॥ શ્રી હરિ ॥
વસુદેવસુતં દેવં કંસચાણૂરમર્દનમ્.
દેવકીપરમાનન્દં કૃષ્ણં વંદે જગદ્‌ગુરુમ્.

॥ गीता पढ़ें, पढ़ायें, जीवन में लायें ॥

II શ્રીમદ્‌ભગવદ્ગીતા વિવેચન સારાંશ ||

પ્રકરણ 2: સાંખ્ય યોગ

3/6 (શ્લોક 25-32), શનિવાર, 25 નવેમ્બર 2023

વિવેચન: ગીતા વિશારદ ડો. શ્રી સંજય માલપાણી જી

યુ ટ્યુબ લિંક: https://youtu.be/vOKxlNrdxrQ

આત્મા કેવો છે?

દીપ પ્રજ્વલન, શ્રી ગુરુના ચરણોમાં વંદન તથા પ્રભુ શ્રીકૃષ્ણની આરાધના થી વિવેચનની શરૂઆત થઇ.

આજે કર્મયોગ નહીં પણ સાંખ્ય યોગ આપણે સમજવાના છે પણ તે પહેલા આપણે ગુરુ મહારાજને વંદન કરીએ . ગુરુ બ્રહ્મા ગુરુ વિષ્ણુ ગુરુ દેવો મહેશ્વર ગુરૂ સાક્ષાત પરબ્રહ્મ તસ્મય શ્રી ગુરુવે નમઃ ॥

આપણે પાછલા બે અઠવાડિયા થી સાંખ્યયોગ નું ચિંતન કરી રહ્યા છીએ 24 માં શ્લોક સુધીનું વિવેચન આપણે જોયું, હવે 25 મા શ્લોકથી આપણે આગળ જોઇએ. પરંતુ 24 મો અને 25 મો એ બે શ્લોક ને સાથે જોડીને સમજવાની જરૂર છે આ અધ્યાયની શરૂઆતમાં અર્જુનનો વિષાદ એકવાર ફરી પ્રગટ થયો અને ભગવાન એના વિષાદનું નિરાકરણ કરવા માટે આ બધા શ્લોકો કહે છે . અર્જુન કહે છે કે હું મારા ગુરુ અને મારા દાદા ભીષ્મ પિતાને કેવી રીતે મારું? એવા પ્રશ્ન પર ભગવાન કૃષ્ણ એના પર ગુસ્સે થાય છે અને આ બધા શ્લોકો કહી એને સમજાવે છે. હું સમજી નથી શકતો કે મારે શું કરવું જોઈએ? મારા માટે શું શ્રેયકર છે? શું યોગ્ય છે? તે મને સમજાવો.

शिष्यस्तेऽहं शाधि मां त्वां प्रपन्नम।

અર્જુન શિષ્ય બનીને શરણાગતિ સ્વીકારે છે અને ભગવાનને કહે છે કે મારા માટે શું યોગ્ય છે? શું શ્રેય કરે છે તે મને સમજાવો ત્યારે ભગવાન એને આ બધા શ્લોકો દ્વારા એનું શું કર્મ છે તે સમજાવે છે. આ બધા પ્રશ્નોથી ગીતાની શરૂઆત થઈ અને ભગવાન એના મોહ ને દૂર કરવા માટે સમજાવે છે. ભગવાન કહે છે કે શરીર અનિત્ય છે અને આત્મા સદા નિત્ય છે.i ભગવાને આ વાતને ખૂબ વિસ્તારથી સમજાવી છે 24 માં શ્લોકમાં આપણે જોયું હતું કે,

अच्छेद्योऽयमदाह्योऽयम्, अक्लेद्योऽशोष्य एव च।
नित्यः(स्) सर्वगतः(स्) स्थाणुः(र्), अचलोऽयं(म्) सनातनः।।

આ શ્લોકની આપણે આગળ ચર્ચા કરી ગયા છે પણ 25 માં શ્લોક સાથે એનું અનુસંધાન છે તેથી ફરીથી આપણે એને સમજવાનો પ્રયત્ન કરીએ. ભગવાને અર્જુનને આત્મા વિશે ઘણી બધી વાતો કહી છે પણ ફરીથી ભગવાન એને બીજા શબ્દોમાં સમજાવે છે. કોઈ શ્રેષ્ઠ વ્યક્તિ, કોઈ મહાન વ્યક્તિ કોઈ વાતને ફરીથી સમજાવવાનો પ્રયત્ન કરે છે તો આપણે સમજવું જોઈએ કે એ વાત કેટલી મહત્વની છે. સમજવા યોગ્ય છે. આપણે સમજવી જોઈએ.

ભગવાન 24 મા શ્લોકમાં અર્જુનને આત્મા વિશેના કેટલાક વિશેષણો કહે છે કે આત્મા કેવો છે? તો કે એને બાળી શકાતો, નથી સુકવી શકાતો નથી, તે ચીરસ્થાયી છે, સર્વત્ર વિધામાં છે, અવિકારી છે, સ્થિર છે તથા તે સદા એક સમાન રહેનારો છે. હવે ભગવાન 25 માં શ્લોકમાં કહે છે કે...

2.25

અવ્યક્તોઽયમચિન્ત્યોઽયમ્, અવિકાર્યોઽયમુચ્યતે।
તસ્માદેવં(વ્ઁ) વિદિત્વૈનં(ન્), નાનુશોચિતુમર્હસિ॥૨.૨૫॥

આ આત્મા અવ્યક્ત, અચિંત્ય અને વિકારરહિત કહેવાય છે; તેથી હે અર્જુન! આ આત્માને આ પ્રમાણે જાણીને તું શોક કરવાને યોગ્ય નથી એટલે કે તારે શોક કરવો ઉચિત નથી.

