परम गुरू माँ चिंग हाई

तत्काल बोधप्राप्ति की कुंजी

नि:शुल्क वितरण के लिए

प्रकाशित पुस्तिका

कापीराइटः परम गुरू माँ चिंग हाई

तत्काल बोधप्राप्ति की कुंजी

प्रथम संस्करण: अप्रैल **1996**

लेखिकाः **Suma Ching Hai**
Postal Box 9, Hsihu, Miaoli Hsien,
Formaosa, Republic of China

पता **No. 39, Dong San Hu, Sanhu Village,**
Hsihu Hsiang, Miaoli Hsien,
Formosa, R.O.C.

भारत **26, Malipanghara Street,**
Liluah, Howrah-711004

प्रकाशक **Suma Ching Hai**
International Association

मुद्रक **Yugnilam, Howrah-711001**

इस पुस्तक का कोई भी भाग प्रकाशक की पूर्व अनुमति के बिना कहीं भी किसी रूप में कापी नहीं किया जाना चाहिए।

विषय सूची

पृष्ठ संख्या

प्रस्तावना ५

परम गुरू माँ चिंग हाई
की संक्षिप्त जीवनी ९

लोकोत्तर संसार का रहस्य ११

गुरू माँ द्वारा २६ जून, १९९२ को
संयुक्त राष्ट्र न्यूयार्क नगर में दिया
गया व्याख्यान

दीक्षा-संस्कार: क्वान यिन पद्धति ५७

पचशील ६०

शाकाहारी क्यों बनें ? ६२

स्वास्थ्य और पोषण ६३

पारिस्थितिकी और पर्यावरण ६७

विश्व-व्यापी भूख ६९

पशु संसार की पीड़ा ६९

सन्तों व दूसरों की संगत ७०

गुरू माँ द्वारा दिये गये प्रश्नों के उत्तर ७२

प्रकाशित पुस्तकें ८७

कैसे सम्पर्क करें ८८

सूक्तियाँ

मैं न बौद्ध हूँ, न ईसाई, मैं तो सच के साथ हूँ और सच का ही उपदेश देती हूँ। आप इसे बौद्ध आचरण कहें, चाहे ताओवाद, कैथोलिक आचरण अथवा जो भी चाहें कह लें। मेरे यहाँ सभी का स्वागत है।

~परम गुरू माँ चिंग हाई~

मन की शान्ति प्राप्त कर के, हम दूसरी हर चीज प्राप्त कर लेते हैं। सांसारिक और स्वर्गिक कामनाओं की पूर्ण प्राप्ति, सम्पूर्ण सन्तोष परमेश्वर के राज्य से मिलता है। हमारी अनन्त समरसता, हमारी समस्त बुद्धि व विवेक और हमारी सर्वशक्तिमान ऊर्जा की प्राप्ति। यदि हमें ये सब प्राप्त न हों तो हमें कभी भी सन्तोष नहीं मिलेगा, भले ही हमारे पास कितना भी धन, कितनी भी शक्ति हो और हम कितने ही ऊँचे पद पर आसीन हो।

परम गुरू माँ चिंग हाई

हमारी शिक्षा यही है कि आपको इस संसार में जो कुछ करना है, उसे संपूर्ण इच्छाशक्ति के साथ करें। जिम्मेदार बनें और प्रतिदिन चिन्तन-मनन करें। इससे आपको और भी अधिक ज्ञान की प्राप्ति होगी, और अधिक प्रज्ञा, और अधिक शान्ति मिलेगी ताकि आप स्वयं अपनी सेवा कर सकें और साथ ही संसार की भी। यह न भूलें कि आपकी अच्छाई व उत्तमता आपके शरीर में ही उपस्थित है। न भूलें कि परमेश्वर आपके ही अन्दर वास करते हैं। न भूलें कि आपके हृदय में ही बुद्ध का निवास हैं।

~परम गुरू माँ चिंग हाई~

प्रस्तावना

सनातन समय से मानवजाति में ऐसे विरल व्यक्ति जन्म लेते आए हैं, जिनका एकमात्र उद्देश्य मानवजाति की आध्यात्मिक उन्नति रहा है। इनमें ईसा मसीह एक थे, इसी प्रकार शाक्यमुनि, बुद्ध और मुहम्मद थे। इन तीनों को हम बहुत अच्छी तरह जानते हैं किन्तु अनेक महापुरूष ऐसे हुए हैं, जिनके हम नाम नहीं जानते। इनमें से कुछ ने सार्वजनिक रूप में शिक्षा दी। इन्हें कुछ लोगों ने जाना और कुछ ऐसे भी थे जो गुमनामी में ही रह गए। इन व्यक्तियों को अलग-अलग समय में और अलग-अलग देशों में, अलग-अलग नामों से सम्बोधित किया गया। इन सभी को गुरू, अवतार, बुद्ध, उद्धारक, मसीहा, माँ, देवदूत, दूत, महाप्राण, सन्त शिरोमणि आदि अनेक नामों से पुकारा गया है। वे हमें बोध, मुक्ति, सिद्धि, परित्राण अथवा जागृति प्रदान करने के लिए अवतरित हुए। भलें ही उन्होंने जो शब्द इस्तेमाल किए वे अलग-अलग रहे हों, किन्तु सार रूप में उन सबका तात्पर्य एक ही था। उसी आध्यात्मिक श्रेष्ठता, नैतिक निर्मलता और मानव जाति के उत्थान की शक्ति लिए हुए प्राचीन काल के महात्माओं केस्वरूप, दैवी स्त्रोत से उद्‌बुद्ध आज भी हमारे बीच ऐसे महापुरूष विद्यमान हैं, परन्तु उनकी उपस्थिति को कुछ ही लोग जानते हैं। इन महान आत्माओं में से एक हैं गुरू माँ चिंग हाई।

गुरू माँ चिंग हाई व्यापक रूप से मान्य समकालीन सन्त के रूप में अभी उतनी विख्यात नहीं हैं। वे एक स्त्री हैं और अनेक बौद्ध तथा अन्य इसी मिथक में विश्वास करते हैं कि एक नारी बुद्ध पद की प्राप्ति नहीं कर सकती है। वे एशियाई वंश की हैं और अनेक पश्चिमी लोग यह आशा करते हैं कि उनका मुक्तिदाता उनके सादृश्य हो। लेकिन समूचे संसार और विभिन्न धार्मिक आस्था वाले हम में से अनेक लोग, जो इन्हें जान पाये हैं और जो इनकी शिक्षा का पालन करते हैं, यह जानते हैं कि वे कौन हैं और क्या हैं। आप भी इन्हें जान पायें, इसके लिए आपको कुछ विचारों की व्यापकता और हृदयगत सच्चाई तथा ईमानदारी की जरूरत पड़ेगी। इसमें आपको समय और ध्यान देने के अतिरिक्त और कुछ भी नहीं देना पड़ेगा।

लोग रोजी कमाने और सांसारिक जरूरतों को पूरा करने में ही अपना अधिकांश समय व्यतीत कर देते हैं। हम काम इसलिए करते हैं कि अपना

और अपने प्रियजनों के जीवन को जितना संभव हो, उतना सुखी बना सकें। जब समय मिलता है तब हम राजनीति, खेलकूद, दूरदर्शन अथवा किसी ताजा गपशप में अपना ध्यान लगा देते हैं। हममें से जो दिव्य से अपने प्रत्यक्ष आन्तरिक सम्पर्क की शक्ति को जानते हैं, उनके लिए जीवन इन सब से कुछ अधिक भी है। खेद की बात है कि सुसंवाद अधिक व्यापक रूप से लोगों को पता नहीं है। जीवन के सभी संघर्षों का समाधान तो हमारे भीतर ही निहित है और हमारी प्रतीक्षा कर रहा है। हमें पता है कि स्वर्ग हमसे साँस भर की दूरी पर ही तो है। क्षमा करें, यदि हम अति उत्साह में ऐसी बातें कह रहे हैं, जिससे आपके विवेकी मन को चोट लगे, किन्तु हम जो देख चुके हैं और जो जान चुके हैं उसके पश्चात् हमारे लिए चुप रहना कठिन है।

हम जो अपने को गुरू माँ चिंग हाई का शिष्य मानते हैं तथा उनकी पद्धति (क्वान यिन पद्धति) पर आचरण करने वाले अपने साथियों के साथ आपको यह प्रवेशिका इस आशा के साथ भेंट कर रहे हैं कि यह आपको दिव्य परितोष के अपने निजी व्यक्तिगत अनुभव के और अधिक नजदीक पहुंचने में मददगार साबित होगी और ऐसा चाहे हमारी गुरू माँ के कारण हो अथवा अन्य किसी के।

गुरू माँ चिंग हाई चिन्तन-मनन, आन्तरिक उपासना और प्रार्थना के अभ्यास के महत्व के बारे में शिक्षा देती हैं। वे बताती हैं कि यदि सचमुच इस जीवन में सुखी होना चाहते हैं, तो हमें अपने अन्दर निहित दिव्य रूप को खोजना पड़ेगा। वे बताती हैं कि प्रबोधन कोई गोपनीय अथवा ऐसी बात नहीं है, जिसे हम हासिल नहीं कर सकते और इसे वही लोग प्राप्त कर सकते हैं, जो समाज से पलायन कर लेते हैं। उनका उद्देश्य हमारे अंदर मौजूद दिव्य को जगाना है और इस दौरान हम अपने सामान्य जीवन को जीते रह सकते हैं। उनका कहना है: बात ऐसी है, हम सब सत्य जानते हैं किंतु हम उसे भूल जाते हैं। इसलिए, कभी-कभी किसी ऐसे व्यक्ति को आना पड़ता है जो हमें यह याद दिलाए कि हमारे जीवन का प्रयोजन क्या है। हमें सच की खोज क्यों करनी चाहिए। हमें चिंतन-मनन का अभ्यास क्यों करना चाहिए और क्यों हमें परमेश्वर अथवा बुद्ध अथवा किसी भी दूसरे को जिसे हम ब्रह्माण्ड में सर्वशक्तिमान मानते हैं उसमें विश्वास करना चाहिए। गुरू माँ किसी से यह नहीं कहती कि उनका अनुसरण करो। वे तो केवल अपने प्रबोधन को उदाहरण के रूप में प्रस्तुत करती हैं, ताकि दूसरे लोग अपनी चरम मुक्ति प्राप्त कर सकें।

यह पुस्तिका परम गुरू माँ चिंग हाई की शिक्षा-प्रवेशिका है। कृपया ध्यान दें कि इस पुस्तिका में संकलित गुरू माँ चिंग हाई के व्याख्यान, उनकी टिप्पणियां और उनके प्रवचनों के उद्धरण, उनके विभिन्न भाषणों, टंकणों और रिकार्ड रूप में जारी बोलों से लिए गए हैं। कई तो दूसरी भाषाओं से अनुवाद की गई हैं। इस पुस्तिका में इन्हें संपादित करके प्रस्तुत किया गया है। वैसे हमारा अनुरोध है कि आप उनके मूल आडियो अथवा वीडियो टेप देखें व सुनें। इससे आपको गुरू माँ की उपस्थिति का कहीं अधिक समृद्ध अनुभव होगा, अपेक्षा इसके कि आप इन लिखित शब्दों को पढ़कर अनुभव प्राप्त करें परन्तु निस्संदेह उन्हें साक्षात् रूप में देखना ही पूर्ण अनुभव है।

कुछ लोगों के लिए गुरू माँ चिंग हाई सचमुच मातेश्वरी हैं और कुछ के लिए पितृ-तुल्य हैं और कुछ के लिए वे प्रियतमा हैं। और कुछ नहीं तो वे इस संसार में उपलब्ध सर्वोत्तम मित्र तो हैं ही। उनका जन्म हमें कुछ देने के लिए हुआ है, लेने के लिए नहीं, अपनी शिक्षा, सहायता अथवा दीक्षा-संस्कार के लिए गुरू माँ कुछ भी नहीं लेती हैं। आपसे अगर वे कुछ लेंगी भी तो केवल आपकी यातना, आपका दुख और आपकी पीड़ा। लेकिन वह भी तब जबकि आप ऐसा चाहें।

सूक्तियां

गुरू वही है, जिसके पास आपके गुरू बन जाने की कुंजी है... जो आपके यह समझने में सहायक सिद्ध होता है कि आप भी गुरू बन सकते हैं और यह कि आप और परमेश्वर दोनों एक ही हैं। गुरू माँ की केवल इतनी ही भूमिका है।

परम गुरू माँ चिंग हाई

हमारा मार्ग कोई धर्म नहीं है। मैं किसी को भी ईसाई अथवा बौद्ध अथवा और किसी भी मत का पालक नहीं बनाती। मैं तो केवल आपको स्वयं को ही जानने का राह दिखलाती हूँ। यह मालूम करने का कि आप कहाँ से आए हैं, इस धरती पर आने का आपका उद्देश्य क्या है, ब्रह्माण्ड के रहस्य ढूँढ़ने का रास्ता मैं दिखलाती हूं। यह समझने में मदद करती हूं कि संसार में इतनी दरिद्रता क्यों है और यह कि मृत्यु के बाद हमारा क्या होगा।

परम गुरू मां चिंग हाई

हम परमेश्वर से दूर हैं क्योंकि हम बहुत व्यस्त रहते हैं। अगर कोई आपसे बात कर रहा है और टेलीफोन की घंटी बजे ही जा रही है और आप रसोई बनाने अथवा दूसरों से बातचीत करने में व्यस्त हैं तो कोई भी आपसे सम्पर्क स्थापित नहीं कर सकता है। यही बात परमेश्वर के बारे में भी लागू होती है। वे तो प्रतिदिन पुकारते रहते हैं बस हमारे पास ही उनके लिए समय नहीं है, हमेशा हम उन्हें अनसुना करते रहते हैं।

परम गुरू माँ चिंग हाई

परम गुरू माँ चिंग हाई की संक्षिप्त जीवनी

गुरू माँ चिंग हाई का जन्म एक सम्पन्न परिवार में उच्चकोटि के विख्यात प्राकृतिक-चिकित्सक की पुत्री के रूप में ऑलक में हुआ था। उनका पालन- पोषण कैथोलिक मत के अनुरूप हुआ था। उन्होंने अपनी दादी माँ से बौद्ध धर्म की प्राथमिक शिक्षा ग्रहण की। छोटी आयु में ही दार्शनिक और धार्मिक शिक्षाओं में उन्होंने अपनी रूचि प्रकट की। सभी जीवधारियों के प्रति उनके मन में असाधारण संवेदना थी। अठारह वर्ष की आयु में वे अध्ययन के लिए इंग्लैंड गई और उसके बाद फ्रांस तथा जर्मनी जहाँ उन्होंने रेड क्रास के लिए काम किया, वहीं उन्होंने एक जर्मन वैज्ञानिक से विवाह कर लिया। दो वर्ष तक सुखी दाम्पत्य जीवन व्यतीत करने के बाद बोधप्राप्ति के अपने उद्देश्य की पूर्ति केलिए उन्होंने अपने पति की सहमति से अपने वैवाहिक जीवन का परित्याग किया। बोध प्राप्ति के उद्देश्य को उन्होंने बचपन से ही अपने मन में संजोया था। इस समय वे अध्यात्मिक अनुशासन और चिन्तन-मनन के विभिन्न अभ्यासों का अध्ययन उन गुरूओं और शिक्षकों के मार्ग दर्शन में रह कर, कर रही थी जो उन्हें उपलब्ध थे। उन्होंने यह महसूस किया कि पीड़ित मानव जाति की सहायता में कोई एक व्यक्ति कितना असमर्थ है। उन्होंने यह समझा कि स्वयं को संपूर्ण रूप से समझना ही किसी की सहायता करने का सबसे अच्छा रास्ता है। अपने इस एकमात्र उद्देश्य के साथ उन्होंने विश्व के विभिन्न देशों की यात्रा की और बोधप्राप्ति की श्रेष्ठ पद्धति को खोजने का प्रयास किया।

वर्षों के अथक प्रयास, परीक्षण और घोर कष्ट के पश्चात् अंततः हिमालय में उन्हें क्वान यिन पद्धति और दिव्य संप्रेषण की प्राप्ति हुई। परिश्रम पूर्ण अभ्यास की एक अवधि के बाद, उनके हिमालय क्षेत्र के आवास के दौरान उन्होंने सम्पूर्ण बोधत्व प्राप्त कर लिया। बोधप्राप्ति के कुछ वर्षों बाद तक गुरू माँ एक बौद्ध भिक्षुणी सा शांत एवं सादगी पूर्ण जीवन व्यतीत करती रहीं। गुरू माँ संकोची स्वभाव की हैं। उन्होंने अपने ज्ञान केबहुमूल्य भंडार को तबतक गुप्त रखा जबतक कि लोगों ने स्वयं उनके निर्देश और दीक्षा संस्कार को ढूँढ़ नहीं लिया। यह उनके अमेरिका और फार्मोसा (ताइवान) के प्रारम्भिक शिष्यों के हठपूर्ण आग्रह और प्रयत्न का ही परिणाम है कि गुरू माँ चिंग हाई विश्वभर में अपने व्याख्यान देने को राजी हुई तथा उन्होंने लाखों ऐसे लोगों को दीक्षित किया है जो सच्चे मन से आध्यात्मिक शिक्षा प्राप्त करना चाहते हैं।

आज अधिकाधिक सत्य की खोज में प्रयासरत विभिन्न देशों और धर्मों के लोग उनके अथाह ज्ञान के लिए उनकी शरण में आते हैं। गुरू माँ चिंग हाई उनलोगों को आध्यात्मिक नेतृत्व और दीक्षा देना चाहती हैं जो गम्भीरता के साथ तत्काल बोधप्राप्ति की पद्धति को सीखना तथा अभ्यास करना चाहते हैं, जिसे स्वयं गुरू माँ ने परखा और श्रेष्ठतम माना है।

कविताएँ

मूक आँसू

संसार दुखों से भरा है
बस केवल मैं ही तुमसे भरा हूं।
यदि तुम इस संसार के भीतर कहीं ठहर जाओ,
तो सारा दुख मिट जायेगा।
परन्तु संसार तो दुखों से भरा है,
इसलिए तुम्हारे लिए कोई जगह नहीं है।

मैं सभी सूरज, चांद और सितारें बेच डालूंगा ब्रह्मांड के,
बस केवल आपकी एक सुंदर चितवन खरीदने के लिए
ओ अनन्त कान्ति के स्वामी।
कुछ तो उदार बनो और
मेरे अभिलाषी ह्रदय में कुछ किरणें बिखेर दो।

सांसारिक जन रात में गाने और नाचने निकलते हैं,
लौकिक प्रकाश और लौकिक संगीत की छाया में
बस अकेला मैं समाधि में बैठा रहता हूँ,
अपने अन्दर की कांति और स्वर लहरी में झूमता हुआ।

ओ परमात्मा, आपकी महिमा को जानने के बाद,
मैं इस संसार में किसी को भी प्यार नहीं कर सकता।
अपने स्नेहमय आंचल में मुझे समेट लो
सदा के लिए

तथास्तु।

मूक आँसू से

लेखिका गुरू माँ चिंग हाई

लोकोत्तर संसार का रहस्य

परमगुरू माँ चिंग हाई द्वारा दिया गया व्याख्यान

२६ जून, १९९२ संयुक्त राष्ट्र, न्यूयार्क

संयुक्त राष्ट्र में अपका स्वागत है। आप सब मिलकर, कृपया अपनी अपनी आस्था के अनुसार प्रार्थना करें कि हम सब उसके लिए कृतज्ञ हैं, जो हमारे पास है, जो हमें दिया गया है और हमारी यह इच्छा और आशा है कि जिनके पास पर्याप्त नहीं है, उन्हें उसी प्रकार दिया जायेगा, जैसे कि हमें दिया गया है। संसार में फैले शरणार्थी, युद्ध पीड़ित लोग, सैनिक, सरकारी नेता और निस्सन्देह संयुक्त राष्ट्र के नेता गण वह सब प्राप्त कर सकेंगे, जो वे चाहते हैं और सब मिल जुलकर शांतिपूर्वक रहेंगे। हमारा विश्वास है कि हम जो माँग रहे हैं, हमें मिलेगा क्योंकि बाइबिल में ऐसा ही कहा गया है।

धन्यवाद बहुत लम्बे समय के बाद मैं यहाँ आई हूँ। आप में से कोई पहले यहाँ आया है, मेरा मतलब मेरा व्याख्यान सुनने के लिए पहले कोई आया है? कब? अरे हाँ? इतने अधिक लोग? धन्यवाद। आपको पता ही होगा कि मेरे आज के व्याख्यान का विषय है ''इस संसार से परे कोई और संसार'' क्योंकि मैं ऐसा नहीं सोचती कि मैं आप लोगों से अब इस संसार के बारें में कोई बात करूँ। इसे तो आप अच्छी तरह जानते हैं। है न? आप इस संसार के बारें में जानते

हैं। यहाँ संयुक्त राष्ट्र है, अमेरिका है, न्यूयार्क है (बिग ऐपल), लेकिन इस संसार के परे, और भी दूसरी चीजें हैं। मैं समझती हूँ आप लोग जो यहाँ आए हैं उसके बारे में कुछ जानना चाहेंगे जरूर। वह कुछ स्टीफन के जैसा बताया गया संसार नहीं है, उन्होंने चमत्कारों के बारे में बताया था और यह कुछ वैसा विचित्र भी नहीं है जिस पर आप विश्वास ही न कर सकें। यह तो अत्यन्त वैज्ञानिक, अत्यन्त तर्कपूर्ण और अत्यन्त महत्वपूर्ण है।

हम सभी ने सुना है कि विभिन्न प्रकार के धर्म ग्रन्थों अथवा आगम ग्रन्थों में यह लिखा हुआ है कि सात स्वर्ग हैं, चेतना के कई अलग-अलग सोपान हैं। परमेश्वर का राज्य हमारे भीतर है, बुद्ध पद भी हमारे भीतर है। इसी प्रकार की अन्य बातें लिखी हैं। यहीं वे सब चीजें हैं जिनका इस संसार से परे के संसार में मिलने का वादा हमसे किया जाता है, लेकिन ऐसे कितने लोग हैं, जो वह सब प्राप्त कर पाते हैं जिनका वादा इन आगम ग्रन्थों में किया गया है। बहुत कम। मैं ऐसा तो नहीं कहूँगी कि कोई भी प्राप्त नहीं कर पाता है परन्तु उनकी संख्या कम है। संसार की जनसंख्या की तुलना में उनलोगों की संख्या गिनी चुनी है जो अन्दर विराजमान परमेश्वर के राज्य को प्राप्त कर पाते है अथवा जिसे हम इस संसार से परे कुछ कहते व मानते हैं। अगर आप अमेरिका में हैं तो आपको ऐसी अनेक किताबों को पढ़ने के मौके मिले हुए हैं, जिनमें हमारे संसार से परे की कुछ बातों का वर्णन है। अमेरिकियों द्वारा बनाई जाने वाली कुछ फिल्में भी बिल्कुल कल्पना नहीं होती हैं। जापानियों ने भी कुछ ऐसी फिल्में बनाई हैं, जो मात्र कपोल-कल्पना से ही भरी हुई नहीं हैं क्योंकि इनलोगों ने शायद ऐसी किताबें पढ़ी हैं, जिन्हें उन लोगों ने लिखा है जो अगोचर संसार में पहुंच चुके हैं अथवा उन्हें खुद ही परमेश्वर के राज्य की कुछ झलकियाँ देखने को मिल चुकी हैं।

तो परमेश्वर के राज्य में..... परमेश्वर के राज्य में क्या कुछ है? अगर हमारे पास संसार में करने के लिए काफी काम मौजूद हैं तो फिर हम क्यों परमेश्वर के राज्य के बारें में परेशान हों? हमारे पास नौकरी है, रहने के लिए घर है और कई स्नेही नाते रिश्तेदार हैं? यही तो बात है। जब हमारे पास यह सब कुछ है तो हमें परमेश्वर के राज्य की चिन्ता करनी चाहिए। बहुत धार्मिक लगता है न, परमेश्वर का राज्य कहना। वास्तव में यह उच्चतर चेतना का ही एक स्तर है। पुराने जमाने में लोग कहा करते थे यह स्वर्ग है, किन्तु वैज्ञानिक शब्दावली में

हम कह सकते हैं कि यह कुछ अलग बात है। ज्ञान का उच्चतर सोपान, प्रज्ञा का उच्चतर सोपान और इस सीढ़ी तक हम तभी पहुंच सकते हैं, जब हमें मालूम हो कि यह सब कैसे होना चाहिए? पिछले दिनों अमेरिका में, हम सब ने एक नवीनतम आविष्कार के विषय में सुना है कि लोगों के पास एक ऐसी मशीन है, जो आपको समाधि की अवस्था में पहुंचा सकती है। आपने इसका अनुभव किया है? नहीं न? यह मशीन अमेरिका में बिकती है। ४०० से ७०० डालर तक आप किस स्तर तक पहुंचना चाहते हैं यह कीमत उसी पर निर्भर है। उनका कहना है यह मशीन आलसी लोगों के लिए है, जो चिन्तन- मनन अथवा साधना नहीं करना चाहते, जो बस सीधे-सीधे समाधि की अवस्था में पहुँच जाना चाहते हैं। अच्छा, अगर आप इस मशीन के बारें में नहीं जानते, तो मैं संक्षेप में आपको बता देती हूं।

वे कहते हैं कि यह मशीन आपको मानसिक शान्ति की अवस्था में स्थापित कर सकती हैं। प्रशान्ति की अवस्था। इसमें आपकी बुद्धि और ज्ञान का स्तर भी ऊँचा उठ जायेगा। इससे उच्च ज्ञान और उच्च बुद्धि के प्राप्ति की सामर्थ्य का भी दावा किया गया है और उस अवस्था में आप अत्यन्त हल्का महसूस करने लगेंगे आदि आदि। इस मशीन में कुछ चुने हुए संगीत बजाये जाते हैं, संगीत की आवाज आती है, इसलिए आपको इअरफोर (कान में सुनने के लिए) लगाना पड़ता है। इसके बाद मशीन आपको तरंगित करने के लिए संभवतः बिजली के झटके देती है और इसके बाद आपको कुछ विचित्र चमक दिखाई पड़ती है इसलिए आपको आँखों पर पट्टी भी बाँधनी पड़ती है। इस तरह से आपको समाधि के लिए इअरफोन और आँखों पर पट्टी की जरूरत है, बस यह बहुत अच्छी तरकीब है और ४०० डालर में सस्ती भी है। लेकिन हमारी पद्धति से समाधि तो बिल्कुल ही सस्ती है, मतलब कुछ भी खर्च नहीं करना पड़ता और यह ज्ञान हमेशा के लिए आपके पास रहता है। फिर आपको न किसी बैटरी को चार्ज करने की जरूरत है और न ही बिजली खर्च करने की। न प्लग में लगाने की झंझट है और न ही प्लग से निकालने की और अगर मशीन खराब हो गई तो उसे ठीक करवाने के लिए भी आपको भटकना नहीं पड़ेगा। अगर यह कृत्रिम प्रकाश और कृत्रिम संगीत लोगों को इतना शान्त और प्रज्ञावान बना सकते तो क्या कहने, लेकिन मैंने एक समाचार पत्र में ही ऐसा पढ़ा है कि यह मशीन कितनी करतबी है, मैंने इसे खुद नहीं आजमाया है। प्रचार के कारण यह मशीन चर्चा

का विषय है एवं काफी संख्या मे बिकी भी है। यह भी मैंने सुना ही है। इस प्रकार की कृत्रिम वस्तु यदि हमें प्रशान्त अवस्था में स्थापित कर सकती है और हमारा ज्ञान कोष बढ़ा सकती है तो आप इसकी कल्पना तो कर ही सकते हैं कि वास्तविक वस्तुएँ हमारी प्रज्ञा की बढ़ोतरी में कितनी अधिक सहायक हो सकती हैं? सही है कि वास्तविक ज्ञान लोकोत्तर है, लेकिन इस ज्ञान तक प्रत्येक मनुष्य पहुँच सकता है, बशर्ते कि हम उससे सम्पर्क स्थापित करना चाहें। यह तो अन्तरात्मा का संगीत और स्वर्गिक नाद है। यह इस अन्तः संगीत पर..... मन की ज्योति और मन के संगीत की तीव्रता पर निर्भर करता है। इससे हम स्वयं को अगोचर संसार में बोध के गहन स्तर तक उठा ले जा सकते हैं।

मैं सोचती हूँ कि यह भौतिकी के नियम की तरह ही है। मानों आप राकेट को गुरूत्वाकर्षण के परे भेजना चाहते हैं तो आपको उसमें धकेलने की भरपूर शक्ति भरनी पड़ेगी और यह भी कि जब वह बहुत तेजी से उड़े तो उसमें रोशनी दमके। इसलिए मेरा सोचना है कि अगर हम अगोचर में तेजी से बढ़ेंगे तो हमें भी--- कैसे कहूँ, मैं चीनी भाषा में बहुत बोलती..... हम भी प्रदीप्त हो सकते हैं, कुछ प्रकाश और नाद भी हम सुन सकते हैं। यह नाद उस तरंग-शक्ति की तरह होता है, जो हमें उच्च स्तर तक धकेलता है, लेकिन यह बिना किसी शोर के ऐसा करता है, बिना किसी तकलीफ के करता है और इसमें अनुभव प्राप्त करने वाले को कोई परेशानी नहीं होती और न ही इस पर कोई लागत आती है। अगोचर संसार में प्रवेश करने की यही पद्दति है।

अगोचर संसार में ऐसा क्या है, जो हमारे इस संसार से बेहतर है? वह सब कुछ जिसकी हम कल्पना कर सकते हैं और जिसकी हम कल्पना नहीं कर सकते हैं। एक बार अनुभव हो जाने के बाद हमें पता चल जाता है। दूसरा कोई भी वास्तव में कुछ नहीं बता सकता, लेकिन हमें इसमें अटल रहना पड़ता है। हमें सचमुच ईमानदार रहना पड़ता है, अन्यथा कोई दूसरा हमारे लिए ऐसा कुछ बिल्कुल नहीं कर सकता। ठीक उसी तरह जैसे संयुक्त राष्ट्र के आपके कार्यालय के काम को आपके स्थान पर कोई दूसरा व्यक्ति पूरा करे और आपको अपने इस काम के लिए वेतन भी मिलता रहे, यह नहीं हो सकता है। वैसे ही जैसे कोई हमें खाने में मदद करे और तब हम सन्तुष्ट हो जाये, ऐसा नहीं हो सकता। इसलिए, अनुभवी बनना ही एकमात्र मार्ग है। हम उसकी बात सुन सकते हैं, जो स्वयं अनुभव कर चुका है, लेकिन उससे हम अनुभव तो प्राप्त नहीं

कर सकते, न। हम एक बार, दो बार, तीन बार या इससे अधिक उस व्यक्ति की शक्ति के कारण खुद अनुभव कर सकते हैं, जो व्यक्ति स्वयं ईश्वर का अनुभव कर चुका है। तब हम कुछ प्रकाश देख सकते हैं अथवा नाद सुन सकते हैं, स्वाभाविक ही बिना अपने किसी प्रयास के, किन्तु अधिकांशतया यह स्थिति अधिक देर तक नहीं बनी रहती है। इसलिए हमें खुद इसका अनुभव करना होगा और इसके लिए स्वयं प्रयास भी करना होगा।

हमारे इस संसार से परे अलग-अलग किस्म के अनेक संसार हैं। मैं एक उदाहरण देती हूँ उस संसार का, जो हमसे कुछ ही ऊँचाई पर है। हम पश्चिमी शब्दावली में जिसे नक्षत्र-संसार कहते हैं। नक्षत्र-संसार में सौ या इससे अधिक स्तर हैं और प्रत्येक स्तर अपने आप में एक संसार है और यह हमारी समझ के स्तर का परिचायक है। यह ऐसा ही है जैसे हम विश्वविद्यालय जाते हैं और फिर हम एक के बाद दूसरी श्रेणी में पहुंचते हैं, विश्वविद्यालय की शिक्षा के बारे में हमारी समझ बढ़ती जाती है और फिर धीरे-धीरे हम स्नातक बन जाते हैं। नक्षत्र-संसार में हम न जाने कितने तथाकथित चमत्कार देखेंगे और शायद हम इन चमत्कारों से ललचा भी उठेंगे और संभवतः हमारे अपने भी कुछ चमत्कार हो जायेंगे। हम रोगी को ठीक कर सकते हैं और कभी-कभी, कैसे कहूँ मैं इसे, हम कुछ ऐसी चीज देख सकेंगे जो दूसरे नहीं देख पाते। हममें कम से कम छः चमत्कारिक शक्तियाँ होती हैं। हम सामान्य सीमा से परे देख सकते हैं, हम स्थान की सीमा से परे सुन सकते हैं। हमारे लिए दूरी का कोई अर्थ नहीं रह जाता। इसी अवस्था को हम दैवी कान और दैवी आँखें कहते हैं। उस स्थिति में हम लोगों के मन के विचार जान सकते हैं, उसके मन में क्या है यह भी जान सकते हैं। कभी-कभी हम यह सब देख भी सकते हैं आदि आदि। ये कुछ शक्तियाँ हैं, जो हम कभी-कभी परमेश्वर के राज्य के पहले सोपान पर पहुँच जाने के बाद, प्राप्त कर लेते हैं।

इसी पहली स्थिति में, जैसा कि मैं पहले भी कह चुकी हूं, हमारे सामने कई अलग-अलग स्तर होते हैं, जो हमें इतना कुछ समेटने के लिए दे देते हैं, जिनका वर्णन शब्दों में नहीं हो सकता और जब हम इस स्थिति में पहुंच जाते हैं तो उदाहरण के लिए हम अगर दीक्षा प्राप्त करने के बाद मनन करें और यदि हमारा स्तर पहली कोटि का है तो हममें बहुत अधिक योग्यताएं आ जायेंगी। तब हम अपनी साहित्यिक प्रतिभा भी विकसित कर लेंगे, जो हमारे पास पहले

नहीं थी और हम कई ऐसी बातें जान जायेंगे जो दूसरे लोग नहीं जानते और बहुत सी बातें हमें भगवान की कृपा से प्राप्त हो जाती हैं। कभी यह कृपा धन के रूप में होती हैं और कभी नौकरी आदि के सिलसिले में और कभी अन्य चीजों के रूप में और तब हम कविता लिखने योग्य बन जायेंगे अथवा शायद चित्र भी बनाने लगें और कुछ ऐसा भी कर सकें जो पहले कर पाने में असमर्थ थे और स्वयं यह कल्पना भी नहीं कर सकते थे कि हम ऐसा भी कर सकते हैं। यही है पहली सीढ़ी, पहला स्तर। हम कविताएँ और पुस्तकें बढ़िया शैली में लिख पाने समर्थ हो सकते हैं। उदाहरण के लिए, पहले हम पेशे से लेखक न भी रहे हों, किंतु अब हम लिखने योग्य हो गए हैं। चेतना के पहले सोपान पर पहुंचकर हम अनेक भौतिक लाभ प्राप्त कर सकते हैं। वास्तव में ये चीजें ईश्वर की देन नहीं है। ये चीजें हमारे अंदर निहित स्वर्ग में हैं और चूंकि हमने इन्हें जाग्रत कर लिया है इसलिए वे सजीव हो उठी हैं और फिर हम इनका उपयोग कर सकते हैं। तो यह है कुछ जानकारी प्रथम सोपान के बारे में। ठीक है न? आप कुछ और भी जानना चाहते हैं? ठीक है, क्या आपने ऐसा कुछ पहले भी सुना है? सुना है! अच्छा! आपने सुना है। किसने बताया आपको? अच्छा, क्या बताने वाले ने कुछ और भी कहा?

