आगामी विश्वयुद्धके समय डॉक्टर, वैद्य, औषधि आदि की अनुपलब्धताकी स्थितिमें तथा सामान्यतः भी उपयुक्त ग्रन्थमाला !

विकार-निर्मूलन हेतु रिक्त गत्तेके बक्सोंसे उपचार (भाग २)

बक्सोंसे उपचार कैसे करें ?

भूमिका

'विकार-निर्मूलन हेतु रिक्त गत्तेके बक्सोंसे उपचार (भाग १)' इस ग्रन्थमें बक्सेकी उपचार-पद्धतिका महत्त्व तथा इस पद्धतिका मूलभूत विवेचन किया है । ग्रन्थके इस दूसरे भागमें बक्सेके प्रत्यक्ष उपचार करनेकी विविध पद्धतियां बताई हैं । इसमें बताया है कि बक्सेको शरीरसे लगभग ३० सें.मी. (१ फुट) दूर रखकर उपचार करना, बक्सेको हाथमें पकडकर उपचार करना, बक्सोंका शिरस्त्राण (हेल्मेट) पहनना जैसे बक्सेके उपचार करनेके अतिरिक्त दैनिक क्रियाकलाप, अध्ययन इत्यादि करते समय भी बक्सोंसे उपचार सहजरूपसे कैसे किए जा सकते हैं । आजकल अनेक लोगोंको रातमें शान्त निद्रा नहीं आती । शान्त निद्रामें सहायक सिद्ध होने वाले बक्सोंके उपचार कैसे करें, इसका विवेचन भी इस भागमें किया है ।

मनुष्य पंचमहाभूतोंसे बना है । ग्रन्थमें शरीरकी अवयवसंस्थाओंके अनुसार विविध विकार तथा उन विकारोंसे सम्बन्धित महाभूत बताए हैं । बक्सा आकाशतत्त्वसे सम्बन्धित है, तब भी विशिष्ट नापका बनानेपर उससे विशिष्ट महाभूतके स्तरपर अधिक मात्रामें उपचार हो सकते हैं । इससे उस महाभूतके स्तरका विकार शीघ्र घटनेमें सहायता मिलती है । अतएव ग्रन्थमें यह भी बताया है कि विशिष्ट महाभूतसे सम्बन्धित विकारके लिए विशिष्ट नापके बक्सेका उपयोग करनेके लिए कहा है । विकारोंके अनुसार विशिष्ट नापके बक्से बनाना सम्भव न हो, तो सभी महाभूत समान मात्रामें रखनेवाला एक ही नापके बक्सेका उपयोग करें ।

बक्सोंसे उपचार करते समय नामजप तथा मुद्रा अथवा न्यास करनेपर उपचारोंकी फलोत्पत्ति बढती है । इसके लिए ग्रन्थमें 'पंचमहाभूत तथा उनसे सम्बन्धित प्रमुख देवताओंके नामजप' एवं 'पंचमहाभूत तथा उनसे सम्बन्धित मुद्रा एवं न्यास' दिए हैं ।

कभी-कभी रोगी बक्सोंसे प्रत्यक्ष उपचार नहीं कर पाता । ऐसे समय बक्सोंसे अप्रत्यक्ष उपचार (उदा. रोगीका अपना नाम लिखा कागद अथवा अपना छायाचित्र बक्सेमें रखना) उपयुक्त सिद्ध होते हैं । ऐसे उपचार भी ग्रन्थके इस भागमें दिए हैं । वास्तुशुद्धि हेतु वास्तुकी रचनामें परिवर्तन करना, कुछ भाग गिराना, 'फेंगशुई' जैसी विदेशी पद्धतियां अपनाना, ऐसे उपचारोंकी अपेक्षा बक्सोंकी सहायतासे सरलतासे वास्तुशुद्धि कैसे करें, यह भी दिया है ।

'बक्सोंसे उपचार कर अधिकाधिक रोगी शीघ्रातिशीघ्र विकारमुक्त हों', यह श्री गुरुचरणोंमें तथा विश्वपालक श्री नारायणके चरणोंमें प्रार्थना!'

– (परात्पर गुरु) डॉ. जयंत आठवले, संकलनकर्ता

चिरन्तन आनन्दप्राप्तिका मार्ग दिखानेवाला सनातनका ग्रन्थ !

