

કઠોપનિષદ

શિબિર-૫

પ્રવચન-૧ તા. ૨૪-૮-૨૨ સવાર

અધ્યાય-૧ તૃતીય વલ્લી

ઇન્દ્રિય-મનનો સંયમ

શ્લોક - ૧

પરમાત્મા - જીવાત્મા

જનરલ

પરિચય

જનરલ	પરિચય
* મોહની પ્રબળતા - દા.ત. જબલપુર - પાણીનો ધોધ - અજ્ઞાન - તૃષ્ણા - દુઃખી * જડમાં સુખની માન્યતા - દા.ત. ઘરની સાકર ભેળવી - આકર્ષિત - દા.ત. સબ દેખનેકા - ચખનેકા નહીં * આરોપણ - આકર્ષણ - અનુભવ - દા.ત. કાગળ - છાપ - કરન્સી - દા.ત. કેક જેવું - ચોકલેટ નહીં	I) શ્લોકનો પરિચય - મનુષ્યભવ - એક અવસર - પર્યુષણ પર્વ - દા.ત. વસંતની વેળા - આ વખતે પૂર્ણ પ્રયત્ન કરવો - આગલી વલ્લી - અંતિમ લક્ષ્યનો ઉલ્લેખ આ વલ્લી - તે કેવી રીતે પ્રાપ્ત કરવું - - સાધનાવલ્લી કહેવાય સાધના વિષે ઘણી બધી સૂચનાઓ આપી છે સંયમી - અંતર્મુખી - આત્મપ્રાપ્તિ વિષે
* આશા ઔરનકી ક્યા કીજે a) ભટકે - યાચે - તિરસ્કાર - કષ્ટો સહન b) રોટલો મળ્યે - ભય - છીનવાય નહીં c) ચાલ્યો જાય - પહેલાં કરતાં વધારે દુઃખ d) વધુ મળે તેની આશા - લાભથી લોભ e) બીજાને મળે તો - ઈર્ષ્યા	- રથના પ્રસિદ્ધ રૂપક દ્વારા સિદ્ધાંત - નીતિ તત્ત્વજ્ઞાન - વ્યાવહારિક રીત દર્શાવી ૧૭ શ્લોક - ૭ દિવસમાં
* ચિત્તવૃત્તિની દિશા - દા.ત. પત્ર - સરનામું - દા.ત. ઇતિહાસનું પુસ્તક - ભૂગોળનું લેબલ - સજા * બોધથી તત્ત્વનિર્ણય - ગુરુ થકી આત્મબોધ - દા.ત. સિલકને પોતાની પૂંજી નહીં * અંતર્મુખતાનો અભ્યાસ - દા.ત. ટોચ - બટન - બલ્બ - ધ્યાન કરવું - ધ્યાન રાખવું - ખુમારી * શરૂઆતમાં - પછી - દા.ત. નિશાળમાં રજા - ખુશી - ન ગમે - દા.ત. સાઈકલ - પડવું - સહજ * ધ્યેયસિદ્ધિ - રુચિ અનુયાયી વીર્ય - વિઘ્નોથી વિચલિત થયા વિના	II) શ્લોકમાં - જે વિધાન - તેનું સમર્થન - તમામ આત્મજ્ઞાનીઓ એકમતે - તથા કર્મકાંડીઓ પણ - બ્રહ્મવેત્તા + પંચાગ્નિના ઉપાસકો - અધ્યાત્મવાદી + કર્મકાંડી - બન્ને III) ઋતં પિબન્તૌ - કર્મફળનું પાન કરનાર - હૃદયગુફામાં - બુદ્ધિગુફામાં - બિરાજમાન બે તત્ત્વો - કર્મનાં ફળ ભોગવે છે - આ લોકમાં - કર્મનો સિદ્ધાંત - કર્મનાં ફળ ભોગવવાં પડશે - જાણતાં - ઈરાદાપૂર્વક - જાહેરમાં - અજાણતાં - ઈરાદાપૂર્વક નહીં - એકાંતમાં - પિબન્તૌ = દિવચન - ૨ તત્ત્વો તે કયાં બે તત્ત્વ છે? - પરમાત્મા અને જીવાત્મા - એકબીજાથી જુદા - પ્રકાશ / છાયા - એક ભોક્તા - એક સાક્ષી (ભોક્તા લાગે)

૨ તત્ત્વો	ભેદ - અભેદ
IV) તે બે તત્ત્વો કયાં છે? - જીવાત્મા = ભોક્તા પરમાત્મા = સાક્ષી - ભોક્તા ભાસે છે - બન્ને દેહગત - બુદ્ધિગુણમાં વસનારા છે - એક ભોક્તા, એક સાક્ષી - દા.ત. છત્રી ન્યાય - ટોળું - એક પાસે છત્રી છતાં કહેવાય પેલું છત્રીવાળું ચૂપ - દા.ત. પદયાત્રી - એક જ ભગવાં કપડાં જુઓ ભગવાં વસ્ત્રવાળાં જાય છે - દા.ત. રસોડું - ૧ રસોઈ કરે - બીજા મદદ કરે છતાં બધા રસોઈયા કહેવાય - માંડુક્ય ઉપનિષદમાં કથા દા.ત. વૃક્ષ - ૨ પક્ષી - નીચેનો ભોક્તા ઉપરનો સાક્ષી - ભાસે બે પક્ષી ભોક્તા છે - એક કર્તાભોક્તા છે - બીજો સાક્ષી માત્ર જાણનાર - દા.ત. ચોર - ચોરી - જાણે હું ચોરી	VI) તે બે છે કે એક? - તત્ત્વાર્થે એક - કહેવાય બે તત્ત્વો આત્મા જ છે - ઉપાધિમાં તાદાત્મ્યના કારણે જીવ દા.ત. પરમાત્મા + બી.એમ.આઈ. = જીવાત્મા (શરીર, મન, બુદ્ધિ) દા.ત. કેરેક્ટર + રોલ = એક્ટર - અવિદ્યાના કારણે બે ભાસે - તત્ત્વાર્થે એક ઓળખાણમાં મુશ્કેલીના કારણે - ખોટી ઓળખાણ બી.એમ.આઈ.માં 'હું'નું જોડાણ = જીવાત્મા - નિરુપાધિક છે - સોપાધિક ભાસે છે તેથી ૨ તત્ત્વ - ભોક્તા, સાક્ષી
V) ૨ તત્ત્વોનો સંબંધ - દા.ત. એક બિંબ છે - બીજું પ્રતિબિંબ દા.ત. સૂર્ય અને પ્રતિબિંબ શુદ્ધ આત્મા - અશુદ્ધ અવસ્થા ચૈતન્યસત્તા - ચિત્તવૃત્તિ સાક્ષી - કર્તાભોક્તા - ચૈતન્યસત્તા સાક્ષી છે ચિત્તવૃત્તિ અશુદ્ધ આત્મા છે મનમાં આત્માનું પ્રતિબિંબ - જીવાત્મા - જીવાત્મા = પરમાત્મા + ઉપાધિ દા.ત. સ્ફટિક + લાલ ફૂલ = લાલ સ્ફટિક દા.ત. ઇલેક્ટ્રિસિટી + ચંત્ર = ટી.વી. દા.ત. આત્મા + રોલ = જીવાત્મા દા.ત. રંગીન બોટલ + પાણી = રંગીન ભાસે - તેથી બેનું અસ્તિત્વ = અસલી + પ્રતિબિંબ પરમાત્મા મનમાંથી પસાર થાય - જીવાત્મા	VII) તડકા છાંયડા જેવા - પરમાત્મા તડકો - જીવાત્મા છાંયડો - ભિન્ન અને અભિન્ન - પ્રકાશ ન હોય તો છાંયડો કેવી રીતે? પ્રકાશ વિના તેનું અસ્તિત્વ જ નથી પ્રકાશ અવરોધાય - છાયા નિર્મિત - વિરુદ્ધ ધર્મી - ભોક્તા, સાક્ષી સ્વતંત્ર અસ્તિત્વ (સત્) પરતંત્ર અસ્તિત્વ (મિથ્યા) - દા.ત. પુરુષ લગ્ન - પતિ થયો જન્મ થયો કહેવાય - જન્મતારીખ એક જ છે વિવિધ ઉપાધિના કારણે વિવિધ ભાસે (પત્ની-પતિ, પુત્ર-પિતા, પૌત્ર-દાદા) - એક જ છે - છતાં શોધે છે દા.ત. ૧૦ વ્યક્તિઓ નદી પાર કરે - ખોવાય - મળે માત્ર વિસ્મૃત - ખોવાયો નથી - કેવી રીતે શોધવો? દા.ત. ચોર - પોલીસના ઘરે - યુનિફોર્મ - ચોર પકડો કેવી રીતે પકડાય - સત્સંગરૂપી દર્પણ, દેહાદિરૂપી યુનિફોર્મ અલગ કરીને - દ્વૈતભાવ નાશ માટે સર્વ સાધના દા.ત. ઘડો સત્ય નથી - માટી માત્ર - ઘડો માટી એકમાં - અવિદ્યાના કારણે - ભાસે છે - ભ્રમ દા.ત. ક્ષિતિજ દા.ત. રેલ્વે પાટા દા.ત. લાકડી વાંકી દા.ત. સૂર્ય દા.ત. બીમાર દા.ત. વૃદ્ધ દા.ત. કોધી દા.ત. ભૂખ્યો

શ્લોક - ૨શુભ સેતુ છે

<u>પ્રાર્થના</u>	<u>શુભ સેતુ છે</u>
I) <u>પ્રાર્થના</u> * જ્ઞાનયોગની વિસ્તૃત ચર્ચાનો પ્રારંભ કરતાં પહેલાં - આ મંત્ર પ્રાર્થનારૂપે છે * અમને આશીર્વાદ આપો કે બધી શુભ ક્રિયા (નાયિકેત અગ્નિ યજ્ઞ) બ્રહ્માનુભૂતિના કિનારે પહોંચવા માટે સેતુરૂપ બને * અમે શક્તિમાન થઈએ કે શુભ લક્ષ્યપૂર્વક થાય - સંસારસાગર પાર કરવા * અમને આશીર્વાદ આપો કે બન્ને વિદ્યા (યજ્ઞ / બ્રહ્મ) જેથી દુઃખનો અંત આવે	IV) <u>શુભ કર્મનું પ્રયોજન</u> * બ્રહ્મની પ્રાપ્તિ માટે ક્રિયાઓ કઈ રીતે મદદરૂપ બની શકે? * તે ન બની શકે - ફક્ત ચિત્તશુદ્ધિ માટે તૈયાર કરે - પરંતુ દેહભાવ દૂર ન કરી શકે * માત્ર આત્મવિચાર, આત્મભાવમાં રહેવાથી - બ્રહ્માનુભૂતિની પ્રાપ્તિ થઈ શકે
II) <u>પ્રાર્થના હેતુ</u> * પ્રાર્થના પરમાત્માના અનુગ્રહ માટે * મૂકં કરોતિ વાયાલં, પંગુ લંઘયતે ગિરિમ્ યત્કૃપા તમહં વંદે, પરમાનંદ માધવમ્ જો કૃષ્ણની કૃપા થાય તો મૂંગો વાયાળ અને પંગુ શિખરે ચઢી જાય - તેવા પરમાત્માને હું વંદન કરું છું * કૃપા અને નિષ્ઠાપૂર્વકનો પ્રયત્ન મળે તો કાર્ય સિદ્ધ અવશ્ય થાય * તેથી આ પ્રાર્થના બન્નેના સમન્વય માટે	V) <u>સેતુ જેવો સંબંધ છે</u> * સેતુ ઉપરથી પસાર થવાની અને તેનાથી પાર થવાની આવશ્યકતા * નીચો ધર્મ - કર્મકાંડી * ઊંચો ધર્મ - આધ્યાત્મિક * પાયો પ્રથમ છે પરંતુ એની ઉપર ચણતર થવું જોઈએ * તેથી બન્ને વિદ્યા શીખો a) નાયિકેત યજ્ઞવિદ્યા = પ્રાથમિક ભૂમિકા b) બ્રહ્મવિદ્યા = આગળ વધેલા સાધકો * જે ઉચ્ચ વિકાસ પામ્યો છે પાત્ર - ચિત્તશુદ્ધિ કરી છે બ્રહ્મવિદ્યાના અધિકારી છે
III) <u>આ મંત્રમાં પ્રાર્થના</u> હે પ્રભુ! કૃપા કરો કે શુભ કર્મ દ્વારા ચિત્તશુદ્ધિ કરી બ્રહ્મસાક્ષાત્કાર પામીએ * અર્થાત્ યજ્ઞાદિ સેતુરૂપ સિદ્ધ થાય અને દુઃખરૂપી સમુદ્ર પાર કરી ભયરહિત પદ પામીએ	VI) <u>તાત્પર્ય</u> * જો શુભક્રિયા પ્રામાણિકતાથી લક્ષ્યપૂર્વક - જાગૃતિપૂર્વક - શ્રદ્ધાભક્તિપૂર્વક * તો પરંપરાએ બ્રહ્મસાક્ષાત્કાર અવશ્ય થાય * લક્ષ વિના થાય તો સ્વર્ગપ્રાપ્તિ થાય તો તે સેતુ બનતી નથી

નિષેધવા - સાધવા યોગ્ય?

