ಈಶ್ವರಪ್ರಾಪ್ತಿಗಾಗಿ ಸಾಧನೆ : ಖಂಡ ೨

ಆನಂದಪ್ರಾಪ್ತಿಗಾಗಿ ಅಧ್ಯಾತ್ಮ

(ಸುಖ, ದುಃಖ ಮತ್ತು ಆನಂದ ಇವುಗಳ ಶಾಸ್ತ್ರೀಯ ವಿಶ್ಲೇಷಣೆ)

(Spirituality for obtaining Bliss) ಕನ್ನಡ (Kannada)

ಸಂಕಲನಕಾರರು

ಹಿಂದೂ ರಾಷ್ಟ್ರ ಸ್ಥಾಪನೆಯ ಉದ್ಘೋಷ ಮಾಡುವ

ಸಚ್ಚಿದಾನಂದ ಪರಬ್ರಹ್ಮ ಡಾ. ಜಯಂತ ಬಾಳಾಜಿ ಆಠವಲೆ

(‘ಸಚ್ಚಿದಾನಂದ ಪರಬ್ರಹ್ಮ’ ಬಿರುದಿನ ಸ್ಪಷ್ಟೀಕರಣವನ್ನು ‘ಪುಟ ೭’ ರಲ್ಲಿ ಓದಿ.)

ಪೂ. ಸಂದೀಪ ಗಜಾನನ ಆಳಶಿ

ಸನಾತನ ಸಂಸ್ಥೆ

ಆಗಸ್ಟ್ ೨೦೨೨ ರ ವರೆಗೆ ಸನಾತನದ ೩೫೭ ಗ್ರಂಥಗಳ ಕನ್ನಡ, ಹಿಂದಿ, ಆಂಗ್ಲ, ಮರಾಠಿ, ಗುಜರಾತಿ, ತಮಿಳು, ತೆಲುಗು, ಮಲಯಾಳಂ, ಬಂಗಾಲಿ, ಒರಿಯಾ, ಪಂಜಾಬಿ, ಅಸ್ಸಾಮಿ, ನೇಪಾಳಿ, ಜರ್ಮನ್, ಸರ್ಬಿಯನ್, ಫ್ರೆಂಚ್ ಮತ್ತು ಸ್ಪ್ಯಾನಿಶ್ ಈ ೧೭ ಭಾಷೆಗಳಲ್ಲಿ ೯೦,೪೭,೦೦೦ ಪ್ರತಿಗಳು !

ಪ್ರಕಾಶಕರು : ಶ್ರೀ ಸಿದ್ಧೇಶ್ವರ ಧರ್ಮಜಾಗೃತಿ ಸಂಸ್ಥೆ
Shree Siddheshwar Dharmajagruti Sanstha
ಮ.ಸಂ. 2ಬಿ–29ಎ, ಇಂದಿರಾನಗರ, ಕುಕ್ಕಿಕಟ್ಟೆ,
ಉಡುಪಿ 576 101, ಕರ್ನಾಟಕ. ದೂ.ಕ್ರ. : +91 93424 35617
ಇತರ ದೂ.ಕ್ರ. (ಗೋವಾ) : +91 (0832) 2312664
ಇ–ಅಂಚೆ : granth@sanatan.org

ಮುಖಪುಟದ ಪರಿಕಲ್ಪನೆ : ಸೌ. ಜಾಹ್ನವಿ ಶಿಂದೆ ಮತ್ತು ಕು. ಭಾವಿನಿ ಕಪಾಡಿಯಾ

‘ಅಧ್ಯಾತ್ಮ’ ಈ ಮೂಲ ಖಂಡದ (ಮೊದಲ ಆವೃತ್ತಿ : 5.9.1998) 3 ಆವೃತ್ತಿಗಳು ಪ್ರಕಾಶಿತ ಗೊಂಡಿವೆ. ಈ ಮೂಲ ಖಂಡವನ್ನು ಫೆಬ್ರವರಿ 2016 ರಲ್ಲಿ ‘ಆಧುನಿಕ ವಿಜ್ಞಾನಕ್ಕಿಂತ ಅಧ್ಯಾತ್ಮ ಶ್ರೇಷ್ಠ !’ ಮತ್ತು ‘ಆನಂದಪ್ರಾಪ್ತಿಗಾಗಿ ಅಧ್ಯಾತ್ಮ’ ಎಂಬ 2 ಖಂಡಗಳಲ್ಲಿ ವಿಭಜಿಸಲಾಗಿದೆ.

