

शारीरिक विकारांवर स्वसंमोहन उपचार

अनुक्रमणिका

- वाईट शक्तींचा होणारा त्रास या संज्ञेचा अर्थ	८
- आपत्काळातील संजीवनी : सनातनची ग्रंथमालिका !	९
- प्रस्तूत ग्रंथाचे मनोगत	११
- प्रकरण	
१. डोकेदुखी	१३
२. स्थूलपणा	१५
३. दमा	२३
४. तोतरेपणा	३१
५. मान वाकडी होणे	४५
६. आकडी (फिट येणे)	४८
७. सर्व समस्यांवरील कायमस्वरूपी उपाय : साधना !	७२

मनोगत

‘संमोहन उपचारशास्त्र’ या मालिकेतील हा पाचवा ग्रंथ आहे. पहिला ग्रंथ आहे ‘संमोहनशास्त्र’. यात संमोहनशास्त्राची माहिती दिली आहे. दुसरा ग्रंथ आहे ‘सुखी जीवनासाठी संमोहन-उपचार’. या ग्रंथात मानसिक विकारास कारणीभूत असणारे आणि साधनेत व्यत्यय आणणारे स्वभावदोष अन् काही विकार यांचे निर्मूलन कसे करावे, याची तात्त्विक माहिती दिली आहे. या तिसऱ्या आणि चौथ्या ग्रंथांत काही मानसिक विकारांवर उपचार कसे करायचे, याची माहिती दिली आहे. पाचव्या आणि सहाव्या ग्रंथांत काही शारीरिक विकारांवर उपचार कसे करायचे, याची माहिती दिली आहे.

या ग्रंथमालिकेत विकाराच्या कारणानुसार नव्हे, तर लक्षणांनुसार तो शारीरिक आहे कि मानसिक, याचा विचार केला आहे, उदा. बहुतेक लैंगिक समस्या मानसिक कारणांमुळे निर्माण होत असल्या, तरी त्या विकारांत शारीरिक लक्षणे आढळून येत असल्यामुळे ते शारीरिक विकारांच्या गटात घेतले आहेत.

मानसिक विकार पुढच्या टप्प्याचा असला, तर रुग्ण स्वतःवर उपचार करू शकत नाही. अशा वेळी कोणतीही अभ्यासू आणि तळमळ असलेली व्यक्ती संमोहन उपचारशास्त्राचा अभ्यास करून रुग्णावर उपचार करू शकते. उपचार करणे सुलभ जावे यासाठी या ग्रंथात विविध मानसिक विकारांवर उपचार केल्याची उदाहरणे सविस्तर दिली आहेत. ती वाचून प्रत्यक्ष उपचार करण्यासंदर्भात दिशा मिळण्यास साहाय्य होईल.

१. काही वर्षांपूर्वी विविध नियतकालिकांत यासंदर्भात लिहिलेल्या लेखांवर आधारित ग्रंथ संकलित करण्याचा उद्देश

१९८४ ते १९९० या काळात शारीरिक आणि मानसिक विकारांवर सह्याद्री, लोकभा, सर्वज्ञानी, मुंबई सकाळ, गावकरी, सर्वज्ञानी आदी अनेक नियतकालिकांत आमच्या (डॉ. जयंत आठवले आणि डॉ. (सौ.) कुंदा आठवले यांच्या) सिद्ध झालेल्या लेखमालांवर हा ग्रंथ आधारित आहे. १९९५ मध्ये मी संमोहन उपचारतज्ञ म्हणून रुग्णांवर उपचार करणे बंद करून साधना करू लागलो. त्यामुळे या ग्रंथात पूर्वीचे लेख घेतले आहेत. संमोहन उपचाराच्या पद्धती आणि त्यांचे परिणाम यांसंदर्भात नवीन पद्धती अजून उपलब्ध नाहीत; म्हणून जुनाच मजकूर घेतला आहे. साधनेच्या पद्धती जुन्या होत नाहीत, तसेच हे आहे.

२. उदाहरणांची निवड

अ. 'रुग्ण उपचारासाठी ८ - १० वेळा आला अन् ४ - ५ मासांत बरा झाला', यासारख्या लेखातून वाचकांना शिकायला काहीच मिळत नाही. एक वर्षाहून अधिक काळ वा वैशिष्ट्यपूर्ण उपचार करावे लागले, तर त्यातून काहीतरी शिकायला मिळते. अशा उपचारांची माहिती या ग्रंथात घेतली आहे.

आ. काही रुग्णांना १० - १२ वर्षे व्याधी होत्या. संमोहन उपचाराद्वारे त्याही ठीक झाल्या, तर त्याहून अल्प कालावधीच्या आपल्या व्याधी निश्चितच ठीक होतील, अशी बहुसंख्य रुग्णांना निश्चिती मिळावी, हाही उद्देश कठीण रुग्णांच्या संदर्भात लेख लिहिण्यामागे होता.

३. पूर्ण ग्रंथमालिकेचा अभ्यास करा !

या ग्रंथात या शास्त्राचा वापर करून रुग्णावर किंवा स्वतःवर टप्प्याटप्प्याने उपचार कसे करायचे, उपचारातील चढ-उतार इत्यादी संदर्भात रुग्णांची उदाहरणे देऊन विषय स्पष्ट केला आहे. उपचाराविषयीची माहिती एखाद्या विकाराविषयी असली, तरी तिच्यात सांगितलेली सूत्रे कोणत्याही विकारासंदर्भात वापरता येतात. असे असल्यामुळे ज्या विकारावर आपल्याला उपचार करायचे आहेत, तेवढाच ग्रंथातील भाग वाचला, असे न करता पूर्ण ग्रंथाचाच नव्हे, तर या ग्रंथमालिकेतील सर्वच ग्रंथांचा अभ्यास करा. त्यामुळे उपचार करतांना आलेल्या अडचणीवर मात कशी करायची, हे लक्षात येईल.

रुग्णाचे मन शारीरिक किंवा मानसिक त्रासामुळे उपचारावर एकाग्र होऊ शकत नसल्यास त्याच्यावर किंवा त्याला स्वतःवर संमोहन उपचार करणे कठीण जाते. अशा वेळी 'आपत्कालीन ग्रंथमालिकेत' दिलेले विविध उपचार करून त्रासाची तीव्रता न्यून केल्यावर संमोहन उपचार करणे शक्य होते.

या उपचार पद्धतीचा अभ्यास करण्याची बुद्धी बऱ्याच जणांना होवो, ही भगवान श्रीकृष्णाच्या चरणी प्रार्थना !

- (प.पू.) डॉ. जयंत आठवले (३.१.२०१४)