ग्रंथमालिका ‘स्वभावदोष आणि अहं यांचे निर्मूलन’ : खंड ६

स्वभावदोष आणि अहं यांच्या विविध पैलूंचे विश्लेषण

मराठी (Marathi)

ग्रंथ-निर्मितीविषयी मार्गदर्शक

हिंदु राष्ट्राच्या स्थापनेचा उद्‌घोष करणारे

सच्चिदानंद परब्रह्म डॉ. जयंत बाळाजी आठवले

संकलक

सौ. सुप्रिया सुरजीत माथूर

आणि सुश्री (कुमारी) मधुरा भिकाजी भोसले

सनातन संस्था

卐 सनातनच्या ग्रंथांची भारतातील भाषांनुसार संख्या 卐

मराठी ३४५, इंग्रजी २०१, कन्नड १९९, हिंदी १९६, गुजराती ६८, तेलुगु ५४, तमिळ ४४, बंगाली ३०, मल्ल्याळम् २४, ओडिया २२, पंजाबी १३, नेपाळी ३ अन् आसामी २

ऑगस्ट २०२४ पर्यंत ३६६ ग्रंथांच्या १३ भाषांत ९७ लाख ३३ सहस्र प्रती प्रसिद्ध !

ग्रंथ-निर्मितीविषयी मार्गदर्शक सच्चिदानंद परब्रह्म डॉ. जयंत आठवले यांच्या अद्वितीय कार्याचा संक्षिप्त परिचय !

१. धर्माधिष्ठित अशा हिंदु राष्ट्राच्या (ईश्वरी राज्याच्या) स्थापनेचा उद्घोष आणि कार्यारंभ (वर्ष १९९८)

२. हिंदु राष्ट्र, आदर्श राष्ट्ररचना, धर्मरक्षण आदी विविध विषयांवर ग्रंथ-निर्मिती

३. हिंदूंना धर्मशिक्षण देणे, हिंदु धर्मरक्षण आणि हिंदु राष्ट्र-स्थापना यांविषयी हिंदूंचे प्रबोधन करणे, यांसाठी नियतकालिक 'सनातन प्रभात' मधून मार्गदर्शन

४. हिंदु राष्ट्राची छोटी प्रतिकृती असणाऱ्या सनातन आश्रमांची निर्मिती

५. साधनेचा संस्कार दृढ झालेले सहस्रो धर्मप्रसारक सिद्ध करणे

६. हिंदु राष्ट्राच्या स्थापनेसाठी संत, संप्रदाय, हिंदुत्वनिष्ठ, देशभक्त आणि सामाजिक कार्यकर्ते यांचे संघटन अन् त्यांना आध्यात्मिक स्तरावर दिशादर्शन

७. भावी हिंदु राष्ट्राचे दायित्व सांभाळण्यासाठी पुढील पिढ्यांना सक्षम करणे

(संपूर्ण परिचयासाठी वाचा – www.Sanatan.org)

सच्चिदानंद परब्रह्म डॉ. आठवले यांचे साधकांना आश्वासन !

स्थूल देह असे स्थळकाळाची मर्यादा ।
कैसे असू सर्वदा सर्वा ठायी ।।
सनातन धर्म माझे नित्य रूप ।
त्या रूपे सर्वत्र आहे सदा ।। – जयंत बाळाजी आठवले
१५.५.१९९६

ग्रंथाच्या संकलकांचा परिचय

सौ. सुप्रिया सुरजित माथूर

सनातनच्या रामनाथी, गोवा येथील आश्रमात पूर्णवेळ सेवा करतात. वर्ष २०१४ पासून ‘स्वभावदोष आणि अहं निर्मूलन प्रक्रिया’ राबवण्यासाठी भारतभरातून येणाऱ्या साधकांना मार्गदर्शन करतात. त्यामुळे अनेक साधक संबंधित प्रयत्न नेमकेपणाने करू लागले आहेत.

कु. मधुरा भिकाजी भोसले

या पृथ्वीवर कुठेही उपलब्ध नसलेले अध्यात्मातील विविध विषयांवरील सखोल शास्त्रीय ज्ञान सूक्ष्मातून मिळवतात. या धार्मिक विधी, यज्ञयाग आदींचे सूक्ष्म-परीक्षणही करतात. डिसेंबर २०१८ पर्यंत यांनी ६१ टक्के आध्यात्मिक पातळीचा स्तर गाठला आहे.

अनुक्रमणिका

(काही वैशिष्ट्यपूर्ण मथळे खाली दिले आहेत.)

