

अधिक विश्वास हो। जब व्यक्ति अपने ईश्वर का ध्यान करता है तब उसके अंदर से परम प्रकाश अपने अंदर आता है। जो उसके विश्वास को बढ़ाता जाता है। इस अभ्यास के बाद व्यक्ति जिस भाव के लिए ध्यान करता है उस गुण की ऊर्जा उसके शरीर में आने लगती है। यह ऊर्जा उसके शरीर के अंदर रासायनिक परिवर्तन करती है। उसके बाद शरीर से विषय को पुराण करने के लिए एक गंध छोड़ती है जोसे विषय के अंदर जाकर अपने इच्छित विषय का भाव पैदा कराती है। इस प्रकार व्यक्ति का इच्छित भाव पूरा हो जाता है। इस प्रकार व्यक्ति का विश्वास प्रबल हो जाता है। विषय पूरा होने से व्यक्ति के अंदर हलचल खत्म हो जाती है और मन शांत रहने लगता है। शांत मन प्रकृति की गति के साथ मिल जाता है और कार्य को आसान कर देता है।

शांत मन जीवन जीने की सबसे अच्छी कला होती है। व्यक्ति को चाहिए कि वह कम से कम सोच और मन को शांत रखे। ऐसा करने से व्यक्ति की शक्ति संचित रहती है जो जीवन को खुशहाल बनाए रखती है। अनावश्यक विषय के बारे में कभी नहीं सोचना चाहिए। ऐसा करने से अपने अंदर की शक्ति नष्ट होती है। अपनी शक्ति सदैव बचाकर रखनी चाहिए। ज्यादातर व्यावहारिक कार्य शरीर से पूरा हो जाता है। शरीर द्वारा किए गए कार्य में ऊर्जा बहुत कम खर्च होती है। संचित ऊर्जा उस समय खर्च करनी चाहिए जब कोई आवश्यक कार्य आ जाए। जैसे अपने लिए, परिवार के लिए, समाज के लिए, देश के लिए, बीमारी के लिए, पूरे मानव जगत के लिए। जब अपनी ही ऊर्जा अपनी ऊर्जा से टकराती है तो उसका प्रभाव अपने शरीर पर पड़ने लगता है। ऐसा होने व्यक्ति का मन अशांत होने लगता है। जो बीमारी का कारण बन जाता है। इस लड़ाई में जीत उसी व्यक्ति की होती है जिसकी इच्छाशक्ति और

समाज के लिए अथवा प्रकृति के लिए। किसी भी कार्य को पूरा करने के लिए शांत मन से विषय के स्वभाव को पहचानें और अपने अंदर भी वैसे भाव बनाएं। ऐसा करने से व्यक्ति की गति प्रकृति की गति के साथ मिल जाती है। इसके बाद जैसा चाहते हैं उस विषय को पूरा करने का भाव तब तक छोड़ते रहना चाहिए जब तक विषय पूरा न हो जाए। इस समय कोई अन्य विषय अपने अंदर नहीं आने देना चाहिए। ऐसा करने से भावनात्मक ऊर्जा विषय के अंदर प्रवेश करती है और विषय के अंदर रासायनिक परिवर्तन कराकर विषय के स्वभाव को अपने अनुकूल बना लेती है। परिणामस्वरूप विषय के अंदर वैसा स्वभाव बन जाता है और विषय सहयोग करने लगता है। इस प्रकार अपना इच्छित विषय पूरा हो जाता है। उसका प्रयोग जब बीमारी के लिए करना पड़े तब शांत मन से बीमारी दूर करने का भाव तब तक छोड़ते रहना चाहिए जब तक बीमार व्यक्ति को आराम मिलने लगे। इस तरह छोड़ा गया भाव बीमार व्यक्ति के अंदर जाकर बीमार करने वाले बैक्टीरिया को मारकर सहयोग प्रदान करने वाला बैक्टीरिया बनाने लगता है। ऐसा होने के बाद बीमार व्यक्ति को आराम मिल जाता है। और व्यक्ति ठीक हो जाता है। यदि मरीज काफी दिनों से बीमार चल रहा है तब यही प्रक्रिया प्रतिदिन करने चाहिए। ऐसा करते समय यदि विश्वास कमजोर नहीं पड़ता है तो सफलता अवश्य मिलती है।

व्यक्ति को कभी दूसरे का तुलनात्मक पड़ने से डरना नहीं चाहिए। प्रकृति का विश्वास ज्यादा शक्तिशाली होता है। व्यक्ति को विश्वनामसी भाव कभी नहीं छोड़ना चाहिए। जब कभी दूरी बने तो अपने आसप को अलग कर लेना चाहिए पर तब कभी नहीं सोचना चाहिए। ऐसा करने से दोनों पक्ष के सुखित होने के साथ-साथ व्यक्ति और मानव समाज

चाहिए। ऐसा करने से व्यक्ति की ऊर्जा शक्ति कमजोर पड़ने लगती है। और उसके शरीर के अंदर जो पदार्थ बनता है वह दुर्गुणी हो जाता है। जिसमें निराशा और बीमार करने वाले बैक्टीरिया उत्पन्न होने लगता है। ऐसा करने से शरीर के अंदर हानिकारक ऊर्जा खींचने का अवगुण पैदा होने लगता है। और अपने विरोधी अथवा प्रकृति में फँस रहे हानिकारक ऊर्जा पैदा करने के लिए उचित प्राकृतिक वातावरण बनने लगता है। जिसमें हानिकारक बैक्टीरिया उत्पन्न होने लगता है और व्यक्ति व बीमार होने लगता है। उसकी ऊर्जा शक्ति कमजोर पड़ जाती है। नुकसान पहुंचाने जैसा छोड़ा गया भाव प्रकृति को दुर्गुणित करता है। यह दुर्गुण लोगों के अंदर श्वसन किया के माध्यम से प्रवेश कर जाती है। जो बीमारी का कारण बनती है। इसीलिए मानव समाज में अन्य जीवों से अधिक बीमारियाँ पैदा हो गई हैं। व्यक्ति की जब किसी व्यक्ति से दोस्ती होती है अथवा अन्य किसी संबंधों का शुभचिंतक होता है तो उसके लिए सदैव शुभ भाव छोड़ता है। उसके द्वारा छोड़ा गया यह भाव जिसके लिए छोड़ा जाता है उसके शरीर के आस पास रहने लगता है। जो निर्माण के साथ सुखा कवच का कार्य करता है। जब व्यक्ति का संबंध बिगड़ जाता है तो उसके लिए हानिकारक भाव बनाने लगता है। परिणामस्वरूप हानिकारक ऊर्जा निकलने लगती है। ऐसा कभी नहीं करना चाहिए। जो पहले छोड़ी गई शुभ ऊर्जा जो सुखा कार्य कर रही होती है ठीक उसके विपरीत हानि पहुंचाने वाली ऊर्जा अपनी ही ऊर्जा से लड़ने प्रकृति होने से बच जाता है। प्राकृतिक कला का पालन करते हुए व्यक्ति अपने जीवन को शांतिपूर्ण सुखमय बना सकता है और अपने अंदर प्रयास में सफल हो जाता है।