

ग्रंथमालिका 'स्वभावदोष आणि अहं यांचे निर्मूलन' : खंड २

स्वतःतील स्वभावदोष कसे शोधावेत ?

मराठी (Marathi)

संकलक

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



सनातन संस्था

卐 सनातनच्या ग्रंथांची भारतातील भाषांनुसार संख्या 卐

मराठी ३४५, इंग्रजी २०१, कन्नड १९८, हिंदी १९५, गुजराती ६८, तेलुगु ५३, तमिळ ४४, बंगाली ३०, मल्लयाळम् २४, ओडिया २२, पंजाबी १३, नेपाळी ३ अन् आसामी २

जून २०२४ पर्यंत ३६६ ग्रंथांच्या १३ भाषांत ९७ लाख १० 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. १५.५.२०२४ पर्यंत २ बालक-संतांची, तसेच ६० टक्क्यांहून अधिक आध्यात्मिक पातळी असलेल्या २३० अन् अन्य ९२५ 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)

*** 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 आठवले

१७.५.१९९९

अनुक्रमणिका

(प्रकरणांतील काही वैशिष्ट्यपूर्ण मथळे खाली दिले आहेत.)

प्रकरण १ : स्वभाव, गुण-दोष व स्वभावदोष-निर्मूलन प्रक्रिया यांची प्राथमिक माहिती	९
१. स्वभाव	९
२. स्वभावदोष (षड्रिपू)-निर्मूलन प्रक्रिया ३. प्रक्रियेतील कृतीचे टप्पे	१०
४. प्रक्रियेबद्दलचे गैरसमज व त्यांमागील कारणे	१३
५. प्रक्रिया अमलात आणतांना येणारे प्रमुख अडथळे	१५
६. प्रक्रिया यशस्वी होण्यासाठी आवश्यक असलेले गुण	१५
७. प्रक्रियेला सुरुवात करण्यापूर्वी लक्षात घ्यावयाच्या उपयुक्त सूचना	१७
प्रकरण २ : टप्पा १. दिवसभरात घडलेले प्रसंग / चुका यांची नियमित 'स्वभावदोष-निर्मूलन सारणी'त नोंद करणे	१९
१. स्वभावदोष-निर्मूलन सारणीचे स्वरूप	१९
२. सारणी लिहिण्याची पद्धत	२०
३. स्वतःचे स्वभावदोष लक्षात येत नसल्यास करावयाच्या उपाययोजना	२६
४. सारणी लिहिण्यासंदर्भात टाळावयाच्या चुका	२७
५. सारणी नियमितपणे लिहिल्यामुळे होणारे फायदे	३०
६. सारणी लिहिण्यात नियमितता येण्यासाठी करावयाची उपाययोजना	३२
प्रकरण ३ : टप्पा २. प्रसंगांचा, तसेच अयोग्य कृती आणि अयोग्य प्रतिक्रिया यांचा अभ्यास करून प्रसंगानुरूप योग्य कृती अन् योग्य प्रतिक्रिया निश्चित करणे	३६
१. योग्य कृती निश्चित करण्याची पद्धत	३६
२. योग्य प्रतिक्रिया निश्चित करण्याची पद्धत	३७
३. अयोग्य कृती व प्रतिक्रिया यांचा अभ्यास करतांना लक्षात घ्यावयाचे मुद्दे	४२

प्रकरण ४ : टप्पा ३. मनाला योग्य प्रश्न विचारून प्रसंगानुरूप अयोग्य कृती व अयोग्य प्रतिक्रिया यांचे विश्लेषण करून मूळ स्वभावदोष शोधणे	४६
१. अयोग्य कृती व अयोग्य प्रतिक्रिया यांच्यामागील मूळ कारण शोधतांना लक्षात घ्यावयाचे मुद्दे	४६
२. प्रसंगाचे अयोग्य रीतीने केलेले विश्लेषण व स्वभावदोष-निर्मूलनाची चुकीची दिशा	४७
३. अयोग्य कृतीचा अभ्यास करून स्वभावदोष शोधण्याची पद्धत	४८
४. अयोग्य प्रतिक्रियेचा अभ्यास करून स्वभावदोष शोधण्याची पद्धत	५१
५. प्रसंगांचा अभ्यास करून मनाला विविध प्रश्न विचारतांना लक्षात घ्यावयाचे मुद्दे	५३
६. अयोग्य कृती व अयोग्य प्रतिक्रिया यांचे विश्लेषण करतांना योग्य किंवा आदर्श कृती व योग्य किंवा आदर्श प्रतिक्रिया यांचा विचार करणे	५५
प्रकरण ५ : टप्पा ४. स्वभावदोषांची यादी तयार करणे व स्वभावदोषांचे वर्गीकरण करून त्यातून प्रबळ असलेले तीन स्वभावदोष प्रक्रियेसाठी प्राधान्यक्रमाने निवडणे	५८
१. स्वभावदोषांची यादी तयार करणे २. स्वभावदोषांचे वर्गीकरण करणे	५८
३. स्वभावदोषांचा प्राधान्यक्रम निश्चित करणे	६१
४. स्वभावदोषांचा प्राधान्यक्रम निश्चित करतांना टाळावयाच्या चुका	६७
॥ स्वभावदोष यादी	६८
॥ प्रस्तुत ग्रंथाचे असामान्यत्व लक्षात घ्या !	७७
॥ संकलकांचा वैज्ञानिक दृष्टीकोन	८०

टीप १. या ग्रंथमालिकेचे सामायिक मनोगत ग्रंथमालिकेतील 'स्वभावदोष (षड्रिपू)-निर्मूलनाचे महत्त्व व गुण-संवर्धन प्रक्रिया' या ग्रंथात सविस्तरपणे दिले आहे.

