

देखिये, आपलोग जिस काम के लिए पधारे हैं, उस दर्शन की मैं थोड़ी सी आपको पहले जानकारी दे दूँ। ये वैदिक दर्शन का, जिसे आज हिन्दू दर्शन कहा जाता है, बहुत महत्वपूर्ण भाग है। क्योंकि आज धार्मिक जगह में कोई क्रियात्मक परिवर्तन नहीं आ रहा, इसलिए पहले इस दर्शन को थोड़ा सा आपको परिचित करा दूँ कि ये क्यों होगा, कैसे कैसे हो रहा है, क्या कारण है।

क्योंकि हिन्दू-धर्म में कल्पना की कोई गुंजाइश नहीं है। कल्पना करवाई जा रही है, मुझे मालूम है। मगर एक तरफ तो हमारा दर्शन कहता है - "वह परमतत्त्व जो है, कल्पनातीत है"। फिर कैसी कल्पना? आज तो हमने हिन्दू धर्म को बहुत संकीर्ण दायरे में कैद कर लिया है। हिन्दू तो 'वसुधैव कुटुम्बकम्' के सिद्धांत पर विश्वास रखता है। मनुष्य मात्र को ईश्वर का संतान मानता है। वैदिक वाक्य है- "सर्वम् खल्विदं ब्रह्म"। जो कुछ दिख रहा है, वो एक ही परमसत्ता का विराट स्वरूप है। विभिन्न रूपों में वह ही वह है, और कुछ है ही नहीं। ये दर्शन है, वास्तव में। ठीक है, देखिये, उत्थान और पतन प्रकृति का सिद्धांत है, अटल सिद्धांत है। उसे नहीं रोका जा सकता। तो उस सिद्धांत के अनुसार हम एक पतन के काल से गुजरते हुए आ रहे थे। एक अंधकारपूर्ण युग है। कलयुग का आखिरी चरण चल रहा है। अब रात्रि का समय है, कलयुग एक तरह से। अंधकार में तो लोग चाँद और तारों के प्रकाश से ही काम चलाते हैं ना, इसलिए आज चाँद और तारों वाले धर्मों का बोलबाला है। तारा ईसाइयों का है, एक चाँद साथ जोड़ दिया, मुस्लिम धर्म हो गया। मगर उनकी लाईफ कितनी है? अभी दो हजार साल पूरे नहीं हुए। धार्मिक जगत में दो हजार साल का कोई महत्व ही नहीं है। क्षण भर का बच्चा है, वो तो। ये तो अनादि धर्म है, अनंत धर्म है। तो, अब रात्रि का पहर है, इसलिये चाँद-तारों वाले धर्मों का बोलबाला है। अगर आप देखते थे, जब सूर्योदय हो जाता है, तो चाँद-तारे आकाश में रहते तो हैं, होती हैं कोई कीमत् उनकी? सूरज उनका विरोध नहीं करता अपना काम करता है।

मगर वो एक्जिस्टेंस में रहते हुए भी, कोई महत्व नहीं है उनका दिन में, प्रकाश के हिसाब से। तो ये अब इस देश का, इस धर्म का, इस संस्कृति का उत्थान शुरू हो गया। हमारे पतन के काल को ऋषि-मुनि नहीं रोक सके, क्योंकि कालचक्र अबाध गति से चलता है। तो एक हम पतन के काल से गुजरते हुए आ रहे थे। हर चीज की एक सीमा होती है, पतन की भी एक सीमा होती है। जब नीचे स्पेस ही नहीं जाने का तो, ऊर्ध्वगमन शुरू हो जाता है। उत्थान चक्र शुरू हो जाता है। तो इस दर्शन का उत्थान चक्र शुरू हो गया। संसार की कोई शक्ति इस धर्म के उत्थान को नहीं रोक सकेगी। किसी में सामर्थ्य नहीं है।

तो ये है क्या आखिर धर्म, क्यों परिवर्तन आता है, कैसे आता है? एक बहुत महत्वपूर्ण विषय है। इसकी पहले मैं आपको जानकारी दे दूँ, ताकि आप आगे जीवन में जो आराधना करोगे ना, उसमें जो भी परिवर्तन आएगा, उससे आप अनभिज्ञ नहीं रहोगे। उसकी दार्शनिक जानकारी आपको पहले से होगी। एकमात्र हमारा धर्म है, जो इस सिद्धांत को मानता है कि मनुष्य एक जन्म में दो जीवन जीता है। पहले जन्मदाता भौतिक माता-पिता, जो इस हाड़-मांस के शरीर की रचना करते हैं। दूसरा जन्मदाता गुरु, जिससे दीक्षा लेकर के मनुष्य आत्म साक्षात्कार करता है, वह दूसरा जन्मदाता है। हमारे धर्म के सिद्धांत को समझकर के पढ़कर के और जानकारी के अनुसार हम सारे के सारे लोग गुरु धारण कर ही रहे हैं। परंतु, गुरु धारण करने से पहले जो मानसिकता थी, खान-पान, रहन-सहन, व्यवहार; जो कुछ भी पहले चल रहा था, वैसे ही बाद में चलता है। दीक्षा से पहले और दीक्षा के बाद के जीवन में कोई अंतर नहीं दिख रहा। यह दूसरा जन्म कोई काल्पनिक स्थिति नहीं है। वह एक वस्तु-औचित्य है। मनुष्य में क्रियात्मक बदलाव आता है।

यह तो मानव धर्म है, मानव धर्म। मेरे शिष्यों में तो सभी जाति के लोग हैं। अब शरीर का सिस्टम तो सबका एक जैसा है, परिवर्तन भी सब में एक जैसे आ रहे हैं। मैं तो कह देता हूँ, "हिंदू कभी धर्म परिवर्तन में विश्वास नहीं रखता। वह तो मनुष्य के रूपांतरण की बात कहता है। मनुष्य के परिवर्तन की बात बताता है।" कितने ईसाई मुसलमान बना लिए, कर क्या लिया? तो, मैं तो कहता हूँ, आप जिस धर्म में हो, बैठे रहिए। मगर अपने विकास की एक क्रियात्मक विधि है। उसके अनुसार अपनी शक्तियों को चेतन करके जीवन में उपयोग लो। गुरु के पास देने-लेने के लिए कुछ नहीं होता है, देखिए मैं आपको बताता हूँ जो सिस्टम मेरा है वही सब आप सब का है? आप जन्म से पूर्ण हो, आपको इसकी जानकारी नहीं है। मैं कुछ नहीं दूंगा आपको। मैं तो एक आराधना का तरीका बताता हूँ, उससे आप अपनी असलियत जान जाओगे कि आप क्या हो? देने-लेने के लिए किसी के पास कुछ भी नहीं है, भैया! बाहर से आपको उम्मीद करने की आवश्यकता ही नहीं है। जो कुछ है अंदर है, उसको चेतन करने का एक तरीका है। देखिये, मनुष्य को हिंदू धर्म जो है, ईश्वर का स्वरूप मानता है। गीता में, 13वें अध्याय में एक श्लोक है 22वां, उसमें भगवान कृष्ण ने मनुष्य की व्याख्या की है, डेफिनेशन किया है कि मनुष्य क्या है? तो कहा है कि, "मनुष्य इस शरीर में स्थित वादी पर है।" 'पर' का मतलब त्रिगुणातीत है, ईश्वर है। आगे कहते हैं, "परंतु, वह प्रारब्ध कर्म वश, कर्ता, भर्ता, भोक्ता अनुमंता इत्यादि के हिसाब से संसार में व्यवहार कर रहा है", और अंत में कहा है कि सच्चाई यह है कि, "वह परमात्मा है।"

तो इसका स्पष्ट अर्थ है कि मनुष्य, मनुष्य-जीवन में उस उच्चतम विकास को कर सकता है। कोई आश्चर्य नहीं! योग दर्शन भी यही कहता है। कैवल्य पद पर पहुंचने की बात करता है। पुरुष ज्ञान प्राप्त करने की बात करता है। कुंडलिनी महाविज्ञान भी यही कहता है कि कुंडलिनी

जागृत होकर के सहस्रार में पहुंच जाए, उसी का नाम 'मोक्ष' है। तो ये एक क्रियात्मक परिवर्तन है। कोई कल्पना नहीं है। तो गुरु एक तरीका बताता है, जिससे साधक आराधना करना शुरू करता है तो उसमें परिवर्तन आना शुरू हो जाता है। समझे!

