

4-युग की माँग प्रतिभा परिष्कार-भाग २

अध्याय 1: जीवनी शक्ति की दृश्य चमत्कृतियाँ

सरल स्तर के प्रश्न

1. प्रश्न: लेखक ने शरीर की तुलना किस वाहन से की है और क्यों?

उत्तर: लेखक ने शरीर की तुलना मोटर गाड़ी से की है। जैसे मोटर का ढाँचा लोहे का होता है पर वह पेट्रोल या बैटरी से मिलने वाली विद्युत शक्ति से चलती है, उसी प्रकार शरीर हाड़-माँस का बना होता है पर वह प्राण विद्युत या जीवनी शक्ति से चलता है।

2. प्रश्न: प्राण के बिना शरीर की क्या दशा होती है?

उत्तर: प्राण के निकल जाने पर मोटा-तगड़ा शरीर भी निर्जीव हो जाता है, धड़कन बंद हो जाती है और कुछ ही समय में वह सड़ने लगता है।

3. प्रश्न: अदृश्य ऊर्जा या जीवनी शक्ति क्या है?

उत्तर: यह शरीर में जीवन का संचालन करने वाली और विभिन्न हलचलों की अधिष्ठात्री शक्ति है, जिसे चेतना या प्राण विद्युत भी कहते हैं।

4. प्रश्न: विभिन्न चिकित्सा पद्धतियाँ रोगों का मूल कारण किसे मानती हैं?

उत्तर: वैद्य वात, पित्त, कफ के असंतुलन को, हकीम आदी, बादी, खादी प्रकृति को, होम्योपैथी विष को, बायोकेमिक लवणों की कमी को, क्रोमोपैथी रंगों के असंतुलन को और एलोपैथी विषाणुओं के आक्रमण को रोगों का मूल कारण मानती हैं।

5. प्रश्न: लेखक के अनुसार, आजकल चिकित्सा पद्धतियाँ स्थायी रूप से सफल क्यों नहीं हो पा रही हैं?

उत्तर: लेखक के अनुसार, सभी इलाज कुछ समय के लिए चमत्कार दिखाते हैं पर निरर्थक हो जाते हैं क्योंकि वे मूल कारण, यानी मनुष्य की घटती हुई जीवनी शक्ति, पर ध्यान नहीं देते।

6. प्रश्न: आजकल रोगियों की संख्या तेजी से क्यों बढ़ रही है?

उत्तर: चिकित्सा सुविधाओं के बढ़ने के बावजूद, लोगों की जीवनी शक्ति लगातार घट रही है, जिससे रोगों की किस्में और रोगियों की संख्या दोनों तेजी से बढ़ रही है।

7. प्रश्न: जीवट या आन्तरिक ऊर्जा की कमी का व्यक्ति पर क्या प्रभाव पड़ता है?

उत्तर: जीवट की कमी से व्यक्ति का शरीर कमजोर और बीमार रहता है, मस्तिष्क शिक्षित होते हुए भी कठिनाइयों से उबर नहीं पाता और व्यक्ति निराशा व उद्विग्नता से घिरा रहता है।

8. प्रश्न: मानवीय सत्ता के तीन पक्ष कौन-कौन से हैं और उनमें काम करने वाली जीवनी शक्ति को क्या कहते हैं?

उत्तर: मानवीय सत्ता के तीन पक्ष हैं—शरीर (स्थूल), मस्तिष्क (सूक्ष्म) और अन्तःकरण (कारण)। इनमें काम करने वाली जीवनी शक्ति क्रमशः ओजस्, तेजस् और वर्चस् कहलाती है।

कठिन स्तर के प्रश्न

1. प्रश्न: लेखक ने क्यों कहा है कि आज की चिकित्सा पद्धतियाँ अपनी असफलता पर पर्दा डालने की कोशिश कर रही हैं? वे इसके लिए क्या तर्क देती हैं?

उत्तर: लेखक का मानना है कि चिकित्सा क्षेत्र के अधिष्ठाता रोगों की बढ़ती संख्या और अपनी दवाओं की निष्फलता से हतप्रभ हैं। अपनी पराजय स्वीकार करने के बजाय, वे इसका दोष शक्तिशाली विषाणुओं, मौसम परिवर्तन और रोगी के असंयम पर मढ़कर अपनी असफलता पर पर्दा डालने की कोशिश करते हैं।

2. प्रश्न: "जीवट की कमी एक ऐसी विडम्बना है, जिसके कारण मनुष्य जीवित रहते हुए भी, एक प्रकार से पूर्ण मृतक नहीं तो अर्द्ध मृतक जैसा तो निश्चित रूप से बनकर ही रहता है।" इस कथन का विस्तार से विश्लेषण करें।

उत्तर: इस कथन का अर्थ है कि जीवनी शक्ति या जीवट के बिना मनुष्य का जीवन निरर्थक हो जाता है। उसका शरीर सही-सलामत दिखते हुए भी निस्तेज और निर्जीव रहता है। उसका शिक्षित मस्तिष्क भी समस्याओं का समाधान नहीं कर पाता। वह प्रगति की इच्छा तो करता है, पर असफल रहता है। उसकी स्थिति साँस लेती चक्री या कोल्हू के बैल जैसी हो जाती है, जो केवल जीवित है पर उसमें कोई सृजनात्मकता या प्रगतिशीलता नहीं होती।

3. प्रश्न: प्रतिभा का विकास भाग्य, आनुवंशिकी या बाहरी सहायता पर निर्भर क्यों नहीं करता? लेखक इसके पक्ष में क्या तर्क देते हैं?

उत्तर: लेखक के अनुसार, प्रतिभा का विकास पूरी तरह मनुष्य के अपने हाथ में है क्योंकि यह आन्तरिक जीवट या प्राणाग्नि के सुनियोजन से प्रकट होती है। भाग्य या पिछले कर्म केवल सुख-दुःख दे सकते हैं, लेकिन एक प्रतिभावान व्यक्ति दुःख को भी विकास का आधार बना लेता है, जबकि एक प्रमादी व्यक्ति सुख को भी पतन का कारण बना लेता है। इसलिए जीवट के विकास की प्रक्रिया हर स्थिति में संभव है।

कठिनतम स्तर के प्रश्न

1. प्रश्न: अध्याय के अनुसार, आधुनिक चिकित्सा विज्ञान की सीमाओं और पुरातन भारतीय चेतना विज्ञान के दृष्टिकोण में क्या मूलभूत अंतर है? कैसे यह अंतर आज की स्वास्थ्य समस्याओं के समाधान की दिशा बदल सकता है?

उत्तर: आधुनिक चिकित्सा विज्ञान रोगों का कारण बाहरी कारकों (जैसे विषाणु) या शारीरिक असंतुलन (जैसे वात-पित्त-कफ) में खोजता है और उसका उपचार दवाओं या बाहरी हस्तक्षेप से करता है। इसकी सीमा यह है

कि यह शरीर के पीछे काम करने वाली अदृश्य 'जीवनी शक्ति' की उपेक्षा करता है। इसके विपरीत, पुरातन भारतीय चेतना विज्ञान (योग-तप) मानता है कि सभी रोगों, दुर्बलताओं और मानसिक समस्याओं का मूल कारण जीवनी शक्ति या प्राणाग्नि का क्षीण होना है। यह अंतर समाधान की दिशा बदल सकता है। यदि चिकित्सा जगत यह स्वीकार कर ले कि मूल कारण जीवनी शक्ति की कमी है, तो उपचार केवल लक्षण दबाने तक सीमित नहीं रहेगा, बल्कि व्यक्ति को अपनी आन्तरिक ऊर्जा (मनोबल, जीवट) को बढ़ाने के लिए प्रेरित किया जाएगा, जिससे स्थायी स्वास्थ्य और आरोग्य प्राप्त हो सकेगा।

2. प्रश्न: लेखक ने मनुष्य के शरीर, मस्तिष्क और अन्तःकरण की दुर्बलता को सीधे-सीधे प्राण सम्पदा की कमी से कैसे जोड़ा है? इस तर्क की आज के समाज में प्रासंगिकता पर विचार करें।

उत्तर: लेखक ने इन तीनों को सीधे तौर पर प्राण सम्पदा से जोड़ा है। उनके अनुसार:

- **शरीर:** शरीर में प्राण सम्पदा कम होने पर रोग निरोधक शक्ति घट जाती है, जिससे व्यक्ति बार-बार बीमार पड़ता है और अशक्त रहता है।

- **मस्तिष्क:** मस्तिष्क में इसका अनुपात कम होने पर व्यक्ति का स्वभाव अस्त-व्यस्त, अनगढ़ और अर्द्ध-विक्षिप्त जैसा हो जाता है। वह गलतियों और गलतफहमियों का शिकार रहता है।

- **अन्तःकरण:** अन्तःकरण में इसकी कमी व्यक्ति को निष्ठुर, निर्मम, स्वार्थी और पतित आचरण वाला बना देती है। आज के समाज में यह तर्क बहुत प्रासंगिक है। तनाव, अवसाद, असामाजिक व्यवहार और जीवनशैली से जुड़ी बीमारियाँ (Lifestyle diseases) चरम पर हैं। ये सभी समस्याएं केवल शारीरिक या मानसिक नहीं, बल्कि एक गहरी ऊर्जा या जीवट की कमी का संकेत हैं, जिसे लेखक ने प्राण सम्पदा कहा है। लोग बाहरी साधनों से सुख और स्वास्थ्य खोज रहे हैं, जबकि समाधान उनके भीतर की ऊर्जा को जगाने में निहित हो सकता है।

अध्याय 2: मनोबल की प्रचण्ड शक्ति एवं उसकी परिणति

सरल स्तर के प्रश्न

1. प्रश्न: पैट्रिक मेरी को डॉक्टरों ने क्या बताया था और उसके पास कितना समय शेष था?

उत्तर: डॉक्टरों ने पैट्रिक मेरी को बताया था कि उसे कैंसर है जो पूरे शरीर में फैल चुका है और वह अधिक से अधिक छः महीने ही जीवित रह सकेगी।

2. प्रश्न: पैट्रिक मेरी ने अपने बचे हुए जीवन का उपयोग करने का क्या संकल्प लिया?

