ग्रन्थमाला ‘आचारधर्म’ : दिनचर्या – खण्ड २

स्नानसे लेकर सांझतकके आचारोंका अध्यात्मशास्त्रीय आधार

हिन्दी (Hindi)

संकलनकर्ता

हिन्दू राष्ट्र-स्थापनाके उद्घोषक

सच्चिदानंद परब्रह्म डॉ. जयंत बाळाजी आठवले

सूक्ष्म ज्ञान-प्राप्तकर्ता

श्रीचित्शक्ति (श्रीमती) अंजली मुकुल गाडगीळ

श्रीमती प्रियांका सुयश गाडगीळ एवं अन्य

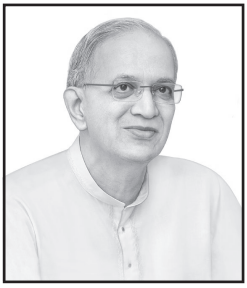
सनातन संस्था

सनातनकी ग्रन्थसम्पदाकी अद्वितीयता !

सनातनके अधिकांश ग्रन्थोंमें प्रकाशित लगभग २० प्रतिशत भाग ‘सूक्ष्मसे प्राप्त दिव्य ज्ञान’ है एवं वह पृथ्वीपर उपलब्ध ज्ञानकी तुलनामें अनोखा है !

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. २१.११.२०२३ तक २ बालक-सन्तोंको, तथा ६० प्रतिशतसे अधिक आध्यात्मिक स्तर प्राप्त २२९ और अन्य ९०८ 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
१७.५.१९९६

सनातनके सूक्ष्म ज्ञान-प्राप्तकर्ता साधकोंकी अद्वितीयता !

श्रीचित्‌शक्ति (श्रीमती) अंजली मुकुल गाडगीळ

श्रीमती प्रियांका सुयश गाडगीळ

सूक्ष्म-ज्ञानप्राप्तकर्ता साधक पृथ्वीपर कहीं भी उपलब्ध नहीं, ऐसे अध्यात्मके विविध विषयोंपर गहन अध्यात्म-शास्त्रीय ज्ञान सूक्ष्मसे प्राप्त करते हैं । वे कोई घटना, धार्मिक विधि, यज्ञ आदि का सूक्ष्म परीक्षण भी करते हैं। ईश्वरसे प्राप्त यह ज्ञान ग्रहण करनेके लिए उन्हें आसुरी शक्तियोंके आक्रमणोंका भी सामना करना पडता है । ऐसा होते हुए भी गुरुकृपाके बलपर वे यह सेवा करते ही हैं ।

अनुक्रमणिका

(कुछ विशेषतापूर्ण सूत्र [मुद्दे] '*' चिह्नसे दर्शाए हैं ।)

१. स्नानसम्बन्धी आचार ११

* स्नानका महत्त्व एवं स्नान करनेके लाभ ११
* ब्राह्ममुहूर्तपर स्नान करनेसे कौनसे लाभ होते हैं ? १२
* शरीरपर सुगन्धित तेल अथवा उबटन लगाकर स्नान क्यों करें ? १८
* नहानेके जलमें एक चम्मच खडा नमक क्यों डालें ? २१
* स्नान करते समय पालथी लगाकर क्यों बैठें ? २५
* श्लोकपाठ करते हुए पीतलके लोटेसे सिरपर पानी क्यों डालें ? २९

