# सद्गुरु तत्व बोध
# SADGURU TATV BODH

नई दिल्ली
अंक – 165

www.saikalpadhyatmsanstha.com

श्री साई शक : 36
जून – 2018


॥ ॐ श्री साईनाथाय नमः॥
॥ ॐ श्री सदगुरूनाथ दादाय नमः॥

## ॐकार साधना में कारणदीक्षा और उसका कार्य


**Publisher**
**Sri Saikalp Adhyatm Sanstha**
**"Sai Niketan"**
New Delhi - 110025
Ph. : 26956561
E.mail : saikalp@gmail.com
dadab6@gmail.com

**Patron**
Anand Bapshet

**Editorial**
Vijay Kumar Varma
Jogesh Grover

**Subscription**
Inland
Yearly : Rs.250.00
Life time : Rs.1000.00

**Overseas**
Yearly : US$ 250.00
Life time : US$ 500.00

**Printed By**
Soni Printers
Cell : 09718657567

**Published Every Month**

©All rights reserved with Publisher

भक्त भाविकों के लिए,

इस संबंध में **'सदरलँड' नाम के शास्त्रज्ञ** ने महान कार्य किया है। उनके आविष्कार के लिए उन्हें नोबल पुरस्कार भी प्राप्त हुआ है। उनकी अभी कैन्सर से मृत्यु हो चुकी है। शास्त्रज्ञ सदरलँड ने यह सिद्ध किया है कि शरीर के अनेक हार्मोन्स का कार्य एक हार्मोन नियंत्रित करता है। जैसे त्वचा का तापमान योग्य प्रमाण में रखना यह थायरॉइड ग्लैंड के हार्मोन का कार्य है त्वचा का तापमान जरूरत के अनुसार कम या ज्यादा करने के लिए इस हार्मोन को दूसरे हार्मोन की आवश्यकता होती है और उस दूसरे हार्मोन के कार्य के लिए तीसरे हार्मोन की आवश्यकता होती है। इस तरह से एक-दूसरे से संबंधित जो अनेक अलग अलग हार्मोन होते हैं उनको यानी ऐसे एक समूह को एक हार्मोन नियंत्रित करता है जिसका आविष्कार शास्त्रज्ञ सदरलँड ने किया और उसके लिए उन्हें नोबल पुरस्कार दिया गया। जिस समय शास्त्रज्ञ सदरलँड ने इस तरह के हार्मोन को (जो हार्मोन्स् समूह को नियंत्रित कर सकता है) ढूँढ़ निकाला तब अन्य शास्त्रज्ञों ने उनके आविष्कार को ठुकराया था, उन्हें पागल कहा था लेकिन आज उन्हें नोबल पुरस्कार दिया गया है और आज अमेरिका में उसी हार्मोन को कैसे नियंत्रित करना है इस विषय पर 500 फार्म्यस्युटिकल कंपनीयों में संशोधन हो रहा है।

**वं. दादाजी ने हमारे शरीर में मौजूद इन अनगिनत हार्मोन्स् के लिए उनकी क्रिया के अनुसार पॉजिटिव्ह और निगेटिव्ह इन दो शब्दों का उपयोग किया है।** जैसे कैंसर के मरीज के शरीर में कैंसर की कोशिकाऐं होती हैं, उन कोशिकाओं से जो हार्मोन्स् निर्माण होते है वे निगेटिव्ह हार्मोन्स् होते हैं। इस तरह इन सब हार्मोन्स् की पॉजिटिव्ह और निगेटिव्ह ये दो क्रियाऐं होती हैं। अब कोई भी कार्य अच्छी तरह से हो इसलिए क्या आवश्यक है? जैसे मिसाल के तौर पर आपकी साधना यथायोग्य हो इसलिए आपके शरीर में देहिक शक्ति और आत्मिक शक्ति इनमें बैलेन्स यानी संतुलन होना आवश्यक है। वैसे ही **शरीर का**

**कार्य योग्य और नियमित होने के लिए शरीर के सुप्त अवस्था के और जागृत अवस्था के हार्मोन्स् का आपस में संतुलन होना आवश्यक है** जो साधारणतः नहीं होता। जब आपको **गुरुकृपाशिर्वाद** प्राप्त होता है तब शरीर के हार्मोन्स् में संतुलन निर्माण होने लगता है।

