - जिसे आमतौर पर विपश्यना ध्यान में अपनाया जाता है। साँसों की गिनती एकाग्रता बनाए रखने के लिए एक और प्रसिद्ध व्यायाम है।
- ✚ अंत में, शुद्ध हृदय अत्यंत महत्वपूर्ण है। इस गुण की कोई तुलना नहीं है। हो सकता है कि आप यहाँ बताए गए सभी अनुशासन और तकनीकों का पालन न करें, लेकिन अपने अनूठे तरीके खोजें। यदि आपके पास सही इरादे, सच्चा हृदय और पारलौकिकता का अनुभव करने की इच्छा है, तो आप अपनी स्वयं की विधियाँ और अभ्यास विकसित कर सकते हैं जो अधिक उपयुक्त हों, आत्मसात करने में आसान हों और आपके हृदय के करीब हों। फिर, जैसे-जैसे आप आगे बढ़ते हैं, पहले के अभ्यास भी निरर्थक हो जाते हैं, और आप अपनी ध्यान अवस्था में तल्लीन रहने के नई पद्धतियाँ या तरीके विकसित कर लेते हैं।

याद रखें, ध्यान का मतलब पहले से कुछ पाना नहीं है। इसका मतलब है अपनी काल्पनिक पहचान से जुड़ी हर चीज़ को खोना, जिस में आप सालों से अटके हुए हैं। आत्मा स्वयं को परम सत्ता के समक्ष समर्पित कर देती है, अतः एक क्षण ऐसा आता है जब आप अपने सच्चे स्वरूप को महसूस करते हैं, और अगले ही क्षण आत्मा परम सत्ता के दिव्य प्रेम में विलीन हो जाती है। आप ईश्वर के साथ एक हो जाते हैं - सार्वभौमिक चेतना के साथ। वहाँ से जो प्रवाहित होता है वह अकथनीय और अवर्णनीय है।

आत्मिक स्थिति के ध्यान तकनीक

आत्मिक स्थिति के ध्यान तकनीक में आत्मा की 16 ऊर्जाओं को पुनः भरने और आत्म-प्रबोधन प्राप्त करने के लिए एक विधिवत ध्यान अभ्यास है। दुनिया में प्रचलित इस विश्वास प्रणाली के विपरीत कि आध्यात्मिक अवस्था प्राप्त करने के लिए हमें घंटों ध्यान लगाना पड़ता है; आत्मिक स्थिति के ध्यान तकनीक में कुछ मिनटों या कुछ सेकंड का अभ्यास है। इसमें घंटों का महत्व नहीं है, बल्कि पूरे दिन में अपनी गतिविधियों के बीच में किए गए शुद्ध जागरूकता के वास्तविक सेकंड्स का महत्व है, जो आपको परिणाम देता है। अंतिम लक्ष्य आत्मा के प्रति अपनी जागरूकता को यथासंभव बार-बार लाकर आत्मिक स्थिति में आना है, जब तक कि यह एक स्थायी स्थिति न बन जाए। हालाँकि इसे प्राप्त करने के लिए आपको इन अभ्यासों का अभ्यास करने के लिए समर्पित रूप से समय देना पड़ सकता है।

आत्मिक स्थिति के ध्यान तकनीक के ३ स्तर हैं:

1. स्तर 1 - **आत्मिक स्थिति का ध्यान** - स्वयं को एक आत्मा के रूप में, मस्तिष्क में एक प्रकाश बिंदु के रूप में देखना और अनुभव करना। इस अभ्यास से व्यक्ति तत्काल विश्राम प्राप्त कर सकता है तथा परिस्थितियों से

मानव चेतना के रहस्य

अस्थायी अलगाव महसूस कर सकता है तथा किसी भी स्थिति में पर्यवेक्षक की स्थिति का अनुभव कर सकता है।

2. स्तर 2 - **दिव्य पवित्र सितारे स्वरूप में आत्मा का ध्यान** - आत्मा (सितारे) की शक्तियों और गुणों (16 ऊर्जा बिंदु) को देखना और अनुभव करना। इस अभ्यास से आपको यह अहसास होगा कि जो आप दूसरों से खोज रहे हैं (गुण और शक्तियाँ) वह वास्तव में आपके भीतर ही है। आपको यह भी एहसास होगा कि आपके विचार और भावनाएँ आपके हाथों में हैं। इस ध्यान की मदद से आप इनमें से प्रत्येक ऊर्जा से जुड़ सकते हैं और उसका अनुभव कर सकते हैं। आप सशक्त महसूस करेंगे क्योंकि आप अपनी भावनाओं और विचारों पर बेहतर नियंत्रण रख पाएँगे।
3. स्तर 3 - **राजयोग ध्यान** - आत्मा, आत्मिक स्थिति में होना और अपनी बुद्धि को सर्वोच्च चैतन्य(परमात्मा) से जोड़ना। इस ध्यान में हम आत्मा के 16 ऊर्जा बिंदुओं को सर्वोच्च चैतन्य (परमात्मा/परमपिता/शिवबाबा) की ऊर्जा से क्लीन और चार्ज करते हैं। इस ध्यान से व्यक्ति अपनी ऊर्जा के स्तर को बढ़ा सकता है और कम हुई ऊर्जा को पुनः प्राप्त कर सकता है। परिणामस्वरूप व्यक्ति को महसूस होगा कि सभी शारीरिक, मानसिक, आर्थिक और पारिवारिक समस्याएँ हल हो रही हैं।

अगले अध्याय में हमने कुछ शारीरिक, मानसिक, आर्थिक और पारिवारिक समस्याओं को सूचीबद्ध किया है और उनसे संबंधित ऊर्जा बिंदुओं को भी बताया है, जिन पर अमल करके आप उन समस्याओं को हल कर सकते हैं।

नीचे प्रत्येक ध्यान अभ्यास का अनुभव करने के लिए दृश्यों सहित एक छोटा निर्देशित ध्यान दिया गया है।

आत्मिक स्थिति के ध्यान तकनीक

यह ध्यान हमें बहुत जल्द ही अपनी मूल आत्मिक स्थिति में आने में मदद करेगा और जीवन में आनंद का अनुभव करना शुरू कर देगा। अब, इस शरीर की सबसे सूक्ष्म और स्वाभाविक क्रिया साँस लेना है, यानी साँस लेना और छोड़ना। इस प्राकृतिक क्रिया का उपयोग आपकी जागरूकता को आत्मा से जोड़ने और हमारी आत्मिक स्थिति को बढ़ाने के लिए किया जा सकता है। हमने आत्मिक स्थिति के ध्यान तकनीक अभ्यास को अन्य प्राकृतिक क्रियाओं जैसे पलक झपकाना, स्पर्श करना और महसूस करना, तथा बोलना और सुनना आदि के साथ जोड़ दिया है। अन्य ध्यान तकनीकों का अनुभव करने के लिए इस लिंक पर जा सकते हैं ।

<https://youtu.be/ZVk7yiYeqCg>

आएँ शुरू करें –

ओम शांति

मैं, आत्मा, अपने आप को इस शरीर में, मस्तिष्क में हाइपोथैलेमस और पिट्यूटरी ग्लैंड के बीच, एक प्रकाश बिंदु के रूप में चमकता हुआ देख रही हूँ...

मैं यह हूँ और यह प्रकाश बिंदु स्वरूप मेरा सच्चा रूप है।



मानव चेतना के रहस्य

अब, धीरे-धीरे और स्वाभाविक रूप से साँस लें... और अनुभव करें कि मेरी नाक से सफेद रंग की शुद्ध, अत्यधिक सकारात्मक ऊर्जा मुझ आत्मा में आ रही है।



और मैं आत्मा चमक रही हूँ और मेरी चमक बढ़ रही है।



मैजिक डायमंड ऑफ ग्रुप

और अब धीरे-धीरे और स्वाभाविक रूप से साँस छोड़ें और अनुभव करें कि मुझ आत्मा में से नकारात्मक ऊर्जा, काले रंग की कार्बन डाइऑक्साइड के रूप में नाक के माध्यम से बाहर जा रही है...