First Edition : Mahashivaratri, Kaliyug Varsh 5117
(7th March 2016)

First Edition
Seventh Reprint : Navaratrarambha, Kaliyug Varsh 5124
(26th September 2022)

Translated from the original Marathi text ‘Aanandapraptisathi Adhyatma’
ಪ್ರಸ್ತುತ ಗ್ರಂಥವು ಹಿಂದಿ, ಆಂಗ್ಲ ಮತ್ತು ತೆಲುಗು ಭಾಷೆಗಳಲ್ಲೂ ಲಭ್ಯವಿದೆ.

ಅನುವಾದಕರು : ಕು. ರಶ್ಮಿ ರಮೇಶ ನಾಯಕ್, ಡಾ. ಪ್ರಕಾಶ ಘಾಳಿ,
ಶ್ರೀ. ಗಣೇಶ ರಾಜಾರಾಮ ಕಾಮತ್

ಮುದ್ರಣಸ್ಥಳ : ಆಮೋದ್ ಗ್ರಾಫಿಕ್ಸ್, ಬೆಂಗಳೂರು – 560 010.

ದೇಣಿಗೆ ಮೌಲ್ಯ : ₹ 75/-

ISBN : 978-93-84460-67-9 ॐ ಗ್ರಂಥ ಕ್ರ. : 262

© **ಪ್ರಕಾಶಕರು** All rights are reserved. No part of this publication maybe reproduced, stored in a retrieval system or transmitted, in any form or by any means, mechanical, photocopying, recording or otherwise, without prior written permission of the original publisher. Violators will be liable for criminal / civil action.

ವಿಷಯಸೂಚಿ

೧. ಗ್ರಂಥದ ಸಂಕಲನಕಾರರ ಪರಿಚಯ **೫**

೨. ಮುಖಪುಟದ ಪರಿಕಲ್ಪನೆ **೭**

೩. ಮನೋಗತ **೮**

ಗ್ರಂಥದ ಅನುಕ್ರಮಣಿಕೆ

(ಕೆಲವು ಮಹತ್ವದ ಅಂಶಗಳನ್ನು '*' ಈ ಗುರುತಿನಲ್ಲಿ ಕೊಡಲಾಗಿದೆ.)

೧. ಸುಖ-ದುಃಖ **೧೦**

* ಸುಖ ಮತ್ತು ಆನಂದ ಈ ಶಬ್ದಗಳನ್ನು ಬೇರೆಬೇರೆ ಅರ್ಥದಲ್ಲಿ ಉಪಯೋಗಿಸುವುದರಿಂದಾಗುವ ಗೊಂದಲ ೧೫
* ಸುಖ, ದುಃಖ ಮತ್ತು ಆನಂದ ಇವುಗಳಲ್ಲಿನ ವ್ಯತ್ಯಾಸ ೧೬
* ಸುಖದ ವಿಧಗಳು ೨೨
* ಸುಖ-ದುಃಖದ ಪರಮಾವಧಿ ೨೩
* ಸುಖಪ್ರಾಪ್ತಿ ಮತ್ತು ದುಃಖ ನಿವೃತ್ತಿಗಾಗಿ ಪ್ರಯತ್ನ ೨೪
* ಪ್ರಾಣಿ ಮತ್ತು ಮಾನವರಿಗೆ ಸಿಗುವ ಸುಖ ೨೮
* ಸುಖ-ದುಃಖದ ಕಾರಣಗಳು ೩೦
* ಸುಖ ಮತ್ತು ಆನಂದದ ತಾತ್ತ್ವಿಕ ವಿವೇಚನೆ ೫೩
* ದುಃಖವನ್ನು ಸಂಪೂರ್ಣ ತಪ್ಪಿಸುವುದು ೬೧

