नामसंकीर्तनयोग : खण्ड २

नामजप कौनसा करें ?

(नामजपके प्रभावोंके विवेचनसहित)

भूमिका

'कलियुगमें नामजप, ईश्वरप्राप्ति करनेका सर्वोत्तम साधन है', ऐसा अनेक सन्तोंने कहा है । कालमहिमाके अनुसार वर्तमान सूक्ष्म स्तरीय संकटकालमें अनिष्ट शक्तिकी पीडा अत्यधिक बढ गई है । लगभग प्रत्येक मनुष्यको अनिष्ट शक्तिकी पीडा न्यूनाधिक मात्रामें है । इसके कारण, मनुष्यका जीवन समस्यामय और दुःखी बनता है साथ ही साधना भी भलीभांति नहीं होती । इसलिए पीडा-निवारण हेतु नामजप करना आवश्यक है । इसके उपरान्त शेष समय आध्यात्मिक उन्नति हेतु नामजप करना उचित होगा ।

कुछ लोग कुछ वर्ष प्रयत्नपूर्वक नामजप करनेका प्रयास करते हैं । अनुभूतिके अभावमें वे सोचते हैं, 'नामजपमें कोई अर्थ नहीं' और उनका अध्यात्मसे विश्वास उठ जाता है । वे नहीं जानते कि दोष नामजपमें नहीं है, उन्होंने जो नामजप चुना है, वह उनकी आध्यात्मिक उन्नतिके लिए उचित नहीं है; इसलिए उन्हें अनुभूति नहीं होती । अध्यात्मके सिद्धान्त 'जितने व्यक्ति उतनी प्रकृतियां, उतने साधनामार्ग' के अनुसार किसे कौनसा नामजप करना चाहिए, यह सर्वसाधारण लोगोंको ज्ञात हो, यह इस ग्रन्थका उद्देश्य है । गुरु अथवा अध्यात्मके अधिकारी व्यक्ति यदि कोई नामजप करनेके लिए कहें, तो वह नामजप पूर्ण श्रद्धासे करें । वह हितकारी है; परन्तु ऐसा कोई व्यक्ति जीवनमें न आया हो, तो कौनसा नामजप करें?' यह ग्रन्थमें दिया है ।

साधकके साधनारत रहनेके वर्ष, उसमें साधकत्व निर्माण होना अथवा न होना तथा उसका समष्टि साधना (उदा. अध्यात्मप्रसारकी सेवा) करना अथवा न करना इन घटकोंके अनुसार साधककी साधनाके विशिष्ट स्तरके अनुसार वह कौनसा नामजप करे, यह भी इस ग्रन्थमें बताया है । नामजपके

साथ मुद्रा एवं न्यास करना, तथा स्वभावदोष एवं अहं के निर्मूलन हेतु 'स्वसूचना' लेना लाभदायक होनेका शास्त्र भी स्पष्ट किया है । कौनसे नामजप नहीं करने चाहिए, ॐ का नामजप कौन कर सकता है, नामजपके परिणाम आदि जानकारी ग्रन्थमें दी है ष्यिह ग्रन्थ पढकर आवश्यक नामजप कर सभी शीघ्र आध्यात्मिक उन्नति करें', यह श्री गुरुचरणोंमें प्रार्थना है ।'

– संकलनकर्ता

हिन्दू धर्मकी अद्वितीयता एवं व्यापकता बतानेवाला ग्रंथ !

धर्मका मूलभूत विवेचन

- हिन्दू धर्मकी निर्मिति कब हुई ?
- हिन्दू धर्मका क्या महत्त्व है ? 'हिन्दू' किसे कहें ?
- धर्मका रहस्य और विविध सिद्धांत कौनसे हैं ?
- शास्त्रप्रमाण एवं बुद्धिप्रमाण का क्या अर्थ है ?

भावी पीढीको सुसंस्कारी बनानेवाले सनातनके ग्रन्थ

- **सुसंस्कार एवं उत्तम व्यवहार**
- **अध्ययन कैसे करें ?**
- **राष्ट्र एवं धर्म प्रेमी बनो !**
- **दोष दूर करें और गुण बढाएं !** (२)
- **बोधकथा**

टीवी, मोबाइल एवं इंटरनेट की हानि से बचें और लाभ उठाएं !

अनुक्रमणिका

१. ईश्वरके निर्गुण रूपके प्रतीक 'ॐ'का जप प्राथमिक अवस्था के साधकद्वारा भक्तिभावसे होनेमें आनेवाली कठिनाई २०

१ अ. 'ॐ' निर्गुणरूपी ईश्वरका नाम २०

१ आ. 'ॐ'के नामजपमें देवताका रूप न होनेके कारण भावजागृति कठिन होना एवं इसलिए 'ॐ'की अपेक्षा देवताका नामजप करना अधिक उपयुक्त होना २०

२. अनिष्ट शक्तिकी पीडाके निवारण एवं आध्यात्मिक उन्नति हेतु नामजप, मुद्रा और न्यास २१