मैं आत्मा एक चमकते हुए सफेद प्रकाश बिन्दु के समान चमक रही हूँ।



ओम शांति

पूरे दिन में इस तकनीक का कम से कम 34 बार अभ्यास करें।

दिव्य पवित्र सितारे स्वरूप में आत्मा का ध्यान

यह ध्यान तकनीक आपको जब भी आप चाहें अपनी सभी शक्तियों और गुणों का अनुभव करने में मदद करेगी। हमारा सुझाव है कि नीचे दिए गए लिंक पर वीडियो के साथ शुरुआती कुछ अभ्यास करें, जब तक कि आप अपने सभी ऊर्जा बिंदुओं - इसके ऊर्जा रंग कोड और इससे जुड़ी शक्तियों और गुणों से परिचित न हो जाएँ। हमने नीचे कमेंट्री में विजुअलाइज़ेशन में सभी ऊर्जा बिंदुओं का उल्लेख किया है और अनुभव के लिए केवल कुछ ऊर्जा बिंदुओं का उल्लेख किया है।

<https://youtu.be/fa73qTCkwkA>

चलिए शुरू करते हैं: -

ओम शांति

मैं आत्मा अपने आप को मस्तिष्क के मध्य में देख रही हूँ... हाइपोथैलेमस और पिट्यूटरी ग्लैंड के बीच।

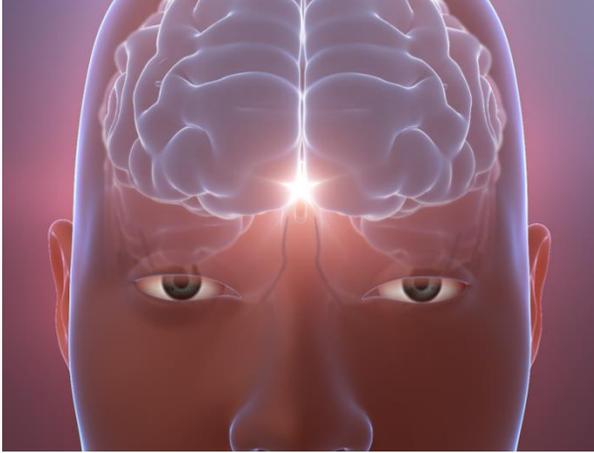
मैं चमकता हुआ सितारा... प्रकाश के एक बिंदु की तरह हूँ



मैजिक डायमंड ऑफ ग्रुप

अब मैं आत्मा सूक्ष्म रूप से अपने स्वरूप को देख रही हूँ।

वास्तव में मैं आत्मा एक सितारे के समान हूँ... एक चमकता हुआ सितारा जिसके भीतर मेरे गुण और शक्तियाँ... मेरा मन, बुद्धि और संस्कार... और चक्रों और तत्वों की ऊर्जाएँ निवास करती हैं जो भौतिक शरीर और प्रकृति को नियंत्रित करती हैं।



अब, मैं आत्मा उन सबको देख रही हूँ



मानव चेतना के रहस्य

यह मेरी बुद्धि है... मेरा मन... और मेरे संस्कार

अब, मैं अपने गुणों को देख रही हूँ... ज्ञान... शांति... पवित्रता... सुख... प्रेम... शक्ति... और आनंद

अब, मैं अपनी आठ शक्तियों को देख रही हूँ निर्णय शक्ति... सहनशक्ति... समाने की शक्ति... परखने की शक्ति... सामना करने की शक्ति... विस्तार को संकीर्ण करने की शक्ति... सहयोग शक्ति... समेटने की शक्ति।

अब, मैं आत्मा अपने 3 अन्य दिव्य गुणों को देख रही हूँ नम्रता... दृढ़ता...अंतर्मुखता।

अब, मैं आत्मा अपने 3 मन को देख रही हूँ मेरा सचेतन मन...अवचेतन मन...अचेतन मन।

अब, मैं आत्मा 6 तत्वों की ऊर्जाओं को देख रही हूँ... आकाश तत्व...जल तत्व...अग्नि तत्व...वायु तत्व...पृथ्वी तत्व और ईथर तत्व।

अब, मैं आत्मा 7 चक्रों की ऊर्जाओं को देख रही हूँ जो मेरे भौतिक और सूक्ष्म शरीर को नियंत्रित करती हैं... मूलाधार चक्र... स्वाधिष्ठान चक्र... मणिपुर चक्र... अनाहत चक्र... विशुद्धि चक्र... आज्ञा चक्र...और सहस्रार चक्र

यह सभी...मन, बुद्धि, संस्कार...गुण और शक्तियाँ... 6 तत्व और 7 चक्र...मेरे श्रृंगार हैं...यह मेरा पूर्ण रूप है।

मैं अब अपने स्वरूप सितारे में सभी ऊर्जा बिंदुओं को देख रही हूँ - प्रत्येक ऊर्जा बिंदु लाइट और माइट की ऊर्जा फैला रहा है....”

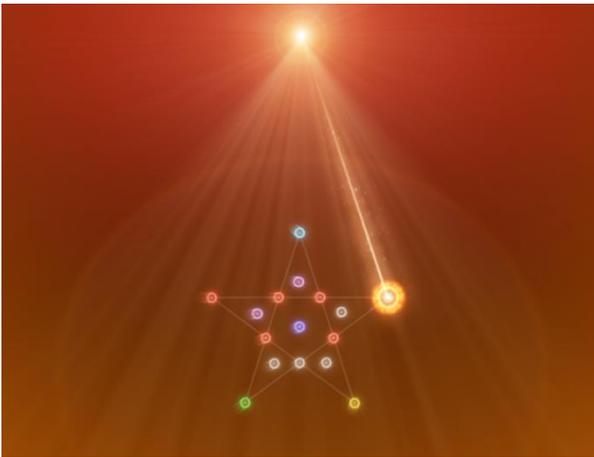
अब परमात्मा/ईश्वर/परमपिता/सर्वशक्तिवान/शिवबाबा से ऊर्जा प्राप्त करने का विजुअलाइज़ेशन करें और अपने गुणों का अनुभव करें –

मैजिक डायमंड ऑफ ग्रुप

'शक्ति से संपन्न होना' - मुझमें सर्वशक्तिवान की सभी दिव्य शक्तियाँ हैं... मैं लाल रंग की शक्ति के लाइट और माइट की ऊर्जा से संपन्न हूँ... अब मैं इस लाइट और माइट की ऊर्जा को चारों ओर फैला रही हूँ।

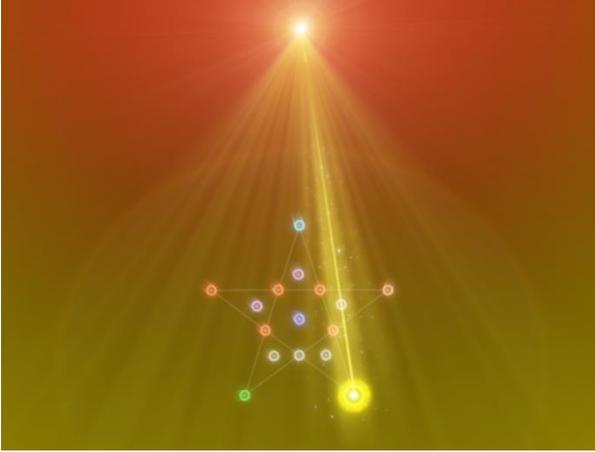


'पवित्रता से संपन्न होना' - मैं दिव्य पवित्रता से भर गयी हूँ... मैं नारंगी रंग की पवित्रता के लाइट और माइट की ऊर्जा से संपन्न हूँ... अब मैं इस लाइट और माइट की ऊर्जा को चारों ओर फैला रही हूँ।

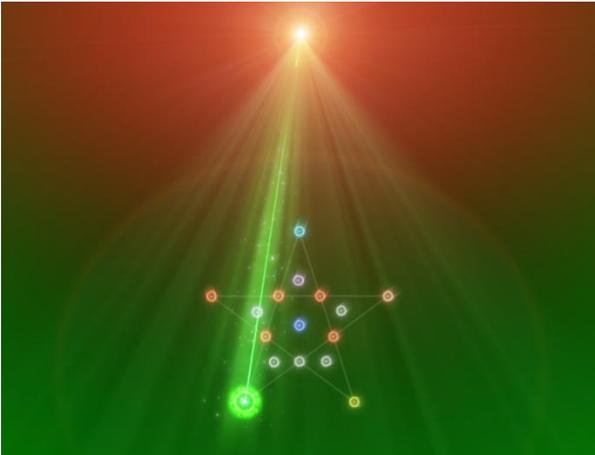


मानव चेतना के रहस्य

'सुखमय होना' - मैं दिव्य सुख से भर गयी हूँ... मैं पीले रंग के सुख के लाइट और माइट की ऊर्जा से संपन्न हूँ... अब मैं इस लाइट और माइट की ऊर्जा को चारों ओर फैला रही हूँ।

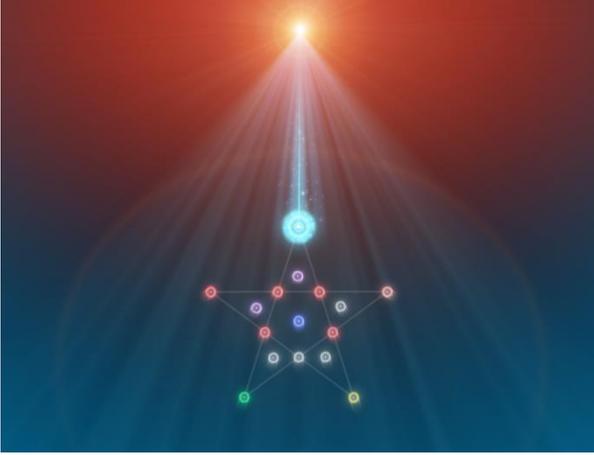


'प्रेम स्वरूप होना' - मैं ईश्वर के आध्यात्मिक और दिव्य प्रेम से भर गयी हूँ... मैं हरे रंग के शुद्ध प्रेम के लाइट और माइट की ऊर्जा से संपन्न हूँ... अब मैं इस लाइट और माइट की ऊर्जा को चारों ओर फैला रही हूँ।