उत्तर: उसने अपने देश में कैंसर जाँच की एक और 'कैट स्कैनिंग' मशीन लगवाने के लिए तीन करोड़ रुपये जुटाने का संकल्प लिया, ताकि उसकी तरह दूसरे मरीजों की जान बच सके।

3. प्रश्न: पैट्रिक मेरी के कैंसर का अंत कैसे हुआ? इस घटना से विशेषज्ञों ने क्या निष्कर्ष निकाला?

उत्तर: जब वह अपने संकल्प को पूरा करने में पूरी तन्मयता से लगी रही, तो उसकी बीमारी की चिंता खत्म हो गई। छः महीने बाद जाँच करने पर उसके शरीर में कैंसर का कोई नाम-निशान नहीं था। विशेषज्ञों ने निष्कर्ष निकाला कि यदि मनुष्य अपना मनोबल उच्चस्तरीय परमार्थ में लगा दे, तो बीमारियाँ स्वतः समाप्त हो सकती हैं और स्वस्थता प्रदान करने वाली सामर्थ्य उभर सकती है।

4. प्रश्न: फ्लोरेंस की महिला ने बीस वर्षों तक अपना यौवन कैसे बनाए रखा?

उत्तर: उसने अपनी संकल्पशक्ति का प्रयोग किया। वह रोज दर्पण में देखकर यह विश्वास करती थी कि उसका यौवन घट नहीं रहा, बल्कि और निखर रहा है। इसी प्रबल विश्वास और मनोबल से वह बीस साल बाद भी नवयुवती जैसी दिखी।

5. प्रश्न: जामवन्त ने हनुमान जी को उनकी शक्ति का स्मरण कैसे दिलाया और उसका क्या परिणाम हुआ?

उत्तर: जब हनुमान जी समुद्र पार करने में स्वयं को असमर्थ पा रहे थे, तब जामवन्त ने उन्हें उनकी प्रसुप्त (सोई हुई) शक्तियों का स्मरण दिलाया और प्रोत्साहित किया। इसके परिणामस्वरूप हनुमान जी असंभव कार्य को संभव करने के लिए तत्पर हो गए।

6. प्रश्न: चाणक्य ने चन्द्रगुप्त को महान कार्य के लिए कैसे प्रेरित किया?

उत्तर: जब चन्द्रगुप्त कठिनाइयों से घबरा रहा था, तो चाणक्य ने उसे उसकी भीरुता के लिए फटकारा और अपने संकल्प पर विश्वास दिलाते हुए कहा, "मैं चाणक्य हूँ। चाणक्य जो सोचता है, वह होकर रहता है।" इस प्रेरणा से चन्द्रगुप्त ने असंभव लगने वाले कार्य को भी कर दिखाया।

7. प्रश्न: योगाभ्यास का वास्तविक उद्देश्य क्या है?

उत्तर: योगाभ्यास का वास्तविक उद्देश्य कर्मकाण्ड करना नहीं, बल्कि मनोबल को उभारना और सोई हुई प्राणाग्नि को प्रज्वलित करना है।

8. प्रश्न: लेखक के अनुसार अमीर लोग गरीबों की अपेक्षा अधिक बीमार और अल्पजीवी क्यों पाए जाते हैं?

उत्तर: क्योंकि वे शरीर को ही सब कुछ मानकर उसकी सज्जा, बहुमूल्य आहार और औषधियों पर निर्भर रहते हैं, जबकि मनोबल की उपेक्षा करते हैं। इसके विपरीत, मजबूत मनोबल वाले व्यक्ति कठिन परिस्थितियों में भी स्वस्थ रह सकते हैं।

कठिन स्तर के प्रश्न

1. प्रश्न: कुमारजीव ने साधनों के अभाव के बावजूद चीन और उसके आसपास के देशों में भारतीय संस्कृति का प्रसार कैसे किया? यह घटना प्रतिभा और मनोबल के बारे में क्या सिखाती है?

उत्तर: कुमारजीव बिहार के एक निर्धन परिवार से थे। उन्होंने पैदल चलकर तक्षशिला में शिक्षा प्राप्त की।

साधनों का अभाव होते हुए भी, उन्होंने अपने प्रबल मनोबल और संकल्प के दम पर गोबी के दलदल और खोतान के रेगिस्तान जैसे दुर्गम रास्तों को पार किया। उन्होंने भाषा और संस्कृति की बाधाओं को पार कर चीन में हिन्दू धर्म की बौद्ध शाखा का इतना सफल प्रचार किया कि चीन, साइबेरिया, कोरिया और जापान भी उनके अनुगामी बन गए। यह घटना सिखाती है कि प्रतिभा और सफलता के लिए बाहरी साधनों से अधिक महत्वपूर्ण आन्तरिक मनोबल, संकल्पशक्ति और लगन है। एक अकेला प्रतिभावान व्यक्ति भी तूफान की तरह उठकर पूरे समाज को बदल सकता है।

2. प्रश्न: लेखक ने चन्दगीराम और सैंडो पहलवान का उदाहरण क्यों दिया है? इन उदाहरणों से शारीरिक बल और मनोबल के बीच क्या संबंध स्थापित होता है?

उत्तर: लेखक ने ये उदाहरण यह सिद्ध करने के लिए दिए हैं कि शारीरिक बल मनोबल के अधीन है। सैंडो पहलवान जवानी तक हड्डियों का ढाँचा था और चन्दगीराम तपेदिक के मरीज थे। शारीरिक रूप से वे बेहद कमजोर थे। लेकिन जब उन्होंने अपना मानसिक कायाकल्प किया और प्रबल मनोबल के साथ प्रयास किया, तो वे विश्वविख्यात पहलवान बन गए। इससे यह संबंध स्थापित होता है कि केवल शारीरिक क्षमताएं पर्याप्त नहीं हैं; सच्चा बल मनोबल से आता है। एक मजबूत मनोबल एक कमजोर शरीर को भी दुनिया का सबसे शक्तिशाली शरीर बना सकता है।

3. प्रश्न: "असम्भव शब्द मूर्खों के कोष में है" - नेपोलियन के इस कथन को अध्याय में दिए गए विभिन्न उदाहरणों (जैसे चाणक्य, परशुराम, पैट्रिक मेरी) के माध्यम से कैसे सिद्ध किया गया है?

उत्तर: यह कथन अध्याय में कई उदाहरणों से सिद्ध होता है:

- **पैट्रिक मेरी:** डॉक्टरों के लिए उसका बचना असंभव था, पर उसने अपने मनोबल से कैंसर को हराकर असंभव को संभव कर दिखाया।
- **नेपोलियन:** उसके लिए आल्प्स पर्वत पार करना असंभव माना जाता था, पर उसने अपने संकल्प से उसे पार कर लिया।
- **चाणक्य:** एक साधारण ब्राह्मण होते हुए भी, उसने नंदवंश का नाश कर दिया और चन्द्रगुप्त को सम्राट बनाया, जो उस समय असंभव लगता था।
- **परशुराम:** अपने पिता के अपमान का बदला लेने के लिए उसने अकेले ही महाबली सहस्रबाहु और उसके सहयोगियों का विनाश कर दिया। ये सभी उदाहरण दिखाते हैं कि जो कार्य सामान्य बुद्धि या साधनों से असंभव प्रतीत होते हैं, उन्हें प्रबल संकल्प और अटूट मनोबल से संभव किया जा सकता है।

कठिनतम स्तर के प्रश्न

1. प्रश्न: अध्याय के अनुसार, ऋद्धि-सिद्धियों और दैवी अनुग्रह का वास्तविक स्रोत क्या है? यह पारंपरिक

मान्यताओं (कि ये शक्तियाँ बाहर से या किसी देवता से मिलती हैं) से किस प्रकार भिन्न है?

उत्तर: अध्याय के अनुसार, ऋद्धि-सिद्धियों और दैवी अनुग्रह का वास्तविक स्रोत व्यक्ति के अन्तराल में विद्यमान प्राणाग्नि या मनोबल ही है। लेखक का तर्क है कि जैसे वृक्ष पर फल-फूल आकाश से नहीं टपकते, बल्कि जड़ों द्वारा खींचे गए रस से उत्पन्न होते हैं, उसी प्रकार सभी सिद्धियाँ और सफलताएँ व्यक्ति के भीतर के मनोबल और जीवट को जगाने से ही प्रकट होती हैं। यह पारंपरिक मान्यताओं से बिल्कुल भिन्न है, जो मानती हैं कि ये शक्तियाँ किसी बाहरी देवता के वरदान या कृपा से मिलती हैं। लेखक इस धारणा को तोड़ते हुए कहते हैं कि भगवान का निकटतम और सुनिश्चित स्थान व्यक्ति का अपना अंतःकरण है, और उसी में स्थित प्राणाग्नि को जगाकर सब कुछ प्राप्त किया जा सकता है, बशर्ते व्यक्ति उसे धारण करने की पात्रता विकसित कर ले।

2. प्रश्न: लेखक यह क्यों कहते हैं कि "अगणित वैभवों का उद्गम वह प्राणाग्नि केन्द्र है, जिसको उभारना हमारा परम पुरुषार्थ और ईश्वर का एकमात्र अनुग्रह कहा जा रहा है"? इस कथन में 'पुरुषार्थ' और 'अनुग्रह' को एक साथ कैसे जोड़ा गया है?

