ॐ

श्री परमात्मने नमः

અધ્યાય છઠ્ઠો

સંસારમાં ધર્મના નામે રીતરિવાજ, પૂજાવિધિઓ, સંપ્રદાયો વધતાં કુરિવાજોનો નાશ કરવા, એક ઈશ્વરની સ્થાપના અર્થાત્ એની પ્રાપ્તિની પ્રક્રિયા પ્રવર્તિત કરવા કોઈ મહાપુરુષનો જન્મ થાય છે. ક્રિયા-કર્મ છોડીને બેસી જવું અને પોતાને જ્ઞાની કહેવડાવવું એવી પ્રથા શ્રીકૃષ્ણના સમયમાં અત્યંત વ્યાપક હતી. આથી જ અધ્યાયની શરૂઆતમાં જ યોગેશ્વર શ્રીકૃષ્ણે આ પ્રશ્ન ચોથી વાર પોતે જ ઉઠાવ્યો કે જ્ઞાનયોગ તથા નિષ્કામ કર્મયોગ બંને અનુસાર કર્મ તો કરવું જ પડશે.

બીજા અધ્યાયમાં એમણે કહ્યું, ‘અર્જુન, ક્ષત્રિય માટે યુદ્ધથી વધુ કલ્યાણકારી અન્ય કોઈ માર્ગ નથી. આ યુદ્ધમાં હારશો તોપણ દેવત્વ મળશે અને જીતશો તો મહામહિમ - ઉત્તમોત્તમ સ્થિતિ પ્રાપ્ત થશે. આવું સમજીને તું યુદ્ધ કર.’ ‘અર્જુન, આ બુદ્ધિ તારા માટે જ્ઞાનયોગના વિષયમાં કહેવામાં આવી હતી. કઈ બુદ્ધિ ? યુદ્ધ કરવાની. જ્ઞાનયોગ એવી પ્રક્રિયા નથી જેમાં હાથ પર હાથ રાખી બેસી રહેવાનું હોય. જ્ઞાનયોગમાં પોતાના લાભ-ગેરલાભનો સ્વયં નિશ્ચય કરીને પોતાની શક્તિ સમજી કર્મમાં પ્રવૃત્ત થવાનું છે. જોકે પ્રેરક ‘મહાપુરુષ’ જ છે. જ્ઞાનયોગમાં યુદ્ધ કરવું અનિવાર્ય છે.’

ત્રીજા અધ્યાયમાં અર્જુને પ્રશ્ન કર્યો હતો કે ‘ભગવાન, નિષ્કામ કર્મયોગની અપેક્ષાએ જ્ઞાનને આપ શ્રેષ્ઠ માનો છો, તો મને આ ઘોર કર્મોમાં શા માટે પ્રયુક્ત કરો છો ?’ અર્જુનને નિષ્કામ કર્મયોગ કઠિન

લાગતો હતો. આથી યોગેશ્વર શ્રીકૃષ્ણે કહ્યું કે બન્ને નિષ્ઠા મેં જ કહી છે, પરંતુ કોઈ પણ પથ અનુસાર કર્મને ત્યાગીને ચાલવાનું વિધાન નથી. કર્મનો આરંભ ન કરવાથી કોઈ પરમ નૈષ્કર્મની સિદ્ધિ પ્રાપ્ત થતી નથી અને આરંભ ન કરેલી ક્રિયાનો ત્યાગ કરવાથી કોઈ પરમસિદ્ધિ પ્રાપ્ત થતી નથી. બંને માર્ગોમાં 'નિયતકર્મ-યજ્ઞની પ્રક્રિયા તો કરવી જ પડે છે.'

હવે અર્જુને સારી રીતે સમજી લીધું કે જ્ઞાનમાર્ગ સારો લાગે કે નિષ્કામ કર્મયોગ, બંનેમાં કર્મ તો કરવાનું જ છે. છતાં પાંચમા અધ્યાયમાં એણે પ્રશ્ન કર્યો કે ફળની દૃષ્ટિએ બેમાં કોણ શ્રેષ્ઠ છે ? કોણ વધુ સુવિધાજનક છે ? શ્રીકૃષ્ણે કહ્યું, 'અર્જુન, બંને પરમશ્રેય આપનાર છે. બંને એક જ સ્થાન પર પહોંચાડે છે. આમ છતાં સાંખ્યની અપેક્ષાએ નિષ્કામ કર્મયોગ શ્રેષ્ઠ છે. કેમકે નિષ્કામ કર્મ કર્યા વિના કોઈ સંન્યાસી બની શકતું નથી. બંનેમાં કર્મ એક છે. આમ સ્પષ્ટ છે કે તે નિર્ધારિત કર્મ કર્યા વિના કોઈ સંન્યાસી બની શકતું નથી. બંનેમાં કર્મ એક જ છે. આમ સ્પષ્ટ છે કે તે નિર્ધારિત કર્મ સિવાય કોઈ સંન્યાસી બની શકતું નથી. અને ન કોઈ યોગી પણ બની શકે છે. કેવળ માર્ગ પર ચાલનાર પથિકોની બે દૃષ્ટિ છે, જે અંગે પાછળ બતાવ્યું છે.'

श्री भगवानुवाच

अनाश्रितः कर्मफलं कार्यं कर्म करोति यः ।
स संन्यासी च योगी च न निरग्निर्ग चाक्रियः ॥१॥

શ્રીકૃષ્ણ મહારાજ બોલ્યા - 'અર્જુન, જે મનુષ્ય કર્મનાં ફળોની આશા રાખ્યા વિના અર્થાત્ કર્મ કરતી વખતે કોઈ પણ પ્રકારની કામના રાખ્યા વિના '**कार्यम् कर्म**' કરવા યોગ્ય પ્રક્રિયાવિશેષ કરે છે, તે સંન્યાસી છે, તે યોગી પણ છે. પણ જે યજ્ઞકર્મ કે બીજાં કર્મોનો ત્યાગ કરે છે તે સંન્યાસી કે યોગી નથી.' ક્રિયાઓ તો ઘણી બધી છે. એમાં '**कार्यम् कर्म**' કરવા યોગ્ય '**नियत कर्म**' - નિર્ધારિત કરેલી કોઈ પ્રક્રિયા-વિશેષ છે તે 'યજ્ઞપ્રક્રિયા' છે,. જેનો શુદ્ધ અર્થ છે 'આરાધના'. આરાધ્ય દેવ પ્રવેશ અપાવનારને તે - વિધિ-વિશેષ છે. એને કાર્યરૂપ આપવું તે કર્મ છે. જે મનુષ્ય આ કરે છે તે સંન્યાસી છે, તે જ યોગી છે. કેવળ અગ્નિને ત્યાગનાર કહે છે કે '**હું અગ્નિને અડતો નથી**' અથવા તો કર્મનો ત્યાગ

કરનાર કહે કે, **'મારા માટે કર્મ છે જ નહિ, હું તો આત્મજ્ઞાની છું'** અને આમ કહીને કર્મનો આરંભ જ ન કરે, કરવા યોગ્ય ક્રિયા-વિશેષ ન કરે તો તે ન તો સંન્યાસી છે, ન યોગી છે. આ વિશે વધુ જોઈએ

यं संन्यासमिति प्राहुर्योगं तं विद्धि पाण्डव ।
न ह्यसंन्यस्तसंकल्पो योगी भवति कश्चन ।।२।।

હે અર્જુન, જેને વિદ્વાનો સંન્યાસ કહે છે તેને જ તું યોગ જાણ કેમકે સંકલ્પોનો ત્યાગ કર્યા વિના કોઈ મનુષ્ય યોગી બની શકતો નથી અર્થાત્ કામનાઓનો ત્યાગ બંને માર્ગોના પથિકો માટે આવશ્યક છે. આમ હોય તો વાત સરળ બની જાય. કહી દે કે અમે સંકલ્પ કરતા નથી અને થઈ જાય યોગી - સંન્યાસી શ્રીકૃષ્ણ કહે છે કે એવું કદાપિ થાય નહિ.