अच्छा, जब हम उच्चतर सोपान की ओर बढ़ते हैं, उदाहरण के लिए, तब इस स्थिति में हमें कई दूसरी बातें दिखती हैं और हम कई दूसरी चीजें हासिल भी करते हैं। इसमें कोई संदेह नहीं कि मैं आपको सब कुछ नही बता सकती। जी हां, समय न होने के कारण। उदाहरण के लिए, यह जरूरी नहीं है कि पकवानों के बारे में मीठी-मीठी बातें तो सुनें, लेकिन उन्हें कभी न खाएं। इसलिए, मैं थोड़ा आपकी भूख को बढ़ाती हूं और अगर आप इन पकवानों को खाना चाहते हैं तो बात अलग है। सचमुच के पकवान हम बाद में परोसेंगे। जी हां, अगर आप सचमुच ही इन्हें खाना चाहते हैं तो।

अच्छा, अब हम अगर इस स्तर से थोड़ा आगे दूसरे स्तर तक बढ़ें, जिसे हम दूसरा केवल विषय को सहज व सरल बनाने के लिए कहते हैं। दूसरे स्तर में संभव है हम पहले स्तर से कहीं अधिक योग्यता अर्जित कर लेंगे, इनमें चमत्कार शक्ति भी शामिल है लेकिन दूसरे स्तर में हम जो सबसे अधिक महत्वपूर्ण योग्यता प्राप्त कर सकेंगे वह है वाक् पटुता। (बातचीत का कौशल) और तर्क करने की

शक्ति और जिस व्यक्ति ने दूसरा स्तर हासिल कर लिया है, उससे कोई जीत नहीं सकता क्योंकि उसमें बातचीत करने का प्रचुर कौशल होता है तथा उसकी मेधा अपनी चरम शक्ति पर पहुंची हुई होती है।

ऐसे ज्यादातर लोग जिनका दिमाग साधारण होता है और बौद्धिक विकास सामान्य होता है, वे इस स्तर तक पहुंच चुके व्यक्ति से कोई मुकाबला नहीं कर सकते हैं क्योंकि उसका बौद्धिक विकास बहुत उच्च कोटि में जा पहुंचा है। लेकिन केवल यही नहीं कि उसका भौतिक मस्तिष्क ही अधिक विकसित हो चुका है बल्कि आध्यात्मिक शक्ति, दैवी शक्ति और हमारे भीतर छिपी नैसर्गिक बुद्धि का बहुत विकास हो चुका है। भारत में लोग इस स्तर को बुद्धि का स्तर कहते हैं अर्थात् बौद्धिक स्तर कहते हैं और जब आपको यह बोध मिल जाये तो आप बुद्ध बन जाते हैं। बुद्ध शब्द की उत्पत्ति बुद्धि से ही हुई है। इसलिए बुद्ध का अर्थ भी एक सोपान है, यह अंतिम लक्ष्य नहीं है। मैं आपको केवल बुद्ध पद से ही परिचित नहीं कराऊँगी, इससे आगे भी कुछ और है। इस प्रकार प्रबुद्ध व्यक्ति को अधिकतर लोग बुद्ध कहते हैं। यदि वह दूसरे स्तर से परे कुछ नहीं जानता तो भी शायद वह अपने आप पर गर्व करेगा। यही सोचकर कि वह सजीव बुद्ध है और उसके शिष्य उसे बुद्ध कहकर स्वयं गर्व महसूस करेंगे। लेकिन वास्तव में अगर वह केवल दूसरे स्तर तक ही पहुँच सका है, जिसमें वह चाहे किसी भी व्यक्ति के भूत, वर्तमान और भविष्य को देख सकता है और इसमें उसे विदग्ध वाक् पटुता हासिल है तो भी यह परमेश्वर के राज्य की अन्तिम सीमा नहीं है।

किसी भी व्यक्ति को यह गर्व नहीं करना चाहिए कि वह किसी भी व्यक्ति का भूत, वर्तमान और भविष्य को पढ़ने में समर्थ है क्योंकि यह तो पश्चिमी शब्दावली में, जैसा कि आप भी जानते हैं, आकाशीय लेखा-जोखा है। आप सभी लोग जो योगाभ्यास करते हैं अथवा किसी और प्रकार का चिन्तन-मनन करते हैं, यह समझ जायेंगे कि आकाशीय लेखा-जोखा एक प्रकार का पुस्तकालय है जैसा कि संयुक्त राष्ट्र भवन के पास भी है। आप जानते है वहाँ सभी प्रकार की भाषाएं मौजूद हैं। आपके पड़ोस के पुस्तकालय में अरबी, रूसी, चीनी, अंग्रेजी, फ्रांसीसी, जर्मन सभी भाषाओं में पुस्तकें उपलब्ध हैं। अगर आप ये भाषायें पढ़ सकें तो आपको पता चल जायेगा कि उनको बोलने वाले देशों में क्या हो रहा

है। समझे? इसी प्रकार जो व्यक्ति दूसरे स्तर तक पहुँच चुका है, वह किसी भी व्यक्ति के आचार-व्यवहार की परिभाषा उसी प्रकार कर सकता है, जैसे कि आप अपना जीवन-चरित्र पढ़ रहे हों।

चेतना के दूसरे स्तर पर पहुँच कर बहुत कुछ प्राप्त किया जा सकता है परन्तु जब कोई व्यक्ति दूसरे स्तर तक पहुँच जाता है, तो यह अद्‌भुत सिद्ध होता है, सजीव बुद्ध का पद-क्योंकि आपने बुद्धि का द्वार खोल लिया है और हम ऐसी बहुत सी बातें जान चुके होते हैं, जिनको हम बता नहीं सकते। उस स्थिति में हम चाहें अथवा न चाहें, कई चमत्कार होंगे क्योंकि हमारी बुद्धि विकसित हो चुकी है और यह ज्ञात हो चुका है कि जीवन को स्वस्थ और व्यवस्थित करने के उच्चतर स्त्रोत से कैसे सम्पर्क स्थापित करें ताकि हमारा जीवन निर्बाध और बेहतर बन सकें। हमारी प्रज्ञा या बुद्धि का विकास इसलिए हुआ है ताकि हम उन सभी जरूरी सूचनाओं को जान सकें जो हमारा भूतकाल था और अब जो वर्तमान है ताकि हमने जो कुछ भूतकाल में किया उसको सँवार सकें, अथवा जो गलती की है उसे सुधार सकें। समझे आप? मतलब हुआ गलती को सुधारना और अपने जीवन को बेहतर बनाना।

उदाहरण के लिए, अगर हमें यह न मालूम पड़े कि हमने अपने पड़ोसी को अनजाने में ही किसी बात से नाराज कर दिया है और बाद में यह बात मालूम पड़ जाये। समझे आप? बात बिल्कुल साधारण है। अगर हमें मालूम नहीं चला और पड़ोसी मन ही मन में हमारे खिलाफ है और कभी-कभी हमारे पीठ पीछे कुछ ऐसा कर रहा है, जिससे हमें नुकसान हो। इसका कारण कोई गलतफहमी हो सकती है अथवा हमने कुछ ऐसा किया है, जो पड़ोसी के पक्ष में अच्छा न रहा हो। लेकिन अब हम जानते हैं कि ऐसा क्यों हुआ तो बिल्कुल सीधी बात है। हम अपने पड़ोसी के पास जाकर, टेलीफोन करके अथवा कोई दावत आयोजित करें और उसमें उस पड़ोसी को आमंत्रित करके उसकी गलतफहमी को दूर कर सकते हैं। ऐसी ही बात तब होती है जब हम उस बौद्धिक स्तर पर पहुँचते हैं, हम सहज ही, मेरा मतलब है अनजाने में ही, यह सब समझ जाते हैं और शान्तिपूर्वक इनको सुचारू कर देते हैं अथवा शक्ति के किसी स्त्रोत से सम्पर्क स्थापित करते हैं, जो हमें इनको सँवारने में, जीवन का स्तर बेहतर करने में, अपनी जीवन यात्रा को बेहतर बनाने में मदद करे इस लिए हम अनेक

दुर्घटनाओं, अनेक अनचाही स्थितियों और जीवन की प्रतिकूल परिस्थतियों को बिल्कुल नगण्य मानते हैं। समझे? ठीक। इसलिए, जब हम दूसरे स्तर पर पहुँचते हैं तो स्थिति विलक्षण बन ही चुकी होती है।

इसलिए, मैंने जो कुछ भी आपको बताया है वह अत्यन्त वैज्ञानिक और अत्यन्त तर्कपूर्ण है तथा यह सोचने की जरा भी जरूरत नहीं कि एक योगी अथवा चिन्तक कोई रहस्यवादी व्यक्ति अथवा पारलौकिक व्यक्ति है --अपार्थिव व्यक्ति है। वे सभी सांसारिक व्यक्ति हैं जैसे हम सब हैं, ठीक वैसे ही। लेकिन उन्होंने अपना विकास कर लिया है क्योंकि वे जानते हैं कि ऐसा कैसे किया जाता है। अमेरिका में, हम ऐसा कहते हैं कि हर चीज जानकारी पर निर्भर होती है, इसलिए हम हर चीज सीख सकते हैं। ठीक। हम हर चीज सीख सकते हैं। इसलिए यह जो कुछ हमारे संसार के विज्ञान से परे की चीज है, इससे भी हम कुछ सीख ही सकते हैं। लगती तो यह बड़ी विचित्र बात है किन्तु बातें जितनी ऊँची होती हैं उतनी ही अधिक सरल होती हैं। यह हमारे हाई स्कूल अथवा कालेज जाने से भी ज्याद सरल है, जहाँ पर बहुत ही जटिल गणितीय प्रश्न और समस्यायें हल करनी पड़ती हैं।

दूसरा स्तर.....दूसरा स्तर, और भी कई अलग-अलग स्तर हैं। मेरा मतलब है कि दूसरे स्तर के अन्दर भी कई स्तर हैं लेकिन मैं संक्षेप में आपको बताती हूँ, क्योंकि मैं स्वर्ग के सभी रहस्यों का विस्तृत वर्णन नहीं कर सकती। आप इन सबको जान जायेंगे जब आप किसी ऐसे गुरू के साथ इस यात्रा पर निकलेंगे, जो स्वयं पहले ही इस रास्ते पर चल चुका है। इसलिए, यह कोई रहस्य की बात नहीं है। मगर हम यदि हर स्तर पर रूकेंगे तो यह रास्ता लम्बा हो जायेगा क्योंकि इस रास्ते पर कई स्तर, उप-स्तर हैं और हमें हर चीज की जाँच करनी होगी। इसमें बहुत समय लग जायेगा। इसी कारण कभी-कभी गुरू आपको संक्षेप में एक स्तर के बाद दूसरे स्तर पर अतिशीघ्रता से ले जाता है चरैवैति चरैवैति--चलते रहो, चलते रहो क्योंकि अगर आपको गुरू पद से कुछ लेना--देना नहीं है तो फिर आपको इतना कुछ सीखने की जरूरत भी नहीं है। इससे आपके सिर में दर्द हो जायेगा। इसलिए, पूर्णत्व प्राप्त करो और फिर यथास्थान लौट आओ। क्योंकि इसमें भी लम्बा समय लगेगा। कभी-कभी इसे प्राप्त करने में पूरा जीवन बीत जाता है, लेकिन प्रबोधन हमें तत्काल प्राप्त हो

जाता है। परन्तु यह तो केवल शुरूआत है वैसे ही जैसे किसी स्थान में प्रवेश पाने के लिए पहले नाम लिखवाते हैं। पहले दिन आप विश्वविद्यालय में नाम लिखवाते हैं और आप तत्काल विश्वविद्यालय के विद्यार्थी हो जाते हैं लेकिन अभी पी०एच०डी० का कहीं कोई अता-पता नहीं होता। छः वर्ष, चार वर्ष अथवा बारह वर्ष बाद आप स्नातक होते हैं। लेकिन यह तो ठीक है कि आप तत्काल विश्वविद्यालय के विद्यार्थी बन जाते हैं। यदि विश्वविद्यालय वास्तविक है और यदि नाम लिखा लेते हैं तो आप सचमुच ही विश्वविद्यालय के विद्यार्थी बनना चाहते हैं। ठीक है न। इसलिए दोनों ही पक्षों को सहयोग करना ही पड़ेगा।

इसी तरह, अगर हम इस संसार से परे जाना चाहते हैं, मान लीजिए मात्र मनोरंजन के लिए, क्योंकि न्यूयार्क में और कहीं हम जाना नहीं चाहते हैं और हम मैनहैटन, लौंग बीच, शौर्ट (लघु) बीच और हर प्रकार के बीच (समुद्र-तट) देख चुके हैं। अब मान लीजिए हम अपार्थिव स्थान पर जाना चाहते हैं ताकि यह जान सकें कि वहाँ क्या कुछ हो रहा है। ठीक है ? है ना? मियामी, फ्लोरिडा जाकर समुद्र में स्नान करने के लिए हम काफी रूपये खर्च करते हैं तो हम कभी-कभी ऐसे किसी संसार में क्यों नहीं जा सकते, जो इस संसार से परे है, यह देखने के लिए कि पड़ोसी ग्रह देखने में कैसा लगता है और वहाँ के लोग कैसे रहते हैं? मैं तो नहीं समझती कि इसमें कोई अजीब बात है। है न। यह तो बस कुछ और आगे की यात्रा है, मानसिक यात्रा ही तो है। भौतिक यात्रा के स्थान पर आध्यात्मिक यात्रा है।

यात्रा दो प्रकार की होती है। इसे समझ पाना अत्यन्त तर्कसंगत और सरल है अच्छा, अब हम पहुँच गए दूसरे स्तर पर ठीक। दूसरे स्तर पर। मुझे अब आपको और क्या बताना चाहिए? बस इसी प्रकार हम इस संसार में बने रहते हैं, लेकिन इसके साथ ही हमें दूसरे संसारों के बारे में ज्ञान होता है समझे आप? क्योंकि हम यात्रा करते रहते हैं। जैसे कि आप अमेरिकी नागरिक हैं या आप संसार के किसी दूसरे हिस्से के नागरिक हैं। आप एक देश से दूसरे देश की यात्रा करते हैं यह जानने के लिए कि आपका पड़ोसी देश कैसा है, वह देखने मैं कैसा लगता है। मेरा अनुमान है कि संयुक्त राष्ट्र में मौजूद आपलोगों में से अधिकांश व्यक्ति अमेरिका के रहने वाले नहीं हैं। है न? इस प्रकार आपको भी वही ज्ञान है, जो यहाँ के लोगों को है। हम किसी अगले ग्रह की अथवा जीवन

के दूसरे स्तर की यात्रा कर सकते हैं ताकि हम उसे समझ सकें क्योंकि दूरी बहुत अधिक है और हम पैदल नहीं चल सकते, न ही किसी राकेट का प्रयोग कर सकते हैं और न हम कोई अपरिचित उड़न वस्तु ले सकते हैं।

कुछ संसार इतनी दूरी पर होते हैं जहाँ तक अपरिचित उड़न वस्तु भी नहीं उड़ सकती। जी हाँ, अपरिचित उड़न वस्तु भी नहीं ठीक है। लेकिन हमारे भीतर ऐसी सुविधा मौजूद है, जो किसी भी अपरिचित अनजान उड़न वस्तु से भी तेज उड़ सकती है। यह हमारी अपनी आत्मा है। कभी-कभी हम इसे भावना कहते हैं और हम इससे उड़ सकते हैं बिना किसी ईंधन के, बिना किसी पुलिस अथवा ट्रैफिक जैम (वाहनों की भारी भीड़) अथवा ऐसी किसी भी बाधा के और न ही किसी ऐसी चिन्ता के कि कोई ऐसा दिन भी आ सकता है जब अरब देश हमें तेल न बेचें, क्योंकि हमारी आत्मा तो स्वयं सभी रूपों में समर्थ है। यह कभी खराब नहीं होती जब तक कि हम स्वयं ही सामान्य नियमों का उलंघन करके स्वर्ग और पृथ्वी की सामंजस्यता का उलंघन करके इसे नुकसान न पहुँचाना चाहें। इससे बचना बिल्कुल साधारण है। अगर आपकी रूचि यह जानने में है कि यह कैसे संभव है तो मैं आपको बताऊँगी। उदाहरण के लिए, मैं संक्षेप में बताती हूं, मैं उपदेशक नहीं हूँ, इसलिए चिन्ता न करें, मैं आपको चर्च (गिरिजाघर) नहीं ले चलूँगी। केवल उदाहरण दूंगी।

ब्रह्माण्ड के कुछ नियम हैं, जिनको हमें जानना चाहिए। ठीक उसी तरह जैसे जब हम कार चलाते हैं तो हमें यातायात के नियम पता होने चाहिए। जब लाल बत्ती हुई तो खड़े हो गए और हरी बत्ती हुई तो चल पड़े। बायें चलों, दाहिने चलो आदि। खुली सड़क पर कितनी रफ्तार हो। इसी तरह इस भौतिक विश्व में ब्रह्माण्ड के भी कुछ (अत्यन्त सरल) नियम हैं। समझ रहे हैं आप? हमारे विश्व से परे, इस भौतिक सृष्टि से परे कोई नियम नहीं है, बिल्कुल भी कोई नियम नहीं है। हम स्वतंत्र हैं, स्वतंत्र नागरिक हैं, लेकिन हमें परे पहुँचना है ताकि हम स्वतंत्र हो सकें और जब तक हम इस भौतिक संसार में रह रहे हैं, इस भौतिक शरीर में रह रहे हैं, तब तक हमें हर संभव उपाय से नियमों का पालन करना ही है ताकि हम किसी मुसीबत में न फँसे। ऐसी स्थिति में हमारे वाहनों को नुकसान नहीं पहुँचता और इसलिए बिना किसी झमेले के हम तेजी से, ऊँचे उड़ सकते हैं।

ये नियम बाइबिल में लिखे हैं, बौद्ध और हिन्दू धर्मग्रन्थों में भी लिखे हुए हैं। ये अत्यन्त साधारण नियम हैं: पड़ोसी को हानि न पहुँचाओ, जीव हत्या न करो, प्रेम में विश्वासघात न करो, चोरी न करो आदि। नशीले द्रव्यों का सेवन न करो। शायद बुद्ध को मालूम था कि बीसवीं सदी में दुनिया कोकीन तथा इसी तरह के दूसरे नशीले पदार्थों का आविष्कार कर लेगी। इसीलिए उन्होंने कहा था किसी भी प्रकार का नशा मत करो। नशे में हर प्रकार का जुआ भी शामिल है, जो हमारे मन को भौतिक आनंद में अनुरक्त कर देता है और हम आध्यात्मिक यात्रा को भूल ही जाते हैं। अगर हम तेजी से और ऊँचे उड़ना चाहते हैं वह भी बिना किसी खतरे के तो यही भौतिक नियम है जो भौतिकी के नियमों जैसा ही है। जब कोई राकेट उड़ाना होता है तब वैज्ञानिकों को कुछ नियमों का पालन करना पड़ता है। बस इतनी सी ही बात समझने की है। इसलिए हमें बहुत ज्यादा सावधानी बरतनी पड़ेगी क्योंकि हम राकेट से भी अधिक ऊँचे उड़ना चाहते हैं, अजनबी उड़न वस्तुओं से तेज उड़ना चाहते हैं और अगर आपकी रूचि है तो और भी बहुत-सी बातें हैं जिन्हें आपको बताना जरूरी है लेकिन यह काम दीक्षा के समय होगा। मैं इन सब नियमों की चर्चा करके इस समय आपको उबाना नहीं चाहती, क्योंकि आपका कहना है कि हम तो इन्हें पहले से ही जानते हैं। हम इन्हें अपने धर्मग्रन्थ में पढ़ चुके हैं--बाइबिल में। दस नियम, ठीक है ना! दस आज्ञा।

सच तो यह है कि हममें से अधिकांश लोग नियम पढ़ तो लेते हैं किन्तु उनसे ज्यादा गहराई से जुड़ते नहीं, न ही उन्हें गहराई से समझते हैं। अथवा, हम उन्हें अपने मन के अनुसार समझना चाहते हैं.....ठीक वैसे नहीं, जैसे उनका सही अर्थ लिखे जाने के समय था। इसलिए, इसमें कोई नुकसान नहीं कि कभी-कभी यह याद दिला दिया जाये कि उनके अर्थ की गहराई को फिर से समझने की जरूरत है। उदाहरण के लिए, बाइबिल में, ओल्ड टेस्टामेंट में, पहले ही पृष्ठ पर, परमेश्वर का कहना है: **मैंने पशु तुम्हारे मित्र बनने के लिए, तुम्हारी मदद करने के लिए बनाए और कि तुम उन पर शासन करोगे।** उन्होंने आगे कहा है कि मैंने हरेक पशु के लिए आहार बनाया, हरेक के लिए अलग-अलग। लेकिन उन्होंने यह नहीं कहा कि पशुओं को खाओ। बिल्कुल नहीं। उन्होंने तो कहा: **मैने सब आहार बनाए, खेतों में अन्नानस्पति, पेड़ों पर फल, जो स्वाद में जायकेदार हैं और देखने में अच्छे हैं। ये सभी तुम्हारे आहार होंगे।** लेकिन

अधिकांश लोग इन बातों पर ध्यान नहीं देते। इस तरह, बाइबिल के अनेक अनुयायी भी मांस खाते हैं, बिना यह समझे कि परमेश्वर का सही तात्पर्य क्या था।

अगर हम गहन वैज्ञानिक अनुसंधान करें तो हमें पता चलेगा कि हम मांस खाने के लिए बने ही नहीं है। हमारी शारीरिक रचना हमारी आँतें, हमारा पेट, हमारे दाँत और सभी कुछ वैज्ञानिक ढ़ंग से केवल निरामिष आहार को ही ग्रहण करने के लिए बना हुआ है। इसलिए इसमें कोई आश्चर्य नहीं कि अधिकांश लोग बीमार पड़ते हैं, जल्दी बूढ़े हो जाते हैं, थक जाते हैं और आलसी हो जाते हैं जबकि पैदा होने के समय वही मेधावी और बुद्दिमान होते हैं और वे दिन-प्रतिदिन मंदबुद्धि होते जाते हैं। तथा जैसे-जैसे वृद्धावस्था की ओर बढ़ते जाते हैं और भी अधिक कष्ट का अनुभव करते हैं। इसका कारण यही है कि हम अपने वाहनों को, अपने उड़न पदार्थों को, अपनी अनजान उड़न वस्तुओं को नुकसान पहुँचा चुके होते हैं इसलिए अगर हम इस वाहन को (अर्थात् अपने शरीर को) और अधिक दीर्घायु तथा सुरक्षित बनाना चाहते हैं तो हमें इसकी देखभाल उचित ढ़ंग से करनी होगी। उदाहरण के लिए, हमारे पास कार (मोटरगाड़ी) है। आप सब लोग कार चलाते हैं इसलिए आपको पता ही है। अगर आप इसमें गलत पेट्रोल डालें तो क्या होगा? हो सकता है कुछ फीट चलें और फिर ठहर जाय। इसके लिए कार को तो दोष दिया नहीं जा सकता। यह तो हमारी भूल है। हमने गलती से कुछ ऐसा ईंधन उसमें डाला, उसमें थोड़ा पानी रहे तो शायद कार कुछ समय तक चले परन्तु बाद में समस्या तो पैदा होगी ही। है न। अथवा तेल बहुत गंदा हो गया है और हमने उसे साफ नहीं किया। इस स्थिति में भी कार कुछ समय तक चलती रहेगी और फिर मुसीबत आ खड़ी होगी और कई बार ऐसा भी होता है कि कार दुर्घटनाग्रस्त हो जाती है क्योंकि हमने उसकी देख-भाल ठीक ढ़ंग से नहीं की। है न?

इसी प्रकार हमारा शरीर भी वाहन की तरह है, जिसका उपयोग हम यहाँ से अनन्त लोक तक उड़ने के लिए, वैज्ञानिक ज्ञान के उच्चतम स्तर तक पहुँचने के लिए कर सकते हैं। लेकिन कभी-कभी हम इसे नुकसान पहुँचा देते हैं और हम इसका उपयोग उचित ढ़ंग से नहीं करते। उदाहरण के लिए, आफिस तक, मित्रों के यहाँ तथा विभिन्न सुन्दर दृश्यावलि तक पहुँचने के लिए, हमारी कार को अनेक मीलों चलना पड़ता है लेकिन अगर हम उसकी देख-भाल न करें, उसमें गलत पेट्रोल डाल दें अथवा हम उसमें पड़े तेल की, पानी की और

दूसरी बातों की ठीक से जाँच न करें तो कार न तो तेज चलेगी और न ही काफी दूर तक जा सकेगी। ऐसी स्थिति में हम क्या कर पायेंगे, अपने बगीचे के चक्कर काटें, घर के पिछवाड़े घूमें। यह भी ठीक ही है लेकिन समझने की बात यह है कि फिर हमारे कार खरीदने का उद्देश्य क्या था। यह तो पैसे की, अपने समय की और अपनी ऊर्जा की बर्बादी ही हुई। बस। किसी को भी दोष नहीं दिया जा सकता। इसके लिए पुलिस भी आपसे कुछ जुर्माना नहीं लेगी। बस, बात इतनी सी है कि आप अपनी कार, अपना धन बर्बाद कर रहे हैं। जबकि कार की सही स्थिति में आप बहुत दूर तक जा सकते थे, कई चीजें देख सकते थे और तरह-तरह की दृश्यावलि का आनंद उठा सकते थे।

यही बात हमारे भौतिक शरीर के लिए भी सही है। हम इस संसार में रह सकते हैं, लेकिन इसके लिए हमें अपने इस शरीर की देखभाल करनी होगी। हमारे पास और भी उपकरण हैं, जिनसे हम गोचर जगत से परे उड़ सकते हैं। अन्तरिक्ष-यात्री की तरह, जो अपने राकेट में बैठा होता है। राकेट ही उसका उपकरण है। उसे इसका अच्छी तरह ध्यान रखना होता है कि वह भौतिकी के नियमों का उल्लंघन तो नहीं कर रहा, जिससे कि उसका राकेट सुरक्षित रहे और तेज उड़ सके। राकेट में बैठा अन्तरिक्ष-यात्री और गंतव्य स्थल मुख्य है और अगर वह राकेट को केवल लॉग आइलैण्ड के ऊपर उड़ाता रहे तो यह भी समय की बर्बादी ही है। ठीक है न? राष्ट्र के धन की बर्बादी।

इसलिए, हमारा शरीर अत्यन्त मूल्यवान है क्योंकि इसके अन्दर ही तो गुरू विराजमान है। इसीलिए तो बाइबिल में कहा गया है: **तुम नहीं जानते कि तुम ही परम पिता सर्वशक्तिमान परमेश्वर के मन्दिर हो और ईश्वर तुम्हारे ही अन्दर विराजते हैं।** पावन आत्मा वही है, दोनों ही एक हैं। यदि हमारे अन्दर पावन आत्मा अथवा सर्वशक्तिमान परमेश्वर का निवास है तो आप कल्पना कर सकते हैं कि यह कितनी महत्वपूर्ण बात है, कितनी अधिक महत्वपूर्ण! अनेक लोग यह बात बहुत जल्दी पढ़ लेते हैं किन्तु इस वाक्य के महत्व को भली-भांति समझ नहीं पाते और न ही उसे जानने और समझ पाने की कोशिश ही करते हैं ताकि वे यह जान तथा समझ सकें कि उनके अन्दर कौन विराजमान है और इस संसार से परे, हमारे प्रतिदिन के संघर्ष, धनार्जन और प्रयास तथा दूसरी सभी भौतिक समस्याओं के अलावा और क्या कुछ फैला है। हमारे भीतर

अधिक सौन्दर्य, अधिक स्वतन्त्रता, अधिक ज्ञान विराजता है और अगर हम उससे जुड़ जाने का उचित तरीका जानते हों, तब तो यह सब हमारा ही है क्योंकि वह तो हमारे अन्दर ही मौजूद है। असल बात यह है कि हम नहीं जानते कि इस ज्ञान की कुँजी कहाँ है। हमने तो इस निवास को जाने कब से बंद कर रखा है और अब तो हम भूल गए हैं कि हमारे पास यह खजाना मौजूद भी है। बस, बात इतनी सी है। इसलिए गुरू नामक व्यक्ति ही वह माध्यम है, जो हमें यह दरवाजा खोलने में मदद कर सकता है और हमें सब कुछ दिखा सकता है जो वास्तव में पहले से ही हमारे पास मौजूद है लेकिन इसमें समय लगेगा तब हम उसमें प्रवेश कर सकेंगे और हमारे पास जो है उस हर चीज की जाँच-पड़ताल कर पायेंगे।