उत्तर: इस कथन का गहरा दार्शनिक अर्थ है। लेखक कहते हैं कि सभी प्रकार के वैभव— चाहे वे भौतिक हों (जैसे सुदामा को मिला धन) या आध्यात्मिक (जैसे ध्रुव-प्रह्लाद को मिला पद)—का स्रोत हमारे भीतर की प्राणाग्नि या संकल्पशक्ति ही है।

◦ **'परम पुरुषार्थ':** इस प्राणाग्नि को 'उभारना' या जाग्रत करना मनुष्य का सबसे बड़ा पुरुषार्थ (प्रयत्न) है। यह कोई आसान काम नहीं है, इसके लिए आत्म-नियंत्रण, साहस और संकल्प की आवश्यकता होती है।

◦ **'ईश्वर का अनुग्रह':** जब मनुष्य यह पुरुषार्थ करता है और अपनी भीतरी शक्ति को जगा लेता है, तो यही 'ईश्वर का अनुग्रह' या कृपा है। यहाँ अनुग्रह को किसी बाहरी शक्ति द्वारा दी गई भेंट के रूप में नहीं, बल्कि अपने ही पुरुषार्थ के फलस्वरूप अपनी आंतरिक दैवीय क्षमता के प्रकट होने के रूप में परिभाषित किया गया है। इस प्रकार, 'पुरुषार्थ' और 'अनुग्रह' को एक साथ जोड़कर लेखक यह स्थापित कर रहे हैं कि ईश्वर की कृपा अकर्मण्य लोगों पर नहीं बरसती। जब व्यक्ति अपनी भीतरी शक्तियों को जगाने का परम पुरुषार्थ करता है, तो वही अवस्था ईश्वरीय अनुग्रह कहलाती है। पुरुषार्थ ही अनुग्रह को आकर्षित करने का माध्यम है।

अध्याय 3: आत्मबल ही सर्वोपरि

सरल स्तर के प्रश्न

1. प्रश्न: लेखक ने भारत को ऐतिहासिक रूप से किन-किन नामों से पहचाने जाने की बात कही है?

उत्तर: लेखक के अनुसार भारत को ऐतिहासिक रूप से 'जगद्गुरु', 'चक्रवर्ती' शासकों का देश, 'सोने की चिड़िया' और 'रत्नों की खदान' के नाम से पहचाना जाता रहा है।

2. प्रश्न: भारत की भूमि को 'स्वर्ग' क्यों कहा जाता था?

उत्तर: यहाँ के निवासी, जिन्हें देवमानव माना जाता था, उनके सौजन्य, सहयोग और सेवा साधना के कारण यहाँ आनन्द और उल्लास का वातावरण था। इसी कारण यह मान्यता बनी कि भारत की भूमि पर ही स्वर्ग का अवतरण हुआ है।

3. प्रश्न: कोलंबस भारत की खोज में क्यों निकला था और वह कहाँ पहुँच गया?

उत्तर: कोलंबस ने भारत की महानता और सम्पन्नता की गाथाएँ सुन रखी थीं और वह इस 'सोने की खदान' से कुछ पाने के लिए निकला था। सही दिशा ज्ञान न होने के कारण वह अमेरिका के तट पर जा पहुँचा, जिसे उसने भारत समझ लिया।

4. प्रश्न: भारत की महानता का आधार किस विद्या को माना गया है?

उत्तर: भारत की महानता और चमत्कारों का आधार 'योगविद्या' को माना गया है।

5. प्रश्न: योगविद्या किन दो मुख्य तथ्यों पर आधारित है?

उत्तर: योगविद्या दो तथ्यों पर आधारित है— (१) तपश्चर्या, जिसका अर्थ है संयम और अनुशासन, और (२) योगसाधना, जिसका अर्थ है मन को अवांछनीयताओं से मुक्त करना।

6. प्रश्न: तपश्चर्या का साध्य (अंतिम लक्ष्य) क्या है?

उत्तर: तपश्चर्या का अंतिम लक्ष्य व्यक्तित्व में प्रामाणिकता, प्रखरता और शालीनता का ऐसा समावेश करना है जो किसी भी दबाव में डगमगाए नहीं।

7. प्रश्न: लेखक के अनुसार, गाँधीजी की आँखों में आँखें डालकर देखने से वायसराय को क्यों मना किया गया था?

उत्तर: क्योंकि ऐसी मान्यता थी कि गाँधीजी एक जादूगर हैं और वे जिस पर नजर गड़ाते हैं, उसे वशीभूत कर लेते हैं। यह उनके आत्मबल और तेजस् का प्रभाव था।

8. प्रश्न: लेनिन ने अपने देश के लिए क्या आश्चर्यजनक कार्य किया?

उत्तर: लेनिन ने अपने देश को कुशासन से मुक्त कराया, दुनिया के आधे विचारों पर हावी हो गए और कई देशों में साम्यवादी शासन का प्रचलन करने में सफल हुए।

कठिन स्तर के प्रश्न

1. प्रश्न: लेखक ने क्यों कहा है कि भारत के निवासी अपनी महान गतिविधियों को केवल अपने देश तक सीमित नहीं रखते थे? उन्होंने विश्व के लिए क्या किया?

उत्तर: लेखक ने 'समस्त विश्व को भारत के अजस्र अनुदान' ग्रन्थ का हवाला देते हुए बताया है कि भारत के निवासियों ने भूमण्डल के सभी क्षेत्रों की कष्टसाध्य यात्राएँ कीं। उनका उद्देश्य यह सुनिश्चित करना था कि किसी भी क्षेत्र में पिछड़ापन न रहे और वे अपने पुरुषार्थ से अँधेरे की तरह पिछड़ेपन को दूर कर दें।

2. प्रश्न: योगविद्या का वास्तविक स्वरूप क्या है और यह आज के प्रचलित जादूगरी-बाजीगरी वाले रूप से कैसे भिन्न है?

उत्तर: योगविद्या का वास्तविक स्वरूप एक उच्चकोटि की विज्ञान-सम्मत विद्या है जिसका लक्ष्य व्यक्तित्व की प्रत्यक्ष और अप्रत्यक्ष क्षमताओं का विकास करना है। यह शरीर को ओजस्वी, मन को तेजस्वी और अंतःकरण को ब्रह्मवर्चस् से भर देती है। यह आज के प्रचलित रूप से भिन्न है, जिसे लेखक ने केवल अजूबे दिखाने वाली ठग विद्या कहा है। असली योग कर्मकाण्डों से परे व्यक्तित्व में प्रामाणिकता, प्रखरता और शालीनता का विकास है, न कि केवल चमत्कार दिखाना।

3. प्रश्न: पुरातन भारत की महानता के दो आधार स्तंभ कौन से थे? उन्हें आधुनिक शब्दों में कैसे समझा जा सकता है?

उत्तर: लेखक के अनुसार, पुरातन भारत की महानता का भव्य भवन दो आधारों पर बना था:

1. तपः इसका आधुनिक अर्थ है व्यक्तित्व को उच्चस्तरीय साहसिकता (Courage/Boldness) से परिपूर्ण और प्रतिभा सम्पन्न बनाना।

2. योग (सुव्यवस्था): इसका आधुनिक अर्थ है सुव्यवस्था (Good Management/Systematic Approach) बना सकने की प्रवीणता और कौशल का विकास करना। लेखक कहते हैं कि यदि इन दोनों गुणों के लिए चरम स्तर का प्रयत्न किया जाए, तो यही अध्यात्म योग का वास्तविक अर्थ है और इसी से ऋद्धि-सिद्धियाँ प्राप्त होती हैं।

कठिनतम स्तर के प्रश्न

1. प्रश्न: "देवता निस्सन्देह भारतभूमि पर विचरण करते हैं।" लेखक ने इस मान्यता के पीछे क्या तर्क दिए हैं और यह कैसे भारतीय संस्कृति की महान परंपरा को दर्शाता है?

उत्तर: लेखक ने यह तर्क दिया है कि संसार के लोग भारतीयों की निजी प्रतिभा, उनके आश्चर्यजनक पुरुषार्थ और कर्तव्यनिष्ठा को समझ नहीं पाते थे। इसलिए उन्होंने यह मान लिया कि इन लोगों में कोई चमत्कारी 'देव आवेश' है और ये 'देवमानव' हैं। चूँकि देवता स्वर्ग में रहते हैं, इसलिए उन्होंने यह भी मान लिया कि जहाँ देवता बसते हैं, वह भूमि ही स्वर्ग है। यह भारतीय संस्कृति की उस महान परंपरा को दर्शाता है जिसमें व्यक्ति अपने चरित्र, आदर्श और पुरुषार्थ को इतना परिष्कृत कर लेता है कि वह दूसरों के लिए प्रेरणा और आश्चर्य का स्रोत बन जाता है। यह परंपरा केवल स्वयं को सुसंस्कृत बनाने तक सीमित नहीं थी, बल्कि अपने संपर्क क्षेत्र को भी लाभान्वित करने की थी।

2. प्रश्न: अध्याय के अनुसार, भागीरथ, अनुसूया, कृष्ण और रामकृष्ण परमहंस जैसे महापुरुषों की अद्भुत सफलताओं के पीछे कौन-सी परोक्ष शक्ति काम कर रही थी? इस शक्ति का उद्गम कहाँ से होता है?

उत्तर: इन सभी महापुरुषों की अद्भुत सफलताओं के पीछे उनकी अपनी परोक्ष शक्ति या आंतरिक चेतना काम कर रही थी। उदाहरण के लिए, पाण्डवों की विशाल विजय के पीछे योगेश्वर कृष्ण की रणनीति थी। हनुमान के पराक्रम के पीछे उनकी अपनी परोक्ष शक्ति थी, जिसे जामवन्त ने जगाया था। विवेकानन्द की सफलता के मूल में रामकृष्ण परमहंस की दिव्य क्षमता थी। लेखक स्पष्ट करते हैं कि इन सभी अद्भुत शक्तियों का उद्गम मनुष्य के अंतराल (Inner self) से ही होता है। योग-तप जैसे उपचारों से इसी भीतरी प्रतिभा को जगाया और उभारा जाता है।

अध्याय 4: प्रतिभा सम्बर्धन के दो आधार—साहसिकता एवं सुव्यवस्था

सरल स्तर के प्रश्न

1. प्रश्न: गीताकार के अनुसार, मनुष्य अपना शत्रु और मित्र स्वयं कैसे है?

उत्तर: गीताकार का कथन है कि मनुष्य अस्त-व्यस्तता अपनाकर अपना शत्रु बनता है और खुद को दुर्गति में धकेलता है। वहीं, चुस्त-दुरुस्त और सुव्यवस्थित रहकर वह प्रगति के शिखर पर चढ़ता है और अपना मित्र बनता है।

2. प्रश्न: लेखक के अनुसार, प्रगति का इतिहास किस आधार-शिला पर लिखा गया है?

