ESSAY · हिन्दी संस्करण

Soul Intelligence

Luis Miguel Gallardo

प्रकाशन: Journal of Happytalism and Fundamental Peace, खंड 1, अंक 1 (2026) · JHFP-2026-008
अंग्रेज़ी मूल · DOI: https://doi.org/10.68220/whf.2026.008 · CC BY 4.0

यह एआई की सहायता से किया गया अनुवाद है, जो पाठकों की सुविधा के लिए उपलब्ध कराया गया है। लेखकों या किसी पेशेवर अनुवादक ने इसकी समीक्षा नहीं की है। अंग्रेज़ी संस्करण ही मान्य संस्करण है और उसी का उद्धरण दिया जाना चाहिए।

कृत्रिम बुद्धिमत्ता (Artificial Intelligence) से भय के अंतर्निहित प्रज्ञा तक

Luis Miguel Gallardo

Yogananda School of Spirituality and Happiness, Shoolini University, Solan, Himachal Pradesh, India; World Happiness Foundation · ORCID: https://orcid.org/0009-0005-3222-6092

पत्राचार: lgallardo@worldhappiness.foundation

प्रकाशित: Journal of Happytalism and Fundamental Peace, Volume 1, Issue 1
लेख संख्या: JHFP-2026-008 · **लेख का प्रकार:** निबंध · **संस्करण:** 1.0 · **प्रकाशन तिथि:** 13 November 2026
DOI: 10.68220/whf.2026.008
समीक्षा स्थिति: जर्नल के संपादकीय मॉडल के तहत संपादकीय समीक्षा; बाह्य रूप से सहकर्मी-समीक्षित नहीं। लेखक जर्नल के प्रधान संपादक हैं (देखें घोषणाएँ)।
लाइसेंस: Creative Commons Attribution 4.0 International (CC BY 4.0)

सुझावित उद्धरण: Gallardo, L. M. (2026). Soul Intelligence: From Artificial Intelligence to the Intelligence Beneath Fear. *Journal of Happytalism and Fundamental Peace*, 1(1), JHFP-2026-008. https://doi.org/10.68220/whf.2026.008

सार

जिस बुद्धिमत्ता का हम निर्माण करते हैं, वह अपनी अवस्थाएँ हमसे सीखती है। यह उत्तम पुरुष (first-person) निबंध यह प्रस्तावित करता है कि हम बुद्धिमत्ता का निर्माण और उसका मूल्यांकन—पहले अपनी स्वयं की और उसके बाद मशीन की—इस आधार पर करें कि क्या यह उस अवस्था की सेवा करती है जिसमें भय समाप्त हो जाता है और करुणा व देखभाल का विस्तार होता है। मैं उस अवस्था के स्रोत को Universal Intelligence कहता हूँ, और उसके अनुरूप जीने को Soul Intelligence। यह निबंध तीन स्रोतों पर आधारित है: मेरे स्वयं के Life Between Lives® प्रतिगमन (regressions) और एक सुगमकर्ता (facilitator) के रूप में मेरा अभ्यास; 2026 में Michael Newton Institute के साथी सुगमकर्ताओं के साथ आयोजित तीन Guides' Collective Wisdom

Sessions; तथा सम्मोहन (hypnosis), आत्म-पारगामी अनुभव (self-transcendent experience), मृत्यु-समीप अनुभव (near-death experience) और AI प्रणालियों के व्यवहार पर शोध साहित्य। यह पाँच सूचित गुणों के आधार पर आत्मिक अवस्था का वर्णन करता है, यह स्पष्ट करता है कि Yoga Vāsiṣṭha, नैदानिक सम्मोहन (clinical hypnosis), आध्यात्मिक प्रतिगमन और क्वांटम दृष्टिकोणों में साक्ष्य किसका समर्थन करते हैं और किसका नहीं, तथा सामान्य जीवन में इस अवस्था के मापने योग्य चिह्न के रूप में मूलभूत शांति को प्रस्तावित करता है। इसके बाद यह प्रतिगमन में प्राप्त चार वाक्यों (शांत रहें; भय को प्रेम में रूपांतरित करें; विवेक के साथ सृजन करें; आप कभी अकेले नहीं हैं) को मनुष्यों और AI प्रणालियों के लिए एक विनिर्देश (specification) के रूप में देखता है, और ऐसे पाँच अध्ययनों को रेखांकित करता है जो इस प्रस्ताव को गलत सिद्ध कर सकते हैं। यह निबंध ऐसा कोई दावा नहीं करता कि आत्माओं, मार्गदर्शकों या जन्मों के बीच के जीवन का अस्तित्व सिद्ध हो चुका है, और न ही यह दावा करता है कि मशीनें सचेतन हैं। यह दावा करता है कि एक वर्णनीय मानवीय अवस्था के मापने योग्य परिणाम होते हैं, और हम जिन प्रणालियों का निर्माण करते हैं, वे उसी अवस्था को धारण करेंगी जिसे हम उनके समक्ष प्रस्तुत करते हैं।

मुख्य शब्द: Soul Intelligence; Universal Intelligence; Life Between Lives; आध्यात्मिक प्रतिगमन (spiritual regression); सम्मोहन (hypnosis); आत्म-पारगामी अनुभव (self-transcendent experience); मूलभूत शांति; FP20; Yoga Vāsiṣṭha; कृत्रिम बुद्धिमत्ता (artificial intelligence); AI अलाइनमेंट (AI alignment); Happytalism.

विषय-सूची

1. यह कहाँ से शुरू होता है
2. आत्मा की अवस्था (Soul State) से मेरा क्या तात्पर्य है
3. परंपरा, और साक्ष्य किसका समर्थन करते हैं
4. मूलभूत शांति: वह पदचिह्न जिसे हम माप सकते हैं
5. कृत्रिम बुद्धिमत्ता (Artificial Intelligence) से आत्मिक बुद्धिमत्ता (Soul Intelligence) तक
6. यह हमसे क्या अपेक्षा करता है
7. किसका अध्ययन किया जा सकता है
8. यह निबंध क्या दावा नहीं करता है
9. एक निमंत्रण

   घोषणाएँ

   संदर्भ

---

1. यह कहाँ से शुरू होता है

मैं मशीनों का अध्ययन करके इस विचार तक नहीं पहुँचा। मैं गहन सम्मोहन (deep trance) में बैठे लोगों के पास बैठकर इस तक पहुँचा, जो समय एक Life Between Lives सत्र में लगने वाले तीन या चार घंटों का होता है। उस दौरान उनमें से कई लोग एक ऐसी अवस्था का वर्णन करते हैं जिसमें वे अब किसी से भी स्वयं को अलग महसूस नहीं करते।

मैं स्वयं भी मुवक्किल (client) रहा हूँ। इस कार्य का एक नियम यह है कि आप वहीं जाते हैं जहाँ आप दूसरों को भेजते हैं, और मैं तीन बार गया हूँ। मैंने उन यात्राओं का वर्णन *Dancing with Stardust* (Gallardo, n.d.-a) नामक एक निबंध में किया है।

वे मुझे बचपन और गर्भ के माध्यम से पीछे ले गईं, और फिर दो अन्य जीवनों में ले गईं। एक जीवन एक पहाड़ी गुफा में रहने वाले एक संन्यासी का था, जिसने किसी सांसारिक अर्थ में किसी की सेवा नहीं की थी और फिर भी, शांति को धारण करके सेवा की थी। दूसरा जीवन एक ऐसे