ભગવાન 25 માં શ્લોકમાં કહે છે કે એ સુવિદિત છે કે આ આત્મા અદ્રશ્ય, અચિંત્ય તથા અપરિવર્તનશીલ છે. આવું જાણ્યા પછી તારે શરીર માટે શોક કરવાનો ન હોય. આત્મા દેખાતો પણ નથી. ચિંતન કરવાનો વિષય પણ નથી. એ અપરિવર્તનશીલ છે એને બદલી પણ શકાતો નથી એટલે તો આપણા બધા શાસ્ત્ર ત્યાં સુધી પહોંચવાનો માર્ગ બતાવે છે. પહોંચ્યા પછી શું છે? તેનો આકાર કેવો છે? તેનું સ્વરૂપ કેવું છે? તે બતાવી શકતા નથી. એટલે એનું ચિંતન કરે તો કેવી રીતે કરે? માટે એનો માત્ર અનુભવ કરી શકાય છે. ચિંતન આપણે એનું કરવાનું છે કે આપણો આત્મા કેવા પ્રકારનો છે? પ્રકૃતિ જડ છે એ ત્યાં સુધી
આત્માએ પ્રત્યક્ષ નથી દેખાતી કારણકે એ પ્રકૃતિ જન્ય છે. જ્યાં પ્રકૃતિ છે ત્યાં વિકૃતિ છે, આપણે એ વાતને પણ સમજવી પડશે. આપણું શરીર એ પ્રકૃતિ અને પરમાત્માના નાનકડા અંશના સુમેળથી બનેલું છે. આપણા શરીરમાં આત્માનો જે અંશ છે એ પરમાત્માએ આપેલો છે. બાકી બધી બાબત મન, શરીર ,બુધ્ધિ, સ્વભાવ એ પ્રકૃતિનો અંશ છે. પ્રકૃતિ ત્રિગુણાત્મક છે એ સત્ત્વ, રજ અને તમો એ ત્રણ ગુણની બનેલી છે. આ ત્રણ ગુણોનો થોડો થોડો અંશ લઇને આપણે જન્મ લઇએ છીએ. એટલે જો પ્રકૃતિનો સાથ નહીં હોય તો આપણું અસ્તિત્વ નહીં હોય. માં છે તો બાળક છે નહીં તો એકલા પિતા શું કરી લેવાના હતા. મા ને કારણ બાળકનો જન્મ થાય છે તેવી રીતે પ્રકૃતિમાંથી આ સમગ્ર સંસારનો જન્મ થયો છે.પ્રકૃતિ જડ છે એ ત્યાં સુધી ચેતન નથી થતી જ્યાં સુધી એમાં પ્રભુનો અંશ નથી આવતો. પ્રકૃતિને ચેતન કરવાનું કાર્ય ભગવાનનો નાનકડો અંશ આત્મા કરે છે. જે ક્ષણ આ શરીરમાંથી આત્મા જતો રહેશે તે જ ક્ષણે આ શરીર પણ જડ થઇ જશે. આ શરીર નિરર્થક થઈ જશે અને બે દિવસમાં જ એ દુર્ગંધ મારવા લાગશે. તેથી મૃત્યુ બાદ તરત જ એને પ્રકૃતિને આધીન કરવું પડે છે. સામાન્ય માણસના શરીરને સળગાવવામાં આવે છે અથવા તો જમીનમાં ડાટવામાં આવે છે. પરંતુ સંન્યાસીના શરીરને ગંગાજીમાં વહાવી દેવામાં આવે છે. આ રીતે પ્રકૃતિને અધિન આપણા શરીરને કરવું પડે છે. જે પ્રકૃતિમાંથી આવે છે એ પ્રકૃતિમાં વિલીન થઈ જાય છે. એ જ કુદરતનો નિયમ છે.

ફરી જ્યારે બીજો જન્મ થશે ત્યારે તે પ્રકૃતિ માંથી ફરી જન્મ લેશે. આ રીતે જન્મ મરણનો ફેરો ચાલ્યા જ કરે છે. એથી આપણી પરંપરામાં મૃત્યુનો શોક નથી કરતા. જ્યારે કોઈ લાંબી ઉંમરની વ્યક્તિ મૃત્યુ પામે છે એના પુત્ર પૌત્ર બધાનું સુખ જોઈ લીધું પછી લાંબી ઉંમર એની ઈચ્છાઓ પણ ઓછી થઇ જાય છે. એને જીવવાની પણ ઈચ્છા રહેતી નથી. આવા વ્યક્તિ જ્યારે મૃત્યુ પામે છે ત્યારે એના શરીરમાંથી આત્મા જતો રહે છે અને એના શરીરને પ્રકૃતિને આધીન કરવું પડે છે. એવા વ્યક્તિનું જ્યારે મૃત્યુ થાય છે ત્યારે એનો કોઈ શોક કરવામાં આવતો નથી.
પ્રકૃતિ ત્રણ ગુણોની બનેલી છે સત્ત્વ, રજ અને તમ. ત્રણે ગુણોનો અલગ અલગ સ્વભાવ છે. તમો ગુણ થી ઊંઘ આવે છે. તમે કોણ જતો રહે તો તમે આખી રાત ઊંઘી નહીં શકો. દરેક ગુણોનું સંતુલન હોવું જરૂરી છે. એક રાત ઊંઘ પૂરી ન થવાથી બીજો દિવસ બગડે છે. એના પર પણ પ્રયોગ થયા છે કે લોકો ઊંઘ્યા વગર કેટલો સમય જીવી શકે છે.
15 દિવસ સુધી ઊંઘ્યા વગરના માણસો માનસિક સંતુલન ખોઈ બેસે છે. આપણે યોગ ની વ્યાખ્યા જાણી છે **"સમત્વમ યોગ ઉચ્યતે"**બધા ગુણોનું સમતુલન હોવું જરૂરી છે.
ભગવાન કહે છે કે આત્મા અદ્રશ્ય છે, અચીન્ય છે, અપરિવર્તનશીલ છે, એને બાળી શકાતો નથી. આત્માન નિર્વિકાર છે અને એવું જાણ્યા પછી શરીર માટે શોક કરવો ન જોઈએ. તમે કોઈ દિવસ વિચાર્યું છે કે આ બધા વિશેષણો **અ** કથી જ કેમ શરૂ થાય છે? આત્માને માટે જે બધા વિશેષણો વપરાયા છે એ બધા નકારાત્મક કેમ છે? એને વિધિ મુખ કહેવાય છે. આત્માના વિષયને સમજાવો ખૂબ કઠણ છે તેથી તેને સમજાવવા માટે આ નહીં, આ નહીં, એમ કરીને તેની વધારે નિકટ લઈ જવામાં આવે છે. ભગવાને પણ યુક્તિ પૂર્વક નિષેધ યુક્ત રીતે આત્માના ગુણોને બતાવ્યા છે કે જેથી મનુષ્ય તેની ખૂબ નિકટ જઈ શકે.
24 માં શ્લોકમાં ભગવાને આત્માને માટે ચાર વિશેષણોનો પ્રયોગ કર્યો છે નિત્ય, સર્વગત,સ્થાણુ અને અચલ.
યુક્તિપૂર્વક ભગવાને આત્માનું વર્ણન કરીને આપણે માટે સમજવું ખૂબ જ સહેલું કરી દીધું. આત્માનો વિષય અનુભવ વગર

સમજી શકાતો નથી. જેવી રીતે મીઠું - ગળ્યું એનો સ્વાદ કેવો છે ? ખાધા વગર ખબર પડતી નથી તેમ. મીઠાનો સ્વાદ એ અનુભવનો વિષય છે. તેવી રીતે **આત્માને સમજવું એ પણ અનુભવનો જ વિષય છે. આત્મા કેવો છે? એને સમજવા માટે અનેક પ્રકારની વિધ્યાઓ ભગવદ્ગીતામાં બતાવવામાં આવી છે.**

2.26

અથ ચૈનં(ન્) નિત્યજાતં(ન્), નિત્યં(વઁ) વા મન્યસે મૃતમ્।
તથાપિ ત્વં(મ્) મહાબાહો, નૈવં(મ્) શોચિતુમર્હસિ॥૨.૨૬॥

અને જો તું આ આત્માને સદા જન્મ લેનાર તથા સદા મૃત્યુ પામનાર માનતો હોય, તો પણ હે મહાબાહો! આવી રીતે શોક કરવો તારા માટે યોગ્ય નથી.

