

શ્રી ગુરુનામામૃતપાન

સીડી-૨, ટ્રેક નં.-૧

વેદાંત ચિંતન

અ.૧ :

૭૪ : હું અનાથ છું અને અપંગ છું, તારા વિના મારો બીજો કોઈ સ્વામી (નાથ) નથી. હું સંસારરૂપી જંગલ (અટવિ)માં રખડું છું. હે સદ્ગુરુ ! તમે મારો સાથ કરજો.

૭૫ : હે (ગુરુદેવ) તું મા છે અને હું (તારો) બાળક છું. તું જ્ઞાનરૂપી દૂધનું પાન કરાવ જેથી તારી લીલાનાં અમૃતનું પાલન કરીને જગતમાં ધન્ય બનું.

૮૧ : મુંજ ગરીબ પર કૃપા કરી જ્ઞાનનું દાન આપો. હું હંમેશા સંતોનો દાસ છું. મને બીજું કાંઈ ભાન નથી.

૮૨ : ઋષિ, મુનીવર, સંત, કવિવર વગેરેને વંદન કરીને હવે હું માતા-પિતાનાં ચરણોમાં વંદન કરું છું, જેથી મારું કલ્યાણ થાય.

અ.૮ :

૭૯ : એ પરમાત્મા જે લીલા (ખેલ-રમત) કરે છે એ લીલાને તો એ પોતે જ સમજી શકે. એનો તાગ મેળવવા જતાં પામર તો નિષ્ફળ જ જાય.

અ.૯ :

૧૭-૧૮ : પ્રહલાદનાં આવા વચન સાંભળીને અત્રિપુત્ર ભગવાન અવધૂત મંદ મંદ હસતા હસતા બોલ્યા કે - હે નારદમુનિના શિષ્ય પ્રહલાદ ! તું સાંભળ. આને (માનવ શરીરને) તું કર્મભૂમિ જાણ, અને એ સ્વર્ગ, મોક્ષ, અને નરક ત્રણેનું એક જ દ્વાર છે.

૧૯ : વિષયતુષ્ણાને કારણે અન્ય યોનિઓમાં ભ્રમતો ભ્રમતો જીવ અત્યંત પુણ્યને લીધે મનુષ્યલોકમાં જન્મે (આવે) છે.

૨૦ : એ સુખ મેળવવા માટે શરીર ઘસી નાંખીને અનેક પ્રયત્નો કરે છે. અને સુખ-સુખ કરતાં કરતાં દુઃખથી એના પ્રાણ વ્યાકુળ થાય છે.

૨૧ : લોકોને આ રીતે પ્રયત્ન કરતા જોઈને (ફાંફાં મારતા જોઈને) હું એમાંથી જાતે નિવૃત્ત થઈ ગયો. (એવા પ્રયત્નો છોડી દીધા.) બહાર ફાંફાં મારવાનાં છોડીને અંતર્મુખ થઈ ગયો.

૨૨ : આ આત્મા આનંદ (સુખ) સ્વરૂપ જ છે. એમાં લેશમાત્ર (જરા પણ) દુઃખ નથી. અભ્યાસ દ્વારા એનો અનુભવ થતાં હવે શોધ્યા છતાં દુઃખ જડતું નથી.

૨૩ : અવિદ્યા વગેરે બધા કલેશો નાશ પામતાં, એનો સુખ સ્વરૂપ પ્રકાશ આપો આપ દેખાય છે - અનુભવ થાય છે.

૨૪ : ઈન્દ્રિયો અને વિષયોના સંયોગથી પ્રાપ્ત થતા બધા ભોગો એ જ દુઃખનું મૂળ છે. આવું જાણીને પ્રારબ્ધવશાત્ જે કાંઈ આવી મળે તેનો ઉપભોગ કરીને પડી રહું છું.

૨૫ : કદાચ તું એમ પૂછે કે તો પછી બધા લોકો આવું કેમ નથી કરતા ? તો મને અનુભવે જે જાણવા મળ્યું છે તે કારણ હું તને કહું છું તે તું સાંભળ.

૨૬ : પોતાની અંદર જ રહેલા સુખને છોડીને લોકો બહાર ફાંફાં મારે છે અને દેહને આત્મા માનીને (અવિવેકને લીધે) એ ગમાર દુઃખી થાય છે.

૨૭ : અનિત્ય (નાશવંત) અને ગંદો દેહ છે તે કેવળ દુઃખ સ્વરૂપ છે. એને મૂઢ માણસ નિત્ય (શાશ્વત) અને સુખ આપનાર માનીને સંસારના કૂવામાં પડે છે.

૨૮ : જેમ નિર્મળ પાણી શેવાળથી ઢંકાયેલું હોય છે તેમ આ શુદ્ધ અને આનંદમય આત્મા માયાથી ઢંકાયેલો છે. (કેવળ માયારૂપી શેવાળ ખસેડવાની જ જરૂર છે.)

૨૯-૩૦ : યોગ્ય યક્તિ - પ્રયુક્તિ દ્વારા શેવાળ ખસેડતાં તરત જ ત્યાં અમૃત સમાન પાણી દેખાય છે. તેમ જ્ઞાનના અભ્યાસથી અજ્ઞાન ખસેડતાંની સાથે જ માયાપડળ ખરી પડે છે અને સ્વાત્માનું ભાન થાય છે. (આંખ ઉપર છારી બાઝી હોય તો દેખાતું નથી તેમ માયાને કારણે આનંદમય આત્માનો અનુભવ થતો નથી.)

૩૧-૩૨ : તરસ્યો માણસ પાણી છોડીને મૃગજળ પાછળ દોડે અને આખરે અથડાઈ મરે તે જ રીતે માયાનો દાસ પણ પોતાને આધીન સ્વાત્મ સુખને છોડીને વિષય પાછળ આકુળ વ્યાકુળ (ગાભરો) થઈને દોડે છે અને અંતે દુઃખથી રડે છે.

૩૩ : જેમ માગ્યા વિના દુઃખ આવી મળે છે તે જ રીતે સુખ પણ પ્રારબ્ધવશાત્ માગ્યા વિના મળશે જ. એને માટે પ્રયત્નો કરવાની જરૂર નથી.

૩૪ : કમનસીબ (ફૂટેલા નશીબવાળો) પ્રયત્નો કરીને મરી જાય તો પણ તેની મહેનત માથે પડે (નિષ્ફળ જાય) અને સ્વપ્નામાં પણ સુખ મળે નહિ. ખરેખર પ્રારબ્ધની ગતિ અકળ છે.

૩૫ : કદાચ એ કોઈવાર સફળ થાય તો પણ વિષય એ દુઃખનું મૂળ છે. એ ક્ષણભંગુર અને બીજા પર આધારિત (પરતંત્ર) છે. એ માનવીને રસ વિનાનો અને વ્યાકુળ બનાવી દે છે.

૩૬ : આવું અંતરથી જાણીને હું કોઈ પ્રયત્ન કરતો નથી. જે આખરે (બધા) દુઃખરૂપ છે એવા વિષયોની મનુષ્યે શા માટે ઈચ્છા રાખવી જોઈએ ?

૩૭ : વિષયભોગની ઈચ્છા રાખનારને રાગ અને દ્વેષ ત્રાસ આપે છે. અને પરિણામે મોહ, શોક અને શ્રમ વગેરેથી એને અંતરમાં કલેશ થાય છે.

૩૮ : એનું (વિષયેચ્છુનું) મન અસ્થિર રહે છે. પરિણામે ભય અને શંકાને લીધે કોઈ દિવસ ગાઢનિદ્રા આવતી નથી અને કાયમનો દુઃખી રહે છે.

૩૯ : અજગરના શિષ્ય થઈને મેં પ્રાણ ટકાવી રાખવાની (જીવવાની) ઈચ્છા છોડી દીધી. (ભગવાન જીવાડે ત્યાં સુધી જીવીશું) અને મધમાખી પાસેથી ધનની વ્યર્થતા જાણી. (શીખ્યો).

૪૦ : આ શીખવાને કારણે વાઘ વગેરે હિંસક પશુથી, રોગથી, શત્રુથી, ચોરથી, માંગણથી હું કદી પણ ડરતો નથી.

૪૧ : અંતરથી હંમેશા ઈચ્છારહિત રહું છું. પ્રારબ્ધવશ સામેથી આવી મળે તેમાં સંતોષ માનું છું. પ્રારબ્ધવશાત્ કોઈવાર કશું ન મળે તો તેથી નારાજ પણ થતો નથી.

૪૨ : જે છે તે બધું બરાબર જ છે (સારો સમય છે) એમ માનીને અંતરમાં ધીરજ રાખીને અજગરના જેમ હું લાંબો સમય હલનચલન કર્યા વગર (સ્થિર) પડ્યો રહું છું.

૪૩ : થોડું મળે કે વધારે મળે, સ્વાદિષ્ટ અન્ન મળે કે ખરાબ અન્ન મળે, જે કંઈ મળે તે સંકોચ વિના ખાઈ લઉં છું અને લોકોની વચ્ચે (વસતિમાં) કે જંગલમાં નિશ્ચિત થઈને રહું છું.

૪૪ : કોઈ વાર લોકો આદર-માન સાથે જમાડે તો હર્ષ ન અનુભવું અને કોઈ વાર તિરસ્કારથી જમાડે તો શોક ન કરું.

૪૫ : કોઈ વાર જમ્યા પછી પણ કોઈ ભાવપૂર્વક બોલાવે તો ભાવથી પાછો જમી લઉં અને એમાં નિયમનો બાધ નડવા દઉં નહિ.

૪૬ : કોઈ વાર દિવસોના દિવસો (દિવસરાતના) સુધી ખાવાનું ના મળ્યું હોય (કડાકા પડ્યા હોય) તો પણ અન્ન તરફ હું નજર સરખી ન કરું.

૪૭ : જેમ મધ ભેગી કરનારી મધમાખીને મારીને, તેનું મધ કોઈ લઈ લે છે તેમ મહેનત કરીને એકઠું કરેલું ધન પણ બીજા લોકો જ લઈ લેવાના છે, એ જાણીને હું વિરક્ત થયો.

૪૮ : જ્યાંથી પણ જે મળે તે સ્વીકારવું એ દુઃખનું કારણ (મૂળ) છે અને એનો સંગ્રહ કરવો એ નાશનું કારણ છે એવું મધમાખી પાસેથી શીખીને હું કોઈ દિવસ સંગ્રહ કરતો નથી.

૪૯-૫૦ : પ્રારબ્ધ યોગે ચામડાનું, ગરુડની છાલનું (વલ્કલ), રેશમી કે જરિયન જે કંઈ સારું કે ખરાબ વસ્ત્ર મળે તે ઓઢીને સુખમાં દિવસો પસાર કરી લઉં છું. તો વળી કોઈ વાર દિગંબર (નગ્ન) પણ રહું છું. બધી પરિસ્થિતિ એક સરખી માનીને હંમેશા આનંદથી ફરું છું.

૫૧ : કોઈ વાર રાખોડામાં પડી રહું, તો કોઈ વાર પથ્થર પર પણ પડી રહું, કોઈ વાર ગાલીચા પર ઠાઠથી (સુંઊ) તો વળી કોઈ વાર જમીન પર પણ સૂઈ રહું.

૫૨ : કોઈ દિવસ લોકોની વચ્ચે ફરું તો કોઈ દિવસ જંગલમાં ફરું. અને કોઈ વાર તો વસતી અને જંગલ બંને છોડીને સ્મશાનમાં જઈને પડ્યો રહું.

૫૩ : કોઈ વાર ચંદન લગાવી, માળા પહેલી સ્નાન-ધ્યાન કરું અને વસ્ત્રો તથા અલંકારોથી સજાવટ કરીને મોજથી ફર્યા કરું.

૫૪ : કોઈ વાર ગાડીમાં, ઘોડા પર કે હાથી પર બેસીને ફરું, તો વળી કોઈ વાર દિગંબર થઈને, પગે ચાલીને આનંદથી ફરું છું.

૫૫ : કોઈ વાર પંડિતની જેમ શાસ્ત્ર ચર્ચા કરું તો વળી કોઈ વાર મૂઢના જેવું વર્તન કરું અને પછી જે ગમ્મત થાય તે જોયા કરું.

૫૬ : કોઈની નિંદા પણ ન કરું અને પ્રશંસા (સ્તુતિ) પણ ન કરું. હંમેશા રાગ-દ્વેષ વગરનો થઈને રહું છું.

૫૭ : જેનામાં જેટલી બુદ્ધિ (ગત) હોય તે પ્રમાણે તે કરે છે. બધા લોકોની બુદ્ધિ જુદી જુદી હોય છે. તો પછી સ્તુતિ કે નિંદા હું શું કામ કરું ?

૫૮ : બધાંને મારા આત્મસ્વરૂપ માનીને હું બધાનું હંમેશા અખંડ કલ્યાણ ઈચ્છું છું અને કોઈનું ક્યારેય પણ અપમાન કરતો નથી.

૫૯ : હું હંમેશા બ્રહ્મનાં ધ્યાનમાં લીન (બ્રહ્મનિષ્ઠ) રહું છું, હું બ્રહ્મમાં અખંડ આસક્ત રહું છું, હું આત્મા બ્રહ્મ છું અને પરિણામે ક્યારે પણ માયા તોફાન કરતી નથી. (મને હેરાન કરતી નથી.)

૬૦ : બ્રાહ્મણ હોય કે ચાંડાલ હોય, ગાય હોય કે કૂતરો હોય, મારે મન બધાં બ્રહ્મસ્વરૂપ જ છે અને તેથી બધાને સરખા માનું છું. (ઉચ્ચ-નીચનો ભાવ રાખતો નથી.)

૬૧ : મેં બધી વાસનાનો નાશ કર્યો (વાસના શૂન્ય) છે. હું એક અને અસંગ છું એમ વિચારીને હંમેશા અંતર્મુખ રહીને સ્વસ્વરૂપમાં સ્થિત રહું છું.

૬૨ : હું નિજાનંદમાં મસ્ત બનીને અખંડ (હંમેશા) આનંદમાં ફર્યા કરું છું. હું બધી અવસ્થાથી પર છું. મને શોક કે દુઃખ કશું જ નથી.

૬૩ : બહારના વિષયોની આસક્તિ (બહિર્વૃત્તિ) છોડીને અંતર્મુખ થવાથી જ અવિદ્યાદિ બધા કલેશો મૂળમાંથી નાશ પામે છે અને કાયમી શાંતિ (અક્ષયશાંતિ) મળે છે.

૬૪-૬૫ : મિથ્યા શંકાને ચિત્તમાં હોમીને (દૂર કરીને), વિષયાત્મક મનમાં ચિત્તને વિલીન કરવું અને પછી મનને અહંકારમાં લીન કરી દેવું. પછી અહંકારને મહત્ત્વમાં અને બુદ્ધિને માયામાં વિલીન કરી દેવી.

૬૬ : પછી છેવટે બધાં કારણોના કારણ એવા સર્વાત્મામાં માયાને વિલીન કરવાથી માણસ મોક્ષ (નિર્વાણ) ને પામે છે.

૬૭ : બધામાંથી મનને પાછું વાળી લઈને અંતર્નિષ્ઠ થવું. શાંત અને હંમેશા ઈન્દ્રિયોના ચંચળપણા વગરના થઈને એક અને અદ્વૈતનિષ્ઠ રહેવું.

૬૮,૬૯,૭૦ : શુદ્ધ પરાત્મા એવો હું એક છું, અસંગ છું, એકદમ નિશ્ચલ (સ્થિર) છું, બ્રહ્મ સ્વરૂપ છું. 'તે (સ:) હું (અહં) છું' એવો જ્ઞાનવિવેક સારી રીતે દૃઢ થતાં વ્યક્તિ તરત જ મુક્ત થાય છે અને એમાં જરા પણ વાર લાગતી નથી. તને આ બધું રહસ્ય (ભેદ) કહ્યું. હવે સાવધાનીપૂર્વક એકાંતમાં રહીને તું એનું મનન કર. વાણી વિલાસ કરવાનું બંધ કરી દે. આ જ્ઞાન ખાસ કાચા પારા જેવું છે એનો યોગ્ય અધિકારી સિવાય બીજાને પચતું (સમજાતું) નથી.

૭૧,૭૨ : આવું બોલીને એ દત્ત દિગંબર મૂંગા થઈ ગયા. (બોલવાનું બંધ કર્યું.) પ્રહલાદે પણ એમને અંતરમાં ઓળખી લીધા અને સદ્ભાવપૂર્વક વંદન કરીને પૂજન કર્યું અને તેમની આજ્ઞા (રજા) લઈને રાજ્યમાં આવવા નીકળ્યો.

૭૩ : રાજ્ય, સ્ત્રી અને પુત્ર વગેરેમાં આસક્ત થયા વિના (અલિપ્ત રહીને) તત્ત્વચિંતનમાં ડૂબ્યો રહીને પ્રારબ્ધવશાત્ આવી પડ્યું છે એમ માનીને તે રાજ્ય ચલાવતો હતો.

૭૪ : લાંબા વખત સુધી પ્રારબ્ધ મુજબ રાજ્ય ભોગવીને આત્મનિષ્ઠ પ્રહલાદે સુપુત્રને રાજ્ય સોંપી દીધું અને બધામાંથી મુક્ત થયો.

અ.૯ :

૯૬ : શુદ્ધ અંતઃકરણમાં સાત્ત્વિક ધીરજ રાખીને હંમેશા મનોદમન કરવું જોઈએ જેથી (અહંકાર અને ચિદાત્મા એક છે એવા દૃઢ અનુભવની અજ્ઞાનની ગ્રંથિ) ગ્રંથી તૂટી જાય.

૯૭ : શમ-દમ વગેરે (શમ, દમ, ઉપરતિ, તિતિક્ષા, શ્રદ્ધા અને સમાધાન) સાધનો દ્વારા ગ્રંથીનો નાશ થતાં મન હંમેશ માટે સ્વસ્વરૂપમાં સ્થિર થાય (શાંતિ થાય.) અને વૃત્તિનો નાશ થાય છે.

૯૮ : અભિમાન, નિંદા, માન, અપમાન વગેરે છોડી દઈને કામાદિ (કામ, ક્રોધ, લોભ, મદ, મોહ, મત્સર) શત્રુનો નાશ કરીને અદમ્યપણે રહેવું.

૯૯ : મર્મ તોડ (મર્મ સ્થાનને ઈજા કરે) બોલવું નહિ. બીજા આવાં વચન બોલે તો તે સહન કરવાં. અને દ્વંદ્વ (ઠંડી-ગરમી, સુખ-દુઃખ, હર્ષ-શોક એવા જોડકાં) ને સહન કરીને આનંદમાં (અભિન્ન) રહેવું.

૧૦૦ : જેમ વસ્ત્ર રંગથી રંગાય છે તેમ જેવો સંગ થાય તેવી અસર થાય છે (સોબત તેવી અસર.) માટે કોઈનો સંગ કરવો નહિ (એકલા જ રહેવું) અથવા સારા માણસનો સંગ કરવો.

૧૦૧ : કોઈ આપણી નિંદા કરે તો તે સહન કરી લેવી, પરંતુ આપણે કોઈ દિવસ કોઈની નિંદા કરવી નહિ અને સ્વાત્મભાવમાં હંમેશા રહીને, પ્રારબ્ધવશાત્ જે આવી મળે તે તટસ્થભાવે સહી લેવું.

૧૦૨ : સાચું બોલવું, પ્રિય બોલવું, ખપ પૂરતું (જરૂરી હોય એટલું) બોલવું, ધર્માનુસાર અને હિતકારક બોલવું. બીજાના દોષો (છિદ્રો) જોવા નહિ અને કોઈના દોષો વિષે બોલવું નહિ.

૧૦૩ : બીજાનું મૃત્યુ થાય - એવું કે ખરાબ થાય એવું ઈચ્છવું નહિ. હંમેશા સજ્જન સાથે રહેવું. નાદાન અને દુર્જનનો સંગ કરવો નહિ.

૧૦૪ : પ્રાણ જાય તો પણ આપેલાં વચનનો ભંગ કરવો નહિ. (વચનનું પાલન કરવું.) વિષયભોગની વાતો કરવી નહિ, કારણકે એનાથી મન પર ખરાબ સંસ્કાર પડે છે.

૧૦૫ : બધા પ્રકારનું દુરાચરણ મૂકી સદાચરણ કરવું અને હર્ષ તેમજ શોક છોડી દઈને હંમેશા પ્રસન્ન મનથી રહેવું.

૧૦૬ : બ્રહ્મ જ સત્ય છે, અને બાકીનું બીજું બધું ક્ષણભંગુર અને મિથ્યા માનીને, ચિંતાની પરવા કર્યા વિના (ચિંતા બાંધી ચાકડે) અંતરમાં નિશ્ચિંત થઈને રહેવું.

૧૨૦ : ધર્મથી વિરુદ્ધ એવું વર્તન ઈશ્વર કરે તો ભલે કરે. આવા સમર્થને અગ્નિની જેમ દોષ લાગતો નથી.

૧૨૧ : જો કોઈ મૂઢ, સામર્થ્ય અને ઐશ્વર્ય વગર આનું અનુકરણ (નકલ) કરવા જાય અને મોહવશ વર્તન કરે તો તે મરણ પામે છે.

૧૨૨ : ઈશ્વર કર્મથી પર છે એટલે એને વિધિનેષેધ (આમ થાય અને તેમ ન થાય એવું બંધન) નડતો નથી અને એને લીધે એ ધર્મ વિરુદ્ધનું વર્તન કરે છે એવું જણાય તો પણ એને દોષ લાગતો નથી. પરંતુ મૂઢ એવું કરે તો એને કર્મ છોડતું નથી. (એણે એનું ફળ ભોગવવું પડે છે.)

૧૨૩ : જે હળાહળ ઝેરના સ્પર્શમાત્રથી પામર મૃત્યુ પામે છે તે હળાહળ ઝેરને શંકર ક્ષણવારમાં ગટગટાવી (પી) જાય છે. આ બેની સરખામણી કેવી રીતે થાય ?

૧૨૪, ૧૨૫ : ઈશ્વર પોતે બ્રહ્મનિષ્ઠ છે, ત્રણે ગુણોથી પર છે. ધર્મ અને અધર્મથી પણ પર છે. સદાકાળ નિર્દોષ છે, વાયુની જેમ નિર્લેપ છે અને જેનામાંથી જ વેદો જન્મ્યા છે (શ્રુતિતાત છે.) એ સર્વવંદ્ય છે. (બધાંનાં વંદનને યોગ્ય છે.) એમનું જોઈને એમના જેવું કરવા જનાર મૂઢ માણસ કમોતે મરે છે.

૧૨૬ : આવા અવતારી પુરુષો કરે તેવું કરવું નહિ પણ એ કહે તેમ કરવું. વર્તન અને ઉપદેશ વચ્ચે મેળ બેસાડીને એ પ્રમાણે ભક્તે વર્તવું જોઈએ.

૧૨૭ : કોઈપણ દિવસ જ્ઞાની અને અજ્ઞાની બંને સરખા હોઈ શકે જ નહિ. જ્ઞાની ભલે ગમે તેવા વેષમાં, ગમે તેવો દેખાતો હોય છતાં એને મૂઢ મનાય નહિ.

૧૨૮ : જ્ઞાની પુરુષ એ સાક્ષાત્ પરબ્રહ્મ છે, એની સાબિતી (પ્રમાણ) વેદ (શ્રુતિ) ના અનુભવો છે. મૂરખ હોય તે ભલે તર્ક-કુર્તક કરે, પરંતુ આ વાત તદ્દન સાચી છે એ નિશ્ચિત છે.

અ.૧૦ :

૧૦૨ : એ દત્તદિગંબર ત્રિમૂર્તિદેવ ભાવનાનો ભૂખ્યો છે અને ભક્તોનાં યોગ અને ક્ષેમ વહન કરે છે.

અ. ૬૭ :

૩ : આ દેહ ક્ષણમાં નાશ પામે એવો છે અને આ વૈભવ કાયમનો નથી. આ બધામાં એક મૃત્યુ જ હંમેશા આપણી પાસે રહે છે તેથી માણસે જીવે છે ત્યાં સુધીમાં ધર્મ કરી લેવો જોઈએ.

૬ : જ્યાં સુધી આ શરીર સ્વસ્થ છે ત્યાં સુધીમાં બેહદ પુણ્ય કરી લેવું અને ભગવાનનું ભજન કરીને સંતાપ વિનાના થઈ જવું.

૮ : ક્ષણે ક્ષણે આયુષ્ય ઘટતું જાય છે અને પળે પળે મોત પાસે ને પાસે આવતું જાય છે. માટે તરત અને તરત નાની ઉંમરથી જ ધર્મકાર્ય શરૂ કરી દેવું જોઈએ.

૧૩ : આ નશ્વર શરીરનો એક પળ પૂરતો પણ કોણ વિશ્વાસ કરે ? મોત તો હંમેશા આપણી પડખે જ હોય છે. માટે આવતીકાલનો ભરોસો રાખવો નહિ.

૧૪ : માટે હે મા ! જે કાલે કરવાનું હોય તે આજે જ કરી લેવું અને જે ઘડી પછીનું હોય તે આ ક્ષણે જ કરી લેવું જોઈએ.

૧૫ : જેમ પાકીને પીળું પડેલું પાંદડું વૃક્ષ ઉપરથી ગમે તે ક્ષણે આપણી ધ્યાન બહાર પડે તે જ રીતે આ દેહ પણ ગમે ત્યારે પડી જશે. આ મૃત્યુ સારો - ખરાબ સમય જોતું નથી.

૧૬ : જેમ શાહુકાર ઉછીનાં નાણાં આપ્યા પછી રોજ જ દિવસો ગણતો હોય છે તેમ મૃત્યુ પણ આયુષ્યની ગણતરી કરતું હોય છે. એમાં એ છૂટના દિવસો મૂકતું નથી.

૧૭ : જેમ વહી ગયેલું પાણી પાછું આવતું જ નથી તેમ વહી ગયેલું આયુષ્ય પાછું મળતું નથી. હે મા ! ગયેલા દિવસ પાછા આવતા નથી. માટે તું રજા આપવામાં વાર કરીશ નહિ.

૧૮,૧૯ : આ જીવન, ધન અને જોબન વર્ષાઋતુમાં આવેલાં પૂર સમાન છે. જે મનુષ્ય ધર્મ કરતો નથી તે માણસના વેષમાં પશુ જ છે અને ગધેડાની જેમ આ શરીરનો ભાર ખેંચે છે. જે દિવસ પુણ્ય કાર્ય ન થાય તે દિવસ વેડફાઈ ગયો એમ માનવું. યમરાજના હૃદયમાં દયા જેવું છે જ નહિ. તેથી ધર્મ કરે એ જ સાચું જીવ્યા એમ મનાય.

૨૦ : સ્ત્રી, ધન, ઢોર અને આ શરીર તેમજ પુત્ર અને પરિવાર બધું જ અસાર છે. એને કાયમી માનીને જે એમાં આનંદમસ્તી માણે છે તે માણસ માણસ નથી પણ ઢોર છે અને ગમાર છે.

૨૩ : જેને ભગવાને અમરપટો લખી આપ્યો હોય તે ભલે એવી હઠ કરે કે હું તો ભવિષ્યમાં ધર્મ કરીશ અને દલીલને આધારે શરીરમાં પ્રેમ રાખે તો ભલે રાખે.

૨૪ : જે યમનો જીગરી દોસ્ત હોય તેને અથવા જે લુચ્યાઓનો સરદાર હોય તેને તારી આ શિખામણ ગમે એવી છે. પરંતુ હે મા ! તું મને હવે રોકીશ નહિ.

૯૬ : જ્ઞાની પુરુષ જ્ઞાનને પ્રમાણ માનીને સદ્ગુણને નમે છે. તાડનું ઝાડ ઊંચું છે અને તુલસીનો છોડ નાનો છે છતાં તમે કોને વંદ્ય ગણશો. કોને માન આપશો ?

અ. ૭૦ :

૩૨ : તારું અંતર દોષોથી ભરેલું છે અને તું પાછો બીજાની ભૂલ કાઢે છે ? આવો માણસ કદી સુખી થતો નથી અને એ બંને કૂળ બગાડે છે.

૩૩ : પોતાના દોષો જોયા વિના મન કેવી રીતે શુદ્ધ થાય ? અને હે દુષ્ટ બુદ્ધિવાળા ! તને એટલું પણ ભાન નથી કે મન શુદ્ધ થયા વગર કેવી રીતે જ્ઞાન થાય ?

૧૯૧ : જેમ અગ્નિના સંગથી બધું ઘાસ સળગી જાય તેમ પશ્ચાતાપથી બધું પાપ ક્ષણમાં જ બળી ગયું.

૧૯૨ : અગ્નિના સ્પર્શથી કપૂર સળગી જઈને જેમ એનું નામનિશાન રહેતું નથી તેમ પશ્ચાતાપના અગ્નિથી દોષ-અપરાધનું જંગલ ભસ્મ થઈ ગયું છે.

૧૯૩ : પશ્ચાતાપના પ્રભાવથી પાપનું નામનિશાન રહેતું નથી. પશ્ચાતાપને કારણે ઉદાસીનતા પ્રગટે છે અને સત્યનું ભાન થાય છે.

અ. ૭૧ :

૨૮ : આ જગતમાં બધા મનુષ્યોમાં વિદ્વાન સર્વથી શ્રેષ્ઠ છે. સદ્વિદ્યા જેવો સ્વાધીન એવો બીજો કોઈ ખજાનો નથી.

૨૯ : જેને સદ્વિદ્યા મળી છે તેને બીજી બધી સંપત્તિ આવી મળે છે. એ વ્યક્તિ આ જગતમાં યશસ્વી બને છે અને નાના મોટા બધા એને પૂજે છે.

૩૧ : જેને ઘરમાં સગો ભાઈ ના હોય તેને આ વિદ્યા ભાઈ સમાન છે. વિદ્યાના તેજથી માણસ બધે સન્માન પામે છે.

૩૨ : પરદેશમાં કેવળ જ્ઞાની પુરુષ જ વેદવિદ્યાના બળે કરીને સ્વજનની માફક પૂજાય છે. ખરેખર વિદ્યા એ નર્ચુ સુખ આપનારી છે.

૩૩ : જે બધી વિદ્યા જાણે છે તે જ્ઞાની પણ થાય છે. જ્ઞાનને લીધે મુક્તિ હાથવેંત છે. (તેથી) બધા પ્રકારના ભ્રમ ટળી જાય છે.

૩૪ : જ્ઞાની પુરુષના શરીરમાં બધા જ દેવો એકી સાથે વસે છે. આવો જ્ઞાની આ લોકમાં અને પરલોકમાં બધાની પૂજાને યોગ્ય હોય છે.

અ.૭૨ :

૫૭ : આ આખું જગત ઈશ્વરની ઈચ્છાને આધીન છે. જે બનવાનું હોય તે બનીને જ રહે છે અથવા એની ઈચ્છાથી જ બનતું અટકી જાય છે.

૫૮ : એ સર્જનહાર ઈશ્વર આ બધાથી અળગો રહીને ક્યાંય લેપાતો નથી. આ જગતની અંદર ગુણ, કાર્ય અને વિભાગથી બધી વસ્તુનું એ સર્જન કરે છે.

૫૯ : અનાસક્ત રહીને બધાને ખાવાનું આપે છે. કીડીને કણ અને સિંહને હાથી આહારમાં આપે છે.

૬૦, ૬૧ : શ્રુતિ અને સ્મૃતિ પોકારી પોકારીને કહે છે કે આયુષ્ય અને અન્ન એ બે ઈશ્વર જ આપે છે. હે ભામિની ! મનમાં વિવેક રાખીને સંતોષ રાખ. ભગવાને પહેલા ખોરાકની વ્યવસ્થા કરીને પછી જ આ સંસાર રચ્યો અને એમાં સ્થૂળ તેમજ સૂક્ષ્મ એ લખયોરાસી યોનિઓ રચી.

૬૨ : રાજા હોય કે રંક હોય એ બધાને એ સરખી રીતે જ પોષે છે. એ પરમેશ્વરની સમદૃષ્ટિ છે. આ બધું કર્મ પ્રમાણે જ બન્યે જાય છે.

૬૩ : ગયા જન્મમાં કરેલાં સારા કે ખરાબ કર્મોનું ફળ આવી મળે છે. આપણે કરેલું આપણે જ ભોગવવું રહ્યું. બીજો કોણ ભોગવે ? (ઉત=બીજો)

૬૪ : જેવું વાલ્યું હોય તેવું જ લાણવું રહ્યું. પછી એ સોનું હોય તો સોનું અને રાખ હોય તો રાખ. આંખમાં આંખપ આવી છે પછી સૂરજને શું કામ દોષ આપે છે ?

૬૫ : મૂરખ અને જેનું નસીબ ફૂટેલું હોય એવો માણસ બીજા ઉપર દોષારોપણ કરે છે. આ લોકમાં કે પરલોકમાં કરેલાં કર્મો જ સુખ-દુઃખ રૂપે આવીને મળે છે.

અ. ૭૫ :

૧૯ : ગર્ભમાં અવ્યક્તરૂપે રહેલો પ્રાણી જન્મથી વ્યક્ત થાય છે. થોડીવાર જીવન જીવી ફરી પાછો અવ્યક્ત થઈ જાય છે.

૨૦ : પવનના આંદોલનને કારણે જેમ પાણીની અંદર પરપોટા ઊઠે છે અને પલકમાં શમી જાય છે તેમ આ દેહ પણ કર્મને કારણે જન્મે છે અને મરે છે.

૨૧ : આ શરીર કે જે શરૂમાં નથી અને અંતમાં પણ નથી તે વચમાં પણ દેખાવા છતાં હોતું નથી. અનુભવી પુરુષો અનુભવ દૃષ્ટિથી આ જાણે છે. હે સતી ! તું કેમ શોક કરે છે ?

૨૨ : જ્યારે આ શરીર ગર્ભમાં હોય છે ત્યારે પણ અસ્થિર જ હોય છે. જ્યાં સુધી કર્મો ખૂટતા નથી ત્યાં સુધી ઘેંશકે ખીર ખાય છે.

૩૧ : આ સ્વપ્નને જાગૃત અવસ્થામાં કોણ સાચું માને ? નજરબંધી દ્વારા બતાવેલી વસ્તુને કોણ સાચી માને ? અને ખાસ કરીને જ્ઞાની તો માને જ નહિ ને !

અ. ૮૪ :

૧૪૧,૧૪૨ : પૂરમાં જેમ લાકડાના ટુકડા પ્રારબ્ધવશ એકઠા થાય છે અને એકઠા થઈને બીજી જ ક્ષણે છૂટા પડી જાય છે, ઝાડ ઉપર પક્ષીઓનો સમૂહ રાતે ભેગો થાય છે અને સવાર પડતા છૂટો પડી જાય છે તેમ આ બધું તું માન.

૧૪૩ : એ જ રીતે તું જ કહે કે આ સંસારમાં જન્મ્યો કોણ ? અને મર્યો કોણ ? સ્ત્રી, પુત્ર વગેરે ઘણા માયામય ખૂણાવાળી ભ્રાંતિ છે.

૧૪૪ : જેમ ગંગાજળમાં પવનથી પરપોટા થાય છે તેમ કર્મના કારણે આ દેહ ઉત્પન્ન થાય છે પણ એ બધા નશ્વર છે.

૧૪૫ : આત્મા ખરેખર અજ અને અક્ષય છે પરંતુ એ વાતને ભૂલી જઈને જે ખરેખર જડ છે એ દેહને તું પોતાનો પતિ કહે છે.

૧૪૬ : પાંચ ભૂતનો એ ગૌણ દેહ કર્મથી થયો છે. ગુણાનુંબંધી કર્મ પણ સુખદુઃખ આપનારું છે.

૧૪૭ : આ માયામય સંબંધ પણ ગુણાત્મક છે. મૃગજળની જેમ દેખાવા છતાં એ સાચો નથી.

૧૪૮ : આ ત્રિગુણી માયાથી આત્મા અલિપ્ત છે. સત્ત્વ, રજસ્ અને તમસ્ એ બધા પ્રકૃતિમાંથી જન્મેલા ગુણો છે.

૧૪૯ : આ સંસારમાં પ્રાણીમાત્ર કર્મને આધીન સમજ. કર્મ પ્રમાણે સુખદુઃખ પામે છે.

૧૫૦ : કલ્પવયના આયુષ્યવાળા દેવો પણ કર્મને આધીન છે. એ બધાનો કાળ કોળિયો કરે છે ત્યાં મૃત્યુલોકના રાંક માનવીની તો વાત જ શી ?

૧૫૧ : આ શરીર કાળને આધીન હોવાથી કાળ એની સાથે આવે છે. આ પાંચ ભૂતના બનેલા શરીરને કોણ શાશ્વત કહેશે ?

૧૫૨ : આ પાંચ ભૂતોનું બનેલું શરીર કાળ, કર્મ, અને ગુણને આધીન છે. એટલે એના જન્મથી આનંદ અનુભવવો નહિ અને મૃત્યુ અંગે શોક કરવો નહિ.

૧૫૩ : જ્યારે એ ગર્ભમાં આવ્યો ત્યારે પણ નશ્વર જ હતો. જ્યાં સુધી પ્રારબ્ધ હોય છે ત્યાં સુધી આ શરીર ટકે છે અને એનો એકદમ નાશ થતો નથી.

૧૫૪ : કોઈનું બાળપણમાં મૃત્યુ થાય છે તો કોઈનું ઘડપણમાં મૃત્યુ થાય છે. જેનું જેવું પ્રારબ્ધ હોય છે તે રીતે શરીર ટકે છે.

૧૫૫ : પૂર્વ જન્મનાં પુણ્ય અને પાપે આ જન્મે સુખ, દુઃખ વગેરે મળે છે. કર્મ પ્રમાણે જ સ્ત્રી, પુત્ર વગેરે અહીં આવીને મળે છે.

૧૫૬ : કર્મ પ્રમાણે વિધિએ લલાટમાં જે સુખદુઃખ લખ્યા હોય છે તે બોલ, કેવી રીતે મિથ્યા થાય ?

૧૫૭ : કોઈ વાર પુણ્યકર્મના પ્રભાવે દુષ્કર્મ થોડા સમય પૂરતું ટળે છે પરંતુ મૃત્યુને તો દેવ, માનવ કે કુર દાનવ પણ ટાળી શકતા નથી.

૧૬૦ : ચામડી, લોહી, હાડકાં, માંસ, હાડકાંનો માવો, કફ, વિષ્ણુ અને મુત્રનું બનેલું આ શરીર અંદરથી અને બહારથી ત્યજી દેવાને પાત્ર છે અને એ પરાધીન છે.

૧૬૧ : આવા ગંદા દેહમાં પ્રેમ કરવાં જેવું શું છે તે કહે ! મળમૂત્રથી ભરેલો આ દેહ ત્યજી દેવાને લાયક છે. એનો શોક કરવો નકામો છે.

૧૬૨ : મુનિએ કહ્યું કે મુશ્કેલીથી તરી શકાય એવો આ સંસાર સાગર કેવી રીતે સરળતાથી તરી શકાય એનો જ વિચાર કરવો જોઈએ.

અ. ૧૦૭ :

૩૦ : અલખ બોલ્યા કે માણસ અહીં જેવાં કર્મ કરે છે તેવા જ ફળ આગળ ઉપર એને અહીં જ ચોક્કસ મળે જ છે.

૩૩ : પરંપરાથી ચાલી આવતો ધર્મ કદી બંધ કરવો નહીં. એનાથી ઘણું પાપ લાગે છે અને ખૂબ આપત્તિ આવે છે.

૩૪ : પૂર્વે કરેલાં સત્કર્મોના પુણ્યને લીધે કદાચ થોડા દિવસ આપત્તિ ના આવે તો પણ એ પુણ્ય પૂરું થતાં એ ચોક્કસ સંકટમાં આવી પડે જ.

૩૫ : માટે ઘરમાં ચાલી આવતો ધર્મ બંધ કરવો નહીં. જો બની શકે તો ઊલટાનો એ ધર્મ નિરાભિમાની થઈને વધારવો.

અ. ૧૦૯ :

૯૨ : જેનાથી ભગવાન રાજી થાય એવું શાસ્ત્રમાં જણાવેલું કર્મ હંમેશા ભાવથી કરવું જેથી આપણું કલ્યાણ થાય.

૯૩ : ભૂત વગેરેની વિદ્યાના પ્રયોગમાં શરૂઆતમાં લાભ દેખાય પરંતુ હે નિરંજન ! આખરે નિર્વશ થઈને નરકમાં પડવાનો વારો આવે.

૯૪ : ભગવદ્ ગીતામાં ભગવાન કૃષ્ણે કહ્યું છે કે 'જે ભક્ત મને જે ભાવથી ભજે છે તેને તેવી ગતિ મળે છે એમાં કોઈ શંકા નથી.'

અ. ૧૧૧ :

૨૨ થી ૨૫ : તે દિવસથી શાસ્ત્રી બુવાએ નિયમ કર્યો કે દેવનો પ્રસાદ કહીને કોઈ ફળ વગેરે આપે તો તેનો ત્યાગ કરવો નહિ પણ લઈને તરત જ ખાઈ જવો. જો પ્રસાદનો ત્યાગ કરવાથી કળિયુગમાં પણ શ્રદ્ધાળુ ભક્તને ભગવાન મહાન શિક્ષા કરતો હોય તો પછી પહેલાંના સત્યયુગના સમયમાં વાણિયાની દીકરીએ અને તુંગધ્વજ રાજાએ સત્યનારાયણના પ્રસાદનો ત્યાગ કર્યો હતો તેથી અતિશય દુઃખી થયા હતાં એ બધી વાત શું જૂઠી હશે ?

૨૬ થી ૨૮ : નાસ્તિક ભલે કુતર્ક કરે પરંતુ શ્રદ્ધાળુએ મૂર્ખાની સોબતે - રવાડે ચઢીને કોઈ પણ કાળે શાસ્ત્રની અવજ્ઞા કરવી નહીં. હલકી જાતિનાએ પણ પ્રસાદમાં ફળ વગેરે આપ્યું હોય તો ભાવપૂર્વક લઈ લેવું. પરંતુ ગમે તેવી વસ્તુનો કોઈ દિવસ સ્વીકાર કરવો નહિ. હે બાળક ! નિરંજન એવાનો ત્યાગ કરવામાં કોઈ પાપ લાગતું નથી.

૪૪ થી ૪૮ : માટે કોઈ દિવસ સંત સાથે હઠ કરવી નહીં. આમ છતાં દુરાગ્રહ રાખીને જે સાધુ પુરુષનું કહ્યું સાંભળતો નથી તેના પર ચોક્કસ ભયંકર સંકટો આવે છે જ. માટે સુજ્ઞ પુરુષે ધન, વિદ્યા વગેરેનું અભિમાન છોડીને સંતની આજ્ઞા પ્રમાણે વર્તવું અને ત્યાં પોતાનું ડહાપણ ચલાવવું નહીં. એ જ રીતે દેવનો જેમ દષ્ટાંત (આદેશ) થાય તે જ પ્રમાણે શ્રદ્ધા રાખીને શંકા રાખ્યા વગર વર્તવું. શ્રદ્ધા રાખ્યા વગર ફળ મળતું નથી. જો અચળ શ્રદ્ધા હોય તો જ કૃપાળુ પરમાત્મા તરત જ કૃપા કરે.

અ. ૧૧૨ :

૨૪ થી ૨૬ : મંત્રની શક્તિ અદ્ભૂત છે. તેમ છતાં બતાવનારો પણ પવિત્ર હોય તો જ આવું ઉત્તમ ફળ મળે છે અને જો અનુષ્ઠાન કરનારો પણ શ્રદ્ધાળું હોય તો જ એ મંત્ર ફળ આપે છે, નહિતર મંત્ર નિષ્ફળ નીવડે છે. નાસ્તિક અને શ્રદ્ધા વગરનાને મંત્રનું ફળ મળતું નથી. સાચે જ હંસ મોતી ચરે છે જ્યારે કાગડો વિષ્ટા ખાય છે.

૮૦ થી ૮૪ : અરે ! જ્યાં સુધી આ દેહ છે ત્યાં સુધી આપણે ભગવાનના દાસ છીએ એવો ભાવ ખાસ રાખવો જોઈએ.

દેહભાવથી દાસ છીએ અને જીવભાવથી ઈશ્વરનો અંશ છું એવો ભાવ રાખીને સદા રહેવું. આ બંને ભાવનો નાશ થતાં જ્ઞાની પુરુષ અહીં બ્રહ્માકાર વૃત્તિના થાય છે. પછી એને દેહાધ્યાસ રહેતો નથી અને એ વિદેહી કહેવાય છે. જ્યાં સુધી આવી સ્થિતિએ પહોંચીએ નહીં ત્યાં સુધી દેવની જરૂરથી સેવા કરવી જોઈએ તો જ આપણું કલ્યાણ થાય. જેની દેહવૃત્તિ સંપૂર્ણપણે ક્ષીણ થઈ ગઈ છે તે જ્ઞાની બ્રહ્મરૂપ હોવા છતાં બકબક કરતો નથી - લૂખી વાતો કરતો નથી.

૮૭ : પોતે આચરણમાં મૂકીને બીજાને ઉપદેશ આપે છે. બધાના પર સરખી દૃષ્ટિ રાખીને એના કલેશ તરત જ દૂર કરે છે.

૮૮ : ત્રણે લોકમાં એની નિરંતર કીર્તિ રહે છે. હું તો બસ ! 'દત્ત દત્ત' કર્યા કરું. એ સિવાય હું બીજું કશું જાણતો નથી.

૯૧ : માટે શુષ્ક - અનુભવ વિનાની - વાતો કરનારા જ્ઞાનીઓની સોબતે ચઢીને સ્વચ્છંદપણે કર્મનો ત્યાગ કરવો નહીં.

૯૨ : સાધુ પુરુષનો સંગ કરીને એની આજ્ઞામાં રહેવું અને હંમેશા સદાચારમાં રચ્યાપચ્યા રહેવું જેથી બધાં પાપનો નાશ થાય.

અ. ૧૧૩ :

૭ : માટે સમજું માણસે કોઈ દિવસ કોઈએ સંકલ્પ કરીને આપેલું દાન લેવું નહિ. પાપી માણસને આ વાતનો અનુભવ ધ્યાનમાં આવતો નથી.