೨. ಆನಂದ **೬೫**

* ಆನಂದ ಮತ್ತು ಶಾಂತಿ ೬೬
* ಸುಖ ಮತ್ತು ಆನಂದ ಇವುಗಳ ತಾತ್ತ್ವಿಕ ವಿವೇಚನೆ ೬೭
* ಆನಂದ ಲಭಿಸಬೇಕು ಎಂಬ ಇಚ್ಛೆಯು ಏಕೆ ಆಗುತ್ತದೆ ? ೬೭
* ಆತ್ಮ (ಜೀವ) ಆನಂದ ಸ್ವರೂಪವಾಗಿದ್ದರೂ ಅದಕ್ಕೆ ಆನಂದದ ಅನುಭೂತಿಯು ಏಕೆ ಬರುವುದಿಲ್ಲ ? ೬೭
* ಜೀವಕ್ಕೆ ಆನಂದದ ಬೇಸರವು ಏಕೆ ಆಗುವುದಿಲ್ಲ ? ೬೭
* ಆನಂದವನ್ನು ಹೇಗೆ ಪಡೆಯಬೇಕು ? ೬೮

卐 'ಸಂಕಲನಕಾರರ ವೈಜ್ಞಾನಿಕ ದೃಷ್ಟಿಕೋನ' **೭೩**

ವಿಷಯಸೂಚಿಯಲ್ಲಿನ ಕ್ರಮಾಂಕ ೩

ಮನೋಗತ

ಕೇವಲ ಮನುಷ್ಯರು ಮಾತ್ರವಲ್ಲ ಇತರ ಪ್ರಾಣಿಗಳ ಪ್ರಯತ್ನವೂ ಹೆಚ್ಚೆಚ್ಚು ಸುಖವನ್ನು ಹೇಗೆ ಪಡೆಯಬೇಕು ಎಂಬುದಕ್ಕಾಗಿಯೇ ಇರುತ್ತದೆ. ಇದಕ್ಕಾಗಿ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ಪಂಚಜ್ಞಾನೇಂದ್ರಿಯಗಳು, ಮನಸ್ಸು ಮತ್ತು ಬುದ್ಧಿಯಿಂದ ವಿಷಯ ಸುಖವನ್ನು ಉಪಭೋಗಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತಾರೆ; ಆದರೆ ವಿಷಯ ಸುಖವು ತಾತ್ಕಾಲಿಕ ಹಾಗೂ ಕಡಿಮೆ ಮಟ್ಟದ್ದಾಗಿರುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಆತ್ಮಸುಖವು ಅರ್ಥಾತ್ ಆನಂದವು ಚಿರಂತನ ಮತ್ತು ಅತಿ ಉಚ್ಚಮಟ್ಟದ್ದಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಆತ್ಮಸುಖವನ್ನು ಪ್ರಾಪ್ತಗೊಳಿಸಿಕೊಡುವ ವಿಷಯವೆಂದರೆ ಅಧ್ಯಾತ್ಮ. ಆದುದರಿಂದ 'ಸುಖಂ ಚ ನ ವಿನಾ ಧರ್ಮಾತ್ ತಸ್ಮಾತ್ ಧರ್ಮಪರೋ ಭವೇತ್' ಅಂದರೆ ನಿಜವಾದ ಸುಖವು (ಆನಂದವು) ಧರ್ಮಾಚರಣೆಯನ್ನು ಮಾಡದೇ ಸಿಗುವುದಿಲ್ಲ; ಆದುದರಿಂದ ಯಾವಾಗಲೂ ಧರ್ಮಾಚರಣೆಯನ್ನು ಮಾಡಬೇಕು ಎಂದು ಹೇಳಲಾಗಿದೆ. ಅಧ್ಯಾತ್ಮದ ಆಧಾರವನ್ನು ಪಡೆದು, ಅಂದರೆ ಸಾಧನೆಯನ್ನು ಮಾಡಿ ಆತ್ಮಸುಖವನ್ನು ಪಡೆಯಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿದಲ್ಲಿ ಲೌಕಿಕ ಮತ್ತು ಪಾರಲೌಕಿಕ ಸುಖವೂ ಪ್ರಾಪ್ತವಾಗುತ್ತದೆ.