ભગવાને આગળ કહ્યું તેમ કે અનિત્ય વાતનો શોક કરવાનો મતલબ નથી. તેમ અહીં ભગવાન અર્જુનને કહે છે કે હે મહાબાહુ, જો તું એમ માને છે કે આત્મા જન્મ લે છે અને મૃત્યુ પામે છે અને તે ચક્ર ચાલ્યા જ કરે છે તો પણ તેને માટે શોક કરવાનું કોઈ કારણ નથી. એક દેહનું મૃત્યુ થતાં તે ફરીથી નવો દેહ ધારણ કરશે. તે જ રીતે આત્મા એક શરીરમાંથી નીકળીને બીજા શરીરમાં જશે, તો પછી તેનો શોક કરવાનું કોઈ અર્થ નથી. ભગવાન કહે છે કે તું જે કહે છે તે તો અજ્ઞાનીઓ વાળી વાત છે. માટે તું સમજ કે જે જાય છે તેનો શોક કરવાનો નથી.
જેવી રીતે એક નાનો બિયો(ઠળિયો)એક રૂપમાં કોઈ દિવસ રહેતું નથી તેનું સ્વરૂપ બદલાય છે. જેવું એ બીજને જમીનમાં નાખવામાં આવે છે અને તે પોતાની કઠોરતા છોડીને એમાંથી એક નવો પીલો નીકળે છે. એ નાના પીલા માંથી છોડ બને છે અને છોડમાંથી એક મોટો વૃક્ષ બને છે અને વૃક્ષમાંથી ફરી ફળ બને છે અને ફળમાંથી ફરી પાછા બિયા બને છે અને એ પ્રક્રિયા ચાલતી જ રહે છે. એ જ રીતે આ શરીર પણ અનિત્ય છે. જન્મ લે છે,મોટો થાય છે, વૃધ્ધ થાય છે, મૃત્યુ થાય છે, ફરી પાછો જન્મ લે છે એ રીતે એનું પણ ચક્ર ચાલ્યા જ કરે છે. તો એનો શોક શું કરવાનો. માનવનું શરીર પ્રતિક્ષણ પ્રતિ દિવસ બદલાય છે. જન્મ અને મૃત્યુ તો અટલ છે. તો પછી કઈ વાતનો શોક કરવો.

2.27

જાતસ્ય હિ ધ્રુવો મૃત્યુ:(ર્), ધ્રુવં(ઞ્) જન્મ મૃતસ્ય ચ।
તસ્માદપરિહાર્યેऽર્થે, ન ત્વં(મ્) શોચિતુમર્હસિ॥૨.૨૭॥

કેમકે આ માન્યતા મુજબ જન્મેલાનું મૃત્યુ નિશ્ચિત છે અને મરેલાનો જન્મ નિશ્ચિત છે; તેથી પણ આ ઉપાય વિનાના વિષયમાં શોક કરવો તારા માટે યોગ્ય નથી.

ભગવાન 27 માં શ્લોકમાં અર્જુનને કહે છે કે **જેનો જન્મ થાય છે તેનું મરણ નિશ્ચિત છે અને મરણ પછી તેનો પુનરજન્મ પણ નિશ્ચિત છે.** માટે જે નિવારી ન શકાય એવા તારા કર્તવ્ય કર્મ અંગે તું શોક કરે છે તે યોગ્ય નથી. ભગવાન અર્જુનને સમજાવે છે કે જે માણસનું મૃત્યુ નિશ્ચિત જ છે તેનો તું શોક કરી રહ્યો છે. તું તારા કર્તવ્ય કર્મને કર અને જન્મ મરણનો શોક કરવાનું છોડી દે. **જેવી રીતે ધ્રુવ તારો અટલ છે, અચલ છે, તેવી રીતે આ મૃત્યુ પણ અટલ છે એને કોઈ ટાળી શકતું નથી.** જે જન્મે છે એનું મૃત્યુ નિશ્ચિત જ છે. જીવન ચક્ર માં જન્મ અને મૃત્યુ એ નિશ્ચિત છે અપરિહાર છે એને કોઈ ટાળી શકતું નથી. પૂર્વે ઘણાંયે મૃત્યુ પર વિજય પ્રાપ્ત કરવાનો પ્રયત્ન કર્યો પણ બધા નિષ્ફળ ગયા છે. જેમ કે હિરણ્યકશ્યપૂએ તપસ્યા કરી અને વરદાન માગ્યું પરંતુ એનું વરદાન વીફળ કરવા માટે નરસિંહ ભગવાને જન્મ લીધો અને એનું મૃત્યુ થયું. **એ,બી,સી,ડી માં બી અને ડી એ આપણા હાથમાં નથી બર્થ અને ડેથ પણ સી એ આપણા હાથમાં છે. "સી એટલે ચોઇસ" તમે ભગવાન નું શરણું, ભગવાનની શરણ ચોઈસ કરી શકો છો અને તમારા જન્મ મૃત્યુના ફેરા ને હંમેશા માટે મોક્ષ પ્રાપ્તિ કરીને બંધ કરી શકો છો.** તમારા જીવનને રડતા રડતા જીવવું કે હસતા હસતા જીવવું, દુષ્કૃત્યો કરીને જીવવું કે પ્રભુ ભક્તિ કરીને જીવવું, એ પસંદ કરી શકો છો. પ્રકૃતિથી પ્રાપ્ત શરીરમાં કંઈક ને કંઈ દુઃખ દર્દ તો રહેવાના જ પણ એનો શોખ કરીને રડતા રહેવાનો કોઈ અર્થ નથી.
જેમ કે એક અડધો ભરેલો ગ્લાસ છે . એને અડધો જ ભરેલો છે એમ સમજીને દુઃખી થવું અથવા અડધો તો ભરેલો છે ને એમ સમજીને ખુશ થવું એ તમારા હાથમાં છે. આ અધ્યાય ખૂબ મહત્વનો છે. આ અધ્યાયમાં ભગવાને બધા દુઃખોમાંથી બહાર

આવવા માટેનો ઉપાય બતાવ્યો છે. બધાને ખબર જ છે કે જે જન્મે છે એનું મૃત્યુ નિશ્ચિત જ છે છતાં પણ બધાને મૃત્યુથી ખૂબ ડર લાગે છે. તેથી ભગવાને કહ્યું કે

સ્વલ્પાઅલ્પ ધર્મસ્ય... તેથી ભગવાન કહે છે કે થોડું પણ ધર્મ કાર્ય તમને મોટા ભય માંથી છોડાવે છે. આપણે ત્યાં એવી પરંપરા રહી છે કે મૃત્યુથી ગભરાતા નથી. છત્રપતિ શિવાજી મહારાજ દિવસ રાત મૃત્યુ સાથે રમતા રહ્યા. અનેક યુદ્ધો કર્યા અને જીત્યા પણ એમને કદી મૃત્યુનો ડર ન હતો. એ વાત જ્યારે સંભાજી મહારાજે જાણી તો એમને ખૂબ દુઃખ થયું. શિવાજી મહારાજ નો અંતિમ સમય ખુબ ખરાબ હતો. એમના એક એક અંગ ને કાપવામાં આવ્યા. પરંતુ એ સિંહનો સાવજ હતો. અંતિમ ક્ષણ સુધી બહાદુરીથી મોતનો સામનો કર્યો જ્યાં મૃત્યુ પણ શરમાઈ એવું મૃત્યુ એમણે પ્રાપ્ત કર્યું. જેમ સૂર્યોદય થાય છે તેનો અર્થ નક્કી જ છે. તેમ આપણું પણ મૃત્યુ નક્કી જ છે. ખરેખર તો સૂર્યનો ઉદય પણ થતો નથી અને અસ્તપણ થતો નથી પણ આપણને પૃથ્વીના ચક્ર ચાલવાથી આપણને એવું લાગે છે તે જ રીતે આપણને એમ થાય છે કે જન્મ થાય છે મૃત્યુ થાય છે પણ આત્મા તો અમર છે એ કદી મરતો જ નથી.

