હિંદુ ધર્મતત્ત્વજ્ઞાન વિશદ કરનારી ગ્રંથમાલિકા : ખંડ ૧

અધ્યાત્મ

શાશ્વત આનંદપ્રાપ્તિનું, એટલે કે ઈશ્વરપ્રાપ્તિનું શાસ્ત્ર !

(Spirituality - Gujarati)

ગ્રંથનું મનોગત

'સુખ તો રાઈનો દાણો અને દુ:ખના તો ડુંગર ખડકાય.'આ ઉક્તિનો અનુભવ મોટાભાગના લોકોને હોય છે. કળિયુગમાં સર્વસામાન્ય રીતે માનવી જીવનમાં સુખ સરેરાશ ૨૫ ટકા અને દુ:ખ ૭૫ ટકા હોય છે. માનવીની જ નહીં, જ્યારે અન્ય પ્રાણીમાત્રોની પણ મથામણ વધારેમાં વધારે સુખ કેવી રીતે મળે, તે માટે હોય છે. તેને માટે પ્રત્યેક જણ પંચજ્ઞાનેંદ્રિયો, મન અને બુદ્ધિ દ્વારા વિષયસુખ ઉપભોગવાનો પ્રયત્ન કરે છે; પણ વિષયસુખ તાત્કાલિક અને ઓછી પ્રતિનું હોય છે, જ્યારે આત્મસુખ, અર્થાત્ આનંદ એ ચિરંતન અને સર્વોચ્ચ પતિનો હોય છે. આત્મસુખ મેળવી આપનારી બાબત એટલે અધ્યાત્મ. એટલા માટે જ **'सुखं च न विना धर्मात् तस्मात् धर्मपरो भवेत् ।'** એટલે 'ખરું સુખ (આનંદ) એ કાંઈ ધર્માચરણ કર્યા સિવાય મળતું નથી; તેથી હંમેશાં ધર્માચરણ કરવું', એમ કહ્યું છે. અધ્યાત્મની કેડે પડીને, અર્થાત્ સાધના કરીને આત્મસુખ મેળવવાનો પ્રયત્ન કરવાથી લૌકિક અને પારલૌકિક સુખ, આ આનુષંગિક ફળ પણ મળે છે.

અધ્યાત્મનું આટલું મહત્ત્વ હોવા છતાં ખેદની બાબત એમ છે કે, અધ્યાત્મ શબ્દનો અર્થ જ મોટા ભાગના લોકો જાણતા હોતા નથી. તેને કારણે અધ્યાત્મ જેવા સર્વોચ્ચ આનંદ અને સર્વજ્ઞતા પ્રદાન કરનાર વિષય ભણી બહુ ઓછા લોકો વળે છે. વિષયસુખની તુલનામાં અનંતગણો વધારે આનંદ હોય છે, આ બાબત જો સમજાય, તો વિષયસુખ કરતાં આનંદ મેળવવા માટે કોઈપણ પ્રયત્ન કરશે. એવા પ્રયત્નો થાય, એ જ ઉદ્દેશ મનમાં જાળવીને સદર ગ્રંથનું લખાણ કર્યું છે. અધ્યાત્મ વિશેની ગેરસમજૂતીઓ કઈ અને તેમના કારણો કયા, અન્ય વિષય, ખાસ કરીને વિજ્ઞાન, એના કરતાં અધ્યાત્મ શા માટે શ્રેષ્ઠ છે, અધ્યાત્મનો અભ્યાસ કરતી વેળાએ કઈ અડચણો આવે છે, ઇત્યાદિ બાબતોનું વિવેચન આ ગ્રંથમાં કર્યું છે. વિષયસાપેક્ષ સુખ અને વિષયનિરપેક્ષ આનંદમાંનો ભેદ શું, સુખ-દુ:ખના કારણો કયા, તે કારણો દૂર કરીને તેમની પેલેપારના આનંદની અનુભૂતિ કેવી રીતે મેળવવી, ઇત્યાદિ વિષયોનું વિવેચન પણ આમાં કર્યું છે.

અધ્યાત્મ એ કેવળ બૌદ્ધિક સ્તર પર સમજી લેવાનો વિષય નથી, જ્યારે પ્રત્યક્ષ કૃતિ કરીને અનુભૂતિ મેળવવાનો વિષય છે. આ ગ્રંથ વાંચીને થોડા લોકોએ તોયે સાધનાનો આરંભ કરવો અને સાધનાથી તેમના અંતર્યામી વસેલા આનંદનું ઝરણું વહેલા નિર્માણ થાય, એ જ શ્રી ગુરુચરણોમાં પ્રાર્થના.

– સંકલક

('અધ્યાત્મશાસ્ત્ર' આ ગ્રંથમાલિકાના સર્વ ખંડોના 'ભાગ ૧'નું સામાયિક મનોગત 'ભાગ ૧ – ખંડ ૧ : ધર્મ'માં અને 'ભાગ ૩'નું સામાયિક મનોગત'ભાગ ૩ – ખંડ ૨૯ : ભક્તિયોગ ૧ – પૂજાસામગ્રીનું મહત્ત્વ'આ ગ્રંથમાં આપ્યું છે.)

