आगामी आपातकालके लिए संजीवनी : स्वसम्मोहन उपचार – खण्ड ३

शारीरिक विकारोंके लिए स्वसम्मोहन उपचार

स्थूलता, दमा, हकलाना आदि का उपचार !

हिन्दी (Hindi)

संकलनकर्ता

हिन्दू राष्ट्र-स्थापनाकी उद्घोषणा करनेवाले

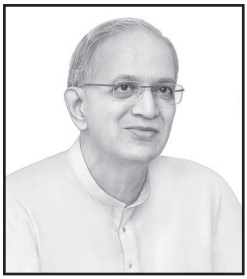
सच्चिदानंद परब्रह्म डॉ. जयंत बाळाजी आठवले

सनातन संस्था

अगस्त २०२३ तक सनातनके ३१९ ग्रन्थोंकी हिन्दी, मराठी, अंग्रेजी, गुजराती, कन्नड, तमिल, तेलुगु, मलयालम, बांग्ला, ओडिया, पंजाबी, असमिया, सर्बियन, जर्मन, नेपाली, स्पैनिश, फ्रांसीसी, इन १७ भाषाओंमें ९४ लाख १८ सहस्र प्रतियां !

ग्रन्थके संकलनकर्ताओंका परिचय

सच्चिदानंद परब्रह्म डॉ. जयंत बाळाजी आठवलेजीके आध्यात्मिक शोधकार्यका संक्षिप्त परिचय



१. अध्यात्मप्रसारार्थ 'सनातन संस्था'की स्थापना

२. शीघ्र ईश्वरप्राप्तिके लिए 'गुरुकृपायोग' साधनामार्गकी निर्मिति : गुरुकृपायोगानुसार साधनासे ३.९.२०२३ तक १२५ साधकोंको सन्तत्व प्राप्त तथा १,०४६ साधक सन्तत्वकी दिशामें अग्रसर हैं ।

३. आचारधर्मपालन, देवता, साधना, आदर्श राष्ट्ररचना, धर्मरक्षा आदि विविध विषयोंपर विपुल ग्रन्थ-निर्मिति

४. हिन्दुत्वनिष्ठ नियतकालिक 'सनातन प्रभात'के संस्थापक-सम्पादक

५. हिन्दू राष्ट्रकी (ईश्वरीय राज्यकी) स्थापनाकी उद्घोषणा (वर्ष १९९८)

६. 'हिन्दू राष्ट्र'की स्थापना हेतु सन्त, सम्प्रदाय, हिन्दुत्वनिष्ठ आदि का संगठन तथा उनका दिशादर्शन !

(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

विषयसूची

- **रक्षात्मक प्रक्रम (डिफेंस मेकेनिजम) एवं उसके प्रकार** ६
- **भूमिका** ९
- **अध्याय**
  - १. शिरोवेदना (सिरदर्द) १२
  - २. मोटापा १४
  - ३. दमा २३
  - ४. हकलाना ३२
  - ५. गरदन टेढी होना ४७
  - ६. दौरे पडना (मिरगी, फिट आना) ५०
  - ७. सभी समस्याओंका स्थायी समाधान : साधना ! ७५
- **'अनिष्ट शक्तियोंसे साधकोंको होनेवाली पीडा' संज्ञाका अर्थ** ७६

स्वभावदोष-निर्मूलन प्रक्रिया हेतु पूरक सनातनका ग्रन्थ !

अपने स्वभावदोष कैसे ढूंढें ?

- स्वभावदोष-निर्मूलन प्रक्रियाकी व्याख्या
- स्वभावदोष-निर्मूलन प्रक्रिया सम्बन्धी विविध भ्रान्तियां व उनके विविध कारण
- अपने दोष स्वयं ढूंढकर उन्हें चरण-प्रति-चरण दूर करनेकी प्रक्रिया
- स्वभावदोष-निर्मूलन प्रक्रियामें सफलता पानेके लिए आवश्यक गुण एवं उपयोगी सूचनाएं ग्रन्थ !

'स्वसम्मोहन उपचार (४ खण्ड)' उपमालामें विकारके कारणके अनुसार नहीं; अपितु लक्षणोंके अनुसार वह विकार 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 ।

शारीरिक विकार प्रारम्भिक चरणपर हो, तो रोगी स्वयंपर उपचार कर सकता है । शारीरिक विकार अगले चरणका हो, तब भी रोगी स्वयंपर उपचार नहीं कर सकता । ऐसे समयपर अभ्यासी तथा लगन रखनेवाला व्यक्ति सम्मोहन उपचारशास्त्रका अभ्यास कर रोगीपर उपचार कर सकता है । उपचार करना सुलभ हो, इस हेतु इस ग्रन्थमाला में विविध मानसिक एवं शारीरिक विकारोंपर उपचार करने हेतु उदाहरण विस्तृतरूपमें दिए हैं । उन्हें पढकर वास्तविक उपचार करनेके सन्दर्भमें दिशा मिलेगी ।

१. कुछ वर्ष पूर्व विविध नियतकालिकोंमें उपरोक्त विषयमें लेखोंपर आधारित ग्रन्थ संकलित करनेका उद्देश्य

१९८४ से १९९० के कालखण्डमें शारीरिक एवं मानसिक विकारोंपर सह्याद्री, लोकप्रभा, सर्वज्ञानी, मुंबई सकाळ, गावकरी, सर्वज्ञानी आदि अनेक मराठी नियतकालिकोंमें [डॉ. जयंत आठवले एवं डॉ. (श्रीमती) कुंदा जयंत आठवलेजीके] प्रकाशित हमारी 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 पुराने ही विषय लिए गए हैं, जैसे साधनाकी पद्धतियां कभी पुरानी नहीं होतीं, वैसा ही यह भी है ।

२. उदाहरणोंका चयन

अ. 'रोगी उपचारके लिए ८ - १० बार आया और ४ - ५ माहमें स्वस्थ हो गया', ऐसे लेखसे पाठक कुछ भी नहीं सीख 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 निश्चितरूप से 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 समय 'आपातकालीन ग्रन्थमाला'में दिए उपचार कर कष्टकी तीव्रता न्यून करें, तदुपरान्त उसपर सम्मोहन उपचार करना सम्भव होता है । इस उपचार-पद्धतिका अभ्यास करनेकी बुद्धि अनेक लोगोंको हो, यह भगवान श्रीकृष्णके चरणोंमें प्रार्थना है !'

- (परात्पर गुरु) डॉ. जयंत आठवले (३.१.२०१४)