

आध्यात्मिक त्रासांवर मात

४ करण्यासाठी उपयुक्त दृष्टीकोन

अनुक्रमणिका

៥ परात्पर गुरु डॉ. जयंत आठवले यांच्या
अद्वितीय कार्याचा संक्षिप्त परिचय! ६

៥ मनोगत ९

१. ‘आध्यात्मिक त्रास’ म्हणजे काय ? १२
२. सध्याच्या काळात सनातनच्या साधकांना वाईट शक्तीचे त्रास अधिक प्रमाणात होण्यामागील कारण १३
३. आध्यात्मिक त्रासांचे स्वरूप १६
४. आध्यात्मिक त्रासांवर मात करणे का आवश्यक ? १६
५. आध्यात्मिक त्रासांवर मात करण्याचे प्रभावी अस्त्र : आध्यात्मिक उपाय ! १६
६. आध्यात्मिक त्रासांवर मात करता येण्यासाठी उपयुक्त ठरणारे दृष्टीकोन १७
७. आध्यात्मिक उपायांच्या संदर्भात उपयुक्त ठरणारे दृष्टीकोन ३७

८. आध्यात्मिक त्रासांवर मात करण्यासाठी साधना
आणि भक्ती वाढवा !

५३

९. आध्यात्मिक त्रास असणाऱ्यांना प्रेमाने समजून घेणे,
ही इतरांची साधनाच आहे !

६०

काळानुसार साधनेचे महत्त्व सांगणारा सनातनचा ग्रंथ !

व्यष्टी साधना आणि समष्टी साधना



भूतलावर धर्मसंस्थापना करणे, हे ईश्वर अन् संत यांचे कार्य आहे. या कार्याला हातभार लावण्यावर, म्हणजेच समष्टी साधना करण्यावर ईश्वराची कृपा केवळ व्यष्टी साधना (वैयक्तिक साधना) करणाऱ्याच्या तुलनेत जास्त होते. व्यष्टी साधनेच्या जोडीलाच समष्टी साधना (समाजाच्या उन्नतीसाठी करायची साधना) करण्याची अनिवार्यता या ग्रंथात विशद केली आहे.

मनोगत

‘सर्वसाधारणपणे व्यक्तीला स्थूल पंचज्ञानेद्विये (डोळे, कान, नाक, जीभ आणि त्वचा), मन आणि बुद्धी यांनी जेवढे आकलन होते, तेवढेच ठाऊक असते. या सर्वांच्या पलीकडील म्हणजे ‘सूक्ष्म’. बहुतांशी व्यक्तींना सूक्ष्मातील ठाऊक नसते. त्यामुळे त्यांना ‘सूक्ष्म-जगतातील वाईट शक्ती, पूर्वजांचे अतृप्त लिंगदेह किंवा ग्रहांचे अशुभ योग’ यांच्यामुळे उद्भवणारे त्रास इत्यादी आध्यात्मिक त्रासांविषयी ठाऊक नसते. असे असले, तरी या आध्यात्मिक त्रासांमुळे व्यक्ती नाना प्रकारे पीडित होते. सध्याच्या कलियुगात तर वाईट शक्तींचा प्रकोप झाला आहे. आज जवळजवळ प्रत्येकालाच अल्प-अधिक प्रमाणात वाईट शक्तींचा त्रास आहेच. त्यामुळे आध्यात्मिक त्रास दूर करण्याविषयीचे गांभीर्य प्रत्येकामध्येच निर्माण होणे आवश्यक बनले आहे.

आध्यात्मिक त्रासांचा परिणाम व्यक्तीचे शरीर, मन, बुद्धी आणि जीवन यांवर कसा होतो, याची काही उदाहरणे पुढीलप्रमाणे आहेत - काही जणांचे आजार पुष्कळ

अ

अ

औषधोपचार करूनही बरे होत नाहीत. काही जणांना सारखे अकारण गोंधळून जायला होते. काही जण सांसारिक अडचणींनी अती त्रस्त होतात. काही जणांना वारंवार अकारण नकारात्मकता किंवा निराशा येते आणि अती निराशेमुळे काहींच्या मनात ‘आता जीवनाचा अंत करूया’, असे टोकाचे विचारही येतात. काही साधकांकडून साधनेचे पुष्कळ प्रयत्न करूनही त्यांची साधना चांगली होत नाही.

बरेच साधक आध्यात्मिक त्रास दूर करण्यासाठी नामजप इत्यादी ‘आध्यात्मिक उपाय’ करतात; पण वाईट शक्ती ‘साधकांकडून आध्यात्मिक उपाय परिणामकारक होऊ नयेत’, यासाठीही प्रयत्न करतात. त्यामुळे साधकांचे त्रास लवकर अल्प होत नसल्याने त्यांना हळूहळू उपायांमध्येही स्वारस्य वाटेनासे होते.

‘आध्यात्मिक त्रास होणे’, हे जरी आपल्या हातात नसले, तरी ‘आध्यात्मिक उपायांनी त्रास नियंत्रणात ठेवणे आणि हळूहळू ते संपुष्टात आणणे’, हे आपल्या हातात

अ

अ

अ

अ

आहे. यासाठी त्रासांकडे पहाण्याची स्वतःची दृष्टी पालटावी लागते. ‘आध्यात्मिक उपायांनी आपण त्रासांवर नक्की मात करू शकतो’, हा विश्वास स्वतःमध्ये निर्माण करावा लागतो. यासाठी सकारात्मक, संयम आणि उत्साह वाढवणारे, धैर्य आणि विजीगीषु वृत्ती निर्माण करणारे, तसेच उपाय परिणामकारक होण्यास साहाय्य करणारे, असे दृष्टीकोन मनावर सारखे बिंबवावे लागतात. प्रस्तुत लघुग्रंथामुळे हा उद्देश साध्य होण्यास साहाय्य होईल. लघुग्रंथात दिलेले दृष्टीकोन हे सनातनच्या साधकांना डोळ्यांसमोर ठेवून लिहिलेले असल्याने त्यांमध्ये ‘साधक’, असा उल्लेख आहे. असे असले तरी बहुतांशी दृष्टीकोन हे सर्वांनाच उपयोगी पडणारे आहेत.

‘या लघुग्रंथाच्या अभ्यासाने त्रास असलेल्यांना त्रासांवर मात करण्याची दिशा अन् प्रेरणा मिळो आणि त्यांच्याकडून चांगली साधना होऊन त्यांचे जीवन आनंदी बनो’, ही श्री गुरुचरणी प्रार्थना !’ – संकलक

अ

अ