2.28

અવ્યક્તાદીનિ ભૂતાનિ, વ્યક્તમધ્યાનિ ભારત।
અવ્યક્તનિધનાન્યેવ, તત્ર કા પરિદેવના॥૨.૨૮॥

હે અર્જુન! સઘળાં પ્રાણીઓ જન્મ પૂર્વે અપ્રગટ હતાં અને મર્યા પછી પણ અપ્રગટ થઈ જનાર છે, કેવળ વચગાળામાં જ પ્રગટ છે, તો પછી આવી સ્થિતિમાં શો શોક કરવાનો?

ભગવાન અર્જુનને કહે છે કે મનુષ્ય પૂર્વે અપ્રકટ હતો અને અત્યારે પણ અપ્રકટ જ છે. વચમાંના ગાળામાં એ પ્રકટ હતો તો એનો શું શોક કરવાનો? પહેલા અપ્રકટ હોય છે અને પછી પણ અપ્રકટ રહેશે વચ્ચેના ગાળામાં એ પ્રકટ હોય છે. આ પ્રગટ અને અપ્રકટનું ચક્ર ચાલતું જ રહેશે. જેમ વાદળ બને છે વિખેરાઈ જાય છે કેટલાક વર્ષે છે અને ફરી પાછા વિખેરાઈ જાય છે.જેમ વાદળોના આવાગમનથી આપણને કોઈ દુઃખ થતું નથી તેમ આ શરીરનું પણ છે. એના પણ આવાગમનથી આપણને દુઃખ થવું જોઈએ નહીં. જેવી સંવેદના વાદળો માટે આપણા મનમાં છે તેવી જ શરીર માટે પણ હોવી જોઈએ.

સ્ત્રીઓ પોતાના સોનાના જુનાઘરેણા લઈને સોની પાસે જાય છે અને એ જૂના ઘરેણા માંથી નવા ઘરેણા બનાવે છે. તો એ જૂના ઘરેણાનું એમને દુઃખ થતું નથી પરંતુ એ જૂના ઘરેણા માંથી બનેલા નવા ઘરેણાંને જોઈને એમને ખુશી થાય છે. આપણા શરીરનું પણ એવું જ છે. જૂનું શરીર મરી જાય છે અને નવું શરીર પ્રાપ્ત થાય છે. પણ આપણને એમ થતું નથી, આપણને તે શરીર માટે શોક થાય છે.

2.29

આશ્ચર્યવત્પશ્યતિ કશ્ચિદેનમ્,
આશ્ચર્યવદ્વદતિ તથૈવ ચાન્યઃ।
આશ્ચર્યવચ્ચૈનમન્યઃ(શ્) શ્રૃણોતિ,
શ્રુત્વાપ્યેનં(વ્ઁ) વેદ ન ચૈવ કશ્ચિત્॥૨.૨૯॥

કોઈ એક વિરલ મહાપુરુષ જ આ આત્માને આશ્ચર્યની જેમ જુએ છે, તેમજ બીજો કોઈ મહાપુરુષ જ આત્મતત્ત્વને આશ્ચર્યની જેમ વર્ણવે છે તથા બીજો કોઈ અધિકારી પુરુષ જ આને આશ્ચર્યની પેઠે સાંભળે છે અને કોઈ તો સાંભળીને પણ આને જાણતો નથી.

આશ્ચર્ય શબ્દ ઘણીવાર આવ્યો છે. આ આખો જે વિષય છે એ આશ્ચર્યથી ભરપૂર છે. કોઈ આત્માને આશ્ચર્યથી જુએ છે કારણકે આત્મા દેખાતો નથી. તો એના માટે આશ્ચર્યથી વિચાર કરે છે. કોઈ એને આશ્ચર્યથી વર્ણન કરે છે અને કોઈ આશ્ચર્યથી એને સાંભળે છે. જ્યારે કેટલાક સાંભળ્યા પછી પણ એને સમજી શકતા નથી. **શારીરી એ આશ્ચર્યનો વિષય છે.**

શરીરી દ્વારા જ શરીર ચાલે છે. કેટલાક એને સમજે છે અને કેટલાક સમજી શકતા નથી તેથી આશ્ચર્ય કરે છે. **આત્માનું આવાગમન એ ખૂબ અદ્‌ભૂત પ્રક્રિયા છે. એક શરીર છોડીને આવે છે અને બીજા શરીરમાં પ્રવેશે છે આ ખૂબ આશ્ચર્યકારક વિષય છે. તેથી એને દૂરવિજ્ઞેય કહે છે.** આત્મતત્ત્વ જાણવાનો વિષય ખૂબ ગુઢ છે. એને સીધી રીતે જાણી શકાતો નથી એને માત્ર અનુભવ દ્વારા જ જાણી શકાય છે .ફૂલની સુગંધ બહુ સરસ છે એમ કહીએ પણ સામે વાળો વ્યક્તિ એને જ્યાં સુધી સૂંઘે નહીં ત્યાં સુધી એને સુગંધ શું છે એની ખબર પડતી નથી.
આપણી દરેક જ્ઞાનેન્દ્રિયોથી અલગ અલગ અનુભવ થઇ શકે છે નાકથી સૂંઘવાનો, કાનથી સાંભળવાનો અને આંખથી જોવાનો. પરંતુ અંધ વ્યક્તિ તો એટલા બધા ચપળ હોય છે કે એમને પગની આહટ થી પણ ખબર પડી જાય છે કે કોણ આવ્યું છે. જોવા, સાંભળવા, સ્પર્શ કરવાથી તો ખબર પડે કે શું છે પણ જેને સ્પર્શ ન કરી શકાય, જોઈ ન શકા ય, સાંભળી ન શકાય એને કેવી રીતે જાણવું. એવું જ આત્મ તત્ત્વોનું છે. જેને કોઈ રૂપ , રંગ, ગંધ નથી તેને વિશે કંઈ પણ કહેવું મુશ્કેલ છે. એ આશ્ચર્ય પ્રગટ કરવા યોગ્ય જ વિષય છે. આત્માના વર્ણનને સાંભળી શકાય છે પણ આત્માને નહીં. કોઈપણ વિદ્યાથી એને જાણી શકાતો નથી એ માત્ર અનુભવનો વિષય છે. માની શકાય છે પણ જાણી શકાતું નથી. માનવામાં અને જાણવામાં પણ અંતર છે.તમે કોઈ વાત સાંભળી તો એને માની પણ જ્યાં સુધી એને ન જુઓ ત્યાં સુધી એને જાણતા નથી.

2.30

દેહી નિત્યમવધ્યોઽયં(ન્), દેહે સર્વસ્ય ભારત।
તસ્માત્સર્વાણિ ભૂતાનિ, ન ત્વં(મ્) શોચિતુમર્હસિ॥૨.૩૦॥

હે અર્જુન! આ આત્મા સૌનાં શરીરોમાં હંમેશાં અવધ્ય છે; એ કારણે તારે સમસ્ત પ્રાણીઓ માટે શોક કરવો ઉચિત નથી.

