भावजागृतीसाठी साधना : खंड २

प्रार्थना

(महत्त्व आणि उदाहरणे)

मराठी (Marathi)

संकलक

हिंदु राष्ट्राच्या स्थापनेचा उद्‌घोष करणारे

सच्चिदानंद परब्रह्म डॉ. जयंत बाळाजी आठवले

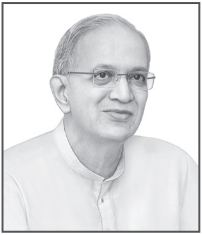
आणि पू. संदीप गजानन आळशी

सनातन संस्था

प्रस्तुत पुनर्मुद्रणाच्या १०,००० प्रती आणि या

लघुग्रंथाच्या आतापर्यंत १,६८,६०० प्रती प्रकाशित !

सच्चिदानंद परब्रह्म डॉ. जयंत आठवले यांच्या अद्वितीय कार्याचा संक्षिप्त परिचय



१. ‘संमोहन उपचारतज्ज्ञ’ म्हणून मुंबईत व्यवसाय (वर्ष १९७८ ते १९९४)

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

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

(टीप : हिंदु राष्ट्र [ईश्वरी राज्य] - ‘हीनान् गुणान् दूषयति इति हिंदुः ।’ म्हणजे ‘कनिष्ठ, हीन, अशा रज आणि तम गुणांचा नाश करणारे ते हिंदू.’ अशा सात्त्विक लोकांचे राष्ट्र म्हणजे ‘हिंदु राष्ट्र’ होय.)

४. गुरुकुलासम सनातन आश्रमांची निर्मिती !

५. ईश्वरप्राप्तीसाठी, तसेच राष्ट्र आणि धर्म यांच्या कार्यासाठी तन-मन-धन यांचा त्याग करणारे सहस्रो साधक घडवणे

६. शीघ्र ईश्वरप्राप्तीसाठी ‘गुरुकृपायोग’ या साधनामार्गाची निर्मिती : यानुसार साधना करून ३.२.२०२५ पर्यंत १३० साधक संत झाले, तर १०४९ साधकांची संतत्वाच्या दिशेने वाटचाल चालू !

७. जानेवारी २०२५ पर्यंत ३६६ ग्रंथांच्या १३ भाषांत ९८ लाख ६६ सहस्र प्रती आणि ५,००० हून अधिक ग्रंथ होतील एवढे लिखाण प्रकाशित होण्याच्या प्रतीक्षेत !

८. शारीरिक, मानसिक, तसेच वाईट शक्तींच्या त्रासांवरील उपायपद्धतींविषयी संशोधन

९. स्वतःचा देह (नखे, केस आणि त्वचा), तसेच वापरातील वस्तू यांच्यातील दैवी पालटांविषयी संशोधनकार्य अन् स्वतःच्या महामृत्यूयोगाचा संशोधनात्मक अभ्यास

१०. कलेचे सात्त्विक सादरीकरण होण्यासाठी संशोधन

११. ३.२.२०२५ पर्यंत २ बालक-संतांची, तसेच ६० टक्क्यांहून अधिक आध्यात्मिक पातळी असलेल्या २१५ अन् अन्य ९४४ दैवी बालकांची ओळख समाजाला करून दिली आहे. दैवी बालकांविषयी संशोधनही चालू आहे.

१२. आचारपालनातील कृती, धार्मिक कृती आणि बुद्धीअगम्य घटना यांचे वैज्ञानिक उपकरणांद्वारे संशोधन

१३. ज्योतिषशास्त्र आणि नाडीभविष्य यांच्याद्वारे विविधांगी संशोधन

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

१५. धर्माधिष्ठित हिंदु राष्ट्राच्या (ईश्वरी राज्याच्या) स्थापनेसाठी संत, संप्रदाय, हिंदुत्ववादी, देशभक्त आणि सामाजिक कार्यकर्ते यांचे संघटन अन् त्यांना आध्यात्मिक स्तरावर दिशादर्शन

१६. भीषण आपत्काळाचा विचार द्रष्टेपणाने अनेक वर्षे आधीच करून आपत्काळात जीवितरक्षणासाठी आवश्यक असणाऱ्या विविध उपाययोजनांविषयी ग्रंथ, नियतकालिके, संकेतस्थळे आदी माध्यमांद्वारे मार्गदर्शन

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

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

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 १३.५.२०20 पासून सद्गुरु (सौ.) बिंदा सिंगबाळ यांना 'श्रीसत्‌शक्ति' आणि सद्गुरु (सौ.) अंजली गाडगीळ यांना 'श्रीचित्‌शक्ति' या उपाधीने संबोधले जात आहे.

