भावी आपत्काळातील संजीवनी : नामजप उपाय - खंड १

विकार-निर्मूलनासाठी नामजप

(महत्त्व आणि नामजपाच्या प्रकारांमागील शास्त्र)

मनोगत

सर्वसाधारणतः हिंदूंना उपासना म्हणून देवतेचा नामजप करण्याविषयी ठाऊक असते; पण विकारांच्या निर्मूलनासाठीही देवतेचा नामजप उपयुक्त असतो, याविषयी ठाऊक नसते. अमेरिकेसारख्या पाश्चात्त्य देशांमध्ये ओंकाराच्या जपाविषयी सखोल संशोधन होते आणि पाश्चात्त्य लोक ओंकाराचा जप करून विकारांतून बरेही होतात. हिंदुस्थानात मात्र आम्ही हिंदू आमच्याच धर्मात सांगितलेल्या नामजपांच्या लाभांपासून अनभिज्ञ आहोत. हा केवढा दैवदुर्विलास ! 'नामजप-उपाय' या ग्रंथमालिकेच्या माध्यमातून हिंदूंना त्यांच्या धर्माचे आणि देवतांचे माहात्म्यही कळेल.

मनुष्याच्या बहुतेक शारीरिक आणि मानसिक विकारांमागील मूळ कारण आध्यात्मिक असते. हे कारण नष्ट होण्यासाठी आध्यात्मिक स्तरावरील उपाय योजावा लागतो. 'नामजप' हा एक उत्तम आध्यात्मिक उपाय आहे. आध्यात्मिक कारणांपैकी 'प्रारब्ध (नशीब)' हे एक महत्त्वाचे कारण आहे. नामजपामुळे रुग्णाचे मंद प्रारब्ध नष्ट होण्यास साहाय्य होते, मध्यम प्रारब्ध न्यून होते, तर तीव्र प्रारब्ध भोगून संपवण्यासाठी त्याच्या मनाची सिद्धता होते.

प्रत्येक देवतेची विशिष्ट कंपने असतात. त्या देवतेच्या नावाचा जप केल्याने जी विशिष्ट कंपने शरिरात निर्माण होतात, त्यांच्यामुळे विकाराद्वारे शरिरात निर्माण झालेली अनैसर्गिक किंवा प्रमाणबाह्य कंपने सुधारण्यास साहाय्य होते, म्हणजेच विकार-निर्मूलन होण्यास साहाय्य होते. नामजपामुळे केवळ विकार बरे होतात असे नाही, तर विकारांमुळे निर्माण होणाऱ्या वेदना आणि दुःख सहन करण्याचे मनोबल आणि शक्तीही मिळते.

'नामजप' ही सर्वांसाठी सुलभ अशी उपायपद्धत आहे. नामजपाला देशकाल, शौच-अशौच, मंत्रजपाप्रमाणे योग्य उच्चार यांसारखी बंधने नाहीत. नामजपात योगयागादी साधनांत असते तशी कठीणताही नाही.

भावी आपत्काळात एखाद्या वेळी औषधी वनस्पती मिळू शकणार नाहीत; पण नामजपाचे उपाय मात्र त्रिकाळ कोठेही करता येतील.

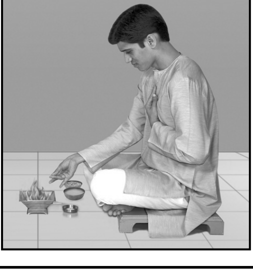
ग्रंथमालिकेच्या या खंडात नामजपाच्या विविध प्रकारांमागील शास्त्रही सांगितले आहे. शास्त्र कळल्यामुळे नामजपांविषयी श्रद्धा निर्माण व्हायला साहाय्य होते. सध्याच्या कलियुगातील मानवाचा अध्यात्मशास्त्रापेक्षा विज्ञानावर अधिक विश्वास असतो. नामजप उपायपद्धतीच्या संदर्भात वैज्ञानिक तंत्रज्ञानाच्या आधारे केलेले संशोधनात्मक प्रयोगही ग्रंथात दिले आहेत. त्या प्रयोगांचे विवेचन वाचून विज्ञानवाद्यांचीही नामजपावर श्रद्धा बसायला साहाय्य होईल.