२. कपडे धोनेके सन्दर्भमें आचार ३४

* उकडूं बैठकर कपडे क्यों न धोएं ? ३६

* नदीके तटपर कपडे धोनेका क्या महत्त्व है ? ३६
* कपडे सूर्यप्रकाशमें क्यों सुखाएं ? ४०
३. परिधानसे सम्बन्धित आचार ४१
४. तिलक धारण करनेके सन्दर्भमें आचार ४२
५. सन्ध्याके सन्दर्भमें आचार ४३
६. सूर्यनमस्कार (रेखाचित्रोंसहित) करना ४४
७. होम ५०
८. तुलसीको जल देना एवं नमस्कार करना ५१
९. देवतापूजन ५१
१०. शुभसूचक कृत्य करना अथवा शुभ वस्तुओंकी ओर देखना ५२
११. भोजनके सन्दर्भमें आचार ५४
१२. भोजनके उपरान्त वाम अंगपर लेटना ५५
१३. सायंकालमें पालन करनेयोग्य आचार ५५
* सांझके समय घरमें तथा तुलसीके पास दीप जलाएं । ५६
१४. रात्रिकालमें पालन करनेयोग्य आचार ६१
१५. निद्राके सन्दर्भमें आचार ६४
१६. कुछ कृत्य करते हुए उपयुक्त अथवा अनिष्टको रोकने हेतु उचित नामजप ६५

卐 सनातनके ग्रन्थोंकी भारतकी भाषाओंके अनुसार संख्या 卐

मराठी ३४३, अंग्रेजी २०१, कन्नड १९६, हिन्दी १९५, गुजराती ६८, तेलुगु ४५, तमिल ४३, बांग्ला २९, मलयालम २४, ओडिया २२, पंजाबी १३, नेपाली ३ एवं असमिया २

नवम्बर २०२३ तक ३६४ ग्रन्थोंकी १३ भाषाओंमें ९४ लाख ६७ सहस्र प्रतियां !

भूमिका

प्राचीन कालमें तुलसीजीको जल चढाकर वन्दन किया जाता था; परन्तु आज अनेक लोगोंके घर तुलसीवृन्दावन भी नहीं होता । प्राचीन कालमें सायंकाल दीपक जलाकर ईश्वरके समक्ष स्तोत्र पठन किया जाता था; परन्तु आज सायंकाल बच्चे दूरदर्शनपर कार्यक्रम देखनेमें मग्न रहते हैं । हिन्दू धर्मद्वारा बताए गए आचारोंके पालनसे हिन्दू बहुत दूर होते जा रहे हैं । आचारोंका पालन करना ही अध्यात्मकी नींव है । प्रत्येक कृत्यसे स्वयंमें विद्यमान रज-तम घटे और सत्त्वगुण बढे तथा अनिष्ट शक्तियोंकी पीडासे रक्षा हो, यह साध्य होनेकी दृष्टिसे ही हिन्दू धर्ममें प्रत्येक आचारकी व्यवस्था है । इसीलिए इस ग्रन्थमें स्नानसे लेकर सांझतक के आचारोंकी आदर्श दिनचर्या एवं उसकी सूक्ष्म स्तरीय अध्यात्मशास्त्रीय कारणमीमांसा भी स्पष्ट की है । इससे पाठकोंकी आचारोंके प्रति, अर्थात हिन्दू धर्मके प्रति श्रद्धा दृढ होनेमें सहायता होगी ।

यह ग्रन्थ पढकर हिन्दुओंको अपने आचारधर्मकी महानता ज्ञात हो तथा उन्हें उसपर प्रत्यक्ष आचरण कर बच्चोंपर भी संस्कार करनेकी प्रेरणा मिले, ऐसी श्री गुरुदेवजीके चरणोंमें प्रार्थना है । ’– **संकलनकर्ता**

सनातनकी चैतन्यमय ग्रन्थसम्पदाकी प्रमुख विशेषताएं !

- अध्यात्मके प्रत्येक कृत्यके ‘क्यों व कैसे’ का शास्त्रोक्त उत्तर !
- वैज्ञानिक युगके पाठकोंको समझमें आनेवाली आधुनिक वैज्ञानिक भाषामें (उदा. प्रतिशत) ज्ञान !
- सैद्धान्तिक विवेचन ही नहीं; अपितु प्रत्यक्ष आचरण सम्बन्धी मार्गदर्शन !
- पृथ्वीपर अन्यत्र अनुपलब्ध, ऐसे अमूल्य ईश्वरीय ज्ञानका अन्तर्भाव !
- अध्यात्मके विविध पहलुओंके सन्दर्भमें वैज्ञानिक उपकरणोंद्वारा किए शोध, सूक्ष्म स्तरीय प्रक्रिया दर्शानेवाले चित्र एवं लेखन !