ग्रंथमालिका ‘धार्मिक कृतींमागील शास्त्र’ : खंड २

नमस्काराच्या योग्य पद्धती

मराठी (Marathi)

संकलक

हिंदु राष्ट्राच्या स्थापनेचा उद्घोष करणारे
सच्चिदानंद परब्रह्म डॉ. जयंत बाळाजी आठवले

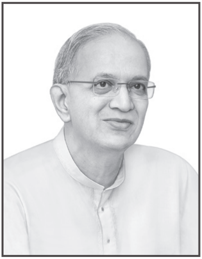
सूक्ष्म-ज्ञानप्राप्तकर्ते

श्रीचित्‌शक्ति (सौ.) अंजली मुकुल गाडगीळ
सुश्री (कु.) मधुरा भिकाजी भोसले आणि अन्य

सनातन संस्था

प्रस्तुत पुनर्मुद्रणाच्या २,००० प्रती आणि या
लघुग्रंथाच्या आतापर्यंत ७६,४०० प्रती प्रकाशित !

सच्चिदानंद परब्रह्म डॉ. आठवले यांचा संक्षिप्त परिचय



१. अध्यात्माच्या प्रसारासाठी ‘सनातन संस्थे’ची स्थापना ! (२२ मार्च १९९९)

२. ‘गुरुकृपायोग’ या साधनामार्गाचे जनक ! (वर्ष १९९२)

३. हिंदु राष्ट्राच्या (ईश्वरी राज्याच्या) स्थापनेचा उद्‌घोष (वर्ष १९९८)

४. ग्रंथ-निर्मिती : फेब्रुवारी २०२५ पर्यंत ३६६ ग्रंथांच्या १३ भाषांत ९९ लाख १० सहस्र प्रती !

५. शारीरिक, मानसिक अन् आध्यात्मिक उपायपद्धतींचे संशोधन

६. हिंदुत्वनिष्ठ ‘सनातन प्रभात’ नियतकालिकांचे संस्थापक-संपादक ! (३० एप्रिल १९९८ ते १९ एप्रिल २००० पर्यंत)

७. ‘हिंदु राष्ट्रा’च्या स्थापनेसाठी हिंदुत्वनिष्ठांना दिशादर्शन !

८. भारतीय संस्कृतीच्या जागतिक प्रसारार्थ ‘भारत गौरव पुरस्कार’ देऊन फ्रान्सच्या संसदेत सन्मान (५ जून २०२४)

(संपूर्ण परिचयासाठी वाचा – ‘www.Sanatan.org’.)

सनातनच्या सूक्ष्म-ज्ञानप्राप्तकर्त्यांचे अद्वितीयत्व !

श्रीचित्शक्ति (सौ.) अंजली गाडगीळ

सुश्री (कु.) मधुरा भिकाजी भोसले

सूक्ष्म-ज्ञानप्राप्तकर्ते पृथ्वीवर कुठेही उपलब्ध नसलेले अध्यात्मातील विविध विषयांवरील सखोल अध्यात्मशास्त्रीय ज्ञान सूक्ष्मातून मिळवतात. वर्ष २००३ पासून त्यांना मिळणारे हे ज्ञान सनातनच्या साधारणपणे ६० हून अधिक ग्रंथांत घेतले आहे. ईश्वराकडून मिळणारे हे ज्ञान ग्रहण करण्यासाठी त्यांना वाईट शक्तींच्या आक्रमणांनाही तोंड द्यावे लागते. असे असले, तरी गुरुकृपेच्या बळावर ते ही सेवा करतच आहेत.

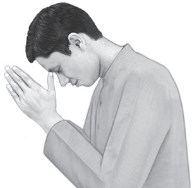
वाचकांना निवेदन !

'या ग्रंथातील सूक्ष्म ज्ञानाविषयीची चित्रे 'महर्षि अध्यात्म विश्वविद्यालया'च्या सौजन्याने घेतली आहेत.' - **प्रकाशक**

परात्पर गुरु डॉ. जयंत आठवले यांच्या उपाध्यांविषयीचे विवेचन !

१३.७.२०२२ पासून ‘सप्तर्षी जीवनाडीपट्टी’ वाचनाच्या माध्यमातून सप्तर्षींनी आज्ञा केल्याप्रमाणे परात्पर गुरु डॉ. आठवले यांना ‘सच्चिदानंद परब्रह्म’ ही उपाधी लावण्यात येत आहे. असे असले तरी, त्यापूर्वीच्या लिखाणात किंवा आताही साधकांनी लिहून दिलेल्या लिखाणात ‘प.पू.’ किंवा ‘परात्पर गुरु’ अशी उपाधी वापरली असेल, तर ती तशीच ठेवली आहे. F (DrV-Nav)

लघुग्रंथ वाचण्यास आरंभ करण्यापूर्वी पुढील प्रार्थना करा !



हे कुलदेवते (स्वतःच्या कुलदेवतेचे नाव घ्यावे), उपास्यदेवते (स्वतःच्या उपास्यदेवतेचे नाव घ्यावे) आणि गुरुदेवा (गुरु असल्यास), आपल्या कृपेने या लघुग्रंथातील विषय मला नीट समजू दे अन् त्यानुसार मला योग्य आचरणही करता येऊ दे.

अनुक्रमणिका

(प्रकरणांतील काही वैशिष्ट्यपूर्ण मथळे खाली दिले आहेत.)