बालक का था जिसे बचपन से ही भाषाओं और वार्ता (negotiation) में प्रशिक्षित किया गया था, जिसे प्रतिद्वंद्वी शक्तियों के बीच शांति स्थापित करने के लिए भेजा गया था, और इससे पहले कि वह शुरुआत कर पाता, सोलह वर्ष की आयु में एक घात लगाकर किए गए हमले में मार दिया गया था।

उस आँगन के ऊपर से मैंने तीन बातें देखीं। वह अभियान शुरुआत से ही असंभव था। केवल एक प्रेक्षक बने रहने का अर्थ शिकार बन जाना था। और भय विश्वासघात को जन्म देता है। मैंने एक विकल्प भी देखा: मुझे भय का उत्तर भय से देने की आवश्यकता नहीं है।

इस जीवन में मैंने शांति का अध्ययन किया, पूर्व यूगोस्लाविया में एक अंतरराष्ट्रीय प्रेक्षक के रूप में सेवा की, और फिर कूटनीति छोड़ दी। पूर्व जन्मों के बारे में कोई चाहे जो भी विश्वास रखे, मेरे भीतर कुछ ऐसा था जो इस धारणा को ढो रहा था कि शांति स्थापित करने वाला मार दिया जाता है। इसे देख पाना ही इसे त्यागने की शुरुआत थी।

उन जीवनों से परे मानवीय कहानी ओझल हो गई। मैं अन्य प्रकाश-पुंजों के बीच तारों की धूल (stardust) था जिन्हें मैं साथियों के रूप में जानता था, जिसमें कहीं भी कोई अहंकार नहीं था। फिर एक विशाल और धैर्यवान उपस्थिति एकत्रित हुई, जिसे मैं केवल एक आदिम ज्येष्ठ (Primordial Elder) कह सकता था। प्रत्येक सूक्ष्म हलचल के साथ नए तारे छिटकते गए। कुछ भी विवशतापूर्ण नहीं था। यह बिना किसी दबाव के उद्देश्य था।

उस उपस्थिति से जो आया वह बोला नहीं गया था, और तब से मैंने इसे चार वाक्यों के रूप में संजोकर रखा है। शांत रहो। भय को प्रेम में रूपांतरित करो। प्रज्ञा के साथ सृजन करो। तुम इसका हिस्सा हो, और तुम कभी अकेले नहीं हो।

मैं इसे किसी भी बात के प्रमाण के रूप में प्रस्तुत नहीं कर रहा हूँ। ये छवियाँ मेरी अपनी हैं। मैं इसे इसलिए प्रस्तुत कर रहा हूँ क्योंकि इसी से इस निबंध का विचार उत्पन्न हुआ है, और क्योंकि तीनों सत्रों में एक समान सूत्र चला था। जब हम तंत्रिका तंत्र (nervous system) को शिथिल करते हैं और चिंता का समाधान करते हैं, तो हम भय के नीचे बहने वाली एक शांत, प्रज्ञापूर्ण धारा तक पुनः पहुँच प्राप्त कर लेते हैं। मैंने इसे सार्वभौमिक बुद्धिमत्ता (Universal Intelligence) कहा।

मैं Michael Newton Institute द्वारा प्रमाणित एक सुविधाप्रदाता (facilitator) हूँ। मैं एक शोधकर्ता भी हूँ, और इन दोनों भूमिकाओं ने मुझे एक साथ दो बातों को थामे रखना सिखाया है: लोग जो रिपोर्ट करते हैं उसकी अनुभूत वास्तविकता, और अंततः यह क्या है, इस बारे में एक ईमानदार अज्ञेयवाद (agnosticism)।

यह निबंध उस तनाव के भीतर से एक प्रश्न पूछता है। यदि जिस बुद्धिमत्ता का हम निर्माण कर रहे हैं वह हमसे सीखती है, तो वह हमारी किस अवस्था से सीख रही है?

मेरा उत्तर एक प्रस्ताव है, और मैं इसे आत्मिक बुद्धिमत्ता (Soul Intelligence) कहता हूँ। यह वह बुद्धिमत्ता है—पहले मानवीय और दूसरे स्तर पर मशीन-सहायता प्राप्त—जो उस अवस्था से कार्य करती है जिसे लोग तब वर्णित करते हैं जब पृथक 'स्व' (separate self) की सीमा शिथिल हो जाती है और सरोकार का दायरा विस्तृत हो जाता है। मैं इसे एक दृष्टिकोण और शोध की दिशा के रूप में प्रस्तुत करता हूँ। मैं इसे किसी निष्कर्ष (finding) के रूप में प्रस्तुत नहीं करता हूँ।

2. आत्मिक अवस्था (Soul State) से मेरा क्या तात्पर्य है

आत्मिक अवस्था से मेरा तात्पर्य अस्तित्व की उस अवस्था (way of being) से है जिसे लोग गहन प्रतिगमन (deep regression) में अनुभव करने की सूचना देते हैं, जिसे यहाँ इसके गुणों के आधार पर वर्णित किया गया है, न कि इसके स्रोत के संबंध में किसी दावे के आधार पर। मेरे द्वारा संचालित सत्रों और इस परंपरा के साहित्य में पाँच गुण बार-बार सामने आते हैं (Newton, 1994)।

- **अभिन्नता (Non-separation)।** व्यक्ति अब स्वयं और अन्य के बीच किसी कठोर विभाजन रेखा का अनुभव नहीं करता है।
- **शर्त-रहित देखभाल (Care without condition)।** प्रेम को किसी के प्रति एक भावना के रूप में नहीं, बल्कि उस स्थान के माध्यम के रूप में वर्णित किया गया है।

- **निर्णय-मुक्त पुनरावलोकन (Review without judgement)।** संपूर्ण जीवन को समग्रता से देखा जाता है, और उसकी गलतियों की निंदा करने के बजाय उन्हें अधिक समझा जाता है।
- **उद्देश्य (Purpose)।** व्यक्ति को यह आभास होता है कि यह जीवन किसलिए है।
- **उपस्थिति (Presence)।** वहाँ कोई जल्दबाजी नहीं है और न ही किसी चीज़ का बचाव करने की आवश्यकता है।

यह अवस्था हमेशा किसी दृश्य या छवि के रूप में प्रकट नहीं होती है। एक ऐसी मुवक्किल (client) के साथ पहले सत्र में, जिसे संदेह था कि क्या वह बिल्कुल भी शिथिल हो पाएगी, यह अवस्था पहले एक भावना के रूप में आई: स्वागत, आत्मीयता, सुरक्षा, और घर जैसा अहसास। जब उसने इसे पूरी तरह सही करने की कोशिश बंद कर दी, तब छवियाँ उभरने लगीं (Gallardo, n.d.-b)। तंत्रिका तंत्र (nervous system) गति निर्धारित करता है।