अब हम किसी न किसी तरह से दूसरे संसार में पहुँच गए क्या आपकी रूचि और आगे जाने में है? (जी हाँ, हाँ। सुनने वाले एक साथ कह उठें।) तो आप बिना कुछ किए ही सब जानना चाहते हैं? (गुरू हँस पड़ती हैं) अच्छी बात है। लेकिन कोई आपको दूसरे देश के बारे में तभी तो बता सकता है, जब वह स्वयं वहाँ से हो आया है और आप नहीं। ठीक है न? कम से कम आपकी रूचि है और शायद आप वहीं जाना भी चाहते हैं। अच्छा, दूसरे संसार की बात लें, हालांकि अभी मैं दूसरे संसार के बारे में सब कुछ नहीं बता पाई हूँ लेकिन आप जानते हैं कि हमलोग पूरे दिन तो यहाँ बैठे नहीं रह सकते। इसलिए दूसरे संसार में प्रवेश करने के बाद आप और अधिक शक्ति अर्जित कर पाये हैं और अगर आप अटल हैं और उस दिशा में काम करें तो आप तीसरे संसार में प्रवेश कर सकते हैं।

तीसरा कहलाने वाला यह संसार एक कदम की ऊँचाई पर है। इस तीसरे संसार में जाने वाले को कम से कम इस संसार के सभी कर्जों से पूरी तरह से मुक्त होना पड़ता है। समझे आप? यदि इस भौतिक संसार के स्वामी का हम पर कुछ भी कर्ज शेष हो तो हम उस संसार में नहीं जा सकते हैं। ठीक, वैसे ही, जैसे कि आप किसी देश के अपराधी है और आपका रिकार्ड साफ नहीं है तो आप उस देश की सीमा पार करके दूसरे देश में नहीं जा सकते। इस प्रकार इस संसार के कर्ज में कई बातें शामिल है वह सब जो हमने अपने इस भौतिक जीवन के भूतकाल में किया, वर्तमान में कर रहे हैं और भविष्य में कर सकते हैं। इन सबसे मुक्त होना जरूरी है, उसी तरह जैसे हम अपने इस संसार

से परे किसी संसार में जाते समय सीमा शुल्क आदि चुकाते हैं। दूसरे संसार में पहुंचने पर हम इस जीवन के भूत और वर्तमान के शेष कर्म के साथ ही अपनी यात्रा जारी रखते हैं क्योंकि यही सच है कि बिना भूतकालिक कर्म के हम वर्तमान जीवन में बने ही नहीं रह सकते।

गुरूओं की दो भिन्न-भिन्न श्रेणियाँ होती हैं। एक वह, जिसका अपना कोई कर्म नहीं होता, लेकिन वह नीचे आने के लिए कर्म उधार ले लेता है। दूसरा वह, जो हमारी ही तरह होता है सामान्य मनुष्य की भाँति, लेकिन कर्म परिमार्जित होता है। इसलिए कोई भी व्यक्ति गुरू हो सकता है,एक भावी गुरू। कई बार ऐसा होता है कि गुरू उच्चतर संसार से, उधार लिए हुए कर्म के साथ उतरता है। कैसा लगा यह सब सुनने में कर्म, उधार लिया हुआ कर्म? (गुरू माँ हँसती हैं) यह हो सकता है। यह संभव है। उदाहरण के लिए, इस जगत में आने से पहले भी आप यहाँ आ चुके हैं। ठीक है ना? और इस जगत के विभिन्न लोगों के साथ न जाने कई युगों से अथवा सैक्ड़ों वर्षों से आप लेन-देन करते आ रहे हैं और उसके बाद आप स्वर्ग में अथवा अपने निवास लौट जाते हैं जो बहुत दूर हैं, अलग-अलग स्तर तक, कम से कम पाँचवें स्तर तक। वही गुरू का निवास है, पाँचवा स्तर। लेकिन उसके परे भी कई स्तर हैं।

फिर जब हम जनक अथवा ब्रह्मा द्वारा सौंपे गए किसी काम के कारण अथवा करूणावश वापस लौटना चाहते हैं तो हम नीचे उतर आते हैं और अतीत में लोगों के साथ सम्बन्ध होने के कारण ही हम उनके खाते से कुछ ऋण ले सकते हैं, उनके कर्म से मतलब है, केवल ऋण। लोगों के बारे में और कुछ भी रम्य नहीं है। हम कुछ ऋण ले सकते हैं और फिर धीरे-धीरे अपनी आध्यात्मिक शक्ति से लौटा सकते हैं और तब तक ऐसा करते रह सकते हैं जब तक हमारा सांसारिक जीवन समाप्त न हो जाये। समझे आप, इसीलिए गुरू भी अलग-अलग कोटि के होते हैं। कुछ ऐसे होते हैं, जो इसी जगत में होते हैं, वे बाद में अभ्यास करते हैं और शीघ्र ही गुरू का पद प्राप्त करते हैं, वैसे ही जैसे स्नातक होते हैं। जैसे विश्वविद्यालय में प्रोफेसर होते हैं और विद्यार्थी जो स्नातक होने के बाद जो खुद प्रोफेसर बन जाते हैं। आया समझ में? लम्बे अरसे से चले आ रहे प्रोफेसर और नए नए स्नातक हुए प्रोफेसर आदि। इसी प्रकार गुरू की भी कोटि होती है।

अच्छा, अब अगर हम तीसरे संसार में जाना चाहते हैं तो हमें अपने कर्म के प्रत्येक चिन्ह को बिल्कुल स्वच्छ करना होगा। कर्म का नियम है जो बोओगे वही काटोगे। समझे? मान लीजिए, हम नारंगी का बीज रोपते हैं, तो हमें नारंगियाँ ही मिलेंगी, सेब के बीज बोयेंगे तो सेब मिलेंगे। इसी को कहते हैं कर्म। करनी और भरनी। बाइबिल में कर्म की चर्चा नहीं है, लेकिन इसमें कहा गया है **जो बोओगे वही काटोगे।** दोनों एक ही बात है।

बाइबिल गुरू शिक्षा का संक्षिप्त रूप है और किसी न किसी रूप में परमेश्वर के जीवन का भी संक्षिप्त रूप है। इसी कारण बाइबिल में हमें कुछ अधिक व्याख्या नहीं मिलती। फिर बाइबिल के अनेक संस्करणों में इस कारण कुछ न कुछ घटा बढ़ा दिया गया है ताकि उसका रूप इन आन्दोलनों के मुखियाओं को अपने अनुकूल लगे और ये नेता बहुधा ऐसे नहीं थे कि उनका झुकाव आध्यात्मिकता की ओर हो। आप तो जानते हैं कि हर युग में लोग सब कुछ खरीदते बेचते हैं। दलाल.....जीवन के हर क्षेत्र में दलालों की भरमार है। लेकिन बाइबिल, सच्ची बाइबिल, कुछ अलग है, कुछ अधिक बड़ी है, सटीक और सहज समझ में आने वाली है। हम इसकी हर बात को सिद्ध नहीं कर सकते, इसलिए हम इसके विषय में बात नहीं करते, इसलिए कि कहीं यह धर्म विरूद्ध बात न हो जाये। इसलिए, हम वहीं बातें कह सकते हैं जिसे हम सिद्ध कर सकें।

आप मुझसे पूछ सकते हैं: ''आप दूसरे संसार, तीसरे संसार और चौथे संसार की बात करती हैं। आप इन्हें कैसे सिद्ध कर सकती हैं?'' सच है कि मैं सिद्ध कर सकती हूँ। निश्चय ही। यदि आप मेरे साथ उसी मार्ग पर चलें, तो आपको भी वही दिखाई देगा। समझ रहे हैं आप? लेकिन अगर आप मेरे साथ नहीं चलेंगे, तो मैं इसे आपके सामने सिद्ध नहीं कर सकती हूँ। यह असंदिग्ध है। असंदिग्ध! इसीलिए तो मैं यह सब कहने का साहस कर रही हूँ क्योंकि इसका प्रमाण है। इसका प्रमाण है क्योंकि संसार भर में हमारे लाखों लाख शिष्य है। इसलिए हम वही कह सकते हैं, जो हम जानते हैं। उदाहरण के लिए, अगर हम आगे बढ़े ..... परन्तु आपको मेरे साथ चलना पड़ेगा, चलना ही पड़ेगा। आप यह नहीं कह सकते, अच्छा आप ही मेरे लिए चलिए और बताइये और मुझे सब कुछ दिखाइए। मैं ऐसा नहीं कर सकती।

मान लीजिए, अगर मैं संयुक्त राष्ट्र के इस कमरे में न होऊँ, तो आप

चाहे जितना भी मुझे इस कमरे के बारे में बताइए, मैं इसका वास्तविक अनुभव हरगिज नहीं कर पाऊँगी। ठीक है न? इसलिए हमें किसी न किसी अनुभवी पथ प्रदर्शक के साथ चलना ही पड़ेगा। इस कमरे में ही मेरे कुछ शिष्य, जो अलग-अलग जाति व देश के हैं, उन्हें कुछ इस प्रकार के अनुभव हो चुके हैं, जिनके बारे में मैंने अभी-अभी आपको आंशिक या पूर्ण रूप से बतलाया है। इसलिए यह सच है कि तीसरे संसार पर ही अन्त नहीं होता। इसके आगे भी बहुत कुछ है। मैंने अभी आपको जो कुछ बताया है वह पूर्ण का केवल अंश मात्र है। यह तो चलते-चलते कुछ कह देने, थोड़े रूप में बातें बताने जैसा है, विस्तारपूर्वक वर्णन नहीं। जब हम किसी देश के बारे में कोई पुस्तक पढ़ते हैं, तो वह सचमुच का देश नहीं होता है। है ना? यात्रा के बारे में विश्व के नाना देशों के बारे में हमारे पास कई किताबें होती हैं फिर भी हम खुद वहाँ जाकर देखना चाहते हैं, है न? हम स्पेन, टेनेरीफ और यूनान के बारे में जानते हैं, किताबों और फिल्मों के माध्यम से। हमें वहाँ जाकर, वहाँ रहने के आनन्द का वास्तविक अनुभव करना पड़ेगा। उनका भोजन, उनका स्वाद भरा जल, सागर का विस्तार, सुहावना मौसम, सहज स्नेही लोग तथा हर प्रकार के वातावरण का अनुभव सचमुच करना पड़ेगा। केवल पुस्तकें पढ़ कर हम इनका अनुभव नहीं कर सकते।

चलिए, किसी न किसी प्रकार आप तीसरे संसार को उत्तीर्ण कर लेते हैं। अब इसके बाद.....? निस्सन्देह, अब इससे और ऊँचे संसार, चौथे संसार में प्रवेश करने की बारी है और चौथा संसार, वह तो अति साधारण है। हम आम आदमी को इन सब बातों को साधारण भाषा में कुछ नहीं बता सकते, इसलिए कि कहीं उस संसार का स्वामी नाराज न हो जाये। हालांकि इस संसार के कुछ भाग अत्यन्त अंधकारपूर्ण हैं, न्यूयार्क में बिजली गुल हो जाने पर छाने वाले अंधेरे से भी कहीं अधिक अंधकारपूर्ण है, फिर भी यह अत्यन्त सुन्दर है। क्या कभी आपने समूचे शहर के अंधकार में डूबे होने का अनुभव किया है? किया है। तब यह संसार उससे भी अधिक अंधेरा है। लगता है, मानो कोई निषिद्ध नगर हो। परमेश्वर का ज्ञान प्राप्त करने से पहले, हम यहीं रूकते हैं। लेकिन रूकते हैं, गुरू के साथ। एक अनुभवी गुरू के साथ ही आप इस अंधेरे से गुजर सकते हैं अन्यथा इस कोटि के संसार का रास्ता आप ढूँढ़ ही नहीं सकते।

जब हम अस्तित्व के विभिन्न स्तरों तक पहुँच जाते हैं, तो हम न केवल

आध्यात्मिक परिवर्तनों का ही अनुभव कर चुके होते हैं, बल्कि भौतिक परिवर्तनों का, बौद्धिक परिवर्तनों का और अपने जीवन के अन्य सभी पक्षों में हुए परिवर्तन का भी अनुभव कर चुके होते हैं। हम जीवन को दूसरे ढ़ंग से देखते हैं, अलग ढ़ंग से चलते हैं, अलग ढ़ंग से काम करते हैं। यहाँ तक कि हमारे काम का, हमारे प्रतिदिन के काम का अर्थ ही बदल जाता है और हम यह समझ लेते हैं कि हम इस ढ़ंग से काम क्यों कर रहे हैं। यह काम हम क्यों कर रहे हैं अथवा हमें इस काम में परिवर्तन क्यों करना चाहिए। हम अपने जीवन का प्रयोजन समझ लेते हैं, इसलिए हम बेचैनी और उद्विग्नता का अनुभव नहीं करते लेकिन हम बहुत धीरज के साथ, समरसता के साथ धरती पर अपने काम के खत्म हो जाने का इन्तजार करते हैं क्योंकि हमें पता होता है कि हमारा अगला लक्ष्य क्या है, हम कहाँ जाने वाले हैं। हम जी रहे हैं जबकि हम यह जानते हैं। कहते हैं न ''मरना जीना एक साथ।'' मैं जानती हूँ, आप में से कुछ कहीं न कहीं यह पहले भी सुन चुके हैं लेकिन मैं किसी ऐसे गुरू को नहीं जानती, जो इससे अलग कुछ कहे। (गुरू हँसती हैं।) बस । यही कहा जा सकता है कि आन्तरिक अनुभव के वास्तविक आनन्द का अनुभव करना हमारे लिए आवश्यक है। क्या कोई मर्सीडीज बेंज (मोटरकार) का वर्णन किसी और रूप में कर सकता है? नहीं न। हर कोई एक ही रूप तो बतलाएगा उसका। इसलिए अगर किसी के पास मर्सीडीज बेंज है, वह बेंज के विषय में जानता है तो वह उसका सही वर्णन कर सकता है। लेकिन वह बेंज नहीं है।

हालांकि मैं आपसे बिल्कुल साधारण भाषा में चर्चा कर रही हूँ, तो भी ये साधारण बातें नहीं हैं। ये ऐसी बाते हैं जिनका अनुभव हमें अपने काम से, सच्ची लगन से और मागदर्शन से करना पड़ेगा। इस ढंग से यह निष्कंटक है। हालांकि लाखों में एक बार ऐसा भी हो सकता है कि हम खुद सफल नहीं हो पाते लेकिन खतरे, जोखिम तथा निष्कंटक परिणाम के कारण बहुत सुरक्षित नहीं होते। अतीत में कुछ लोग..... उदाहरण के लिए स्वीडन बोर्ग ने किसी कोटि तक ऐसा हासिल कर लिया था, बिल्कुल अकेले अथवा गुर्दियेफ को लें, इन्होंने अकेले ही साधना करके अपने लक्ष्य की प्राप्ति कर ली थी लेकिन जब मैंने इनलोगों के बारे में पढ़ कर जाना-समझा तो पता चला कि उन्हें भी खतरों का सामना करना पड़ा, उन्होंने काफी मुसीबतें झेली और ये भी कतई जरूरी नहीं कि ये

सब लोग शिखर स्तर तक पहुँचे।

फिर आप उच्चतर स्तर पर पहुँच जाते हैं। चौथे के बाद आप अगले उच्च स्तर पर पहुँचना चाहते हैं। गुरू का स्थान, जो पाँचवा स्तर है। हर गुरू उसी स्तर का होता है। यद्यपि उनका स्तर पाँचवें से भी ऊँचा होता है, तथापि वे उसी पाँचवें स्तर पर बने रहते हैं। गुरू का निवास स्थान वही है। और इसके परे परमेश्वर के अनेक पक्ष हैं, जिन्हें समझ पाना कठिन है। मैं आपको भ्रम में नहीं डालना चाहती, इसलिए फिर कभी इसके बारे में चर्चा करूँगी अथवा संभवतः दीक्षा देने के बाद जबकि आप इसके लिए कुछ तैयार हो जायेंगे तब मैं आपको आपकी ही कल्पना के बारे में कुछ महत्वपूर्ण बातें बताऊंगी। कैसे यह कभी-कभी परमेश्वर के प्रति आपके विचारों को गलत सिद्ध कर देती है।

अच्छा, अब कोई प्रश्न आपके मन में है, तो पूछें। यदि आपको मेरी बातें उबाऊ लगीं तो आप मुझे बिल्कुल छिटक भी सकते हैं। (गुरू हँसी) मैं हँसी-खुशी चली जाऊँगी। सचमुच। (नहीं,नहीं के स्वर। कृपा करके आप रूकें। माइक्रोफोन के निकट रहे ताकि लोग आपकी बात सुन सकें।)

प्रश्नकर्त्ता– आपने कहा कि गुरू लोगों के कर्म को उधार ले सकता है। ऐसी स्थिति में इनलोगों का कर्म तो मिट गया? तो फिर इनलोगों का क्या परिणाम होगा?

गुरू माँ– बिल्कुल ठीक बात है। यदि गुरू की इच्छा हो तो वह किसी के भी कर्म को मिटा सकता है। वास्तव में दीक्षा के समय सभी शिष्यों के अतीत के सम्पूर्ण कर्म को मिटाना ही पड़ता है। मैं केवल वर्तमान कर्म को आपके लिए छोड़ देती हूं ताकि आप इस जीवन के कार्यकलाप करते रहें अन्यथा हमारी तत्काल मृत्यु हो जायेगी। बिना कर्म के जीवन संभव नहीं है इसलिए गुरू को केवल संचित कर्म को ही मिटाना पड़ता है ताकि व्यक्ति स्वच्छ हो जाये और कुछ कर्म गुरू उसके लिए छोड़ देता है, जिससे इस जीवन की निरन्तरता बनी रहें। और वह इस जीवन में जो कुछ करना चाहता है उसे कर सके। इसके बाद, सब समाप्त इसी कारण वह आगे जा सकता है अन्यथा वह कैसे जा पायेगा। भले ही वह इस जीवन में स्वच्छ है, परन्तु कितना स्वच्छ? और उसेक पिछले जीवन के बारें में क्या, समझे आप? बस, यही बात है।

प्रश्नकर्त्ता– धन्यवाद।

गुरू माँ– आपका स्वागत है। प्रश्न बहुत समझदारी का है। मेरा ख्याल है, मेरी बातें आपने ध्यानपूर्वक सुनी हैं। और कोई सवाल?

प्रश्नकर्त्ता– आपके अभ्यास का लक्ष्य क्या है?

गुरू माँ– लक्ष्य क्या है, बताया नहीं मैने आपको इस संसार से परे की यात्रा, परमेश्वर के राज्य में फिर से लौटना, अपनी बुद्धि शक्ति को पहचानना और इस जीवन में ही बेहतर मनुष्य बनना।

प्रश्नकर्त्ता– क्या सभी परिमण्डलों में कर्म विद्यमान है

गुरू माँ– नहीं, सभी परिमण्डलों में नही, केवल दूसरे परिमण्डल तक, क्योंकि हमारा मन, हमारा मस्तिष्क जो कंप्यूटर है इसी दूसरे स्तर पर उत्पन्न होता है। जब हम नीचे स्तर तक की यात्रा करते हैं, उच्चतर स्तर से इस भौतिक स्तर तक की पूरी यात्रा करते हैं, मान लीजिए कुछ काम करने के लिए। समझे आप। गुरू भी पाँचवे स्तर से उतर कर नीचे तक, इस भौतिक विश्व में लौटने तक की यात्रा करता है। तब फिर उसे दूसरे स्तर से गुजरना पड़ता है, इस कम्प्यूटर को उठाना पड़ता हैं और इसे ठीक करना पड़ता है ताकि इस संसार में काम कर सकें। उसी तरह जैसे कोई गोताखोर सागर में गोता लगाने के लिए कूदता है तो उसे आक्सीजन का मास्क लगाना पड़ता है और दूसरी सब तरह की तैयारी करनी पड़ती है। हालांकि वह अपने साधारण रूप में इतना विचित्र नहीं दिखता, लेकिन जब आक्सीजन मास्क और गोताखोरी के लिए जरूरी कपड़े पहन लेता है तो वह मेढ़क की तरह दिखने लगता है। बस कुछ इसी तरह के हम लगते हैं.....अपने कम्प्यूटर के साथ और दूसरी भौतिक अड़चनों के साथ। अन्यथा हम सचमुच सुन्दर लगते हैं। यद्यपि आप समझते हैं कि आप अभी खुबसूरत हैं, लेकिन इस स्थिति में आप उससे कहीं बदसूरत हैं जैसे कि वास्तव में आप है। समझे क्योंकि इस संसार में काम करने के लिए और गहरे गोता लगाने के लिए हमें तरह तरह के उपकरण पहनने पड़ते हैं। इसलिए, जब हम दूसरा स्तर पार कर ऊँचे पहुँचने के लिए रवाना होते हैं, तो हमें अपने कम्प्यूटर को यहीं छोड़ देना पड़ता है, क्योंकि अब हमें उसकी जरूरत बिल्कुल नहीं रहती है। ठीक वैसे ही जब गोताखोर किनारे पर पहुँचता है, तो वह आक्सीजन मास्क और गोता लगाने के लिए जरूरी सभी उपकरण उतार देता है तथा अपने असली रूप में आ जाता है। ठीक है ना। अच्छा आप चाहें तो कुछ और पूछ सकते हैं।

हमारे पास एक ही माइक्रोफोन है, हमें इसके लिए बहुत खेद है।

प्रश्नकर्ता– धन्यवाद, धन्यवाद गुरू माँ। आपने कहा कि दूसरे संसार के अंत में, और ऊँचे जाने से पहले, हम अपने सभी कर्म पीछे छोड़ देते हैं और हमें अपने कर्मों को स्वच्छ अथवा उससे निवृत्त होना पड़ता है, तो क्या इसका मतलब हुआ कि भूतकाल के सभी कर्म जीवित रहते हैं और इस संसार में हम उन्हें अपने साथ रखे रहते हैं?

गुरू माँ– बिल्कुल सही, क्योंकि कुछ भी दर्ज करने के लिए कोई कम्प्यूटर नहीं होता। हमारे पास कर्म केवल इसलिए होते हैं क्योंकि हमारे पास यह कम्प्यूटर है बुद्धि का, दिमाग है, जो इस भौतिक संसार के प्रत्येक अनुभव को दर्ज करने के लिए है। इसीलिए तो यह हमारे पास है। अच्छा या बुरा, सब हम इसी में दर्ज करते हैं। इसी को हम कर्म कहते हैं। कर्म क्या है? हमारे अच्छे या बुरे अनुभव, हमारी प्रतिक्रिया, हमारी समझ के अनुभव, जो हम कई जीवनकाल में प्राप्त करते हैं। और क्योंकि हमारे पास अन्तरात्मा होती है, हम जानते हैं कि हमें अच्छा होना चाहिए और कभी-कभी हम कुछ बुरा भी करते हैं। इसीलिए हम इसे कर्म कहते हैं। बुरी चीजें हमारे लिए बोझ होती हैं, जैसे बहुत सारा कूड़ा तथा सामान क्योंकि गुरूत्वाकर्षण का नियम है कि यह हमें नीचे की ओर खींचती है और हमे पहाड़ पर चढ़ पाने में कठिनाई उत्पन्न करती है। समझे? इस संसार में बहुत सारे नैतिक अनुशासन है, न जाने कितने नियम, अनेक रीति-रिवाज, कई आदतें आदि विभिन्न राष्ट्रों में मौजूद हैं, जो हमें इन अच्छे और बुरे की, अपराध और निर्दोष की संकल्पनाओं में बांधे रहते हैं, इसलिए जब इस संसार के लोगों के साथ हम सम्पर्क बनाते हैं, तो उस जाति के रीति-रिवाज, स्वभाव तथा नियम के अनुरूप अच्छे और बुरे, दोषी और निर्दोष के अनुभव ग्रहण करते हैं। समझे? इस प्रकार हमारा स्वभाव वैसा ही बन जाता है, हम ऐसा करेंगे तो हम दोषी होंगे। हम वैसा करेंगे तो हम बुरे आदमी हैं और इन सभी का लेखाजोखा हमारे दिमाग में रहता है। इसी से हम एक संसार से दूसरे संसार में पहुंचते हैं और यह हमें इस भौतिक संसार से अथवा कुछ ऊँचें संसार में पहुँचने की शक्ति देता है। लेकिन बहुत ऊँचे नहीं। हम इतने, इतने अधिक स्वतन्त्र नहीं होते। हम इतने हल्के नहीं होते कि ऊँचे तैर सकें। समझे आप? केवल इसी संकल्पना के कारण, पूर्व संकल्पना के कारण।

प्रश्नकर्त्ता-- क्या जब हम जन्म लेते हैं, तभी यह पूर्व निर्धारित हो चुका होता है कि हम प्रत्येक जीवन-काल में किसी निश्चित स्तर तक पहुंच सकेंगे?

गुरू मां— जी नहीं। हम अपनी इच्छा के अनुसार तेज या धीमे दौड़ सकते हैं। उदाहरण के लिए, आपने अपनी कार (मोटरगाड़ी) में सौ लीटर पेट्रोल डाला है। मुझे नहीं मालूम कि आपने कितना पेट्रोल कार में डाला है। मैं गाड़ी चलाना भी नहीं जानती। लेकिन आप इससे तेज गति से जा सकते हैं और जल्दी या धीरे-धीरे चले तो भी आप अपने गंतव्य तक पहुंच सकते हैं। यह तो आपकी इच्छा पर निर्भर है। ठीक है न।

गुरू मां— उस दरवाजे के पास खड़े सज्जन, आप कुछ कहना चाहते है?

प्रश्नकर्त्ता-- मैं सिर्फ यह पूछना चाहता हूँ कि देवदूत किसी स्तर पर होते हैं?

गुरू माँ-- किस स्तर पर? यह तो इस बात पर निर्भर है कि वे देवदूत किस कोटि के हैं?

प्रश्नकर्त्ता— रक्षक दूत।

गुरू माँ— हाँ।

प्रश्नकर्त्ता— रक्षक दूत।

गुरू माँ—अच्छा, रक्षक दूत वे दूसरे स्तर पर हो सकते हैं। ये देवदूत इंसान से कमतर होते हैं, कम सम्मानजनक। उनका काम हमारी सेवा करना है।

प्रश्नकर्त्ता— और वे उसके आगे कभी नहीं जाते।

गुरू माँ— जी नहीं, सिवाय उसके जब वे इंसान बन जाते हैं। वे सभी मनुष्यों से ईर्ष्या करते हैं क्योंकि मनुष्य में परमेश्वर बसता है। हमारे पास ईश्वर से एकात्म होने की हर सुविधा है, जो देवदूतों के पास नहीं है। यह थोड़ी जटिल बात है। इसके विषय में फिर कभी चर्चा होगी। ठीक। आप यह जान लीजिए कि वे नाना प्रकार के देवदूत, हमारे इस्तेमाल के लिए बनाई गई चीजें हैं। उदाहरण के लिए, मान लीजिए इन्हें परमेश्वर ने बनाया, तो हमारी सेवा के लिए ही बनाया है। समझे आप? और उन्हें इससे आगे जाना भी नहीं चाहिए। समझे? लेकिन

वे जा सकते हैं। कभी-कभी कोई चीज बिना किसी समुचित सुधार की गुँजाइश के ही बनाई जाती है। बात आई समझ में? जैसे कि आपने अपने घर में अपने आराम के लिए कोई चीज बनाई। भले ही वह कितनी ही शानदार क्यों न हो। मान लीजिए यहाँ बैठकर आप अपने पूरे घर की रौशनी, बाग बगीचे की रोशनी बुझा सकते हों, टी० वी० (दूरदर्शन) को खोल बन्द कर सकते हो। आपने इसका आविष्कार अपने लिए किया है लेकिन है तो यह आपकी सेवा के लिए ही। हालांकि यह आपसे भी कई बातों में बेहतर है जैसे कि यह एक जगह से ही हर चीज को नियंत्रित कर सकती है और आप वह सब शारीरिक प्रयत्न से नहीं कर सकते। लेकिन इसका यह मतलब बिल्कुल नहीं है कि वह आपसे बेहतर है। समझे? इसका एक मात्र प्रयोजन आपकी सेवा करना है, इसी के लिए यह बनाई गई है। हालांकि यह आपसे बेहतर है, लेकिन है नहीं। ठीक है। कम्प्यूटर कभी मनुष्य तो नहीं बन सकता, न।

गुरू माँ– जी हाँ कहिए, कहिए!

प्रश्नकर्त्ता– गुरू माँ चिंग हाई मैं जानना चाहता हूँ..... हम इस शरीर में मौजूद हैं, तो क्या ऐसा हो सकता है कि हम पहले शरीर से मुक्त होकर इस शरीर में आ गये हों? क्या हम हमेशा ही इस अवस्था में थे अथवा हम पहले बेहतर अवस्था में थे अथवा ऐसी ही अवस्था में थे? तेजी से आगे बढ़ने के लिए अच्छा व्यवहार अथवा अच्छा झुकाव क्या है?

गुरू माँ– शरीर को छोड़ना और आगे बढ़ना। बिल्कुल हो सकता है, यदि हम यह जाने कि ऐसा कैसे करना है। जी हाँ। शरीर को पीछे छोड़ने के और इस संसार से परे आगे बढ़ने के कई अलग-अलग तरीके हैं। कुछ लोग अधिक दूर नहीं जा पाते, कुछ बहुत दूर तक पहुंच जाते हैं और कुछ अन्तिम छोर तक पहुंच जाते हैं। आपनी युवावस्था में विभिन्न प्रकार के अनुसंधान करने के बाद मैं इस तुलनात्मक निष्कर्ष पर पहुँची हूँ। यद्यपि मैं अभी भी युवा दिखती हूँ परन्तु तब मैं सचमुच युवा थी। हमारी पद्धति ही सर्वोत्तम है। इससे सुदूरतम सीमा तक पहुंचा जा सकता है। और भी बहुत सी पद्धतियाँ हैं। यदि आप अनुभव करना चाहते हैं तो कोई भी पद्धति चुन सकते है। अनेक पद्धतियाँ उपलब्ध हैं। कुछ नक्षत्र संसार तक पहुचाती हैं, कुछ और आगे के संसार में....., तीसरे अथवा चौथे संसार में, लेकिन एसी पद्धतियाँ अधिक नहीं हैं जो पाँचवें संसार में पहुँचा सकें। इसलिए हमारी पद्धति, हमारा अभ्यास आपको पाँचवें संसार तक ले जाने

के लिए है, उसके बाद आप स्वतन्त्र हैं। समझे? फिर आप अकेले ही आगे बढ़ सकते हैं। और उससे परे हम परमेश्वर के अलग-अलग रूप की ओर बढ़ सकते हैं, पाँचवे स्तर से परे, लेकिन यह हमेशा ही आनन्ददायक नहीं होता। हम हमेशा यही कल्पना करते हैं कि जितने ऊँचे पहुँचें, उतना हो बेहतर, मगर यह बात हमेशा ही सच नहीं होती है। जैसे, कभी हम किसी सुन्दर महल में पहुँचें और हमें उस महल के मालिक के निजी कमरे में रहने का निमन्त्रण मिले। हम वहाँ बैठे, हमें ठण्डा पेय पीने को मिले और बढ़िया खाना आदि मिले। फिर हमारी इच्छा हो कि हम उस घर भीतर घुसकर अच्छी तरह देखें तो हमें वहाँ कूड़ाघर और ऐसी ही दूसरी चीजें भी उस घर में देखने को मिलेंगी परन्तु यह तो महत्वपूर्ण बात नहीं है। हम बिजली घर में भी जा सकते हैं, जो घर के पिछवाड़े ही है और वहाँ हमें बिजली का झटका लग जाये और हम मर जाये। इसलिए न तो यह हमेशा जरूरी है और न ही इसकी सलाह दी जा सकती है कि आप गहराई में जाये। लेकिन दुस्साहस के कारण हम ऐसा कर सकते हैं।

प्रश्नकर्त्ता- गुरू माँ चिंग हाई, मैं दो प्रश्न पूछना चाहता हूँ। एक है, पूर्व जन्म की यादें किस संसार से आती हैं? यदि आप पूर्व जन्म की यादों को ताजा करना चाहते हैं तो? और दूसरा, पूर्व जन्मों का कर्म से क्या नाता होता है?