आरुरुक्षोर्मुनेर्योगं कर्म कारणमुच्यते ।
योगारूढस्य तस्यैव शमः कारणमुच्यते ।।३।।

યોગ સાધવા માગતા મનનશીલ પુરુષ માટે યોગની પ્રાપ્તિમાં કર્મ કરવું એ જ સાધન છે અને યોગનું અનુષ્ઠાન કરતાં કરતાં જ્યારે તે પરિણામ આપવાની સ્થિતિમાં આવી જાય ત્યારે તે યોગસાધનામાં **'शमः कारणम् उच्यते'** સંપૂર્ણ સંકલ્પોનો અભાવ કારણ છે. એના પહેલાં સંકલ્પ કેડો નહિ છોડે અને -

यदा हि नेन्द्रियार्थेषु न कर्मस्वनुषज्जते ।
सर्वसंकल्पसंन्यासी योगारूढस्तदोच्यते ।।४।।

મનુષ્ય જ્યારે ન તો ઈન્દ્રિયોના ભાગોમાં આસક્ત થાય છે, કે ન કર્મોમાં પણ આસક્ત થાય છે. (યોગની પરાકાષ્ઠાએ પહોંચી જતાં આગળ કર્મ કરીને કોને શોધે ? આથી નિયત કર્મ આરાધનાની આવશ્યકતા રહેતી નથી. આથી તે કર્મોમાં પણ આસક્ત રહેતો નથી.) એ કાળમાં **'सर्वसंकल्प संन्यासी'** સર્વ સંકલ્પોનો અભાવ છે. તે જ સંન્યાસ છે. તે જ યોગરૂઢતા છે. માર્ગમાં સંન્યાસ નામની કોઈ વસ્તુ નથી. આ યોગરૂઢતાનો લાભ શો છે ?

उद्धरेदात्मनात्मानं नात्मानमवसादयेत् ।
आत्मैव ह्यात्मनो बन्धुरात्मैव रिपुरात्मनः ।।५।।

અર્જુન ! મનુષ્યે પોતાના આત્મા વડે જ આત્માનો ઉદ્ધાર કરવો જોઈએ. પોતાના આત્માની અધોગતિ ન કરવી. કેમકે આત્મા જ આત્માનો

બંધુ છે અને આત્મા જ આત્માનો શત્રુ છે. તે ક્યારે શત્રુ બને છે અને તે ક્યારે મિત્ર બને છે ? તે બાબત કહ્યું છે -

बन्धुरात्मात्मनस्तस्य येनात्मैवात्मना जितः ।
अनात्मनस्तु शत्रुत्वे वर्तेतात्मैव शत्रुवत् ।।६।।

જે જીવાત્મા દ્વારા મન અને ઈન્દ્રિયોસહિત શરીર પર વિજય પ્રાપ્ત કરાયો છે એના માટે એનો આત્મા જ મિત્ર છે, અને જેણે મન અને ઈન્દ્રિયોસહિત શરીર જીત્યું નથી એના માટે તે પોતે શત્રુતા રાખી વર્તે છે.

આ બે શ્લોકમાં શ્રીકૃષ્ણ એક જ વાત કહે છે કે પોતાના થકી જ પોતાના આત્માનો ઉદ્ધાર કરવો. એને અધોગતિમાં ન પહોંચાડવો કેમકે આત્મા જ મિત્ર છે. આ સૃષ્ટિમાં ન કોઈ બીજું શત્રુ છે કે ન કોઈ મિત્ર કેવી રીતે ? જેના દ્વારા મનસહિત ઈન્દ્રિયો જિતાયેલી છે એના માટે એનો આત્મા મિત્ર બનીને મિત્રતાપૂર્વક વર્તે છે. પરમકલ્યાણ કરનારો છે અને જેના દ્વારા માનસહિત ઈન્દ્રિયો જીતવામાં આવી નથી એના માટે એનો આત્મા શત્રુ બનીને શત્રુની જેમ વર્તે છે. નીચ યોનિઓ અને યાતનાઓ તરફ લઈ જાય છે. ઘણી વાર લોકો કહે છે, ‘હું આત્મા છું.’ ગીતામાં લખ્યું છે, ‘એને ન શસ્ત્રો કાપી શકે છે, ન અગ્નિ બાળી શકે છે, ન વાયુ સૂકવી શકે છે, આ નિત્ય છે. અમૃતસ્વરૂપ છે, ન બદલાય છે, શાશ્વત છે અને તે આત્મા મારામાં છે જ.’ તે ગીતાની આ પંક્તિઓ પર ધ્યાન આપતા નથી કે આત્મા અધોગતિમાં પણ જાય છે. આત્માનો ઉદ્ધાર પણ થાય છે, તેને માટે ‘**कार्यम् कर्म**’ કરવા યોગ્ય કર્મ-પ્રક્રિયા બતાવવામાં આવેલ છે. હવે અનુકૂળ આત્માનાં લક્ષણો જોઈએ -

जितात्मनः प्रशान्तस्य परमात्मा समाहितः ।
शीतोष्णसुखदुःखेषु तथा मानापमानयोः ।।७।।

ટાઢ-તડકો, સુખ-દુઃખ તેમજ માન-અપમાનમાં જેના અંતઃકરણની વૃત્તિઓ શાંત છે, એવા સ્વાધીન આત્માવાળા પુરુષમાં પરમાત્મા સદાય સ્થિત છે. પરમાત્મા એનાથી કદી અલગ થતો નથી. ‘**जितात्मा**’ અર્થાત્ જેણે મનસહિત ઈન્દ્રિયો જીતી લીધી છે તેની વૃત્તિ પરમશાંતિમાં પ્રવાહિત થઈ છે. (આ જ આત્માના ઉદ્ધારની અવસ્થા છે.) આગળ સમજાવે છે

ज्ञानविज्ञानतृप्तात्मा कूटस्थो विजितेन्द्रियः ।
युक्त इत्युच्यते योगी समलोष्टाश्मकाञ्चनः ।।८।।

જેનું અંતઃકરણ જ્ઞાન-વિજ્ઞાનથી તૃપ્ત છે, જેની સ્થિતિ અચળ, સ્થિર અને વિકારરહિત છે, જેણે ઇન્દ્રિયોને વિશેષ રૂપથી જીતી લીધી છે, જેની દૃષ્ટિમાં માટી, પથ્થર અને સુવર્ણ એકસરખાં છે - એવો યોગી '**युक्त**' કહેવાય છે. '**युक्त**'નો અર્થ યોગ સાથે જોડાયેલો એવો થાય છે. આ યોગની પરાકાષ્ઠા છે. યોગેશ્વરે પાંચમાં અધ્યાયમાં સાતમા શ્લોકથી બારમા શ્લોક સુધી આનું વર્ણન કર્યું છે. પરમતત્ત્વ પરમાત્માનો સાક્ષાત્કાર અને એની સાથે થનારી જાણકારી જ્ઞાન છે. ઈષ્ટ તત્ત્વથી એક ઈંચનું પણ છેટું હોય, જાણવાની ઈચ્છા હજી બાકી હોય ત્યાં સુધી તે અજ્ઞાની છે. તે પ્રેરક કેવી રીતે સર્વવ્યાપક છે ? કેવી પ્રેરણા આપે છે ? કેવી રીતે અનેક આત્માઓને એકસાથે માર્ગ ચીંધે છે ? કેવી રીતે તે ભૂત-ભવિષ્ય અને વર્તમાનને જ્ઞાતા છે ? આ પ્રેરક ઈષ્ટની કાર્ય-પ્રણાલીનું જ્ઞાન જ 'વિજ્ઞાન' છે. જે ક્ષણથી હૃદયમાં ઈષ્ટનો આવિર્ભાવ થાય છે. તે ક્ષણથી તે નિર્દેશ કરવા માંડે છે. પરંતુ પ્રારંભમાં સાધક સમજી શકતો નથી. પરાકાષ્ઠા કાળમાં જ યોગી એની આંતરિક કાર્યપ્રણાલીને પૂર્ણપણે સમજી શકે છે. આ સમજણ જ વિજ્ઞાન છે. યોગારૂઢ અથવા યુક્તપુરુષનું અંતઃકરણ જ્ઞાન-વિજ્ઞાનથી તૃપ્ત રહે છે. આ રીતે યોગયુક્ત પુરુષની સ્થિતિનું નિરૂપણ કરતાં યોગેશ્વર શ્રીકૃષ્ણ ફરી કહે છે -

सुहृन्मित्रार्युदासीनमध्यस्थद्वेष्यबन्धुषु ।
साधुष्वपि च पापेषु समबुद्धिर्विशिष्यते ॥९॥

પ્રાપ્તિ બાદ મહાપુરુષ સમદર્શી અને સમવર્તી થાય છે. આગળના શ્લોકમાં એમણે દર્શાવેલું કે જે પૂર્ણજ્ઞાતા કે પંડિત છે તે વિદ્યા-વિનયસંપન્ન બ્રાહ્મણમાં, ચાંડાલમાં, ગાય-કૂતરા-હાથીમાં સમાન દૃષ્ટિવાળો થાય છે. એનો પૂરક આ શ્લોક છે. તે હૃદયથી મદદ કરનાર સહૃદયી, મિત્ર, વેરી, ઉદાસીન, દ્વેષી, બંધુ, ધર્માત્મા તથા પાપીઓમાં સમાન દૃષ્ટિ રાખનાર યોગયુક્ત પુરુષ અતિ શ્રેષ્ઠ છે. તે એમનાં કાર્યો પર દૃષ્ટિ નાખતો નથી. પરંતુ એમની અંદર રહેલા આત્માના સંચાર પર જ એની દૃષ્ટિ પડે છે. આ બધાંમાં એને માત્ર એટલો જ ફરક દેખાય છે કે કોઈ નીચેના પગથિયે ઊભો છે, કોઈ નિર્મળતાની સમીપ, પરંતુ તે ક્ષમતા તો બધામાં છે. અહીં યોગયુક્તનાં લક્ષણ ફરીથી દર્શાવ્યાં છે.