आनन्दप्राप्ति हेतु अध्यात्म

(सुख, दुःख एवं आनन्द का अध्यात्मशास्त्रीय विश्लेषण)

- मानवी जीवनमें सुख और दुःख क्यों आता है ?
- सुख और आनन्द में क्या भेद (अन्तर) है ?
- मानवी मन संस्कारानुसार कैसे कार्य करता है ?
- दुःखका निवारण होकर निरन्तर आनन्द पानेके लिए क्या करें ?

प्रस्तुत ग्रन्थकी अनुक्रमणिका

१. उपचारके लिए विकारानुसार विशिष्ट नापके बक्सोंका प्रयोग १२

१ अ. बक्सेके नापके अनुसार उसमें पंचमहाभूतों (पंचतत्त्वों) में से कोई तत्त्व अधिक मात्रामें कार्यरत होनेका शास्त्राधार १२

१ आ. 'एक विद्वान'द्वारा दिए ज्ञानके अनुसार बक्सेमें पंचमहाभूत का निर्माण होने हेतु आवश्यक बक्सेके नाप १२

१ इ. विकारसे सम्बन्धित महाभूत समझकर 'एक विद्वान'द्वारा दिए ज्ञानके अनुसार उस महाभूतसे सम्बन्धित नापका बक्सा उपचारके लिए चुनना १३

२. बक्सोंसे उपचार करते समय नामजप तथा मुद्रा अथवा न्यास करना लाभदायक २८

२ अ. नामजप, मुद्रा, न्यास तथा न्यास करनेके स्थानके विषयमें प्रायोगिक जानकारी २८

२ आ. उपचार करनेकी दो पद्धतियां ३५

३. बक्सोंसे प्रत्यक्ष उपचार करनेकी विविध पद्धतियां ४३

३ अ. बडे बक्सोंसे शरीरके कुण्डलिनीचक्र, विकारग्रस्त अवयव अथवा नवद्वारोंपर उपचार करना ४३

३ आ. 'एक विद्वान'द्वारा दिए अनुसार बक्से रखकर उपचार करना ४५

३ इ. बक्सा शरीरसे लगभग १ - २ सें.मी. दूर हाथोंमें पकडकर कुण्डलिनीचक्र, विकारग्रस्त अवयव अथवा नवद्वारोंपर उपचार करना ४८

३ ई. छोटे बक्से कुण्डलिनीचक्र, विकारग्रस्त अवयव अथवा नवद्वारोंके स्थानपर 'सेलोटेप'से चिपकाना ४९

३ उ. बक्सा कुण्डलिनीचक्र, विकारग्रस्त अवयव अथवा नवद्वारोंपर डोरेसे बांधना ५०

३ ऊ. बैठनेके स्थानपर छतसे बक्सा इस प्रकार लटकाना कि वह ठीक सिरके ऊपर आए ५१

३ ए. छोटा बक्सा सिरके सहस्रारचक्रपर 'हेयरपिन'की सहायतासे लगाना ५१

३ ऐ. सिरपर बक्सेका 'शिरस्त्राण (हेल्मेट)' पहनना ५२

३ ओ. दोनों पैरके अंगूठे छोटे बक्सोंमें डालकर रखना ५७

३ औ. दैनिक क्रियाकलाप, अध्ययन, सेवा आदि करते समय भी बक्सोंसे उपचार सहजतासे होना ५८

३ अं. सोते समय बक्सोंसे उपचार करना ५८

३ अं १. बक्सेका नाप ५८

३ अं २. बिछौनेके चारों ओर बक्से रखकर उपचार करनेसम्बन्धी सूचना ५९

३ अं ३. एक अथवा एकसे अधिक विकारग्रस्त व्यक्ति एक साथ सोते हों, तब बक्सोंसे उपचार करना ६०

३ अं ३ अ. एक विकारग्रस्त व्यक्ति सोनेवाला हो, तब बक्से कैसे रखें ? ६०

३ अं ३ आ. पास-पास सोनेवाले दो व्यक्तियोंमेंसे एक (उदा. पति-पत्नीमेंसे एक) विकारग्रस्त हो, तब बक्सा कैसे रखें ? ६१

३ अं ३ इ. विकारग्रस्त माता और उसका स्वस्थ शिशु एक साथ सोते हों, तब बक्से कैसे रखें ? ६२

