आगामी संकटकालकी संजीवनी :

प्राणशक्ति प्रणालीके उपचार – खण्ड १

विकार-निर्मूलन हेतु प्राणशक्ति (चेतना) प्रणालीमें अवरोध कैसे ढूंढें ?

भूमिका

उपचार-पद्धतिका मर्म

'प्राणमय कोश और कुण्डलिनीचक्र मिलकर प्राणशक्ति (चेतना) प्रणाली बनती है । पंचप्राण, पंच-उपप्राण और पंचकर्मेन्द्रिय मिलकर प्राणमय कोश बनता है । यह कोश रजोगुणप्रधान तथा वायुरूप होता है । मानवके स्थूल शरीरमें रक्त-परिसंचरण, श्वसन, पाचन, तन्त्रिका इत्यादि विविध तन्त्र कार्यरत रहते हैं । इन्हें तथा मनको कार्य करनेके लिए आवश्यक ऊर्जा प्राणशक्ति प्रणाली प्रदान करती है । इस प्रणालीमें कहीं भी अवरोध उत्पन्न होनेपर सम्बन्धित इन्द्रियकी कार्यक्षमता घट जाती है, जिससे उसमें विकार उत्पन्न होते हैं । इस समय उस इन्द्रियका कार्य सुधारनेके लिए आयुर्वेदिक, 'एलोपैथिक' आदि औषधियोंका कितना भी सेवन कर लें, उनसे विशेष लाभ नहीं होता । इसका एकमात्र उपचार है प्राणशक्ति प्रणालीमें उत्पन्न अवरोध दूर करना । हमारे हाथकी उंगलियोंसे निरन्तर प्राणशक्ति प्रक्षेपित होती रहती है । उसका उपयोग कर रोग दूर करना, यह प्राणशक्ति उपचार-पद्धतिका मर्म है । उपचार करनेसे पूर्व प्राणशक्ति प्रणालीमें अवरोध खोजना आवश्यक होता है । ये अवरोध कैसे खोजें और उन अवरोधके स्थानपर उपचार करनेके लिए आवश्यक हाथकी मुद्राएं, न्यास और नामजप कैसे खोजें इससे सम्बन्धित अध्यात्मशास्त्रीय विवेचन प्रस्तुत ग्रन्थमें किया है ।

अधिक परिपूर्ण उपचार-पद्धति !

व्यक्तिको कष्ट देनेवाली अनिष्ट शक्ति व्यक्तिके शरीरमें रोगका

मूल स्थान बार-बार परिवर्तित करती रहती है । इसलिए इस समय बिन्दुदाब आदि उपचार-पद्धतियोंमें बताए गए रोगसे सम्बन्धित बिन्दु दबाकर सटीक उपचार करना सम्भव नहीं रहता । प्राणशक्ति प्रणाली उपचार-पद्धतिमें प्रत्येक बार अवरोधका स्थान खोजा जाता है । इसलिए इस पद्धतिसे सटीक उपचार किया जा सकता है ।

अधिक स्वयंपूर्ण उपचार-पद्धति !

आगामी भीषण आपातकालका विचार करें, तो रोगनिवारणके सन्दर्भमें स्वयंपूर्ण बननेके लिए बिन्दुदाब, हथेली एवं तलवे के बिन्दुओंपर दबाव (रिफ्लेक्सोलॉजी), पिरैमिडसे उपचार, चुम्बकसे उपचार जैसी उपचार-पद्धतियां महत्त्वपूर्ण हैं । बिन्दुदाब, हथेली एवं तलवे के बिन्दुओंपर दबाव आदि उपचार-पद्धतियोंमें पुस्तक अथवा जानकारोंकी सहायता आवश्यक होती है । पिरैमिड, चुम्बक आदि उपचार-पद्धतियोंमें सम्बन्धित साधनोंकी भी आवश्यकता होती है । इस पृष्ठभूमिपर 'प्राणशक्ति प्रणाली उपचार-पद्धति'में किसी साधनकी आवश्यकता नहीं पडती । अतः यह अधिक स्वयंपूर्ण है ।

उपचार-पद्धति सूक्ष्म स्तरकी होनेपर भी कठिन नहीं !

प्राणशक्ति प्रणाली उपचार-पद्धतिमें अपने विकारोंपर स्वयं ही उपचार खोजना होता है । यह उपचार सूक्ष्म-स्तरका होनेके कारण कुछ लोगोंके, विशेषतः साधना न करनेवालोंके मनमें, शंका उत्पन्न हो सकती है कि 'क्या मैं यह कर पाऊंगा ।' यह शंका उचित नहीं है । सनातनके रामनाथी, गोवा स्थित आश्रममें आए कुछ अतिथियोंसे हमने इस उपचार-पद्धतिसे सम्बन्धित प्रयोग करवाए । इन प्रयोगोंमें उन्होंने सटीक उत्तर दिए । अतः यह उपचार-पद्धति सूक्ष्म-स्तरकी होनेपर भी कठिन नहीं है ! इस उपचार-पद्धतिका अभ्यास करना आवश्यक है । एक बार अभ्यास हो जानेपर, इस उपचार-पद्धतिके अनुसार उपचार खोजना सरल हो जाएगा । इसके लिए अभी से अभ्यास करना आरम्भ करना होगा, तभी हम आगामी भीषण आपातकालमें रोगोंसे लडनेके

लिए स्वयंको और अन्योंको भी सक्षम बना सकेंगे ।

दूर बैठे रोगीपर उपचार करने हेतु भी उपयुक्त !