કોઈ મનુષ્ય યોગયુક્ત કેવી રીતે બને છે ? તે યજ્ઞ કેવી રીતે કરે છે? યજ્ઞસ્થળી કેવી હોય ? આસન કેવું હોય ? તે સમયે કેમ બેસવું ? કર્તાએ

પાળવાના નિયમ, આહાર-વિહાર, સૂવા જાગવાનો સંયમ તથા કર્મ અંગે કેવી ક્રિયા કરાય ? આ બધા મુદ્દાઓ પર યોગેશ્વર શ્રીકૃષ્ણે આગળના પાંચ શ્લોકમાં પ્રકાશ નાખ્યો છે. જેથી તમે પણ તે યજ્ઞ કરી શકો.

ત્રીજા અધ્યાયમાં શ્રીકૃષ્ણે યજ્ઞનું નામ લીધું અને દર્શાવ્યું કે યજ્ઞની પ્રક્રિયા જ નિયત કર્મ છે. ચોથા અધ્યાયમાં યજ્ઞનું સ્વરૂપ વિસ્તારથી દર્શાવ્યું છે. એમાં પ્રાણનો અપાનમાં હવન અપાનનો પ્રાણમાં હવન, પ્રાણ અપાનની ગતિ રોકીને મનનો નિરોધ વગેરે કરવામાં આવે છે. આ બધું મળી યજ્ઞનો શુદ્ધ અર્થ થાય છે આરાધના તથા આરાધ્ય દેવ સુધીનું અંતર કાપવાની પ્રક્રિયા. આ બધા અંગે પાંચમા અધ્યાયમાં સમજાવ્યું છે, પરંતુ એને માટે આસન, ભૂમિ, કરવાના વિધિ વગેરેનું વર્ણન બાકી હતું, એ બધા અંગે શ્રીકૃષ્ણે અહીં દર્શાવ્યું છે.

योगी युञ्जीत सततमात्मानं रहसि स्थितः ।
एकाकी यतचित्तात्मा निराशीरपरिग्रहः ॥१०॥

યોગીએ ચિત્તને સ્થિર કરી, મન, ઇન્દ્રિયો અને શરીરને વશમાં રાખી વાસના અને પરિગ્રહરહિત બની એકાંત સ્થાનમાં એકલા રહીને ચિત્તને (આત્માની ઉપલબ્ધિ કરાવનાર) યોગક્રિયામાં જોડાવું, એના માટે સ્થાન કેવું હોય ? આસન કેવું હોય ?

शुचौ देशे प्रतिष्ठाय स्थिरमानसमात्मनः ।
नात्युच्छ्रितं नातिनीचम् चैलाजिनकुशोत्तरम् ॥११॥

તેણે પવિત્ર સ્થાનમાં, બહુ ઊંચું નહિ તેમ બહુ નીચું નહિ એવું દર્ભ, મૃગચર્મ અને વસ્ત્રનો (રેશમી ઊનનું અથવા તખ્ત), એક પર એક પાથરીને પોતાના માટે આસન બનાવી એકાગ્ર ચિત્તે યોગ સાધવો, શુદ્ધ-પવિત્ર ભૂમિનું તાત્પર્ય એને વાળી-ઝૂડી સાફ રાખવાનું છે. જમીન પર કંઈક પાથરવું જોઈએ. તે મૃગચર્મ હોય કે ચટાઈ હોય અથવા કોઈ પણ વસ્ત્ર, તખ્ત, જે કંઈ મળી શકે તે વસ્તુ બિછાવી શકાય, આસન હાલક-ડોલક ન હોવું જોઈએ. એ જમીનથી બહુ ઊંચું અને બહુ નીચું પણ ન હોવું જોઈએ. પૂજ્ય મહારાજજી લગભગ પાંચ ઇંચ ઊંચા આસન પર બેસતા હતા. એક વાર ભાવિકોએ એક ફૂટ ઊંચા આરસનું એક સિંહાસન મગાવ્યું. મહારાજજી એક દિવસ તો એના પર બેઠા પણ પછી કહ્યું, ‘નહિ બહુ ઊંચું છે, સાધુએ બહુ ઊંચે ન બેસવું જોઈએ. તેનાથી અભિમાન આવે

છે. બહુ નીચે પણ ન બેસવું કેમ કે તેનાથી હીનતા આવે છે. પોતાના પ્રત્યે ઘૃણા થાય છે.' બસ, એને ઉપડાવી દીધું અને જંગલમાં એક બગીચો હતો ત્યાં રખાવ્યું. ત્યાં ન તો મહારાજજી જતા હતા અને હજી પણ કોઈ જતું નથી. આ એ મહાપુરુષનું ક્રિયાત્મક શિક્ષણ હતું, આ રીતે સાધક માટે બહુ ઊંચું આસન ન હોવું જોઈએ, નહિ તો ભજનપૂર્તિ બાદમાં થશે. પહેલાં અહંકાર ચઢી બેસશે. એ પછી -

तत्रैकाग्रे मनः कृत्वा यतचित्तेन्द्रियक्रियः ।
उपविश्यासने युञ्ज्याद्योगमात्मविशुद्धये ॥१२॥

આ આસન પર બેસીને (બેસીને ધ્યાન કરવાનું જ વિધાન છે) મનને એકાગ્ર બનાવીને ચિત્ત તથા ઈન્દ્રિયોથી ક્રિયાઓ વશમાં રાખી અંતઃકરણથી શુદ્ધિ માટે યોગાભ્યાસ કરવો. હવે બેસવાની રીત બતાવે છે.

समं कायशीरोग्रीवं धारयन्नचलं स्थिरः ।
संप्रेक्ष्य नासिकाग्रं स्वं दिशश्चानवलोकयन् ॥१३॥

વળી, તેણે શરીર, ગરદન અને મસ્તક સીધી રેખામાં અચલ રાખીને, (જેમ કોઈ થાંભલો ખડો કરી દીધો હોય તેમ) આ રીતે સીધા, દૃઢ બનીને બેસી જવું અને પોતાના નાકમાં અગ્રભાગ પર નજર રાખીને (નાકના ટેરવાને જોતા રહેવાનો નિર્દેશ નથી. પરંતુ સીધા બેસવાથી નાકની સામે જ્યાં દૃષ્ટિ પડે ત્યાં દૃષ્ટિ રાખવી. જમણી-ડાબી બાજુ જોતાં રહેવાની ચંચળતા ન રહે) બીજી દિશાઓમાં ન જોતાં સ્થિર બેસવું.

प्रशान्तात्मा विगतभीर्ब्रह्मचारिव्रते स्थितः ।
मनः संयम्य मच्चित्तो युक्त आसीत मत्परः ॥१४॥

બ્રહ્મચર્ય વ્રતમાં દૃઢ બનીને (સામાન્યપણે લોકો માને છે કે જનનેન્દ્રિયનો સંયમ બ્રહ્મચર્ય છે, પરંતુ મહાપુરુષોનો અનુભવ છે કે મનથી વિષયોનું ચિંતન કરતાં, આંખોથી એવું દૃશ્ય જોતાં, ત્વચાથી સ્પર્શ કરતાં, કાનથી વિષયોત્તેજક શબ્દો સાંભળતાં જનનેન્દ્રિયનો સંયમ શક્ય નથી. બ્રહ્મચારીનો ખરો અર્થ છે '**ब्रह्म आचरति स ब्रह्मचारी**' બ્રહ્મનું આચરણ છે નિયત કર્મ, યજ્ઞની પ્રક્રિયા જે કરનાર '**यान्ति ब्रह्म सनातनम्**' - સનાતન બ્રહ્મમાં પ્રવેશ મેળવે છે, આમ કરતી વખતે '**स्पर्शान्कृत्वा बहिर्बाह्यान्**'

બહારનો સ્પર્શ , મન અને તમામ ઇન્દ્રિયોનો સ્પર્શ બહાર જ ત્યાગીને ચિત્તને બ્રહ્મચિંતનમાં, શ્વાસ-પ્રશ્વાસમાં, ધ્યાનમાં સ્થિર કરવું. મન બ્રહ્મમાં લીન હોય તો બહારનું સ્મરણ કોણ કરે ? બાહ્ય સ્મરણ થતું રહે તો પછી મન ક્યાં લાગ્યું ? વિકાર શરીરમાં નહિ, પરંતુ મનના તરંગોમાં રહે છે. મન બ્રહ્મમાં લીન હોય તો કેવળ જનનેન્દ્રિયસંયમ જ નહિ, પરંતુ સર્વેન્દ્રિયસંયમ પણ સહજ બની જાય છે. આથી બ્રહ્મના આચરણમાં સ્થિર રહીને, ભયરહિત તથા પૂર્ણ શાંતિથી, મનને સંયમમાં રાખીને, મારામાં લીન ચિત્તવાળો થઈ મારામાં પરાયણ થઈને, સ્થિર બેસવું, આમ કરવાનું પરિણામ શું હશે ?)