ભગવાન આ શ્લોકમાં અર્જુનને કહે છે કે આ શરીરનો વધ થાય છે પણ શરીરીનો વધ થતો નથી. દેહનો વધ થાય છે પણ દેહીનો વધ થતો નથી.
શરીરમાં રહેલા આત્મા નો વધ થઈ શકતો નથી. માટે તું શોક ન કર. **દેહી એટલે આત્મા એ નિત્ય છે સત્ય છે અવિનાશી છે એનો શોક ન કર. જ્યારે શરીર એ અનિત્ય છે, અસત્ય છે, વિનાશી છે.** 11 થી લઈને 30 સુધીના ૨૦ શ્લોકો એ દેહ અને દેહીના અલગ અલગ સ્વરૂપને વર્ણવે છે. ભગવાને ખૂબ લાંબો સમય લીધો છે આ દેહ અને દેહીનું વર્ણન કરવા માટે. આ વિષય કઠણ છે પણ અધ્યયન થી આ વસ્તુને સમજી શકાય છે. માત્ર જ્ઞાન સાધનાથી આ વિષયને જાણી શકાય છે. ભક્તિથી એને ઓળખી શકાય છે. વૈરાગ્યથી એને મેળવી શકાય છે. તેથી વૈરાગ્યને પ્રાપ્ત કરવા માટે જે સાધનાની જરૂર છે તે કરવા. એના આગળના શ્લોકમાં ભગવાન ધર્મની વાત ફરીથી આરંભ કરે છે.

2.31

સ્વધર્મમપિ ચાવેક્ષ્ય, ન વિકમ્પિતુમર્હસિ।
ધર્મ્યાદ્ધિ યુદ્ધાચ્છ્રેયોઽન્યત્, ક્ષત્રિયસ્ય ન વિદ્યતે॥૨.૩૧॥

વળી, સ્વધર્મને જોતાં પણ તારે ભય પામવો ન જોઈએ; કેમકે ક્ષત્રિય માટે ધર્મયુક્ત યુદ્ધથી વધીને બીજું કોઈ કલ્યાણકારી કર્તવ્ય નથી.

આ શ્લોકમાં ભગવાન ક્ષત્રિય ધર્મની વાત કરે છે ભગવદ્ગીતા એ ધર્મગ્રંથ છે. ધર્મગ્રંથ નો શું અર્થ છે? કપડામાં લપેટીને બાંધીને પૂજાસ્થાનમાં મૂકવું એવો? ધર્મનો અર્થ ભગવાને ખુબ સુંદર શબ્દોમાં સમજાવ્યો છે. હિંદુ, મુસ્લિમ, શીખ, ઇસાઇ એ જે ધર્મ આપણે કરીએ છીએ એ ધર્મની વાત ભગવદ્ગીતા માં કરી નથી. આજે જે ધર્મના નામે ઝઘડા ચાલે છે. હમાસમાં જે યુદ્ધ ચાલે છે એવા પ્રકારના કોઈ ધર્મની વાત ભગવદ્ગીતા માં કરી નથી. ભગવદ્ગીતા એ ધર્મની વ્યાખ્યા કરનારો ગ્રંથ છે. ગીતાજીના પહેલા શ્લોકમાં જ કહેવાયું છે કે
धर्मक्षेत्रे कुरुक्षेत्रे, समवेता युयुत्सवः।
मामकाः(फ्) पाण्डवाश्चैव, किमकुर्वत सञ्जय॥
ભગવદ્ગીતાશરૂઆત જ ધર્મ શબ્દથી થાય છે. ભગવદ્ગીતા નાં 18 માં અધ્યાય નો છેલ્લો શ્લોક 700 મો શ્લોક
यत्र योगेश्वरः(ख्) कृष्णो, यत्र पार्थो धनुर्धरः।

तत्र श्रीर्विजयो भूतिः(र्), ध्रुवा नीतिर्मतिर्मम॥
ધ થી શરૂ થઈ અને મા ઉપર પૂરું થાય છે ધ અને મ એટલે ધર્મ. ધર્મની સચોટ વ્યાખ્યા આ ગ્રંથમાં કરી છે. આપણે જે ધર્મોને માનીએ છીએ તે નહીં. સ્વભાવ અનુસાર જેને ધારણ કરવામાં આવે છે તે ધર્મ. સુધારયતી ઇતી ધર્મ. કર્તવ્યને ધારણ કરવામાં આવે છે તે ધર્મ. માતૃ ધર્મ, પિતૃ ધર્મ, રાષ્ટ્રધર્મ વગેરે.
ધર્મ નો અર્થ છે કર્તવ્ય. પોતાના કર્મનું પાલન કરવું.
 ભગવાન આ શ્લોકમાં અર્જુનને કહે છે કે તું સ્વધર્મ અનુસાર કાર્ય કર. અહીં અર્જુનનો ધર્મ શું છે? ક્ષત્રિય ધર્મ છે યુદ્ધ કરવુ. પોતાના કર્તવ્ય ધર્મ માંથી વિચલિત થવાનું નથી. કારણ કે ધર્મમાં ક્ષત્રિય માટે યુદ્ધથી વિશેષ કર્મ કોઇ નથી. ધર્મથી વિશેષ કલ્યાણકારી કર્મ કોઈ નથી.
 આપણે એક વાર્તા સાંભળી છે કે દ્રોણાચાર્યએ પાંડવો અને કૌરવોની વિદ્યા શીખવી .પરંતુ વિદ્યા કદી વેચાતી નથી અને દ્રોણાચાર્યએ વિદ્યાને વેચી છે. વિદ્યા શીખવવાના પૈસા ન લેવા જોઇએ એટલે તો ભગવદ્ગીતા આપણે સંપૂર્ણ ફ્રીમાં શીખવીએ છીએ. ગીતા પરિવારના જોડાયેલ દરેક વ્યક્તિ સેવાનું કાર્ય કરે છે. ગુરુ દક્ષિણા મળી જાય તો લેવી જોઇએ માંગવી પણ ન જોઇએ. એકલવ્ય નામના શિષ્ય પાસેથી દ્રોણાચાર્યએ ગુરુદક્ષિણા માં એના જમણા હાથનો અંગૂઠો માંગી લીધો. દ્રોણાચાર્ય ખૂબ નિર્ધન હતા પોતાના પુત્રને દૂધ પીવડાવવાના કર્તવ્યનું પાલન પણ તે કરી શક્યા નહીં અને પછીથી તેમણે પોતાના કર્તવ્યનું પિતા ધર્મનું પાલન કરવા માટે પોતાની વિદ્યા વેચી. ગુરુ શિક્ષક થઇ ગયા સવેતન . કોઈ વિદ્યાનું દાન માંગે તો સુયોગ્ય હોય સુપાત્ર હોય તો એને આપવું જોઇએ. વિદ્યાદાન જેવી પવિત્ર કોઇ બીજી વસ્તુ નથી.
નહીં જ્ઞાને ન સાધુશમ પવિત્રમ્ વિધ તે....
અર્જુન ભગવાનને પૂછે છે કે મારા માટે શ્રેયકર શું છે? તે મને કહો આગળના શ્લોકમાં ભગવાન એનો ઉત્તર આપે છે.

2.32

યદૃચ્છયા ચોપપન્નં(મ્), સ્વર્ગદ્વારમપાવૃતમ્।
સુખિનઃ ક્ષત્રિયાઃ(ફ્) પાર્થ, લભન્તે યુદ્ધમીદૃશમ્॥૨.૩૨॥

હે પાર્થ! આપમેળે પ્રાપ્ત થયેલા તેમજ ઊઘડેલા સ્વર્ગના દ્વારરૂપી આવા યુદ્ધને ભાગ્યશાળી ક્ષત્રિયો જ મેળવે છે.