૮,૯ : જ્યાં ગંદકીનો ડુંગર જેવો ઢગલો પડ્યો હોય ત્યાં થોડો વધારે કચરો નાંખતાં એ ઢગલો મોટો થયો તેમ લાગતું નથી. એ જ રીતે એમાંથી થોડો કચરો ઓછો થતાં એ ઢગલો નાનો થયેલો પણ જણાતો નથી. આ પાપીઓને આવા મોટા ઉકરડા સમાન જાણવા.

૧૦ : એ લોકોને એમનાં દુષ્કર્મોનું તરત ફળ મળતું નથી. એકદમ સ્વચ્છ વસ્ત્રમાં પડેલો ડાઘો તરત દેખાઈ આવે છે.

૧૧ : માટે પોતાના ભક્તો તરફ સાધુ પુરુષો વધારે સખતાઈથી વર્તે છે. શાસ્ત્રી બુવાએ પણ ભાઈને એ રીતે જ શિક્ષણ આપ્યું.

૪૮ : વૈરાગ્ય કેળવ્યા વિના સ્વપ્નમાં પણ ઈશ્વર મળતા નથી. ભગવાન મેળવવાની દિશામાં એ પહેલું પગથિયું છે.

અ. ૧૧૪ :

૧૩૮ : માટે દેવકાર્ય અંગે જે કાંઈ સંકલ્પ કર્યો હોય તે વાર કર્યા સિવાય તરત જ પૂરો કરવો.

૧૩૯ : એને લીધે ઈશ્વરની તરત જ કૃપા થશે. આ ખૂબ જ સૂક્ષ્મ માર્ગ છે અને એમાં ભલા ભલા સાધકો પણ ગબડી જાય છે.

અ. ૧૧૫ :

૫૧ : શ્રી ગુરુનો એવો નિયમ હતો કે ક્યારેય પણ કોઈની સાથે વાદવિવાદમાં પડવું નહીં અને વિતંડાવાદ કરવો નહીં.

૬૯ : યોગના અભ્યાસ વગર બીજા સાધનોથી કદી પણ બ્રહ્મજ્ઞાન થતું નથી એવું શાસ્ત્ર કહે છે અને મારો અનુભવ પણ કહે છે.

૭૦ થી ૭૪ : યોગાભ્યાસ વગર મન કદી પણ સુસ્થિર થતું નથી અને ચંચલ ચિત્તથી સ્થિરતા વગર ચંચલ ચિત્તથી ધ્યાન કે નિદિધ્યાસન શક્ય બનતું નથી. (ધ્યાન કર્યા વગર સ્વપ્ને પણ બ્રહ્મજ્ઞાન સુદૃઢ થતું નથી.) અનુભવ વગરનો વાણી વિલાસ એ તો કેવળ અજ્ઞાનતા છે. પૂર્વ જન્મમાં જેણે યોગની સાધના પૂર્ણ કરી હોય તે

જ વ્યક્તિને આ જન્મે યોગાભ્યાસ કર્યા વગર બ્રહ્મજ્ઞાનની પ્રાપ્તિ થાય છે. નહિ તો પછી આ જન્મે એ યોગાભ્યાસની સાધના સિદ્ધ કરીને ચોક્કસ જ્ઞાની થાય છે. આ બ્રહ્મજ્ઞાનની પ્રાપ્તિ યોગાભ્યાસ કર્યા વગર વાદવિવાદ કરવાથી બજારમાંથી પોથી વાંચવાથી થતી નથી. માટે મોક્ષની ઈચ્છાવાળાએ હંમેશા યોગાભ્યાસ કરવો.

અ.૧૧૬ :

૧૨ થી ૨૧ : અપરાધક્ષમાપન સ્તોત્રથી એ રીતે સ્તુતિ કરતાં સંતુષ્ટ થઈને દત્ત ભગવાન ત્યારે બોલ્યા કે પોતાના દેહને જે રીતે સુખ થાય તે રીતે જ દેવને પણ એવી વસ્તુથી પ્રસન્ન કરવાથી શ્રીહરિને સંતોષ થાય છે. ‘યથા દેહે તથા દેવે’ એ સુત્રને સાચું માની હંમેશા એકાત્મભાવથી ઈશ્વરને ભજવો જોઈએ. ભગવાનનાં એ વચન સાંભળીને શાસ્ત્રીબુવાએ તરત જ દેવના ચરણોમાં માથું મૂકીને તે દિવસથી નક્કી કર્યું કે આપણને જે જે વસ્તુ ગમે અને જેવી વસ્તુ ગમે તે તે અને તેવી વસ્તુ હંમેશા ભાવથી શ્રી પ્રભુને અર્પણ કરવી.

માટે હે સર્વજનો ! આ રીતે જ બધા લોકોએ જેમ આપણો આત્મા છે તેવો દેવનો માનીને દેવને પૂજા વગેરે ત્યાં અર્પણ કરવાં. આવું ભાવથી કરતાં એ ઈશ્વર પ્રસન્ન થાય છે અને અનન્ય નિષ્ઠા જોઈને બહુ જલ્દીથી રીઝે છે. એટલા માટે જ હંમેશા એકાંતમાં બેસીને ઈશ્વરમાં તન-મનને પ્રેમથી જોડીને એનું હંમેશા ધ્યાન કરવું. બધી શંકા છોડીને પ્રેમથી પૂજા વગેરે પણ કરવા જોઈએ. દેવ-ભક્તનાં સંબંધથી અરસપરસ સ્નેહ વધે છે. પોતે સ્વયં દત્ત હોવા છતાં પણ શાસ્ત્રીબુવા પોતે આ પ્રમાણે વર્તીને લોકોને ઉપાસનાનો માર્ગ બતાવતા હતા.

૫૬ થી ૫૮ : નિયમનો ભંગ કરવાથી ચિત્તમાં પ્રમાદ આવે છે. અને પ્રમાદ તેમજ આળસથી માણસનો વિનાશ થાય છે. એનાથી ઈશ્વર અનુસંધાન તૂટે છે ને આખો ભવ બગડે છે. માટે પ્રમાદ ઉપર કાબૂ મેળવીને ભાવપૂર્વક ભગવાન શંકરને ભજવો. નિયમપૂર્વક પૂજન-અર્ચન કરવાથી, નિયમપૂર્વક હંમેશા ધ્યાન ધરવાથી અને હંમેશા નિયમપૂર્વક શ્રવણ અને મનન કરવાથી શું પામી ન શકાય ?

અ. ૧૧૭ :

૫૧ થી ૫૮, ૬૦ : કેટલાક લોકો ભાવપૂર્વક સંતના શરણે જઈને તન, મન અને ધનથી તેમની સેવા કરે છે. એટલું જ નહીં પણ સંતોના ઉપદેશાનુસાર જીવન જીવે છે અને વિધિ પ્રમાણે કર્મ અને ઉપાસના બધું કરે છે. તેમ છતાં તેમને શાસ્ત્રમાં જણાવ્યા પ્રમાણેનું ફળ મળતું નથી. આવો તો અનેકનો અનુભવ છે. હે પ્રભુ ! આવું બનવાનું કારણ શું ? હે યોગીશ્વર ! આપ બધું જ જાણો છો તેથી આપ કૃપા કરીને અમને એનું કારણ કહો અને અમારી શંકા દૂર કરો.

એ સાંભળીને યોગી શ્રેષ્ઠ બોલ્યા કે જે કોઈ સ્ત્રી કે પુરુષ ગુરુના કહ્યા પ્રમાણે પ્રેમથી અને વિધિસર કર્મો કરે છે તેને શાસ્ત્રમાં જણાવેલું ફળ અહીં જરૂરથી મળે જ છે. એમાં કોઈ જાતની શંકા કરવી નહીં. હો ! એવું બને કે કદાચ કોઈને પૂર્વ જન્મના કર્મરૂપ પ્રારબ્ધ આડે આવે તો જ આ જન્મે ફળ મળવામાં થોડી વધુ વાર લાગે અને બીજા જન્મે કર્મ કર્યા વગર એને ત્યાં ફળ મળે છે. પણ ટૂંકમાં કરેલું કર્મ કોઈપણ સંજોગોમાં નકામું જતું નથી. શ્રી ગુરુની વાણીનું એ અમૃત ભવના ભયને હરનાર જાણ. જે સદ્ભાગી છે તે આ અમૃત (રંગ) પીએ છે અને જે અભાગી છે તે રડે છે.

અ. ૧૧૮ :

૬૦ થી ૬૪ : હે વિદ્વાનો ! આ વાતનો સાર એટલો જ છે કે કરેલાં કર્મો નિષ્ફળ જતા નથી અને તેનું યોગ્ય સમયે નિશ્ચિતરૂપથી ચોક્કસ ફળ મળે જ છે. જીવતે જીવ મુક્તિ માટેનો વિવેક એજ એનો યોગ્ય પુરાવો છે. ઈશ્વરને મેળવવા માટે કરેલી મહેનત ક્યારેય પણ નકામી જતી નથી. જેમ લોકો પૈસા મેળવવા માટે અનેક જાતના

પ્રયત્નો કરે છે તેમ એ જો કદાચ ઈશ્વર મેળવવા માટે પ્રયત્નો કરે તો કેમ તરી ન જાય ? પૈસા મેળવવા માટે કરેલા પ્રયત્નો તો કદાચ નિષ્ફળ પણ જાય અને મૂળ મૂડી ગુમાવીને ઊલટાની ગરીબાઈ પણ આવી જાય. ઈશ્વરને મેળવવાના પ્રયત્નોમાં તો કોઈ દિવસ નુકશાન થવાની વાત જ નથી. માટે સ્ત્રી-પુરુષે હંમેશા ઈશ્વર મેળવવા પ્રયત્ન કરવાનો જ.

અ.૧૧૯ :

૧૫,૧૬ : હે મા ! તમે શંકા કેમ કરો છો ? અહીં આ સંસારમાં એક ઈશ્વર સિવાય કશું જ નથી. ઈશ્વરને પામ્યા સિવાય સ્વપ્નમાં પણ શાશ્વત સુખ મળવાનું નથી. આ દારુણ માયાપાસને તોડ્યા વગર શાંતિની આશા રાખવી તદ્દન નિરર્થક છે.

૨૦ થી ૨૫ : તેં (સ્વામી મહારાજ) મને (રમામાતા) જે ઉપદેશ કહી સંભળાવ્યો તે પ્રમાણે અહીં વર્તતાં સાધકના મનમાં કોઈ વાર પ્રારબ્ધવશાત્ વિષયવાસના જાગી ઊઠે અને મન વિકારી બને તો ત્યારે એણે શું ઉપાય કરવો ? આ પ્રશ્ન સાંભળીને શ્રી ગુરુ બોલ્યા કે હે મા ! એવા લોકોએ અહીં સર્વસ્વનો ત્યાગ કરીને, એકાંત સ્થળમાં આસન સિદ્ધ કરીને, નિયમપૂર્વક બેસીને, થોડોક જ સાત્ત્વિક આહાર લઈને સતત અભ્યાસ કરવો. જેમ જેમ એ અભ્યાસ સુદૃઢ થતો જશે તેમ તેમ ધ્યાનમાં વૃત્તિ તન્મય થશે અને મુમુક્ષુ ખરેખર ઈશ્વરરૂપ થઈ જશે, એમાં કોઈ શંકા નથી. એ સાંભળીને રમામાતા તરત જ સ્વસ્થ થયાં.

અ.૧૨૭ :

૨૨,૨૩ : અલખ નિરંજનને કહે છે કે, “માટે ડાહ્યા માણસે કોઈનું પણ પૈસાભાર પણ દેવું બાકી રાખવું નહી. નહીતર છેવટે આ જન્મે અથવા પછીના જન્મે એનું દુઃખ ભોગવવું તો પડે જ. કોઈ દિવસ કરેલું કર્મ છોડવું નથી.”

૬૬ થી ૭૦ : શ્રી ગુરુએ લોકોને કહ્યું કે તમે બધા ગૃહસ્થાશ્રમી છો. તમારે બારણે અતિથિ આવે ત્યારે તમે જો એને ભિક્ષા ના આપો તો તમારો આ ગૃહસ્થાશ્રમ કેવો ? આ રીતે ભૂખથી આકુળવ્યાકુળ થયેલી કોઈપણ વ્યક્તિ તમારે બારણે આવે ત્યારે એની ન્યાત-જાત કે ગોત્ર પૂછ્યા વિના એનો યોગ્ય સત્કાર કરીને તરત જ શક્તિ અનુસાર એને હંમેશા અન્ન આપવું જોઈએ એમાં કોઈ શંકા નથી. એ રીતે ભિક્ષા આપવામાં કોઈ દિવસ વિલંબ કરવો જોઈએ નહીં. આવા ભૂખ્યાના પેટને ટાઢક કરવાથી દેવો પ્રસન્ન થાય છે. ગૃહસ્થીનો આ જ ધર્મ છે અને એ રીતે અહીં વર્તવાથી આવું ભયંકર વિઘ્ન ક્યારેય પણ આવે નહીં.

અ.૧૨૮ : સગુણ ભક્તિ

૭૮ થી ૮૮ : ભગવાનની સગુણ ભક્તિ પૂર્ણ શ્રદ્ધાથી કરવી અને સગુણ ઈશ્વરનું ધ્યાન સિદ્ધ થતાં તરત જ પ્રભુનો સાક્ષાત્કાર થાય છે એ નિશ્ચિત વાત છે અને એ સર્વેશ્વરની કૃપા થતાં યથાયોગ્ય જ્ઞાન થાય છે. ઉપાસના સિદ્ધ કર્યા વિના અનુભવ જ્ઞાન થતું નથી અને સત્ય જ્ઞાન વગર કલ્પે પણ કદાપિ મોક્ષ થતો નથી. જેમ રાજાને પોતાના સિક્કાનું અભિમાન હોય છે તેમ ઈશ્વરને પોતાની મૂર્તિનું અભિમાન હોય છે. સિક્કામાં રાજા પોતે પ્રત્યક્ષ દેખાતો નથી પરંતુ એ રાજાનું ચિહ્ન માત્ર જ હોય છે. આમ છતાં આમાં તો રાજા પ્રત્યક્ષ નથી એમ કહીને એ સિક્કાનો કોઈ અનાદર કરતું નથી. જો સિક્કામાં રાજા હોય જ નહીં તો એ સિક્કો ચાલે જ ક્યાંથી ? રાજાનું મહત્ત્વ અને સત્તા સિક્કા દ્વારા સિદ્ધ થાય છે. એને કારણે રાજાને જડત્વ કે પરિચ્છિન્નતા જેમ ખરેખર કોઈ દિવસ આવતા નથી તેમ દેવની મૂર્તિ પણ ભગવાનનો નિર્દેશ કરનાર છે એમ તું જાણ.

ભગવાનની મૂર્તિથી અહીં એમના મહત્ત્વનું અને સત્તાનું ભાન થાય છે. એમાં તું અનુમાન કરીશ નહીં.

રાજાની આજ્ઞાનું પાલન કરવાથી જેમ રાજા પ્રસન્ન થાય છે તેમ વેદની આજ્ઞાનું પાલન કરવાથી ઈશ્વર ચોક્કસ પ્રસન્ન થાય છે. માટે અહીંયા ભાવપૂર્વક સગુણ ઉપાસના કરવી જોઈએ. ત્યાં એવું રહસ્ય પ્રગટ કરીને શ્રી ગુરુ કેટલાક દિવસ ચિખલદા ગામમાં રહ્યાં અને પછી નર્મદાને કિનારે ગુજરાતમાં આવ્યા.

અ.૧૩૧ : દોષાન્ન :

૨૮ : આમ અન્નની અંદર અનેક દોષો હોય છે માટે સૂક્ષ્મતાથી વિચારીને જ અન્નનું સેવન કરવું.

ગુરુવચન ઉલ્લંઘન : ૨૮ : ડાહ્યા માણસે ગુરુના વચનનું પ્રાણના ભોગે પણ ઉલ્લંઘન કરવું નહીં અને એમના કહ્યા પ્રમાણે જ વર્તવું.

કુટુંબ એકતા અને સંત છળ : ૫૭,૫૮,૬૦ : ઈશ્વરના ઘરનો નિયમ છે કે જ્યાં સુધી કુટુંબમાં સંપ રહે છે ત્યાં સુધી જ ઘરની ચઢતી રહે છે. ઘરમાં અંદરો અંદર ઝઘડો-ટંટો પેસતા ખરેખર દારુણ દુઃખો તૂટી પડે છે. માટે કોઈ દિવસ સંત સાથે છળકપટ કરવું નહીં. તેમજ કુટુંબમાં કલહ થવા દેવો નહીં.

સ્વાધીન મન : ૭૫,૭૬ : જ્યાં સુધી સત્ય જ્ઞાનથી મન સ્વાધીન થતું નથી ત્યાં સુધી તમે ઈન્દ્રિયોને ભલેને ગમે તેટલી શિક્ષા કરો તો પણ એનાથી તમને કાંઈ ફાયદો થતો નથી.

અ.૧૪૦ : માતા-પિતાની સેવા :

૨૨, ૨૫ થી ૩૧ : હજી આજે પણ જેના નામનું સ્મરણ કરવાથી ખરાબ સ્વપ્નો આવતા બંધ થઈ જાય છે એવા એ મહાન સમર્થ મુનિનો મહિમા કોણ જાણી શકે એમ છે ? એ કુકુટ યોગી માતા-પિતાના પરમ ભક્ત હતા. માતા-પિતા સિવાય એ બીજા કોઈ દેવને જાણતા ન હતા.

૫૮ થી ૬૭ : આ જન્મમાં તેઓ ખૂબ જ સંતોષ થાય એ રીતે મા-બાપની સેવા કરે છે. મા-બાપની સેવા વિના એ બીજું દૈવત જાણતા નથી. મા-બાપની સેવા થકી તેઓ ખૂબ જ રાજીપો અનુભવે છે. એ પોતાના મા-બાપને લક્ષ્મી અને વિષ્ણુ સમાન માનીને દિવસરાત એમની નિશ્ચિતપણે સેવા કરે છે. મા-બાપની સેવાથી વધારે પુણ્ય બીજે ક્યાં નથી. એમની સેવા આગળ તો કરોડો યજ્ઞોનાં પુણ્યની કોઈ વિસાત નથી. એ પુણ્ય કોઈ ગણતરીમાં નથી. પૃથ્વીની ત્રણવાર પ્રદક્ષિણા કરવાથી અને કાશીની બે લાખવાર પ્રદક્ષિણા ભાવપૂર્વક કરવાથી જે પુણ્ય મળે છે તે પુણ્ય હૈ પુંડલીક ! માતાને એકવાર પ્રણામ કરવાથી મળે છે તે તું જાણ. ભાવપૂર્વક પિતાની સેવા કરવાથી જ્ઞાનની પ્રાપ્તિ થાય છે અને શ્રી હરિ સામે પગલે સન્મુખ આવીને ઊભા રહે છે. વેદશાસ્ત્ર એવું કહે છે કે માતા-પિતા એ આ પૃથ્વી પરના હાજરાહજૂર દેવ છે. એ વાતમાં તું જરા પણ શંકા કરીશ નહીં. આખું વિશ્વ દાનમાં આપી દેવાથી પણ માતા-પિતાનો ઉપકાર કલ્પને અંતે પણ વાળી શકાતો નથી એ વાત તદ્દન સાચી છે. જે પાપી માતા-પિતાની નિંદા કરે છે તે દુષ્ટ જન્મોજન્મ નરકમાં પડે છે. એવાનું તો મોં પણ જોવું નહીં અને એ દુષ્ટ સાથે તો સ્વપ્નમાં પણ બોલવું નહીં.

અ.૧૪૩ : અંતઃકરણ શુદ્ધિ :

૫૪ : કારણકે આયાશુદ્ધિ કરતાં દ્રવ્યશુદ્ધિ શ્રેષ્ઠ છે અને દ્રવ્યશુદ્ધિ કરતાં મનશુદ્ધિ ખરેખર ચઢિયાતી છે.

અ.૧૪૪ : સંતસંગ :

સાધુપુરુષના સંગથી જો લીમડો મીઠો થતો હોય તો માણસ દુર્ગુણ ત્યજીને તરી જાય તો એમાં નવાઈ પામવા જેવું કશું નથી.

અ.૧૪૫ :

૪૪ થી ૫૬ : શ્રી ગુરુરાયે ગાંડાબુવાને પ્રેમથી કહ્યું કે હે ગાંડા ! તારાથી લોકો ખૂબ રાજી રહે છે. તું એમને મનગમતું કરે છે તેથી જો રોજે રોજ લોકોને ટોળેટોળા આનંદપૂર્વક આવવા લાગ્યાં અને લોકોની ઉપાધિ વધી ગઈ. એ રીતે તું બધાનો પ્રીતિમાત્ર થઈ ગયો છે અને તેથી એ લોકો મારાથી જરા પણ ડરતા નથી. હે બાળ ! મારી સાથે રહીને અને આ બધા લોકોની સેવા કરીને તેં અઢળક પુણ્ય પ્રાપ્ત કર્યું છે. તેમ છતાં રજોગુણથી પ્રાપ્ત થયેલું આ પુણ્ય મોક્ષપદ આપનારું નથી.

શુદ્ધ સાત્ત્વિક ગુણ વગર મોક્ષ મળતો નથી. એ પામવા માટે વિલંબ કર્યા વિના આ ઉપાધિ છોડીને તારે મનને શાંત કરવું જોઈએ. એ વિણ ક્યાંય પણ મોક્ષ નથી. આ દુનિયા તો પોતાના સ્વાર્થ માટે આપણો જય જયકાર કરતી આપણા પાછળ મંડી પડે છે. પરંતુ એને મહત્ત્વ ન આપતાં આપણે આપણું કામ સાધી લેવું જોઈએ. બ્રહ્માજીનું અમાપ એવું કેટલું બધું આયુષ્ય છે તો પણ જગતની ભાંજગડ કરવામાં પૂરું થઈ જાય છે અને આયુષ્ય પૂરુ થાય ત્યાં સુધી એમને જરા પણ નવરાશ મળતી નથી. કલ્પ સુધી પણ તેમનું સંકલ્પ કરવાનું બંધ થતું નથી. તો પછી બીજાની તો વાત જ શી ! માટે આ બધું છોડીને તું તારું પોતાનું કલ્યાણ વિચાર.

બ્રહ્માના આયુષ્યની સરખામણીમાં તો તારા અને મારા આયુષ્યની શી ગણતરી ? તું જોઈને વિચાર કર. આ લોકોની બધી ઉપાધિ અહીં છોડી દઈને આપણે આપણો વિચાર કરવો જોઈએ. નહિતો પછી આગળ જતાં ચોક્કસ પશ્ચાતાપ કરવાના દિવસો આવશે. માટે મારી પાસે રહીને તેં વેદાંતનું જે ખાસ શ્રવણ કર્યું છે તેનો વારે વારે મનમાં વિચાર (મનન) કરીને આ મનને જલ્દીથી શાંત કર. હે બાળ ! તને મારા આશીર્વાદ છે. તું આત્મા અને અનાત્માના વિચારમાં હંમેશા મગ્ન રહે. હું હંમેશા તારી પાસે જ છું એમ માનીને હવે તું ભરુચ જા.

આવા વચનો સાંભળીને દંડવત્ પ્રણામ કરીને ગાંડાબુવા પ્રેમથી કહેવા લાગ્યા કે આજથી આ બધી ઉપાધિ આપનાં ચરણમાં મૂકી દીધી છે. તેમ છતાં હે દયાળુ ! હે ગુરુરાય ! પ્રારબ્ધવશાત્ કોઈ ઉપાધિ ઊભી થાય તો તે વખતે કેવી રીતે વર્તવું તે મને કૃપા કરીને કહો. ત્યાં શ્રી ગુરુ બોલ્યા કે હે ગાંડા ! પ્રારબ્ધ બધાને ગાંડા કરે છે. જ્યાં દેવો પણ મોહ પામ્યા ત્યાં બીજા લોકોની તો વાત જ શી ! માટે પ્રારબ્ધવશ જે જે બન્યા કરે તે તે તટસ્થ બનીને થયા કરવા દેવું અને એમાં બિલકુલ લેપાવું નહીં. એનું અભિમાન કરીને જે એમાં લેપાતો નથી તે જ આત્માનું સુખ ભોગવે છે એમાં શંકા કરવાને કોઈ સ્થાન નથી.

અ. ૧૪૫ : દેવનું કાર્ય દેવ કરશે :

૮૦ થી ૮૨ : તમે મનમાં દ્રવ્યની કોઈ ચિંતા કરશો નહીં. પુરશ્ચરણની શરૂઆત થતાં જ તમને અણધાર્યું ધન ચોક્કસ મળી જશે અને ન કરે નારાયણ અને દેવકાર્યમાં જો કદાચ થોડું દેવું કરવું પડે તો પણ દેવું કરવાથી ગભરાશો નહીં. એવાં દેવાંની ચિંતા ભગવાનને માથે નિશ્ચિતરૂપથી હોય છે. એટલે મનમાં શંકા કરશો નહીં.

૮૫ થી ૮૭ : તેથી કરીને આજદિન સુધી કોઈપણ દેવકાર્યમાં કોઈપણ વિઘ્ન આવ્યું નથી. વળી આ કાર્યની તો આપ પ્રભુ જ ચિંતા કરતા બેઠા છો તો પછી મારે શી ચિંતા કરવાની હોય ? બધાં સંકટો દૂર થઈ જશે. એમ છતાં હે પ્રભુ ! મારાં અંતરમાં એવી ઈચ્છા છે કે આપ ત્યાં કૃપા કરીને પધારો. એમ કહીને શ્રી ગુરુને પ્રણામ કર્યાં.

અ.૩ : શ્રી હરે વદે :

૧૨૧ થી ૧૨૩ : જે કોઈ ગુરુસેવામાં (ભજનમાં) રચ્યોપચ્યો રહે છે તેને પણ હું મારો ભક્ત જ ગણું છું. હું એને વશ થઈને, એ જે માગે તે આપું છું. એમાં શંકાને કોઈ અવકાશ નથી. જે કોઈ અનન્ય ભાવે મા-બાપની

સેવા કરે છે કે પતિવ્રતા સ્ત્રી પતિને જીવતા (પ્રત્યક્ષ) ભગવાન માનીને તેને ભજે છે (તેની સેવા કરે છે) તે બધા પણ મને જ ભજે છે (એમ હું માનું છું) અને એવા ભક્તો મને અનહદ પ્રિય છે. જે કોઈ સાધુ સંતની સેવા કરે છે એ પણ મારા જ ભક્ત છે.

અ.૭ :

૧૭,૧૮,૧૯ : તારા લક્ષ્યમાં (ધ્યેય) જ અમારી અખંડવૃત્તિ રહે અને આ દેહ એનાં (કર્મોના) દંડ ભોગવે એજ વારે વારે (ફરી ફરી) માંગીએ છીએ. અમારી બુદ્ધિ નિર્મળ થાય, વાસના ક્ષીણ થાય, દેહાભિમાન ગળી જાય, ચિત્ત તમારામાં વિલીન થઈ જાય, અને આ બધી ઈન્દ્રિયો તમારી સેવામાં હંમેશ માટે તત્પર રહે એવો વર હે પ્રભુ ! તમારી પાસે માગીએ છીએ.

અ.૫૦ : મઘમાંસ સેવન :

૭૫ થી ૭૭ : વળી જે બ્રાહ્મણ મઘ અને માંસનું સેવન કરશે તે પણ દુઃખી દુઃખી થઈને દૈત્યોની જેમ અપમૃત્યુના મુખમાં પડશે. શુક્રાચાર્યનું આ શાપવચન વજ્રલેપ સમાન નીવડ્યું. આને કારણે જ સાચો જ્ઞાની પુરુષ સ્વપ્નમાં પણ નિંદાને યોગ્ય એવા મઘમાંસનો સ્પર્શ સરખો પણ કરતો નથી.

અ.૫૩ :

૧૩૫ : અનેક પ્રકારના રંગમાં એ અવધૂત એકલો રમે છે અને છતાંયે એને કોઈ રંગ લાગતો નથી એ તો હંમેશનો પવિત્ર જ છે.

અદ્વૈતામૃતપાન

અ.૩૧

૮ : શિવનાં વરદાનને લીધે મદાલસા યોગીની અને બ્રહ્મવાદિની સમી અનાસક્તભાવે હંમેશા વર્તતી હતી.

૯ : બ્રહ્મનિષ્ઠ હોવા છતાં પણ લોકોને શીખવાનું મળે એ હેતુથી પતિની આજ્ઞા મુજબ હંમેશા એને અનુકૂળ થઈને રહેતી હતી.

૧૧ : જન્મ થતાંની સાથે જ સતીએ પુત્રને જ્ઞાનનો ઉપદેશ કર્યો અને અદ્વૈતનું અમૃત પાઈને એને ઉછેરવા (પોષવા) લાગી.

૨૯ : સાધુ પુરુષો કેવળ કૃપાદષ્ટિ કરીને અજ્ઞાન દૂર કરે છે, તો પછી એના સંગમાં જ્ઞાન મળે તો એમાં શી નવાઈ ?

૩૩ થી ૪૨ : માતા આ નાનકડા બાળકના કાનમાં ઉપદેશ સંભળાવતી કે હે બાળક ! તું સાવધાન થઈને સાંભળ. હાડકાંથી આ બધું બીક લાગે એવું શરીર ઊભું કર્યું છે. બધે નાડીઓ બાંધી છે અને માંસથી લીંપણ કર્યું છે. લોહી, મળ અને મૂત્રથી એ ભરેલું છે. આમ એ એકદમ અપવિત્ર-અમંગલ છે. કાગડા-કૂતરા માંસને લઈ ના જાય તેથી ઈશ્વરે એને ચામડાથી ઢાંક્યું છે અને એ દ્વારા એનું રક્ષણ કર્યું છે. (૩૩-૩૫)

જે (આ શરીર) અંદર અને બહારથી અશુદ્ધ છે, તે સ્વાત્મા નથી. અહં (હું) અને મમત્વના (મારાપણામાં) મોહમાં તું નકામો શું કામ પડે છે ? તું (આત્મા) તો સદા સર્વદા મંગલ છે. તું આ અપવિત્ર (ગંદુ) શરીર નથી. આ દેહ પણ તારો નથી. એટલે તું એમાં ઠગાઈશ નહિ. તું અંતરમાં શાંતિથી વિચાર કર અને જાણી લે કે મન, પ્રાણ, ઈન્દ્રિયો, બુદ્ધિ અને અહંકાર એ સ્વાત્મા નથી. જેમ ઘડાને જોનારો ઘડાથી હંમેશા જુદો છે, તેમ શરીર વગેરેને જોનારો શરીરથી જુદો છે. પવિત્ર આત્મા કેવળ સ્વયં જ્યોતિ સ્વરૂપ જ છે. એ જ તારું સાચું રૂપ છે. એમાં તું શક કરીશ નહિ. જો તું મૂળે (ખરેખર) જન્મ્યો જ નથી તો પછી તેને મૃત્યુ ક્યાથી હોય ? તારામાં કોઈ વિકાર નથી પછી તારે વર્ણ કે આશ્રમ શાનો ? તું તો આનંદ સ્વરૂપ છે પછી તારે માતા-પિતા શાના ? તું તો અરૂપી એવો સ્વાત્મારામ છે, પછી પત્નીની ઈચ્છા શું કામ રાખે ?

૫૯ : તું કોણ છે અને ક્યાંથી આવ્યો છે ? તું નાહકનો શું કામ રડે છે ? તને કોણે મોહમાં નાંખ્યો છે ? તું આ બધાનો વિચાર કર.

૬૨ : પૂર્વ જન્મમાં કરેલા કર્મોની કમાણીરૂપ (પુણ્ય પ્રતાપે) તને આ મનુષ્યનું શરીર મળ્યું છે. આ શરીર તારાથી જુદું છે. તું તો સ્વાત્મારામ છે. જો તું આ શરીરની અહંતા અને મેલી મમતા રાખીને ત્રણ પ્રકારના (સત્ત્વ, રજસ્સ અને તમસ્સ) કર્મો કરશે તો તારી ભ્રમણા દૂર નહિ થાય. અહંકારથી ઘેરાયેલા માણસની અજ્ઞાનતાને લીધે લક્ષ્ય ચોરાસીની આજન્મ મરણની ઘટમાળ ટળતી નથી. આત્મા જે જાતે જ પ્રકાશ સ્વરૂપ છે, કેવળ સાક્ષીરૂપ છે, અજ, અક્ષય અને અવિકારી એ જ મારું સાચું રૂપ છે એવો કાયમ માટેનો તું દૃઢ નિશ્ચય કર. હું નિત્ય છું, સત્ય છું, એક છું, બધાં ભૂતો મારામાં વસે છે અને હું બધાં ભૂતોમાં વસુ છું, એવો નિશ્ચય કર. હું શુદ્ધ છું, બુદ્ધ છું, અદ્વૈત છું, સિચ્ચદાનંદ સ્વરૂપ છે, એવું જ્ઞાન ધ્યાન દ્વારા દૃઢ કરીને તું સ્વાત્મામાં જ રહે. રાગદ્વેષમાં પડીને જે પોતાનાં મૂળ સ્વરૂપને ભૂલીને વિષયોમાં ડૂબ્યો રહે છે તે આત્મઘાતી છે એમ જાણ. કામ, ક્રોધ અને લોભને તું નરકનાં દ્વાર જાણજે. મોહવશ, એમાં પડવાથી અંતે ક્ષોભ થાય છે. તું મનથી એટલું સમજી લે કે વિષયો એ ઝેરી સાપ સમાન છે. તેથી તું એનું ચિંતન કરીશ નહિ. એનું ચિંતન ખરેખર ઘાત કરનારું (મૃત્યુ લાવનારું) છે.

હરણ શબ્દમાં, હાથી સ્પર્શમાં, પતંગિયું રૂપમાં, માછલી જીભના સ્વાદમાં અને ભમરો ગંધમાં મોહ પામીને મૃત્યુ પામે છે. જો એક એક વિષયને લીધે આ પાંચ મૃત્યુ પામતા હોય તો પાંચ વિષયોને ભોગવનારાની શી દશા થાય ? (એને શું સુખ હોય ?) તો પણ વિચાર કર્યા વગર બધે અથડાતો - કુટાતો મૃત્યુ પામે છે. વિષયની વાત છોડીને તું તારા સ્વરૂપમાં સ્થિર રહે. નહિતર આ વિષયો અડધે રસ્તે લૂંટીને તને મારી નાંખશે. નારી એ ખરેખર એક જીવતું જ નરક છે, એમ તું ચોક્કસ જાણી લે. તું હાથે કરીને એમાં ના પડ. તું એનાથી વિમુખ રહેજે. લાકડાની પૂતળી (હાથણી) જોઈને હાથી (ખાડામાં પડીને) બંધનમાં આવે છે તો માંસવાળી પૂતળી (સ્ત્રી) શું ના કરે ? માટે તું સંયમરૂપી બખ્તરથી સજ્જ રહેજે. સમજપૂર્વક વિચારીને સોનું અને ચાંદીને માટી સમાન માન. એનો સ્પર્શ પણ ના કરીશ. નહિતર તારી દુર્ગતિ થશે. પ્રારબ્ધવશ જે કાંઈ મળે તે કાંઈ લઈ, આકાશરૂપી (ખ) વસ્ત્ર ઓઢી લઈને (દિગંબર) પૃથ્વીની પથારી પર જાગતો જ સદા પડી રહેજે. તું સ્વાત્માનંદમાં મસ્ત થઈને બાલોન્મત પિશાયની (બાળક+ગાંડો+પિશાય) જેમ હંમેશા ઉદાસ થઈને રહેજે.

૧૧૫ : સાધુને ઓળખવા માટે વ્યક્તિએ જાતે પણ સાધુ થવું પડે છે. આ વિના આવું સૂક્ષ્મ રહસ્ય કોઈ જાણી શકતું નથી.

૧૪૨ : ઈશ્વરની માયા અદ્ભૂત છે જેનો કોઈ પાર પામી શકતું નથી. જો ભગવાનની કૃપા થાય તો જ (સંસારના) રંગથી ચોક્કસ તરી જવાય.

અ.૩૨

૪૫ થી ૬૨ : એ ધર્મથી પૈસો (અર્થ) મેળવતો અને મેળવેલો પૈસો ધર્મમાં વાપરતો અને ધર્મ તથા અર્થ વચ્ચે સુમેળ સાધીને વિષય ભોગવતો. એ હંમેશા આનંદમાં રહેતો હતો. ખેદ શું છે એની એને જાણ ન હતી. એ યજ્ઞ અને યાગો પુષ્કળ પ્રમાણમાં કરતો હતો અને તેથી એનામાં આસક્તિ પણ વધતી જતી હતી. પરંતુ આ બધાથી તો સ્વપ્નમાં પણ કોઈ દિવસ વૈરાગ્યનો ઉદય થયો નથી. એ કેવળ પશુની જેમ હંમેશા વિષયો ભોગવવામાં જ રચ્યો રહેતો હતો. ઋતુકાળમાં પોતાની સ્ત્રી સાથે લગ્ન સુખ માણવું, યજ્ઞ પછી વધેલો સુરા (દારૂ) અને માંસનું સેવન કરવું એવી જે અપૂર્વ દીર્ઘદષ્ટિવાળી વિધિ જણાવી હતી તેને એ મૂઢ માણસની જેમ ઊંધી રીતે સમજીને સ્ત્રી ભોગવવામાં અને માંસ-દારૂનાં સેવનમાં અમર્યાદિત રીતે જીવતો હતો. વેદોની આ આજ્ઞાનું તાત્પર્ય સમજ્યો નહીં (અથવા) એ જાણી જોઈને અજાણ થઈ (આ રીતે) જીવન જીવતો હતો. માંસ મદિરાના ભક્ષણમાં અને સ્ત્રી સાથેના સંભોગના સંબંધમાં દરેક વ્યક્તિ પૂર્વ જન્મના સંસ્કાર અનુસાર જ વર્તતી હોય છે. કલ્યાણની ઈચ્છાવાળી વ્યક્તિઓ એનાથી ધીરે ધીરે યુક્તિપૂર્વક વિમુખ થાય એ હેતુથી આપણા પ્રાતઃ સ્મરણીય (પુણ્ય શ્લોક) એવા વેદોએ આ વિધાન મર્યાદા વધારવા માટે કર્યું છે અને એ દ્વારા ઉદ્ધતાઈ (ઉચ્છૃંખલતા) ટાળવાનો પ્રયત્ન કરેલો છે એમ તું ચોક્કસપણે માન. રાત દિવસ પુરુષ બધી સ્ત્રીઓને ભોગવ્યા કરશે એવું જાણીને વેદે એમ કહ્યું કે પોતાની સ્ત્રી સાથે આવું જીવન જીવવું, ઋતુકાળમાં લગ્નજીવન માણવું. આવું કહેવામાં આશય એવો છે કે સ્વસ્ત્રી શબ્દ દ્વારા અન્ય સ્ત્રીઓને વર્જ્ય (ત્યાજ્ય) ગણવી એવી મર્યાદા બાંધી. ખરેખર આ રીતે વ્યક્તિનું કલ્યાણ થાય એવું જ વેદ કહે છે. “મારી સ્ત્રી” એમ કહીને પુરુષ રાતદિવસ યંત્રની જેમ સ્ત્રી સાથે વિષયસુખ ન માણે એ હેતુથી શ્રુતિ ઋતુકાળની મર્યાદા બાંધે છે. આમ યુક્તિપૂર્વક (વેદ શ્રુતિ) વ્યક્તિને ભોગ છોડાવીને ત્યાગ તરફ લઈ જાય છે. એ જ રીતે પર્વ, શ્રાદ્ધ વગેરેના દિવસે સ્ત્રીગમન કરવું નહિ એવા અન્ય અપવાદો જણાવીને અને ભય બતાવીને શાસ્ત્ર માણસનું કલ્યાણ થાય એવો જ ઉપદેશ કરે છે. ભોગ ભોગવવાથી તો સ્વપ્નમાં પણ કલ્યાણ થતું નથી એવું વેદો જાણે છે તેથી મર્યાદા બાંધી છે. એ સિવાય બીજો કોઈ હેતુ નથી. મનમાં દ્વેષ જેવા દુર્ગુણો હોય ત્યારે અથવા મનમાં પ્રેમ ન હોય ત્યારે સ્ત્રીસંગ કરવો નહિ. એમ કરવામાં પાપ (દોષ) છે. આ કોઈ ધાર્મિક

વિધિ નથી પરંતુ એ પુરુષ પર મર્યાદા મૂકે છે. શાસ્ત્ર કોઈ દિવસ માનવીને વિષયભોગમાં લંપટ બનતા શિખવાડતું નથી. શાસ્ત્રનું આ સૂક્ષ્મ તત્ત્વ (રહસ્ય) મૂઢ જાણતો ન હોવાથી એ શાસ્ત્ર (ધર્મ)ના નામે વિષયમાં નિરંકુશપણે રમે છે. મઘ (દારૂ), માંસ અને મૈથુનની પુરુષે મુક્ત (નિવૃત્ત) થવું એવું બધું શાસ્ત્ર કહે છે. આ વસ્તુને (રહસ્યને) ના સમજીને અલર્ક અનેક સ્ત્રીઓ સાથે પરણીને, રાગમાં (વિષયમાં) અંધ થઈને ઋતુકાળમાં વિષય સુખ માણી રહ્યો છે અને આજ ધર્મ છે એવું કહે છે. (માને છે.)

૬૮ : એ કેવળ પશુની માફક રાત-દિવસ વિષયો ભોગવીને આનંદ માણ્યા કર છે. એમાં શું સુખ છે ? એમાં સુખ મળે છે એવી એની જ ભ્રમણા (ભ્રાંતિ) છે તે મારે દૂર કરવી જોઈએ.

અ.૩૩

૧૧, ૧૨ : દરેક રીતે સંગ છોડી દેવો (કોઈનો પણ સંગ કરવો નહિ). જો કદાચ આવું ન બની શકે તો હંમેશા સંતનો સંગ કરવો કારણકે સંતો આપણને તારે છે. દરેક પ્રકારની ઈચ્છાનો ત્યાગ કરવો. જો બની શકે એમ ના હોય તો કેવળ સુખનો ભંડાર એવા મોક્ષની ઈચ્છા કરવી.