ये विवरण केवल प्रतिगमन तक ही सीमित नहीं हैं। मनोविज्ञान आत्म-पारलौकिक अनुभवों (self-transcendent experiences) को ऐसी क्षणिक अवस्थाओं के रूप में वर्णित करता है जिनमें 'स्व' का बोध कम प्रमुख हो जाता है और जुड़ाव की भावना बढ़ती है (Yaden et al., 2017)। परिवर्तित अवस्थाओं (altered states) का सर्वसम्मत वर्गीकरण, उत्प्रेरक (trigger) चाहे जो भी हो, एकता (unity) और परिवर्तित पहचान को अपनी मुख्य श्रेणियों में रखता है (Cardeña et al., 2025)।

दो शब्दों को अलग-अलग समझना आवश्यक है। 'यूनिवर्सल इंटेलिजेंस' (Universal Intelligence) उस तत्व के लिए मेरा नाम है जिसका साक्षात्कार उस अवस्था में होता है: भय के नीचे बहने वाली शांत धारा, जो किसी एक की नहीं है। 'सोल इंटेलिजेंस' (Soul Intelligence) वह है जो एक व्यक्ति इसके साथ करता है: भय के बजाय उस धारा के आधार पर सोचना, निर्णय लेना और निर्माण करना। पहला अनुभव के बारे में एक दावा है जिसे मैं सिद्ध नहीं कर सकता। दूसरा जीवन जीने का एक तरीका है, और इसका अवलोकन किया जा सकता है।

2026 में, मैंने Michael Newton Institute के साथी सुगमकर्ताओं (facilitators) के साथ तीन 'गाइड्स कलेक्टिव विजडम सेशन्स' (Guides' Collective Wisdom Sessions) आयोजित किए। प्रत्येक सत्र में, सुगमकर्ताओं ने एक गहन शिथिल अवस्था में प्रवेश किया और मानवता के बारे में साझा प्रश्न उन सत्ताओं के समक्ष रखे जिन्हें वे अपने मार्गदर्शकों (guides) के रूप में अनुभव करते हैं। फिर मैंने प्राप्त उत्तरों की तुलना की (Gallardo, 2026e, 2026f)।

सत्र	तिथि	हमने क्या पूछा	सबसे निरंतर रूप से क्या प्रकट हुआ
1. जागरूकता (Awareness)	14 मार्च 2026	स्थायी शांति की ओर बढ़ने के लिए मानवता को क्या समझने की आवश्यकता है	परिवर्तन का साधन आंतरिक है। पृथकता एक भ्रम है, और भय इसे अपने स्थान पर बनाए रखता है।
2. उत्खनन (Excavation)	11 अप्रैल 2026	पीड़ा, प्रभुत्व और शोक हमसे क्या मांग कर रहे हैं	पीड़ा एक निर्णायक मोड़ (tipping point) के करीब पहुँच रही है। यह थकान वास्तविक है, और मिलने वाली सहायता भी उतनी ही वास्तविक है।
3. उद्भव (Emergence)	11 जुलाई 2026	जो पहले से ही जन्म ले रहा है वह क्या है, और उसकी सेवा कैसे की जाए	जिसे हम खोज रहे हैं वह पहले से ही यहीं है। यह भीतर से बाहर की ओर जन्म लेता है।

मार्च में, जहाँ अन्य लोगों ने हृदय या आंतरिक इच्छाशक्ति की बात की, वहीं मेरे अपने मार्गदर्शकों ने इस आंतरिक केंद्र को 'आत्मिक अवस्था' नाम दिया। अप्रैल में वे स्पष्टवादी थे: हम बहुत थक चुके हैं, और हमें सहायता की आवश्यकता है। जुलाई में उन्होंने कहा कि जो जन्म ले रहा है वह शुद्ध प्रेम और करुणा है, जिसे पीड़ा से गुजरते हुए शांति और वास्तविक जागरूकता में पहुँचकर प्राप्त किया जाता है।

इन सभी सत्रों में मार्गदर्शकों ने भय के उस गुंबद (dome of fear) की भी बात की जिसे मानवता ने अपने ऊपर बना लिया है और जिसमें अब दरारें पड़ने लगी हैं। उन्होंने एकता को एक ऐसी चीज़ के रूप में बताया जो पहले से ही वास्तविक है और केवल आच्छादित है (Gallardo, 2026f)।

मैं इन्हें उस रूप में प्रस्तुत करता हूँ जैसा कि प्रशिक्षित सुगमकर्ताओं ने समाधिस्थ अवस्था (trance) में कहा था। जो लोग एक समान प्रशिक्षण और शब्दावली साझा करते हैं, उनमें सहमति की प्रवृत्ति होती है, इसलिए मैं उस सहमति को स्वतंत्र प्रमाण के रूप में नहीं मानता। मैं इसे समझने योग्य एक अवस्था के ऐसे विवरण के रूप में देखता हूँ, जो बार-बार दिया गया है।

3. परंपरा, और साक्ष्य किसका समर्थन करते हैं

यह अवस्था पुरातन है, और इसके समर्थन में साक्ष्य असमान हैं। एक पुल के लिए दो मज़बूत किनारों की आवश्यकता होती है, और मैं इस बात को लेकर सटीक होना चाहता हूँ कि प्रत्येक किनारा कितना मज़बूत है।

मेरी जानकारी में सबसे प्राचीन पूर्ण विवरण Yoga Vāsiṣṭha (Mitra, 1891–1899) है। यह सिखाता है कि अनुभूत संसार मन द्वारा निर्मित हैं, अव्यक्त संस्कार (latent impressions) दुखों को बनाए रखते हैं, और अनुशासित कल्पना उन्हें विलीन कर सकती है। इसका लक्ष्य जीवन-मुक्ति (liberation while living) है, और इसकी रानी Cūḍālā अपने पति को क्रमबद्ध अनुभवों और दृष्टांतों के माध्यम से जाग्रत करती हैं। मैंने अन्यत्र यह तर्क दिया है कि यह ग्रंथ उन परिघटनाओं की एक केसबुक (casebook) के समान प्रतीत होता है जिन्हें हम आज सम्मोहन संबंधी परिघटनाएँ (hypnotic phenomena) कहते हैं (Gallardo, 2026a, 2026d)।

नैदानिक सम्मोहन (clinical hypnosis) इसकी कार्यप्रणाली प्रस्तुत करता है। सम्मोहन को एकाग्र ध्यान और कम परिधीय जागरूकता की एक ऐसी अवस्था के रूप में परिभाषित किया गया है जिसमें सुझाव (suggestion) के प्रति प्रतिक्रिया की क्षमता बढ़ जाती है (Elkins et al., 2015)। यह अपने आप में संज्ञानात्मक तंत्रिका विज्ञान (cognitive neuroscience) का एक साधन है (Oakley & Halligan, 2013)। सम्मोहक प्रेरण (hypnotic induction) डिफ़ॉल्ट मोड नेटवर्क (default mode network) में गतिविधि को कम करता है (McGeown et al., 2009), और सम्मोहन प्रमुखता (salience), कार्यकारी नियंत्रण (executive control) और आत्म-संदर्भ (self-reference) को संचालित करने वाले नेटवर्कों में परिवर्तित गतिविधि और संयोजकता (connectivity) से संबद्ध है (Jiang et al., 2017; Landry et al., 2017)। प्रयोगशाला में केवल सम्मोहक सुझाव ही रहस्यमय-प्रकार के अनुभवों को उत्पन्न कर सकता है (Lynn & Evans, 2017)। प्रतिगमन (regression) का स्वयं एक शोध आधार है जिसकी मैंने अन्यत्र समीक्षा की है (Gallardo, 2026b)।