युञ्जन्नेवं सदात्मानं योगी नियतमानसः ।
शान्तिं निर्वाणपरमां मत्संस्थामधिगच्छति ॥१५॥

આ રીતે, પોતે પોતાને નિરંતર તે જ ચિંતનમાં જોડીને, સંયત મનવાળો યોગી મારામાં સ્થિતિ પામવારૂપી પરાકાષ્ઠારૂપ શાન્તિ પ્રાપ્તિ કરે છે. આથી હંમેશાં પોતે કર્મમાં પ્રવૃત્ત રહેવું, અહીં આ પ્રશ્ન લગભગ પૂરો થયો. પછીના બે શ્લોકમાં દર્શાવ્યું છે કે પરમાનંદરૂપ શાંતિ માટે શારીરિક સંયમ, યુક્ત આહાર અને વિહાર પણ આવશ્યક છે

नात्यश्नतस्तु योगोऽस्ति न चैकान्तमनश्नतः ।
न चातिस्वप्नशीलस्य जाग्रतो नैव चार्जुन ॥१६॥

અર્જુન ! આ યોગ ન તો અતિ ખાનારાને પ્રાપ્ત થાય છે, તેમ ન તો બિલકુલ ન ખાનારને પ્રાપ્ત થાય છે. તેમ જ ન તો અતિ ઊંઘનારને કે ન તો અતિ ઉજાગરા કરનારને પણ પ્રાપ્ત થાય છે. તો કોને સિદ્ધ થાય છે ?

युक्ताहारविहारस्य यक्तचेष्टस्य कर्मसु ।
युक्तस्वप्नावबोधस्य योगो भवति दुःखहा ॥१७॥

દુઃખોનો નાશ કરનાર આ યોગ ઉચિત આહાર, સમુચિત કર્મ અને સમતોલ નિદ્રાજાગરણ કરનારને જ પૂર્ણતયા પ્રાપ્ત થાય છે. અધિક ભોજનથી આળસ, નિદ્રા અને પ્રમાદ ઘેરી લેશે ત્યારે સાધના થઈ શકશે નહિ. ભોજનનો ત્યાગ કરવાથી ઇન્દ્રિયો ક્ષીણ થઈ જશે. અચલ-સ્થિર બેસવાની ક્ષમતા રહેશે નહીં. પૂજ્ય મહારાજજી કહે છે કે ભૂખ હોય

એનાથી દોઢ બે રોટલી ઓછી ખાવી. વિહાર અર્થાત્ સાધનને અનુકૂળ વિચરણ, કંઈક પરિશ્રમ પણ કરતા રહેવું જોઈએ. કોઈ કાર્ય શોધી લેવું જોઈએ. અન્યથા લોહીનું પરિભ્રમણ શિથિલ પડી જશે. (રોગ ઘેરી લેશે. આયુષ્ય આહાર અને ઊંઘવું-જાગવું અભ્યાસથી વધે-ઘટે છે. મહારાજજી કહેતા, યોગીએ ચાર કલાક સૂવું અને બાકી સતત ધ્યાનમાં લાગેલા રહેવું. હઠપૂર્વક જાગરણ કરનાર જલદી પાગલ થઈ જાય છે. કર્મમાં ઉચિત ચેષ્ટા પણ હોય અર્થાત્ કર્મઆરાધનાને અનુરૂપ નિરંતર પ્રયત્નશીલ રહેવું. બાહ્ય વિષયોનું સ્મરણ કર્યા વિના હંમેશાં ધ્યાનમાં સ્થિર રહેનારનો જ યોગ સિદ્ધ થાય છે. તેમ જ-

यदा विनियतं चित्तमात्मन्येवावतिष्ठते ।
निःस्पृहः सर्वकामेभ्यो युक्तइत्युच्यते तदा ॥१८॥

આ રીતે યોગાભ્યાસથી નિયંત્રિત ચિત્ત જે સમયે પરમાત્મામાં યોગ્ય રીતે સ્થિર થઈ જાય છે, વિલીન જેવું થઈ જાય છે, એ સમયે તમામ કામનાઓ રહિત પુરુષ યોગમુક્ત કહેવાય છે. વિશેષરૂપથી સ્થિરચિત્ત પુરુષનાં લક્ષણો ક્યાં છે?

यथा दीपो निवातस्थो नेङ्गते सोपमा स्मृता ।
योगिनो यतचित्तस्य युञ्जतो योगमात्मनः ॥१९॥

વાયુરહિત સ્થળમાં રાખેલો દીવો ચલાયમાન થતો નથી, તેની જ્યોત સીધી ઉપર જાય છે, એમાં કંપન હોતું નથી, પરમાત્માના ધ્યાનમાં સ્થિરચિત્ત થયેલા યોગીને આ જ ઉપમા અપાઈ છે. દીપક તો ઉદાહરણ છે. આજકાલ દીપકનું પ્રચલન શિથિલ થઈ રહ્યું છે. અગરબત્તી સળગાવવાથી પવન ફૂંકાતો ન હોય તો, એની ધૂમ્રસેર સીધી ઉપર જાય છે. જેણે ચિત્તને જીતી લીધું છે એવા યોગીનું આ એક ઉદાહરણ માત્ર છે. ચિત્ત ભલે હમણાં જિતાઈ ગયું હોય, નિયંત્રિત થયું હોય, પરંતુ હજી ચિત્ત છે. જ્યારે નિરુદ્ધ ચિત્તનો પણ વિલય થઈ જાય છે ત્યારે કોઈ વિભૂતિ પ્રાપ્ત થાય છે ? જોઈએ -

यत्रोपरमते चित्तं निरुद्धं योगसेवया ।
यत्र चैवात्मनात्मानं पश्यन्नात्मनि तुष्यति ॥२०॥

જે સ્થિતિમાં યોગના અભ્યાસથી (અભ્યાસ વિના ક્યારેય મન નિરુદ્ધ થતું નથી. આથી યોગાભ્યાસથી) વશ થયેલું ચિત્ત ઉપરામ બને છે. વિલીન થઈ જાય છે, મટી જાય છે એ સ્થિતિમાં **'आत्मना'** પોતાના આત્મા દ્વારા **'आत्मानम्'** પરમાત્માને જોઈને **'आत्मनि एव'** પોતાના આત્મામાં જ સંતોષ અનુભવે છે. કેમકે પ્રાપ્તિકાળમાં તો પરમાત્માનો સાક્ષાત્કાર થાય છે. પરંતુ બીજી જ ક્ષણે તે પોતાના જ આત્માને શાશ્વત ઈશ્વરીય વિભૂતિઓમાં ઓતપ્રોત થયેલો જુએ છે. બ્રહ્મ, અજર, અમર, શાશ્વત, અવ્યક્ત અને અમૃતસ્વરૂપ છે. સાથોસાથ અચિન્ત્ય પણ છે. જ્યાં સુધી ચિત્ત અને ચિત્તની લહર છે ત્યાં સુધી તે આપના ઉપભોગ માટે નથી. ચિત્ત નિયંત્રિત થાય અને તે વિલય પામે તે કાળમાં જ પરમાત્માનો સાક્ષાત્કાર થાય છે. અને દર્શન થવાથી બરાબર પછીની બીજી જ ક્ષણે પોતાના આત્માને તે જ ઈશ્વરીય ગુણધર્મોથી યુક્ત પામે છે. આથી જ તેને પોતાના આત્મામાં સંતોષ મળે છે, આ એનું સ્વરૂપ છે. એની પરાકાષ્ઠા છે. એને જ પૂરક બીજો શ્લોક જોઈએ.

