

- મુદ્રક : અધ્યક્ષ કોર્પોરેશન, સી. ને. શાહ કોર્પોરેશન, મુદ્રા, ૨૦૩, મૌન કોમ્પ્લેક્સ, સુરખાતાંદીસિંહનગર, અમદાવાદ - ૩૮૨૪૮૧, ફોન : (૦૭૯) ૨૭૬૬૨૮૧૫, મો. : ૯૮૨૨૮૮૪૯૮૩
- મુદ્રણ : પુસ્તકાલાયન, માનાનાન, નેત્રાંગણ, ગુજરાત ૩૮૨૦૧૫, ફોન : (૦૭૯) ૨૭૬૬૨૮૧૫, મો. : ૯૮૨૨૮૮૪૯૮૩

મનુષ્ય વિનિયોગ : મનુષ્ય

અધ્યક્ષ : પ્રદીપ્પાણી

સંસ્કરણ : સ્ટોર્સ, માનાનાન



- પરીક્ષિત જી. ડિવેટીઅલ્લા : લેખક અને પ્રદીપ્પાણી :

શ્રીમતી અગવદ ગીતા : છીપન રામાલ

પ્રકાશક :
પરીક્ષિત જી. ડિવેટીઅલ્લા

ગુજરાત રાજ્ય શાસકાનુભૂતિ એવા મેળેજમેન્ટ દ્વારાનુભૂતિ (૩૮૨૦૧૫),
અધ્યક્ષ : પ્રદીપ્પાણી, સરનગર ગુજરાત રાજીવિ,
પદ્માંનાંબાંનીની પાણી, ગુજરાત આંગ્લ પાણી,
ગોતા, અમદાવાદ - ૩૮૨૪૮૧, ફોન : (૦૭૯) ૨૭૬૬૨૮૧૫,

॥ શ્રી ગણેશાય નમઃ ॥

અભિયાન

શ્રીમદ્ ભગવદ્ ગીતા જીવન-સૌરભ એ સુંદર અને સરળ છત્તો ગાન્ધારી વિચારો દ્વારા કૃતી પુરિસ્કાર છે, પરંતુ જીવનનું સૌરભ એટલે કે સુંધર કોને કહી શકાય? કદાચિત્ આમ કહી શકાય - જીવનનું સૌરભ, કુંઘાં, તે જીવનના પરસ્પરના સંબંધમાં સૌરભાં અને આનંદ પ્રવાહિત થતો રહેતો કહેતો કહી શકાય, એટલે કે પતિ-પત્નીનાં સંબંધમાં, પિતા-માતાના, પુરી-તથા પુત્રના સંબંધમાં અને અન્ય નિત, બંધુઓના, સંભંધમાં જાહેર આપસમાં સુંમેળી અને અપાનંદ મળતો રહેતો અને પ્રસંગતપૂર્વક જીવન અભીત થાય તેને જીવન-સૌરભ કહી શકાય.

આ પ્રકારનો જીવનનો આનંદ પ્રાપ્ત કરવાનો સરણ અને ઉત્તમ માર્ગ ભગવદ્ ગીતામાં દ્વારાવર્તમાં આપેલ છે. ગીતાના અઠડર અથાય અને ૭૦૦ શ્લોકીમાં તેની પારદર્શિ રીતે અચી કરવામાં આવી છે. શ્રી પરીક્ષિતભાઈને આ ૭૦૦ શ્લોકીનો ચાર પ્રેરણશાખાની રીતે આ પુરિસ્કારમાં સંગ્રહીત કરેલ છે, જીવનની આફર-અવધિમાં પજા જ્યારે મહદ્દ અંશે મન્યાની સ્વર્ણતા જાળવી શકાય અને પ્રસંગતપૂર્વક જીવન જીવન શકાય તેની ચાચી ગીતામાં છે.

આ ગીતા તે કમણેગ માણ કહેવાય છે. તેમાંથી સારસૂતુ ગજ મુખ્ય વાતો આ પુરિસ્કારમાં લાખબાંસ આવી છે-

૧. જીવનનાં કર્મ કરવામાં કુશળતા ગ્રાન્ત કરવી જીથી કરેલા કર્મનું ઉત્તમ ફળ મળી શકે. ધોરણ: કમસ્યુ કોશલમ્ (ગી. ૨. ૫૦)
૨. જીવનમાં સ્થિતપ્રકા બનવાનો પ્રયાસ કરવી, આથી જીવન-યુવતીનામાં પ્રસંગતા વધતી રહે.

૩. જીવનમાં પૂજા અને ધ્યાન વહેરે દ્વારા પરમેશ્વર સાથે સીધે સંબંધ સ્થાપિત કરવા નિયમિત પ્રયાસ કરવાથી મનસ્કિં સમાજનાં આવે છે અને સંપુર્ણ-અનંદ સ્વરૂપ પરમેશ્વરની રૂપા સતત જીવનમાં વહેતી રહે છે.

શ્રી પરીક્ષિતભાઈ દ્વારાયાની આ પુરિસ્કાર ગુજરાતી છે અને ગુજરાતી સમાજમાં ચાપક હોતે પ્રસારિત થાય તેમ હું દાખું છે.
અંતમાં પરમમધ્યાપુ પરમેશ્વરને પ્રાર્થના કરું છું કે પરીક્ષિતભાઈને દીક્ષા અને સ્વર્ણાંશું આપી જોધી તેઓ આ પ્રકારની સેવા કરતા રહે.

-ન્યામી અપરોક્ષાંદ સરસ્વતી

સ્વામી દયાનંદ આશ્રમ,
પુરાણી આદી, મુનિ કી રેલ
અચિક્કશ - ૨૪૮૧૩૭૧૩૭ (ઉત્તરાંગ)
મો. : ૯૪૭૧૨૬૧૧૨૦૩
Email id : apariksa33@gmail.com

પ્રસ્તાવના

શ્રીમદ્ ભગવદ ગીતા એક રહસ્યમાં અને જીવનનું છ્યા સેમજલફારનું અની શાનીઓ તેમ જ જ્ઞાનીઓ બધા માટે અની સુંદર અંશ છે. આ અંશમાં સામગ્રી એપણી કુદરાત અને ગહેર છે કે એ વાચનાનું ખોટાડી અપણી બધા માટે વાચન સામગ્રી આપી છે. આ ચામગ્રી એપણી કુદરાત અને ગહેર છે કે એ વાચનાનું ખોટાડી અપણી બધા માટે પરંતુ મનોનૈષાનિક વિશેષજ્ઞ કરી રે માર્ગ પર જવાથી આ બધા દોષી રચિયું મળી શક્ય છે.

આ પુસ્તિકાળ આની સમજ આપવાનો તથા આ નકારાત્ક લાવમાંથી અધિક મનુષ્યની અની સુંદર અંશ તે અતિવાનો પ્રયાસ કરવામાં આવ્યો છે. અંતરિક આનંદ એ ઘણો જ ગર્હન અનુભવ છે અને તે આનંદ મેળવનાર અનુભૂતિ સમજ શરૂ કરી રહેલી અવાધિઓ પ્રેરિત કરી રહેલા કૃત્યાક વિભયો છે કે તે મનુષ્યને અંતરિક આનંદ અને સમજીય દૂર રહ્યે. ગીતાના જીવીકીમાં આ બુધી સુંદર રીતે અપીલું છે. દેવને અનીંદ્રા કરીનું જરૂરી છે કે વીતાનું અધ્યાત્મ દ્વારિયો, મન અને બુદ્ધિ એ બધાને જ સૂક્ષ્મભાગી સ્ફૂર્તિતર તરફ લઈ જાય છે. દેરેક મનુષ્યને અલાઝુલ્દ હોય તો પ્રથી આ શાનીના માર્ગ જવાનું અને માર્ગ શક્ય છે. ગીતામાં એના વિસ્તાર રહ્યા હતાથી, ફેન કે ધ્યાન, પ્રાર્થના, નામસરણ વેરેણી અનીંદ્રા વિશેની દેખણી દેખણી પણ આદ્યી છે. મીઠાના લોકોને ગીતા વિશેની દેખણી પણ આદ્યી છે. આંશે પુનઃ એ છે કે ગીતાનું ધ્યાન કરી રહે વધુ અને આ અંધમાં ક્રીબા થતા આનંદને કરી રીતે સહી શક્ય નથી? આ વિચારે જ મને આ લાભવા પ્રેર્ય છે. ગીતા એ કરત એક ઉપર્દેશ કે વાતાની વિષય નથી, એ જીવનનાં મલ્યે સમજાતવા માટે એ મૂલ્યે સમજાત્યા પદ્ધી એ મૂલ્યે માંથી આનંદ મેળવવા માટે છે. દેરેક મનુષ્ય પોતાની અંદર જઈ શરીર મેળવવાનો પ્રયત્ન મારકરે વિશેરસ્યુણતા. તેમજ તે પ્રસ્તિક કરવા માટેની ક્ષેત્રની મળ્યાં છે, તે બદલ કું તેમની અનીંદ્ર આલારી છે.

આ પુસ્તિકાળ આમુખ લાભવા માટે પૂર્ય સ્થાની શી અપરેક્ષાનંતરની. પણ, ઘણો આલારી છે. તેઓનું આ વિષય ઉપર ધ્યાન જ અધ્યાત્મન છે. તેમજ ગીતા અધ્યાત્મન તેઓ અનંક આશ્રમો સાથે સંકાયેલ છે. સમય કાઢી આ પુસ્તિકાળ આમુખ લાભવા માટે તેમની ઘણો જ આલારી છે.