卐 मनोगत ९

卐 प्रस्तुत ग्रंथाचे असामान्यत्व लक्षात घ्या ! ११

प्रकरण १. नमस्काराचा अर्थ आणि लाभ १३

प्रकरण २. नमस्कार करतांना हे लक्षात घ्या ! १६

२ अ. नमस्कार करतांना डोळे का मिटावेत ? १६

२ इ. एका हाताने नमस्कार का करू नये ? १८

प्रकरण ३. देवतेला नमस्कार करणे २५

३ आ १. पुरुषांनी देवतेला साष्टांग नमस्कार घालणे २७

३ आ २. पुरुष आणि स्त्री यांनी मस्तक भूमीवर टेकवून नमस्कार करणे ३२

३ आ ३. स्त्रियांनी ओणवे होऊन नमस्कार करणे ३४

३ आ ४. पुरुष आणि स्त्री यांनी हात जोडून नमस्कार करणे ३५

३ आ ५. पुरुष आणि स्त्री यांनी देवतेच्या चरणांवर डोके ठेवून नमस्कार करणे ४६

प्रकरण ४. संतांना नमस्कार करणे ४७

४ आ. पुरुष आणि स्त्री यांनी संतांच्या चरणांवर डोके ठेवून नमस्कार करणे ४८

प्रकरण ५. पादुकांना नमस्कार करणे ५४

प्रकरण ६. ज्येष्ठ अन् वयोवृद्ध यांना नमस्कार करणे ५५

प्रकरण ७. पती-पत्नी यांनी जोडीने नमस्कार करणे ६२

७ इ. पती आणि पत्नी यांनी जोडीने देवता, संत, पुरोहित, ज्येष्ठ आणि वयोवृद्ध यांना नमस्कार करण्याच्या पद्धती ६५

प्रकरण ८. नमस्काराच्या काही अन्य कृती ६८

८ अ. एकमेकांना भेटतांना कशा प्रकारे नमस्कार करावा ? ६८

प्रकरण ९. कोणाला नमस्कार करू नये ? ७३

卐 संकलकांचा वैज्ञानिक दृष्टीकोन आणि अन्य माहिती ७५

टीप लघुग्रंथाच्या शेवटी इंग्रजी अक्षरांत दिलेला संकेतांक हा केवळ कार्यालयीन सोयीसाठी आहे. त्याचा लिखाणाशी संबंध नाही.

मनोगत

देवतेचे दर्शन घेतांना किंवा ज्येष्ठ वा सन्माननीय व्यक्तीची भेट झाल्यावर आपले हात नकळत जोडले जातात. 'नमस्कार' म्हणजे हिंदुमनावर असलेला एक सात्त्विक संस्कार, समृद्ध हिंदु संस्कृतीचा वारसा जपणारी कृती. भक्तीभाव, प्रेम, आदर, लीनता आदी दैवी गुणांची अभिव्यक्ती करणारी आणि ईश्वरी शक्ती प्रदान करणारी सहजसुलभ धार्मिक कृती म्हणजे नमस्कार.

नमस्कारामागील अध्यात्मशास्त्राविषयी असलेल्या अज्ञानामुळे म्हणा किंवा पाश्चात्त्य संस्कृतीच्या वाढत्या प्रभावाचा परिणाम म्हणा, आजकाल बऱ्याच जणांकडून हस्तांदोलनाची कृती होते, तसेच नमस्काराची कृती झाल्यास एक औपचारिकता म्हणून होते. अशा औपचारिक नमस्काराच्या कृतीला श्रद्धेचे अधिष्ठान नसल्याने त्यांना या कृतीतून मिळणारा लाभ अल्प असतो. श्रद्धेसह कोणतीही धार्मिक कृती ही अध्यात्मशास्त्रदृष्ट्या योग्य होणेही आवश्यक असते; कारण अशा कृतीनेच परिपूर्ण फळ मिळते. या लघुग्रंथात नमस्काराच्या विविध पद्धती अध्यात्मशास्त्रदृष्ट्या

卐 ———— 卐

योग्यरित्या कशा करायच्या, हे सांगतांनाच त्यांमागील शास्त्रही सांगितले आहे. त्यासह 'नमस्कार करतांना कोणत्या गोष्टी टाळाव्यात ? कोणत्या व्यक्तींना नमस्कार करू नये ?' आदींविषयीही सुयोग्य मार्गदर्शन केले आहे.

या लघुग्रंथात दिलेल्या नमस्काराच्या पद्धती सर्वांना आत्मसात् होवोत आणि त्यांना भावी पिढीवरही ते संस्कार करण्याची सुबुद्धी होवो, ही श्री गुरुचरणी प्रार्थना. – **संकलक**

卐 ———— 卐

सच्चिदानंद परब्रह्म डॉ. आठवले यांच्या आध्यात्मिक उत्तराधिकारी !

सद्गुरु (सौ.) बिंदा नीलेश सिंगबाळ आणि सद्गुरु (सौ.) अंजली मुकुल गाडगीळ या सच्चिदानंद परब्रह्म डॉ. आठवले यांच्या आध्यात्मिक उत्तराधिकारी आहेत. जीवनाडीपट्टी-वाचनाद्वारे सप्तर्षींनी केलेल्या आज्ञेनुसार १३.५.२०२० पासून सद्गुरु (सौ.) बिंदा सिंगबाळ यांना 'श्रीसत्‌शक्ति' आणि सद्गुरु (सौ.) अंजली गाडगीळ यांना 'श्रीचित्‌शक्ति' या उपाधीने संबोधले जात आहे.