

किताब है - नीरोग होने का अद्भुत उपाय,

अध्याय है - ५,

बिसय है - रोग, रोग नहीं है

बड़ी भारी भूल तो रोग के पहचानने में होती है। जिसे हम लोग प्रायः रोग कहा करते हैं, वे रोग नहीं हैं। मान लीजिए कि हम कहीं से दौड़े आ रहे हैं। पेट जलते हुए तवे के समान गरम है। इसी समय आकर हमने दो ग्लास पानी पी लिया। जिस तरह जलते हुए तवे पर पानी डालने से वह भाप बनकर उड़ जाता है; उसी तरह ऐसे समय में जब पेट में पानी जाता है तो उसका बहुत-सा भाग धूम या भाप बनकर ऊपर को उड़ जाता है। यह धूम ऊपर आकर मस्तिष्क की ओर जमा हो जाता है। अब, प्रकृति का यह प्रबन्ध है कि शरीर में विजातीय परमाणु व विजातीय कीटाणु नहीं रहने पाते। शरीर में विजातीय परमाणुओं का रहना ही रोग है। शरीर में भोजनादि द्वारा जब विजातीय परमाणु आ जाते हैं, शरीर के सजातीय परमाणु उन्हें पचाकर अपने समान बना लेते हैं और उसमें से जितने अंशों को वे पचा नहीं सकते बाहर निकाल देते हैं। जीवन का यही लक्षण है। यह शरीर का स्वाभाविक, प्राकृतिक व कुदरती धर्म है। शरीर में अधिक विजातीय परमाणुओं के आ जाने से शरीर भारी, दुखी और रोगी मालूम होता है। अतः ऊपर के लेखानुसार जब भाप शरीर के ऊपरी भाग में पहुँचा तो प्रकृति ने झट उसे पानी बना कर नाक के रास्ते निकालना आरम्भ कर दिया। इधर

प्रकृति तो यह प्रबंध कर रही है कि आपका सब रोग निकल जाये, पर अपने नाक के रास्ते पानी गिरते हुए देखकर कहा कि हमें एक रोग हो

गया, जुकाम या सर्दी हो गई । यह समझ वैसी ही है, जैसे किसी के घर का बिकार नौकर धोकर नावदान के रास्ते निकालना आरम्भ कर दे, तो घर का स्वामी यह समझे कि अब हमारा घर नहीं रहेगा बह जायेगा व खराब हो जायेगा और यह सोचकर नौकर को कान पकड़ कर निकाल दे और नावदान को सीमेण्ट से बन्द कर दे । ठीक यही बात शरीर में भी होती है। जब प्रकृति या तुम्हारी जीवनीशक्ति शरीर में जमा हुए रोगों को निकालने लगती है, तो तुम यह सोचते हो कि अब हमें रोग हो गया है; सर्दी हो गई। बस, सर्दी के रोकने की फिक्र में पड़े । किसी अनाड़ी वैद्य के पास गये और उसने ऐसा दवा दी कि सर्दी रुक गई । विजातीय भाप वा जल के रुक जाने से दिमाग भारी हो गया । दिमाग ही शरीर का राजा है । यहाँ विजातीय के आने से सिर दर्द होने लगा, ज्वर चढ़ गया। जो नाक के रास्ते बाहर निकलता था, वही जम कर कफ होकर, श्वास की नली को घेर लिया और खाँसी आने लगी । बस, ज्यों-ज्यों हम उसे रोग समझ कर डरते गये, त्यों-त्यों विपरीत औषधि से रोग बढ़ता गया ।

इसी तरह जब मनुष्य आवश्यकता से अधिक खा लेता है, जिसे शरीर पचा नहीं सकता तो झट शरीर उसे निकालना आरम्भ कर देता है । इसे ही हमलोग दस्त की बीमारी कहते हैं। दो-तीन बार जहाँ पतला दस्त हुआ कि हमलोग डरे कि बीमारी हुई । यद्यपि यह बीमारी नहीं है, किन्तु जीवनीशक्ति शरीर से बीमारी को साफ कर रही है; पर हमलोग इसे बीमारी समझ कर डर जाते और अपने रोग को बढ़ा लेते हैं। बीमारी और रोग वास्तव में कुछ नहीं है; यह तो जीवनीशक्ति का प्रबंध है । पर हमलोग इसे रोग समझकर सचमुच रोग बना लेते हैं । बस, यदि ऐसी कोई घटना उपस्थित हो जाये तो

