आपत्काळातील संजीवनी : नामजप उपाय – खंड १

विकार-निर्मूलनासाठी नामजप

(महत्त्व आणि नामजपाच्या प्रकारांमागील शास्त्र)

मराठी (Marathi)

संकलक

हिंदु राष्ट्राच्या स्थापनेचा उद्घोष करणारे

सच्चिदानंद परब्रह्म डॉ. जयंत बाळाजी आठवले

पू. संदीप गजानन आळशी

सनातन संस्था

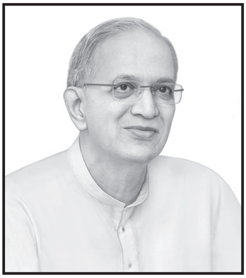
卐 सनातनच्या ग्रंथांची भारतातील भाषांनुसार संख्या 卐

मराठी ३४३, इंग्रजी २०१, कन्नड १९७, हिंदी १९५, गुजराती ६८, तेलुगु ४५, तमिळ ४३, बंगाली २९, मल्ल्याळम् २४, ओडिया २२, पंजाबी १३, नेपाळी ३ अन् आसामी २

जानेवारी २०२४ पर्यंत ३६४ ग्रंथांच्या १३ भाषांत ९५ लाख ७५ सहस्र प्रती प्रसिद्ध !

ग्रंथाच्या संकलकांचा परिचय

सच्चिदानंद परब्रह्म डॉ. जयंत आठवले यांच्या अद्वितीय कार्याचा संक्षिप्त परिचय



१. अध्यात्मप्रसारार्थ ‘सनातन संस्थे’ची स्थापना

२. शीघ्र ईश्वरप्राप्तीसाठी ‘गुरुकृपायोग’ या साधनामार्गाची निर्मिती : गुरुकृपायोगानुसार साधना करून १०.१.२०२४ पर्यंत १२७ साधक संत झाले, तर १,०४९ साधकांची संतत्वाच्या दिशेने वाटचाल चालू आहे.

३. आचारधर्मपालन, देवता, साधना, आदर्श राष्ट्ररचना, धर्मरक्षण आदी विविध विषयांवर विपुल ग्रंथ-निर्मिती

४. हिंदुत्ववादी नियतकालिक ‘सनातन प्रभात’चे संस्थापक-संपादक

५. धर्माधिष्ठित अशा हिंदु राष्ट्राच्या (ईश्वरी राज्याच्या) स्थापनेचा उद्घोष (वर्ष १९९८)

६. ‘हिंदु राष्ट्रा’च्या स्थापनेसाठी संत, संप्रदाय, हिंदुत्ववादी आदींचे संघटन आणि त्यांना आध्यात्मिक स्तरावर दिशादर्शन!

(संपूर्ण परिचयासाठी वाचा – www.Sanatan.org)

सच्चिदानंद परब्रह्म डॉ. आठवले यांचे साधकांना आश्वासन !

स्थूल देहा असे स्थळकाळाची मर्यादा ।
कैसे असू सर्वदा सर्वां ठायी ।।
सनातन धर्म माझे नित्य रूप ।
त्या रूपे सर्वत्र आहे सदा ।। – जयंत बाळाजी आठवले

१५.५.१९९६

पू. संदीप गजानन आळशी यांचा परिचय

सनातनच्या ग्रंथांच्या निर्मितीची सेवा करण्यासह राष्ट्रजागृती आणि धर्मप्रसार करणारे प्रसारसाहित्य (उदा. 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.)