VII) શુભ ક્રિયા નિષેધવા યોગ્ય નથી

- * શુભ - હેય - ત્યાગવાયોગ્ય
બોધ ઉપર ઉઠાવવા છે
પુણ્ય છોડી પાપક્રિયા નહીં - શુદ્ધ ક્રિયા
- * મોક્ષમાર્ગપ્રકાશકમાં કહ્યું છે -
મંદ કષાય - તીવ્ર કષાય
દા.ત. કડવી દવા છોડી - ઝેર ન પીવું
દા.ત. પોલીસને દંડ દેતાં હરખ - મોટાથી બચ્યો
- * શ્રદ્ધા - ઉત્સાહ - કર્તવ્યરૂપ = લક્ષ્યપૂર્વક
દા.ત. અગાશી જવા પગથિયાં
દા.ત. પેલે પાર માટે સેતુ
- * બાહ્યાડંબરથી દૂર - અંતરંગ અભ્યાસપૂર્વક
- ઈન્ટ્રોસ્પેક્શન-કોન્ટમ્પ્લેશન-મેડિટેશન
(આત્મનિરીક્ષણ-મનન-ધ્યાન) ઉમેરી ચિત્તશુદ્ધિ વધારો
- * નિરંતર સત્સંગ - સદ્ગુરુ આશ્રયે
ગુરુ આજ્ઞા - સ્વરૂપલક્ષે
ધીરજ - ઉત્સાહ - નિષ્ઠાપૂર્વક તો
- * ક્રમિક વિકાસ - કાર્ય સિદ્ધ થાય
નહીં તો પ્રગતિ અશક્ય
દા.ત. પાઈલટ - ૧૫૦ - છતાં અટકે
દા.ત. ટ્રેડમિલ

VIII) કઈ રીતે કરવી

- * જ્ઞાની અજ્ઞાની બન્ને કરે - પણ ફેર
- મીઠાશ નહીં - અટકે નહીં - આત્મલક્ષે
- અભિપ્રાયમાં ફેર - ફળમાં ફેર
- * પુણ્ય - સ્વર્ગમાં લુબ્ધ નહીં
- દા.ત. બનારસીદાસ અકબર - બોલાવતા નહીં
- દા.ત. સ્વર્ગ - જેલ - માત્ર સ્વરૂપમાં ઠરવા
- * અંતે પાર થવાનું છે
- દા.ત. સોનાનું બેડું - મૂકવું પડે - ભારમુક્ત થવા

પ્રવચન-૨ તા. ૨૫-૮-૨૨ સવાર

શુભના પ્રકારો
* <u>શુભોપયોગ</u> - ૩ પ્રકાર છે - ક્રિયા - ભક્તિ - વિચાર - દરેકના બે પ્રકાર છે - સાતિશયરૂપ - નિરતિશયરૂપ - સાતિશય શુભોપયોગવાળો ચોક્કસ શુદ્ધતાને પામે છે - નિરતિશય શુભોપયોગવાળો જીવ સાતિશયતા વિના શુદ્ધતા સાધી શકતો નથી
* <u>સાતિશયતા - નિરતિશયતા</u> - શુભક્રિયામાં પ્રવર્તે - દેવગુરુભક્તિ કરે તત્ત્વવિચાર કરે - પણ તે શુભ વિકલ્પના રસમાં રોકાઈ વિકલ્પથી ભિન્ન ચૈતન્યસ્વરૂપ લક્ષગત ન કરે - તો કોઈ સાતિશયતા નથી - આત્માનું હિત ન થાય
- નિરતિશય શુભોપયોગ - અનેક વાર કરી ચૂક્યો પણ ઉપયોગ - રાગમાં દબાઈ રહ્યો તેથી કાર્ય ન થયું - શુભ કર્યું - તેથી વારંવાર શુભ મળ્યા કરશે ભવિષ્યમાં 'કદાચિત્' આગળ વધીને સ્વકાર્ય સાધી શકે...
* <u>ઉપયોગ ઉપર ભાર શુભોપયોગમાં</u> - શુભ પર નહીં - ઉપયોગ પર જોર તો સ્વભાવને સાધી શકે - ઉપયોગ જ્યારે રાગ કરતાં બળવાન થાય ત્યારે - સાતિશયતા આવે - આત્મલક્ષ વર્તાતું હોય તો આત્મબળ વધે / રાગ દબાય - સાતિશયતા આવે

શ્લોક - ૩, ૪
રથનું દષ્ટાંત

રથનું રૂપક	રૂપક વિસ્તારમાં
* કેમ રથનું રૂપક - તત્ત્વજ્ઞાનનું વર્ણન કરતાં વળાંક લઈ બે મંત્રોમાં રથના રૂપક દ્વારા - શ્રેય/પ્રેય બે સાધનોની ચર્ચા મુમુક્ષુ કલ્યાણનો પ્રયાસ કર્યો છે - રથના રૂપક દ્વારા જીવાત્માની નીચલા સ્તરથી ઉચ્ચ સ્તર તરફની યાત્રા - હિંદુદર્શન શાસ્ત્રો ગીતામાં ઉપયોગ (૧૦ શ્લોક લીધા) બૌદ્ધ, ગ્રીક (જૂનું ભારતીય પ્રતીક) - કારણ કે તે સમયમાં ગાડી નહીં વાહનરૂપે માત્ર રથ - ઋષિએ સરળ ઉદાહરણ આપી જે આપણે જોઈએ - તે આપણે સરળતાથી સમજી શકીએ - એક ચિત્ર ૧૦૦૦ શબ્દ બરાબર છે ચિત્ર દ્વારા - સૂક્ષ્મ સંદેશ આપ્યો - સમજાવવાની વ્યાવહારિક અને સરળ રીત આખું રૂપક મહત્ત્વનું છે	૧) સ્થૂળ દેહ - <u>રથ</u> - રથ ગતિમાં રહે છે - ચલ કહેવાય દેહ પણ જન્મથી મૃત્યુ સુધી વિકાસરૂપી પ્રવાસ કરે ૨) જેમ રથને <u>ઘોડા</u> ખેંચે - તેમ <u>ઇન્દ્રિયોરૂપી અશ્વો વિષયોની દિશામાં દોડાવે છે</u> - ઇન્દ્રિયોની રથના વિષયોને અનુસરવા - જેની વાસના - તે વિષયનો અશ્વ તે દિશામાં રથને ખેંચે છે - ભોગ દા.ત. ચક્ષુરૂપી ઘોડો - રથને - રૂપ તરફ (સૌંદર્ય) રસનારૂપી ઘોડો - રથને - સ્વાદ તરફ ઘ્રાણેન્દ્રિય - ત્વચા - શ્રવણેન્દ્રિય સુગંધ - સ્પર્શાનુભૂતિ - શબ્દ (સંગીત) - બાહ્ય જગતના અનુભવો - ઇન્દ્રિય માધ્યમથી મળે - બંધ થઈ જાય - બાહ્ય જગતની કોઈ ખબર નહીં - ભિન્ન ભિન્ન દિશામાં ખેંચે - રથનું શું થાય?
* રથનું રૂપક ૧) રથ = સ્થૂળ શરીર વાહન રથ - મનુષ્યદેહ (ગંતવ્ય સુધી પહોંચવા માટે યોગ્ય) ૨) રથિનમ્ = જીવાત્મા - અશુદ્ધાત્મા માલિક - મુસાફર - સ્વામી ૩) સારથિમ્ = બુદ્ધિ સારથિ - વાહનચાલક - માલિકનો દાસ ૪) પ્રગ્રહમ્ (લગામ) = મન ૫) અશ્વ = ઇન્દ્રિય - જ્ઞાનેન્દ્રિય / કર્મેન્દ્રિય - ૧૦ રથને ખેંચે - આગળ ચલાવનાર શક્તિ ૬) ગોચરાન્ (માર્ગ) = વિષયો માર્ગ - જ્યાં તે ગતિ કરે	૩) ઘોડાને કાબૂમાં રાખવા માટે <u>લગામ</u> હોય તેમ <u>ઇન્દ્રિયોને કાબૂમાં રાખવા મન</u> - મન = વિચારો, લાગણીઓ, ધારણા સંકલ્પ-વિકલ્પ કરનાર વિભાગ - વિશિષ્ટ - દસેમાં કાર્યશીલ - એક બાજુ ઘોડાઓ - બીજી બાજુ સારથિ ૪) લગામ <u>સારથિના</u> હાથમાં તેમ <u>દેહરૂપ રથનો સારથિ બુદ્ધિ</u> - બુદ્ધિ = વિશ્લેષણ - મૂલ્યાંકન કરે - નિર્ણય કરનાર - જો વિવેકી તો નિશ્ચિત સ્થળે જો અવિવેકી તો ખાડામાં ૫) રથનો <u>માલિક</u> હોય તેમ <u>દેહનો માલિક છે જીવાત્મા</u> - જીવાત્મા જ ઇન્દ્રિયો દ્વારા પંચ વિષયનો ભોગ કરતો હોય છે ૬) રથનો <u>રસ્તો / માર્ગ</u> તેમ <u>પંચ વિષયોમાં દોડે</u> - વિષયાભિમુખ થઈ વિષયભોગ ભોગવે આસક્ત થાય છે - વિષય પદાર્થોની દુનિયા - ૫ વિષયોમાં

વિકલ્પો - કર્તવ્ય	જીવાત્માને જ ભોક્તા
* <u>બે જ શક્યતા રહે છે</u> - કાં તો બહિર્મુખી બની - વિષયભોગ કરે - કાં તો અંતર્મુખી બની - દોડ થંભાવી છે - અંતર્મુખી બની - આત્મદર્શન માટે પ્રયત્ન * <u>કઈ દિશામાં જવું તેનો નિર્ણય બુદ્ધિ કરે</u> - જો વિવેકી - તો શ્રેયમાર્ગે - નહીં પ્રેયમાર્ગે - જો અવિવેકી - તો પ્રેયમાર્ગે - બુદ્ધિ જ નિર્ણાયક છે - તેથી વિવેકી હોવી જરૂરી છે - વિવેકી તો ભોગની દિશામાં નહીં ઊભો રાખી - સ્વરૂપ તરફ - અવિવેકી તો અસંયમી - ભોગમાં દોડાવે - ખાડામાં પાડે - સંસારચક્રમાં દોડાવે * <u>રથનો માલિક જો</u> - વિવેકરૂપી બુદ્ધિ સારથિના નિર્ણયો અનુસરે તો બેડો પાર થાય - જન્મમરણના ચકરાવાથી મુક્ત થાય	* <u>જીવાત્મા દેહરૂપી રથનો માલિક છે</u> - હું દેહ છું તેવું માને છે - ઇન્દ્રિયોમાં મમ કરે છે - દેહ સંદર્ભે મારું - મારી - મારો કરે - તેથી કર્મોનો કર્તા બને છે - ઇન્દ્રિયોના ભોગનો ભોક્તા બને છે - સુખી દુઃખી થાય છે * <u>જીવાત્મા સ્વયંને દેહ, ઇન્દ્રિય, મન</u> - માને છે - સઘન તાદાત્મ્યથી જીવાત્મા કર્તા ભોક્તા બને છે - તે શુદ્ધ ચૈતન્ય નથી પણ સીમિત આત્મા છે (શરીર, મનથી સીમિત શુદ્ધાત્મા + બી.એમ.આઈ. = જીવાત્મા) - તાદાત્મ્ય કરનાર જીવાત્મા કહેવાય તેને કર્તા ભોક્તા કહ્યો - પણ ખરેખર તે શુદ્ધાત્મા છે જે દેહનો સ્વામી / માલિક હોતો નથી અસંગ - નિર્લેપ - ન્યારો - ભિન્ન તે માનવાનો / અનુભવવાનો છે * <u>શુદ્ધ ચૈતન્ય કર્મનો અકર્તા - અભોક્તા છે</u> - દેહાદિથી ભિન્ન - અસંગી - સંયોગ સંબંધે તાદાત્મ્ય નહીં - સાક્ષી માત્ર છે - ઉપાધિ = તેની ઉપસ્થિતિમાં જુદું જણાય દા.ત. સ્ફટિક ફૂલ - ઉપાધિથી તાદાત્મ્યના કારણે માલિક માને છે - તેથી જીવાત્મા કહેવાય છે - આમ, આપણી અંદર સાક્ષી અને ભોક્તા જેમ દા.ત. પ્રકાશ અને પ્રતિબિંબ - જીવ આત્મા છે - આત્મા જીવ નથી * <u>આત્મજ્ઞાની - આત્મનિષ્ઠ</u> - પોતાને સાક્ષીચૈતન્ય તરીકે જાણે - અસંગ માને - માલિક નહીં - અહંમરહિત છે - દેહ દ્વારા માત્ર વ્યવહાર કરે છે - હકીકતમાં અસંસારી - અવ્યવહારી - અદેહી છે * <u>હવેનાં પાંચ સૂત્રો</u> - જીવાત્માનાં સુખદુઃખનો આધાર - બુદ્ધિરૂપી સારથિ છે તેનું વર્ણન કરશે

શ્લોક - ૫
વિવેકહીન

અવિજ્ઞાનવાન - અયુક્ત	નબળો સારથિ - વિનાશ
* હવે તેનું પ્રયોગાત્મક તાત્પર્ય દર્શાવ્યું - દૃષ્ટાંત સમજાવ્યું - હવે તેનું પ્રયોગાત્મક તાત્પર્ય - રૂપકનું પ્રયોજન જો સ્પષ્ટ ન કરે તો માત્ર શબ્દનો ખેલ - પ્રમાદી માટે - ઉપનિષદની શૈલીમાં લાઘવતા - એક મહત્વનો નિયમ - એક શબ્દ વધારે નહીં - ૫ શ્લોકમાં પ્રયોજન દર્શાવ્યું (૫-૮) - પ્રયોગાત્મક તાત્પર્ય	* તાત્પર્ય - દા.ત. અજ્ઞાની ડ્રાઈવર સ્ટીઅરિંગ વ્હીલ પર આવડત વગરનો સારથિ - લગામ ઢીલી ઘોડાઓ નિરંકુશ - ઉન્મત્ત - રથના ટુકડા કરી નાખે છે - ખાડામાં નાખી - ઈજા - દુઃખ પહોંચાડે છે - હાનિ પહોંચાડે છે - અવિવેકી બુદ્ધિ - મનને ઢીલું પાડી - ભોગવિલાસના અતિરેકમાં શરીર આત્માને નુકસાન પહોંચાડે - સાધકે તેથી બુદ્ધિ વિવેકી રાખવી મનને સ્થિર - ઇન્દ્રિયોને નિયંત્રિત (સંયમી)
* અવિજ્ઞાનવાન સારથિ - જો દેહરૂપી રથને - અવિવેકી બુદ્ધિરૂપી સારથિ મન ઉપર નિયંત્રણ રાખી શકતો નથી - તેથી રથ શ્રેયના માર્ગે જતો નથી કારણ કે સારથિ ધારે તે માર્ગે દોડાવી શકતો નથી - અવિવેકી સારથિના ઘોડાઓ શબ્દાદિ વિષયોને પસંદ કરી - બેકાબૂ દોડ્યા કરે - ઘોડાઓ પ્રેયમાર્ગને જ પસંદ કરે છે તેથી કલ્યાણ માર્ગથી ભ્રષ્ટ થઈ જાય છે - શ્રેય-પ્રેય વચ્ચે ભેદ ન કરી શકે	* સારથિ જ્ઞાનવાન / જાગૃત હોવો જોઈએ - બુદ્ધિ જે અજ્ઞાનયુક્ત છે બિનસહકારી મન / ઇન્દ્રિયો - ઇન્દ્રિયો અસંયમી / જંગલી બને નિયંત્રણમાં નહીં - ફેંકી દે રથિનને - સારથિ જ્ઞાનવાન / જાગૃત હોવો જોઈએ દા.ત. વિશિષ્ટ ઘોડો - માત્ર ૨ આદેશ જો ભગાવવો - બોલો હું બચી ગયો જો અટકાવવો - બોલો મને બચાવો ઝડપથી ભાગ્યો - પર્વતની અણી પર - મને બચાવો - બચી ગયો
* અયુક્તને મનવાળો - ભ્રષ્ટ થવાનું કારણ - મન અયુક્ત છે અનિયંત્રિત છે - બિનસહકારી - અનિયંત્રિત મનવાળાના બહિર્મુખી થયેલ ઇન્દ્રિય ઘોડા વિષયાસક્ત થઈ - ભોગ માટે સંસારમાં દોડે છે અંધ બનેલા તે રથને ભોગના ભંગારમાં પાડી ભંગ કરે છે - અયુક્તને અનિયંત્રિત મન હંમેશાં વિષયોનું ચિંતન કરે - વિષયાસક્ત થઈ અંતે વિનાશને જ નોતરે છે - ડ્રાઈવર લગામ છોડી દે ઘોડાઓ અનિયંત્રિત - બધે ભટકે	* કેમ બળવાન / વિવેકી બુદ્ધિ જોઈએ - મનને સુખ જોઈએ છે - અજ્ઞાની છે તેથી ઇન્દ્રિયો પાસેથી સાંસારિક સુખ જોઈએ છે - તેથી ઇન્દ્રિયોનો પક્ષ લે છે - ૫ વિષયોમાં ભાગે ભોગ ભોગવે - તેના તરફ ઝુકાવ - મન ઇન્દ્રિયોને સમર્થન આપે - કારણ કે તે જ્ઞાનવાન નથી - તેથી ઉપાય નહીં - ઇન્દ્રિય સુખ - ઘણી ખામીઓ અંતવાન - મર્યાદિત - વિકર્ષણ - પશ્ચાત્ અતૃપ્ત વ્યસનગ્રસ્ત - (આધીનતા), વિનાશક (ચંચળ) - ઇન્દ્રિયવિષયમાં ભોગવટો જાણે દા.ત. પર્વતની નીચે ગબડતો પથ્થર - પ્રયત્ન વિના - જ્ઞાનવાન બુદ્ધિ જોઈએ - મનને ખાતરી કરાવવા