कभी डरो मत; वल्कि प्रसन्न रहो कुछ न होगा, जीवनीशक्ति स्वयम् उसका प्रबन्ध कर लेगी। हमारे कहने का यह मतलब नहीं है कि तुम आत्मा के कहने पर भी उचित और अच्छी औषधि का सेवन न करो। बात यह है कि मनुष्य को बहुत दिनों से औषधि खाने की आदत-सी पड़ी हुई है, अतः बहुत से अयोगी और अज्ञानी यदि औषधि न खायेंगे तो उन्हें बीमारी के बढ़ने की चिन्ता बनी रहेगी और यह चिन्ता बहुत ही हानि पहुंचाने वाली है। जो लोग मुनि समाज का साधन नहीं करते हैं या जिन्हें अभी दीक्षा नहीं दी गई है, ऐसे अबिस्वासी, अयोगी और अज्ञानी लोग औषधि खा सकते हैं, पर यह भी समझ रखें कि उन्हें कोई रोग नहीं हुआ है। पर बिना समझे औषधि खाने से न खाना अच्छा है। सौ में ६६ लोग औषधि खाकर अपना रोग बढ़ा लेते हैं। सौ में ६६ वैद्य, डाक्टर और हकीम औषधि देकर रोगों को बढ़ाने वाले हैं, घटाने वाले नहीं। यदि संसार से वैद्य, डाक्टर और हकीम निकाल दिये जाये, तो आधा रोग उसी दिन कम हो जाये। इन रोगों से जो हम लोग बहुत निर्बल हो जाते, पीले पड़ जाते और रोग को बढ़ा लेते हैं, इसका कारण अधिकतर पूर्वोक्त प्रकार से चिन्ता करना वा डर जाना है। यदि आपके हृदय में डर न घुसे तो बीमारी कभी बढ़ ही नहीं सकती।

औषधि विश्वास के ही आधार पर चलती है। होम्योपैथिक औषधियों की मात्रा कितनी होती है? एक ने तो होम्योपैथी की चिकित्सा के लिए कहा है कि इन होमियोपैथी डॉक्टर को औषधि का एक बुन्द् हरिद्वार में ही डाल देना चाहिए; बस, वह औषधि कलकत्ते तक के रोगियों को अच्छा करती रहेगी। होमियोपैथी औषधियों से भी बहुत से लोग अच्छे हो जाते हैं। बात क्या है? बात यह है कि अच्छे तो होते हैं लोग आप-से-आप या अपने विश्वास से नाम होता है,

औषधि का-इस बात को लोग जानते हैं। कितने मनुष्यों का रोग केवल एक चुटकी भस्म खाने से अच्छा हो जाता है, कितने झड़ाने-फुँकाने से अच्छे हो जाते हैं, बात यह है कि अच्छा होना तो आवश्यक है, वह तो होने वाला ही है, विश्वास और सन्तोष के लिए एक होना चाहिए। इतना ही नहीं इन सब बातों से यही मालूम होता है कि रोग भी कोई चीज नहीं है, रोग वा बीमारी हमारी भावना है-हमारी कल्पना है-हमारी बनाई हुई है। वास्तव में रोग का अस्तित्व शरीर में नहीं है। रोग मनुष्यों का भ्रम है और कुछ नहीं। स्मरण रखो। घोड़े से गद्दा नहीं होता। ईश्वर से ईश्वर ही होता है। ईश्वर के पुत्र तुम भी ईश्वर हो। नीरोग पिता का पुत्र रोगी नहीं हो सकता। अपनी इस आत्मशक्ति का स्मरण करो। उस निर्विकार और निरामय का पुत्र रोगी नहीं हो सकता। बस, रोगी होने की भावना त्याग दो। तुम नीरोग हो, निरामय हो और निर्विकार हो। नित्य यही चिन्तन करो; तुम्हारा स्वास्थ्य कभी खराब न होगा। नित्य शुभ-भावना करो, नित्य हमारी बनाई हुई पुस्तकों का थोड़ा-बहुत पाठ अवश्य करो।

--समाप्त--