तो ये गुरु-शिष्य परंपरा में दीक्षा का एक विधान होता है। अलग-अलग पंथों में, अलग-अलग मतों में अलग-अलग तरीके होते हैं दीक्षा के। मैं जो दीक्षा दे रहा हूं, वह एक नाथ-मत की देन है। इसे शक्तिपात-दीक्षा कहते हैं। शक्तिपात का मतलब, कोई बाहर से चीज आप में उड़ेली जाएगी, ऐसा कुछ नहीं है। मोटे तौर से समझाऊं कि, एक दीपक जल रहा है। आपके दीपक में तेल-बाती सब कुछ है। उससे जुड़ जाइए। प्रकाश हो जाएगा। मोटे तौर से ! मेरे पास कोई ऐसी एडिशनल चीज नहीं है जो आपके पास नहीं है और मैं आपको दे दूं। आपके पास तो सब कुछ है, जन्म से सब कुछ है।

मगर आप उन शक्तियों को चेतन करके जीवन में उपयोग लेने का तरीका नहीं समझ रहे हो, बस इतनी सी देर है। और इसमें देर भी नहीं लगती। देर जब लगे हैं, जब कुछ करना-कराना हो। कुछ भी नहीं करना है। पहले से करा-कराया तैयार ही है। आपकी जानकारी में नहीं है। मुझे मालूम है, दीक्षा देने वाले गुरु बड़ा लंबा-चौड़ा टाइम दे देते हैं - 10 साल लगेंगे, 15 लगेंगे, 20 लगेंगे। जब तक 10-20 हजार भी भेंट ले लेंगे। मैं तो कई दफे कहता हूं कि गुरु-चेला 20 साल रहेंगे, इसकी क्या गारंटी है? और 20 साल बाद क्या हो जाएगा, जो आज नहीं? वो अभी क्यों नहीं शुरू हो जाएगा? तो, ये क्रियात्मक योग जो है आपको तत्काल रिजल्ट देगा।

अब कलयुग में, देखिये, हर युग में, हमारे दार्शनिक ग्रंथों के अनुसार आराधना का तरीका तय होता है। सतयुग का अलग था, त्रेता का अलग था, द्वापर का अलग था। मनुष्य की सामर्थ्य और शक्ति को ध्यान में रखते हुए आराधना तय की गई है, हमारे धर्म में। अब कलयुग में, क्योंकि मानव के सामर्थ्य और दूसरे-दूसरे (त्रेता और द्वापर के) आराधना के तरीके करना संभव नहीं है। इसलिए इस युग में केवल हरि नाम का जप ही सारे कष्टों से छुटकारा दिलाता है। ईश्वर के नाम का जप। समझे ना समझे! नाम जप को, भगवान कृष्ण ने सबसे उत्तम यज्ञ की संज्ञा दी है, गीता में। 10वें अध्याय में अपने रूपों का वर्णन किया है जब भगवान ने, तो 25वें श्लोक में कहा है कि, "यज्ञों में मैं जप यज्ञ हूँ।" नाम-जप सबसे उत्तर यज्ञ है। महाभारत कहती है, यह एक ऐसा यज्ञ है, इसमें हिंसा नहीं होती। महाभारत काल में हिंसा बहुत हुई है, इसलिए वो लोग हिंसा से डरते थे। अब नाम जप में कोई हिंसा नहीं होती। कर्मकांडी यज्ञ करोगे, आग में घी-लकड़ी वगैरह जलाओगे तो, थोड़े-बहुत कमोवेश जीव जलेंगे। मगर नाम जप में कोई हिंसा नहीं। और मनु ने, मनु-स्मृति में स्पष्ट कहा है कि जप-यज्ञ से, कर्मकांडी यज्ञों से हजार गुना ज्यादा फायदा होता है। तो मैं तो आपको एक नाम बताऊंगा वो जपना है आपको। वैसे क्योंकि मैं कृष्णोपासक हूं, इसलिए राधा और कृष्ण के मंत्र की दीक्षा देता हूं। भगवान कृष्ण पूर्णवतार थे। और उस कृष्ण के नाम का ही चमत्कार है कि यह सब परिवर्तन हो रहा है।

मेरा कोई नया पंथ नहीं, नया मत नहीं। वही वैदिक दर्शन को मूर्त रूप दिया जा रहा है। इस दर्शन का आपको परिचय नहीं करवाया गया। दार्शनिक ग्रंथों में तो पहले से कैद है। सारे सूत्र पूछ हैं, प्रमाणित हैं। अब क्योंकि धर्म जो है, एक पतन के काल से गुजरता हुआ आ रहा था, आ रहा था। और आततायी लोगों ने हमारे सांस्कृतिक ग्रंथों को नष्ट कर दिया। मुस्लिम ने कर दिया, ईसाइयों ने कर दिया, बहुत ज्यादा डैमेज किया। इसलिए ग्रंथ अवेलेबल भी नहीं है इतने। छोटा सा ग्रंथ है, पतंजलि योग दर्शन (195 सूत्र हैं)। अब तो लोग जानते होंगे, मगर पहले बहुत कम लोगों को इस ग्रंथ की जानकारी थी। पर पतंजलि ऋषि ने, 195 सूत्र में मनुष्य को केवल पद तक पहुंचा दिया। वैसे आप पतंजलि योग दर्शन को पढ़ोगे तो आपको एक तिलस्मी उपन्यास जैसा लगेगा, क्योंकि उसमें ऐसे-ऐसे परिवर्तन की बात कही गई है जो मानव के दिमाग को स्वीकार ही नहीं है। ऐ! ऐसे कैसे संभव है? मगर जब, मैं जो दीक्षा देता हूं, उसके बाद मैं आप आराधना करोगे, तो पतंजलि योग दर्शन में वर्णित सभी सिद्धियां मेरे साधकों को हो रही हैं। उसमें जितना भी सिद्धियों का वर्णन है, वह सभी प्रकार के परिवर्तन मेरे लाखों शिष्यों में आ रहा है। पिछले 10 साल से यही हूं मैं तो, यही काम कर रहा हूं। तो हो गए होंगे 4-5 लाख शिष्य, और सब में परिवर्तन आ रहा है। यह पतंजलि योग दर्शन में वर्णित सारी सिद्धियां प्राप्त हो रही हैं, स्वतः हो रही हैं केवल नाम-जप से।

तो मैं आपको जो नाम बताऊंगा, उसको जपना है। इसमें आराधना के दो तरीके हैं। एक तो नाम जप। अब नाम जप में भी तीन प्रकार की मोटे तौर से प्रक्रिया होती है। एक तो, जैसे उच्चारण करके जपो। एक मैं हॉट-जीभ तो हिलते हैं, मगर आवाज नहीं निकलती। और जो तीसरा प्रकार है, उसमें मुंह बिल्कुल बंद रहता है, जीभ का प्रयोग बिल्कुल नहीं। मन ही मन जपा जाता है (जैसे बिना बोले आप किताब पढ़ते हो)। तो मैं जो बताऊंगा उसको मन ही मन जपना है, 24 घंटे। अब समझो कि बड़ी समस्या कर दी कि, 24 घंटे कैसे जपा जाएगा? तो जप विज्ञान है, जप एक विज्ञान है। जप विज्ञान में एक टर्म्स है 'अजपा जाप'। बुजुर्ग लोग शायद जानते हैं। युवा लोगों को नहीं मालूम है कि अजपा जाप क्या होता है। रैदास जी के एक भजन से वह स्थिति जो है, बड़ी स्पष्ट होती है। रैदास जी ने एक भजन में गाया - "अब कैसे छूटे नाम रट लागी।" मतलब वो नाम जपने से वह अजपा जाप शुरू हो गया। वह चाहे तो बंद नहीं होता। आप चाहो तो बंद नहीं होगा। तो 15-20 दिन गंभीर होकर के, सीरियस होकर के और नाम जप कर लो। और काम करते जाइए दिन में। 10-15 दफे ध्यान कर लो कि जपा जा रहा है कि नहीं जपा जा रहा है। वो अजपा

शुरू हो जायेगा, फिर नहीं बंद होगा, चाहोगे तो नहीं बंद होगा। नींद में भी उठोगे तो मालूम होगा कि कोई जप रहा है, अंदर बैठा। जपने वाला दूसरा कोई अपनी झूटी ले लेगा। तो याद रख के जपने की समस्या से पीछा छूट जाएगा। और दूसरा काम है - ध्यान का।

अब योग की भाषा में, “जो ब्रह्मांड में वो सारा पिंड में, जो पिंड में वही ब्रह्मांड में।” जब सारा ब्रह्मांड ही आप में है, तो फिर देव और दानव सारे आप में हैं और उन सबका रचयिता आप में है। तो फिर, आप शरीर के किस हिस्से पर ध्यान करो?

तो हमारे ऋषियों ने (योगियों ने) मनुष्य शरीर को मोटे तौर से दो भागों में बांटा है। एक यहां (Agyachakra) से नीचे-नीचे का का पोर्शन (हिस्सा) जो है, नौ द्वार हैं जिसमें, वह नौ द्वार की आराधना कहते हैं माया की आराधना। इस क्षेत्र में, विद्या पे अविद्या का साम्राज्य है; और दसवां द्वार जो है, यहां दसवां द्वार है। शिव की तीसरी आंख देखी होगी आपने, कई तस्वीरों में होती है। वो आँख अंदर खुलती है। बाकी सारी इंद्रियां बहिर्मुखी हैं। इसीलिए यहां ध्यान करना होता है। आज्ञा चक्र कहते हैं इसे। यहां तीन नाड़ियां इकट्ठी होती हैं। नीचे रीढ़ की हड्डी के आखिरी-आखिरी हिस्से में कुंडलिनी सुषुप्ति में है, उससे अलग होती है। उसको मुक्त त्रिवेणी कहते हैं, इसको संगम कहते हैं। ये है असली प्रयागराज! यहां तीनों नाड़ी इकट्ठी हो जाती है। इड़ा, पिंगला, सुषुम्ना कह दो, गंगा, यमुना सरस्वती कह दो। नाम कुछ भी धर लो। वो तीनों का संगम है। यही दसवां द्वार है। ये जब खुल जाएगा ना, तो आप अंदर चले जाओगे। बाकी सारे दरवाजे बाहर खुलते हैं, इसलिए उसमें अंदर जाने का कोई तरीका नहीं है। एकमात्र दसवां द्वार खुलता है तो फिर सारी समस्याओं का अंत हो जाता है। इसीलिए यहां ध्यान करना होता है। अब ध्यान पे बहुत जोर दे रहे हैं आज के संसार के लोग। क्योंकि भौतिक साइंस ने मान लिया कि औषधि से जो परिवर्तन आता है उससे कहीं अधिक ध्यान से आता है, अगर ध्यान स्थिर हो जाये। स्थिर नहीं हो पा रहा। बौद्ध और जैन दर्शन में तो ध्यान का बहुत ही महत्व है, मगर वो ध्यान से आगे नहीं बढ़ते। ध्यान तो समाधि की पहली स्टेज है।

