

स्वभावदोष-निर्मूलनासाठी आध्यात्मिक स्तरावरील प्रयत्न

अनुक्रमणिका

(काही वैशिष्ट्यपूर्ण सूत्रे [मुद्दे] '*' या चिन्हाने दर्शविली आहेत.)

प्रकरण १ : आध्यात्मिक स्तरावर करावयाचे प्रयत्न	१३
१. षड्रिपुंवर नियंत्रण मिळवण्याचा प्रयत्न करणे	१३
* षड्रिपू व स्वभावदोष यांच्यातील परस्परसंबंध	१३
* षड्रिपुंवर नियंत्रण मिळवण्यासाठी दैवीगुणांच्या संवर्धनाचे महत्त्व	१६
२. अहं-निर्मूलनासाठी प्रयत्न करणे	१८
* अहं-निर्मूलनाचे महत्त्व	१९
* अहं-निर्मूलनासाठी करावयाचे काही प्रयत्न	२१
३. नामजपात संख्यात्मक व गुणात्मक वृद्धी करण्याचा प्रयत्न करणे	२६
* नामजप केल्यामुळे स्वभावदोष-निर्मूलन प्रक्रियेत होणारे लाभ	२६
४. सतत 'सत्'मध्ये रहाण्याचा प्रयत्न करणे	३६
५. क्षात्रवृत्ती अंगी बाणवण्यासाठी प्रयत्न करणे	३९
* क्षात्रवृत्ती अंगी बाणवण्याचे महत्त्व	४७
६. अध्यात्मातील व विविध ग्रंथांमधील सिद्धांत, तत्त्वे व नियम आचरण्याचा प्रयत्न करणे	४७
७. संतांची शिकवण आचरणे	५४
८. भक्तीभाव वृद्धीगत करणे	५६
प्रकरण २ : व्यक्तीची मनःस्थिती व नकारात्मक विचारांशी लढण्याची क्षमता यांवर आध्यात्मिक गुणांचा होणारा परिणाम	६६
१. मनाची सर्वसामान्य स्थिती	६६
२. क्षात्रवृत्ती जागृत असतांनाची मनःस्थिती	६७
३. भाव जागृत असतांनाची मनःस्थिती	६७
४. अहं जागृत असतांनाची मनःस्थिती	६७

मनोगत

‘स्वभावदोष-निर्मूलन प्रक्रिये’मुळे रज-तमात्मक स्वभावदोष दूर होऊन अंतर्मुखता साधण्यास मदत होते. स्वभावदोषांची व्याप्ती पहाता त्यांना सागराच्या पृष्ठभागावर तरंगणाऱ्या महाकाय हिमनगांचीच उपमा देणे सार्थ ठरेल. जसा हिमनगांचा अधिकांश भाग हा सागरात असतो, तसे स्वभावदोषांचे संस्कार अंतःकरणात खोलवर रुजलेले असतात. ते लवकर दूर होण्यासाठी स्वभावदोष बळावण्यास कारणीभूत असलेल्या आध्यात्मिक घटकांचे (उदा. काम-क्रोधादी षड्रिपू, भय, ‘मी’पणा (अहं) आदींचे) समूळ उच्चाटन करणेही आवश्यक ठरते. स्वभावदोष-निर्मूलन प्रक्रियेची परिणामकारकता वाढवण्यास आध्यात्मिक स्तरावरील प्रयत्नही कसे साहाय्यभूत ठरतात, याविषयीचे विस्तृत विश्लेषण प्रस्तुत ग्रंथात दिले आहे.

हा ग्रंथ अभ्यासून वाचकांना स्वभावदोष-निर्मूलनाची परिणामकारकता वाढवून सच्चिदानंदाची अनुभूती घेता यावी, ही श्री गुरुचरणी प्रार्थना. - संकलक