आपातकालमें संजीवनी : स्वसम्मोहन उपचार – खण्ड २

निराशा, मनोग्रस्ति आदि मनोविकारोंके लिए स्वसम्मोहन उपचार !

हिन्दी (Hindi)

संकलनकर्ता

सच्चिदानंद परब्रह्म डॉ. जयंत बाळाजी आठवले

भूतपूर्व सम्मोहन उपचार-विशेषज्ञ (वर्ष १९७८ से १९९४)

सनातन संस्था

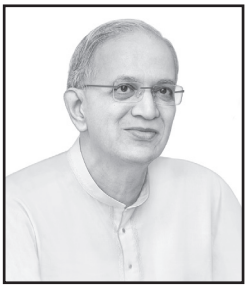
卐 सनातनके ग्रन्थोंकी भारतकी भाषाओंके अनुसार संख्या 卐

मराठी ३४४, अंग्रेजी २०१, कन्नड १९८, हिन्दी १९५, गुजराती ६८, तेलुगु ४५, तमिल ४३, बांग्ला ३०, मलयालम २४, ओडिया २२, पंजाबी १३, नेपाली ३ एवं असमिया २

अप्रैल २०२४ तक ३६५ ग्रन्थोंकी १३ भाषाओंमें ९६ लाख ५४ सहस्र प्रतियां !

ग्रन्थके संकलनकर्ताका परिचय

सच्चिदानंद परब्रह्म डॉ. जयंत बाळाजी आठवलेजीके आध्यात्मिक शोधकार्यका संक्षिप्त परिचय



१. 'ईश्वरप्राप्ति हेतु कला' के विषयमें मार्गदर्शन एवं संगीत, नृत्य आदि कलाओं के सात्त्विक प्रस्तुतीकरण सम्बन्धी शोध

२. आचारपालनके कृत्य, धार्मिक कृत्य एवं बुद्धि-अगम्य घटनाओंका वैज्ञानिक उपकरणोंद्वारा शोध

३. शारीरिक एवं मानसिक तथा अनिष्ट शक्तियोंकी पीडाओंकी उपचार-पद्धतियोंके विषयमें शोध

४. २०.३.२०२४ तक २ बालक-सन्तोंको, तथा ६० प्रतिशतसे अधिक आध्यात्मिक स्तर प्राप्त २२७ और अन्य ९१८ दैवी बालकोंको समाजसे परिचित करवाया । दैवी बालकोंके विषयमें शोध-कार्य भी जारी है ।

५. अपनी (सच्चिदानंद परब्रह्म डॉ. आठवलेजीकी) देह तथा उपयोगकी वस्तुओंमें हो रहे दैवी परिवर्तनों सम्बन्धी शोधकार्य और अपने महामृत्युयोगका शोधकार्यकी दृष्टिसे अध्ययन

(सम्पूर्ण परिचय हेतु पढें – www.Sanatan.org)

सच्चिदानंद परब्रह्म डॉ. आठवलेजीका साधकोंको आश्वासन !

स्थूल देहको है स्थल कालकी मर्यादा ।
कैसे रहूं सदा सभीके साथ ॥
सनातन धर्म मेरा नित्य रूप ।
इस रूपमें सर्वत्र मैं हूं सदा ॥ - जयंत बाळाजी आठवले
१८.५.१९९६

अनुक्रमणिका

अध्याय १ : मनोग्रस्ति विचार (निरर्थक विचारोंकी पुनरावृत्ति, ऑब्सेशन) और बाध्यता व्यवहार (निरर्थक क्रिया-विशेषकी पुनरावृत्ति, कम्पल्शन) ९

१. मनोग्रस्ति विचार (निरर्थक विचारोंकी पुनरावृत्ति, ऑब्सेशन) ९

२. बाध्यता व्यवहार १८

अध्याय २ : विभ्रम (हेल्यूसिनेशन) ३८

अध्याय ३ : आत्महत्याके विचार ५०

अध्याय ४ : उन्माद और अवसाद ५३

१. २५ वर्ष से उन्माद और अवसाद से ग्रस्त रोगीको सम्मोहित अवस्थामें सूचना देनेपर, असाध्य रोग भी ठीक होता है, इसका पूरे संसारमें यह एकमात्र उदाहरण ! ५३