देखिए, पतंजलि ऋषि ने जब योग की बात शुरू की तो, योग के आठ अंगों का अनुष्ठान बताया है। उसमें - यम, नियम, आसन, प्राणायाम, प्रत्याहार, धारणा, ध्यान और समाधि, इन आठ अंगों का अनुष्ठान करना पड़ता है। तो पहले पांच तो ठोस हैं। आखिरी तीन जो हैं - धारणा, ध्यान और समाधि, ये सूक्ष्म अंग हैं। जब तक धारणा पक्की नहीं होगी, ध्यान नहीं लगेगा। कल्पना से कभी ध्यान नहीं लगेगा। और धारणा पक्की जब होगी, जब आपके अंदर क्रियात्मक कुछ बदलाव आएगा। समस्याओं का प्रैक्टिकली भौतिक रूप से समाधान होगा। तो महसूस होगा कि कोई ना कोई गड़बड़ है तो सही, तो ये क्यों परिवर्तन आ रहा है। तो धारणा पक्की हो जाएगी। धारणा पक्की हो जाएगी तो ध्यान स्थिर होना शुरू हो जाएगा। इसलिए, यहां मन को रोकने की कोशिश की जाती है। वह ध्यान ही जब अधिक गहरा हो जाता है, उसका नाम समाधि हो जाता है। समाधि के दो स्वरूप हैं - पहले सबीज समाधि, फिर निर्बीज समाधि। सबीज समाधि में तो, जीव भाव और आत्म भाव, दोनों रहते हैं मनुष्य में। इसलिए बाहर का एटमोस्फियर जो है, बाहर की आवाजें सुनाई देती हैं। और निर्बीज में पहुंच जाओ, सहस्रार में, फिर मात्र आत्म भाव शेष रह जाता है। फिर आप के अलावा कोई है ही नहीं! फिर आवाजें नहीं सुनाई देती। तो ये स्टेज हैं, योग की।

तो मैं जो नाम जप बताता हूं, उससे साधक की कुंडलिनी जागृत हो जाती है। कुंडलिनी शक्ति, रीढ़ के आखिरी-आखिरी हिस्से में (साढ़े तीन आठों में) सुषुप्ति में है, अचेतन रहती है। मनुष्य योनि में ही वह चेतन हो सकती है, क्योंकि यह पूर्ण योनि है। और सब भोग के लिए आते हैं जिजीवा। ये दोराहे पर खड़ा है। ये ऊर्ध्वगमन ही कर सकता है, अधोगमन नहीं कर सकता। उत्थान और पतन के रास्ते पर मनुष्य है। तो अपनी सारी शक्तियों को चेतन कर ले, ऊर्ध्वगमन शुरू हो जाता है। अधोगमन में फिर वही 84 लाख योनियों वाला हिसाब आ जाता है। तो मनुष्य योनि में ही वह जागृत हो सकती है।

अब कई लोग कह देते हैं कि क्या पता लगेगा, कुंडलिनी जागृत हो गई? “भाई, जब पता ही नहीं लगेगा तो, सोए रहने दो। क्यों इस झंझट में फंसते हो, भाई!”

आपको क्या दुनिया को पता लगेगा, ये क्या हो गया! ये क्रियात्मक परिवर्तन जाएगा! आश्चर्यजनक रिजल्ट मिलेगा! सारे शारीरिक रोग खत्म हो जाएंगे, सारे मानसिक रोग खत्म हो जाएंगे, सभी नशों से सहज में मुक्ति हो जाएगी। और ये जो परिवर्तन आयेगा, ठोस फिलोस्फिकल ग्राउंड्स पर आएगा, दार्शनिक आधार पर आएगा, कल्पना पर नहीं आएगा। इसमें कल्पना की कोई गुंजाइश नहीं है, हमारे धर्म में। करवाई जा रही है, मैं जानता हूं। मगर रिजल्ट क्या है? अब, दो प्रकार से ये योग चल रहा है। एक तो नाथ संप्रदाय के सन्यासी, वो श्वांस पर जोर देते हैं। वह हठयोगी कहलाते हैं। श्वांस को अंदर खींच कर रोक लेते हैं। जब तक श्वांस रुका रहता है तो मन स्थिर रहता है, यह बात ठीक है। मगर ज्यों ही सांस चला, कि मन चलायमान हो जाता है। पार नहीं पड़ रही है, नाथों की। इसमें गुरु जो है, मन को रोकता है। गुरु क्या है? यह शरीर गुरु नहीं हो सकता। गुरु तो अजर-अमर है, अनादि-अनंत है। ये नाथजी थे, उनकी कृपा हो गई। इसलिए भी यह परिवर्तन आ रहा है। गुरु तो वो होते हैं। मुझे तो आदेश है बांटने का, बांट रहा हूं। आपकी तरह गृहस्थी व्यक्ति हूं, कोई विशिष्ट व्यक्ति नहीं हूं, भैया, महान व्यक्ति नहीं हूं। और व्यवस्था

चल रही है कि मेरे को ऊपर बिठा दिया और आप नीचे बैठ गए, तो मैं माननीय हो गया और आप छोटे नहीं हो गए। यह तो एक व्यवस्था शुरू से चली आ रही है। तो जो परिवर्तन मुझ में आया, वह मानव मात्र में आएगा। मनुष्य मनुष्य है। और मैंने लाखों को यह परिवर्तन मूर्त रूप से करवा कर बता दिया।

तो गुरु में गुरुत्वाकर्षण होता है। इसलिए गुरु का यहाँ ध्यान करवाया जाता है। अगर गुरुत्वाकर्षण है तो मन रुक जाएगा। और नहीं तो भाई, प्रोफेशनल है तो जीवन भर आंख बंद किए बैठे रहो, गुरु को भेंट चढ़ाते रहो, कुछ नहीं होने वाला। मैं तो कह देता हूँ, दूसरा गुरु बदल लो। गुरु रोक लगाता है, मुझे यहां आकर की पता लगा। दूसरा गुरु धारण कर गया तो पता नहीं क्या हो जाएगा? नर्क में चला जाएगा, द्रोह हो जाएगा। मैं तो मेरे शिष्यों को कहता हूँ, सौ और बना लो, मुझे कोई परेशानी नहीं है। दो विद्या है - अपरा और परा। अपरा विद्या मैं पहली क्लास से लेकर के एम.ए. तक कितने गुरु बदलते हो? ये परा विद्या है, पैरासाइकोलॉजी है। इसमें भी गुरुओं की स्टेजेज अलग-अलग हैं। तो रोक लगाने वाली बात मेरे समझ में नहीं आती। मैं नहीं लगाता रोक। मैं तो कहता हूँ, सौ गुरु और बना लो, कोई परेशानी नहीं। दत्तात्रेय ऋषि ने कितने बनाए थे? तो इस प्रकार, यहां गुरु का ध्यान करता है और नाम जप चल रहा है, इससे आगे आपकी ड्यूटी खत्म। अब बताने वाले ने जो बताया है, उसमें अगर सच्चाई है, तो आगे का काम शुरू हो जाएगा। और नहीं तो जीवन भर आंख बंद किए बैठे रहो, भैया कुछ नहीं होने वाला।

यह दो प्रकार है। अब ध्यान जो है, उसके लिए एक ही शर्त है कि सुबह-सुबह नहा-धोकर के सूर्योदय से पहले हो तो बहुत अच्छा है। नहाने की सुविधा नहीं है, बिना नहाए भी बैठ सकते हो। किसी पर बैठ जाइए, जमीन पर बैठ जाइए, आसन बिछा लीजिए, किंकर भी मुंह कर लीजिए। कोई नहीं फर्क पड़ता। भगवान कोई एक ही दिशा में नहीं बैठे हैं। वो तो सर्वत्र हैं, सर्वज्ञ हैं। और शेर की खाल बिछाओ, कि कुश आसन बिछाओ, कि मृग की छाल बिछाओ, उसमें बैठा है भगवान घुसा हुआ, जो आपको ऊपर बैठते ही मिल जाएगा? यह तो सब कर्म कर्मकांडियों के टोटके हैं, मेरे को इसमें कोई सच्चाई नजर नहीं आती। कहीं बैठ जाइए। और, नाम जप चालू है, आंख बंद कर लो और गुरु को यहां देखो। अब क्या होगा उससे?

