

शक्ति पुंज है सुसुप्त मन

- पंकज चतुर्वेदी

जीवन की भागदौड़ में कई बार हम सोचते हैं कि वास्तव में हम पर नियंत्रण किसका है। यदि दूसरे शब्दों में कहें कि हम पर किसकी मर्जी चलती है। वास्तव में अनेक बार हम यह समझ नहीं पाते। सदा जीवन में यह पहली बनी रहती है की सबका मालिक कौन? फिर उत्तर भी आता है सबका मालिक एक।

वह मालिक है कौन? सामान्य तौर पर हम ईश्वर को अथवा किसी आराध्य को अपना स्वामी मानते हैं। जो गलत नहीं है। लेकिन उसके साथ-साथ यह भी वैज्ञानिक रूप से उतना ही सच है या यह कहा जाए कि जीवन का सार है कि हमारा असली स्वामी हमारा सुसुप्त मन है या दूसरे शब्दों में कहें तो जीवन में हर जगह हमारी मनमर्जी चलती है।

हममें से अधिकांश लोग इस बात को समझ नहीं पाते और कुछ ऐसा करते हैं जो असल में हमारी ही अज्ञानता से उत्पन्न हुई मानसिक या वैचारिक परिस्थितियां कराती हैं। विज्ञान बहुत ही स्पष्ट तौर पर कहता है जागृत एवं सुसुप्त मन या अधिक सरल भाषा में कहें तो चेतन और अवचेतन मन का तालमेल व संतुलन में ही मानव जीवन का तालमेल और संतुलन निहित है। जीवन का सारा खेल इसी पर निर्भर है।

हम अपने जीवन के कार्य परिणामों को जानने के लिए बहुत स्पष्ट तौर पर इस सच को स्वीकारें कि अपने सुसुप्त मन में जिस प्रकार के विचारों के बीज रोपेंगे ठीक उसी प्रकार के 'फल' हमारे जीवन में आएंगे। ऐसा नहीं हो सकता कि आपने जीवन में बबूल के बीज बोए हो और फल आम के रूप में प्राप्त हो। इस साधारण सिद्धांत के पालन में हमें यह ध्यान रखना है कि खुशी-समृद्धि, सद्भावना और शांति के बीज हम अपने सुसुप्त मन में बोएंगे तो जागृत जीवन में इन्हीं के फल प्राप्त होंगे।

हमारा सुसुप्त मन सबसे बड़ी और आलौकिक शक्ति का पुंज है। लेकिन इस शक्ति का प्रयोग सबसे कम होता है। अधिकांशतः अज्ञानतावश बाहरी परिस्थितियां या अन्य कोई लोग हमारे अवचेतन मन के खेत पर कब्जा कर लेते हैं और नुकसान हमारा होता है।

आशय स्पष्ट है कि हमें बाहरी दुनिया में जीतने के लिए अपने भीतर की दुनिया को पहले ठीक करना पड़ेगा, किन्तु आजकल की भौतिक युग में इसके ठीक विपरीत हो रहा है। हम सब बाहर की दुनिया को ठीक करना चाहते हैं या स्वयं बाहर की दुनिया के हिसाब से बिगड़ जाते हैं।

धर्म ग्रंथों से लेकर महापुरुषों तक का कथन बहुत स्पष्ट है कि यदि आपको ईश्वर से लेकर मोक्ष तक जिस की भी कामना है - वह सब आपके भीतर है, बशर्ते हम बुद्धिमानी पूर्वक उसको खोज सकें।

जिन बुद्धिमान लोगों ने जागृत मन और सुसुप्त मन के भेद को जान लिया है वे लोग अपने जीवन में अन्य लोगों की तुलना में अधिक सफल हैं।

हमने तमाम सफल लोगों से सदा यह सुना कि वे जो भी कार्य सफलतापूर्वक संपन्न करते हैं, उसके पूर्व वह स्वयं के सुसुप्त मन में उस कार्य को जिस सफलता के स्तर तक वे लेकर जाना चाहते हैं उसको पूर्ण करते हैं। वह लक्ष्य भौतिक रूप से भी ठीक उसी ही प्रकार पूर्ण हो जाता है जैसी कि मानसिक कामना उन्होंने की थी।

अपने सुसुप्त मन से जो कहेंगे, आपका जागृत मन ठीक वैसा ही कार्य करेगा। यदि आपका सुसुप्त मन अभावों की कल्पना कर रहा है तो आपके जागृत मन और जीवन में अभाव होगा। यदि आपका सुसुप्त मन प्रचुरता की कल्पना कर रहा है तो आप यह मान कर चलिए कि आपके जागृत मन और जीवन में प्रचुरता समृद्धि और सुख रहेगा।

हम सब सदा खुशी चाहते हैं। परन्तु हमें इस बात का भी ध्यान रखना पड़ेगा कि हमारा सुसुप्त मन 24 घंटे में से कितने समय तक खुशी पर केंद्रित रहा। यदि आप का सुसुप्त मन खुशी पर केंद्रित है तो प्रकृति का 'लॉ ऑफ अट्रैक्शन' आपको तमाम प्रकार की खुशियां देगा।

यह सिद्धांत कई वैज्ञानिक मानदंडों और मापदंडों पर खरा-परखा और जांच गया है। विगत 200 से 300 वर्षों में जो भी महान लोग इस पृथ्वी पर हुए हैं सब की सफलता का आधार उनकी यह असाधारण सोच थी कि सुसुप्त मन की शक्ति असाधारण है। उसी पर काम करने से सफलता प्राप्त होती है।

अतः जीवन में जो लोग भी सफल होना चाहते हैं उनके लिए हम से पहले के सफल एवं महान लोगों ने सफलता का पथ प्रशस्त कर दिया है। आवश्यकता सिर्फ विश्वास करके उनका अनुसरण करने की है (इति)।

(प्रस्तुति: मनुज फीचर सर्विस)

नोट: विचार लेखक के अपने हैं, इन विचारों की जिम्मेदारी माखनलाल चतुर्वेदी राष्ट्रीय पत्रकारिता एवं संचार विश्वविद्यालय नहीं लेता।

उक्त आलेख माखनलाल चतुर्वेदी राष्ट्रीय पत्रकारिता एवं संचार विश्वविद्यालय द्वारा शुरू की गई मनुज फीचर सर्विस के अंतर्गत निशुल्क प्रकाशनार्थ प्रेषित है। कृपया आलेख के अंत में मनुज फीचर सर्विस प्रकाशित करने का अनुरोध है।

- सादर

डॉ आर.डी. त्यागी प्रोड्यूसर प्रकाशन विभाग

मो. 9425337408