उत्तर: प्रगति का इतिहास सुनियोजित तन्मयता और तत्परता की आधार-शिला पर लिखा गया है।

3. प्रश्न: शारीरिक रूप से तगड़ा होना और हिम्मत का धनी होने में क्या अंतर है?

उत्तर: शारीरिक रूप से तगड़ा व्यक्ति भी यदि इच्छाशक्ति और हिम्मत में कमजोर हो, तो वह कायर और शंकालु बना रहता है। जबकि हिम्मत का धनी व्यक्ति कठिनाइयों का सामना करता है, क्योंकि वह जानता है कि कठिनाइयाँ मनस्वी के एक ठोकर से ही ढह जाती हैं।

4. प्रश्न: मनुष्य अपनी मानसिक क्षमता का कितना प्रतिशत उपयोग करता है और कितना व्यर्थ चला जाता है?

उत्तर: मनुष्य अपनी मानसिक क्षमता का मात्र सात प्रतिशत ही उपयोग करता है, जबकि उसकी 93 प्रतिशत सामर्थ्य सोई हुई या अविज्ञात स्थिति में पड़ी रहती है।

5. प्रश्न: 'गवर्नर' शब्द का सीधा अर्थ क्या है और यह प्रतिभा से कैसे संबंधित है?

उत्तर: 'गवर्नर' शब्द का सीधा अर्थ 'प्रबन्धक' है। यह प्रतिभा से संबंधित है क्योंकि अपनी प्रबन्धकीय क्षमता और सुव्यवस्था के गुण के कारण ही इंजीनियर, व्यवसायी और अन्य प्रतिभावान लोग बड़े-बड़े कार्य सम्पन्न करते हैं और सफल होते हैं।

6. प्रश्न: साहसिकता और सुव्यवस्था के गुणों का दुरुपयोग कैसे हो सकता है?

उत्तर: दैत्य, दानव, आतंकवादी और तस्कर जैसे लोग भी इन्हीं गुणों (साहस और व्यवस्था बुद्धि) का उपयोग करके बड़े-बड़े विनाशकारी और अनैतिक कार्य करते हैं और अपने आतंक का साम्राज्य खड़ा करते हैं।

7. प्रश्न: सफलता की प्रक्रिया क्या है?

उत्तर: सफलता एक ऐसी प्रक्रिया है जिसमें सृजनशील शिल्पी अपनी मेधा (बुद्धि) से योजना बनाते हैं, ढाँचा खड़ा करते हैं, और फिर सपनों को साकार करने में स्वयं को पूरी तरह लगा देते हैं।

कठिन स्तर के प्रश्न

1. प्रश्न: लेखक ने "शंका डायन मनसा भूत" की कहावत को कैसे समझाया है? भीष्म पितामह और राणा सांगा के उदाहरण इस संदर्भ में क्या सिखाते हैं?

उत्तर: इस कहावत का अर्थ है कि हमारा डर और हमारी शंकाएं ही भूत-प्रेत की तरह हमें डराती हैं, जबकि वास्तविकता में वे उतनी भयानक नहीं होतीं। झाड़ी अँधेरे में भूत लगती है और रस्सी साँप। राणा सांगा, जिन्हें 80 से अधिक घाव लगे थे, और भीष्म पितामह, जो बाणों की शैया पर थे, दोनों ने अपनी हिम्मत से मृत्यु और पीड़ा पर विजय प्राप्त की। ये उदाहरण सिखाते हैं कि हिम्मत और मनोबल से बड़े-से-बड़े डर और कष्ट पर काबू पाया जा सकता है, जबकि कायर व्यक्ति हर कदम पर डरता रहता है।

2. प्रश्न: "पारस को छूकर लोहा, सोना बनता है या नहीं? इसमें अभी सन्देह है, पर यह सुनिश्चित है कि प्रतापी व्यक्ति असंख्यों को अपना अनुयायी-सहयोगी बना लेते हैं।" इस कथन का विश्लेषण करें।

उत्तर: इस कथन का अर्थ है कि किसी जादुई पत्थर से परिवर्तन हो या न हो, यह निश्चित नहीं है, लेकिन एक प्रतापी और प्रतिभावान व्यक्ति का प्रभाव वास्तविक और सुनिश्चित होता है। महामानव अपनी प्रामाणिकता, प्रखरता और तेजोवलय से दूसरों को प्रभावित करते हैं और उन्हें अपना सहयोगी बना लेते हैं। जैसे फूलों पर मधुमक्खियाँ खुद खिंची चली आती हैं, वैसे ही महामानवों के आकर्षक व्यक्तित्व और आदर्शों से प्रभावित होकर लोग स्वयं उनके साथ जुड़ जाते हैं।

3. प्रश्न: लेखक के अनुसार, प्रबन्ध शक्ति या सुव्यवस्था सबसे बड़ी दैवी विभूति क्यों है?

उत्तर: लेखक इसे सबसे बड़ी दैवी विभूति मानते हैं क्योंकि यही गुण व्यक्ति को साधारण से असाधारण बनाता है। इसी के बल पर सेनापति, प्रबंधक, इंजीनियर और व्यवसायी असंभव को संभव कर दिखाते हैं। छोटी शुरुआत को आशातीत सफलता तक पहुँचाने की क्षमता इसी गुण में निहित है। यह केवल स्वयं की प्रगति तक सीमित नहीं है, बल्कि इससे दूसरों की अस्त-व्यस्तता को भी सुनियोजितता में बदला जा सकता है।

कठिनतम स्तर के प्रश्न

1. प्रश्न: अध्याय के अनुसार, व्यक्ति की प्रगति और दुर्गति का मूल स्रोत बाहरी परिस्थितियों में है या उसके अपने भीतर? "हमारी कर्मों की कलम ही अपने भविष्य की भली-बुरी सम्भावना रचती रही है," इस कथन के

आलोक में विस्तार से समझाएँ।

उत्तर: अध्याय के अनुसार, व्यक्ति की प्रगति और दुर्गति का मूल स्रोत पूरी तरह से उसके अपने भीतर है, न कि बाहरी परिस्थितियों में। लेखक कहते हैं कि संसार कितना भी सुविधाजनक क्यों न हो, यदि व्यक्ति में अपनी त्रुटियाँ हैं तो सब निरर्थक है। "कर्मों की कलम..." कथन का अर्थ है कि हमारा भविष्य हमारे अपने कर्मों, आदतों और दृष्टिकोण से ही बनता है। यदि व्यक्ति साहस, तन्मयता, तत्परता और सुव्यवस्था जैसे गुणों को अपनाता है, तो वह अपनी आंतरिक शक्तियों को जगाकर प्रगति के शिखर पर पहुँच सकता है। इसके विपरीत, यदि वह अस्त-व्यस्त, कायर और भीरु बना रहता है, तो पूर्वजों की कमाई या अच्छे अवसर भी उसे पतन से नहीं बचा सकते। इस प्रकार, भविष्य का निर्माता व्यक्ति स्वयं है।

2. प्रश्न: साहसिकता और सुव्यवस्था को प्रतिभा के दो आधार क्यों कहा गया है? ये दोनों गुण एक दूसरे के पूरक कैसे हैं और इनके समन्वय से व्यक्ति कैसे 'सरताज' बन सकता है?

उत्तर: इन्हें प्रतिभा का आधार इसलिए कहा गया है क्योंकि यही वे गुण हैं जो व्यक्ति को साधारण से असाधारण बनाते हैं और बड़ी सफलताओं का मार्ग प्रशस्त करते हैं।

- **साहसिकता** व्यक्ति को अनुचित से लड़ने, जोखिम उठाने और कठिनाइयों का सामना करने की हिम्मत देती है। यह आंतरिक प्राण ऊर्जा का प्रतीक है।

- **सुव्यवस्था** (प्रबन्ध शक्ति) उस साहस को सही दिशा देती है। यह योजनाओं को बनाने, संसाधनों को संगठित करने और लक्ष्य को कुशलतापूर्वक प्राप्त करने की क्षमता है। ये दोनों एक-दूसरे के पूरक हैं। बिना सुव्यवस्था के साहस अंधा और विनाशकारी हो सकता है (जैसे आतंकवादियों का साहस)। वहीं, बिना साहस के अच्छी-से-अच्छी योजनाएँ भी कागज पर ही रह जाती हैं। जब ये दोनों गुण एक व्यक्ति में मिलते हैं, तो वह बड़ी जिम्मेदारियाँ उठाने और उन्हें सफलतापूर्वक पूरा करने में सक्षम होता है। इसी विकसित प्रबन्ध शक्ति और साहस के समन्वय से वह जहाँ भी जाता है, 'सरताज' बनकर रहता है, अर्थात् नेतृत्व करता है और सर्वोच्च सफलता प्राप्त करता है।

अध्याय 5: विशिष्टता का सुनियोजन

सरल स्तर के प्रश्न

1. प्रश्न: लेखक ने कस्तूरी हिरन का उदाहरण क्यों दिया है?

उत्तर: कस्तूरी हिरन का उदाहरण यह समझाने के लिए दिया है कि जैसे कस्तूरी उसकी अपनी नाभि में होती है, पर वह उसकी सुगंध के लिए बाहर भटकता फिरता है, उसी प्रकार मनुष्य भी अपनी शक्तियों को अपने भीतर खोजने के बजाय बाहर खोजता रहता है।

2. प्रश्न: सिंह के बच्चे की कहानी से क्या शिक्षा मिलती है?

उत्तर: सिंह के बच्चे की कहानी सिखाती है कि हम जिस माहौल में रहते हैं, वैसा ही खुद को मानने लगते हैं। भेड़ों के साथ रहकर सिंह का बच्चा खुद को भेड़ समझने लगा था। जब उसे आत्मबोध कराया गया, तभी वह अपनी असलियत पहचान सका। इसी तरह मनुष्य भी अपनी वास्तविक क्षमता को भूला हुआ है।

3. प्रश्न: आम आदमी अपनी समस्याओं के समाधान के लिए दूसरों का आसरा क्यों ताकता है?

उत्तर: क्योंकि उसे अपनी अंतर्निहित शक्तियों का ज्ञान नहीं होता। वह अपनी सामर्थ्य को बहुत कम आँकता है और मानता है कि वह खुद कुछ नहीं कर सकता, इसलिए समाधान के लिए दूसरों पर निर्भर रहता है।

4. प्रश्न: लोग अपनी गलती खोजने की आदत क्यों नहीं डालते?