ભગવાન અર્જુનને કહે છે કે ક્ષત્રિય માટે યુદ્ધ થી વિશેષ કોઇ ધર્મ હોતો નથી. પરંતુ એ યુદ્ધ ધર્મ માટે હોવું જોઇએ. તું યુદ્ધ કર. તુ હારશે તો પણ તને સ્વર્ગ મળશે અને તું જીતશે તો તને પૃથ્વી પરના રાજ્યનો ભોગ ભોગવવા મળશે. માટે તું ચિંતા ના કરો તું તારા કર્તવ્યનું પાલન કર યુદ્ધ કર. યુદ્ધ તો સ્વર્ગનો દ્વાર છે. તું યુદ્ધ જીતશે તો તારી જગમાં કીર્તિ થશે. તું યુદ્ધ જીતશે તો ઇતિહાસમાં અમર થઈ જશે. તેથી એક ક્ષત્રિય યુદ્ધથી કોઇ દિવસ પીછે હઠ ન કરવી. એક ક્ષત્રિય ખૂબ ભાગ્યશાળી છે જેને આવા યુદ્ધમાં ભાગ લેવાનો મોકો મળે છે. આવું યુદ્ધ એટલે ધર્મયુદ્ધ.
न हि ज्ञानेन सदृशं(म्), पवित्रमिह विद्यते।
 એને ધર્મયુદ્ધ કેમ કહેવાયું? પાંડવો પોતાના અધિકાર માટે લડી રહ્યા છે. પહેલા તો એમનું રાજ્ય છીનવી લીધું. શકુની મામાએ ગેર રિતી કરીને ખોટા પાસા ફેંકીને એમનું અનિતીથી રાજ્ય પડાવી લીધું. એમને બાર વરસનો વનવાસ અને એક વર્ષનો અજ્ઞાતવાસ ભોગવવો પડ્યો. 12 વર્ષનો વનવાસ અને 11 ક્લાસ ભોગવીને આવ્યા પછી અમને પોતાના હકનું રાજ્ય માંગ્યું તો એમને આપ્યું નહીં. દુર્યોધને કહ્યું કે એક સોયની અણી બરાબરની જમીન પણ નહીં મળે. કૃષ્ણ સંધિ કરવા માટે ગયા પાંચ ગામ ની માંગણી કરી તે પણ એમને ન આપી. ત્યારે આ ધર્મયુદ્ધ નો આરંભ થયો. જ્યારે કોઇ ક્ષત્રિય ને આ રીતે પ્રતાડિત કરવામાં આવે છે, કોઈ મહિલા સાથે દૂર વ્યવહાર કરવામાં આવે છે, કોઈનો હક મારી લેવામાં આવે છે, કોઈનું રાજ્ય પડાવી લેવામાં આવે છે ,ત્યારે ક્ષત્રિયનો ધર્મ છે કે તે યુદ્ધ કરે.
दो न्याय अगर तो आधा दो,
पर, इसमें भी यदि बाधा हो,
तो दे दो केवल पाँच ग्राम,
रक्खो अपनी धरती तमाम।

हम वहीं खुशी से खायेंगे,
परिजन पर असि न उठायेंगे!

હે અર્જુન તારા જીવનમાં આ યુધ્ધ રૂપી સુવર્ણ તક આવી છે તેને તું ઝડપી લે. આ યુધ્ધ તારા માટે સ્વર્ગના દ્વાર ખો. યુધ્ધમાં મળશે તો સ્વર્ગ મળશે અને જીતશે તો પ્રસિધ્ધિ મળશે. તેથી આ યુધ્ધથી તારે જરા પણ ડરવું ન જોઈએ. તું યુધ્ધ કર. યુધ્ધ નહીં કરશે તો શું થશે? બની શકે કે તું ભાગવામાં સફળ થઈ જાય પણ આ લોકો તને ભાગવા નહીં દે. આમ જોવા જઈએ તો અર્જુને ઘણા યુધ્ધ લડ્યા છે અને જીત્યો પણ છે પણ આજના યુધ્ધમાં એ પોતાના સ્વજનોને જોઈનેશોકાતૂર થયો છે.

અજ્ઞાતવાસના અંતિમ દિવસે કીચક સાથે ભીમની લડાઈ થઈ કારણ કીચકે દ્રૌપદી પર બૂરી નજર નાખી. અને કીચકનું મૃત્યુ થયું. ત્યારે કૌરવો ભીષ્મ પિતાની સાથે વિરાટ રાજ્ય પર યુધ્ધ કરવા માટે ચડાઈ કરે છે. ત્યારે વિરાટરાજા ના પુત્ર ઉત્તર સાથે બ્રીહનલા એટલે કે અર્જુન યુધ્ધ કરવા જાય છે અને જીતે પણ છે. એવો વીર મહારથી અર્જુન આજે કંપી રહ્યો છે ત્યારે ભગવાન શ્રીકૃષ્ણ અર્જુનને યુધ્ધ કરવા માટે સમજાવે છે. આ સાથે જ આજનું વિવેચન અહીં પૂર્ણ થાય છે.

સાધકો દ્વારા વિશ્વમાં આવેલા સવાલો..

પ્રશ્નકર્તા : **યોગેશજી**

પ્રશ્ન: આજકાલ સગાવહાલા તેમજ મિત્રો તેમજ અન્ય લોકો કોકટેલ પાર્ટી રાખે છે અને તેમાં નિમંત્રણ આપે છે તો મારો પ્રશ્ન એ છે કે તેમાં જવું જોઈએ કે નહિ? કે તેનાથી દૂર રહેવું જોઈએ.

જવાબ: કોઈનાથી દૂર રહેવાની જરૂર નથી**. "સર્વભૂત હિતે રતા:" ત્યાં** જ્ઞાની લોકો પણ આવશે અન્ય લોકો પણ આવશે. તેથી કોઇનાથી દૂર રહેવાની જરૂર નથી. આપણે જય શકીએ પરંતુ ત્યાં ખાવું પીવું જોઈએ કે નહી તે આપણી ઉપર નિર્ભર કરે છે . આપણે બીજા લોકોને ખરાબ માનીએ છીએ પણ તેમનો રસ્તો ખરાબ છે. તે લોકો ખરાબ નથી. આપણી સાથે ચાલતા ચાલતા તે લોકો કદાચ સન્માર્ગે આવી પણ જાય. તેથી કોઇને ત્યાજ્ય ગણવાના નથી. કોઇના પ્રત્યે મનમાં દ્વેષ રાખવાનો નથી , **"અદ્વેષટા સર્વ ભૂતાનામ , મૈત્રખ કરૂણ એવું ચ"** આમ સર્વની માટે અદ્વેષટા બની જાઓ અને અને સર્વને માટે મૈત્રી અને કરુણાનો ભાવ રાખો.

પેટા પ્રશ્ન; હું કોઈના પ્રત્યે દ્વેષ રાખતો નથી પરંતુ મેં રામસુખદાસજીના ગીતાજીના ભાવાર્થ માં વાંચ્યું છે કે જે લોકો આવા પાપી લોકોની સાથે બેસે છે તે પણ તેમના જેટલોજ પાપી છે.