शरीर में दो प्रकार के हार्मोन्स् होते है (1) हमारे लिए आवश्यक और (2) अनावश्यक। इनमें अनावश्यक हार्मोन्स् सुप्त होने चाहिए और आवश्यक हार्मोन्स् जागृत होने चाहिए परन्तु यह कब होगा? अगर आपको गुरुकृपाशीर्वाद प्राप्त होता है तो ही यह हो सकेगा! अगर आप कर्मबंधन में या ऋणानुबंधों के दोषों में होंगे तो हार्मोन्स् की योग्य स्थिति नहीं होगी यानी अनावश्यक हार्मोन्स् सुप्त अवस्था में और आवश्यक हार्मोन्स् जागृत अवस्था में नहीं होंगे आपके कुछ अनावश्यक हार्मोन्स् जागृत अवस्था में होंगे और कुछ आवश्यक हार्मोन्स् सुप्त अवस्था में होंगे

ॐकार साधना करते समय जब ॐकार की ध्वनि इस तरह से प्रकाशमान होती है–

ध्वनि ~ लहरें ~ ध्वनि ~ लहरें ~ प्रकाश

तब इन सब हार्मोन्स् का कार्य प्रमाणबद्ध होता है। वह इस तरह से प्रमाणबद्ध होता है कि जो अनावश्यक हार्मोन्स् सुप्त अवस्था में होने चाहिए वे सुप्त अवस्था में रखे जाते हैं और जो आवश्यक हार्मोन्स् जागृत अवस्था में होने चाहिए वे जागृत अवस्था में रखे जाते हैं तथा जिन हार्मोन्स् का कार्य मित यानी कम चाहिए वह कम किया जाता है और जिन हार्मोन्स् का कार्य ज्यादा चाहिए वह बढ़ाया जाता है। इस तरह से **हमारे शरीर में जो अनगिनत हार्मोन्स्, द्रव तथा स्त्राव (secretions) होते हैं उनका संतुलन ॐकार साधना द्वारा रखा जाता है।**

इसके पहले आपको शरीर के रंगों के बारे में यह बताया गया था कि शरीर का एक रंग कम हो गया तो दूसरा रंग कम होता है फिर तीसरा और इस तरह से शरीर में रंगों की कमी निर्माण होने से शरीर व्याधीग्रस्त (रोगी) बनता है। शरीर की व्याधी (रोग) ठीक करने के लिए ॐकार की शक्ति पूरक घटक की तरह कार्य करती है। इससे आपको स्वास्थ्य प्राप्त होता है। ॐकार की शक्ति अत्यंत महान है, यह शक्ति अणु रेणु में है इसलिए जब अणु तोड़ा गया यानी उसका विघटन हुआ तब उसमें से प्रचंड एटौमिक शक्ति यानी अणुशक्ति निर्माण हुई। इस शक्ति का उपयोग संहार के लिए भी किया जा सकता है और कल्याण के लिए भी किया जा सकता है। **ॐकार साधना से यह शक्ति जब आपके शरीर में धारण होती है तब वह शक्ति किस तरह से कार्य करती है यह मैं नहीं बता सकता परन्तु वह इस तरह से कार्य करती है कि आपके शरीर में जो असंख्य हार्मोन्स्, द्रव तथा स्त्राव है उनमें संतुलन स्थापित होकर उससे आपमें सुलभता से जीवन स्वास्थ्य निर्माण होता है।**

**अब आपको कारणदीक्षा प्राप्त हुई है।** गुरुभक्त एक-दूसरे से वार्तालाप करते हुए कहते है कि आज कल हम जब साधना करते है तब तुरंत गरमी महसूस होती है, पीठ में झुनझुनी होती है (चिटियाँ आती हैं), सिर भारी लगता है, यह होता है, वह होता है, इत्यादि। परन्तु साधारणतः यह देखा गया है कि **साधना में आपकी एकाग्रता होने लगी है।** यह किस तरह होता है? मेडिकल साईंस के अनुसार इसका कारण इस प्रकार है –