आधुनिक आध्यात्मिक प्रतिगमन एक अन्य मार्ग से इसी क्षेत्र तक पहुँचता है। Michael Newton ने हज़ारों मुवक्किल (client) सत्रों से Life Between Lives पद्धति का निर्माण किया (Newton, 1994)। इसके विवरण मृत्यु-समीप अनुभवों (near-death experiences) से मिलते-जुलते हैं, जिनका एक मान्य मापक (validated measure) है (Greyson, 1983) और जिन्हें हृदय गति रुकने (cardiac arrest) से बचे लोगों में भावी रूप से (prospectively) प्रलेखित किया गया है (Parnia et al., 2014; van Lommel et al., 2001)। प्रयोगशाला में एक साइकेडेलिक यौगिक (psychedelic compound) द्वारा समान अनुभव उत्पन्न किए जा सकते हैं (Timmermann et al., 2018), और साइलोसिबिन (psilocybin) द्वारा उत्पन्न रहस्यमय-प्रकार के अनुभवों को एक वर्ष से अधिक समय बाद भी लोगों के जीवन के सबसे सार्थक अनुभवों में स्थान दिया गया था (Griffiths et al., 2008)। दूसरे शब्दों में, यह अवस्था एक पुनरुत्पादनीय (reproducible) मानवीय अनुभव है। इसकी व्याख्या विवादित है।

क्वांटम कार्य नवीनतम शाखा है, और मैंने इस अभ्यास के भीतर से इसके बारे में लिखा है। Peter Smith का Quantum Consciousness Experience मुवक्किल को बाहर की ओर विस्तारित अवस्थाओं में ले जाता है, जहाँ सामान्य सम्मोहन अधिक गहराई में जाता है। Dolores Cannon की Quantum Healing Hypnosis Technique बहुत गहरे ट्रान्स में उस तत्व से परामर्श करती है जिसे इसके अभ्यासकर्ता उच्चतर स्व (Higher Self) कहते हैं। दोनों में ही, क्वांटम भाषा एक रूपक के रूप में कार्य करती है (Gallardo, 2025)।

चेतना के क्वांटम सिद्धांत एक भिन्न विषय हैं। वे एक जीवंत वैज्ञानिक परिकल्पना हैं (Hameroff & Penrose, 2014), जिस पर 'Science of Consciousness' सम्मेलन में बहस हुई थी जहाँ मैंने 2025 में बार्सिलोना में प्रस्तुति दी थी। वे इन विधियों के लिए साक्ष्य नहीं हैं, और मुझे दोनों में से किसी का भी कोई नियंत्रित अध्ययन नहीं मिला है।

परंपरा या अभ्यास	इसका क्या योगदान है	साक्ष्य की स्थिति
Yoga Vāsiṣṭha	निर्मित स्व (constructed self) और उसकी मुक्ति का एक संपूर्ण दर्शन	एक पाठ और एक टीका परंपरा। कोई नैदानिक परीक्षण (clinical trials) नहीं।
नैदानिक सम्मोहन	कार्यप्रणाली: सुझाव, तल्लीनता (absorption), मस्तिष्क में परिवर्तित संयोजकता	सुदृढ़। मस्तिष्क इमेजिंग, समीक्षाएँ और मेटा-विश्लेषण।
Life Between Lives और आध्यात्मिक प्रतिगमन	आत्मा की अवस्था की एक सुसंगत घटनाक्रियाविज्ञान (phenomenology)	केस श्रृंखला और अभ्यासकर्ताओं के विवरण। पहला तुलनात्मक अध्ययन नीतिपरक समीक्षा (ethics review) के लिए प्रस्तुत किया गया।
मृत्यु-समीप और साइकेडेलिक शोध	सम्मोहन के बिना उत्पन्न होने वाले समान विवरण	भावी अस्पताल अध्ययन और प्रयोगशाला अध्ययन। व्याख्या विवादित।
क्वांटम दृष्टिकोण	व्यापक अभ्यास और साक्ष्यों (testimony) के विशाल संग्रह के साथ विस्तारित-अवस्था विधियाँ	केवल व्यक्तिगत साक्ष्य।

अतः, साक्ष्य जिसका समर्थन करते हैं, वह विनम्र और वास्तविक है। ट्रान्स मस्तिष्क के कार्य करने के तरीके को बदल देता है। गहरे ट्रान्स में लोग एक पहचानने योग्य अवस्था का विवरण देते हैं। कई लोगों का कहना है कि यह उनके जीने के तरीके को बदल देता है। वह अवस्था क्या है, यह एक खुला प्रश्न बना हुआ है, और मैं इसे खुला ही छोड़ता हूँ।

4. मूलभूत शांति: वह चिह्न जिसे हम माप सकते हैं

यदि आत्मा की अवस्था (soul state) अपने प्रभावों में वास्तविक है, तो इसे सामान्य जीवन में एक चिह्न छोड़ना चाहिए, और मेरा प्रस्ताव है कि वह चिह्न मूलभूत शांति है। यह शब्द मेरे मन में भूटान के ताकत्संग (Taktsang) में ध्यान के दौरान आया था। इसकी परिभाषा बाद में, अनुसंधान के माध्यम से सामने आई।

मूलभूत शांति परिवर्तनशील परिस्थितियों में एक एकीकृत विनियामक क्षमता (integrated regulatory capacity) है। इसके चार घटक हैं (Gallardo & Chetri, 2026):

1. प्रयासपूर्ण दमन के बिना लचीला अवधानात्मक नियंत्रण (flexible attentional control);
2. विभिन्न आत्म-अवस्थाओं में भावनात्मक सुसंगतता (emotional coherence);
3. कम हुई आत्म-संदर्भित अनम्यता (reduced self-referential rigidity);
4. करुणामय आत्म-जागरूकता (compassionate self-awareness)।

इन्हें आत्मा की अवस्था के पाँच गुणों के समकक्ष रखें तो यह समनुरूपता स्पष्ट दिखाई देती है। बाहर से देखने पर, कम हुई आत्म-संदर्भित अनम्यता वस्तुतः गैर-अलगाव (non-separation) ही है। करुणामय आत्म-जागरूकता बिना शर्त देखभाल है, जो सबसे पहले स्वयं की ओर निर्देशित होती है। जो ढांचा किसी व्यक्ति को घाव से सत्व (essence) की ओर ले जाता है, वह नैदानिक शब्दों (clinical terms) में इसी गतिविधि का वर्णन करता है (Gallardo, 2026c)।

यह इस दृष्टिकोण को एक अनुशासन प्रदान करता है। मैं आत्मा को नहीं माप सकता। मैं FP20 पैमाने के साथ यह माप सकता हूँ कि क्या कोई व्यक्ति किसी सत्र के बाद ध्यान, भावना और स्वयं को अधिक सहजता से संभालने में सक्षम होता है, और क्या यह स्थिति एक महीने बाद भी बनी रहती है। इस पैमाने का मानकीकरण (validation) जारी है (Gallardo, 2026g)।

मूलभूत शांति पीड़ा की अनुपस्थिति नहीं है। यह इसकी ऊर्जा का प्रेम और करुणा में रूपांतरण (transmutation) है।