અનુક્રમણિકા

(કેટલાંક વિશિષ્ટતાપૂર્ણ સૂત્રો '*' ચિહ્નથી દર્શાવ્યા છે.)

૧. વ્યુત્પત્તિ અને અર્થ	૧૪
૨. સમાનાર્થી શબ્દ (પરાવિદ્યા, પરમાર્થ ઇત્યાદિ)	૧૫
૩. અધ્યાત્મનો અધિકારી	૧૫
૪. અધ્યાત્મ વિશેની ગેરસમજૂતીઓ	૧૫
* ડર * અજ્ઞાન * અંધશ્રદ્ધા	૧૫
* અયોગ્ય લાભ ઊઠાવવો	૧૯
* સાધના વિશેની ગેરસમજૂતીઓ	૨૦
* ઘરડે-ઘડપણ સાધના કરીશું, એવો વિચાર	૨૦
* વ્યવહારમાં અડચણ ઉત્પન્ન થવાની શંકા	૨૨
* ભિક્ષુક, કીર્તનકાર અને પ્રવચનકારો વિશે ગેરસમજૂતી	૨૨
* અધ્યાત્મ શીખવનારાઓ વિશે ગેરસમજ	૨૩
૫. અધ્યાત્મ વિશેની ગેરસમજૂતીઓના કારણો	૨૪
* સમાજમાંની પ્રતિષ્ઠિત વ્યક્તિઓ દ્વારા ગેર માર્ગે દોરી જવા	૨૪
* પ્રસારમાધ્યમો, વિદ્યાપીઠો ઇત્યાદિ દ્વારા અજ્ઞાન ફેલાવવું	૨૫
*સરકાર દ્વારા અપ્રત્યક્ષ વિરોધ * એકાંગી મત વ્યક્ત કરવો	૨૬
* બુદ્ધિપ્રામાણ્યવાદીઓનું અજ્ઞાન અને અંધશ્રદ્ધા	૨૬
* અશાસ્ત્રીય છીછરું લખાણ	૨૮
૬. મહત્ત્વ	૨૯
* ચિરંતન અને સર્વોચ્ચ આનંદ પ્રદાન કરનારો વિષય	૨૯
* સર્વજ્ઞતા આપનારો વિષય	૩૦
૭. માનવીને અધ્યાત્મમાં રુચિ શા માટે હોય છે ?	૩૧
૮. અન્ય શાસ્ત્રો અને અધ્યાત્મશાસ્ત્ર	૩૧
* ચૈતન્યવિરહિત માનસ ઉપચાર અને ચૈતન્યમય અધ્યાત્મમાંનો ભેદ	૩૩
* વિજ્ઞાન અધ્યાત્મની એક શાખા !	૩૪

* વિજ્ઞાન અનુભૂતિ આપી ન શકવું ૫૦
૯. અધ્યાત્મ વિષયનો અભ્યાસ કરતી વેળાએ આવતી અડચણો ૫૨
* શબ્દાર્થ અને ભાવાર્થ વચ્ચેનો ભેદ (ફેર) ૫૨
* વ્યવહારિક અને આધ્યાત્મિક સંદર્ભમાં રહેલા શબ્દોના
જુદા જુદા અર્થ ૫૩
* નિરર્થક બુદ્ધિપ્રામાણ્યવાદ ૫૬
૧૦. સુખદુ:ખ ૬૧
* જુદા જુદા દેહ દ્વારા મળનારા સુખનું પ્રમાણ ૭૨
* ચિરંતન સુખની પ્રાપ્તિ માટે સ્વર્ગ નહીં, જ્યારે ભૂલોક આવશ્યક ૭૫
* સુખદુ:ખના કારણો ૭૬
* દુ:ખના આધ્યાત્મિક કારણોની તીવ્રતા અને ઉપાય ૮૭
* દુ:ખોનું કારણ બુદ્ધિ-અગમ્ય એટલે આધ્યાત્મિક છે,
એ બુદ્ધિથી કેવી રીતે ઓળખવું ? ૯૧
* દેહભાવનું વિસ્મરણ એટલે સુખ ૯૫
૧૧. આનંદ ૯૮
* આનંદ મળવો જોઈએ, એવી ઇચ્છા શા માટે થાય છે ? ૯૯
* આત્મા (જીવ) આનંદસ્વરૂપ હોવા છતાં તેને આનંદની
અનુભૂતિ કેમ થતી નથી ? ૧૦૦
* જીવને આનંદનો કંટાળો શા માટે આવતો નથી ? ૧૦૦
* આનંદ કેવી રીતે મેળવવો ? (ધર્મનું પાલન, સાધના,
સંતસહવાસ ઇત્યાદિ) ૧૦૦
'અધ્યાત્મ' વિશેનું ગહન (ઊંડું) જ્ઞાન ૧૦૭
અધ્યાત્મસંબંધી ટીકા અથવા અયોગ્ય વિચાર અને તેમનું ખંડન ૧૧૮