जो मैं आपको नाम बताऊंगा वह चेतन मंत्र है, एनलाइटेड है। उसमें प्राण-प्रतिष्ठा की हुई है। असंख्य गुरुओं की कमाई है उसमें। मैं तो लुटाने निकला हूँ दोनों हाथों से। समझे नहीं समझे! तो उससे (नाम जप से) आपकी कुंडलिनी जागृत हो जाएगी। अब कुंडलिनी शक्ति (रीढ़ के ठीक आखिरी-आखिरी हिस्से में रहती है) साढ़े तीन आंटे लगाकर के सुषुप्ति में रहती है, अचेतन रहती है। जब वो जागृत हो जाएगी (चेतन हो जायेगी) तो सीधी ऊपर मुंह करके सुषुम्ना में खड़ी हो जाएगी। अब वो यहां पहुंचना चाहेगी (सहस्रार में); क्योंकि, शिव और शक्ति का मिलन ही तो 'मोक्ष' है। पृथ्वी तत्व का आकाश तत्व में लय होना ही 'मोक्ष' है। अब ऊपर बढ़े कैसे?

मैंने आपको पहले बताया कि ये भौतिक साइंस से भी करेक्ट साइंस है। भौतिक साइंस तो अभी अधूरी है, यह पूर्ण साइंस है। अब जिस तरीके से आप एक रॉकेट देखते हो, ऊपर जाता है, नीचे स्पार्क होता है। झटका लगता है तो ऊपर खिसकता है। उसी प्रकार से कुंडलिनी को भी ऊपर खिसकाया जाएगा। तो योग में, पांच प्रकार के वायु कहे हैं मोटे तौर से - प्राण, अपान, समान, उदान और व्यान। हर एक वायु का शरीर में अलग-अलग हिस्सों में काम होता है, पांचों का। अपान वायु जो है, वो नाभि से नीचे के डिसचार्जर्स को शरीर से बाहर फेंकता है, गंदगी को बाहर फेंकता है। जब तक अपान वायु ऊपर नहीं उठेगा, कुंडलिनी नहीं उठेगी क्योंकि रीढ़ के ठीक आखिरी हिस्से में है। तो योग में तीन प्रकार के बंध लगते हैं।

जिस योग की बात मैं कर रहा हूँ, उसने साइंस वालों के लिए बड़ी समस्या पैदा कर दी है। उसका संचालन कुंडलिनी स्वयं करती है। वह चेतन सत्ता, मनुष्य का शरीर, मन, प्राण, बुद्धि अपने वश में कर लेती है, और सारी यौगिक क्रियाएं स्वयं करवाती है। साधक उसको रोक नहीं सकता, ना कर सकता है। वह तो आंख बंद किए यहां गुरु को देख रहा है। दृष्टा भाव से देख रहा है, क्या हो रहा है? जो मूवमेंट हो रहा है, उसको रोक नहीं पाता। मैंने हजारों इंजीनियर्स, डॉक्टर्स को, और विज्ञान के लोगों को, मैंने कहा कि आप अगर सच्चाई जानना चाहते हो, तो आओ। और सबको हो गया। लाखों को हो रहा है। तो ये पतंजलि योग में वर्णित योग है।

भारतीय योग दर्शन त्रिविध ताप शांत करने की बात करता है - आदि-देहिक, आदि-भौतिक, आदि-दैविक। अंग्रेजी भाषा में, फिज़िकल डिज़ीज़, मेंटल डिज़ीज़ और स्पिरिचुअल डिज़ीज़। इससे बाहर कोई बीमारी नहीं होती। तो कोई भी रोग ऐसा नहीं है जिससे भारतीय योग दर्शन में क्योर करने की शक्ति नहीं है। आज जो योग करवाया जा रहा है, वो तो शारीरिक कसरत है। और आज जो योग करवाया जा रहा है, उससे तो, ये ऑर्थोपेडिक सर्जन जो फिजियोथैरेपी बताते हैं, वो ज्यादा करेक्ट है, इन योग सिखाने वालों से। वो योग नहीं है। योग का संचालन कुंडलिनी करेगी। कुंडलिनी उन्हीं अंगों का मोमेंट करेगी, जो आपके पूर्ण रूप से काम नहीं करते। उन्हीं अंगों का योग करवाएगी जो अंग बीमार है, प्रॉपर्टी फंक्शन नहीं कर रहे हैं। इसीलिए हर एक साधक को अलग-अलग योग होता है। किसी को कोई गड़बड़ है, किसी को कोई गड़बड़ है। तो उस सिस्टम को,

फिजिकल बीमारियों को ठीक करने के लिए कुंडलिनी योग करवाती है। और जब तक वो सिस्टम बिल्कुल स्वस्थ नहीं हो जाता है तब तक वो ऊपर नहीं बढ़ती। तो इस प्रकार, आप ध्यान करोगे, ध्यान की स्थिति में योग होगा, चलते-फिरते नहीं होगा। आपकी इच्छा के विपरीत कुछ काम नहीं होगा (घबराने की जरूरत नहीं)। हां! योग जब होता है तो देखने वाला होता है, वो घबरा जाता है कि पता नहीं, इस को क्या तकलीफ होती होगी! मगर जिसको होता है, उसको पूछिए कि कैसा आनंद आता है। असली जीवन तो यहीं से शुरू होता है। तो इस प्रकार आप ध्यान करोगे, नाम जप करोगे, तो पहला बंध मूलाधार में लग जाएगा। अब अपान वायु नीचे नहीं जा सकेगा। तो ऊपर उठना शुरू हो जाएगा। खासतौर से रीढ़ की हड्डी की कसरत करवाई जा रही है, क्योंकि सुषुम्ना में से, सुषुम्ना जो है, के अंदर से उसको जाना है और यहां से सुषुम्ना जुड़ी हुई है। सुषुम्ना में एक रोम भी ऐसा नहीं है जो इससे जुड़ा हुआ नहीं हो, सुषुम्ना से। एक रोम को आप खींचो, दर्द होगा। दर्द यहां होता है यहां, और कहीं नहीं होता है! डॉक्टर रीढ़ की हड्डी में इंजेक्शन लगा देते हैं। नीचे का पोर्शन काट दो, दर्द नहीं होता क्योंकि यहां से डिस्कनेक्ट हो गया। तो इस प्रकार, रीढ़ की हड्डी को उसी एंगल से मोड़ा जाएगा, जिस सिस्टम को उस एंगल से ठीक होना है। डायबिटीज वालों का अलग योग होता है, अस्थमा वालों का अलग होता है, गठिया वालों का अलग होता है। और जब तक वो अंग बिल्कुल स्वस्थ नहीं हो जाता, योग होता रहता है।

तो इस प्रकार, पहला बंध लग जाएगा मूलाधार में। खासतौर से रीढ़ की हड्डी की एक्सरसाइज होगी, मगर सारा शरीर भी मूवमेंट करेगा साथ-साथ। क्योंकि इन्टरलिंकड है पूरा सिस्टम। ज्यों ही नाभि से ऊपर गई कुंडलिनी, दूसरा बंध लग जाएगा, ऑटोमेटिक ही लगेगा। आप चाह के वो बंध लगा ही नहीं सकते। आप चाहे कितने भी मोटे हो, नाभि जो है रीढ़ की हड्डी से चिपक जाएगी। इसके बाद में ऊपर उठती-उठती कुंडलिनी, जब यहां से ऊपर उठ जाएगी, कंठकूप कहते हैं इसको, तो तीसरा बंध लग जाएगा। इसे कहते हैं, जालंधर बंध। अब इसके बाद में यहां से ऊपर के पोर्शन की (हिस्से की) रीढ़ की हड्डी की कसरत पॉसिबल नहीं है (संभव नहीं है), तब फिर प्राणायाम शुरू होता है, वह भी स्वतः ही। प्राणायाम भी सैकड़ों प्रकार के होते हैं। योग की पुस्तकों में बहुत थोड़े से दिए हुए हैं। आसन भी बहुत थोड़े से दिए हुए हैं। सैकड़ों प्रकार के अलग-अलग आसन होते हैं, अलग-अलग अंग विशेष की बीमारी को ठीक करने के लिए। जब, फिर प्राणायाम शुरू हो जाता है। प्राणायाम जब पूर्ण कुंभक हो गया, तो कुंडलिनी एक झटके से आज्ञा चक्र से ऊपर चली जाती है। फिर साधक समाधिस्त हो जाता है।

तो ये योग होना जरूरी नहीं सबको। अगर शारीरिक दृष्टि से आप फिट हो, कोई बीमारी नहीं है, तो योग नहीं होगा। अगर कोई थोड़ी सी भी गड़बड़ है तो उसको ठीक करने के लिए योग होगा। तो इस प्रकार जो योग होता है, उससे मनुष्य के सारे शारीरिक रोग ठीक हो रहे हैं। व्यावहारिक रूप से हो रहे हैं। कथा बांचने नहीं निकला हूँ! अब, एक शारीरिक बीमारी खत्म हो गई। अब दूसरी आज जो सबसे ज्यादा बीमारी परेशान कर रही है संसार को, वो है - मानसिक तनाव से संबंधित बीमारी (मेंटल टेंशन से बीमारी जो संबंधित है वो बीमारी)। भौतिक विज्ञान वालों ने कफ और पित्त को तो किसी हद तक कंट्रोल किया है, मगर वाक् को टच नहीं कर पा रहे हैं। स्नायु मंडल की पेचिदगी इतनी है कि वो समझ में नहीं आ रहा है, टच करते हुए डरते हैं। वो केवल नशे की दवाई देकर सुला देते हैं। वो तो नशे में हो जाता है, एनर्जी रिस्टोर्ड थोड़ी होती है उससे। नेचुरल नींद जो होती है उसमें और इसमें बहुत अंतर होता है। तो, इसमें मानसिक तनाव खत्म हो जाता है। और वो भी परिवर्तन एक ठोस दार्शनिक आधार से होता है। मैंने आपको पहले बताया, यहां कल्पना की गुंजाइश नहीं। कल्पना करना तो 'शेखिल्ली' का काम है।