उत्तर: लोग अपनी गलती इसलिए नहीं खोजते क्योंकि इससे उन्हें लगता है कि उनकी हेठी होगी, नाक कटेगी और उनकी सर्वज्ञता पर आँच आएगी। अपनी गलती स्वीकार करने के बजाय किसी दूसरे पर दोष थोपना उन्हें आसान लगता है।

5. प्रश्न: काम बिगड़ने पर लोग आमतौर पर दोष किस पर थोपते हैं और क्यों?

उत्तर: काम बिगड़ने पर लोग दोष भाग्यचक्र, समय का फेर, ग्रहदशा या विधाता पर थोप देते हैं, क्योंकि ये निरीह हैं और सामने आकर अपना प्रतिवाद या सफाई नहीं दे सकते।

6. प्रश्न: अहंकारियों का समुदाय दूसरों को हेय (कमतर) क्यों ठहराता है?

उत्तर: अहंकारियों का समुदाय दूसरों को हेय ठहराकर ही अपने बड़प्पन की पुष्टि कर सकता है। वे दूसरों को नीचा दिखाकर खुद को श्रेष्ठ साबित करते हैं।

7. प्रश्न: लेखक के अनुसार प्रतिभा का अभाव क्या है?

उत्तर: लेखक के अनुसार, प्रतिभा का अभाव व्यक्ति का आन्तरिक रूप से खोखला होना है। यह एक ऐसी आत्मविस्मृति है जिसमें व्यक्ति अपनी प्रचण्ड सामर्थ्य को भूल जाता है और अपनी शक्तियों को पहचान नहीं पाता।

8. प्रश्न: कला, बुद्धिबल और धनबल का दुरुपयोग कैसे होता है?

उत्तर: कला का दुरुपयोग शृंगारिकता, विलासिता और अनैतिकता जैसी पशु प्रवृत्तियों को भड़काने में होता है। इसी तरह, बुद्धिबल और धनबल का उपयोग गुण्डे और आततायी लोग दूसरों पर धाक जमाने और आतंक फैलाने के लिए करते हैं।

कठिन स्तर के प्रश्न

1. प्रश्न: "अपनी दौलत कम और दूसरों की दौलत चौगुनी-सौगुनी समझ पड़ती है।" लेखक ने इस भ्रम को व्यक्ति की प्रगति में बाधक कैसे बताया है?

उत्तर: यह भ्रम व्यक्ति को आत्म-समीक्षा करने से रोकता है। वह हमेशा अपनी कमियों के लिए बाहरी परिस्थितियों या दूसरों को दोष देता है और अपनी क्षमताओं को कम आँकता है। जब व्यक्ति यह मान लेता है कि उसकी अपनी सामर्थ्य कुछ भी नहीं है और सारा उत्कर्ष दूसरों के पास है, तो वह आत्म-सुधार और आत्म-विकास के लिए प्रयास करना ही छोड़ देता है। यह सोच उसे कुड़कुड़ाने, खीजने और तनावग्रस्त रहने पर मजबूर करती है, जिससे उसकी प्रगति का मार्ग पूरी तरह रुक जाता है।

2. प्रश्न: लेखक ने क्यों कहा है कि आज के समय में "आत्मविस्मृति ही वह अभिशाप है"? यह व्यक्ति और समाज को कैसे प्रभावित कर रहा है?

उत्तर: लेखक ने इसे अभिशाप इसलिए कहा है क्योंकि मनुष्य अपनी असीमित आंतरिक शक्तियों को पूरी तरह भूल चुका है। वह खुद को दीन, दुर्बल, असहाय और अभागा समझता है। यह आत्मविस्मृति व्यक्ति को अपनी क्षमता का उपयोग करने से रोकती है, जिससे वह प्रगति नहीं कर पाता और पतन की ओर बढ़ता जाता है। समाज के स्तर पर, जब अधिकांश लोग इस आत्मविस्मृति के शिकार हो जाते हैं, तो समाज में जुझारूपन, रचनात्मकता और महान कार्यों को करने की क्षमता खत्म हो जाती है, जिससे पूरा समाज पिछड़ जाता है।

3. प्रश्न: "सराहना उनकी है जो अपनी नाव पर अनेकों को बिठाकर उन्हें इस पार से उस पार पहुँचा सकें।" इस कथन के माध्यम से लेखक किस प्रकार की प्रतिभा को श्रेष्ठ मान रहे हैं?

उत्तर: इस कथन के माध्यम से लेखक उस प्रतिभा को श्रेष्ठ मान रहे हैं जिसका उपयोग केवल अपने लिए नहीं, बल्कि दूसरों के उत्थान और लोकहित के लिए होता है। वे कहते हैं कि अपनी राह तो सब चल लेते हैं, लेकिन महान और प्रशंसनीय वे ही हैं जो अपनी शक्ति और साहस से गिरे हुए लोगों को उठाते हैं, रुके हुए लोगों को चलाते हैं और दूसरों को प्रगति के पथ पर आगे बढ़ाते हैं। यह कथन परोपकारी और नेतृत्व क्षमता से युक्त प्रतिभा को सर्वोच्च स्थान देता है।

कठिनतम स्तर के प्रश्न

1. प्रश्न: अध्याय के अनुसार, मनुष्य की सबसे बड़ी विडम्बना क्या है? वह अपने ही घर में गड़े खजाने से अनभिज्ञ दरिद्र की तरह जीवन क्यों जी रहा है?

उत्तर: अध्याय के अनुसार, मनुष्य की सबसे बड़ी विडम्बना यह है कि उसके भीतर शक्तियों का असीम भंडार होते हुए भी वह उससे पूरी तरह अनभिज्ञ है। वह उस व्यक्ति की तरह है जिसके घर के आँगन में खजाना गड़ा हो, पर जानकारी के अभाव में वह मजदूरी करके आधे पेट सोता है। मनुष्य भी इसी तरह अपनी अन्तर्निहित शक्तियों (खजाने) से अनजान होकर, बाहरी सहायता और परिस्थितियों पर निर्भर रहता है और अभावग्रस्त जीवन जीता है। इसका मुख्य कारण है आत्म-समीक्षा न करने की आदत, अपनी क्षमताओं पर अविश्वास, और यह मान लेना कि उसकी अपनी हस्ती नगण्य है। आसपास का अहंकारी वातावरण भी उसे हीन महसूस

कराकर इस भ्रम को और गहरा कर देता है।

2. प्रश्न: "उपलब्धि क्या हस्तगत हुई? यह देखना ही पर्याप्त नहीं। जाँचा यह भी जाना चाहिए कि उसका उपयोग लोकहित के लिए किस प्रकार और कितना बन पड़ा?" इस कसौटी पर आज के सफल माने जाने वाले व्यक्तियों का मूल्यांकन करें।

उत्तर: यह कसौटी सफलता को केवल व्यक्तिगत लाभ या उपलब्धि के पैमाने से नहीं, बल्कि सामाजिक उपयोगिता के पैमाने से मापती है। इस दृष्टिकोण से, आज के कई सफल व्यक्ति (जैसे अमीर व्यवसायी, प्रसिद्ध कलाकार या शक्तिशाली राजनेता) भले ही धन, प्रसिद्धि और शक्ति अर्जित कर लें, लेकिन यदि उनकी उपलब्धियों का समाज पर नकारात्मक प्रभाव पड़ रहा है या लोकहित में कोई योगदान नहीं है, तो लेखक के अनुसार उनकी प्रतिभा सराहनीय नहीं है। उदाहरण के लिए, यदि कोई कलाकार अपनी कला से समाज में विलासिता और अनैतिकता फैलाता है, या कोई व्यवसायी अपनी बुद्धि से दूसरों का शोषण करता है, तो उनकी प्रतिभा सर्प-बिच्छू की शक्ति की तरह विनाशकारी है। सच्ची सफलता और सच्ची प्रतिभा वही है जो समाज के लिए कल्याणकारी हो, जैसा कि अध्याय में गिरे हुए को उठाने वालों के बारे में कहा गया है।-----

अध्याय 6: इस विश्व की सबसे बड़ी शक्ति

सरल स्तर के प्रश्न

1. प्रश्न: लेखक के अनुसार "मोती" कहाँ से टपकते हैं और "दौलत" कौन खोदते हैं?

उत्तर: लेखक के अनुसार, मोती पसीने से टपकते हैं और दौलत हाथ खोदते हैं। इसका अर्थ है कि सच्ची सफलता और समृद्धि कठोर परिश्रम से ही मिलती है।

2. प्रश्न: डार्विन के अनुसार औसत आदमी किसकी औलाद है?

उत्तर: डार्विन के कथनानुसार, औसत आदमी को बन्दर की औलाद और वनमानुष मानने में कोई आपत्ति नहीं होनी चाहिए।

3. प्रश्न: प्राणी विकास के विज्ञानियों के अनुसार सृष्टि के आदि में कौन-से प्राणी उत्पन्न हुए और उनमें कौन-सी शक्ति थी?

उत्तर: विज्ञानियों के अनुसार, सृष्टि के आदि में केवल अमीबा स्तर के एककोशीय प्राणी उत्पन्न हुए थे, पर उनमें प्रचण्ड इच्छाशक्ति विद्यमान थी, जिसके बल पर विकास हुआ।

4. प्रश्न: लेखक ने मनुष्य को ईश्वर का "समर्थ सहायक" और "दुर्धर्ष प्रतिद्वन्द्वी" दोनों क्यों कहा है?

उत्तर: मनुष्य अपनी सृजन शक्ति से ईश्वर का समर्थ सहायक है, लेकिन अपनी विनाशकारी शक्तियों (जैसे अणु-आयुध) से वह सृष्टि को नष्ट कर सकता है, इसलिए वह दुर्धर्ष प्रतिद्वन्द्वी भी है।

5. प्रश्न: मनुष्य क्षुद्र और महान् कैसे बनता है?

उत्तर: मनुष्य अपनी संकल्पशक्ति की कमी या अधिकता (न्यूनाधिकता) से ही क्षुद्र और महान् बनता है।

6. प्रश्न: इंग्लैंड के प्रधानमंत्री विंस्टन चर्चिल ने घोर निराशा के दिनों में क्या कहा था?