३ अं ३ ई. पास-पास सोनेवाले व्यक्ति दोसे अधिक हों और उनमेंसे कुछ विकारग्रस्त हों, तो बक्से कैसे रखें ? ६२

३ अं ३ उ. पास-पास सोनेवाले सब लोग विकारग्रस्त हों, तो बक्से कैसे रखें ? ६२

३ अं ३ ऊ. बक्से रखकर सोनेपर हुई अनुभूतियां ६२

३ अं ४. एक अथवा अधिक निरोगी व्यक्ति एक साथ सोते हों, तो अनिष्ट शक्तियोंसे रक्षा हेतु बक्सोंसे उपचार करना ६३

अ. एक व्यक्ति सोनेवाला हो तब बक्से कैसे रखें ? ६३

आ. एकसे अधिक व्यक्ति एक साथ सोनेवाले हों, तो बक्से कैसे रखें ? ६४

३ अं ५. बिछौनेके चारों ओर बक्से रखकर सोनेके सूक्ष्म-स्तरीय लाभ दर्शानेवाला चित्र ६५

४. विकार-निर्मूलन हेतु प्रतिदिन बक्सोंसे उपचार करनेकी सामान्य अवधि तथा विकारकी तीव्रताके अनुसार बक्सोंसे उपचार बढाना ६७

४ अ. विकार-निर्मूलन हेतु बक्सोंसे उपचार सामान्यतः प्रतिदिन कितने समय करें ? ६७

४ आ. सूत्र '३ अ. बडे बक्सोंसे शरीरके कुण्डलिनीचक्र, विकार ग्रस्त अवयव अथवा नवद्वारोंके स्थानपर उपचार करना' इस पद्धतिके अनुसार उपचार करनेवालेके लिए विकारकी तीव्रताके अनुसार क्रमशः उपचारोंमें की जानेवाली वृद्धि ६७

४ इ. सूत्र '३ अ. बडे बक्सोंसे शरीरके कुण्डलिनीचक्र, विकारग्रस्त अवयव अथवा नवद्वारोंके स्थानपर उपचार करना' इस पद्धतिके अतिरिक्त अन्य पद्धतियोंसे बक्सोंसे उपचार करनेवाले व्यक्तिद्वारा विकारकी तीव्रताके अनुसार उपचारोंकी अवधि (घण्टे) बढाना ६८

५. बक्सोंसे उपचारोंके सन्दर्भमें संयुक्त सूचना ६९

५ अ. बक्सोंसे उपचार करते समय ध्यानमें रखनेयोग्य सूचना ६९

५ आ. अन्य सूचनाएं ७१

६. बक्सोंसे अप्रत्यक्ष उपचार करनेकी कुछ पद्धतियां ७२

६ अ. बक्सोंसे अप्रत्यक्ष उपचार करनेसम्बन्धी सामान्य सूचनाएं ७२

६ आ. विकार दूर होनेके लिए व्यक्तिका अपना पूर्ण नाम लिखा कागद अथवा अपना छायाचित्र बक्सेमें रखना ७३

६ इ. व्यक्तिके मनमें नकारात्मक, निराशाजनक, अनिष्ट अथवा साधनासे दूर ले जानेवाले विचार हों, तो व्यक्ति वे विचार कागदपर लिखकर कागद बक्समें रखना अथवा अपने हाथसे लिखा कागद अथवा अपनी बही बक्सेमें रखना ७४

६ ई. विद्यार्थियोंकी अध्ययनकी पुस्तकें आदि रातको सोनेके पहले बक्सेमें रखना ७५

६ उ. अलंकार बक्सेमें रखकर शुद्ध करना ७५

७. विकार-निर्मूलनके लिए बक्सोंसे उपचार कितने दिन करें ? ७६

७ अ. विकार-निर्मूलन हेतु बक्सोंसे उपचार विकार दूर होनेतक प्रतिदिन करें ! ७६

८. स्वयं बक्सोंसे उपचार न कर पानेवालेके लिए क्या करें ? ७७

८ अ. अन्य व्यक्तिके लिए बक्सोंसे उपचार करनेसे पहले उपास्यदेवतासे की जानेवाली प्रार्थना ७७

९. बक्सोंकी सहायतासे वास्तुशुद्धि कैसे करें ? ७७

१०. बक्सोंसे उपचारोंके साथ ही आयुर्वेदीय उपचार, योगासन, बिन्दुदाब आदि उपचार जारी रखें ! ७८