ধ্যান ও প্রার্থনা

উদ্বোধন কার্যালয়

কলকাতা

প্রকাশকের নিবেদন

ধ্যানের কয়েকটি গ্রন্থ আমরা প্রকাশ করিয়াছি, যথা (১) ধ্যান শান্তি আনন্দ, (২) ধ্যান ও মনের শক্তি, (৩) মন ও তার নিয়ন্ত্রণ, (৪) মন ও তার শক্তি, (৫) ধ্যান সাধনা সিদ্ধি, (৬) ধ্যান ও (৭) মন ও ধ্যান। এই গ্রন্থগুলির সঙ্গে এইবার 'ধ্যান ও প্রার্থনা' নামে গ্রন্থটি সংযুক্ত হইল।

আধ্যাত্মিক জীবনে প্রার্থনা এবং নাম ও নামসাধনার গুরুত্ব কতখানি তাহা গ্রন্থটিতে দুইটি প্রবন্ধে প্রাঞ্জল ভাবে বোঝান হইয়াছে। ভক্তিবাদে কি ভাবে ঈশ্বরের নিকট প্রার্থনা করিতে হয়, কত রকম প্রার্থনা হইতে পারে, ধ্যানের দ্বারা যে অবস্থায় উপনীত হয় প্রার্থনা দ্বারাও সেই অবস্থায় পেঁাছান যায়, তাহাই বইটিতে আলোচনা করা হইয়াছে। এতদ্ব্যতীত বইটিতে আরও অন্যান্য বিষয় রহিয়াছে, যেমন, তপস্যা, বৈরাগ্য, সাধনে অন্তরায়, আধ্যাত্মিক রূপান্তর ও সমাধি প্রভৃতি।

এই গ্রন্থের সমস্ত প্রবন্ধই উদ্বোধন পত্রিকায় বিভিন্ন সময়ে প্রকাশিত হইয়াছিল।

আশা করি এই পুস্তকখানি সাধকের মনে আগ্রহ সৃষ্টি করিয়া সাধনপথে তাঁহাকে অগ্রসর হইতে সাহায্য করিবে।

প্রকাশক

সূচীপত্র

১। ধ্যানযোগ—শ্রীমৎ স্বামী শিবানন্দ মহারাজের উপদেশ সংগ্রহ ১

২। ধ্যান ও প্রার্থনা—স্বামী পবিত্রানন্দ ৫

৩। প্রার্থনা—কেন ও কত প্রকার? স্বামী জীবানন্দ ১৩

৪। তপস্যা—স্বামী ধ্যানানন্দ ২২

৫। সাধনে অন্তরায়—স্বামী ধ্যানানন্দ ৩১

৬। সূক্ষ্মশরীর—স্বামী ধ্যানানন্দ ৩৯

৭। সুষুম্না ও কুণ্ডলিনী—স্বামী ধ্যানানন্দ ৫৩

৮। যোগ পথ—স্বামী বাসুদেবানন্দ ৬২

৯। বৈরাগ্য ও সমাধি—স্বামী বাসুদেবানন্দ ৮৫

১০। আধ্যাত্মিক রূপান্তর—স্বামী যতীশ্বরানন্দ ৯৮

১১। চিত্তের প্রশান্তি—স্বামী যতীশ্বরানন্দ ১১৩

১২। নাম ও নামসাধনা—স্বামী চেতনানন্দ ১২২