પ્રવચન-૩ તા. ૨૬-૮-૨૨ સવાર

શ્લોક - ૬
વિવેકવંત

વિજ્ઞાનવાન - યુક્ત	કુશળ હોવો જોઈએ
* <u>આગલો શ્લોક - આ શ્લોક</u> - અવિજ્ઞાનવાન - અયુક્ત = અવિવેકી - વિજ્ઞાનવાન - યુક્ત = વિવેકવંત * <u>વિજ્ઞાનવાન સારથિ (વિવેકી અને જાગૃત)</u> - વિવેકબુદ્ધિ સંપન્ન સારથિ હોય તેની ઇન્દ્રિયો વિષયાભિમુખ / બહિર્મુખી થતી નથી - સારથિના નિયંત્રણમાં રહેલી ઇન્દ્રિયો શ્રેયમાર્ગે વિચરે છે	* <u>સારથિ કુશળ / જ્ઞાનવાન હોવો જોઈએ</u> - રથની સંભાળ લેવી - શારીરિક સ્વાસ્થ્ય કાળજી લેવી - હાનિ કે પંપાળવું નહીં - ઇન્દ્રિયોને પોષવા અતિ ભોગ નહીં તપમાં પણ અતિ પ્રવૃત્તિ નહીં - સ્વાધ્યાય (કંટાળાજનક) ભક્તિ (યાંત્રિક) તપ (ભારરૂપ)
- બુદ્ધિશાળી સારથિ કુશળતાપૂર્વક લગામનો ઉપયોગ કરીને - માલિક જે રસ્તે જવા ઇચ્છે છે તે રસ્તે ઘોડાઓને દોરી જાય છે - ઐશ્વર્યના રાહે - પોતાના જીવનને દોરે છે - પતનથી બચાવે છે	- ધ્યાન રાખવું કે મન બુદ્ધિની સલાહ લે નહીંતર પ્રેય પાછળ - ભટકી જશે - બુદ્ધિએ આવેશયુક્ત મનને કેળવવું જોઈએ પુનરાવર્તન એ કેળવણી છે - સાવધાની સહિત - અભ્યાસ - ટેવ - સહજ ટેવો બદલી શકાય (બુદ્ધિ - વિવેકી મન - એકાગ્ર ઇન્દ્રિયો - તાલીમબદ્ધ)
* <u>યુક્ત મનવાળો</u> - બ્રહ્મવિદ્યાના માર્ગે એકાગ્ર / શાંત થાય છે - બુદ્ધિ અને મનનો સુમેળ જરૂરી - વિવેકબુદ્ધિરૂપ સારથિ - દેહરથના સ્વામીને અધોગતિમાં લઈ જતો નથી - પરંતુ અંતર્મુખી થઈ વૈરાગ્યવાન થાય છે	* <u>આધ્યાત્મિક જ્ઞાન અત્યંત જરૂરી</u> - આધ્યાત્મિક જ્ઞાન - અત્યંત અનિવાર્ય જો પરમાત્મા - સાક્ષીત્વ અનુભવવું હોય તો - બુદ્ધિ સાચા નિર્ણયો લે - મનને જણાવે ઇન્દ્રિયોને શિસ્તબદ્ધ કરે - સંસાર મહાસાગર પાર કરે - વિવેકી અને જાગૃત બુદ્ધિ - સ્પષ્ટતા અને આત્મવિશ્વાસ સાથે મનને મનાવે - ઇન્દ્રિય ભોગમાંથી પાછા ફરવા મનને સમજાવે છે દા.ત. વિષયાનંદથી આત્માનંદ - જ્યારે મન સહકાર આપે - સંયુક્ત થાય બુદ્ધિનું માને - શુદ્ધ આનંદ તરફ જાય - મન દુમિત નહીં - નહીંતર વિસ્ફોટ - સંયુક્ત - તો મન છોડી દે
- મન અને બુદ્ધિનો સુમેળ હોવો જોઈએ તેથી લગામ કડક - ઘોડાઓ શિસ્તબદ્ધ - રસ્તાઓ (જગત) ન બદલો મન - બુદ્ધિની સહાય લઈને - બુદ્ધિ સ્પષ્ટ હોવી જોઈએ મારું ધ્યેય મોક્ષ છે - વિવેકી અને જાગૃત હોવી જોઈએ	- સહકાર શક્ય - નિયમિત સત્સંગ, જાગૃતિ અને આત્મનિરીક્ષણ દ્વારા - સીડી ચઢો - ઇન્દ્રિયો અનુસરે / શિસ્તબદ્ધ થાય ધન્ય - તૃપ્ત - માલિક બને

જનરલ

બુદ્ધિ - મનનો સંઘર્ષ	૩ પ્રકારની બુદ્ધિ
* <u>મન અને બુદ્ધિ</u> - મન સંકલ્પ-વિકલ્પ કરવા ટેવાયું છે - બુદ્ધિ - અનેક વિકલ્પોમાંથી એક નિશ્ચિત નિર્ણય લેવાવાળી છે - મન અને બુદ્ધિ વચ્ચે સમાયોજન અને સમન્વય થાય તો કલ્યાણમાર્ગે નિર્વિઘ્ને જવાય	* <u>આપણે પાપ ન કરવાં હોય છતાં કેમ કરીએ છીએ?</u> - મનમાં રહેલા સંસ્કારોના પ્રભાવમાં - ઘોડાઓને તમારા નિયંત્રણમાં રાખો - મનરૂપી લગામથી ઘોડાઓને અંકુશમાં લાવો - બુદ્ધિ-સારથિની સલાહ લઈને
* <u>સતત સંઘર્ષ ચાલ્યા જ કરતો હોય છે</u> - દા.ત. બુદ્ધિ નિર્ણય લે - બીડી નહીં, વહેલો ઊઠીશ, સટ્ટો નહીં - ક્રોધ નહીં, જુઠું નહીં - જો મન સાથે આપે નહીં - છેલ્લી વાર બીડી - કાલથી બીડી બંધ - આજે જુઠું બોલી લઉં પછી નહીં - મન બહાનાં શોધે છે - ચંચળ છે - બુદ્ધિના નિર્ણયોને નિરર્થક ઠેરવે છે	* <u>બુદ્ધિની કુશળતા</u> - બુદ્ધિએ ૫ ઇન્દ્રિય ઘોડાઓને કેળવવાના છે - નિરંતર દા.ત. ટગ ઓફ વૉર બુદ્ધિ ખેંચે - ઇન્દ્રિય ખેંચે
* <u>માટે સારથિ વિવેકી હોવો જોઈએ</u> - વિવેકરૂપી સારથિના હાથમાં મનરૂપી લગામ હોવી જોઈએ - જેથી નિયંત્રણ કરી રથને શ્રેયમાર્ગે લઈ જઈ શકે - પ્રેયમાર્ગે જતાં તેને અટકાવી શકે - નુકસાન ન થાય - જાગૃત હોવો જોઈએ - અનુકૂળ / પ્રતિકૂળ પરિસ્થિતિમાં લગામ કડક	- જો બુદ્ધિ આધ્યાત્મિક જ્ઞાન સહિત હોય મૂંઝવણ નહીં - જીતે - પરંતુ સ્પષ્ટતા હોવી જોઈએ અને તરત કાર્ય કરવું જોઈએ - કારણ કે મન બહુ આવેશયુક્ત છે - મન બુદ્ધિની સલાહ લેતું નથી - કારણ કે તેને તાત્કાલિક સુખ (પ્રેયમાર્ગ) જોઈએ
* <u>તાત્પર્ય</u> - બુદ્ધિસારથિ જેટલો વિવેકી / અચળ હશે - તેટલું મન મક્કમ / દઢ બનશે - તો વૈરાગ્યના બળે - મોક્ષ સહજતાથી પ્રાપ્ત થશે (મોહ ક્ષય = મોક્ષ)	* <u>૩ પ્રકારની બુદ્ધિ</u> ૧) સાત્ત્વિક = યથાર્થપણે ભેદ કરે શ્રેય પ્રેય - ધર્મ અધર્મ - કાર્ય અકાર્ય નિત્ય અનિત્ય - જડ ચેતન ૨) રાજસિક = ખોટું સમજે / ન સમજે મૂંઝાયેલી - ભ્રમિત ૩) તામસિક = ખોટા નિર્ણયો લે અજ્ઞાનના કારણે ઊલટું કરે દા.ત. છોકરાંઓને ના પાડો - તે કરશે * <u>બુદ્ધિ સારથિ - આંધળો - બધિર - અને શરાબી</u> - અકસ્માત તો થશે - બુદ્ધિને ભગવાન ગુરુ દ્વારા દોરાવા દો

જનરલ

બુદ્ધિ જવાબદાર છે	સમ્યક્ વિધિ
* સારથિ જવાબદાર - રથ / સ્વામીની સુખાકારી - બુદ્ધિને સાચું જ્ઞાન હોવું જોઈએ - પોતાના ગંતવ્યનું / માર્ગનું / રથનું / ઘોડાનું - કઈ રીતે વ્યવસ્થિત રાખવા - - અવરોધોનો સામનો (મનના) - સમાધાન (સાધનાઓ) - જ્ઞાનનો સ્રોત છે - શાસ્ત્ર - સત્પુરુષ - પોતાના અનુભવો - સ્પષ્ટતા / આત્મવિશ્વાસ હોવાં જોઈએ - સાચા નિર્ણયો લો અને - મન પાસે પાલન (અમલ) કરાવો	* એક જ દુઃખ - જે પ્રાપ્ત માટે જન્મ તે પ્રાપ્ત નહીં એક જ સુખ - પ્રાપ્ત જેના માટે જન્મ
* નબળો / બળવાન સારથિ - નબળો - મન ઘોડાઓને અનુસરે - બળવાન - ઘોડાઓ મન / બુદ્ધિને અનુસરે છે - જો વિવેકબુદ્ધિ દ્વારા નિયંત્રિત - આત્મકલ્યાણ કરે છે	* સમ્યક્ વિધિ - ક્રમ - પગથિયાં દર્શાવ્યાં - ઇન્દ્રિયોની કેળવણીથી શરૂઆત ન કરો - ઝઘડો - દમિત / વિકૃત - દા.ત. ૪ વાર આજીવન બ્રહ્મચર્ય વ્રત અહણ
- દા.ત. પિતા (બુદ્ધિ) માતા (મન) - બાળક (ઇન્દ્રિયો) - જીદ - માતા - પિતાને મજબૂર કરે - તેને સતાવે - - નબળા પિતા નમતું આપે - ઇન્દ્રિયો વ્યસની - મન તેઓના પક્ષમાં - - મન બુદ્ધિને આદેશ આપે - દા.ત. વિજ્ઞાપનો - ઘોડાઓ - આકર્ષિત - મન બુદ્ધિને સમજાવે - ઇન્દ્રિયોની ફરિયાદ ન કરો - સારથિનો વાંક	* નીચ સાથે શા માટે ઝઘડવું? સ્વાભિમાન? - દા.ત. નોકરો સાથે ઝઘડવું / બાળકો રડવાનું બંધ કરે - જો નોકરને પોતે માલિક સમાન લાગે - - વારંવાર ઝઘડશે - એકવાર હારશો - તેઓને લાગશે પોતે પ્રબળ / - માનવાની જરૂર નથી - તમે આત્મવિશ્વાસ ગુમાવશો - દા.ત. સિગારેટ સાથે ઝઘડવું - ભયભીત
* સારથિની કુશળતા - લગામ ખેંચીને - ઘોડાઓને શિસ્ત કરવા પડશે - ગંતવ્ય સુધી પહોંચવા - જો નિયંત્રિત / અંકુશમાં / કેળવાયેલા નહીં - તમને ખાડામાં ફેંકી દેશે - બુદ્ધિની ભૂલ - ઘોડાઓની નહીં - ઘોડાઓ - તે કરવાનું સહજ વલણ - સારથિ - જાગૃત - સાવધાન હોવો જોઈએ	* બુદ્ધિથી શરૂ કરો - બદલો અભિપ્રાય - એને જ્ઞાનવાન - જાગૃત બનાવો - કળા શીખો - બુદ્ધિને કુશળ બનાવો - મનને અમલ કરાવે - તેને મનાવે * વિવેક જાગૃત કરો - ઝઘડો નહીં (વ્રત) - બુદ્ધિ વધુ શક્તિશાળી - એને સમ્યક્ બનાવો - ઇન્દ્રિયો ઉપર સમય / શક્તિ બરબાદ ન કરો - તેને ન ભોગવો / નુકસાન કરો - ગુરુ પાસેથી યુક્તિ શીખો
	* ખૂબ સમય બરબાદ - ૬૦ વર્ષ - ૧/૩ ઊંઘ - ૨૦ વર્ષ - ઘણાં કામના - ભય - ઘણાં ખોટી રીતે કેળવણી / ઝઘડવામાં - ક્યારેક જ હોશપૂર્ણ - મિનિટોમાં ગણવું - માત્ર જ્યારે દુર્ઘટના ઘટે - વિવેકબુદ્ધિ જાગે - વાસના તિરોહિત થઈ જાય - દા.ત. વિવેક દીપક - ચોર નહીં આવે - કોઈ બાહ્યને દોષ આપવા જેવું નથી - માત્ર તમારી બુદ્ધિ