मेडिकल साईंस के अनुसार मन को 'माईंड' या 'सायकी' कहा जाता है और मन के बारे में जो शास्त्र है उसे 'सायकॉलॉजी' यानी 'मानसशास्त्र' कहते हैं। मन कहाँ निर्माण होता है या शरीर में मन कहाँ होता है यह किसी को भी मालूम नहीं है। मेडिकल साईंस के अनुसार इसमें तीन प्रकार के कार्य अंतर्भूत होते हैं। हमारे सामने जब कोई विषय आता है तब उसकी लहरें हमारी आँखों द्वारा हमारे ब्रेन में जाती है। फिर उस विषय के बारे में कुछ भावना निर्माण होकर उसके अनुसार कार्य करने की इच्छा होती है मतलब हमारे ब्रेन में कार्य करने की योजना बनाई जाती है और उसके बाद वह क्रिया की जाती है। मतलब इसमें ये तीन भाग होते है –

1) विषय धारण होना
2) उस विषय के बारे में क्या क्रिया करनी है इसकी योजना ब्रेन में तैयार होना

3) उस योजना के अनुसार प्रत्यक्ष कार्य करना

वैद्यकिय शास्त्र के अनुसार यह ऊपर बताई गई मन की अवस्था है यानी इस प्रकार मन धारण होता है।

साधना मार्ग के अनुसार मन कैसे धारण होता है या मन क्या मतलब है? कारणदीक्षा के बाद अब आपका मन कैसा है मतलब उसमें क्या बदलाव आया है? इसका जबाव इस प्रकार है –

जब कोई विषय आपके सामने आता है तब उस विषय से विचार निर्माण होते है। फिर वह विषय और उस विषय के बारे में जो विचार यानी भावनाऐं निर्माण होती है वे शरीर के असंख्य हार्मोन्स् तथा स्त्राव इनकी ओर भेजी जाती हैं। उन हार्मोन्स् तथा स्त्रावों में वह विषय धारण करने की शक्ति नहीं होती इसलिए वे उस विषय को पंचकर्मेंद्रियों और पंचज्ञानेंद्रियों की ओर भेजते हैं। पंचकर्मेंद्रियों और पंचज्ञानेंद्रियों के पास भी वह विषय धारण करने की शक्ति नहीं होती या उस विषय के प्रति कुछ कर्म घटित कराने की शक्ति नहीं होती इसलिए उनके द्वारा वह विषय ब्रह्मरंध्र की ओर भेजा जाता है। जब ब्रह्मरंध्र की ओर वह विषय आता है तब वहाँ वह विषय धारण होता है और यह विषय धारण होने की क्रिया मतलब 'मन धारण होना'। क्या आप यह समझ गए हैं? मतलब प्रथमतः वह विषय और उस विषय के अनुसार जो विचार होते है वो शरीर के हार्मोन्स्, स्त्राव इनकी ओर भेजे जाते हैं। हार्मोन्स्, स्त्राव इनको वह विषय ग्रहण करने की शक्ति ना होने के कारण वे पंचकर्मेंद्रियों और पंचज्ञानेंद्रियों की ओर उस विषय से संबंधित मेसेज भेजतें है। पंचकर्मेंद्रियों और पंचज्ञानेंद्रियों से ब्रह्मरंध्र की ओर उस विषय से संबंधित मेसेज भेजा जाता है और फिर ब्रह्मरंध्र में वह विषय साकार होता है। **ब्रह्मरंध्र में विषय साकार होने की क्रिया यही 'मन' है।**

विषय धारण होने के बाद उसके संबंध में क्रिया करने के लिए पुनश्च वह विषय और उस विषय के लिए का रिऐक्शन पॅटर्न मतलब उस विषय के बारे में जो कुछ करना है उसका मेसेज पंचज्ञानेंद्रियों और पंचकर्मेंद्रियों की ओर भेजा जाता है। उसके अनुसार आपके हार्मोन्स् और स्त्राव उद्दिपीत (सक्रिय, उत्तेजित) होते हैं और फिर उनके अनुसार वह कार्य किया जाता है।

इस प्रकार प्रथम विषय, फिर मन धारण होना और फिर मन द्वारा उस विषयपरत्वे कार्य होना या कर्म होना ये क्रियाऐं होती हैं और उसके बाद वह विषय दूर हो जाता है। इसका अर्थ यह है कि **'मन' यह अवस्था कायमस्वरूप की या शाश्वत नहीं होती**। मन यह अवस्था कुछ समय के लिए तैयार होती है और वह विषय समाप्त होने के बाद बाजू (side,अलग) हो जाती है। फिर दूसरा विषय धारण हुआ तो उसके अनुसार फिर से मन अवस्था धारण होती है और वह विषय समाप्त होने के बाद फिर से बाजू हो जाती है (अलग होती है)। इसके बाद तीसरा विषय सामने आता है इस तरह से ये क्रियाऐं होती रहती हैं मतलब मन यह अवस्था शाश्वत नहीं है। **जो पागल होते हैं वे केवल एक ही विषय धारण करते हैं** और उस विषय को दूर नहीं कर सकते इसलिए उनमें दूसरा विषय धारण नहीं होता और इसीलिए उन्हें पागल कहते हैं।

