

सुखी जीवनासाठी संमोहन-उपचार

अनुक्रमणिका

(काही वैशिष्ट्यपूर्ण सूत्रे (मुद्दे.) ' * ' या चिन्हाने दर्शवली आहेत.)

– मनोगत

प्रकरणे

१. संमोहक व संमोहन-उपचारतज्ञ यांच्याबद्दलचे गैरसमज	८
२. संमोहन म्हणजे काय ?	१५
३. संमोहनाचे प्रकार	२१
४. संमोहनाशी निगडित विविध घटना व संमोहनाच्या अवस्था	२३
५. संमोहनक्षमतेवर परिणाम करणारे घटक	२८
६. संमोहनाबद्दल व्यावहारिक सूचना	३१
७. संमोहन	३९
८. व्यक्तिमत्त्वाबद्दलची आमची विचारसरणी	५०
९. मानसिक आजाराची कारणमीमांसा व तणाव-सहनशीलता	६५
१०. स्वसंमोहन-उपचार	७६
११. परसंमोहन-उपचार	८९
१२. संमोहन-उपचाराचे उपयोग	१०३

मनोगत

संमोहन म्हटले की सामान्य माणसाच्या समोर 'काहीतरी गूढ' अशी प्रतिमा उभी रहाते; परंतु हे पुस्तक काळजीपूर्वक वाचले असता हा गैरसमज दूर होऊन, संमोहन हे इतर शास्त्रांसारखेच शास्त्र आहे हे समजणार आहे.

संमोहन-उपचाराच्या विविध पद्धतींचे स्पष्टीकरण आणि स्वयंसूचना अतिशय साध्या पद्धतीने, पद्धतशीरपणे कशा द्यायच्या हे शिकवून, हे पुस्तक संमोहनाबद्दल अतिशय खात्रीची माहिती देणार

आहे. अनभिज्ञ संमोहकांनी लिहिलेल्या पुस्तकांमुळे लोकांच्या मनात निर्माण झालेले गैरसमजही दूर करणार आहे.

संमोहनाबद्दल लोकांच्या मनात उत्सुकता निर्माण करण्यात वर्तमानपत्रांनी आणि मासिकांनी खूपच मोठी भूमिका बजावली आहे. त्यामुळे बऱ्याच जणांना संमोहन-उपचाराचा अभ्यास करावासा वाटतो. सामान्यजनांना तोंड ओळख व्हावी या उद्देशाने हे पुस्तक संकलित केलेले आहे. तळागाळातल्या लोकांत संमोहन-उपचार लोकप्रिय व्हावेत, यासाठी अत्यंत सुबोध भाषेत हे पुस्तक लिहिले गेले आहे.

ज्या उपचारपद्धतीचे वर्णन ह्या पुस्तकात केले गेले आहे, ती 'व्यक्तिमत्त्व दोष मानसोपचार पद्धती'वर आधारित आहे, जी अतिशय परिणामकारक असून त्यामुळे बरे व्हायचे प्रमाण जवळजवळ ५०% एवढे आहे आणि अतिशय मेहनत घेतली तर हे प्रमाण ७०% पर्यंत जाऊ शकते.

सामान्य वाचकांना सहज आकलन व्हावे म्हणून सुरुवातीला संमोहनाच्या पद्धती, मनाची जडणघडण आणि त्याचे कार्य, व्यक्तिमत्त्वाबद्दलच्या संकल्पना, तणाव सहन करण्याची शक्ति आणि आजाराची कारणमीमांसा ह्याबद्दल सविस्तर विवेचन केलेले आहे. शेवटी परसंमोहन या उपचारपद्धतीचे डॉक्टरांसाठी सविस्तर वर्णन करून तिचे उपयोगही सांगितले आहेत.

या पुस्तकात दिलेल्या मार्गदर्शनानुसार, जर का संमोहन-उपचाराचा सराव एखाद्याने केला, तर निश्चितपणे त्याला जास्त निरोगी व्यक्तिमत्त्व प्राप्त व्हायला मदत होईल आणि त्यामुळे त्याच्या जीवनमानाची पतही सुधारेल आणि सुखी जीवनाची त्याला अपेक्षा करता येईल. त्याचबरोबर जलद आध्यात्मिक उन्नति साधण्यासही व्यक्तीला मदत मिळेल; जेणेकरून आदर्श व्यक्तिमत्त्वाकडे तिची वाटचाल सुरू होईल .

डॉ. जयंत बाळाजी आठवले

डॉ. आशुतोष गोविंद प्रभु देसाई

डॉ. (सौ.) कुंदा जयंत आठवले