आपने सुना होगा, राम के नाम में नशा होता है। संतों ने उसको नाम खुमारी कहा है - हरि नाम की खुमारी। नानकदेव जी महाराज कहते हैं - "भांग धतूरा नानका उतर जाए प्रभात।" भांग-धतूरा पियो, रात को सोओ सुबह साफ। "भांग धतूरा नानका उतर जाए प्रभात, नाम खुमारी नानका चढ़ी रहे दिन-रात।" और कबीर दास जी भी कहते हैं - "नाम हमल उतरे ना भाई" (नाम का नशा उतरता नहीं)। "और अमल छिन-छिन चढ़ उतरै, नाम अमल दिन बदै सवाया।"

तो मैं जो आपको नाम बताऊंगा, उसको आप जपोगे, तो आपको एक मादकता आ जाएगी। इंटॉक्सिकेशन विडाउट ड्रग! डॉक्टर बड़े हैरान हैं। सैकड़ों डॉक्टर मेरे शिष्य हैं, इंजीनियर तो हजारों हैं। तो इस प्रकार, नाम जप से, एक आनंद आता रहेगा, 24 घंटे (round-the-clock), और आपका गुस्सा, चिड़चिड़ापन फिकर, सब खत्म हो जाएगा। भगवान कृष्ण ने गीता में इसके लिए 5 श्लोक कहे हैं - पांचवे अध्याय में एक श्लोक है 21 वां, छठे अध्याय में चार हैं - 15, 21, 27, 28। उसमें भगवान ने बड़ा विस्तार से समझाया है इसको। दिव्य आनंद कहा है, अक्षय आनंद कहा है, इंद्रिय अतीत आनंद कहा है, अद्वितीय आनंद कहा है। मगर जब तक यह आनंद आता नहीं ना, तब तक साधक जो है, भौतिक सुख और आनंद में भेद नहीं कर पाता। भौतिक रूप से सुखी है, धन-दौलत है, बेटे-पोते, कार-बंगलो। कहते हैं, जी आनंद में है। और उनमें से एक आइटम खिसक जाए, आनंद बदल गया, आनंद खत्म हो गया। अब छोटे बच्चे जो बैठे हैं, ये छोटे-छोटे, मेरी बात से कोई मतलब नहीं, इनको कोई आनंद नहीं आ रहा है। इनको और किसी बात में आनंद आता है। ज्यों ही ये जवान हो जाएंगे, अभी जिसमें आनंद आ रहा है, फिर उसमें नहीं आएगा और बात में आने लग जाएगा। और ज्यों ही 60-65 से ऊपर निकले कि किसी और बात में आनंद आएगा। तो वो आनंद नहीं है, वो तो इंद्रियों से अनुभव होने वाला सुख-दुख है। आनंद तो इंद्रियातीत है। तो जब तक ये आपको नहीं आएगा, आपको पता ही नहीं लगेगा कि किसी इंद्रिय विशेष से अनुभव नहीं होने वाला आनंद (इंद्रियातीत आनंद) है क्या? तो इस प्रकार, आप नाम जप करोगे, तो उससे आपको एक आनंद आने लग जाएगा। उससे फिर

चिंता, फिक्र, गुस्सा, चिड़चिड़ापन - सब खत्म हो जाएगा। उससे संबंधित बीमारियां, हाई ब्लड प्रेशर, लो ब्लड प्रेशर, उन्माद, पागलपन, स्वतः ठीक हो जाएंगे। हजारों को हो रहे हैं। और तेल खाओ, चाहे नमक खाओ कितना ही, हाइपरटेंशन नहीं होगा। वो तो एक, मतलब, सिस्टम से रिलेटेड बीमारी है ना? मेटल टेंशन से संबंधित है। और हरि नाम के जप से जो आनंद आने लगेगा, वह टेंशन खत्म हो जाएगा। उससे संबंधित, उससे रिलेटेड, सारी बीमारियां ठीक हो जाएंगी, चाहे वह कोई है। तो इस प्रकार, शारीरिक रोग खत्म हो जाएंगे, मानसिक रोग खत्म हो जाएंगे।

अब दूसरा आज जो संसार को सबसे ज्यादा परेशान कर रहा है वो है, 'नशा'। और पश्चिम इससे सबसे परेशान है। मेरे पास डेनमार्क से एक लड़का-लड़की आए, दो औरतें लंदन से आईं, दीक्षा ले के गईं। उन्होंने कहा, "जी, ये नशा हमको मारेगा। ये तो छूटता ही नहीं है।" भौतिक साइंस वाले शराब छुड़ाते हैं, अस्पताल में भर्ती करते हैं। दो-तीन महीने रहता है। जब शराब शाम को मांगता है तो उसमें ऐसी कोई ड्रग डाल देते हैं, जिसको पीने से जी मचलाता है, उल्टी होती है। इस तरह से दो-तीन महीने में छोड़ता है, बाहर निकलते ही पहले से दुगना शुरू कर देता है। पार नहीं पड़ रही है। इसमें तो, आंतरिक परिवर्तन आ जाता है। जिस चीज की सुगंध आ रही थी, उसकी बदबू आने लग जाती है। आप निगल नहीं सकोगे। मांग खत्म हो जाती है अंदर से। समझे! अब देखिए, मनुष्य जाति जो है, तीन प्रकार की होती है - रजोगुणी, तमोगुणी, सतोगुणी। त्रिगुणमयी माया से सृष्टि की उत्पत्ति हुई है। हर एक मनुष्य में तीनों वृत्तियां होती हैं। एक प्रधान होती है, दो गौण होती हैं। किसी में तमोगुण ज्यादा, किसी में सतोगुण ज्यादा, किसी में रजोगुण ज्यादा। और जो वृत्ति होती है, वो जो अंदर मांग करती है, वही सप्लाई करना पड़ता है। किसी आदमी को कुछ पसंद होता है खाने को, किसी को कुछ पसंद होता है। अलग-अलग, भिन्न-भिन्न चॉइस होती अपनी। वो अंदर जो वृत्ति सक्रिय है, वो जब मांगेगी तो आपको सप्लाई करना पड़ेगा। और झगड़ा जब पैदा हो जाता है डिमांड हो और सप्लाई ना हो। जब डिमांड ही नहीं, तो सप्लाई क्यों? तो आपकी इच्छा ही नहीं होगी। 20-20 साल के अफीमची आए। आज खाया कल से बंद। नहीं खाने से कोई तकलीफ नहीं है। उस हालत में होती है जब अंदर वृद्धि चेतन है, वो मांग कर रही है, आप उसको दे नहीं रहे। वो नशा करने वाला उस वक्त दुखी होता है। तो इस नाम जप और ध्यान से आप की वृत्तियां बदल जाएंगी। देखिये, गीता में, 17वें अध्याय में 3 श्लोक हैं - 8, 9 10। उसमें भगवान ने अलग-अलग वृत्ति का क्या खान-पान है, कौन सा खानपान पसंद करता है तामसिक, कौन सा राजसी, कौन सा त्विक, वह स्पष्ट रूप से वर्णन किया है कि इस वृत्ति का आदमी ये चीज पसंद करता है, इसका ये पसंद करता है। और गीता में ही 14 अध्याय एक श्लोक है 10वां, उसमें भगवान ने कहा है, ये वृत्तियां बदल सकती हैं। तमोगुण और रजोगुण को दबा दो, तो सतोगुण उभरेगा, इन दो को दबा दो तो तीसरा उभरेगा।