उत्तर: जब जर्मनी द्वारा भयंकर बमवर्षा हो रही थी, तब भी चर्चिल ने आत्मविश्वासपूर्वक कहा कि "इंग्लैंड जीतकर रहेगा"।

7. प्रश्न: साइबेरिया से भागे हुए कैदियों ने कौन-सा दुस्साहस कर दिखाया था?

उत्तर: उन्होंने लगभग चार हजार मील के अति दुर्गम और आहार रहित क्षेत्र को पार करके भारत पहुँचने का दुस्साहस कर दिखाया था।

8. प्रश्न: लेखक के अनुसार प्रगति का ढाँचा किस पर खड़ा होता है?

उत्तर: लेखक के अनुसार, प्रगति का ढाँचा प्रचण्ड आत्मविश्वास पर ही खड़ा होता है।

कठिन स्तर के प्रश्न

1. प्रश्न: "शक्ति उसी के पास ठहरती है, जो उसके सुसंचालन की विद्या से परिचित है।" इस कथन को अध्याय में दिए गए निर्माणों (जैसे ताजमहल, चीन की दीवार) के उदाहरण से स्पष्ट करें।

उत्तर: इस कथन का अर्थ है कि केवल साधन या शक्ति होना पर्याप्त नहीं है, उसका सही प्रबंधन और उपयोग करना अधिक महत्वपूर्ण है। लेखक ने ताजमहल, चीन की दीवार, पनामा नहर जैसे महान् निर्माणों का उदाहरण देते हुए बताया है कि ये केवल साधनों के ढेर नहीं हैं। इनके पीछे कुशल योजनाकारों की कल्पना, एकाग्रता और प्रबंधन क्षमता (सुसंचालन की विद्या) थी। इसी वर्चस्व और संकल्प शक्ति ने इन साधनों को सुव्यवस्थित करके इन आश्चर्यजनक संरचनाओं को साकार किया। बिना सुसंचालन के ये साधन बिखर जाते और कुछ भी निर्मित न हो पाता।

2. प्रश्न: लेखक का यह कहना क्यों है कि "ईश्वर ने भले ही सृष्टि को बनाया हो, पर ईश्वर जिस भी रूप में आज लोकमानस में स्थान पा सका है, वह मनुष्य की ही प्रतिष्ठापना है"?

उत्तर: लेखक यह कहकर मनुष्य की चेतना और संकल्पशक्ति की सर्वोच्चता को स्थापित कर रहे हैं। उनका तर्क है कि ईश्वर का वर्तमान स्वरूप (उनकी मूर्तियाँ, कथाएँ, गुण) किसने जाना या परिभाषित किया? इसका उत्तर है—मनुष्य ने। मनुष्य ने ही अपनी भाषा, कल्पना और तर्क से ईश्वर की अवधारणा को गढ़ा और समाज में स्थापित किया। इस दृष्टि से मनुष्य अपनी चेतना शक्ति के कारण स्रष्टा का भी स्रष्टा बन जाता है, जो उसकी संकल्पशक्ति की महानता को दर्शाता है।

3. प्रश्न: अध्याय के अंत में लेखक ने प्रतिभा परिष्कार को सर्वोच्च प्राथमिकता देने की आवश्यकता क्यों बताई है? आज के युग में इसकी क्या महत्ता है?

उत्तर: लेखक ने इसे सर्वोच्च प्राथमिकता देने की बात इसलिए कही है क्योंकि वर्तमान युग की बड़ी समस्याओं (जैसे नरक जैसे दुर्गन्धित कचरे) को हटाने और एक नए युग का सृजन करने के लिए प्रचण्ड प्रतिभा सम्पन्न महामानवों की आवश्यकता है। आज के युग में, जब समाज में दरिद्रता, अस्वस्थता, अशिक्षा और नैतिक पतन जैसी चुनौतियाँ हैं, तब केवल सामान्य प्रयासों से काम नहीं चलेगा। इन समस्याओं से जूझने और एक बेहतर समाज का निर्माण करने के लिए ऐसे जुझारू और सृजनशील व्यक्तियों की जरूरत है जिनका आत्मविश्वास और संकल्पशक्ति असाधारण हो। इसीलिए प्रतिभा परिष्कार की सांगोपांग व्यवस्था को सर्वोच्च प्राथमिकता देना आवश्यक है।

कठिनतम स्तर के प्रश्न

1. **प्रश्न:** अध्याय में "संकल्पशक्ति" को इस विश्व की सबसे बड़ी शक्ति क्यों कहा गया है? यह जड़ पदार्थों से लेकर प्राणियों के विकास और मानवीय सफलताओं तक कैसे काम करती है?

उत्तर: संकल्पशक्ति को विश्व की सबसे बड़ी शक्ति इसलिए कहा गया है क्योंकि यही वह मूल ऊर्जा है जो हर स्तर पर विकास और निर्माण को संभव बनाती है।

◦ **जड़ पदार्थों पर:** विज्ञानियों के अनुसार, प्राणी की प्रचण्ड इच्छाशक्ति जड़ पदार्थों पर भी काम करती है और प्रतिकूलताओं को अनुकूलता में बदल सकती है।

◦ **प्राणियों के विकास में:** सृष्टि के आरंभ में अमीबा जैसे एककोशीय जीव ने अपनी प्रचण्ड इच्छाशक्ति के बल पर ही विकास किया और जटिल काय-कलेवर धारण किए।

◦ **मानवीय सफलताओं में:** इतिहास के सभी महान आविष्कार (अग्नि, पहिया), सामाजिक संरचनाएँ (धर्म, समाज), और वैज्ञानिक उपलब्धियाँ मनुष्य की संकल्पशक्ति का ही परिणाम हैं। इसी शक्ति के कारण मनुष्य महान् बनता है और देवोपम स्तर तक पहुँचता है, और इसी की कमी से वह क्षुब्ध रह जाता है। यह शक्ति चिनगारी से दावानल का रूप धारण कर सकती है और उत्थान-पतन दोनों का कारण बन सकती है।

2. **प्रश्न:** "अपने आपके आत्मगौरव को—ओजस्, तेजस् और वर्चस् को ही भुला जाए... यदि उसे अपने जीवट पर विश्वास हुआ होता, तो कठिन-से-कठिन विघ्न-बाधाओं को चुनौती देते हुए अब तक न जाने कहाँ-से-कहाँ पहुँच गया होता।" इस कथन में निहित "आत्मविस्मृति" की समस्या का विश्लेषण करें और बताएं कि कैसे "जीवट पर विश्वास" इस स्थिति को बदल सकता है?

उत्तर: इस कथन में निहित "आत्मविस्मृति" की समस्या मनुष्य द्वारा अपनी आंतरिक शक्तियों—ओजस् (शारीरिक ऊर्जा), तेजस् (मानसिक ऊर्जा), और वर्चस् (आत्मिक ऊर्जा)—को पूरी तरह भुला देना है। यह एक प्रकार का सम्मोहन है जिसमें व्यक्ति खुद को दीन, दुर्बल, असहाय और अभागा मानने लगता है। यह सोच उसे निष्क्रिय और हताश बना देती है, जिससे वह अपनी क्षमताओं का उपयोग ही नहीं कर पाता। "जीवट पर

विश्वास" इस स्थिति को पूरी तरह बदल सकता है। जीवट का अर्थ है आंतरिक प्राण-शक्ति या मनोबल। जब व्यक्ति इस जीवट पर विश्वास करता है, तो वह अपनी हीनता की भावना से बाहर निकलकर अपनी छिपी हुई शक्तियों को पहचानता है। यह विश्वास उसे प्रचंड आत्मविश्वास देता है, जिससे वह कठिन-से-कठिन बाधाओं को चुनौती देने का साहस करता है। जैसा कि साइबेरिया के कैदियों और विंस्टन चर्चिल के उदाहरणों से स्पष्ट है, जब जीवट पर विश्वास होता है, तो असंभव लगने वाले लक्ष्य भी प्राप्त किए जा सकते हैं और व्यक्ति पतन के गर्त से निकलकर सफलता के शिखर तक पहुँच सकता है।

अध्याय 7: प्रतिभा बनाम तेजस्विता बनाम तपश्चर्या

सरल स्तर के प्रश्न

1. प्रश्न: लेखक के अनुसार मनुष्य अन्य जीवधारियों से किस प्रकार भिन्न है?

उत्तर: मनुष्य अपनी अद्भुत शारीरिक संरचना के कारण कला-कौशल में चमत्कार दिखा सकता है और अपने बुद्धि संस्थान के कारण प्रकृति के रहस्य खोल सकता है तथा देवी-देवताओं की सृष्टि भी कर सकता है।

2. प्रश्न: शास्त्रकारों और दार्शनिकों ने मनुष्य को क्या कहा है?

उत्तर: दार्शनिकों ने मनुष्य को "भटका हुआ देवता" कहा है और शास्त्रकार कहते हैं कि मनुष्य से श्रेष्ठ इस संसार में कुछ भी नहीं है।

3. प्रश्न: लेखक के अनुसार मनुष्य के भटकाव का पहला सोपान क्या है?

उत्तर: भटकाव का पहला सोपान है अपनी सत्ता, महिमा, गरिमा और क्षमता के बारे में पूरी तरह भूल जाना और खुद को पशुस्तर का प्राणी समझने लगना।

4. प्रश्न: प्रतिभा को प्रकट होने से कौन-से लालसा-जन्य महत्वाकांक्षाओं में कटौती करनी चाहिए और औसत नागरिक स्तर का जीवन अपनाना चाहिए, ताकि समय, श्रम और साधन बच सकें।

5. प्रश्न: "परमार्थ ही परम स्वार्थ है" - इसका क्या अर्थ है?