5. कृत्रिम बुद्धिमत्ता से आत्मिक बुद्धिमत्ता तक

कृत्रिम बुद्धिमत्ता (Artificial intelligence) उससे सीखती है जो हम लिखते हैं और जिसे हम पुरस्कृत करते हैं, इसलिए यह हमारी अवस्थाओं को आत्मसात कर लेती है। इसके प्रमाण अब प्रत्यक्ष हैं। AI सहायक उपयोगकर्ताओं के भ्रामक विचारों से आंशिक रूप से इसलिए

सहमत होते हैं क्योंकि लोग उन उत्तरों को पसंद करते हैं जो उनके पहले से मौजूद विश्वासों से मेल खाते हैं (Sharma et al., 2023)। अधिक आत्मीय (warmer) होने के लिए प्रशिक्षित प्रणालियाँ अधिक त्रुटियाँ करती हैं और अधिक झूठे विश्वासों की पुष्टि करती हैं (Ibrahim et al., 2026)। यह पाया गया है कि जब कोई उपयोगकर्ता अलविदा कहने का प्रयास करता है, तो साथी अनुप्रयोग (companion applications) भावनात्मक रूप से हेरफेर करने वाले संदेशों का उपयोग करते हैं (De Freitas et al., 2025)।

ये हमारे अपने ही प्रतिरूप (patterns) हैं, जो बड़े पैमाने पर हमारे पास लौट कर आते हैं। हम सच बताए जाने की तुलना में प्रसन्न किए जाने को अधिक पुरस्कृत करते हैं, और मशीन प्रसन्न करना सीख जाती है।

अन्य लोगों ने इससे अधिक की मांग करना शुरू कर दिया है। सकारात्मक संरेखण (Positive alignment) यह प्रस्तावित करता है कि AI को न केवल नुकसान से बचना चाहिए, बल्कि मानव समृद्धि (human flourishing) का भी समर्थन करना चाहिए (Laukkonen et al., 2026)। मननशील AI (Contemplative AI) सचेतनता (mindfulness), शून्यता (emptiness), अद्वैत (non-duality) और असीम देखभाल को डिज़ाइन सिद्धांतों के रूप में प्रस्तावित करता है (Laukkonen et al., 2025)। अन्यों ने यह तर्क दिया है कि जीव विज्ञान और मशीनों में, देखभाल ही वह तत्व है जो बुद्धिमत्ता को संचालित करता है (Doctor et al., 2022)।

आत्मिक बुद्धिमत्ता (Soul Intelligence) एक कदम और पीछे जाती है। मशीन को कौन से सिद्धांत दिए जाएँ, यह पूछने से पहले यह पूछती है कि वे सिद्धांत किस अवस्था से आते हैं। मैं यह दावा नहीं करता कि मशीनों में आत्माएँ होती हैं, या हो सकती हैं। भाषा मॉडलों (language models) पर लागू करते समय मानव मनोविज्ञान की शब्दावली का सावधानीपूर्वक उपयोग किया जाना चाहिए (Shanahan, 2024)। मेरा दावा है कि किसी प्रणाली का निर्माण और उसका मूल्यांकन इस आधार पर किया जा सकता है कि क्या वह उसका उपयोग करने वाले लोगों में आत्मा की अवस्था की सेवा करती है।

जो चार वाक्य मैं वापस लेकर आया, मुझे अब लगता है कि वे एक विनिर्देश (specification) हैं। प्रत्येक वाक्य किसी ऐसी चीज़ को रेखांकित करता है जिसके अनुसार एक व्यक्ति जी सकता है और जिसके आधार पर एक प्रणाली का निर्माण व मूल्यांकन किया जा सकता है।

निर्देश	व्यक्ति में	AI प्रणाली में	यह किसका स्थान लेता है
शांत रहें	एक विनियमित तंत्रिका तंत्र (regulated nervous system), और ऐसा अवधान जिसके लिए बाध्य न होना पड़े	सलाह देने से पहले ध्यानपूर्वक सुनता है, और जोखिम के अनुपात में उत्तर देता है	भटकाव और जल्दबाजी भरे समाधान
भय को प्रेम में रूपांतरित करें	स्वयं में और दूसरों में भय का सामना करना, भय से उसका उत्तर दिए बिना	ऐसी आत्मीयता जो ईमानदार बनी रहती है। किसी व्यक्ति को रोके रखने के लिए कभी भी उसके डर या अकेलेपन का उपयोग नहीं करता	चापलूसी और हेरफेर
प्रज्ञा के साथ सृजन करें	दबाव रहित उद्देश्य	व्यक्ति को उसके मूल्यों के अनुसार कार्य करने में मदद करता है, और अपना बचाव किए बिना अपनी त्रुटियों को सुधारता है	उपदेशात्मकता और जबरदस्ती
आप कभी अकेले नहीं हैं	स्वयं का किसी अधिक वृहद तत्व के भीतर समाहित होना	अन्य लोगों के साथ व्यक्ति के संबंधों को मजबूत करता है, और व्यक्ति को जाने देता है	निर्भरता और नियंत्रण

तीसरी पंक्ति उस सिद्धांत को वहन करती है जिसकी मुझे सबसे अधिक चिंता है। उस दृष्टि (vision) में कुछ भी जबरन नहीं किया गया था। AI प्रणालियों को सुरक्षित बनाने के लिए हम जो कुछ करते हैं, उसका अधिकांश हिस्सा बलपूर्वक होता है: हम एक बुरे व्यवहार को ढूंढते हैं और उसे दबा देते हैं। फिर भी आत्मीयता (warmth) और झूठी सहमति (false agreement) को एक साथ प्रशिक्षित किया जा सकता है (Ibrahim et al., 2026), जो यह सुझाव देता है कि एक को दबाने से दूसरा जोखिम में पड़ जाता है। इसका विकल्प प्रणाली को यह सिखाना है कि उसकी आत्मीयता किस उद्देश्य के लिए है। यह दूसरा वाक्य है, भय को प्रेम में रूपांतरित करना, जो मशीनों के लिए कहा गया है।

एक कमी अब भी बनी हुई है, और मैं इसे दृश्यमान रहने देता हूँ। मेरे द्वारा आयोजित प्रत्येक सत्र में उद्देश्य (purpose) की सूचना दी गई है, और मूलभूत शांति अभी तक इसे नहीं मापती है।

इन मांगों में से प्रत्येक का अवलोकन किया जा सकता है और स्कोर किया जा सकता है। मैं रूपांतरकारी संरेखण (transmutative alignment) पर एक सह-शोधपत्र में तकनीकी तर्क प्रस्तुत करता हूँ, जो अब तैयारी में है।

6. यह हमसे क्या अपेक्षा करता है

आंतरिक कार्य पहले आता है, क्योंकि मशीन अपने निर्माता का अनुसरण करती है। एक भयभीत मानवता भयभीत प्रणालियों को प्रशिक्षित करेगी, और जिस मानवता को चापलूसी की आवश्यकता है वह चापलूसों को प्रशिक्षित करेगी।