શ્લોક - ૭
વિવેકહીન પરમપદ નહીં

<u>વિવેકહીન - અસંયમી</u>	<u>પરમપદ નહીં - જન્મમરણ ચક્ર જ</u>
* <u>જેની બુદ્ધિ અવિવેકી - મન અસંયમી</u> - એવા અપવિત્ર અંતઃકરણવાળા - નિત્ય વિષયભ્રમણ કરે છે - બહિર્મુખી બને - સદાય ભોગાસક્ત - વિવેક વૈરાગ્યના અભાવે - પશુ સમ વર્તે છે * <u>વૈદિક કાળ - હમણાં</u> - આત્મસંયમી હતા ત્યારે પણ આ ભલામણ - આજના યુગમાં પ્રમાણ વધી ગયું છે - અનીતિ, ભ્રષ્ટાચાર, લોલુપતા વગેરે - જ્યાં સુધી ઇન્દ્રિયોને અંકુશમાં - નિયંત્રણ નહીં - ત્યાં સુધી જપ, તપાદિ વ્યર્થ છે * <u>અસહકાર - અશુદ્ધ મન</u> - જેનું મન અસહકારી હોય તે - હંમેશા આવેશયુક્ત હોય - દા.ત. લંગર વિનાની નાવ - પવન / પાણી દ્વારા ખેંચાઈ જશે - મન ઇન્દ્રિયોનો ગુલામ બનશે - સાંસારિક સુખોના ભોગમાં પ્રવૃત્ત થશે * <u>હંમેશા ચંચળ</u> - તૃષ્ણા અમર્યાદિત - પદાર્થો મર્યાદિત - હંમેશા ચંચળ - અસ્થિર - અતૃપ્ત - સ્પર્ધા - ક્રોધ - ધમંડ - દુષ્ટ - અનૈતિક વિચારો - તણાવથી ભાગવા - ડ્રગ્સ - દારૂનો આશરો લે - મન શાંત થાય પરંતુ - વૃત્તિ માત્ર દમિત થાય	* <u>પોતાનું જીવન બગાડે</u> - પોતાનું જીવન બરબાદ કરે - પુનઃ પુનઃ જન્મ - વારંવાર જન્મમરણ - ધ્યેય પ્રાપ્ત ન કરે - પરંતુ પરિભ્રમણમાં સપડાય - સાધકના ગુણોનો અભાવ - ખાડા તરફ ખેંચાય - અધાર્મિક કાર્યો * <u>અંતિમ ધ્યેય પર ન પહોંચ્યો</u> - આત્મજ્ઞાન - મોક્ષ - આનંદ - શાંતિનું - પરિભ્રમણ ચાલુ રહે - જન્મમરણનાં ચક્ર દા.ત. પૈડાંની જેમ - પીડા - દુઃખ - સંઘર્ષ - વારંવાર સંસાર પરિભ્રમણ - જન્મમરણનાં ચક્રમાં સડે - દા.ત. પુનરપિ જનનં ... જનની જઠરે શયનમ્ * <u>પરમપદ પ્રાપ્તિ નહીં</u> - પરમપદ પ્રાપ્ત થતું નથી - પરમપદરૂપી ગતિ - આવાગમનશૂન્ય છે - દા.ત. યદગત્વા ન નિવર્તન્તે - દા.ત. મુંબઈ - ધરમપુર - મુંબઈ - ધરમપુર નહીં - મુક્તિ - પરમધામ - પરમપદ શક્ય નહીં - પતન તરફ જીવન - પરમ ઐશ્વર્ય તરફ નહીં - કારણ હંમેશાં પ્રેયમાર્ગની પસંદગી - પોતાની ઇચ્છાએ જ પશુ બનવા ચાહે - તો પરમ અવસ્થા કઈ રીતે પામે?

શ્લોક - ૮, ૯
વિવેકવંત

<u>શ્લોક - ૮</u> <u>પુનઃ જન્મ નહીં</u>	<u>શ્લોક - ૯</u> <u>વિષ્ણુપદ પામે છે</u>
* <u>આગલો શ્લોક - આ બે</u> - જે અવિવેકી - અસંયમી - પશુવત્ જીવન - તેનો કરુણ અંત બતાવ્યો - માત્ર આટલું કહી ઉપનિષદ અટકે નિરાશા - અપૂર્ણતા ભાસે તેઓને પ્રેરણા આપવા - આ શ્લોક દર્શાવે કે આત્મસંયમ કેળવે તે શાશ્વત સિદ્ધિ પામે છે * <u>બુદ્ધિ વિવેકી - મન સંયમી</u> - તે વૈરાગ્યવાન - અંતર્મુખી બને વિષયાસક્તિથી મુક્ત - પવિત્ર બને - મળ - વિક્ષેપ - અજ્ઞાનથી મુક્ત બ્રહ્મજ્ઞાનનો અધિકાર પ્રાપ્ત કરે - વિષયોમાં અનાસક્ત તેથી નિરંતર પરબ્રહ્મના વિચારોમાં મગ્ન રહી શકે - વિષયોના સ્મરણના અભાવે આત્મસન્મુખતા રહે	* <u>બહુ પુણ્યથી મળેલ મનુષ્યદેહ</u> - શ્લોક ૩-૮માં - રથના રૂપક દ્વારા દુર્લભ મનુષ્યભવની મહત્તા દર્શાવી - ક્ષણે ક્ષણે મૃત્યુના મુખમાં દોડી રહ્યો છે માટે સાધનનો સદુપયોગ કરી પરમપદ પ્રાપ્ત કરવું * <u>મન - બુદ્ધિ સાથે યુક્ત</u> - બુદ્ધિ વિવેકી - મન સાવધાન ઈન્દ્રિયો શિસ્તબદ્ધ - બંધન - દુઃખથી છૂટે - સારથિએ ધ્યેય પર નજર રાખવી જોઈએ રથની સંભાળ લેવી (શારીરિક સ્વાસ્થ્ય - આહાર, વ્યાયામ, નિદ્રા) લગામની સંભાળ લેવી (માનસિક, ભાવનાત્મક આરોગ્ય) ઘોડાઓની સંભાળ લેવી (શિસ્તબદ્ધ કરો - તેને ચાબુક ન મારો) - બુદ્ધિ જવાબદાર છે - કોઈ બાહ્ય જવાબદાર નહીં - શરાબી ડ્રાઈવર - રથ / સ્વામીનો વિનાશ - વિવેકબુદ્ધિને પરમપદ જોઈએ - અનુકૂળતાઓ નહીં
- સહકારપૂર્ણ અને શુદ્ધ અને સાત્ત્વિક ઈન્દ્રિયોનો ગુલામ નહીં - બુદ્ધિની સ્પષ્ટતા - તેથી મનને ઉચ્ચ સુખ માટે મનાવે - ઈન્દ્રિયોનો ગુલામ ન બને - અશુદ્ધ વિચારો / કાર્યો ટાળે * <u>પુનઃ જન્મ કરતો નથી</u> - શુદ્ધ દશા પામે - પરમ પદ - પરિભ્રમણથી વિરામ પામે - મોક્ષ પ્રાપ્ત કરે - પુનર્જન્મ નહીં - જન્મ-પુનર્જન્મના ચક્રમાંથી બહાર નીકળે	* <u>વિષ્ણુનું ધામ પામે - તદ્ વિષ્ણોઃ પરમં પદમ્</u> - અંતિમ સત્ય - પૂર્ણ શુદ્ધ દશા પામશે મુસાફર ધ્યેય - વિષ્ણુના ધામ પર પહોંચશે વ્યક્તિ નહીં - દશા - ભગવત્તા - વૈકુંઠ નહીં - સ્વર્ગ - વિમાન નહીં આવે પરંતુ આત્મજ્ઞાન / સાક્ષાત્કાર બ્રહ્મ-ઐક્ય / સ્વરૂપસ્થિરતા / પૂર્ણ શુદ્ધ દશા - અંતર્યાત્રી, બાહ્ય નહીં તેથી આંતરિક સ્થાન - સ્થિતિ બાહ્ય સ્થળ નહીં - પુરાણોમાં વૈકુંઠ કારણ કે અજ્ઞાની તામસિક લોકો સ્વર્ગનું પ્રલોભન તેમના માટે - સાધક માટે મોક્ષ - દા.ત. વિ.આઈ.પી.ને આગલી હરોળની બેઠક મળે
- જીવનમુક્તિ - અંતે વિદેહમુક્તિ - ઋણ ચૂકવવા અલ્પ જન્મો - દા.ત. ફરી તે વર્ગમાં ન આવે કાં શિક્ષક બની આવે - અન્યને મદદ - અંગત શિક્ષણ કે સંસ્થા દા.ત. નાની નાવ કે મોટું જહાજ - તમારા સ્તર સુધી આવે તમને મદદ કરવા દા.ત. લિંકન - મેલાં થાય - ડુક્કરને બચાવવા	- તેથી દુર્ગુણો છોડે - નિર્મળ જીવન જીવે - આગળ વધે - સમજે કે તે કાંઈક આંતરિક છે

પરિચય	શ્રેષ્ઠતાનો ક્રમ
* સંબંધ - આગલો શ્લોક - વિષ્ણુપદ - એ પદયાત્રા નથી વિવેકની યાત્રા છે - અંતર્યાત્રા છે - હવેના બે શ્લોકમાં - પરબ્રહ્મ સૂક્ષ્મતા અને મહાન - મહિમા ગાઈને - એ જ અંતિમ ધ્યેય - સાધકનું હોવો ઘટે એમ બતાવ્યું છે	- પ્રકાશ (કિરણો) કે ધ્વનિ (અવાજ) ઇન્દ્રિય દ્વારા પકડી ન શકાય - પરંતુ યંત્ર (રડાર) પકડી શકે તેથી તે ઇન્દ્રિયો કરતાં સૂક્ષ્મ છે - મનુષ્ય ઇન્દ્રિય - નાકની મર્યાદા છે કૂતરામાં વધુ તીક્ષ્ણ છે - ડ્રગ્સ પકડવા માટે - વિષયો ઇન્દ્રિયને વિચલિત કરે છે દા.ત. ગામડાનો - શહેર - રેમન્ડસૂ - ગટરમાં પડે
* ક્યું તત્ત્વ શ્રેષ્ઠ? ૧) સૂક્ષ્મ - જે વધુ સૂક્ષ્મ છે જેનામાં ઓછા ગુણધર્મો છે ૨) મહાન - જે પ્રવૃત્તિમાં મહત્ત્વનું છે ૩) નિકટ - જે વધુ નિકટ / સમીપ છે ૪) કારણ - જે કારણરૂપ છે ૫) નિયામક - જે નિયંત્રણ કરનાર છે	II) વિષયો કરતાં મન શ્રેષ્ઠ છે - તે સૂક્ષ્મ - મહાન - નિકટ - કારણ અને નિયામક છે - મનમાં ઇન્દ્રિય વિષય પદાર્થોની છાપ મન સર્વ છાપનો આધાર છે - દા.ત. મહાસાગર તરંગો કરતાં વધુ મહત્ત્વનો મન વિના આ છાપનું અસ્તિત્વ ન હોઈ શકે
I) ઇન્દ્રિય કરતાં વિષયી પદાર્થો સૂક્ષ્મતર શ્રેષ્ઠ છે - શબ્દ, સ્પર્શ આદિ વિષયો - ઇન્દ્રિયો કરતાં સૂક્ષ્મ હોવાથી શ્રેષ્ઠ છે - વિષયો ઇન્દ્રિયો ઉપર શાસન કરે છે તેથી વિષયો શ્રેષ્ઠ છે - ઇન્દ્રિય વિષય પદાર્થોની છાપ ઇન્દ્રિયો કરતાં વધુ નજીક છે - છબીઓ વધુ સૂક્ષ્મ દા.ત. તાજમહેલનો ફોટો - વિષયો ઇન્દ્રિયોને વિષયભોગી બનાવી - તેઓનું તેજ નાશ કરે છે - વિચલિત કરે છે - વિષયો ઇન્દ્રિયોનું નિયમન કરે છે પોતા તરફ ઇન્દ્રિયોને ઘસડી જાય આકર્ષિત - વિચલિત - વિહ્વળ કરી તેની દિશા નક્કી કરે છે	- મનના અભાવમાં વિષયોના સંસર્ગથી ઇન્દ્રિયોને નોંધ / સંયોજન - આ ટેબલ છે એવો અનુભવ ઉપલબ્ધ થતો નથી - વિષયો કે ઇન્દ્રિયો મનને ગ્રહણ કરી શકતા નથી - કારણ કે સૂક્ષ્મ - મન - વિષયોનો જ્ઞાતા છે અનેક વિષયોને સાથે જાણે છે તેથી કાર્ય પણ મોટું - મન - ૫ ઇન્દ્રિયો દ્વારા વિષયને જાણે, સંકલન કરે, નિયામક છે - વિષયો - સ્થૂળ પંચમહાભૂતથી મન - સૂક્ષ્મ પંચમહાભૂતથી ઉત્પન્ન તન્માત્રાથી બન્યું છે - ઊંઘમાં - મન નિષ્ક્રિય માટે ત્યારે વ્યવહારશૂન્યતા જણાય છે તેથી વિષયો કરતાં પણ સૂક્ષ્મ શ્રેષ્ઠ છે
- ઇન્દ્રિય વિષય પદાર્થમાં પાંચેય છે પણ ઇન્દ્રિય માત્ર પોતાના જ વિષયનું જ્ઞાન કરી શકે દા.ત. ચક્ષુ માત્ર રૂપ - તેથી વિષયો શ્રેષ્ઠ છે	