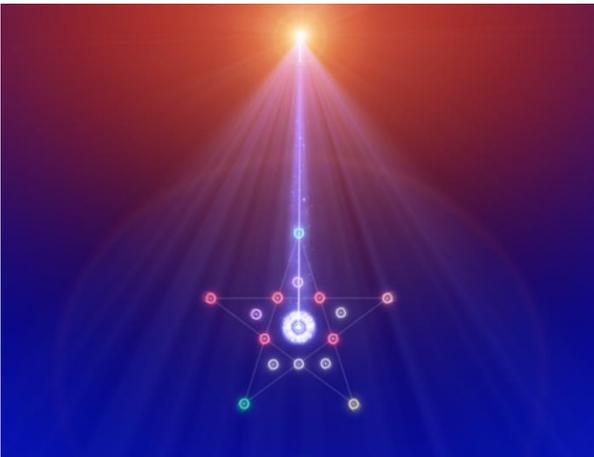


मैजिक डायमंड ऑफ ग्रुप

‘शांतस्वरूप बनना’ - मैं दिव्य शांति से भर गयी हूँ... मैं आसमानी नीले रंग की शांति के लाइट और माइट की ऊर्जा से संपन्न हूँ... अब मैं इस लाइट और माइट की ऊर्जा को चारों ओर फैला रही हूँ।



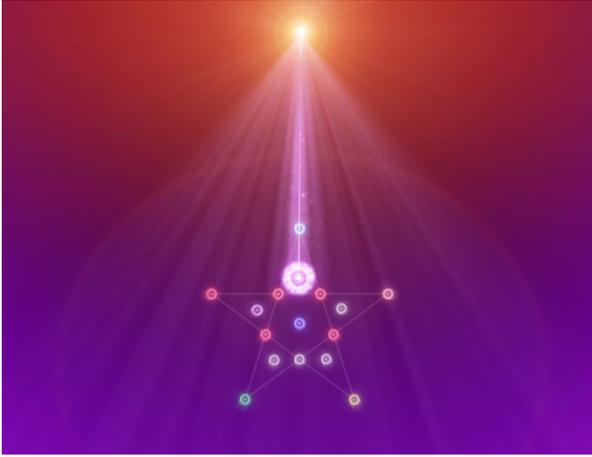
‘ज्ञानस्वरूप बनना’ - मैं समस्त विवेक से परिपूर्ण हूँ... मैं ज्ञान के गहरे नीले रंग के लाइट और माइट की ऊर्जा से संपन्न हूँ... अब मैं इस लाइट और माइट की ऊर्जा को चारों ओर फैला रही हूँ।



मानव चेतना के रहस्य

'आनंदमय होना' - मैं दिव्य आनंद से भर गयी हूँ... मैं बैंगनी रंग के आनंद के लाइट और माइट की ऊर्जा से संपन्न हूँ... अब मैं इस लाइट और माइट की ऊर्जा को चारों ओर फैला रही हूँ।

मैं एक दिव्य चैतन्य हूँ... एक प्रकाश हूँ... शाश्वत - चैतन्य - आनंद... 'सत् - चित्त - आनंद'



ओम शांति

आप धीमी गति, पूर्ण जागरूकता और एकाग्रता के साथ 20-25 मिनट में इसका गहन अभ्यास कर सकते हैं।

राजयोग ध्यान

जब हम आत्मा, अपनी बुद्धि को परमात्मा अर्थात् सर्वोच्च सार्वभौमिक चैतन्य, परमपिता - शिवबाबा के साथ जोड़ते हैं तो आत्मा के सभी ऊर्जा बिंदु चार्ज हो जाते हैं और हम उच्च और पवित्र चेतना के स्तर को प्राप्त करते हैं।

मैजिक डायमंड ऑफ ग्रुप

यह ध्यान 3 चरण का ध्यान है जिसमें हम सर्वोच्च आत्मा, सर्वशक्तिवान सत्ता(परमपिता - शिवबाबा) से जुड़ते हैं अपनी क्लीनिंग, चार्जिंग और सकाश के लिए। सकाश - विश्व के सभी आत्माओं और सम्पूर्ण विश्व के कल्याण अर्थ सभी को परमात्मा से प्राप्त लाइट और माइट की ऊर्जा देने का प्रयास करते हैं।

क्लीनिंग का अर्थ है ऊर्जा बिंदु में मौजूद सारी ऊर्जा को परमात्मा शिवबाबा को देना।

चार्जिंग का अर्थ है शिवबाबा से लाइट और माइट की ऊर्जा को अपने ऊर्जा बिंदु में भरना।

सकाश का अर्थ है ब्रह्मांड में लाइट और माइट की ऊर्जा फैलाना ताकि दूसरे उसे ग्रहण कर सकें। ध्यान कहता है कि जब आप दूसरों को लाइट और माइट की ऊर्जा देते हैं तो आपको सबसे अधिक मिलती है।

हमने बुद्धि के लिए एक संक्षिप्त रूप में ध्यान (गाइडेड मेडिटेशन) लिखा है और तीन प्राथमिक ऊर्जा बिंदुओं - बुद्धि, मन और संस्कार - के लिए दृश्यों के माध्यम से ध्यान अभ्यास दिखाया है। अन्य सभी ऊर्जा बिंदुओं के ध्यान तक पहुँचने के लिए नीचे दिए गए लिंक पर जा सकते हैं।

<https://youtube.com/playlist?list=PLVTJYOj3fHtGBVuun4SbJmEnL4qZi2mIN&feature=shared>

चलिए शुरू करते हैं:-

ओम शांति

मैं आत्मा अपने आप को मस्तिष्क के मध्य में देख रही हूँ... हाइपोथैलेमस और पिट्यूटरी ग्लैंड के बीच।

मैं आत्मा चमकता हुआ सितारा हूँ... एक प्रकाश बिंदु की तरह हूँ

मानव चेतना के रहस्य

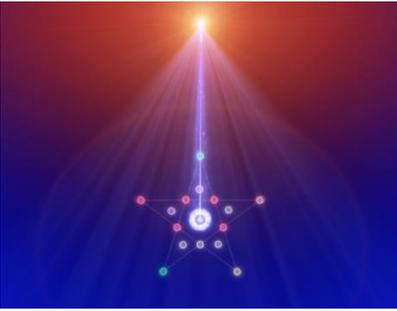
अब, मैं आत्मा अपने स्वरूप को सूक्ष्म रूप से देख रही हूँ।

वास्तव में, मैं आत्मा एक सितारे के समान हूँ... एक चमकता हुआ सितारा जिसके भीतर मेरे गुण और शक्तियाँ निवास करती हैं...

अब मैं आत्मा, अपनी बुद्धि को देख रही हूँ...

मैं आत्मा बुद्धि के मध्य में एक चमकीले तारे की तरह चमकते हुए क्वांटा को देख रही हूँ...

मैं अब क्वांटा से बुद्धि की सारी ऊर्जा शिवबाबा की ओर भेज रही हूँ...



गहरे नीले रंग की ऊर्जा की किरणों शिवबाबा की ओर जा रही हैं...

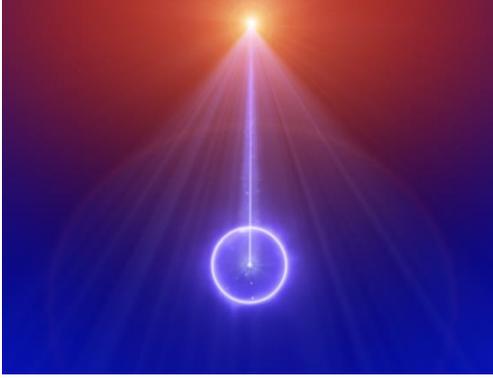
मेरी सारी पुरानी मान्यताएँ, नकारात्मक यादें, और मेरे अंदर जो भी दर्द है, मैं उसे शिवबाबा को भेज रही हूँ... मैं सारी दबी हुई भावनाओं, तनाव और थकान को दूर कर रही हूँ और उसे शिवबाबा को भेज रही हूँ...

मैं हल्कापन और राहत महसूस कर रही हूँ क्योंकि मेरा बोझ दूर हो गया है...

जब आप ध्यान की अगली विधि चर्जिंग के लिए तैयार हो तब चार्जिंग प्रक्रिया शुरू कर सकते हैं...

मैजिक डायमंड ऑफ ग्रुप

अब मैं शिवबाबा से बुद्धि के क्वांटा में ज्ञान की गहरे नीले रंग की लाइट और माइट की ऊर्जा भर रही हूँ... मेरी बुद्धि चार्ज हो रही है...