हमारे आस-पास अनेक विषय होते हैं और उन अनेक विषयों के अनुसार हमारे शरीर के हार्मोन्स्, स्त्राव उद्दिपीत होते हैं और जिस समय जो हार्मोन्स् उद्दिपीत होंगे उस समय वैसे कर्म हमारे द्वारा होते हैं। **जब आपको कारणदीक्षा प्राप्त होती है यानी गुरुकृपाशीर्वाद की धारणा होती है तब वह गुरुकृपाशीर्वाद देह की विषयपरत्वे मन धारण होने की क्रिया स्थगित करता है।** इसका कारण यह है कि इस अवस्था में आपका **एक ही विषय होता है** और वह विषय होता है **'गुरु'** और जब आपका विषय केवल 'गुरु' होता है उस समय **अन्य सर्व विषय गुरुरूप होते है।** आपका मन सिर्फ साधना के समय धारण होता है और तब उस मन को एक ही विषय दिया जाता है और वह विषय है 'गुरु'। इसीलिए प.पू. पंतमहाराजजी का वह पद है – **''मागणे तुज एक दत्ता, वेड़ा करी मज आता।।''** मतलब हे दत्तगुरु अब मेरी आपसे एक ही मांग है कि आप मुझे पागल कीजिए।

**गुरुकृपाशीर्वाद द्वारा आपके अन्य सारे विषय गुरु रूप करके आपके मन को 'गुरु' यह एक ही विषय धारण करवाकर आपकी देह में अन्य विषयपरत्वे मन धारण होने की क्रिया स्थगित करना (रोकना) इसे ही 'कारणदीक्षा' कहते हैं।**

अगर आपके मन में 'गुरु' यह विषय धारण हुआ तो **इस जन्म में सदैव आपका 'गुरु' यह एक ही विषय होगा** और आगे प्रत्येक जन्म में भी आपमें 'गुरु' यह विषय प्रथम धारण होगा। मनुष्य की जब मृत्यु होती है तब उसके चारों ओर जो विषयों के वलय होते हैं वे वलय उस मनुष्य की आत्मा अपने साथ लेकर जाती है और उन विषयों से संबंधित माता-पिता के वंश में अगला जन्म लेती है। आज आपकी जो कुछ उम्र होगी जैसे कि 35, 50 साल, उस उम्र में इस प्राप्त जन्म में आपको 'गुरु' प्राप्त हुए है। अगर आपके अन्य विषयों के वलय स्थगित होकर आपके चारों ओर केवल 'गुरु' यही विषय वलयरूप में रहा तो **आपको अगले जन्म में जन्मतः ही गुरु (जन्म से ही) प्राप्त होने में कोई मुश्किल नहीं होगी और उसी के लिए यह 'कारणदीक्षा' है।**

मैंने अब तक आपको यह बताया है – ॐकार साधना की प्रगति से ब्रेन के नीचे के भाग के परदे पर जो तिकोन निर्माण होता है उसकी डेव्हलपमेंट के अनुसार आपका सिक्स्थ सेन्स या इंटयुशन डेव्हलप (विकसित) होकर दुसरों को निराकरण देने की शक्ति आपको प्राप्त होती है। नित्य तथा नियम से ॐकार साधना करने से आपकी त्वचा में अंदर तथा बाहर से गुरुशक्ति की धारणा होती है और उदी, तीर्थ, श्रीफल प्रसाद, संवेदना इन माध्यमों द्वारा आप वह शक्ति दुखी व्यक्तियों की ओर प्रवाहित कर सकते है। यह गुरुशक्ति आपको कारणदीक्षापरत्वे प्राप्त होती है। **कारणदीक्षा यह शक्ति इतनी सूक्ष्म है कि वह साधक के नित्य के व्यवहार द्वारा दूसरों की ओर प्रवाहित होती है।** उदाहरण के तौर पर देखिए – अगर कोई भक्त कॅशीअर है तो उसने दूसरों को दिए नोट द्वारा यह शक्ति दूसरे व्यक्तियों की ओर प्रवाहित होगी, अगर कोई भक्त डॉक्टर है और उसने औषधी दी तो वह शक्ति औषधी द्वारा दूसरों की ओर प्रवाहित होगी, कोई भक्त गायक है तो उसके गाने द्वारा वह शक्ति दूसरों की ओर प्रवाहित होगी, टीचर द्वारा उनके विद्यार्थीयों की ओर वह शक्ति प्रवाहित होगी। **ऐसी यह जो विश्वव्यापी शक्ति, यानी गुरुशक्ति है उसे मन द्वारा धारण करने की क्रिया को ही 'कारणदीक्षा' कहते है।**