तो इस प्रकार जो आराधना करोगे, उससे आप की वृत्तियां बदल जाएंगी। वृत्तियां बदलने के साथ-साथ, खानपान जो पहले पसंद था, उससे घृणा हो जाएगी, दूसरा अपने आप शुरू हो जाएगा। चाह करके आप नहीं उसको रोक सकेंगे। बुद्धि के प्रयास से अगर नशा छूटे, तो फसने के बाद तो कभी छोड़ना चाहते हैं ना? पहले तो सीख लेंगे, शौक शौक में। फिर फंस गए, फिर छोड़ नहीं सकते। तब तक नहीं छूटेगा, जब तक वृत्ति नहीं बदलेगा। मैंने तो हजारों के अफीम और शराब, और पता नहीं, शराब तो कई लाखों का छूट गया होगा। अगर आप सीरियसली नाम जपोगे, तो निश्चित रूप से सभी नशे छूट जाएंगे। आपको छोड़ जाएंगे नशे, आप नहीं छोड़ोगे उनको। ये नशे की बात जब मैं करता हूं तो स्वामी विवेकानंद जी का एक सेंटेंस याद आ जाता है, अमेरिका में उन्होंने कहा। कहीं प्रवचन कर रहे थे तो किसी अमेरिकन ने पूछ लिया कि, "महाराज, बड़े लंबे-चौड़े लेक्चर झाड़ रहे हो, आपका-हमारा सौदा नहीं बैठना। आपके धर्म में तो, शाकाहारी और मांसाहारी, बड़ा सख्त सिद्धांत है, और हम सारे, जारी-मांस खाने वाले लोग हैं।" तो स्वामी जी ने चलते हुए स्पीच में कह दिया, "यू नीड नॉट टू गिव अप द थिंग्स, द थिंग्स विल गिव यू अप।" (आपको उन वस्तुओं को छोड़ने की जरूरत नहीं है, वह वस्तुएं आपको छोड़ जाएंगी।) फिर क्या करोगे? तो आप में जो परिवर्तन आएगा, इस नाम जप से, तो 'थिंग्स विल गिव यू अप' के हिसाब से आएगा, ना की बुद्धि के प्रयास से। इसलिए मैं तो कई दफे कह दिया करता हूं कि, "शराब पी रहे हो, तो एक ही जगह डेढ़ बोतल शुरू कर दो, मत छोड़ो! अफीम थोड़ा ज्यादा करना शुरू कर दो।" लोग तो कहते हैं कि छोड़ो। मैं कहता हूं, मत छोड़ो। मगर नाम को मत छोड़ो। फिर कितने दिन करोगे? चैलेंज के साथ मैंने लाखों को छुड़वा दिया। अगर नाम जप सीरियसली करोगे, तो नशा आपको छोड़ जाएगा। इसमें कोई आश्चर्य नहीं है! वृत्ति बदल जाएगी। तो देव और दानव का संघर्ष मनुष्य के अंदर अनादि काल से चलता आया है। दानव प्रभावी हो जाता है तो आदमी को ये नुकसान होता है। जब देव प्रभावी हो जाता है तो आदमी सात्विक जाता है।

पतंजलि योग दर्शन में भी देखिए, कैवल्य पाद में, दूसरे सूत्र में जाति परिवर्तन की बात कही है। जात-जातांतरण की बात स्वीकार की है ऋषि ने। पहले-पहले कई लोग मुझे कहते थे। कहने लगे, "जी, ये रोग अगर यूं ही ठीक हो जाता है। तो इसका मतलब है अस्पताल बंद कर दे क्या?" मैंने कहा कि, "भैया, आपको इस चीज की जानकारी नहीं है। अधूरी जानकारी है, इसलिए कह रहे हो।" पतंजलि ऋषि ने, कैवल्य पाद में, पहले-पहले सूत्र में इस परिवर्तन के आने के लिए पांच कारण बताए हैं। पहला तो पूर्व के संस्कार से ये परिवर्तन आना संभव है। दूसरा - जप से, तीसरा - तप से, चौथा - योग से, पांचवा - औषधि से। औषधि से भी यह परिवर्तन संभव है, पतंजलि ऋषि स्वीकार करते हैं। आज तो जो हम जहर खा रहे हैं, वो तो पश्चिम की देन है। औषधि विज्ञान (भारतीय औषधि विज्ञान) में तो काया-कल्प तक का वर्णन आता है। मगर, वो दर्शन तो लोप हो गया। हमारे पतन काल के साथ-साथ, वो लोप हो गया। मुसलमानों ने, ईसाइयों ने वो ग्रंथ जला दिए। आज उसको उठने नहीं दे रहे हैं।

आर्थिक कारणों से दबाए रख रहे हैं। तो ये हमारा दर्शन जो है, वो पांच तरह से इस परिवर्तन को स्वीकार करता है, औषधि से भी करता है। तो इस प्रकार, नाम जप और ध्यान आप करोगे, तो आपने यह परिवर्तन आ जाएगा। योग होगा, उससे शारीरिक बीमारी खत्म। और नाम का नशा आएगा, वृत्ति बदल जाएगी। मानसिक रोग खत्म और नशों से छुट्टी। शारीरिक रोग, खत्म, मानसिक रोग खत्म सभी नशों से छुट्टी, तो यह जीवन तो सुधर गया!

अब हमारे लोगों ने बहुत बड़ी गलती की, दो। एक तो परलोक के लालच में ये लोक बिगाड़ दिया। अगर इस लोक में भौतिक रूप से परिवर्तन नहीं आएगा, रोटी नहीं मिलेगी, राम याद नहीं आएगा। इसीलिए आराधना से, पहले भौतिक जीवन में परिवर्तन आना चाहिए। और दूसरा, राम का नाम बुढ़ापे में ले लेंगे। अब ये जवान छोरे नहीं समझते, बुढ़ापा चीज क्या होती है? 70 साल से जो ऊपर निकल गए, उससे पूछो! सौ तरीके के रोग लग जाते हैं, शरीर में। वो रोग की तरफ ध्यान जाता है, राम की तरफ जाता ही नहीं। केवल पछतावा शेष रहता है। इसलिए यह परिवर्तन भी युवावस्था में आना चाहिए। मेरे शिष्यों में 90 परसेंट से ज्यादा युवा लोग हैं, और खासतौर से साइंस के लोग। और मैं मान कर चलता हूं कि जब तक, अगर धार्मिक जगत में क्रांति करनी है, तो युवा वर्ग जब तक चेतन नहीं होगा, तब तक परिवर्तन नहीं संभव है। परिवर्तन में क्रांति अगर लानी है, तो युवा वर्ग ही लाया है, आज तक लाया है, आगे भी लाएगा।

अब दूसरे-दूसरे आराधना के तरीके रिजल्ट नहीं देते दे रहे, इसलिए वहां नहीं जाते। मेरे पास इसलिए आते हैं कि इसमें बड़ा अजीब तरह से परिवर्तन हो रहा है, युवाओं में। ध्यान करने लगते हैं तो कंसंट्रेशन हो जाता है उनका। अगर यहां एकाग्र हो गया तो फिर किताब में भी हो जाता है। थर्ड डिवीजन पास होने वाला फर्स्ट डिवीजन आ रहा है। और मानसिक तनाव होने से पढ़ाई में बड़ा मन नहीं लगता है। तो यह तो एक क्रियात्मक बदलाव है, मनुष्य जाति में अपनी शक्तियों को चेतन करके लाभ उठाना। ये कोई जादू नहीं है। ये मानव में ड्यू था। मानव जाति में यह विकास होना संभव है, ड्यू था, शुरू हो गया। कोई ऐबनॉर्मल बात नहीं हो रही है। समझो!

अब आराधना में, मैंने आपको बताया कि आप आराधना करोगे तो जो, पतंजलि योग दर्शन में जो सिद्धियां वर्णित हैं, वो सब आपको हासिल होंगी। तो इस योग में, अंदर और बाहर का विकास एक साथ होता है, साइमल्टेनियस्ली। अध्यात्मिक चेतना आती है, भौतिक शांति होती है। तो देखिए, पतंजलि योग दर्शन में 4 चैप्टर हैं - समाधि पाद साधन पाद, विभूति पाद और कैवल्य पाद। विभूति पाद तीसरा पाद है, उसमें साधक को क्या-क्या सिद्धियां प्राप्त होती हैं, उसका वर्णन आता है। वो सारी सिद्धियां इस आराधना से आपको मिलेंगी। तो एक ज्ञान प्राप्त करने की बात है, विभूति पाद में। 33 और 36, दो सूत्रों में उसका वर्णन आता है। उस ज्ञान का नाम है 'प्रातिभ ज्ञान'। ऋषि ने उसको 'प्रातिभ ज्ञान' की संज्ञा दी है। वह स्वतः ही प्राप्त होता है, आराधना में। जब 'प्रातिभ ज्ञान' प्राप्त हो जाता है, तो साधक को छः प्रकार की सिद्धियां हो जाती हैं। पहले सिद्धि है उनमें से, समाधि और समाधि की स्थिति में अनिश्चितकाल के भूत-भविष्य को देखना-सुनना। अनलिमिटेड पास्ट और फ्यूचर को देखना-सुनना। उसका सेल्फ-रियलाइजेशन (self-realization) और सेल्फ-विजुअलाइजेशन (self-visualisation) करना। भौतिक साइंस मानती है, ना? सिद्धांत तो स्वीकार कर चुकी कि, जो शब्द बोला गया है, वो ब्रह्मांड में रहता है। अगर प्रॉपर मशीन हो तो सुना जा सकता है। हमारा योगदर्शन कहता है कि जब शब्द है ब्रह्मांड में, तो बोलने वाला भी रहा होगा। उसके बिना कैसे आया शब्द, कहां से आया? उसको बोलते-हुए देखा-सुना जाना संभव है। आगे कहता है - "वो तो पास्ट है, वो तो फिल्म पहले बन गई। 'इन इज अनडन' नहीं हो सकता। अनिश्चित काल के भविष्य को देखा-सुना जा सकता है। मैं नहीं कह रहा, पतंजलि ऋषि ने यह बात कही है, विभूति पाद में। 33 और 36, दो सूत्रों में। तो अब ध्यान की स्थिति में (समाधि की स्थिति में), आप जब इन चीजों को देखोगे, भविष्य को देखोगे, तो भविष्य में होने वाले सारे परिवर्तन देखोगे। जन्मना-मरना, घात-प्रतिघात, घाटा-नफा, सारे दिखेंगे।