गुरू मां– वर्तमान जीवन से? आपके कर्म को यही न।

प्रश्नकर्त्ता– वर्तमान कर्म से और व्यक्ति की आज की समझ से? क्या ये अतिरिक्त असबाब (सामान) का हिस्सा है?

गुरू माँ –बिल्कुल सही। इनका एक दूसरे से बहुत अधिक सम्बन्ध है। पहला प्रश्न, पूर्व कर्म का जन्म कहाँ से होता है?

प्रश्नकर्त्ता पूर्व जन्म की यादें, जी हाँ।

गुरू माँ-- आप अपने पिछले जीवन का रिकार्ड (लेखा जोखा)पढ़ सकते हैं, निश्चित होने के लिए। और जैसा कि मैं आपको बता चुकी हूँ पूर्व जीवन,का लेखजोखा आकाशिक रिकार्ड से उत्पन्न होता है। यह दूसरे संसार में पुस्तकालय जैसा है, जो हर उस व्यक्ति को उपलब्ध है जो वहाँ पहुँच जाये । हर व्यक्ति तो संयुक्त राष्ट्र के पुस्तकालय में जा नहीं सकता और वहाँ की सामग्री का लाभ उठा नहीं सकता। लेकिन मैं जा सकती हूँ, क्योंकि मुझे आज संयुक्त राष्ट्र में

भाषण देने के लिए बुलाया गया है। ठीक है न। हर व्यक्ति यहाँ अन्दर नहीं आ सकता, परन्तु आप आ सकते हैं, क्योंकि एक प्रकार से आप यहाँ के रहने वाले हैं। इसलिए, इसी तरह जब हम दूसरे संसार में पहुचेंगे तो हम पूर्व जीवन के बारे में जान सकेंगे। पहले संसार में प्रवेश करने के बाद, हम किसी व्यक्ति के पिछले जीवन की कुछ झलक प्राप्त कर सकते हैं। लेकिन यह बहुत ऊँची अवस्था नहीं है, इसलिए यहाँ रिकार्ड भी अधूरा ही मिलेगा। और अब यह बात कि पूर्व जीवन के अनुभवों का वर्तमान कर्म से क्या सम्बन्ध हो सकता है? हम कह सकते हैं कि ये वे अनुभव हैं, जिन्हें हमने जाना है ताकि हम अपने वर्तमान जीवन काल से उसकी बराबरी कर सकें। समझे आप? आपने पूर्व जीवन में जो कुछ अपनाया था, उसे आप इस वर्तमान जीवन में अमल में लायेंगे। इसी प्रकार भूतकाल के अनेक दुःखदायी अनुभव भयभीत कर देते हैं, यदि आप यह देखें कि कुछ ऐसे संकेत वर्तमान में भी है जिसका अनुभव आप भूतकालिक जीवन में कर चुके हैं। जैसे अगर पूर्व जीवन में हो अभी आप सीढ़ी से गिर पड़े अचनाक ही और आपको भयंकर चोट लग जाये, अंधेरा हो और कोई आपकी मदद को न आए। फिर आप सीढ़ी से नीचे उतरें, तो आपको थोड़ा डर लगेगा, खास तौर से ऐसी दशा में जब नीचे घना अंधेरा हो तो आपके मन में यह द्वन्द्व होगा कि आप नीचे उतरें या न उतरें। अथवा अपने पिछले जीवन में आपने किसी वैज्ञानिक क्षेत्र में अध्ययन और गहन अनुसन्धान किया हो, तो इस जीवन में भी आप स्वयं में बहुत कुछ उसी प्रकार की रूचि.....रूचि पायेंगे.... यह चीनी भाषा का प्रभाव है। (हँसती हैं) मुझे दुःख है। क्या मेरी अंग्रेजी हमेशा ही बहुत स्पष्ट है? हाँ? (श्रोता- जी हाँ) ठीक है। धन्यवाद। इसलिए आप अब भी महसूस करेंगे। किसी भी तरह के वैज्ञानिक अनुसन्धान के प्रति आप में एक प्रकार का झुकाव (रूचि) है, हालांकि अब आप किसी किस्म के वैज्ञानिक नहीं है। इस प्रकार के कुछ भी नहीं हैं। इसलिए मोजार्त, जब चार साल के थे तभी वे अत्यन्त प्रतिभावान थे। वे पियानो बजाने में जुटे और आज तक वे विख्यात हैं। हैं ना? वे प्रतिभाशाली थे क्योंकि वे कई जीवनकालों में अभ्यास कर चुके थे और गुरू कोटि तक पहुंच गए थे। लेकिन इसके बाद उनका देहांत हो गया। समझे? संगीत से पूर्ण अपने जीवन के चरम शिखर पर पहुँचने से पूर्व ही उनकी मृत्यु हो गई। अपनी इस जीवनचर्या को छोड़ कर जाने के लिए वे तैयार नहीं थे क्योंकि वे संगीत से प्रेम करते थे, इसे छोड़ कर वह सन्तुष्ट नहीं थे। इसलिए वे वापस लौटें और

उनकी पूर्वकालिक संगीत प्रतिभा का संपूर्ण अनुभव भी उनके साथ लौटा क्योंकि जब उनकी मृत्यु हुई तब तक उनके मन में अपनी साधना को जारी रखने की प्रबल इच्छा मौजूद थी। समझे? इनलोगों में से कई नक्षत्र संसार से अथवा दूसरे संसार से, इस संसार में दुबारा पैदा होने से पहले बहुत कुछ सीख लेते है। इसलिए, उनमें असाधारण प्रतिभा होती है विज्ञान अथवा संगीत अथवा साहित्य के क्षेत्र की अथवा किसी भी प्रकार का अविष्कार करने की, जिसका ज्ञान दूसरे लोगों को नहीं होता। इतने अधिक असाधारण आविष्कार, जो दूसरे लोग समझ ही नहीं सकते अथवा उन्हें आविष्कार करने का सपना भी नहीं देख सकते। ठीक। क्योंकि वे उन्हें देख चुके होते हैं, वे उन्हें सीख चुके होते हैं। इसलिए इस संसार में अथवा इस संसार के परे के संसार में दो प्रकार का ज्ञान होता है। एक तो वे जो प्रतिभावान और बुद्धिमान है, प्रतिभासंपन्न व्यक्ति की तरह वे संसार से परे संसार में और कभी कभी तीसरे संसार से बशर्ते कि वह स्वयं वापस लौट कर आना चाहें। ठीक वे बुद्धिमान होते हैं, प्रतिभावान होते हैं। ठीक है न?

प्रश्नकर्त्ता अच्छा यह बताइये कि आपकी दीक्षा में विशिष्ट रूप से क्या शामिल है और दीक्षित होने के बाद प्रतिदिन के अभ्यास के लिए क्या करना पड़ता है?

गुरू माँ – सुनिए, सबसे पहली बात तो यह कि सब कुछ मुफ्त में होता है और किसी प्रकार का कोई बन्धन नहीं है। केवल इतना करना पड़ता है कि यदि आप आगे के चरण में प्रवेश करना चाहते हैं तो आप स्वयं अपने से बँधे रहें। हाँ तो शर्त, अनुभव की जरूरत नहीं है। योग अथवा ध्यान के विषय में किसी भी प्रकार के पूर्व ज्ञान की आवश्यकता नहीं है। लेकिन यह बात जरूर है कि आपको आजीवन शाकाहारी रहने की प्रतिज्ञा करनी होती है। अँडे नहीं, दूध ठीक है।

पनीर ठीक है। बिना जीव हत्या के उपलब्ध सभी प्रकार के भोजन ठीक है। अँडे इसलिए नहीं क्योंकि इसमें आधी हत्या शामिल है, यद्यपि यह सही है कि वही अंडे खाये जाते हैं जिनमें जीवन उत्पन्न करने की क्षमता नहीं होती। और फिर इसमें ऐसा गुण होता है जिसमें नकारात्मक शक्ति की ओर खीचनें की प्रवृति होती है। आपको पता ही होगा कि जादू- टोना करने वाले अनेक

जादूगर अंडों का इस्तेमाल उनलोगों में से भूत प्रेत निकालने के लिए करते हैं, जिन्हें प्रेतबाधित समझा जाता है। आप यह सब तो जरूर ही जानते होंगे है न? है न विलक्षण। मेरे पास इसका तात्कालिक प्रमाण है, भले ही तात्कालिक प्रबोधन न हो आपके लिए। (हँसी) और दीक्षा के बाद दीक्षा के समय आपको परमेश्वर के प्रकाश और ध्वनि का अनुभव होता है। ठीक। आत्मा का संगीत आपको चेतना के उच्चतर स्तर तक ले जाता है। तब आपको समाधि का आनंद मिलता है गहरी शाान्ति और आनंद। हाँ। और फिर इसके बाद आप घर पर ही अभ्यास कर सकते हैं, यदि आप इस बारे में गंभीर हो तो। अगर ऐसा नहीं है तो मैं आपको आगे नहीं बढ़ा सकती, न ही और अधिक परेशान कर सकती हूं। अगर आप अभ्यास जारी रखते हैं और आपको पूर्ण प्राप्ति के लिए मेरी सहायता की अवश्यकता हो तो मैं मदद जारी रख सकती हूं। और अगर आप नहीं चाहते हो तो फिर सब बेकार है। प्रतिदिन ढ़ाई घंटे तक चिन्तन (ध्यान)। सबेरे जल्दी उठना। सोने पहले दो घंटे ध्यान करना और हो सके तो दोपहर के भोजन के समय भी आधा घंटा अभ्यास करें। मैं जब यहाँ भाषण देने के लिए न रहूं तो आपके दोपहर के भोजन का समय तो एक घंटे का होगा, आप कहीं एकान्त में जाकर ध्यान लगा सकते हैं। एक घंटा है आपके पास। ठीक है न। और शाम को आप एक घंटा अथवा आधा घंटा और निकाल सकते हैं। सबेरे एक घंटा पहले उठें, अपने जीवन को अधिक नियमित बनाए। दूरदर्शन के कार्यक्रम कम देखें, गप कम करें, टेलीफोन (दूरभाष) कम करें, समाचार पत्र कम पढ़ें तब आपके पास काफी समय बचेगा। यह सही है कि हमारे पास बहुत समय होता है परन्तु हम अपना समय यूँ ही व्यर्थ गँवा देते हैं। ठीक वैसे ही जैसे हमारी मोटर गाड़ी आगे कहीं जाने के स्थान पर केवल पिछवाड़े ही दौड़ती रहे। इससे आप संतुष्ट है? अथवा बस इससे अधिक कुछ नहीं। आपके लिए कोई शर्त नहीं है। सिवाय इसके कि आप आजीवन अभ्यास करने का प्रण ले लें। और प्रतिदिन आपको सुधार की दिशा में अलग अलग परिवर्तन महसूस होंगे। आपके जीवन के लिए अलग प्रकार के चमत्कार अनुभव होंगे, हालांकि आपने उनकी कामना नहीं की। फिर भी ये घटित होंगे। समझें? यदि आप सचमुच इस दिशा में गंभीर हैं तो आपको धरती पर स्वर्ग होने का सच्चा अनुभव होगा। इसीलिए हमारे करोड़ों शिष्य कई वर्ष बीत जाने पर भी मुझसे जुड़े हुए हैं, क्योंकि उन्हें बेहतर से बेहतर अनुभव मिल रहे हैं, क्योंकि वे इस दिशा में चलने के बारे में

हैं न ..... और कोई दूसरा उसे आपके लिए कैसे महसूस कर सकता है। ठीक है न!

प्रश्नकर्त्ता —गुरू माँ, इस अन्तर्दृष्टि के लिए आपका धन्यवाद, जो आपने हमें दी। लेकिन कह नहीं सकता कि मेरी चेतना में जो कुछ है, उसके बारे में आप क्या कुछ कह सकेंगी? आज इस संसार में इतने गुरू क्यों हैं, जो हमें जल्दी से जल्दी ज्ञान प्राप्त करने का अवसर दे रहे हैं, जबकि अतीत में यह बहुत कठिन था? क्या आप इस बारे में कुछ कह सकती हैं?

गुरू माँ -हाँ, जरूर। इसका कारण यह है कि हमारे जमाने में संचार प्रणाली बेहतर है। इसलिए आपको गुरूओं के बारे में बेहतर ज्ञान है। ऐसी बात नहीं है कि पुराने जमाने में गुरू नहीं थे अथवा गुरूओं से मिल पाना दुर्लभ था। निस्सन्देह, यह सही है कि कुछ गुरू दूसरों की तुलना में अधिक सुलभ होते हैं। यह गुरू की इच्छा अथवा उनकी पसन्द पर निर्भर है कि वह आम जनता को कुछ प्रदान करें अथवा उन्हें अपना सानिध्य दें। लेकिन, किसी भी काल में एक, दो, तीन, चार, पाँच गुरू होते हैं। यह तो समय की जरूरत पर निर्भर हैं। जैसे हमें अनेक अलग-अलग स्तर के गुरूओं की उपस्थिति के बारे में ज्ञान है, क्योंकि इस जमाने में हम भाग्यशाली हैं कि हमें इतने विराट संचार माध्यम उपलब्ध हैं, टेलीविजन (दूरदर्शन), रेडियो (आकाशवाणी) व पुस्तकों की भरमार है, इन सबके माध्यम से लाखों करोड़ों तक पहुँचना संभव है। पुराने जमाने में एक पुस्तक छापने के लिए पहले समूचा पेड़ काटना पड़ता था और वह भी घटिया धारदार दराँती अथवा कुल्हाड़ी से, जो थोड़े ही समय में नष्ट हो जाते थे और उनका दुबारा इस्तेमाल नहीं हो सकता था। उन्हें पत्थर से चमकाना पड़ता था और ऐसी ही न जाने कितनी बातें एक शब्द के बाद दूसरा शब्द उकेरने के लिए करनी पड़ती थी। और जब बाइबिलों के एक पूरे संग्रह को एक जगह ले जाना होता था तो पहरे के साथ चलना पड़ता था। समझे आप? विशाल ट्रक (गाड़ी), यदि उस समय ट्रक होते। इस तरह ही हम अनेक गुरूओं से परिचित हैं। लेकिन आज आप भाग्यवान हैं। आप जो चाहे खरीद सकते हैं, अपने मन की वस्तु। कोई आपको धोखा नहीं दे सकता, यह कहकर कि मैं ही सर्वश्रेष्ठ हूँ, है ना। आप तुलना कर सकते हैं, अपनी बुद्धि का प्रयोग कर सकते हैं। आप मे किसी का भी मूल्यांकन करने की शक्ति है कि यह बेहतर है अथवा वह मुझे

बेहतर लगती है। अरे यह तो बहुत कुरूप है और वह भयानक। (हँसी)

प्रश्नकर्त्ता --इसलिए आप से मेरा प्रश्न यह कि आपने ढूंढ़ने और चुन लेने की चर्चा की है तो क्या आप किसी ऐसे व्यक्ति को दीक्षा देने के बारे में सोच सकती हैं जो पहले किसी और गुरू से दीक्षित हो चुका हो?

गुरू माँ - मैं उसी हालत में उसे दीक्षा देने की बात सोच सकती हूँ, जबकि वह सचमुच यह विश्वास करता हो कि मैं उसे उच्चतर स्तर पर तेजी से ले जाने में समर्थ हूं अन्यथा यदि वह अभी भी अपने उस गुरू के प्रति अपने मन में बहुत अधिक अनुराग और विश्वास का अनुभव करता हो तो उस व्यक्ति को अपने पहले गुरू से ही जुड़े रहना चाहिए। यदि आपको यह विश्वास है कि आपके गुरू ही सर्वोत्तम हैं, तो आपको गुरू नहीं बदलना चाहिए। लेकिन यदि आपको कोई सन्देह है और आपका अभी तक प्रकाश तथा ध्वनि से परिचय नहीं हो पाया है जिनकी मैंने चर्चा की है, तो आपको नए गुरू की खोज करनी चाहिए क्योंकि प्रकाश और ध्वनि सच्चे गुरू को मापने का पैमाना है। यदि कोई व्यक्ति तत्काल प्रकाश और ध्वनि के विषय में आपको सूचित करने में समर्थ नहीं है तो मुझे यह कहते हुए दुख हो रहा है कि वह व्यक्ति सच्चा गुरू नहीं है। स्वर्ग तक पहुँचाने वाला रास्ता प्रकाश और ध्वनि से सुसज्जित है। ठीक वैसे ही जैसे कि समुद्र में गोताखोरी के लिए आपको आक्सीजन मास्क और बाकी सब चीजों से सुसज्जित होने की जरूरत पड़ती है। अलग-अलग कामों के लिए जरूरतें भी तो अलग-अलग होती है। ठीक है न? इसलिए तो हर सन्त का अपना प्रभामण्डल आपको दिखाई देता है। यही प्रकाश है। जब आप इस पद्धति का अभ्यास करते हैं तो आप भी उसी प्रकार का प्रकाश चारों ओर बिखेरते हैं, जो ईसा मसीह का चित्र बनाते समय चहुँ ओर बिखेरा जाता है। लोग इसे देख सकते हैं और यदि लोग मनोयोगी हैं तो वे आपके प्रकाश को भी देख सकते हैं। इसीलिए तो लोग ईसा मसीह और बुद्ध के चित्रों में प्रभामण्डल अंकित करते हैं उनके चारों ओर प्रकाश। आप ऐसे साधना करने वाले लोगों के चारों ओर भी ऐसा ही प्रकाश देख सकते हैं जो उच्च सोपान पर पहुँच चुके होते हैं, यदि आपका अपना मन साफ हो। (गुरू ने अपने माथे की ओर अंगुली उठाई) आप में से कोई भी इसे देख सकते हैं। आप लोग जो यहां पर हैं, क्या किसी ने ऐसा प्रकाश देखा? आप? आपने क्या देखा?

प्रश्नकर्त्ता -मुझे तो कुछ स्वर्णिम आभा दिखाई पड़ती है।

गुरू माँ -ठीक है, लेकिन यह आभा प्रकाश से भिन्न है। यह आभा तो नाना प्रकार के रंगों से उपजती है। कभी श्याम, कभी कहवे का रंग और कभी पीला या लाल। यह उस समय की मनोदशा पर निर्भर है। लेकिन जब आप किसी ऐसे व्यक्ति को देखते हैं, जो आध्यात्मिक आभा से ओत प्रोत है, तब आप यह जान लेते हैं कि यह कुछ अलग है। है न?

प्रश्नकर्त्ता - मुझे कोई प्रश्न तो नहीं करना है, बस मैंने कुछ समय तक राजयोग किया है।

गुरू माँ - राजयोग। अच्छा।

प्रश्नकर्त्ता और मुझे लगा कि मैने आभा देखी है, मेरा मतलब उस समय से है। तब मुझे बहुत अधिक ज्ञान नहीं था।

गुरू माँ ठीक और अब आप वह आभा नहीं देख पाते हैं? आप बस कभी कभी देख पाते हैं?

प्रश्नकर्त्ता– अब मैं चिन्तन नहीं करता।

गुरू माँ– अच्छा, इसलिए आपने अपने शक्ति गँवा दी है। फिर चिन्तन की जरूरत महसूस करते हैं। है न?

प्रश्नकर्त्ता– जी हाँ।

गुरू माँ – अगर आपको इस मार्ग पर अभी भी विश्वास है तो आपको ध्यान करना चाहिए। इससे आपको कुछ हद तक मदद मिलती है। इससे कोई नुकसान तो होगा नहीं। ठीक है न?

प्रश्नकर्त्ता– मैंने आपके परिपत्र में पढ़ा, उसमें पाँच नियमों का उल्लेख है। दीक्षिति हो जाने पर इन्हीं पाँच नियमों के अनुसार जीवन बिताना पड़ेगा

गुरू माँ– बिल्कुल सही ये तो ब्रह्माण्ड के नियम है।

प्रश्नकर्त्ता– मैं यौन कदाचरण नहीं समझी।

गुरू माँ – इसका मतलब है कि यदि आप विवाहित हैं, तो अपने पति के अतिरिक्त किसी अन्य के बारे में सोचिए भी मत।

प्रश्नकर्त्ता— जी अच्छा (श्रोताओं की हँसी)

गुरू माँ —बिल्कुल साधारण सी बात है। अपना जीवन बहुत सरल रखें, कोई उलझन नहीं और न ही मनोभाव पर विवाद। इससे दूसरे लोगों की भावना को चोट पहुँचती हैं। हम दूसरे लोगों को भावनात्मक रूप में भी चोट नहीं पहुंचाते हैं। यही बात है हम झगड़े झंझटों से बचते हैं और पीड़ा से भी। चाहे यह पीड़ा भावनात्मक हो, शारीरिक हो अथवा मानसिक सभी के बारे में यही सही, खास कर अपने प्रिय जन के लिए तो और भी । बस इतना ही। यदि आपका कोई मित्र है तो उसे अपने पति को न बताइये। इससे उससे अधिक पीड़ा पहुँचेगी। बस समस्या को धीरे धीरे सुलझाइये शान्तिपूर्वक और इसे अपने पति के सामने स्वीकार न करें। क्योंकि कभी कभी लोग समझते हैं कि अगर उनका कोई ऐसा संबन्ध हो भी गया तो घर जाकर उसे अपनी पत्नी अथवा अपने पति को बता देने का अर्थ है कि आप बहुत बद्धिमान और बहुत ईमानदार हैं। ऐसा सोचना बिल्कुल बकवास है। यह बिल्कुल भी ठीक नहीं है। एक गलती तो आप कर ही चुके फिर क्यों अपने घर में गन्दगी उछालिए और दूसरों को उस सब से खुश होने दीजिए। आपके पति को यदि कुछ भी इस विषय में नहीं मालूम तो उसे बुरा कैसे लगेगा। समझी। सच्चाई जानने के बाद चोट लगती है। इसलिए हम समस्या को सुलझाने की चेष्टा करते हैं और दुबारा ऐसी भूल न करने का प्रण करते हैं। बस इतनी सी बात है। इस प्रकरण के विषय में अपने साथी से चर्चा मत कीजिए क्योंकि ऐसा करेंगी तो इससे उसे चोट पहुँचेगी, साथी को चोट लगेगी। ठीक

प्रश्नकर्त्ता— मैने देखा है कि कई आध्यात्मिक गुरूओं में विनोदवृत्ति बहुत अधिक होती है। आध्यात्मिक अभ्यास और विनोदशीलता में क्या संबंध है?

गुरू माँ — मैं तो समझती हूँ कि वे लोग आराम और सुख का अनुभव करते हैं। हर वस्तु के विषय में उनका व्यवहार बहुत सरल होता है। और वे अपने आप पर हँस सकते हैं और दूसरों पर भी। जीवन की कई फूहड़ और बेढ़ंगी बातों को वे हँस कर उड़ा सकते हैं जबकि बहुत से लोग बहुत तनाव और गंभीरता के साथ पूरी तरह इनसे चिपके रहते हैं। परन्तु अभ्यास से हम किसी न किसी रूप में सहज हो जाते हैं। उस स्थिति में महसूस होता है कि अब हम पर गंभीरता का बोझ नहीं है। अगर हम कल मर जायें तो मर जायें। जीवित रहे, तो रहे।

यदि हमारे पास कुछ भी न रहे तो न रहे। अगर हमारे पास सब कुछ है तो हो। जी हाँ, बोध प्राप्ति के बाद हमें इतनी बुद्धि और योग्यता मिल जाती है कि हम हर परिस्थिति में अपना ध्यान रख सकते हैं, स्वयं को संभाल सकते हैं। इसलिए हमें किसी बात से डर नहीं लगता। हम भयमुक्त और चिन्तामुक्त हो जाते हैं। इसीलिए हम सहज बने रहते हैं बिल्कुल निश्चिन्त। हमें लगता है कि हमें इस संसार से कोई आशक्ति नहीं है। हमें कुछ भी मिले, कुछ भी खो जाये, हमारे लिए किसी भी स्थिति का अब कोई विशेष महत्व नहीं है। यदि हमें बहुत कुछ मिल जाये तो वह सब लोगों के लाभ के लिए ही होगा। उन्हीं के लिए और अपने प्रियजन के लाभ के लिए उसका उपयोग होगा। अन्यथा हम अपने जीवन को अथवा स्वयं को भी इतना महत्वपूर्ण नहीं समझते कि उन सबको अपने पास बनाए रखने के लिए नाना प्रकार के संघर्ष करे और दुख उठायें। यदि हम उन सबको संचित भी करके रखें तो यह कोई बुरी बात नहीं है, लेकिन इसका यह अर्थ बिल्कुल नहीं है कि हम पूरे दिन खाट पर ही लदे रहें, कीलों की खाट पर बैठे रहें और चिन्तन करते रहें। लेकिन काम तो हम करते ही हैं। समझे न आप? जैसे कि मैं अभी भी काम करती हूँ। मैं चित्र (पेंटिंग) बनाती हूँ, हस्तशिल्प की वस्तुएं बनाती हूँ अपने जीविकोपार्जन के लिए। यही कारण है कि मैं किसी से भी दान नहीं लेना चाहती। मेरी अपनी कमाई ही इतनी हो जाती है कि मैं और लोगों की सहायता कर सकती हूं। मैं शरणार्थियों की, प्राकृतिक विपदाग्रस्त लोगों और ऐसे ही जरूरतमन्दों की मदद कर सकती हूँ। हमें काम क्यों नहीं करना चाहिए? लेकिन इसके लिए प्रतिभा और योग्यता की आवश्यकता होती है और बोध प्राप्ति के बाद हमारा जीवन इतना सहज हो जाता है कि हमें लगता है कि चिन्ता करने की कोई जरूरत नहीं है। आई बात समझ में ? हम बहुत स्वाभाविक रूप से सहज हो जाते हैं। बस ऐसी ही स्थिति में विनोदशीलता जन्म लेती है। मैं समझती हूँ यही बात है। क्या मैं आपको विनोदशील लगती हूँ? (श्रोतागण जी हाँ) (हँसी और करतल ध्वनि) हाँ (गुरू माँ की हँसी) तो हो सकता है, मान लेती हूँ मैं। इसीलिए शायद आप बोध प्राप्ति व्यक्ति को दो घंटे तक सुनते रहे। है ना? और कोई प्रश्न?

प्रश्नकर्त्ता— गुरू माँ चिंग हाई, मेरे मन में न जाने कितने प्रश्न उमड़-घुमड़ रहे हैं। मैं उन सबको कह दूँगा। आप उनमें से चाहे जिसका उत्तर दे दें।

गुरू मां— ठीक है, कितने प्रश्न हैं, एक सौ आठ।

प्रश्नकर्त्ता— वे ऐसे प्रश्न हैं, जिन्हें हम सब जिज्ञासु के रूप में हमेशा ही पूछते हैं तथा सिद्धान्त और कहानियाँ सुनते हैं। मैं तो बस यह पूछना चाहता हूँ कि आप उनके विषय में क्या कहती हैं। पहला प्रश्न है हम कौन हैं, मैं कौन हूँ और मैं इस उलझन में कैसे घिरा हुआ हूँ कि अभी मुझे घर लौटना है। आपको पता है कि मैं घर से कैसे निकला और घर लौट कर जाना क्यों महत्वपूर्ण है और आपने पांचवे क्षेत्र में जाने और लौट आने की चर्चा की है और यह भी कहा है कि उससे आगे जाने की जरूरत बहुत महत्वपूर्ण नहीं है। लेकिन अगर उससे आगे जाने की कोई स्थिति है, तो उसका प्रयोजन क्या है मुझसे इसका क्या संबंध हो सकता है यदि मुझे वहाँ पर लौट कर जाने की जरूरत नहीं है मेरे प्रश्न बस इसी प्रकार के हैं।

गुरू माँ— अच्छा, एक एक करके प्रश्न लें। इस तरह के प्रश्नों के उत्तर मैं पहले दूँगी। पहले वर्ग में आपके प्रश्न है आप कौन है आप यहाँ क्यों हैं और आपको घर क्यों जाना है तथा पाँचवा सोपान ही क्यों, छठा क्यों नहीं ठीक, बिल्कुल साधारण। अब बात कुछ विनोदशील हो गई है। (हँसी और करतल ध्वनि) सवाल है मैं कौन हूँ आप जेन गुरू से जाकर यह सवाल पूछ सकते हैं। इस प्रकार के गुरू न्यूयार्क में बहुत हैं। आप पिछले पृष्ठों में (निर्देशिका में) देख सकते हैं, नाम ढूंढ़ सकते हैं। (हँसी) मैं इस विषय में कोई विशेषज्ञ नहीं हूँ। और दूसरा प्रश्न आप यहाँ क्यों आए हैं शायद, इसलिए कि आप यहाँ आना चाहते थे अन्यथा हमें कोई बाध्य तो कर नहीं सकता कि हम यहाँ आये। हम सभी परमेश्वर की संतान हैं और ईश्वर की संतान तो स्वयं उसी का रूप होते हैं। है न! राजकुमार भी तो राजा जैसा ही होता है, कुछ अर्थों में। कम था अधिक वह राजा जैसा होता है अथवा वह भावी राजा होता है। इसलिए जब वह कहीं पहुँचना चाहता है तो वहाँ पहुँच ही जायेगा। है न! किसी न किसी प्रकार से, हमारे पास यह चुनने का मुक्त अधिकार है कि हम स्वयं अनुभव करने के लिए स्वर्ग में जाना चाहेंगे अथवा किसी और जगह पर। आपने शायद पहले यहाँ आने का चुनाव किया, न जाने कितने युग पहले ताकि आप कुछ अत्यन्त रोमाँचक, कुछ अधिक विस्मयकारी ज्ञान प्राप्त कर सकें। ऐसा होता है न कि कुछ लोग विलक्षण किस्म के अनुभव प्राप्त करना चाहते हैं। जैसे, राजकुमार महल में रह सकता है, परन्तु वह जंगल में भटक रहा है, क्योंकि उसे प्रकृति के रहस्यों को खोजने व जानने में रूचि है। हो सकता है न, ऐसा। हो सकता

है कि हम स्वर्ग में बहुत ही नीरस महसूस करने लगे, क्योंकि हर चीज वहाँ तैयार मिलती है और हमारे भवन के द्वार पर ही मिल भी जाती है। इसलिए, हम अपने लिए कुछ और ही वस्तु चाहते हों। राजघराने के लोगों की तरह जो कभी-कभी स्वयं अपने लिए कुछ पकाना चाहते हैं और वे चाहते हैं कि उस समय उनके नौकर-चाकर उनके पास न आयें तथा ऐसा करने में वे अपने शरीर पर चटनी लगा लेते हैं, रसोईघर की दीवारों पर तेल छिटका देते हैं परन्तु यह सब उन्हें अच्छा लगता है। यह सब राजकुमारों के लिए शोभा की बात नहीं है फिर भी उन्हें अच्छा लगता है। यह बिल्कुल सच है अब मान लीजिए, मेरे यहाँ ऐसे लोग हैं जो मेरी गाड़ी चलाते हैं। जहाँ कहीं मैं जाती हूं, वहाँ लोग मेरे ड्राइवर (वाहन चालक) बनना चाहते हैं। लेकिन कभी-कभी मैं स्वयं गाड़ी चलाना पसन्द करती हूं। मैं अपनी छोटी तीन पहियों वाली साइकिल चलाती हूँ, धुआँ न उड़ाने वाली साइकिल, बिजली से चलने वाली दस मील प्रति घण्टे रफ्तार वाली नहीं, दस किलोमीटर प्रति घण्टे रफ्तार वाली। मैं उस पर सवार होकर बाहर निकलना पसंद करती हूँ। जी हाँ , क्योंकि जहाँ कहीं भी मैं जाती हूं , लोग मुझे पहचानते हैं, इसलिए मैं किसी ऐसी जगह जाना चाहती हूं जहाँ लोग मुझे पहचाने नहीं। मैं संकोची स्वभाव की हूँ, केवल भाषण देते समय संकोच नहीं लगता, क्योंकि इसे मैं एक प्रकार से अपना कर्त्तव्य मानती हूँ, क्योंकि लोग मुझे पहचान लेते हैं और अब तक वे मुझे मशहूर भी बना चुके हैं, मैं अक्सर तो उनसे छिप नहीं सकती लेकिन कभी कभी मैं जरूर दी तीन महीने के लिए दूर कहीं चली जाती हूँ। ठीक उस लड़ैती पत्नी की तरह, जो पति से दूर कुछ समय के लिए कहीं और चली जाती है। बस समझ लीजिए, यही मेरी पसंद है। शायद इसीलिए आप यहाँ कुछ समय के लिए अपनी इच्छा से आए हैं और अब आप यहाँ से जाना चाहते हैं क्योंकि आप इस संसार के बारे में बहुत कुछ जान चुके हैं और शायद आप यह महसूस कर रहे हैं कि अब और कुछ आपके जानने के लिए बाकी नहीं बचा है और आप यात्रा करते करते थक गए हैं। आप आराम करना चाहते हैं। घर जाइये, सबसे पहले आराम कीजिए और फिर सोचिए कि आप फिर इस रोमांचक यात्रा पर जाना चाहते हैं अथवा नहीं। ठीक है न। अब मैं आपसे बस इतना ही कह सकती हूँ। हाँ, आपके लिए घर जाना जरूरी क्यों है और पाँचवे सोपान तक ही क्यों छठवें में क्यों नहीं यह तो आपके हाथ की बात है। पाँचवे के बाद आप जहाँ चाहें वहाँ जा सकते हैं। ऊपर पहुँचने के

लिए और कई स्तर हैं। समझे। लेकिन पाँचवे पर रूके रहना अधिक सुखद और अधिक मध्यम स्थिति है। इसके और आगे पहुँचना शायद इससे अधिक कठिन सिद्ध हो। कुछ सीमा तक तो आप वहाँ तक पहुँच सकते हैं लेकिन वहाँ शायद आप विश्राम न करना चाहें। मान ले, आपका घर बड़ा खूबसूरत है और इसमें एक तरफ आराम करने के लिए कमरा भी है, लेकिन आप हमेशा तो वहाँ आराम नही करना चाहेंगे, भले ही यह कमरा आपके घर से हटकर ही क्यों न हो। आप जानते हैं ऐसा लगता है कि जैसे-जैसे ऊपर की ओर जायेंगे, खूबसूरती बढ़ती जायेगी, लेकिन वह आराम की जगह नहीं है। अथवा आपके घर के बिजली घर वाले हिस्से में शोरगुल मचाने वाला जेनेरेटर है, वहाँ गर्मी है, भयंकर गर्मी और आप जानते भी हैं कि वह जगह खतनाक है। लेकिन आप वहाँ जाना नहीं चाहेंगे, भले ही वह आपके घर के लिए बहुत मददगार जगह है। समझे। बस इतनी सी बात है। परमेश्वर के अनेक पक्ष हैं, ऐसे पक्ष जिनकी हम कल्पना भी नहीं कर सकते। हम हमेशा कल्पना करते हैं कि जितने ऊँचे हम उठेंगे, उतना ही प्रिय और सुन्दर दृश्य होगा। लेकिन इस प्रेम के भी कई रूप होते हैं। उग्र प्रेम, घनिष्ठ प्रेम, उदासीन प्रेम। इसलिए प्रेम की कोटि हमारी सहनशीलता पर ही निर्भर है। परमेश्वर हमें प्रेम की अलग-अलग कोटियाँ प्रदान करता है। ठीक है। हम अलग-अलग स्तर पर परमेश्वर से कुछ विभिन्न कोटि का प्रेम प्राप्त करते हैं। ठीक है लेकिन कभी कभी यह बहुत उग्र होता है और हमें लगता है कि हम तारतार हो गए हैं।

प्रश्नकर्त्ता– मुझे अपने चारों ओर बहुत विनाश दिखलाई पड़ती है, पर्यावरण का विनाश!