भावी काळात स्थापन होणाऱ्या ईश्वरी राज्यात (हिंदु राष्ट्रात) नामजपाच्या उपायपद्धतीचा परिचय शालेय आणि महाविद्यालयीन शिक्षणात करून दिला जाईल. त्यामुळे भावी पिढीला विकारांमुळे भोगावे लागणारे दुःख न्यून करण्याचा एक सोपा मार्ग लहान वयातच ठाऊक होईल.

‘नामजपाचे उपाय करून जास्तीतजास्त रुग्ण लवकरात लवकर विकारमुक्त होवोत’, ही श्री गुरुचरणी आणि विश्वपालक श्री नारायणाच्या चरणी प्रार्थना ! – **संकलक**

भावी आपत्काळात नागरिकांच्या रक्षणाचा मूलमंत्र ठरणारा सनातनचा ग्रंथ !

अग्निहोत्र



सोपा आणि कोणीही करू शकेल, अशा अग्निहोत्र या यज्ञाचे महत्त्व, तसेच हा यज्ञ करण्याची पद्धत सांगणारा आणि या यज्ञाचा सूक्ष्मातील परिणामही समजावून देणारा अनमोल ग्रंथ !

एकाच विषयावरील सनातनचे ग्रंथ अखंड स्वरूपात न ठेवता त्यांचे २-३ खंडांत विभाजन करण्याचे उद्देश !

एकाच विषयावरील ग्रंथ अखंड स्वरूपात न ठेवता त्याचे २-३ खंडांत विभाजन केल्याने पुढे ग्रंथातील विषयांचा विस्तार करतांना पृष्ठसंख्यावाढीची काळजी रहात नाही. लहान लहान ग्रंथ बहुतेक वाचकांना आर्थिकदृष्ट्या परवडतात. असे ग्रंथ इतरांना भेट म्हणून देणे वा ग्रंथाचे प्रायोजक बनवणे या दृष्टीनेही सोयीचे होतात. वाचकांनी विभाजनामागील उद्देश जाणून सहकार्य करावे, ही विनंती. – **प्रकाशक**

अनुक्रमणिका

१. 'जप' या शब्दाची व्युत्पत्ती व अर्थ अन् 'नामजप' या शब्दाचा अर्थ २१

१ अ. 'जप' या शब्दाची व्युत्पत्ती आणि अर्थ २१

१ आ. 'नामजप' या शब्दाचा अर्थ २१

२. 'नामजप' ही सर्वांसाठी सुलभ अशी उपचारपद्धत ! २१

२ अ. बंधनविरहित २१

२ आ. कष्टदायक नसलेली उपायपद्धत २२

२ इ. सतत चालू राहू शकणारी उपायपद्धत २२

३. विकार-निर्मूलनाच्या दृष्टीने नामजपाचे महत्त्व २३

३ अ. नामजप म्हणजे देवतांना प्रसन्न करून घेण्याचा सोपा मार्ग ! २३

३ आ. शरिरात विकारामुळे निर्माण झालेली अनैसर्गिक कंपने नामजपातील कंपनांमुळे सुधारत असल्याने विकार बरा होण्यास साहाय्य होणे २३

३ इ. दुर्बळ मनामुळे निर्माण होणारे मानसिक आणि शारीरिक विकार नामजपाने मनःशक्ती वाढल्याने बरे होण्यास साहाय्य होणे २४

३ ई. वाईट शक्तींच्या त्रासांमुळे निर्माण होणार्‍या विकारांच्या निर्मूलनासाठी नामजप उपयुक्त असणे २४

४. विशिष्ट विकारांवर उपयुक्त असे विशिष्ट देवतांचे नामजप करून इंद्रियांतील विकृती दूर होण्याची प्रक्रिया **२५**

४ अ. इंद्रियातील विकृती म्हणजे त्या इंद्रियात, तसेच त्या इंद्रियाच्या बाहेरील क्षेत्रातही त्रासदायक स्पंदनांचे स्थान बनणे २५