उत्तर: इसका अर्थ है कि परमार्थ या लोक-कल्याण के कार्यों में अपनी क्षमता लगाने से जो लाभ लौटकर मिलता है, वह व्यक्तिगत लाभ से कहीं अधिक होता है। यही महामानवों की नीति होती है।

6. प्रश्न: प्रतिभा की परिभाषा क्या है और यह किस पर आधारित होती-लीनता और परमार्थपरायणता मिलकर ही तपश्चर्या बनती हैं**।

कठिन स्तर के प्रश्न

1. प्रश्न: लेखक ने क्यों कहा है कि आज की धर्मचर्चा "खोखली" है? धर्म का वास्तविक मंतव्य क्या है?

उत्तर: लेखक ने इसे खोखला इसलिए कहा है क्योंकि लोग केवल पूजा-पाठ, तीर्थ-पर्यटन और भजन-प्रदर्शन जैसे बाहरी कर्मकाण्डों में उलझे रहते हैं और खुद को धर्मध्वजी मान लेते हैं। धर्म का वास्तविक मंतव्य इन

कर्मकाण्डों के माध्यम से अपने चिन्तन और व्यवहार में अधिकाधिक शालीनता का समावेश करना है। जिन्हें धर्म में सच्ची रुचि है, उनका जीवन देवोपम स्तर का होना चाहिए और उनके भीतर-बाहर प्रामाणिकता व प्रखरता होनी चाहिए।

2. प्रश्न: गाँधीजी का उदाहरण देकर लेखक ने "तेजस्" की शक्ति को कैसे समझाया है?

उत्तर: लेखक बताते हैं कि गाँधीजी शारीरिक रूप से दुबले-पतले (92 पौंड वजन), कम कद के और कुरूप थे, लेकिन उनका तेजस् या मनोबल इतना प्रचंड था कि आम जनता से लेकर देश के बड़े-बड़े नेता तक उनका आदेश मानते थे। यहाँ तक कि विशाल ब्रिटिश साम्राज्य के शासक भी उनसे प्रभावित होकर भारत छोड़कर चले गए। यह उदाहरण सिद्ध करता है कि तेजस् बाहरी रूप-रंग पर नहीं, बल्कि आंतरिक मनोबल और ऊर्जा पर निर्भर करता है।

3. प्रश्न: "संयम योग" क्या है? प्रतिभा परिष्कार के लिए यह क्यों आवश्यक है?

उत्तर: लेखक के अनुसार, शरीर और मन दोनों को ही शालीनता अपनाने का अभ्यस्त बनाना ही "संयम योग" है। यह प्रतिभा परिष्कार के लिए आवश्यक है क्योंकि जब तक व्यक्ति का आचरण उद्धत या असंयमित है, वह पुण्य-परमार्थ नहीं कर सकता। जैसे कीचड़ से कीचड़ नहीं धोया जा सकता, वैसे ही असंयमित व्यक्ति उत्कृष्टता प्राप्त नहीं कर सकता। संयम के द्वारा ही व्यक्ति परमार्थ करने का अधिकारी बनता है, और इसी से तपश्चर्या और प्रतिभा की ऊर्जा प्रकट होती है।

कठिनतम स्तर के प्रश्न

1. प्रश्न: "मनुष्य स्रष्टा का भी स्रष्टा है।" इस विरो भी एक तरह से स्रष्टा बन जाता है। यह कथन मनुष्य की चेतना और संकल्पशक्ति की सर्वोच्चता को स्थापित करता है और दिखाता है कि वह अपनी क्षमताओं से महानतम स्तर तक पहुँच सकता है।

2. प्रश्न: अध्याय के अनुसार, प्रतिभा को जगाने के लिए कौन-से दो प्रमुख अवरोध हटाने अनिवार्य हैं? यह प्रक्रिया कैसे काम करती है?

उत्तर: प्रतिभा को जगाने के लिए दो प्रमुख अवरोधों को हटाना अनिवार्य है:

1. संकीर्ण स्वार्थपरता: जब तक व्यक्ति लोभ, मोह और अहंकार में फँसा रहता है, वह उत्कृष्ट आदर्शों को अपना ही नहीं सकता। उसकी नाव स्वार्थ के खूँटे से बँधी रहती है और आगे नहीं बढ़ पाती।

2. अवांछनीय महत्वाकांक्षाएँ: धनवान बनने और विलासितापूर्ण जीवन जीने की तृष्णा और वासना व्यक्ति के सारे संसाधन (समय, श्रम, कौशल) खा जाती है, जिससे परमार्थ के लिए कुछ बचता ही नहीं। यह प्रक्रिया इस तरह काम करती है कि जब व्यक्ति 'सादा जीवन उच्च विचार' अपनाकर इन अवरोधों को हटाता है, तो उसके पास समय, श्रम और साधन बचने लगते हैं। इन बचे हुए संसाधनों को वह परमार्थ में लगाता है। **संयम**

(निजी जीवन) और परमार्थ (सामाजिक जीवन) मिलकर तपश्चर्या बनते हैं, और इसी तपश्चर्या से तेजस् या प्रतिभा की ऊर्जा प्रकट होती है।

अध्याय 8: प्रतिभा सम्बर्धन हेतु निर्धारित विज्ञानसम्मत प्रयोग-उपचार

सरल स्तर के प्रश्न

1. प्रश्न: लेखक के अनुसार, प्रतिभा से क्या आशय लिया जाना चाहिए?

उत्तर: प्रतिभा का आशय सदैव आदर्शोन्मुख बुद्धि व भावना के समन्वित विकास से लिया जाना चाहिए।

2. प्रश्न: "स्वसंकेत (ऑटोसजेशन)" क्या है?

उत्तर: यह एक प्रक्रिया है जिसमें व्यक्ति शांत वातावरण में एकाग्र मन से अपने सम्बन्ध में विधेयात्मक चिन्तन और भावना करता है कि उसकी क्षमताएँ बढ़ रही हैं, जिससे वह वैसा ही बन जाता है।

3. प्रश्न: "दर्पण साधना" का मूल उद्देश्य क्या है?

उत्तर: यह मूल रूप से आत्मावलोकन और आत्मपरिष्कार की साधना है। इसमें दर्पण के सामने बैठकर अपने भीतरी और बाहरी स्वरूप में सकारात्मक परिवर्तन की भावना की जाती है।

4. प्रश्न: "नाद योग" क्या है?

उत्तर: यह वाद्य यंत्रों की ध्वनि लहरियों को कोलाहल रहित स्थान में सुनने का अभ्यास है, जो चेतना के ऊर्जा केन्द्रों को जगाकर प्रतिभा परिवर्धन में सहायक होता है।

5. प्रश्न: "प्रायश्चित" क्यों आवश्यक है?

उत्तर: क्योंकि व्यभिचार और छल जैसे दुष्कर्मों से प्राणशक्ति क्षीण होती है और प्रतिभा घट जाती है। प्रायश्चित धुलाई की मनोवैज्ञानिक आवश्यकता पूरी करता है और इस भार को उतारने में सहायक होता है।

6. प्रश्न: प्रतिभा बढ़ाने के लिए कौन-से प्राणायाम बताए गए हैं?

उत्तर: प्राणाकर्षण प्राणायाम और सूर्य वेधन प्राणायाम।

7. प्रश्न: "प्राणवानों का सान्निध्य" उपचार कैसे काम करता है?

उत्तर: इसमें किसी वरिष्ठ या प्राण चेतना सम्पन्न व्यक्ति के निकट रहने या भावनात्मक एकता बनाने का ध्यान किया जाता है, जिससे उनकी ऊर्जा का लाभ मिल सके, जैसे माँ के स्तनपान से बालक को मिलता है।

कठिन स्तर के प्रश्न

1. प्रश्न: स्वसंकेत (ऑटोसजेशन) की प्रक्रिया वैज्ञानिक रूप से कैसे काम करती है? "थिंक एण्ड ग्रो रिच" का सिद्धांत इससे कैसे जुड़ा है?

उत्तर: स्वसंकेत की प्रक्रिया इस मान्यता पर आधारित है कि "जो जैसा सोचता है, वह वैसा ही बन जाता है"।

मनोवैज्ञानिकों के अनुसार, मनुष्य के मस्तिष्क के चारों ओर एक 'आयडियोस्फीयर' (विचारमंडल) होता है। जब हम विधेयात्मक (Positive) सोचते हैं, तो यह विचारमंडल श्रेष्ठ बनता है, जिससे प्रभावशाली विद्युत प्रवाह जन्म लेता है और व्यक्ति का आभामण्डल एक सशक्त चुम्बक में बदल जाता है। "थिंक एण्ड ग्रो रिच" का सिद्धांत भी यही कहता है कि आप सोचकर (विधेयात्मक) समृद्ध बन सकते हैं। गाँधीजी का उदाहरण देकर समझाया गया है कि उन्होंने हरिश्चन्द्र नाटक देखकर सत्य के प्रयोग का संकेत स्वयं को दिया और महान बन गए।

2. प्रश्न: "प्राणाकर्षण प्राणायाम" का अभ्यास किस विश्वास पर आधारित है और इससे शरीर पर क्या प्रभाव पड़ता है?

उत्तर: यह अभ्यास इस विश्वास पर आधारित है कि पूरे ब्रह्माण्ड में प्राणतत्त्व भरा हुआ है। प्राणायाम के माध्यम से हम सामान्य से अधिक मात्रा में इस महाप्राण को खींच सकते हैं। जब हम साँस के साथ प्रखर प्राण को शरीर में खींचने की भावना करते हैं और साँस छोड़ते समय अवांछनीयताओं को बाहर निकालने का विश्वास करते हैं, तो शरीर में प्राण धारण की क्षमता बढ़ती है। इससे रक्त में से दूषित तत्त्व निकलते हैं और ऑक्सीजन का अनुपात बढ़ता है, जो निरोगता और प्रतिभाशीलता का चिह्न है।

3. प्रश्न: अंकुरों के कल्क और वनौषधियों का सेवन प्रतिभा सम्वर्धन में कैसे सहायक है? इस प्रक्रिया में क्या सावधानी बरतनी चाहिए?