वं. दादाजी ने कहा – आप जब आध्यात्म, तत्वज्ञान आदि का विचार करते है तब 'साधना, साधना' कहते है परन्तु अगर 'साधना' सिद्ध करनी है तो कितने शास्त्रों का अध्ययन करना आवश्यक है इसकी पहचान क्या अब आपको हो गई है? **ॐकार साधना सिद्ध करने के लिए आपको वैद्यकिय शास्त्र यंत्र शास्त्र, तंत्र शास्त्र आदि की जानकारी होना आवश्यक है।**

आप यहाँ ॐकार साधना कर रहे थे उस समय आपके एक गुरुबंधु ने बनियान पहनी थी और मैंने उन्हें बनियान निकालकर ॐकार करने के लिए कहा, ऐसा क्यों? अभी आपको डॉक्टर गुरुबंधु ने वैद्यकिय शास्त्र की दृष्टि से त्वचा की पहचान कराई है। **त्वचा यह माध्यम साधना के लिए पोषक है और 'नाभिस्थान से ब्रह्मरंध्र' तक की त्वचा साधना के लिए महत्त्वपूर्ण है।** रक्ताभिसरण, पाचनक्रिया, श्वसनक्रिया ये देह के आंतरिक कार्य है, इनका तथा त्वचा और ब्रेन इन अवयवों का साधना करते समय प्रमुखता से विचार करना होता है।

**त्वचा के बारे में इतना विस्तार से विचार क्यों करना है?** इस सवाल का जवाब इस प्रकार से समझिए –

आपने 'आम' यह फल देखा है। पेड़ पर जब आम पक जाते है तब उन्हें पेड़ से उतारकर सूखी घास के आवरण में रखा जाता है। यह किसलिए? तो आम में परिपक्वता आने के लिए तथा उसके रस की मधुरता का गुणधर्म उसमें धारण होने के लिए यानी आम में परिपक्वता आने के लिए उसके चारों ओर आवरण होना आवश्यक होता है। इसीतरह श्वसन, पाचन और रक्ताभिसरण ये आंतरिक क्रियाऐं शुद्ध होने से जब आपकी ॐकार साधना

ध्वनि ~लहरें~ ध्वनि ~लहरें~ प्रकाश इस अवस्था तक जाती है तब आपकी देह के बाहर का कवच या आवरण यानी **आपकी त्वचा आपकी आंतरिक अवस्था जितनी ही सिद्ध होना आवश्यक होता है।** अगर

आपकी देह का आवरण यानी त्वचा सिद्ध नहीं है तो क्या होगा? आम जब सड़ जाता है तब कैसा होता है? उस समय आम उसकी त्वचा से यानी छिलके से भी एकरूप नहीं होता है तथा उसके बीज से भी एकरूप नहीं होता है। मतलब ऐसा आम सेवन करने के लिए योग्य नहीं होता।

आपकी काया, वाचा, मन की देह को त्वचा का आवरण है और इस **त्वचा की कार्यक्षमता और सेन्सिटिव्हिटी बहुत ज्यादा है।** इसकी मिसाल इस प्रकार है – स्नान करने के बाद कंगी करते समय अगर आपका कोई छोटा-सा बाल आपकी गर्दन पर गिर गया तो आपकी त्वचा को तुरंत उसका एहसास होता है। अगर खाना खाते समय गलती से छोटा-सा बाल मुँह में गया तो तुरंत उसका एहसास आपकी जुबान को होता है। मतलब संपूर्ण शरीर की कार्यक्षमता अत्यंत सूक्ष्म है।