अध्याय ५ : केवल पौने दो मासमें व्यक्तित्वमें आमूल परिवर्तनका एकमात्र उदाहरण ! ६९

१. प्रदीपकी हृदयगति बढना, आत्मविश्वासका अभाव, निराशा, आत्महत्याके विचार आना, इस प्रकारके कष्ट होना ६९

२. प्रदीपका दिनभर सम्मोहन करनेकी तैयारी देख, मानसिक परीक्षण कर उसे स्वसम्मोहन सिखाना ६९

३. प्रारम्भसे ही प्रदीपके स्वसम्मोहन उपचारके प्रयत्न अच्छे होनेके कारण उसे दूसरे - तीसरे सप्ताहमें ही अपनेमें बहुत सुधार दिखाई देना, उसका विश्वास दृढ करनेके लिए दो माहमें ही उसका पुनः मानसिक परीक्षण करना ७०

४. प्रदीपमें २० - २५ प्रतिशत सुधार होनेके स्थानपर उसके व्यक्तित्वमें आमूल परिवर्तन होना ७१

५. प्रारम्भमें किया गया मानसिक परीक्षण और पश्चात किया गया मानसिक परीक्षण ७१

६. अन्तिम परीक्षणमें प्रगत व्यक्तित्व और सुधरना तथा दोषोंके स्थानपर गुण निर्माण होना ७१

अध्याय ६ : सभी समस्याओंका स्थायी समाधान : साधना ! ७२

परात्पर गुरु डॉ. जयंत आठवलेजीकी उपाधिसम्बन्धी विवेचन !

महान महर्षियोंने सहस्रों वर्ष पहले नाडीपट्टिकाओंमें भविष्य लिख रखा है । इन जीवनाडी-पट्टिकाओंके वाचनके माध्यमसे महर्षि सनातन संस्थाका मार्गदर्शन करते हैं । '१३.७.२०२२ से 'सप्तर्षि जीवनाडी-पट्टिका'के वाचनके माध्यमसे सप्तर्षिकी आज्ञा अनुसार परात्पर गुरु डॉ. आठवलेजीको 'सच्चिदानंद परब्रह्म' सम्बोधित किया जा रहा है । तब भी, इससे पहलेके लेखनमें अथवा अब भी साधकोंद्वारा दिए लेखनमें उन्होंने 'प.पू.' अथवा 'परात्पर गुरु' की उपाधियोंसे सम्बोधित किया हो, तो उसमें परिवर्तन नहीं किया गया है ।

सच्चिदानंद परब्रह्म डॉ. आठवलेजीकी उत्तराधिकारिणियोंकी उपाधि सम्बन्धी विवेचन !

जीवनाडी-पट्टिका वाचनद्वारा सप्तर्षिने की आज्ञाके अनुसार १३.५.२०२० से सद्गुरु (श्रीमती) बिंदा नीलेश सिंगबाळजीको 'श्रीसत्शक्ति' एवं सद्गुरु (श्रीमती) अंजली गाडगीळजीको 'श्रीचित्शक्ति' सम्बोधित किया जा रहा है।

'आयुर्वेद, होमियोपैथी, मन्त्रोपचार, बिन्दुदाब, सुगन्धी द्रव्य-उपाय, रेकी, रंग-चिकित्सा इत्यादि उपचारोंकी अनेक प्रभावकारी पद्धतियां होते हुए चिकित्सा महाविद्यालयोंमें विविध उपचार-पद्धतियां न सिखाना अत्यन्त अनुचित है ।' – **(परात्पर गुरु) डॉ. आठवले (२९.७.२०१६)**

भूमिका

'स्वसम्मोहन उपचार (४ खण्ड)' इस उपमालामें विकारके कारणके अनुसार नहीं; अपितु लक्षणोंके अनुसार वह शारीरिक है अथवा मानसिक, इसका विचार किया गया है, उदा. यद्यपि अधिकांश यौन समस्याएं मानसिक कारणोंसे उत्पन्न होती हैं, तब भी उन विकारोंमें शारीरिक लक्षण दिखाई देते हैं, इसलिए उन्हें शारीरिक विकारोंके गुटमें रखा गया है ।

मानसिक विकार प्राथमिक चरणका हो, तो रोगी स्वयंपर उपचार कर सकता है । मानसिक विकार अगले चरणका हो, तब रोगी स्वयंपर उपचार नहीं कर सकता । ऐसे समयपर कोई भी अभ्यासी तथा लगन रखनेवाला व्यक्ति सम्मोहन उपचारशास्त्रका अभ्यास कर रोगीपर उपचार कर सकता है ।