તા. ૨૪-૮-૨૦૧૮

શ્રીમદ્ ભગવદ ગીતા : જીવન સૌરાષ્ટ્ર દ ૫

શ્રીમદ્ ભગવદ ગીતા : જીવન સૌરાષ્ટ્ર દ ૫

Every individual consciously or unconsciously would like to have peace and joy within oneself and always tries to go in that direction. This is the universal law which one follows with one's own self; knowingly or unknowingly. મનોનૈષાનિક વિશેષજ્ઞમાં ગવિત અનંદ રહેલો છે પ્રથી એને કરી રીતે મેળવવો? આ મનનો જાયાનું ગીતા જો બારાબર સમજાત્ય તો તેમાંથી મેળવની શક્ય છે. બીજ શાલ્દુરામનું નકરાત્મક રીતે (Negativity) કહીએનો તો, આ જીવનમાં એવાં પરિણામો છે કે જે મનુષ્યના વિતને દુઃખી કરે છે? આ અજાતાનું મનોનૈષાનિક વિશેષજ્ઞ ગીતામાંથી મળે છે.

પુરીક્ષિત વિવેકાયા

શ્રીમદ્ ભગવદ્ ગીતા — છ્યાત્રા સૌરાભ

પ્રથમ સમજ :

ભારત દેશમાં છજારો વર્ષ પહેલાં લાખાયેલાં પુરસ્કૃતી પણ આપણી અત્યર્કિતા સાથે, એતા નિરયમન સાથે, એના વિવિધ ઉકેલો સંદર્ભે પણ મનુષ્ય રહ્યાં છે. આ ગ્રંથાંના શ્રીમદ્ ભગવદ્ ગીતાનું અગ્રકાણાન છે. વેદાંત અને ઉપનિષાદાંનાં પુરસ્કૃતી અજળી આશ્રણે પણ હજાર વર્ષ પૂર્વે લાખાયેલ છે. તે બધા જ વેદાંત અને ઉપનિષાદાંનો સાર શ્રીમદ્ ભગવદ્ ગીતામણી મળે છે. આ કથાન કઈ રીતે સાચું છે તે જોવું હોય તો આપણા ઉપનિષાદ જીવા કુ દીશોપનિષાદ, કથોપનિષદ, મંડુક્યેપનિષદ વગેરે જ મુખ્ય કુલ અગ્રિયર ઉપનિષદે છે તેનો અર્થાત્ કરવો જોઈએ. પણ તેનો પૂરો અર્થાત્ ના કરતારાવ ઉપક્રિત પણ જો ગીતાનું અધ્યયન કરે, તો તેમાંથી તેને સર્વ ઉપનિષાદાંનો પારિથય મળેલે. આ આખાતની ચોભાવત દીશોપનિષદનાં પ્રથમ જ્યોલોક આપ એક બે જ્યોલોક ઉપરથી થઈ શકેશે. દીશોપનિષદનો પ્રથમ જ્યોલોક આપ મળેલે છે.

તેન ત્વચ્છેન ભૂજીથા મા ગૃધ: કાલાચ્છ જાત ।
તેન ત્વચ્છેન ભૂજીથા મા ગૃધ: કાલાચ્છ જાત ॥

(ચ્યાત્રાચર જગત જે કંઈ છે આ, દીશ્વર તેમાં ચ્યાપક છે;

દીશોપનિષદને આ પ્રથમ મંત્ર જ અધ્યાત્મિક અભ્યાસ માટે ઘણો જ ગઠન અને મહાન છે. આ શ્વોકનો ગુહારું એ છે કે આ જગતમાં સ્થાપન કે ચલ જે વસ્તુઓ છે તે સર્વ પદ પરમાત્માનો કાર્ય છે, માટે મનુષ્યે જગતમાં જે વસ્તુ જરૂરીયતાની છે, એ એના માટે નિર્મિત છે, તે જ આવું કર્યાની જોઈએ અને તે સ્થિતાની વસ્તુઓ એને તે સ્થિતાની માટ્યે જીવનનાં મણ્યો જાય.

ત્રાણ કરવાની અધ્યાત્મા એમાં આસ્ક્રિપ્ટ ચાખવાની આવશ્યકતા નથી, કારણ કે તેમાં બીજાનો છક્ક છે. આનો અથ એ થાય છે કે મનુષ્યે તેની પોતાની જગતમણી લેવાની વૃત્તિ રાખની જોઈએ અને જે વસ્તુઓ તેના માટે બ્રિજડરી છે તેમાં મનુષ્ય જીતાને આસ્ક્રિપ્ટ છેહા દેખી રેખી જોઈએ. પોતાની અસ્ક્રિપ્ટ પોતાવા બીજાની વસ્તુઓ આચારી લેવાની જરૂર પણ વૃત્તિ રાખવી જોઈએ નહિ. શ્રીમદ્ ભગવદ્ ગીતાના અથાયમાં ઉપનિષાદીમણી ધ્યાન આય્યું કરીએ અને ઉપનિષાદાં ઉપનિષાદ અભ્યાસ કરીએ છે. શ્રીમદ્ ભગવદ્ ગીતાનો વિગતાંનું તો શાનોનો લંડન મળી શકે તેમે છે. આખી ગીતાના તમામ અધ્યાયોનું મૂલ અને છે જો કોઈ વ્યક્તિનું આ સમજ શકે તો તે તેમાંથી ફક્ત ગીતાનો જ નહિ, પણ અખા જ ઉપનિષદો તેમજ ભારતીય સંસ્કૃતને પણ સમજ શકે છે.

ગીતાના અધ્યાયેનું વાંચન અથવા સમજ જૂદી-જૂદી ગુઢ્યો ઉપર પ્રથમ વિનાની નામસ્વરૂપ આપુસ્કા પવિત્રિષ્ટ-૧માં અપીલે છે. તેમાં ખાસ કરીને ઉપયોગી અથક અભ્યાસુને જાણવા માટે સાંખ્ય યોગ (અધ્યાય-૨), કર્મયોગ (અધ્યાય-૩), આપનસ્કેમ યોગ (અધ્યાય-૫-૬), શાનદિવાન યોગ (અધ્યાય-૭), [બલ્લુતિ યોગ (અધ્યાય-૧૧), બ્રહ્મકિત યોગ (અધ્યાય-૧૧-૧૨), પ્રેર્ણોપત્મ યોગ (અધ્યાય-૧૧-૧૩), શ્વાસત્રય વિલાવ યોગ (અધ્યાય-૧૧-૧૪), મોહસંસ્થાસે યોગ (અધ્યાય-૧૧-૧૮). આ ટેક અધ્યાયોનું નિયમિત અમજૂદુલી દર્શનિયાન જે કસોટીયાનો સેમનો કરવે ઠથયાએલું છે. માટે એ અધ્યાયોનું નિયમિત અમજૂદુલી દર્શનિયાન તો મનુષ્યને એની કંઈ દર્શન જે એમનો કરીને પડેલું છે. તેનો આસનો કંઈ રીતે કરવો તેનો સાંખ્ય યોગ આપે આવે. આ પ્રતેક અધ્યાયની સેમજ અને તેની અંદર રંધું ગુણ અનુભૂતિમિક ધોણ બનાવેનું સર્વાસ્ત્રાના જીવનનાં મણ્યો જાય.

શ્રીમદ્ ભગવાનું છટપાન તે જીવનું હશે તેવું સરળ નથી. આ છુદાનમાં અનેક ચાંદીણા ઉત્તરાંશ એવે છે અને તેમાંથી ઉલા થતા સેધણી મજૂબી અનુભૂતિ અને કંઈ અને સહન કરવાના આવે છે. તેથી જીવના સુખદુઃખના પ્રસ્તુતો-અન્તિ આહૃદાક કે અન્તિ દુઃખદુઃખનો કરવો અને એનાથી વિવિલિત ન થયું, તે ગીતાના જુદા-જુદા અધ્યાયમાં સમજવવામાં આવ્યું છે. આથી જ ગીતાપદકી મજૂબાને ઘણી રાહત અધ્યાય મનસિક શાંતિની અનુભવ થાય છે. ‘પ્રતેક વ્યક્તિ તેના જીવનમાં શાંતિ હશે છે અને તેને મેળવ્યા તે જીવે અજ્ઞાતો પ્રયાસ કરતો હોય છે. ગીતામાં દર્શાવેલ માગીથી શાંતિ સરળ હોય મળી શકે છે, તેમાં કોઈ શક્કાની નથી.

Every individual consciously or unconsciously tries to drive peace and joy within oneself and always tries to go in that direction. This is the universal law which one follows without one's own knowledge knowingly or unknowingly.

શ્રીમદ્ ભગવાન ગીતાના અદ્વિતીય અધ્યાયનો મુજબ અથી આ જ છે. આપણે આગામી જીવિદ્ધિનું કુલા જ અધ્યયોના ગર્ભન અચ્યાયનથી પ્રતેક મજૂબ દૃષ્ટિકિરત દિશામાં જઈ શકે તેમ છે. પ્રતેક અધ્યાયના વાચન સાથે તેનું અધ્યયન બહુ જ જરૂરી છે. તે નિયમિત હોય થાય તો વાચકના પ્રતેક વહેવારમાં એક જીતાની ઉપરા સમજ આવે છે. અથી આપણી હેઠળીના અવલોકનમાં જુદા જુદા અધ્યાયમાં રહેલા ગેણ જીવનનો વિચાર કરીને આગામી જીવનનો પ્રયાસ કરીશું. ગીતામાં મુખ્ય હે પાત્રમાં એક જીતાની અધ્યાયનો હેઠળ આવે છે. શ્રી અર્જુન. ભગવાન શ્રીકૃષ્ણની ઓળખ દરેક હિન્દુને હોય જ, પણ આ. ઓળખને વધારે સમજવાની જરૂર છે. શ્રીકૃષ્ણ એતા અર્જુનને બે બધા આપે છે અને અર્જુન એક ગંભીર અને અસ્તિત્વ સરળ શિષ્યની.

It is therefore to say that the explanation which is exposed in Shrimad Bhagwat Geeta is understanding or sensing the knowledge of unifying oneself with the universal consciousness which is pervading in whole universe.