૨૯ થી ૬૪ : દત્તપ્રભુનાં એ વચનો સાંભળીને સૂક્ષ્મ વિવેકથી અંતરમાં વધુ જોતા એણે સઘળું જાણી લીધું અને એ કહેવા લાગ્યો કે પંચમહાભૂતોનો સમૂહ એવો આ સ્થૂલ દેહ તો જડ છે. એમાં ક્ષણે ક્ષણે ફેરફાર થયા કરે છે અને એ તો કેવળ અનિત્ય (ક્ષણભંગુર) છે. આત્મા પોતે તો નિર્વિકાર છે, વ્યાપક છે અને અખંડ છે. આ મર્યાદિત એવા દેહને એ અળગો રહીને જાણે છે. એ જ મારું સાચુ સ્વરૂપ છે. દેહથી જુદો એવો હું સત્ (સત્ય) અને ચિત્ આત્મા એવો હું એક છું અને ચાલક તેમજ ભાસક છું. (ચાલક એટલે બધાને કાર્ય કરવા પ્રેરનાર અને ભાસક એટલે બધાને પ્રકાશિત કરનાર.) ઈન્દ્રિયોમાં રહીને જે પ્રાણ ચાલવાની, વળવાની વગેરે ક્રિયા કરે છે તે તો નિદ્રામાં જડ બની જાય છે. તો સાક્ષીરૂપ એવો હું પ્રાણ કેવી રીતે હોઈ શકું ? (એટલે કે પ્રાણ એ આત્મા નથી.) આ મન ક્ષણે ક્ષણે દોડાદોડ કર્યા જ કરે છે. એ વાતને હું જાણું છું. તેથી હું મન નથી. એ વાત નિશ્ચિત છે. (એમાં કદી પણ સંશય થતો નથી.) હું તો મનથી તદ્દન જુદો છું, સર્વવ્યાપક (વિભુ) છું અને તેથી હું મન નથી. જે બુદ્ધિ ઊંઘમાં વિલીન થાય છે તે બુદ્ધિ વિજ્ઞાન પણ હું નથી. હું તો સાક્ષીરૂપ ચૈતન્ય છું અને બધાથી જુદો છું. ત્રણ ગુણવાળો જડ એવો અહંકાર પણ નથી. હું તો શુદ્ધ છું, બુદ્ધ છું, શ્રેષ્ઠ (પર) છું, ઈન્દ્રિયાતીત (ઈન્દ્રિયોથી પર) છું, અજ છું, અમર છું અને અક્ષય છું. મૃત્યુના ધર્મવાળો માનવી હું નથી. આવો દેહ નિશ્ચય થાય તો પછી ક્યાંથી દુઃખ આવે ? હું તો કેવળ સુખ સ્વરૂપ છું. અરેરે ! હું આમ બાવરો (બેબાકળો) કેમ બની ગયો ? પગથી માંડીને માથા સુધી શોધવા છતાં કેમે કરીને દુઃખ જડતું નથી. જન્મ, મરણ, રોગો એ બધા આ સ્થૂળ શરીરનાં દુઃખો છે. હું તો બધાથી ન્યારો છું એટલે એ બધાં મુજને ક્યારેય પણ સ્પર્શતા નથી. ભૂખ અને તરસથી પણ એ જડ પ્રાણ જ પીડાય છે. એ બધાના દુઃખે હું કદી પણ દુઃખી થતો નથી. એ બધા તો મારા નોકર (ભૃત્ય)ની જેમ મારી સત્તાને લીધે વર્તે છે. ચંચળ મન એ જ રાગ-દ્વેષનું મૂળ કારણ છે. અન્નના વિકારને લીધે એ સુખથી હસે છે અને દુઃખથી રડે છે. જો હું કોઈપણ રીતે એ ન હોઉં તો એ બધુ ક્યાંથી નડે ? શું એક જણનું દુઃખ કદી પણ બીજાને દુઃખી કરી શકે ખરું ? અંતરમાં એ રીતે વિચાર કરીને, દુઃખનું કારણ શોધી કાઢીને, હસીને બોલ્યો કે મેં દુઃખનું કારણ શોધી કાઢ્યું છે. આકાશ (વ્યોમ), વાયુ, તે જ (અગ્નિ), જળ અને પૃથ્વી એ પાંચ ભૂતો બધાં જ જડ અને ચંચળ છે. એ મારું રૂપ નથી. (હું એ નથી.) હું તો સત્ ચિત્, નિશ્ચલ, કેવળ સ્વરૂપ એવો એકમાત્ર આત્મા છું. પંચભૂતો અને એના (ભૌતિક) ગુણોથી હું ન્યારો છું. હું તો નિર્ગુણ છું. ઈન્દ્રિય, પ્રાણ, મન અને બુદ્ધિનો સાક્ષીરૂપ ચેતન આત્મા હું છું. જો હું એ બધાથી જુદો હોઉં તો એમના દુઃખે શું કામ દુઃખી થાઉં ? દુઃખનું અમંગલકારી મૂળ દેહની અહંતા છે. એના સંગનો ત્યાગ કરવાથી દુઃખનું સ્થાન શોધ્યું પણ જડતું નથી. વિવેકપૂર્ણના સૂક્ષ્મ વિચારથી મેં

મારું મૂળ સ્વરૂપ જાણી લીધું છે. હવે હું અનુભવના જોરે કહું છું કે ખરેખર ! જે દુઃખ થયું છે તે તો મનને થયું છે. આ મુશ્કેલીથી પ્રાપ્ત થાય એવો આત્મવિવેક છે જેને ઋષિમુનિ પણ શોધે છે. દત્તપ્રભુની કૃપાને લીધે એ આત્મવિવેક માત્ર એક પ્રશ્ન પૂછવાથી જ મને સ્ફૂરી ઊઠ્યો. હું તો હંમેશા સ્વયંરીતે પૂર્ણ છું. મારામાં વધઘટ નથી. મનમાં જે દુઃખ જણાય છે તે મને કેવી રીતે સ્પર્શી શકે ? આ બધું જે દેખાય છે તે માયાવી અને નશ્વર છે, એવું તું જાણ. દેહ, ઈન્દ્રિયો અને પ્રાણમાંથી જે સુખ મળે છે તેનું પરિણામ આવે છે અને હું એનાથી જોડાયેલો નથી. હું તો નિત્ય, અદ્વૈત, અખંડ, શુદ્ધ, નિરંજન, પવિત્ર, તેજ-પુંજ અને અદંડ (દંડી ન શકાય તેવો) છું. હું હંમેશા અક્ષય છું, અવિનાશી છું, પરિણામથી પર છું. સર્વસંગથી મુક્ત છું અને સુખદુઃખથી પર છું. આ સ્થૂળ દેહ એ પાંચ ભૂતોનો સમૂહ છે અને સૂક્ષ્મ દેહ એ વાસનામય છે. એ બંને જડ છે. જે પોતાના સ્વરૂપને જાણી શકતા નથી તે બીજાને શું જાણી શકવાના ? એ ચેતન સાક્ષી એવો હું એ બધાથી જુદો છું. સ્થૂળ દેહમાં વાત (વાયુ), પિત્ત અને કફ નામની ધાતુઓ વસે છે. એ ધાતુઓ કુપિત (અસંતુલિત) થતાં શરીર રોગથી પીડાય છે. આમ છતાં એ જડ (સ્થૂળ દેહ) પોતાનો વિકાર જાણતો નથી. એ જે જાણે છે તે સાક્ષીરૂપ આત્મા એનાથી જુદો છે. સૂક્ષ્મ શરીરમાં કામ વગેરે (કામ, ક્રોધ, લોભ વગેરે) સ્ફૂરે છે અને એનાથી સૂક્ષ્મ શરીરને રોગ થાય છે. આ બધું જાણનાર તો એનાથી પર થઈને રહે છે અને ત્યાં આ બંને શરીર હોતા નથી. આમ દુઃખનું કારણ એ કારણદેહ છે. પરંતુ આ અજ્ઞાન જ્ઞાનીને તો સ્વપ્નમાં પણ અસર કરી શકતું નથી. આ ક્રમમાં વિચાર કરતાં ખબર પડી છે કે દુઃખ તો મને થાય છે. હું તો કેવળ અખંડ સુખ સ્વરૂપ છું અને જેમનો તેમજ ભર્યો ભર્યો છું. મનની સાથે તાદાત્મ્ય સધાતાં હું દુઃખી થયો અને તેથી હે નાથ ! મેં આપને પૂછ્યું હવે મને બધું સમજાઈ ગયું છે. હવે મારે માટે એ દુઃખની વાત રહી નથી. બીજાનાં દુઃખે હું શું કામ દુઃખી થાઉં ? પહેલા એવી મૂર્ખતા કરી હતી તે યાદ કરતાં હસવું આવે છે. સ્વપ્ન સમાન (ભાસતાં) સુખદુઃખનું સ્થાન મન છે. હું તો પૂર્ણકામ, નિષ્કામ એવો સર્વ વ્યાપક આત્મારામ છું.

૭૯ : હું એકલો જ બધે વ્યાપેલો (વિસ્તરેલો) છું, આ અદ્વૈતનો સમુદ્ર છે. આ બધાં મારાં જ મોજાં છે પછી એમાં મિત્ર કોણ અને શત્રુ કોણ ? મારે કોઈ શત્રુ નથી કે મને સુખદુઃખ પણ નથી. મારે લશ્કર કે નગર એવું કંઈ નથી. હવે એ બધાનાં મોહમાં હું નહિ પડું. જો ચિત્તમાં ભ્રાંતિ જન્મે તો જ ઈચ્છા જાગે છે. જ્યાં ચિત્ત ભ્રાંતિરહિત થઈ જાય ત્યાં બધે જ પોતાનું સ્વરૂપ (આત્મનિશાન) દેખાય છે. ચૌદ લોકનો નાથ એવો હું કેવળ સુખનું ધામ છું. હું આપ્તકામ (સંતુષ્ટ), નિષ્કામ (કામના રહિત) અને અભિન્ન એવો આત્મારામ છું. હવે મારામાં ભ્રાંતિ રહી નથી અને કોઈ પ્રકારનો શોક પણ રહ્યો નથી. આપના ચરણની કૃપા થતાં મને આત્મારૂપી પુણ્યલોક મળ્યો છે. એક જ આકાશ ઘડો અને મઠના ભેદથી જુદું જુદું જણાય છે. એજ રીતે જુદા જુદા દેહોના ભેદથી જીવ પણ અનેક પ્રકારે ભાસે છે. તાત્ત્વિક દૃષ્ટિથી જોતાં આકાશ તો અખંડ જ છે. એ જ રીતે આત્મા પણ એક જ છે. ત્યાં આત્મા સિવાય બીજું કશું છે જ નહિ. હું, સુબાહુ ને કાશીરાજ અમે શરીરથી ભલે જુદા છીએ પરંતુ અમારામાં એક અને અખંડ આત્મા જ રહેલો છે. તેથી અમે બધા (તાત્ત્વિક દૃષ્ટિથી) એક જ છીએ. આ તત્ત્વજ્ઞાન જ્યાં સુધી નો'તું થયું ત્યાં સુધી દુઃખ થતું હતું. એ અદ્વૈતજ્ઞાન થયા પછી દુઃખનું નામોનિશાન રહેતું નથી. હે નાથ ! હે તાત ! મારા અંતરમાં આ જ્ઞાનનો દીવો પ્રગટાવીને તમે અજ્ઞાન, અહંતા અને મમતાને સદંતર દૂર કરી નાંખ્યાં છે. જો કોઈ અપમાનજનક શબ્દ કહેતો એને કારણે અંતરમાં જે દુઃખ થાય છે તે જ દેહ અહંતા છે અને એનાથી મર્મસ્થાન વીંધાય છે. બિલાડી ઉંદરને પકડે તો દુઃખ થતું નથી પણ એ જ બિલાડી પોપટને પકડે તો શોક થાય છે. તેમ પોતાનો પુત્ર માંદો પડતાં આકુળ વ્યાકુળ થાય છે પરંતુ દુશ્મનનો પુત્ર મરી જાય તો પણ એવો શોક કરતો નથી. એનું કારણ સાચે જ મેલી મમતા છે. બધા જ અનર્થનું મૂળ એવું અહં અને મમત્વ નિર્મૂળ થઈ ગયું છે.

મારા અંતરમાં વિવેકનો ઉદય થયો છે તેથી હવે મને સુખ કે દુઃખની લાગણી થતી નથી. મને કોઈ ભલેને કાંઈ કહી જાય તો પણ હું એને દુઃખ માનતો નથી. હું સાચે જ શુદ્ધ, નિરંજન અને અહંતા-મમતા વગેરેનો છું. હું પ્રકૃતિથી પર છું. હવે લાચાર (દુઃખી) નહિ થાઉં. એવું કહીને અલર્ક વંદન કર્યું એટલે દત્ત ભગવાન બોલ્યા કે હે રાજા ! તને ધન્ય છે. તે તારું આત્મરૂપ ખરેખર ઓળખી લીધું છે. હવે તને પાપ કે પુણ્ય, સુખ કે દુઃખ અસર કરશે નહિ. હવે તું કર્મ અને અકર્મથી પર છે અને એ નિષ્કર્મપણાને ધન્ય છે. ‘હું’ (અહમ્) કહેતાંની સાથે જ બંધનકારક સંગ આવી રહે છે અને સંગ જ બધા પ્રકારનાં શોકનું કારણ છે એમાં કોઈ શંકાને સ્થાન નથી. જીવમાત્ર જેટલાં પ્રિય સંબંધો બાંધે છે તેટલા એ હાથે કરીને શોકના ખીલા પોતાના અંતરમાં ઠોકે છે. મમતાથી બંધન વધે છે જે છેવટે દુઃખકારક નીવડે છે. જ્યાં મમતા નથી ત્યાં બંધન પણ નથી અને ત્યાં એકમાત્ર અખંડ સુખ જ છે. ‘મારું’ એવું કહેતાની સાથે જ જગતમાં બંધન ઊભું થાય છે. ‘મારું નહિ’ એવું કહેતા (સમજતાં) ની સાથે જ ક્ષણવારમાં પ્રાણી બંધનમુક્ત થઈ જાય છે. તારી માતા લોકવંદ, બ્રહ્મનિષ્ઠ, ધન્ય, યોગનિષ્ઠ, શ્રેષ્ઠ અને અનન્ય એવી તપોનિષ્ઠ હતી. તેં એવી માતાનું સ્તનપાન કર્યું હતું એટલે જ તારું અંતઃકરણ તરત જ શુદ્ધ થયું અને તને આ જ્ઞાન પ્રાપ્ત થયું. સાધુના સંગનું ફળ આવું સરખામણી ન થઈ શકે એવું હોય છે. સ્વર્ગનું સુખ પણ એક ક્ષણના સત્સંગની બરાબર નથી. તને જન્મથી જ સત્સંગ મળ્યો હતો એટલે તને સરળતાથી વૈરાગ્ય જન્મ્યો અને એક જ પ્રશ્નમાત્રથી તને આ આત્મજ્ઞાન થઈ ગયું. પવન જેમ શિમળાના રૂને દૂર ઉડાડી દે છે તે રીતે જ આત્મજ્ઞાન થતાંની સાથે મમતા અને અહંતા એકદમ દૂર ફેંકાઈ ગયાં. આ સંસાર એ ખરેખર એક વૃક્ષ છે. અજ્ઞાન એ એનું બીજ છે. અહંકાર એ અંકુર છે અને મમતા એ વેલ છે. ઘર, ખેતર અને ધન એની ડાળીઓ છે અને સ્ત્રી, પુત્ર વગેરે પાંદડાં છે. પુણ્ય અને પાપ એના પર લાગતી કળી છે અને સુખ તથા દુઃખો એ એનાં ફળ છે. મોક્ષના માર્ગને રોકતો (અવરોધતો) એ (સંસાર) ચારે દિશામાં ફેલાયો છે. સંસારમાં થાકેલો (સંસારી) ભ્રાંતિને લીધે ત્યાં આશરો લે છે. આવા મૂઠ્ઠા લોકો આખરે પસ્તાય છે. આ (વૃક્ષ) એ કેવળ માયાવી છે અને એ અક્ષય સુખ આપતું નથી. જે વ્યક્તિ એને અસંગના શસ્ત્ર (કુહાડી)થી મૂળમાંથી કાપે છે તેને જ મોક્ષનો માર્ગ મળે છે. બીજી શંકાઓ કરવી નકામી છે. મોક્ષપદ (પરપદ) પામીને અનન્ય રીતે ત્યાં શાંતિ પામીને એ સુખપૂર્વક વિશ્રાંતિ લે છે. બાકી બીજાં બધાં ફાંફા છે. રાજ્ય, પંચભૂતનું શરીર, ઈન્દ્રિયો, આ સ્થાવર જંગમ જે કાંઈ બધું દેખાય છે તે નામ અને રૂપવાળું બધું માયાવી છે. (માયિક છે.) ત્રણ ગુણોના સંઘાતવાળું આ ક્ષેત્ર (શરીર) માયિક છે અને એને જ જાણે છે તે ક્ષેત્રજ્ઞ છે જે એનાથી જુદો છે. જેમ ઔદંબરના ફળથી એમાં રહેલું જંતુ ભિન્ન છે, પાણીથી (પાણીમાં રહેનારી) માછલી ભિન્ન છે તેમ જડ ક્ષેત્ર (દિહ)થી આ ક્ષેત્રજ્ઞ (આત્મા) ભિન્ન છે અને તટસ્થ છે. એવો આત્મા તેં ખરેખર જાણી લીધો છે. એટલે હે શિષ્ય ! તને ધન્ય છે. તને જોઈને આ જ્ઞાનનો સાગર ઉછાળા મારે છે. અલર્ક કહ્યું કે આપે કૃપા કરીને મને ધન્ય (કૃતાર્થ) કરી દીધો છે. હવે મને કોઈ ઉદ્વેગ રહ્યો નથી. હે કૃપાનિધાન ! હું આપને વંદન કરું છું. હે નાથ ! અહંકારથી પોતાના આત્મ સ્વરૂપને ભિન્નરૂપથી ઓળખવાનું (જાણવાનું) આપની કૃપા વગર કેવળ અશક્ય છે. (તારી કૃપા વિના) અજ્ઞાની જન કરોડો કલ્પો વીતી જતાં પણ જાણી શકતા નથી અને મુનિગણો તપશ્ચર્યા કરે છે છતાં પણ એમને શંકા રહી જાય છે. હે જગન્નાથ ! આપની કૃપાથી જ આ અભિન્ન એવું સ્વાત્મજ્ઞાન થયું છે. હું તમને પ્રણામ કરીને તમારા ચરણોમાં લીન થાઉં છું. હે દેવ ! મને એક જ ચિંતા રહે છે કે આ જે જ્ઞાન થયું છે તે ચંચલ ચિત્તમાં કેવી રીતે હંમેશ માટે સારી રીતે સ્થિર રહે ? વાસનારૂપી પવન વાતાની સાથે જ આ ચિત્તું હાલક ડોલક થાય છે અને એમ થાય છે કે આ જ્ઞાન ક્ષણવારમાં ઊડી જશે કે શું ? માટે કૃપા કરીને હે પ્રભો ! આપ એવો ઉપાય બતાવો કે જેથી આ જ્ઞાનનો દુઃસંગે પણ કદી નાશ નહિ થાય. મને કોઈનો સંગ ન થાય, હું હંમેશા નિઃસંગી (સંગ વગરનો) રહું અને મને થયેલા આ જ્ઞાનનો વિયોગ ન થાય એવો યોગ બતાવો (પ્રમાણો). મનુષ્યનો જન્મ મેળવીને આ જ્ઞાનને ટકાવી રાખવું એ જ કર્તવ્ય છે, નહિ તો વિષયોના

ઉપભોગમાં તો ચોક્કસ અધ:પતન જ છે. વિવિધ યોનિમાં ફરતાં ફરતાં પુણ્યના પ્રતાપે મનુષ્ય શરીર મળે છે. જો આ જન્મ સાર્થક ન કરે તો જે ભોગ નરકમાં ભોગવ્યા હોય તે જ ભોગ અહીં પણ ભોગવે છે. એ વિરક્ત થતો નથી અને તે આ લોક તેમજ પરલોકમાં ભ્રષ્ટ થાય છે. આવા માનવીની ખરેખર કલ્પને અંતે પણ ભવવ્યથા ટળતી નથી. એવું અંતરમાં સમજીને હું આપને એવો ઉપાય પૂછી રહું છું કે જેનાથી આ જ્ઞાન સ્થિર થાય અને અન્ય રંગ ના લાગે. હે ગુરુનાથ ! મારા પર એવી કૃપા કરો કે જેથી મારું ચિત્ત નિ:સંગ બને.

અલર્કનો આવો પ્રશ્ન સાંભળીને દયાળુ દત્તપ્રભુએ જે નિર્મળ યોગ કહ્યો તે હે નિરંજન બાળ ! તું સાંભળ એમ અલખે કહ્યું. એક જ પ્રશ્નમાત્રથી જ્ઞાનનું નિર્મળ દાન કર્યું એનું વર્ણન આ અધ્યાયમાં કર્યું. હે રંગ ! (એ જ્ઞાનના) રંગને નાદાન માણસ કેવી રીતે જાણે ?

અ.૩૪ :

૧ થી ૯૨ : અલર્કનો પ્રશ્ન સાંભળીને અનસૂયાનંદન યોગીન્દ્ર દત્ત બોલ્યા કે હે અલર્ક ! મોક્ષ હેતુ એટલે કે મુક્તિનાં મુખ્ય ત્રણ સાધન (કારણ) કહ્યાં છે. આ ત્રણ કારણોમાં પહેલું કારણ તત્ત્વજ્ઞાન છે, બીજું મનોભંગ (મનોનાશ) છે અને ત્રીજું કારણ વાસનાનો ક્ષય છે. આ ત્રણ સિદ્ધ થતાં વ્યક્તિ જીવન્મુક્તિ પામે છે. સ્વવર્ણાશ્રમનું કર્મ ફળની અપેક્ષા રાખ્યા વગર નિષ્કામભાવથી કરવું જોઈએ. કર્મો કરવાની ત્યાં શી જરૂર છે એવા કુતર્કો સાધકે સ્વપ્નમાં પણ કરવા નહિ. કર્મો શા માટે કરવા જોઈએ એ તને હું કહું છું. મહાપાપીને આ જ્ઞાનયજ્ઞ ગમતો નથી. એ તો હંમેશા સત્યનો દ્વેષ કરનારો છે એટલે જ્ઞાનની હંમેશા નિંદા જ કરે છે. ઈશ્વરાર્પણ બુદ્ધિથી કર્મો કરવાથી પાપ બળી જાય છે અને ક્ષણવારમાં ચિત્તની શુદ્ધિ થાય છે. ચિત્તશુદ્ધિ થયા પછી શાસ્ત્રનાં શ્રવણની રુચિ જાગે છે અને એવી રુચિ જ જ્ઞાન પ્રાપ્તિમાં ઉપયોગી છે. પરંતુ આવું સામાન્ય જ્ઞાન અજ્ઞાનનો નાશ કરી શકતું નથી એટલે તેનાથી કદી આત્માનું જ્ઞાન થતું નથી અને મુક્તિનો અનુભવ થતો નથી. વિશેષ જ્ઞાન વગર અજ્ઞાનનો નાશ થતો નથી અને અજ્ઞાનના નાશ થયા વગર માનવીને મુક્તિ મળતી નથી.

શમ વગેરે (શમ, દમ, ઉપરતિ, તિતિક્ષા, શ્રદ્ધા અને સમાધાન) સિવાય કદી પણ જ્ઞાન પ્રગટતું નથી અને ચિત્ત શુદ્ધ થયા વગર આ શમ સંપત્તિ (ષટ સંપત્તિ) મળતી નથી અને ચિત્ત શુદ્ધિ તો નિષ્કામભાવે કર્મો કરવાથી જ થાય છે. માટે જ્ઞાન પ્રાપ્તિમાં ઉપયોગી થાય એવું પરંપરાથી ચાલી આવતું કર્મ કરવું જોઈએ.

(નિષ્કામ કર્મો દ્વારા) ચિત્ત શુદ્ધિ થાય એટલે પછી બધું છોડીને સદ્ગુરુનાં ચરણનું અનન્યભાવે શરણ લેવું. પ્રેમપૂર્વક ગુરુની રાતદિન સેવા કરીને ભાવપૂર્વક તત્ત્વજ્ઞાનનું શ્રવણ કરવું. અન્વય અને વ્યતિરેકની પદ્ધતિથી એ તત્ત્વ સુનિશ્ચિતપણે જાણી લઈને સાધકે એ વાક્યના અર્થનું સારી રીતે મનન કરવું (કાર્ય હોય ત્યાં કારણ હોય જ એ અન્વય. યત્સવે યત્સવં અને કારણ ના હોય ત્યાં કાર્ય પણ ના હોય એ વ્યતિરેક - યદ્ભાવે (યત્સવે યત્સવં - અન્વય; યદ્ભાવે - વ્યતિરેક). હે ધીર પુરુષ ! નિદિધ્યાસ (ચિંતવન) ના અભ્યાસથી એ જ્ઞાન સ્થિર થાય છે અને એ જ્ઞાન સ્થિર થતાં મનોભંગ થાય છે અને વાસના સારી રીતે (મૂળમાંથી) નાશ પામે છે. હે અલર્ક ! પ્રાકૃત (સ્વભાવિક) ગુણો દૂર કરીને બ્રહ્મથી જોડાવું એ જ મુક્તિ છે અને એ અસંગથી (નિ:સંગી થવાથી) મળે છે. વૈરાગ્યોદય થતાં સંગ છૂટે છે. જ્ઞાનથી વૈરાગ્ય જન્મે છે અને જ્ઞાન વિવેકથી પ્રગટે છે એ વાત નિશ્ચિતપણે જાણી લે. નિત્ય અને અનિત્ય (સત્ અને અસત્) વસ્તુના વિચારથી વિવેક પ્રગટે છે. ધીરે ધીરે એ વિવેક સુદૃઢ થતાં મુક્તિ આપનારું જ્ઞાન પ્રગટે છે. શરીર, ઈન્દ્રિયો, પ્રાણ, મન અને અહંકાર ભૌતિક ગુણોની જેમ આદિ અને અંતવાળા છે. એ બધા અસત્ છે અને બહિર્વૃત્ત સ્વભાવના છે. એ બધા ભલે ભેગા જણાતા હોય તો પણ એ જડ અને નાશવંત છે અને એ આત્મા નથી. એકબીજાના મિથ્યા આરોપણથી (અધ્યાસથી) છે તેનાથી વિપરિત દેખાય છે. જડ વસ્તુ ચેતન જણાય છે અને ચૈતન્ય જડ સમાન જણાય છે. અગ્નિમાં લોખંડ તપાવતા લોખંડ પણ લાલચોળ,

ગરમ અને પ્રકાશમય અગ્નિ જેવું જ જણાય છે તે જ રીતે આત્માના આરોપણથી દેહ વગેરે (દેહ, ઈન્દ્રિય, પ્રાણ, મન, અહંકાર વગેરે) ચેતન હોય તેવા જણાય છે. અંતરમાં વ્યાપેલો આત્મા ભિન્ન છે અને કેવળ સાક્ષીરૂપ છે. દેહ વગેરેના અધ્યાસથી (મિથ્યા આરોપથી) તેના ગુણોથી યુક્ત જણાય છે. અજ્ઞાની માણસ આ વાત ક્યારે પણ સમજી શકતો નથી અને અહંકાર રાખીને સકામભાવે (સાદર) કર્મ કરે છે અને બંધનમાં પડે છે. યંત્રની જેમ કર્મ વશ થઈને એ દિવસ રાત કર્મ કર્યા કરે છે. પરિણામે એને સ્વપ્નમાં પણ શાંતિ મળતી નથી અને દુઃખમાં સબડ્યા કરે છે. અજ્ઞાનતાને લીધે તેનામાં અવિવેકનું જોર વધે છે. અવિવેકથી અભિમાન અને અભિમાનથી લુચ્યાઈનું જોર વધે છે. પરિણામે રાગ વગેરે (રાગ-દ્વેષ) જન્મે છે અને રાગ દ્વેષથી પ્રેરાઈને ત્રણ પ્રકારનાં કર્મો (પુણ્ય કર્મ, પાપ કર્મ, પાપ-પુણ્ય નિશ્ચિત કર્મ) કરીને દુઃખી થાય છે. કર્મથી જે દેહનો જન્મ છે અને પાછું જન્મ ધરીને કર્મ અને સુખ-દુઃખની પરંપરા એમ અચૂકપણે વારંવાર ચાલ્યા જ કરે છે.

અપરોક્ષ જ્ઞાન (અનુભવ જ્ઞાન) થતાં જ અજ્ઞાનનો નાશ થાય છે. અજ્ઞાનનો નાશ થતાં અવિવેક ટળે છે. અવિવેક ટળતાં અભિમાન નષ્ટ થાય છે. અભિમાનનો નાશ થતાં રાગદ્વેષ શમી જાય છે. રાગદ્વેષ શમી જતાં ક્યારે પણ કર્મમાં આસક્તિ રહેતી નથી. (સકામ-ફળની અપેક્ષાથી - કર્મો કરતો નથી.) કર્મનો નાશ થતાં દેહનો જન્મ થતો નથી અને પરિણામે દેહ દ્વારા કર્મો અને તેના પરિણામરૂપ સુખ-દુઃખ પણ ક્યાંથી હોય ? આવું જ્ઞાન થતાં જ મોક્ષનું સુખ મળે છે. માટે જ્ઞાન વગર ક્યારે પણ સમાધાન થતું નથી. મનનો નાશ થતાં જ જ્ઞાન પણ સ્થિર થાય (ઠરે) છે.

આ મનનો નાશ કરવા માટે સ્વસ્થતાપૂર્વક (સુખે) યોગનો અભ્યાસ કરવો જોઈએ. વાસનાનો ક્ષય (નાશ) થતાં જ ખાસ વિદેહમુક્તિ મળે છે. આ આત્મા (મન) ને જીતવો બહુ મુશ્કેલ છે. એ અભ્યાસથી વશ થાય છે. અભ્યાસથી એ ચિત્ત સુસ્થિર થાય છે અને બધી ભ્રમણા મૂળમાંથી ટળી જાય છે. અલર્કે પૂછ્યું કે, હે ગુરુજી ! આ અત્યંત ચંચળ એવું મન કેવી રીતે વશ થાય એ નિશ્ચિતપણે કહો. એને વશ કરવાના બધા ઉપાયો નિષ્ફળ જાય છે. વાયુને રોકી શકાય (બાંધી શકાય), આકાશનું ખંડન થઈ શકે, મોજાંને બાંધી શકાય પણ મનને પકડી શકાતું નથી (મનને સ્થિર-વશ - કરી શકાતું નથી.) આ વચન સાંભળીને દત્તપ્રભુએ કહ્યું કે તું તદ્દન સાચું જ કહે છે. મન અતિશય ચંચળ છે અને એના પર વિજય મેળવવાનું બહુ મુશ્કેલ છે. મન પર વિજય મેળવવાનો ઉપાય (એને વશ કરવાનો ઉપાય) વૈરાગ્ય અને દૃઢ અભ્યાસ છે. વૈરાગ્યથી મન વશ થઈને પછી સુસ્થિર થાય છે. (ગીતામાં કહ્યું છે : “અભ્યાસેન તુ કીંતેય વૈરાગ્યેણ ચ ગૃહ્યતે ॥” હે અર્જુન ! અભ્યાસ અને વૈરાગ્ય વડે ચંચળ મન વશ થાય છે. (અ.૬/શ્લોક-૩૫ ગીતાજીમાં). (બીજાના દોષો જોવા કરતા પોતાને જે વિષયોમાં રૂચી હોય તેના જ મનમાં ને મનમાં દોષ જોયા કરવાથી પૂ.શ્રીનાં કહેવા પ્રમાણે જરૂરથી તેના પર વૈરાગ્ય આવશે જ.) વિષયમાં દોષ દૃષ્ટિ (દોષ જોવાની દૃષ્ટિ) થતાં, સૂકરની વિષ્ટા ત્યજી દેવાની જેમ ઈચ્છા થાય છે, તેવી જ રીતે વૈરાગ્યને કારણે વિષયો છોડી દેવાની ઈચ્છા થાય છે. આવા વૈરાગ્યને ધન્ય છે અથવા અષ્ટાંગ યોગનો લાંબા ગાળા સુધી અભ્યાસ કરવો જેનાથી દુઃખ દૂર થાય છે અને જે દુઃસંગને દૂર કરે છે.

યમ નિયમથી દેહ શુદ્ધિ થાય છે, આસન સ્થિર થતાં સ્થિરતા આવે છે. પ્રાણાયામથી વાત, પિત્ત, કફ વગેરે ધાતુદોષનો નાશ થાય છે. પ્રત્યાહારથી ઈન્દ્રિય પર વિજય પ્રાપ્ત થાય છે. ધારણાથી પાપનો નાશ થાય છે. ધ્યાનથી મન સ્થિર થાય છે અને સમાધિથી બ્રહ્મ સાથે એકત્વ સંધાય છે. સોના વગેરે ધાતુનો મેલ જેમ અગ્નિમાં બળી જાય છે તેમ યોગથી મનનો મેલ બળી જાય છે. (જેમ અગ્નિ ધાતુને શુદ્ધ કરે છે તેમ યોગ મનને શુદ્ધ કરે છે.) પ્રાણ અપાનનો વિરોધ કરવો તે પ્રાણાયામ છે. અને લઘુ (કનિષ્ઠ) મધ્યમ અને ઉત્તમ એવા ભેદથી એ ત્રણ પ્રકારનો છે.

કનિષ્ઠ (લઘુ) પ્રાણાયામને લીધે શરીરમાં પરસેવો છૂટે છે. મધ્યમ પ્રકારના પ્રાણાયામથી નાડીમાં ધ્રુજારી ઊઠે છે અને ઉત્તમ પ્રકારના પ્રાણાયામથી બ્રહ્મરંધ્રમાં પ્રાણ ખરેખર સ્થિર થાય છે. યોગી આ વાત જાણે છે. મધ્યમસરની ઝડપથી હાથની તાળી પાડવામાં જેટલો સમય જાય અથવા સૂતેલા માણસના શ્વાસમાં જેટલો સમય જાય તેટલો સમય એ માત્રાનું માપ છે. તર્જનીથી ઘૂંટણની આજુબાજુ ચપટી વગાડતાં જેટલો સમય જાય તેટલો સમય એ પણ એક માત્રાનું માપ છે. બાર માત્રાનો પ્રાણાયામ કનિષ્ઠ કહ્યો છે. ચોવીસ માત્રાનો મધ્યમ કહેવાયો છે અને છત્રીસ માત્રાનો પ્રાણાયામ ઉત્તમ-શ્રેષ્ઠ (વરિષ્ઠ) ગણાયો છે. અંદર શ્વાસ લેવાની ક્રિયાને પૂરક કહેવામાં આવે છે. લીધેલા શ્વાસને અંદર રોકી રાખવો તે કુંભક અને શ્વાસ રોક્યા પછી એને બહાર કાઢવો (છોડી દેવો) તે રેચક છે. આ (પૂરક, કુંભક અને રેચક એમ) ત્રણ મળીને એક પ્રાણાયામ કહેવાય છે. પૂરક કરતાં કુંભકની માત્રા ચાર ગણી હોવી જોઈએ અને રેચકની માત્રા (પૂરકથી) બમણી હોવી જોઈએ. આ જાણીને સાધકે ધીમે ધીમે માત્રા વધારવી જોઈએ. શ્વાસ એકદમ ઝડપથી બહાર કાઢવાથી સાધક કમજોર (નબળો) થાય છે અને શ્વાસ ધીમે ધીમે છોડતાં એનું આરોગ્ય વધે છે. ધીમે ધીમે યુક્તિપૂર્વક જે અભ્યાસ કરે છે તેને સિંહની જેમ પ્રાણ વશ થાય છે. એ પ્રાણ બળજબરીથી કદી સારી રીતે વશમાં આવતો નથી માટે સાધકે ધીરે ધીરે યુક્તિપૂર્વક એને વશ કરવો. (સાધવો.) જેમ વશ થયેલો સિંહ “છૂ” કહેતા હરણને પકડે છે તેમ પ્રાણ વશ થતાં મળનો નાશ કરે છે. સિંહ વશ થઈ જાય પછી જેમ માલિક (ધણી) ના પ્રાણને હરતો નથી તેમ પોતાને વશ થયેલો પ્રાણ પણ દેહને પીડા કરતો નથી. જો પ્રાણ અને સિંહ (બંને) વશ ના હોય તો પહેલા હુમલો કરીને ધણીને (સાધકને) જ મારી નાંખે. માટે એને સાવધાનીથી વશ કરવો. આ રીતે ધીમે ધીમે અભ્યાસ થતાં યોગીનાં સારાં-નરસાં (શુભ-અશુભ) કર્મો ટળી જાય છે અને તેને વિશ્રાંતિ મળે છે. આ પ્રાણ વશ થતાં યોગીના લોભ, મોહ વગેરે, બધી લૌકિક અને પારલૌકિક ઈચ્છાઓ નાશ પામે છે. વૃત્તિનો નિરોધ થવાથી મન બધી રીતે શાંત થાય છે. એને અનુપમ શાંતિનો અનુભવ થાય છે. જ્ઞાનનો ધોધ વહે છે. આ સ્થિતિને યોગશાસ્ત્રમાં ‘પ્રાપ્તિ’ તરીકે ઓળખવામાં આવે છે. શુભ-અશુભ કર્મનો નાશ થાય છે. એને જ ધ્વસ્તિ કહેવામાં આવે છે. પ્રાણ વશ થતાં એ પ્રાણ-જયની સ્થિતિને જ સંવિત્ તરીકે ઓળખવામાં આવે છે. એનાથી જ્ઞાન સંપત્તિ વધે છે અને ત્રિકાળ જ્ઞાન થાય છે. ઈન્દ્રિયો શાંત થાય (ચંચળતા વગરની થાય) અને ચિત્ત સારી રીતે સ્થિર (સમાહિત) થાય એ ચોથી અવસ્થાને જ ‘પ્રસાદ’ તરીકે ઓળખવામાં આવે છે. જે કોઈ પ્રયત્નપૂર્વક આ ચાર અવસ્થાને સિદ્ધ (હસ્તગત) કરે છે તે યોગીશ્વર છે અને તેનાથી ઈશ્વર દૂર નથી.

હું તને ઉત્તમ સાધન કહું છું તે તું સાવધાનીપૂર્વક સાંભળ, જેથી તારું ચિત્ત ચોક્કસ સુસ્થિર થશે. એમાં શંકા કરીશ નહિ. આસન ઉપર સારી રીતે સ્થિર બેસી દેહને ટટ્ટાર રાખી, દાંત દાંતને ના અડે એ રીતે, નાકના ટેરવા પર દૃષ્ટિ સ્થિર કરી, મોઢું બંધ કરી, સુખેથી (સારી રીતે, અંગ હાલે નહિ એ રીતે) સ્થિર બેસવું. આનાથી અભ્યાસ સિદ્ધ થશે. નિદ્રા, આળસ અને પ્રમાદ એ તામસ વૃત્તિઓ છે. એને રાજસ વૃત્તિથી જીતીને પછી અભ્યાસ કરવો. કામ, ક્રોધ (લોભ, મોહ, મદ, મત્સર) વગેરે બધી રાજસવૃત્તિઓ છે. એ શક્તિશાળી થાય તો કોઈ રીતે ધ્યાન કરવા દેતા નથી. એટલા માટે જ વૈરાગ્ય વગેરેથી એને જીતીને શમ, દમ વગેરે સાત્ત્વિક, નિર્મળ વૃત્તિઓને સાધીને પછી અભ્યાસ કરવો. નહિતર આ વૃત્તિઓ અભ્યાસની અધવચમાં જ સાધકનો ઘાત કરે છે માટે સાવધાન થઈને વર્તવું. જ્યાં સુધી ‘કેવળ કુંભક’ સિદ્ધ થતો નથી ત્યાં સુધી સાધકે હંમેશા રેચક અને પૂરક કરવાં. શ્વાસ લેવાનો પણ નહિ કે છોડવાનો પણ નહિ અને એ રીતે પ્રાણ સુસ્થિર થતા તે ઉપર કે નીચે જતો નથી. આ સ્થિતિમાં યોગી અંતરમાં બિલકુલ ગભરાતો નથી. આને જ ‘કેવળ કુંભક’ કહેવામાં આવે છે. એને પ્રયત્નપૂર્વક સિદ્ધ (હસ્તગત) કરીને પ્રાણ ઉપર વિજય મેળવવો અને પછી પ્રત્યાહાર કરવો. અંતરવૃત્તિથી ઈન્દ્રિયોના સમૂહને,

જેમ કાચબો પોતાના અંગોને પોતાનામાં સમાવી લે છે તેમ અંતરની અંદર ઈન્દ્રિયોને ખેંચી લેવી એને જ પ્રત્યાહાર કહ્યો છે. પ્રત્યાહાર સિદ્ધ થતાં બહારનું ભાન રહેતું નથી. બહાર થતો અવાજ સંભળાતો નથી કે બહારની વસ્તુના સ્પર્શનો અનુભવ થતો નથી. સારી રીતે સ્થિર થયેલો યોગી બહાર શું થઈ રહ્યું છે તે જાણતો નથી. આવી સ્થિતિ સાચે જ ઉત્તમ છે, જે પ્રયત્નપૂર્વક મેળવે છે. પ્રત્યાહાર સિદ્ધ થયા પછી ધારણા કરવી. નાભિ વગેરેમાં ચિત્તને સ્થિર કરવું એને ધારણા કહેવામાં આવે છે. આ ધારણા સિદ્ધ થતાં દોષો દૂર થાય છે અને ચિત્તમાં સ્વસ્થતા આવે છે અને પછી મનમાં ખેદ રહેતો નથી. એના પછી ધ્યાન સાધવું જેથી ચિત્ત એકાગ્ર થાય. આ ખરેખર ઉત્તમ સાધન છે જે સંપૂર્ણ (શ્રેષ્ઠ) સુખ આપે છે. જ્યારે ધ્યાન કરનાર (ધ્યાતા) ધ્યાનને ભૂલીને ધ્યેયાકાર થઈ જાય ત્યારે ચિત્તમાં યોગના મુકુટરૂપી સમાધિ થઈ છે એવું જાણવું. પવન વિનાના સ્થળમાં રહેલા દીવાની જ્યોતિની જેમ ચાંચલ્યથી રહિત (સમાહિત) ચિત્ત હલનચલન વગરનું થઈને ધ્યેયમાં એકાકાર થઈ જાય છે. આત્મા આત્માને જોઈને સુખનો અનુભવ કરે છે. ચિત્ત કોઈ પણ પ્રકારે ચંચળ થતું નથી અને શરીરનું ભાન ભૂલી જાય છે. આ ઉપાધિ વિનાના (નિરૂપાધિક) સુખને જ તું શ્રેષ્ઠ સુખ જાણ. આના કરતાં વધુ સારું સુખ જગતમાં બીજું એકે નથી. આ સુખનો તો જે અનુભવ કરે છે તે જ એને જાણે છે. આ સુખનું વર્ણન બીજો કોણ કરી શકે? આ સુખને તો જાતે જ અનુભવ કરીને માણવાનું હોય છે એમાં કોઈ સંદેહ નથી. આ રસ ઈન્દ્રિયથી પર છે તેથી ઈન્દ્રિયો કેવી રીતે જાણી શકે? આ કેવળ અનુપમ એવો રસ છે જ્યાં બીજા રસો ફિક્કા (તુચ્છ) જણાય છે.

વિષયોમાંથી મળતા બધા રસો કાયમ ટકતા નથી (નશ્વર છે) અને એનો વિરહ બધી રીતે દુઃખી કરે છે. વળી એ સુખનો આત્માસમાત્ર છે. (સાચુ સુખ નથી.) એ ક્ષણમાં જ નીરસ થઈ જાય છે. જ્યારે સ્વાત્માનંદનું આવું નથી. આ (સ્વાત્માનંદ) શ્રેષ્ઠ રસ તો સ્વાધીન છે અને ઉપાધિ રહિત (સાચો) છે.

અ. ૩૫

ર : યોગાભ્યાસના ગુણ દોષો સારી રીતે જાણ્યા પછી, એ કરતા રહેવાથી તે જ ક્ષણે (તરત જ) સિદ્ધિ મળે છે એ વાતમાં તું અડગ વિશ્વાસ રાખજે.

૩ : જે કોઈ રોગથી પીડાતો હોય, ભૂખ્યો હોય, વ્યાકુળ ચિત્તવાળો હોય, કોષે ભરાયેલો હોય, અશાંત હોય અથવા રોગને લીધે નબળો પડી ગયો હોય તેણે કોઈ દિવસ આ યોગાભ્યાસ કરવો નહિ. આ બધા દોષો દૂર કર્યા વિના ચિત્ત સ્થિર થતું નથી.

૪૩ થી ૫૩ : આ શરીર મળમૂત્ર (મેલ) થી ભરેલું છે તો પણ મોક્ષ પામવાનું સાધન (મોક્ષદ્વાર) છે. એટલા માટે એનું જતન કરવામાં સાવધાન રહેવું. આ શરીર ક્ષણભંગુર હોવા છતાં શાશ્વત પદ (મોક્ષ) આપનારું છે. આ માનવ શરીર જ યોગ વગેરે પ્રાપ્ત કરવાનું દ્વાર (સાધન) છે. માનવ શરીર વિના શ્રવણ (યોગાભ્યાસ) વગેરે શક્ય નથી. શ્રવણ વગર જ્ઞાન નથી અને જ્ઞાન વગર મુક્તિ નથી. શાસ્ત્ર અને અનુભવનું આ પ્રમાણ છે. માટે આ શરીરનું રક્ષણ (જતન) કરીને યોગાભ્યાસ કરવો. એનાથી વિઘ્નો દૂર થાય છે અને અભ્યાસ સિદ્ધ થાય છે.

(યોગાભ્યાસ સિદ્ધ થતાં) હંમેશા મન પ્રસન્ન રહે છે, કંઠ મધુર બને છે. જઠરાગ્નિ પ્રદીપ્ત થાય છે ને શરીર નિરોગી બને છે. ઈન્દ્રિયની ચંચળતા દૂર થાય છે. દષ્ટિ નિર્મળ બને છે. મળમૂત્ર અલ્પ થાય છે અને શરીરમાંથી અલૌકિક સુગંધ આવે છે. આ સિદ્ધિનું પ્રથમ ચિહ્ન છે એમ તું મનમાં નિશ્ચિતરૂપથી જાણ જે. બીજું ચિહ્ન છે એ છે કે શરીર કૃશ થાય છે, (યોગી) એ હંમેશા આનંદમાં રહે છે. એને ઠંડી ગરમી સતાવતી નથી અને ચિત્તમાં ભય રહેતો નથી. આહાર અને નિદ્રા ચોક્કસ ઘટી જાય છે આ ત્રીજું લક્ષણ છે. આ ત્રણે લક્ષણો પ્રગટ થાય એટલે અભ્યાસ સિદ્ધ થયો એમ કહેવાય એમ યોગીઓ ચોક્કસ માને છે. આ સિવાય બીજો બધો બકવાસ છે.

જ્યાં યોગભ્યાસ પૂર્ણ થવા આવે ત્યાં જ સિદ્ધિના રૂપમાં વિઘ્નો આવે છે એ વાત ચોક્કસ છે. જો યોગી સિદ્ધિના મોહમાં પડી એની પાછળ પડે તો એ યોગથી ભ્રષ્ટ થાય છે, પછી અંતરમાં ધ્યાન થતું નથી અને આગળ જતાં દુઃખી થાય છે.

૭૨ થી ૭૪ : માટે જ્ઞાની પુરુષે સ્વાત્માના વિચારમાં એ બધાં સિદ્ધિનાં વિઘ્નોને ત્યજીને ધ્યાનમાં જ મસ્ત રહેવું. ઈશ્વરમાં પૂર્ણ વિશ્વાસ (નિષ્ઠા) રાખવાથી વિઘ્નો (સિદ્ધિઓ)નો નાશ થાય છે. (સિદ્ધિ હેરાન કરતી નથી). માટે સાવધાનીપૂર્વક ઈશ્વરની ઉપાસના ખાસ કરવી. જેથી સિદ્ધિનાં એ ભૂતો હેરાન ના કરે અને ઈશ્વર પણ એની મદદમાં (પડખે) રહીને બધાં વિઘ્નો દૂર કરે છે.

૮૭ થી ૧૦૯ : ઈશ્વરમાં શ્રદ્ધા રાખીને જે યોગાભ્યાસ કરે છે તે અભક્તની જેમ સિદ્ધિથી ઠગાતો નથી. સાધક અભ્યાસથી પ્રત્યાહાર સિદ્ધ કરીને, એ સિદ્ધ સાવધ રહીને યુક્તિપૂર્વક ધારણા કરે છે. પૃથ્વી ધારણાથી પોતાને પૃથ્વીરૂપ માને છે અને બુદ્ધિથી સ્થૂલપણું છોડીને પાંચ ગુણોનું ગ્રહણ કરે છે. પગથી શરૂ કરીને ઘૂંટણ સુધી ભૂમિ ધારણા કરે છે. એ ધારણાનો આકાર ચતુષ્કોણ છે, લં બીજ છે અને પીળો વર્ણ છે. ઘૂંટણથી શરૂ કરીને નાભિ (ડૂંટી) સુધી જલની ધારણા કરે છે. એનો આકાર ધનુષ્યનો છે, વં બીજ છે અને શ્વેત કર્ણ છે. નાભિ (ડૂંટી)થી શરૂ કરીને હૃદય સુધી અગ્નિ ધારણા કરે છે. એનો આકાર ત્રિકોણ છે, રં બીજ છે અને રક્ત વર્ણ છે. હૃદયથી શરૂ કરીને ભ્રમરની વચમાં સુધી વાતધારણા કરે છે. એનો આકાર ધ્વજાનો છે. યં બીજ છે અને ધૂમ્ર (ધુમાડા જેવો) વર્ણ છે. ભ્રમરની વચ્ચેથી શરૂ કરીને બ્રહ્મરંધ્ર સુધી વ્યોમ (આકાશ)ની ધારણા કરે છે. એનો આકાર ગોળ છે. હં બીજ છે અને લીલો (નીલ) વર્ણ છે. યોગીમાં આ પાંચ ધારણા કરવાથી સૂક્ષ્મતા અને નિર્વિકારતા આવે છે.

