

ग्रंथमालिका 'स्वभावदोष आणि अहं यांचे निर्मूलन' : खंड ५

# स्वभावदोष-निर्मूलनासाठी आध्यात्मिक स्तरावरील प्रयत्न

स्वभावदोष-निर्मूलन प्रक्रिया म्हणजे  
मनोलय आणि बुद्धीलय करण्याचे सुलभ साधन !

मराठी (Marathi)

संकलक

हिंदु राष्ट्राच्या स्थापनेचा उद्घोष करणारे  
सच्चिदानंद परब्रह्म डॉ. जयंत बाळाजी आठवले  
भूतपूर्व संमोहन उपचारतज्ञ (वर्ष १९७८ ते १९९४)



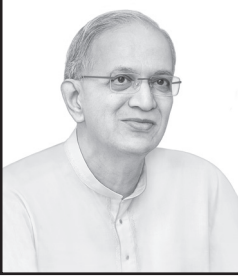
## सनातन संस्था

卐 सनातनच्या ग्रंथांची भारतातील भाषांनुसार संख्या 卐

मराठी ३४३, इंग्रजी २०१, कन्नड १९६, हिंदी १९५, गुजराती ६८, तेलुगु ४५, तमिळ ४३, बंगाली २९, मल्ल्याळम् २४, ओडिया २२, पंजाबी १३, नेपाळी ३ अन् आसामी २  
नोव्हेंबर २०२३ पर्यंत ३६४ ग्रंथांच्या १३ भाषांत ९४ लाख ६७ सहस्र प्रती प्रसिद्ध !

## ग्रंथाच्या संकलकांचा परिचय

### सच्चिदानंद परब्रह्म डॉ. जयंत आठवले यांच्या आध्यात्मिक संशोधनकार्याचा संक्षिप्त परिचय



१. 'ईश्वरप्राप्तीसाठी कला' याविषयी मार्गदर्शन आणि संगीत, नृत्य इत्यादी कलांचे सात्त्विक सादरीकरण करण्याविषयी संशोधन

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

३. शारीरिक आणि मानसिक, तसेच वार्ड शक्तींच्या त्रासांवरील उपायपद्धतींविषयी संशोधन

४. २१.११.२०२३ पर्यंत २ बालक-संतांची, तसेच ६० टक्क्यांहून अधिक आध्यात्मिक पातळी असलेल्या २२९ अन् अन्य ९०८ दैवी बालकांची ओळख समाजाला करून दिली आहे. दैवी बालकांविषयी संशोधनही चालू आहे.

५. स्वतःचा (सच्चिदानंद परब्रह्म डॉ. आठवले यांचा) देह, स्वतःच्या वापरातील वस्तू यांच्यातील दैवी पालटांविषयी संशोधन अन् स्वतःच्या महामृत्यूयोगाचा संशोधनात्मक अभ्यास

(संपूर्ण परिचयासाठी वाचा - [www.Sanatan.org](http://www.Sanatan.org))

\*\*\*

\*\*\* सच्चिदानंद परब्रह्म डॉ. आठवले यांचे साधकांना आश्वासन ! \*\*\*

रूथूल देहा असे स्थळकाळाची मर्यादा ।

कैसे असू सर्वदा सर्वा ठायी ॥

सनातन धर्म माझे नित्य रूप ।

त्या रूपे सर्वत्र उगहे सदा ॥ - जयंत आठवले

१७.५.१९९९

\*\*\*

## अनुक्रमणिका

प्रकरण १ : आध्यात्मिक स्तरावर करावयाचे प्रयत्न	८
१. षड्रिपुंवर नियंत्रण मिळवण्याचा प्रयत्न करणे	८
२. अहं-निर्मूलनासाठी प्रयत्न करणे	१४
३. नामजपात संख्यात्मक आणि गुणात्मक वृद्धी करण्याचा प्रयत्न करणे	२२
४. सतत 'सत्'मध्ये रहाण्याचा प्रयत्न करणे	३३
५. क्षात्रवृत्ती अंगी बाणवण्यासाठी प्रयत्न करणे	३६
६. अध्यात्मातील आणि विविध ग्रंथांमधील सिद्धांत, तत्त्वे आणि नियम आचरण्याचा प्रयत्न करणे	४४
७. संतांची शिकवण आचरणे	५२
८. भक्तीभाव वृद्धीगत करणे	५५
प्रकरण २ : व्यक्तीची मनःस्थिती आणि नकारात्मक विचारांशी लढण्याची क्षमता यांवर आध्यात्मिक गुणांचा होणारा परिणाम	६५
१. मनाची सर्वसामान्य स्थिती	६५
२. क्षात्रवृत्ती जागृत असतांनाची मनःस्थिती	६६
३. भाव जागृत असतांनाची मनःस्थिती	६६
४. अहं जागृत नसतांनाची मनःस्थिती	६७
५ संकलकांचा वैज्ञानिक दृष्टीकोन आणि अन्य माहिती	६९

**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.

‘स्वभावदोष-निर्मूलन प्रक्रिये’मुळे रज-तमात्मक स्वभावदोष दूर होऊन अंतर्मुखता साधण्यास मदत होते. स्वभावदोषांची व्याप्ती पहाता त्यांना सागराच्या पृष्ठभागावर तरंगणाऱ्या महाकाय हिमनगांचीच उपमा देणे सार्थ ठरेल. जसा हिमनगांचा अधिकांश भाग हा सागरात असतो, तसे स्वभावदोषांचे संस्कार अंतःकरणात खोलवर रुजलेले असतात. ते लवकर दूर होण्यासाठी स्वभावदोष बळावण्यास कारणीभूत असलेल्या आध्यात्मिक घटकांचे (उदा. काम-क्रोधादी षड्रिपू, भय, ‘मी’पणा (अहं) आदींचे) समूळ उच्चाटन करणेही आवश्यक ठरते. स्वभावदोष-निर्मूलन प्रक्रियेची परिणामकारकता वाढवण्यास आध्यात्मिक स्तरावरील प्रयत्नही कसे साहाय्यभूत ठरतात, याविषयीचे विस्तृत विश्लेषण प्रस्तुत ग्रंथात दिले आहे.

हा ग्रंथ अभ्यासून वाचकांना स्वभावदोष-निर्मूलनाची परिणामकारकता वाढवून सच्चिदानंदाची अनुभूती घेता यावी, ही श्री गुरुचरणी प्रार्थना.

- संकलक

(सनातनच्या ‘ग्रंथमालिका ‘स्वभावदोष-निर्मूलन’चे सामाईक मनोगत ‘स्वभावदोष (षड्रिपू)-निर्मूलनाचे महत्त्व आणि गुणसंवर्धन प्रक्रिया’ या ग्रंथात दिले आहे.)

परात्पर गुरु डॉ. जयंत आठवले यांच्या  
‘सच्चिदानंद परब्रह्म’ या उपाधीविषयी विवेचन !

१३.७.२०२२ पासून ‘सप्तर्षी जीवनाडीपट्टी’च्या वाचनाच्या माध्यमातून सप्तर्षींनी आज्ञा केल्याप्रमाणे परात्पर गुरु डॉ. आठवले यांना ‘सच्चिदानंद परब्रह्म’ ही उपाधी लावण्यात येत आहे. त्यापूर्वी त्यांना ग्रंथांमध्ये ‘प.पू.’ आणि ‘परात्पर गुरु’ या उपाध्यांनी संबोधले आहे. यानुसार ग्रंथाच्या मुखपृष्ठावर आणि ग्रंथात तसा तसा उल्लेख केला आहे.