सर्वसामान्य व्यक्ती असो वा परमार्थपथावरून वाटचाल करणारा साधक, प्रत्येक जण सर्वोच्च आणि चिरंतन सुखाच्या प्राप्तीसाठीच धडपडत असतो. प्रत्येकजण सुखप्राप्तीसाठी प्रयत्न करतांना दुःखनिवृत्तीसाठीही प्रयत्नशील असतो. या प्रयत्नांत सुखप्राप्तीतील अडथळे आणि दुःखामागील कारणे शोधून ती दूर करणे क्रमप्राप्त ठरते. या प्रक्रियेला आध्यात्मिक परिभाषेत 'अंतर्मुखता साधणे', असे म्हणतात. सर्वसामान्य व्यक्तीची आणि प्राथमिक अवस्थेतील साधकाची वृत्ती बहिर्मुख असल्यामुळे सुरुवातीला 'एक माणूस म्हणून 'मी' नेमका कसा आहे', याची त्याला जाणच नसते. तसेच प्रत्येक व्यक्तीच्या स्वतःविषयी काही भ्रामक समजुती असतात. त्या समजुतींच्या आधारे तिने स्वतःची वास्तवापासून विपरीत अशी 'आभासी प्रतिमा' मनात निर्माण केलेली असते. कळत-नकळत ती आभासी प्रतिमा जपण्याचा प्रयत्न व्यक्ती सतत करत असते. अंतर्मुखतेच्या पहिल्या टप्प्यात या आभासी प्रतिमेला छेद देऊन 'खरा 'मी' कसा आहे', हे ओळखणे आणि त्यासाठी स्वतःच्या मनाला अभ्यासणे आवश्यक ठरते. स्वतःची ओळख जितकी वास्तवाशी मिळतीजुळती असेल, तितकी अंतर्मुखतेची प्रक्रिया अधिक प्रभावी ठरते.

स्वमनाचा अभ्यास करतांना स्वभावातील गुण-दोष शोधणे आवश्यक असते. प्रस्तुत ग्रंथात स्वतःच स्वतःतील गुण-दोष कसे ओळखावेत, तसेच अंतर्मुखता साधण्यासाठी स्वभावदोष-निर्मूलन प्रक्रियेच्या माध्यमातून स्वतःत आवश्यक असे परिवर्तन कसे घडवून आणू शकतो, हे विस्तृतपणे दिले आहे. स्वमन अभ्यासतांना गुण-दोषांविषयीचे वास्तव स्वीकारण्याची मनाची तयारी नसल्यामुळे ही प्रक्रिया अमलात आणतांना विकारी मन व्यक्तीला पदोपदी फसवते, स्वभावदोष लक्षात आल्यानंतर व्यक्तीला ते स्वीकारणे कठीण होते. बऱ्याचदा अहं आड येतो, मनाचा वेध घेण्याची दिशा अयोग्य असते, तसेच या प्रक्रियेत विविध टप्प्यांवर चुकाही होतात. त्यामुळे अपेक्षित परिवर्तन न झाल्यामुळे व्यक्ती निराशेच्या खोल गर्तेत



हरवते. अंतर्मुखतेच्या प्रवाहातील हे अडथळे दूर करून ही प्रक्रिया यशस्वीरीत्या अमलात आणता यावी, यासाठी आवश्यक असलेले गुण, या प्रक्रियेतील विविध टप्पे आचरणात आणतांना ठेवावयाचा दृष्टीकोन, प्रत्येक टप्प्यातील कृती करतांना लक्षात घ्यावयाचे मुद्दे आणि टाळावयाच्या चुका वगैरे मुद्द्यांची सविस्तर माहिती या ग्रंथात दिली आहे.

स्वभावदोष-निर्मूलन प्रक्रियेद्वारे वाचकांना वृत्तीत सकारात्मक परिवर्तन घडवता येऊन सुखी आणि यशस्वी जीवन जगता यावे, तसेच अंतर्मुखता साधून परमार्थपथावरील वाटचाल दृढ करता यावी, ही श्री गुरुचरणी प्रार्थना.

- संकलक



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.

सच्चिदानंद परब्रह्म डॉ. आठवले यांच्या उत्तराधिकाऱ्यांच्या उपाध्यांविषयीचे विवेचन !

जीवनाडीपट्टी-वाचनाद्वारे सप्तर्षींनी केलेल्या आज्ञेनुसार १३.५.२०२० पासून सदगुरु (सौ.) बिंदा सिंगबाळ यांना 'श्रीसत्शक्ति' आणि सदगुरु (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 + SSIAG-Nav + SSIBS-Nav)