१. स्वभावदोष निर्माण होण्याची काही कारणे ११

१ अ. अयोग्य दृष्टीकोन असणे ११

१ आ. अयोग्य विचारप्रक्रियेमुळे पुन:पुन्हा निराशा किंवा ताण येणे ११

२. साधनेतील अडथळे १२

२ अ. मनाचा अडथळा २ आ. बुद्धीचा अडथळा १२

२ इ. मन आणि बुद्धी यांच्या अडथळ्यांमुळे होणारे काही त्रास आणि ते अडथळे दूर करण्याचे उपाय १२

३. विविध स्वभावदोषांचे विश्लेषण १५

३ अ. आळस ३ आ. अव्यवस्थितपणा १५

४. स्वभावदोषांच्या मागे अहं दडलेला असणे २९

४ अ. उतावीळपणामागे प्रामुख्याने अहं दडलेला असणे २९

४ आ. घाईत निर्णय घेण्यामागील अहंचे पैलू २९

५. स्वभावदोषांमुळे होणारी हानी २९

५ अ. स्वत:ला आणि इतरांना त्रास होणे २९

५ आ. साधनेत घसरण होणे ३०

६. अहं ३०

६ अ. अर्थ ६ आ. अहंचे प्रकार ३०

७. चुका होणे आणि स्वीकारणे ४८

७ अ. कृती आणि मन यांच्या स्तरांवर विविध चुका होणे ४८

७ आ. मनाची प्रक्रिया व बोलण्यातील चुका यांचा परस्परसंबंध ४८

८. सनातनच्या आश्रमातील ‘युवा साधना शिबिरा’त सहभागी झालेल्या साधिकेने ‘स्वभावदोष-निर्मूलन’ याविषयी व्यक्त केलेले विचार ५७

८ अ. ‘युवा साधना शिबिरा’चा उद्देश ८ आ. साधिकेचे विचार ५७

९. ‘साधनेला ‘स्वभावदोष आणि अहं यांच्या निर्मूलनाच्या प्रक्रिये’ची जोड दिल्यामुळे स्वभावदोष अन् अहं यांचे निर्मूलन अधिक प्रमाणात होते’, हे दर्शवणारी पाहणी (सर्व्हे) ५८

१०. ‘स्वभावदोष आणि अहं यांच्या निर्मूलनाची प्रक्रिया’ राबवल्यामुळे साधकांना झालेला लाभ ६३

卐 परिशिष्ट ६८

卐 संकलकांचा वैज्ञानिक दृष्टीकोन आणि अन्य माहिती ८३

स्वभावदोष आणि अहं यांच्या निर्मूलनाची प्रक्रिया शिका आणि जीवन आनंदी बनवा !

‘स्वभावदोष आणि अहं हे ईश्वरप्राप्तीसाठीच्या साधनेतील दोन मोठे अडथळे आहेत. स्वभावदोष आणि अहं असला, तर वैयक्तिक जीवनही दुःखी होते आणि व्यक्तीमत्त्वाचा विकासही खुंटतो. स्वभावदोष आणि अहं यांच्या निर्मूलनाच्या प्रक्रियेसाठी भारतातील अनेक राज्यांतून सनातनच्या रामनाथी, गोवा येथील आश्रमात अनेक साधक येतात. आश्रमातील ‘स्वयंपाक-विभाग’ हा या प्रक्रियेचा केंद्रबिंदू आहे; कारण स्वयंपाक-विभागातील पू. रेखा काणकोणकर आणि सौ. सुप्रिया माथूर साधकांना प्रक्रियेविषयी मार्गदर्शन करतात अन् स्वयंपाक-विभागात सेवा करण्याच्या माध्यमातून साधकांना प्रक्रियेसंबंधीचा प्रायोगिक भागही शिकता येतो. यामुळे शेकडो साधक काही मासांतच (महिन्यांतच) योग्य साधना करायला लागतात.