गुरू माँ –सच है।

प्रश्नकर्त्ता– पशुओं के प्रति क्रूरता।

गुरू माँ– यह भी सच है।

प्रश्नकर्त्ता– मैं चकित हूँ कि आप इन सबको किस रूप में देखती हैं और आप उनलोगों को क्या सुझाव दे सकती हैं, जो आध्यात्मिक ढ़ंग से अपने आपको इस संसार से असम्पृक्त करने की चेष्टा कर रहे हैं। उनको अपने परिवेश से परिचित होने और संभालने में कैसे मदद कर सकती है। अपने चारों ओर होने वाले विनाश से निपटने के लिए क्या सहायता दे सकती हैं। क्या आप यह सोचती है कि इस संसार से परे पहुँचने का मतलब हमारे लिए यह समझ

लेना ही पर्याप्त है कि हम अपने पीछे क्या छोड़े जा रहे हैं अथवा क्या आप यह समझती हैं कि अपने वर्तमान स्तर में रहते हुए हमारा यह कर्त्तव्य है कि हम पीड़ा को मिटाने की कोशिश करें और क्या इससे कुछ भला होगा?

गुरू माँ –जरूर होगा। निश्चित रूप से होगा। कम से कम हमारे लिए, हमारी चेतना के लिए, ताकि हमें ऐसा लगे कि हम कुछ कर रहे हैं और हमने मानव समाज की पीड़ा को दूर करने की भरपूर कोशिश की है। मैं यह सब करती हूँ आप जो भी पूछें, मैं वह कह रही हूं। मैं करती आई हूं। करती हूं और करती रहूंगी। मैं आपसे पहले भी कह चुकी हूँ। हमारे पास जो धन होता है वह विभिन्न संगठनों को बाँटा जाता है और कभी कभी उन देशों को भेजा जाता है, जहाँ कोई विनाशलीला घटित हुई हो। मैं इस बारे में अहंकार जताना पसंद नहीं करूँगी लेकिन चूँकि अपने पूछा है इसलिए बताऊँ हमने पिछले वर्ष फिलीपीन्स को दस लाख अमेरिकी डालर भेजा ताकि मि० पिनाट्यूबो की मदद हो सके। हमने आलक के बाढ़ पीड़ितों, चीन के बाढ़ पीड़ितों तथा और दूसरों की मदद की । आजकल हम आलक के शरणार्थियों की मदद कर रहे हैं संयुक्त राष्ट्र के कष्ट में मदद करना चाहते हैं, यदि संयुक्त राष्ट्र हमारी मदद लेना चाहे। लेकिन हम कोशिश कर रहे हैं। जी हां, अब समझे? हम धन देकर उनकी सहायता करते हैं, निश्चिय ही संयुक्त राष्ट्र की कृपा से। जी हां, हम वह सब कुछ करते है, जिनकी ओर आपने ध्यान दिलाया है और चूँकि हम यहाँ पर हैं, इसलिए जहाँ तक संभव हो हम अपने पर्यावरण को स्वच्छ बनाना चाहते हैं। इसलिए, हम पीड़ितों की मदद करते हैं और हम संसार के नैतिक स्तर को ऊँचा उठाने में सहायता करते हैं। जी हाँ, आध्यात्मिक और शारीरिक दोनों ही दृष्टि से कुछ लोग मुझसे आध्यात्मिक मदद नहीं लेना चाहते वे सिर्फ भौतिक मदद ही चाहते हैं। इसलिए, हम उनकी मदद भौतिक रूप में करते हैं। हम यह सब करते हैं। इसीलिए मैं धन कमाती हूँ। यही कारण है कि मैं लोगों के दान पर जीना नहीं चाहती। समझे आप! मेरे साथी सन्तों और शिष्यों को काम करना होता है, वैसे ही जैसे आप काम करते हैं। और फिर, इसके अलावा, हम आध्यात्मिक रूप से भी मदद करते हैं। संसार की पीड़ा को समझने और उसे दूर करने में भी सहायक होते हैं। हमें ऐसा करना पड़ता है। ऐसा नहीं है कि हम पूरे दिन समाधि लगाए बैठे रहते हैं और मन ही मन आनंदित होते रहते हैं। यह तो अत्यन्त स्वार्थी बोध प्राप्ति बुद्ध की अवस्था होगी। हम उस प्रकार की स्थिति नहीं चाहते हैं। (हँसी)

प्रश्नकर्त्ता- बस एक सवाल और, क्या आपको पता है। मैंने अनेक ऐसे समाचार सुने हैं कि दलाई लामा मॉसाहारी है। मैं चकित हुआ। क्या यह सच है व इसके विषय में क्या सफाई देंगे?

गुरू माँ –मैं समझी नही कि आपने यह प्रश्न मुझसे क्यों पूछा। यह प्रश्न तो आप उन्हीं से पूछिए।

प्रश्नकर्त्ता– मैं तो बस यही सोच रहा था कि क्या आपने ऐसा सुना है अथवा आपको कुछ पता है?

गुरू माँ– सच बात तो यह है कि मैं दूसरे लोगों के बारे में चर्चा नहीं करना चाहती, विशेष रूप से ऐसी स्थिति में जब वह व्यक्ति अपना बचाव करने के लिए यहाँ उपस्थित नहीं है। हम यह समझते हैं कि यह बात सही है भी या नहीं। माफ करें। वह अत्यन्त प्यारे महानुभाव हैं और बाकी सब उनकी अपनी जिम्मेवारी है, वह चाहे जैसे रहे।

प्रश्नकर्त्ता– धन्यवाद, गुरू माँ चिंग हाई कि आज आपने धीरज के साथ हमारी बातें सुनी (गुरू माँ ठीक है।) हमारे प्रश्नों के उत्तर दिए। आपने उस स्तर की चर्चा की, जहाँ पहुँचकर यह पता चलता है कि हमारी शक्ति क्या है। जागृति से ही पता चलता है उस शक्ति के बारे में जो हमारे अन्दर है लेकिन हम जिनसे अनजान रहते हैं। आप साधना करते करते महसूस कर सकते हैं कि आप यहाँ कैसे पहुँचेंगे अथवा नहीं पहुँचेंगे यदि आप नहीं पहुँच पाते तो आप कैसे अधीर हो उठते हैं उस प्रक्रिया से, जो चारों ओर व्याप्त है। मानो आपको लगे कि प्रक्रिया धीमी और सांसारिक रूप से हो रही है और इतना तो आप केवल प्रार्थना से ही कर सकते हैं अथवा किसी और माध्यम से अपनी समस्या का समाधान बेहतर और शीघ्रता से प्राप्त किया जा सकता है।

गुरू माँ– ठीक है।

प्रश्नकर्त्ता -इसका क्या मतलब है और किसी आर्शीवाद से उस तक पहुँच जा सकता है आप समझ रही है न मेरा तात्पर्य?

गुरू माँ– मैं समझ रही हूँ, जरूर समझ रही हूँ। आपका मतलब यही है कि जब हममे चीजों को बदलने की शक्ति है और जब प्रगति की रफ्तार धीमी और दफ्तरी हो तो आप उसे सहने का धीरज कैसे पायेंगे, है न अथवा आप प्रार्थना करेंगे या कुछ जादू या फिर अँगुली तानेंगे, है न! परन्तु मुझ में धीरज

है क्योंकि हमें संसार की गति के अनुसार ही काम करना पड़ता है ताकि इसमें किसी प्रकार की कोई विसंगति उत्पन्न न हो। उदाहरण के लिए, एक बच्चा दौड़ नहीं सकता, इसलिए नहीं कि आपको जल्दी है या आप दौड़कर यह नहीं चाहते कि बच्चा भी दौड़े और लड़खड़ाकर गिर पड़े। इसलिए हमें धीरज रखना पड़ता है। यद्यपि हममें दौड़ने की शक्ति है, फिर भी हम बच्चे के साथ चलते हैं, है न। इसी तरह मैं भी कभी निराश और अधीर हो उठती हूँ लेकिन मुझे खुद को धीरज धारण करने की शिक्षा देनी पड़ती है। इसलिए मुझे एक राष्ट्रपति से दूसरे राष्ट्रपति के सामने सिर झुकाना पड़ता है शरणार्थियों के लिए, क्योंकि हमें उनके लिए वित्तीय सहायता में बढ़ोतरी करनी पड़ती है। हम उन्हें सब कुछ देना चाहते हैं, जो भी हमारे पास है वह सब करोड़ों अरबों डालर। हमें लाल फीताशाहीसे जूझना पड़ता है। उसकी इच्छा पूरी करनी पड़ती है। मैं संयुक्त राष्ट्र से कुछ कह भी तो नहीं सकती, नहीं कहूँगी। न ही मैं उससे कुछ करने के लिए कह सकती हूँ। नहीं, बिल्कुल नहीं ।अगर हम शारीरिक अथवा तॉत्रिक शक्तियों का उपयोग करेंगे तो विश्व में विनाश हो सकता है। समझे सब कुछ जैसे चल रहा है, वैसे ही चलेगा, लेकिन हम आध्यात्मिक उपचार से, अध्यात्मिक ज्ञान से लोगों की चेतना को प्रबुद्ध कर सकते हैं। उनको यह ज्ञान दे सकते हैं कि अगर आप समझे तो वे आपकी मदद करने और सहयोग देने के लिए तैयार हैं। यही सबसे अच्छा तरीका है न कि तांत्रिक शक्ति का उपयोग करना। मैं जान बूझ कर जीवन के किसी क्षेत्र में ऐन्द्रजालिक शक्ति का उपयोग कभी नही करती। लेकिन आध्यात्मिक साधना करने वालों के सम्बन्ध में चमत्कार जुड़ ही जाते हैं। यह अत्यन्त स्वाभाविक है, जान बूझ कर किया जाने वाला कार्य नहीं है। समझे आप बलपूर्वक आगे बढ़ाने की चेष्टा नहीं है। हाँ, ऐसा करना अच्छा नहीं है। बच्चा दौड़ नहीं सकता है। यह बात ठीक है आप मेरे उत्तर से सन्तुष्ट हैं यदि आपको मेरा कोई उत्तर उचित नहीं लगता है तो आप बतायें, मैं और अधिक व्याख्या करने की कोशिश करूँगी। लेकिन मुझे विश्वास है कि आप बहुत बुद्धिमान है। इसलिए मैंने अधिक विस्तार से सब कुछ नहीं कहा, और कोई प्रश्न? अच्छा, वो जो वहां पीछे बैठे हैं। यह अच्छी बात है कि संयुक्त राष्ट्र जैसा कोई संगठन है। इसके द्वारा हम संसार के कई झगड़े निपटा सकते हैं, युद्धों को टाल सकते हैं। यद्यपि, यह सही है कि हम इन्हें पूरी तरह से समाप्त नहीं कर सकते हैं। लेकिन मैंने संयुक्त राष्ट्र के प्रकाशन पढ़े हैं। लगभग सभी। और मैंने संयुक्त राष्ट्र के कार्यों का अवलोकन किया है। मैं बंधकों को छुड़वाने

के सिलसिले में संयुक्त राष्ट्र के प्रयत्नों व कार्यकुशलता की प्रशंसा अवश्य करूंगी कि जिन्हें संपूर्ण संसार की ताकत न छुड़ा पायी, उसी काम को संयुक्त राष्ट्र के एक आयुक्त ने कर दिखाया। जी हां, इसी प्रकार प्राकृतिक विपत्तियों के शिकार हुए लोगों की मदद और शरणार्थी समस्याओं को सुलझाने में की गई मदद जैसे और अनेक काम संयुक्त राष्ट्र ने किए हैं। लगभग एक करोड़ बीस लाख शरणर्थी इनके संरक्षण में है। हैं न? बहुत बड़ा काम है इन जिम्मेवारियों केा संभालना। इनके अलावा युद्ध और दूसरी कई समस्यायें भी हैं। बहुत अच्छा है संयुक्त राष्ट्र का होना, बहुत ही अच्छा।

प्रश्नकर्त्ता– धन्यवाद, गुरू मां चिंग हाई, कि आपने अपना ज्ञान हमें दिया। मुझे एक प्रश्न करना है। यह प्रश्न संसार की बढ़ती हुई जनसंख्या के बारे में है, इस बढ़ोत्तरी से उत्पन्न समस्या पर्यावरण के दुरूपयोग तथा खाद्य-सामग्री की बढ़ती हुई माँग के बारे में है। क्या आप संसार की बढ़ती हुई जनसंख्या के विषय में कुछ कहेंगी। क्या यह संसार के कर्म को फल है, अथवा क्या यह भविष्य में किसी विशेष प्रकार के कर्म को जन्म देगी?

गुरू मां– हूं ; इस संसार में अधिक लोग हों, यह अच्छी बात है। क्यों नहीं ज्यादा भीड़, ज्यादा शोर-गुल और ज्यादा मौज-मजा, नहीं बात यह नहीं है कि हमारे संसार की जनसंख्या सीमा से अधिक है, बस ढ़ंग से फैले हुए नहीं हैं। लोग संसार के किसी खास क्षेत्र में ही कुंडली मार बैठ जाते है, कहीं दूसरी जगह जाना ही नहीं चाहते। बात बस इतनी सी है । हमारे यहां बड़े-बड़े निर्जन क्षेत्र ऐसे पड़े हैं, जिनका उपयोग ही नहीं किया गया है। अनेक अनखोजे द्वीप, कई विस्तृत पठार, जहां पर केवल वनों की हरियाली,बस और कुछ भी नही, इसी तरह लोग न्यूयार्क में ही जमघट लगाने में जुटे रहते हैं, यहीं आना पसंद करते हैं, हैं न, (हंसी) इसलिए क्योंकि यहां ज्यादा मौज मस्ती के मौके मिलेगे। यह बात भी है कि यदि कोई सरकार रोजगार के अवसर जुटाने, वहां उद्योग-धंधे विकसित हो और अलग-अलग जगह पर अलग-अलग तरह की नौकरी उपलब्ध होंगे तो लोग वहां जाकर काम क्यों नही करना चाहेंगे। लोग वहीं जमा होते हैं, जहाँ नौकरी पाना आसान हो, रोजगार हो और सुरक्षा भी। यदि किसी दूसरी जगह सुरक्षा तथा रोजगार के मौके उपलब्ध होंगे तो लोग वहाँ भी जायेंगे। वे अपनी सुरक्षा और रोजी रोटी के लिए जरूर जायेंगे। यह बिल्कुल स्वाभाविक है। इसलिए हमें बढती जनसंख्या से डरना नहीं चाहिए। हमें और अधिक संगठित होना चाहिए ताकि संसार के लोगों को रोजगार के अवसर, घर और सुरक्षा,

रोटी, कपड़ा और मकान का लाभ प्रदान कर सकें। फिर सभी जगह एक जैसी स्थिति हो जायेगी। अधिक जनसंख्या की समस्या कभी उठेगी ही नहीं। और रहा आहार के बारे में आपका प्रश्न, तो इसके विषय में आप अधिक जानते हैं। क्योंकि संसार को किस प्रकार ठीक-ठाक बनायें रख सकें, इस बारे में बहुत सारी सूचनायें हमें अमेरिका में उपलब्ध हैं। संसार के संसाधनों को बनाए रखने तथा धरती की समूची आबादी को खिला पाने के लिए शाकाहार से उत्तम और कोई भी मार्ग नहीं है क्योंकि हम न जाने कितना निरामिष आहार, ऊर्जा, बिजली और औषधि पशु पालन पर नष्ट कर देते हैं। समझें? यदि ऐसा न हो तो हम प्रत्यक्ष रूप से दूसरे लोगों को भोजन उपलब्ध करवा सकते हैं। तीसरे विश्व के कई देश अपने प्रोटीन समृद्ध अन्न फल सब्जियों को सस्ते दामों में बेच देते हैं। लेकिन यह दूसरे राष्ट्रों की आबादी को मदद करना नहीं है। अगर हम यही सब खाधान्न ढ़ंग से सब तरफ फैला दें औ शाकाहारी बन जायें तो हम न केवल अपनी और न केवल पशुओं की मदद करेंगे बल्कि पूरे संसार की भी मदद करेंगे। मैं तो यह मानती हूँ कि यदि हम शाकाहारी हो जाये तो संसार भूखा नहीं रहेगा परन्तु इसके लिए हमें संगठित होना पड़ेगा। चावल और दूध को और अधिक पोषक बनाने वाले व्यक्ति को मैं जानती हूँ। पिछली बार में उसकी चर्चा कर चुकी हूँ। उसने बताया कि उसने लगभग तीन लाख डालर खर्च किए और वह श्रीलंका में छः लाख लोगों को भोजन दे सकता है। ऐसे लोगों को जो गरीब हैं, कुपोषण के शिकार हैं। इनमें माताएँ और अन्य सभी लोग शामिल है। बिल्कुल चमत्कारिक बात है न। संसार के दूसरे हिस्सों में जिस ढ़ंग से हम इस पर अमल करते हैं उससे हम प्राकृतिक संसाधनों को नष्ट करते हैं। ये अब भी हमारे पास पर्याप्त है। परमेश्वर ने हमें यहाँ इसलिए नहीं भेजा कि हम भूखे मरें। सच बात तो यह है कि हम स्वयं अपने को भूखा मारते हैं। इसलिए हमें फिर सोचना पड़ेगा फिर सोचना पड़ेगा। फिर से संगठित होना पड़ेगा और इसेक लिए अनेक देशों की सरकारों के आर्शीवाद की अवश्यकता है। उन्हें पूरी ईमानदारी और स्वच्छता के साथ हमें आर्शीवाद देना होगा और मर्यादा के साथ भी। इसके अतिरिक्त स्वयं अपनी सेवा करने के स्थान पर लोगों की सेवा करने की इच्छा उनमें होनी चाहिए। यदि हमें उनकी ऐसी कृपा मिल जाये तो हमारे सामने सचमुच ही कोई समस्या नहीं रह जायेगी। कोई भी समस्या नहीं। हमें अच्छे नेतृत्व की, अच्छे अर्थिक संगठन की और शासकीय प्रतिभा तथा ईमानदार सरकारों की जरूरत है। लेकिन यह बहुत शीघ्रता से तभी हो सकता है जब ज्यादा लोग अथवा

अधिकांश लोग अथवा सभी लोग आध्यात्मिक हो जॉय। तभी उन्हें अनुशासन का अर्थ समझ में आयेगा। तभी वे नियमों को समझ पायेंगे। तभी वे समझ पायेंगे कि ईमानदार बनना और स्वच्छ होना क्या होता है। तभी वे अपनी बुद्धि का उपयोग कैसे करना है, यह जान पायेंगे। तभी वे कई विषयों पर सोच सकते हैं। और हमारे जीवन को फिर से व्यवस्थित कर सकते हैं। समझे? अन्यथा अगर जेबखर्च के सहारे अथवा जनता से इकट्ठा किए गए धन के सहारे आप सत्ता के पीछे भागेंगे और बार बार धन इकट्ठा करने में ही लगे रहेंगे तो इस बीच तो आप सामर्थ्य ही खो चुके होंगे। इससे क्या होने वाला है, कुछ भी नहीं। क्या होगा ऐसे में कि आप तो बैठे होंगे सोने की खान पर, फिर भी हम भूखों मर जायेंगे। कई राष्ट्रों के नेताओं को अपनी सत्ता और अपनी जिम्मेदारियों के प्रति सचेत रहना चाहिए। लोगों के बारे में सोचना और व्यवस्था को नए सिरे से सँवारना मुख्य बात है। जी हाँ -

प्रश्नकर्त्ता– मेरी दृष्टि से यह बहुत कठिन बात है, अधिकांश जैसा कि मैं समझता हूं आज पर्यावरण का जो दुरूपयोग हो रहा है, उसका कारण बढ़ती हुई आबादी और उसके लिए रहने के स्थान की जरूरत के कारण हो रहा है। ऐसे घरों के लिए, जिनमें हम बीसवीं सदी में रह रहे हैं और रहना चाहते हैं। इसीलिए तो ब्राजील में वन नष्ट हो रहे हैं। वहाँ पर्यावरण को नुकसान पहुँचाया जा रहा है। वहाँ वन तथा वर्षा के जल को सोख लेने वाले वनों को मिटाया जा रहा है जिसके परिणामस्वरूप बाढ़ आती है और इन सभी का सम्बन्ध बढ़ती हुई जनसंख्या की समस्या से है।

गुरू माँ– जी हाँ, अवश्य ही, इस संसार में हर वस्तु का सम्बन्ध एक दूसरे से होता है और इसका एकमात्र हल यही है कि इन समस्याओं का निराकरण जड़ से शुरू हो, शाखाओं से नहीं तथा जड़ है आध्यात्मिक स्थिरता। समझें? (करतल ध्वनि) इसलिए हम सबको जो करना है वह बस इतना कि हम आध्यात्मिक संदेश फैलाने की कोशिश करें, जितना हम जानते हैं और साथ ही आध्यात्मिक अनुशासन बनाए रखें। बस यही लोगों में नहीं है। यह अच्छी बात है कि मशीन को स्वयं ही प्लग में लगाया, कुछ रोशनी की, संगीत के स्वर लहराये और आप समाधि की अवस्था में पहुँच गये। लेकिन अगर आप में नैतिक अनुशासन नहीं है तो आप कभी कभी केवल बुरी चीजों के लिए ही अपनी शक्ति

का प्रयोग करते हैं। उसे अपने नियन्त्रण में नहीं रख सकते हैं। समझें? इसलिए हम लोग जो इस मण्डली में शामिल हैं, हम लोगों को सबसे पहले नियमों की शिक्षा देते हैं। नियम ही महत्वपूर्ण हैं। बिना प्रेम, बिना करूणा और बिना नैतिक मूल्यों के उचित समझ के शक्ति निरर्थक है। यह तो इन्द्रजाल है, दुरूपयोग है। बिल्कुल। इसी तरह इन्द्रजाल का घटाटोप उत्पन्न होता है। समझे। इसलिए बोध प्राप्त कर लेना तो सहज है, परन्तु उसको संभाले रहना कठिन है। हमारे मार्ग में, यदि आप सच्चे मन से अनुशासित नहीं है और नैतिक दृष्टि से परिपक्व नहीं हैं। तो गुरू आपसे आपकी कुछ शक्ति ले लेगा ताकि आप उसका दुरूपयोग न कर सकें और समाज को हानि पहुँचाने वाला कोई काम न कर सकें। यही अन्तर है। गुरू के हाथ में नियंत्रण है। गुरू शक्ति, गुरू शक्ति, ठीक है न। मैं आप सभी के बुद्धिमत्तापूर्ण प्रश्नों से खुश हूँ। आपलोग बहुत समझदार हैं। लोग ऐसा करते हैं क्योंकि वे पर्याप्त समझदार नहीं है। आप जानते हैं जैसे धरती का गलत प्रयोग करना, जो आप ही ने कहा है अथवा कुछ ऐसा करना जो समझदारी न होने पर ही किया जा सकता है। इसलिए, मूल बात है बुद्धिमानी तथा आध्यात्मिक अभ्यास। ज्ञान प्राप्त कीजिए। जी हाँ ज्ञान।

प्रश्नकर्त्ता-- मैंने आपकी दो एक किताबें पढ़ी हैं और आपके उपदेश भरे अनेक टेप भी सुने हैं।

गुरू माँ-- अच्छा! कितने अचरज की बात है। तब तो हम एक दूसरे को जानते पहचानते हैं।

प्रश्नकर्त्ता-- मैं असुरों की संकल्पना से कुछ परेशान हूँ।

गुरू माँ-- अ.....सु.....र.....। यह क्या है? असुर! असुर! ओह सूक्ष्म शरीर! असुर! ठीक, ठीक! यह सूक्ष्म शरीर के लिए संस्कृत भाषा में प्रयुक्त होता है। अच्छा। मुझे पता नहीं था कि आप संस्कृत में बोल रहे हैं।

प्रश्नकर्त्ता-- इसलिए मेरा प्रश्न है कि मैं जानता हूँ कि मैं सही काम को करने के लिए, अपने अभ्यास के लिए संघर्ष करता हूँ और मुझे मालूम है कि मैं किसी ऐसी वस्तु के विरूद्ध लड़ रहा हूँ, जो मेरे विरूद्ध लड़ रही है। मेरा प्रश्न है कि इस संघर्ष से परे कैसे पहुँचू? मैं कैसे विजय प्राप्त करूँ?