આ પાંચે ધારણા સિદ્ધ કર્યા પછી ચંદ્ર દેવતાને લક્ષીને સાવધાનીપૂર્વક મનોધારણા કરવામાં આવે છે. આ બુદ્ધિધારણાના દેવતા નિઃસંદેહ બૃહસ્પતિ છે. એનું ચિંતન કરવાથી સંકલ્પોનો દેહ-સંકલ્પો ટળી જાય છે. આ સાથે ધારણા પૂર્ણ રીતે સિદ્ધ થતાં યોગીઓ સૂક્ષ્મતા (કપટ) ત્યજીને વિરક્ત થાય છે. એની વિષયાસક્તિ જતી રહે છે અને જિતેન્દ્રિય થાય છે. આવો યોગી પૂર્ણપણે નિરોગી (નિરામય) થઈ હંમેશા આનંદમાં રહે છે. અને ગંધ વગેરે (શબ્દ, સ્પર્શ, રૂપ, રસ વગેરેની) વાસના કદી પણ ઊઠતી નથી. એ યોગીશ્વર બધાથી જુદો છે એ નક્કી વાત છે. ગંધ વગેરેની આસક્તિથી મૂઢ જનો ફરી ફરીને જન્મ પામે છે અને કલ્પને અંતે પણ એની સદ્ગતિ થતી નથી. તે તે ધારણા કરવાથી ક્રમાનુસાર ગંધ વગેરે વાસના નષ્ટ થાય છે અને યોગી નિઃસંગી થાય છે. એ કોઈનો સંગ કરતો નથી અને વિરક્ત (આસક્તિ વિનાનો) થાય છે. એ પ્રમાણે જે સાધના કરે છે તેને વિઘ્નો નડતાં નથી. એ સર્વ પ્રકારે સંગથી મુક્ત થઈ જાય છે અને અહંકાર વિનાનો થાય છે. એ બ્રહ્માનંદમાં મગ્ન રહે છે અને જલ્દીથી નિર્વાણને (મોક્ષને) પામે છે. ધારણા દ્વારા જાણીને એ સૌક્ષ્મ્ય ત્યજી દે છે અને વાસના ત્યજીને એ હંમેશા સ્વાત્માવશ રહે છે. એ ધ્યાન દ્વારા બ્રહ્મનું નિશ્ચલતાથી જલ્દીથી જ્ઞાન પામે છે અને એ ખરેખર જીવનમુક્ત થઈને ફરે છે. જેણે સાતે ધારણા નિશ્ચિતપણે સિદ્ધ કરી છે તે જ જિતાસન છે અને જિતપ્રાણ પણ છે. બધી સિદ્ધિ એની દાસી બની જાય છે એને તું સ્થિતપ્રજ્ઞ જાણ. આને લીધે જ યોગી પ્રયત્ન કરીને પણ ધારણાઓ સિદ્ધ કરે છે.

૧૧૪-૧૧૫ : સિદ્ધિનું ફળ માયિક અને ક્ષણભંગુર છે. એને માટે ત્યાગીને નિશ્ચલતાપૂર્વક રહેવું. અનુભવયુક્ત જ્ઞાન (વિજ્ઞાન) નું ફળ શાશ્વત છે જે જન્મની શંકા હરી લે છે અને તેથી જ જ્ઞાનીજન સિદ્ધિને ત્યાગીને એ વિજ્ઞાનને પસંદ કરે છે.

૧૧૭ : આ યોગ રહસ્ય અત્યંત ગૂઢ (ગહન) છે અને તે કેવળ સદ્ગુરુ દ્વારા જ જાણી શકાય છે. તો ગુરુદેવની કૃપા હોય તો જ રંગ સારી રીતે જાણી શકે છે.

અ. ૩૬ :

૩૪ થી ૪૩ : આ ધારણા સિદ્ધ થાય એટલે પછી અંતરમાં ધ્યાન કરવું જે બધા દોષોને દૂર કરીને આ સંસારમાંથી પાર ઉતારે છે. હે રાજન ! પહેલાં અનન્ય ભાવથી મારા સગુણ સ્વરૂપમાં ધ્યાન સારી રીતે સ્થિર કરવું અને પછી નિર્ગુણ સ્વરૂપનું ધ્યાન કરવું. હું હંમેશા અજ (જન્મરહિત) અવિકારી (ફેરફાર-વિકાર વગરનો), નિર્ગુણ અને નિશ્ચલ છું હું એકલો જ સર્વ વ્યાપક (વિભુ), શ્રેષ્ઠમાં શ્રેષ્ઠ (પરાત્પર) અને બધાના આધારરૂપ છું. સાધુ પુરુષોનું રક્ષણ કરવા માટે, દુષ્ટોને શિક્ષા કરવા માટે (દુષ્ટોના વિનાશ માટે) અને ધર્મને સારી રીતે સ્થાપવા માટે મેં આ સુમંગલ દેહ ધર્યો છે. ભક્તોની ભાવનાને વશ થઈને હું અખંડ આત્મારામ મારી પોતાની માયા સાથે મનુષ્ય રૂપે અવતર્યો છું. હું નિરાકાર પણ છું અને સાકાર પણ છું. હું જ સચ્ચિદાનંદ છું. તું મને પૂર્ણરૂપ, નિરંજન અને કેવળ અખંડ જાણ. હું દેહધારી હોવા છતાં પણ દેહથી પર છું એ વાતને ભક્તો જાણે છે અને અંતરમાં મારું ધ્યાન ધરે છે, જેનાથી એ કાળને પણ પાર કરી જાય છે. મારા આ સુંદર રૂપનું ભલે કોઈ ભાવથી ધ્યાન ધરે, કોઈ સ્નેહથી કે દ્વેષથી ધ્યાન કરે કે કોઈ ભયને કારણે ધ્યાન કરે પરંતુ એ બધા ચોક્કસ તરી જ જાય છે એમાં કોઈ શંકા નથી. વસ્તુશક્તિ (ધ્યાન ભક્તિ) ખરેખર એવી છે કે જે આશયને (મતિને) ધ્યાનમાં લેતી નથી. તું જ કહે કે અજ્ઞાણતામાં પણ અગ્નિનો સ્પર્શ થઈ જાય તો પણ શું એ દગ્ગડતો નથી ? ભક્તિ પણ એ જ રીતે તારે છે.

૪૭ થી ૭૧ : હું હંમેશા નિર્વિકાર છું અને આવરણ વિનાનો છું. માટે મારું ધ્યાન કરવાથી ભક્ત ચોક્કસ તરી જાય છે. હંમેશા પગથી શરૂ કરીને ધીમે ધીમે માથા સુધી ધ્યાન કરવું. અભ્યાસ દ્વારા એ સ્થિર થાય એટલે પ્રયત્નપૂર્વક વૃત્તિ મુખ ઉપર સ્થિર કરવી. પછી હાસ્ય પર સ્થિર કરવી. પછી બધાં અંગોને ભૂલી જઈને એમાં તન્મય થઈ જવું. ધ્યાનથી એમાં તન્મય થઈ જવાથી ત્યાંથી વૃત્તિ ખસતી નથી. મન ધ્યેયાકાર થઈ જાય છે અને આનંદથી તરબોળ રહે છે. શરૂઆતમાં આ સગુણ સ્વરૂપનું અંતરમાં ધ્યાન થવા લાગે છે. એ સ્થિર થતાં એ જ પછી અંતે નિર્ગુણનું ધ્યાન કરે છે. ધીમે ધીમે આકારમાંથી વૃત્તિ ખસે છે અને પછી તો ચિત્ત પોતે જ નિર્ગુણ અને નિરાકાર થઈ જાય છે એ વાત તું જાણી લે. જ્યાં સુધી ધ્યેય, ધ્યાન અને ધ્યાતા એ ત્રિપુટીનું ભાન રહે છે ત્યાં સુધી એને તું ધ્યાન જાણ. જ્યારે હું ધ્યાતા (ધ્યાન કરનાર) છું અને આ ધ્યાન છે એવું લેશમાત્ર પણ ભાન રહેતું નથી, મન તન્મય બનીને કેવળ ધ્યેયાકાર થાય છે, બીજી કોઈ વૃત્તિ ઊઠતી નથી અને પવન વિનાના સ્થળના સ્થિર દીવાની જેમ મન ધ્યેયાકારમાં નિશ્ચલ બની જાય છે ત્યારે એ સમાધિ અવસ્થા છે એમ તું માન. સમાધિ સિદ્ધ થતાં ઈન્દ્રિય, મન, બુદ્ધિ બધાં નિશ્ચેષ્ટ થઈ જાય છે.

આ ઈન્દ્રિય, મન, બુદ્ધિ બધાં બધી દોડાદોડ છોડીને સ્વરૂપમાં લીન થઈ જાય છે. આને કારણે યોગી હંમેશા આનંદમાં રહે છે અને કદી દીન (ઉદાસ, લાચાર) થતો નથી. સમાધિ સિદ્ધ થતાં બધી જ આધિ, વ્યાધિ અને ઉપાધિ ટળી જાય છે અને એને તે કોઈ દિવસ પજવતાં નથી. પછી મનોભંગ (મનોનાશ) અને વાસનાનો ક્ષય થાય છે અને સંશય નષ્ટ થતાં જ જીવનમુક્તિ પામે છે. પછી યોગી નથી જન્મતો, વધતો કે મૃત્યુ પામતો. (શરીરના છ વિકારથી રહિત થઈ જાય છે.) પછી પુનર્જન્મની તો વાત જ ક્યાં આવી ? એ પરિણામ પામતો નથી અને કેવળ અસંગ રહે છે. ભૂત (પ્રાણી) અને ભૌતિક વસ્તુઓથી તે કેવળ અલિપ્ત જ રહે છે. એ સંસારમાં કદી પણ મોહથી લેપાતો નથી. આત્મામાં રમનારો એ કેવળ બ્રહ્મરૂપ છે એમ જાણ. આ આત્મા પાણીથી ભીંજાતો નથી, અગ્નિથી બળતો નથી, પવનથી સુકાતો નથી અને શસ્ત્ર દ્વારા છેદાતો નથી. કલ્પોના કલ્પો પસાર થઈ જાય તો પણ એ ચલાયમાન થતો નથી. એને જન્મ કે મરણ નથી એમાં કોઈ સંદેહ નથી. શબ્દ વગેરે (શબ્દ, સ્પર્શ, રૂપ, રસ અને ગંધ) થી એ કદી બંધાતો નથી. એ હંમેશા સ્વસ્વરૂપમાં એકરૂપ હોય છે. એ કદી પણ કોઈ વસ્તુનો ભોક્તા (ભોગ ભોગવનાર) નથી કે નથી કોઈનો ભોજ્ય. એ તો નિર્વિકાર, નિઃસંગ અને કેવળ અલક્ષ્ય (લક્ષ્યથી

પર) હોય છે. એના એકાકીપણા (એકત્વ)નો કોઈથી ભંગ થઈ શકતો નથી. (એટલે કે એ અભંગ છે.) આ રીતે ધારણા કરવાથી માયાનો રંગ નડતો નથી. (અનેકરૂપે એ જ અભંગ, ભજતા નડે ન માયા રંગ.) યોગાનલ સળગતાંની સાથે રાગ-દ્રેષ વગેરે મલિનભાવો (મળો) સારી રીતે બળી જાય છે અને એ બળવામાં વાર લાગતી નથી. એકવાર બળી ગયેલા એ મલિન ભાવો પછી પાછા એને સ્પર્શતા નથી. ચિત્ત નિર્મળ થઈ જાય છે અને ભ્રાંતિ દૂર થાય છે. પછી ત્યાં શોક અને મોહ શોધ્યા પણ જડતાં નથી. જ્યાં કર્મનો સમૂહ (સંઘાત) ટળી જાય છે ત્યાં બંધનનું નામનિશાન રહેતું નથી. એકવાર વૃત્તિ બ્રહ્મસ્વરૂપમાં મળી જાય પછી કલ્પાંતે પણ ત્યાંથી પાછી ફરતી નથી.

૭૬ : માટે આળસ (તંદ્રા) છોડીને, યોગચર્યા સારી રીતે જાણી લઈને સાવધાનીપૂર્વક યોગાભ્યાસ કરવો જોઈએ જેથી સિદ્ધિ વિઘ્ન ન કરે અને અભ્યાસ તરત જ આગળ વધે. અંતરમાં ખેદ ના થાય અને એ અનુભવ પૂર્ણપણે મળે.

૮૦ : અજ્ઞાની માણસ માન મળવાથી રાજી રાજી થઈ જાય છે અને જો એનું અપમાન થાય તો અંતરમાં ખૂબ જ દુઃખી થાય છે.

૮૩ થી ૮૭ : માટે યોગી માનને ઝેરની જેમ (દુઃખ દષ્ટિથી) જુએ છે અને અપમાનને હંમેશા અમૃતદષ્ટિથી (આનંદપૂર્વક) સ્વીકારે છે. કોઈ એનું સન્માન કરે તો એને ઝેર જેવું માનીને કંટાળે છે અને કોઈ એને અપમાન કરે તો એને અમૃત સમાન માનીને હરખાય છે. આવું કરવાથી જ યોગ સિદ્ધિ મળે છે નહિતર એ બંધનરૂપ નીવડે છે. માટે હે રાજા ! આ સમજીને એવી રીતે જ વર્તવું. દષ્ટિથી ભૂમિ સારી શુદ્ધ જોઈને ડગલું ભરવું અને પાણી હંમેશા વસ્ત્રથી ગાળીને પીવું. શાસ્ત્રોક્ત રીતે યોગ્ય છે કે કેમ તે વિચારીને હંમેશા બોલવું અને જેનાથી મન શુદ્ધ થાય તેનું ધ્યાન કરવું.

૮૮ : વિષયોનું ચિંતન કરવાથી મન બંધનમાં પડે છે પરંતુ ઈશનું ચિંતન કરવાથી એ પાવન થાય છે.

૧૨૫ થી ૧૨૮ : બ્રહ્મચર્ય, અસ્તેય (ચોરી ન કરવી), ત્યાગ, અહિંસા, ગુરુસેવા, શાંતિ, ધીરજ, શૌર્ય, વિનય, અલ્પ આહાર અને સ્વાધ્યાય તેમજ નિત્યનો અભ્યાસ એ યોગ સિદ્ધિ અપાવનારો છે. શાસ્ત્રો વાંચીને સારરૂપ સમજી લેવું. સંગ્રહબુદ્ધિથી બહું વાંચવું નહિ. આ જાણુ ને તે જાણુ, અહીં દોડું ને તો ત્યાં દોડું એમ કરીને જે માણસ જાણવાની તરસથી અકળાઈને દોડ દોડ કરે છે તે આખરે દુઃખી દુઃખી થાય છે.

૧૩૩ : તમે જ મારાં મા-બાપ છો. હું આપને શરણે આવ્યો છું. હે ગુરુજી ! તમારા સિવાય મારું બીજું કોઈ નથી.

અ.૩૭ :

૨ થી ૧૫ : હે રાજા ! તને ધન્ય છે ! તને ધન્ય છે ! તું ધ્યાન દઈને સાંભળ. જે સંગથી મુક્ત છે તે યોગાભ્યાસમાં રત રહે છે એવું તું જાણ. મન અને ઈન્દ્રિયોને અંતર્મુખ કરી દઈને ધ્યાનમાં રત રહેનાર અને હંમેશા ષડ્રસ ઉપર વિજય (કાબૂ) મેળવે તે સિદ્ધિ પામે છે. એકાંતમાં જ્યાં ફળ, કંદમૂળ, જળ વગેરે સરળતાથી હંમેશા મળ્યા કરતાં હોય અને જ્યાં બીજો કોઈ ઉપદ્રવ (હેરાનગતિ) ના હોય ત્યાં યોગાભ્યાસ કરવો. વનની કુંજમાં (વનની-વનસ્પતિની ઘટામાં), પવિત્ર સ્થળે, દેવમંદિરમાં, શુદ્ધ ગુફામાં અથવા જેમાં કોઈ રહેતું ના હોય એવા ઘરમાં સુસ્થિર આસન પર બેસી, આળસનો ત્યાગ કરી અને યોગના નિયમો પાળીને સતત યોગાભ્યાસ કરવો.

શરીર માટે જરૂરી અન્ન વગેરે ચીજો પ્રત્યે પણ ઉદાસીનતા રાખવી એ દેહદંડ છે, મૌન એ વાણીનો દંડ છે અને યોગ એ મનનો દંડ છે, અન્ય દંડ તો ગૌણ છે, વાંસનો દંડ હાથમાં રાખીને જે પાખંડમાં ડૂબેલો રહે છે

તેવા દંડીનું તો મોઢું પણ જોવું નહિ. એવા તો નરકમાં પડે છે. યોગ, મૌન, નિરિચ્છતા (ઈચ્છા વગરના) એ જ શુદ્ધ દંડ છે અને જે હંમેશા આ ત્રણ દંડને સાથે છે તે જ સાચો ત્રિદંડી સાધુ છે. વાંસનો દંડ ઝાલવાથી દંડી નથી થવાતું. જે પાખંડમાં રત હોય અને રાગ-દ્વેષથી પર ના હોય એવા ત્રિદંડીને અધમ-હલકો જાણવો. જે ભેદ-અભેદથી પર છે, જે ચિત્તમાં ખેદ કરતો નથી અને સ્વપ્નમાં પણ જેને સ્વાદનો મોહ નથી (જીભના ચટાકા નથી.) તેને બ્રહ્મરૂપ માનજે. જે બધાને પોતામાં જુએ અને પોતાને બધામાં જુએ, જે શત્રુ અને મિત્ર એવા ભેદોથી દૂર રહે છે અને તેથી દુઃખ વગરનો રહે છે. (નિસ્તાપ), એવાને પછી વહાલું કોણ અને અકારું કોણ હોય ? જેની સમાન દૃષ્ટિ થઈ છે એ અનન્ય છે, અદ્વિતીય છે. માટીનું ઢેકું, પથ્થર અને સોનું એ બધાને સમાન દૃષ્ટિથી જુએ એવા શુદ્ધ આત્માવાળો જ યોગી શ્રેષ્ઠ છે.

બ્રહ્મ સાથે જોડાઈ જવાથી જીવ શાશ્વત સ્થાનને પામે છે. પછી જન્મ-મરણ રહેતું નથી એ તું મનમાં નિશ્ચિતરૂપથી માની લે. નામ-બ્રાહ્મણ (બ્રાહ્મણ જ્ઞાતિમાં જન્મનાર) થી વેદનો પાઠ કરનાર શ્રેષ્ઠ છે અને વેદપાઠક કરતાં જપ કરનારો શ્રેષ્ઠ છે અને જપ કરનાર કરતા યજ્ઞ કરાવનારો (યાજ્ઞિક) મોટો છે. યાજ્ઞિક કરતાં પરોક્ષ જ્ઞાન થયું હોય તે શ્રેષ્ઠ છે અને પરોક્ષ જ્ઞાન ધરાવનાર કરતાં ધ્યાનમાં ડૂબ્યો રહેનાર શ્રેષ્ઠ છે અને એના કરતાં અનુભવી શ્રેષ્ઠ છે. આ બધા કરતાં નિર્વિકલ્પ સમાધિમાં સુસ્થિર રહેનાર એવો ઈશ્વરનો ભક્ત સર્વ શ્રેષ્ઠ છે. ખરેખર ! એ બ્રહ્મ જાણનારાઓમાં શ્રેષ્ઠ છે. એનાથી મોટું કોઈ નથી. શાસ્ત્રમાં ભક્તિને વિભક્તિ (ભગવાનનો વિયોગ) દૂર કરનારી કહી છે. ભલે એ બ્રાહ્મણોમાં શ્રેષ્ઠ હોય અને ચારે વેદોનો જાણકાર હોય પરંતુ જો એ સૂક્ષ્મ બ્રહ્મને જાણતો ના હોય એ બ્રાહ્મણના વેષમાં ગધેડો છે. બ્રહ્મ વિશેના અજ્ઞાનથી એ શોકવાળો થાય છે. અદ્વિતીય બ્રહ્મના જ્ઞાનથી એ શોકરૂપી કિલ્લો જીતી લે છે. હે રાજા ! આ વાત સમજીને તું પ્રયત્નપૂર્વક બહારના અને અંદરના વિષયોને છોડીને ધ્યાનમાં મગ્ન રહે.

તને જો આ સાધન અઘરું લાગે તો તું બીજું સાધન સાંભળ, જે અતિશય સરળ છે. એ સાધન સાધીને તું ધન્ય થા. કામ, ક્રોધ વગેરે (કામ, ક્રોધ, લોભ, મોહ, મદ, મત્સર) અને વિષયાધ્યાસ છોડીને અસંગ અને ઉદાસ (ઉદાસીન વૃત્તિથી) થઈ આસન સાધીને બેસવું. અંગૂઠાથી યુક્તિપૂર્વક કાન બંધ કરીને અને તર્જનીથી આંખ બંધ કરીને, મધ્ય આંગળીથી નાક પકડીને તેમજ બાકીની આંગળીથી મોં બંધ કરીને વૃત્તિને એકાગ્ર કરવી. જમણા કાનમાં મંદ અને ગંભીર જે અવાજ પ્રગટે છે તે હે ધીર ! રોજ નિયમસર સ્થિર ચિત્તે સાંભળવો. ગભરાટ થતાં ડાબું નસકોરું છોડીને એને પાછું બંધ કરીને જમણાં નસકોરાથી ધીમે ધીમે શ્વાસ છોડવો. આવું સાવધાનીપૂર્વક યુક્તિથી વારેવારે કર્યા કરવું. સ્થૂળ અવાજને ભૂલીને સૂક્ષ્મમાં લક્ષ્ય રાખીને નાદ સાંભળવો. આ નાદમાં ચિત્ત તન્મય થવાથી એ બીજાં કામો ભૂલી જાય છે. શરીરમાં જે દશ પ્રકારના નાદ પ્રગટે છે તેમાં જો ચિત્ત સ્થિર થાય તો બીજી વૃત્તિઓ ટળી જાય છે અને તરત જ ઉન્મની અવસ્થા પમાય છે. (દશ નાદો : ચિણ્ણી, ચિંચણી, ઘંટનાદ, શંખનાદ, વીણા નાદ, કાંસી જોડા (ઝાંઝા) નાદ, વેણુ (બંસી) નાદ, ભેરી નાદ, મૃદંગનાદ અને મેઘનાદ.) (ઉન્મની એટલે મનથી પર થયાની અવસ્થા - ઉત્+મની). આનાથી મન ચાંચલ્યરહિત બને છે અને પરિણામે યોગી પ્રસન્ન ચિત્તવાળો રહે છે. જે ભક્ત હોય છે તે હંમેશા નિર્ભય થઈને અને મુક્ત બનીને, નિશ્ચિત બનીને રહે છે. બહારના અને અંદરના વિષયોને છોડીને જેનું મન એકદમ શાંત થતું હોય એનો ઘાત કરવા માટે કોઈ સમર્થ નથી. ગુરુની કૃપાથી જે મુક્ત થયાની સ્થિતિનો અનુભવ કરે છે તેને કોણ ચલાયમાન કરી શકે ? એની આગળ કાળ અને કલિ પણ મગતરું બની જાય છે.

જો તારાથી આવું પણ ન બની શકે અને વિઘ્ન નડ્યા કરે અને તેથી પ્રારબ્ધવશ અભ્યાસમાં પ્રગતિ ના થાય અને વળી એનું પાપ પ્રબળ (ખૂબ બળવાન) હોય અને મન ચંચળ થઈ જતું હોય અને યોગી એને સ્થિર કરવા

આકુળ વ્યાકુળ થતો હોય તો એવી સ્થિતિમાં એણે રોજ-બરોજ વિશ્વંભર પ્રભુનું ધ્યાન કરવું. એનાથી પાપો ચોક્કસ દૂર થશે અને ચિત્ત સ્થિર થશે.

જેના હજાર (હજારો) પગ છે, હજાર હાથ છે, હજાર આંખ છે, હજાર મસ્તક છે, જેના ઉદરમાં અનંદ બ્રહ્માંડો રહેલા છે, ત્રણે લોક એ જેનું પિંડ (શરીર) છે, જેનું મહાન તેજ છે, બધા પ્રાણીઓના મસ્તકો એ એના જ મસ્તકો છે અને બધા જ શરીરો એ એનાં જ શરીરો છે એમ જ્ઞાની પુરુષ જાણે છે. અતલ એ એના પગનું તળિયું છે, વિતલ એ તળિયાંની ઉપરનો ભાગ છે. સુતલ એ એનું ઘૂંટણ છે અને મહાતલ એ એની જાંઘ છે. તલાતલ જેના ઢીંચણ છે અને રસાતલ જેની સાથળ છે અને પાતાલ જેની કમર છે એ સાત શરીરના નીચેના ભાગો છે. ભૂ (પૃથ્વી) લોક એની ડુંટી છે, ભુવઃ લોક (પૃથ્વી અને સૂર્યલોક વચ્ચેનો) તે પેટ છે અને સ્વર્ગલોક એ એનું હૃદય છે. મહર્લોક એ એનો કંઠ છે. જનલોક એ એનું મોઢું છે. તપોલોક એ એની ભ્રમર છે અને સત્યલોક એ એનું મસ્તક છે. આ સમ્પલોક એ શરીરનો ઉપરનો ભાગ છે. હવા એ પ્રાણ છે, પૃથ્વી શરીર છે, આમ વ્યાપક એવા વિષ્ણુના શરીરમાં આ ચૌદે ભુવનો આવ્યા છે તે તું જાણ. વિવિધ લોક એ એના અવયનો છે, નક્ષત્ર એ એના દાંત છે અને માયા એ એનું કેવળ મોહ ઉપજાવે એવું હાસ્ય છે. રાત અને દિવસ એની આંખના પલકારા છે. સૃષ્ટિ એ એની દૃષ્ટિ છે, સમુદ્ર એની કૂખ (કુક્ષી) છે. નદીઓ એની નાડી છે, વૃક્ષો અને ઔષધિઓ એના વાળ છે. વરસાદ એ એનું વીર્ય (રેત) છે, પર્વત એનાં હાડકાં છે, વજ્ર એ એનું બળ (શક્તિ) છે, રુદ્ર એનો ક્રોધ છે, દિશાઓ એના કાન છે, વાયુ એની ત્વચા છે, સૂર્ય એની આંખ છે, વરુણ એની જીભ છે, અશ્વિનીકુમાર એનાં નાકનાં નસકોરા છે. આ બધી જ્ઞાનેન્દ્રિયો છે. હવે તું એની કર્મેન્દ્રિયો સાંભળ. અગ્નિ એ વાણી છે. ઈંદ્ર એના હાથ છે, વિષ્ણુ (ઉપેન્દ્ર) એના પગ છે અને સાક્ષાત્ યમ નૈર્ઋતી એની ગુદા છે. પ્રજાપતિ એ એનું લિંગ છે (શિશ્ર). ચંદ્રમા એનું મન છે, નારાયણ એનું ચિત્ત છે અને બૃહસ્પતિ એ એની બુદ્ધિ છે. રુદ્ર જેનો અહંકાર છે. આવું જેનું રૂપ છે એવો વિશ્વંભર જગદીશ હે રાજા ! ચોક્કસ તારી દે છે. હે રાજન ! જેનું ચિત્તમાં ધ્યાન ધરવાથી મહા આનંદ (પરમાનંદ) પ્રગટે છે અને જેનો વાયક ઝંકાર (પ્રણવ) છે તે અચળ છે, નિશ્ચલ (નિઃસ્પંદ) છે.

આજ પ્રણવ (ઝંકાર) તારનાર છે. ગુરુના મુખેથી એને જાણી, એનું એકાંતમાં સ્મરણ કરવાથી યોગીજનો તરી જાય છે. ઋષિ, દેવ વગેરે (ઋષિ, દેવ, ઇંદ્ર, વર્ણ, બીજ, શક્તિ વગેરે) જાણીને એનું ધ્યાન કરવાથી જન્મોજનમના પાપો બળી જાય છે અને મનનો લય (મનનો નાશ) થાય છે. માટે આસન ઉપર સારી રીતે સ્થિર બેસીને નિયમ પ્રમાણે અને ભાવપૂર્વક દીર્ઘ (લાંબો) ઉચ્ચાર કરીને પ્રણવ જપવો જોઈએ. એની સાડાત્રણ માત્રા કહી છે તે તું નિશ્ચિતરૂપથી જાણી લે. અકાર, ઉકાર અને મકાર એવી ત્રણ માત્રા છે. અડધી માત્રા જે રહી તે સૂક્ષ્મથી પણ સૂક્ષ્મ છે. જેનો મુખથી કદી પણ ઉચ્ચાર થતો નથી. આ નિર્ગુણ માત્રાને એ યોગી ચોક્કસ જાણે છે જે બ્રહ્મરંધ્રમાં કીડીની જેમ ઘૂમે છે. ગાંધાર સ્વરયુક્ત એ પરમાનંદ આપે છે અને તેથી યોગનો આનંદ માણનારા એને ગાંધારી કહે છે. અડધી માત્રા નોળીયાની, એક માત્રા ચાષની (પક્ષીનું નામ) છે અને બે માત્રાથી કાગડો નિશ્ચિતરૂપથી બોલે છે. ત્રણ માત્રાથી મોર બોલે છે. આમ માત્રાની જાણકારી મેળવી સાડાત્રણ માત્રાથી ઝં (પ્રણવ)નો ઉચ્ચાર કરવો. પછી ધીરે ધીરે વધીને સાત અને છેવટે ચૌદ માત્રાનો મેળ બેસાડીને બોલતાં ઉન્મની સ્થિતિ થાય છે. (ઉન્મની એટલે મનની જાગ્રત, સ્વપ્ન અને સુષુપ્તિથી પરની સ્થિતિ). દીર્ઘ ઉચ્ચારથી ઝં કારનો ધ્વનિ કરવાથી એ મનોહર નાદ સ્વયં મસ્તકમાં ઘૂમે છે (ધુમરી લે છે.) રોજ રોજ એનો ભાવપૂર્વક ત્રણવાર (સવાર, બપોર અને સાંજ) જપ કરવાથી ધીરે ધીરે એ (પ્રણવ) અતિશય મધુર લાગે છે. મનમાં ચાલતા વિચારો (મનોરાજ્ય) ધીરે ધીરે દૂર થતા જાય છે અને મન શાંત થાય છે. વૃત્તિનો નિરોધ થાય છે અને મનમાં ભયનું નામનિશાન રહેતું નથી. યુક્તિપૂર્વક સાવધાનીથી પ્રણવનું ધનુષ્ય લઈને અભ્યાસથી એને બરાબર ખેંચીને સજ્જ

(તૈયાર) કરવું. એના પર મનનું બાણ લગાવીને બ્રહ્મનું નિશાન વીંધવાનું છે. જે આમ નિશાન વીંધે છે તે સ્વયં બ્રહ્મ છે અને તેના જન્મ મરણનો ફેરો ટળી જાય છે. બંદૂકનું નિશાન તાકતી વખતે લક્ષ્યમાં અને દષ્ટિ માખી પર રાખવામાં આવે છે એ જ રીત અહીં પણ અજમાવવાની છે. બેસાવધ થવાથી લક્ષ્ય ચૂકી જવાય છે અને બીજે જ ‘મારો’ વાગવાથી જેમ નિશાન પડતું નથી તે જ રીતે અહીં પણ પ્રમાદ કરવાથી ચિત્ત વિક્ષેપમાં પડે છે અને મહાન દુઃખ આવી પડે છે. માટે જે સાવધાન ચિત્તથી અભ્યાસ કરે છે તે સમાધાન પામે છે અને એનો જન્મ સફળ થાય છે. માત્રાનો ભેદ ભણીને અને દરેક માત્રાના ઋષિ, દેવતા, છંદ વગેરે જાણીને પછી એનો ઉચ્ચાર કરવો. અકારનો ઋષિ અગ્નિ છે, છંદ ગાયત્રી છે, દેવતા બ્રહ્મ છે અને વર્ણ પીળો છે. બીજ કલીં છે, શક્તિ ક્રિયા છે, અવસ્થા જાગ્રત છે, સ્થાન ભૂ: છે અને સ્વર ઉદાત્ત છે. વેદ એનો ઋગવેદ છે, અગ્નિ ગાર્હપત્ય છે, આત્મા વિશ્વ છે, ગુણ રજસ્ છે અને તત્ત્વ ભૂ (પૃથ્વી) છે. સવન (હોમ) પ્રાત: છે, સ્થાન દગનો સ્થૂળ ભોગ છે, વાણી વૈખરી છે અને દેહ સ્થૂળ છે. આવું મનમાં વિચારીને અકારનું ધ્યાન કરવું. હે રાજન્ ! હવે ઉકારનું ધ્યાન કેવી રીતે કરવું તે હું તને કહું છું તે તું સાંભળ. ઉકારનો ઋષિ વાયુ છે. છંદ ત્રિષ્ટુપ છે. દેવતા વિષ્ણુ છે અને વર્ણ લાલ છે. બીજ શ્રી છે, શક્તિ જ્ઞાન છે, અવસ્થા સ્વપ્ન છે અને સ્થાન ભુવ: છે એમ યોગી કહે છે. વેદ એનો યજુર (યજુર્વેદ) છે. સ્વર અનુદાત્ત છે. અગ્નિ દક્ષિણ છે, અને તત્ત્વ ‘તેજ’ છે. સવન માધ્યંદિન છે, આત્મા તૈજસ છે. ગુણ સત્ત્વ છે અને ભોગ પ્રવિવિક્ત (છૂટી ગયેલો) કંઠ સ્થાન છે. વાણી મધ્યમાં છે અને દેહ સૂક્ષ્મદેહ છે, એવું મનમાં જાણીને ઉકારનું ધ્યાન કરવું. મકારનો ઋષિ સૂર્ય છે, છંદ જગતી છે, દેવતા મૃત્યુંજય છે, વર્ણ શ્વેત છે, બીજ હ્રીં છે, શક્તિ દ્રવ્ય છે, અવસ્થા નિદ્રા છે અને સ્થાન સ્વ: છે. સ્વર એનો સ્વરતિ છે. વેદ સામ છે, અગ્નિ આહવનીય (હોમનો અગ્નિ) છે. તત્ત્વ ઘૌં છે. સવન તૃતીય (સાંજ) છે, આત્મા પ્રાણ છે, ગુણ તમસ્ છે. ભોગ આનંદ છે, એનું સ્થાન હૃદય છે. વાણી પશ્યંતી છે, દેહ કારણદેહ છે. આવું મનમાં જાણીને મકારનું ધ્યાન કરવું. અર્ધમાત્રા (ँ) નો ઋષિ વરુણ છે, છંદ વિરાટ છે. દેવતા પરમાત્મા છે, બીજ કોં છે, શક્તિ વિજ્ઞાન છે, વર્ણ સર્વ છે અને તેનું સ્થાન ભુર્ભુવ: સ્વ: છે, અવસ્થા તુર્ય (ચોથી) છે. ગુણ સર્વ છે, સ્વર પણ સર્વ છે, અગ્નિ સાવંતર્ક છે અને સવન પણ સર્વ છે. આત્મા પ્રત્યક્ છે, તત્ત્વ ત્રણ છે, વેદ નાદ છે, વાણી પરા છે. ભોગ નિરતિશય આનંદ છે જેનું મૂર્ધસ્થાન છે. સુંદર દેહની અસ્મિતા (અહંકાર) મહાકારણ છે. આ કેવળ અનુભવથી જાણી શકાય છે અને હે રાજા ! અર્ધમાત્રાનું કેવી રીતે ધ્યાન કરવું એ મેં તને કહ્યું એનું શ્રદ્ધા અને ભાવથી યોગ્ય રીતે ધ્યાન કરવું. ધ્વનિનો ઋષિ બ્રહ્મ છે, દેવતા પરમાત્મા છે. છંદ અવ્યક્ત ગાયત્રી છે. શક્તિ ચિત્ છે, અવસ્થા મનોન્મની છે જ્યાં સ્વાત્મા સાથે ઐક્યની સ્થિતિ થાય છે એવું અનુભવી કહે છે. સ્થાન ચિદાકાશ છે. આવું જાણીને જે ધ્યાન કરે છે તેને જલ્દીથી જીવન્મુક્તિ વરે છે. અસ્મિતા (અહંતા) નો લય થાય છે. દ્વૈત નિર્મૂલ થાય છે અને સ્વાત્મ વૈભવમાં આત્મા એકલો પ્રકાશે છે, શોભે છે. વ્યક્તિ એ પિંડ છે અને સમષ્ટિ બ્રહ્માંડ છે. બંનેનો લક્ષ્યાર્થ તો અભેદ જ છે. વ્યક્તિના દેહમાં ‘વિશ્વ’ અને સમષ્ટિમાં ‘વિરાટ’ તરીકે ઓળખાય છે. આ બંનેનો ચોક્કસ અભેદ જ છે અને યોગીજન હંમેશા એનું ધ્યાન ધરે છે. તૈજસ (વ્યષ્ટિમાં) અને હિરણ્યગર્ભ (સમષ્ટિમાં) તેમજ પ્રાણ (વ્યષ્ટિમાં) અને ઈશ્વર (સમષ્ટિમાં) વચ્ચેનો અભેદ અંતરમાં સમજે તો જ ભ્રાંતિ મટે છે. પ્રથમ માત્રા (અ) હસ્વ છે, બીજી માત્રા (ઉ) દીર્ઘ છે, ત્રીજી માત્રા (મ્) પ્લુત (દીર્ઘ સ્વરથી દોઢ ગણા લાંબા ઉચ્ચારનું) અને અર્ધમાત્રા (ँ) ઈન્દ્રિય અગમ્ય છે. (ઐ = અ + ઉ + મ્ + ँ). પહેલી માત્રા વ્યક્ત છે, બીજી માત્રા અવ્યક્ત છે, ત્રીજી માત્રા ચિત્ શક્તિ છે. અને અર્ધમાત્રા એ સ્વયં પર બ્રહ્મ છે. આજ કમથી માત્રાનું હૃદયમાં ચિંતન કરીને, લક્ષ્યમાં ચિત્ત પરોવીને સાવધાનીપૂર્વક પ્રેમથી ધ્યાન કરવું. પ્રણવ એ આત્માનું નામ છે અને તેથી ઐં કાર એ બ્રહ્મ છે. નામથી નામી જુદો નથી (અભિન્ન છે) એ ઉપાસનાનો શ્રેષ્ઠ સાર છે. મૃત્યુના લક્ષણો જાણીને અંતરમાં સ્વસ્વરૂપનું ચિંતન કરીને જે ઉપાસના કરે છે તે બ્રહ્મમય થઈ જાય છે. કદાચ આથી ચિત્ત બ્રહ્મમાં લીન ન થઈ જાય તો પણ સ્વર સાધીને વૈખરી

વાણીથી જપ કરતાં (ઉચ્ચાર કરીને જપ કરતાં) મુક્તિ મળે છે. ચિત્તનો લય ન થાય પણ વૈખરી જાય થાય તો એ વૈખરી જાપથી પ્રાણનો લય થાય છે અને તેનાથી તાપ ટળે છે અને એ સારી બુદ્ધિવાળો (સુધી) બ્રહ્મલોકમાં જાય છે અને બ્રહ્માની સાથે રહીને એની મુક્તિ થાય છે. આને કમ મુક્તિ કહે છે. હે ભાઈ ! એ પણ પુનર્જન્મને ટાળે છે. (મોક્ષના બે પ્રકાર છે. સદમોક્ષ અને કમમોક્ષ. સદમોક્ષમાં જ્ઞાનીને આ જન્મે જ મોક્ષ મળી જાય છે. કમમોક્ષમાં અહંબ્રહ્મ ઉપાસના વડે બ્રહ્મલોકમાં જઈ, ત્યાંના સુખ ભોગવી પછી મોક્ષ થાય છે.) ગુરુની કૃપાને કારણે પ્રણવના ધ્યાનથી સાધક અહીંયાં જ મુક્તિ (સદમુક્તિ) પામે છે. અથવા કમમુક્તિ મેળવે છે. સાધકનો માત્રા અંગેનો જેવો અભ્યાસ હોય તેવો લોક તેને મળે છે. પ્રણવની ઉપાસનાથી એને કદીપણ શોક રહેતો નથી. અહીંયાં જ જ્ઞાનપ્રાપ્તિ થતાં એ જીવન્મુક્ત થઈ જાય તો શેષ પ્રારબ્ધ ભોગવીને બ્રહ્મમાં લીન થઈને એમાં ભળી જાય છે. એના પ્રાણ સ્વસ્વરૂપમાં લીન થાય છે અને એના પ્રાણનું ઉલ્કમણ થતું નથી. જેમ એકદમ તપી ગયેલા પથ્થર ઉપર પાણીનાં બિંદુઓ નાંખતાં એ તરત જ પથ્થરમાં સમાઈ જાય છે અને પથ્થર ઉપર એક પલ પણ ટકતાં નથી તેમ મુક્તોના પ્રાણ સ્વરૂપમાં જ લીન થાય છે અને બીજે ક્યાંય જતા નથી. તેથી એનો ફરી જન્મ થતો નથી. જે યોગીજન કાર્યબ્રહ્મની ઉપાસના કરે છે તે અંત સમયે સુષુપ્ત માર્ગથી બ્રહ્મલોકમાં જાય છે. ત્યાં (બ્રહ્મલોકમાં) બ્રહ્માની સાથે સુખો ભોગવીને પછી મુક્તિ પામે (કમમુક્તિ) છે. આમ પ્રણવની ઉપાસના નિષ્ફળ (ખાલી) જતી નથી. સુજ્ઞપુરુષ (આત્મજ્ઞાની) મૃત્યુકાળ આવી પહોંચ્યો છે એમ જાણીને નવે દ્વારને જાતે રોકીને અને સ્વર સાધીને નિશ્ચિતરૂપથી બ્રહ્મરંધ્રને (દસમું દ્વાર) ભેદે છે. માત્રાને સમજીને જોરથી ઝુંકારનો ઉચ્ચાર કરે છે અને બ્રહ્મમાં ચિત્ત રાખીને એ સારી રીતે મુક્ત થાય છે. જો એક માત્રાના (અકારના) ધ્યાનથી કદાચ પ્રાણ જાય તો પછી એ પાછો પૃથ્વી ઉપર ઋગ્વેદમાં જન્મે છે. બ્રાહ્મણ કુળમાં જન્મીને ત્યાં બ્રહ્મચર્ય પાળીને તપશ્ચર્યા કરીને એ જ્ઞાનથી નિર્વાણ (મોક્ષ) પામે છે. બે માત્રા (અ અને ઊ) નું ધ્યાન સિદ્ધ થતાં જો પ્રાણ જાય તો યોગી અંતરિક્ષ માર્ગે થઈને સોમલોકમાં જાય છે. ત્યાં એને યજુર્વેદ પહોંચાડે છે. ત્યાં દિવ્ય સુખો ભોગવીને પાછો પૃથ્વી પર જન્મે છે. મનુષ્યરૂપે જન્મીને એ જ્ઞાની થાય છે અને ત્યાં જલ્દીથી નિર્વાણ (મોક્ષ) પામે છે એમાં કોઈ શંકા નથી. જો ત્રિમાત્રાનું ધ્યાન ધરતાં પ્રાણ જાય તો સામવેદ એને સૂર્યલોકમાં લઈ જાય છે એમ જાણ. પાપમુક્ત થઈને પછી એ સામવેદથી બ્રહ્મલોકમાં જાય છે અને પછી ત્યાં ધ્યાનથી સારી રીતે મુક્ત થાય છે. જે કાર્યથી અને પ્રકૃતિથી પર છે, નિર્વિકાર છે, અજ છે, અમર છે, તે કેવલ આત્મા છે એમ જાણ. જે અનામી પુરુષ આ રીતે સઘળે વ્યાપીને રહ્યો છે તે સાડાત્રણ માત્રાના ધ્યાનથી એમાં ભળી જાય છે. જેમ નદી સાગરમાં ભળીને સાગરરૂપ થઈ જાય છે તેમ ઉપાસક પણ નામરૂપ છોડીને તે રૂપમાં એકરૂપ થઈ જાય છે. પછી એને નિરર્થક એવા શોક મોહ શાના થાય ? એ પછી પોતે અપરિચ્છિન્ન (સર્વવ્યાપી) થઈ જાય છે. પછી એ ક્યાં જાય ? આ પછી એને જવાનું - આવવાનું રહેતું નથી. એ જ્ઞાની મુક્ત થઈને બધે વ્યાપીને રહે છે. દત્ત પ્રભુએ અલર્કને કહ્યું કે હે રાજા ! આમ સમજીને પ્રણવની ઉપાસના કરવી જે ચોક્કસ તારનારી નીવડે છે. આ સાંભળીને રાજાએ ફરી પાછો પ્રશ્ન કર્યો, જેની ચર્યા આગળ ઉપર થશે એમ અલખે નિરંજનને કહ્યું. આ અધ્યાયમાં પ્રણવની ઉપાસના કેવી રીતે કરવી એનું વર્ણન કર્યું. શ્રદ્ધા ભક્તિથી એ ઉપાસના કરનાર રંગ કેમ ન તરે ? (એટલે ચોક્કસ તરે જ).

અ.૩૯ :

૩ : જો ગુરુદેવની કૃપા થાય તો કોઈ વિરલો આ જ્ઞાન પામે છે અને પુણ્ય જાગે ત્યારે એવાના સન્મુખથી સાંભળવાનું મળે છે.

૫૭ : ભજનથી ન મટે એવું કાંઈ દુષ્કર નથી. એ વિઘાતાના લેખમાં પણ મેખ (ખીલી) મારી શકે છે. આ સિવાયનું બધું છેતરપિંડી છે એમ વીરલો યોગી જાણે છે.

૭૯ થી ૮૫ : એ સમયે આતમરામને યાદ કરવા અને સાવધ થઈ જવું. ઝૂંકારનું રટણ કરતાં કરતાં પ્રાણને સારી રીતે લીન કરી દેવો. જેનું જેવું આચરણ હોય તેવું તેને અંતકાળે સ્મરણ થાય માટે પહેલેથી જ વેળાસર ચેતી જઈને ભજન કરવું. જીવનભર કદી પણ સત્સંગતિ કરી ના હોય તો પછી યમની છાયા જોતાં જ ગભરો થઈને રડવા લાગે છે. માનવીની જન્મમરણની ઘટમાણ જ્ઞાન વિના બંધ થતી નથી. આખર વેળાએ યમરાજ (કાળ) આવીને કારમો દંડ કરે છે. માટે મૃત્યુનાં ચિન્હો જાણીને સાવધાન થઈને રહેવું અને ગુરુમુખથી સાધન જાણી લઈને તે પ્રમાણે આચરણ કરવું. સંસારમાં રહીને પણ જે ભજન ભૂલી જતો નથી એ કદી પણ પસ્તાતો નથી એમાં શંકાને સ્થાન નથી. જ્ઞાન વગરની વાચાળતા એ કેવળ મૂર્ખામી છે. માટે આવી વાચાળતા - બક બક કરવાનું મૂકીને સાધના કરવા મંડવું.