જ્ઞાને આવી એકત્ર સધ્યાય છે ત્યારે વ્યક્તિ અંતરથી અનંદ અનુભવે છે. આ અનુભૂતિને સમજવાની હીત કે જીવનાની વ્યક્તિ પોતાની અંતરિક હેતાનાને સમગ્ર વિશ્વાની હેતાના સાથે જીવી શકે છે અથવા એની સાથે એકત્ર અનુભવી શકે છે તે વ્યક્તિ માટે આ અનુભૂતિ એના વિકાસનું પ્રમાણ છે.

શ્રીકૃષ્ણ અર્જુન સંચારાદ :
ગીતામાં પ્રથમ અધ્યાયમાં શરૂઆત અર્જુન વિભાડ યોગથી થાય છે. ગીતાના પ્રતેક અધ્યાયમાં અર્જુનની એણી એક જીજાસુધા વ્યક્તિની છે, કે જે અનેક સત્ત્વાલોમાં વૈરાગેલો છે અને તેમાંથી બહાર નીકળી છીન્નત્વીં આનંદ દેવા દર્શકું છે. આ વિરોધપાસમાંથી બહાર નીકળવાનું કેન્દ્ર માટે સરળ નથી. ભલે વ્યક્તિને પોતાનું જીવન આનંદમય લાગે છોતાં એના જીવતમાં એટલા બધા અહલકારીઓ વિનાની અનંદને કે જે જીવનના એનાંદને ધર્યાની વાર વિનારી નાખે છે.

८१२ रही शकतो होय. ‘सात्चिक, राजस्तिक, तामसिकना गुणोने
प्रवरश थिने देरेकने कम करवा पडे छ।’ (अथ्याप-३, श्लोक-५)
अहिं कमनो धर्मो ज सूक्ष्म अर्थ लीको छ. कम एटले कमत भाव्य कर्म
ज नहीं, परंतु तिव्यरो ए पाण एक कम ज छ. कमत भाव्य रीते क्षम
कर्तु ते ४ अर्थ नथी, परंतु दृढ़ कमनो विचार करवो अने ते प्राप्ति.
वर्तु ते पाण एक कम ज छ. आ स्थितिमां श्रीकृष्ण एने छ वनमा
दृढ़ परिस्थिति सामे स्थितग्रहाता केवी रीते चार्यवी तेनु शान आपे
छ. आ स्थितप्रस्तातानां लक्षणो अथ्याप-२, सांख्योग्रामं श्लोक-५४
श्लोक-७२ सुधामां वृष्णिवेद छ.

अर्जुन उचाच ।

स्थितप्रजस्य का भाषा समाधिस्थस्य केशव ।

स्थितधीः किं प्रभावेत किमसीत ब्रजेत किम् ॥

अर्जुन कह्यः : हे क्रेश ! परमात्मां खिल खिल अुद्दिवाणा
मनुष्यानां लक्षणो केवा छ ? वगी, स्थिर शुद्धिवाणी मनुष्य कहि रीते
बेसो छे अने कर्त रीते चाले छ ? अथवा तेनो वहेवार कहि रीतनो
छेय छ ?

श्रीभगवानुवाच

प्रजहाति यदा कामान् सर्वाचार्थं मनोगतान् ।

आत्मयेवात्मना तुष्टः स्थितप्रजस्तदोच्यते ॥ (५५)

श्रीभगवान् बोल्याः : हे पार्थ भनुष्य ज्याहे भननी कामनाओने
संपूर्णप्रेरण त्वज हे छ अने स्वयं पोतानामां ४ संतुष्ट रहे छ त्यारे
ते स्थितप्रक्ष थर्ज ज्यु छ.

दुःखेवनुद्विग्नमनःः सुखेषु विगतस्युः ।
वीतरागाभयक्रोधःः स्थितधीपुनिच्यते ॥ (५६)

गीतामां तो अर्जुनने युद्धभूमिं युद्धनी भथ्यमां उत्तेलो अतावेद
छ. ते अजरजरस भनोवाच्यामां अटवायेल छ अने जवनना आनंदिथ
ते विमुख छ. ऐ शुष्णे छे के आ परिस्थितिमांशी अहर निकृपयानो
भाव अले देखातो होय छतों पाण ते मार्ग उपर ज्या माटे अग्रवत्तर्क्षा
जे छिथे. अवी योक्तस प्रतीति तेना दिलमा छे अने भाटे ४ ते
लग्यान श्रीकृष्णों सहजो ले छ. ते तद्विद्विथ अनेक ज्ञातना
सेवालो कहे छे अने ए सवालोना ज्यवाल श्रीकृष्ण पाकेशी भेणे छे,
हात वाण तेनो बुरो कंतोषारक अतिरिक्त युवासों भण्ठो नथी अने
ऐ भूमवशमां अटवाया कहे छ. अनेक ज्ञातव प्र५नो अने सतावी
रह्या छे अने अर्जुन पोतानी जातने लायार अनुभवे छ. ए श्रीकृष्णने
शरणे ४७ पोतानी मंडूप्रवक्ष कहे छ, ‘हे अनेक ज्ञातनी ना कल्पी शक्य
एवी स्थितिमां भुक्तप्रेल छु अने हु अनेक ज्ञातनी ना कल्पी शक्य
सामनो कहु तेनो मार्ग भने समझज्ञो. एटले के अर्जुन पोतानी
संपूर्ण क्षाप्य स्थितिमां आवी ग्यो छे अने जवननां आगण थे
पुग्हुं भर्तु तेनी विमासङ्गमां पउयो छ. पोतानी भनोस्थिति श्रीकृष्णने
ते समझवे छ. श्रीकृष्ण गीतामां शान, समर्ज, निःस्वार्थता तथा
अनान्य वक्तित झेवा विषयोन्तु विलेखण कहे छ. मनुष्यानं कम्मी केवा
हीनां ज्ञेयमे के जेथी ए विपरीत परिस्थितिमां अहर निकृपी शर्त
ते श्रीकृष्णे अथ्याप-२मां विगते समझत्यु छे.

कर्मप्रयोगाधिकारस्ते मा फलेषु कदाचन ।

मा कर्मफलहेतुर्भुमा ते सगोऽस्त्वकर्मणि ॥ (४७)

‘हे अर्जुन तुं कमनो ४ (स्व-धर्म उपी पुढ) अधिकारी छ, फनो
अधिकारी अहनिश नहीं, अने कमकृपानी उद्यु पश, करीश नहीं
अनो कम नथी. कर्तु तेवो आप्राप पश रापीश नहीं.’

तेरे गमे तेटलां कुँभ लोय तो पूजा झेना भनामां उडेंग थां तो नथी।
अने गमे तेटलां सुख भ्रापत थाय तीय हरयापाठी नथी तथा झेना।
राए, भय अने कुँध नाश पाया छिते ज मनुच्य स्विर बुद्धिचानी
बने छे। अर्थात् इन्द्रियका कुहेवाय।

यः सर्वज्ञाणिस्मेहस्ततत्त्वाय शुभशुभम् ।

नाभिनंदित न द्वेष्टि तस्य प्रजा प्रतिष्ठिता ॥ (५७)

सर्वत् आकृतिरहित अनेल ते भग्नाय शुभ अने अशुभने
पुमाने न तो भ्रसन्न थाय छे न तो दुःखी; कारशु के तेमी बुद्धि स्थिर
अनी छे।

यदा संहरते चायं कूर्माङ्गनीव सर्वं ।

इन्द्रियाणीद्वारां चक्षस्य प्रजा प्रतिष्ठिता ॥ (५८)

जेम श्रावणी पोताना अंगने बधी बाजुखी अंडेली ले छे तेम
कम्पियांगी इन्द्रियोना विषयमांगी इन्द्रियोने संकेली ले छे अने आरे
जे तेनी बुद्धि स्थिर बने छे।

विषया विनिवर्तने निराहारस्य देहिनः ।

सर्वर्जं रसोऽयस्य परं दृष्ट्वा निवर्तते ॥ (५९)

इन्द्रियोना विषयोभांशी छूट्यारो मानवी विषयो तो त्यागे छे
पूज, तेनो विषयोभांशी २२ निवूता थां नथी, पूरमात्मानो अनुभव
के परमात्मानो दर्शनी ते स्थितप्रक्षेत्री ते वासनाभांशी पूज रेख
निवूता थां ज्यु छे। अर्थात् तेनी बुद्धि आं संसारमां आट थां नथी।

यततो हर्यपि कौतेय पूरुषस्य विप्रियतः ।

इन्द्रियाणि प्रमाणीनि हरन्ति प्रसर्वं मनः ॥ (६०)

हे कुन्ती,नंदन! इन्द्रियोना विषय सामे आवतां ज विद्यन् पुरुषान्
पूज लोगवेता, भोगवेता, संलग्नप्रेता। कारहुनी भन अने बुद्धिने वासना-

बुद्धिभरीथी पोतानी आजु आकर्षित करे छे।

तानि सर्वाणि संयस्य युक्त आसीत मत्यरः ।
वशो हि वस्येद्विद्याणि तस्य प्रजा प्रतिष्ठिता ॥ (६१)

कम्पियांगी स्मरत ईर्जियोने वश करी भावामां भग ज्ञेः झेना।
इन्द्रियो वशामां छे, तेनी ज बुद्धि स्थिर छे।

इयायतो विषयान्पुंसः संग्रन्तेषूपजायते ।
संग्रासंजायते कामः कामाळोधोऽभिजायते ॥ (६२)

विषयोनु विंतन करन्पारा भग्नाय संकेत बने छे अने अपा
आपाकृतिथी ज वासना। उत्पन्न थाय छे, ते न संतोषाता को॒५ उत्पन्न
थाय छे।

क्रोधाद्भवति सम्मोहः सम्मोहात्स्मृतिविघ्मः ।
स्मृतिभूंशाद् बृद्धिनाशो बृद्धिनाशात्प्राप्नयति ॥ (६३)

कोधी संमेहन थाय अथूपू भूट अनी स्मृतिभूट थूं ज्वाम
छे। स्मृतिभूट थां ज बुद्धि-विवेक नाश पामे छे। बुद्धि-विवेकने
नाश थां ज भग्नाय पतन पामे छे।

रागद्वेषविष्युक्तैस्तु विषयानिन्द्रियैश्चरन् ।
आत्मवश्यैविद्येचात्मा प्रसादमधिगच्छति ॥ (६४)

परंतु भने वशामां राजनार कर्मयोगी सापुक राजदेशी भुक्त
रेही पोताना वशामा राजेल ईन्जियो हारा विषयोनु सेवन कर्नाने पूज
अंतःकरणमां निर्भृताने प्राप्त करे छे।

प्रसादे सर्वदुःखाना हानिरस्योपजायते ।

प्रसन्नचेतसो हृशशु बुद्धिः पर्यवतिष्ठते ॥ (६५)

निर्भृताने करहुनी सापुकानी समस्ता हुँन नाश पामे छे। आपा
श्रीमद् भगवद् गीता : उत्तर संरेख दृ १३ —————— श्रीमद् भगवद् गीता : उत्तर संरेख दृ १४ ——————

शुद्ध विरचया आधारकी बुद्धि निःसंहेत्तु श्रीध परमामामां शिवर थर्द
आय छ.