શ્રેષ્ઠતાનો ક્રમ	આત્માનો મહિમા
III) મન કરતાં બુદ્ધિ શ્રેષ્ઠ છે - બુદ્ધિ જ્ઞાતા છે - મન શેય છે - તેથી સૂક્ષ્મ - શ્રેષ્ઠ છે - મનની વૃત્તિઓ / કામનાઓ / વાસનાઓ જાણનાર છે - તેથી પર છે	IV) બુદ્ધિ કરતાં આત્મા (પુરુષ) શ્રેષ્ઠ છે - બુદ્ધિ કરતા શુદ્ધાત્મા (નિર્મળ ચૈતન્ય) શ્રેષ્ઠ છે (જીવાત્મા નહીં, પરંતુ શુદ્ધાત્મા)
- મન ઉપર નિયંત્રણ કરી - આદેશ આપનાર બુદ્ધિ છે - બુદ્ધિ દેહ નિર્ણય કરાવી મન પાસે કામ કરાવે છે - દા.ત. મન કલંક જેવું છે - આવક જાવકની નોંધ લે છે - તેનો સંયુક્ત અહેવાલ બુદ્ધિ તરફ રવાના કરે છે - બુદ્ધિ એ અહેવાલ પર પોતાનો નિર્ણય આપે છે - મૂલ્યાંકન - વર્ગીકરણ - નિર્ણય કરી મન તરફ રવાના કરે છે - મન તેના અમલ માટે ઈન્દ્રિયોને કહે છે - પ્રવૃત્તિઓ થાય	- આત્માની ૩ અવસ્થા - બહિરાત્મા, અંતરાત્મા, પરમાત્મા - પણ જે સદા શુદ્ધ છે - આત્માનો શુદ્ધ સ્વભાવ - પુરુષ - પરિણામી નહીં પરંતુ અપરિણામી ધ્રુવ - આત્મસ્વરૂપ શ્રેષ્ઠ છે - પુરુષ = દેહરૂપી પુરમાં શયન કરનારો કંઈ ન કરે - સાક્ષીમાત્ર - સૂક્ષ્મ / શ્રેષ્ઠ છે તે જ બ્રહ્મ છે, તે જ શુદ્ધાત્મા છે - દા.ત. અમ્પાયર જેમ રમતનો સાક્ષી ભાગીદાર નથી - તેના વિના રમાતું નથી હાર - જીત - આઉટથી પરે છે - સ્વયંજ્યોતિ - શુદ્ધ - બુદ્ધ - ચૈતન્યધન - સુખધામ છે
- બુદ્ધિ સૂક્ષ્મ, મહાન, નિકટ, કારણ અને નિયામક છે - તેથી શ્રેષ્ઠ - બધી પ્રવૃત્તિઓની સંચાલક બુદ્ધિ છે - તેથી શ્રેષ્ઠ - બુદ્ધિ મનની નિરીક્ષક છે તેથી નિકટ અને સૂક્ષ્મ - શ્રેષ્ઠ - મનની પ્રવૃત્તિનું કારણ માત્ર બુદ્ધિની પરવાનગી મળ્યા પછી તે કાર્ય કરી શકે છે - બુદ્ધિ મનનું નિયંત્રણ કરે છે	* તે જ સર્વોત્કૃષ્ટ છે - તેનાથી વધુ સૂક્ષ્મ - શ્રેષ્ઠ કોઈ નથી - તેનામાં તાદાત્મ્ય સાધવું - જીવનનું પરમ ધ્યેય છે - પરમ ગતિ - પરમ ધામ - પરમ પદ છે - જાણવાથી સંસારચક્રથી મુક્ત થવાય છે - કંઈ જાણવા / કરવાનું શેષ રહેતું નથી - દા.ત. મહાસાગરમાં નદી - નામરૂપ વિલીન અસીમ, અનંત બને - પરમ સુખ / દુઃખનો અંત - પુરુષ શ્રેષ્ઠ છે - તમે ત્યાં સુધી પહોંચો ત્યાં સુધી ભેદજ્ઞાન કરો - દા.ત. જો પદાર્થ - જોઈ શકાય - તે તમે નથી - તે જોનાર છે - તમારું ધ્યેય - દા.ત. નગ્ન થાઓ ત્યાં સુધી કપડાં કાઢો કોટ, શર્ટ, બનિયન - તે નિકાળતાં, તપાસ કરતાં જાઓ - જ્યાં સુધી દ્રષ્ટા મળે ત્યાં સુધી પાછા જાઓ - 'દૃશ્ય'ને કાઢતાં જાઓ જ્યાં સુધી માત્ર 'દ્રષ્ટા' બાકી રહે

શ્લોક - ૧૨

સર્વમાં છે છતાં ગુપ્ત
સૂક્ષ્મબુદ્ધિથી જ્ઞાનીને ઉપલબ્ધ

<u>સર્વમાં છુપાયેલો છે</u>	<u>દેખાતો નથી</u>
* <u>અગાઉ શ્લોક - આ શ્લોક</u> - અગાઉના શ્લોકમાં પુરુષરૂપી સર્વોત્કૃષ્ટ તત્ત્વનો નિર્દેશ કરવામાં આવેલો - આ પુરુષ - અંતિમ સત્ય - અપરિવર્તનશીલ, અજન્મા, શાશ્વત, ચેતન તત્ત્વ	* <u>ભિન્ન - છતાં દેખાતો નથી</u> - પરબ્રહ્મ ભૂતમાત્રમાં અંતરાત્મારૂપે બુદ્ધિગુણમાં સંતાયેલો છે - દા.ત. સુવર્ણ અલંકારમાં સુવર્ણ છે - જણાતું નથી - કારણ કે સુવર્ણ જ અલંકારરૂપ નામ ધારણ કરે છે - છતાં વેચવા જતાં આકારની કિંમત નથી 'ભાવ'તો સુવર્ણનો જ બોલાય છે - આમ, સુવર્ણ સત્ય હોવા છતાં અલંકારોથી ભિન્ન દર્શન થતું નથી - તેમ દેહાદિનું આરોપણ હોવાથી સ્થૂળ દૃષ્ટિથી તે જણાતો નથી
- બધામાં સ્થિત - પરંતુ સૂક્ષ્મ હોવાથી સ્પષ્ટ નથી - તેથી ગૂઢ અને ગુપ્ત છે - અજ્ઞાનના કારણે છુપાયેલું - મોહના કારણે પકડવું કઠિન - તેથી દુઃખ	
* <u>જીવનનું ધ્યેય</u> - જીવાત્માને - પરિપૂર્ણ પરમાત્મા સાથેના ઐક્યનું જ્ઞાન - વૈયક્તિક અંતરાત્મા (પર્યાય) અને સર્વવ્યાપી પરમાત્મા(શુદ્ધ દ્રવ્ય)ના ઐક્યનું ભાન કરવું	* <u>સંતાયેલો કેમ કહ્યો?</u> - નિરુપાધિક હોવા છતાં - દેહની ઉપાધિ સાથે સઘન તાદાત્મ્ય - અજ્ઞાન આવરણ પાછળ સંતાય છે - પોતાને દેહરૂપ માને - કર્તાભોક્તા જણાય છે દા.ત. પોતાને માતપિતા, વકીલ, ડૉક્ટર માને છે - ઉપાધિ સ્થૂળ દૃષ્ટિએ જણાય સૂક્ષ્મ દૃષ્ટિ વિના આત્મા નહીં - તેથી સંતાયેલો કહ્યો
- નિરંતર ધૈર્યપૂર્વક સાધનાથી જીવભાવથી મુક્ત થવાય - તો બોધ થાય - હું બ્રહ્મ છું ત્યારે સાધનાની સમાપ્તિ થઈ ગણાય	
- છુપાયેલું તેથી - બધા એને ન જાણે - કોણ જાણી શકે - આ શ્લોકમાં દર્શાવ્યું	
* <u>અંતરસંશોધન દ્વારા આત્માનુભૂતિ</u> - આત્મા પ્રગટ છે - છુપાયેલો નથી અવિદ્યાના કારણે - ઉપકરણો સાથે તાદાત્મ્ય	- દા.ત. પુષ્પની માળામાં - રંગબેરંગી ફૂલોને જોડનાર દોરો સંતાયેલો છે તેમ - અવિદ્યાના કારણે 'હું પરમાત્મા છું' તેવો બોધ થતો નથી
- દા.ત. દોરડામાં સર્પનો ભ્રમ ભ્રમના કારણે દોરડું ભુલાયું - દા.ત. અંધકારમાં દોરીને સર્પ - ભય - મિથ્યા અલંકાર - ભોગલાલસાના પ્રસંગે - અજ્ઞાન આસક્તિ દૂર થયે - દોરી ભાસે અંતરસંશોધનથી આત્મતત્ત્વની અનુભૂતિ થાય	* <u>આત્મદર્શન સુલભ નથી - દુર્લભ છે</u> - જો કોઈ નગુરો - ગુરુ વગરનો હોય - સાધનચતુષ્ટય સંપન્ન ન હોય - સ્થૂળ બુદ્ધિવાળો - અશુદ્ધ ચિત્તવાળો હોય - પ્રબળ દેહ તાદાત્મ્ય - દેહાસક્તિ હોય - તીવ્ર ભ્રાંતિ - સત્સંગના અભાવે હોય - અભ્યાસ કર્યો ન હોય

સૂક્ષ્મ તીક્ષ્ણ બુદ્ધિથી	જ્ઞાનીઓને ઉપલબ્ધ છે
* <u>કોને થાય? કેવી રીતે?</u> - શ્રેયગ્રેય - આત્મા અનાત્મા વિવેક બુદ્ધિની સૂક્ષ્મતા થઈ હોય તેને - ધારદાર સૂક્ષ્મ બુદ્ધિ - વાસનાશૂન્ય - શાંત - ભેદજ્ઞાન કરવા સમર્થ - તત્ત્વબોધમાં નિઃશંક / નિઃસંદેહ પ્રયોગ માટે ઉત્સાહી - કડક વીર્ય - તેને જ અપરોક્ષાનુભૂતિ થાય જીવનની ધન્યતા અનુભવે છે	* <u>કોણ પકડી શકે?</u> - સૂક્ષ્મ અને તીક્ષ્ણ બુદ્ધિ એટલે ગણિત (ગણિતજ્ઞ) / તર્ક (તાર્કિક) ઉત્તમ નહીં - પરંતુ શુદ્ધ - શાંત * - કોઈ વિકાર બાકી નહીં - વિકાર બુદ્ધિને સ્થૂળ / બહિર્મુખી કરે - વિવાદી - કષાયી - દ્રાક્ષિક જામ
* <u>શુદ્ધ - સૂક્ષ્મ બુદ્ધિ જોઈએ</u> - તે શોધી / પકડી શકાય સૂક્ષ્મ / શુદ્ધ બુદ્ધિ દ્વારા - તીક્ષ્ણ - સૂક્ષ્મ - ધારદાર - વિકસિત - કેળવાયેલી બુદ્ધિ - દા.ત. છરીની ધાર કરવામાં આવે - સફરજન સમારી શકે - બુટ્ટી છરી નહીં	* - ઘણા સંતો - શિક્ષિત નહીં - પરંતુ જ્ઞાની - દા.ત. ઈસુ - રામકૃષ્ણ પરમહંસ - નરસિંહ મહેતા - સુથાર ર ધોરણ નાપાસ પૂજાય - કબીર - નાનક ચાલાક નહીં શાસ્ત્રીય જ્ઞાન નહીં * જો બન્ને - આઈક્યૂ અને શુદ્ધતા - તેઓ આચાર્ય બને - સંત - આચાર્યમાં ભેદ
- શુદ્ધ - કેન્દ્રિત - એકાગ્ર આત્મજ્ઞાનની તીવ્ર ઈચ્છા - વિખરાયેલી નહીં પરંતુ સૂક્ષ્મ - શુદ્ધ દા.ત. મહાન આઈક્યૂની જરૂર નથી - સૂક્ષ્મ આત્મા પકડી શકે છે દા.ત. સૂક્ષ્મ બેક્ટેરિયા સૂક્ષ્મ દર્શક, માઈક્રોસ્કોપ દ્વારા, આંખથી નહીં	* તેઓ પાસે પવિત્રતા - શુદ્ધતા - નિર્દોષતા હતી - સવારનું ખીલેલું ફૂલ - કાંટા નહીં - કોઈને હાનિ નહીં * વૈજ્ઞાનિક - તોડીને કંઈક શોધે - ભેદને સમજે છે - સ્વરૂપ સાથે જોડાઈને પ્રાપ્ત કરે
* વિષયોમાં જતી બુદ્ધિ મલિન અને ચંચળ - પકડી ન શકે દા.ત. બુટ્ટી છરી - વિષયભ્રમણ દ્વારા તેથી બુદ્ધિમાં તીક્ષ્ણતા નહીં * બ્રહ્મને પકડવા - તેમાંથી પાછા હઠો	* તેઓને સ્મૃતિ અને જાગૃતિ છે - આત્મતત્ત્વની - નિરંતર અનુસંધાન - દા.ત. બાળક જેવી નિર્દોષતા - તેથી કરી શકે * અનુભવ શક્ય - પ્રેમ / ધ્યાન a) બન્નેમાં શરીર ભૂલાય b) ભાવમાં વિદેશી તત્ત્વ - વિકાર નથી વિજાતીય નહીં * માત્ર જ્યોતિ રહે - ધુમાડો નહીં - વિકાર નહીં - વિજાતીય ભાવ નહીં * તેને સૂક્ષ્મ - શુદ્ધ - શાંત કેવી રીતે બનાવવી આવતા શ્લોક - ૧૩માં વ્યાવહારિક પદ્ધતિ દર્શાવી

પ્રવચન-૫ તા. ૨૮-૮-૨૨ સવાર

શ્લોક - ૧૪

તત્ પથઃ કવયઃ વદન્તિ

શ્લોક વિષે	મંત્ર
* <u>શ્લોક વિષે</u> - બધા આધ્યાત્મિક સાધકો માટે આહ્વાન - સૌથી પ્રસિદ્ધ વ્યાપકપણે વપરાયેલ - ટાંકવામાં આવ્યો છે * <u>પ્રિય</u> - સ્વામી વિવેકાનંદ - ઊઠો, જાગો - જ્યાં સુધી ધ્યેય સુધી ન પહોંચાય ત્યાં સુધી અટકો નહીં - તેમના મિશનના સાંકેતિક ચિહ્ન તરીકે સ્વીકાર્યું	* <u>ઊઠો અને જાગો</u> - અવિદ્યાથી ઘેરાયેલા હે મનુષ્યો અજ્ઞાન નિદ્રામાંથી ઊઠો અને જાગો પરમ આત્મસ્વરૂપ પ્રત્યે - સાંસારિક કીચડમાં સબડતા હે માનવ ઊઠ અને મહાપુરુષોના રાહે ચાલવા માંડ એ રસ્તે ચાલીને તેજસ્વી શિખરે પહોંચ
* <u>કવયો વદન્તિ</u> - પ્રાજ્ઞપુરુષો આ કહે છે - - કવિઓ - ઋષિઓ - તત્ત્વજ્ઞાનીઓ કહે છે, પોકારે છે * <u>ઋષિઓની ઘોષણા</u> - ઋષિઓએ દિવ્ય આત્માનુભૂતિ કરેલી તેની ઘોષણાઓ એ જ ઉપનિષદો છે - જ્યારે એક સામાન્ય માણસ પણ ઉપલબ્ધિ - ઉન્મત્ત થઈ અન્ય લોકો સાથે વહેંચે છે - દા.ત. ન્યૂટન - સફરજન - ગુરુત્વાકર્ષણ - નાક પર તેનું દુઃખ નહીં - દા.ત. આર્કિમિડીઝ - યુરેકા - નગ્ન ભાગે - તેમ ઋષિઓ - અનુભૂતિ થયેલ - આનંદિત બની કરુણાથી - વદન્તિ - સત્ શું છે? કેવું છે? તેની પ્રાપ્તિ કઈ રીતે? માર્ગ કેવો? - ઉપનિષદો દ્વારા ઉપદેશ આપ્યો આધ્યાત્મિક સામ્રાજ્યની પ્રેરણા - નિરાશ થવાની જરૂર નથી સાચો પુરુષાર્થ આદરો	* <u>ઊઠીને જાગતા રહો</u> - પથારીમાંથી માત્ર ઊઠી જવું એ નિદ્રાની સંપૂર્ણ સમાપ્તિ નથી - તુરંત જાગત પ્રત્યે જાગૃત/સાવધ થતા નથી - પૂર્ણ જાગૃતિ માટે સમય લે - દુર્ઘટના, દુઃખદ અનુભવ થાય ત્યારે ઊઠીએ છીએ (સ્મશાન વૈરાગ્ય) - થોડા સમય પછી તેની અસર ચાલી જાય છે - તેથી ઋષિ ગર્જના કરે છે કે મોહનિદ્રામાંથી ઊઠો - અને જાગૃત રહો ભીતરના એ સામ્રાજ્ય પરત્વે