सुखमात्यन्तिकं यत्तद्बुद्धिग्राह्यमतीन्द्रियम् ।
वेत्ति यत्र न चैवायं स्थितश्चलति तत्त्वतः ॥२१॥

ઈન્દ્રિયોથી અતીત અને કેવળ શુદ્ધ થયેલી સૂક્ષ્મ બુદ્ધિ દ્વારા ગ્રહણ કરવા યોગ્ય જે અનંત આનંદ છે તેનો જે અવસ્થામાં અનુભવ કરે છે અને જે અવસ્થામાં સ્થિર થયેલો યોગી ભગવત્સ્વરૂપને તત્ત્વથી જાણીને ચલિત થતો નથી તે સદૈવ એમાં પ્રતિષ્ઠિત રહે છે. તથા

यं लब्ध्वा चापरं लाभं मन्यते नाधिकं ततः ।
यस्मिन्स्थितो न दुःखेन गुरुणापि विचाल्यते ॥२२॥

પરમેશ્વરની પ્રાપ્તિરૂપ લાભ મેળવ્યા પછી. પરાકાષ્ઠાની શાન્તિ મેળવ્યા બાદ તે બીજા કોઈ લાભને તેનાથી અધિક માનતો નથી અને જેમાં સ્થિર થયેલો યોગી ભારે દુઃખથી પણ ડગી જતો નથી, દુઃખનું એને ભાન પણ થતું નથી. કેમ કે દુઃખનું ભાન કરાવનાર ચિત્ત તો વિલીન થઈ ગયું છે. આ પ્રકારે

तं विद्याद् दुःखसंयोगवियोगं योगसंज्ञितम् ।
स निश्चयेन योक्तव्यो योगोऽनिर्विण्णचेतसा ॥२३॥

જે સંસારના સંયોગ-વિયોગથી રહિત છે એનું નામ યોગ છે. જે આત્યંતિક સુખ છે એની પ્રાપ્તિનું નામ યોગ છે. એને પરમતત્ત્વ પરમાત્મા કહેવામાં આવે છે. એની સાથેનું મિલન એ જ યોગ છે. યોગ ઊભડક નહિ એવા સ્થિર ચિત્તથી નિશ્ચયપૂર્વક કરવો એ કર્તવ્ય છે. ધૈર્યપૂર્વક એમાં લાગી રહેનાર મનુષ્ય જ યોગમાં સફળ થાય છે.

संकल्पप्रभावान्कामांसत्यकत्ववा सर्वानशेषतः ।
मनसैवेन्द्रियग्रामं विनियम्य समन्ततः ॥२४॥

આથી મનુષ્યે વાસના અને આસક્તિસહિત સંકલ્પથી ઉત્પન્ન સંપૂર્ણ કામનાઓનો સર્વથા ત્યાગ કરીને, મન દ્વારા સર્વ ઇન્દ્રિયોને સારી રીતે વશ કરીને

शनैः शनैरुपरमेद्बुद्ध या धृतिगृहीतया ।
आत्मसंस्थं मनः कृत्वा न किंचिदपि चिन्तयेत् ॥२५॥

ધીમે ધીમે અભ્યાસ કરીને ઉપરામતા મેળવે. ચિત્ત વશમાં લે અને ક્રમશઃ વિલય થઈ જાય. પછી તે ધૈર્યયુક્ત બુદ્ધિ દ્વારા મનને પરમાત્મામાં સ્થિર કરીને બીજા કશાનો વિચાર ન કરે. નિરંતર મન લગાવીને પામવાનું વિધાન છે. પરંતુ આરંભમાં મન લાગતું નથી. આ વિશે યોગેશ્વર કહે છે

यतो यतो निश्चरति मनश्चञ्चलमस्थिरम् ।
ततस्ततो नियम्यौतदात्मन्ययेव वशं नयेत् ॥२६॥

ચંચળ અને અસ્થિર મન જે જે કારણોથી સાંસારિક પદાર્થોમાં ભમે છે, તે તે કારણોમાંથી તેને રોકીને વારંવાર અંતરાત્મામાં જ સ્થિર કર. ઘણી વાર લોકો એમ કહેતા હોય છે કે મન જ્યાં જતું હોય ત્યાં જવા દો. તે પ્રકૃતિમાં તો જવાનું છે, અને પ્રકૃતિ પણ તે બ્રહ્મનો અન્તર્ગત ભાગ છે. પ્રકૃતિમાં ફરવું એ બ્રહ્મની બહાર નથી. પરંતુ શ્રીૃષ્ણના મતાનુસાર આ ખોટું છે. ગીતામાં આ માન્યતાઓને સહેજ પણ સ્થાન નથી. શ્રીકૃષ્ણનું કથન છે કે મન જ્યાં જ્યાં જાય, જે માધ્યમ દ્વારા જાય તે માધ્યમથી રોકીને પરમાત્મામાં જોડાવું, મનનો નિરોધ સંભવિત છે. આ નિરોધનું પરિણામ શું આવશે ?

प्रशान्तमनसं ह्येनं योगिनं सुखमुत्तमम् ।
उपैति शान्तरजसं ब्रह्मभूतमकल्मषम् ॥२७॥

જેનું મન પૂર્ણતયા શાંત બન્યું છે અને જે પાપથી મુક્ત છે, જેનો રજોગુણ શાંત થયો છે, એવો બ્રહ્મમય બનેલો, પાપરહિત યોગી ઉત્તમ આનંદ પ્રાપ્ત કરે છે. એનાથી બીજું કોઈ ઉત્તમ સુખ નથી. આના પર ફરીથી ભાર મૂકતાં જણાવે છે

युञ्जनैवं सदात्मानं योगी विगतकल्मषः ।
सुखेन ब्रह्मसंस्पर्शमत्यन्तं सुखमश्नुते ॥२८॥

આ રીતે આત્મા સાથે હંમેશાં તલ્લીન બનેલો, પાપરહિત યોગી બ્રહ્મપ્રાપ્તિના અનંત આનંદની અનુભૂતિ કરે છે તે '**ब्रह्मसंस्पर्श**' અર્થાત્ બ્રહ્મના સ્પર્શ અને પ્રવેશની સાથે આનંદનો અનુભવ કરે છે. આથી ભજન અનિવાર્ય છે. આગળ કહે છે

सर्वभूतस्थमात्मानं सर्वभूतानि चात्मनि ।
ईक्षते योगयुक्तात्मा सर्वत्र समदर्शनः ॥२९॥

યોગયુક્ત આત્માવાળો મનુષ્ય બધામાં સમભાવ રાખનારો હોઈ પોતાના આત્માને તમામ પ્રાણીઓમાં વ્યાપેલો જુએ છે અને ભૂતમાત્રને પોતાનામાં જુએ છે. આ પ્રમાણે જોવાથી લાભ શો ?

यो मां पश्यति सर्वत्र सर्वं च मयि पश्यति ।
तस्याहं न प्रणश्यामि स च मे न प्रणश्यति ॥३०॥

જે મનુષ્ય તમામ પ્રાણીઓમાં મને-પરમાત્માને જુએ છે અને તમામ પ્રાણીઓને મારામાં પરમાત્મામાં જુએ છે તેમને માટે હું અદશ્ય નથી, અને તે મારા માટે અદશ્ય નથી. આ તો પ્રેરકનું પરસ્પર મિલન છે. સાખ્ય ભાવ છે. સામીપ્યમુક્તિ છે.

सर्वभूतस्थितं यो मां भजत्येकत्वमास्थितः ।
सर्वथा वर्तमानोऽपि स योगी मयि वर्तते ॥३१॥

જે મનુષ્ય અનેકતાથી પર ઉપર્યુક્ત એકાન્ત ભાવથી મને - પરમાત્માને ભજે છે તે યોગી તમામ પ્રકારનાં કાર્યો કરતો હોવા છતાં મારામાં સ્થિર રહે છે. કેમકે મને છોડીને એની પાસે કશું બચ્યું જ નથી. એનું સર્વ કાંઈ ખતમ થઈ ગયું છે. આથી તે ઊઠતાં-બેસતાં, જે કાંઈ કરે છે, તે મારા સંકલ્પથી જ કરે છે.

आत्मौपम्येन सर्वत्र समं पश्यति योऽर्जुन ।
सुखं वा यदि वा दुःखं स योगी परमो मतः ॥३२॥

હે અર્જુન ! જે યોગી સૌને પોતાના સમાન ગણીને પ્રાણીમાત્રને સમદૃષ્ટિથી જુએ છે, પોતાના જેવા જ જુએ છે. સુખ અને દુઃખ પણ સૌમાં સમાન જુએ છે (જેનો ભેદભાવ સમાપ્ત થઈ ગયો છે.) તેવો યોગી પરમશ્રેષ્ઠ મનાય છે. પ્રશ્ન પૂરો થયો. આ અંગે અર્જુને પ્રશ્ન કર્યો.