અ.૪૧ :

૮ થી ૧૫ : સ્થાવર (અચર) અને જંગમ (ચર) બધાને ભગવદ્વરૂપ માનીને વંદન કરતાં કૃતજ્ઞતા ક્યાંથી રહે અને ભવકૂપી કૂવો પણ ક્યાં રહે ? (એટલે કૃતજ્ઞી બને છે અને સંસાર તરી જાય છે.) આ (ઈદં) બ્રહ્મ (સત્) જ (એવ) છે, એવું વેદો કહે છે. એટલે આ જગત એ બ્રહ્મ જ છે. ભેદદષ્ટિ દૂર થતાં ખેદ રહેતો નથી. ઈશ્વર અને ગુરુમાં ખરેખર કોઈ જ ભેદ નથી. જે અવિદ્યાનો નાશ કરે છે તે ગુરુવર ઈશ્વર જ છે.

શાસ્ત્રમાં 'ગુ' દ્વારા મૂળ અવિદ્યાનું સૂચન છે અને 'રુ'થી એનો નાશ કરનાર એવો અર્થ સૂચિત છે. આમ ગુરુ અને ઈશ્વર અભિન્ન છે. આ (ગુરુ) બે અક્ષરનો મંત્ર ખરેખર તારનારો છે. અને ભવની (જન્મ મરણની) બાધા (વિઘ્ન) હરનારો છે. આ ગુરુમંત્ર બધા મંત્રોમાં શ્રેષ્ઠ છે. 'ગુરુ' 'ગુરુ' એવું બોલતાં ખરેખર મારો શ્વાસ નીકળી જાય એ વિના મારી બીજી કોઈ ઈચ્છા નથી. કારણકે હું (ગુરુ દ્વારા) બધા પ્રકારનું કલાયણ પામી ચૂક્યો છું. આ શરીરનું ચામડું ઉતારી, એના જોડા બનાવી, ગુરુના પગમાં પહેરાવું તો પણ હે ગુરુરાય ! આપનું ઋણ ચૂકવાય એમ નથી. હે ગુરુવર ! હવે તમારું અખંડ સ્મરણ રહે અને આ દેહ પડે તો પણ આ ચરણનું વિસ્મરણ ન થાય એવી કૃપા કરો.

૩૧ થી ૩૨ : જેના (ઉપદેશાત્મક) લેખને કારણે સંત, મહંત અને મુનિશ્વરોના વિશ્રામ સ્થાનરૂપ આપના ચરણોનાં દર્શન થયાં એવી મારી માતાને પણ ધન્ય છે. આ ગુરુચરણ પણ ખરે જ ધન્ય છે, ધન્ય છે, જેના શરણે જવાથી ક્ષણવારમાં મારું જન્મોજન્મનું અંધારું (અજ્ઞાન) જતું રહ્યું (નાશ પામ્યું), પછી ત્યાં શોક ક્યાંથી રહે ?

૪૦ થી ૪૨ : આત્મા સાથે જ અસંગ છે અને જગત એ ઈંદ્રજાળ છે એવું મનથી નિશ્ચયપૂર્વક સમજીને વિવેક દષ્ટિ કેળવતાં પછી સ્વપ્નમાં પણ ચિત્તમાં વાસના જન્મતી (ઊઠતી) નથી. આવા સદા મુક્તને પછી જન્મમરણ રહેતાં નથી. વેદે દશાવિલી પદ્ધતિથી જે પૂર્ણ જ્ઞાનની પ્રાપ્તિ થાય છે તેનો નાશ કરે એવું અન્ય કોઈ પ્રમાણ નથી.

૪૬ થી ૫૭ : યોગીશ્વરો સ્વપ્નમાં પણ જે સ્થિતિને પામી શક્તા નથી એ સ્થિતિ તરફ પ્રેમલક્ષણા ભક્તિને લીધે, વર્ણવી ન શકાય એવી ગતિ ભક્ત કરતો હોય છે. દેહને મડદાં જેવો કરી, જે કેવળ પરબ્રહ્મને જ સાક્ષાત્ અનુભવ કરતો હોય તેના એ મિલન સુખનું વર્ણન કોણ કરી શકે ? એ તો ઊંચી કોટિનો ભક્ત જ જાણી શકે (જેણે અનુભવ્યું હોય તે જ સમજી શકે).

કરોડો જન્મનાં સત્કર્મોનો ઉદય થાય (ફળે) ત્યારે ભક્ત થવાય છે. નહિતર મોટે ભાગે વાતોમાં જ આ જીવન વહી જાય છે. જ્ઞાન મેળવ્યા પછીની ભક્તિ શ્રેષ્ઠ ભક્તિ છે. આર્ત વગેરે ભક્તોમાં જ્ઞાની શ્રેષ્ઠ છે. જે આવો જ્ઞાની ભક્ત છે તે કાયમ પ્રભુ સાથે જોડાયેલો હોય છે. પ્રેમરસથી છલોછલ ભરેલો (પ્રેમ-રસ-તરબોળ) એવો

એ ભક્ત હંમેશાં મુક્ત હોય છે. આવી ભક્તિના અમૃતનો સ્વાદ તો આવો (જ્ઞાની) ભક્ત જ જાણી શકે. જન્મથી આંધળો હોય એવો જેમ પ્રકાશ વિશે કશું જ જાણતો નથી તેમ બીજા પામર લોકો આને (આવી ભક્તિના અમૃત સ્વાદને) સમજી શકતા નથી. આવા અનન્ય (નિરૂપમ) પરમાનંદનો અનુભવ ભક્ત કાયમ માણે છે. (વિષયોરૂપી) કાદવમાં આસક્ત રહેનાર સંસારી કીડો એને શું માણી શકે ? ખુદ ભગવાન પોતે સચ્ચિદાનંદ સ્વરૂપ હોવા છતાં પણ તેને અનુભવી શકતા નથી. તેથી જાણે (ભગવાન પણ) દેહ ધરીને વિદેહનો આનંદ માણવા અવતાર લે છે કે શું ? ખરેખર ! ભક્ત વગર ભગવાનને ચેન પડતું નથી. લાજ શરમ છોડીને જાણે તે ભક્તાધિન થઈને વર્તે છે. પ્રેમમાં લુબ્ધ એવો ભગવાન, આવી અનન્ય એવી પ્રેમલક્ષણ ભક્તિવાળા ભક્તો પાસે રહે છે. એની (અનન્ય પ્રેમલક્ષણા ભક્તિ) આગળ તો ચારેય મુક્તિ પણ લૂપી લાગે છે. જ્યાં અખંડ ભજનાનંદ વર્તતો હોય ત્યાંથી માયાનું તોફાન નાસી જાય છે. આવી ભક્તિ અલર્કને વગર પ્રયત્ને મળી ધન્ય છે એનાં પ્રારબ્ધને, એના કોણ વખાણ કરે ?

દત્તદર્શન :

મનને આનંદ આપે એવી દત્ત ભગવાનની છબીની અને મુખથી શોભાની શી વાત કરું ? એમના નેત્રની ચપળતા જીવતી માછલીના જેવી જણાતી હતી. મનને હરી લેનારું (મનોહર) એમનું રૂપ, હાસ્યયુક્ત સુંદર મુખકમળ અને પ્રેમ ભરેલા નેત્ર કટાક્ષો જોઈને સૌંદર્ય પણ નૃત્ય કરતું હતું. વરદાન આપતા (વરદ) અને અભયપણું બક્ષતા બે હાથ કેવા સરસ છે. શંખ સમાન કંઠ, વિશાળ છાતી અને પાંદડા જેવું પેટ, અતિ સુંદર ડૂંટી (નાભિ), કેળ જેવી જાંઘ અને વજ્ર, અંકુશ, ધ્વજ તથા કમળથી અંકિત ચરણકમળ, મુખ પર મંદ મંદ સ્મિત શોભે, તેજના ઢગલા સમું શરીર એ જોઈને ત્યાંથી જરા પણ મન ના ખસે એવું ભગવાનનું દર્શન છે.

એ અતિ અદ્ભૂત છબી જાણે કે નિર્ગુણ સ્વરૂપી જાળ છે અને એમાં મનરૂપી માછલી જઈને ફસાય છે અને (બધી ચેષ્ટાઓ ત્યજીને સર્વ પ્રકારે એમાં જ) તન્મય થાય છે. આમતેમ ભટક્યા પછી એ મન ક્યાંયથી પણ શાંતિ ન મેળવે ત્યારે આ ભગવદ્રૂપના દર્શનથી આખરે ત્યાં જ શાંત થઈ જાય. (ત્યાં ઠર્યા પછી) ત્યાંથી ખેંચવા છતાં તે પાછું ફરતું નથી. બધા હાવભાવ (ચેનચાળા) છોડીને દરેક પ્રકારે તન્મય થઈ જાય છે. જેમ મધ પર ચોંટેલી માખી ઊડી શકતી નથી તેમ ભગવદ્રૂપમાં ઠરેલું મન ત્યાંથી ખસતું નથી.

મન એ ઈન્દ્રિયોનો રાજા છે અને એ ભગવદ્રૂપમાં શાંત થતાં (ઠરતાં) ઈન્દ્રિયો પણ સ્વામીને વશ રહે છે અને બહાર દોડતી નથી. (બહિર્મુખ થતી નથી.) શેઠને છોડીને જેમ સેવકો બીજે ક્યાંય પણ જતા નથી તેમ ઈન્દ્રિયો પણ મનને વશ રહીને સ્વસ્થ રહે છે. શ્રીમંતની સાથે મિજબાની (મિજલસ-ઉજાણી)માં જતા, સેવકોને જેમ માગ્યા વગર મિષ્ટાન્ન મળે છે, તેમ મનને ધ્યાનમાં પરમાનંદ મળતાં ઈન્દ્રિયોનો ખેદ દૂર થાય છે અને ઈન્દ્રિયો શાંત થાય છે. ભગવદ્રૂપમાં મન આનંદ અનુભવતાં ઈન્દ્રિયો પણ બહિર્મુખ થતી નથી અને દરેક પ્રકારે સ્થિર થાય છે અને ચેષ્ટ વગરની થઈ રહે છે. અલર્કની પણ સાચોસાચ એવી જ સ્થિતિ થઈ છે. જે મન ગુરુના રૂપમાં ઠરી ગયું છે તે ત્યાંથી ખસવા તૈયાર નથી.

૧૦૨ થી ૧૦૮ : જેને વેદો પરોક્ષ કહે છે તે તું અમને ભક્તોને તો સદા અપરોક્ષ જ જણાય છે અને એ એક જ ધ્યેય અમોને સારી રીતે જાણીતું છે.

હે પ્રભુ ! તું જ મારી મુક્તિ છે, તું જ મારી ભુક્તિ છે ને તું જ મારી યુક્તિ છે. હું તને વારંવાર, શતધા (અનેક રીતે) પ્રણામ કરું છું. કરવા જેવું બધું જ મેં કરી લીધું છે અને મેળવવા જેવું બધું જ મેળવી લીધું છે. જોવા જેવું મેં બધું જોઈ લીધું છે. હવે મારામાં એનું પણ અભિમાન રહ્યું નથી.

જ્યાં બધું જ એકાકાર થઈ ગયું હોય ત્યાં બોલે કોણ ? અને સાંભળે કોણ ? હું અને તું પણાનો નાશ થયો હોવા છતાં પણ હે દયાળું ! હું તને વંદન કરું છું. આપની આજ્ઞા માથે ચઢાવીને હું ચોક્કસ જાઉં છું અને પ્રારબ્ધમાં હશે તે પ્રમાણે મુક્ત બનીને બધે સુખેથી ફરીશ. અલક કહે છે કે હવે રંગ જામશે તે સંતો અને સારી (સુ) બુદ્ધિ (ધી) વાળા એ અનુભવશે. અહીં રાજા (અલક) આ પ્રમાણે તરી ગયો.

અ. ૧૨૦ :

૧૧-૧૨ : એવું બોલીને એણે (ગંગા કન્યા) ભાવપૂર્વક પગ પકડ્યા. એટલે ત્યાંજ શ્રી ગુરુ બોલ્યા કે તું જે હૃદય પર હાથ રાખીને અહીં શોક કરી રહી છે તે જ હૃદય આનંદનું સ્થાન છે એમ તું દેહતાપૂર્વક માન અને એમાં જ સચ્ચિતસુખમય આત્મજ્ઞાન રહેલું છે.

૧૬-૧૭ : માટે એ વાત નિઃસંદેહ સત્ય છે કે ચેતન અને જડ બધી વસ્તુમાં જે પરમાત્મા વ્યાપકરૂપે રહેલો છે તે પરમાત્માનું નિવાસસ્થાન આ પ્રાણીમાત્રનું હૃદય છે. બધાં શાસ્ત્રો અને અનુભવીઓ એમ કહે છે કે જેને જીવાત્મા કહેવામાં આવે છે તે જ ઈશ્વર છે.

૨૦ થી ૭૬ : નામ, રૂપ, કુળ, જાતિ અને ગોત્ર વગેરેની જડ દેહ વિશે જે કલ્પના કરવામાં આવે છે તે તો આધાર વિનાની છે. માણસ આ ક્ષણભંગુર સંબંધીને નાહકનાં 'મારાં-મારાં' એમ કહે છે. પરંતુ આમાંથી કશું જ આત્માને સ્પર્શતું નથી, કારણકે એ તો હંમેશનો નિર્વિકાર છે અને ઉપાધિરહિત શોભે છે. નિર્વિકલ્પ, નિશ્ચલ અને સદા નિરંજનરૂપ એ આત્મા નથી તો નાશ પામતો કે એ નથી કદી પણ ક્ષીણ થતો. એમાં ક્યારેય પણ વધઘટ થતી નથી. એ તો કેવળ ચિન્મયરૂપ છે, અનાદિ, અનંત, સંપૂર્ણ શુદ્ધ અને સનાતન છે. સારા-નરસાથી એ તો અળગો અને અલિપ્ત રહે છે અને આ દુનિયાનાં સુખદુઃખ એને સ્પર્શતા નથી.

હાથ જોડીને, વંદન કરીને કન્યા (ગંગા) બોલી કે હે કરુણાસાગર ! મને જડ ચેતનનો તફાવત સમજાવો જેથી આ ખેદ દૂર થાય.

સદ્ગુરુ બોલ્યા કે સાંભળ : જે પોતાને જાણતો નથી અને એ જ રીતે અન્યને પણ જાણતો નથી તે બધાં જડ છે, તેમ જાણ, જે પોતાને જાણે છે અને જે અન્યને પણ જાણે છે તેને જ શાસ્ત્રના અને અનુભવના આધારે ચૈતન્ય તું જાણ. નિર્વિકાર, સાક્ષીરૂપ અને સ્વયં પ્રકાશિત જે સર્વકાળે એકરૂપ રહેનારું એવું અજર અને અમર ચૈતન્ય જ અંતરમાં રહેલો તટસ્થ જીવાત્મા છે.

એટલે કન્યા બોલી કે ત્યારે મેં જે કહ્યું એમાં શું ખોટું કહ્યું ? જેવો કાંટો પગમાં વાગે છે કે તરત એની જાણ દેહને થાય છે. એનો સણકો એકદમ માથા સુધી પહોંચી જાય છે અને માખી કે મચ્છર પણ શરીર પર બેસતાં અરેરે ! બિલકુલ સહન થતું નથી. માટે આવા શરીરને જડ તો કેવી રીતે કહેવાય ? એટલે ગુરુએ કહ્યું કે, હે કન્યા ! તું સાંભળ. તું અહીંયા તદ્દન ઊંધુ સમજ છે. જો ખરેખર દેહ જ ચેતનરૂપ હોય તો ફાવે ત્યાં રહીને એ બધાને જોઈ શકત. શબ્દ વગેરે વિષયોનું એને ઈન્દ્રિયોની મદદ વગર, ફાવે ત્યાં રહીને, હંમેશા સ્વયં જ્ઞાન થાત. જે સ્વયં ચેતન છે અને સાક્ષાત્ પ્રકાશરૂપ છે તેને દર્શનાર્થે આંખ વગેરેની કદી જરૂર પડતી નથી.

આ બધાંની દેહને જ જરૂર પડે છે. આ દેહ આંખ વગર જોઈ શકે નહી, કાન વગર સાંભળી શકે નહીં. માટે આ દેહ કોઈપણ સંજોગોમાં ચૈતન્ય નથી. આ બધું જાણનારો કોઈ બીજો જ છે. અહંકાર અને આત્મા સાથે તાદાત્મ્ય થવાથી આ શરીર જડ હોવા છતાં સાચે જ ચેતનભર્યું લાગે છે એમાં કોઈ શંકા નથી. આ શરીરમાં પગનાં તળિયાથી માંડીને માથા સુધી અહંકાર ઓતપ્રોત થઈને રહ્યો છે. અને એને કારણે જ ખરેખર આ દેહને જુદી જુદી અવસ્થા થાય છે એમાં કોઈ શંકા નથી.

આ અહંકાર જ્યારે પૂર્ણ વિકસિત અવસ્થામાં હોય છે ત્યારે પ્રાણીમાત્રની જાગ્રત અવસ્થા કહેવાય છે. એ અહંકાર અર્ધોન્મીલિત (અર્ધા ઊઘડેલી) અવસ્થામાં હોય ત્યારે એ પ્રાણીમાત્રની સ્વપ્ન અવસ્થા કહેવાય છે. અને જ્યારે અહંકાર અવિકસિત અવસ્થામાં હોય ત્યારે પ્રાણીમાત્રની નિદ્રાવસ્થા કહેવાય છે. આમ અહંકારને લીધે દેહની ત્રણ અવસ્થા થાય છે. જ્યારે નિદ્રાવસ્થામાં અહંકારનો લય થાય છે ત્યારે બધા લોકોના બાહ્ય વ્યવહારો થોભી જાય છે અને મોહ, શોક કે દુઃખ વગેરેનું ભાન રહેતું નથી. એટલે આ દેહને ચેતન કહી શકાય નહીં. ચૈતન્યને કોઈ દિવસ, કલ્પને અંતે પણ જન્મ કે મરણ હોતા નથી. આ દેહ વિકારી જાણ અને બધા એનો અનુભવ પણ કરે છે. એ અન્નમય કોશનો બનેલો છે. શરીર દ્વારા થયેલાં શુભ અને અશુભ કર્મો આ જીવાત્માએ ભોગવવાં પડે છે. પૂર્વ દેહમાં જે કર્મો કર્યા હોય તે કર્મોને ભોગવવા માટે તેને અનુરૂપ અહીં શરીર ધારણ કરવું પડે છે. માટે જ્ઞાન મેળવીને જો વ્યક્તિ મુક્તિ પ્રાપ્ત કરી ના લે તો એ જન્મમરણનો ફેરો ચુકતો નથી (ફેરામાંથી છૂટી શકતો) નથી અને હંમેશાં જુદા જુદા દેહ ધરીને આ જીવ સંસારમાં ભ્રમણ કર્યા કરે છે.

આ શરીરને જોઈને એનું મૂળ કારણ તપાસીએ તો શું જાણવા મળે ? માતા પિતા જે અન્ન ખાય છે તે અન્નનો રસ થાય છે અને એ રસ ઘન થતાં એનું રક્ત અને રેત બને છે. એ રક્ત તથા રેતથી આ દેહ ઉત્પન્ન થાય છે. એ અન્નથી જ આ દેહ મોટો થાય છે અને અન્ન વગર આ દેહ ક્ષીણ થઈને અંતે પૃથ્વીમાં રાખ થઈને મળી જાય છે. આ દેહ એ અન્નકોશનો બનેલો છે. આ વિકારી, જડ અરે જોઈ શકાય એવો દેહ કેવી રીતે ચૈતન્ય હોઈ શકે એ તું સારરૂપ વિચારીને બોલ. વસ્તુને જોનારો એ વસ્તુથી જુદો છે. દષ્ટા (જોનારો) અને દશ્ય (વસ્તુ) બંને કદી પણ એકરૂપ હોઈ શકે નહીં. એ જ ન્યાયયુક્તિથી જોતાં દેહને જોનારો બીજો હોવો જોઈએ. એવો દેહ કદાપિ છે નહીં. વેદનો સિદ્ધાંત છે કે જે દેખાય છે તે નાશવંત છે, (યદષ્ટં તન્નષ્ટં). દેખાય તે વસ્તુ માત્ર નશ્વર છે તેથી નજર સમક્ષ દેખાતા આ જડ, વિકારમય અને મલિન એવા દેહને ચેતન મનાય જ કેવી રીતે ? માનું રક્ત અને પિતાનું રેત (વીર્ય) ભળવાથી આ અમંગલ દેહ બને છે.

પિતાના વીર્યથી હાડકાં, મજ્જા અને સ્નાયુ બને છે અને માતાના લોહીથી માંસ, લોહી અને ચામડી બને છે. કફ, વાત અને પિત્તથી આ રક્ત તથા રેત ઘટ્ટ બને છે. રજસ્વલાના મેલથી એ વિકારી દેહ વિકાસ પામે છે. જો છ મહિનાની અંદર કદાચ ગર્ભ પડી જાય તો તે માંસના પિંડ સમાન એકદમ જડ દેખાય છે. સાતમે મહિને તાળવું ભેદીને ગર્ભમાં ચૈતન્યરૂપ ઈશ્વર પ્રવેશ કરે છે એટલે પછી ગર્ભ ત્યાં ચલન-વલન વગેરે ક્રિયા કરે છે. (ગર્ભ ફરકે છે). એ જીવ પૂર્વજન્મના ફળરૂપ પુણ્ય પાપને અંતરમાં યાદ કરીને ત્યાં ગર્ભની પીડા જોઈને અતિશય દુઃખી થાય છે. “સોહં” (સઃ + અહં = હું તે છું.) શબ્દના ઉચ્ચારથી ઈશ્વરની પ્રાર્થના કરીને જીવ કહે છે કે આ દુઃખમાંથી છૂટવાની સાથે જ હું “સોહં” શબ્દ દ્વારા ઈશ્વરનું અનન્ય ભાવે ભજન કરીશ અને એનું અભેદભાવથી ચોક્કસ ચિંતન કરીશ.

આ રીતે ગર્ભમાં અસહ્ય ત્રાસ ભોગવીને અને માતાને મરણતોલ દુઃખ આપીને અંતે નવ મહિના પૂરા થતાં મળ-મૂત્ર વગેરે ગંદકી સાથે એ યોનિદ્વારથી કીડાની માફક બહાર પડે છે. અથવા જો અંદર આડો હોય તો માતા માટે એને જીવલેણ સમજીને કાપો મૂકીને એને બહાર કાઢે છે. ખરેખર ! ગર્ભાવસ્થા આવી દુઃખદાયી છે. આવા દેહના જન્મનો કોણ ઉત્સવ ઊજવે અને મરી જાય ત્યારે શોક પણ કોણ કરે ? હરિભજન કરવાનો ગર્ભમાં કરેલો સંકલ્પ જન્મતાંની સાથે જ જીવ તરત ભૂલી જાય છે.

બાળપણ રમત-ગમતમાં ગુમાવે, જુવાની વિષયભોગ ભોગવવામાં ગુમાવે અને ઘડપણમાં પુત્ર તથા પૌત્રની ચિંતામાં પસાર કરીને આયુષ્ય નકામું વેડફી દે છે અને અંતે મૃત્યુ આવતાં પશ્ચાતાપ કરીને રડે છે. એક જ સમયે હજાર વીંછીઓ એક સાથે કરડે અને જે વેદના થાય, તેવી જ અસહ્ય વેદના ભોગવીને જીવ શરીર છોડે

છે. કૂતરાં - ભૂંડ, વૃક્ષ, દેવ, મનુષ્ય કે પશુ પૈકીની ઉચ્ચ કે નીચ કોઈ યોનિમાં જીવ કર્મ પ્રમાણે અવતાર ધારણ કરે છે.

મરતી વખતે તલમાત્ર કશું સાથે આવતું નથી. આ જીવ કરેલા કર્મને સાથે લઈને જાય છે. સગાવહાલાં તો બધા દૂર રહે છે.

૮૬ થી ૧૨૦ : આ સાંભળીને પેલી કન્યાએ હાથ જોડીને કહ્યું કે હે પ્રભુ ! આપે જે કહ્યું તે યોગ્ય જ છે. તો પણ મારું દુઃખ હજી શાંત થતું નથી. અમારા પાપ ક્યારે ટળશે ? વિધાતાએ નસીબમાં આ સ્ત્રીનો જે જન્મ લખ્યો છે તે જ જન્મ વારે વારે લઈને અમારે ચૂલા-ચક્કીમાં જ અમારી જીંદગી પૂરી કરવાની અને એમાં જ અમારે મરવાનું ? શું વિધાતાએ સ્ત્રીઓના નસીબમાં ગધ્ધાવૈતરાં સિવાય બીજું કશું લખ્યું જ નથી ? શું મુક્તિનો રસ્તો કેવળ પુરુષો માટે જ ખૂલો રાખ્યો છે ?

આ સાંભળીને શ્રી ગુરુ બોલ્યા કે હે બહેન ! તું આમ ધીરજ ના ગુમાવીશ. મારા કહેવાનો અર્થ એવો નથી. તું ઊંધું કેમ સમજે છે ? જીવની અંદર પુરુષ કે સ્ત્રી એવો ક્યારેય ભેદ હોતો નથી. અહીં કર્મ પ્રમાણે બધાંને શરીર મળે છે. જેનું જેવું પાપ કે પુણ્ય હોય તે પ્રમાણે સ્ત્રી કે પુરુષનો દેહ પ્રાણીમાત્રને મળે છે. એ દેહમાં રહેલું ચેતન અભિન્ન હોય છે. એમાં સ્ત્રી-પુરુષ કે નપુંસક એવો ભેદ હોતો નથી અને એનું દુઃખ પણ હોતું નથી.

પાંચ જ્ઞાનેન્દ્રિય, પાંચ કર્મેન્દ્રિય, પાંચ પ્રાણ, મન, બુદ્ધિ, ચિત્ત અને અહંકાર - એવાં ઓગણીસ તત્ત્વોના લિંગ નામે જે સૂક્ષ્મ દેહમાં ચૈતન્યની જે જ્યોતિ પ્રવેશે છે તે જ જીવ કહેવાય છે. એ સિવાય બીજો કોઈ જીવ નથી. એ ચેતનમાં સ્ત્રી કે પુરુષ એવા ભેદનું ક્યાંય પણ નામોનિશાન નથી. સ્ત્રી કે પુરુષ ગમે તેનું મૃત્યુ થતાં લોકો 'જીવ ગયો' એમ જ કહે છે. એને સ્ત્રીલિંગ કે પુલિંગનો પ્રત્યય લાગતો નથી. એ જ રીતે એક વાર સ્ત્રીનો જન્મ થાય એટલે એનો એ જ જન્મ ફરી ફરીને લેવું પડે એવું પણ તું માનતી નહીં. આ બધું કર્માનુસાર બને છે. માણસ ઓછું વતું જે પાપ પુણ્ય આચરે છે તે પ્રમાણે એણે સ્ત્રીપુરુષનો અને બ્રાહ્મણ, ક્ષત્રિય, વૈશ્ય કે શુદ્રનો તેમજ મૂળા, આંધળા, પાંગળા વગેરેનો તેમજ બુદ્ધિશાળી કે મૂર્ખ એવો દેહ કર્માનુસાર પ્રાપ્ત થાય છે. એમાં બિલકુલ શંકા કરીશ નહીં. મરણ સમયે જેવી મતિ રહે છે (બુદ્ધિ) તેવી ગતિ આ દેહની થાય છે. જ્ઞાન થતાંની સાથે બધાને મુક્તિ મળે છે. એમાં સ્ત્રી કે પુરુષનો ત્યાં ભેદ નથી હોતો. દેહને આત્મા માનીને મૂઢ બુદ્ધિનો માનવી અહીં દુઃખમાં પડે છે.

એ સાંભળીને ગંગા બોલી કે હે ધ્યાનાસાગર એવા ગુરુનાથ ! આપ જ મારાં માતા, પિતા અને આત્મા છો. આપે મને જે ઉપદેશ કર્યો તે બધો મને સ્વીકાર્ય છે. એમ છતાં ત્યાં એક શંકા થાય છે તે હે પ્રભુ ! દૂર કરો. આ શરીર જડ છે એ નક્કી છે અને જીવ અસંગ અને તટસ્થ છે. માટે સુખ-દુઃખ વગેરે બધું પ્રાણને થાય છે. એનું કારણ દીવા જેવું સ્પષ્ટ છે. દેહથી પ્રાણ જુદો છે અને આ પ્રાણ દેહમાં રહીને જડ દેહને શક્તિ આપે છે તે સિદ્ધ થયેલી વાત છે, જુદી જુદી ઈન્દ્રિયો દ્વારા તે જ કામ કરાવે છે અને આ દેહની ચાલવાની, વાંકા વળવાની વગેરે બધી જ ક્રિયા પણ પ્રાણની મદદથી જ થાય છે. આ પ્રાણને જ ભૂખ અને તરસ લાગે છે. વળી લેવાની અને આપવાની બધી ક્રિયા પણ આ પ્રાણ જ કરે છે. ગાઢ નિદ્રામાં પણ શ્વાસોચ્છવાસરૂપે એ જાગ્રત રહીને એ હંમેશા કૂતાર-શિયાળવાં વગેરેથી આ શરીરનું રક્ષણ કરે છે. આ બધું પ્રાણને લીધે જ બને છે. એના વગર આ દેહ મડદું બની જાય છે.

શ્વાસોચ્છવાસ બંધ થઈ જતાં લોકો એને મરી ગયેલો માનીને, એને અમંગલ માનીને પોક મૂકીને બાળી મૂકે છે. જ્યાં સુધી આ દેહમાં પ્રાણ જાગ્રત રહે છે ત્યાં સુધી પતિ વગેરેને કઠણ અને કારમા શબ્દો કહેવા એ શસ્ત્ર

વગર એને મારી નાંખ્યા સમાન છે એમ લોકો ગણે છે. પરંતુ પ્રાણ જતા રહ્યા પછી એને બાળી દે તો પણ બાળનાર ઉપર હત્યાનો કોઈ આરોપ મૂકતા નથી. એનાથી એવું જ સાબિત થાય છે કે પ્રાણ એ જ આત્મા છે.

માતા પિતા, પતિ સહિત બધાં જ સગાંવહાલાં અહીં આપણા માટે પ્રાણસ્વરૂપ છે એ નિશ્ચિત છે એમાં જરા પણ શંકા કરવા જેની નથી. આ પ્રાણ ચેતનાસભર હોવાથી ઊંઘમાં પણ દેહ પર માખી કે મચ્છર બેસે તો તરત જ ઊડાડી મૂકે છે. ઊંઘમાં વસ્ત્ર પણ આઘું પાઘું થાય તો એને એ વ્યવસ્થિત કરી દે છે. માટે પ્રાણ આત્મા છે એમાં કોઈ શંકા નથી. એ મેં નિશ્ચયપૂર્વક જાણી લીધું એમ કન્યા બોલી એટલે એ સાંભળીને સંતોષ પામીને શ્રી ગુરુ જે બોલ્યા તેનું વર્ણન આગળના અધ્યાયમાં થશે. શ્રી ગુરુ પત્ની (અન્નપૂર્ણા માતા) ને આ અલૌકિક રંગ (અધ્યાત્મ જ્ઞાન) કહેતા હતા. પત્ની તો નિમિત્ત માત્ર હતી પણ આ બધી લીલા સૌના કલ્યાણ માટે હતી.

અ.૧૨૧

૧ થી ૧૫૨ : શ્રીગુરુ બોલ્યા કે હે કન્યા ! તારી બુદ્ધિ ધન્યવાદને પાત્ર છે. તેમ છતાં આત્મા કોણ છે તે તું જાણી શકી નથી. (૧) આ જડ દેહ એ આત્મા નથી એટલી તને ખબર પડી પરંતુ પતિ, પુત્ર વગેરે એ પ્રાણ છે એવું નક્કી કરીને એ પ્રાણની અનન્ય ભાવે ઉપાસના કરતાં જેમ હિરણ્યગર્ભ ઉપાસદો પ્રાણલોકમાં જાય છે તેમ તે લોકની તને પણ પ્રાપ્તિ થશે. પરંતુ એનાથી જન્મ મરણનો ફેરો ટળતો નથી. એનું ચોક્કસ એ જ કારણ છે કે પ્રાણ એ કોઈપણ રીતે આત્મા નથી. પ્રાણ તો બીજા વાયુની જેમ જડ છે. તું સંશયમાં પડીશ નહીં. (૨-૫).

નિદ્રાવસ્થામાં એ ખસી ગયેલાં વસ્ત્રને વ્યવસ્થિત કરે છે તે તો રોજના અભ્યાસને કારણે કરે છે એમાં શંકાને કોઈ સ્થાન નથી. (૬). જો ખરેખર પ્રાણ એ ચૈતન્યરૂપ જ હોય તો નિદ્રાવસ્થામાં પણ કોઈ કોઈની વસ્તુની ચોરી કરી શકત નહીં. તું જરા જોઈને વિચાર કર. મને ભૂખ અને તરસ લાગી છે એવું જે હંમેશાં બોલે છે તે પ્રાણનો પણ પ્રાણ છે અને પ્રાણથી એ જુદો છે અને એજ પ્રાણને ચેતન આપીને ક્રિયા કરાવે છે. (૭-૮). પ્રાણ પોતે સ્વતંત્રપણે આ ચલન વલન વગેરે કરી શકતો નથી. આ પ્રાણનો પણ કોઈ અંતર્યામી વસે છે જે અંતરમાં રહીને પ્રાણ બળ પૂરું પાડીને એની પાસે ચાલવાની (ચલન), વળવાની (વલન) એવી બધી ક્રિયા કરાવે છે. (૧૦-૧૧) એ જ બ્રહ્મ પ્રાણ વગેરે દ્વારા ખાવાનું પીવાનું આપીને જઠરમાં અન્ન પચાવવાનું કાર્ય કરે છે. (૧૨) આ બધું કરવા અને કરાવવા છતાં એ આત્મા હંમેશાં નિર્લેપ રહે છે. એ પ્રાણની માફક ચૈતન્ય વિનાનો જડ નથી. એની હાજરીમાં સારું ખોટું થવા છતાં પણ એ તો અકર્તા જ છે. તમે બધા પરતંત્ર છો. એ કેમ સમજતા નથી ? એના વિના તો આંખ ઉઘાડવાની પણ શક્તિ નથી એ તો તમે તમારી સગી આંખે જુઓ જ છો. (૧૩-૧૫). અહંપણું રાખીને નાદાન થઈને નાહકના શું કામ દુઃખી થાઓ છો ? તમારું પરાધીનપણું જાણીને અહંનું અભિમાન ત્યજ દો. (૧૬). જે વ્યક્તિ કર્તાપણાના અભિમાનથી દૂર રહે છે તેને સારું કે નરસું કર્મ બંધનરૂપ થતું નથી. (૧૭). સોનાની કે લોખંડની સાંકળ બંને સમાન છે અને પ્રાણીને બંધનકારક છે એમાં જરા પણ શંકા નથી. (૧૮) એ જ રીતે મોક્ષની પ્રાપ્તિમાં પાપ જેમ ઘણાં વિઘ્નો કરે છે તેમ પુણ્ય પણ ખેરખર વિઘ્નરૂપ બને છે. (૧૯) પાપને લીધે નરક મળે છે અને પુણ્યને લીધે સ્વર્ગ મળે છે પરંતુ એનાથી જન્મ મરણનું દુઃખ ટળતું નથી એ જાણી લે. (૨૦) જ્યાં સુધી પુણ્ય રહે છે ત્યાં સુધી જ સ્વર્ગમાં રહેવાનું હોય છે. જેવો પુણ્યનો નાશ થાય કે તરત જ પાપને કારણે પ્રાણીને નરકની પ્રાપ્તિ થાય છે. આત્મજ્ઞાન વગર યુગોના અંતે પણ જન્મમરણનું દુઃખ ટળતું નથી. (૨૧-૨૨) માટે જ ફળની ઈચ્છા ત્યજીને જો માણસ અહીં ઈશ્વર પ્રીત્યર્થે પુણ્યકર્મ કરે તો જ એનું ચિત્ત શુદ્ધ થાય છે. (૨૩). પછી ઈશ્વરની કૃપાથી બુદ્ધિમાં શુદ્ધ પ્રકાશ પડે છે અને એને સાચું જ્ઞાન થવાથી તરત જ મોક્ષપદને પામે છે. (૨૪).

જેણે ગયા જન્મમાં સત્કર્મોનું આચરણ કર્યું હોય છે તેઓ આ જન્મે વગર પ્રયત્ને સત્ અને અસત્નો વિવેક

વિચાર કરતા હોય છે. (૨૫). જન્મથી જ શુદ્ધબુદ્ધિ થઈ હોવાથી, ઈશ્વરકૃપાથી યોગ્ય સદ્ગુરુ મેળવીને આત્મજ્ઞાન પામે છે. (૨૬). સદ્ગુરુના ઉપદેશથી એ માયાના બંધનો તોડી નાંખીને જીવતે જીવ મુક્તિના સુખનો અનુભવ કરે છે. (૨૭)

(હે કન્યા ! તે) પ્રાણના સંબંધમાં જે વિચાર વ્યક્ત કર્યો તે પ્રાણ તો પ્રાણમય કોશ છે અને એ લિંગદેહનો સારરૂપ છે એમ જાણ. (૨૮) આત્મા એનાથી જુદો સચ્ચિદાનંદ સ્વરૂપ છે એમ જાણ. એટલે એ કન્યાએ કહ્યું કે હે ગુરુજી ! મને હવે ભાન થયું અને હવે મને બધી સમજ પડી. હું જે કાંઈ બોલું છું કે ચાલું છું અને બીજા જે કોઈ વ્યવહાર આ દેહના થાય છે તે બધા ઈન્દ્રિયો દ્વારા થાય છે માટે એ ચોક્કસ છે કે આ ઈન્દ્રિયો એ જ આત્મા છે. જે બધું ચલાવનાર છે. અથવા બધી ઈન્દ્રિયોમાં એ બધાનો રાજા મન છે અને તે બધાનું નિયમન કરનારો છે માટે મન એ જ સાચે આત્મા છે અને બંધનકારક એ મુક્તિદાયક પણ એ જ છે. (૨૯-૩૨).

આ દેહમાં મન જ હંમેશા અહંભાવ રાખનાર છે. તેમ જ ઘર, સ્ત્રી, જમીન વગેરે પર એ જ હંમેશા મમતા પણ રાખે છે. (૩૩) મન પોતે હંમેશા અલિપ્ત રહે છે. એ જ્યારે કોઈ કાર્યમાં તલ્લીન હોય છે ત્યારે તેની પાસે ગમે તેટલા મોટા અવાજો થાય તો પણ એને કંઈ ખબર પડતી નથી. માટે આવું નિર્વિકારી મન એ જ ખરેખર આત્મા છે. (૩૪-૩૫).

એનાં આવાં વચનો સાંભળીને સદ્ગુરુ બોલ્યા કે જો ગંગા ! એક જ રાજ્યમાં કોઈ દિવસ એકથી વધુ રાજા હોતા નથી. (૩૬). એ જ ન્યાયે ઈન્દ્રિયોને આત્મા કહી શકાય નહીં. ભૌતિક જડ એ ઈન્દ્રિયો આત્મા કેમ મહાન ? (આમ ઈન્દ્રિયો મહાન આત્મા ન હોઈ શકે.) (૩૭). આ ઈન્દ્રિયો મનની વૃત્તિ વગર કામ કરતી નથી એ નિઃશંક છે. જ્યારે મન બીજે હોય ત્યારે શંખ ફૂંકવામાં આવે તો પણ એનો અવાજ કાન સાંભળતા નથી. (૩૮),. એ જ વાત બધી ઈન્દ્રિયોને લાગુ પડે છે. જે હંમેશા પરાધીન હોય તેવી ઈન્દ્રિયોને કેવી રીતે આત્મા કહેવાય ? એ પ્રમાણે મન પણ આત્મા નથી. (૩૯).

જેમ પંચભૂતના રજોગુણમાંથી પ્રાણ ઉત્પન્ન થાય છે તેમ પંચભૂતના અન્નતત્ત્વથી સત્વગુણાત્મક મન નિર્માણ થાય છે. (૪૦) સંકલ્પ - વિકલ્પ કરતું આ મન અતિશય ચંચલ છે. એને ત્રણે લોકની પ્રાપ્તિ થાય તો પણ એ ધરાતું નથી. (૪૧). જો એ મન કદાપિ દુષ્ટવાસનાવાળું થાય તો એ ભૂત પ્રેત વગેરે યોનિમાં લઈ જાય છે. (૪૨). આત્મા સર્વવ્યાપી, નિષ્કલંક, નિર્મલ, નિત્યતૃપ્ત અને હંમેશા સ્થિર રહે છે. જ્યારે મન તો વિકારી અને લુચ્ચુ છે. (૪૩). એ તો મર્યાદાથી બંધાયેલું અને હંમશાં ભટકતું રહે છે. એની સાબિતી કહું તે સાંભળ. મારું મન અત્યારે બીજે ઠેકાણે ગયું હતું તે પાછું અત્યારે અહીં પાછું આવી ગયું એવું બધા લોકો કહેતા હોય છે. એનાથી સાબિત થાય છે કે મન પરિચ્છિન્ન (મર્યાદિત) છે-સર્વવ્યાપક નથી. (૪૪-૪૫)

જો એ પરિચ્છિન્ન ના હોય તો એનું જવું આવવું ખરેખર શક્ય બને જ નહીં. વળી બીજી વાત સાંભળ. (૪૬). મરણ વખતે મન જે વિષયમાં ઠરીને તદાકાર થાય તે મુજબ જે તે યોનિમાં પ્રાણી જન્મ લે છે. (૪૭). ઘડાને જાણનારો ઘડાથી અહીં જેમ જુદો હોય છે તેમ જે જે વસ્તુને જે જાણે છે તે જાણનારો એ વસ્તુથી જુદો જ હોય છે. (૪૮). એ જ ન્યાયે જે મનનું જવું અને આવવું જાણે છે તે જાણનારો મનથી જુદો છે એમ બધા હંમેશાં જાણે જ છે. (૪૯). માટે મન એ આત્મા નથી. સ્વપ્નમાં અને જાગ્રત અવસ્થામાં બધા આ વાત સ્પષ્ટરૂપે જાણે જ છે પછી તું શંકા કેમ કરે છે ? (૫૦).

સ્વપ્નની અંદર ઈન્દ્રિયોનો ચલન વલનનો વ્યવહાર હોતો નથી તો પણ આત્માના સાંનિધ્યને કારણે મન સર્વ ઈન્દ્રિયરૂપ બની બધા વ્યવહારો કરે છે. માટે આત્મા એ સ્વયં પ્રકાશિત છે એવો સાર તું નિશ્ચિત જાણ. (૫૧-૫૨). જડ અને પરાધીન મન શું જાણે ? સૂર્ય, ચંદ્ર આદિ સ્વપ્નમાં કારણ જ્યોતિ છે તેમ નેત્ર વગેરે અનેક

કાર્યની જ્યોતિ ઈંદ્રિયો છે. તે બધા દેહ સાથે સર્વથા કંઈ જ કરતાં નથી. તે વખતે જડ મન આત્મ ચૈતન્ય સાથે તદ્દ્રૂપ થઈ તે તે સાક્ષીરૂપ આત્મા જોઈને હર્ષ કે શોકમાં પડે છે એમ તું માન. (૫૩-૫૫)

આ બધાનો સાક્ષીરૂપ આત્મા કેવળ એક હોય છે અને તે નિર્વિકાર, નિશ્ચલ અને હંમેશનો સચ્ચિદાનંદરૂપ હોય છે. (૫૬) બધા પ્રકાશનો એ પ્રકાશ છે અને એના પ્રકાશથી જ મન અને ઈંદ્રિયો બધું જુએ છે. તું આમા તર્ક લડાવીશ નહીં. (૫૭). જ્યારે આ મન ચેષ્ટારહિત થઈને નિષ્ક્રિય અને સ્થિર થઈ જાય છે ત્યારે એને આત્માનું સાચું અને શુદ્ધ જ્ઞાન થાય છે. (૫૮) આ મન પણ લિંગદેહમાં રહેલો મનોમય કોશ જ છે એમ તું નિશ્ચિતપણે જાણ. આત્માની ઉપાધિને લીધે નિર્મિત થયેલું એ મન જ્ઞાનેન્દ્રિય છે એમ જાણ. (૫૯) તેથી મનના આ વ્યાપાર બંધનમાં (તું) પડીશ નહીં. મનનો સંયમ કરવા છતાં પણ જો એ એકાગ્ર ન થાય તો પોતાના અધિકાર પ્રમાણે ઈશ્વરની સગુણ મૂર્તિ રાખીને એનું હંમેશાં એકભાવથી પૂજન કરવું જોઈએ. (૬૦-૬૧).