गुरू माँ-- असली मजा इसी में है। यदि कोई वस्तु सरलता से मिल जाए तो

फिर आपने चुनौती कहाँ झेली और ऐसी वस्तु तो आप प्राप्त करना भी नहीं चाहेंगे। जी हाँ। इसलिए हमारे भीतर दो शक्तियाँ होती हैं। हम इन्हें चीनी भाषा में यिन और याँग कहते हैं। पश्चिमी शब्दावली में हम इन्हें ऋण और धन (नकारात्मक और सकारात्मक) कहते हैं। नकारात्मक शक्ति हमें वह काम करने के लिए प्रेरित करती है, जिसे करने की हमारी इच्छा नहीं होती है और सकारात्मक शक्ति हमें इस प्रवृति पर विजय प्राप्त करने में मदद देती है। कभी कभी हम हार जाते हैं और कभी कभी जीत जाते हैं। यह हमारे आध्यात्मिक अनुशासन तथा शक्ति पर निर्भर है। इसलिए, संघर्ष करने की कोशिश करें और निरन्तर करते रहें। जैसे कि संयुक्त राष्ट्र शरणार्थी समस्या से तथा विश्व में युद्धों की समस्या से जूझ रहा है। अन्त में कभी न कभी आपकी जीत होगी, संघर्ष तो करना ही पड़ता है। आपने मेरी बातें ध्यान से सुनी, इसके लिए धन्यवाद। सुखी सम्पन्न रहें।

''दीक्षा-संस्कार ही वास्तव में दीक्षा नहीं है.... आप बस आइये और आपकी अपनी सहायता में मुझे सहायता करने दीजिए। मैं आपको यहाँ अपना शिष्य बनाने के लिए नहीं आई हूँ..... मैं आपकी मदद करने आई हूँ ताकि आप स्वयं गुरू बन सकें।''

~-परम गुरू मां चिंग हाई ~

''हर कोई जानता है कि ध्यान कैसे किया जाये, परन्तु आप गलत चीजों का ध्यान करते हैं। कुछ लोग सुन्दर लड़कियों का ध्यान करते हैं, कुछ धन पर और कुछ व्यापार पर ध्यान लगाते हैं। जब भी आप पूरे मन से, पूरी तरह से एक चीज का ध्यान करते हैं, वही है ध्यान। मैं सिर्फ आन्तरिक शक्ति की ओर ध्यान देती हूँ, करूणा, प्रेम तथा परमेश्वर के दया भाव की ओर ध्यान देती हूँ।''

~-परम गुरू मां चिंग हाई ~

''दीक्षा का अर्थ है नई व्यवस्था में नए जीवन की शुरूआत। इसका मतलब है कि गुरू ने आपको अपनी संत मण्डली का सदस्य बनाने के लिए स्वीकार कर लिया है। अब आप साधारण मनुष्य नहीं है, आप ऊँचे उठ चुके हैं। पुराने जमाने में लो इस ''बपतिस्मा'' कहते थे अथवा ''गुरू की शरण'' में जाना कहते थे।''

~-परम गुरू मां चिंग हाई ~

दीक्षा-संस्कार

क्वान यिन पद्धति

परम गुरू माँ चिंग हाई उन सच्चे लोगों को **क्वान यिन पद्धति** में दीक्षा देती हैं जो सत्य को जानने के इच्छुक हैं। चीनी भाषा के शब्द **क्वान यिन** का अर्थ ध्वनि तरंगों का चिन्तन है। इस पद्धति में अन्तरिक प्रकाश और आन्तरिक ध्वनि दोनों का ही चिन्तन करना सम्मिलित है। प्राचीन काल से ही इन आन्तरिक अनुभवों का वर्णन संसार के सभी धर्मों के साहित्य में बारम्बार होता आया है।

उदाहरण के लिए, बाइबिल में कहा गया है, ''आरम्भ में शब्द या और शब्द ही परमेश्वर से वार्तालाप था और शब्द ही परमेश्वर (ब्रह्म) था।'' (जान १: १) यह शब्द ही आन्तरिक ध्वनि है। इसे लोगोस, शब्द, ताओ, ध्वनितरंग, नाम अथवा अलौकिक संगीत के नाम से भी पुकारा गया है। गुरू माँ चिंग हाई का कहना है, ''यह सभी प्रकार के जीवन में तरंगायित है, तथा सम्पूर्ण ब्रह्माण्ड को संभाले हुए है। यह आन्तरिक संगीत सभी प्रकार के घावों को ठीक कर सकता है, सभी कामनाएं पूरी कर सकता है और सभी प्रकार की सांसारिक प्यास बुझाया जा सकती है। यह अत्यन्त शक्तिशाली है और परिपूर्ण प्रेम है। इसलिए क्योंकि हम सब इस ध्वनि से बने हैं। इसके साथ सम्पर्क हमारे हृदय में शान्ति और सन्तोष को उत्पन्न करता है। इस ध्वनि को सुनने के बाद हमारा समूचा अस्तित्व बदल जाता है, जीवन के प्रति हमारी संपूर्ण दृष्टि बेहतरी के लिए बदल जाती है।''

आन्तरिक प्रकाश, परमेश्वर का प्रकाश वही प्रकाश है जिसे संसार में प्रबोधन (ज्ञान) कहा जाता है। इसकी तीव्रता, सूक्ष्म प्रकाश से करोड़ों सूरज

की दीप्ति तक कितनी ही परिधि में जगमगा सकती है। इसी आन्तरिक प्रकाश और ध्वनि के माध्यम से ही हम परमेश्वर को जान पाते हैं।

क्वान यिन पद्धति में दीक्षा संस्कार कोई सांसारिक कर्मकाण्ड अथवा नए धर्म में प्रवेश करने का धर्मानुष्ठान नहीं है। दीक्षा संस्कार के दौरान, आन्तरिक प्रकाश और आन्तरिक ध्वनि के चिन्तन के विषय में विशिष्ट निर्देश दिए जाते हैं और गुरू माँ चिंग हाई "आध्यात्मिक संप्रेषण" प्रदान करती हैं। दिव्य उपस्थिति का यह पहला स्वाद निस्तब्धता में दिया जाता है। आपके लिए ज्ञान का यह द्वार खोलने के लिए गुरू माँ चिंग हाई का सशरीर उपस्थित रहना आवश्यक नहीं है। यह संप्रेषण इस पद्धति का एक अत्यावश्यक अंग है। परन्तु गुरू की कृपा के बिना ध्यान विधि के परिपालन से कुछ अधिक लाभ नहीं हो सकता है।

दीक्षा के समय आप तत्काल ही आन्तरिक ध्वनि सुन सकते हैं और आन्तरिक प्रकाश देख सकते हैं, इसलिए इस अवसर को कभी कभी "अकस्मात् होने वाला" अथवा "तत्काल बोध" भी कहा जाता है।

गुरू माँ चिंग हाई सभी वर्गों और धर्मानुयायियों को दीक्षा संस्कार के लिए स्वीकार करती हैं। आपको अपने वर्तमान धर्म अथवा विश्वास पद्धति को बदलने की जरूरत नहीं है। आपको किसी संगठन में शामिल होने के लिए अथवा किसी भी ऐसे काम को करने के लिए नहीं कहा जायेगा, जो आपके वर्तमान जीवन शैली के अनुकूल न हो।

लेकिन आपसे शाकाहारी बनने के लिए जरूर कहा जायेगा। शाकाहारी भोजन के लिए आजीवन प्रतिबद्धता दीक्षा ग्रहण करने से पहले की परम आवश्यक शर्त है।

दीक्षा संस्कार निःशुल्क रूप से किया जाता है।

दीक्षित होने के बाद आपके लिए प्रतिदिन क्वान यिन पद्धति से ध्यान करने का अभ्यास और पंचशील (पाँच नियमों) का परिपालन ही एकमात्र आवश्यकता है। ये नियम मार्ग दर्शक हैं जो आपको इस कार्य में मदद करते हैं कि आप ने ही स्वयं को और न ही किसी अन्य जीवधारी प्राणी को हानि पहुँचायें। इन अभ्यासों से आपको अपने आरंभिक बोध अनुभव को गहन व सशक्त करने में मदद मिलेगी और ये अन्ततः आपको जागृति के उच्चतर स्तर पर पहुँचने में

एवं आपको बुद्ध पद प्राप्त करने में सहायक होंगे। बिना प्रतिदिन अभ्यास के आप निश्चय ही अपना बोध, अपना ज्ञान भूल जायेंगे और चेतना के सामान्य स्तर पर लौट आयेंगे।

गुरू माँ चिंग हाई का लक्ष्य हमें आत्मनिर्भर बनाना है। वे हमें ऐसी पद्धति सिखाती हैं जिसका अभ्यास कोई भी व्यक्ति स्वयं कर सकता है एवं बिना किसी आश्रम बिना किसी प्रकार की निजी सामग्रियों के ही कर सकता है। उन्हें अनुयायियों, पूजकों अथवा शिष्यों की तलाश नहीं है और ना ही उन्हें चन्दा देने वाले सदस्यों से भरे पूरे किसी संगठन की ही तलाश है। वे आप के द्वारा दिया गया धन, दक्षिणा अथवा उपहार स्वीकार नहीं करेंगी। इसलिए, आप ऐसा कुछ उन्हें देने की कोशिश भी न करें।

वे आपसे केवल प्रतिदिन के जीवन में ईमानदारी और सन्त पद प्राप्त करने की दिशा में आपके ध्यान अभ्यास को ही स्वीकार करेंगी।

पंचशील

१. सचेतन जीव की हत्या न करें।

२. असत्य न बोलें।

३. जो अर्पित नहीं किया गया, उसे न लें।

४. यौन अनाचार न करें।

५. मादक द्रव्यों का सेवन न करें।

*इन नियमों का पालन करने के लिए दूध-शाकाहारी भोजन अनिवार्य है।

सूक्तियाँ

''पूर्ण रूप से श्रेष्ठ (दिव्य) व्यक्ति ही पूर्ण मनुष्य होता है। एक पूर्ण मनुष्य पूर्ण दिव्य व्यक्ति होता है। इस समय हम केवल आधे मनुष्य हैं। हम झिझक से काम करते हैं, हम अहंकार से काम करते हैं। हम यह विश्वास नहीं करते कि परमेश्वर ही हमारे आमोद-प्रमोद के लिए, हमारे अनुभव के लिए सभी चीजों की व्यवस्था करते हैं। हम पाप और पुण्य का भेद करते हैं। हम हर चीज को बढ़ा-चढ़ा कर प्रस्तुत करते हैं और इसी के आधार पर स्वयं अपने को और दूसरों को मापते हैं। हम स्वयं अपने सीमित ज्ञान के शिकार हैं कि परमेश्वर को क्या करना चाहिए। समझे ? सच तो यह है कि परमेश्वर हमारे अन्दर हीं है और हम उसे सीमित कर देते हैं। हम मौज मस्ती करना चाहते हैं परन्तु यह नहीं जानते है कि ऐसा कैसे करें। हम दूसरों से बस यह कह देते हैं 'आपको ऐसा नहीं करना चाहिए था' लेकिन क्या अपने आप से कभी कहते हैं कि मुझे ऐसा नहीं करना चाहिए, मुझे वैसा नहीं करना चाहिए। तो फिर मैं क्यों शाकाहारी बनूँ ? पर मैं जानती हूँ। मैं इसलिए शाकाहारी हूँ क्योंकि मेरे भीतर बैठा परमेश्वर यही चाहता है।''

~--परम गुरू मां चिंग हाई ~

जब हम अपने कार्यों में, वाणी और विचार में क्षण भर के लिए भी विशुद्ध होते हैं तो सभी देवी-देवता और देवदूत हमारा पक्ष लेंगे। उस क्षण सम्पूर्ण ब्रह्माण्ड हमारा होता है और हमारा पक्ष लेता है एवं वहाँ रक्षा आसन हमारा होता है उस पर विराजना या शासन करना हमारा अधिकार होता है।

~--परम गुरू मां चिंग हाई

शाकाहारी क्यों बने?

आजीवन शाकाहारी अथवा दूध शाकाहारी रहने की प्रतिज्ञा क्वान यिन पद्धति में दीक्षित होने की पूर्ण शर्त है। अन्न-फल और दूध उत्पादन इस भोजन में सम्मिलित है लेकिन पशु मांस का सेवन नहीं करना चाहिए। अंडे भी नहीं खाने चाहिए। इसके अनेक कारण हैं लेकिन सबसे अधिक मत्वपूर्ण कारण है हमारा प्रथम नियम, जिसके अनुसार हमें सचेतन प्राणियों का जीवन लेने से बचना चाहिए अर्थात् जीव हत्या न करें।

दूसरे जीवधारियों को न मारना अथवा उन्हें हानि न पहुंचाना निस्संदेह उनके लिए लाभकारी है परन्तु यह भी सत्य है कि दूसरों को नुकसान पहुँचाने से बचना स्वयं हमारे लिए भी समान रूप से लाभकारी है। क्यों? क्योंकि कर्म का नियम ही ऐसा है कि **जैसा बोओगे वैसा ही काटोगे।** जब आप किसी की हत्या करेंगें अथवा किसी दूसरे को मारने लिए आदेश देंगे ताकि आपकी मांस खाने की इच्छा की तृप्ति हो सके तो आपको कर्म ऋण का भागी बनना पड़ेगा और यह ऋण तो अन्ततः चुकाना ही पड़ेगा।

इसलिए, वास्तविक रूप से शाकाहारी बने रहना एक ऐसा उपहार है जो हम अपने आप को ही देते हैं। हमें अच्छा लगता है। हमारे कर्म का ऋण भार कम होता रहता है इसलिए हम हल्का महसूस करते हैं। और हमारी जीवन शैली बेहतर दिशा में चलती है। इसके साथ-साथ हम आन्तरिक अनुभव के नए

स्वर्गिक एवं सूक्ष्म संसार की ड्योढ़ी पर जा खड़े होते हैं। हमें इतनी छोटी कीमत चुका कर इतनी बड़ी सम्पदा की प्राप्ति होती है।

मांस खाने के विरोध में दिये गये आध्यात्मिक तर्क कुछ लोगों को तो विश्वास दिला देते हैं लेकिन शाकाहारी बने रहने के विषय में और दूसरे विश्वासदायक कारण भी हैं। सभी की जड़ हमारे सामान्य विवेक में छिपी है। उनका सम्बन्ध व्यक्तिगत स्वास्थ्य और पोषण, पर्यावरण और पारिस्थितिकी, आचार-शास्त्र तथा पशु-पीड़ा के साथ-साथ संसार में व्याप्त भूख से है।

स्वास्थ्य और पोषण

होती है, इसलिए हमने जो मांस खाया है वह देर तक हमारी आँत में पड़ा रहता है। फलस्वरूप, मांस सड़ सकता है और जीव विष उत्पन्न कर सकता है। कोलोन कैन्सर की बीमारी के लिए इस प्रकार के जीव विष जिम्मेदार माने गए हैं। ये विष लिवर (यकृत) पर ज्यादा बोझ डालते हैं, जिसका काम ही जीव विष से छुटकारा दिलाना होता है। इससे सिरोसिस और यकृत का कैन्सर हो सकता है। मांस में यूरोकिनाज प्रोटीन और यूरिया होते हैं जो किडनी (गुर्दे) पर कार्य का बोझ बढ़ा देते हैं और इससे किडनी की क्रिया नष्ट हो सकती है। एक पौंड स्टीक (टिक्का) में चौदह ग्राम यूरोकिनाज प्रोटीन होता है। अगर तरल यूरोकिनाज प्रोटीन में जीवाणु रख दिये जायें तो उनकी उपापचय संक्रिया नष्ट हो जायेगी। इसके अलावा, मांस में सेल्युलोज अथवा रेशे कम होते हैं और रेशे की कमी से बदहजमी (कब्ज) उत्पन्न हो सकती है और इससे गुदा में कैन्सर अथवा बवासीर हो सकती है। मांस में पाये जाने वाले कोलेस्टरोल व घनी चिकनाई हृदय सम्बन्दी रोग उतपन्न कर सकते हैं। अमेरिका में सबसे ज्याद लोग हृदय रोग से मरते हैं और अब फार्मोसा में भी।

कैन्सर दूसरा बड़ा रोग है, जिससे मौतें हो रही है। प्रयोगों से पता चला है कि मांस को भूनने से एक विशेष रसायन (मैथिकोलेन थ्रेन) उत्पन्न हो जाता है, जो एक अत्यन्त शक्तिशाली कैन्सरजन्य रसायन है। यदि चूहे को यह रसायन दे दिया जाय तो उसे बोन (हड्डी) ट्यूमर (गिल्टी), ब्लड कैन्सर (रक्त कैन्सर), उदर कैन्सर आदि रोग हो सकते हैं।

अनुसन्धान से पता चला है कि अगर स्तन कैन्सर से पीड़ित कोई चुहिया अपने बच्चे को दूध पिलाये तो बच्चे (चूहे) को भी कैन्सर हो जायेगा। जब इंसान के कैन्सर के सेल्स (कोशिकाएं) पशु में रख दिया गए तो पशु में भी कैन्सर फैल गया। जो मांस हम प्रतिदिन खाते हैं यदि वह किसी ऐसे पशु का है, जिसमें इस प्रकार का कोई रोग है तो उसे खाने के कारण हमें वही रोग लग जाने की पूरी आशंका है। अधिकांश लोग यह मानते हैं कि मांस स्वच्छ है तथा हानिकारक नहीं है। सभी कसाई बाड़ों में निरीक्षण होता रहता है। उन मवेशियों जैसे सुअरों, नुर्गियों आदि की संख्या अनगिनत है जिन्हें रोज मार कर बेचा जाता है। इनमें से प्रत्येक की जाँच कर पाना कठिन है। आजकल ऐसे पशुओं का वही अंग काट दिया जाता है, जिसमें किसी बीमारी की शंका हो सिर या

पैर– कुछ भी। केवल खराब हिस्से को ही अलग किया जाता है, बाकी की तो बिक्री की जाती है।

सुप्रसिद्ध शाकाहारी डा० जे० एच० केलौग ने कहा है।''शाकाहारी भोजन करने पर हमें इस बात की चिन्ता नहीं करनी पड़ती कि खाने की वस्तु (भोजन) किस रोग से पीड़ित होकर मरी थी। खाने का आनंद इसी से बढ़ जाता है।''

यहाँ एक और बात चिन्ता करने की है। एन्टीबायटिक अथवा दूसरी ड्रग (दवा), जिनमें स्टेरौयड और हार्मोन्स बढ़ाने वाली ड्रग भी शामिल है या तो पशु भोजन में बढ़ा दी जाती है अथवा सीधे-सीधे सूई के जरिए पशुओं के शरीर में दे दी जाती है। पता चला है कि जो लोग इन पशुओं को खाते हैं उनके शरीर में ये ड्रग (दवा) भी पहुँच जायेगी। यह संभावना रहती है कि मांस में मौजूद एन्टीबायटिक्स मनुष्य के लिए उपलब्ध एन्टीबायटिक्स की कारगरता को कम कर देती है। कुछ लोग ऐसे हैं जो यह समझते हैं कि शाकाहारी भोजन पर्याप्त पोषक नहीं होता। एक अमेरिकी शल्य विशेषज्ञ डा० मिलर ने फार्मोसा में चालीस वर्षों तक चिकित्सा सेवा (प्रैक्टिस) की। उन्होंने वहाँ पर अस्पताल स्थापित किया, जिसमें केवल शाकाहारी भोजन ही परोसा जाता था- कर्मचारियों के लिए और रोगियों के लिए भी। उन्होंने कहा, ''चूहा ऐसा जीव है जो मांसाहारी और शाकाहारी दोनों प्रकार के भोजन ग्रहण करके अपना जीवन गुजार सकता है। अगर दो चूहों को अलग-अलग ढ़ंग से रखा जाये और एक को मांस तथा दूसरे को शाकाहारी भोजन दिया जाये, तो पता चलेगा कि दोनों की वृद्धि तो एक जैसी जरूर है लेकिन शाकाहारी चूहा अधिक लम्बे समय तक जीता है और उसमें रोग से लड़ने की शक्ति भी अधिक होती है। इसके अलावा, जब दोनों चूहे बीमार पड़े तो शाकाहारी चूहे को ठीक होने में कम समय लगता है अर्थात् वह जल्दी ही अच्छा हो गया।'' इसके साथ ही उन्होंने यह भी बताया, ''आधुनिक विज्ञान से हमें जो औषधि प्राप्त हुई है, उनमें अब बहुत सुधार आ चुका है। लेकिन फिर भी वे केवल हमारी तन्दुरूस्ती को बनाए रखता है।'' उन्होंने यह भी कहा, कि ''वनस्पति आदि से मिला भोजन-मांस की तुलना में कहीं अधिक पौष्टिक होता है। लोग पशुओं का मांस खाते हैं लेकिन उन्हीं पशुओं के पोषण का स्त्रोत वनस्पति है। ज्यादातर पशुओं की जिन्दगी छोटी होती है। पशुओं में भी वे सभी रोग पाए जाते हैं, जो मनुष्य को हो सकते हैं। मानव-जाति में बहुत सी बीमारियाँ

रोग ग्रस्त पशुओं के मांस को ग्रहण करने के कारण आती है। इसलिए लोग अपना पोषण सीधे-सीधे वनस्पति आदि से क्यों नहीं प्राप्त करते?" डा० मिलर ने सुझाव दिया है कि हमें हर प्रकार की पौष्टिकता को पाने के लिए केवल अन्न की, फलियों और साग सब्जियों की ही जरूरत है जो हमें तन्दुरूस्त रखने के लिए जरूरी है। बहुत से लोगों का यह विचार है कि पशु से प्राप्त प्रोटीन वनस्पति से प्राप्त होने वाले प्रोटीन से 'अधिक अच्छा' है क्योंकि पशु प्रोटीन पूर्ण प्रोटीन माना जाता है और वनस्पति प्रोटीन अपूर्ण। मगर सच्चाई यह है कि कुछ वनस्पतियों से मिलने वाला प्रोटीन पूर्ण होता है और उनसे बना भोजन कई प्रकार के अपूर्ण प्रोटीन वाले भोज्य पदार्थों के प्रोटीन को भी पूर्ण बना सकता है।

१९८८ के मार्च महीने में द अमेरिकन डाइटिक असोसिएशन ने घोषणा करवाई, कि इस संस्था का यह मत है कि शाकाहारी भोजन स्वास्थ्य पूर्ण और पोषण की दृष्टि से पर्याप्त होता है बशर्ते कि उसे ढंग से बनाया और खाया जायें।

आमतौर पर यह गलत धारणा बन गई है कि मांसाहारी शाकाहारी की तुलना में अधिक शक्तिवान होता है परन्तु येल विश्वविद्यालय के प्राध्यापक इर्विंग फिशर ने ३२ शाकाहारी और १५ मांसाहारी लोगों पर एक प्रयोग किया एवं इसके परिणामों से यह पता चला कि मांसाहारियों की तुलना में शाकाहारियों में अधिक सहनशक्ति थी। उन्होंने इनलोगों को जब तक संभव हो तब तक हाथ फैलाये रखने के लिए कहा। इस परीक्षा का परिणाम बिल्कुल स्पष्ट था। १५ मांसाहारियों में से केवल दो व्यक्ति ही १५ से २० मिनट तक ऐसा कर पायें, लेकिन ३२ शाकाहारियों में २२ लोग १५ से ३० मिनट तक, १५ लोग ३० मिनट से अधिक, ९ लोग एक घंटे से अधिक, ४ लोग दो घंटे से अधिक ओर एक शाकाहारी व्यक्ति ने तीन घंटे से अधिक समय तक अपना हाथ फैलाए रखा।

बहुत लम्बी दूरी तक दौड़ने वाले कई धावक प्रतियोगिता से कुछ समय पहले शाकाहारी भोजन करने लगते हैं। शाकाहारी चिकित्सा के एक विशेषज्ञ डा० बार्बरा मोरे ने एक सौ दस मील लम्बी दौड़ सत्ताइस घंटे और तीस मिनट में पूरी की। ५६ वर्ष की आयु वाली एक महिला ने नवयुवक-नवयुवतियों द्वारा पहले बनाए गए सभी रिकार्ड तोड़ दिये। "मैं इस बात का उदाहरण बनना चाहती हूँ कि जो लोग पूरी तरह शाकाहारी भोजन खाते हैं उनका शरीर मजबूत होगा, और दिमाग में स्पष्ट सोचने की ताकत होगी तथा उनका जीवन विशुद्ध होगा।"

क्या शाकाहारी को अपने भोजन में प्रोटीन की पर्याप्त मात्रा मिल जाती है? वर्ल्ड हैल्थ अर्गनाइजेशन (विश्व स्वास्थ्य संस्था) की सिफारिश है कि प्रोटीन से प्रतिदिन ४.५% कैलोरी प्राप्त की जाये। गेहूं में यह कैलोरी मात्रा १७ है, फूलगोभी में ४५% और चावल में ८% है। मांस खाये बिना ही प्रोटीन समृद्ध भोजन बहुत आसानी से मिल सकता है। घनी चिकनाई वाले भोजन जिससे बचते हुए शाकाहारी भोजन करने अतिरिक्त पोषण प्राप्त होता है इसलिए शाकाहारी रहना स्पष्ट रूप से उत्तम चुनाव है।

मांस तथा अन्य पशु-जन्य भोजन खाने से, जिसमें घनी चिकनाई की मात्रा मौजूद रहती है और दिल की बीमारी, स्तन कैन्सर, कोलोन कैन्सर तथा लकवे के बीच परस्पर सम्बन्ध की पुष्टि हो चुकी है। दूसरे रोग जिनको बहुधा रोका जा सकता है, जो कभी-कभी कम चिकनाई वाले शाकाहारी भोजन से ठीक किए जा सकते हैं, उन रोगों में गुर्दे (किडनी) में पथरी, प्रोस्टेट कैन्सर, मधुमेह, पेप्टिक अल्सर, गालस्टोन, बदहजमी के दौरे, आर्थराइटिस, मसूड़ों के रोग, मुँहासे पैकिया कैन्सर, पेट का कैन्सर। उच्च रक्तचाप, गठिया, गर्भाशय कैन्सर, मोटापा, दमा आदि अनेक रोग शामिल है।

धूम्रपान के अतिरिक्त मांसाहार ही व्यक्तिगत स्वास्थ्य के लिए अत्यन्त हानिकारक है।

पारिस्थितिकी और पर्यावरण

मांस के लिए पशु-पालन के परिणाम कम हानिकारक नहीं है। वन-सम्पदा का विनाश, विश्व-व्यापी उष्णता, में बढ़ोतरी, जल-प्रदूषण, जल की कमी, मरूस्थल में बढ़ोतरी, ऊर्जा के संसाधनों का दुरूपयोग और विश्व भर में व्याप्त भूख की समस्या को यह और अधिक बढ़ा रहा है। पृथ्वी के संसाधनों को कारगर

ढ़ंग से सदुपयोग में लाने का तरीका, मांस के उत्पादन के लिए भूमि, जल, ऊर्जा और मनुष्य के प्रयत्नों का उपयोग करना नहीं है।

१९६० से मध्य-अमेरिका के लगभग २५ प्रतिशत वनों को जलाया और साफ कर दिया गया है और उसे मांस उत्पादन के लिए आवश्यक पशुओं का चारागाह बना दिया गया है। अनुमान है कि इस प्रकार नष्ट हुए वनों पर चरने वाले पशु-मांस से बने प्रति चार औंस हैम्बर्गर (मांस से बनी खाद्य-वस्तु) के लिए ५५ वर्ग फुट वन नष्ट किया जाता है। इसके अतिरिक्त पशु-पालन से तीन ऐसी गैसें उत्पन्न होती हैं जिनसे भू-मण्डल गर्म हो रहा है। जल-प्रदूषण का भी यही प्रमुख कारण है और प्रति एक पौंड मांस उत्पादन के लिए २४६४ गैलन पानी की जरूरत होती है। एक पौण्ड टमाटर उगाने के लिए केवल २९ गैलन पानी और गेहूँ से बनी एक पौंड की डबलरोटी तैयार करने के लिए सिर्फ १३९ गैलन पानी की आवश्यकता होती है। अमेरिका में इस्तेमाल होने वाले कुल पानी का लगभग आधा भाग पानी मवेशियों व अन्य पशुधन के पालन पोषण में खर्च होता है।

संसार के बहुत से लोगों को भोजन मिल सकता है यदि पशु-पालन पर खर्च होने वाले संसाधनों का उपयोग संसार के लोगों के लिए खाधान्न उपजाने में किया जाये। जई उगाने वाली एक एकड़ भूमि ८ गुना अधिक प्रोटीन और २५ गुना अधिक कैलोरी का उत्पादन करती है। अगर यही जई पशुओं के स्थान पर मनुष्य को खाने के लिए दी जाए तो कितना अच्छा है। फूलगोभी उगाने के लिए इस्तेमाल किये जाने वाले एक एकड़ भूमि से बीफ (मांस) उत्पादन करने वाले एक एकड़ भूमि की तुलना में १० गुना अधिक प्रोटीन कैलोरी व अन्य पोषक तत्व मिलेंगे। इस प्रकार के आँकड़े बहुत दिये जा सकते हैं। उस भूमि को जिस को जिस पर पशु धन का पालन-पोषण किया जाता है उसको और अधिक कारगर ढ़ंग से यदि लोगों के भोजन के लिए फसल उगाने में इस्तेमाल किया जाये तो कितना अच्छा हो । यही धरती का बढ़िया उपयोग होगा।

शाकाहारी रहने से आपका मन हमेशा सहज रहेगा– प्रशान्त। इसके अलावा आप जरूरत के अनुसार ही खायें, पेट के साथ ज्यादती न करें। आपको यह जानकर अच्छा लगेगा कि जब आप भोजन कर रहे हैं तो आपके प्रत्येक समय के भोजन के लिए किसी भी एक जीवधारी को मौत नहीं दी जा रही है।

विश्व-व्यापी भूख

इस पृथ्वी पर लगभग एक अरब लोग भूख और कुपोषण के शिकार हैं। ४० करोड़ से अधिक लोग हर साल भूखमरी के शिकार होते हैं और इनमें से अधिकांश बच्चे होते हैं। इसके बावजूद, संसार के कुल उपजे अन्न का तिहाई से अधिक भाग लोगों को खिलाने की जगह मवेशियों को चारे के रूप में खिला दिया जाता है। अमेरिका में, मवेशी ही देश में उत्पन्न कुल अनाज का ७० प्रतिशत भाग खा जाते हैं। अगर हम पशुओं के स्थान पर मनुष्यों को अन्न खिलाये तो फिर कोई भी भूखा नहीं रहेगा।

पशु-संसार की पीड़ा

क्या आप इस सच्चाई से अवगत है कि अमेरिका में प्रतिदिन १००,००० (एक लाख) से अधिक गायें काटी जाती हैं ?

पश्चिमी देशों में अधिकांश पशु 'फैक्टरी फार्मों'(कारखानों) पर पाले-पोसे जाते हैं। इन फार्मों का उद्देश्य है कि कम से कम खर्च पर ज्यादा से ज्याद पशु पाले जायें, जिन्हें काटा जा सके। फार्मों में पशुओं को भूसे की तरह भरा जाता है, उनको अपंग किया जाता है और भोजन के रूप में बदलने के लिए मशीनों की तरह इस्तेमाल किया जाता है। इस तरह मांस तैयार होता है। वास्तविकता यही है जिसे हम कभी भी अपनी आँखों से नहीं देख पायेंगे। यह कहा गया है कि, ''यदि कोई व्यक्ति एक बार कसाई घर देख लें तो वह हमेशा

के लिए शाकाहारी हो जायेगा।''

लिओ टाल्सटाय ने कहा है, ''जब तक कसाई घर है तब तक युद्ध के मैदान बने रहेंगे। शाकाहारी भोजन मानवीय करूणा की सच्ची कसौटी है। हालांकि हममें से अधिकांश लोग हत्या की निन्दा करते हैं किन्तु हमने समाज के समर्थन से, मांस नियमित रूप से खाने की आदत डाल ली है बिना अच्छी तरह से यह जाने कि जिस पशु को हम खाते हैं, उस पर क्या गुजरती है।''

सन्तों व दूसरों की संगत

जब से इतिहास की जानकारी हमें है, तब से आज तक हम यह देख सकते हैं कि मनुष्य का सहज स्वाभाविक भोजन शाक-सब्जी ही रहा है। यूनानी और हिब्रू मिथकों में सभी लोग फल खाने की चर्चा करते दिखाई पड़ते है। मिस्र में प्राचीन काल में पुरोहित कभी मांस नहीं खाते थे। यूनान के अनेक महान दार्शनिक जैसे अफलातून, डायोजेनिस, और सुकरात सभी ने शाकाहारी बनने का समर्थन किया।

भारत में, शाक्यमुनि बुद्ध ने अहिंसा के महत्व पर बल दिया, किसी भी जीव को हानि न पहुँचाने के सिद्धान्त पर बल दिया। अपने शिष्यों को उन्होंने मांस न खाने की चेतावनी दी अन्यथा अन्य प्राणी उनसे डरने लगेंगे। बुद्ध ने कहा, ''मांस खाने की आदत हमने सीख ली हैं। आरम्भ में, हम इस इच्छा को लेकर पैदा नहीं हुए थे।'' ''मांस खाने वाले लोग अपने अंदर की महान दया का बीज काट देते हैं।'' ''मांस खाने वाले लोग एक दूसरे को एक दूसरे को मार डालते हैं और एक दूसरे को खा लेते हैं.... इस जीवन में मैं तुम्हें खाता हूँ और अगले जीवन में तुम मुझे खाना.... और बस इसी तरह जीवन-चक्र चलता ही रहता है। इस प्रकार तीन लोक (भ्रम के) से कभी

भी कैसे निकला जा सकेगा?''

आरंभिक ताओवादी, आरंभिक ईसाई और यहूदी शाकाहारी थे। पवित्र बाईबिल में यह कहा गया है, ''और परमेश्वर ने कहा, मैनें तुम्हारे खाने के लिए नाना प्रकार के अन्न और नाना प्रकार के फल बनाये हैं लेकिन मैंने वन्य पशुओं और सभी प्रकार के पक्षियों के लिए घास और पेड़-पौधे (पत्तेदार पादक) खाने के लिए बनाये हैं।'' जेनेसीस १:२९) बाइबिल में मांस न खाने के दूसरे आदेश भी हैं, ''तुम्हें खून भरे मांस को नहीं खाना चाहिये, क्योंकि प्राण तो खून में होता है।'' (जेनेसीस ९: ४) ''परमेश्वर ने कहा, तुम्हें बैल को जान से मारने के लिये किसने कहा और बकरी की बलि मेरे लिये चढ़ाने किसने कहा? इस निर्दोष खून से रंगे अपने हाथों को धो लो ताकि मैं तुम्हारी प्रार्थना सुन सकूं, अन्यथा मैं अपना मुंह मोड़ लूंगा क्योंकि तुम्हारे हाथ खून से भरे हैं। प्रायश्चित करो ताकि मैं तुम्हें क्षमा कर दूं।'' ऐसा ईसा मसीह के शिष्य सेंट पाल ने रोमनों को लिखे अपने पत्र में कहा, ''मांस नहीं खाना और न पीना, यह अच्छी बात है।'' (रोमन १४:२१)

हाल ही में, इतिहासकारों ने कई प्राचीन ग्रंथ ढूंढ़ निकाले हैं, जिनसे ईसा मसीह के जीवन और उनकी शिक्षा पर नवीन प्रकाश पड़ता है। ईसा ने कहा है, ''जो लोग मांस खाते है वे अपनी कब्र खुद बन जाते हैं। मैं ईमानदारी से तुमसे कहता हूं कि जो जीव-हत्या करता है उनका मांस खाता है वह मरे हुए मनुष्य का मांस ही खाता है।''

भारतीय धर्म ग्रंथों में भी मांस न खाने के लिए कहा गया है कि लोग बिना किसी को मारे मांस नहीं प्राप्त कर सकते हैं। कोई मनुष्य जो दूसरों की भावनाओं की चोट पहुंचाता है, कभी भी परमेश्वर की कृपा नहीं प्राप्त कर सकता। इसलिये मांस खाने से बचो। (हिन्दू नियम)

इस्लाम की पवित्र पुस्तक कुरान में ''मरे हुए पशुओं, खून और मांस खाने के लिये'' निषेध किया गया है।

चीन के महान जेन गुरू हान शान चू ने एक कविता लिखी है, जिसमें मांस खाने का घोर विरोध किया गया है। ''जाओ जल्दी बाजार मांस व मछली खरीदने के लिये और फिर उन्हें खिलाओ अपनी पत्नी और बच्चों को। लेकिन

खुद का पेट भरने के लिये किसी और की जान क्यों ली जाय? यह तो अनुचित बात है। यह तुम्हें स्वर्ग के पास नहीं ले जायेगा, लेकिन नरक का कुड़ा जरूर बना देगा''अनेक प्रसिद्ध लेखक, कलाकार, वैज्ञानिक, दार्शनिक और ख्याति प्राप्त लोग शाकाहारी थे। निम्न लोगों ने बडे उत्साह के साथ शाकाहारी बनना स्वीकार किया। शाक्यमुनि, बुद्ध, ईसा मसीह, वर्जिल, होरोश, अफलातून, ओविड, पेट्राक, पायथागोरस, सुकरात, विलियम शेक्सपियर, वोल्टेयर, सर आइजक न्युटन, लियोनार्डो दा विन्सी, चार्ल्स डार्विन, बैन्जामिन फ्रैंकलिन, राल्फ वाल्डो इमरसन, हेनरी, डेविड थोरिउ, इमाइल, जोला, बरट्रैन्ड रसल, रिचर्ड वैगनर, पर्सी बिशी शैली, एच० जी० वैल्स, एल्बर्ट आइंसटीन,रवीन्द्रनाथ ठाकुर, लिओ टालस्टाय, जार्ज बर्नाड शॉ, महात्मा गांधी, एलबर्ट श्वाइजर, और हाल ही में शाकाहारी बनने वालों में कुछ नाम है पाल न्यूमैन, मडोना, राजकुमारी डायना, लिन्डसे वैगनर, पाल मेकार्टनी और केंडिस बर्जन।

एलबर्ट आइंस्टीन ने कहा है, ''मनुष्य के मन एवं शरीर पर शाकाहारी भोजन से जो परिवर्तन होते हैं और पवित्रता की जो भावना जागती है, वह मानवजाति के लिए बहुत लाभकारी है।'' इसलिये, यह बहुत ही शुभ और शांति पूर्ण है कि लोग शाकाहारी बनना पसंद करें। समूचे इतिहास के अनेक महत्वपूर्ण लोगों और संतों का यही आम सुझाव रहा है।

गुरू मां द्वारा दिये गये प्रश्नों के उत्तर

प्रश्नकर्त्ता- मांस खाने का मतलब है जीव-हत्या, किन्तु क्या शाक-सब्जी खाना भी एक प्रकार की हत्या नहीं है?