अर्जुन उवाच

योऽयं योगस्त्वया प्रोक्तः साम्येन मधुसूदन ।
एतस्याहं न पश्यामि चञ्चलत्वास्थितिं स्थिराम् ॥३३॥

હે મધુસૂદન ! આપે જે સમત્ત્વયોગ મને બતાવી રહ્યા છો એમાં, મનની ચંચળતાના કારણે લાંબો સમય સ્થિર રહી શકું એવી સ્થિતિમાં હું નથી.

चञ्चलं हि मनः कृष्ण प्रमाथि बलवद्दृढम् ।
तस्याहं निग्रहं मन्ये वायोरिव सुदुष्करम् ॥३४॥

હે કૃષ્ણ ! આ મન બહુ ચંચળ છે, તે વિહ્વળ કરનારું છે. હઠીલું છે તથા બળવાન છે. આથી એને વશ કરવાનું વાયુની જેમ હું ઘણું દુષ્કર માનું છું, તોફાની હવા અને મનને રોકવું એ બંને એકસમાન છે. આ અંગે શ્રીકૃષ્ણ કહે છે.

श्री भगवानुवाच

असंशयं महाबाहो मनो दुर्निग्रहं चलम् ।
अभ्यासेन तु कौन्तैय वैराग्येण च गृह्यते ॥३५॥

મહાબાહુ અર્જુન ! બેશક મન ચંચળ છે, ઘણી મુસીબતે તે વશ થાય છે. પરંતુ હે કૌન્તેય, અભ્યાસ અને વૈરાગ્ય વડે તે વશ કરી શકાય છે. જ્યાં ચિત્તને લગાડવાનું હોય ત્યાં તેને સ્થિર કરીને વારંવાર પ્રયત્ન કરવો તે અભ્યાસ છે. તથા જોયેલી અને સાંભળેલી વિષય-વસ્તુઓમાં (સંસાર અથવા સ્વર્ગ વગેરે ભોગોમાં) રાગ અર્થાત્ લગાવનો ત્યાગ એ વૈરાગ્ય છે. શ્રીકૃષ્ણ કહે છે કે મનને વશ કરવું કઠિન છે, પરંતુ અભ્યાસ અને વૈરાગ્ય દ્વારા એને વશ કરી શકાય છે.

असंयतात्मना योगो दुष्प्राय इति मे मतिः ।
वश्यात्मना तु यतता शक्योऽवाप्तुमुपायतः ॥३६॥

અર્જુન ! મન પોતાને વશ નહિ કરનારને યોગ પ્રાપ્ત થવો ખૂબ જ કઠણ છે, પરંતુ પોતાને વશ કરનારા પ્રયત્નશીલ પુરુષ માટે યોગ સહજ છે. મારો પોતાનો આવો મત છે. તું એને જેટલું કઠિન માની બેઠો છે એટલું તે કઠિન નથી. આથી આ કામ કઠિન છે એમ માનીને તે છોડી દઈશ નહિ. પ્રયત્નપૂર્વક લાગીને યોગને પ્રાપ્ત કર, કારણ કે મન વશ કરો તો જ યોગ પ્રાપ્ત કરવાનું શક્ય બને છે. આ અંગે

अर्जुन उवाच

अयतिः श्रद्धयोपेतो योगाच्चलितमानसः ।
अप्राप्य योगसंसिद्धिं कां गतिं कृष्ण गच्छति ॥३७॥

યોગ કરતાં કરતાં કોઈ મનુષ્યનું મન ચલાયમાન થઈ જાય તોપણ યોગમાર્ગમાં એને શ્રદ્ધા તો હોય, તે પ્રસંગ એવો મનુષ્ય ભગવત્સિદ્ધિ પ્રાપ્ત ન થતાં કઈ ગતિ પ્રાપ્ત કરે છે.

कच्चिन्नोभयविभ्रष्टश्छिन्नाभ्रमिव नश्यति ।
अप्रतिष्ठो महाबाहो विमूढो ब्रह्मणः पथि ॥३८॥

મહાબાહુ કૃષ્ણ ! ભગવત્પ્રાપ્તિના માર્ગેથી ચલિત થયેલો મોહિત પુરુષ વિખેરાઈ ગયેલાં વાદળોની માફક બંને બાજુએથી નષ્ટભ્રષ્ટ તો થતો નથી ને ? નાની શી વાદળી આકાશમાં છવાય તો તે, ન તો વરસી શકે છે, અને ન તો પાછી મેઘમાં મળી જઈ શકે છે. એ જ રીતે શિથિલ પ્રયત્નવાળો, થોડા સમય સુધી સાધના કરી અટકી જનારો નાશ તો નથી પામતોને ? તે ન તો પોતાનામાં પ્રવેશ કરી શક્યો કે ન તો ભોગ ભોગવી શક્યો. એની કઈ ગતિ થાય છે ?

एतन्मे संशयं कृष्णं छेत्तुमर्हस्यशेषतः
त्ववदन्यः संशयस्यास्य छेत्ता न ह्युपपद्यते ॥३९॥

હે શ્રીકૃષ્ણ ! મારા આ સંશયને સંપૂર્ણતયા દૂર કરવાને આપ જ સમર્થ છો. આ સંશયને દૂર કરવા આપના સિવાય બીજો કોઈ પણ મળે તે સંભવ નથી. આ વિષે યોગેશ્વર શ્રીકૃષ્ણે કહ્યું -

श्री भगवानुवाच

पार्थ नैवेह नामुत्र विनाशस्तस्य विद्यते ।
न हि कल्याणकृत्कश्चिद्दुर्गतिं तात गच्छति ॥४०॥

પાર્થિવ શરીરને રથ બનાવીને લક્ષ્ય તરફ આગળ વધારનાર હે અર્જુન આવા પુરુષનો ન તો આ લોકમાં કે ન પરલોકમાં નાશ થાય છે. કારણ કે હે તાત, તે પરમકલ્યાણકારી નિયત કર્મ કરનારની કદી દુર્ગતિ થતી નથી. એનું શું થાય છે ?

प्राप्य पुण्यकृतां लोकानुषित्वा शाश्वतीः समाः ।
शुचीनां श्रीमतां गेहे योगभ्रष्टोऽभिजायते ॥४१॥

મન ચલાયમાન થવાથી યોગભ્રષ્ટ થયેલો તે પુરુષ પુણ્યશાળીઓના લોકમાં વાસના ભોગવીને (જે વાસનાઓના કારણે તે યોગભ્રષ્ટ થયો હતો, ભગવાન એને ખૂબ સંક્ષેપમાં બધું બતાવી સંભળાવી દે છે, એને ભોગવીને) તે '**શુચીનાં શ્રીમતાં**' શુદ્ધ આચરણવાળા શ્રીમાનને ઘેર જન્મ લે છે. (જે શુદ્ધ આચરણવાળો છે, તે જ શ્રીમાન છે.)

अथवा योगिनामेव कुले भवति धीमताम् ।
एतद्धि दुर्लभतरं लोके जन्म यदीदृशम् ॥४२॥

અથવા ત્યાં જન્મ ન થાય તો પણ તે સ્થિર બુદ્ધિવાળા યોગીના કુળમાં જન્મ લે છે. શ્રીમાનોનાં ઘરમાં પવિત્ર સંસ્કાર બચપણથી જ મળવા માંડે છે, પરંતુ ત્યાં જન્મ ન થાય તો યોગીઓના કુળમાં (ઘરમાં નહિ) શિષ્યપરંપરામાં પ્રવેશ મેળવે છે. કબીર, તુલસી, રઈદાસ, વાલ્મીકિ વગેરેને શુદ્ધ આચરણવાળા શ્રીમાનોનાં ઘરમાં નહિ પરંતુ યોગીઓના કુળમાં પ્રવેશ મળ્યો. સદ્‌ગુરુના કુળના સંસ્કારોમાં પરિવર્તન એ પણ એક જન્મ છે અને એવો જન્મ મેળવવો સંસારમાં અતિ દુર્લભ છે. યોગીઓને ત્યાં જન્મે એનો અર્થ એમના શરીરથી પુત્રરૂપે અવતીર્ણ થવું એ નથી. ગૃહત્યાગ પહેલાં પેદા થયેલા પુત્ર મોહવશ મહાપુરુષને ભલે પિતા માન્યા કરે, પરંતુ મહાપુરુષ માટે તો ઘરવાળાના નામે કોઈ હોતું નથી. જે શિષ્ય એમની મર્યાદાઓનું અનુષ્ઠાન કરે છે. એનું મહત્ત્વ પુત્રોથી કેટલાયગણું અધિક મનાય છે. તે જ એમના સાચા પુત્રો છે.