આસન ઉપર સારી રીતે સ્થિરતાપૂર્વક બેસીને પગથી માથા સુધીનું, નખશિખાંત સુમંગલકારી ધ્યાન પ્રેમપૂર્વક ધરવું. પછી એ ધ્યેય મૂર્તિને પોતાના હૃદયકમળમાં સુસ્થિર કરીને મનને એ ધ્યાયાકારે સ્થિર કરવું. (૬૨-૬૩) જો અનુસંધાન તૂટી જાય તો ફરી ફરી પ્રયત્ન કરીને એજ અભ્યાસમાં લગાતાર મંડ્યા રહેવું. (૬૪). એક મહિને, છ મહિને અથવા વર્ષે પણ માનો કે ખૂબ પ્રયાસ કરવા છતાં પણ જો મન સ્થિર ન થાય તો પણ ધીરજ છોડવી નહીં અને અંતરમાં કંટાળ્યા વગર સતત અભ્યાસ કરતા રહેવું. જેથી મનની ચોક્કસ સ્થિરતા થશે. આ રીતે ધ્યાનયોગથી પૂર્વજન્મમાં કરેલા પાપનો સંચય સારી રીતે નાશ પામવાથી મનની દોડધામ એની મેળે અટકી જશે, મન સ્વાધીન થશે અને પ્રભુનું ધ્યાન સિદ્ધ થશે. (૬૫-૬૮)

શ્રીગુરુનાં એ વચનો સાંભળીને કન્યા બોલી કે આપ જે કહો છો તે બરાબર છે પરંતુ બુદ્ધિ જેવી પ્રેરણા કરે તેવી રીતે જ આ મન વર્તે છે. એટલે અહીં બુદ્ધિને આત્મા કહીએ તો એમાં કોઈ વાંધો આવશે નહીં એ શંકારહિત છે. (૬૯-૭૦) ખરેખર બુદ્ધિ સ્વતંત્ર છે અને બુદ્ધિ વગર અહીં અનુમાન વગેરે પક્ષનો કદી પણ સ્વીકાર થઈ શકતો નથી. (૭૧). બુદ્ધિ વગર જ્ઞાન શક્ય નથી. આ રીતે વિચાર કરતાં બધે બુદ્ધિ જ બધું કરનાર હોય તેમ જણાય છે. (૭૨). માટે એવું અનુમાન થાય કે બુદ્ધિ જ આત્મા છે. આ સાંભળીને દયાધન શ્રીગુરુ બોલ્યા કે હે કન્યા ! તારી તર્કશક્તિને ધન્ય છે. (૭૩) આમ છતાં પણ તું સાચું તત્ત્વ સાચી વાત તો અહીં નથી જ સમજી. તું સાંભળ. પંચભૂતના સત્વાંશથી બુદ્ધિની ઉત્પત્તિ થાય છે. (૭૪).

બુદ્ધિએ અંતઃકરણની એક વૃત્તિ છે અને સત્વ, રજસ અને તમસ એવી એ ત્રિગુણાત્મક છે. (૭૫) બુદ્ધિ સ્વતંત્ર છે એવું જો તમે કહો તો એ સ્વતંત્ર છે એવું જોનાર કોઈ બીજી બુદ્ધિ હોવી જોઈએ. (૭૬) વિચાર કરતાં આવી બુદ્ધિ ક્યાંય જોવા મળતી નથી. વળી બુદ્ધિમાં વધઘટ પણ થાય છે તો પછી એને કેવી રીતે આત્મા કહી શકાય ? (૭૭) અગ્નિના સાન્નિધ્યથી જેમ લોખંડ પ્રકાશ આપે છે તેમ આત્માના સાન્નિધ્યથી બુદ્ધિ પ્રકાશે છે. (૭૮) આપણે જોઈએ છીએ કે નિદ્રામાં બુદ્ધિ લીન થાય છે. તો પછી એને આત્મા કોણ કહેશે ? આગિયો કદી સૂર્ય ન બની શકે. (૭૯) તે જ રીતે બુદ્ધિમાં કર્તૃત્વ પણ સાબિત થતું નથી. જો બુદ્ધિ પાપ અને પુણ્ય કરતી હોય સ્વર્ગ અને નરક વગેરે પણ એ જ ભોગવે એ જ યોગ્ય ગણાય. તો પછી જીવ શું કામ બંધાય છે ? કરે કોઈ અને ભોગવે સહન કરે કોઈ એ તદ્દન વિરુદ્ધ કહેવાય. (૮૦-૮૧) માટે જ્યાં સુધી અહીં આવી બદ્ધ દશા હોય છે ત્યાં સુધી જીવને આવું આધ્યાસિક (મિથ્યા આરોપણ થયેલું) કર્તૃત્વ હોય છે. આ શાસ્ત્ર અને અનુભવથી સિદ્ધ થયેલું છે. માટે આ વાતનો સારાંશ એ છે કે લિંગ દેહ સૂક્ષ્મ શરીરમાં બુદ્ધિ એ વિજ્ઞાનમય કોશ છે. એ પણ બીજા કોશોના જેવો કોશ જ છે. એમાં કોઈ શંકા જ નથી. બૌદ્ધમતના અનુયાયીઓ એને આત્મા માને છે. (૮૨-૮૪). પણ એ એમની સાથે જ ભૂલ છે. કારણ કે બુદ્ધિ તો વિકારી છે અને નિર્વિકાર એવો આત્મા તો સ્વયં પ્રકાશરૂપ

અને ચૈતન્યની ખાણ છે. (૮૫). એ ખરેખર બુદ્ધિથી જુદો એવો અમાપ બુદ્ધિનો સાક્ષી છે. તેને આ વર્ણન ન કરી શકાય એવા તત્ત્વને તારા હૃદયમાં વિચાર કરીને જાણી લે. (૮૬).

આ સાંભળીને બંને હાથ જોડીને કન્યા બોલી કે હે પ્રભુ ! પહેલાં આપે એમ કહ્યું હતું કે અહંકારનો લય થાય તે સ્થિતિને નિદ્રા કહેવામાં આવે છે અને હવે એનાથી ઉલટું કહો છો કે બુદ્ધિ લીન થતાં અહીં નિશ્ચિતરૂપથી નિદ્રા સ્થિતિ આવે છે. (૮૭-૮૮) હે પ્રભુ ! મને શંકા થાય છે કે આ બેમાં સાચું શું ? શ્રીગુરુ બોલ્યા કે તું સાવધાનીપૂર્વક જે યોગ્ય છે તે સાંભળ. (૮૯).

કોઈ અંતઃકરણના ચાર પ્રકાર કહે છે જ્યારે કોઈ એના બે પ્રકાર માને છે. એ લોકો ચિત્તનો મનમાં અને બુદ્ધિનો અહંકારમાં સમાવેશ કરીને અંતઃકરણના બે પ્રકાર છે એમ કહે છે. (૯૦-૯૧) જે સમયે બુદ્ધિ અને અહંકારનો લય થાય છે તે જ નિદ્રાવસ્થા છે અને એ આનંદમય કોશ છે. (૯૨) ચાર્વાકો દેહને જ અહં ભાવપૂર્વક આત્મા માનીને નિઃશંક નિરર્થક કાદવ જ ચૂંથે છે. (૯૩). બુદ્ધિશાળી માનવી એ અસત્યને જાણે છે. મીમાંસક પણ જીવને જ આત્મા માનીને ચિદાભાસમાં અહંપણું રાખીને પોતાનો સિદ્ધાંત સ્થાપે છે. પરંતુ એને પણ તું ગૌણ જાણ. વેદાંતનું કથન સત્ય કરે છે. (૯૪-૯૫)

કર્તૃત્વ (કર્તાપણાનો ભાવ) અને ભોક્તૃત્વ (ભોક્તાપણાનો ભાવ) વિનાનો, જવા આવવાના લક્ષણ વિનાનો એ અંહ-બ્રહ્મ લક્ષ્યાર્થ છે તે પ્રત્યગાત્મા અભિન્ન છે. (૯૬). અહંકાર લક્ષ્યાર્થ જે નિર્વિકાર, કૂટસ્થ, શુદ્ધ, બુદ્ધ, ચૈતન્ય બ્રહ્મ છે. તે નિત્ય અને બધામાં રહેલો છે. (૯૭). સમાન આશ્રયથી એ બંનેનું ઐક્ય કરીને એવા અહંકારના લક્ષ્યાર્થને આત્મા કહેવામાં આવે છે. (૯૮). અહંકારનો વાચ્યાર્થ તો કેવળ જડ અને પરતંત્ર છે અને બુદ્ધિની જેમ દેખાય છે અને નાશ પામે છે. એ જીવને આલોકમાં ને પરલોકમાં બાંધે છે. (૯૯). એ (વાચ્યાર્થ) અહંકારનો જ્યાં સુધી નાશ ન થાય ત્યાં સુધી, કલ્પ સુધીયે બ્રહ્માજી પાસે રહે તો પણ પ્રાણી જન્મમરણના બંધનમાંથી છૂટતો નથી. આ સાંભળીને કન્યા માથું નમાવી બોલી કે હે ગુરુશ્રેષ્ઠ ! આ તો દેહથી માંડીને અહંકાર સુધી વિચારતાં કોઈને પણ આત્મા કહેવાય એવું નથી. (૧૦૦-૧૦૨) અહંકારની આગળ પછી તો કશું જ રહેતું નથી તો હે ગુરુ ! શું શૂન્યને જ આત્મા ગણવો ? (૧૦૩).

આ વચન સાંભળીને શ્રીગુરુ બોલ્યા કે શૂન્ય એ આત્મા નથી. એ તો સર્વનો સાક્ષી છે અને એ ચોક્કસ સચ્ચિદાનંદ સ્વરૂપ છે. (૧૦૪).

કન્યા બોલી કે હે ગુરુ ! જાગ્રત વગેરે અવસ્થામાં અહીં જે વ્યવહારો થાય છે તે બધા વ્યવહારો ગાઢ નિદ્રામાં લીન થઈ જાય છે અને એ બધું લીન થઈ જતાં પરમાનંદ રહે છે. તો પછી એ આનંદરૂપી શૂન્યને આત્મા કેમ ન કહેવાય ? (૧૦૫-૧૦૬).

શ્રીગુરુ બોલ્યા કે તને ધન્ય છે. છતાં તું સાચી વાત સાંભળ. બુદ્ધિમાં ચૈતન્યનું જે પ્રતિબિંબ પડે છે તેને જ તું જીવ જાણ. આ જીવ એ બુદ્ધિયોગે કરીને સ્થૂળ દેહથી તાદાત્મ્યતા અનુભવે છે. (૧૦૭-૧૦૮). જાગ્રતાવસ્થામાં રહીને જ્યારે જીવ સ્થૂળ ભોગનો અનુભવ કરે છે ત્યારે એ ‘વિશ્વ’ નામથી ઓળખાય છે. (૧૦૯). એ જીવ જ્યારે સૂક્ષ્મ દેહ સાથે તાદાત્મ્યતા અનુભવીને સૂક્ષ્મ ભોગોમાં રમે છે ત્યારે તે ‘તેજસ’ નામે ઓળખાય છે. એ અવસ્થાને જ અહીં સ્વપ્ન અવસ્થા કહેવામાં આવે છે. એ જ જીવ જ્યારે હૃદયમાં પૂરિત નાડીમાં મન, બુદ્ધિ વગેરે સર્વને પ્રાણમાં લીન કરી દે છે ત્યારે ‘પ્રાણ’ નામથી એ સુખમય પરમાનંદ ભોગવે છે. (૧૧૦-૧૧૨). એને બધા નિદ્રાવસ્થા કહે છે એને જ બીજે આનંદમય કોશ કહેવામાં આવે છે. (૩) (૧૧૩) નિદ્રાવસ્થામાં જીવ હૃદયમાં પૂરિત નાડીમાં પરમાનંદમાં રહે છે પરંતુ બ્રહ્મમાં ભળી જતો નથી. સમરસ થતો નથી. (૧૧૪) પ્રાણીની અંદર પ્રાણીનાં ટીપાં પડીને એકરૂપ થઈ જાય તે રીતે આ જીવ બ્રહ્મમાં તદદ્રુપ નથી થઈ જતો. (૧૧૫). જેમ એક ઘડામાં

જળ ભરીને પછી એનું મોઢું છેક જ બંધ કરી દઈને મહાસાગરમાં નાખીને ડૂબાડી દેવામાં આવે તો એ ઘડાનું પાણી મહાસાગરના પાણી સાથે સમરસ થતું નથી તેમ આ જીવ સુષુપ્તિમાં અનિર્વાચ્ય અજ્ઞાનથી વીંટળાયેલો હોવાથી પરમાનંદમાં ડૂબી જતો હોવા છતાં પણ તે સમરસ મુક્ત થતો નથી. (૧૧૬-૧૧૮) પછી એ પાછો પ્રારબ્ધ ભોગવવા માટે એ ક્ષણમાં જાગ્રત થતાં જ પૂર્વનાં કર્મોને યાદ કરીને એ તે મુજબ કાર્યો કરવાની ઈચ્છા કરે છે અને બંધનમાં પડે છે. જ્યાં સુધી બ્રહ્મજ્ઞાનની પ્રાપ્તિ થતી નથી ત્યાં સુધી એ ઉપાધિભૂત અજ્ઞાન નાશ પામતું નથી અને ત્યાં સુધી એ જીવ બ્રહ્મમાં ભળી જતો નથી. (૧૧૯-૧૨૧).

આ બધાંથી જુદું જે શૂન્યની તું વાત કરે છે તેને પણ જે જાણે છે તે આત્મા એનાથી જુદો છે. (૧૨૨). તું જરા વિચાર કરીને કહેજે કે આ બધાનો જાણનાર ખરેખર જે આત્મા છે એને કોણ શૂન્ય કહેશે ? (૧૨૩). એ બધાનો સાક્ષી અને બધું જાણનાર છે. જો ત્યાં કાંઈ હોય જ નહીં તો તું મને કહે કે આ બધું કોણ જાણે ? શરીર વિનાનો આ આત્મા એ (જાણે) છે. (૧૨૪) એ સાક્ષીરૂપ ચૈતન્ય છે અને તે શૂન્યને જાણે છે. પછી તમે એને આત્મા કહો કે કોઈ બીજું કોઈ સારું નામ ભલે પાડો. (૧૨૫).

આ સાંભળીને કન્યા બોલી કે હે ગુરુરાય ! ગાઢ નિદ્રામાં અહીં સાક્ષીરૂપે કોણ વસે છે તે મને કહો. (૧૨૬). એ ત્યાં કેવી રીતે રહે છે અને જાગ્રત થતાં એને કેવી રીતે ઓળખવો તે કહીને મારી શંકા દૂર કરો. (૧૨૭).

શ્રીગુરુ બોલ્યા કે હે કન્યા ! તું સાંભળ. જ્યારે અહીં ગ્રહણ થાય છે ત્યારે સૂર્ય ચંદ્રમંડળ સ્પષ્ટ રૂપથી દેખાતાં નથી. આમ છતાં એ મંડળ નથી એવું કોણ કહેશે ? અને એ નથી એવું બનતું પણ નથી. એ જ રીતે આ જીવ સુષુપ્તિ અવસ્થામાં સાક્ષી થઈને રહે છે. ઊંઘમાંથી જાગતાની સાથે એ બધાને પોતાના મસ્ત સ્વાનુભવની વાત કરતાં કહે છે કે હું આટલો વખત ત્રાસ વગર સુખપૂર્વક સ્વસ્થતાથી સૂતો હતો. મને કંઈ પણ ખબર પડી નહીં. આ વાતને વારે વારે યાદ કરીને એ કહેતો ફરે છે. અનુભવ વગર આવું બનવું શક્ય નથી અને આ જ શૂન્યનો કોઈ સાક્ષી છે તેની ચોક્કસ સાબિતી છે. જીવ એ બ્રહ્મથી જુદો નથી. એ શાસ્ત્ર અને અનુભવનું પ્રમાણ છે. (૧૨૮-૧૩૨). આમ છતાં એ દેહ વગેરેમાં જ્યાં સુધી અહંભાવથી વ્યવહાર કરે છે ત્યાં સુધી એ જીવ જ છે. (૧૩૩). આ જીવ સચ્ચિદાનંદ સ્વરૂપ હોવા છતાં અભિમાનથી ગ્રસ્ત થઈને માયા વડે મોહ પામીને વિષયોના ભોગ માટે દુઃખી થાય છે. (૧૩૪). સુખ માટેનો સાચો રસ્તો છોડીને એ બહાર ભટક્યા કરે છે અને પ્રિય સંબંધો બાંધીને દુઃખી થાય છે. (૧૩૪) સુખ માટેનો સાચો રસ્તો છોડીને એ બહાર ભટક્યા કરે છે અને પ્રિય સંબંધો બાંધીને દુઃખી થાય છે. (૧૩૫). પોતે આનંદસ્વરૂપ હોવા છતાં એ ન જાણીને એ સુખને માટે દેહ, બુદ્ધિ, મન અને શૂન્યને આત્મા માનીને બહાર ખોટાં તરફડિયાં મારે છે અને હવામાં બાયકાં ભરીને આખરે ખુવાર થાય છે. (૧૩૬-૧૩૭). શૂન્યનો સાક્ષી એવો આ આત્મા ખરેખર ધર્મ-અધર્મથી પર છે અને હંમેશ માટે કાર્ય-કારણભાવથી મુક્ત છે. (૧૩૮). એ છ વિકારોથી રહિત છે અને એ સનાતન છે. સ્થળ (દેશ), સમય (કાળ) અને વસ્તુથી અમર્યાદિત છે. એ શુદ્ધ, બુદ્ધ, મુક્ત અને નિત્ય રહેવાવાળો (સત્ય) છે. એ પરમાનંદરૂપ અને અદ્વૈત એવો વેદ દ્વારા ગવાયેલો અને ચૈતન્યથી ખાણ છે. (૪) (૧૩૯-૧૪૦).

આવા એ આત્માને જાણવાનું એકદમ સીધું અને સરળ નથી. તો પણ જાગ્રત અવસ્થામાં એને જાણવાનું અશક્ય પણ નથી. (૧૪૧).

બધા સંકલ્પોને દૂર કરીને હું આત્માસ્વરૂપ જ છું એવો નિશ્ચય કરીને એનું ધ્યાન ધરતાં તદ્દ્રૂપ તે સ્વરૂપ થઈ જવાય છે. (૧૪૨). જેમ પવનને લીધે પાણીમાં અનેક મોજાઓ ઉત્પન્ન થાય છે તો પણ એ મોજા પાણીથી જુદા નથી એમ વિચાર. (૧૪૩). પવન બંધ થઈ જતાં બધા મોજા શમી જાય છે અને એ પાણીથી ભિન્ન સ્વરૂપે દેખાતાં

નથી અને એ જળરૂપ થઈ જાય છે. (૧૪૪). એ જ રીતે આ ભૂત ભૌતિક બધુ નામ, રૂપ અને ગુણના ભેદે કરીને અનેક પ્રકારનું જણાય છે પરંતુ એમાં રહેલો આત્મા તો એક અને અભેદ છે. (૧૪૫).

હે કન્યા ! એ બધું જ સચ્ચિદાનંદ સ્વરૂપ છે એમ જાણીને એનાં નામ રૂપનો ત્યાગ કરીને બધે જ આ સચ્ચિદાનંદ સ્વરૂપનાં દર્શન કરવાં જેથી કોઈનું કોઈ પ્રિય કે અપ્રિય છે જ નહીં. (૧૪૬-૧૪૭) પછી કોઈ સાધુ કે દુષ્ટ, મિત્ર કે દુશ્મન રહેતું નથી અને યોગ વિયોગ વગેરે ભેદો પણ જણાતા નથી. (૧૪૮).

આ સાંભળીને એ કન્યા હાથ જોડીને બોલી કે હે પ્રભુ ! આપ બધું જ બરાબર કહો છો. તો પણ આ જગતમાં સગી આંખે આ અનેક અને વિવિધ રૂપો ભિન્ન સ્વરૂપે દેખાય છે પછી હે સ્વામી ! આ બધું એક જ છે એમ કેવી રીતે કહી શકાય ? (૧૪૯-૧૫૦)

આ પ્રશ્ન સાંભળીને જે દીનદયાળું શ્રી ગુરુએ પોતાની પત્નીને કહ્યું તે જે (દ્વિજ) બોલ્યા તેનું અનુસંધાન હવે પછીના અધ્યાયમાં આવશે. (૧૫૧).

અલખ નિરંજનને કહે છે કે આ અમૃત સમાન જે જળ વરસી રહ્યું છે તેને કોઈ શ્રદ્ધા સહિતના રંગવાળો ધીરજવાન ચાતક જ પીએ છે. (૧૫૨).

અ. ૧૨૨ :

૧ થી ૧૧૩ : અલખ બોલ્યા કે સદ્બુદ્ધિવાળા નિરંજન ! કન્યાનો પ્રશ્ન સાંભળીને પ્રત્યુત્તરરૂપે શ્રીગુરુ બોલ્યા કે હે સદ્ગુણના ભંડાર સમી કન્યા ! તું સાંભળ. (૧). વરસાદના જે 'કરા' પડે છે તે જળસ્વરૂપ છે. પથ્થર સમા કઠણ હોય છે. પાણીમાં પડતાં તે એ જળથી જુદા હોય એમ જણાય છે. આમ છતાં તે જળમય છે એવું મોટા માણસો સમજે છે પણ બાળક છેતરાય છે. (૨-૩). થોડા જ સમયમાં એ કરા ઓગળીને પાણીરૂપ થઈ જતાં, આ પથ્થર છે એવી બાળકની ભ્રાંતિ પણ દૂર થાય છે. (૪). એ જ રીતે નામ અને રૂપવાળું આ જે જગત દેખાય છે તેને વિવેક દષ્ટિથી તે ભેદ દૂર થતાં એ બધું ભ્રમમય જ જણાય છે. (૫)

અહીં તું ઊંધું ના સમજીશ. માટીમાંથી નામ અને રૂપ ધરી બનેલા ઘડાને ફોડી નાંખવાથી તેનું નામોનિશાન રહેતું નથી. એવી રીતે જેમ આ જગતનો સમૂળગો નાશ કરવાનું શક્ય નથી તેમ હાથથી થએલું સર્જન મનથી નાશ પામતું નથી. એ જ રીતે મન દ્વારા થયું હોય તેનો હાથથી નાશ થતો નથી. આમ નામરૂપવાળી સમગ્ર સૃષ્ટિનો આ રીતે નાશ થઈ શકતો નથી. (૬-૮). બ્રહ્માકાર સ્થિતિ થવાથી વ્યક્તિની જોવાની સમજ - દષ્ટિ જ બદલાઈ જાય છે. જે જે જુએ તે બધું જ સુંદર ભ્રમમય જ દેખાય. (૯). ઘડાને ફોડ્યા વગર જેમ એમાં રહેલી માટીનું દર્શન થાય છે તેમ નામરૂપના મૂળમાં રહેલા નિરાકાર બ્રહ્મ જણાય છે. (૧૦).

કન્યા બોલી કે હે ગુરુ ! પરંતુ આવી પાકી ખાતરી થતી નથી. એટલે શ્રી ગુરુએ કહ્યું કે જો મનની શંકા દૂર ન થતી હોય તો સ્થિર-એકાગ્ર-મનથી વિચાર કરશે તો આ શંકા દૂર થશે. એટલે કન્યાએ કહ્યું કે હે ગુરુ ! હું શું કરું ? હું થાકી મરી તો પણ આ મન એકાગ્ર થતું જ નથી. એટલે શ્રી ગુરુએ કહ્યું કે તું ઉત્સાહ અને ચીવટાઈથી રાત દિવસ ધ્યાન કર એટલે તારું કાર્ય સફળ થશે. (૧૧-૧૩). કન્યા બોલી કે હે ગુરુ ! અમારો સમય નકામી વાતો કરવામાં વીતી જાય છે પણ અરેરે ! અમને ધ્યાન ધરવા માટે સમય મળતો નથી. (૧૪). જ્યાં વૃત્તિને બ્રહ્માકાર કરવા જઈએ ત્યાં જ, ઓચિંતું જ વિઘ્ન આવીને ઊભું રહે. (૧૫). મહેનત કરવા છતાં પણ મન વિષયોમાં જ દોડવા લાગે. એટલે કષ્ટ વેઠવા છતાં પૂરેપૂરું ફળ તો ભલે ના મળે પરંતુ થોડું સરખું પરિણામ પણ દેખાતું નથી. (૧૬).

શ્રી ગુરુએ કહ્યું કે બહેન ! તારા પર ભગવાનની કૃપા હોય એમ જણાતું નથી. ભગવાનની દયા વગર

શાસ્ત્રના શ્રવણનો કોઈ અર્થ નથી. (૧૭). જેમ સોની ભૂંગળીમાં પવન ફૂંકે છે ત્યારે એ પવન બીજે છેડેથી નીકળી જાય છે તેમ શ્રવણનું સર્વથા બને છે. (૧૮). જો કદાચિત્ એકદમ થોડું પણ મનમાં ઊતરે તો પછી કાગડાની જેમ 'કા-કા' કરતો જગતમાં ભટકવા માંડે છે. (૧૯). એવા શાબ્દિક જ્ઞાનથી કર્મ સિદ્ધ થતું નથી. જન્મમરણનો ફેરો ટળતો નથી. એનાથી ઊલટાનો અહંકાર વધે છે. (૨૦).

આ સાંભળીને પ્રાર્થના કરતાં કન્યાએ કહ્યું કે હે ગુરુરાય ! આવું શ્રવણ સર્વથા કરવું કે ના કરવું તેમાંથી એક નિશ્ચિત મને કહો. (૨૧).

શ્રી ગુરુ બોલ્યા કે હે કન્યા ! મેં તો બધું બહુ સાંભળ્યું છે એવું લોકોમાં કહેવડાવવા માટે કોઈ દિવસ શ્રવણ કરવું નહીં. (૨૨). તમે લોકો તો એવું માનો છો કે આ બધી કથા સાંભળીને પછી પુરાણીને દક્ષિણા આપી. એટલે આપણો મોક્ષ થઈ ગયો. (૨૩). રોફથી ઈર્ષ્યા સૂંઘતાં સૂંઘતાં, ઘરમાં છોકરાંને રડતાં-પડતાં મૂકીને કથામાં આમ તેમ પટપટ નાહકના શું કામ દોડો છો ? (૨૪). આ રીતે કથા સાંભળીને કદાચ તમારા કાન ભલે બહેરા થઈ જાય તો પણ એનાથી કોઈને બ્રહ્મજ્ઞાન થતું નથી. (૨૫). એનાથી તો માણસ વધારે દેખાડો-દંભ-કરતો થાય છે અને ઊલટાનો વધુ અભિમાની બનીને મરે છે. આ સાંભળીને કન્યા બોલી કે હે ગુરુ ! તમે આમ મશ્કરી કેમ કરો છો ? (૨૬). એટલે શ્રી ગુરુ બોલ્યા કે હું તો પોતે જ મશ્કરી-દંડી સંન્યાસી છું પછી કેમ મશ્કરી ના કરું ? મારું તો કામ જ એ છે. (૨૭). આમ છતાં હે કન્યા ! હું તને કહું છું તે તું સાંભળ. તું આ સાચી વાત અંતરમાં સમજી લે કે એક જ મનથી બે કામ એક સાથે થતાં નથી. (૨૮).

જો સૌથી પહેલું તો એ કે કોઈને શાસ્ત્ર શ્રવણ કરવાનો સમય જ મળતો નથી. એટલે ભૂલેચૂકે એવો સમય ભગવદ્કૃપાથી મળી જાય તો એ સમયને નકામો જવા દેવો નહીં. (૨૯). આપણા આત્માનું સુખ શ્રવણ વગર તો કેવી રીતે પ્રાપ્ત થાય ? માટે નિયમપૂર્વક અને ભાવપૂર્વક શ્રવણ કરવું. (૩૦). આ જે કાંઈ સાંભળ્યું તેનું મનન કરીને જે કોઈ એ પ્રમાણે વર્તે છે તેને સ્વાત્માની પ્રાપ્તિમાં નિઃસંદેહ બહુ સમય લાગતો નથી. (૩૧). સાંભળ્યું હોય તે પ્રમાણે જો વર્તીએ નહીં તો એવું સાંભળવું નકામું છે. સાચે જ આ રીતનું સાંભળવાથી તો લાભ થવાને બદલે ઊલટાનું હંમેશાં નુક્સાન જ થાય છે. (૩૨).

કન્યા બોલી કે હે ગુરુજી ! જે કાંઈ થોડું ઘણું સાંભળીએ તેનું પછી મનન થાય અને પછી તે પ્રમાણે જેનાથી અહીં ધ્યાન પણ થાય અને જેનાથી ભગવાનની કૃપા પણ થાય એવું કોઈ સાધન મને કહો. (૩૩-૩૪).

આ સાંભળીને શ્રી ગુરુજી બોલ્યા કે જો ગંગા ! એક વાત સાંભળ. આ બધાંને - પ્રાણીમાત્રને - પોતાનો જે દેહ છે તે જ સૌથી વધારે વહાલો છે. માટે પોતાને જેમ સુખ અને દુઃખ થાય છે તે જ રીતે બીજાને પણ સુખ દુઃખ થાય, એવું હંમેશાં માનીને, પોતાના દેહને દેવમંદિર સમજીને એમાં રહેતા જીવને શુદ્ધ સ્વરૂપ સ્વયંપ્રકાશી શિવ અંતરમાં વસે છે એમ નિશ્ચયપૂર્વક માનીને એને સોહં ભાવથી પૂજવો અને ત્યાં (આ પૂજામાં) અહિંસારૂપી પુષ્પ (લેવું). (૩૫-૩૬).

હિંસા શબ્દનો અર્થ કેવળ કોઈના પ્રાણ હરી લેવા એટલો જ નથી કરવાનો. કોઈનું મન દુઃખવવું એ પણ હિંસા જ કહેવાય. (૩૭). માટે કોઈનું પણ ક્યારેય મન દુઃખવવું નહીં. વળી કાયા, વાણી અને મનથી જે જે કાર્યો થયાં હોય તે બધાં જ કાર્યો ભાવપૂર્વક ઈશ્વરને સમર્પિત કરવાં અને નિર્મળ બુદ્ધિ રાખીને સરળતાથી વર્તવું. (૪૦-૪૧). ક્યારેય પણ જૂઠું બોલવું નહીં. ક્રોધરૂપ ચાંડાળનો કદી સ્પર્શ કરવો નહીં (એટલે કે કદી પણ ક્રોધ કરવો નહીં). જો એનો સ્પર્શ થઈ જાય તો તરત જ વસ્ત્રસહિત સ્નાન કરી લેવું. કોઈ આપણી નિંદા કરે તો પણ મનની શાંતિ ગુમાવવી નહીં અને આપણે કડવું બોલવું નહીં. (૪૨-૪૩). ઈંદ્રિયોને બહેકવા દેવી નહીં પરંતુ સ્વાધીન

રાખવી. બધા સાથે મીઠી વાણીમાં બોલવું અને ક્યારેય પણ સત્યનો ત્યાગ ન કરવો. (૪૪). ખરાબ કર્મો કરવા માટે ક્યારે પણ તૈયાર થવું નહીં અને સ્વજનનો વિયોગ થાય તો મનમાં દુઃખ કરવું નહીં (૪૫).

અહંકારનો ત્યાગ કરવો અને બહાર અને અંદરથી પવિત્ર રહેવું. હંમેશાં સત્સંગ કરવો અને હંમેશાં સંતોષ રાખવો. (૪૬). નિયમપૂર્વક અને પ્રેમપૂર્વક શાસ્ત્રોનું શ્રવણ કરવું અને એ પ્રમાણે વૃત્તિ કરવાથી ભગવાન શંકરની ચોક્કસ કૃપા થાય જ છે. (૪૭).

કન્યા બોલી કે હે શ્રી ગુરુ ! સામ્બ સદાશિવને સોહંભાવે પૂજવા એટલે કેવી રીતે પૂજવા તે કહો. (૪૮).

આ સાંભળીને શ્રી ગુરુએ કહ્યું કે હું તને પૂજાનો પ્રકાર કહું છું તે તું સાંભળ.

સઃ એટલે જે દૂર છે, આંખથી પર (પરોક્ષ) છે તે પરબ્રહ્મ અને અહં શબ્દથી હું જે અપરોક્ષ-પ્રત્યક્ષ છું તે-એમ ચોક્કસ સમજવું. સઃ શબ્દથી શિવ અને અહં શબ્દથી જીવ જાણવો. (૪૯-૫૦). આમ સોહં શબ્દમાં (સઃ અને અહં એવાં) બે પદ નિશ્ચિતરૂપથી આવેલા છે. આ બંને શબ્દના બબ્બે અર્થ છે તે તું સાવધાનીપૂર્વક સાંભળ. (૫૧). આ બે અર્થમાં એક વાચ્યાર્થ છે અને બીજો લક્ષ્યાર્થ છે એમ જાણ. હું તને પહેલા અહં શબ્દના બંને અર્થો કહું તે તું સાંભળ. (૫૨). પહેલું આ સ્થૂળ શરીર, બીજું સૂક્ષ્મ શરીર અને ત્રીજું જડ એવું, અજ્ઞાનરૂપ એવું અસ્થિર કારણ શરીર. એ ત્રણે શરીરથી વીંટળાયેલું ચૈતન્યનું જે પ્રતિબિંબ જણાય છે તેને બધા લોકો જીવ તરીકે ઓળખે છે. અહં શબ્દનો આ વાચ્યાર્થ છે. પરંતુ જે કૂટસ્થ સાક્ષી રહેલો છે તે અહં શબ્દનો લક્ષ્યાર્થ છે. એને તું યોગ્ય રીતે ઓળખ. (૫૩-૫૫).

હવે હું તને સઃ શબ્દના બંને અર્થ કહું છું તે તું સાવધાનીથી સાંભળ. બ્રહ્માંડનાં પણ ત્રણ શરીર છે. એમાં પ્રથમ વિરાટ શરીર એ સ્થૂળ શરીર છે. બીજું શરીર છે, હિરણ્યગર્ભ જે સૂક્ષ્મ શરીર છે અને ત્રીજું કારણ શરીર છે જે અવ્યક્ત છે તેને લોકો માયા કહે છે. આ ત્રણે દેહથી વીંટળાયેલા બ્રહ્મચૈતન્યના માયામાં પડતા પ્રતિબિંબને લોકો અહીં ઈશ્વર નામથી જાણે છે. આ સઃ પદનો વાચ્યાર્થ છે એમ તું નિશ્ચયપૂર્વક જાણ. (૫૬-૫૮). સત્ય, જ્ઞાન, આનંદ સ્વરૂપ જે શુદ્ધ ચૈતન્ય બ્રહ્મ છે તે સઃ પદનો લક્ષ્યાર્થ છે તેમ હે કન્યા ! તું જાણ. (૬૦).

વાચ્યાર્થ - શબ્દાર્થમાં વિરોધ છે માટે એ છોડી દઈને લક્ષ્યાર્થમાં બુદ્ધિ રાખીને હંમેશાં સંદેહ વિના જીવવું. (૬૧).

વિરાટ, સૂત્રાત્મા (હિરણ્યગર્ભ) અને અવ્યાકૃત (માયા)થી પર જે સનાતન બ્રહ્મ સ્વયં શુદ્ધ, બુદ્ધ, અચલ, સત્ય, જ્ઞાન, અનંત સ્વરૂપ છે અને જે માત્ર સુખનું ઉત્પત્તિસ્થાન છે, જે ખરેખર સૃષ્ટિની ઉત્પત્તિ, સ્થિતિ અને લયનો સાક્ષી છે, એ જ સચ્ચિદાનંદ હું પોતે ત્રણે દેહનો સાક્ષી એવો નિત્ય, કૂટસ્થ અને અંતરમાં રહેલો આત્મા છું. તેલની અખંડ ધારા પડ્યા કરે તેના જેવું સતત ચિંતન કરવું એ જ ધ્યાન એ નિદિધ્યાસન છે એમ તું નિશ્ચિતરૂપથી જાણ. (૬૨-૬૫).

આ જીવ એ શિવસ્વરૂપ જ છે એવો પાકો નિશ્ચય કરવો. આવું શ્રવણ જ ઉદ્ધાર કરનારું છે બાકી બીજું બધું નકામું છે. (૬૬). આવા વિચારમાં જ સદા રૂબ્યા રહેવું. જીવ અને શિવ એક જ છે એવો દૃઢ નિશ્ચય થાય તેને જ હે ગંગા ! મનન કહેવામાં આવે છે. એનો અભ્યાસ કરવો એ જ ચોક્કસ ધ્યાન કહેવાય છે. એ સિવાયનું બીજું ફજેતીરૂપ છે. (૬૭-૬૮). તમે જેમ આ શરીરને ‘હું’ કહો છો તે જ રીતે પરાત્પર, સર્વેશ્વર એવો શિવ પણ ‘હું’ જ છું એમાં કોઈ શંકાને સ્થાન નથી. (૬૯). અંતરમાં આવી ભાવના સુદૃઢ થાય તો જેમ માણસ ગાઠ નિદ્રામાં બધા વ્યવહારો ભૂલી જાય છે તેમ આત્મસ્વરૂપ વૃત્તિ થવાથી થતા આનંદમાં દેહ વગેરેનું તદ્દન વિસ્મરણ થઈ જાય છે. આને જ ઉપરતિ કહેવામાં આવે છે. આને જ સર્વજ્ઞ એવા ઋષિશ્રેષ્ઠો નિર્વિકલ્પ સમાધિ કહે છે. આમાં તું તર્ક કરીશ નહીં. (૭૦-૭૨). આનાથી જ મનુષ્ય અહીં કૃતકૃત્ય થઈ જાય છે અને પછી એ સદાને માટે મુક્ત

થઈ જતો હોવાથી પછી એને જન્મ મરણ રહેતું નથી. (૭૩).

એક વાર જ્ઞાન થવાથી આવરણનો નાશ થઈ જાય પછી વ્યવહારુ દૃષ્ટિથી આવા મુક્ત પુરુષોનું શરીર કદાચ જીવતું રહે અને જગતમાં બધે ફરે તો પણ તેને કોઈ પણ પ્રકારનું જરા પણ નુક્સાન થતું નથી. આવા જીવનમુક્ત પુરુષો તો બધાથી અસંગ હોય છે. (૭૪-૭૫). જે (આવો) અભ્યાસ કરે છે તે પુરુષનું દેહ સાથે જરા પણ તાદાત્મ્ય હોતું નથી. અહા એ જ્ઞાનવૈભવને ધન્ય છે !! (૭૬).

આવું જ્ઞાન સંપાદન કરીને જે કોઈ મનનો નાશ કરીને પછી અહીં વાસનાનો ક્ષય કરી નાંખે છે તેવા પુરુષો જીવનમુક્ત છે. (૭૭). એક વાર આત્માનો સાક્ષાત્કાર થાય એટલે શોક, મોહ વગેરે નષ્ટ થાય છે અને અસંખ્ય શંકા-કુશંકા ટળી જાય છે. (૭૮). ચિત્ અચિત્ની એકતાના અજ્ઞાનની ગાંઠો-ઠ્ઠકાઓ-તરત જ નાશ પામે છે અને જન્મમરણને આપનારાં ગહન કર્મોનો વિલય થાય છે. (૭૯). માયાપાશ તૂટી જાય છે અને કર્તાપણાનો ભાવ શમી જાય છે. એટલે પછી પાપ કે પુણ્ય કાંઈ રહેતું નથી. (૮૦).

આવા જ્ઞાનીનું શરીર પાકાં પાંદડાની જેમ ભલે ને ગમે તે જગાએ પડે તો પણ એ વાત શંકારહિત છે કે એનું કોઈપણ સંજોગોમાં પ્રાણોત્ક્રમણ થતું નથી-એના પ્રાણ બીજે ક્યાંય જતા નથી- પરંતુ એકદમ ગરમીથી તપી ઊઠેલા પથ્થર પર પડેલાં પાણીનાં બિંદુઓ જેમ પથ્થરમાં સમાઈ જાય છે તેમ જ્ઞાનીની પ્રાણ વગેરેની સઘળી કળા અહીં સ્વસ્વરૂપમાં જ લીન થઈ જાય છે. (૮૧-૮૩). અને જ્ઞાની નિશ્ચિતરૂપથી સ્વયં બ્રહ્મ થાય છે હે કન્યા ! વેદાંતનું આ સારાંશરૂપ મૂળતત્ત્વ મેં તને શરૂઆતથી માંડીને અંત સુધી કહી સંભળાવ્યું. હવે તારે માટે બીજું કાંઈ શ્રવણ કરવાની જરૂર નથી. આમ કહીને શ્રી ગુરુ એકદમ શાંત થઈ ગયા. પછી એ બ્રાહ્મણ કન્યાએ ગુરુદેવના ઉપદેશનું મનન કરીને પછી એ મનનનું અંતરમાં પ્રેમપૂર્વક નિદિધ્યાસન કર્યું અને પોતાના આત્માના આનંદમાં આખરે બ્રહ્મરૂપ થઈને વિદેહમુક્તિને પામી અને જન્મમરણના ફેરામાંથી છૂટી ગઈ. ખરેખર ! એનાં માતા પિતાને ધન્ય છે ! (૮૪-૮૮).

શ્રી ગુરુએ પોતાની પત્ની અન્નપૂર્ણાને તે સમયે કહ્યું કે હે પ્રિયે ! પુત્રનો શોક છોડી દઈને હવે તું સાવધાન થઈ જા. (૮૯). આ દેહનું અભિમાન છોડીને મેં આપેલા ઉપદેશનો સતત વિચાર કરીને જો તું એ પ્રમાણે વર્તશે તો તને ચોક્કસ પરમાનંદની પ્રાપ્તિ થશે. એટલે અન્નપૂર્ણા સતી બોલ્યાં કે આ જ્ઞાન આપની કૃપા વગર મારા ચિત્તમાં સ્થિર થશે નહીં. પતિસ્વરૂપ હે પ્રભુ ! તમારાં ચરણકમળમાં પ્રેમથી લીન થઈ જાઉં એવી આ અબળા દાસી આપની કૃપાપ્રસાદી માગે છે. શ્રી ગુરુ બોલ્યા કે હે પ્રિયે ! આજ દિન સુધી તેં પતિવ્રતા સ્ત્રી થઈને મારી સેવા કરી છે અને એ જ રીતે દત્તપ્રભુની પણ તેં અભેદ બુદ્ધિથી સેવા કરી છે. અહીં તે આ જે સેવા કરી છે તે નિષ્ફળ નથી એવું જાણ. તારા ઉપર ખરેખર દત્ત ભગવાનની કૃપા થઈ છે જ. (૯૦-૯૫).

પુત્રના મૃત્યુના નિમિત્તથી તને આ સદુપદેશ મળ્યો છે. તને મારી આશિષ પણ છે જ. તારા અંતઃકરણમાં જ્ઞાનની જ્યોતિ જરૂર પ્રગટશે. તું એમાં શંકા કરીશ નહીં. એનાથી તારાં અજ્ઞાનરૂપી બધાં બંધનો તરત જ તૂટી જશે. (૯૬-૯૭). તને કળિકાળની કોઈ બીક સતાવશે નહીં અને એ અજ્ઞાન તને સ્વપ્નમાં પણ વિદ્મ કરનારું નહીં બને. (૯૮). અહીં અંતરમાં અત્યારે જ બ્રહ્મજ્ઞાનરૂપી પ્રકાશ ફેલાશે અને તને હંમેશ માટેની પરમાનંદની પ્રાપ્તિ થશે અને તેથી દેહ છોડ્યા પછી તારી ચોક્કસ મુક્તિ થઈ જશે. આવું બોલીને શ્રી ગુરુએ પોતાનાં પત્ની તરફ અમીદૃષ્ટિથી જોયું અને એને લીધે એ અન્નપૂર્ણાનું માયાનું આવરણ તરત જ સદંતર નાશ પામ્યું અને તેથી પતિ સહિત સંપૂર્ણ જગત તરત જ દત્તસ્વરૂપ દેખાવા લાગ્યું. (૯૯-૧૦૨). આવી બ્રહ્માકાર વૃત્તિ થતાં જ પરમાનંદમાં ડૂબીને પોતાને થયેલા અનુભવના અમૃતથી છલકાતું ગીત તેઓ પ્રેમપૂર્વક ગાવા લાગ્યાં. (૧૦૩).

સ્વાત્મગીત (અંજનીગીત)

આત્મજ્ઞાન થતાં જ હું ચમકી ઊઠી.

આ સ્ત્રી-પુરુષ, વિચિત્ર નગર અને સ્થાવર જંગમ જે બધું આ નેત્ર જોતાં હતાં તે ભૂલી જઈને અંતર્મુખ થયાં... (૧).

અહા ! સ્વસ્વરૂપ જોતાં જ હું આકુળવ્યાકુળ થઈને બાવરી બની ગઈ. હવે જવું આવવું ક્યાં રહ્યું ? આ અસાર સંસારમાંથી સારરૂપ સ્વાત્મ વસ્તુ લઈ મેં સંસારને તિલાંજલિ આપી... (૨).

સદ્ગુરુએ કહેલા જ્ઞાનની અગ્નિજ્વાળાથી મોહને બાળી નાંખી જીવતે જીવ જ હું મરી ચૂકી છું અને છતે દેહે વિદેહ સ્થિતિના અનુભવથી મસ્ત બની છું... (૩).

પૂર્વના ઘરને તાળું મારી દઈને, સચરાચર સ્વાનંદથી (મારી જાતને) ભરી દઈને કુળ અને શીલને તિલાંજલિ આપી દીધાં છે. ખરેખર ! આજનો દિવસ ધન્યાતિધન્ય છે... (૪).

હવે હું નિઃસંગ થઈને અને લોકલાજ છોડી દઈને પર પુરુષ (પરમાત્મા) ને આલિંગન આપીને ધીંગામસ્તી કરીશ... (૫).

ભલે કોઈ મને દીવાની (પાગલ) કહે. પણ હું તો અજ્ઞાનાવરણરૂપી સાડી ફેંકી દઈને ભરબજારે નાગી ઉઘાડી થઈ ફૂંદડી ફરીશ... (૬).

પૂર્ણ આનંદની મટુકી માથે મૂકી ઊંચા સ્વરે ઝંકારના ગીત લલકારતી હું નૃત્ય કરીશ... (૭).

આ જગતનું સર્જન કરનાર હું જ છું. આ બધાની પૂર્વે હું જ એક હતી. હું જ અન્ન છું અને અન્નભક્ષક પણ છું. એમ બધે બસ ! એક માત્ર હું જ હું થઈ રહી... (૮).

આ રીતે સતી અન્નપૂર્ણા પોતાને થયેલા અનુભવનું વર્ણન કરતું અમૃત ભરેલું ગીત ગાઈને બ્રહ્માનંદમાં ખરેખર ડોલવા લાગ્યાં. (૧૦૪). એમની એવી સ્થિતિ જોઈને શ્રી ગુરુ ત્યાં બોલ્યા કે “હે પ્રિય ! હવે તું અને હું જુદા રહ્યાં નથી”. (૧૦૫). આમ છતાં પણ જેમ સાગર મહાન હોવા છતાં પણ એ પોતાની મર્યાદા છોડતો નથી તેમ આ સંસારમાં મર્યાદાનું પાલન કરીને શાસ્ત્રપૂર્વકનું, સ્ત્રી જાતિને યોગ્ય હોય તેવું ધર્મ પ્રમાણેનું વર્તન કરવું. (૧૦૬-૧૦૭). જેમ આ અનસૂયા અને મદાલસા વગેરે પુણ્યવાન સ્ત્રીઓએ ધર્મની મર્યાદા પાળી બતાવીને પોતાનું નામ અમર કરી દીધું તેમ આ સંસારમાં હે પ્રિયે ! મર્યાદાયુક્ત જીવન જીવીને, હંમેશ માટે કૃતાર્થ થઈ જઈને બીજી સ્ત્રીઓને આપણા પોતાના જીવનના ઉદાહરણથી ધર્મની મર્યાદાનું પાલન કરવાનું શીખવવું. (૧૦૮-૧૧૦).