नास्ति बृद्धिर्युक्तस्य न चायुक्तस्य भावना ।

न चाभावयतः शान्तिरशान्तस्य कुतुः सुखम् ॥ (६६)

जेन्म भन अने ईर्दित्यो अंयभित नथी तेवा भनुभ्यां भुद्धि स्थिर
थती नथी. आवा अस्थिर बुद्धिविणा भनुभ्यां निष्कामभाव अथीत
कर्तव्य परायुक्तानो अभाव लोय छ. निष्कम लावना अभावे तेना
भनने शांति भणती नथी, जेन्म चित अस्थिर लोय तेवा भनुभ्यने सुख
कर्तव्यी भगे ?

इन्द्रियाणां हि चरतां यस्मनोऽनुविधीयते ।

तदस्य हरति प्रजां वायुनाविवाधमसि ॥ (६७)

पोतपोताना विषयमां भटकती इन्द्रियमां जे भनने पोतानी
अनुगमी भनावे छ ते जेन्म वायु नौकर भेवी ज्येष्ठ तेभ तेनी
बुद्धिनु छरण कर्तु ज्येष्ठ छ.

तस्माद्यस्य महाबाहो निगृहीतानि सर्वशः ।

इन्द्रियाणीन्द्रियाश्चस्य प्रजा प्रतिष्ठिता ॥ (६८)

माटे हे महाभाष्ठो ! जे भनुभ्यने ईर्दित्यो तेना विषयो साथे सर्व
शीते वशमां छ तेना भुद्धि स्थिर थयेल छ.

या निशा सर्वभूतानां तस्यां जागर्ति संघर्मी ।

यस्यां जाग्रति भूतानि सा निशा पश्यते मुने: ॥ (६९)

सभरत ग्राहीओना भाटे जे रात्रि छ अथात् परमामाशी लेगो.
विषुभ छ तेमां संयमी भनुभ्यो झाँची ज्येष्ठ अने जे भाषीओ
जागेलो छ अने लेगो तथा संग्रहमां भून छ तेओ तरव जाषनार
मुनिनी दृष्टिमां रात्रि समाप्त छ.

आपूर्यमाणमचलप्रतिष्ठं सम्प्रसापः प्रविशन्ति यद्वत् ।

तदुत्तवलमा च प्रविशन्ति सर्वे स शान्तिमानांति न क्रमकर्मी ॥ (७०)

जेन्म सधाणी नदीओन्मुङ्ग ७८ आरे कोरथी परिपूर्ण समुद्रमां भगे
छ, इताए समुद्र पोतानी भनुभ्यां अय्यन् २६ तेभ संयमी पुद्धने
भोग-पदार्थो विकार उत्पन्न कर्तु विना अपोआप प्राप्त थाय छ.
ते ज भनुभ्य परम शांति पाभे छ. लेगोनी कामनावाणी परम शांति
पुगतो ज नथी.

विहाय कामाच्यः सर्वचुमांश्चरति निःपूर्वः ।

निर्ममो निरहंकारः स शान्तिमधिगच्छति ॥ (७१)

जे भनुभ्य समरत त्राप्तानो त्यागीते निःस्मृतस्य भगतामुक्त
बनीने अंकर त्यज ने वर्त छ ते ज शांतिने पामे छ.

एषा ब्राह्मी शिथिः पार्थ नैना प्राप्य विमुहाति ।

स्थित्वास्यामनकालेषणं ब्रह्मनिर्वाणमुच्छति ॥ (७२)

जे भूयान्दंन ! आ ज श्रावकी स्थिति छ. आ स्थितिने पामी गया.
बाट ते क्यादेय भोड भामतो नथी. जे अंकर त्यज नैना अली ख्यति
थर्ड ज्य तो निवाशी अकर्त्ती प्राप्ति थाय छ, अथीत अंतकली भोक्षणपौ
भ्रवपदने पामी ज्याय छ.

अने आ ज्ञितप्रवाना लक्षणमां एक भूम्य बाखत अमञ्जवी छ
के कर्मो आपाचरवां दरेक भनुभ्यना कर्षण छ. परंतु कर्मो कर्तव्यी भनुभ्यां
आपासक्ति पशु वध छ. नियसक्तिने छवनामां थ्यापित कर्वला ते घशु
अद्वरी वर्ष छ. भनुभ्य कोड पशु कर्ते त्यारे तेना कर्णनी के जिज्ञिन
अपेक्षामां गृह्णयामेलो रहे छ. तेने तेना कर्म करतां कर्म फूलां आपासक्ति
वधारे होय छ अने आ आपासक्ति कर्मदीर्घने प्रेरे छ. अली ख्यतिमां
कर्मकर्णनी आपासक्ति राज्या वगर कर्मनि कुशलताथी कर्वु ते वधारे

અન્ગરાસનું છે અને તેટલા માટે જ શ્રીકૃષ્ણે કહ્યું છે કે ખોએ ચોગ એ છે કે દિશામાં જાય છે. એટલે કે શરીર વિચાર કરી શકતું નથી. પરંતુ ભાગ કરવું. પરંતુ ફળની આસ્ક્રિપ્શન બચરાંનું નાલિ. ચોગ:કમસુ કોશલભું એટલે કે પૂરી કુરુપાથાશી ક્રમ કરવાં એ પણ એક ચોગ જ છે. આના ઘણા દાખલા આપી શકાય, પુણ અહીં એને વિસ્તારથી ટાકવા. જિનજર્ડની લાગે છે. જરૂરી એ છે કે આસ્ક્રિપ્શન વિના કર્મ કરીએં તો કુણ કર્મ કર્યું. શરીરથી અને આસ્ક્રિપ્શન વિનાના કર્મને શ્રીમદ્ ભગવાનું આત્મિંદ્ર ગણાયું છે. પણ જો કર્મ કરવામાં અભિન્ન, પરિણામમાં અથવા તે તિથિના ફળ મેળવવાના જ વિચારમાં આપાસ્કત રહે તો તે કામ ક્રોક રહેતું નથી. કરણ કે વ્યક્તિનું ઘાન અને ક્રીશ્મય કાર્યને બદલે એના પરિણામમાં નિહીત થાય છે.

અધ્યાત્મ ગીજામાં કર્મખોળની વાત છે. આ અધ્યાત્મમાં રોજિદ્ય કર્મનું આચરણ કેવી રીતે કરવું તો સ્ક્રિપ્ટમને* અનુદ્દિને કહેવામાં આવેલાછે. આ ઘાનના સંદર્ભમાં નીચેનો એક શ્વોક છે કે મહત્વાનો છે. (અધ્યાત્મ-૩, શલોક-૧૨)

ઇન્દ્રિયાણિ પારણાહૃત્ત્રિક્રિયા: પર બુદ્ધે: પરતત્તુ સ: || (૪૨) મનસસ્તુ પર બુદ્ધિદ્યો બુદ્ધે: પરતત્તુ સ: ||

ઇન્દ્રિયો સ્થળું શરીરથી પર શ્રેષ્ઠ, સભળ, વ્યપાક અને સ્ક્રમ કહેવાય છે. ઇન્દ્રિયો પર મન છે અને મનથી પર બુદ્ધિ છે. બુદ્ધિ પર છે તે આત્મા છે. આમાં જ્ઞાનાવેલ છે કે ઇન્દ્રિયો મન અને બુદ્ધિ એ જાણ કેવી રીતે જીવનમાં આવે છે. સ્થળમાંથી ચેતનામાં પ્રદાન કર્યું રહેતે થાય છે તે સ્થમજાલનું આવે છે. શરીરનું અસ્ત્રિયાં સ્થળું છે એટલે શરીરનાં અંગો સ્થળું. તે શરીરનું અંગું છે કે મન અને બુદ્ધિની સ્થળું થાય છે. શરીરનું એક એવું અંગું છે કે મન અને સ્ક્રમનું ઘાન ગ્રાતામાં બીજો અધ્યાત્મ સંખ્યાં હોય એવાં હોય છે કે શ્રોક પણ થાય છે. *

योग्य मार्गदर्शन आपे हैं। ऐसे तेरे मन करतों पक्ष वधारे सूक्ष्म कल्पवृच्छा हैं। आ सूक्ष्मताना अंतरप्रयोग समजुग्म भाटे आपणे हजु आगण विद्यार कर्हिएँ। परंतु आ ऐक सूक्ष्म तत्त्व है कि जे पछीने आगण तत्त्व पुरम् अथवा आत्म दशन है। आ श्वोक ऐटेली गहन है कि जे अना उपरथी ज अवल अवशे ते स्थूल शरीर ऐसा शरीरता भागी तरत्ते वधारे सूक्ष्म पांच धृतियों हैं कि जे शरीरने झुदी झुदी चीते दमनमं राखे धृतियों वसमां चापनार मन है। मन नित्योने काफ्यां चापवामां हैं। धृतियों भोटे लाग लज्जे हैं, पांच धृतियों मनथी काफ्यां रहे हैं अने मनारे मार्गदर्शन आपनार मेघा हैं। मेघार्थ उपर पक्ष वेतनाले के जे सर्वज्ञ हैं अने आजुबाजुं भ्रष्ट ए जाए हैं। It is consciousness which is fully aware of all the phenomena and hence highest Understanding of all the phenomena.