उत्तर: अन्न धान्यों और जड़ी-बूटियों में जब वे अंकुरित होते हैं, तब विशेष गुण होते हैं जो तेजस्, मेधा और जीवनी शक्ति को बढ़ाते हैं। इनका कल्क (पेस्ट) बनाकर सुबह खाली पेट लेने से ये एक टॉनिक की तरह काम करते हैं। इस प्रक्रिया में यह सावधानी बरतनी चाहिए कि अपनी आवश्यकता के अनुकूल सही अंकुर या वनौषधि का निर्धारण किसी विशेषज्ञ द्वारा ही किया जाए।

कठिनतम स्तर के प्रश्न

1. प्रश्न: अध्याय में बताए गए दस उपचारों में क्या कोई सामान्य सूत्र या सिद्धांत काम कर रहा है? यदि हाँ, तो वह क्या है?

उत्तर: हाँ, इन सभी दस उपचारों के पीछे एक सामान्य सिद्धांत काम कर रहा है। यह सिद्धांत है—चेतना और भावना के माध्यम से शरीर और मन की आंतरिक ऊर्जा (प्राणशक्ति) को जाग्रत और सुनियोजित करना।

◦ **स्वसंकेत, दर्पण साधना, रंगीन ध्यान:** ये सीधे तौर पर मन और भावना की शक्ति का उपयोग करके आंतरिक स्थिति को बदलते हैं।

◦ **प्राणायाम और सूर्य वेधन:** ये श्वास और भावना के समन्वय से ब्रह्मांडीय प्राण ऊर्जा को शरीर में खींचकर उसे सशक्त बनाते हैं।

◦ **चुम्बक स्पर्श, नाद योग, प्राणवानों का सान्निध्य:** ये बाहरी माध्यमों (चुम्बक, ध्वनि, ऊर्जावान व्यक्ति) का उपयोग करते हैं, लेकिन इनका प्रभाव भी आंतरिक ऊर्जा केन्द्रों को उत्तेजित करना ही है।

◦ **प्रायश्चित और औषधि सेवन:** ये शरीर और मन की शुद्धि (अवरोधों को हटाना) और पोषण पर केन्द्रित हैं, ताकि आंतरिक प्रतिभा स्वाभाविक रूप से प्रकट हो सके। इस प्रकार, सभी उपचारों का लक्ष्य एक ही है—बाहरी कर्मकांड के साथ-साथ गहरी भावना और विश्वास के द्वारा अपनी ही सोई हुई प्राण-चेतना को जगाकर प्रतिभा का विकास करना।

2. प्रश्न: लेखक ने प्रतिभा परिष्कार के इन अभ्यासों को "विज्ञानसम्मत" क्यों कहा है? उदाहरण सहित समझाएँ कि यह पारंपरिक मान्यताओं और आधुनिक विज्ञान के बीच एक सेतु कैसे बनाते हैं।

उत्तर: लेखक ने इन्हें "विज्ञानसम्मत" इसलिए कहा है क्योंकि वे इन्हें केवल अंधविश्वास या कर्मकाण्ड नहीं मानते, बल्कि इनके पीछे काम करने वाले तार्किक और मनोवैज्ञानिक सिद्धांतों की भी व्याख्या करते हैं। यह पारंपरिक और आधुनिक विज्ञान के बीच सेतु बनाते हैं:

◦ **उदाहरण 1 (स्वसंकेत):** पारंपरिक रूप से इसे मंत्र या संकल्प कहा जाता था। लेखक इसे आधुनिक मनोविज्ञान के 'ऑटोसजेशन', 'आयडियोस्फीयर' और 'पॉजिटिव थिंकिंग' जैसे सिद्धांतों से जोड़ते हैं। वे बताते हैं कि कैसे विचारों से शरीर में 'विद्युत प्रवाह' पैदा होता है, जिसे G.S.R. बायोफीडबैक जैसी मशीनों से मापा भी जा सकता है।

◦ **उदाहरण 2 (प्राणायाम):** पारंपरिक रूप से यह एक आध्यात्मिक क्रिया है। लेखक इसे वैज्ञानिक दृष्टि से समझाते हुए कहते हैं कि इससे रक्त में ऑक्सीजन का अनुपात बढ़ता है और दूषित तत्त्व बाहर निकलते हैं, जिसे शोध संस्थान में जाँचा जा सकता है। वे प्राण को "निगेटिव आयंस" के रूप में भी परिभाषित करते हैं।

◦ **उदाहरण 3 (रंगों का ध्यान):** पारंपरिक रूप से इसे चक्रों का ध्यान कहा जाता है। लेखक इसे क्रोमोपैथी (रंग चिकित्सा) के वैज्ञानिक सिद्धांत से जोड़ते हैं, जिसके अनुसार हर रंग में सूर्य किरणों के विशेष रसायन और विद्युत प्रवाह होते हैं जो शरीर और मस्तिष्क पर प्रभाव डालते हैं। इस प्रकार, लेखक प्राचीन यौगिक क्रियाओं को आधुनिक वैज्ञानिक शब्दावली और प्रमाणों के साथ प्रस्तुत करते हैं, जिससे वे दोनों के बीच एक सार्थक सेतु का निर्माण करते हैं।

पुस्तक में दी गई परिभाषाएँ

- **प्रतिभा (Talent/Genius)** - प्रतिभा वे सम्पदाएँ हैं जिनसे व्यक्ति न केवल भरपूर श्रेय अर्जित करते हैं, बल्कि अपने क्षेत्र, समुदाय और देश की कठिन उलझनों को सुलझाने में भी सफल होते हैं। इसे आन्तरिक ऊर्जा या जीवट का सुनियोजित रूप भी कहा गया है जो व्यक्ति के भीतर प्रकट होता है। प्रतिभा तेजस्विता को कहते हैं, जो चेहरे की चमक या चतुरता नहीं, बल्कि मनोबल पर आधारित ऊर्जा है। प्रतिभा का अभाव व्यक्ति का आन्तरिक रूप से खोखला होना है।
- **अदृश्य ऊर्जा (Invisible Energy)** - शरीर में जीवन का संचालन करने वाली और विभिन्न हलचलों की अधिष्ठात्री शक्ति, जिसे जीवनी शक्ति, चेतना या प्राण विद्युत आदि नामों से जाना जाता है।
- **योगविद्या (Yogvidya/Science of Yoga)** - यह एक उच्चकोटि की विज्ञान-सम्मत विद्या है जो दो तथ्यों पर आधारित है: तपश्चर्या और योगसाधना। इसका उद्देश्य व्यक्तित्व में सन्निहित प्रत्यक्ष और अप्रत्यक्ष क्षमताओं का विकास करना है, जिससे शरीर ओजस्वी, मन तेजस्वी और अन्तःकरण ब्रह्मवर्चस् से भर जाता है।
- **तपश्चर्या (Austerity/Penance)** - इसका सामान्य अर्थ है संयम अपनाना, अनुशासित रहना और लक्ष्य प्राप्ति के लिए कष्टसाध्य परिस्थितियों का सामना करने के लिए खुद को अभ्यस्त बनाना। तपश्चर्या का उद्देश्य व्यक्तित्व में प्रामाणिकता, प्रखरता और शालीनता का ऐसा समावेश करना है जो दबावों में भी डगमगाए नहीं। यह शरीर प्रधान होती है। शालीनता और परमार्थपरायणता मिलकर ही तपश्चर्या बनती है।
- **योगसाधना (Yogic Practice)** - यह मन को अवांछनीयताओं से मुक्ति दिलाकर आत्म-विस्तार की परिधि में प्रवेश कराने की प्रक्रिया है। इसे सरल रूप में अपने कार्यक्षेत्र, स्वभाव, और दृष्टिकोण को सुनियोजित बनाना कहा जा सकता है।
- **योगाभ्यास (Yogic Exercise)** - यह वस्तुतः मनोबल को उभारने और सोई हुई प्राणाग्नि को प्रज्वलित करने की प्रक्रिया मात्र है।
- **चेतना विज्ञान (Science of Consciousness)** - भारत का एक पुरातन विज्ञान, जिसे योगसाधना, तपश्चर्या आदि के नाम से जाना जाता है।
- **गवर्नर (Governor)** - इस शब्द का सीधा अर्थ 'प्रबन्धक' है।
- **सफलता (Success)** - यह एक ऐसी प्रक्रिया है जिसमें सृजनशील शिल्पी अपनी मेधा से योजना बनाते हैं, ढाँचा खड़ा करते हैं, और फिर सपनों को साकार करने में स्वयं को पूरी तरह लगा देते हैं।
- **संकल्पशक्ति (Willpower)** - यह वह शक्ति है जो प्राणियों और पदार्थों में विद्यमान रहकर अपनी अद्भुत शक्ति का परिचय देती है। इसी की कमी या अधिकता से मनुष्य क्षुद्र और महान बनता है।
- **तेजस् (Tejas/Splendor)** - यह निजी जीवन में संयम-साधना और सामाजिक जीवन में परमार्थपरायणता

के फलस्वरूप उत्पन्न होने वाली तपश्चर्या की उपलब्धि है।

- **संयम योग (Sanyam Yoga/Yoga of Control)** - शरीर और मन दोनों को ही शालीनता अपनाने का अभ्यस्त बनाना ही संयम योग है।
- **स्वसंकेत (Autosuggestion)** - यह एक प्रक्रिया है जिसमें व्यक्ति शांत वातावरण में एकाग्र मन से अपने सम्बन्ध में विधेयात्मक चिन्तन और भावना करता है, जिससे वह वैसा ही बन जाता है।
- **दर्पण साधना (Mirror Meditation)** - यह मूल रूप से आत्मावलोकन और आत्मपरिष्कार की साधना है, जिसमें दर्पण के सामने बैठकर अपने भीतरी और बाहरी स्वरूप में सकारात्मक परिवर्तन की भावना की जाती है।
- **नाद योग (Naad Yoga/Yoga of Sound)** - यह वाद्य यंत्रों की ध्वनि लहरियों को कोलाहल रहित स्थान में सुनने का अभ्यास है, जो प्रतिभा परिवर्धन में सहायक होता है।
- **प्रायश्चित (Atonement)** - व्यभिचार, छल जैसे दुष्कर्मों से क्षीण हुई प्राणशक्ति को पुनः प्राप्त करने के लिए किया जाने वाला कर्म, जिसमें दुष्कर्मों की भरपाई करने वाले सत्कर्म या व्रत-उपवास शामिल होते हैं। यह धुलाई की मनोवैज्ञानिक आवश्यकता पूरी करता है।