४ आ. विशिष्ट देवतांच्या नामजपाच्या परिणामातील आध्यात्मिक प्रक्रियेची वैशिष्ट्ये २५

५. विकार-निर्मूलनासाठी उपयुक्त असलेले नामजपाचे विविध प्रकार आणि त्यांमागील शास्त्र **२५**

५ अ. देवतांची प्रमुख गुणवैशिष्ट्ये आणि कार्ये यांनुसार देवतांचे नामजप २६

५ आ. पंचमहाभूतांवरील (पंचतत्त्वांवरील) आधिपत्यानुसार नामजप २७

५ इ. आयुर्वेदानुसार असलेले मनुष्याच्या देहातील त्रिदोष आणि त्रिदोषांच्या विकारांवर देवतांचे नामजप ३५

५ ई. मनुष्याच्या देहातील अवयवांच्या विकारांवर उपयुक्त असे श्रीविष्णूच्या विशिष्ट नावांचे जप ३७

५ उ. इंद्रियांच्या विकारांवर उपयुक्त असे इंद्रियांच्या देवतांचे नामजप ३८

५ ऊ. मनुष्याच्या विविध अवयवांच्या विकारांवर उपयुक्त असे ‘देवीकवच’मधील काही श्लोकांत दिलेल्या देवींच्या नावांचे जप ३९

५ ए. मनुष्याच्या विविध विकारांवर उपयुक्त असे ‘ज्योतिषशास्त्रा’नुसार नामजप ४०

५ ऐ. बीजमंत्र ४०

५ ओ. शब्दब्रह्म (गायत्री मंत्रातील शब्दांचे नामजप) ५०

५ औ. अक्षरब्रह्म (देवतेचे तत्त्व / शक्ती संपुटित झालेल्या अक्षरांचे नामजप) ५०

५ अं. अंकजप ५१

६. देवता, देवतांशी संबंधित पंचतत्त्वे, पंचतत्त्वांशी संबंधित मुद्रा, तसेच न्यासस्थाने यांचा उपायांच्या दृष्टीने असलेला परस्परसंबंध ५३

६ अ. नामजपासह मुद्रा करण्याचे महत्त्व ५३

६ आ. मुद्रा ५४

६ इ. न्यास ५५

७. नामजप, मुद्रा आणि न्यास यांची उपयुक्तता सिद्ध करणारे वैद्यकीय संशोधन आणि वैज्ञानिक चाचणी ५७

७ अ. नामजपाची उपयुक्तता सिद्ध करणारे वैद्यकीय संशोधन ५७

७ आ. नामजप, मुद्रा आणि न्यास यांचा गर्भवती स्त्री अन् गर्भ यांवर होणारा आध्यात्मिक स्तरावरील परिणाम अभ्यासण्यासाठी ‘पिप (पॉलीकॉन्ट्रास्ट इंटरफेरन्स फोटोग्राफी)’ तंत्रज्ञानाच्या साहाय्याने ‘महर्षि अध्यात्म विश्वविद्यालया’ने केलेली वैज्ञानिक चाचणी ५९

८. अस्थमा असणाऱ्या साधकाने ‘ॐ नमः शिवाय ।’ हा नामजप केल्याने त्याला होणारे सूक्ष्मातील लाभ दर्शवणारे चित्र ६८

९. नामजपाच्या उपायांच्या जोडीला प्रतिदिन साधना करण्याचे महत्त्व ७३

१०. आगामी काळात भीषण आपत्तींतून वाचण्यासाठी साधना करणे आणि भगवंताचे भक्त बनणे अपरिहार्य ! ७४

卐 परिशिष्ट १ : विविध प्रकारच्या अनुभूती देणारे अंकजप ७५

卐 ‘नामजपांमुळे दूर होणारे विकार’ या ग्रंथाची संक्षिप्त अनुक्रमणिका ७९

卐 ‘विकारांनुसार नामजप–उपाय’ या ग्रंथाची संक्षिप्त अनुक्रमणिका ८०