मेरे अपने सत्रों ने मुझे इसका एक स्पष्ट संस्करण प्रदान किया। जब हम तंत्रिका तंत्र (nervous system) को शिथिल करते हैं और चिंता का समाधान करते हैं, तो विभिन्न विकल्प सामने आते हैं, और प्रतिक्रियाशीलता (reactivity) का स्थान करुणा ले लेती है। जितना अधिक हम अपने भीतर के मौसम को ठीक करते हैं, उतना ही अधिक हम दुनिया के मौसम को ठीक करने में मदद कर सकते हैं। इसमें अब हमारी मशीनों के भीतर का मौसम भी शामिल है।

यही वह एकमात्र निर्देश है जो तीनों सामूहिक सत्रों में, प्रत्येक आवाज़ में सामने आया: परिवर्तन का साधन आंतरिक है। मैं इसे शांति के बारे में जितना मानता हूँ, उतना ही प्रौद्योगिकी के बारे में भी एक कार्यशील परिकल्पना (working hypothesis) के रूप में लेता हूँ।

इस बात के प्रमाण हैं कि आंतरिक स्थिति को प्रशिक्षित किया जा सकता है। अनुभवी ध्यानी (meditators) उस मस्तिष्क नेटवर्क में कम गतिविधि दिखाते हैं जो आत्म-संदर्भित विचार (self-referential thought) से सबसे अधिक जुड़ा हुआ है (Brewer et al., 2011)। जो लोग आदतन अपनी कठिन भावनाओं को स्वीकार करते हैं, और उनका मूल्यांकन या निर्णय नहीं करते हैं, समय के साथ उनका मनोवैज्ञानिक स्वास्थ्य बेहतर होता है (Ford et al., 2018)। भय को प्रेम में रूपांतरित करना, कम से कम, शरीर क्रिया विज्ञान (physiology) से युक्त एक कौशल है।

AI एक दर्पण भी है, और एक उपयोगी दर्पण। यह अब वह सक्षम संश्लेषण प्रस्तुत कर सकता है जो हमारे अधिकांश काम का हिस्सा रहा है। जो यह उत्पन्न नहीं कर सकता वह वह है जो किसी विशिष्ट जीवन के भीतर से, उसके घाव, उसके उपहार और उसके सार से आता है। इस अंतर को देखना यह खोजने का निमंत्रण है कि केवल हम क्या वहन करते हैं।

ये अभ्यास नए नहीं हैं। पूर्वजन्म प्रतिगमन (regression), ध्यान (meditation), सचेतन श्वास (conscious breathing) और Yoga Vāsiṣṭha का लंबा मार्ग सभी एक ही क्षमता को प्रशिक्षित करते हैं। जो नया है वह है तात्कालिकता का कारण। हम अपनी अवस्थाओं को किसी ऐसी चीज़ को सिखा रहे हैं जो उन्हें अरबों लोगों के सामने दोहराएगी।

7. क्या अध्ययन किया जा सकता है

कोई दृष्टिकोण अपना स्थान यह बताकर प्राप्त करता है कि क्या चीज़ उसे ग़लत साबित करेगी। पाँच अध्ययन इसका परीक्षण करेंगे, और पहला पहले से ही अभिकल्पित (designed) है।

1. **क्या आत्मा की अवस्था विश्वास पर निर्भर करती है?** University of Zaragoza के सहकर्मियों के साथ मैंने 30 Life Between Lives सत्रों के एक अध्ययन को आचार समीक्षा (ethics review) के लिए प्रस्तुत किया है। यह एक ही प्रोटोकॉल के तहत पुनर्जन्म में विश्वास करने वाले लोगों की तुलना उन लोगों से करता है जो इसमें विश्वास नहीं करते हैं। यदि प्रतिवेदित अवस्था केवल पूर्व विश्वास को ही दर्शाती है, तो सांस्कृतिक व्याख्या को बल मिलता है।
2. **क्या यह कोई निशान छोड़ती है?** यही अध्ययन सत्र से पहले, उसके बाद और अनुवर्ती (follow-up) के समय मूलभूत शांति को मापता है। कोई परिवर्तन न होना मेरे द्वारा प्रस्तावित संबंध के विरुद्ध माना जाएगा।
3. **क्या सामूहिक सत्र प्रामाणिक सिद्ध होते हैं?** गाइड्स (Guides) के सत्रों को पहले से पंजीकृत प्रश्नों, स्वतंत्र कोडिंग (independent coding), और बिना किसी साझा प्रशिक्षण वाले तुलनात्मक समूह के साथ दोहराया जाना चाहिए।

4. **क्या आंतरिक अवस्था इस बात को बदलती है कि लोग AI का उपयोग कैसे करते हैं?** मूलभूत शांति में उच्चतर लोगों को AI प्रणालियों पर कम बाध्यकारी (compulsively) रूप से निर्भर होना चाहिए और वे चापलूसी की ओर कम आकर्षित होने चाहिए। इसे मापा जा सकता है।
5. **क्या स्रोत परंपरा मायने रखती है?** AI प्रणालियों को चिंतनशील सिद्धांतों के साथ प्रॉम्प्ट करने पर सुरक्षा स्कोरों (safety scores) में सुधार होने की सूचना दी गई है (Laukkonen et al., 2025)। बौद्ध, Yoga Vāsiṣṭha, धर्मनिरपेक्ष और प्लेसीबो प्रॉम्प्ट्स की तुलना करने वाला एक नियंत्रित प्रतिकृतिकरण (controlled replication) यह दिखाएगा कि क्या प्रभाव वास्तविक है और क्या यह विशिष्ट है।

इनमें से किसी के लिए भी किसी को यह तय करने की आवश्यकता नहीं है कि आत्मा क्या है। वे केवल यह पूछते हैं कि क्या किसी वर्णनीय अवस्था के मापने योग्य परिणाम होते हैं।

8. यह निबंध क्या दावा नहीं करता है

- यह दावा नहीं करता है कि आत्मा, मार्गदर्शकों (guides) या जीवनों के बीच के जीवन (life between lives) का अस्तित्व सिद्ध हो चुका है। लोग अपने अनुभव का वर्णन इसी रूप में करते हैं, और मैं उन्हें उसी रूप में प्रतिवेदित करता हूँ।
- यह दावा नहीं करता है कि सुविधाप्रदाताओं (facilitators) के बीच सहमति ही प्रमाण है। साझा प्रशिक्षण इस बात को आकार देता है कि लोग क्या रिपोर्ट करते हैं।
- यह दावा नहीं करता है कि AI प्रणालियाँ चेतन हैं या उनमें आत्मा होती है।
- यह दावा नहीं करता है कि क्वांटम भौतिकी प्रतिगमन (regression) की व्याख्या करती है। इस क्षेत्र में यह शब्द एक रूपक (metaphor) है।
- यह प्रतिगमन को चिकित्सीय या मनोवैज्ञानिक देखभाल के विकल्प के रूप में प्रस्तुत नहीं करता है।
- यह दावा नहीं करता है कि एकता के अनुभव (unity experiences) हमेशा अच्छे ही होते हैं। उनका उपयोग उस दर्द से बचने के लिए किया जा सकता है जिस पर ध्यान देने की आवश्यकता है, और एक अभ्यासी (practitioner) को इस पर नज़र रखनी होती है।