पू. रेखा काणकोणकर आणि सौ. सुप्रिया माथूर साधकांना प्रक्रियेविषयीच्या सत्संगात काय मार्गदर्शन करतात, साधकांकडून प्रक्रिया कशी राबवून घेतात, याचे अनेक साधकांना कुतूहल असते. वर्ष २०१६ मध्ये मार्च, एप्रिल आणि मे या तीन मासांत सनातनच्या ज्ञानप्राप्तकर्त्या साधिका कु. मधुरा भोसले यांना सौ. सुप्रिया माथूर यांनी घेतलेल्या अशा सत्संगांना उपस्थित रहाण्याची संधी मिळाली. सौ. सुप्रिया माथूर यांचे मार्गदर्शन कु. मधुरा भोसले यांनी प्रस्तुत ग्रंथाच्या स्वरूपात सुंदर प्रकारे संकलित केले आहे. त्यातून सर्वच साधकांना स्वभावदोष आणि अहं यांच्या निर्मूलनाच्या प्रक्रियेची दिशा मिळेल. बऱ्याच साधकांना प्रक्रिया शिकण्याची तीव्र इच्छा असूनही काही अडचणींमुळे रामनाथी आश्रमात येऊन प्रक्रिया शिकता येत नाही. अशांना हा ग्रंथ निश्चितच पुष्कळ उपयोगी ठरेल. केवळ अनेक वर्षांपासून साधना करणाऱ्यांसाठीच नव्हे, तर जिज्ञासू आणि नवीन साधक यांच्यासाठीही हा ग्रंथ म्हणजे, जीवनात आनंदप्राप्तीचा मार्ग दर्शवणारा दीपस्तंभच ठरेल.

सौ. सुप्रिया माथूर यांना वाईट शक्तींचा तीव्र त्रास आहे. असे असतांनाही त्यांच्यातील ‘सर्व साधकांना साधनेत पुढे घेऊन जाण्याची तळमळ आणि भाव’ या गुणांमुळे त्या साधकांना उत्तम मार्गदर्शन करून त्यांच्यात पालट घडवून आणत आहेत. हे खरोखरच कौतुकास्पद आहे.

सनातनच्या ‘स्वभावदोष आणि अहं यांचे निर्मूलन’ या मालिकेतील इतर ५ ग्रंथ आणि ‘अहं-निर्मूलन’ याविषयीचा १ ग्रंथ हेही उपलब्ध आहेत. त्यांमध्ये त्या त्या विषयाची मूलभूत तात्त्विक आणि प्रायोगिक माहिती दिली आहे. वाचकांनी आधी त्या ग्रंथांचा अभ्यास केल्यास त्यांना प्रस्तुत खंड अधिक चांगल्या प्रकारे समजेल; कारण प्रस्तुत खंडामध्ये प्रामुख्याने ‘स्वभावदोष आणि अहं यांच्या निर्मूलनाची प्रक्रिया राबवत असलेल्यांना ती अधिक परिणामकारकपणे आणि नेमकेपणाने कशी राबवावी’, याचे मार्गदर्शन केले आहे.

‘या खंडाच्या अभ्यासाने सर्वच साधकांना प्रक्रिया चांगल्या प्रकारे राबवता येऊन त्यांचे जीवन आनंदी बनो आणि त्यांना शीघ्र ईश्वरप्राप्ती करून घेता येवो’, ही श्री गुरुचरणी प्रार्थना !’

– (परात्पर गुरु) डॉ. आठवले (९.९.२०१७)

परात्पर गुरु डॉ. जयंत आठवले यांच्या उपाधीविषयीचे विवेचन !

थोर महर्षींनी सहस्रो वर्षांपूर्वी नाडीपट्ट्यांमध्ये भविष्य लिहून ठेवले आहे. या जीवनाडीपट्ट्यांच्या वाचनाच्या माध्यमातून महर्षी सनातन संस्थेला मार्गदर्शन करतात. १३.७.२०२२ पासून ‘सप्तर्षी जीवनाडीपट्टी’च्या वाचनाच्या माध्यमातून सप्तर्षींनी आज्ञा केल्याप्रमाणे परात्पर गुरु डॉ. आठवले यांना ‘सच्चिदानंद परब्रह्म’ ही उपाधी लावण्यात येत आहे. असे असले, तरी त्यापूर्वीच्या लिखाणात किंवा आताही साधक लिहून देत असलेल्या लिखाणात त्यांनी ‘प.पू.’ किंवा ‘परात्पर गुरु’ अशी उपाधी वापरली असेल, तर ती तशीच ठेवली आहे. F (DrV-Nav)

सौ. सुप्रिया माथूर यांच्यामध्ये असणारी शिकण्याची वृत्ती आणि कृतज्ञताभाव !