દેહભાવથી હું પતિની પદનિષ (ચરણમાં નિષ્ઠા રાખનાર) દાસી છું એવી ભાવના રાખી, જીવભાવથી હું પતિનો સંનિષ અંશ છું એવી ભાવના કેળવી, આત્મભાવથી હું અને પતિ જળતરંગની માફક એકરૂપ જ છીએ એવી ભાવના સેવી બ્રહ્માનંદમાં ડૂબી રહીને તું હવે બાહ્યદષ્ટિથી દેહભાવથી બધા વ્યવહારો કર.

અ.૧૫ :

૧૩૮ થી ૧૪૧ : સચ્ચિદાનંદ સ્વરૂપ એવો હું પ્રલયકાળનાં પાણીની જેમ બધે જ વ્યાપેલો છું. પછી જવાનું કે આવવાનું ક્યાંથી હોય ? હું કોનો દીકરો છું ? તું મને ક્યાં મોકલે છે ? હું ક્યાં જાઉં ? હું જ બધે વ્યાપેલો છું. મારા સિવાયનું કોઈ પણ સ્થાન ખાલી નથી. હું જ અન્ન છું, અને હું જ અન્નને ખાનારો પણ છું. મારામાં જરા પણ ભેદ કે છેદ નથી. હું અશેષ આત્મારામ છું. મારામાં ભોગ્ય કે ભોગસ્વાદ જેવું કશું નથી. દેશ (સ્થળ) કાળ (સમય) અને બધી વસ્તુમાં અખંડરૂપે વ્યાપીને હું જ એ બધામાં સર્વરૂપી વસી રહ્યો છું.

૧૪૪ થી ૧૭૧ : આ દુનિયામાં કર્મ કયા વગર કોઈ રહી શકતું નથી. કર્મ કરવું એ પ્રકૃતિનો સ્વભાવ જ છે. કોણ કર્મ વગર રહે છે ? શ્રેષ્ઠ વ્યક્તિને સદાયરણપૂર્વક જીવતાં જોઈને બીજા લોકો પણ તેમ તે પ્રમાણે જીવે છે. માટે જ્ઞાની પુરુષ શાસ્ત્રના આધારે પોતાનું જીવન જીવે છે. વસિષ્ઠ વગેરે (મહાન ઋષિ) પણ લૌકિક કર્મનો ત્યાગ કરતા નથી, તો પછી તું સમજું થઈને કર્મનો કેમ ત્યાગ કરે છે ? જ્ઞાનીની પ્રથમ ત્રણ અવસ્થા (ભૂમિકા) જાગ્રત અવસ્થા છે. ચોથી અવસ્થા સ્વપ્ન અવસ્થા છે, જેમાં જ્ઞાની બ્રહ્મવેત્તા મનાય છે. પાંચમી ભૂમિકામાં પહોંચતા બ્રહ્મવિદ્ધર મનાય છે. એ અવસ્થામાં નિદ્રા એકદમ ઓછી હોય છે એમ જ્ઞાની પુરુષો કહે છે. છઠ્ઠી ભૂમિકા ગાઢ નિદ્રા જેવી હોય છે જેમાં એ પોતાની મેળે ઊઠી શકતો પણ નથી. એ બ્રહ્મવિદ્ધરિયાનું અવસ્થા છે. એમાં પણ તે કર્મ તો કરતો જ હોય છે. સાતમી અવસ્થા એ તુર્યા અવસ્થા છે. આ અવસ્થામાં એ પોતાની સ્ફુરણાથી કે બીજાની સ્ફુરણાથી ઊઠતો નથી. એ અવસ્થામાં રહેલો યોગી બ્રહ્મવિદ્ધરિષ્ઠ કહેવાય છે. એ અવસ્થામાં આમ કરવું (વિધિ) અને આમ નહિ કરવું (નિષેધ) એ બંનેથી એ પર હોય છે. એ હંમેશા અખંડ અને અક્રિય રહે છે. તું એ વાત જાણતો નથી તેથી તું બીધેલો રહે છે અને આવી ખોટી ચેષ્ટા કરે છે. તું મારી પાસે શું કામ બોલાવે છે ? એમાં શું સાર છે તે કહે. જે જીવન્મુક્ત હોય છે તે નિર્લેપભાવે કર્મ કરીને આનંદથી અને સુખથી રહે છે. સંગથી મુક્ત રહીને આનંદપૂર્વક જીવતાં માયાનો નશો ચઢતો નથી. એવી રીતે જીવતાં જ્ઞાન દૃઢ થશે, લોકોનું ભલું થશે અને અહંકાર નરમ પડશે એવું શાસ્ત્રો કહે છે.

દેહમાં આત્મબુદ્ધિ (એટલે કે હું શરીર છું એવી સમજણ.) એ બંધન છે અને આવી બુદ્ધિનો ત્યાગ એ જ મોક્ષ છે. બધામાં હું જ રહ્યો છું એવી બુદ્ધિ થતાં (એવી સમજણ પાકી થતાં) હું અને મારું (અહં = હું, મમ = મારું)ની આગ હોલવાઈ જશે. હું (અહં) અને મારું (મમ) એવી બુદ્ધિ ન રહે તો માન - અપમાન નડશે નહિ અને કદી પણ વિષયની વાસના ઊઠશે નહિ એ વાત નક્કી માન. વિકાર વિનાનું અને ચેષ્ટારહિત મન હંમેશા સ્વાનંદમાં સંતુષ્ટ રહે છે. ચિત્ત હંમેશા શાંત અને સ્થિર રહે છે અને દેહભાન સુષુપ્ત અવસ્થામાં રહે છે. આ રીતે જે કોઈ પોતાના સ્વરૂપમાં સ્થિર રહે છે તે જ સાચો મુક્ત ગણાય છે. આવી વ્યક્તિનું મન જ્યાં પણ જાય ત્યાં એને નિત્ય સમાધિ અવસ્થાની અનુભૂતિ થાય છે. કર્મફળની આશા છોડીને તે અનાસક્તપણે હંમેશા વર્તે છે. જે માણસનો અહંકાર નાશ પામ્યો હોય તેનો મોક્ષ દાસ થઈને રહે છે. આવો અહંકાર વિનાનો માણસ કદાચ મૂઢ હોય તો પણ એ તરત જ બંધનમાંથી મુક્ત થઈ જાય છે. તું તો જ્ઞાની છે. તને સ્વપ્નનો સંબંધ ક્યાંથી અવરોધ કરે ? જેનું ચિત્ત વશમાં નથી હોતું તે વિષયમાં આસક્ત થાય છે. આવી વ્યક્તિ જ્યારે પણ મુક્ત થતી નથી અને (જન્મ-મરણની) સખત શિક્ષાનો ભોગ બને છે. સંગ અને અસંગ રહીને જ મન બંધન ઊભું કરે છે અને મન મુક્તિ અપાવે છે. જે સ્વસ્વરૂપમાં સ્થિત હોય તેને કોઈ ક્યારેય પણ સ્વપ્નમાં પણ બાંધી શકે ખરો કે ? જારિણી (પરપુરુષ સાથે શરીર સંબંધ રાખનારી) બહારથી તો ઘરનાં કામમાં રચીપચી રહેલી જણાય છે, પરંતુ એનું મન તો જારપુરુષના સંગમાં જ રમતું હોય છે. તે જ રીતે જે સ્વાત્મારામ, બ્રહ્મનિષ્ઠ અને મન ઉપર સંયમ ધરાવનાર, બધાં વ્યાવહારિક કાર્યો કરે છે પરંતુ અંદરથી તો ખરેખર એ બ્રહ્મ રસાસ્વાદમાં જ આનંદ માણતો હોય છે. મોક્ષ કદી પણ સ્વર્ગમાં પણ નથી અને પાતાળમાં પણ નથી. એ ભૂમંડળ (પૃથ્વી) પર કે આકાશમાં પણ નથી. એ વાત તું નક્કી માન. દેહમાંથી આત્માપણાની બુદ્ધિને દૂર કરે તેવા ચિત્તમાં મોક્ષ છે એવું તું જાણ જે. અહંકારનો નાશ એ જ મોક્ષ છે. બીજો કોઈ મોક્ષ નથી એવું તું માનજે. ફૂલને મસળી નાંખવામાં જેટલો શ્રમ પડે છે એનાથી પણ ઓછો શ્રમ અહંકારનો ત્યાગ કરનારને મોક્ષ મેળવવામાં પડે છે. એવાને જરા પણ કલેશ રહેતો નથી.

અહં અને મમત્વની ઊર્મિ, સ્ફૂર્તિ, બ્રાંતિ અને ગતિ એ બધી ખરેખર મનની ચેષ્ટા છે. એ બધું જ્ઞાનીને ક્યાંથી નડે ? મનમાં અજ્ઞાન (ઉપદેશ) રાખીને એમાં કાયમ નિષ્ઠા રાખીને રહેજે અને બધાં અનિત્ય કર્મબંધનને

સ્વપ્ન જેવા માનીને રહેજે. હું તને કોઈ નિશ્ચયાત્મક આગ્રહ કરતો નથી પરંતુ આ જ્ઞાન સારી રીતે સ્થિર થતાં અને એ પ્રમાણે જીવન જીવતાં હે જ્ઞાની ! અંગે અંગમાં શાંતિની ઠંડક થઈ જશે. એને સ્વપ્નમાં પણ બંધન નડતું નથી. એને ચોવીસ કલાક (અખંડ) આનંદ રહે છે. તારા આ રીતે રહેવાથી મુમુક્ષુને લાભ થશે અને સંસાર સંબંધ-બંધન તૂટી જશે.

આ બધાં શાસ્ત્રોનું તાત્પર્ય એક જ છે અને તે એકે આ બ્રહ્મમય સંસારને માયામય માનીને જડ માણસ ભય પામે છે. પોતાનું મૂળ સ્વરૂપ (સ્વસ્વરૂપ) ને ભૂલી જઈને, કર્તાપણાનો બોજો નકામો માથે મૂકીને, મૂઢ અને ગમાર માણસ ખોટો દુઃખમાં મરે છે. બરફનો ટુકડો તરસનો માર્યો પાણી માટે દોડે છે અને પર્વત ઉપર ફરતાં ફરતાં થાકી જતાં પોતાને જલસ્વરૂપ જુએ છે. પોતે કાયમનો મુક્ત હોવા છતાં પણ ભ્રાંતિને કારણે હું કોણ છું ? ક્યાંથી આવ્યો છું ? હું શું કરું ? એમ ગાભરો થઈને સુખની શોધમાં ફરે છે.

અ. ૧૬ :

૪૨ થી ૪૩ : આ ભ્રમ દૂર કરવામાં કર્મ વગેરેની મહેનત નકામી છે. એનાથી ભ્રમનો નાશ થતો નથી. પોતાના સ્વરૂપ (સ્વસ્વરૂપ) નું જ્ઞાન થવાથી મૂળમાંથી ભ્રમનો નાશ થાય છે. આ જ્ઞાનયોગ જ સર્વશ્રેષ્ઠ (ઉત્તમ) છે. એ જ ભ્રાંતિને ભગાડે છે, દ્વેતના અંકુર (ફણગો) નો નાશ કરે છે અને પરમાનંદ આપે છે.

૪૮ થી ૬૪ : બ્રહ્મ નિત્યમુક્ત છે અને નિર્વિકાર છે. એની આ નિત્યમુક્તતાનો ભંગ થતો નથી કે એને વિકારનો રંગ લાગતો નથી. પોતાની શુદ્ધ સાત્ત્વિક શક્તિમાં એ બ્રહ્મનું જે પ્રતિબિંબ પડે છે તે જ ઈશ્વર છે અને આ સૃષ્ટિનું સર્જન કરે છે અને બાળકની જેમ આ બધું જોઈને આનંદ પામે છે. બ્રહ્માના સ્વરૂપથી એ જગતની ઉત્પત્તિ (સર્જન)નું કાર્ય કરે છે, વિષ્ણુ સ્વરૂપે એનું પાલન (સંવર્ધન) કરે છે અને શિવ સ્વરૂપે એનો સંહાર કરે છે. પ્રાણીમાત્રના અંતરમાં એ જ વસે છે. એ ભક્તોનું રક્ષણ કરે છે (તારે છે) અને દુષ્ટોને શિક્ષા કરે છે (પરિત્રાણાય સાધુનાં વિનાશાય ચ દુષ્ટતામ્.) આ શુદ્ધ સત્ત્વગુણ પ્રકૃતિ એ જ વિદ્યા અથવા માયાના નામથી ઓળખાય છે. એનો આશ્રય કરવાથી ઈશ્વર સર્વજ્ઞતા પામે છે. મલિન સત્ત્વ પ્રકૃતિ (શક્તિ)માં બ્રહ્મનું જે પ્રતિબિંબ પડે છે તે જ પરતંત્ર જીવ કહેવાય છે. આ મલિન સત્ત્વ પ્રકૃતિને જ અવિદ્યા કહેવામાં આવે છે. જીવ અલ્પજ્ઞ છે અને વ્યક્તિના શરીરમાં રહે છે. (વ્યક્તિના શરીરથી વીંટળાયેલો છે.) જ્યારે ઈશ્વર સમષ્ટિમાં વ્યાપીને રહેલો છે. એ સ્વતંત્રપણે અજ્ઞાની જીવને અદ્ભૂત રીતે નચાવે છે. (જીવ સંસારને વશ છે અને સંસાર ઈશ્વરને વશ છે. આટલો ફેર છે.) આવરણ (ઢાંકવું) અને વિક્ષેપ (ચંચળતા) એ માયાની બે શક્તિ છે. સ્વરૂપને ઢાંકવું એ જ આવરણનું કામ (ચેપ-અસર) છે. ઈશ્વર પોતે મુક્ત છે. એ સિવાયના બીજા જે પામર જીવો છે તેને હું અજ્ઞાની છું એવું આવરણ પડે છે. ‘હું તે છું’, ‘હું શુદ્ધ છું’ એવું ભૂલી જઈને તે એમ પૂછે છે કે હું કોણ છું ? અને અજ્ઞાનતાને કારણે આ બધું હું કરું છું એવું કર્તાપણાનું અભિમાન માથા ઉપર લઈને ફરે છે. વિક્ષેપનું કાર્ય છે સુખ અને દુઃખની લાગણીઓ જન્માવવી અને એના પરિણામે જ ભૂત-ભૌતિકની વિવિધ યોનિમાં જીવ ભટકે છે. એ જીવ અદ્વૈતપણાને ભૂલી જાય છે તેથી દ્વૈતનો વિક્ષેપ આવીને ઊભો રહે છે. મોહને વશ થઈને નશો કર્યા પછી એ નશામાં પોતે બ્રાહ્મણ હોવા છતાં ‘હું તો ચાંડાળ છું’ એવું કહે છે. મંદ (જાંખા) અંધકારમાં પડેલી હાથ જેવડી દોરડીને દોરડીના જાણીને આ તો સાપ છે એવી ભ્રમણા થાય છે. તેવો આ બધો ખેલ છે. (એકદમ અંધારું હોય તો તેમાં દોરડી દેખાતી જ નથી અને પૂરો પ્રકાશ હોય તો દોરડી દોરડી જ દેખાય છે. દોરડીને બદલે સાપનો ભ્રમ મંદ અંધકાર હોય ત્યારે થાય છે. અજ્ઞાનાત્મક મનનો વિકલ્પ તે જ આ આવરણ છે અને ભય - કંપાદિ થાય છે તે વિક્ષેપને કારણે થાય છે. દોરીનું જ્ઞાન થવાથી સાપનો ભ્રમ દૂર થાય છે અને ધીમે ધીમે વિક્ષેપ પણ દૂર થાય છે. કદાચ ક્ષણભર રહી જાય તો પણ પછી તો કોણ એની ચિંતા કરે ? એ જ રીતે જીવનું અજ્ઞાન નાશ પામતાં ત્યાં વિક્ષેપવશ પણ ભ્રમ રહેતો નથી.

બ્રહ્મની અંદર અહંનું સ્ફુરણ ના થવા છતાં થયું અને એને જ તું પ્રકૃતિ જાણ, જે સાચે જ બ્રહ્મથી અભિન્ન છે.

૯૬ થી ૧૦૧ : ઈન્દ્રિયોનાં પાંચેય દેવતા એકઠા થતાં કાયા, વાણી અને મનથી સારું-નરસું કર્મ થાય છે. શુભ કર્મ કરવાથી પુણ્ય મળે છે જેને લીધે સ્વર્ગની પ્રાપ્તિ થાય છે અને અશુભ કર્મનાં ફળરૂપે પાપ મળે છે. તેનાથી જીવ નરકમાં જાય છે. પાપ અને પુણ્ય બન્ને હોય ત્યારે મનુષ્ય જન્મ મળે છે. ચોર્યાસી લાખ યોનિમાં સ્વેદજ (પરસેવામાં જન્મનારાં જંતુ), અંડજ (ઈંડામાંથી જન્મનાર પક્ષી) ઉદિભજજ (પૃથ્વીને ફોડીને ઊગતા વૃક્ષો, વનસ્પતિ વગેરે), જરાયુજ (ઓરથી વીંટળાયેલા જીવો - પશુ અને માણસો), અને દિવિજ (દેવ લોકો)એમ પાંચ ખાણો છે.

પોતાના કર્મો ભોગવવા માટે મૂઠ જીવ આમાં ભ્રમણ કરે છે. જેમ દીવાના પ્રકાશ વિના અંધારું દૂર થતું નથી તેમ જ્ઞાન મેળવ્યા વિના હજારો કર્મો કરવા છતાં પણ આ ભ્રમણ પરંપરા કરોડો કલ્પો વીતે તો પણ ટળતી નથી. (જ્ઞાન વિના મુક્તિ નથી.) વેદશાસ્ત્ર બધા જ સૃષ્ટિના ક્રમ વિશે આમ કહે છે, છતાં પણ ભ્રાંતિને સાચું માનીને મૂઠ બુદ્ધિવાળો ભમ્યા કરે છે.

૧૦૩-૧૦૬ : ગુરુને સાક્ષાત્ ઈશ્વર માનીને અને એનામાં અખંડ શ્રદ્ધા રાખીને ગરમી-ઠંડી સહન કરીને એની ખંતથી સેવા કરવી. એમની પાસે બેસીને પ્રેમથી શાસ્ત્રનું શ્રવણ કરવું. જે ક્ષણે જ્ઞાન સુદૃઢ થશે તે જ ક્ષણે સાધક (શિષ્ય) નિર્વાણ (મોક્ષ) નો અનુભવ કરશે. કેવળ ગુરુની કૃપા માત્રથી જ્ઞાન સુદૃઢ થશે. જેમ પાણીમાં લાકડી મારવાથી બે ભાગ થતા નથી (એટલે કે એવી મહેનત વ્યર્થ છે.) તેમ ગુરુકૃપા વિનાની બીજી બધી મહેનતો નકામી છે. (ગુરુકૃપા હિ કેવલમ્ । શિષ્ય પરમ મંગલમ્ ।)

૧૧૨ થી ૧૧૭ : નિદિધ્યાસ તેમજ યોગ વગરેથી જાતે બ્રહ્મસ્વરૂપ થવું. એ અનુપમ સાક્ષાત્કારને જ અપરોક્ષ જ્ઞાન કહેવામાં આવે છે. ‘જાણવું’ તે પરોક્ષ જ્ઞાન છે, જ્યારે ‘થવું’ એ અપરોક્ષ જ્ઞાન છે. સદ્ગુરુની કૃપા વગર બંને પૈકી એકપણ જ્ઞાનની પ્રાપ્તિ થતી નથી. ગુરુનાં શ્રીમુખે સત્ત્વશાસ્ત્રોના એકમાત્ર તાત્પર્યને ઉપક્રમાદિ લિંગથી ધારણ કરવું તેને જ શ્રવણ કહેવામાં આવે છે.

આવા શ્રવણથી ‘બ્રહ્મ નથી’ એવી અસત્ત્વના આવરણવાળી મતિ નાશ પામે છે અને ‘તે છે’ એવું માણસ માનવા માટે છે. બ્રહ્મ છે તો પછી એક છે કે અનેક છે તેવી શંકા ઊઠે છે. શ્રવણથી આવી સંશય ભાવના દૂર થાય છે. (ગુરુના શ્રીમુખે શાસ્ત્રોનું) શ્રવણ કર્યા પછી તે પ્રમાણે તેનું મનન કરવાનો અભ્યાસ કરવાથી અસંભાવના દૂર થાય છે અને ખાસ કરીને ચિત્ત સ્થિર થાય છે.

૧૨૬ થી ૧૪૩ : વસ્તુ હોવા છતાં ના દેખાય એ જ અભાનાવરણ છે. શ્રવણ પ્રમાણે એનું ચિંતન કરતાં મનન દ્વારા તરત જ એ દૂર થાય છે. નિદિધ્યાસન કરવાથી બધાં આવરણો નષ્ટ થઈ જાય છે અને સાધક ધ્યાન દ્વારા સ્પષ્ટ રીતે અદ્વિતીયતા - અદ્વૈતપણું અનુભવે છે. સદા એકાંતમાં બેસીને, બધા સંકલ્પો ત્યજીને ધ્યાનનો અભ્યાસ કરવાથી માણસ પોતે જ બ્રહ્મ (શિવરૂપ) રૂપ થઈ જાય છે. ભમરીનું સતત ધ્યાન ધરવાથી કીડો પોતે સાક્ષાત્ ભમરી થઈ જાય છે એવો ધ્યાનનો ચોક્કસ પ્રભાવ છે અને લોકો એ પ્રભાવને જાણે છે. પરંતુ જીવ તો મૂળે સ્વયં બ્રહ્મ જ છે એટલે એ પોતાના સ્વરૂપનું (સ્વસ્વરૂપનું) ધ્યાન કરે અને બ્રહ્મ સ્વરૂપ બની જાય તો એમાં શું નવાઈ જેવું ગણાય ? જો જીવ બ્રહ્મ જ છે તો પછી નાહકની ધ્યાનની શું જરૂર ? જો તને કદાચ આવી શંકા થાય તો હું કહું તે સારા માટે સાંભળ. કોઈપણ રીતથી વર્ણવી ન શકાય એવી ઈશ્વરની માયાશક્તિને લીધે પોતાના સ્વરૂપમાં જે ભ્રાંતિ થાય છે તેને લીધે પોતાના સ્વરૂપ વિશે શંકા થાય છે. દોરડીમાં થતો સાપનો આભાસ મિથ્યા હોવા છતાં એ ભયંકર પીડાકારક છે. એ મહા અવિદ્યા, કામ અને કર્મ સાથે જોડાવાથી રાગ દ્વેષવાળો થઈને યોગ્ય

અયોગ્ય કર્મો કરે છે. ત્રણ પ્રકારના કર્મના આચરણથી જીવ નિરંતર ભમ્યા કરે છે અને એની જન્મમરણની ઘટમાળ બંધ થતી નથી. જેમ સૂર્યગ્રહણ થાય ત્યારે મૂઠ માણસ અજાણ હોવાથી એમ માને છે કે રાહુ સૂર્યને ગળી ગયો છે પરંતુ ખરેખર એવું હોતું નથી. એ તો એવું દેખાય છે એટલું જ. તેવું જ આ જીવ ઉપરનું આવરણ છે. ગમે તેટલા કરોડો ઉપાયો કરવા છતાં આ આવરણ જ્ઞાન વિના દૂર થતું નથી. શ્રવણ વગેરે (મનન, નિદિધ્યાસન) થી જ્ઞાન થતાં એ આવરણ જાતે જ હટી જાય છે. વેદશાસ્ત્રના અભ્યાસથી થતું શાબ્દિક જ્ઞાન એ પરોક્ષ જ્ઞાન છે અને ધ્યાન દ્વારા એનું અપરોક્ષ જ્ઞાન - અનુભવ - થાય છે. અને એ થવાથી તે સ્વરૂપમાં મળી જાય છે. માટે ધ્યાન કરવું જોઈએ.

હે રાજા ! તું મારો બડો ભાગ્યશાળી એવો ભક્ત છે. એટલે તું ભોગો પ્રત્યે ઉદાસીન (નિર્વિણ્ણ) થયો છે અને તેથી તું જ્ઞાન પ્રાપ્ત કરવા માટે યોગ્ય છે. તું મહાવાક્યનું ચિંતન કરીને સમાધિમાં લીન થઈને અપરોક્ષ જ્ઞાનનો અનુભવ કર. એટલે તું એકદમ મુક્તિ પામીશ. જ્ઞાનને જલ્દીથી સ્થિર (દઢ) કરીને તું મનનો ભંગ (મનોભંગ) કર. તું બધી વાસનાને (વાસનાના જંગલને) બાળીને નિવિઘ્ને અસંગ થા. હે રાજા ! આ રીતે જીવતે જીવ મુક્તિનો અનુભવ કર્યા પછી (જીવન્મુક્ત થયા પછી) બાકીનો પ્રારબ્ધભોગ પૂર્ણ થતાં જ તું મૃત્યુ પછી મારા જ સ્વરૂપમાં તરત જ કેવલ્ય યોગ પામીશ. આ વાતને તું તદ્દન સાચી માન. મારી તને શુભાશિષ છે. તું મનમાં શંકા લાવીશ નહિ.

અ.૧૭ :

૨ થી ૧૬ : (અર્જુને દત્તપ્રભુને વંદન કરીને પૂછ્યું કે,)

હે પ્રભુ ! મહાવાક્ય કોને કહેવાય ? એનું કેવી રીતે ચિંતન કરવું જોઈએ કે જેથી ચોક્કસ અપરોક્ષાનુભવ થાય છે. હે પ્રભુ ! હું તો મૂઠ છું. મને કૃપા કરીને બધું વિસ્તારથી કહો. મોં મલકાવીને દત્ત પ્રભુ બોલ્યા કે, હે અર્જુન ! તું ગહન (રહસ્યમય) વાત સાંભળ.

હે સમજુ અર્જુન ! મહાનથી પણ મહાન એવું જે એક બ્રહ્મ છે તેનું વિવરણ કરીને, બ્રહ્મ અને આત્માનું એકત્વ જણાવતાં વાક્યને મહાવાક્ય કહેવાય. ચાર વેદનાં ચાર મુખ્ય મહાવાક્ય છે. તેમાં સામવેદનું મહાવાક્ય જે બોધકારક છે તે મહત્ત્વનું છે. હે રાજા ! અરુણે પોતાના પૌત્ર શ્વેતકેતુને (અરુણનો પુત્ર ઉદાલક અને તેનો પુત્ર શ્વેતકેતુ) 'તે તું છે' એ મહાવાક્યનો ફરી ફરીને કહીને બોધ કર્યો હતો.

તું ધ્યાન દઈને સાંભળ. જેથી એ મહાવાક્યનો તને સાક્ષાત્કાર થશે. સાધન સિદ્ધિ થતાં જ મૂઠ પણ સુખેથી સંસાર પાર કરે છે. નિત્ય અને અનિત્ય વચ્ચેનો વિવેક એ પહેલું સાધન છે. લૌકિક (દુન્યવી) અને પારલૌકિક વિષયોમાં વૈરાગ્ય એ બીજું સાધન છે. જો ચિત્તમાં વિષયો વસતા હોય તો કોઈ દિવસ ધ્યાન થઈ શકતું નથી. એટલા માટે શ્રેષ્ઠ પુરુષો વિષયત્યાગને (વૈરાગ્યને) માન આપે છે. શમ (મનનું શાંત થવું), દમ (ઈન્દ્રિયોને કાબુમાં રાખવી.) ઉપરતિ (ઉપરામ વૃત્તિ), તિતિક્ષા (ઠંડી-ગરમી વગેરે દ્વંદ્વો પ્રેમથી સહન કરવા.), શ્રદ્ધા (ગુરુનાં વચનમાં વિશ્વાસ) અને સમાધાન (સમયાનુસાર જે આવી મળે તેમાં સંતોષ હોવો) એ છ સંપત્તિ (ષટસંપત્તિ) ત્રીજું સાધન છે અને મોક્ષેચ્છા (મુક્તિ માટેનો તલસાટ અનુભવવો અને તે માટે આકુળ-વ્યાકુળ થવું.) એ ચોથું સાધન છે.

આ ચારેય સાધન (સાધન ચતુષ્ટય) સિદ્ધ કર્યા પછી સદ્ગુરુનાં શરણે જવું અને સદ્ભાવપૂર્વક એની સેવા કરીને એ મહાવાક્યનું વિવરણ ગુરુમુખે સાંભળવું. જે હંમેશા સદાચરણમાં રચ્યોપચ્યો હોય, પૂર્ણ જ્ઞાન ધરાવતો હોય, નિજાનંદમાં મસ્ત હોય અને બ્રહ્મનિષ્ઠ હોય એવા ગુરુનાં શરણમાં ભ્રમ ક્યાંથી રહી શકે ? આવા ગુરુના સ્વૈર વિહારમાં થતી આડી અવળી વાતો પણ શાસ્ત્રો જ ગણાય અને તે માયાની પોલને દૂર કરે છે.

ષડ્વિંગ દ્વારા તાત્પર્યને (તત્ત્વ જ્ઞાનને) ચિત્તમાં સમજવું એ જ સાચું શ્રવણ છે અને એવાં શ્રવણથી ક્ષણ માટે પણ ભ્રાંતિ રહેતી નથી.

૧૦૦ થી ૧૦૪ : જે એક, અખંડ અને અરૂપ (બ્રહ્મ) બધે જ વ્યાપીને રહ્યું છે તે સ્થૂળ અને સૂક્ષ્મ વગેરે ચિહ્નો વિનાનું અજોડ તત્ત્વ છે. સચ્ચિદાનંદરૂપ, સર્વવ્યાપક, સ્વયં પ્રકાશરૂપ એ પરબ્રહ્મ પરમાત્મા જ ખાસ પણે તત્ત્વ તત્ત્વ છે. સર્વેશ્વર, સર્વજ્ઞ, સર્વ શક્તિશાળી અને સમાન પરમાત્મા (અનંત)ને જાણ્યા પછી બધી વસ્તુનું જ્ઞાન થઈ જાય છે. બધા જીવોમાં પ્રવેશ કરીને એ બધાનું નિયંત્રણ કરે છે અને જે પોતે નિર્વિકાર છે તે સ્વયં જીવોને નિર્લેપભાવે એમનાં કર્મોનું ફળ આપે છે. એ પરબ્રહ્મ પરોક્ષ છે. તે જ નિર્મળ - તત્ત્વ પદાર્થ છે.

૧૨૮-૧૨૯ : હું અખંડ, નિશ્ચલ, સત્ય, અદ્વૈત, વિશુદ્ધ, આનંદ અને અમૃત સ્વરૂપ બ્રહ્મ છું એ સમજને યોગના અભ્યાસથી સ્થિર કરી, આ રીતે અખંડપણે ધ્યાન કરતાં ચિત્ત અક્ષયધામ પામે છે.

અ. ૧૮ :

૧ થી ૨૪ : દત્તપ્રભુનાં વચન સાંભળીને ધીરજવાન અર્જુન બોલ્યો કે, હે પ્રભુ ! આ ચિત્ત એક ક્ષણ પણ સ્થિર રહેતું નથી. તો કાંઈ કૃપા કરો. વાયુને રોકી શકાય, આકાશનું ખંડન કદાચ થઈ શકે, કે સમુદ્રના તરંગને બાંધી શકાય પરંતુ ચિત્તને વશ કરી શકાતું નથી. હે સ્વામી ! આ અતિ ચંચળ મન ઉપર વિજય મેળવવો ખૂબ મુશ્કેલ છે. એ કેવી રીતે શાંત થાય તે કહો. દત્તપ્રભુએ કહ્યું કે વૈરાગ્યથી અને યોગાભ્યાસથી એ શાંત થઈ શકે છે.

વિષયોમાં દોષો જોઈને તેને છોડી દેવાની જે બુદ્ધિ જન્મે છે તે વૈરાગ્ય જ મુક્તિનું કારણ છે એ તું શંકા કર્યા વિના સાંભળ. (સ્વીકાર). હવે હું તને યોગાભ્યાસ વિષે કહું છું. યમ, નિયમ, આસન, પ્રાણાયામ, પ્રત્યાહાર, ધારણા, ધ્યાન અને સમાધિ એવાં યોગના આઠ અંગો છે એમ યોગીજનો કહે છે. (અષ્ટાંગ યોગ). જ્યારે કેટલાક યમ અને નિયમને સ્વાભાવિક ગણીને એને છ અંગવાળો (ષડંગ) પણ કહે છે. તો વળી કેટલાક સમાધિને ફળ (પરિણામ) ગણીને એનાં સાત અંગ એમ કહે છે. સવિકલ્પ અને નિર્વિકલ્પ સમાધિ એવા સમાધિના બે ભેદ પૈકી કેટલાક સવિકલ્પ સમાધિને યોગનું અંગ ગણીને નિર્વિકલ્પ સમાધિને ફળ માનીને યોગનાં આઠ અંગો દર્શાવે છે.

સ્થાવર અને જંગમ એવાં, આત્માનાં, બે રૂપ છે. ત્યાં ઈશ્વરબુદ્ધિ રાખીને કોઈપણ દુઃખ આપવું નહિ. કોઈપણ કાયા (શરીર), વાચા (વાણી) કે મનથી (વિચારમાં) જરા સરખું પણ દુઃખ ન આપવું એને જ શ્રેષ્ઠ અહિંસા કહેવામાં આવે છે અને એ જ (દશ યમો પૈકીનો) પ્રથમ મહાન ધર્મ છે. જેવું હોય તેવું અને પ્રિય બોલવું એને જ સત્ય કહેવામાં આવે છે. (સત્ય કડવું હોતું નથી, એને કહેવાની રીત જ કડવી હોય છે.) બીજાનું તણખવું સરખું પણ ચોરવું નહિ. એને અસ્તેય કહેવામાં આવે છે. દરેક પ્રાણી પ્રત્યે લાગણી - કરુણા રાખવી એ દયા છે. અને હંમેશ માટે મૈથુનનો ત્યાગ કરવો એ વ્રતોમાં મુકુટરૂપ એવું બ્રહ્મચર્ય છે. હંમેશા નિષ્કપટી થઈને રહેવું એને જ આર્જવ (સરળતા) કહેવામાં આવે છે. દુઃખ વગેરે ક્રોધ કર્યા વગર (પ્રસન્ન મનથી) સહન કરવાં એને જ ક્ષમા કહેવામાં આવે છે. પોતાને નુકશાન થવા છતાં પણ મનમાં વિકાર (ખળભળાટ) ન થાય એને જ ધીરજ (ધૃતિ) કહેવામાં આવે છે અને શરીરને અનુકૂળ હોય (પથ્ય) તેવું પ્રમાણસર (મિત) જમવું એને જ મિતાહાર કહેવામાં આવે છે. (ઉપવાસ કરવો કે પેટ ભરીને વધુ પડતું જમવું બંને સરળ છે, પરંતુ માપસર જમવાનો સંયમ રાખવો ખૂબ અઘરો છે.) પેટના બે ભાગો અન્નથી ભરી, ત્રીજો ભાગ જળથી ભરીને પેટનો ચોથો ભાગ સાધકે ખાલી રાખવો. પાણી અને માટીથી આ બાહ્ય શરીરને અને ધ્યાન દ્વારા અંતરને સાફ રાખવું એને જ શૌચ (પવિત્રતા) કહેવામાં આવે છે. આ દશ યમ છે, એમ તું માન.

હે અર્જુન ! હું તને હવે દશ નિયમ કહું છું તે તું સાવધાન થઈને સાંભળ. ચાન્દ્રાયણાદાથી શરીરની શુદ્ધિ કરવી એને ઉત્તમ તપ ગણવામાં આવે છે. પ્રારબ્ધવશાત્ (નશીબમાં જે હોય તે) જે મળે તેમાં પ્રસન્નતા થવી એ જ સંતોષ છે અને વેદ તથા ગુરુનાં વાક્યમાં વિશ્વાસ રાખવો એને જ આસ્તિક્ય (શ્રદ્ધા) કહેવામાં આવે છે. વેદાંત ઈત્યાદિનો વિચાર કરવો એને જ ઉત્તમ શ્રવણ કહેવામાં આવ્યું છે અને યોગ્ય વ્યક્તિ માટે સ્વાર્થ જતો કરવો તેને જ ઉત્તમમાં ઉત્તમ દાન કહેવામાં આવ્યું છે. પ્રભુના ચરણમાં સર્વસ્વનું સમર્પણ કરવું એ જ સાચું પૂજન જાણ અને સત્કાર્યમાં હંમેશા પ્રેમ રાખવો એને જ નિર્મળ શ્રદ્ધા ગણવામાં આવી છે. ખરાબ કાર્યોમાં શરમ રાખવી એને જ તારી દેનારી હ્રીં કહેવામાં આવી છે. અગિયારસ વગેરે પવિત્ર દિવસે ઉપવાસ રાખવો એને જ વ્રત કહેવામાં આવે છે. વેદમાન્ય (વેદથી અવિરૂદ્ધ એટલે કે વિરૂદ્ધ ના હોય તે) એવો, ગુરુએ આપેલા મંત્રના નિત્ય અભ્યાસને જપ કહેવામાં આવે છે. મોટેથી બોલીને કરવામાં આવતો જપ એ જપનો હલકો પ્રકાર છે. હોઠ ફફડાવીને (ઉપાંશુ) જપ કરવો તે મધ્યમ પ્રકાર છે અને માનસિક રીતે (મનમાં ને મનમાં) જપ કરવો તે જપનો ઉત્તમ પ્રકાર છે. એમ બધાં જ શાસ્ત્રો કહે છે.

દેશ (સ્થળ) કાળ (સમય) અને જાતિથી અમર્યાદિત હોય તે ઉત્તમ છે અને આવા યમ-નિયમોનું પાલન મહાવ્રતોનું પાલન - ઉત્તમ ફળ આપે છે.

૩૮ : યમ અને નિયમો એ યોગાભ્યાસનો પાયો છે. જો એ મજબૂત નહિ હોય તો મૂઢ માણસ મહેનત કરીને મરી જાય તો પણ યોગમાં આગળ વધી શકતો નથી.

૪૪-૪૫ : ગુહ્યાંગની ગોળી (અંડ)ની નીચે ડાબો પગ અને શિશ્ર (લિંગ) ઉપર જમણો પગ રાખીને હડપચીને હૃદયે લગાડીને, ભવ્ય દૃષ્ટિ રાખીને બેસે તો એને સિદ્ધાસન (ચોથું આસન) કહેવામાં આવે છે. આ સર્વોત્તમ આસન છે અને સિદ્ધ પુરુષો એ આસન સિદ્ધ કરે છે.

૫૫ થી ૮૨ : બધી ચિંતા છોડી દઈને ધીરજ રાખીને બેસવું અને મક્કમ નિશ્ચય કરીને (દૃઢ મનોબળથી) પ્રાણાયામ કરવાની શરૂઆત કરવી. જેમ જેમ પ્રાણની ગતિ વધતી જાય તેમ તેમ મનની ચંચળતા પણ વધતી જાય છે અને ચિત્તની ચંચળતા વધતાં તે જ ક્ષણે પ્રાણની ગતિ પણ વધી જાય છે. માટે પ્રાણ અને ચિત્ત (મન) બંને પૈકી એકના પર કાબૂ મેળવીને બન્ને પર કાબૂ મેળવવો (બંનેને શાંત કરવા - સ્થિર કરવા.) અને એજ સમાધિનું શ્રેષ્ઠ સાધન છે એવું ધૈર્યવાન યોગી જાણે છે. પ્રાણ ઉપર વિજય મેળવવાની સાથે જ મન ઉપર પણ વિજય પ્રાપ્ત થાય છે. એકને કાબૂમાં લેતાં બંને કાબૂમાં આવે છે એવું યોગશાસ્ત્રનું પ્રમાણ છે. નવે દ્વારો રોકવાથી પ્રાણ વશ થાય છે. વૈરાગ્ય વગર ચિત્ત કદી પણ વશ થતું નથી. ચંચળ મન તરત જ ઈન્દ્રિયોના સમૂહને આકુળ-વ્યાકુળ (અસ્થિર) કરે છે. બળ વાપરવાથી (બળજબરીથી) એ રોક્યું રોકાતું નથી અને માણસ અધવચમાં થાકી જાય (કંટાળી જાય) છે. આને કારણે પ્રાણાયામ વગેરેથી ચંચળ મનને જીતવાનું હોય છે. એનાથી ચંચળ મન પણ જલ્દીથી સારી રીતે સ્થિર (એકદમ શાંત) થાય છે.

આ ચંચળ મનને કોઈ સગુણ ધ્યાનથી અને કોઈ વળી જપથી વશ કરે છે. જો મન બ્રહ્મરસનું એ રસાયણ પીએ તો ઠરી ઠામ (શાંત) થાય. ડાબા નસકોરા (નાસાપુટ)માં ઈંડા નાડી વહે છે. ચન્દ્ર એનો દેવતા છે અને શુભ કાર્યો એમાં સિદ્ધ થાય છે. જમણા નસકોરામાં પિંગલા નાડી વહે છે. તેનો દેવતા સૂર્ય છે અને તેનાથી ઉગ્ર કાર્યો સિદ્ધ થાય છે. આ બે નાડી વચ્ચે સુષુમ્ણા નામની ત્રીજી નાડી વહે છે જે બ્રહ્મરંધ્રમાં જાય છે અને દેવકાર્ય સિદ્ધ કરે છે. આ નાડીનાં મૂળમાં, સર્પાકારે કુંડલિની રહેલી છે જે સુષુમ્ણા નાડીનું મુખ બંધ કરીને નિશ્ચેત થઈને રહેલી છે. પ્રાણના ઉત્ક્રમણના રસ્તાને રોકીને એ ત્યા પડી છે અને એ દુષ્ટ કુંડલિની સુષુમ્ણા પ્રાણને ઉપર જવા દેતી નથી. (પ્રાણ સુષુમ્ણામાં જઈ શકે એટલા માટે) એને જાગ્રત કરવાની રહે છે. અભ્યાસ કરવાથી એ કુત્કાર (ફૂંફાડો

મારીને) કરીને તરત જ ત્યાંથી ખસે છે. પછી યુક્તિથી પ્રાણ ઉપર ચઢે છે અને ચિત્ત સ્થિર થાય છે. ડાબો અપાન અને જમણો પ્રાણ જાણવો. બંને સમાન થાય તેને સુષુમ્ણા કહેવામાં આવે છે. સોળ માત્રાથી શ્વાસ લેવો (પૂરક), ચોસઠ માત્રાથી શ્વાસને રોકી રાખવો (કુંભક) અને બત્રીસ માત્રાથી શ્વાસ છોડવો (રેચક). આ પ્રકારનો પ્રાણાયામ એ ઉત્તમ પ્રાણાયામ છે. ઈડાથી (ડાબાં નસકોરાંથી) શ્વાસ લેવો. (પૂરક). એનાથી ગુદા સંકોચાય (મૂલ બંધ થાય) છે. કુંભકના અંતે કંઠમાં કંઠ સંકોચાય (જાલંધર બંધ થાય) છે. પિંગળા (જમણાં નસકોરાંથી) થી શ્વાસ છોડાવો (રેચક). એ દ્વારા પેટને અંદર ખેંચવાનું રહે (ઉડ્ડિયાન બંધ થાય) છે. ધીમે ધીમે આ રીતે (પૂરક-કુંભક-રેચક) કરી પછી તેનાથી ઊલટું કરવું. (એટલે જમણાં નસકોરાંથી શ્વાસ લેવો, શ્વાસ રોકવો અને ડાબાં નસકોરાંથી શ્વાસ છોડવો.) જે નસકોરાં (નાડી) થી શ્વાસ (પ્રાણ) લે તે જ નસકોરાં (નાડી) થી શ્વાસ છોડવો નહિ. યોગ્ય રીતે થતો પ્રાણાયામનો અભ્યાસ બધાં જ પાપ (અધ) અને દુઃખ (અક, ક = સુખ, અક = સુખ નહિ તે એટલે દુઃખ) દૂર કરે છે.

શ્વાસ બહાર છોડીને પેટને ખાલી કરવું એ (કેવળ કુંભકમાં) પૂરક છે, શ્વાસને ત્યાં જ થંભાવી દેવો એ કુંભક છે. પછી ધીમે ધીમે શ્વાસ અંદર લેવો તે રેચક છે. એ સાધીને કેવળ કુંભક કરવામાં આવે છે. (કેવળ કુંભકમાં પહેલાં શ્વાસ કાઢવો, હવે શ્વાસ નીકળી ગયા પછી, શ્વાસ લીધા) વગર થોભવું એ કુંભક છે અને પછી શ્વાસ લેવો તે રેચક છે. પ્રાણાયામમાં શ્વાસ લીધા પછી એ પ્રાણને - લીધેલા શ્વાસને રોકવાનો છે. જ્યારે કેવળ કુંભકમાં શરીરમાંથી શ્વાસ કાઢ્યા પછી થોભવાનું છે. અહીં કુંભકમાં ખાલી પેટે, શ્વાસ લીધા વિના રહેવાનું છે.

જેમ જેમ પૂરક અને રેચકની માત્રા વધતી જાય તેમ તેમ બધી નાડી શુદ્ધ થવા માંડે છે. અને બધી નાડી શુદ્ધ થતાં ચિત્ત પણ ઠરે છે - શાંત થાય છે. વાત, પિત્ત અને કફ એ ત્રણેના દોષ સારી રીતે ક્ષીણ થતાં જઠરાગ્નિ પ્રદીપ્ત થાય છે અને રોગ નાશ પામે છે. કનિષ્ઠ (હલકા-અધમ) પ્રકારના પ્રાણાયામથી ખૂબ પરસેવો (ધર્મ) છૂટે છે. મધ્યમ પ્રકારના પ્રાણાયામથી શરીરનાં બધાં અંગોમાં ખૂબ કંપારી થાય છે અને ઉત્તમ પ્રાણાયામથી પ્રાણ તરત જ બ્રહ્મરંધ્રમાં જઈને ત્યાં ઠરે છે. પછી શ્વાસોચ્છવાસ બંધ થાય છે અને આખું શરીર નિશ્ચેષ્ટ (જડ) બની જાય છે. આ સ્થિતિમાં ધીર યોગી મેઘનાદ જેવી ગર્જના સાંભળે છે. જો નાડીની શુદ્ધિ ન થાય તો પછી કુંડલિની જાગૃત થતી નથી અને સુષુમ્ણામાં પ્રાણ કીડીની (પિપીકાવત્) જેમ ચઢતો નથી. આવું થાય તો બધી મહેનત નકામી છે એમ જાણીને વધારે પ્રયત્ન કરવો. પ્રાણની ઉર્ધ્વ ગતિ થવાથી બધો ત્રાસ મૂળમાંથી દૂર થાય છે.