જવાબ; જુઓ આજે પૃથ્વી પાર પાપ ખૂબજ વધી ગયું છે તો શું આપ પૃથ્વી છોડીને જતા રહેશો? જુઓ છોડવાની જરૂર નથી અર્જુન પણ છોડવા માંગતો હતો પરંતુ ભગવાન તેને ભાગવાનું નથી કહેતા, ભગવદગીતામાં ભાગવાનું નહી પણ જાગવાનું શીખવે છે. આપ સજાગતા સાથે ત્યાં જાવ તે મહત્વપૂર્ણ છે. ભાગવાની જરૂર નથી. વિવેકથી ક્યાં જવું કે નહિ તે નકકી કરે શકો છો. તેને પાપી કહેવો પણ જરૂરી નથી શક્ય છે કે જીવનની અંતિમ ક્ષણે પણ તેને જ્ઞાન થઇ જાય. તેને ક્યારે જ્ઞાન થશે શું ખબર? એટલે આપણને તેને પાપી કહેવાનો અધિકાર નથી. તેથી આપણે સમત્વનો તેમજ વિશ્વ બંધુત્વનો ભાવ કેળવીએ.

પ્રશ્નકર્તા: **સુભદ્રાજી**

પ્રશ્ન: ત્રીજા શ્લોકનું ત્રીજું ચરણ તેમાં **" સર્વત્ર ગમ ચિન્ત્યં ચ કૂટસ્થ મચલન ધ્રુવમ " આ શબ્દોનો અર્થ જાણવો છે.**

જવાબ: સર્વત્ર એટલે બધે વ્યાપક , ચિન્ત્યં એટલે જેનું ચિંતન ના કરી શકાય તેવું, કૂટસ્થમ એટલે નિર્વિકાર, અચલ એટલે અટલ અને ધ્રુવ એટલે જે અચલ છે, અડગ છે તે તેમજ અક્ષરમ એટલે જેનો ક્ષર નથી એટલે કે જેને તોડી શકાતું નથી તેવું.

પેટાપ્રશ્ન : ભવસાગર પાર કરવો હોય તો એકજ નૈયાનો સહારો લેવો જોઈએ એટલે કે નિર્ગુણ અથવા સગુણ ગમે તે એકજ માર્ગ પસંદ કરીને ચાલવું જોઈએ. તે તો સમજ્યા પણ દરરોજ જે કામ કરીએ છીએ તે તે ક્યારે કરવું એટલે કે હમણાં કે પછી? કરવું કે ના કરવું? આમ ઘણા પ્રશ્ન ઠહાય છે અને સમજ પડતી નથી કે તેવી પરિસ્થતિ માં શું કરવું જોઈએ?

જવાબ: જે પણ કામ કરો છો તે ભગવાનનું કામ કરોછો તેમ માનીને કરો છો તો કામનું જે પરિણામ આવે તેમાં કોઇ દુઃખ થતું નથી. પરંતુ આપ રોજ જે કામ કરો છો જેમકે કામનું લિસ્ટિંગ કરો છો, કામને કૅટેગરાઈઝ કરો છો કે પહેલા કયું કામ કરવું ,પછે ક્યુ કરવું તો તેમાં બુધ્ધિની સ્થિરતા ખૂબજ મહત્વની છે માટે બીજા અધ્યાયના છેલ્લા આઠ થી દાસ શ્લોકો ખૂબજ મહત્વપૂર્ણ છે. જેમાં **"તસ્ય પ્રજ્ઞા પ્રતિષ્ઠિતા "** એટલે કે પ્રજ્ઞાને કેવી રીતે પ્રતિષ્ઠિત કરવી તે બાબત બતાવી છે. ગીતા એક યોગશાસ્ત્ર છે ગીતા એક સાયન્સ છે. ભગવાને કહ્યું છે " જ્ઞાનવિજ્ઞાન સહિતમ યજજ્ઞાતવા મોક્ષ્યસે શુભાત " એટલે કે જ્ઞાનની વાત પણ કરીશ અને વિજ્ઞાનની વાત પણ કરીશ. જ્ઞાન સદાને માટે છે પણ વિજ્ઞાન પરિવર્તનશીલ છે. આજે કંઈક છે કાલે કંઈક નવું આવશે. પરિવર્તન વિજ્ઞાનમાં છે જ્ઞાનમાં નથી. વિજ્ઞાન અને જ્ઞાનમાં ભેદ સમજવો અને જ્યા જરૂર હોય ત્યાં

બુધ્ધિને કેવી રીતે પ્રતિષ્ઠિત કરવી, મન, બુધ્ધિ, અને શરીરને કેવી રીતે તાદાત્મ્ય ભાવમાં લાવીએ તે યોગ શીખવે છે. યોગ એટલે જોડાણ મન થી બુધ્ધિનું જોડાણ. **"મય્યેવ મન આધત્સ્વ મયિ બુધ્ધિ નિવેશય "** મન અને બુધ્ધિનું જોડાણ જો થઇ જાય તો વિજય મેળવવો પાકી વાત છે. જો કોઇ બાળક અભ્યાસ કરતી વખતે એકચિત્ત નથી તેનું મન વારેવારે દોડી જાય છે તો તેને શીખવાનો કોઇ ફાયદો મળતો નથી કેમકે તેનું મન બહાર ભટકી રહ્યું હતું. મન અને બુધ્ધિ જ્યારે એક સાથે અર્પણ થઇ જશે ત્યારે તેનું ગ્રાસપીંગ વધશે. મન અને બુધ્ધિ ક્યારે એકસાથે અર્પણ થાય તેની વિધિ શું છે ? તેના માટે ક્યા પ્રાણાયામ છે? વિગેરે ભગવદગીતામા ધીરે ધીરે શીખવાડશે તેથી આપ તેની સાથે જોડાઇ રહો તે વિજ્ઞાન તો છે જ.