'मला सौ. सुप्रिया माथूर यांच्याकडून स्वभावदोष आणि अहं यांच्या निर्मूलनाच्या प्रक्रियेच्या संदर्भात शिकायला मिळालेल्या सूत्रांचे मी टंकलेखन करून परात्पर गुरु डॉ. आठवले यांना अनेक धारिका पडताळण्यासाठी दिल्या होत्या. परात्पर गुरु डॉ. आठवले यांनी त्या धारिका पडताळून पू. संदीप आळशी यांना दिल्यानंतर त्यांनी काही सूत्रांमध्ये पालट केले आणि सौ. सुप्रिया माथूर यांना धारिकेतील पालट दाखवण्यास मला सांगितले. त्याप्रमाणे मी ११.९.२०१७ या दिवशी सौ. सुप्रिया माथूर यांना तसा निरोप दिल्यावर त्या माझ्याकडे आल्या आणि मी त्यांना धारिकेतील हे पालट संगणकावर दाखवले. हे पालट पाहिल्यावर त्यांनी ते त्वरित लिहून घेतले. त्या म्हणाल्या, ''बरे झाले तू ही सूत्रे मला दाखवलीस; कारण त्यामुळे 'मी कुठे न्यून पडते आणि मला अजून किती शिकायला हवे', हे लक्षात आले. संतांनी इतर सूत्रांविषयी अजून काही पालट सांगितले, तर तू मला लगेच सांग. संतांनी मला हे पालट सांगितल्याबद्दल मी त्यांच्या चरणी कृतज्ञ आहे.''

१६.९.२०१७ या दिवशी सौ. सुप्रिया माथूर यांना आणखीन एका धारिकेतील सूत्रासंदर्भात पू. संदीप आळशी यांनी सांगितलेल्या सुधारणा दाखवल्या. तेव्हा त्या म्हणाल्या, ''तू मार्गदर्शनातील सर्व सूत्रे लिहून ठेवलीस म्हणून बरे झाले. त्यामुळे मला माझ्या चुका समजल्या. यातून मला असे लक्षात आले की, इतरांना मार्गदर्शन करतांना आपण किती सतर्क असायला हवे आणि किती विचारपूर्वक अन् नेमकेपणाने बोलले पाहिजे. खरेतर परात्पर गुरु डॉ. आठवले यांनाच साधकांना स्वभावदोष आणि अहं निर्मूलन यांची प्रक्रिया करण्यासाठी साहाय्य करण्याची पुष्कळ तळमळ असते. त्यामुळेच मला साधकांच्या व्यष्टी

साधनेचा आढावा घेतांना सूत्रे सुचतात. साधकांचाही परात्पर गुरु डॉ. आठवले यांच्याप्रती पुष्कळ भाव असतो आणि श्रद्धाही असते. त्यामुळे मी त्यांना कठोर शब्दांत त्यांच्या चुका आणि सुधारणा सांगितल्या, तरी ते सहजतेने स्वीकारतात. या सेवेनिमित्त मला परात्पर गुरु डॉ. आठवले यांची साधकांप्रती असणारी प्रीती आणि तळमळ अन् साधकांचा परात्पर गुरु डॉ. आठवले यांच्याविषयी असणारा भाव, असे दोघांकडून शिकायला मिळते.''

धारिकेतील पालट पाहिल्यावर सौ. सुप्रिया माथूर यांनी व्यक्त केलेल्या अभिप्रायातून त्यांची स्वत:ची चूक सहजतेने आणि मनापासून स्वीकारणे, शिकण्याची वृत्ती, स्वत:ला पालटण्याची तळमळ, समजलेली सूत्रे कृतीत आणण्याची ओढ आणि संतांविषयीचा कृतज्ञताभाव मला शिकायला मिळाला. यासाठी मी भगवंताच्या चरणी कृतज्ञ आहे.'

– कु. मधुरा भोसले, सनातन आश्रम, रामनाथी, गोवा. (१३.९.२०१७)

सच्चिदानंद परब्रह्म डॉ. आठवले यांच्या उत्तराधिकाऱ्यांच्या उपाध्यांविषयीचे विवेचन !

जीवनाडीपट्टी–वाचनाद्वारे सप्तर्षींनी केलेल्या आज्ञेनुसार १३.५.२०२० पासून सद्गुरु (सौ.) बिंदा सिंगबाळ यांना ‘श्रीसत्‌शक्ति’ आणि सद्गुरु (सौ.) अंजली गाडगीळ यांना ‘श्रीचित्‌शक्ति’ या उपाध्यांनी संबोधले जात आहे. त्यामुळे त्यापूर्वीच्या लिखाणात त्यांच्या नावाच्या आरंभी ‘श्रीसत्‌शक्ति’ किंवा ‘श्रीचित्‌शक्ति’ ही उपाधी लावलेली नाही. F (DrUtt + SStAG-Nav + SStBS-Nav)

टीप : ग्रंथातील काही सूत्रांच्या (मुद्यांच्या) शेवटी मराठी किंवा इंग्रजी अक्षरांत संकेतांक वा सांकेतिक चिन्हे कार्यालयीन सोयीसाठी दिली आहेत. त्यांचा लिखाणाशी संबंध नाही. काही अपरिहार्य कारणामुळे काही संकेतांक इंग्रजीत ठेवले आहेत.