मेरी बुद्धि दिव्य बन रही है...

मुझे दिव्य ज्ञान की ऊर्जा मिल रही है...

सही निर्णय लेने की मेरी शक्ति चार्ज हो रही है...

मेरे अवचेतन मन की सभी रुकावटें खत्म हो रही हैं...

ईथर ऊर्जा चार्ज हो रही है...

मेरे आज्ञा चक्र की ऊर्जा चार्ज हो रही है...

आपको जब महसूसता आये की आप सकाश देने के स्थिति में हो आप अपनी गुण-शक्तियों की लाइट और माइट की ऊर्जा सारे विश्व में फैला सकते हैं और सभी आत्माओं को भरपूर कर सकते हैं।

अभी शिवबाबा से मुझ आत्मा के बुद्धि के क्वांटा में ज्ञान की गहरे नीले रंग की लाइट और माइट की ऊर्जा भर रही हैं ... अभी यह ज्ञान की लाइट और माइट की ऊर्जा मुझ

मानव चेतना के रहस्य

आत्मा के बुद्धि के क्वांटा से सारे विश्व में फैल रही हैं ...



जैसे-जैसे मैं आत्मा शिवबाबा की लाइट और माइट की ऊर्जा को दुनिया में फैलाती हूँ, मैं दिव्यता और सच्चे प्रेम और सभी के लिए एकता का अनुभव करती हूँ...

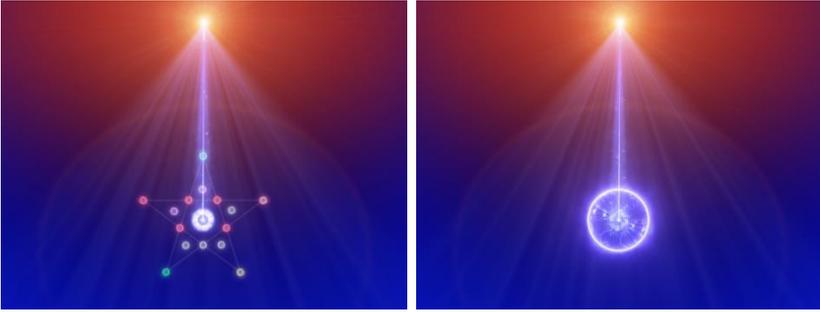
ओम शांति

अधिकतम लाभ और अनुभव के लिए यह सलाह है कि आप तीनों चरणों को एक ही सत्र में एक साथ करें। उदाहरण के लिए आप शिवबाबा को गहरे नीले रंग की 5 ऊर्जा की किरणें भेजते हैं (क्लीनिंग), फिर आप गहरे नीले रंग की 5 किरणों से खुद को चार्ज करते हैं (चार्जिंग) और दुनिया को भी 5 किरणों का सकाश देते हैं।

बुद्धि / अवचेतन / ईथर ऊर्जा बिंदु की क्लीनिंग और चार्जिंग

बुद्धि की क्लीनिंग और चार्जिंग से संबंधित ध्यान अभ्यास के लिए यूट्यूब लिंक नीचे दी गयी हैं:

<https://youtu.be/pS-Uu7LuluU>



बुद्धि / अवचेतन मन / ईथर ऊर्जा बिंदु की क्लीनिंग और चार्जिंग के लाभ –

- ✓ बुद्धि और अवचेतन मन वर्तमान और सभी पिछले जन्मों से संबंधित अशुद्धियों से मुक्त हो जाते हैं।
- ✓ जीवन के हर पहलू में स्पष्टता और विवेक।
- ✓ एक स्पष्ट विवेक और सही और गलत के बीच अंतर करने की क्षमता।
- ✓ सही और समय पर निर्णय लेना।
- ✓ विश्लेषण करने, समझने और आत्मसात करने की मजबूत क्षमता।
- ✓ कल्पना और रचनात्मकता से संपन्न।
- ✓ प्रभावी स्मृति और धारणा।
- ✓ स्पष्ट विवेक, सिद्धांत-केंद्रित जीवन, बुनियादी अच्छाई और चरित्र की ताकत।

सचेतन मन के ऊर्जा बिंदु की क्लीनिंग और चार्जिंग

सचेतन मन के ऊर्जा बिंदु की क्लीनिंग और चार्जिंग से संबंधित ध्यान अभ्यास के लिए यूट्यूब लिंक नीचे दी गयी है:

<https://youtu.be/DTF2vo219e0>



सचेतन मन के ऊर्जा बिंदु की क्लीनिंग और चार्जिंग के लाभ –

- ✓ ज्ञान-संबंधी क्षमताओं में वृद्धि।
- ✓ भीतर अधिक शांति और स्थिरता।
- ✓ उच्च एकाग्रता।
- ✓ आंतरिक शक्तियों का पुनः सशक्तिकरण।
- ✓ भावनात्मक स्वतंत्रता।
- ✓ विचारों के प्रवाह में कमी और नियंत्रण तथा गुणवत्ता में वृद्धि।
- ✓ अपने शब्दों और कार्यों पर उच्च नियंत्रण।
- ✓ आत्म-जागरूकता की उच्च और निरंतर स्थिति।
- ✓ बिना किसी देरी के विचारों को कार्यों में बदलने की क्षमता।

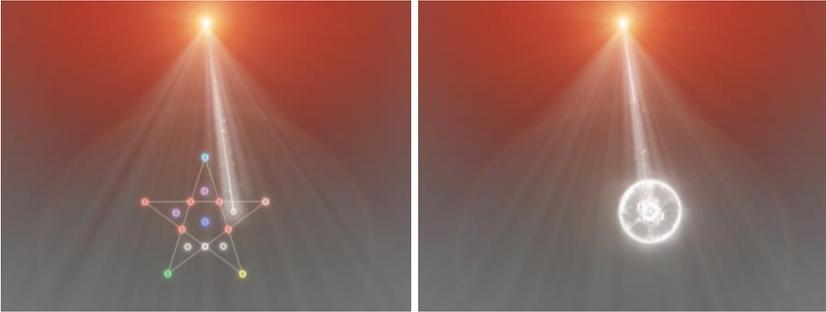
मैजिक डायमंड ऑफ ग्रुप

- ✓ रोज़मर्रा की जिंदगी में प्रभावशीलता और दक्षता।
- ✓ भावनाओं और संवेदनाओं पर अधिक नियंत्रण। संतुलित दृष्टिकोण और व्यक्तित्व।

अचेतन मन/संस्कार के ऊर्जा बिंदु की क्लीनिंग और चार्जिंग

संस्कारों/अचेतन मन के ऊर्जा बिंदु की क्लीनिंग और चार्जिंग से संबंधित ध्यान अभ्यास के लिए यूट्यूब लिंक नीचे दी गयी है।

<https://youtu.be/KYfRzjAeaHA>



संस्कारों / अचेतन मन के ऊर्जा बिंदु की क्लीनिंग और चार्जिंग के लाभ –

- ✓ संस्कार/अचेतन मन वर्तमान और सभी पिछले जन्मों से संबंधित अशुद्धियों से मुक्त हो जाता है।
- ✓ बुरे और अनावश्यक संस्कारों की क्लीनिंग और नए और उपयुक्त संस्कारों को आत्मसात करना।
- ✓ संस्कारों का रूपांतरण और दिव्यता।

मानव चेतना के रहस्य

- ✓ विचार पद्धति, व्यवहार और संस्कारों में मनोवैज्ञानिक अवरोधों को दूर करता है।
- ✓ स्वयं और दूसरों के साथ अच्छे संबंध स्थापित करने की क्षमता।

आभा (ऑरा) स्कैनिंग में राजयोग ध्यान के परिणाम

हमने आत्मा(सी.क्यू.एस.ई.) के ऊर्जा बिंदुओं को परमात्मा (एस.सी.क्यू.एस.ई.) परमपिता शिवबाबा से चार्ज करके इस प्राचीन राजयोग ध्यान के कई प्रयोग किए हैं।

एक घटना में, हमने आभा स्कैनिंग मशीन की मदद से राजयोग ध्यान के एक अनुभवी साधक की आभा को स्कैन किया। साधक को आत्मा के ऊर्जा बिंदु 12, शक्ति के ऊर्जा बिंदु को चार्ज करने के लिए कहा गया और आभा मशीन ने फिर लाल रंग की 'सुपर एक्टिव हायर कॉन्ससियसनेस्स आभा' दिखाई, जैसा कि अगली छवि में दिखाया गया है।



मैजिक डायमंड ऑफ ग्रुप

इसके तुरंत बाद साधक को आत्मा के ऊर्जा बिंदु 2, प्रेम के ऊर्जा बिंदु को 3 मिनट के लिए चार्ज करने के लिए कहा गया। आभा मशीन ने हरे रंग की 'सुपर एक्टिव हायर कॉन्ससियसनेस्स आभा' दिखाई, जैसा कि नीचे दी गई छवि में देखा जा सकता है।