आ चीते अतिसूक्ष्मतामाथी, सूक्ष्म, सूक्ष्ममाथी अति सूक्ष्म अने तेराथी सूक्ष्मतम स्वरूपना भन अने बुद्धि बन्ते-ना दर्शने वेतना कहि शकाय, कि जे सूक्ष्मी परित्र है। Consciousness' is the purest of all creative existence ऐटेले कि अंतरिक्ष वेतना ए धर्षी ज स्वार्थिक अने आत्म वस्तुओथी। बिलकुल अस्तर नहीं पामनार अनुभूति है। आ अनुभूति सूक्ष्ममां सूक्ष्म है एनो अनुभव थाय अने अलावे एवे ते ज दृश्यवत्तनो भग्ने साक्षात्कार हैं। आ अति सूक्ष्म वेतनानो अपिविवर थवो तेनी अनुभूति थवी ए ज छवानुं लक्ष्य है, करण के आली अनुभूतिनी अंतरिक्ष समज थाय ते भ्रष्ट छवनारे एक अनंद है। ऐसे तो ज परमात्माने अति अनंदनुस्वरूप गुणवामां आइयु हैं। That is why it is said that God is pure joy. आ। अनंदनो केइ स्पशी शक्ति-नशी अने अनंद ए कर्णशी पर है। आ अनंदनी समज अंतिने अति उद्घामां जवाही ज थाय है। It is the impermeable self which is beyond all senses, mind and intellect. It is not affected by these gunas and

therefore pure self is full of joy. आ चीते पोतानी जातने बधायी मुक्त राखनी ए ज खड़ी साधना है अने आ साधनामां जवा भाटे अनंद किंक योगी पुरुषोंमे मार्ग दर्शविल है। ते देक्क भागी एक ज दिशामां लही जाय है।

अंतरिक्ष अनंद मैलवताना मार्गीनां श्रीमद् भगवद् गीता अपन साधनानो उद्देश्य अचाय-हमां करे हैं। पंतजलि योगशास्त्रमां अपन साधनानी केटेलीक प्रभु पद्धतिओ दर्शविल है। आमां भ्रष्टाना शरीरनी रखना अने रखना प्रभुष। आसन पद्धति तेर म ज ध्यान पद्धतिने आधारे अंतरिक्ष वेतनाने जगत् करवा माटे करोड़रुजुनां। अपेल वेतना माटनां केन्द्रो (कक्षी) दर्शविल है। (आनु चित्र आवाण पृ. 30 पौरीशास्त्र-१ उपर दर्शविल है।)

आ मुक्तज्ञ अंतरिक्ष वेतना शरीरना करोड़रुजुना अंते छिद्या, मुलाधार वेद्यकथी उद्धरणतिमे जाय है। आपनो गृह अर्थ ए, कि धृतिये, मन अने बुद्धि साथे आ अक्षोनी संबंध नशी। अंतरिक्ष वेतनाने उपरनां अन्य चक्री तरक्क लही जवानी पद्धति तरीके अपार्योगनी वात गीताना छठा अध्यायमां हैं। वेतना एतो सूक्ष्मां सूक्ष्म है अने तेनो तो मात्र अनुभव अथवा अनुभूति ज थक्क। तेनो संबंध शरीरनी अंदर रहेली लाङिगी अथवा तेना अनंदनां प्रवाह साथे ज है। परंतु शरीरनां जुदां जुदां स्थली अप वेतनानो अनुभव ध्यान पद्धतिथी थर्ड शक्ति है अने ते सभज्या ध्यान पद्धतिना। ज्ञानकार कोई योगी पुरुष पासे जर्नु परे।

Thus it is necessary to understand how the consciousness can be uplifted from lowest muladharchakra to the highest sahastra kamal chakra. आ प्रकारना शाननी विगत श्रीमद् भगवद् गीताना अध्याय छहा श्वेतक नंबर ११ थी १५मां दर्शविल है।

शुचो देशे प्रतिष्ठाप्य स्थिरमासनमात्मनः ।
नात्युच्छूतं नातिनीर्बं चेलाजिनक्षुशोतरम् ॥ (११)

तत्रकागं मनः कृत्वा यत्तिवेत्तिक्षयित्यः ।
उपविशथासने युज्जाइयोगमात्मविशुद्धये ॥ (१२)

पवित्र स्थले न तो असंत उम्हुं कु न तो असंत नीयुं पोतानुं
अपासन त्यापी तेना पूर बेस्तुं अने चिता तथा ईद्विद्योनि क्षियाओने
पश्मां चापीने मनने एडात्रि कर्तने अंतःकृतनी खुदि भटे चौपानो
अल्यास कर्वो औइअं.

समं कावशिरोगीवं धारयनचलं स्थिरः ।

सम्प्रेक्ष्य नासिकाग्रं स्वं दिशश्चनवतोक्तयन् ॥ (१३)

प्रशान्तात्मा विगतभीर्बहुचारित्रते स्थितः ।

मनः संयम्य मच्छत्ते युक्त आसीत मत्तरः ॥ (१४)

क्रिया, भाषुं अने गुणोने टहार वाली दिशाओने न ज्ञेतां मात
पोतानी. नासिकाना अन्त्रभाग ५२ दृष्टि स्थिर करी भेस्तुं. जेन्तुं
अंतःकृतया शातं अने जे भयतिति छि, तेम ४ झे श्रुतिवर्कत खाली
छि तेवा सावधान घ्यानयोगीमे भनने पूछु संयमां राजी भारामां
चिता परोवीने भेस्तुं.

युज्जन्ननेवं सदात्मानं योगी नियतमानसः ।

शान्तिं निर्विणपरमं मत्संस्थानमधिगच्छति ॥ (१५)

अ१० प्रभावी. भनने वशां चाभन्नार थोगी भनने अ१० प्रभावी
सदाय प्रभान्त्यामां परोवी चाभे तो ते भ२८ शांतित्रूप निवाशपूदने
पूर्णी जाय छि.

सधे साथे आ विषय भटे शरीरनी प॑ य केटलीक शिस्तनी बाजातो.

दुश्शविलछि. दा. त. आवा योगीमे शरीरना नियत्रया भटे कृत ज्ञानानो
आपात-विलार, वरे रायावुं जेइअं ते सर्व बाबतोनी अची गीताना.
छिं अचायामां छि. घ्यान पूछु सांख्यानो एक प्रकार छि. झे व्यक्ति
घ्यान पद्धतिथी पोतानी चेतनानुं शरीरमां उत्कृशेमन कर्ती श्रुत छि ते
शानाने पामे छि. गीतामां आनो उलेख छि, पूछ आ ज्ञानी साधना.
कृतवानी दीत उप्र ज्ञानोलं कृत उत्कृशुपु कालेशी समजवी ज्ञानी. छि.

शरीरनुं स्वारूप्य ज्ञानवावा भटे पुक्ता आहार, नियमित विलार,
शुष्क विचार ए भृत्यवाना छि. योरिक पक्षितां शरीरी राशी चेतनानो
स्वीपे संबंध छि. योग साधना. अने श्रीमद्भगवद्गीतामां दृश्विवेळ
मार्गो उपरनुं सतत अचयना तथा. अत्याहास ४३२ना छि. भगवान
श्रीकृष्ण अर्जुनने श्वान पक्षितानुं आचयरुप तथा स्थितग्रहताना लक्षणो
परेहि विषे समजाव्युं छि. अर्जुनाना भनामं प्रकृत थेलो के स्थितप्रकाशत
अने भनुम शांतिनी आणि कृ दीते कृही शकाय तेना ज्ञानामां
श्रीकृष्णे कृही छि.

मनुष्याणां सहत्वेषु कृश्चिद्यततिसङ्क्षये ।

यत्तामपिस्त्रिनां कृश्चिन्मां वेत्ति तत्त्वतः ॥ (३)

हज्जरो भृत्याक्षोभांशी कोट एक झ सिल्क के कल्पाशु. माटे प्रयत्न
करेहि. प्रयत्न करनारा ए सिल्क भुक्तोभांशी कोट एक झ मने थार्थुपै.
ज्ञाने. छि.

नियमित रीते योगनुं आचयरुप थट्ट शट्ट, पूछ, अज्ञरोभांशी भाजा.
एक झ व्यक्ति आपुं आचयरुप. करी श्रुत छि अने हज्जरोभांशी एक झ
व्यक्ति अवी ठेवे छि के जे अने जाणी श्रुत छि. आ लवीको अर्थ घाणो
झ गृह छि कारजा के नियमित योगिक ठियानुं आचयरुप, तेना माटेना.
आपात-विलार वरेहिनुं आचयरुप करवा भटे आ ज्ञानुं योगिक ज्ञान.
कृतवानासां एक झ व्यक्ति अवी. लोम छि के जे ते सिल्क

ਤੇ ਏਟਲੁੰ ਕਠੀਨ ਨਥੀ ਕੇ ਸੱਸਾਰਮਾਂ ਰਹੇਂਦੀ ਵਿਕਿਤ ਤੋਨੇ ਆਵਦੀ ਰਹ੍ਤੀ ਹੈ। Geeta indeed is a book of knowledge, is a book of big psychological observation of human behaviour and moral principles are best ordained in Geeta. Geeta provides wisdom in life and is therefore right kind of action that one should follow in life and therefore highest knowledge of life.