ઉત્તિષ્ઠત જાગૃત

<u>ઊઠો અને જાગો</u>	<u>ઊઠો અને જાગો</u>
* <u>ઊઠો (વૈરાગ્યમાં) જાગો (સ્વરૂપ પ્રત્યે)</u> - અવિદ્યાની નિદ્રાથી જાગો અને આત્મજ્ઞાન માટે પ્રસ્થાન કરો - વૈરાગ્યમાં ઊભા થાઓ અને સ્વરૂપ પ્રત્યે જાગો - માત્ર ત્યાગીનો વેષ પર્યાપ્ત નથી સત્ય પ્રત્યે જાગવાની વાત છે - દૃશ્યપ્રપંચની નિદ્રા છોડવાની છે શુદ્ધાત્મસ્વરૂપ પ્રત્યે જાગવાનું છે - સતત આત્મવિચાર - ચિંતન - ભાવનનો અભ્યાસ બ્રહ્મજ્ઞાન માટે - વૈરાગ્ય અને અભ્યાસથી મન નિયંત્રણમાં આવે છે	* <u>જાગવાનો સંકલ્પ કરો</u> - સમય વેડફો નહીં - ઊઠો - જાગો શુદ્ધાત્માની જાગૃતિ કેળવો - ગાઢ આધ્યાત્મિક નિદ્રામાં સૂતેલા અજ્ઞાન અવસ્થા - સ્વપ્નાવસ્થામાં પરમાં અહં-મમ - એ ભાન જોઈશે કે તમે સૂતેલા છો જાગવાનો સંકલ્પ કરો - કારણ કે સર્વ દુઃખ, રાગ-દ્વેષનું બીજ છે અજ્ઞાન જાગૃત થવાના પ્રયત્નો કરો * <u>હે પામર જીવ - કેમ દુઃખી થાય છે</u> - સારથિ સૂઈ જાય - લાગે કે દેહ / જગત ગંતવ્યસ્થાન છે - ઊઠો - દા.ત. બાળક ઊઠે - પણ ઊંઘમાં - સ્નાન - એન્જિન શરૂ (તેથી ઊઠો અને જાગો) - હે પામર જીવ - અજ્ઞાન નિદ્રામાંથી ઊઠ - જાગ - તારું ધ્યાન આત્મા તરફ વાળ - તું ધોર નિદ્રામાં સૂતેલો રહ્યો છે જે સર્વ દુઃખનું મૂળ છે
* <u>મનને ઊઠવાનું છે - તો સફળતા</u> - મન જ બંધમોક્ષનું કારણ છે મન મોહનિદ્રામાં ઘોર્યા કરે છે - ક્ષણિકતા અસારતા મિથ્યા - જાણે તેની આસક્તિથી મુક્ત થાઓ <u>ઊઠો</u> - આત્માનો મહિમા જાણો - તેનાં વિચાર, સ્મરણ, ભાવનમાં <u>જાગો</u>	* <u>મિથ્યા છે - જાગો</u> - નામરૂપ કર્મ અવિદ્યાના કારણે બધાં પ્રક્ષેપણો છે - દા.ત. ઘડો મિથ્યા છે - માટી સત્ય છે બી.એમ.આઈ. મિથ્યા છે - બ્રહ્મ સત્ય છે - દા.ત. મૃગજળમાં પાણીની જેમ દા.ત. જેમ દોરીમાં સર્પ મિથ્યા છે - રાગ-દ્વેષ ઉત્પન્ન કરાવે
- વૈરાગ્યમાં સ્થિર થઈ - આત્માનો અભ્યાસ તો સફળતા અવશ્ય મળશે - સતત નિદિધ્યાસન દ્વારા વિષયબ્રમણ મંદ / બંધ થયે આત્મજ્ઞાન પ્રાપ્ત	- હું શુદ્ધ શાંત આત્મા છું અનાત્મામાં અહંમમ નહીં - પ્રારંભિક ભૂમિકા = ચિત્તની નિર્મળતા આગળની ભૂમિકા = શુદ્ધાત્માનું જ્ઞાન
* <u>તો મનુષ્યજન્મ સાર્થક</u> - અનેક જન્મોનાં પુણ્યે - મનુષ્યજન્મ ચિત્તશુદ્ધિ કરી આત્મજ્ઞાન પામો - સર્વોત્તમ યોનિ - વેડફી ન નાખો અન્ય તો ભોગયોનિ છે (નરક સ્વર્ગ તિર્યચ) - સંકલ્પશક્તિ - ઇચ્છાશક્તિ - કલ્પનાશક્તિ - સ્મરણશક્તિ ... તેનો સદુપયોગ કરો જન્મ સફળ કરો	

પ્રાપ્ય વરાન્ નિબોધત

ગુરુ જોઈએ	કેવા ગુરુ?
* ગુરુમહિમા દર્શાવ્યો - ઊઠો અને જાગો શ્રેષ્ઠ પુરુષના બોધ દ્વારા - કડક વીર્ય જોઈશે - પ્રમાદીનું કામ નહીં દા.ત. હરિનો માર્ગ શૂરાનો - કાયરનો નહીં - બાળક જેવો નિર્દોષ યુવાન જેવો ઉત્સાહી વૃદ્ધ જેવો અનુભવી - ઉત્સાહ જોઈએ - સાવધાની ગુરુગમ દ્વારા (ગુરુમહિમા દર્શાવ્યો)	* કેવા ગુરુ - જીવનનાં દરેક ક્ષેત્રમાં ગુરુ જોઈએ દા.ત. તરવા - કળામાં - નિશાળ વાહન ચલાવવા - ખેલમાં - ટાઈપરાઈટિંગ - ગુરુમુખે - ગુરુગમ વિના સંદેહમુક્તિ રૂપાંતરણ શક્ય નથી - વરાન્ નિબોધત - જ્ઞાની ગુરુ વડે આત્મબોધ પામો - આજ્ઞાનુસાર વર્તી આત્મજ્ઞાન પ્રાપ્ત કરો - બ્રહ્મનિષ્ઠ = આત્મવિદ્ - અનુભવી શ્રોત્રિય = શાસ્ત્રવિદ્ - કુશળતાપૂર્વક સમજાવી શકે - દોષનિવૃત્તિ - સંદેહનિવૃત્તિ થશે સરળતાથી આત્મપ્રાપ્તિ
* ગુરુ જોઈએ - અજ્ઞાનમાંથી જાગી શકાય આત્મજ્ઞાનીનું માર્ગદર્શન મેળવી - સત્યના જાણકાર ગુરુ - માર્ગદર્શકનો બોધ જોઈશે - જેઓ પૂજવા યોગ્ય છે તેઓનું માર્ગદર્શન લો - જેઓ જાગૃત / પ્રજ્ઞાવાન / પરમ પ્રિય / પૂજનીય છે - તેમને તમારા સારથિ બનાવો દા.ત. જેમ અર્જુને કર્યુ - શ્રીકૃષ્ણ - તેઓની પાસે જાઓ - સેવા કરો - સમાધાન પામો - તેઓ સતત આત્મામાં નિમગ્ન છે અને કુશળતાપૂર્વક જણાવી શકે છે (બ્રહ્મનિષ્ઠ + શ્રોત્રિય) - બીજા ટ્રાન્સફર કરી (આપી) શકે ગુરુ ટ્રાન્સફોર્મ (રૂપાંતરણ) કરી શકે - દા.ત. કાંત - નોકરો રાખ્યા દા.ત. ઓસ્પેન્સ્કી - અર્પણ કર્યુ	* પ્રત્યક્ષ ગુરુ અનિવાર્ય - જેમ જેમ ભીતર પ્રવેશ - માર્ગ દુર્ગમ સૂક્ષ્મ, અજાણ, રહસ્યપૂર્ણ - એકલું લાગે - ગુરુનો સાથ મળી જાય - સરળ દા.ત. પહાડી રસ્તો - ભોમિયો
	- પ્રત્યક્ષ ગુરુ - પરોક્ષ શાસ્ત્ર નહીં દા.ત. નકશો ન ચાલે - અત્યારની - હૂંફ - મતિકલ્પનાએ - જીવિત શાસ્ત્ર - પ્રત્યક્ષ ગુરુ અનિવાર્ય બ્લડ - સદાય - શોધો અને ફલેશ હોય શરણ લો
	- મતિકલ્પનાથી ગૂંચવાડો - લાંબો દા.ત. યુવક - શીર્ષાસન - ડોક્ટરનું પ્રિસ્ક્રિપ્શન જોઈએ દા.ત. ફાર્મસી - દવાઓ
	- અહં - ગુરુ ન જોઈએ દા.ત. ઊંટ - રણ - ભય - અસદ્ગુરુ મળવાનો દા.ત. વિમાન, ભોજન વગેરે

ક્ષુરસ્ય ધારા નિશિતા દુરત્યયા

માર્ગ દુર્ગમ છે	ભૂલોમાંથી શીખો
* <u>દુર્ગમ કેમ</u> - પ્રજ્ઞાવાનનું માર્ગદર્શન જોઈએ કારણ કે માર્ગ કઠિન - દુર્ગમ છે - દા.ત. અસ્ત્રાની ધાર ઉપર ચાલવું - અસ્ત્રાની તીક્ષ્ણ કરેલી ધાર માર્ગ સાંકડો છે	* <u>સાવધાની - સાવધાનનો સંગ જોઈશે</u> - તલવારની ધાર પર ચાલવું સહેલું અધ્યાત્મપથ ઘણો કપરો - શ્રેયનો માર્ગ - લપસણો છે આત્મસંયમ - અનુશાસન - સમર્પણ જોઈએ - અશક્ય નથી - હતાશા નહીં પણ સાવધાની - સાવધાનનો સંગ જોઈશે
* <u>દુર્ગમ કેમ?</u> a) વિષય સૂક્ષ્મ છે - સમજવું કઠિન - અરૂપી તત્ત્વ દા.ત. ઉચ્ચ ગણિત - જો સંતુલિત નહીં તો પોતાને હાનિ કરી શકે - ન સમજે - ખોટી રીતે સમજે b) જોખમકારી બની શકે - અહં - જ્ઞાનનું અભિમાન - બીજાનાં વખાણ - તમારો અહં ફુલાય - તમને ભજે - અહં મજબૂત થાય c) ઘણાં પ્રલોભન / ભય - જૂના સંસ્કારોના કારણે	* <u>દુર્ગમતાનાં કારણો</u> - દુર્ગમ તેઓ માટે જેઓ - સૂક્ષ્મ બુદ્ધિ નથી - સ્થૂળ બુદ્ધિવાન છે - શ્રેયપ્રેય વિવેક નહીં - વિવેક વૈરાગ્યથી વંચિત - નિષ્ફળતા પર ઝટ હતાશા, નિરાશા - પાત્રતા વિના માર્ગો ચાલુ (સાધનચતુષ્ટયનો અભાવ) - વિવેકયુગ્મભણિ કહે - શ્લોક ૧૭ સાધનચતુષ્ટય વિના અતિદુષ્કર, દુર્ગમ, સંકટભર્યો છુરાની ધાર જેવો છે
* <u>મનરોગ નહીં - માત્ર મોક્ષ અભિલાષ</u> - દા.ત. દોરડા પર ચાલવું - જરાક ચંચળ નીચે પડશો - આળસ / અમસ્તા વિચારોનો અવકાશ નહીં મૂંઝવણ નહીં - અત્યંત સ્પષ્ટતા - ચંચળતા નહીં - તમારી આંખના ખૂણામાં પણ નહીં - મનરોગ નહીં - માત્ર આત્મા જોઈએ બન્ને માટે પ્રયત્ન ન કરી શકો - આત્માની પ્રાથમિકતા નહીં - માત્ર તે જ પસંદગી અન્ય કોઈ સાંસારિક પસંદગી નહીં	* <u>ભૂલોમાંથી શીખો</u> - ધીમા જાઓ - પણ દેઢ - દા.ત. બાળકો ચાલવાનું શરૂ કરે - ડગુમગુ - પડે - ઊભાં થાય (માતાએ ઊંચકવું ન જોઈએ) - નિષ્ફળતા એ સફળતાનો ભાગ છે - ભૂલ એ ભૂલ નથી જો તમે તેમાંથી શીખો - તે એક પાઠ છે - તમે ભૂલો કરશો - મુશ્કેલીઓ આવશે - નિષ્ફળતાનો સામનો થશે - તેથી ગુરુ જોઈશે યાત્રાને સુરક્ષિત - સરળ - સહજ - આનંદપૂર્ણ બનાવવા - તમને યુક્તિઓ શીખવે અને એક એક ડગ ભરાવે - જ્યાં સુધી ધ્યેય પર ન પહોંચો - તેથી ભક્તિનો માર્ગ અનુસરો - દા.ત. ખ્રિસ્તીધર્મમાં માત્ર ભક્તિ - આ માર્ગ પર ચાલવા માટે દોરડું પકડો અસ્ત્રાની ધાર - તેમનો હાથ પકડો - વૈરાગ્ય સહજ રહેશે