तो इस प्रकार, अगर आपको अपने कई परिचित लोगों के डेथ दिख गई (मृत्यु दिख गई), किस कारण से होगी, एप्रोक्सीमेटली उम्र क्या होगी? वो करेक्ट टाइम नहीं मालूम कर सकोगे। वो तो प्रकृति ने अपने अधिकार में रखा है। एक्सीडेंट से होगी, कि बीमारी से होगी, कि क्या होगी ? और वो वैसे ही होती चली जाएगी क्योंकि मरना तो सभी को है। निश्चित टाइम है, सबका। वो एक नहीं सैकड़ों जब ऐसी घटनाएं आपके सामने आएगी, तो आपको बड़ा आश्चर्य होगा कि ये मामला तो गड़बड़ है। जो दिख रहा है, वही सत्य हो रहा है। और उस वक्त ये खयाल आ जाये कि ये जा रहे हैं, तो तेरे को भी तो जाना है। बहुत नेचुरल है, खयाल आएगा ही आएगा। तो आपको पता लग जाएगा कि कैसे जाओगे? किस उम्र में जाओगे? जीते जी मृत्यु से साक्षात्कार हो जाएगा। जब दूसरों वाली घटनाएं सही हो रही हैं, तो आप वाली गलत कैसे होगी? तब फिर आदमी घबराता है। मौत से बहुत डरता है। कोई भी मरना नहीं चाहता, मगर एक भी नहीं बच पा रहा। अब जब बच ही नहीं पा रहे, डरते क्यों हो, भाई? पर माया ने एक ऐसा आवरण चारों तरफ आपके कर दिया है, कि मौत-रूपी जो वरदान है, जो जन्म-मरण के चक्कर से छुड़ाता है, वो, उसकी शकल बड़ी भयावनी दिखाई दे देती है आपको। आप उसको स्वीकार नहीं करना चाहते। आप इसी जगत में रहना चाहते हो? मगर फिर भी वो नहीं जाती। जब आदमी को पता लगेगा, इस तरह से मेरी डेथ होगी, तो घबरा जाता है। बड़ा सीरियस हो जाता है। फिर प्रार्थना करता है भगवान से कि भगवान किसी तरह बचा ले। क्योंकि, जब मौत सामने आती है तो जो जीवन भर कबाड़े किए हैं, वो सब सामने आ जाते हैं। दुनिया को झांसा दे

सकता है, अपने आपको कैसे देगा? जो छोटे किए हैं, वो अपनी तस्वीर देख कर के मनुष्य घबराता है। और वो बड़ा कंसंट्रेटेड हो जाता है कि, बचा ले भगवान! ज्यों ही सीरियस हुआ कि कुंडलिनी सहस्रार में पहुंच जाती है, मृत्यु का रहस्य क्लियर हो जाता है। कबीर दास जी ने एक जगह कहा है - "जा मरने से जग डरे, मोरे मन आनंद। कब मरिहों, कब पाइयों, पूरण परमानंद।"

तो इस तरह से आप आराधना करोगे, उससे आपका माया का आवरण क्षीण हो जाएगा। आप प्रकृति के रहस्यों को खुली आंखों से देख सकोगे! फिर उस मौत से डरोगे नहीं। बेसब्री से उसका इंतजार करोगे।

कबीर बेचारे बड़े रहस्यवादी संत थे, गुरु नहीं थे। इसलिए उनमें तो जो परिवर्तन आया, वो तो आ गया, मगर वो दूसरे को, किसी को परिवर्तन नहीं कर सके। उन्होंने जो वाणियों में, भजनों में गाया है, बड़ा स्पष्ट शब्द से बोला है। एक वाणी में गाया - "जल बीच कुंभ, कुंभ बीच जल है, बाहर-भीतर पानी।" मतलब, पानी से घड़ा भरा हुआ है और पानी के अंदर रखा हुआ है, तालाब में। घड़े के अंदर भी पानी है, बाहर भी पानी है। "जल बीच कुंभ, कुंभ बीच जल है, बाहर भीतर पानी। विघटा कुंभ जल जल ही सामाना, ये गति विरले ने जानी।" वो कहते हैं जी, घड़ा पानी से भरा हुआ है। अंदर रखा है तालाब के। अगर घड़ा गल जाए, तो बाहर वाले पानी में, अंदर वाले पानी में भेद कर सकोगे क्या ? वो तो एक हो गया!

तो भैया, यह शरीररूपी घड़ा गल जाएगा, आप अपने असली फॉर्म में बदल जाओगे। कोई आश्चर्य नहीं है ये! कोई अचंभा नहीं है! मनुष्य अपने असली फॉर्म में बदल जाएगा। महर्षि अरविंद की भविष्यवाणी है - "आगामी मानव जाति, दिव्य शरीर धारण करेगी।" ये फिजिकल बॉडी डिवाइज रूप में बदल जाएगी। ये साइंस वाले बड़े आश्चर्य कर रहे हैं, ये क्या कह रहा है? तो ये तो मनुष्य जाति में होने वाला इयू विकास है, आश्चर्य नहीं है।

देखिए, ऋग्वेद जब मनुष्य के शरीर की रचना की बात करता है, तो कहता है - सात प्रकार के तत्वों से इस शरीर का संगठन हुआ है, संगठित है ये। उसमें, आत्मा अंतर्निहित है। अब फिर जब वो अलग-अलग तत्व की बात करता है, सेल्स की बात करता है, तो पहले मैटर से शुरू करता है, अन्न से बनने वाले कोश। ठोस पदार्थ से शुरू करता है वो। अन्न से बनने वाले कोश, अन्नमयकोश, प्राणमयकोश, मनोमय कोश और विज्ञानमय कोश। फिर आनंदमय कोश, चित्तमय कोश और सतमय कोश। तो इस प्रकार सात कोशों में से चार खूब चेतन हो गए - अन्न, प्राण, मन और विज्ञान। विज्ञान ने तो 20 वीं सदी में खूब तरक्की कर ली। अब विज्ञान एक जगह आ के स्थिर हो गया। उनकी समस्याओं का समाधान नहीं होगा। मैं तो साइंटिस्टों से मिलने निकला हूं, कि भैया, तुम्हारी समस्याओं का समाधान जब तक नहीं होगा, जब तक बाकी तीनों कोश मानवता में चेतन नहीं हो जाते। जब चार चेतन हो गए, तो तीन चेतन होने का कोई तरीका है। वो बात केवल भारत जानता है, भारत का वेदांती जानता है। संसार का कोई धर्म, कोई दर्शन नहीं जानता।

तो इस आराधना से, पहले-पहले आपका आनंदमय कोश चेतन हो जाएगा। फिर चित् में पहुंच जाओगे, फिर सत् में पहुंच जाओगे। तो इस प्रकार, सातों को चेतन हो जाएंगे। आप अपने असली रूप में बदल जाओगे। कोई जादू नहीं, कोई करिश्मा नहीं, क्रियात्मक विकास है आपका। और हर जाति के, हर धर्म के लोगों में आ रहा है। ये मानवीय धर्म है। तो इस प्रकार केवल नाम जप और ध्यान से, आप में ये परिवर्तन आएगा।

अब, मनुष्य को ईश्वर का स्वरूप क्यों माना है? एक चीज तो आपको मालूम है, पांच तत्वों से शरीर बना - आकाश, वायु, जल, अग्नि, पृथ्वी। और जब सारा ब्रह्मांड आप में है! "जो ब्रह्मांड में है वो पिंड में, जो पिंड में वो ब्रह्मांड में।" तो, जब सारा ब्रह्मांड आप में है, तो फिर आकाश तत्व तो ऊंचे-ऊंचे स्थान को कहेंगे। इसको योगियों ने 'सहस्रार' की संज्ञा दी है। योग की भाषा में, आकाश की सूक्ष्म तनमात्रा - 'शब्द'। हमारे संतों ने, ऋषियों ने उसको पकड़ा, उसका नाम रख दिया - 'ॐ'। बाकी किसी धर्म में नहीं पकड़ा। उस परमतत्त्व की प्रत्यक्षानुभूति और साक्षात्कार किसी ने नहीं की, सिवाय वेदांतियों के। अब देखिए, वो 'ॐ' अर्थात् ईश्वर, आकाश की सूक्ष्म तनमात्रा, वो रूप बदलते हुए नीचे आ रहा है। आकाश से वायु प्रकट होती है, उसकी सूक्ष्म तनमात्रा- स्पर्श। वायु से अग्नि प्रकट हुई, उसकी सूक्ष्म तनमात्रा - स्वरूप। अग्नि से जल प्रकट हुआ, उसकी सूक्ष्म तनमात्रा - स्वाद। और जल से पृथ्वी प्रकट हुई, उसकी सूक्ष्म तनमात्रा - गंध। इस प्रकार, पृथ्वी में पांचों तत्व हैं और पृथ्वी से हम सब पैदा हुए। इस तरह से वह परम तत्व 'ॐ' अर्थात् ईश्वर, रूप बदलते-बदलते इस रूप में आकर बैठ गया। इसलिए ईश्वर का स्वरूप माना है। अब इस प्रक्रिया को उलट दो। एक-एक तत्व को जीतते हुए, ऊपर उठते हुए, ऊर्ध्वगमन करते हुए, यहां अपने असली स्वरूप में क्यों नहीं बदल जाओगे? साइंटिफिक बात है, एक प्रोसेस से इस रूप में आए, दूसरे प्रोसेस से असली फॉर्म में बदल जाओगे। तो कुंडलिनी जागृत होकर ऊर्ध्वगमन करती हुई, 'सहस्रार' में पहुंचती है, उसी का नाम 'मोक्ष' है। वह आपके असली फॉर्म में आपको बदलवा देगी। जिसका नाम जप रहे हो उसी के रूप में परिवर्तित हो जाओगे। तब तक मौत पीछा नहीं छोड़ेगी।