पू. संदीप गजानन आळशी यांचा परिचय

सनातनच्या ग्रंथांच्या निर्मितीची सेवा करण्यासह राष्ट्रजागृती आणि धर्मप्रसार करणारे प्रसारसाहित्य (सनातन पंचांग, धर्मशिक्षण फलक इत्यादी) यांसाठी लेखन करतात. साधना, राष्ट्र अन् धर्म यांसंबंधी नियतकालिक 'सनातन प्रभात'मधून प्रबोधनपर लेखनही करतात.

अनुक्रमणिका

(काही वैशिष्ट्यपूर्ण मथळे खाली दिले आहेत.)

卐 मनोगत ११

१. व्युत्पत्ती आणि अर्थ १३

२. महत्त्व ३. लाभ १३

३ आ. प्रार्थनेमुळे कृती, विचार आणि वृत्ती या तीनही स्तरांवर लाभ होणे १६

३ इ. मनावरील ताण दूर होणे १७

३ ई. अहं अल्प होणे १७

३ उ. भावपूर्ण प्रार्थना केल्याने होणारे सूक्ष्मातील लाभ दर्शवणारे चित्र १७

३ ए. ईश्वर किंवा गुरु यांनी क्षमा करणे १९

४. प्रकार २०

४ अ. सकाम आणि निष्काम प्रार्थना २०

४ आ. व्यष्टी आणि समष्टी प्रार्थना २१

५. प्रार्थना ही बंधनविरहित साधना ! २२

६. प्रार्थना कोणाला करावी ? २३

७. प्रार्थना कशी करावी ? २५

७ अ. सर्वसाधारण पद्धत २५

७ आ. प्रार्थनेचे टप्पे २६

८. प्रार्थनेच्या संदर्भात होणाऱ्या चुका ३१

८ अ. क्रियमाण कर्माचा योग्य वापर न करताच प्रार्थना करणे ३१

९. प्रार्थनांची उदाहरणे ३२

१०. प्रार्थनेचे महत्त्व परकियांना अलीकडे उमगणे ! ५९

११. प्रार्थनेच्या जोडीला साधना करा ! ६१

卐 प्रस्तुत लघुग्रंथाचे अध्यात्मशास्त्रीय परिभाषेतील सार ! ६४

卐 संकलकांचा वैज्ञानिक दृष्टीकोन अन् अन्य ६६

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

मनोगत

‘उषःकाली प्रार्थनेच्या किल्लीने दिवसाचे दार उघडावे आणि रात्री प्रार्थनेची कडी घालून ते बंद करावे’, असे सुवचन आहे. दैनंदिन धकाधकीच्या जीवनात आपण मनःशांती हरवून बसतो. ती मनःशांती प्रार्थनेमुळे मिळते. अशक्य गोष्टी शक्य वाटतात; कारण प्रार्थनेमुळे श्रद्धेचे बळ आणि ईश्वराचा आशीर्वाद लाभतो. प्रार्थनेचे महत्त्व वैज्ञानिकांनीही मान्य केले आहे. ‘प्रार्थनांचा आरोग्यावर सुपरिणाम होतो’, असे जपानी वैज्ञानिक डॉ. मासारू इमोटो म्हणतात. साधना (ईश्वरप्राप्तीसाठी प्रतिदिन करायचे प्रयत्न) करणाऱ्यांसाठी तर प्रार्थना, हे सतत ईश्वरी अनुसंधानात रहाण्यासाठीचे अनमोल साधनच आहे.

विद्यार्थी, गृहिणी, कार्यालयीन कर्मचारी, अभियंता, वैद्य, शेतकरी, साधक, राष्ट्राभिमानी अन् धर्माभिमानी अशा सर्वांनाच उपयुक्त होतील अशा सोप्या प्रार्थना या लघुग्रंथात दिल्या आहेत. त्याचसह दैनंदिन पूजाअर्चा, सण-उत्सव, दिनचर्या, व्याधी (आजार), खरेदी आदी विविध प्रसंगी

कोणत्या प्रार्थना करायच्या, हेही या लघुग्रंथातून कळेल.

लहान-थोर आदी सर्वांनीच या लघुग्रंथाचा लाभ करून घेऊन जीवन आनंदी आणि यशस्वी बनवावे, ही श्री गुरुचरणी प्रार्थना ! – **संकलक**

वाचकांना निवेदन !

'या लघुग्रंथात सूक्ष्म परीक्षण, सूक्ष्म चित्रे इ. 'महर्षि अध्यात्म विश्वविद्यालया'च्या सौजन्याने घेतले आहे.' – **प्रकाशक**

देवाप्रती भाव वाढवण्यास सहाय्य करणारा सनातनचा ग्रंथ !

भावाचे प्रकार आणि जागृती

- भावाची वैशिष्ट्ये कोणती ?
- साधनेत भावाचे महत्त्व काय आहे ?
- व्यक्त अन् अव्यक्त भाव म्हणजे काय ?

अव्यक्त-व्यक्त भावावस्था