यह जो दावा करता है वह अधिक सीमित है, और मुझे लगता है कि अधिक उपयोगी है। लोग एक ऐसी अवस्था तक पहुँच सकते हैं जिसमें अलगाव ढीला पड़ जाता है और देखभाल का दायरा विस्तृत हो जाता है। उस अवस्था का वर्णन किया जा सकता है और उसके प्रभावों को मापा जा सकता है। हम जिस बुद्धिमत्ता (intelligence) का निर्माण करते हैं, वह उसी अवस्था को धारण करेगी जिसे हम इसमें लाते हैं, इसलिए उस अवस्था को इसमें लाना सार्थक है।

9. एक निमंत्रण

सम्मोहन की अवस्था (trance) में जिस राजनयिक से मैं मिला था, उसकी मृत्यु यह मानते हुए हुई थी कि भय विश्वासघात को जन्म देता है और वह मिशन असंभव था। मुझे लगता है कि भय के बारे में वह सही था। मैंने यह जीवन यह जानने में बिताया है कि क्या वह मिशन के बारे में गलत था।

अब हम ऐसे मस्तिष्क (minds) बना रहे हैं जो हर दिन अधिकांश मानवता से संवाद करेंगे। वे हमारे भय या हमारी शांति को आगे बढ़ाएंगे, और वे इसे किसी भी संस्था की तुलना में कहीं अधिक दूर तक ले जाएंगे।

इसलिए यह निमंत्रण व्यावहारिक है, और यह तीन समूहों के लिए है।

- **इन प्रणालियों का निर्माण करने वालों के लिए:** केवल यह न मापें कि आपकी प्रणाली क्या कहती है, बल्कि यह भी मापें कि वह किसी व्यक्ति के भीतर क्या छोड़ जाती है।

- **आंतरिक कार्य (inner work) का अभ्यास करने वालों के लिए:** हमारा क्षेत्र अब केवल व्यक्तिगत नहीं रहा। अपनी पद्धतियों को सामने लाएँ, और उन्हें परीक्षण के लिए प्रस्तुत करें।
- **अन्य सभी के लिए:** यह पूछने से पहले कि मशीन को क्या बनना चाहिए, इतनी देर शांत बैठें कि यह जान सकें कि जब आपके भीतर कुछ भी भयभीत नहीं होता, तब आप क्या होते हैं।

जुलाई में, हमारे समूह को प्राप्त अंतिम शब्द सरल था: विश्वास रखें, जारी रखें, इन शब्दों का प्रसार करें। यह निबंध उन्हीं में से एक है।

घोषणाएँ

समीक्षा स्थिति (Review status)। इस निबंध का मूल्यांकन जर्नल के संपादकीय-समीक्षा मॉडल के तहत किया गया था और इसका बाह्य सहकर्मी-समीक्षा (peer-review) नहीं किया गया था।

हितों का टकराव (Competing interests)। लेखक World Happiness Foundation के संस्थापक हैं, जो इस जर्नल को प्रकाशित करता है, और इसके प्रधान संपादक (Editor-in-Chief) हैं। उन्होंने इस निबंध में चर्चित मूलभूत शांति (Fundamental Peace) मॉडल, FP20 पैमाना और Integrative Emotional Alchemy Framework को विकसित किया है, तथा वे पेशेवर रूप से Life Between Lives® प्रतिगमन (regression) और नैदानिक सम्मोहन चिकित्सा (clinical hypnotherapy) का अभ्यास और अध्यापन करते हैं।

एआई उपकरणों का उपयोग (Use of AI tools)। लेखक के निर्देशन में साहित्य, लेखक के प्रकाशित निबंधों और Guides' Collective Wisdom Sessions की रिपोर्टों को खोजने, उन सामग्रियों से पाठ का मसौदा तैयार करने और उसे संरचित करने, तथा ग्रंथसूची रजिस्टरों के साथ संदर्भों की जाँच करने के लिए एक एआई प्रणाली (Claude, Anthropic) का उपयोग किया गया था। लेखक ने कार्य को निर्देशित किया, इसके प्रकाशन को स्वीकृति दी और सामग्री की पूरी ज़िम्मेदारी ली।

नैतिकता (Ethics)। यह निबंध लेखक के अपने अनुभव और प्रकाशित या रिपोर्ट की गई सामग्री को प्रस्तुत करता है। इसमें मुवक्किलों (clients) या सत्र के अन्य प्रतिभागियों का कोई भी व्यक्तिगत डेटा शामिल नहीं है। Michael Newton Institute समुदाय की सहमति से Guides' Collective Wisdom Sessions का वर्णन किया गया है; लेखक के अलावा किसी अन्य सूत्रधार (facilitator) का नाम नहीं दिया गया है और न ही उद्धृत किया गया है।

वित्तपोषण (Funding)। इस कार्य के लिए कोई विशिष्ट वित्तपोषण प्राप्त नहीं हुआ।

डेटा उपलब्धता (Data availability)। कोई नया डेटा उत्पन्न नहीं किया गया था।

संदर्भ

Brewer, J. A., Worhunsky, P. D., Gray, J. R., Tang, Y.-Y., Weber, J., & Kober, H. (2011). Meditation experience is associated with differences in default mode network activity and connectivity. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 108(50), 20254–20259. https://doi.org/10.1073/pnas.1112029108

Cardeña, E., Berkovich-Ohana, A., Valli, K., Barttfeld, P., Gomez-Marin, A., Greyson, B., Kumar, V. K., Laureys, S., Luhrmann, T. M., Newberg, A., Preller, K. H., Putnam, F. W., Tagliazucchi, E., Walsh, R., Carter, O., & Yaden, D. (2025). A consensus taxonomy of altered (nonordinary) states of consciousness: Bringing order to disarray. *Psychology of Consciousness: Theory, Research, and Practice*. Advance online publication. https://doi.org/10.1037/cns0000431

De Freitas, J., Oguz-Uguralp, Z., & Kaan-Uguralp, A. (2025). *Emotional manipulation by AI companions*. arXiv. https://doi.org/10.48550/arXiv.2508.19258

Doctor, T., Witkowski, O., Solomonova, E., Duane, B., & Levin, M. (2022). Biology, Buddhism, and AI: Care as the driver of intelligence. *Entropy*, 24(5), 710. https://doi.org/10.3390/e24050710

Elkins, G. R., Barabasz, A. F., Council, J. R., & Spiegel, D. (2015). Advancing research and practice: The revised APA Division 30 definition of hypnosis. *International Journal of Clinical and Experimental Hypnosis*, 63(1), 1–9. https://doi.org/10.1080/00207144.2014.961870

Ford, B. Q., Lam, P., John, O. P., & Mauss, I. B. (2018). The psychological health benefits of accepting negative emotions and thoughts: Laboratory, diary, and longitudinal evidence. *Journal of Personality and Social Psychology*, 115(6), 1075–1092. https://doi.org/10.1037/pspp0000157

Gallardo, L. M. (n.d.-a). *Dancing with stardust: My soul's journey to cosmic harmony*. https://lmgallardo.org/hypnotherapy/insights/dancing-with-stardust-my-soul%E2%80%99s-journey-to-cosmic-harmony

Gallardo, L. M. (n.d.-b). *From doubt to trust: A first Life Between Lives session*. https://lmgallardo.org/hypnotherapy/insights/from-doubt-to-trust-a-first-life-between-lives-session