उपचार करना सुलभ हो, इस हेतु इस ग्रन्थमें विविध मानसिक विकारों पर उपचार करनेके उदाहरण विस्तृतरूपमें दिए हैं । उन्हें पढकर प्रत्यक्ष उपचार करनेके सन्दर्भमें दिशा मिलेगी ।

१. कुछ वर्ष पूर्व विविध नियतकालिकोंमें इस सन्दर्भमें लिखित लेखोंपर आधारित ग्रन्थ संकलित करनेका उद्देश्य

१९८४ से १९९० के कालखण्डमें शारीरिक एवं मानसिक विकारोंपर सह्याद्री, लोकप्रभा, मुंबई सकाळ, गावकरी आदि अनेक नियतकालिकोंमें हमारे (डॉ. जयंत आठवले एवं डॉ. [श्रीमती] कुंदा जयंत आठवलेजी के) प्रकाशित लेखमालाओंपर यह ग्रन्थ आधारित है । वर्ष १९९५ में मैं 'सम्मोहन उपचार विशेषज्ञ'के रूपमें रोगियोंपर उपचार करना बंद कर साधना करने लगा । इसलिए इस ग्रन्थमें इससे पूर्वके लेख लिए हैं।

सम्मोहन उपचारकी पद्धतियां तथा उनके परिणामोंके सन्दर्भमें नवीनतम पद्धतियां अभी भी उपलब्ध नहीं हैं; इसलिए पुराना ही सार लिया गया है । साधनाकी पद्धतियां पुरानी नहीं होतीं, वैसा ही यह भी है ।

२. उदाहरणोंका चयन

अ. 'रोगी उपचारके लिए ८-१० बार आया और ४-५ मासमें स्वस्थ हो गया', ऐसे लेखसे पाठक कुछ भी सीख नहीं पाते । एक वर्षसे भी अधिक समय अथवा विशेषतापूर्ण उपचार करने पडे हों, तो उससे कुछ सीख सकते हैं । ऐसे उपचारोंकी जानकारी इस ग्रन्थमें दी गई है ।

आ. कुछ रोगी १०-१२ वर्षोंसे व्याधिग्रस्त थे । 'सम्मोहन उपचारद्वारा वे भी ठीक हो गए, तो उससे अल्प कालावधिकी हमारी व्याधि निश्चितरूपसे ठीक हो जाएगी', यह अधिकांश रोगियोंको निश्चित लगे, यह भी उद्देश्य कठिन रोगियोंके सन्दर्भमें लेख लिखनेका था ।

३. पूर्ण ग्रन्थमालाका अध्ययन करें !

इस ग्रन्थमें इस शास्त्रका उपयोग कर रोगीपर अथवा स्वयंपर चरणबद्ध उपचार कैसे करें, उपचारके उतार-चढाव आदि के सन्दर्भमें रोगियोंके उदाहरण देकर विषय स्पष्ट किया गया है । उपचारसम्बन्धी जानकारी किसी विकारके विषयमें हो, तब भी उसमें बताए सूत्र किसी भी विकारके सन्दर्भमें अपनाए जा सकते हैं । ऐसा होनेके कारण जिस विकारपर हमें उपचार करने हैं, ग्रन्थका उतना ही भाग पढा, ऐसा न कर पूर्ण ग्रन्थका ही नहीं, अपितु इस ग्रन्थमालाके सभी ग्रन्थोंका अध्ययन करें । इससे उपचार करते समय आई समस्याओंपर विजय कैसे पाएं, यह ध्यानमें आएगा ।

रोगीका मन शारीरिक अथवा मानसिक समस्याके कारण उपचारपर एकाग्र नहीं हो पाता हो, तो उसपर अथवा उसे स्वयंपर सम्मोहन उपचार करना कठिन होता है । ऐसे समयपर 'आपातकालीन ग्रन्थमाला'में दिए विविध उपचार कर कष्टकी तीव्रता न्यून करें, तदुपरान्त उसपर सम्मोहन उपचार करना सम्भव होता है ।

इस उपचार पद्धतिका अभ्यास करनेकी बुद्धि लोगोंको हो, यह भगवान श्रीकृष्णके चरणोंमें प्रार्थना है !' - **(परात्पर गुरु) डॉ. आठवले (३.१.२०१४)**