गुरू मां- पेड़ पौधों को खाना भी जीवधारियों की हत्या है और इससे कर्म संबंधी कुछ रूकावट अवश्य उत्पन्न होगी परंतु इसका प्रभाव नहीं के बराबर पड़ता है। यदि कोई व्यक्ति प्रतिदिन ढाई घंटे तक क्वान यिन पद्धति से साधना

करता है, तो वह कर्म फल से मुक्त हो सकता है। क्योंकि हम जीवित रहने के लिए खाते हैं, इसलिये हम ऐसा भोजन चुनते है, जिसमें कम से कम चेतना हो और जिसे कम से कम पीड़ा पहुंचती हो। पेड़ पौधों में ९० प्रतिशत भाग पानी होता है। इसलिए उनका चेतना स्तर इतना कम होता है कि उसे पीड़ा नहीं के बराबर महसूस होती है। इसके अलावा, जब हम बहुत सी साग-भाजी खाते हैं तो हम उन्हें जड़ से नहीं उखाड़ते हैं, बल्कि पेड़ पौधों की शाखायें व पत्तियां काटकर उन्हें फिर से बढ़ने में मदद करते हैं। इसका फल अन्ततः पेड़ पौधों के लिए लाभकारी होता है। इसीलिये, बागवानी करने वालों का कहना है कि पेड़ पौधों को काटने छाटने से उसे बड़ा और सुंदर बनने में मदद मिलती है।

फल के संदर्भ में तो यह बात और भी अधिक स्पष्ट लगती है। जब फल पक जाता है, तो इसकी गंध, इसके सुंदर रंग और मजेदार स्वाद के कारण लोग इसे खाने के लिए इसकी ओर आकर्षित होते हैं। इस तरह फल देने वाले पेड़ अपने बीज को बढ़ाने और काफी बड़े हिस्से में फैलाने का अपना प्रयोजन सफल कर लेते हैं। यदि हम फल तोड़ कर नहीं खाये। तो वह ज्यादा पक जायेंगे और धरती पर गिर कर सड़ जायेंगे। इसका बीज पेड़ की शाखाओं से घिरा होने के कारण सूर्य की किरणें प्राप्त नहीं कर सकेगा और मुरझा कर मर जाएगा। इसलिए फल और शाक-सब्जी खाना स्वाभाविक प्रवृति है। इससे उन्हें किसी भी प्रकार की पीड़ा नहीं पहुंचती है।

प्रश्नकर्त्ता- अधिकांश लोगों का यह विचार है कि शाकाहारी ठिगने (नाटे) और पतले होते हैं तथा मांस खाने वाले लम्बे और हृष्ट-पुष्ट होते हैं, क्या यह सच है?

गुरू मां- यह आवश्यक नहीं है कि शाकाहारी ठिगने और पतले हों। अगर उनका आहार संतुलित है तो वे भी लम्बे और मजबूत हो सकते हैं। जैसा कि आप देख सकते हैं सभी बड़े जानवर जैसे हाथी, मवेशी, जिराफ, दरियाई घोड़ा, घोड़े आदि केवल फल और सब्जी ही खाते हैं। वे तो मांसाहारी पशुओं से अधिक ताकतवर होते हैं तथा मानवजाति के प्रति दयालु और उसके लिए लाभकारी होते हैं। लेकिन मांसाहारी पशु बहुत हिंसक होते हैं एवं किसी भी काम के नहीं होते हैं। अगर मनुष्य बहुत से पशु खाएगा तो उसमें भी पाशविक वृति और गुण उत्पन्न हो जायेंगे। मांसाहारी लोग जरूरी नहीं कि लम्बे और शक्तिशाली

हों, लेकिन औसतन उनकी आयु कुछ कम ही होती है। एस्किमो लोग पूर्णतः मांसाहारी होते हैं परंतु क्या वे लम्बे और ताकतवर भी होते हैं? क्या उनकी आयु लम्बी होती है? आप स्वयं यह अच्छी तरह समझ सकते हैं।

प्रश्नकर्त्ता - क्या शाकाहारी अंडे खा सकते हैं?

गुरू मां - जी नहीं, अंडे खाने पर भी तो हम जीव-हत्या करते हैं। कुछ लोग कहते हैं कि बाजार में बिकने वाले अंडों में जीवन नहीं होता है, इसलिए उन्हें खाने का मतलब जीव-हत्या करना नहीं है। यह बात बस देखने में ही सही लगती है। अंडे में जीव इसलिए नहीं पड़ता क्योंकि उसको इस प्रकार रखा जाता है कि जीव उसमें पड़े ही नहीं। इस प्रकार अंडा चूजे में बदलने की अपनी नैसर्गिक प्रक्रिया का पूर्ण विकास नहीं कर पाता। हालांकि यह विकास नहीं हुआ, लेकिन अंडे में वह सहज शक्ति तो मौजूद है ही, जो इस विकास के लिए उसे चाहिए। हमें पता है कि अंडे में अंतर्जात शक्ति होती है अन्यथा ऐसा क्यों है कि ओवा ही एकमात्र ऐसी कोशिका है जिनको उर्वर किया जा सकता है? कुछ लोगों का कहना है कि अंडे में परमावश्यक पोषक तत्व प्रोटीन और फास्फोरस होता है, जो मनुष्य के शरीर के लिए महत्वपूर्ण है। लेकिन प्रोटीन दही में और फास्फोरस अनेक साग-सब्जियों में मिल जाता है, जैसे कि आलू में।

हमें पता है कि प्राचीन काल से आज तक अनेक साधु-संत हुए हैं जो मांस अथवा अंडे नहीं खाते थे और फिर भी वे लम्बे समय तक जीवित रहे । उदाहरण के लिए गुरू यिंग ग्वांग केवल कटोरी भर सब्जी और थोड़े से चावल का भोजन करते थे, फिर भी वे अस्सी वर्ष तक जीवित रहे। इसके अलावा अंडे की जर्दी में बहुत अधिक कोलेस्टरोल होता है, जो हृदय की बीमारी के सबसे बड़े कारणों में है। फार्मोसा और अमेरीका में होने वाली मौतें सबसे अधिक इसी कारण से होती है और इसमें कोई आश्चर्य नहीं है कि इस रोग के अधिकांश रोगी अंडा खाने वाले हैं।

प्रश्नकर्त्ता - मनुष्य पशु-पालन करता है जैसे कि सुअर, मवेशी, चूजें और बत्तख इत्यादि पालता है, तो फिर हम इन्हें क्यों नहीं खा सकते हैं?

गुरू मां - तो यह बात भी है कि माता-पिता अपने बच्चों को पालते हैं क्या उन्हें यह अधिकार है कि वे अपने बच्चों को खा लें। सभी प्राणियों को जीने

का अधिकार है और किसी को भी उन्हें उनके इस अधिकार से वंचित नहीं करना चाहिए। अगर हम हांगकांग के कानूनों को देखें तो पता चलेगा कि वहां स्वयं को मारना भी कानून के विरूद्ध है। (भारत में भी ऐसा ही है) ऐसी स्थिति में दूसरे प्राणियों को मारना कितना अधिक कानून विरूद्ध होगा?

प्रश्नकर्त्ता - पशु तो पैदा ही इसलिए होते हैं कि मनुष्य उन्हें खायें। अगर हम उन्हें नहीं खायेंगे तो पूरी दुनिया उन्हीं से भर जायेगी। ठीक है न?

गुरू मां - यह अत्यंत विवेकहीन विचार है। क्या आप किसी पशु को मारने से पहले उससे पूछते है कि तुम मरना चाहते हो या नहीं और हम तुम्हें खायें या न खायें? सभी प्राणी जीवित रहना चाहते हैं और मरने से डरते हैं। हम नहीं चाहते है कि चीता हमें खा जाये, तो फिर मनुष्य पशुओं को क्यों खाये। मनुष्य तो मात्र लाखों वर्ष से ही अस्तित्व में है, लेकिन मनुष्य-जाति के उद्भव से बहुत पहले पशुओं की अनेक प्रजातियां मौजूद थी। तब क्या धरती उनसे भर गयी थी? प्राणी सहज रूप से ही पारिस्थितिक संतुलन बनाये रखते हैं। जब अन्न की और जगह की कमी होगी तो इससे जनसंख्या में भारी कमी आ जायेगी। इस नियम के कारण ही जनसंख्या उपयुक्त स्तर पर बनी रहती है।

प्रश्नकर्त्ता - मुझे शाकाहारी क्यों बनना चाहिए?

गुरू मां -मैं शाकाहारी इसलिए हूं क्योंकि मेरे भीतर बैठा परमेश्वर ऐसा चाहता है। समझे? मांस खाने की प्रवृति, न मारे जाने की इच्छा के सर्वव्यापी नियम के विरूद्ध है। हम खुद मारे जाना नहीं चाहते और खुद किसी दूसरे द्वारा चुराये जाना नहीं चाहते। अगर हम दूसरों के साथ ऐसा करना चाहते हैं तो हम खुद अपने ही विरूद्ध काम कर रहे हैं और खुद को पीड़ा पहुंचा रहे हैं। जो भी आप दूसरों के विरूद्ध करते हैं, उससे आपको पीड़ा होती है। आप खुद को काट नहीं सकते और न ही खुद को घाव दे सकते हैं। इसी प्रकार आपको किसी की हत्या भी नहीं करनी चाहिए क्योंकि यह जीवन के नियम के विरूद्ध है। समझे? इससे पीड़ा होगी इसलिए हम ऐसा न करें। इसका मतलब किसी प्रकार से अपने को बंधन में बांध लेना हरगिज नहीं है। इसका मतलब है कि हम अपने जीवन को बाकी सभी प्रकार की जीवन तक व्यापक बनाते है। हमारा जीवन इस शरीर के अंदर तक ही सीमित नहीं रहेगा, बल्कि पशुओं के जीवन, सभी प्राणियों के जीवन तक विस्तृत हो जायेगा। इससे हम और उदान्त बनते

हैं। सुखी, उदार और अनंत बनते हैं? ठीक है न ?

प्रश्नकर्त्ता - क्या आप शाकाहार के बारे में और कुछ बतायेंगी। यह विश्व शान्ति में कैसे योगदान कर सकता है?

गुरू मां -जरूर, आप देखिये, विश्व में जितने भी युद्ध हुए वे प्रायः आर्थिक कारणों से हुए। यह सच है। इसका सामना करें। किसी देश में भूख, अन्न की कमी अथवा विभिन्न देशों में इनके समान वितरण में कमी के कारण उसकी आर्थिक कठिनाइयां बढ़ जाती है। यदि आप पत्रिकाएं पढ़ें और शाकाहारी भोजन के बारे में हुए अनुसंधान के तथ्यों पर गौर करें तो आप यह भली-भांति समझ जायेगें। मांस के लिए मवेशी तथा अन्य पशु-पालन से हमारी अर्थ-व्यवस्था का हरेक पहलू दिवालिया हो गया है। इसने पूरे संसार में भूखमरी पैदा कर दी है, कम से कम तीसरे विश्व के देशों में तो अवश्य ही। मैं ऐसा नहीं कहती। अमेरिका के एक नागरिक ने इस पर अनुसंधान किया और इसके बारे में पुस्तक लिखी। आप किताबों की किसी भी दुकान पर जा कर शाकाहार अनुसंधान और खाद्य प्रसंस्करण अनुसंधान के बारे में पढ़ सकते है। आप **''डायट फार अन न्यू अमेरिका''** नामक पुस्तक पढ़ सकते हैं, जिसे जान राविंस ने लिखा है। वह एक प्रसिद्ध करोड़पति आइसक्रीम मिल के मालिक हैं। उन्होंने शाकाहारी बनने के लिए सब कुछ छोड़ दिया। अपनी पारिवारिक परम्परा और व्यापार के विरूद्ध होकर उन्होंने शाकाहार के विषय पर एक किताब लिखी हैं। इसके लिए उन्होंने प्रचुर धन गंवाया प्रतिष्ठा और व्यापार खोया लेकिन उन्होंने ऐसा सच्चाई की रक्षा के लिए किया। यह पुस्तक बहुत अच्छी है। और भी बहुत सी पुस्तकें और पत्रिकाएं उपलब्ध हैं, जिसमें आपको निरामिष आहार के बारे में तथा विश्व-शान्ति में यह कैसे योगदान कर सकती है, इसके बारे में पर्याप्त सूचना और तथ्य मिल जायेगें। हमने मवेशियों के पोषण के कारण अपनी खाद्य-सामग्री के भंडार को बहुत कम कर लिया है। आपको पता है कि एक बार के अपने गो-मांस युक्त भोजन के लिए आप कितना प्रोटीन, दवाइयां, जल, जन-शक्ति, कार, ट्रक, सड़क निर्माण और लाखों लाख एकड़ जमीन बरबाद करते हैं, एक गाय को इसके लिए तैयार करने में? समझे? इन सब चीजों को कम विकसित देशों में बराबर बांटा जा सकता तो हम भूख की समस्या को हल कर सकते थे। इसलिए ऐसे में किसी देश को अगर खाद्य की जरूरत होती है तो संभवतः यह अपने लोगों की जान

बचाने के लिए किसी दूसरे देश पर हमला कर सकती हूं। अन्ततः इसका परिणाम बुरा ही होगा, प्रतिशोध भी कुछ कम नहीं होगा। समझे आप। "**जो बोओगे वही काटोगे।**" अगर हम अपने भोजन के लिए किसी को जान से मारते हैं तो हमें भी बाद में भोजन के लिए ही मारा जायेगा-- अगली बार किसी न किसी रूप में, अभी नहीं तो अगली पीढ़ी में। कैसी दुःख की बात है। हम इतने बुद्धिमान हैं, सभ्य हैं फिर भी हममें से अधिकांश लोग इस बात का कारण नहीं जानते कि क्यों हमारे पड़ोसी देश कष्ट उठा रहे हैं। इसका कारण है हमारी चटोरी जीभ, हमारा स्वाद और हमारा पेट। अपने शरीर को खिलाने और उसका पोषण करने के लिए हम इतने सारे प्राणियों को मौत के घाट उतारते हैं और न जाने कितने, अपने ही जैसे इंसानों को भूखों मारते हैं। अभी तो हम पशुओं की बात कर ही नहीं रहे। समझे? यह अपराध बोध हमारी चेतना पर जाने या अनजाने बोझ बना रहेगा। इससे हमें तपेदिक, कैन्सर अथवा कई दूसरे प्रकार के लाइलाज रोग होते हैं, इनमें एड्स जैसा घातक रोग भी है। खुद से पूछिए कि आपका देश अमेरिका क्यों सबसे ज्यादा पीड़ा झेल रहा है? संसार में सबसे अधिक संख्या में कैन्सर के रोगी यहीं पाये जाते हैं। इसका कारण यह है कि अमेरिका के लोग गो-मांस सबसे अधिक खाते हैं। अन्य सभी देशों की तुलना में सबसे अधिक मांस आपके देश में ही खाया जाता है। अपने आप से पूछिए कि चीनियों में अथवा कम्युनिस्ट देशों में कैन्सर के रोगियों की संख्या इतनी अधिक क्यों नहीं है? उनके यहाँ इतना मांस नहीं होता, न इस्तेमाल होता है। समझें? अनुसन्धान से यही पता चला है, मैं ऐसा नहीं कहती हूँ। इसलिए मुझे दोष मत दीजिए। ठीक है।

प्रश्नकर्त्ता--शाकाहारी होने से हमें क्या आध्यात्मिक लाभ होते हैं, कृपया कुछ की चर्चा करें।

गुरू माँ--मुझे खुशी है कि आपने प्रश्न इस ढ़ंग से पूछा क्योंकि इसका अर्थ है कि आप आध्यात्मिक लाभ को मुख्य बात मानते हैं अथवा इसको ध्यान में रखते हैं। अधिकांश लोग जब शाकाहारी भोजन के विषय में कुछ पूछते हैं तब वे तन्दुरूस्ती, आहार और शारीरिक गठन को ही ध्यान में रखते हैं। शाकाहारी भोजन के आध्यात्मिक पक्ष हैं कि यह बहुत स्वच्छ और अहिंसक है। "जीव हत्या न करें" जब परमेश्वर ने हमसे यह कहा तो उसने यह नहीं कहा कि इंसान

को मत मारो, उन्होंने तो यह कहा कि किसी भी जीव को मत मारो। क्या उसने यह नहीं कहा कि मैंने ही पशुओं को बनाया, हमारे दोस्त बनने के लिए, हमारी मदद करने के लिए? क्या उसने पशुओं को हमारी संरक्षण में नहीं छोड़ा है? उसने कहा, इनकी देख भाल करो, इन पर नियंत्रण (शासन) रखो। जब आप अपनी प्रजा पर शासन (नियंत्रण) करते हैं तो क्या आप अपनी प्रजा को जान से मार डालते हैं और उन्हें खा जाते हैं? आप समझें कि परमेश्वर ने हमसे ऐसा क्यों कहा? हमें उसका कहना मानना चाहिए। उसी के अनुसार आचरण करना चाहिए। परमेश्वर से कुछ पूछने की तो आवश्यकता ही नहीं है। उसने तो बिल्कुल स्पष्ट रूप से कहा है,लेकिन परमेश्वर को परमेश्वर के अतिरिक्त और कौन समझता है? इसलिए परमेश्वर को समझने के लिए अब आपको परमेश्वर बनना पड़ेगा। मैं आपको परमेश्वर जैसा बनने के लिए आमन्त्रित करती हूँ, स्वयं जैसे हैं वैसे ही बनें और कुछ बिल्कुल नहीं। परमेश्वर का चिन्तन करने का अर्थ यह नहीं है कि आप परमेश्वर की पूजा करते हैं। इसका अर्थ है कि आप स्वयं परमेश्वर बन जाते हैं। एकाकार हो जाते हैं। तब आप यह जान लेते हैं कि आप और परमेश्वर दोनों एक ही हैं। "मैं और मेरे पिता एक ही हैं।" क्या ईसा ने ऐसा नहीं कहा? उन्होंने कहा मैं और मेरे पिता एक हैं। हम और उनके पिता एक हो सकते हैं क्योंकि हम भी तो परमेश्वर की ही संतान हैं। ईसा ने यह भी कहा कि परमेश्वर जो भी करते हैं हम उससे बेहतर कर सकते हैं। इसलिए कौन जानता है हम परमेश्वर से भी अधिक अच्छे हो सकते हैं। हम परमेश्वर की पूजा क्यों करें, जबकि हम यह जानते ही नहीं है कि परमेश्वर कौन है, कैसा है? क्यों है? इसलिए अंधविश्वास का क्या लाभ है? हमें यह मालूम होना चाहिए कि हम किसकी पूजा कर रहे हैं ठीक उसी तरह जैसे कि हमें उस युवती के बारे में जानकारी होनी चाहिए जिससे हम शादी करने जा रहे हैं। अब तो यह रिवाज-सा हो गया है कि शादी से पहले हम मुलाकात अवश्य करते हैं। तो फिर परमेश्वर की पूजा हम क्यों अंधविश्वास के साथ करते हैं? हमें यह इच्छा व्यक्त करने का अधिकार है कि परमेश्वर हमारे सामने प्रकट हो और वे हमें अपना परिचय दें। हमें यह भी चुनाव करने का अधिकार है कि हम किस परमेश्वर अनुयायी बने। तो आप समझें कि बाइबिल में बहुत साफ-साफ कहा गया है कि हमें शाकाहारी होना चाहिए। स्वास्थ्य के कारण हमें शाकाहारी होना चाहिए। सभी वैज्ञानिक कारणों से हमें शाकाहारी होना चाहिए। सभी आर्थिक कारणों से हमें शाकाहारी होना

चाहिए। सभी दया-ममता भावों के कारण हमें शाकाहारी होना चाहिए। और अन्ततः विश्व को बचाने के लिए हमें शाकाहारी होना चाहिए। कुछ अनुसन्धान ग्रन्थों में ऐसा कहा गया है कि यदि पश्चिम में, अमेरिका में लोग सिर्फ शाकाहारी भोजन करें, हफ्ते में केवल एक बार ही करें, तो प्रतिवर्ष एक करोड़ साठ भूखे लोगों की जान बचाई जा सकती है। इसलिए नायक बने, शाकाहारी बने। इन सभी कारणों से भले ही आप मेरे अनुयायी न बनें अथवा मेरे बताए मार्ग पर न चलें तो भी कृपया अपने लिए ही शाकाहारी बनें, संसार के हित के लिए शाकाहारी बनें।

प्रश्नकर्त्ता--यदि सभी लोग शाक-सब्जी खाने लगें तो क्या अन्न की कमी नहीं पड़ जाएगी?

गुरू माँ--जी नहीं। यदि किसी जमीन के टुकड़े पर फसल उगाई जाये और उसी टुकड़े पर यदि पशुओं के लिए चारा उगाया जाये तो जानते हैं दोनों में क्या अन्तर होगा। फसल चारे की तुलना में चौदह गुना अधिक कारगर सिद्ध होगी। प्रत्येक एकड़ पर उगाई गई अन्नादि की फसल ८००,००० (आठ लाख) कैलोरी ऊर्जा दे सकती है, लेकिन अगर उगाई गई फसल को पशुओं के चारे के रूप में इस्तेमाल किया जाये तो इन पशुओं से तैयार किए जाने वाले कुल मांस से केवल २००,००० (दो लाख) कैलोरी ऊर्जा ही मिलेगी। इसका अर्थ यह हआ कि इस प्रकिया में ६००,००० (छः लाख) कैलोरी ऊर्जा का नुकसान हो गया। स्पष्ट है कि शाकाहारी-भोजन मांसाहारी-भोजन की तुलना में अधिक अच्छा और कम खर्चीला है।

प्रश्नकर्त्ता-- क्या शाकाहारी के लिए मछली खाना उचित है?

गुरू माँ-- ठीक है, यदि आप मछली खाना चाहते हैं। लेकिन अगर आप शाकाहारी भोजन करना चाहते हैं तो मछली वनस्पति (शाक) नहीं है।

प्रश्नकर्त्ता--कुछ लोगों का कहना है कि अच्छे हृदय वाला मनुष्य होना महत्वपूर्ण है, लेकिन इसके लिए शाकाहारी होना तो जरूरी नहीं है। क्या इसका कोई अर्थ है?

गुरू मां-- यदि कोई सचमुच ही उदार हृदय वाला व्यक्ति है तो वह किसी दूसरे जीव का माँस क्यों खाता है ? उनकी यातना देखकर तो उसे उनको

खाने के विषय में सोचना भी नहीं चाहिये। मांस खाना दया विहीन कर्म है, इसलिए कोई अच्छे हृदय वाला व्यक्ति ऐसा कैसे कर सकता है? गुरू लेन ची ने एक बार कहा था: ''इसके (जीव) शरीर को मारना तथा इसका मांस खाना, इस संसार में उससे अधिक क्रूर, हिंसक, पाशविक और दुष्ट मनुष्य कोई दूसरा नहीं है।'' ऐसा आदमी कैसे यह दावा कर सकता है कि वह अच्छे हृदय वाला है? मेंशियस ने भी यह कहा: '' किसी को जीते देख कर आप उसे मरता कैसे देख सकते हैं और अगर आप उसकी कराह सुन पा रहे हैं तो फिर आप उसका मांस खाना कैसे सहन कर पायेंगे? इसलिए सच्चे दयावान व्यक्ति इस प्रकार की रसोई से दूर रहें।'' मनुष्य के पास पशु की तुलना में अधिक बुद्धि होती है और हम हथियार का प्रयोग कर उसे बचाव का मौका नहीं देते इसलिए वह मारा जाता है, घृणा के कारण मर जाता है। जो मनुष्य ऐसा करता है, छोटे और कमजोर जीवों को डराता है उसे सभ्य-जन कहलाने का कोई अधिकार नहीं है। जब पशु मारे जाते हैं तब वे यातना से बहुत डरे हुए होते हैं। उस समय उनमें भय और विरोध होता है। इससे उनके मांस में विषाणु उत्पन्न हो जाते हैं और वे उनलोगों को नुकसान पहुँचाते हैं जो उस मांस को खाते हैं। पशुओं में कम्पन शक्ति मानवजाति से कम होती है। इसलिए वे हमारे कम्पन को प्रभावित करते हैं और हमारी बुद्धि के विकास पर असर डालते हैं।

प्रश्नकर्त्ता-- क्या यह अच्छा है कि हम ''सुविधानुसार शाकाहारी'' बनें?

(सुविधानुसार शाकाहारी कड़ाई से मांस खाने से परहेज नहीं करते। वे सब्जी एवं मांस युक्त भोजन खा लेते हैं।)

गुरू माँ --जी नहीं। मान लीजिए, यदि भोजन को किसी जहरीले तरल में रख दिया जाये और फिर उसे निकाल लिया जाये, तो आप क्या समझते हैं यह भोजन जहरीला हो जायेगा अथवा नहीं ? महापरिनिर्वाण सूत्र में महाक -श्यप ने बुद्ध से पूछा है--''जब हम भिक्षा माँगते हैं और हमें मांस मिली सब्जी मिलती है तो क्या हम यह खाना खा सकते हैं? हम इस भोजन को कैसे स्वच्छ कर सकते हैं?'' बुद्ध ने उत्तर दिया। ''इसे पहले पानी से धोकर स्वच्छ करो, साग-सब्जी को मांस से अलग करो और फिर खाओ। इस संवाद से हम यह समझ सकते हैं कि हम ऐसी सब्जी नहीं खा सकते, जिसमें मांस मिला हो। इसे खाने के लिए जरूरी है कि पहले पानी से इसे साफ किया जाये और मांस तो

अनुवाद ध्यान पूर्वक नहीं किया गया, इसलिए लोग उसका लाक्षणिक अर्थ ग्रहण नहीं कर पायें और पीढ़ी दर पीढ़ी यह नासमझी और गलती बढ़ती गई और बुद्ध को 'मांसाहारी' माना जाने लगा। सचमुच यह बड़े दुःख की बात है।

प्रश्नकर्त्ता--कुछ मांसाहार प्रेमी यह कहते हैं कि वे कसाई से मांस खरीदते हैं, इसलिए मारने वाला तो वह कसाई हुआ। इसलिए इसे खाना उचित है। क्या आप इसे ठीक मानती हैं?

गुरू माँ--यह एक भयंकर भूल है। आप जानते हैं कि कसाई इसलिए जीवों या पशुओं को मारते हैं। क्योंकि लोग उन्हें खाना चाहते हैं। लंकावतार सूत्र में बुद्ध ने कहा है "यदि कोई मांस खाने वाला न होता तो फिर पशु-वध होता ही क्यों?" इसलिए मांस खाना और जीव हत्या करना एक ही कोटि का पाप है। असंख्य प्राणियों की हत्या के कारण ही हमें प्राकृतिक विनाशलीला और मनुष्य निर्मित संकटों का सामना करना पड़ता है। युद्ध भी तो बहुत अधिक मार काट के कारण ही होते हैं।

प्रश्नकर्त्ता--कुछ लोग कहते है कि चूंकि पेड़-पौधें यूरिया अथवा यूरोकिनाज जैसी जहरीली चीजें उत्पन्न नहीं कर सकते इसलिए फल और सब्जी उगाने वाले लोग अपनी फसल पर कीटनाशकों का इस्तेमाल करते हैं। ये भी तो स्वास्थ्य के लिए नुकसानदेह है। ठीक है ना?