१. 'जप' या शब्दाची व्युत्पत्ती व अर्थ अन् 'नामजप' या शब्दाचा अर्थ १०

२. 'नामजप' ही सर्वांसाठी सुलभ अशी उपचारपद्धत ! १०

२ अ. बंधनविरहित २ आ. कष्टदायक नसलेली उपायपद्धत १०

२ इ. सतत चालू राहू शकणारी उपायपद्धत ११

३. विकार-निर्मूलनाच्या दृष्टीने नामजपाचे महत्त्व १२

३ अ. नामजप म्हणजे देवतांना प्रसन्न करून घेण्याचा सोपा मार्ग ! १२

३ आ. शरिरातील अनैसर्गिक कंपने नामातील कंपनांमुळे सुधारणे १२

३ इ. दुर्बळ मनामुळे निर्माण होणारे मानसिक आणि शारीरिक विकार नामाने मनःशक्ती वाढल्याने बरे होण्यास साहाय्य होणे १३

३ ई. वाईट शक्तींच्या त्रासांमुळे होणाऱ्या विकार-निर्मूलनासाठी नामजप उपयुक्त असणे १३

४. विशिष्ट विकारांवर उपयुक्त असे विशिष्ट देवतांचे नामजप करून इंद्रियांतील विकृती दूर होण्याची प्रक्रिया १४

५. विकार–निर्मूलनासाठी उपयुक्त असलेले नामजपाचे विविध प्रकार आणि त्यांमागील शास्त्र १४

५ अ. देवतांची प्रमुख वैशिष्ट्ये अन् कार्ये यांनुसार त्यांचे नामजप १५

५ आ. पंचमहाभूतांवरील आधिपत्यानुसार नामजप १५

६. देवता, देवतांशी संबंधित पंचतत्त्वे, पंचतत्त्वांशी संबंधित मुद्रा, तसेच न्यासस्थाने यांचा उपायांच्या दृष्टीने असलेला परस्परसंबंध ४२

७. नामजप, मुद्रा आणि न्यास यांची उपयुक्तता सिद्ध करणारे वैद्यकीय संशोधन आणि वैज्ञानिक चाचणी ४७

८. अस्थमा असणाऱ्या साधकाने ‘ॐ नमः शिवाय ।’ हा नामजप केल्याने त्याला होणारे सूक्ष्मातील लाभ दर्शवणारे चित्र ५४

९. नामजपाच्या उपायांच्या जोडीला प्रतिदिन साधना करण्याचे महत्त्व ५९

१०. आगामी काळात भीषण आपत्तींतून वाचण्यासाठी साधना करणे आणि भगवंताचे भक्त बनणे अपरिहार्य ! ६०

卐 **परिशिष्ट १ : विविध प्रकारच्या अनुभूती देणारे अंकजप** ६१

卐 **संकलकांचा वैज्ञानिक दृष्टीकोन आणि अन्य माहिती** ६५

टीपा १. मनुष्याच्या शरिरात विविध अवयव–संस्था असतात, उदा. पचनसंस्था, श्‍वसनसंस्था. ग्रंथात अवयव–संस्थांनुसार विकार दिले आहेत. एखादा नामजप एखाद्या संस्थेच्या किंवा अवयवाच्या सर्वच विकारांसाठी लागू पडत असल्यास त्या ठिकाणी ‘त्या संस्थेचे किंवा अवयवाचे विकार (उदा. चेतासंस्थेचे विकार, यकृताचे विकार)’, असे लिहिले आहे. सनातनच्या ‘विकारांनुसार नामजप–उपाय’ या ग्रंथातील ‘सूत्र २’ यात दिलेल्या विकारसूचीत त्या संस्थेच्या किंवा अवयवाच्या विकारांची उदाहरणे दिली आहेत.

२. पृथ्वी, आप, तेज आदी पंचमहाभूतांना ‘पंचतत्त्वे’ असेही म्हणतात. यासाठी ग्रंथात ‘महाभूत’ आणि ‘तत्त्व’ हे शब्द समान अर्थाने वापरले आहेत.

३. ग्रंथात काही सूत्रांच्या शेवटी मराठी किंवा इंग्रजी संकेतांक केवळ कार्यालयीन सोयीसाठी दिले आहेत.

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 अन् मानसिक विकारांमागील मूळकारण 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**

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.