પ્રવચન-૬ તા. ૨૯-૮-૨૨ સવાર

શ્લોક - ૧૩

નિરોધ પ્રક્રિયા

પરિચય	વ્યવહારુ માર્ગ
* શ્લોકના વિષય સંબંધી - દાર્શનિક ખ્યાલ ગમે તેટલો આદર્શવાદી તોપણ સંતોષ થાય નહીં - જ્યાં સુધી તે સ્થિતિ પ્રાપ્ત કરવાને વ્યવહારુ માર્ગ ન સમજાય - પરમ અવસ્થાની અનુભૂતિ માટે આ મંત્ર માર્ગદર્શન આપે છે	* ધ્યાનની પદ્ધતિ A) - શાંત સ્થાનમાં બેસો - શરીરને હલનચલનરહિત કરો (શરીર નિરોધ) - તમારી આંખો બંધ કરો - નિવૃત્ત થાઓ અને તમારા મનમાં રહો (ઇન્દ્રિયનિરોધ) - જગતનાં છાપ / દૃશ્યો ખરી જવા દો (સામાન્યપણે શાંત થતાં ૨૦ મિનિટ લાગે) - પછી ઊંડી વાસના બહાર આવવાની શરૂ થાય તમારી બુદ્ધિ દ્વારા તેનો સામનો કરો મનને સહકાર આપવા દો
* શ્લોક ૧૨નો ઉત્તર - બુદ્ધિ સૂક્ષ્મ થવી જોઈએ - તીક્ષ્ણતા અને સૂક્ષ્મતા જોઈશે - કેવી રીતે સૂક્ષ્મ? અત્રે પદ્ધતિ દર્શાવવામાં આવી છે	B) - મનને ધ્યાન કરવું ગમવું જોઈએ - બુદ્ધિની સૂચનાઓની મદદ લઈને - બુદ્ધિની સૂચનાઓ દ્વારા પ્રેમપૂર્વક નિવૃત્તિ - વૃત્તિને બુદ્ધિ પાસે મોકલો - વિશ્લેષણ કરી નિર્ણય કરશે - શું તે આત્મકલ્યાણ માટે યોગ્ય છે - વધુ ઊંડા - સૂક્ષ્મ જાઓ - વિચારોથી - ઈચ્છાઓથી તેઓને શાંત કરો - માત્ર જુઓ - ભેદજ્ઞાનને ચાલવા દો - પછી પાછા હઠો - તેને તમારામાંથી પસાર થતાં જુઓ - અનુભવો કે તમે શાંત, શુદ્ધ, જોનાર ચૈતન્ય છો - બુદ્ધિ અને મનને એક કરો હું-પણને પકડી તેમાં સ્થિર થાઓ - પદાર્થો પર ધ્યાન ન આપો માત્ર જોનાર પર
* આ શ્લોક દર્શાવે - આત્મપ્રાપ્તિ માટે અધ્યાત્મયોગ - જો જ્ઞાન પુસ્તકથી - મસ્તકમાં રૂપાંતરણ માટે ન વપરાય - જો સામાન ઊંચકવો પડે તો ભારરૂપ બને - - તમારું અંગ બનવું જોઈએ - ગુણો તરીકે	C) - સમાધિદશામાં રહો - સ્વરૂપ સાથે ઐક્ય - અહં બ્રહ્માસ્મિ માત્ર શુદ્ધ ચૈતન્ય રહે - નિયમ - જેના તમે સાક્ષી - મરી જાય કોઈ વિચાર નહીં કારણ કે માત્ર સાક્ષી રહે માત્ર શુદ્ધ ચૈતન્ય રહે
- આ શ્લોક લયની પ્રક્રિયા બતાવે છે - અંતર્મુખતા માટે શું કરવું - જ્યાં માત્ર સ્વરૂપમાં સ્થિરતા રહે - જીવે સંકલ્પ કરવો જોઈએ લયનો - ઇન્દ્રિયનો મનમાં - મનનો બુદ્ધિમાં - બુદ્ધિનો આત્મામાં (નિર્વિકલ્પ સ્વરૂપ) અને તેમાં સ્થિર રહેવું જોઈએ - અપરિવર્તનશીલ ચૈતન્યમાં રહો જે મનની બદલાતી અવસ્થાઓને જાણે છે (સાક્ષી માત્ર)	

મૌન દ્વારા ઇન્દ્રિયનિરોધ	મન / બુદ્ધિનો નિરોધ - આત્મામાં લય
૧) <u>વાણીને મનમાં વિલીન</u> - સાધકે અંતર્મુખી કેમ થવું તેનું માર્ગદર્શન આપ્યું છે - વાક - વાણી એ ૧૦ ઇન્દ્રિયોનું પ્રતિનિધિત્વ કરે છે	- ઇન્દ્રિય નિયંત્રણને દમ - બહિર્ગમન અટકે મનોવૃત્તિ નિયંત્રણને શમ - બહિર્મુખતા અટકે - મનની ચંચળતા / વિક્ષેપ મટતાં જાય તેમ એકાગ્રતા / શાંતતા વધતી જાય - બુદ્ધિ સાક્ષીની સૂચનાઓ - દ્રષ્ટા બનો વિચારો વિલીન થવાની શરૂઆત - નિવૃત્તિ સમયે ધ્યાન કરવું (સાક્ષી) પ્રવૃત્તિ સમયે ધ્યાન રાખવું (સાક્ષી) - મન જો શાંત / અંતર્મુખી થશે તો જ પ્રવૃત્તિમાંથી નિવૃત્તિ તરફ - મન બુદ્ધિમાં લીન થશે
- જ્ઞાનેન્દ્રિય અને કર્મેન્દ્રિયોને મનના અંકુશ તળે આણવી - મનમાં કોઈ ઉત્તેજના નહીં ઇન્દ્રિયોને પ્રવૃત્તિ માટે આદેશ આપવાની - કોઈ વિચારો નહીં જે ઇન્દ્રિયપ્રવૃત્તિને પ્રેરિત કરે	૩) <u>બુદ્ધિનો લય આત્મામાં</u> - ઇન્દ્રિયનિરોધ = કોઈ ઇન્દ્રિય પ્રવૃત્તિ નહીં મનનો નિરોધ = ઇન્દ્રિયોને આદેશ આપવાની કોઈ ઉત્તેજના નહીં - બુદ્ધિનો નિરોધ = સાક્ષીનો કોઈ આદેશ નહીં કારણ કે નિરંતર નિદિધ્યાસનના કારણે - સહજ
- વાણી ભેદદર્શન કરવા ટેવાયેલી છે દા.ત માટી ન જુએ - પણ ઘડો, કોડિયાં, નળિયાં, રમકડાં - નામ - આકાર જુએ અને બહિર્ગમન કરે - બીજી ઇન્દ્રિયોને કરાવે - કર્તા ભોક્તા બને - રાગદ્વેષ કરે કલેશ - અશાંતિ ઉપજાવે	- સૂક્ષ્મ અહંકારનો પણ ત્યાગ - હું સાક્ષી છું થી - સાક્ષી ચેતના - નિર્વિકલ્પ આત્મસ્વરૂપમાં નિર્વિકલ્પપણે સ્થિતિ કરવી (સાક્ષ્ય સાક્ષી ભેદ પણ મટે) - હું સંપૂર્ણ લય - બ્રહ્મમાં તાદાત્મ્ય દ્વૈતનો નાશ - અદ્વૈતાનુભૂતિ - અપરોક્ષાનુભૂતિ થાય છે જેમાં સ્વયંને 'પરમપુરુષ' તરીકે પિછાને છે
- વાણી - ઇન્દ્રિયોનું પ્રતીક છે તેનો લય કરવો - મૌન રાખવું - મૌનથી સર્વ ઇન્દ્રિયો શાંત કરે નિવૃત્તિ તરફ - બહિર્મુખતા ત્યજાય	* <u>સાર</u> - શ્લોક ૧૦ - ૧૩માં આત્મમહિમા લાવી - અંતર્મુખ બની - ધ્યાનયોગ દ્વારા પરમ ઐક્યની અનુભૂતિની છણાવટ કરવામાં આવી
૨) <u>મનનો લય બુદ્ધિમાં</u> - તેનો અર્થ એ કે બધી શંકા - કામના વગેરે બુદ્ધિ(વિવેકશક્તિ)ની સચોટ પકડમાં આણવાની - બુદ્ધિને વિશ્લેષણ કરી આદેશ આપવા દો જે તમારા આત્મહિતમાં છે - મન સતત સંકલ્પવિકલ્પો કરે છે બુદ્ધિ સાક્ષી બનવાના આદેશનું પુનરાવર્તન કરે છે	

શ્લોકનો સાર

* ઇન્દ્રિય પ્રવૃત્તિમાં ઘણી શક્તિ વેડફાય છે - ખાસ કરીને બોલવામાં (વાક્નિરોધ) મનમાં ઇન્દ્રિયોને આદેશ આપવાની કોઈ ઉત્તેજના નહીં * બધી વૃત્તિઓને મનમાં વિલીન કરો મનને બુદ્ધિમાં ઐક્ય (લય) થવા દો (મનનિરોધ) કોઈ વિચારો નહીં કે જે ઇન્દ્રિયપ્રવૃત્તિને પ્રેરિત કરે	<u>આખી પ્રક્રિયા</u> * બુદ્ધિ વિકૃત - તેથી ઘણા વિચારો - ખોટા નિર્ણયો - બહુ વિચારો - દા.ત. આકાશમાં વાદળો જ - સૂર્યદર્શન નહીં * બુદ્ધિમાં ખોટા અભિપ્રાય - વિચારોની શૃંખલા - બંધ જ નહીં - દા.ત. પ્યાજ છીલતા જાય - પર્તની ભીતર પર્ત
* બુદ્ધિને તમને દોરવા દો ભેદજ્ઞાન - સૂક્ષ્મ બને તીક્ષ્ણ - સૂક્ષ્મ - શુદ્ધ * માત્ર સાક્ષી રહો - કોઈ વિચારો ઉત્પન્ન નહીં - માત્ર દ્રષ્ટા રહો (બુદ્ધિનિરોધ)	* સંસ્કારોની ધૂળ લાગ્યા જ કરે - દા.ત. યાત્રા - સ્નાન નહીં - ધૂળ ચોંટે - દરેક પ્રવૃત્તિ / વિચારનો સંસ્કાર પડે * જન્મોજન્મના - ધ્યાન બુદ્ધિનું સ્નાન - લાંબી યાત્રા - ઘણા સંસ્કારો - ધ્યાન = બુદ્ધિનું સ્નાન
* જેના સાક્ષી થાઓ છો - અંતે વિલીન થાય છે - કોઈ વિચારો નહીં કારણ કે માત્ર સાક્ષી - જેથી શુદ્ધ ચૈતન્ય રહે (આત્મસ્થિત)	* જ્યારે જાગો - જ્યારે સ્વપ્ન - બુદ્ધિના કારણે વિચાર - વિચારના કારણે સંસ્કાર પડ્યા કરે
* તે વાસ્તવમાં એક થતું નથી માત્ર સત્યને જાણે - જેમ છે તેમ * સૂક્ષ્મને અનુભવવા માટે સૂક્ષ્મ સાધનામાં નિયમિત રહો ટૂંક સમયમાં તમારી આદત બનશે ભીતર પ્રસરશે	* તેથી સત્ય આચ્છાદિત - અનેક સંસ્કારો - વિચારોથી - તોડવાનો પ્રયાસ સાધકનો - કેવી રીતે? 1) * વાક આદિ સમસ્ત ઇન્દ્રિયોનો નિરોધ કરવો મનમાં - મૌન સાધના કરવી * મૌન એટલે - બહાર / ભીતર બોલવાનું બંધ - વાણી / વિકલ્પોનો રોધ * જે તમે બોલો - તેના સંસ્કાર ભીતર પડે - દા.ત. લાભ નહીં થયો - તમે પણ સાંભળો - દા.ત. વારંવાર અસત્ય - પ્રભાવિત થાય - દા.ત. વ્યર્થ બાબતો - મહિમાવાન લાગે

* મુનિ = મૌન થઈ ગયા છે - વચનગુપ્તિ - ભાષાસમિતિ - સત્યમ્ - શિવમ્ - સુંદરમ્ જ - તેથી પ્રવચન કહેવાય * માત્ર વાણીનું મૌન નહીં - વિકલ્પોનો પણ નિરોધ થવો જોઈએ - કોઈ વિચાર નહીં કે જે પ્રવૃત્તિ કે સંસ્કારને પ્રેરિત કરે * બધા મહાપુરુષોએ કર્યું - દા.ત ભગવાન મહાવીર ૧૨ વર્ષ - ગૌતમ બુદ્ધ ૬ વર્ષ - દા.ત. ઈસુ - મોહમ્મદ કુરાન પહેલાં	* ઘણું વ્યક્ત થાય - દા.ત. હાથ પકડવો - આપવા / લેવા - દા.ત. નાક - અહંકાર - વિનમ્ર - દા.ત. તમારી સાથે - ઝૂકીને - અદબ વાળીને * અભિવ્યક્તિ - હાવભાવ - દા.ત. નોકરની બાજુમાંથી પસાર થતાં - દા.ત. પતિ ઘરે આવે
* સત્ સાથે જોડાવામાં મદદ કરે - ખાલી થવાથી શાંત થઈશ - બોલવાથી રાહત - તો ભીતર કયરો છે! * મન બોલવા ઈચ્છે - સહકાર / સહયોગ નહીં - સ્મરણ કે સાક્ષી બનો * મનની ઉપેક્ષા કરો - પ્રયોજન નહીં તો અટકો - તેને દબાવ ન કરવા દો * રસ લો તો જ ચાલે - પક્ષમાં કે વિપક્ષમાં - સંઘર્ષ નહીં - તટસ્થભાવ રાખો	II) * વાણી - સમસ્ત ઈન્દ્રિય - મનમાં લય - કોઈ હલનચલન નહીં - ભીતર ઉત્તેજના નહીં * પછી મનનો બુદ્ધિમાં લય - મૌનમાં માત્ર ચૂપ નહીં - જાગવાનું છે - હું દ્રષ્ટા છું - સ્પષ્ટતા / પ્રતીતિ * ક્રોધનો જન્મ-જીવન-મરણ જાણો - દા.ત. ધુમાડો ઊઠતાં - શમતાં જુઓ - માત્ર સાક્ષી રહો * દા.ત. ગુર્જિએફના પિતા - છેલ્લી સલાહ - ૨૪ કલાક સુધી કોઈ પ્રતિક્રિયા નહીં - આત્મનિરીક્ષણ કરો - સાક્ષી બનવું
<u>શારીરિક હાવભાવ</u> * વાણી મનમાં વિલીન - શબ્દો નિર્મિત નહીં - માત્ર વાક નહીં - બધી ઈન્દ્રિય - કોઈ ઈશારા નહીં હાથ, આંખો દ્વારા પણ * શારીરિક હાવભાવ - ઘણું કહે - દા.ત. વિકાર કે પ્રેમ - સ્ત્રી - દા.ત. કેળવો - શારીરિક હાવભાવ - તમને કહે * તેથી મુદ્રા વિજ્ઞાન - મહત્ત્વનું - પ્રસિદ્ધ - ભીતર જે છે તે વ્યક્ત કરે - મનોવૈજ્ઞાનિક અસર તમને તેમાં લઈ જાય	III) * પછી બુદ્ધિનો આત્મામાં લય - સાક્ષીનો પ્રયત્ન પણ નહીં - કરવું નહીં - માત્ર હોવું * ચેષ્ટાથી જાગૃતિ - સાચી જાગૃતિ નહીં - સાધ્ય ચૂક - સહજ હોવું જોઈએ - એકવાર શીખ્યા પછી સદાય * પ્રયત્નરહિત જાગૃતિ - શાંતસ્વરૂપમાં રહો - નિર્વિકલ્પપણે - સૂક્ષ્મ અહંકાર પણ નહીં - સહજપણે