राजयोग ध्यान में थोड़े समय में ही अपनी आभा को बदलना संभव है क्योंकि आप इस आभा को उत्पन्न करने वाले आत्मा के संबंधित ऊर्जा बिंदु को चार्ज कर रहे हैं - हालाँकि, आभा स्कैन के परिणाम हर व्यक्ति में अलग-अलग हो सकते हैं। किसी व्यक्ति को आभा के इस स्तर को प्राप्त करने के लिए उन्हीं ऊर्जा बिंदुओं को चार्ज करने में अधिक मिनट लग सकते हैं।

सी.क्यू.एस.ई. (आत्मा), चेतना का निर्माता या उत्पन्नस्थान है। सी.क्यू.एस.ई. में 16 ईथर ऊर्जा बिंदु एक दिव्य पवित्र ज्यामितीय व्यवस्था में परस्पर जुड़े हुए हैं; इसके माध्यम से, वे चेतना उत्पन्न करने के लिए परस्पर क्रिया करते हैं। प्रत्येक ऊर्जा बिंदु की ऊर्जा और शुद्धता का स्तर यह निर्धारित करता है कि चेतना नकारात्मक, साधारण, आशावादी, रचनात्मक, दिव्य, स्वयंसिद्ध या प्रबुद्ध है।

मैजिक डायमंड ऑफ़ ग्रुप मेडिटेशन ऐप : सेल्फ इल्यूमिनेशन

मेटा क्वेस्ट में आत्मिक स्थिति के ध्यान का अनुभव करें

आत्मिक स्थिति के ध्यान के साथ गहरे संबंध और आध्यात्मिक जागृति के क्षेत्र में कदम रखें *सेल्फ इल्यूमिनेशन ऐप* के द्वारा, अब मेटा क्वेस्ट (Meta Quest VR) में उपलब्ध है।

भौतिकता से परे एक परिवर्तनकारी यात्रा में स्वयं के सत्य स्वरूप का अनुभव करे, यहाँ आत्मिक स्थिति का अनुभव वर्चुअल रियलिटी में करे।

20

शारीरिक, मानसिक, आर्थिक, पारिवारिक संबंध और ज्योतिषीय समस्याओं के समाधान

शारीरिक स्वास्थ्य समस्याओं के लिए क्लीनिंग और चार्जिंग ऊर्जा बिंदु

अधिवृक्क ग्रंथियाँ, हड्डियाँ, मांसपेशियाँ, त्वचा, बाल और नाखून

संबंधित बीमारियाँ - हड्डियों और मांसपेशियों के रोग, कैल्शियम की कमी, घुटने का दर्द, सूजन, मांसपेशियों में दर्द, बवासीर, रुमेटी गठिया, यूरिक एसिड बढ़ना, घुटना घिस जाना, त्वचा, बाल और नाखूनों से सम्बंधित बीमारियाँ।

क्लीनिंग और चार्जिंग ऊर्जा बिंदु - 12

ऊर्जा बिंदु की शक्तियाँ: शक्ति, पृथ्वी तत्व, मूलाधार चक्र

रंग: लाल रंग की लाइट और माइट की ऊर्जा

स्वमान अभ्यास: मैं मास्टर सर्वशक्तिवान आत्मा हूँ।

मैजिक डायमंड ऑफ ग्रुप

रक्त, अंडाशय, वृषण और प्रतिरक्षा प्रणाली

संबंधित बीमारियाँ – संक्रामक रोग, त्वचा रोग, प्रजनन अंग रोग और रक्त रोग।

क्लीनिंग और चार्जिंग ऊर्जा बिंदु – 11

ऊर्जा बिंदु की शक्तियाँ: पवित्रता, जल तत्व, स्वाधिष्ठान चक्र

रंग: नारंगी रंग की लाइट और माइट की ऊर्जा

स्वमान अभ्यास: मैं परम पवित्र आत्मा हूँ।

अग्नाशय ग्रंथि और हार्मोन्स

संबंधित बीमारियाँ – पित्ताशय की थैली के रोग, मधुमेह और हार्मोनल असंतुलन, चयापचय, पाचन और पेट से संबंधित समस्याएँ।

क्लीनिंग और चार्जिंग ऊर्जा बिंदु – 1

ऊर्जा बिंदु की शक्तियाँ: सुख, अग्नि तत्व, मणिपुर चक्र

रंग: पीले रंग की लाइट और माइट की ऊर्जा

स्वमान अभ्यास: मैं एक सुखस्वरूप आत्मा हूँ।

मानव चेतना के रहस्य

हृदय और थाइमस ग्रंथियाँ

संबंधित बीमारियाँ - हृदय से संबंधित बीमारियाँ, दिल का दौरा, दिल में छेद, हृदय का तेजी से धड़कना, रक्तचाप, हृदय संबंधी बीमारियाँ और रक्त वाहिकाओं में रुकावटें आदि।

क्लीनिंग और चार्जिंग ऊर्जा बिंदु - 2

ऊर्जा बिंदु की शक्तियाँ: प्रेम, वायु तत्व, अनाहत चक्र

रंग: हरे रंग की लाइट और माइट की ऊर्जा

स्वमान अभ्यास: मैं एक प्रेमस्वरूप आत्मा हूँ।

थायरॉयड ग्रंथि और फेफड़े

संबंधित बीमारियाँ - श्वास संबंधी विकार, टी.बी., न्यूमोनिया, अस्थमा, थायरॉयड ग्रंथि के रोग, स्वरयंत्र के रोग, अन्न नलिका के रोग, श्वास नली के रोग।

क्लीनिंग और चार्जिंग ऊर्जा बिंदु - 10

ऊर्जा बिंदु की शक्तियाँ: शांति, आकाश तत्व, विशुद्धि चक्र

रंग: आसमानी नीले रंग की लाइट और माइट की ऊर्जा

स्वमान अभ्यास: मैं एक शान्तस्वरूप आत्मा हूँ।

पिट्यूटरी ग्रंथि, मस्तिष्क और तंत्रिका तंत्र

संबंधित बीमारियाँ - मस्तिष्क से संबंधित विकार, सिरदर्द, माइग्रेन (तीव्र सिरदर्द), तंत्रिका तंत्र के विकार, आँखों के रोग, कानों के रोग, नाक के रोग और दाँतों और मसूड़ों के रोग।

क्लीनिंग और चार्जिंग ऊर्जा बिंदु - 16

ऊर्जा बिंदु की शक्तियाँ: ज्ञान, आज्ञा चक्र

रंग: गहरा नीले रंग की लाइट और माइट की ऊर्जा

स्वमान अभ्यास: मैं मास्टर ज्ञानसूर्य आत्मा हूँ।

पीनियल ग्रंथि (शीर्षग्रंथि) और पाचन तंत्र

संबंधित बीमारियाँ - तनाव, अनिद्रा, रक्तचाप, अवसाद, अपच, पाचन तंत्र (मानसिक समस्याओं से सम्बंधित) से जुड़ी समस्या आदि।

क्लीनिंग और चार्जिंग ऊर्जा बिंदु - 13

ऊर्जा बिंदु की शक्तियाँ: आनंद, सहस्त्रार चक्र

रंग: बैंगनी रंग की लाइट और माइट की ऊर्जा

स्वमान अभ्यास: मैं एक आनंदस्वरूप आत्मा हूँ।

मानसिक शक्ति में सुधार के लिए 3 ऊर्जा बिंदुओं को क्लीन और चार्ज करें

क्लीनिंग और चार्जिंग ऊर्जा बिंदु - 14

ऊर्जा बिंदु की शक्तियाँ: मन, विस्तार को संकीर्ण करने की शक्ति, सचेतन मन

रंग: बैंगनी रंग की लाइट और माइट की ऊर्जा

स्वमान अभ्यास: आनंद मेरे मन का स्वधर्म है। मैं एक आनंदस्वरूप आत्मा हूँ।

क्लीनिंग और चार्जिंग ऊर्जा बिंदु - 16

ऊर्जा बिंदु की शक्तियाँ: बुद्धि, ज्ञान, निर्णय शक्ति, ब्रह्म तत्त्व, अवचेतन मन

रंग: गहरे नीले रंग की लाइट और माइट की ऊर्जा

स्वमान अभ्यास: ज्ञान मेरी बुद्धि का स्वभाव है। मैं मास्टर ज्ञानसूर्य आत्मा हूँ।

क्लीनिंग और चार्जिंग ऊर्जा बिंदु - 15

ऊर्जा बिंदु की शक्तियाँ: संस्कार, समाने की शक्ति, अचेतन मन

रंग: सफेद रंग की लाइट और माइट की ऊर्जा

स्वमान अभ्यास: पवित्रता मेरे संस्कारों का स्वधर्म है। मैं दिव्य पवित्र संस्कारों वाली आत्मा हूँ।