साधना आरंभ करने से पहले आपने यह अनुभव नहीं किया होगा परन्तु अब अगर आप किसी कारण से किसी अपरिचित जगह पर जाते हैं और वह वास्तु किसी कारण से पीड़ित (बाधित) है तो तुरंत आपके हाथों के बाल खड़े हो जाते है यानी आपको रोंगटे आते हैं या कोई भयानक दृश्य देखने के बाद भी ऐसा ही होता है। ऐसा क्यों होता है? वह घर, वह वास्तु दूषित या हॉन्टेड है इसका एहसास आपकी त्वचा को होता है और परिणाम स्वरूप त्वचा के बाल खड़े हो जाते है आपकी त्वचा को इस तरह का एहसास क्यों होता है?इसका जवाब इस प्रकार है– आपने आज तक साधना की है तब साधना के समय आपने अपनी त्वचा द्वारा ॐकार की लहरें धारण की है। वे लहरें आपकी त्वचा में धारण होते-होते त्वचा के तीसरे या चौथे लेयर तक जाती हैं और वहाँ के हार्मोन्स् को 'प्रकाशमान' करती है मतलब **साधना द्वारा यह ॐकार शक्ति या 'गुरुशक्ति' आपके रोम-रोम में धारण होती है।** कोई विषय किसी व्यक्ति के रोम–रोम में भर गया है यह कहा जाता है उसी तरह कोई बूरी संगत या नशा या राग, लोभ किसी व्यक्ति के रोम–रोम में भरा हुआ है यह आप कहते है इसका क्या अर्थ है? **शरीर में जो करोड़ो हार्मोन्स् होते है उनमें वह विषय पूर्णतः समाया हुआ होता है।** 'कारणदीक्षापरत्वे' आपको यह नित्य की ॐकार साधना दी है, यह आपमें कितनी धारण होनी चाहिए? तो यह **ॐकार साधना आपके रोम-रोम में धारण होनी चाहिए और इस तरह से यह ॐकार साधना अपनी देह में धारण करके यह 'साधन' परिपूर्णत्व तक लेकर जाने का कर्त्तव्य करने की जिम्मेदारी आप पर है।**

**ॐकार करते समय जिस तरह श्वसन क्रिया द्वारा देह की आंतरिक धारणा ॐकारमय होने लगती है उसी तरह त्वचा का आवरण भी ॐकारमय होना चाहिए।** ॐकार करते समय क्या होता है? आपके शरीर की पॉजिटिव्ह और निगेटिव्ह ये दोनों अवस्थाऐं सिद्ध होती है। मतलब ॐकार साधना करते समय (1) आपके शरीर की पॉजिटिव्ह अवस्था आप श्वसन, पाचन और रक्ताभिसरण इन क्रियाओं से सिद्ध करते हैं और (2) आपके शरीर की निगेटिव्ह अवस्था आपको त्वचा द्वारा सिद्ध करनी होती है। मतलब

| **पॉजिटिव्ह बाजु** | **निगेटिव्ह बाजु** |
|---|---|
| पाचन, श्वसन, रक्ताभिसरण से सिद्ध होती है। | त्वचा द्वारा सिद्ध होती हैं। |

**पॉजिटिव्ह बाजु और निगेटिव्ह बाजु इन दोनों का एकरूपतत्व होकर इन दो अवस्थाओं में से धारण हुआ ॐकार जब आपके हृदयस्थान से एकरूप होता है उस समय आपका संपूर्ण शरीर ॐकारमय होता है और फिर प्रकाशमान होता है यानी प्रकाशमान होने की क्रिया आरंभ होती है।** इस अवस्था में जब आप जाते हो उस समय प्रारंभिक अवस्था में प्रकाशमान हुई ॐकारमय स्थिति से हल्का पीला रंग, हल्का नीला रंग और हल्का लाल रंग इस प्रकार से ये रंग शरीर में धारण होने लगते हैं परन्तु वह आप देख नहीं सकते।