२ अ. अनिष्ट शक्ति क्या है ? २१

२ आ. अनिष्ट शक्तियोंकी पीडा दूर करनेकी आवश्यकता २१

२ इ. अनिष्ट शक्तिकी पीडाके कुछ लक्षण २१

२ ई. अनिष्ट शक्तिकी पीडा-निवारण हेतु स्वभावदोष एवं अहंका निर्मूलन करना महत्त्वपूर्ण २३

२ उ. आध्यात्मिक उन्नतिके लिए स्वभावदोष और अहंका निर्मूलन करना महत्त्वपूर्ण २४

२ ऊ. स्वभावदोष और अहंके निर्मूलनके लिए सहायक सिद्ध होनेवाले 'स्वसूचना सत्र' करनेका महत्त्व २५

२ ए. 'नामजप' और 'स्वभावदोष एवं अहं निर्मूलन हेतु दिनभर किए जानेवाले स्वसूचना सत्रों'की अवधि २६

२ ऐ. अनिष्ट शक्तिकी पीडाके निवारण और आध्यात्मिक उन्नतिके लिए नामजप, मुद्रा और न्यास करना २७

२ ऐ १. मुद्रा और न्यासका संक्षिप्त परिचय २७

२ ऐ २. जिज्ञासु, ५ - ६ वर्षसे अल्प समयसे व्यष्टि साधना करनेवाले अथवा २ - ३ वर्षोंसे अल्प

समयसे समष्टि साधना करनेवालोंके लिए नामजप, मुद्रा, न्यास एवं स्वसूचना सत्र २९

२ ऐ ३. ५ – ६ वर्ष अथवा अधिक समयसे व्यष्टि साधना अथवा २ – ३ वर्षसे अधिक समयसे समष्टि साधना करनेवालोंद्वारा करनेयोग्य नामजप, मुद्रा, न्यास और स्वसूचना सत्र ४८

२ ऐ ४. संकटनिवारणके लिए जन्मकुण्डलीमें किसी देवताकी उपासना बताई हो, तो उस देवताका नामजप एवं स्वसूचना सत्र करना ५१

२ ऐ ५. सूत्र '२ ऐ २' ते '२ ऐ ४' में बताए हुए नामजपादि उपचारोंके सन्दर्भमें कुछ स्पष्टीकरण ५३

३. उद्देश्यके अनुसार नामजप करना ५५

३ अ. इच्छापूर्ति करनेवाले देवताका नामजप करना ५५

३ आ. प्रकृतिके अनुसार भिन्न-भिन्न देवताओंका जप करना ५६

३ इ. इन्द्रियोंका कार्य सुधारनेके लिए उनके अधिष्ठाता देवताओंका जप करना ६०

३ ई. कुछ विकारोंपर उपयुक्त देवताओंके नामजप ६२

३ उ. शारीरिक और मानसिक विकार दूर करनेके लिए पंचतत्त्व अथवा उनके अधिपति देवताओंका नामजप करना ६३

३ ऊ. पितृदोषसे रक्षा होनेके लिए दत्त भगवानका नामजप करना ६३

३ ए. जीवन कल्याणमय बननेके लिए जन्मकुण्डलीमें किसी देवता की उपासना बताई हो, तो उस देवताका नामजप करना ६३

४. कौन-सा नामजप नहीं करना चाहिए ? ६४

४ अ. गुरुका नाम (गुरुके नामका जप) ६४

४ आ. सन्तोंका नाम (सन्तोंके नामका जप) ६५

५. कुछ सन्त, मुनि और भक्तों का नामजप ६७

६. साम्प्रदायिक नामजप ६८

६ अ. सम्प्रदायके अनुसार अथवा विषयानुसार विशिष्ट देवताके सन्दर्भमें विशिष्ट नामका महत्त्व बताया जाना ६८

६ आ. कुछ साम्प्रदायिक नामजप ६८

६ इ. साम्प्रदायिक नामजपकी सीमाएं ७०

७. प्रान्त एवं भाषा के अनुसार नामजप ७१

८. कुछ पन्थोंके नामजप ७१

९. नामके अर्थानुसार प्रभाव ७३

१०. विभिन्न नामोंकी विभिन्न देहोंकी स्पन्दनसंख्यासे अनुरूपता तथा परमेश्वरसे एकरूप करनेकी क्षमता ७४

११. कुछ देवताओंके नामोंका प्रभाव ७५

११ अ. उपास्य एवं अनुपास्य देवता ७५

११ आ. उच्च एवं क्षुद्र देवता ७५

११ इ. काल एवं देवता ७६

१२. नामजपसे कभी-कभी कष्ट होना ७८

१२ अ. उच्च स्तरके देवताओंके नामकी शक्ति न सह पाना ७८

१२ आ. गायत्री मन्त्र ७८

१२ इ. स्त्रियोंका ॐ जोडकर जप करना ७९

१२ ई. अनिष्ट शक्तियोंसे कष्ट ७९

१३. नामजपसे सम्भावित हानि एवं उसका समाधान ७९

१३ अ. अहं बढना ७९