आर्थिक स्थिति सुधारने के लिए 3 ऊर्जा बिंदुओं को क्लीन और चार्ज करें

क्लीनिंग और चार्जिंग ऊर्जा बिंदु – 12

ऊर्जा बिंदु की शक्तियाँ: शक्ति, मूलाधार चक्र, पृथ्वी तत्व

रंग: लाल रंग की लाइट और माइट की ऊर्जा

स्वमान अभ्यास: मैं आत्मा परमात्मा की संतान हूँ, जो सभी शक्तियों के धन से संपन्न हूँ।

क्लीनिंग और चार्जिंग ऊर्जा बिंदु – 16

ऊर्जा बिंदु की शक्तियाँ: बुद्धि, ज्ञान, निर्णय शक्ति, ब्रह्म तत्व, अवचेतन मन

रंग: गहरे नीले रंग की लाइट और माइट की ऊर्जा

स्वमान अभ्यास: मैं आत्मा ज्ञान के धन से संपन्न हूँ; मैं मास्टर ज्ञानसूर्य आत्मा हूँ।

क्लीनिंग और चार्जिंग ऊर्जा बिंदु – 11

ऊर्जा बिंदु की शक्तियाँ: पवित्रता, जल तत्व, स्वाधिष्ठान चक्र

रंग: नारंगी रंग की लाइट और माइट की ऊर्जा

स्वमान अभ्यास: मैं आत्मा पवित्रता के धन से संपन्न हूँ; मैं एक शुद्ध आत्मा हूँ। मैं परम पवित्र आत्मा हूँ।

पारिवारिक संबंधों को बेहतर बनाने के लिए ऊर्जा बिंदुओं को क्लीन और चार्ज करें

माँ, सास

क्लीनिंग और चार्जिंग ऊर्जा बिंदु – 10

ऊर्जा बिंदु की शक्तियाँ: शांति, आकाश तत्व, विशुद्धि चक्र

रंग: आसमानी नीले रंग की लाइट और माइट की ऊर्जा

स्वमान अभ्यास: मैं शांति के सागर की संतान हूँ; मैं एक शान्तस्वरूप आत्मा हूँ।

पिता, ससुर

क्लीनिंग और चार्जिंग ऊर्जा बिंदु – 12

ऊर्जा बिंदु की शक्तियाँ: शक्ति, मूलाधार चक्र, पृथ्वी तत्व

रंग: लाल रंग की लाइट और माइट की ऊर्जा

स्वमान अभ्यास: मैं सर्वशक्तिवान परमात्मा की संतान हूँ; मैं मास्टर सर्वशक्तिवान आत्मा हूँ।

मैजिक डायमंड ऑफ ग्रुप

शिक्षक, गुरु, भगवान

क्लीनिंग और चार्जिंग ऊर्जा बिंदु – 11

ऊर्जा बिंदु की शक्तियाँ: पवित्रता

रंग: नारंगी रंग की लाइट और माइट की ऊर्जा

स्वमान अभ्यास: मैं पवित्रता के सागर की संतान हूँ; मैं परम पवित्र आत्मा हूँ।

भाई, बहन, रिश्तेदार और सहकर्मी

क्लीनिंग और चार्जिंग ऊर्जा बिंदु – 1

ऊर्जा बिंदु की शक्तियाँ: सुख, अग्नि तत्व, मणिपुर चक्र

रंग: पीले रंग की लाइट और माइट की ऊर्जा

स्वमान अभ्यास: मैं सुख के सागर की संतान हूँ; मैं एक सुखस्वरूप आत्मा हूँ।

जीवनसाथी

क्लीनिंग और चार्जिंग ऊर्जा बिंदु – 2

ऊर्जा बिंदु की शक्तियाँ: प्रेम, वायु तत्व, अनाहत चक्र

रंग: हरे रंग की लाइट और माइट की ऊर्जा

स्वमान अभ्यास: मैं प्यार के सागर की संतान हूँ; मैं एक प्रेमस्वरूप आत्मा हूँ।

मानव चेतना के रहस्य

बच्चों

क्लीनिंग और चार्जिंग ऊर्जा बिंदु - 13

ऊर्जा बिंदु की शक्तियाँ: आनंद, सहस्रार चक्र

रंग: बैंगनी रंग की लाइट और माइट की ऊर्जा

स्वमान अभ्यास: मैं आनंद के सागर की संतान हूँ; मैं एक आनंदस्वरूप आत्मा हूँ।

स्वयं

क्लीनिंग और चार्जिंग ऊर्जा बिंदु - 16

ऊर्जा बिंदु की शक्तियाँ: ज्ञान, आज्ञा चक्र

रंग: गहरे नीले रंग की लाइट और माइट की ऊर्जा

स्वमान अभ्यास: मैं ज्ञान के सागर की संतान हूँ; मैं मास्टर ज्ञानसूर्य आत्मा हूँ।

ज्योतिषीय ग्रहदशाओं को ठीक करने हेतु ऊर्जा बिंदुओं को क्लीन और चार्ज करें

सूर्य

ग्रह काल के बुरे प्रभाव - जिद्दीपन, हावी स्वभाव

क्लीनिंग और चार्जिंग	8	15	1
ऊर्जा बिंदु			
ऊर्जा बिंदु की शक्तियाँ	सहयोग शक्ति	संस्कार	अग्नि तत्व
रंग	लाल	सफेद	पीला

चन्द्र

ग्रह काल के बुरे प्रभाव - मानसिकता में उतार-चढ़ाव

क्लीनिंग और चार्जिंग	14	10	11
ऊर्जा बिंदु			
ऊर्जा बिंदु की शक्तियाँ	मन	शांति	जल तत्व
रंग	बैंगनी	आसमानी नीला	नारंगी

मानव चेतना के रहस्य

मंगल ग्रह

ग्रह काल के बुरे प्रभाव - बहुत जल्दी गुस्सा आना

क्लीनिंग और चार्जिंग ऊर्जा बिंदु	12	6	
ऊर्जा बिंदु की शक्तियाँ	शक्ति	सामना करने की शक्ति	
रंग	लाल	लाल	

बुध

ग्रह काल के बुरे प्रभाव - तर्क शक्ति खोना, सही निर्णय लेने में असमर्थ होना

क्लीनिंग और चार्जिंग ऊर्जा बिंदु	7	16	2
ऊर्जा बिंदु की शक्तियाँ	परखने की शक्ति	बुद्धि	प्रेम
रंग	लाल	गहरा नीला	हरा

मैजिक डायमंड ऑफ ग्रुप

बृहस्पति

ग्रह काल के बुरे प्रभाव - दूसरों के साथ दुर्व्यवहार करना

क्लीनिंग और चार्जिंग ऊर्जा

बिंदु

4

5

13

1

ऊर्जा बिंदु की शक्तियाँ

नम्रता

अंतर्मुखता

फरिश्ता स्वरूप

सुख

रंग

सफेद

सफेद

बैंगनी

पीला

शुक्र

ग्रह काल के बुरे प्रभाव - भोगी वृत्ति बढ़ जाना, काम विकार की आसक्ति बढ़ जाना

क्लीनिंग और चार्जिंग ऊर्जा बिंदु

11

12

1

ऊर्जा बिंदु की शक्तियाँ

पवित्रता

शक्ति

सुख

रंग

नारंगी

लाल

पीला

मानव चेतना के रहस्य

शनि

ग्रह काल के बुरे प्रभाव - हमेशा तनावग्रस्त रहना

क्लीनिंग और चार्जिंग ऊर्जा बिंदु	9	3	16
ऊर्जा बिंदु की शक्तियाँ	सहनशक्ति	दृढ़ता	बुद्धि
रंग	लाल	सफेद	गहरा नीला

राहु

ग्रह काल के बुरे प्रभाव - स्वास्थ्य, धन और मानसिक स्थिति की हानि

क्लीनिंग और चार्जिंग ऊर्जा बिंदु	14	15	16
ऊर्जा बिंदु की शक्तियाँ	मन	संस्कार	बुद्धि
रंग	बैंगनी	सफेद	गहरा नीला

मैजिक डायमंड ऑफ ग्रुप

केतु

ग्रह काल के बुरे प्रभाव - मानसिकता में बदलाव और गुणों (संस्कारों) में गिरावट

क्लीनिंग और चार्जिंग ऊर्जा बिंदु	14	15
ऊर्जा बिंदु की शक्तियाँ	मन	संस्कार
रंग	बैंगनी	सफेद

नेपच्यून

ग्रह काल के बुरे प्रभाव - मानसिक अशांति में वृद्धि

क्लीनिंग और चार्जिंग ऊर्जा बिंदु	10	15
ऊर्जा बिंदु की शक्तियाँ	शांति	संस्कार
रंग	आसमानी नीला	सफेद

