

घटना को जानना चाहता है तो उसका पूरा शरीर उसी कार्य के लिए सक्रिय हो जाता है। उसके द्रुम्यक प्रकृति से उसके उसी कार्य को खींचते हैं तब मन बाहर विचरण करता है और सब कुछ देख लेता है उसका वैसा चित्र मस्तिष्क पर उसी प्रकार का आ जाता है जोसा कि आप स्वप्न में देखते हैं। किसी व्यक्ति के अंदर जाने वाले विचार को भी जाना जा सकता है जब कोई व्यक्ति अपने अंदर विचार लाता है तो उसके अंदर वैसी भावना स्वतः प्रकृति में निकल जाती है जो नष्ट नहीं होती है। जब मन प्रकृति में विचरण करता है तो उसकी उस भावना को पहचान लेता है। शरीर द्वारा की गई किया का परिणाम निर्जैय हो जाता है तो कभी नष्ट नहीं होता है। प्रकृति के लिए हर व्यक्ति समान है। इसलिए कोई भी व्यक्ति अपने गुण के अनुसार कार्य कर सकता है। प्रकृति में जब कोई घटना का होना निश्चित हो जाता है तो उस तरह की भावना विचरण करने लगती है जिसे ध्यान की अवस्था में जाना जा सकता है। व्यक्ति के अंदर विरोधी जीवाणु पैदा हो जाने से बीमारी हो जाती है। जब विरोधी जीवाणु शरीर में प्रवेश करते हैं तो शरीर से उसी तरह की भावना निकलने लगती है जिसे ध्यान में जाकर बीमारी से बचा जा सकता है। ध्यान से पूरे ब्रह्माण्ड में विचरण किया जा सकता है और दूर तक की जानकारी ली जा सकती है। इसके लिए पूरी प्रकृति को अपनी धारणा में अपना बनाना पड़ता है तभी पूरी प्रकृति उसका साथ देती है। इसके लिए अपने पराए जैसे विचार से परे होना पड़ता है। इसमें जो सत्य है वह अपना हो जाता है और जो असत्य है वह पराया हो जाता है। जो व्यक्ति सत्य पर चलकर ध्यान से अपने शरीर को पूरी तरह शुद्ध कर लेता है वह प्रकृति की किसी अव्यवहारिक घटना को रोक सकता है। ऐसा व्यक्ति मानव समाज को सम्मोहित कर उसके गलत विचार को हटाकर उसके अंदर अच्छे विचार को बढ़ा सकता है। किसी रोगी के रोग को घटा सकता है। किसी रोग को दूर कर सकता है। प्रकृति के नियमों का पालन करके इसे कोई भी व्यक्ति कर सकता है।

इसका परिणाम अपने हाथ में होता है क्योंकि प्रकृति के पास कोई ऐसा तराजू नहीं है जिससे यह इसे कम या ज्यादा कर सके। इसे तो करने वाले गुण के अनुसार अपने प्रकृति से ले लेता है। यह हर

व्यक्ति जानता है कि विरोधी तत्व का आक्रमण कमजोर अंग पर ही होता है। इसलिए मानव को कमजोरी दूर करने की जरूरत है। ध्यान का लाभ अपनी क्षमता अनुसार हर व्यक्ति ले सकता है। जब व्यक्ति ध्यान करता है तो उसके शरीर के कई रोग स्वतः ही दूर हो जाते हैं। ध्यान करने वाला व्यक्ति अपने विषय में और अपने से जुड़े लोगों के विषय में जान सकता है। जब व्यक्ति निद्रा में होता है तो वह ध्यान अवस्था होती है जिसमें स्वप्न दिखाई देता है। स्वप्न तो लगभग सभी लोगों को दिखाई देता है पर जिसका मस्तिष्क तेज होता है उसे याद रह जाता है। ध्यान अवस्था में स्वप्न दिखाई पड़ता है इसलिए स्वप्न गलत नहीं होता है। यदि कोई व्यक्ति ध्यान में होकर निद्रा ले तो वह इच्छानुसार घटना की जानकारी प्राप्त कर सकता है। जो चित्र ध्यान में दिखाई पड़ता है उस चित्र से निकलने वाली भावना के अनुसार उसका अर्थ लगाना चाहिए। ध्यान का परिणाम सुनिश्चित होता है। ध्यान करने वाला व्यक्ति किसी का नशा छुड़ा सकता है और किसी की विपत्ति को दूर कर सकता है। यह कार्य जिसके लिए किया जाता है उसे सम्मोहित करके अच्छी भावना डाली जा सकती है जैसी भावना उसके अंदर छोड़ी जाती है व्यवहारिक जीवन में वह वैसा ही कार्य करता है। जब व्यक्ति ध्यान में किसी विषय पर तर्क करता है उस विषय की सत्य जानकारी मिलती है। सम्मोहित करने का गुण त्राटक ध्यान से आता है। त्राटक ध्यान करने वाला व्यक्ति किसी भी निगाह में अपनी निगाह मिलाकर उसके अंदर इच्छानुसार भावना भरकर सम्मोहित निद्रा में कर देता है। उस समय उसे जो आदेश दिया जाता है वह व्यक्ति जगने के बाद वैसा ही कार्य करता है। जिस वस्तु पर ध्यान किया जाता है उसका गुण अपने अंदर रमण करना चाहिए। ऐसा करने से पूरा शरीर उसके लिए सक्रिय हो जाता है और उसी तरह का गुण अपने अंदर खींचने लगता है। जिस गुण का रमण किया जाता है वही उसका मंत्र हो जाता है। जिस भाषा में किसी मंत्र का अर्थ न मालूम हो तो उस मंत्र को नहीं पढ़ना चाहिए क्योंकि जब तक किसी मंत्र का अर्थ नहीं मालूम होगा तब तक पूरा मन उसके लिए सक्रिय नहीं हो पाएगा। जिससे उसका उचित परिणाम नहीं मिल पाएगा। उसी मंत्र का प्रयोग करना चाहिए जिसका अर्थ मालूम हो। जो दवा

जड़ी बूटी से बनती है उसका तत्व व्यक्ति के अंदर होता है। ध्यान करने वाला इस तत्व को पहचान कर अपने दैनिक खुराक से पूरा कर सकता है और बीमारी स्वतः दूर कर सकता है। किसी वस्तु से जो तत्व भोजन करने से मिलता है उसका गुण विचारों से प्रभावित होता है। आप चार लोगों पर एक साथ प्रयोग करिए, जिन पर आप प्रयोग कर रहे हैं उन लोगों को एक ही भोजन दीजिए, आप देखेंगे कि सभी के अंदर अलग-अलग गुणों का विकास होगा। लाभ जान लेने के बाद स्वाभाविक प्रश्न उठता है कि ध्यान कब और कितने समय के लिए किया जाए? ध्यान का कोई निश्चित समय नहीं है। इसे आप जितना अधिक करेंगे उतनी ही अधिक शक्ति आपके अंदर आएगी। ध्यान करने का समय अपनी दिनचर्या के अनुसार बना लेना चाहिए। जो समय ध्यान का निश्चित किया जाए उसी समय प्रतिदिन करना चाहिए। ऐसा करने से लाभ अधिक मिलता है। ध्यान की शुरुआत में जब तक मन लगे तब तक ध्यान करना चाहिए। जब आपका ध्यान सिद्ध हो जाएगा तो आप उसका प्रयोग व्यवहारिक जीवन में भी कर सकते हैं। ध्यान की सिद्धि आपके लगन पर निर्भर करती है।

—महात्मा अशोक मानव

