

आध्यात्मिक कष्टोंको दूर करने हेतु उपयुक्त दृष्टिकोण

卐

भूमिका

卐

‘सामान्यतः व्यक्तिको स्थूल पंचज्ञानेन्द्रिय (आंख, कान, नाक, जीभ एवं त्वचा), मन एवं बुद्धि से जितना समझमें आता है, उतना ही उसे ज्ञात होता है। इन सबके परे जो है, वह है ‘सूक्ष्म’। अधिकांश व्यक्तियोंको सूक्ष्म स्तरीय ज्ञान नहीं होता। इसलिए उन्हें ‘सूक्ष्म जगतकी अनिष्ट शक्तियां, पितृदोष अथवा ग्रहोंके अशुभ योग’के कारण उत्पन्न समस्याएं इत्यादि आध्यात्मिक कष्टोंके विषयमें जानकारी नहीं होती। ऐसा होते हुए भी आध्यात्मिक कष्टोंके कारण व्यक्ति विभिन्न प्रकारसे पीडित होता है। वर्तमान कलियुगमें तो अनिष्ट शक्तियोंका प्रकोप हो गया है। आज लगभग प्रत्येक व्यक्तिको ही न्यूनाधिक मात्रामें अनिष्ट शक्तियोंका कष्ट है। इसलिए प्रत्येक व्यक्तिमें आध्यात्मिक कष्ट दूर करनेसम्बन्धी गम्भीरता निर्माण होना आवश्यक हो गया है।

आध्यात्मिक कष्टोंका परिणाम व्यक्तिके शरीर, मन,

卐

卐

बुद्धि एवं जीवन पर कैसे होता है, इसके कुछ उदाहरण आगे दिए अनुसार हैं – कुछ लोगोंके विकार बहुत औषधोपचार करनेपर भी ठीक नहीं होते । कुछ लोग बार-बार अकारण दुविधामें पड जाते हैं । कुछ लोग सांसारिक अडचनोंसे बहुत त्रस्त हो जाते हैं । कुछ लोगोंको बार-बार अकारण नकारात्मकता अथवा निराशा आती है एवं अति निराशाके कारण कुछ लोगोंके मनमें आत्महत्याके विचार भी आते हैं । साधनाके बहुत प्रयास करनेपर भी कुछ साधकोंकी साधना भलीभांति नहीं होती ।

अनेक साधक आध्यात्मिक कष्ट दूर करनेके लिए नामजप इत्यादि ‘आध्यात्मिक उपचार’ करते हैं; परन्तु अनिष्ट शक्तियां प्रयास करती हैं कि ‘साधक प्रभावी आध्यात्मिक उपचार न कर पाएं ।’ कष्ट शीघ्र न्यून न होनेके कारण धीरे-धीरे साधकोंका मन भी उपचारोंसे उठ जाता है ।

‘आध्यात्मिक कष्ट होना, न होना’ हमारे हाथमें नहीं, फिर भी ‘आध्यात्मिक उपचारोंसे कष्टको नियन्त्रणमें रखना

एवं धीरे-धीरे उसे समाप्त करना', हमारे हाथमें है । इसके लिए कष्टकी ओर देखनेका हमारा दृष्टिकोण परिवर्तित करना होगा । 'आध्यात्मिक उपचारोंसे हम आध्यात्मिक कष्टपर अवश्य विजय पा सकते हैं', यह विश्वास स्वयंमें निर्माण करना होगा । इसके लिए सकारात्मकता, संयम, उत्साह, धैर्य एवं जीतने की प्रवृत्ति निर्माण करनेवाले तथा प्रभावी उपचार होनेमें सहायता करनेवाले दृष्टिकोण मनपर निरन्तर अंकित करने होंगे । प्रस्तुत लघुग्रन्थसे यह उद्देश्य साध्य होनेमें सहायता मिलेगी । लघुग्रन्थमें दिए दृष्टिकोण सनातनके साधकोंको ध्यानमें रखकर लिखे गए हैं, इसलिए यहां 'साधक' शब्दका उल्लेख किया है; तथापि अधिकांश दृष्टिकोण सभीके लिए उपयोगी हैं ।

'इस लघुग्रन्थके अध्ययनसे सभी पीडाग्रस्त व्यक्तियोंको अपने कष्टपर विजय पानेकी प्रेरणा एवं दिशा मिले तथा उनसे भलीभांति साधना हो एवं उनका जीवन आनन्दमय बने', ऐसी श्री गुरुचरणोंमें प्रार्थना है !' - संकलनकर्ता

अनुक्रमणिका

१. 'आध्यात्मिक कष्ट' क्या है ? १२
२. आजके कालमें सनातनके साधकोंको अनिष्ट शक्तिजनित पीडा अधिक होनेका कारण १३
३. आध्यात्मिक कष्टके कुछ लक्षण १४
४. आध्यात्मिक कष्ट दूर करना क्यों आवश्यक है ? १६
५. आध्यात्मिक कष्ट दूर करनेका प्रभावी अस्त्र :
आध्यात्मिक उपचार ! १६
६. आध्यात्मिक कष्ट दूर करने हेतु उपयुक्त सिद्ध होनेवाले दृष्टिकोण १७
७. आध्यात्मिक उपचारोंके विषयमें उपयुक्त दृष्टिकोण ३९
८. आध्यात्मिक कष्टोंको दूर करनेके लिए साधना एवं भक्ति बढ़ाएं ! ५५
९. आध्यात्मिक पीडासे ग्रस्त व्यक्तियोंको प्रेमसे समझना अन्योकी साधना ही है ! ६२