પ્રવચન-૭ તા. ૩૦-૮-૨૨ સવાર

શ્લોક - ૧૫

આત્માને જાણે

મૃત્યુથી પાર

આત્માનું સ્વરૂપ	૬ ગુણો
* શ્લોકનો પરિચય - નચિકેતાએ પૂછ્યું કે મૃત્યુ પછી શું? - જો જવાબમાં ના - ખોટું - કારણ કે સત્ શાશ્વતપણે રહે છે - જો જવાબમાં હા - સંતોષકારક નહીં - જોઈ શકાતો નથી - તેથી આત્માનું સ્વરૂપ સમજાવે = ૬	૨) અવ્યયમ્ નિત્યમ્ - શાશ્વત - ન મૃત્યુ - નાશ કે ક્ષીણ - અપરિવર્તનશીલ - અજર નિત્ય તત્ત્વ છે - સમયાતીત, સમયની પાર
૧) અસ્પર્શાદિ - આત્મા એ ઇન્દ્રિય પારનું સત્ય છે - ન જડ / પૌદ્ગલિક - કોઈ ભૌતિક સ્વરૂપ વિના સ્પર્શાદિ કોઈ ભૌતિક ગુણધર્મો નથી - તેથી તે સાંભળી, જોઈ, સૂંઘી, ચાખી, સ્પર્શી ન શકાય - તે મૂર્ત - સ્થૂળ - ભૌતિક નથી પરંતુ ચૈતન્ય તત્ત્વ છે	- શાશ્વત ચૈતન્યતત્ત્વ છે અવિનાશી તત્ત્વ છે - જન્મ નથી - મૃત્યુ નથી કદી તેનો અભાવ નથી - ત્રણે કાળ તેનું અસ્તિત્વ છે ૬ વિકારો હોતા નથી - અવિકારી - નિર્ગુણ - નિરાકાર હોવાથી વ્યયથી મુક્ત - અવ્યય નિત્ય છે - જો રૂપ હોત તો ઘડપણ પણ હોત ક્ષય કે વ્યય થાત - અવિનાશી છે
- નકારાત્મક ભાષા વાપરી અશબ્દ, અસ્પર્શ્ય, અરૂપ, અરસ, અગંધ કારણ કે ઇન્દ્રિયગોચર નથી - પણ છે - તેની અનુભૂતિ જ્ઞાનેન્દ્રિયોથી શક્ય નથી	૩) અનાદિ - આદિરહિત - સ્વાભાવિક દ્રવ્ય તેના અસ્તિત્વ માટે કોઈ કારણ નહીં - વિનાશી હોત જો તેનું કારણ હોત દા.ત. ઘડો તૂટે - પાછો કારણરૂપ (માટી) - તે કારણ અને કાર્યથી પાર છે ન ઉત્પત્તિ કે નાશ
- એનું અસ્તિત્વ છે જેની સત્તા વડે સૌ ઇન્દ્રિયો પ્રવર્તે છે - તે સૌને ચેતનતા પ્રદાન કરે છે કારણ કે બધી ઇન્દ્રિયો જડ છે - આત્મા વિના તે સ્વતંત્રપણે તેનું કાર્ય કરી શકતી નથી - આમ, તે ઇન્દ્રિયોથી પણ સૂક્ષ્મ છે અને પર છે - માટે ઇન્દ્રિયગમ્ય નથી	- નકારાત્મક ભાષા - અનાદિ - અનંત આરંભ અંત વિનાનો (પુનરુક્તિ - દટીકરણ કરવા) - જન્મ - પ્રારંભ - શરૂઆત - ઉત્પત્તિ વિનાનું કોઈ કારણનું કાર્ય નથી - સ્વતંત્ર - સ્વાભાવિક દ્રવ્ય છે સ્વયંસિદ્ધ - સ્વયંજ્યોતિ છે - જે અનાદિ તે અનંત જ હોય હવે પછીમાં

૬ ગુણો	અનુભવે તે મૃત્યુની પાર
૪) અનંતમ્ - અંત રહિત - શાશ્વત - નાશ નહીં કારણ કે તે કાર્ય નથી - તે કારણ - કાર્ય પણ નથી ઉત્પત્તિ નહીં - નાશ નહીં - દા.ત. પડદો સત્ય છે - ફિલ્મ નહીં જે શરૂ ને અંત થાય	* જે જાણે - તે મૃત્યુની પાર - તેના અનુભવથી જીવ મૃત્યુના જડબામાંથી બચી (મુક્ત થઈ) શકે છે - જેઓ તેનો અનુભવ કરે મૃત્યુ પુનઃજન્મથી ભયભીત થતા નથી - શરીર અવશ્ય નાશ પામે પરંતુ તેઓ બ્રહ્મ સાથે એકતા અનુભવે - અજ્ઞાનનો અંત - પરિભ્રમણથી મુક્ત - કલ્પના કરો યમ આ કહે છે!!!
- અનાદિ છે - તેનો અંત ન હોય કારણમાંથી નહીં - કારણમાં નહીં - દા.ત. સુવર્ણ - દાગીના - સુવર્ણ પરંતુ સુવર્ણ સદાય હોય	- મૃત્યુના પાશમાંથી મુક્ત - તેના ભયથી - નિઃશંકતાના કારણે - તેને ન જાણી શકે જે દા.ત. ટેબલ, ખુરશી તેની અપરોક્ષાનુભૂતિ થાય છે - અહં બ્રહ્માસ્મિ - શુદ્ધોહંની અનુભૂતિવાળો - મૃત્યુના મુખથી છૂટી જાય છે
૫) મહતઃ પરમ્ = બુદ્ધિથી સૂક્ષ્મ - બુદ્ધિથી શ્રેષ્ઠ બુદ્ધિનો પ્રકાશક - સત્તા સ્ફૂર્તિ દેનારો - આત્મા સ્વયંજ્યોતિ - ચૈતન્યજ્યોતિ જે બુદ્ધિને પ્રકાશ પ્રદાન - દા.ત. ઇલેક્ટ્રીસિટી - બલ્બ	
૬) ધ્રુવમ્ - બદલાવરહિત - કૂટસ્થ અપરિવર્તનશીલ - અવિકારી - શાશ્વત પરંતુ અપરિવર્તનશીલ પણ ત્રિકાળ અબાધિત સત્ય - કોઈ પણ કાળમાં - અવસ્થામાં આત્માનું સ્વરૂપ તેવું જ હોય છે - અજ્ઞાનકાળે બદલાતું ભાસે પરિણમનશીલ ભાસે - પણ તેનું સ્વરૂપ અપરિવર્તનશીલ - ધ્રુવ છે	

શ્લોક - ૧૬શ્રોતા - વક્તાબ્રહ્મલોકમાં પ્રતિષ્ઠિત

<u>શ્રોતા - વક્તા કેવા?</u>	<u>બ્રહ્મલોકમાં પ્રતિષ્ઠિત</u>
* <u>છેલ્લા ૨ શ્લોક</u> - ફળશ્રુતિ બતાવે છે - પછી પ્રકરણ સમાપ્ત - ઉપનિષદનાં યશોગાન સાંભળવા મળે છે - સાધકને પ્રોત્સાહન માટે આવાં ગુણગાન - પછી પ્રકરણ સમાપ્ત કરે છે	* <u>પ્રવચન મુખપાઠ - શ્રવણથી ન મળે (શ્લોક ૨૩)</u> - આગલી વલ્લી શ્લોક ૨૩ - પ્રાપ્ત ન થઈ શકે એમ કહ્યું - સંકેત : મહિમા અને જાગૃતિ - સાધન ખોટું નહીં - અસરકારક - પરંતુ ઝૂરણા - વેદના - માત્ર આત્મા જોઈએ - સ્પષ્ટતા - પ્રતીતિ - વૈરાગ્ય આપે
* <u>આ શ્લોકમાં</u> - આ શાસ્ત્રનું શ્રવણ - પ્રવચન કરવાનું ફળ બ્રહ્મલોક છે - એમ જણાવ્યું છે - યમરાજ દ્વારા કહેવાયેલ આ કથાનક જે કોઈ અન્યને પ્રવચન કરી સંભળાવે - અને નચિકેતાની જેમ જે કોઈ શ્રવણ કરે - તે બન્ને મેઘાવી (બુદ્ધિમાન) પુરુષો પ્રવચન કરનાર / સાંભળનાર બ્રહ્મલોકમાં - સન્માનિત થાય છે	* <u>દરેક કાર્યનું ફળ હોય</u> - આવા અધિકારી શ્રોતા - વક્તા - બ્રહ્મલોકનું ફળ મળે છે - સાંભળીને અને કહીને - વિવેકી લોકો ઉચ્ચ / ઉન્નત દશામાં સ્થિર થાય છે
* <u>શ્રોતા - વક્તા કેવા હોવા જોઈએ</u> - શ્રોતા <u>નચિકેતા</u> જેવો હોવો જોઈએ a) પિતૃભક્ત અને શાસ્ત્રમાં શ્રદ્ધાવાન b) પ્રતીક્ષા, તપસ્યા તૈયાર - યમદ્વારે c) સ્પષ્ટતા - સત્યનિષ્ઠ - નિર્દંભી d) વિવેક - વૈરાગ્ય સંપન્ન e) તીવ્ર મેઘાવી - ંહણ, સ્મરણ, પુનરાવર્તન f) સ્વર્ગીય પ્રલોભનથી પણ ચલિત નહીં	* <u>બ્રહ્મલોકમાં</u> - જે સાંભળે - મુખપાઠ - પ્રવચન કરે તેનો પ્રચાર - પ્રસાર કરે તેને - બ્રહ્મલોકના ભાવાતીત આનંદો માણવા મળે - બ્રહ્મને જાણનાર બ્રહ્મસ્વરૂપ બની જાય છે
* <u>વક્તા <u>યમ</u> જેવો હોવો જોઈએ</u> a) બ્રહ્મનિષ્ઠ - વિદ્યા આપવામાં પારંગત b) વિદ્વાન અને વિનમ્ર c) નાના શ્રોતાનું પણ સન્માન - પ્રક્ષાલન કર્યું d) પોતાના પદનું વિસ્મરણ કરી - સત્કાર e) વરદાન / વિદ્યાદાનમાં સમર્થ હોવો જોઈએ f) શ્રોતાને પ્રોત્સાહિત કરવામાં કુશળ	* <u>૨ અર્થ - સાચો અર્થ</u> - બ્રહ્મલોકનો મહિમા a) સર્વોચ્ચ સ્વર્ગ - દેવલોક b) બ્રહ્મત્વનો આંતરિક અનુભવ - બ્રહ્મવિદ્યાનું પ્રકરણ ચાલે છે તેથી બ્રહ્મ જ અર્થ અભિપ્રેત છે - આત્મસ્વરૂપની પ્રાપ્તિ / સ્થિરતા પ્રાપ્ત કરી - જન્મમરણનાં ચક્રનો અંત લાવે પાછા ફરતા નથી - વક્તા - શ્રોતા બન્ને બ્રહ્મમાં સ્થિત સન્માનિત - પ્રતિષ્ઠિત - પ્રાપ્ત થાય છે

શ્લોક - ૧૭બ્રાહ્મણ સભા - શ્રાદ્ધઅનંત ફળ પ્રાપ્તિ

<u>બ્રાહ્મણ સભા</u>	<u>શ્રાદ્ધ - અવિનાશી ફળ પ્રાપ્તિ</u>
* <u>પ્રકરણનો ઉપસંહાર</u> - આ અંતિમ શ્લોક છે - વલ્લી - જે આ સૂક્ષ્મ પરમ સત્ય અસાધારણ બોધ - બે પ્રસંગે પારાયણ કરે છે - બ્રાહ્મણ સભા - અંતિમ સંસ્કાર વિધિ - તે અમરત્વને યોગ્ય છે - શીખવાડનાર - પારાયણ કરનારની પ્રશંસા - કલ્પતે - બે વાર કહ્યું જે દર્શાવે છે કે અધ્યાયની સમાપ્તિ થાય છે (જય હો જય હો) - અડધું ઉપનિષદ પૂરું થયું	* <u>પ્રવચન કરનાર - સાંભળનાર</u> - જો અધિકારી - પાત્રતાયુક્ત શ્રોતાને તો - વક્તા - શ્રોતા બન્નેનું પરમ કલ્યાણ - બન્નેને અવિનાશી - અનંત ફળ અસીમ આનંદ બ્રહ્મલોકે પ્રસ્થાન કરી - બ્રહ્મજ થઈ શકે - એક થશે દા.ત. નદી મહાસાગરમાં - અનંત બની જાય - જો શીખવાડવું - સાંભળવું શોખ કે ધંધો બને - આ ફળ પ્રાપ્ત નહીં થાય
* <u>આ જ્ઞાન</u> - આ સંવાદ - તેનું જ્ઞાન - વિધાનો - ગૂઢ - ગોપનીય - રહસ્યમય છે - સંક્ષેપમાં - મનનીય - શ્રેષ્ઠ - ગોપનીય - અસાધારણ બોધ	b) <u>શ્રાદ્ધકાળે પારાયણ</u> - મૃત્યુ / અંતિમ સંસ્કારવિધિ વખતે - પરંપરા હોવી જોઈએ - શોકસભા વખતે - ગંભીર વાતાવરણ - ભીતર જાગૃત - જ્ઞાનથી શાંત - અંતર્મુખી બને - શોકમુક્ત - તે મહેમાનો માટે - આત્મા ત્યાં ભટકે ૧૩ દિવસ સુધી (બન્ને માટે લાભકારી) - આવા સમયે તેનું પ્રવચન / શ્રવણ તો સફળ થાય - મૃત્યુનું રહસ્ય સમજાય - શ્રોતા વક્તાને દિવ્ય ફળ પ્રદાન કરે છે
a) <u>બ્રાહ્મણસભા - બ્રહ્મસંસદિ</u> - બ્રાહ્મણ કોણ? જન્મે જે બ્રાહ્મણ વેશ - તિલક - પૂજાપાઠ - જનોઈ? - ગુણ અને કર્મથી જે બ્રાહ્મણ છે શમ, દમ, ક્ષમા, પ્રેમ વગેરે સત્ત્વ ગુણવાળો સદાચાર, નિયમ, પરોપકાર સાત્ત્વિક કર્મવાળો - બ્રહ્મનો જિજ્ઞાસુ - બ્રહ્મપ્રાપ્તિની ગરજ અધિકારી સાધક - સાધનચતુષ્ટયયુક્ત ભક્તિ - સંયમી - શિસ્તબદ્ધ - આધ્યાત્મિક ભૂખવાળા લોકો - આત્મા પસંદ કર્યો (તેમને કહો - નજીકના, પ્રિયજનોને નહીં કંટાળશે કે આધ્યાત્મિકતાની નિંદા કરશે) - બ્રહ્મના સાધકો - આતુર - નહીં કે જેને પ્યાસ નથી દા.ત. બાળકો કામસૂત્ર/પરિકથાઓ	* <u>કેમ શ્રાદ્ધ વખતે - પરંપરા મદદરૂપ</u> - શ્રાદ્ધ વખતે પારાયણ - એક પરંપરા બની ગઈ - સાંભળે ન સાંભળે - લાડવા ખાઈ છૂટા પડે - બહુ વાર સાંભળવાથી - મહિમા ખોવાય છે - ખરેખર તો જ્યારે જીવતા હોય ત્યારે સાંભળવું જ્યારે મરતા હો ત્યારે પણ નહીં - પ્રાયે મૂર્ચ્છિત - પરંતુ તે વખતે પણ મદદરૂપ - જ્યારે સ્વજન મૃત્યુ પામે - અંદર કંઈક મૃત્યુ પામે તે ખાલીપો - બ્રહ્મજ્ઞાનથી - મૃત્યુ સામે - ત્યારે મૃત્યુ શું છે? મૃત્યુની પાર શું છે? - આહત્તા વધેલી હોય - સંસ્કાર ગહન પડે - જીવનની ચાર મહત્ત્વની ક્ષણો