પ્રશ્નકર્તા : **મમતાજી**
પ્રશ્ન : આપે જે મન અને બુધ્ધિનું બતાવ્યુંને તેમાં મન તો સરસ લાગી જાય છે પરંતુ બુધ્ધિ ક્યારેક ભટકી જાય છે તેના માટે શું કરવું? life માં કોઇ પ્રોબ્લેમ હોય તો મન કહે છે થી જશે પણ બુધ્ધિ તે માનતી નથી તો તેનું શું કરવું?
જવાબ: આત્મારૂપી પરમાત્મા આપણી અંદર બેઠેલો છે અને તે આપણને માર્ગદર્શન પણ કરે છે. ઘણીવાર આપણ ને ખ્યાલ પણ નથી આવતો કે આવો આઇડિયા આપણને એકદમ ક્યાંથી આવ્યો. આપણે જેમ ભગવાનનો વિશ્વાસ કરીએ છીએ તેમ ભગવાનની પણ જવાબદારી બને છે કે આપણને આંગળી પકડીને ચલાવે. આપણને ખોટું પગલું ના ભરાવે.
પેટા પ્રશ્ન: દ્વેષ માટે પણ એક પ્રશ્ન છે. જેમ આપે કહ્યું કે કોઇના પ્રતિ દ્વેષ ના રાખવો. તો તે નથી કરતા પણ જ્યારે સામેથી કોઇ દ્વેષભાવ બતાવે છે તો આપણાથી પણ દ્વેષ થઈ જ જાય છે.
જવાબ: તેજ છે ને કે આપણે રિએકશન આપીએ છીએ. આપણે રિસ્પોન્સ આપવાનું શીખ્યાજ નથી. રિસ્પોન્સ અને રિએક્શન માં ફર્ક છે. કોઈ તમને ગાળ આપેતો તમે પણ સામે ગાળ આપો તે રિએક્શન છે પણ કોઇ તમને ગાળ આપે તો થોડીવાર રોકાઈ જાવ અને કહોકે આપ અત્યારે ગુસ્સામાં છો આપણે પછી વાત કરીશું . અત્યારે વાત કરવાનો કોઇ મતલબ નથી અને આપ શાંત બનીને ત્યાંથી નીકળઇ જાવ તો આપ રિસ્પોન્સ કરો છો તેમ કહેવાય. આમાં આપ પછી તે વ્યક્તિને સમજાવશો તો તે સમજી પણ જશે. **આ આપણા આંતરમનની સુષઉપ્તતા છે. our unconscious mind is consious at that time .**તેથી તે થઇ જાય છે. જેમ જેમ ભગવદ ગીતા શીખતાં જઈએ છીએ તેમ આપણે રિસ્પોન્સ કરવાનું શીખી લઈએ છીએ. આ કેવી રીતે થાય તો સૌથી પહેલા તમારે સીધા બેસતા શીખવું જોઈએ. સીધા બેસવાનું મુશ્કેલ લાગે છે તો આગલા સત્રોમાં આસાનીથી સીધા કેવી રીતે બેસાય તે શીખવવામાં આવશે. ત્યારબાદ **"પ્રાણાપાનૌ સમાયુકતવા"** મતલબ કે સૌથી પહેલા પ્રાણમાં સમત્ત્વ લાવો. એટલેકે અંદર અને બહાર નીકળતા પ્રાણ ને સરખા કરી લો. જ્યારે કોઈ નકારાત્મક વાતાવરણ હોય જેમકે ક્રોધ, નિરાશા, વી. હોય ત્યારે જેમકે અર્જુન નકારાત્મકતામાં ચાલ્યો ગયો હતો તેવી પરિસ્થિતિમાં સીધા બેસીને દશ લાંબા શ્વાસ લેવા અને તે પણ કેવી રીતે લેવા તે પછી શીખવીશું. પણ જો તમે દશ લાંબા શ્વાસ લો અને પછી જવાબ આપો તો તે જવાબ એકદમ ખરા થઈ જાય છે અને જો તમે તરતજ જવાબ કરો છો છો તો શું થાય છે? જેવો ક્રોધ આવે એટલે તમારો શ્વાસ ઝડપી થઇ જાય છે અને શ્વાસ ઝડપી થાય એટલે મન બેહોશ થી જાય અને મન બેહોશ થાય એટલે તેને હોશમાં લાવવા દશ લાંબા શ્વાસ લો અને પછી જવાબ આપો તો તે એકદમ ખરો હશે. તેને રિસ્પોન્સ કહે છે. ધીમે ધીમે તેની આદત થશે પછી તે આસાનીથી થઇ શકશે. જે બાબતે આગળના સત્રો માં ચર્ચા થશે.

પ્રશ્નકર્તા : **સુજાતાજી**
પ્રશ્ન : હું ભગવદગીતાનો ત્રણ ચાર વર્ષથી અભ્યાસ કરું છું. મને હવે ગ્રામર વી. નાની નાની બાબતો થોડી થોડી સમજમાં આવી છે. ભક્તિ યોગમા જેમ ભક્તિ કેવી રીતે કરવી તે બતાવ્યું છે તેમ મને ક્રોધ આવી જાય છે હું દરરોજ વાંચું છું. મને ખબર છે કે મને ક્રોધ આવે છે. ત્રીજા અધ્યાય માં કહ્યું છે તેમ હું ઉપર ઉપરથી ઇન્દ્રિયોને કંટ્રોલ કરી રહી છું કે ખરેખર ભક્તિ કરી રહી છું?
જવાબ: એક વાત કહો જ્યારથી આપે તે સમજવાનું શરૂ કર્યું પછી ઓછો થયો કે નહિ? જવાબ મળ્યો કે હા થોડો ઓછો થયો છે. પરંતુ મને હજુ પણ ગુસ્સો આવે જ છે સર શું તમને પણ ગુસ્સો આવે છે? જવાબ મળ્યો કે મારો તો જ્વાળામુખીનો ગુસ્સો છે. પણ ભગવદગીતાના અભ્યાસ પછી લોકો કહે છે મારામાં ઘણું પરિવર્તન આવ્યું છે. પરંતુ હજી પણ બે પાંચ ટકા તો બચયોજ છે. તો આપણે જો તે કરવું હોય તો તેનો નિરન્તર અભ્યાસ કરવો જોઈએ. અને અભ્યાસ વચ્ચે છૂટી જાય તો ગડબડ થી જાય છે. આપણે અભ્યાસ નિરંતર કરતાજ નથી તેથીજ તો ભગવાન કહે છે **"અભ્યાસયોગેન તતો મામિચ્છાપતું ધનંજય" you do continuous practice .** આપણે અભ્યાસ કરીને perfection તરફ જઈએ તેના માટે તો ભગવદગીતા છે. એક એક શબ્દને સમજીને નિરંતર અભ્યાસ કરો. આપ તે કરી રહીએ છો અને આપ ખરી દિશામાં જઈ રહયા છો. પૂર્વજન્મના સંસ્કાર પણ આપણે લઈને આવ્યા છીએ તેથી ધીરે ધીરે થશે. કેટલીક વસ્તુઓ રોજબરોજના વ્યવહારમાં તો

કરવીજ પડે છે તો તેને કેવી રીતે ભક્તિ કહેવી?
ભગવાનની મૂર્તિ સામે બેસીને કરીએ તેનેજ ભક્તિ કહેવાય તેવું નથી. આપ જે પણ કરો છો તે ભગવાનનુંજ કામ છે તેવો ભાવ મનમાં રાખો તો તે કામ ભક્તિ બની જાય છે. ભક્તિ કોઈ મુશ્કેલ કામ નથી. મનના ભાવને બદલવો તેને જ ભક્તિ કહે છે.
ૐ શ્રીકૃષ્ણાર્પણમસ્તુ.

અમે માનીએ છીએ કે તમને ચર્ચાની રચના વાંચીને આનંદ થશે. કૃપા કરીને નીચેની લિંકનો ઉપયોગ કરીને અમને તમારો પ્રતિસાદ આપશો.

https://vivechan.learngeeta.com/feedback/

વિવેચન-સારાંશ વાંચવા માટે આભાર.
અમે સર્વે ગીતા સેવકો, અનન્ય ભાવ સાથે પ્રયાસ કરીએ છીએ જેથી વિવેચનનો સાર તમારા સુધી શુધ્ધ સ્વરૂપે પહોંચે, છતાં પણ ભાષા કે વ્યાકરણ સંબંધી કોઈ ભૂલ હોય તો તે માટે અમે ક્ષમાપ્રાર્થી છીએ.

જય શ્રી કૃષ્ણ!
સંકલન: ગીતા પરિવાર - રચનાત્મક લેખન વિભાગ

દરેક ઘરમાં ગીતા દરેક કરમાં ગીતા!

https://gift.learngeeta.com/

ગીતા પરિવારની આ એક નવી પહેલ છે. હવે તમે વિવેચનોના યુટ્યુબ વિડીયો તેમજ પીડીએફ જોઈ તથા વાંચી શકો છો. કૃપા કરીને નીચે આપેલ લિંકનો ઉપયોગ કરો.

https://vivechan.learngeeta.com/

IIગીતા શીખો, શીખવો, જીવનમાં ઉતારોII
||ૐ શ્રીકૃષ્ણાર્પણમસ્તુ ||

Sum-Gu-2(3_6)-SM-L4May23-251123/4046/v1/231128-1042