'मोक्ष' कोई काल्पनिक स्थिति नहीं है, ये वस्तु-स्थिति है। क्रियात्मक बदलाव आता है। मैंने लाखों को ये करके बता दिया। तो इस प्रकार, जो नाम और जप और ध्यान करोगे, उसमें ये आपकी भौतिक समस्याओं का समाधान हो जाएगा, ऐज वैल ऐज, आध्यात्मिक समस्याओं का

समाधान हो जाएगा। बाहर और अंदर का विकास, दोनों एक-साथ होंगे। यही एक आराधना ऐसी है, जहां कुंडलिनी-जागरण का सब्जेक्ट है, उसमें भोग और मोक्ष दोनों साथ चलते हैं। बाकी जितनी भी आराधनाएं हैं, उनमें भोग है तो मोक्ष नहीं, मोक्ष है तो भोग नहीं। एक का त्याग करना पड़ता है। इसमें त्याग नहीं, यह गीता वाला 'निष्काम कर्मयोग' है।

तो इस तरह से, मैंने जानकारी दी, आपको। ये तो बहुत विशाल दर्शन है। इसकी पूरी व्याख्या तो करना किसी के बस की बात नहीं है। तो मोटे-मोटे सिद्धांत मैंने आपको बताए, कि मनुष्य में ये परिवर्तन आराधना से आ सकता है। और, अब वो 'नाम' बता दूं, मैं। मगर 'नाम' बताने से पहले एक थोड़ी सी मर्यादा है, उसका भी वर्णन कर दूं। राम और लक्ष्मण उस सोने के हिरण को मारने गए थे तो सीता के चारों तरफ एक रेखा खींची थी, लक्ष्मण ने। गढ़ के दीवार नहीं बनाई थी। मगर रावण जानता था इसमें कितनी शक्ति है। उसने सीता को फुसलाकर के रेखा का उल्लंघन करवा लिया। उल्लंघन करते ही अपहरण कर लिया। तो लक्ष्मण-रेखा प्रसिद्ध है। तो इसमें भी एक लक्ष्मण-रेखा है, भाई! तो बता दूं आपको। अब मानो नहीं मानो, आपकी मर्जी है। मानोगे, तो कोई दिक्कत नहीं आएगी। सारा परिवर्तन बड़ा सहज में आ जाएगा। और नहीं मानोगे, उल्लंघन कर लोगे तो वही राम-राम वाली बात हो जाएगी, अपहरण हो जाएगा। ये जो टाइम दिया है, ये बेकार जाएगा। तो कोई लंबा-चौड़ा रुकावट भी नहीं है।

भाई, जो गुरु शब्द बताता है जपने को, वह आप बोल करके या इशारे से किसी को नहीं बताओगे उसको, जो दीक्षित नहीं है। साथ दीक्षा ली है, कोई अनपढ़ स्त्री-पुरुष है, उनको बताओ कोई दिक्कत की बात नहीं। जो दीक्षित नहीं है, उसको नहीं बताना! यह सिद्धांत है, हमारे धर्म का। अब रैदास जी ने गाया है ना, "अब कैसे छूटे नाम रट लागी।" किस नाम की रट लगी, बोले नहीं। राम की लगी कि कृष्ण की लगी? नहीं बोले, रोक थी। नानकदेव जी को देख लो, कबीर को देख लो और किसी को देख लो। सब ने एक ही कहा है कि गुरु द्वारा प्राप्त शब्द ही (मंत्र ही) सारे पर्पज सर्व करता है, 'मोक्ष' देता है। बताया नहीं किसी ने, क्योंकि ये मर्यादा है, रोक लगी हुई है सब पे। तो भैया, मैं भी आप पर लगा देता हूं। अब मानो, नहीं मानो, आपकी मर्जी। नहीं मानोगे तो कोई बात नहीं। पूरे शहर को (जोधपुर को) बता दो, परिवर्तन संभव नहीं होगा! फिर मुझे दोष मत देना। क्योंकि यह गुरुओं की मर्यादा है, मेरी सामर्थ्य नहीं है इसको तोड़ने की। बाकी सारे जो परिवर्तन आते हैं वो बताओ दुनिया को, संसार को बताओ।

तो अब वो 'नाम' बता दूं मैं आपको। देखिए, छोटे से छोटे मंत्र-शास्त्र की किताब में तीन अक्षर फ्रंट पेज पर लिखे होते हैं किसी को करवा दोगे तो उसको योग हो जाएगा। मैं तो साइंस वालों को कहा है, ये निर्जीव मीटर, सजीव में ऐसा क्या परिवर्तन ला रहा है, इसमें यह क्या आश्चर्य है, आप इस पर शोध करो। एक को नहीं, हजारों को हो रहा है। आप भी अगर जो आपके पड़ोसी में या बच्चे, या और कोई, मेरी फोटो सामने रख दो और कहो, जे इस फोटो को ध्यान से देखो। फिर, आंख बंद करके यहां इसको, फोटो को देखो (तस्वीर को देखो)। योग शुरू हो जाएगा। एक को नहीं, हजारों को हो जाएगा और ऑटोमेटिकली बंद हो जाएगा। तो बड़ा अजीब रिजल्ट मिल रहा है संसार में। यह हिंदू दर्शन का एक मूर्त रूप है। केवल घंटी बजाने तक हिंदू दर्शन नहीं है।

तो अब ये पर्चा बांट दें आपको। पर्चा नहीं मिले, उसको मांग के ले लेना। यह पर्चा कोई भी देख ले, कोई मुश्किल नहीं है। कोई दुविधा नहीं है, कोई पर्चा देख ले तो। इरातन नहीं बताना। ये ऐसा कोई गोपनीय डॉक्यूमेंट नहीं है। पर्चा किसी ने देख लिया, तो देख लिया। आप इरातन नहीं बताओगे। और अभी पर्चा बंट जाए, तो उसके बाद मैं मन ही मन जपना है होंठ-जीभ नहीं हिलनी चाहिए

ध्यान और समाधि के स्थिति में वो टपकता है, महसूस होता है, अजीब तरह का स्वाद। भौतिक संसार में वैसा स्वाद और वैसा रस का स्वाद कहीं नहीं है। योगियों ने इसको 'अमृत' की संज्ञा दी है। गोरखनाथ जी ने कहा है - "गगन मंडल में औंधा कुआं, ता अमृत का वासा। सुघरा होवे भर-भर पीवे, निगुरा जाए पियासा।" तो इस प्रकार, मेरे लाखों शिष्यों को ये खेचरी मुद्रा लग रही है। तो खेचरी मुद्रा लगने से जो रस उपर से टपकता है, उससे साधक की रोग-प्रतिरोधक शक्ति इतनी मजबूत हो जाती है। फिर वो किसी भी रोग से लड़ सकता है। और जो योग होगा, उससे सारे अंग स्वस्थ हो जाएंगे। तो इस प्रकार, इससे सारे रोग ठीक हो रहे हैं। ब्लड कैंसर भी ठीक हो गया, एड्स में बड़ा इंप्रूवमेंट हो रहा है, बाकी, हर तरह की बीमारी ठीक हो रही है। और एड्स का इलाज होगा इसी से। नास्त्रेदमस हुए हैं एक फ्रांसीसी दार्शनिक। उन्होंने कहा है, "बड़ा आश्चर्यपूर्ण ढंग से इसका अंतरिक्ष में निदान होगा।" तो भौतिक साइंस वाले तो शटल ऊपर ले जा के कोई प्रयोगशाला वहां करने की बात करते हैं, कि वहां होगा। मगर हमारा अंतरिक्ष तो यही है। और यहां से जो रस टपकेगा, इस एड्स का इलाज होगा, विश्व का होगा। हो रहा है, बहुत तेजी से इंप्रूवमेंट हो रहा है।

तो पर्चे बंट गए। जिसको नहीं मिला वो मांग कर ले लेना, भाई! अब आप 15 मिनट ध्यान करो। नॉर्मली आराम से बैठ जाइए। आंखें टाइट मत कीजिए और आंखों को ऊपर मत खेंचिए। मन को रोकिए यहां। तरीका है ये मेडिटेशन का।

अब आपको सूचना कर दूँ, अगला कार्यक्रम एक और होगा, 24 जून का। फिर दीक्षा का कार्यक्रम नहीं होगा। हां, 28 जुलाई को गुरु पूर्णिमा का फंक्शन यहीं होगा। लगभग दो ढाई बजे से शुरू होगा, 28 जुलाई को। अगला 24 वाला जून का कार्यक्रम यही होगा, इसी समय। पधारो! जहां बैठे हो, वहीं बैठे नमस्कार करो और पधारो!