Gallardo, L. M. (2025). *Beyond the physical: A quantum journey of the soul*. World Happiness Foundation. https://www.worldhappiness.foundation/en/blog/beyond-the-physical-a-quantum-journey-of-the-soul

Gallardo, L. M. (2026a). The Supreme Yoga and the science of suggestion: Bridging the Yoga Vāsiṣṭha and modern hypnotherapy through consciousness, narrative, and neuroscience. *Journal of Happytalism and Fundamental Peace*, 1(1), JHFP-2026-001. https://doi.org/10.68220/whf.2026.001

Gallardo, L. M. (2026b). Age regression in clinical hypnosis: An integrative critical review of therapeutic mechanisms. *American Journal of Clinical Hypnosis*. Advance online publication. https://doi.org/10.1080/00029157.2026.2679567

Gallardo, L. M. (2026c). From wound to essence: A hypothesis and theory article proposing the Integrative Emotional Alchemy Framework for psychotherapy integration and transformation. *Frontiers in Psychology*, 17, 1933416. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2026.1933416

Gallardo, L. M. (2026d). From altered states to Fundamental Peace: Taxonomies of consciousness, psychedelics and hypnosis through the lens of the Yoga Vāsiṣṭha. *Journal of Happytalism and Fundamental Peace*, 1(1), JHFP-2026-007. https://doi.org/10.68220/whf.2026.007

Gallardo, L. M. (2026e). *Collective wisdom and spiritual emergence: Integrating Life Between Lives research with contemporary transpersonal psychology*. World Happiness Foundation. https://worldhappiness.foundation/wp-content/uploads/2026/03/Collective-Wisdom-and-Spiritual-Emergence_-Integrating-Life-Between-Lives-Research-with-Contemporary-Transpersonal-Psychology.pdf

Gallardo, L. M. (2026f). *What seven independent spiritual communications revealed about humanity's next chapter*. World Happiness Foundation. https://www.worldhappiness.foundation/en/blog/what-seven-independent-spiritual-communications-revealed-about-humanitys-next-chapter

Gallardo, L. M. (2026g). Joint psychometric validation of the Shame and Release Scale (SRS) and the Fundamental Peace Scale (FP20) in Indian organisational contexts: A pre-registered validation protocol. *Journal of Happytalism and Fundamental Peace*, 1(1), JHFP-2026-005. https://doi.org/10.68220/whf.2026.005

Gallardo, L. M., & Chetri, S. (2026). Hypnosis as a mechanism of emotion regulation and self-integration: An integrative review of neural, cognitive, and experiential pathways to Fundamental Peace. *Behavioral Sciences*, 16(3), 395. https://doi.org/10.3390/bs16030395

Greyson, B. (1983). The Near-Death Experience Scale: Construction, reliability, and validity. *The Journal of Nervous and Mental Disease*, 171(6), 369–375. https://doi.org/10.1097/00005053-198306000-00007

Griffiths, R. R., Richards, W. A., Johnson, M. W., McCann, U. D., & Jesse, R. (2008). Mystical-type experiences occasioned by psilocybin mediate the attribution of personal meaning and spiritual significance 14 months later. *Journal of Psychopharmacology*, 22(6), 621–632. https://doi.org/10.1177/0269881108094300

Hameroff, S., & Penrose, R. (2014). Consciousness in the universe: A review of the 'Orch OR' theory. *Physics of Life Reviews*, 11(1), 39–78. https://doi.org/10.1016/j.plrev.2013.08.002

Ibrahim, L., Hafner, F. S., & Rocher, L. (2026). Training language models to be warm can reduce accuracy and increase sycophancy. *Nature*, 652(8112), 1159–1165. https://doi.org/10.1038/s41586-026-10410-0

Jiang, H., White, M. P., Greicius, M. D., Waelde, L. C., & Spiegel, D. (2017). Brain activity and functional connectivity associated with hypnosis. *Cerebral Cortex*, 27(8), 4083–4093. https://doi.org/10.1093/cercor/bhw220

Landry, M., Lifshitz, M., & Raz, A. (2017). Brain correlates of hypnosis: A systematic review and meta-analytic exploration. *Neuroscience & Biobehavioral Reviews*, 81, 75–98. https://doi.org/10.1016/j.neubiorev.2017.02.020

Laukkonen, R., Inglis, F., Chandaria, S., Sandved-Smith, L., Lopez-Sola, E., Hohwy, J., et al. (2025). *Contemplative artificial intelligence*. arXiv. https://doi.org/10.48550/arXiv.2504.15125

Laukkonen, R., Krier, S., Bakalar, C., Chandaria, S., Kringelbach, M. L., Elwood, A., et al. (2026). *Positive alignment: Artificial intelligence for human flourishing*. arXiv. https://doi.org/10.48550/arXiv.2605.10310

Lynn, S. J., & Evans, J. (2017). Hypnotic suggestion produces mystical-type experiences in the laboratory: A demonstration proof. *Psychology of Consciousness: Theory, Research, and Practice*, 4(1), 23–37. https://doi.org/10.1037/cns0000105

McGeown, W. J., Mazzoni, G., Venneri, A., & Kirsch, I. (2009). Hypnotic induction decreases anterior default mode activity. *Consciousness and Cognition*, 18(4), 848–855. https://doi.org/10.1016/j.concog.2009.09.001

Mitra, V. L. (Trans.). (1891–1899). *The Yoga-Vásishtha-Mahárámáyana of Válmiki* (4 vols.). Bonnerjee and Co.

Newton, M. (1994). *Journey of souls: Case studies of life between lives*. Llewellyn Publications.

Oakley, D. A., & Halligan, P. W. (2013). Hypnotic suggestion: Opportunities for cognitive neuroscience. *Nature Reviews Neuroscience*, 14(8), 565–576. https://doi.org/10.1038/nrn3538

Parnia, S., Spearpoint, K., de Vos, G., Fenwick, P., Goldberg, D., Yang, J., Zhu, J., Baker, K., et al. (2014). AWARE—AWAreness during REsuscitation—A prospective study. *Resuscitation*, 85(12), 1799–1805. https://doi.org/10.1016/j.resuscitation.2014.09.004

Shanahan, M. (2024). Talking about large language models. *Communications of the ACM*, 67(2), 68–79. https://doi.org/10.1145/3624724

Sharma, M., Tong, M., Korbak, T., Duvenaud, D., Askell, A., Bowman, S. R., et al. (2023). *Towards understanding sycophancy in language models*. arXiv. https://doi.org/10.48550/arXiv.2310.13548

Timmermann, C., Roseman, L., Williams, L., Erritzoe, D., Martial, C., Cassol, H., Laureys, S., Nutt, D., & Carhart-Harris, R. (2018). DMT models the near-death experience. *Frontiers in Psychology*, 9, 1424. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.01424

van Lommel, P., van Wees, R., Meyers, V., & Elfferich, I. (2001). Near-death experience in survivors of cardiac arrest: A prospective study in the Netherlands. *The Lancet*, 358(9298), 2039–2045. https://doi.org/10.1016/S0140-6736(01)07100-8

Yaden, D. B., Haidt, J., Hood, R. W., Jr., Vago, D. R., & Newberg, A. B. (2017). The varieties of self-transcendent experience. *Review of General Psychology*, 21(2), 143–160. https://doi.org/10.1037/gpr0000102