૮૭ થી ૧૧૭ : રોજ રોજ પાંચ પાંચથી પ્રાણાયામમાં વધારો કરીને એંશી સુધી પહોંચવું અને આવી રીતે રોજ ચાર ચાર પ્રાણાયામ કરવો આ પ્રમાણે ત્રણ માસ સુધી દૈનિક નિશ્ચયથી પ્રાણાયામનો અભ્યાસ કરતાં સુષુમ્ણા નાડીનો માર્ગ બધી રીતે ખાસ પ્રકારે શુદ્ધ થાય છે. આનાથી કુંડલિની ચોક્કસપણે જાગૃત થાય છે અને સુષુમ્ણા દ્વારા પ્રાણ ઊંચે ચઢે છે. એનાથી છ (ષટ્) ચક્રો ભેદાય છે અને મહાન ગ્રંથિઓ તૂટે છે. (છ ચક્રોના નામ છે : મૂલાધાર, સ્વાધિષ્ઠાન, મણિપુર, અનાહત, વિશુદ્ધ અને આજ્ઞા ચક્ર. મહાન ગ્રંથિઓ ત્રણ છે : બ્રહ્મ ગ્રંથિ, વિષ્ણુ ગ્રંથિ અને રુદ્ર ગ્રંથિ). નાભિમાં રહેલા અગ્નિને ત્યારે સંકોચવો (આકુંચન) અને તર્જની આંગળીને નાભિ (કુંટી) પર રાખીને રોજ ત્રણ વાર થોડી વાર માટે પગને હાથથી પકડીને મન સ્થિર (નિશ્ચલ) રાખીને રોજ આઠ ભસ્ત્રા કરીને તાડન કરવું. (મારવું) લય વિક્ષેપનો ત્યાગ કરીને સ્વસ્વરૂપનું અનુસંધાન કરવાથી પ્રાણની ઉર્ધ્વગતિ થાય છે અને મન ઉન્મત્તી બને છે. બ્રહ્મરંધ્રમાં બાર દિવસ સુધી નિશ્ચલ (સ્થિર) રૂપથી પ્રાણ ઠરે તો એ નિર્વિકલ્પ સમાધિ શ્રેષ્ઠ ગણાય છે. નિશ્ચયપૂર્વક પ્રાણ ઉપર કાબૂ મેળવી મનથી ઈન્દ્રિયોને પોતાના વિષયોમાંથી પાછી ખેંચવી. આળસ છોડીને વારે ઘડી આ અભ્યાસ કરવાથી પ્રત્યાહાર સિદ્ધ થાય છે અને કોઈપણ પ્રકારનો જરા સરખો ત્રાસ રહેતો નથી. જેમ કાયબો પોતાને આધિન પોતાનાં અંગોને અંદર ખેંચી લે છે તેમ યોગીઓ પોતાને વશ એવી

બધી ઈન્દ્રિયોને અંદર ખેંચી લે છે. કદાચ ઈન્દ્રિયો પાછી પોતાના વિષયોમાં દોડે તો એને ફરી પાછી ખેંચી લે છે. આ રીતે બધી ઈન્દ્રિયો પોતાને વશ થતાં એ માણસ સ્થિતપ્રજ્ઞ થાય છે. પ્રજ્ઞા સુસ્થિર થવાથી બધી જ વિષયેચ્છા જતી રહે છે. અને બધી સિદ્ધિઓ દાસી થાય છે. આવા ધીર યોગીશ્રેષ્ઠને ધન્ય હો. આવો પ્રત્યાહાર સિદ્ધ કરીને પછી હે અર્જુન ! સગુણ અને નિર્ગુણ એવી બન્ને પ્રકારની ધારણા તરત જ કરવી. વારે વારે અભ્યાસથી ચિત્તને એક જ સ્થળે રોકી રાખવાની ક્રિયાને ધારણા કહે છે. પોતાના ચિત્તને આત્મસ્વરૂપ (સ્વસ્વરૂપ) માં સ્થિર કરવું. જો વિક્ષેપને કારણે ન કરે તો વારંવાર પ્રત્યનો કર્યા કરવા. જો મન નિર્ગુણમાં સ્થિર ન થતું હોય (ઠરતું ન હોય) તો પછી સગુણમાં સ્થિર કરવું. ગંભીરતાપૂર્વક પ્રયત્નો કરીને મનને લક્ષ્યમાં લાવીને સ્થિર કરવું. (દત્ત પ્રભુ કહે છે કે) હું નિર્ગુણરૂપ હોવા છતાં ભક્તોની રક્ષા કરવાને માટે આવું અનુપમ (અજોડ) રૂપ ધારણ કરીને સગુણ બન્યો છું. મારી સુંદર મૂર્તિ અતિશય આનંદ આપનારી (આસેચનક) છે. એ જોતાં આંખડી ધરાતી નથી અને એનાં એક એક અંગ પણ એવા જ સુંદર છે. વારે વારે એ સગુણ સ્વરૂપમાં એ રીતે ધારણા કરવી. એનાં પરિણામે ત્યાં ચિત્ત સારી રીતે સ્થિર થાય, પછી એ સરળતાથી નિર્ગુણમાં સ્થિર થશે. ધ્યાન શરૂ થાય તે પહેલાં ધારણા કરવાની હોય છે અને પછી ધ્યાનની વિસ્મૃતિ થાય તેને જ યોગીઓ સમાધિ કહે છે. આ ધારણા, ધ્યાન અને સમાધિ ત્રણે અખંડ - સળંગ છે. ધારણા સિદ્ધ કર્યા પછીથી ધ્યાન કરવામાં આવે છે. સગુણનું ધ્યાન અને નિર્ગુણનું ધ્યાન એવા ભેદથી ધ્યાનના બે પ્રકારનાં છે. પોતાની જાતે એક જાતની (આત્માની) વૃત્તિનો તેલની ધારાની જેમ એકરસ અખંક પ્રવાહ વહે તે જ નિર્મલ ધ્યાન ગણાય છે. ધ્યાન કરનાર (ધ્યાતા), જેનું ધ્યાન કરવામાં આવે તે (ધ્યેય), અને એ અંગેનો અભ્યાસ (ધ્યાન) જ્યાં સુધી અલગ રહે ત્યાં સુધી ધ્યાન કરે છે, એવું કહેવાય. એવું યોગીજનો માને છે. અભ્યાસ થતાં થતાં ચિત્ત સ્થિર થઈ જાય અને ધ્યાન કરનારનું મન, પવન વિનાના સ્થળે રાખેલા દીવાની જેમ ધ્યેયાકારમાં સ્થિર થાય અને ધ્યાનને ભૂલી જાય એ જ સ્થિતિને સમાધિ કહેવામાં આવે છે અને એ જ યોગાભ્યાસના મહેલનું શિખર (ટોચ) છે. માત્ર ધ્યેય જ બાકી રહે છે અને ચિત્તનો પણ વિલય થઈ જાય છે. દેહનું ભાન રહે નહિ અને અંદર-બહારનું જ્ઞાન પણ રહેતું નથી. મન જાગૃત, સ્વપ્ન અને સુષુપ્તિથી પર થઈ જાય છે. જેને ઉન્મની અવસ્થા કહેવામાં આવે છે. આત્મા આત્માને જોઈને આત્મામાં જ વિલીન થઈ જાય છે અને આત્યંતિક (અતિશય) આનંદ અનુભવતાં વાસના ક્ષીણ થઈ જાય છે. એને નિર્વિકલ્પ સમાધિ કહેવામાં આવે છે અને ત્યાં ધર્મનું અમૃત વરસે છે. એને યોગીઓ ધર્મમેઘ કહે છે. આનાથી મુમુક્ષુને સંતોષ (ધરપત) થઈ જાય છે. (જે જોઈતું હતું તે મળ્યું એમ થાય.) જીવ અને બ્રહ્મને એક કરીને, એમના વિયોગનું ભયંકર દુઃખ દૂર કરનાર યોગ એ શ્રેષ્ઠ વસ્તુ છે. (યોગ એ યુજ્ઞ ધાતુ પરથી બનેલો શબ્દ છે જેનો અર્થ થાય છે જોડવું.)

આ સાંભળીને અર્જુનને આનંદ થયો અને પગે લાગીને બોલ્યો કે હે પ્રભુ ! મારા મનમાં એક શંકા ઊઠે છે તો આપ તેનું નિવારણ કરો. જો યોગથી આત્મા સાક્ષાત્કાર થતો જ હોય તો પછી મહાવાક્ય (તત્ત્વમસિ) નું વિવરણ (વિચાર) શા માટે કરવું જોઈએ ? આ બેમાં સાચું શું તે એક વાત નિશ્ચિતરૂપથી કહો.

અધ્યાય : ૧૮ - બ્રહ્માત્મૈક્યજ યોગ :

દત્ત ભગવાન બોલ્યા કે, હે રાજા ! તું એક વાત સાંભળી લે, કે કેવળ ક્રિયાયોગ કરવાથી કલ્પે પણ ભ્રાંતિ ટળતી નથી અને મુક્તિ મળતી નથી. (કેવળ ક્રિયા કરનારને કર્મઠ કહેવાય.) (૧). જ્ઞાન વિના મોક્ષ નથી એ સત્ય વચનનો તું સ્વીકાર કરી લે. હે સમજું (અર્જુન) ! કેવળ ક્રિયાયોગ કરવાથી મનને શાંતિ મળતી નથી. (૨). તું યોગ યોગ શું કરે છે ? બ્રહ્મ અને આત્માનું ઐક્ય થવું એ જ યોગ છે. (યુજ્ઞ = જોડવું.) જ્ઞાનયોગ સભર અષ્ટાંગયોગ જ જન્મમરણનો ફેરો (સંસૃતિ રોગ) ટળે છે. (૩).

આ શરીર વગેરે બધું મિથ્યા છે એમ નિશ્ચયપૂર્વક જાણીને દેહ, ઈન્દ્રિય અને તેના વિષયો પ્રત્યે ઉદાસીન રહેવું એ જ યમ છે. (જીવનમાં ઉદાસ ન થવું, ઉદાસીન થવું.) (૪). સ્વાત્મા એક અને નિર્મળ છે અને એ કેવળ બ્રહ્મસ્વરૂપ છે એવું જાણી એ આત્મામાં પ્રેમ કેળવવો એને જ હે રાજા ! નિયમ કહેવાય છે. (આપણે તો દેહને આત્મા માનીને જીવીએ છીએ. એટલે એ ભ્રમણા દૂર કરવા સાધના કરવી પડે.) (૫). બહારના વિષયો પ્રત્યે વૈરાગ્ય (ઉદાસીનતા) કેળવીને અંતરમાં દૃષ્ટિ સ્થાપવી એને જ હે જ્ઞાની રાજા ! તું આસન સમજ. (૬). મોર અને કૂકડાની માફક (મયૂરાસન કે કુક્કુટાસન) બેસવાથી જ જો મુક્તિ મળતી હોય તો તો પછી આ મોર અને કૂકડાં-પ્રાણીજાત રડી રડીને મરી જાત જ નહિ (સાધક તો ત્રણ કે છ કલાક મયૂરાસન કે કુક્કુટાસન કરે જ્યારે આ પ્રાણીજાત તો ચોવીસે કલાક આ જ આસનમાં જીવે છે ને ! છતાં એનો ક્યાં ઉદ્ધાર થાય છે ?) (શું કરો છો એના કરતાં શું સમજીને કરો છો એ જ મહત્વનું છે.) (૭). ચિદાત્માનું બુદ્ધિથી અંતરમાં ગ્રહણ કરવું એને જ પૂરક કહેવામાં આવે છે. અને એ સમજનું - એ તત્ત્વનું સ્થિરીકરણ કરવું એને જ તું કુંભક જાણ. (૮). આ નામ તેમજ રૂપ એવું જગત માયાવી છે અને તેનો ત્યાગ કરવો એને જ રેચક કહેવામાં આવે છે. આ ત્રણ અંગવાળો પ્રાણાયામ તને સાચા અર્થમાં સમજાવ્યો. હે અર્જુન ! હવે તું સાવધાન થા (જાગ) અને એ રીતે વર્તજે. (૭૬). (૯). કેવળ નસકોરાંને ત્રાસ આપવાથી અને પ્રાણ (વાયુ)ને અવરોધવાથી જ જો માણસ મુક્તિ પામતો હોત તો એ શ્રવણનો શ્રમ નાહકનો શું કામ ઊઠાવે ? (૧૦). માટે જ ત્યાં સખીજ પ્રાણાયામ ઉત્તમ ગણાય છે જેનાથી મન સ્થિર થાય છે અને માણસ જ્ઞાની થઈને નિર્વાણપદ (મોક્ષને) પામે છે. (૧૧).

વિષયોને ગ્રહણ કરવા એ ઈન્દ્રિયોનો સ્વભાવ જ છે. આ વાતને સમજીને સજ્જને વિષયાધ્યાસથી દૂર રહેવું. આવી અનાસક્તિ કેળવવી એને જ પ્રત્યાહાર જાણવો. મનમાંથી અસંભાવના વગેરેના દુષ્ટ ખ્યાલો જેનાથી દૂર થાય છે તે સ્વાત્મામાં નિષ્ઠા રાખવી એ જ ધારણા છે. (આને માટે વૃત્તિને સ્વસ્વરૂપ પ્રત્યે વાળવી પડે છે.) (૧૨-૧૩). નાભિ વગેરેમાં ચિત્તબંધની ક્રિયા આમ ભલે લાભકારક નીવડે પરંતુ હે અર્જુન ! એનાથી તો કલ્પના અંતે પણ મુક્તિ તો ના જ મળે. (ક્રિયાયોગ લાભકારક છે. પરંતુ મુક્તિ અપાવનાર નથી.) (૧૪). હું (અહં) બ્રહ્મ છું (બ્રહ્માસ્મિ) એવી વૃત્તિનો અખંડ પ્રવાહ એ જ ધ્યાન છે. અને ત્યાં માયાને કારણે થતા વિકારનું અને મૂર્તિ વગેરેનું તોફાન ચાલતું નથી. (માયાનું કાંઈ ઊપજતું નથી.) (૧૫). જેમ માણસ અજ્ઞાનતાને કારણે ‘હું દેહ છું’ (દેહાત્મ બુદ્ધિ ધરાવવી) એવું માને છે તેમ જ્ઞાન થયા પછી એ ચોક્કસપણે એવું માને છે કે હું બ્રહ્મ છું અને એક પરાત્મા છું. (૧૬). જ્ઞાનને કારણે દેહાત્મબુદ્ધિ દૂર થાય છે અને આત્મબુદ્ધિ સ્થિર થાય છે. હે ધૈર્યવાન અર્જુન ! આને જ સમાધિ કહેવાય. (૧૭). માટે હઠાભ્યાસથી કે પ્રાણાયામથી મનને સ્થિર કરીને મહાવાક્યનો વિચાર કરવો. (૧૮).

ગુરુના શ્રીમુખે મહાવાક્યનું જે શ્રવણ કર્યું હોય તેનું પછી શ્રદ્ધાપૂર્વક મનન કરવું. (૧૯). વેદને માન્ય હોય (વેદથી અવિરૂદ્ધ) એવી યુક્તિથી, પરમાત્માનું એક વૃત્તિથી અખંડપણે ચિંતન કરવું એને જ સર્વોત્કૃષ્ટ (ઉત્તમમાં ઉત્તમ) મનન કહ્યું છે. પછી નિદિધ્યાસ, ધ્યાન અને સવિકલ્પ સમાધિને સાધક સાધે છે. (૨૦-૨૧). વિજાતીય અને દ્વૈત વગેરે જે વૃત્તિના અનુભવ છે તેનો ત્યાગ કરીને, સજાતીય અને અદ્વૈતનું પ્રવાહીકરણ (સતત ચિંતન)ને સ્વીકારવું. (૨૨). આત્માના બે પ્રકારના ગુણો કહ્યા છે. એક વિધેયાત્મક અને બીજા નિષેધાત્મક. એના ધ્યાનથી નિર્ભય થઈને માણસ નિર્વાણ પામે છે. (વિધેયાત્મક એટલે આત્મા અંગે હકારાત્મક ખ્યાલો અને નિષેધાત્મક એટલે આત્મા અંગે નકારાત્મક ખ્યાલો.) (૨૩). આત્મા સત્ય છે, જ્ઞાન સ્વરૂપ છે, પ્રશાંત છે, પરબ્રહ્મ છે, શુદ્ધ અને બુદ્ધ છે એ બધા વિધેયાત્મક ગુણ છે. (૨૪). આત્માને સ્પર્શ કરી શકાતો નથી, એને શબ્દાદિથી જાણી શકાતો નથી, એ બે નથી (અદ્વય છે.), એને રૂપ નથી (અરૂપ), એને હાથ (પાણિ) કે પગ (પાદ) વગેરે અવયવો

નથી. આ નિષેધાત્મક ગુણ છે. (૨૫). આ બંને ગુણો આત્માના સજાતીય ગુણો છે એ નક્કી છે. એનું સુખપૂર્વક તેલની, અખંડ ધારાની જેમ ચિંતન કરવું. (૨૬).

ષડ્વિંગ દ્વારા 'તત્ત્વમસિ' વાક્યનો જે અર્થનો નિર્ણય થાય તેનો લક્ષ્યાર્થ ચિત્તમાં પવિત્રપણે સ્થિર થાય છે. (૨૭). આ લક્ષ્યાર્થ મનન અને ધ્યાન વગેરેથી યોગીના શ્વાસેશ્વાસમાં અખંડપણે સુદૃઢ થાય છે એ નક્કી છે. (૨૮). 'હું - આત્મા એ પરબ્રહ્મ છું' અને આત્મા અખંડ એકરસનું સ્થાન છે. એ કેવળ સચ્ચિદાનંદ સ્વરૂપ છે, શુદ્ધ છે, બુદ્ધ છે અને એનામાં કોઈ ઈચ્છા નથી. એવી વૃત્તિનું અખંડ મનન થવાથી ધ્યાતા અને ધ્યાન વિલય પામે છે અને અંતે મન ધ્યેયાકાર અને નિર્ભય થઈને રહે છે. આ જ નિર્વિકલ્પ સમાધિ છે જે મૂળ અજ્ઞાનને હરી લે છે અને વાસનાના જંગલને બાળી નાંખીને પ્રારબ્ધ ઉપર અંકુશ મેળવે છે. (૩૦-૩૧). સર્વ વ્યાપી જે ચૈતન્ય છે અને જે સ્વયં પ્રકાશનારો છે તે સચ્ચિદાનંદ સ્વરૂપ એકમાત્ર અને અદ્વૈત ત્યાં જણાય છે. (૩૨). આનો સાક્ષાત્કાર થતાં, યોગી બહારનું અને અંદરનું કશું જ જાણતો નથી અને એ પણ ચૈતન્યમય જ થઈ જાય છે. (૩૩). સૂર્યકાન્તમણિનો ઉપયોગ કરવાથી સૂર્યનાં કિરણોનાં પ્રતિબિંબથી રૂ સળગી ઊઠે છે અને સ્વયં અગ્નિરૂપ થાય છે તેવું જ અહીં પણ થાય છે. (રૂ ઉપર સૂર્યનાં કિરણોને સૂર્યકાન્તમણિમાંથી પસાર કરીને પાડીએ તો રૂ સળગી ઊઠે છે.) (૩૪). આ પ્રમાણે મનોવૃત્તિ પોતે બ્રહ્માકાર થઈને અજ્ઞાનરૂપી અંધારું હરી લે છે અને તે બ્રહ્મમય થઈને રહે છે. (૩૬). જેમ ગંદા પાણી માં ફટકડી (કલ્ક) નાંખવાથી, ફટકડી પાણીને નિર્મળ કરીને પોતે તે જળમાં લીન થઈ જાય છે તેમ સ્વયં વૃત્તિ પણ કાર્ય સહ અજ્ઞાનનો નાશ કરીને સ્વાત્મામાં વિલીન થઈ જાય છે. (૩૭). જેમ ઘડો ફૂટવાથી એ ઘડામાં રહેલું અવકાશ (ઘટાકાશ) મહાકાશ (મહાઅવકાશ) થઈ જાય છે તેમ અજ્ઞાનરૂપી ઉપાધિનો નાશ થતાં જીવ બ્રહ્મ થઈ જાય છે. (૩૮).

ઉપાધિનો (અજ્ઞાનનો) નાશ થવાથી પ્રતિબિંબ પોતે બિંબ બની જાય છે. એ જ રીતે ચૈતન્યનાં પ્રતિબિંબ સમાન જીવ પણ સ્પષ્ટપણે ચૈતન્ય (બ્રહ્મ) બની જાય છે. (૩૯). બહારની જે અજ્ઞાત વસ્તુ હોય છે તેને ઈન્દ્રિય, મન અને બુદ્ધિ વગેરેથી જાણી શકાય છે પરંતુ અંતરમાં રહેલું જે સ્વયં જ્યોતિ સ્વરૂપ ચિદ્દેહન બ્રહ્મ છે તેને મન-બુદ્ધિ જાણી શકતાં નથી અને ત્યાં જોનારો (દષ્ટા) કે જોવાની વસ્તુ (દશ્ય) હોતાં નથી તો એને કોણ જાણે અને કેવી રીતે જાણે એવી શંકા જો તારા મનમાં ઊઠે તો તને એક વાત કહું તે તું હે સમજુ ! સાંભળ. આપણું મોં આપણા મોંને જોઈ શકતું નથી, માટે તેને જોવા માટે દર્પણ (અરીસો) લાવીને બતાવતાં તેમાં સુંદર મોં જુએ છે. દર્પણની અંદર પડતાં પ્રતિબિંબને જોતાં તરત જ આનંદ થાય છે. (૪૦-૪૩). પરંતુ જડ દર્પણ (આયનો) એ મુખને શું જાણી શકે ? એને શું સમજ પડે ? પરંતુ મોં જ પોતાનાં પ્રતિબિંબને જુએ છે. એ જ રીતે આ બ્રહ્મ - અને - આત્માની શોધ છે. (૪૪). જો દર્પણ મેલું હોય તો મોંનું પ્રતિબિંબ પણ મેલું જ દેખાય છે. અને જો દર્પણમાં તિરાડ (ચિરાડો), ફાટ હોય તો મોં ઉપર પણ તિરાડ દેખાય છે. (મોં મેલું નથી કે એના ઉપર ચિરાડો પડ્યો નથી પણ અરીસાની જેવી સ્થિતિ હોય તેવું પ્રતિબિંબમાં દેખાય છે.) (૪૫). જો આયનાને (ચાટલું) સ્વચ્છ કરવામાં આવે તો મુખ પણ સ્વચ્છ દેખાય છે. એ જ રીતે બુદ્ધિનો મેલ દૂર કરતાં સ્વાત્માનું દર્શન થાય છે. (એટલે બુદ્ધિરૂપી અરીસામાં આત્માનું પ્રતિબિંબ પડે છે. જેવી બુદ્ધિ તેવું પ્રતિબિંબ.) (૪૬). દર્પણ ઉપર ચડેલા મેલની જેમ બુદ્ધિ પર ચડેલા મેલને યોગાદિથી ધોઈ નાંખતાં (સાફ કરતાં) સમ્યક્ (યોગ્ય પ્રકારે) રીતે દર્શન થાય છે. (૪૭). બ્રહ્મનું બુદ્ધિમાં પડેલું પ્રતિબિંબ જ જીવ તરીકે ઓળખાય છે અને અજ્ઞાત વસ્તુને જોવા માટે ઈન્દ્રિયોને મદદરૂપ બને છે. (૪૮). અંધારામાં રહેલા ઘડાને જોવા માટે દીવાની અને આંખની એમ બંનેની જરૂર પડે છે પરંતુ અંધારામાં દીવો જોવા માટે ફક્ત આંખની જ જરૂર પડે છે, બીજી વસ્તુ જરૂરી નથી. એ જ રીતે સ્વાત્મનાં દર્શન માટે પણ અહીં ફક્ત બુદ્ધિવૃત્તિની જ જરૂર રહે છે. અને વૃત્તિ વ્યાપ્ત્વ કહેવામાં આવે છે. જ્યારે બાહ્ય વિષયો વિષે ચિદાત્માસ

(ફલ) વ્યાખ્યત્વ કહેલું છે. (૪૯-૫૦). સ્વાત્મા જ સ્વાત્માને જુએ છે. એમ હે સમજુ ! તું સમજ. સ્વાત્માને જોવા માટે ઈન્દ્રિય, મન, બુદ્ધિ વગેરેની જરૂર પડતી નથી એમ વેદ - ઉપનિષદ (શ્રુતિ) કહે છે. (૫૧). જેમ (સળગતા) દીવાને જોવા માટે દીવાની જરૂર પડતી નથી તેમ સ્વયં પ્રકાશક આત્માને જોવા માટે અન્યની જરૂર પડતી નથી. (૫૨). ખાસ કરીને બુદ્ધિ વૃત્તિથી જ આડું આવતું અજ્ઞાન નાશ પામે છે. અને શ્રવણ વગેરે એના માટે જ કરવાનાં હોય છે. (૫૩). જ્યારે એ બ્રહ્માકાર વૃત્તિ સ્વસ્વરૂપમાં લીન થાય છે ત્યારે તેને નિર્વિકલ્પ સમાધિ કહેવામાં આવે છે. ત્યારે બીજા કશાનું ભાન રહેતું નથી. (૫૪). બ્રહ્મ તો અખંડ અને એકરસ છે. ત્યાં એના સિવાય બીજું કંઈ જરા સરખું પણ હોતું નથી. એમાં આરૂઢ થયા પછી તેનું જરા સરખું પણ પતન થતું નથી. (૫૫). સ્વાત્માવિક નિદ્રામાં સ્વસ્વરૂપનું જ્ઞાન રહે છે (અને તેથી જ ઘસઘસાટ ઊંઘમાં આનંદનો અનુભવ થાય છે.), પરંતુ જાગ્રત અવસ્થામાં અને સ્વપ્નાવસ્થામાં એ જ્ઞાન પાછું મૂળ વૃત્તિ સમાન થાય છે. (ઘસઘસાટ ઊંઘમાં થતું જ્ઞાન જાગૃત અવસ્થા થતાં જતું રહે છે તેથી એ સામાન્ય જ્ઞાન છે.) (૫૬). આવું સામાન્ય જ્ઞાન અજ્ઞાનને દૂર કરતું નથી. આવું સામાન્ય જ્ઞાન સૂર્યના તડકાની માફક અજ્ઞાનનું અવિરોધી છે. (વિરોધ કરનારું નથી, દૂર કરનારું નથી.) (૫૭). રૂને તડકામાં મૂકવાથી સૂર્યના તાપથી તે સળગી ઊઠતું નથી. પરંતુ જો સૂર્ય અને રૂની વચ્ચે સૂર્યકાંતમણિ રાખવામાં આવે તો સૂર્યનો તાપ હવે રૂને સળગાવી મૂકશે. ૩ (૫૮). હું અદ્વૈત બ્રહ્મ છું એવા વૃત્તિજ્ઞાનથી પળવારમાં અજ્ઞાન દૂર થાય છે. પરંતુ સામાન્ય જ્ઞાનથી અજ્ઞાનનો નાશ થતો નથી. (૫૯).

યોગનો આ માર્ગ ખૂબ જ કપરો છે. દેવની અને ગુરુની સંપૂર્ણ કૃપા હોય તો જ આ અભ્યાસ વિઘ્ન વગર પૂર્ણ થાય છે. (૬૦). આ અભ્યાસ કરતાં રસ્તામાં વિઘ્ન કરે એવી સિદ્ધિઓ પ્રાપ્ત થાય છે. એ જ વખતે જે ધીરજ ધરીને અને સાવધાન થઈને એના મોહમાં નથી પડતો (મારે એને લાત) એ જ સાક્ષાત્ મુક્તિને પામે (વરે) છે. (૬૧). અણિમા વગેરે (અણિમા, મહિમા, ગરિમા, લધિમા, પ્રાપ્તિ, પ્રાકામ્ય, ઈશિત્વ અને વિશત્વ એવી અષ્ટ સિદ્ધિઓ) સિદ્ધિઓમાં જે લપટાઈ જાય છે (મોહ પામે છે) તે ભલે સમૃદ્ધિવાન (ભૌતિક સમૃદ્ધિવાળો) થાય, પરંતુ મોક્ષનું સુખ તે ગુમાવે છે. (૬૨). સિદ્ધિનું ફળ નશ્વર છે જ્યારે મોક્ષ તો નિશ્ચલ છે. માટે સાવધાન થઈને પ્રયત્નપૂર્વક સાધના કરવી જોઈએ. (૬૩).

નિદ્રામાં ચિત્ત લીન થતાં જ તેને ત્યાં જાગૃત કરવું. જો ચિત્ત વિષયોથી વિક્ષિપ્ત થાય તો તેને તરત જ શાંત કરવું. (૬૪). જ્યારે ચિત્ત રાગ અને દ્વેષથી વ્યાકુળ થાય ત્યારે તેનો (રાગ-દ્વેષનો) વિવેકથી ત્યાગ કરીને સ્વસ્થ થવાથી એને છટકી જવાની તક મળતી નથી. (૬૫). પછી સમાધિસુખમાં પણ એ કોઈ દિવસ આસક્ત થતો નથી. જ્ઞાનથી નિઃસંગ થઈને એ સુસ્થિર રહે છે. (૬૬). અભ્યાસથી, પવન વિનાના સ્થળે રહેલા દીવાની જેમ, ચિત્ત સ્થિર થતાં વૃત્તિઓ એકદમ શાંત થાય છે અને યોગી કૃતકૃત્ય થઈ જાય છે. (૬૭). હૃદયગ્રંથિઓ (બ્રહ્મગ્રંથિ, વિષ્ણુગ્રંથિ અને રુદ્રગ્રંથિ) તૂટી જાય છે અને બધા સંશયો દૂર થાય છે. બધાં કર્મો ક્ષીણ થઈ જાય છે અને શોક તેમજ ભય ટળી જાય છે. (૬૮). જ્ઞાન થતાંની સાથે જ સંચિત અને ક્રિયામાણ નાશ પામે છે. તેમ છતાં પ્રારબ્ધ તો યોગીએ ભોગવવાનું રહે છે. પરંતુ એ તો જીવન્મુક્ત બનીને ભોગવે છે. (૬૯). જેમ સાપ પોતાની કાંચળીનું અંતરમાં જરા સરખું પણ અભિમાન નથી રાખતો તેમ આત્મામાં જ વિશ્રાંતિ પામેલા જ્ઞાનીને શરીરનું સહેજ પણ અભિમાન હોતું નથી. (જેટલી સહજતાથી ને સરળતાથી સાપ પોતાની કાંચળી ઉતારી નાંખે છે તેટલી જ સહજતાથી જ્ઞાની શરીર છોડી દે છે.) (૭૦).

યોગની આ ભૂમિકાને પ્રાપ્ત કરીને યોગી અસંગ રહીને મોહ પામેલ (મુગ્ધ) અને અંધ વગેરેની જેમ વર્તીને પ્રારબ્ધ ભોગવે છે. (૭૧). બધી જ ઈન્દ્રિયો તાકાતવાન હોવા છતાં વિષયો ભોગવવામાં એ નિદ્રામાં રહેલા માણસની જેમ (અલિપ્ત-પણે) વર્તે છે. તેથી એને મોહ પામેલ (અજ્ઞાની) જાણ. (૭૨). બેસતાં, ઊઠતાં અને

ચાલતાં જેની દૃષ્ટિ ચાર હાથથી વધારે દૂર જતી નથી એ શૂર (તાકાતવાન) યોગી આંધળાની જેમ વર્તે છે. (૭૩). મીઠું (પ્રશંસા) કે કડવું (ટીકા-ટીપ્પણી-નિંદા), સારું કે ખરાબ એવું સાંભળવા છતાં યોગી સાંભળતો નથી. એટલે એને બહેરો જ જાણ. (કોઈ વખાણ કરે કે ટીકા કરે તેની કોઈ અસર થતી જ નથી.) (૭૪). એ માપસરનું (જરૂરી હોય તેટલું જ), હિતકારક અને સત્ય હોય તે જ બોલે. સારું અને નરસું (કદ્) અન્ન ખાતાં કદી પણ ના વખાણ કરે કે ના વખોડ કરે. એવો એ જીભના સ્વાદ વિનાનો અને અનાસક્ત હોય છે. (૭૫). ઝાડો-પેશાબ કરવા પૂરતું કે ભિક્ષા પૂરતું એ બહાર જાય. એ સિવાય બહાર નીકળતો નથી, ફરતો નથી. એ અર્થમાં તે પાંગળો છે. (૭૬). બે દિવસની નાની બાળકી હોય, ભર જોબનવાળી તરૂણી હોય કે વૃદ્ધા હોય એ બધાને એક સરખી દૃષ્ટિથી જુએ છે અને અંતરમાં ચલાયમાન થતો નથી. એવો એ નિર્વિકારી હોય છે. એ અર્થમાં હે અર્જુન ! એને નિશ્ચિતપણે નપુંસક માન. (૭૭-૭૮). આવી યોગચર્યા સ્વીકારીને એ સાવધાનીપૂર્વક વર્તે છે અને હંમેશાં આત્મદૃષ્ટિથી અંતર્નિષ્ઠ રહે છે. આવો જીવનમુક્ત સ્મશાનમાં રહે પરંતુ એ નિર્ભય છે અને બીજાને તારનારો છે એમાં કોઈ શંકા નથી.

મેં તને યોગ વિષે જે, આ બધું કહ્યું તે તું પણ શ્રદ્ધાવાન અને વિનમ્ર હોય તેવા સત્પાત્રને કહેજે. (ગમે તેને કહીશ નહીં પણ યોગ્ય વ્યક્તિ હોય - સત્પાત્ર હોય) તો તેને જરૂર કહેજે. જે મારો અનન્ય ભક્ત છે, જેને સોનું અને માટી બંને સરખા છે, જે વિષયો પ્રત્યે સમજપૂર્વક વિરક્ત (ઉદાસીન) રહે છે, જે હિંસા વગેરે દુર્ગુણો ત્યજીને હંમેશા મને ભજે છે એવો યોગી મને પ્રાણથી પણ પ્રિય છે અને બધામાં એ મને સૌથી વધારે પ્રિય છે. હે રાજા ! તું પણ મારો એકનિષ્ઠ અને સુભક્ત છે. તારી વૃત્તિ હંમેશા મારાં ચરણમાં જ આસક્ત રહે છે. તું વિષયો પ્રત્યે અનાસક્ત છે, તારું અંતઃકરણ નિર્મળ છે અને ચિત્ત શુદ્ધ છે, તેમજ તું નિઃસંગ છે તેથી જ મેં તને આ યોગ કહ્યો છે. આ યોગનો યથાસંગ અભ્યાસ કરીને તું આ જન્મે જ મારી કૃપાથી મોક્ષ પામીશ અને મારું સાયુજ્ય પામીશ. (ભગવાન પ્રસન્ન થાય તો ભક્તને પોતાના ધામમાં રાખે (સાકોલક્ય.), અથવા પોતાની નજદીક રાખે (સામીપ્ય), અથવા પોતાની જોડે - ભેગો રાખે (સાયુજ્ય) અથવા એને પોતાનું સ્વરૂપ આપી દે (સારૂપ્ય). અર્જુનને સાયુજ્ય મુક્તિ આપી છે.)

અ.૨૦ :

૨૨ થી ૩૮ : દત્ત ભગવાને કહ્યું કે હવે તું કૃતાર્થ (ધન્ય) થઈ ગયો છે. એમાં શંકાને કોઈ સ્થાન નથી. છતાં હે રાજા ! આ સનાતન ધર્મ તું છોડીશ નહિ. સ્વસ્વરૂપમાં પોતાનું ચિત્ત રાખીને, પોતાના વર્ણાશ્રમ ધર્મને અનુરૂપ કર્મો કરવાં અને આ રીતે થતાં કર્મોની (બાહ્યાચારથી) બંધન થતું નથી. સ્વાભાવિક રીતે સ્વધર્માનુસાર વર્તવાથી લોકોને શીખવાનું મળે છે અને એ બહાને પરોપકાર થાય છે અને પરિણામે વિશ્વનો નાશ થતો અટકાવે છે. (સિદ્ધ પુરુષો જો કર્મ કરવાનું બંધ કરી દે તો) સિદ્ધ પુરુષોનું જોઈને લોકો પણ એ રીતે જ વર્તવાનું શરૂ કરશે અને એનાથી બધે અનાચાર ફેલાશે અને કુળનો નાશ થશે. માટે જ્ઞાની પુરુષે હંમેશા પોતાનાં નિત્ય કર્મો કરતા રહેવું જોઈએ. પોતાના વર્ણાશ્રમ કર્મનો કદી પણ ત્યાગ કરવો જોઈએ નહિ. કોઈવાર લોકોની ઉપાધિ ટાળવા માટે જ્ઞાની પુરુષ અનાસક્ત રહીને બાહ્ય દૃષ્ટિથી વિપરીત જણાય એવું વર્તન કરે પણ ખરા. પરંતુ એ લોકો ક્યાંય પણ મોહિત થતાં નથી. એવા જીવનમુક્તોને ધન્ય છે. ત્રણ ભુવનમાં એવી કોઈ વસ્તુ નથી જે એમને મોહ પમાડી શકે. કદાચ નદી (વહેતી હોય તેનાથી) ઊંધી દિશામાં વહે, કદાચ ખારો સમુદ્ર મીઠો થઈ જાય, કદાચ સૂર્ય ઠંડો થઈ જાય પણ જ્ઞાની પુરુષ કદી પણ ચલાયમાન થતો નથી. કદાચ ઝાડ મનુષ્યને જન્મ આપે, કીડી હાથીને જન્મ આપે (આ બધું તદ્દન અશક્ય છે પણ માનો કે શક્ય બને.) તો પણ જ્ઞાની એને આશ્ચર્યરૂપ માનતો નથી. (જ્ઞાનીની સ્થિતિમાં ફેરફાર થતો નથી.) જેમ માનસહંસ પાણીનું ખાબોચિયું જોઈને આકર્ષાતો નથી તેમ

આત્મામાં આનંદ પામનાર (આરામ મેળવનાર) જ્ઞાની વિશ્વથી મોહ પામતો નથી. (જ્ઞાની) નહિ કરવાનાં કર્મો ગુણ બુદ્ધિથી નાના બાળકની જેમ કરતો નથી. એ કદી પુણ્ય મળે એવા કર્મો કર તો સ્વર્ગમાં જતો નથી અને પાપ કર્મો કરે તો નરકમાં જતો નથી. એ મુક્ત પુરુષ એનાથી લેપાતો નથી. હંમેશા અંતર્નિષ્ઠ રહેનાર એ આત્મતૃપ્ત અને આત્મજ્ઞ સ્વપ્નમાં પણ મમત્વ ધરાવતો નથી. એ બધું કરવા છતાં કશું પણ કરતો નથી. એ કર્મ કરવાનો આગ્રહ પણ નથી અને એ રીતે કર્મ ન કરવાનો પણ આગ્રહી નથી. એ કર્મ અને અકર્મ બન્નેથી પર છે અને નિષ્કામ કર્મમાં જ રહે છે.

આમ છતાં પણ એણે પુણ્ય મળે એવાં કાર્યો કરવામાં જ રત રહેવું જોઈએ અને ક્યારેય પણ કોઈનો પણ બુદ્ધિથી ભેદ કરવો જોઈએ નહિ. (ભેદદૃષ્ટિ જ બધાં દુઃખનું મૂળ છે) શ્રેષ્ઠ પુરુષો જેવું આચરણ કરે છે તેને પ્રમાણ માનીને અન્ય લોકો પણ તેનું અનુકરણ કરે છે. (એ જ રીતે વર્તે છે.) ચિત્તને લક્ષમાં રાખીને અંતર્નિષ્ઠ અને અસંગવૃત્તિથી જંગલમાં અને લોકોની વચ્ચે અવળા ઢંગ છોડીને રહેવું.

૧૧૧ થી ૧૧૭ : જો મૂઢ અને જ્ઞાની બન્નેએ સરખી રીતે જ પ્રારબ્ધ ભોગવવાનું હોય તો પછી જ્ઞાનીમાં શ્રેષ્ઠતા ક્યાં રહી ? એવી શંકા ઊઠે તો તું મનમાં વ્યાકુળ થઈશ નહિ. હું કહું તે ધ્યાન આપીને સાંભળ. જ્ઞાની ભોગને આમંત્રણ આપતો નથી. (એની ઈચ્છા કરતો નથી) અને તેથી ખળભળી ઊઠતો નથી. આ બધું સ્વપ્ન સમાન છે એવું માનીને એ લેપાયા વગર રહે છે. જ્યારે મૂઢ વ્યક્તિ જાદુગરની નજરબંધીમાં આવી જઈને (ઈન્દ્રજાલવત્) આસક્ત થઈ જાય છે. મુક્ત વ્યક્તિમાં રાગદ્વેષ વગેરે હોતા નથી તેથી તેને મોહ અને શોક થતાં નથી જ્યારે મૂઢ વ્યક્તિને - અજ્ઞાનીને એ પીડા આપે છે. અજ્ઞાની ભયભીત થઈને જીવે છે જ્યારે જ્ઞાની નિર્ભય હોય છે. અજ્ઞાની દુઃખમાં મરે છે જ્યારે જ્ઞાની પુરુષ તો અમૃતની ખાણ છે. અજ્ઞાનીનું કર્મ પાપ અથવા પુણ્ય પ્રાપ્ત કરનારું હોય છે જ્યારે જ્ઞાનીનું કર્મ પુણ્ય-પાપથી અતીત હોય છે એ જ એની વિશેષતા છે. જ્ઞાની સદા વિરક્ત હોવાથી ભોગ વગેરેમાં તટસ્થ (ઉદાસીન) હોય છે અને તેથી તે દુઃખ અને શોકથી પર હોય છે.

અ.૨૨ :

૧૦ થી ૧૪ : સર્જન, સ્થિતિ અને સંહાર કરવા છતાં તે હંમેશા નિર્લેપ રહે છે. નિત્ય-મુક્ત એવા એ (શ્રી હરિ) બાળકવત્ ક્રિડા કરે છે. (રમત રમે છે.) જન્મ(મરણ)નો નાશ કરનાર એ જગદીશને ક્યાંથી બંધન નડે ? જન્મ અને મૃત્યુ એ તો કેવળ શરીરની ગંધ છે અને મિથ્યા છે. જીવન્મુક્તનું શરીર છૂટતાં એને શું નુકશાન થાય ? એણે તો જ્ઞાનબળે જીવતા જીવ જ અવરોધ્યું હતું. જેમ પાણીની અંદર તરંગ (પરપોટા) ઊઠે અને ફૂટી જાય તો પણ પાણી તો એવું ને એવું જ રહે છે. એને કોઈ લાભ કે ગેરલાભ થતો નથી. એ જ રીતે આ વિકારી દેહનો સંપૂર્ણ નાશ થતાં આત્માના સ્વરૂપમાં કોઈપણ પ્રકારની લેશમાત્ર હાનિ કે કલેશ થતાં નથી એ તું જાણી લે.

અ.૨૪ :

૫ થી ૧૨ : પોતે જ્ઞાની, ધર્માત્મા અને ઈચ્છારહિત હોવા છતાં અને સદા નીતિથી વર્તતો હોવા છતાં તે પણ પ્રારબ્ધવશાત્ ભૂલ થાપ ખાઈ જાય છે.

ભલે દેવ મુક્ત હોય પરંતુ પ્રારબ્ધ કોઈને છોડતું નથી. એ ઈશ્વર દ્વારા નક્કી થયેલું હોય છે અને એ પોતાનું જોર બતાવવા હંમેશા તત્પર રહે છે. જ્યાં પ્રારબ્ધવશાત્ સૂર્યદેવ (સવારથી સાંજ સુધી) ભમ્યા કરે છે, શંકર ભગવાન (રોજ બપોરે) ભીખ માંગે છે, વિષ્ણુ ભગવાન માછલી અને કાયબારૂપે અવતાર ધારણ કરે છે ત્યાં માણસનું તો શું ગજું ? બ્રહ્માજી પણ પોતાની દીકરી (સરસ્વતી) ને જોઈને કામથી વિહ્વળ થયા હતા, ઈન્દ્રદેવે અહલ્યા સાથે ક્રિડા કરી હતી અને ચંદ્ર પોતાના ગુરુ (બૃહસ્પતિ)ની પત્નીને લઈને ભાગી ગયો હતો.

રાવણે સીતાનું હરણ કર્યું હતું અને નળ તથા યુધિષ્ઠિર (ધર્મ) જેવા જુગાર રમ્યા હતા. આ બધી એમની ન સમજાય તેવી વિચિત્ર લીલા છે. એનું રહસ્ય કોણ સમજી શકે ? પરંતુ જ્ઞાની પુરુષને એનાથી કશું નુકશાન થતું નથી. એ તો દેહને પ્રારબ્ધ પર છોડીને પોતાની મસ્તીમાં નિરભિમાની થઈને રમતો રહે છે. પ્રારબ્ધવશાત્ દેહ ભલે ભમ્યા કરે અને સુખ કે દુઃખ પામ્યા કરે. પરંતુ જ્ઞાની તો તટસ્થભાવે, મૂગે મોઢે આ બધી લીલા દૂરથી જોયા કરે છે. જ્ઞાનીને તો સ્વપ્નમાં પણ લાભ-ગેરલાભ હોતા નથી. એ તો સાચે જ પાપ અને પુણ્યથી પર હોય છે. આ બધાં જીવન્મુક્તનાં પ્રમાણો (સાબિતી) છે.

અ. ૯૭ :

૬૫-૬૬ : શાસ્ત્ર કહે છે કે તપસ્વીઓએ કદી સાથે રહેવું નહીં, કારણ કે સાથે રહેવાથી બન્નેના યોગને નુકશાન જ થાય છે. હું થોડે દૂર બીજે આશ્રમ બાંધીને રહી તપશ્ચર્યા કરીશ જેથી રોજ દર્શનનો લાભ પણ મળશે.