ਮਨੁਧਨ ਛਵਾਨਾਂ ਦੱਖਣ ਕਰਵਾਨੁੰ ਕੁਮ ਅਵੇਛੇ? ਮਨੁਧਨੇ ਭੀ ਜ਼ਿਆਦਾ ਪ੍ਰਿਯ ਇਥੀ ਕੇਮ ਅਵੇਛੇ? ਮਨੁਧਨੇ ਜ਼ਿਵਨਮਾਂ ਵਿਚ ਪਈਣ ਦੀਗਵਾਨੀ ਅਨੇ ਤੇਨੀ ਜੈ ਸਪੂਲਾ ਕਰਵਾਨੀ ਵੁਟਿ ਕੇਮ ਛੇ? ਅਨੇ ਏ ਅੰਕੱਤਿਅਨੀ ਤੋਨਾ ਛਵਾਨਾ ਉਪਰ ਕੇਤਲੀ ਕੇਮ ਅਨੁਭਵੇ ਛੇ? ਅਨੇ ਏ ਅੰਕੱਤਿਅਨੀ ਤੋਨਾ ਗੱਲੀਰ ਅਕਾਰੇ ਪ੍ਰੇ ਛੇ? ਗੀਤਾਨਾ ਜੁਦਾ ਜੁਦਾ ਅਥਧਿਓਮਾਂ ਸਮਝਾਵੇਲ ਧੋਗਨੁੰ ਆਖਰਾਂ ਨ ਥਾਵਿਥੀ ਮਨੁਧਨੇ ਅਥਾਂਤਿ ਅਨੇ ਅੰਕੱਤਿ ਅਨੁਭਵਾਂ ਪ੍ਰੇ ਛੇ ਅਨੇ ਤੇਨੀ ਤੱਤੁਤੱਤੀਨੇ ਨੁਕਸਾਨ ਕੇਂਛੇ. ਜੇ ਵਿਗਾਰ ਕੀਦੀ ਨੇ ਕੀਨੀ ਪ੍ਰਕਾਰੇ ਮਾਝਸਨੇ ਆਂਤਰਿਕ ਫੁੱਖ ਆਪੇ ਛੇ, ਐਮਾਂਥੀ ਕੁਝ ਹੀਤੇ ਬਾਚੁਨ੍ਹ ਤੋਨੀ ਜੁਆ ਏਕ ਧਾ ਬੀਜ ਹੀਤੇ ਸ਼੍ਰੀਮਦ ਭਗਵਾਨ ਗੀਤਾਮਾਂ, ਭਲ ਜੇ ਸੱਤਸੱਤ ਹੀਤੇ ਚੁਣੌਲਿ ਛੇ. ਪੱਤ੍ਰ ਮਾਨੀ ਤੇ ਸਮਝਗੇ ਨਾਥੀ ਅਨੇ ਸਮਝਵਾਨੋਂ ਪ੍ਰਥਮ ਪ੍ਰਥਮ ਕਰਤੇ ਨਾਥੀ. ਗੀਤਾ ਏ ਕੀਨੀ ਧਾਰਿਕ ਪੁਸ਼ਟਕ ਨਥੀ, ਏ ਤੋ ਮਨੁਧਨੇ ਅੰਦਰਨਾ ਵਿਚਾਰਨਾ ਪ੍ਰਵਾਹੀ ਅਨੇ ਆਤੀਧ ਦੀਪੀਤੀ ਮਾਨਸਿਕ ਵੁਤਿਅਨੋਂ ਕਾਖਮਾਂ ਰਾਖਵਾ ਤਥਾ ਤੇ ਮਾਟੇ ਧੋਉ ਮਾਨਦੇਸ਼ਨ ਆਪਨਾਂ ਪੁਸ਼ਟ ਛੇ. ਤੇਨੇ ਵਾਂਚਵਾ ਉਪਰਾਂ ਸਮਝਨੁੰ ਵਧਾਵੇ ਜੁਤੀ ਛੇ. ਆ ਪੁਸ਼ਟਕੀ ਅਗਿਚਾਤਾ ਪ੍ਰੇਤਕ ਵਿਕਿਤ ਸਮਝੇ ਤੇ ਜੇ ਆ ਪੁਸ਼ਟਕਾਨੋਂ ਪ੍ਰਾਹਸ਼ੇ ਛੇ. ਸ਼੍ਰੀਮਦ ਅਗਵੇਦ ਗੀਤੀ ਏ ਜ਼ਿਵਨ ਛਵਾਨਾਂ ਏਕ ਮਾਮੂਲ ਪ੍ਰਕਾਰ ਤਿਲੇਕ, ਸ਼੍ਰੀ ਵਿਨੋਭਾਲ ਆਵੇ, ਸ਼੍ਰੀ ਪਰਮਹੰਸ ਧੀਗਾਨਦੇਵ ਆਖਰੀ ਅਗਿਚਾਤਾ ਅਨੇਕ ਵਿਕਿਤਾਂ ਏ ਗੀਤਾਨੀ ਅੰਦਰ ਰਹੇਲੇਂ ਜ਼ਿਵਨ ਸੌਂਕਲੇਨ ਪਾਖਾਂ ਅਨੇ ਏ ਪ੍ਰਾਹਿਤੇ ਏ ਅਪ੍ਰਸ਼ੇ. ਅਲਗ ਦੀਤੇ ਦੁਖਾਵੇਲ ਛੇ. ਗੀਤਾ ਸਮਝਵਾਂ ਅੰਕੂ ਕਿਠਿਨ ਨਥੀ, ਪੱਤ੍ਰ ਆਖਰੀਤੁਮਾਂ ਕਿਠਿਨ ਛੇ. ਪੱਤ੍ਰ ਪਲਾਨ ਕਰਵੁੰ ਤੇ ਜੁ ਕਮੀਨੀ ਕੁਝਗਿਤਾ ਛੇ.

ਜੇ ਧੋਅ ਹੀਤੇ ਅਨੇ ਸੋਲ੍ਹ ਭੁਡਿਥੀ ਵਿਚਾਰ ਕਰੀ ਆਵੀ ਵਿਕਿਤਾਂ ਕੇਵੀ ਹੀਤੇ ਤੇਨ੍ਹ ਘਾਲੂਕ ਅਵਲੋਕਨ ਕਰੀਐ, ਤੋ ਤੇਮਾਂ ਜੁਝੇ ਏਟਲੁੰ ਮਾਨੇ ਜ਼ਿਵਨਮਾਂ ਆਵੀ ਵਿਕਿਤਾਂ ਕੇਵੀ ਹੀਤੇ ਅਨੇ ਮਾਟੇ ਜ਼ਿਵਨਨੀ ਆ ਮਾਨੀ ਕਹਿਆ ਛੇ. ਏਮਾਂ ਰੋਕਿਂਡਾ ਜ਼ਿਵਨਮਾਂ ਵੇਖੇ ਕੇ ਅਨੇ ਤੇ ਪ੍ਰਭਮ ਸ਼ਾਮਿਨੇ ਪਾਮੇ ਛੇ.

ਗੀਤਾਨਾ ਪਾਇਣਾਂ ਅਥਧਿਓਮਾਂ ਆਨੀ ਧੁਕੀ ਵਿਸ਼੍ਵਾਤ ਅਥੀ ਕਰਵਾਮਾਂ ਅਥਵੀ ਹੀਤੇ ਕਦੀਨੇ ਅਥਧਿਓਮਾਂ ਅਥਵਾ- ੧੨ (ਵਿਕਿਤ ਧੀਗ) ਅਥਧਾਤ- ੧੫ (ਪ੍ਰਕੁ਷ਿਅਤਮ ਧੀਗ) ਅਨੇ ਅਥਧਾਤ- ੧-੧ ਕੇ ਜੇਮਾਂ ਆਖੀ ਗੀਤਾਨੁੰ ਤਾਰੇਮਾਂ ਆਖੁੱਲੇ. ਗੀਤਾ ਸਮਝਵਾ ਮਾਟੇ ਗੀਤਾਨੁੰ ਨਿਧਿਮਿਤ ਅਥਧਾਤ ਅਖੁੱਲੀ ਛੇ. ਥੀਥੀ ਵਿਕਿਤ ਤੇਨ੍ਹ ਜ਼ਿਵਨਮਾਂ ਪਾਲਨ ਕਰਵਾਨੁੰ ਛੇ. ਪ੍ਰਮੇਕ ਅਥਧਾਤਮਾਂ ਜ਼ਿਵਨਾਂ ਵਿਖਿ ਪਾਸਾਂਨੇ ਉਲੈਅ ਛੇ. ਆਪਣਾ ਦੇਵਸਨਾ ਮਹਾਤਮਾ ਮਹਾਨ ਵਿਕਿਤਾਂ ਜੇਵਾ ਕੇ ਮਹਾਤਮਾ ਗਾਂਧੀ, ਸ਼੍ਰੀ ਪਾਲਾਂਗਾਖਰ ਤਿਲੇਕ, ਸ਼੍ਰੀ ਵਿਨੋਭਾਲ ਆਵੇ, ਸ਼੍ਰੀ ਪਰਮਹੰਸ ਧੀਗਾਨਦੇਵ ਅਥਵਾ ਅਨੇਕ ਵਿਕਿਤਾਂ ਏ ਗੀਤਾਨੀ ਅੰਦਰ ਰਹੇਲੇਂ ਜ਼ਿਵਨ ਸੌਂਕਲੇਨ ਪਾਖਾਂ ਅਨੇ ਏ ਪ੍ਰਾਹਿਤੇ ਏ ਅਪ੍ਰਸ਼ੇ. ਅਲਗ ਦੀਤੇ ਦੁਖਾਵੇਲ ਛੇ. ਆ ਉਪਰਾਂ ਬਿਨੀ ਅਨੇਕ ਵਿਕਿਤਾਂ ਏ ਗੀਤਾਨੀ ਅੰਦਰ ਰਹੇਲੇਂ ਜ਼ਿਵਨ ਗੀਤਾ ਸਮਝਵਾਂ ਅੰਕੂ ਕਿਠਿਨ ਨਥੀ, ਪੱਤ੍ਰ ਆਖਰੀਤੁਮਾਂ ਕਿਠਿਨ ਛੇ. ਪੱਤ੍ਰ

મનુષને પોતાની આંતરિક શાંતિ માટે યોગ અને ધ્યાનની પદ્ધતિ ગીતા શ્રદ્ધાવાદી છે. ધ્યાન (Meditation) એક એવી કળા છે જેનથી આપું પોતાની મનોવૃત્તિ સંચિતના માં લઈ શકે છે. છેવટે તો પ્રેરક મનુષ્યની પોતાના જીવનમાં વધુરિએં વધુરે શાંતિ મેળવવાની હુક્કા હોય છે. આ હેતુથી પ્રાયેક કર્મ સમજને યોગધાર રહેતે કરવાની શુદ્ધ રૂપ્યા દરેક ભૂષણમાં હોય તે જરૂરી છે.