शरीर में इन रंगो का क्या महत्व है यह हम बाद में देखेंगे। रंगों के संबंध में 'क्रोमोपॅथी' इस विषय का अध्ययन आज अमेरिका में हो रहा है। मेडिकल साईंस में भी किसी विशिष्ट दवाई के लिए विशिष्ट (स्पेसिफिक) रंग की बोतल होती है, ऐसा क्यों? मिल्क ऑफ मॅग्नेशिया इस दवाई के लिए नीले रंग की ही बोतल होती है, पीले रंग की बोतल क्यों नहीं होती? बी-कॉम्प्लेक्स के लिए पीले रंग की ही बोतल होती है, नीली क्यों नहीं? कुछ दवाइयाँ हरी बोतल में ही क्यों रखते है, सफेद बोतल में क्यो नहीं रखते? इन सबका जवाब यह है – वातावरण के 7 रंग एक होने से धवल रंग तैयार होता है। यह धवल रंग बोतलों में से जाते समय परावर्तित होकर अंदर की दवाई पर कुछ दूषित परिणाम ना करें इसलिए उस दवाई के लिए जो पोषक रंग होता है उस रंगी की बोतल में वह दवाई रखी जाती है।

इसीतरह **आपको भी अपने रोज के जीवन में आपके लिए जो पोषक रंग है वे खुद में धारण करने है और खुद में धारण हुए वे रंग जिनमें उन रंगो की कमी है उनमें प्रवाहित करने है।** आपके द्वारा यह कार्य कब होगा? तो **ॐकार साधना में जब आपके पाचन, श्वसन, रक्ताभिसरण इन क्रियाओं से आपकी पॉजिटिव्ह बाजु और आपकी त्वचा से आपकी निगेटिव्ह बाजु सिद्ध होगी तब आप दूसरों की ओर रंग प्रवाहित कर पाओगे यानी आपके द्वारा दूसरों की ओर ॐकार शक्ति प्रवाहित होगी।**

पॉजिटिव्ह बाजु को सिद्ध करने के लिए पाचन, श्वसन, रक्ताभिसरण इन 3 क्रियाओं में ॐकार की लहरें धारण करने का कार्य आपको प्राप्त करना होता है और निगेटिव्ह बाजु को सिद्ध करने के लिए आपको केवल त्वचा में ही ॐकार की लहरें धारण करने का कार्य प्राप्त करना होता है लेकिन **त्वचा सिद्ध करना यह अधिक मुश्किल है क्योंकि निगेटिव्ह बाजु में त्वचा द्वारा उसकी 7 लेयर्स् में स्थित शरीर के प्रत्येक अणु-परमाणु को ॐकारमय करना होता है इसलिए ॐकार साधना करते समय आपको बनियान उतारने के लिए कहा था। ॐकार साधना करते समय नाभिस्थान से ब्रह्मरंध्र तक आपने खुले बदन से रहना आवश्यक है।** आपको घर में भी खुले बदन से रहने की आदत नहीं है। आप हमेशा 'माणिक' रत्न जैसे ढ़के हुए होते है यानी आप सुबह से रात तक खुद को कपड़ों में लपेट लेते हैं और रात को भी रजाई से खुद को सिर के ऊपर से इतना ढक लेते हैं कि आपका सिर भी दिखाई नहीं देता। बाथरूम से बाहर आते समय भी अंग्रेज साहब जैसे गाऊन लपेटकर ही आप बाहर आते है। मतलब सूर्योदय से ही आपके शरीर पर वस्त्र होते हैं। दिन के 24 घंटे आपकी त्वचा इतनी ढ़ककर रहेगी तो फिर त्वचा का कार्य कैसे हो पाएगा?

**आपने साधना से पहले कम से कम आधा घंटा और साधना के बाद आधा घंटा अपना नाभिस्थान तक का शरीर खुला रखना आवश्यक है, ऐसा क्यों? तो आपके शरीर में ये दो क्रियाऐं निरंतर जारी रहती है – देह में जो दूषित घटक है वह विसर्जित करना और नवीन (नया) धारण करना।** मतलब ॐकार साधना करने से पहले आपके शरीर में जो दूषित घटक है वह विसर्जित होने चाहिए क्योंकि आपने ॐकार को इस वातावरण के आकाशतत्व से एकरूप करना होता है। **आपके शरीर में से दोष विसर्जित होने के बाद खाली जो जगह निर्माण हुई है वहाँ आपने आकाशतत्व को धारण करना होता है और उसके लिए आपको कम से कम आधे घंटे का समय देना ही चाहिए।**

**।। शुभं भवतु।।**