ವಿಷಾದವೆಂದರೆ ಅಧ್ಯಾತ್ಮಕ್ಕೆ ಇಷ್ಟೊಂದು ಮಹತ್ವವಿದ್ದರೂ, ಹೆಚ್ಚಿನ ಜನರಿಗೆ ಅಧ್ಯಾತ್ಮದ ಅರ್ಥವೂ ಸರಿಯಾಗಿ ತಿಳಿದಿರುವುದಿಲ್ಲ. ಆದುದರಿಂದ ಅಧ್ಯಾತ್ಮದಂತಹ ಸರ್ವೋಚ್ಚ ಆನಂದ ಮತ್ತು ಸರ್ವಜ್ಞತೆಯನ್ನು ನೀಡುವ ವಿಷಯದ ಕಡೆಗೆ ಬಹಳ ಕಡಿಮೆ ಜನರು ಹೊರಳುತ್ತಾರೆ. ಆನಂದವು ವಿಷಯಸುಖದ ಅನೇಕ ಪಟ್ಟಿರುತ್ತದೆ ಎಂಬುದು ತಿಳಿದರೆ, ವಿಷಯಸುಖಕ್ಕಿಂತ ಆನಂದಪ್ರಾಪ್ತಿಗಾಗಿ ಯಾರಾದರೂ ಪ್ರಯತ್ನಿಸಬಹುದು. ಇಂತಹ ಪ್ರಯತ್ನಗಳಾಗಬೇಕೆಂಬ ಉದ್ದೇಶವನ್ನಿಟ್ಟುಕೊಂಡೇ ಈ ಗ್ರಂಥ ಬರೆಯಲಾಗಿದೆ. ಅಧ್ಯಾತ್ಮದ ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡುವಾಗ ಯಾವ ಅಡಚಣೆಗಳು ಬರುತ್ತವೆ ಎಂಬುದರ ವಿವೇಚನೆಯನ್ನೂ ಈ ಗ್ರಂಥದಲ್ಲಿ ಮಾಡಲಾಗಿದೆ.

ಅಧ್ಯಾತ್ಮವು ಕೇವಲ ಬುದ್ಧಿಯ ಸ್ತರದಲ್ಲಿ ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳುವ ವಿಷಯವಲ್ಲ, ಅದು ಪ್ರತ್ಯಕ್ಷ ಕೃತಿ ಮಾಡಿ ಅನುಭೂತಿಯನ್ನು ಪಡೆಯುವ ವಿಷಯವಾಗಿದೆ. ಈ ಗ್ರಂಥವನ್ನು ಓದಿ ಕೆಲವರಾದರೂ ಸಾಧನೆಯನ್ನು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಬೇಕು ಮತ್ತು ಸಾಧನೆಯಿಂದ ಅವರ ಅಂತರ್ಯದಲ್ಲಿ ಆನಂದದ ಝರಿಯು ಬೇಗನೇ ನಿರ್ಮಾಣವಾಗಬೇಕು ಎಂದು ಗುರು ಚರಣಗಳಲ್ಲಿ ಪ್ರಾರ್ಥನೆ. – **ಸಂಕಲನಕಾರರು**

(ಸನಾತನದ 'ಅಧ್ಯಾತ್ಮಶಾಸ್ತ್ರ' ಕುರಿತಾದ ಎಲ್ಲ ಗ್ರಂಥಗಳ ಸಮಾನ ಮನೋಗತವನ್ನು 'ಧರ್ಮದ ಮೂಲಭೂತ ವಿವೇಚನೆ' ಗ್ರಂಥದಲ್ಲಿ ಕೊಡಲಾಗಿದೆ.)