૧. દરેક વ્યક્તિને શાંતિ તરફ જીવા માટે શું કરવું તે સમજવવાનો પ્રયત્ન છાડો અધ્યયનમાં કર્યો છે. આનન્દી પ્રક્રિયાને વારદે ઊગણથી સમજવાની જરૂર છે. આ ધ્યાનની પ્રક્રિયા ઉપર અનેક સિલ્ફ પુરુષોને પોતાના વિચારો. દર્શાવિલ છે અને તેમણી દેવકાં વ્યક્તિને પોતાને પરદ પડે તેવો માર્ગ આહુક કરવાની છે. આ સાથે એ પણ જીવનની જરૂર છે કે ધ્યાનની પ્રક્રિયા બંધુ જ વ્યવસ્થા એટલે કે બચાનર પ્રમાણસર અને પ્રદાયિતુંક થલી જોઈએ. આપની અંદર માનુષ્યમનો પ્રોગ પણ આવી જાય છે અને આ ધ્યાન પોથે વ્યક્તિના માર્ગદર્શન હેઠળ થબું જોઈએ. આ પદ્ધતિમાં વ્યક્તિ પોતાની Consciousness (ચેતના) કે જેને આપણે કહીએ છીએ તે ચેતનાને વ્યખ્યાતિમાં કરી શકો લઈ જઈ શકે તે બાતાથું છે. આપણા શરીરમાં આવેલા સાત સ્પષ્ટનાલ એકો પંતંજલિ યોગમાં દર્શાવિલ છે. આ ચેકોની અંદર શરીરની અંદર રહેલા ચેતનાને કર્દી હોય ધીરે આવણ લઈ જઈ શકત્ય છે તેનું માંગદર્શન છે. પંતંજલિ યોગશાસ્ન મુજબ શરીરની અંદર રહેલી ચેતના વ્યખ્યાતિ પામી શકે છે અને આ જ્ઞાનિમાં યોગ ધ્યાન કરનાર પ્રયોગ વ્યક્તિ જોટલા ઊંઘણમાં જઈ શકે તેટલી તેને શરીર મળે છે. આંતરિક શાંતિને વિશ્વ ગતિ તરફ લઈ જાનાર જે પ્રવાહો છે તે મધ્યાલો ગીતામાં દર્શાવિલ છે અને તેમાં અનાસકત છેતન ધ્યાન જરૂરી છે. નિયમિત રહેતો ધ્યાનનો અન્યાસ કરવાથી આ અલ્યાસ કરનારને જરૂરી આંતરિક શાંતિ મળે છે તેવું પ્રસ્તુત વ્યક્તિ કે જેણે આંતું આધ્યાત્મિક જરૂર હોય તેની પાસેથી જીડાયા મળે છે.

આધ્યાય ધ્યાનો કે જે પુરુષોત્તમ યોગ તરફથી એવું ધાર્યા છે તેના શ્લોક ૫ અને દાનું અધ્યયન ને સમજ જરૂરી છે જે નિચે મુજબ શ્લોક ૫ થી ૬ ટકાવમાં આવ્યો છે.

નિર્માનમોહા જિતસઙ્ગદેષા અધ્યાત્મનિયા વિનિવૃત્તકામા ।
દવન્દ્વાર્થીવિનુકા સુદ્ધદઃખસંજ્ઞયુદ્ધા: પદમબ્યં તત્ ॥૧૫॥

ન તર્દાસયે સૂર્યો ન શશાઙ્કો ન પાવક ।

ચદ્રગલ્તા ન નિવર્તને તર્દાસ પરમં સમ ॥૧॥

જે માન અને મોહમાંથી મુક્ત થઈ ગયા છે, જેમણે આસ્ક્રિતમાંથી થનારા દોષોને છતી લીધા છે, આ નિષ્ઠા-નિરંતર પરમાત્માનું જીવનમેદ્યા છે. જેથણી દુષ્કાળાંથી રહિત થઈ ગયા છે, લે સુભ-કુદુર નામવાળા દુષ્કાળાંથી મુક્ત થઈ ગયા છે એવા ઉચ્ચ કોટિવાળા મૌહરિલિત સાધક બક્ત એ અવિનાશી પરમપદ અધ્યાત્મ અંતરની શરીરિત કે જેને પરમાત્મા સ્વરૂપું કર્લી છે તેને પારે છે એ પરમધારને સૂર્યં, ચંદ્ર કે અનિ પ્રકાશિત કરી શકતા નથી અને જ્યાથી જવ કરી આપા સંસારમાં આવતો નથી એ જ માટે પરમ ધ્યામ છે. (શ્લોક ૫, ૬)

ઉપર જ્ઞાનેલ શ્લોકે ઉપરથી શ્રદ્ધા કે આસ્ક્રિતિલિ અપા પદ્ધતિ અને તે પદ્ધતિમાં કર્ન જાતની શાંતિ મળે છે. ધ્યાનમાં ઘેતનાની છે ઉભયગતિ થાય છે તે શાંતિનો અનુભૂત કરવોવે છે. આનો અપ્રભાવ રેણુ સિધેમિત આપા કરવાથી થાય છે અને આ જ ગીતાનું ખરો આનાંદ છે. ગીતાના અધ્યયનની મનુષ્ય પોતાને એ કક્ષાએ લઈ જઈ શકે છે કે જેનાથી દુન્યાની વસ્તુઓની આકર્ષણો તેને અધી શકતાનીથી. ગીતાનું આસ્ક્રિત રહિત છેતન અને તેમાં રહેલો સ્વિટાત્મકતાનો અપાનંદ, છઠા અધ્યાત્મમાં બાતાલે થાન પ્રકૃતિ તથા સાધક કઈ રીતે ઘેતનાનું ઉભયગમન કરી શકે છે તેનું વધુનાંછે. આમાંથી કેટલું અધિક, કરી શકત્ય તે દરેક વ્યક્તિના સ્વભાવ એને ચિંતન ઉપર આધારિત

સોસાયટી અથવા અમેરિકામાં આવેલ �Self Realisation Foundation(SRF)-ને સંપર્ક સાધવો. આ સેસથાનનો સરનામા પણ પરિશીળમાં જાળવેલ છે.

અથવાય ૧૫માં શ્રીકૃષ્ણ કહે છે કે મેં તને આ અતિ ગુંડ શાન આપ્યું છે. આ શાન એવું છે કે જેને જીવીને સાધક કૃતકૃત્ય થાય છે અને અંતરનો આનંદ અનુભવી શકે છે.

દેખાન શાસ્ત્રમાં શાસ્ત્રમાદમુક્તં મચાનદિ ।

એતદબુદ્ધા બૃદ્ધમાલ્યાત્કૃતશ્વ ભારત ॥ (૨૦)

ભગવાન શ્રીકૃષ્ણ કહે છે કે ઉપર મુજબ અંતેત યુદ્ધ શાસ્ત્ર મેં તન (અજ્ઞન) કહું છે અને તે જીશુવાથી મનુષ્ય બુદ્ધિમાન અને કૃતકૃત્ય થાય છે.

ઉપર જે સ્થિતિ વૃણુલી છે તે કદમ્બ અકલ્પનિય છે. આજનના વિજાનને ઘનનમાં ચાયીએ તો આપણું વિજન કે લેખ્માં સ્ફૂર્ત, ગંડ, તારા, પરંતે છે તે એક જ વિશ્વ નથી, પરંતુ લાલના વિજાનના સંશોધન પ્રમાણે આવી અસંખ્ય વિશ્વ ગેલેક્સી અસ્તિત્વમાં છે. શાન યોગ પ્રમાણે ખરો સિદ્ધપુરુષ આ બધાં જ વિશ્વી એની ઘાનમુદ્રા સ્થિતિમાં. જેણ શકે છે એટદું જ નહિ, પરંતુ તે એનાથી ઘણું આપાંડ પામે છે. આ સ્થિતિ કે જેને ગીતામાં શ્રાહીની સ્થિતિ ગણાવી છે તે સ્થિતિમાં એક ઘેરીક ક્ષણ માટે પ્રશ્ન સાધક કરી શકે અથવા તેનો માત્ર સ્પર્શ કરી. શકે તો તે અકલ્પનિય આનંદની સ્થિતિમાં પહોંચી. શકે નથી :

ઢી. એટદું કહી શકાય કે ગીતાના અથવાન અને આ પ્રકરણના આધ્યાત્મિક એવા આનંદ માર્ગ ઉપર જઈ શકે છે જેને દુનિયાની વરસુ બધુ અસર કરતી નથી.