इस उपचार-पद्धतिमें स्वयं ही स्वयंपर उपचार खोज पाते हैं; इतना ही नहीं सन्त अथवा समष्टि भाव रखनेवाला व्यक्ति; रोगी दूर हो अर्थात विदेशमें भी हो, उसपर भी उपचार खोज सकता है ।

प्राणशक्ति प्रणालीके अवरोध खोजनेके पश्चात वहां (अवरोधके स्थानपर) प्रत्यक्ष उपचार कैसे करने चाहिए, इससे सम्बन्धित अध्यात्मशास्त्रीय विश्लेषण सनातनके ग्रन्थ 'प्राणशक्ति प्रणालीके अवरोधोंके कारण होनेवाले विकारोंपर किए जानेवाले उपचार'में दिए गए हैं ।

'यह उपचार-पद्धति सीखकर रोगनिवारणके सन्दर्भमें सभी स्वावलम्बी और सक्षम बनें', यह श्रीगुरुचरणोंमें प्रार्थना है !'

– संकलनकर्ता डॉ. जयंत आठवले (२४.९.२०१५)

अनुक्रमणिका

[कुछ वैशिष्ट्यपूर्ण सूत्र (मुद्दे) '*' चिह्नसे दर्शाए हैं ।]

१. प्राणशक्ति प्रणाली उपचारोंका सिद्धान्त २१

१ अ. इन्द्रियको प्राणशक्ति (चेतना) अल्प मात्रामें मिलनेके विविध कारण २१

१ आ. हाथकी उंगलियोंसे प्रक्षेपित होनेवाली प्राणशक्तिसे विकार दूर करना सम्भव २२

२. प्राणशक्ति प्रणाली उपचार-पद्धतिकी विशेषताएं २२

२ अ. आयुर्वेदिक, 'एलोपैथिक' ('एलोपैथी' : चिकित्सकोंद्वारा प्रयुक्त उपचार-पद्धति) आदि औषधियोंकी मर्यादा २२

२ आ. प्राणशक्ति प्रणाली उपचार-पद्धति बिन्दुदाब, रिफ्लेक्सोलॉजी आदि उपचार-पद्धतियोंसे अधिक लाभदायक २३

२ इ. बिन्दुदाब उपचार-पद्धतिसे समानता दर्शानेवाली विशेषता २४

३. मुद्रा और न्यास के सम्बन्धमें मूलभूत जानकारी २५

३ अ. मुद्रा ३ आ. न्यास २५

४. 'प्राणशक्ति प्रणाली उपचार-पद्धति'के अनुसार आध्यात्मिक उपचार खोजने और करने से पहले अनिष्ट शक्तियोंद्वारा निर्मित कष्टदायक आवरण शरीरसे हटाएं ! २८

५. प्राणशक्तिके प्रवाहमें अवरोध खोजना (न्यास करनेके लिए स्थान खोजना) ३७

* कुण्डलिनीचक्रोंपर उंगलियां घुमाकर न्यासस्थान खोजना ३८

* शरीरके सभी भागोंपर उंगलियां घुमाकर न्यासस्थान खोजना ४६

६. उपचारके लिए आवश्यक मुद्रा और नामजप खोजना ४८

६ अ. महत्त्व ४८

६ आ. पंचमहाभूत और उनसे सम्बन्धित देवताओंके नामजप / बीजमन्त्र, अंकजप तथा मुद्रा ५०

६ इ. उच्च देवताओंके और निर्गुणसे सम्बन्धित नामजप व मुद्रा ५७

६ ई. मध्यमा उंगलीका सिरा हथेलीसे लगाकर मुद्रा करनेके सूक्ष्म स्तरीय प्रभाव दर्शानेवाला चित्र ५९

७. उपचार किसे नहीं खोजना चाहिए ? ६१

८. दूसरोंके लिए उपचार खोजना ६१

* अन्य व्यक्तिके लिए उपचार खोजते समय साधारणतः आवश्यक आध्यात्मिक स्तर और उपचार खोज पानेकी प्रक्रिया ६१

* दूसरेके लिए उपचार खोजनेके सन्दर्भमें सूचनाएं ७०

९. उपचार खोजनेके सन्दर्भमें सामूहिक सूचनाएं ७२

१०. उपचारोंके साथ-साथ प्रतिदिन साधना करनेका महत्त्व ७२

११. भीषण आपदाओंसे बचनेके लिए साधना करना तथा भगवानका भक्त बनना अपरिहार्य ! ७३

सनातनकी 'आगामी संकटकालकी संजीवनी' मालाका ग्रन्थ !

प्राणशक्ति प्रणालीके अवरोधोंके कारण उत्पन्न विकारोंके उपचार

विकार दूर होनेके लिए शरीरकी प्राणशक्ति प्रणालीमें होनेवाले अवरोध ढूंढकर उनका उपचार करना आवश्यक होता है । प्रस्तुत ग्रन्थ अर्थात स्वयंपर उपचार कर कष्टसे मुक्त होनेकी गुरुकुंजी है ! 'विशिष्ट शारीरिक एवं मानसिक कष्टोंके लक्षणोंपर कौनसे विशिष्ट उपचार करने चाहिए', इसका भी सरल मार्गदर्शन ग्रन्थमें किया है ।

इस वैशिष्ट्यपूर्ण विवेचनका भी लाभ लीजिए...

* उपचारोंकी नवीन पद्धतियोंका विवेचन करनेवाले एकमात्र प.पू. डॉ. आठवले !
* आगामी भीषण संकटकालमें जीवित रहनेके लिए अनमोल सिद्ध होनेवाली सनातनकी ग्रन्थमालाका संक्षिप्त परिचय !

सनातनके नूतन ग्रन्थोंके विषयमें जानकारी पानेके लिए सम्पर्क करें –

prasarsahitya@gmail.com या **सचल-दूरभाष : ९३२२३१५३१७**

'सनातन'के ग्रन्थ 'ऑनलाइन' क्रय हेतु उपलब्ध – www.SanatanShop.com