જે યોગના સંસ્કારોવાળો ન હોય એને મહાપુરુષ અપનાવતા નથી. પૂજ્ય મહારાજજી જો સાધુ બનાવતા હોત તો હજારો વિરક્ત એમના શિષ્ય થયા હોત, પરંતુ એમણે કેટલાયને ભાડું આપીને, કોઈને ઘેર સમાચાર મોકલીને, પત્ર મોકલીને, સમજાવીને બધાને એમના ઘેર પાછા મોકલી દીધા. ઘણા લોકો હઠ કરવા લાગ્યા તો એમને અપશુકન થયા. હૃદયની અંદરથી જ લાગે કે આનામાં સાધુ બનવાનું એક પણ લક્ષણ નથી એને રાખવામાં કોઈ ભલાઈ નથી. એ કદી સફળ થઈ શકે નહિ. બે-ત્રણ જણાએ નિરાશ થઈને પહાડ પરથી ઝંપલાવી પોતાનો જાન આપી દીધો, પરંતુ મહારાજજીએ એમને પોતાના ત્યાં ન રાખ્યા, પછી આ અંગે ખબર મળતાં તે બોલ્યા, ''**जानत रहेउं कि बडा विकल है लेकिन इ सोचते कि सचहूं के मरि जाई तो रखी लेते । एक ठो पतितै रहत, अउर का होत**'' મમત્વ એમનામાં પણ વિકટ હતું, છતાં ન રાખ્યા. છ-સાત વ્યક્તિઓ જેમના માટે આદેશ થયો હતો કે 'આજ એક યોગભ્રષ્ટ આવી રહ્યો છે, જન્મજન્માંતરથી ભટકતો ભટકતો આવી રહ્યો છે. આ નામ અને રૂપવાળો કોઈ આવવાનો છે. એને રાખો, બ્રહ્મવિદ્યાનો ઉપદેશ કરો, એને આગળ વધારો.' કેવળ એમને જ રાખ્યા, આજ પણ એમાંથી એક મહાપુરુષ ધારાકુંડીમાં છે. એક અનુસૂઈયામાં છે. બે-ત્રણ અન્યત્ર પણ છે. એમને સદ્‌ગુરુના કુળમાં પ્રવેશ મળ્યો. આવા મહાપુરુષ મેળવવા અતિ દુર્લભ છે.

तत्र तं बुद्धिसंयोगं लभते पौर्वदेहिकम् ।
यतते च ततो भयः संसिद्धौ कु रुनन्दन ।।४३।।

ત્યાં તે પુરુષ પહેલાં શરીરમાં સાધન કરેલ બુદ્ધિનો સંયોગ અર્થાત્ પૂર્વજન્મના બુદ્ધિ-સંસ્કાર અનાયાસ જ પ્રાપ્ત થઈ જાય છે. હે કરુણાનંદન, એના પ્રભાવથી ફરી '**संसिद्धौ**' ભગવત્પ્રાપ્તિરૂપી પરમસિદ્ધિ મેળવવા પ્રયત્ન કરવા લાગે છે.

पूर्वाभ्यासेन तेनैव ह्रियते ह्यवशोऽपि सः ।
जिज्ञासुरपि योगस्य शब्दब्रह्मातिवर्तते ।।४४।।

શ્રીમાનોના ઘરમાં વિષયોને વશ રહેવા છતાં પૂર્વજન્મના સંસ્કારને કારણે મોક્ષમાર્ગ તરફ આકર્ષિત થઈ જાય છે અને યોગમાં શિથિલ પ્રયત્નવાળો તે જિજ્ઞાસુ પણ વાણીના વિષયને પાર કરીને નિર્વાણપદને પામે છે. એની પ્રાપ્તિની આ જ પદ્ધતિ છે. કોઈ એક જન્મમાં સિદ્ધિ મેળવતો પણ નથી.

प्रयत्नाद्यतमानस्तु योगी संशुद्धकिल्बिषः ।
अनेकजन्मसंसिद्धस्ततो याति परां गतिम् ॥४५॥

વળી પ્રયત્નોમાં માંડી રહેલો યોગી અનેક જન્મે સિદ્ધિ મેળવી પરમગતિને પામે છે. પ્રયત્નપૂર્વક અભ્યાસ કરનાર યોગી તમામ પાપોમાંથી મુક્ત બનીને પરમગતિને પ્રાપ્ત કરે છે. પ્રાપ્તિનો આ જ ક્રમ છે. પહેલાં શિથિલ પ્રયત્નથી યોગનો આરંભ થાય છે, મન ચલિત થતાં બીજો જન્મ લે છે. સદ્ગુરુના કુળમાં પ્રવેશે છે અને અનેક જન્મો સુધી પ્રયત્ન કરીને ત્યાં પહોંચી જાય છે જેનું નામ પરમગતિ, પરમધામ છે. શ્રીકૃષ્ણે કહ્યું હતું કે આ યોગમાં બીજનો નાશ થતો નથી. તમે બે કદમ પણ ચાલી લેશો તો એ સાધનાનો કદી નાશ નહિ થાય. દરેક પરિસ્થિતિમાં રહેતો પુરુષ આમ કરી શકે છે. કારણ કે પરિસ્થિતિઓથી ઘેરાયેલાં પુરુષ થોડીક સાધના તો કરી જ શકે. કેમકે વિશેષ સમય તો એની પાસે નથી. તમે કાળા હો કે ગોરા હો, ક્યાંયનાં પણ હો ગીતા સર્વ માટે છે. તમારા માટે પણ છે. શરત માત્ર એટલી જ કે તમે મનુષ્ય હોવા જોઈએ. ઉત્કટ પ્રયત્ન કરનાર ગમે તે હોય પણ શિથિલ પ્રયત્ન કરનાર તો ગૃહસ્થ જ હોય છે. ગીતા ગૃહસ્થ-વિરક્ત, શિક્ષિત-અશિક્ષિત, સર્વસાધારણ મનુષ્યમાત્ર માટે છે, કોઈ 'સાધુ' નામના વિચિત્ર પ્રાણી માટે જ નહિ. અંતમાં યોગેશ્વર શ્રીકૃષ્ણ નિર્ણય આપે છે -

तपस्विभ्योऽधिको योगी ज्ञानिभ्योऽपि मतोऽधिकः ।
कर्मिभ्यश्चाधिको योगी तस्माद्योगी भवार्जुन ॥४६॥

તપસ્વી કરતાં, યોગી શ્રેષ્ઠ છે, જ્ઞાનીઓથી પણ શ્રેષ્ઠ માન્યો છે. કર્મ કરનારા કર્મી કરતાં પણ યોગી શ્રેષ્ઠ છે. તેથી હે અર્જુન, તું યોગી બન.

તપસ્વી :

તપસ્વી મનસહિત ઈન્દ્રિયોને આ યોગમાં ઢાળવા માટે તપાવે છે, હજુ યોગ એનામાં ઢળ્યો નથી.

કર્મી – કર્મ કરનાર :

કર્મી આ નિયત કર્મને જાણીને એનામાં પ્રવૃત્ત થાય છે. તે ન તો પોતાની શક્તિ સમજીને પ્રવૃત્ત છે, ન તો સમર્પણ કરીને પ્રવૃત્ત છે. માત્ર કર્મ કરે છે.

જ્ઞાની

જ્ઞાનમાર્ગી નિયત કર્મ, વિશેષ કરીને યજ્ઞની પ્રક્રિયાને સારી રીતે સમજીને પોતાની શક્તિ અનુસાર એમાં પ્રવૃત્ત થાય છે. એના લાભ-ગેરલાભની જવાબદારી એની છે. એના પર દૃષ્ટિ રાખીને ચાલે છે.

યોગી

નિષ્કામ કર્મયોગી, ઈષ્ટ પર ભરોસો રાખીને પૂરા સમર્પણભાવથી નિયત કર્મ યોગસાધનામાં પ્રવૃત્ત થાય છે. એના યોગક્ષેમની જવાબદારી ભગવાન તથા યોગેશ્વર ઉપાડે છે. પતનના સંજોગો સર્જાતા હોવા છતાં એને પતનનો ભય નથી, કેમકે જે પરમતત્ત્વને તે ચાહે છે તે જ એને સંભાળવાની જવાબદારી પણ લે છે.