मानव चेतना के रहस्य

यूरेनस

ग्रह काल के बुरे प्रभाव - विनाशकारी मानसिकता

क्लीनिंग और चार्जिंग ऊर्जा बिंदु 15 16

ऊर्जा बिंदु की शक्तियाँ संस्कार बुद्धि

रंग सफेद गहरा नीला

अंतःवचन

“हम आध्यात्मिक अनुभव करने वाले मनुष्य नहीं हैं। हम स्वयं आध्यात्मिक अस्तित्व हैं जो मानवीय अनुभव प्राप्त कर रहे हैं”।

~पियरे टेइलहार्ड डी चारडिन

चेतना हमारे विकास और अस्तित्व का आधार है, फिर भी यह एक बहुत बड़ा रहस्य बनी हुई है। मानवता द्वारा की गई भारी प्रगति के दावे के बाद भी, चेतना का सत्य अभी भी मायावी, अस्पष्ट और विवादास्पद बना हुआ है। यह विषय सभी के लिए खुला रहना चाहिए, न कि केवल वैज्ञानिक जाँच के लिए। और जैसा कि पुस्तक में बताया गया है, चेतना की खोज का सबसे अच्छा तरीका अनुभवजन्य बोध है।

क्या यह समकालीन बौद्धिकता के लिए सबसे बड़ी विरोधाभासी वास्तविकता नहीं है कि हम अपने पास उपलब्ध मन की विश्लेषणात्मक और तार्किक क्षमताओं का उपयोग करके ही चेतना के रहस्य को सुलझाने का प्रयास कर रहे हैं? अध्यात्म और विज्ञान के उच्चतर क्षेत्रों के प्रति खुले हुए रहे बिना और उनसे आगे बढ़े बिना हम चेतना को कैसे समझ सकते हैं?

अब समय आ गया है कि चेतना का अध्ययन चिकित्सा विज्ञान, तंत्रिका विज्ञान, भौतिक विज्ञान, आध्यात्मिक जागृति और मानसिक स्वास्थ्य का अनिवार्य हिस्सा बन जाए। यह बात स्पष्ट कर दें कि यह पुस्तक, अध्यात्म की तरह, विज्ञान से असहमत नहीं है। वास्तव में, विज्ञान को एक नए आयाम तक आगे बढ़ने में मदद

मानव चेतना के रहस्य

करने का प्रयास किया गया है ताकि वह लुप्त सम्पूर्णता और एकता को प्राप्त कर सके।

यह पुस्तक आपको प्रबुद्ध व्यक्ति बनाने का प्रयास नहीं करता है, जो कि आपकी अपनी यात्रा है। इसका उद्देश्य आपको मार्ग से अवगत कराना तथा आपको अपने शाश्वत स्वरूप, सत्य की खोज करने के लिए प्रेरित करना है। यदि इस पुस्तक को पढ़ने से आपको अपनी शुरुआती समस्याओं के लिए आंतरिक समाधान खोजने में मदद मिलती है या आप चेतना और चेतन सत्ता के प्रति अधिक जागरूक बनते हैं और अनिवार्य रूप से आध्यात्मिक यात्रा में आगे बढ़ने में मदद मिलती है, इनमें से किसी एक या सभी में थोड़ी प्रगति भी होती है, तो पुस्तक ने अपना उद्देश्य पूरा कर दिया है।

समस्त ज्ञान, विशेषकर चेतना के पेंटाग्राम स्टार (सी.क्यू.एस.ई.) से संबंधित ज्ञान, विभिन्न ईश्वर माध्यमों से आया है और सबसे बढ़कर, सार्वभौमिक चैतन्य स्रोत से आया है, जो ज्ञान का सागर परमपिता परमात्मा है। इसलिए, यहाँ साझा किया गया ज्ञान किसी भी विचारधारा या आस्था से पक्षपात रहित है। यह किसी भी वैज्ञानिक सिद्धांत की तरह प्रकृति और ब्रह्मांड के नियमों पर आधारित है। जब तक वस्तुनिष्ठता कायम रखी जाती है, तथा संदेश का गलत अर्थ नहीं निकाला जाता, तब तक इसमें निहित ज्ञान किसी भी धारणा या भावना को ठेस नहीं पहुँचाता। हमने अन्य लेखकों, वैज्ञानिकों, दार्शनिकों, शोधकर्ताओं और रहस्यवादियों के कार्यों से संदर्भों का उपयोग किया है। हम उनके योगदान के लिए अत्यंत आभारी हैं। इन संदर्भों के बिना, यह कार्य पूरा नहीं हो पाता। जहाँ भी संदर्भ लिए गए हैं, उनका उल्लेख किया गया है। कोई भी चूक अनजाने में हुई हो तो इसके लिए हम सचमुच खेद प्रकट करते हैं।

आज हम जिन निरंतर और लगातार बढ़ती चुनौतियों का सामना कर रहे हैं, उनका शाश्वत समाधान हमारे भीतर के खज्ञान में, अर्थात् चेतन सत्ता या आत्मा में

मैजिक डायमंड ऑफ ग्रुप

निहित है। आज मानवता के लिए सबसे बड़ी सेवा यह होगी कि सभी को उनके सच्चे स्वरूप के प्रति जागृत किया जाए, इस अहसास के लिए कि गहराई में, शांति, दिव्यता, प्रेम और आनंद की अंतर्निहित स्वभाव वाला एक अस्तित्व है। पागलपन केवल सतही स्तर पर मौजूद है।

"यदि आप चेतना के निम्न स्तर पर बने रहेंगे, तो आप स्वयं और अस्तित्व सदैव एक रहस्य बने रहेंगे, सच्चे स्वयं का अनुभव करने के अथाह परमानंद की तो बात ही छोड़ दीजिए। तब, या तो आप विज्ञान के नायक की तरह परम चेतना को अस्वीकार करते रहेंगे या यदि आप विश्वास करते हैं, तो यह केवल विश्वास और आवश्यकता की मजबूरी के रूप में आता है, लेकिन फिर भी एक दूरी बनी रहती है।

स्वयं और सृष्टिकर्ता से अलग होकर जीने और मरने से इस जीवनकाल में आध्यात्मिक यात्रा अधूरी रह जाती है। आपको वापस आना होगा और वहीं से पुनः आरंभ करना होगा जहाँ से आपने छोड़ा था।

यह आपका जीवन है। आपके पास चुनने की शक्ति है। मनुष्य के पास हमेशा 'स्वतंत्र इच्छा' होती है। मनुष्य हमेशा अपने भाग्य का स्वामी होगा।"

~ शिव भगवान

संदर्भ

1. इटरनल ड्रामा ऑफ़ सोल्स, मैटर एण्ड गॉड – जगदीश चन्द्र हसीजा
2. ऑटोबायोग्राफी ऑफ़ ए योगी – योगानंद परमहंस
3. सोल्स ऑफ़ डिस्टॉरशन अवेकनिंग – जैन विचेरिंक
4. दी फिज़िक्स ऑफ़ गॉड – जोसफ़ सेल्बी
5. ट्रांसेंडिंग दी लेवल्स ऑफ़ कॉन्ससियसनेस्स – डेविड र. हॉकिंस
6. दी बायोलॉजी ऑफ़ बिलीफ – ब्रूस एच. लिष्म
7. कॉन्ससियसनेस्स एण्ड दी यूनिवर्स – रॉजर पेनरोज़ एण्ड स्टुअर्ट हैमरॉफ़
8. डु यू नो योर रियल सेल्फ? – जगदीश चन्द्र हसीजा
9. यू आर दी प्लेसिबो – डॉ. जो डिस्पेन्ज़ा
10. कॉन्ससियसनेस्स फ्रॉम ए स्पिरिचुअल पर्सपेक्टिव – जगदीश चन्द्र हसीजा
11. साइंस एण्ड स्पिरिचुअलिटी – जगदीश चन्द्र हसीजा
12. दी लाइट बिहाइंड कॉन्ससियसनेस्स – जॉन व्हीलर
13. दी पावर ऑफ़ योर सबकॉन्ससियस माइंड – डॉ. जोसफ़ मर्फी

मैजिक डायमंड ऑफ ग्रुप

14. टुवर्ड ए साइंस ऑफ कॉन्ससियसनेस्स (मई 3 - 7 , 2011 ; कॉन्फरेंस पेपर्स)
15. करैक्टर स्ट्रेंथ्स एण्ड व्हर्चुस - क्रिस्टोफर पेटर्सन एण्ड मार्टिन इ.पी. सेलिग्मन
16. दी साइंस ऑफ वननेस - डेविड विलकॉक
17. साइंस एण्ड रिलिजन - जगदीश चन्द्र हसीजा
18. डॉ. स्टुअर्ट हैमरॉफ, डिपार्टमेंट्स ऑफ अनेस्थेसिओलॉजी एण्ड साइकोलॉजी, यूनिवर्सिटी ऑफ एरिज़ोना, 1501 नार्थ कैम्पबेल एवेन्यू, ट्युसन, एरिज़ोना 85724, यू.एस.ए. एण्ड डॉ. रॉजर पेनरोज़, रूस बॉल प्रोफेसर ऑफ मैथमेटिक्स, यूनिवर्सिटी ऑफ ऑक्सफ़ोर्ड, ऑक्सफ़ोर्ड, यूनाइटेड किंगडम मैथमेटिक्स एण्ड कम्प्यूटर्स इन सिम्युलेशन ओर्केस्ट्रेटेड रिडक्शन ऑफ क्वांटम कोहेरेन्स इन ब्रेन माइक्रोव्युब्यूल्स: ए मॉडल फॉर कॉन्ससियसनेस्स, मैथमेटिक्स एण्ड कम्प्यूटर्स इन सिमुलेशन 40 (1996) 453-4
19. ऑन दी ओरिजिन ऑफ दी आब्जर्वर बाय अमृत सोरली। अमेरिकन जर्नल ऑफ मॉडर्न फिज़िक्स 2014 ; 3(4): 173 - 177, पब्लिशड ऑनलाइन जुलाई 30, 2014 एण्ड सोल्स ऑफ डिस्टॉरशन अवेकनिंग बाय जैन विचेरिंक - चैप्टर 3 - पेज 27
20. डॉ. मोनिंदर सिंह मोडगिल, एस. एच. कावरे, डी. डी. पाटिल, एच. बी.