गुरू माँ-- यदि किसान कीटनाशक और दूसरे उच्च विषैले रसायनोंका जैसे डी० डी० टी० का फसलों पर छिड़काव करते हैं तो इससे कैन्सर, बांझपन और जिगर (यकृत) के रोग हो सकते हैं। डी० डी० टी० जैसी विषैली दवा चिकनाई में फैल सकते हैं और आम तौर पर पशु की चर्बी में जमा होते हैं। जब आप मांस खायेंगे तो इसका अर्थ यही हुआ कि आप उन उच्च सक्रेन्द्रित कीटनाशक और दूसरे विषों को खाते हैं, जो पशु की चर्बी में जमा है तथा जो पशु की वृद्धि के साथ-साथ उसमें बढ़ा है। यह संचित हानि कारक तत्व फल, शाक सब्जी और अनाज की तुलना में १३ गुना अधिक हो सकता है। फल के ऊपर छिड़के गए कीटनाशक को हम साफ कर सकते हैं, धो सकते हैं लेकिन पशु-चर्बी में जमा हो गए कीटनाशक को हम नहीं हटा सकते हैं। संचय की प्रक्रिया इसलिए शुरू होती है क्योंकि ये कीटनाशक संचयी होते हैं इसलिए उनको खाने वाले लोगों को ही सबसे अधिक नुकसान होता है।

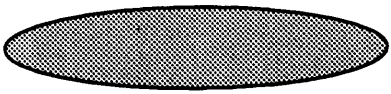
आइयोवा विश्वविद्यालय में किए गए प्रयोग से पता चला है कि मनुष्य के शरीर में पाये जाने वाले कीटनाशक अधिकांश रूप से मांस खाने के कारण

ही प्रविष्ट हुए। प्रयोग से यह भी पता चला है कि शाकाहारी लोगों के शरीर में कीटनाशक तत्वों का स्तर मांसाहारी में पाये जाने वाले स्तर का लगभग आधा था। वास्तव में पशु-पालन के दौरान कीटनाशकों के अलावा और भी प्रकार के जीव विष मांस में उत्पन्न हो जाते हैं। पशुओं के अधिकांश भोजन में ऐसे रसायन होते हैं, जो उन्हें तेजी से बड़ा करने में मददगार सिद्ध होते हैं। अथवा मांस का रंग बदलने, उसका स्वाद व स्वरूप बदलने तथा मांस को अधिक समय तक रख पाने योग्य बनाने आदि में सहायक होते हैं। उदाहरण के लिए नाइट्रेट से तैयार किए जाने वाले परिरक्षकों में उच्चकोटि का जीव विष होता है।

१८ जुलाई १९७१ को न्यूयार्क टाइम्स में छपा में ''मांसाहारियों के स्वास्थ्य के लिए मांस में भयंकर खतरे (विकार फैलाने वाले संदूषण) छिपे हैं। बैक्टीरिया सालमन में कीटनाशकों,परिरक्षकों के अवशेष, हार्मोन्स, एन्टीबायटिक, और दूसरे रासायनिक संजोगी तत्व है।'' इनके अलावा पशुओं की टीके भी लगाए जाते हैं, जिनके तत्व मांस में रह सकते हैं। इस दृष्टि से मांस के प्रोटीन की तुलना में फल, मूंगफली, फलियां, मकई और दूध में प्रोटीन अधिक शुद्ध होता है। मांस के प्रोटीन में ५६% अशुद्धता ऐसी होती है, जो पानी से धोने पर भी स्वच्छ नहीं होती। अनुसन्धान से पता चला है कि मनुष्य निर्मित इस संयोजी तत्वों से कैन्सर तथा दूसरे रोग और विकलांग भ्रूण हो सकते हैं। इसलिए गर्भवती महिला के लिए भी शुद्ध शाकाहारी भोजन करना उपयुक्त है ताकि भ्रूण की अंग रचना और आध्यात्मिक स्वास्थ्य सुनिश्चित रहे। यदि आप खूब दूध पियें तो आपको पर्याप्त कैल्सियम, फलियों से प्रोटीन, और फल व शाक-सब्जियों से विटामिन और खनिज मिल सकते हैं।

का जैसे डी० डी० टी० का फसलों पर छिड़काव करते हैं तो इससे कैन्सर, बांझ पन और जिगर (यकृत) के रोग हो सकते हैं। डी० डी० टी० जैसी विषैली दवा चिकनाई में फैल सकती हैं और आम तौर पर पशु की चर्बी में जमा होते हैं। जब आप मांस खायेंगे तो इसका अर्थ यही हुआ कि आप उन उच्च संकेन्द्रित कीटनाशक और दूसरे विषोंक खाते हैं, जो पशु की चर्बी में जमा है तथा जो पशु की वृद्धि के साथ साथ उसमें बढ़ा है। यह संचित हानि कारक तत्व फल, शाक सब्जी और अनाज की तुलना में १३ गुना अधिक हो सकता है। फल के ऊपर छिड़के गए कीटनाशक को हम साफ कर सकते हैं, धो सकते हैं लेकिन पशु चर्बी में जमा हो गए कीटनाशक को हम नहीं हटा सकत हैं। संचय की प्रक्रिया इसलिए शुरू होती है क्योंकि ये कीटनाशक संचयी होते हैं इसलिए उनको खाने वाले लोगों को ही सबसे अधिक नुकसान होता है। अइयोवा विश्वविद्यालय में किए गए प्रयोग से पता चला है कि मनुष्य के शरीर में पाये जाने वाले

कीटनाशक अधिकांश रूप से मांस खाने के कारण ही प्रविष्ट हुए। प्रयोग से यह भी पता चला है कि शाकाहारी लोगों के शरीर में कीटनाशक तत्वों का स्तर मांसाहारी में पाये जाने वाले स्तर का लगभग आधा था। वास्तव में पशु पालन के दौरान कीटनाशकों के अलावा और भी प्रकार के जीव विष मांस में उत्पन्न हो जाते हैं। पशुओं के अधिकांश भोजन में ऐसे रसायन होते हैं,, जो उन्हें तेजी से बड़ा करने में मददगार सिद्ध होते हैं। अथवा मांस का रंग बदलने, उसका स्वाद व स्वरूप बदलने तथा मांस को अधिक समय तक रख पाने योग्य बनाने आदि में सहायक होते हैं। उदाहरण के लिए नाइट्रेट से तैयार किए जाने वाले परिरक्षकों में उच्चकोटि का जीव विष होता है। १८ जुलाई १९७१ को न्यूयार्क टाइम्स में छपा में मांसाहारियों के स्वास्थ्य के लिए मांस में भयंकर खतरे (विकार फैलाने वाले संदूषण) छिपे हैं। बैक्टीरिया सालमन में कीटनाशकों , परिरक्षकों के अवशेष, हार्मोन्स, एन्टीबायटिक, और दूसरे रसायनिक संजोगी तत्व है। इनके अलावा पशुओं की टीके भी लगाए जाते हैं, जिनके तत्व मांस में रह सकते हैं। इस दृष्टि से मांस के प्रोटीन की तुलना में फल, मूंगफली, फलियां, मकई और दूध में प्रोटीन अधिक शुद्ध होता है। मांस के प्रोटीन में ५६% अशुद्धता ऐसी होती है, जो पानी से धोने पर भी स्वच्छ नहीं होती। अनुसन्धान से पता चला है कि मनुष्य निर्मित इस संयोजी तत्वों से कैन्सर तथा दूसरे रोग और विकलांग भ्रूण हो सकते हैं। इसलिए गर्भवती महिला के लिए भी शुद्ध शाकाहारी भोजन करना उपयुक्त है ताकि भ्रूण की अंग रचना और आध्यात्मिक स्वास्थ्य सुनिश्चित रहे। यदि आप खूब दूध पियें तो आपको पर्याप्त कैल्सियम, फलियों से प्रोटीन, और फल व शाक सब्जियों से विटामिन और खनिज मिल सकते हैं।



मूक आँसू

जब गुरू का स्नेह मेरी आत्म को मिला,
मेरी तरूणाई का पुनर्जन्म हुआ।
मत पूछो कारण इसका,
कारण प्यार का तर्क नहीं है।

सम्पूर्ण सृजन का ,
मुख्य प्रवक्ता मैं हूँ।
उसके दुःख और पीड़ा,
मृत्यु के अनन्त चक्र।
जन्म-जन्मान्तर-पुनर्जन्म चक्र,
का मंतव्य स्पष्ट घोषित करता हूँ।
और,करूणामय गुरू,
शीघ्र करो अन्त इस दुविधा का।

आपका आर्शीवाद सबको,
उन्मुक्त रूप से प्राप्त है।
अच्छे एवं बुरे, सुन्दर तथा असुन्दर,
पात्र और अपात्र,
सबको समान रूप से।

ओ गुरू मैं कितनी प्रशंसा करूँ आपकी,
आपका प्रेम मेरे मन में बसा है।
उसी को अपने से चिपकाए मैं,
चैन की नींद सोता हूँ।

सूक्तियां

आप अपना अक्षय कोष ढूढें और तब आप उस अक्षुण्ण स्रोत से कुछ निकाल पायेंगे। यह अपरिमित आर्शीवाद है। इसे अभिव्यक्त करने के लिए मेरे पास शब्द नहीं है। मैं केवल इसकी प्रशंसा कर सकती हूं और यह आशा करती हूं कि आप इस प्रशंसा पर विश्वास करेंगे तथा मेरी ऊर्जा आपके हृदय को प्रभावित करेगी और आपको ऐसी आनंदपूर्ण स्थिति तक ले जाएगी कि तब आप मेरा विश्वास करेंगे। दीक्षा संस्कार के बाद आप सचमुच ही मरे शब्दों के अर्थ को समझ जायेंगे। यह महान आर्शीवाद जो ईश्वर ने मुझे प्रदान किया है वह आर्शीवाद तो मैं आप तक नहीं पहुंचा सकती लेकिन मुझे इसे विना शुल्क शर्त के आप को बांटने का अधिकार दिया है

~परम गुरू मां चिंग हाई~

हम अपने आस पास के लोगों को देखकर उनके विषय में सोचकर उनके साथ भोजन या किताब में सहभागी होकर उनसे उनके कुछ कर्म ले लेते हैं। इस तरह हम उन्हें आर्शीवाद देते हैं और उनके कर्मों को कम करते हैं। प्रकाश को फैलाने तथा अंधकार को खत्म करने के लिए हम अभ्यास करते हैं। वे लोग भाग्यवान हैं जो हमें अपने कर्म का कुछ अंश देते हैं। हम उनकी सहायता करने में खुश हैं।

~परम गुरू मां चिंग हाई~

मानवीय भाषा में हम हर समय व्यर्थ की बातें करते रहते हैं हम हमेशा हर वस्तु के बारे में बेमतलब बोलते रहते हैं हम कभी तुलना करते हैं, महत्व देते हैं, पहचानते हैं और हर वस्तु को एक नाम देते हैं। लेकिन, **परम, यदि यह सचमुच परम है**, आप इसके बारे में कुछ बात नहीं कर सकेंगे। आप उसके बारे में सोच नहीं पायेंगे। आप उसके विषय में कल्पना नहीं कर सकेगे। कुछ नहीं है। समझे।

~परम गुरू मां चिंग हाई~

अंग्रेजी भाषा में उपलब्ध अनेक पुस्तकों में गुरू माँ चिंग हाई के व्याख्यानों की तीन पुस्तकें तथा प्रश्नोत्तर की एक पुस्तक सम्मिलित है। चित्र (फोटो) तेरह खण्डों में प्रकाशित है। कविता-संग्रह भी उपलब्ध है। ये सभी प्रकाशन फार्मोसा स्थित मुख्यालय से अथवा अन्यप्रेक्षा संघों से व केन्द्रों से मँगवाये जा सकते हैं जो समूचे विश्व में फैले हुए हैं। ऐसे आडियो और वीडियो कैसेट भी हैं जिनमें गुरू माँ के प्रवचन हैं। प्रत्येक आकार के चित्र (फोटो) तथा अंग्रेजी, चीनी, थाई, फ्रांसीसी, स्पेनिश, कोरियाई, पुर्तगाली, इंडोनेशियन और आलक में भी पत्रिकाएं उपलब्ध है। यह पुस्तिका कई विभिन्न भाषाओं में निःशुल्क वितरण के उद्देश्य से प्रकाशित की गई है। कृपया पूछताछ करें।

हमारे सभी प्रकाशन लागत मूल्य में ही बेचे जाते हैं। पुस्तक के वास्तविक मूल्य में अन्तर गंतव्य स्थान की दूरी पर निर्भर होगा। यदि आप इनमें से कोई पुस्तक या अन्य वस्तुएं प्राप्त करना चाहते हैं तो कृपया पहले अपने किसी स्थानीय केन्द्र से अथवा जन सम्पर्क के लिए नियुक्त किसी शिष्य से पूछताछ करें। इसके अतिरिक्त आप इन्हें सीधे हमारे फार्मोसा स्थित मुख्यालय से भी मँगवा सकते हैं। विशेष विस्तृत जानकारी आपके अनुरोध पर वहीं से मिल सकती हैं।

हिंदी की पुस्तकें

तत्काल बोधप्राप्ति की कुंजी

Collections of Master`s lectures

Available in English (Books 1-3), Korea (Books 1-3), Spanish (Books 1-2), German (Books 1-2), French (Book 1), Portuguese (Books 1), Chinese (Books 1-6), Au Lac* (Books 1-7), Indonesian (Books 1), Thai (Books 1-6), Japanese (Books 1), Polish (Book 1) (*Au Lac= Vietnamese)

तत्काल बोधप्राप्ति की कुंजी: प्रश्न एवं उत्तर

Collections of questions and Answers from lectures available in English (Books 1), Chinese (Books 1-2) , Au Lac (Books 1-2).

तत्काल बोधप्राप्ति की कुंजी: गुरू मां एवं उनके शिष्यों के मध्य पत्र-व्यवहार

Collections of letters available in Spanish (Book 1), Chinese (Books 1-2)

तत्काल बोधप्राप्ति की कुंजी गुरू मां के साथ मेरे अद्भुत अनुभव
Accounts of disciples Available in Chinese (Books 1-2)
मूक आंसू
a book of poems written by Master
Available in English, German and French in one edition English, Chinese, and Au Lac, Spanish, Portuguese, Filipino.
चित्र-संग्रह
Collection of photographs from Master's life volumes 1-13, with notations in English and Chinese
काव्य-संग्रह
Collections of Master's poems in Au Lac
शिल्प-रचना संग्रह
Collection of Master's art treasures or palace fans, longevity lamps, painting, pottery.....

कैसे सम्पर्क करें

गुरू मां चिंग हाई के शिष्यों तथा सहयोगियों ने सम्पूर्ण विश्व में अनेक केंद्रों एवं संस्थाओं की स्थापना की है। प्रकाशन के लिए मुख्यालय तथा प्रमुख केंद्र फार्मोसा में स्थित है।

Suma Ching Hai
International Assoaciation
P.O. Box 9, Hsihu, Miaoli Hsien,
Formosa (Taiwan), Republic of China

आप जिन व्यक्तियों से संपर्क स्थापित कर सकते हैं उन्होंने क्वान यिन पद्धति में दीक्षा ग्रहण की है एवं वे उनलोगों की सहायता करने को इच्छुक हैं जो गुरू मां चिंग हाई की शिक्षा के विषय में और अधिक जानना चाहते हैं अथवा उनसे दीक्षा ग्रहण करना चाहते हैं। वे आपके प्रशनों के उत्तर देने के लिए एवं आपकी सहायता करने के लिए तैयार हैं। वे आपके उपयुक्त आडियो एवं वीडियो कैसेट के चयन में आपकी सहायता कर सकते हैं। वे गुरू मां के व्याख्यान कार्यक्रमों, आवास तथा उनके अन्य क्रिया- कलापों की जानकारी भी आपको दे सकते हैं।

संपूर्ण विश्व में सम्पर्क स्थापित करने हेतु हमारे सहयोगी सदस्य

*** मुख्यालय ***

Hsihu Center, Formosa
P.O. Box 9, Hsihu, Miaoli Hsien,
Formosa (Taiwan), R.O.C.

*** एशिया ***

भारत:		
Calcutta	Mr. Ashok Sinha	91-33-665-6741
Mumbai	Mr. Suneel Ramaney	91-22-282-0190
फार्मोसा (ताइवान):		
*Taipei	Taipei Center	886-2-3756429
		886-2-7492888
	Mr.Tsu-Ping Yang	886-2-2365159
	Mr. Ming-Feng Chu	886-2-9344090
*Keelung	Mr.& Mrs. Kun-Neng Lu	886-2-4579617
*Taoyuan	Taoyuan Center	886-3-4630905
	Mr. Cheng-I Chang	886-3-3825658
*Hsinchu	Mr.& Mrs. Lee Zen Quen	886-35-826528
*Miaoli	Mr.& Mrs. Chen Tsan Gin	886-37-221618
*Taichung	Taichung Center	886-4-3231255
	Mr.& Mrs. Kuo-Cheng Hung	886-4-2210413
*Nantou	Ms. Yu-Shuang Jian	886-49-329620
*Changhua	Yuanlin Center	886-4-8310021
	Mr. & Mrs. Chen-Chou Kao	886-4-7230395
*Chiayi	Ms. Lin-Yu Su	886-5-2339788
*Tainan	Mrs. Tsi-Yun Chen	886-6-2688097
*Kaohsiung	Mr.& Mrs. Yao-Tong Chang	886-7-7454062
	Mr. Fu-Hua Lin	886-7-3365639
*Pingtung	Mr. Ching-Fong Wu	886-8-7523850
*Ilan	Mr.&Mrs. Tsung-Yuan You	886-39-382650
*Hualien	Ms. Li-Yen Yang	886-38-327120
	Mr. Ching-Tung Tseng	886-38-763336
	Mr. Chiung-Hua Chen	886-38-562815
*Taitung	Ms. Ching-Hua Tsao	886-89-228610
	Ms. Jui-Ying Chen	886-89-323177
	Mr. Yu Fang	886-89-333789

*Penghu	Mr.&Mrs. Jan-Au Shiu	886-6-9276476
*Chinmen Island	Mr. Chi-Ping Chen	886-8-2332531
हांगकांग:	Mongkok Center	852-27495534
	Liaison Office	852-26378257
Macao	Macao Center	853-820-001
इण्डोनेशिया:		
*Jakarta	Mr. Tai Eng Chew	62-21-3856310
*Surabaya	Mr. Rong-Tser Teng	62-31-578962
*Bandjarmasin	Mr. Wong Ling Ann	62-511-68936
*Semarang	Mr. & Mrs. Swie An Sia	62-24-556525
जापान:		
*टोकियो	Mr. & Mrs.Yasuhirw Okawado	81-3-37480207
	Mr. Jui Ping Wu	81-3-53931391
*Kanagawaken	Mr. Minh Phuong	81-462-680386
कोरिया:		
*Seoul	Seoul Center	82-2-5772158
	Mr. Jong-Cheol Oh	82-42-5763195
*Pusan	Pusan Center	82-51-5817203
	Mr.&Mrs. Chang-Ha Chung	82-51-7415341
*Chon Ju	Mr. Ji-Hwan Lin	82-652-529088
*Inchon	Mr. Yong-Je Baeg	82-32-4635351
*Taegu	Taegu Center	82-53-4713189
	Mr. &Mrs. Yoon-Byung Lee	82-53-582-5145
*Taejon	Taejon Center	82-42-2214809
	Mr. & Mrs. Sung Ho Park	82-42-8610567
*Kwangiu	Ms. So-Yeon Kim	82-62-2325630
कम्बोडिया:		
Phnom	Penh Center	855-23-427451
	Mr. Chan Kam San	855-18-811323
मलेशिया:		
*Kuala Lumpur	Kuala Lumpur Center	60-3-9826149
*Alor Setar	Mr. Chiao-Shui Yu	60-4-7877453
*Johor Bahru	Mr. & Mrs. Chi-Liang Chen	60-7-3516075
*Penang	Penang Center	60-4-2264469
	Mr. & Mrs. Fung-Neng Lin	60-4-6571216
	Mr. & Mrs. Kang Sin Chin	60-3-7802393
फिलीपीन्स:	Manila Center	63-2-8234743
सिंगापुर:	Singapore Center	65-741-7001
	Liaison Office	65-841-7825
थाईलैंड:		
*Bangkok	Bangkok Center	66-2-2784054
	Ms. Nantana Ma	66-2-3551472
*Chiang Mai	Ching Mai Center	66-53-276737
	Ms. Ampa Panyaraksa	66-53-512292

	Ms. Manaya Poonlarbyot	66-53-276737
*Had Yai	Ms. Jintana Srimoon	66-74-211030 (c/o24756)
*Khon Kaen	Mr. Paisal Chuangcham	66-43-336459
बर्मा:	Mr. Sai San Aik	951-80378

*** अफ्रीका ***

रिपब्लिक आफ अफ्रीका:		
Cape Town	Mr.& Mrs. Ching-Yang-Lu	27-21-610784
Johannesburg	Mr. Ching Tsung Ku	27-11-6162423

अमेरिका

अर्जेन्टिना:		
Buenos Aires	Ms. Hui-Ling Ling	54-1-9518130
	Ms. Chung Yu-Chiao	54-1-4461060
Bolivia:		
Santa Cruz	Mr. Wu Chao Shien	59-13-363742
ब्राजील:		
San Paulo	Mr.& Mrs. Lien-Ming Li	55-11-8228062
	Mr.& Mrs. Cheng-Ting Tsai	55-11-2610717
Belem	Mr. Ming-Hsun-Wu	55-91-223-4375
चिलीथ:		
San Diego	Mr.&Mrs.Chung-Hui Liao	56-2-695-1523
कोलम्बिया:		
Bogota	Mr.&Mrs. Jose Guzman Alonso	57-1-2261245
कोस्टारिका:		
San Jose	Costa Rica Center	506-268-8666
	Ms. Aura Trejos	506-256-0729
	Mr. Rolando Hwang	506-256-1048
	Mr. Mark Sanchez Piltz	506-2201479
होन्डूरास:		
Tegucigalpa	Mr. Ming-Jen Li	504-381238
मौक्सिको:		
*Mexico. D.F.	Ms. Guadalupe Leal Aragon	52-5-7547634
*Guanajuato	Mr.&Mrs. Jose Luis Sanchez Vargas	52-4-7434557
*Tijuana	Dr. Sivano Diaz Martinez	52-66-34-3051
*Mexicali	Ms. Sylvia Lagrange	52-65-541587
पनामा:	Ms. Nuvia Angulo	507-2359744
	Ms. Alicia Chang	507-2293041
पैराग्वे:		
C.D.East	Mr. Zhi-LuTsao	595-61-502034
पेरू:		
Lima	Mr. Alberto Ferreyros	511-4440844

	Mrs. Edelmira Murga Acharte	511-4442997
सल्वाडोर:	Mr.& Mrs.Ming-Sen Lu	503-2746282
कनाडा:		
*Kingston	Mr. Quang Thanh Le	613-531-8135
*London	Mr.&Mrs. Fong Tsao	513-438-3702
*Montreal	Montreal Center	514-274-1608
	Mr.& Mrs. Gerard Mangerel	514-967-5105
	Mr. Hung The Nguyen	514-494-7511
	Mr. & Mrs. Nai-Chi Hsu	514-928-8068
*Ottawa	Mr.&Mrs.David Trung Dung Tran	613-834-7280
*Toronto	Toronto Center	416-503-0515
	Ms. Diep Hoa	905-897-0650
	Mr.&Mrs. Lenh Van Pham	416-282-5297
	Ms. Zhen Yan Wang &	905-628-5388
	Mr. Zhen Bin Wang	
*Vancouver	Mr. David Stevens	604-535-7268
	Ms. Li-Hwa Liao	604-541-1530
संयुक्त राज्य अमेरिका:		
Arizona	Mr.Nguyen Cong Minh	602-581-0725
Arkansa	Mr. Robert Jeffreys	501-253-8287
California:		
*Los Angeles	Los Angeles Center	909-674-7814
	Mr.&Mrs. Steven Henderson	818-574-9282
	Mr.&Mrs. Thomas Tung Ngo	818-359-3820
	Mr. Tony Ch	818-445-3577
*Sacramento	Mr. & Mrs. Hieu De Tu	916-682-9540
*San Diego	San Diego Center	619-280-7982
	Mr. &Mrs. Tran Van Luu	619-475-9891
	Mr. & Mrs. Tang Thi	619-268-8651
	Mr. Paul Darby	619-566-8945
*San Jose	Ms. Sophie Lapaire	415-493-3355
	Ms. Annie Nguyen	408-998-2342
	Mr.&Mrs. Edgar Shyuan	408-463-0297
*San Francisco	Mr.&Mrs. Khoa DangLuong	415-753-2922
	Mr. & Mrs. Dan Hoang	415-333-9119
	Mr. &Mrs. Harold Barta	510-581-8806
Colorado	Mr. &Mrs. Steven Wander	970-229-0259
	Ms. Victoria Singson	970-986-1248
Florida	Mr. & Mrs. Thai Dinh Nguyen	813-458-2639
	Ms. Trina L. Strokes	941-482-7542
	Mr. & Mrs.Michael Lin	904-429-0245
GeorgiaBhiksuni Chan Mo		770-936-9926
	Ms. Chiung-Chen Chiu	770-493-9872
Hawaii	Hawaii Center	808-988-6590

	Mr. Luwellyn Maestro Punahele	8-236-1463
	Mr. &Mrs. Robert Truong	808-531-2183
Illinois	Mr.&Mrs. John W. Hickey	708-963-2821
	Ms. Duc Vu	815-223-6376
	Mr.&Mrs. Julian L. Chen	708-416-3821
Indiana	Mr. & Mrs. Jian Wu	317-293-5169
	Mr. Richard D. Stewart	812-333-5394
Kansas	Ms. Ting-Mei Hsiao	316-721-0666
Kentucky	Mr.& Mrs. Nguyen Minh Hung	502-695-7257
	Ms. Rui Wang	606-323-3274
Maine	Mr. Mark Andrew Lescault	207-7782627
Massachusetts:		
*Boston	Boston Center	508-436-9982
	Ms. Gan Mai-Ky	508-791-7316
	Mr.&Mrs. Huan-Chung Li	508-957-7021
	Ms. Cynthia A. Lombardo	508-388-4306
Maryland	Mr. Nguyen Van Hieu	301-933-5490
*Baltimore	Mr. Bobert Ectman	301-990-1164
Minnesota	Ms. Quach Ngoc	612-722-7328
	Mr. Bob Caverly	612-557-9041
	Mr. Lingjie Guo	612-378-0536
Nebraska	Ms. Yu-Hua Tang	402-483-4067
Nevada:		
*Las Vegas	Ms. Helen Wong	702-242-5688
New Jersey	New Jersey Center	201-209-1651
	Mr. &Mrs. Nghiem The Trung	609-667-3829
	Mr. Chang-Sheng Chou	201-335-5336
New Mexico	Mr. Binhai Zhu	505-662-6526
New York	Mr. & Mrs. Chih-Hua Tung	718-372-3921
North Carolina	Mr. & Mrs. Huynh Thien Tan	919-460-4622
Ohio	Mr. & Mrs. Vu Van Phuong	513-887-8597
Oklahoma	Mr.& Mrs. Tran Kim Lam	405-685-5881
Oregon:		
*Portland	Mr. Marco S. Gallage	503-282-3356
	Mr.& Mrs Minh Tran	503-614-0147
	Mr.& Mrs. Alister Phuoc Minh Pham	503-642-1252
Pennsylvania	Mr. Ben Zwickel	215-722-6386
	Mr.&Mrs. Diep Tam Nguyen	610-626-5546
	Mr. &Mrs. Shi-Tao Yeh	610-640-0463
Texas:		
*Austin	Austin Center	512-396-3471
	Mr. Dean Doung Tran	512-837-1684

	Mr. Tobert Yuan	512-326-3786
*Dallas	Dallas Center	214-339-9004
	Mr. Tim Mecha	214-717-5953
	Mr. Weidong Duan	214-528-9178
	Mr. Jimmy Nguyen	817-236-5601
*Houston	Houston Center	713-444-5529
	Mr. Arthur Michels	713-622-3172
	Mr.& Mrs. Nguyen Van Tuan	713-444-0269
	Mr.& Mrs. Nguyen Le Charles	713-896-4895
	Ms. Wayne Cheng	713-870-8081
*San Antonio	Mr. Khoi Kim Le	210-558-6088
Virginia	Mr. Tuan Nguyen	703-241-1342
Washington:		
*Seattle	Mr Ben Tran	206-453-0698
	Mr. Edward Tan&	206-821-9877
	Mr. Bernard Leech	
*Spokane	Mr.& Mrs. Adela C. Castro	509-534-3754

*** यूरोप ***

डेनमार्क	Ms. Lee Ping Brooks	45-75-151114
फिनलैन्ड:	Ms. Nhuyen Thi Vien	385-0-342-1143
नार्वे:		
Oslo	Mr. Nguyen Ngoc Tai	47-22-612939
स्वीडन:		
*Stockholm	Ms. Pooi Lin Chen	46-8-7403792
	Ms. Yot Yin Wang	46-8-6419061
*Angelholm	Mr. & Mrs. Nguyen Van Tuyen	46-431-26151
*Are	Ms. Viveka Widlund	46-674-32097
यूनाइटेड किंगडम:		
*लंदन	Mr. Morham Singh	44-171-2860443
	Ms. Tsu-Yi Wu	44-1895-254521
	Mr. Nicholas Gardiner	44-181-9773647
*Chester	Mr. & Mrs. Xiao-Ming Duan	44-151-3553936
*Surrey	Mr. Xiao Tang	44-1342-842202
*Oxford	Mr. & Mrs. Shih-Hurng Loh	44-1865-244321
आस्ट्रिया:	Mr. Christiane Deutsch	43-2-24751288
	Mr. Kurt Kastner	43-1-4842639
	Mr. & Mrs. Nguyen Van Dinh	43-2-95570535
	Mr. Shih-Tsung Lu	43-1-5236978
बेल्जियम:		
*Brussels	Mr. & Mrs. Chantraine Jacky	32-2-4791546
*Louvain-La-Neuve	Mr. & Ms. Luo Hong	32-10-455764
फ्रांस:		

*पेरिस	Paris Center	33-1-43099067
		33-1-43003653
	Mr. Leberton Patrick	33-1-43080559
	Ms. Pin-Shan Hsiung	33-1-48961046
*Vaires/Marne	Mr. Abdul Alim Pascal & Ms. Ngo Thi Huong	33-1-60200014
*Montpellier	Mr. Nguyen Tich Hung	33-67413257
जर्मनी:		
*बर्लिन	Mr. Monika Ratering	49-177-2031787
	Mr. & Mrs. Nguyen Van Nghia	49-30-6053498
	Mr. Liang- Tsai Ho	49-30-8593354
*Dusseldorf	Mr. Nguyen Van Luc	49-211-224075
*Hamburg	Mrs. Mai Kong	49-4131-407524
*Munchen	Munchen Center	49-89-684735
	Mr. Cao Cong	449-89-1503092
	Ms. Chwan-Ying Lee	49-89-398107
	Ms. Johanna Hoening	49-89-3401254
ग्रीक :		
Athens	Mr. Lukas Georgiou	301-8075653
हालैंड :		
*Amsterdam	Mr. Nguyen Ngoc Trung	31-294-41-9783
*Nijmegen	Mr. Dung Van Chang	31-24-373-0511
*Vaassen	Mr. Sebe Kruijer	31-578-574378
हंगरी:	Ms. Nguyen Thi Ngoc Bich	36-1-2229477
पोलैन्ड:		
Warszawa	Ms. Anetta Krysinska	48-22-258483
	Ms. To Soszynska	48-22-6593897
Bielsko-Biala	Ms. Bronislawa Dudziak	48-30-143235
Elblag	Mr. Tomasz	48-50-330189
Swidnica	Mr. Miroslaw Sosnicki	48-74-523905
स्पेन:		
Valencia	Ms. Xi-Chun Wang &Ms. Xiu-Lan Yang	34-6-3331850
	Vegetarian House	34-6-3744361
स्विटजरलैन्ड:		
जेनेवा	Ms. Feng- Le Liu	41-22-7851673
	Ms. Varga S. Didier	33-1-50313822
Neuchatel	Mr. Dong Vinh Perrenoud	41-38-244209

*** ओशीनिया **.

आस्ट्रेलिया:		
*Ade Laide	Mr. Nguyen Huu Hiep	618-243-1542
*Brisbane	Brisbane Center	617-3344-2518
	Mr. Gerard Bisshap	617-38471646

	Mrs. Tieng Thi Minh Chau	617-32826603
	Mr. Mrs. Yun-Lung Chen	617-33442519
*Sydney	Sydney Center	61-2-724-4997
	Ms. Le Thi Thu Huong	61-2-8294408
	Mr. Joseph P. Fallon	61-2-8211760
	Mr. Hong Bo	61-2-6461612
*Melbourne	Mr. Daniel Drenic	61-3-95784074
	Mr. & Mrs. Nguyen Luong Nang	61-3-93991893
	Mr. Ho Van Duong	61-3-98900320
	Mr. Alan Khor	61-3-98574239
*Perth	Perth Center	61-9-242-1189
	Mr. Ly Van Tri	61-9-446-2672
	Mr. Alistair Conwell	61-9-3422912
*Canberra	Mr. & Mrs. Khanh Huu Hoang	61-6-2591993
*Tasmania	Mr. Peter John Boatfield	61-2-293878
न्यूजीलैंड :		
*Auckland	Ms. Xiao Ling Li	649-4839454
	Ms. Ma Wu-Hung	649-4802839
*Christchurch	Mr. Chen Han-Chung	643-358-9869
*Tauranga	Ms. Pi-Hsia Chang	64-7-5765157

अतिरिक्त नि:शुल्क जानकारी के लिए कृपया भारत में हमारे निम्नलिखित केंद्रों से संपर्क करें :

Suma Ching Hai International Association

Calcutta Center: 26, Malipanchghara Street, Liluah, Howrah 711204 W.B.
Tel/Fax:033-665-6741 Mr. Ashok Sinha

Mumbai: 6, Court View, 2nd Floor, 126, Maharshi KarveRoad, Churchgate, Mumbai 400020
Tel:022-282-0190 Dr. Suneel Ramaney;
Fax:022-287-4236(c/o Dr. Suneel Ramaney)

यदि आपके क्षेत्र में ऐसा कोई व्यक्ति नहीं है जिससे आप संपर्क स्थापित कर सकें तो कृपया फार्मोसा स्थित मुख्यालय से संपर्क करें।