તપસ્વી હજુ યોગ કરવામાં પ્રયત્નશીલ છે. કર્મી કેવળ કર્મ જાણીને કર્મ કરે છે. તેનું પતન પણ થઈ શકે છે, કેમકે આ બંનેમાં નથી સમર્પણ કે નથી પોતાના લાભ-ગેરલાભ જોવાની ક્ષમતા, પરંતુ જ્ઞાની યોગની પરિસ્થિતિ જાણે છે, પોતાની શક્તિને પિછાણે છે. પોતાની જવાબદારી પોતાના પર છે, અને નિષ્કામ કર્મયોગી તો પોતાની જવાબદારી ઈષ્ટને સોંપીને બેઠો છે અને ઈષ્ટ તે સંભાળે છે. પરમકલ્યાણને માર્ગે આ બંને બરાબર ચાલે છે. પરંતુ જેનો ભાર ઈષ્ટ સંભાળે છે, તે આ બધામાં શ્રેષ્ઠ છે, કેમકે પ્રભુએ એને અપનાવી લીધો છે. એનાં હાનિ-લાભ પરમાત્મા જુએ છે. એટલા માટે યોગી શ્રેષ્ઠ છે. આથી હે અર્જુન ! તું યોગી બન. સમર્પણ સાથે યોગનું આચરણ કર.

યોગી શ્રેષ્ઠ છે, પરંતુ જે અંતરાત્માથી લાગી ગયો છે તે એનાથી પણ સર્વશ્રેષ્ઠ છે, આ અંગે કહે છે.

योगिनामपि सर्वेषां मद्‌नतेनान्तरात्मना ।
श्रद्धावान्भजते यो मां स मे युक्ततमो मतः ॥४७॥

સંપૂર્ણ નિષ્કામ કર્મયોગીઓમાં પણ જે મને શ્રદ્ધાપૂર્વક અંતઃકરણથી અન્તર્ચિન્તનથી નિરંતર ભજે છે, તે યોગીને મેં પરમશ્રેષ્ઠ યોગી તરીકે માન્યો છે. ભજન એ દેખાડાની કે પ્રદર્શનની વસ્તુ નથી. એનાથી સમાજ ભલે અનુકૂળ હોય પણ પ્રભુ પ્રતિકૂળ બની જાય છે, ભજન અત્યંત ગોપનીય છે અને ભજન હંમેશાં અંતઃકરણથી થાય છે. એનો ઉતાર-ચઢાવ અંતઃકરણ ઉપર છે.

નિષ્કર્ષ :

આ અધ્યાયના પ્રારંભમાં શ્રીકૃષ્ણ ભગવાને કહ્યું કે ફળની ઈચ્છા વિના જે '**कार्यम् कर्म**' અર્થાત્ કરવા યોગ્ય કર્મ યા પ્રક્રિયા કરે છે, તે સંન્યાસી છે અને એ જ કર્મ કરનારો યોગી પણ છે. કેવળ ક્રિયાઓ અને અગ્નિનો ત્યાગ કરનાર યોગી કે સંન્યાસી હોતો નથી. સંકલ્પોનો ત્યાગ કર્યા વિના કોઈ પુરુષ સંન્યાસી કે યોગી બની શકતો નથી. અમે સંકલ્પ કરતા નથી એવું કહી દેવા માત્રથી સંકલ્પ કેડો છોડતો નથી. યોગમાં આરૂઢ થવાની ઈચ્છાવાળી વ્યક્તિએ કર્મ કરવું જોઈએ અને કાર્ય કરતાં કરતાં યોગારૂઢ થવું જોઈએ. એમ થતાં તમામ સંકલ્પો દૂર થઈ જશે. સર્વ સંકલ્પોનો અભાવ એ જ સંન્યાસ છે.

યોગેશ્વરે ફરીથી જણાવ્યું છે કે આત્માનું અધઃપતન પણ થાય છે અને એનો ઉદ્ધાર પણ થાય છે. જે મનુષ્યે મનસહિત ઈન્દ્રિયો પર વિજય મેળવ્યો છે એનો આત્મા એના માટે મિત્ર બનીને મૈત્રીપૂર્ણ વ્યવહાર કરે છે તથા તેનું પરમ કલ્યાણ થાય છે. જેમણે ઈન્દ્રિયોને જીતી નથી એને માટે એનો આત્મા શત્રુ બનીને શત્રુતાપૂર્ણ વ્યવહાર કરે છે. યાતનાઓનું કારણ બને છે. આથી મનુષ્યે પોતાના આત્માને અધોગતિમાં ન પહોંચાડવો, પોતાના દ્વારા પોતાના આત્માનો ઉદ્ધાર કરવો.

એમણે પરમપદની પ્રાપ્તિવાળા યોગીઓની રહેણી બતાવી - 'યજ્ઞસ્થળ' બેસવાનું આસન તથા બેસવાની રીત અંગે કહ્યું કે સ્થાન એકાંત અને સ્વચ્છ હોવું જોઈએ, વસ્ત્ર મૃગચર્મ અથવા કુશની ચટાઈ એમાંથી કોઈ પણ એકનું આસન બનાવવું. કર્મને અનુરૂપ ચેષ્ટાયુક્ત ભોજન-વિહાર, સૂવા-જાગવા પર સંયમ રાખવા સૂચવ્યું. યોગીના નિરુદ્ધ ચિત્ત માટે તેમણે પવનરહિત સ્થળ પર રાખેલા દીપકની, કંપાયમાન ન થતી જ્યોતની ઉપમા આપી. એ જ રીતે જ્યારે નિરુદ્ધ ચિત્તનો વિલય થઈ જાય છે ત્યારે યોગની પરાકાષ્ઠા આવી જાય છે, અનંત આનંદ પ્રાપ્ત થાય છે. સંસારના સંયોગ-વિયોગથી મુક્ત અનંત સુખનું નામ મોક્ષ છે. યોગનો અર્થ છે પરમેશ્વર સાથે મિલન - જે યોગી એમાં પ્રવેશ મેળવે છે તે તમામ પ્રાણીમાત્રમાં સમત્વભાવથી જુએ છે. જેમ પોતાનો આત્મા તેમ બધાના આત્માને જુએ છે. તે પરમ પરાકાષ્ઠાની શાંતિ મેળવે છે. આથી યોગ આવશ્યક છે. મન જ્યાં

જ્યાં ભટકવા માંડે ત્યાં ત્યાંથી તેને પાછું લાવીને વારંવાર એને વશ કરવું જોઈએ. શ્રીકૃષ્ણે સ્વીકાર્યું છે કે મનને વશમાં લેવું ખૂબ કપરું છે, પરંતુ વશમાં આવે છે ખરું. તે અભ્યાસ અને વૈરાગ્ય દ્વારા કાબૂમાં આવે છે. શિથિલ પ્રયત્ન કરનાર મનુષ્ય પણ અનેક જન્મોના સંસ્કાર દ્વારા ત્યાં પહોંચી જાય છે, જેનું નામ છે - પરમગતિ અથવા પરમધામ, તપસ્વી, જ્ઞાનમાર્ગી તથા કર્મ કરનાર કર્મી કરતાં યોગી શ્રેષ્ઠ છે.

આથી હે અર્જુન ! તું યોગી બન, સમર્પણભાવથી અંતર્મનથી યોગનું આચરણ કર. આ અધ્યાયમાં યોગેશ્વર શ્રીકૃષ્ણે, મુખ્યત્વે યોગની પ્રાપ્તિ માટે અભ્યાસ પર ભાર મૂક્યો છે. આથી

ॐ तत्सदितिश्रीमद्भगवद्गीतासूपनिषत्सु ब्रह्मविद्यायां योगशास्त्रे श्रीकृष्णार्जुनसंवादेऽभ्यासयोगो नामं षष्ठोऽध्यायः ।।६।।

આ રીતે શ્રીમદ્ ભગવદ્ગીતારૂપી ઉપનિષદ અર્થાત્ બ્રહ્મવિદ્યા તથા યોગશાસ્ત્રવિષયક શ્રીકૃષ્ણ-અર્જુનસંવાદમાં ‘અભ્યાસયોગ’ નામનો છઠ્ઠો અધ્યાય પૂરો થાય છે.

इति श्रीमत्परमहंस परमानन्दस्य शिष्य स्वामी अडगडानन्दकृते श्रीमदभगवद्गीतायाः यथार्थ गीता भाष्येऽभ्यासयोगो नाम षष्ठोऽध्यायः ।।६।।

આ રીતે શ્રીમત્પરમહંસ પરમાન્દજીના શિષ્ય સ્વામી અડગડાનંદકૃત શ્રીમદ્ભગવદ્ગીતાના ભાષ્ય ‘યથાર્થ ગીતા’માં ‘અભ્યાસયોગ’ નામનો છઠ્ઠો અધ્યાય પૂરો થાય છે.

।। हरिः ॐ तत्सत् ।।