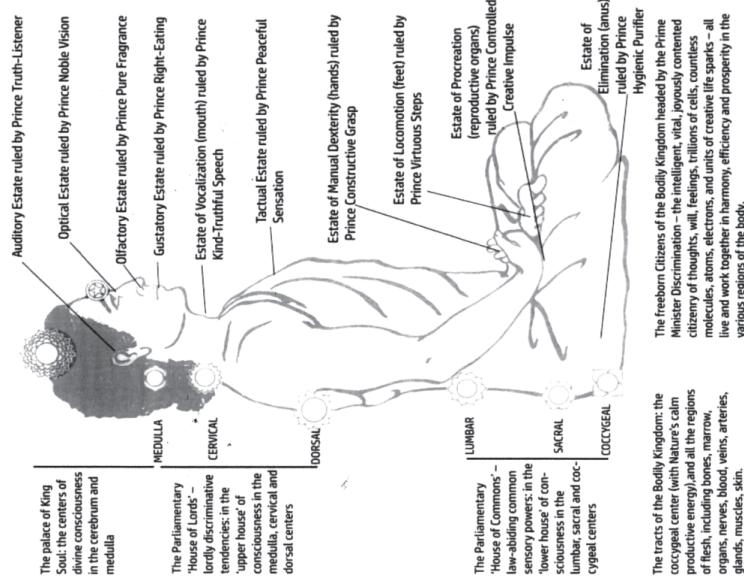
દેખાન પોતાને આ વિષે જે થોડી સમજ છે તે સમજ માટે શ્રી પરમહંસસાગરનાંદળામે દર્શાવિલ થાન પદ્ધતિ સારી અને લાભદાર્યક દ્વારાય છે. આ પદ્ધતિ માટે જરૂરી સમજ તેમના શ્રીમદ્ ભગવદ્ ગીતાનાં બે પુરસ્કો 'God Talks With Arjuna- The Bhagwati Geeta Royal Science of God' - 'Realization and The Immortal Dialogues Between Soul and Spirit' આ પુરસ્કોન્માં આપેલ છે. આ થાન પદ્ધતિ ગીતામાં જીજાએલે યોગ પદ્ધતિ અને પ્રતાંત્રિ પેંગુસ્ટ્ર પર આપારિત છે. આ પદ્ધતિમાં સ્પાઈનલ (spinal centre) અથવા કરેડરજલ્ફ્ટ્માં રહેલા વિવિધ શાનમાં કે જ્યાં ખ્યાન દરમિયાન ચેતના અથવા Consciousness (કોન્સિન્સન્સેન્સ) વિદ્યાંગતિ પામે છે. આ સ્પાઈનલ સેટ્ટર્સની સાંચળ પાંટલિ યોગશાલે પ્રમાણે આપેલ છે કે જે પ્રમાણો કોન્સિન્સન્સ (ચેતના) નીચેથી ઉપરની તરફ ઉદ્ઘગતિ પામે છે. આ સોટેસ્ટનાં ચૌંઠિક એકો નીચે મુજબ છે :

૧. મુલાધાર, ૨. સ્વાધિજાન ચક્ક, ૩. મહિપુર ચક્ક, ૪. અનાહત ચક્ક, ૫. વિશ્િષ્ટ ચક્ક, ૬. Medulla, ૭. આશ્રા ચક્ક, ૮. સહાખ્યકુમલ ચક્ક (Thousand pettles lotus) (અની આકૃતિ સંબેદી સમજ પરિશીળ-૧ ઉપર આપેલ છે). આ સર્વ હક્કીકત પરમહંસ યોગાનંદજના કિયા યોગ (ઉપર આધ્યાત્મિક ઉપર આધ્યાત્મિક વિગત અની આપી નથી. કરારણ કે પરમહંસ યોગાનંદજ માને છે કે આની વધારે વિગત અને સમજ આં વિષાળ ઉપર જેઓએ થીએ. અન્યાસ ક્રોદ્ધ હીએ તેવી વ્યક્તિ જ આપી શકે. આ માર્ગમાં જેને વધુ રક્ષે તેને આ વિષયમાં બિલાર્ડમાં આવે યોગદા સંસ્કરણ થાન યોગ એ નીરવ શાંતિ તરફ લઈ જતો મળે છે. એતાં

આટાંદું કદમ્બ પદ્ધી એટદું જરૂરી સમજથી કે મદ્દાચ શરીરની એવું સાધન છે કે જો એને યોગ માર્ગદર્શન મળે તો તેને અકલ્પનિય શાંતિ મળી. શકે છે તે નિવિદાદ છે. માટે શ્રીમદ્ ભગવદ્ ગીતામાં વાણિજે શાન યોગ એ નીરવ શાંતિ તરફ લઈ જતો મળે છે. એતાં

Bodily Kingdom as Ruled by King Soul

The Estates of the Ten Sense Princes; the five organs of knowledge and five organs of action with their princely powers.



આધ્યાત્મન અને જીવનમાં એનું આચારણ મનુષને ઘડ્યું જ શાંતિમય પરિસ્થિતિમાં ઉલ્લંઘન કરવામાં સહાયરૂપ છે. આવી શ્વિતેને ક્રિયાત્મક નીચેના શરીરોમાં વર્ણવી છે :

હારિનો મારગ છે શૂરાનો, નહિ કાયરનું કામ જોને;
પરથમ પણ્ઠું ભરતક મૂકી, વળતા લેવું નામ જોને.
શ્રુત વિતા દરા શીશ સેમરપે, તે પામે રસ પીવા જોને;
ક્ષેત્ર મધ્ય મોતી લેવા, માંહી પુરા મરજાલા જોને.
મરજું આંગણે, તે ભરે મૂકી, દિલની દુંધા, વાંગે જોને;
તીરે ઊંફે તમારો, તે કોઈ નવ પામે જોને.
પ્રેમખ પાવનની જવાણા, લાળી પાણા ભાગે જોને;
માંહી પુરા તે ભહાસ્પુન માણે, દેખનાહારા દાઢે જોને.
માથા ચાટે મંધી વરસુ, સાંપડવી નહિ સહેલ જોને;
મહાપુર પુઅયા તે મરજીવા, મૂકી મનનો મેલ જોને.
રામ-અમલમાં રાતમાતા પૂરા પ્રેમી પરબે જોને;
ગ્રિતમના રસામની લીલા, તે રજનિ-દન નરબે જોને.

ઉપર પ્રમાણે કવિતામાં કથે પ્રીતમે ખરેખર જ શાહી શિનિનું
વર્ણન કર્યું છે કે તેમાં પડે તેનો અનંદ અંવે છે. પણ આવી,
શિસ્ટિને પહોંચવાને થ્રાન માર્ગ એ એક જ નથી, પરંતુ અન્ય માર્ગથી
પણ શાંતિની શિસ્ટિ સાધક પામી શક છે. એમાં ગ્રાથના, નામર્સમરણા,
(Recitation) વગેરે, અનેક માર્ગો છે પણ સૌથી શ્રોક માર્ગ એ
શાંતમાર્ગ છે, જેમાં સાધક ધરા તુપણમાં જઈ પરમ શાંતિનો લાભ
વાઈ શકે છે.



Brother Anandamoy on Kriya Yog

Practice Kriya Yoga Faithfully Every day - It Takes Time To Build Up The Magnet In The Spine

Those who keep on practicing (Kriya) with faith in the words of the Master, will eventually find that the accumulated effort has paid off - the inner spiritual magnet has become strong. You know, the more current flowing through a magnet, the stronger it is and the more it can attract - this is scientific. With continued practice of Kriya, more and more energy is withdrawn from the external perceptions, taking the consciousness inward toward the perception of God. Keep on, and someday you shall experience a "breakthrough" in your spiritual perceptions. In time, a person who has been practicing Kriya long and devotedly begins to go ahead very fast spiritually, like a shooting star. Others may notice a subtle change in him that is very attractive. There is nothing mysterious about it. That devotee simply kept on practicing Kriya regularly, faithfully, every day; he did the work, and this is the natural result of it.

The inner awakening is more blissful, more deeply satisfying, than any of the experiences that the senses of the mind or the ordinary human emotions can give. When you have this, you will know that Kriya Yoga works. But it is a gradual process; it takes time to build up that magnet in the spine.

The Master said : "Whenever I felt God was gone, as soon as I practiced Kriya Yoga He was with me right then and there." And that is what each of us will find. Of course, there are different degrees of that inner awareness. But once that magnet is established in the spine, the moment you practice Kriya, the energy and consciousness are pulled inside, giving the perception of God. Then He is no longer just a myth or a belief; you realize His reality directly.

यो माम पश्यति सर्वं च मयि पश्यति ।
तस्माहं न प्रणश्यामि स च मे न प्रणश्यति ॥ श्लोक ३०

जे भक्त सौन मार्यां जुओ छे अने भारामां ऐने जुओ छे,
तेमने माटे हुं कहीय अद्रश्य रहेतो नथी अने तेअो भारा माटे अद्रश्य
रहेतो नथी.

"To him, who sees Me in every self and sees every self in Me, I am not lost to him and he is not lost to Me."

असंशयं महाबाहो मनो दर्शिग्हं चलम् ।
अस्यासेन तु कोतेय क्वेराग्यणं च गृहते ॥ (३५)

असंशयात्मना योगो दुष्प्राप इति मे मतिः ।

वश्यात्मना तु यतता शब्दोऽवाप्तुमुपायतः ॥ (३६)

श्रीभगवान् बोल्या : हे महाभाई ! आ मन धृष्णु चंचण छे
अने तेनो निश्चल पश्च धृष्णु कठश छे. ताहुं आम कहेतुं जिल्कुल आस्यु
छे. पश्च हे कुटीनदन ! अत्यस्त अने वेराज्य वडे तेनो निश्चल कर्तु
शक्षय छे.

Lord Krishna said : O mighty-armed son of Kunti, what you say is correct; the mind is indeed very difficult to restrain. But by practice and detachment, it can be controlled.

ज्ञेयनु भन पैरेपुक्त वशमा नथी, तेमने योगनी भागित अधरी
छे, पश्च साधनपूर्वक प्रथन करेन्तारा तथा चश करेला भनवाणा साधकने
योगनी ग्राहित थर्द शक्त छे एवेनु भाग्नु छे.

Yog is difficult to attain for one whose mind is unbridled. However, those who have learnt to control the mind, and who strive earnestly by the proper means, can attain perfection in Yog. This is my opinion.

ANNEXURE-2

Yogoda Satsanga Society of India Paramahansa Yogananda Path, Ranchi, Pin Code (834001) Jharkhand	SELF-realization fellowship 3880 San Rafael Avenue Los Angeles, CA 90065-3219 USA
---	--