

## आपके शरीर के अंग एक-दूसरे से बातें करते हैं

आपके शरीर के अंग एक-दूसरे से बातें करते हैं, भावनाएं उनकी सन्देश-वाहक हैं और भावनाओं की तीव्रता निर्णयकर्ता। अंग जो मुख्यतः बतलाते हैं उनमें दिल, दिमाग, आत्मा, इच्छाशक्ति (जो कि रीड की हड्डी के साथ होती तो पेट के बीचों-बीच है परन्तु महसूस होती है पेट के बाएं ऊपरी हिस्से की तरफ; इसको देशी भाषा में "धरण" भी बोलते हैं। जो कि अगर स्वास्थ्य अच्छा ना हो तो दिल के द्वारा हाइजैक कर ली जाती है), कुण्डलिनी और वासना होते हैं। इच्छा शक्ति और आत्मा जितने पवित्र और आपके समर्थक व सच्ची पहचान होते हैं, दिल उतना ही शैतान काम-बिगाड़ होता है।

दिमाग कैसे कार्य करे यह निर्भर करता है कि दिल के नीचे धरण से उत्पन्न होने वाली इच्छाशक्ति बीच में पड़ने वाले दिल के प्रपंचों से बचकर दिमाग तक कितनी पहुँच रही है। कुण्डलिनी शरीर में दाईं ओर अंडकोष के ऊपर होती है जो अगर जागृत है तो वासना नियंत्रित है। शरीर का सुचारु रूप से किर्यान्वित रहने के लिए कुण्डलिनी का भयमुक्त होना जरूरी होता है। इंसान के भय और निर्भय का असली सूत्रपात इसी के अंदर होता है। किसी घटना, अंदेशे या अनिश्चितता की जितनी मात्रा दिमाग के जरिये कुण्डलिनी तक जाती है आप उतने ही कायर और भयभीत किस्म के इंसान होते हैं। यह भय और कायरता आपमें कितनी हो यह इस बात पर भी निर्भर करता है कि आपको बचपन में कितना तनावमुक्त और पक्षपात रहित वातावरण दिया गया या मिला। लेकिन इसका मतलब यह भी नहीं कि इसको स्थाई ही समझ लिया जाए। इससे जो उभरना चाहे वो अवश्य ही उभर सकता है, इसमें वक्त भले लग जाए।

और अगर कुण्डलिनी पे भय का साया है तो वासना आपके नियंत्रण से बाहर है और वासना बाहर हुई तो वो पहला अटैक दिल पे करती है और दिल तो फिर शैतान है ही उसको वासना में डूबने के बहाने वाला अस्वच्छ प्यार मिल गया तो निकल पड़े शादी से पहले या बाद के प्यार-पीघ के किस्से। शादी से पहले के प्यार-पीघ के किस्से उनके ही कामयाब होते हैं जिनको ये तरंगे कुण्डलिनी के भयग्रस्त होने की बजह से ना हो के इच्छाशक्ति से मिलती हों और प्यार करने का उनका उद्देश्य वासना पूर्ती ना हो के सच्चे साथी संग घर बसाने का हो।

कुण्डलिनी कम जागृत हो या आधी सोई और आधी जागी हो या मूर्छित हो तो इंसान में जड़ता भी उसी अनुपात में होती है। और यह जड़ता इंसान को हालातों से समझौता करने की जानलेवा आदत डालती है।

इस पूरे तंत्र को काबू कर अपनी आत्मा और इच्छाशक्ति को सर्वोपरि रख के चलने का एक मात्र तरीका है दिन में कम से कम आधे घंटे खामोश और स्वच्छ जगह पर बैठ स्वास को हर बाधा से स्वतंत्र कर, इन सारे अंगों की आपसी वार्तालाप बिना कोई क्रिया-प्रतिक्रिया व सोच बनाये विवेक से इनको सुनना। यहाँ सबसे बड़ी बात होती है इस आशा को ना त्यागना कि आपकी कुण्डलिनी कभी जागृत नहीं होगी, यह जागृत होती है।

Author: Phool Kumar Malik

Nidana Heights

Date: 08/12/2013