

क्यों करना चाहिए नित्यकर्म ?

सेकंड, मिनट, घंटा, दिन, रात सप्ताह, पक्ष, मास, अयन एवं वर्ष—इस तरह कालचक्र सतत हमारे इर्द—गिर्द घूमते रहते हैं । यदि हम इन चक्रों में से कुछ निश्चित पलों में कार्य करने की प्रथा रखें तो कुछ प्रदिक्षणाएं पूर्ण होते ही वह क्रिया अधिकाधिक प्रभावी सिद्ध होती हैं । प्रचीन काल में सभी चक्रों का गहरा अध्ययन करने के बाद आन्हिक की रचना की गई । हर चक्र का स्वामित्व विशिष्ट शक्ति के पास है । ये शक्तियां देवताओं के रूप में कार्यान्वित रहती हैं ।

यदि हम किसी मूर्ति का प्रतिदिन नियमपूर्वक निश्चित समय पर दर्शन करते रहें तों कुछ समयोपरांत मूर्ति में स्थित देवत्व हमारे प्रति अति संवेदनशील हो जाता है । यदि ऐसे समय हम अपनी मनोकामना उस देवता के सम्मुख प्रकट करें तो वह हमारी प्रगति एवं विकास के मार्ग प्रशस्त करता है । ऐसे साधक की इच्छा शक्ति अधिकाधिक तीव्र हो जाती है जो मनोकामनापूर्ति के चमत्कारी अनुभव उसे प्राप्त कराने लगती है ।

निश्चित पल में निश्चित क्रिया करने वाले व्यक्ति को आगे चलकर घड़ी देखने की जरूरत नहीं रहती । इसका कारण यह है कि उन—उन क्षणों में उसके शरीर की हलचलें विशेष प्रकार से होती हैं । कुछ दिनों बाद इन हलचलों का रूपांतर क्रिया में सहज रूप से होने लगता है । जब आदत स्थायी हो जाती है तब उसका प्रवाह बड़े मस्तिष्क से छोटे मस्तिष्क की ओर हो जाता है । ऐसे प्रयत्नों से दैनिक क्रियाओं का रूपान्तरण धीरे—धीरे यांत्रिक रूप में होता है । आन्हिक की ध्यान—धारणादि क्रियाओं में केवल यांत्रिकता ही नहीं है । सच्चे अर्थों में मनन, चिंतन, चित्त की एकाग्रता ओंकार श्रवण तथा सोऽहं जप आदि क्रियाएं मात्र छोटे—बड़े मस्तिष्क में ही नहीं अपितु शरीर की सभी पेशियों में परिवर्तन करती हैं ।

इसीलिए निश्चित समय पर आन्हिक करने वाला साधक रोगी होते नहीं देखा गया । कारण स्पष्ट है— पेशियों में उर्जा के जागरण के फलस्वरूप रोगाणु अपना प्रभाव डालने में निष्क्रिय हो जाते हैं । अनियमित रूप से आन्हिक करने वाले साधक को आन्हिक के मंत्र एवं क्रियाओं का लाभ मिल सकता है । परंतु शरीर को उत्साह एवं चैतन्य देने वाली उर्जा का लाभ उसे अधिक प्रमाण में नहीं प्राप्त हो सकेगा । जिस तरह नियमितता के कारण सब कुछ ठीक चलता है, उसी तरह आन्हिक करने वाले साधक के जीवन में क्रमबद्धता आ जाती है । वह प्रगति, विकास एवं आत्मोन्नति के मार्ग पर तीव्र गति से भागने लगता है ।