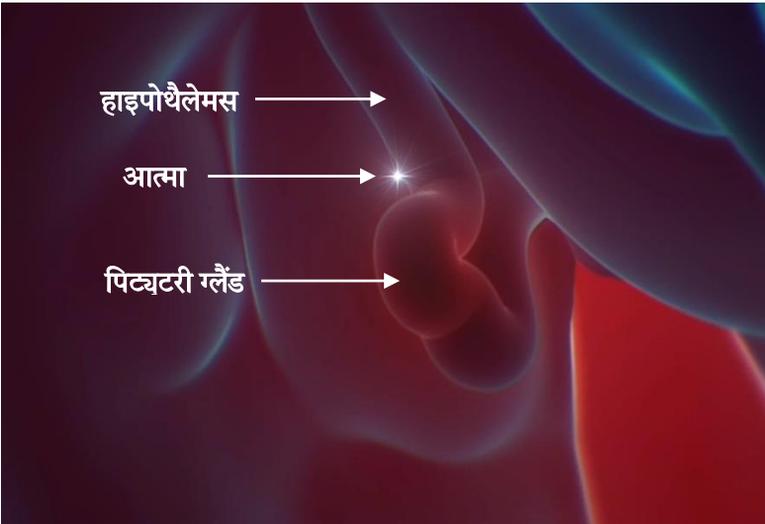
मानव चेतना के रहस्य

भोईर, "रिवीलिंग दी रियल साइंस ऑफ कॉन्ससियसनेस थ्रू ए नॉवेल डिवाइन सेक्रेड जोमेट्रिकल स्ट्रक्चर ऑफ कॉन्ससियस क्वांट" प्रेसेंटेड एट इंटरनेशनल कॉन्फरेंस ऑन साइंस ऑफ कॉन्ससियसनेस एट सेण्टर फॉर कॉन्ससियसनेस स्टडीज़, एरिज़ोना स्टेट यूनिवर्सिटी, यू.एस.ए. ड्यूरिंग 25 - 30 अप्रैल 2016

सी.क्यू.एस.ई. (आत्मा) के अध्ययन
पर एक नज़र

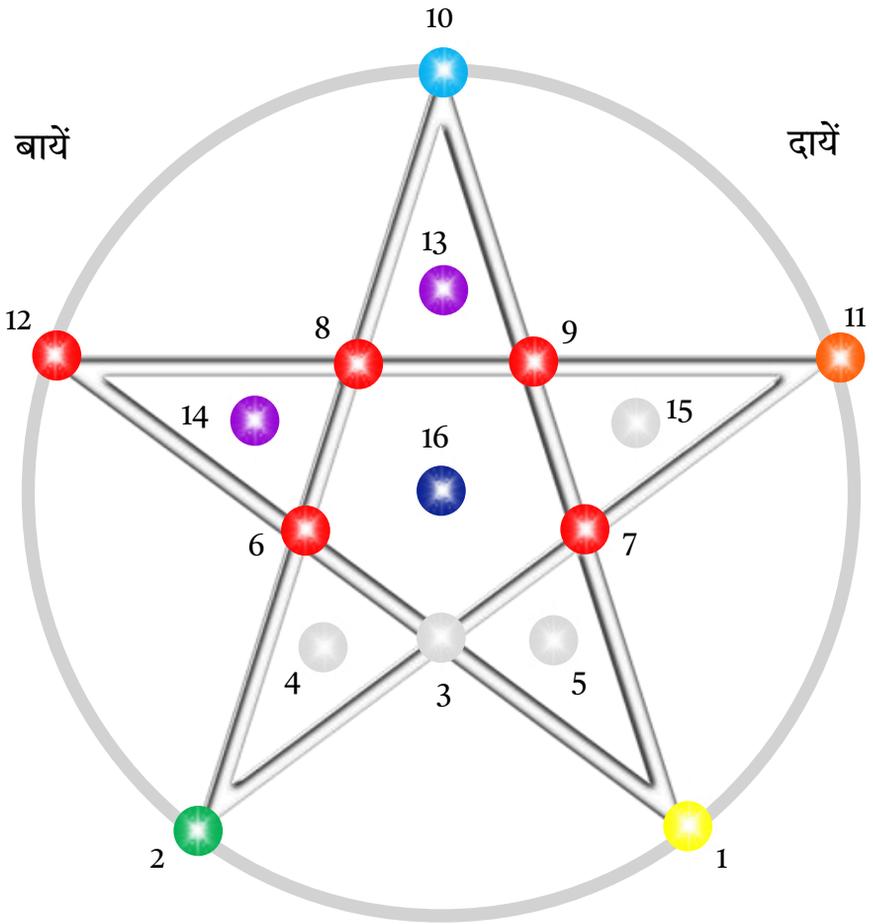
मानव चेतना के रहस्य

मस्तिष्क में आत्मा का स्थान



मैजिक डायमंड ऑफ़ ग्रुप

आत्मा की पवित्र ज्यामिति



सी.क्यू.एस.ई. (आत्मा) के 16 ऊर्जा बिंदु

1. सुख, अग्नि तत्त्व, मणिपुर चक्र
2. प्रेम, वायु तत्त्व, अनहद चक्र
3. दृढ़ता
4. नम्रता
5. अंतर्मुखता, सत्यता की शक्ति
6. सामना करने की शक्ति
7. परखने की शक्ति
8. सहयोग शक्ति
9. सहनशक्ति
10. शांति, आकाश तत्त्व, विशुद्धि चक्र
11. पवित्रता, जल तत्त्व, स्वाधिष्ठान चक्र
12. शक्ति, पृथ्वी तत्त्व, मूलाधार चक्र
13. आनंद, समेटने की शक्ति, सन्तुष्टता, फरिश्ता स्थिति, सहस्त्रार चक्र
14. मन, विस्तार को संकीर्ण करने की शक्ति, सचेतन मन
15. संस्कार, समाने की शक्ति, अचेतन मन
16. बुद्धि, ज्ञान, ब्रह्म तत्त्व (ईथर तत्त्व), निर्णयशक्ति, आज्ञा चक्र, अवचेतन मन

“अगर मानवता स्वयं की वास्तविकता को एक अस्तित्व के रूप में खोज सकती है,
तो सबसे जटिल समस्याओं को सबसे सरल तरीके से हल किया जा सकता है।
सत्य हमेशा सरल होता है, लेकिन जो सरल लगता है उसे अपनाना आसान नहीं हो सकता है।”

इस पुस्तक के माध्यम से गहरे स्तर पर जानें कि चेतना वैज्ञानिक रूप से आध्यात्मिक और आध्यात्मिक रूप से वैज्ञानिक है। चेतना सूक्ष्म ऊर्जा क्षेत्रों की पवित्र ज्यामितिय, दिव्य प्रकाश से प्राप्त होती है। उच्च स्तर पर, हम ब्रह्मांड या एकीकृत चेतन ऊर्जा स्रोत के साथ एक हैं। यह हमें इस बिंदु पर लाता है कि अंततः, वर्तमान दिन की चुनौतियों के सभी उत्तर और सभी समाधान हमारे भीतर 'चैतन्य अस्तित्व' (आत्मा) में रहते हैं। चेतना को उच्च ऊर्जा स्तरों तक ले जाना निस्संदेह इस जीवन यात्रा या कई जीवन की यात्रा का आवश्यक प्रयास है। इसलिए चेतना का अध्ययन और अनुभव करना बहुत महत्वपूर्ण है।



एक ईश्वर, एक विश्व, एक परिवार

मॅजिक डायमंड ऑफ ग्रूप

वैज्ञानिक माध्यम के द्वारा आध्यात्मिक आत्मउन्नति