

- અહંકાર કાઢવો કઈ રીતે?
- જેને પણ આ પ્રશ્ન થશે તેની અહંકારની શક્તિ વધશે. કારણ કે “મારે મારો અહંકાર કાઢવો છે” તેવું જે બોલે છે તે પણ અહંકાર જ છે.
- અહંકારને ‘જોવા’ થી તે નબળો પડશે. તેને અંતરની દ્રષ્ટિથી જુઓ. તેની માવજત અને સંભાળ લેવાથી અને તેને ભાવથી જોવાથી તમે તેનાથી છૂટશો. અહંકાર સાથે વેર ન બાંધો. કારણ કે સવળો અહંકાર તમને સાધના કરાવશે- પ્રકાશ તરફ લઈ જશે. આત્માના શરણે પડેલો અહંકાર સાધના કરાવશે.
- જો અહંકાર બુદ્ધિકેન્દ્રી હોય તો તે આત્માવિરોધી (અવળો અહંકાર) હોય- એટલે સાધનાનો શ્રમ નકામો જાય.
- શરૂઆતમાં અહંકારથી પ્રકૃતિ જોવી- ત્યાર બાદ સાક્ષીમાં રાખો- ત્યાર બાદ ‘જુઓ’ (જ્ઞાતા-દ્રષ્ટા).
- આંખની જોવાની શક્તિ અહંકારમાંથી નથી આવતી. પણ જોવાની સાથે જ્યારે સ્મૃતિ કે વિચાર કે પૂર્વાનુભવ ભળે છે કે તરત જ અહંકારનો પ્રારંભ થાય છે. એટલે કાયમી જાગૃતિ રાખો. તમારા કુટુંબમાં પણ તમે બધાંને સંબંધથી જ જુઓ છો- તે અહંકાર છે. તમે જ્યારે કોઈ પક્ષીને ફક્ત જુઓ છો તે નિર્સર્ગની શક્તિ છે- અહંકાર નથી. જાગૃતિ રાખશો એટલે અહંકાર ઘસાવા લાગે અને સવળો અહંકાર થાય.
- અહંકાર વસ્તુ નથી પણ તે ભ્રાંતિ/કલ્પના છે. શ્વાસની જાગૃતિ રાખો તોપણ કલ્પના કપાય છે. સવળા અહંકારથી મિથ્યાદ્રષ્ટિ જાય છે.

સત્સંગ ક્રમાંક [892] 29 MAY 2005 A

- સ્થિતિ,ઉપસ્થિતિ અને અનુપસ્થિતિમાં પતંજલિ યોગની દ્રષ્ટિએ ચિત્તની ભૂમિકા શું?
- ઘણાની સ્થિતિ શરીરમાં હોય છે- જ્યારે સાધકો ઊંચા વિચારો/ધ્યાન/પ્રજ્ઞાની જાગૃતિની સ્થિતિમાં હોય. માત્ર સ્થિતિ ન હોય પણ દશામાં હોય.
- જો સ્થિતિ શરીરની હોય તો તે સૌથી નિમ્ન હોય છે. જુદી જુદી સ્થિતિઓ શારીરિક/માનસિક/ભાવાત્મક/પ્રાણગત/સાક્ષીગત કે પ્રજ્ઞાગત હોઈ શકે છે.
- ઉપસ્થિતિ- ઉપ એટલે પાસે. વ્યક્તિ મૂળ સ્થિતિ (સ્વરૂપ)ની નજીક હોય, આશય સ્વરૂપ તરફ ચોંટેલો હોય. જેની અવસ્થા ખરેખર આત્મામાં જ હોય- તો તેની પાસે બેઠેલાની ઉપસ્થિતિ આત્માની નજીક છે. દશા એટલે ‘જે છે તે છે’. ઉપસ્થિતિ એ દશા નથી. ઉપસ્થિતિ બદલાય છે.
- અનુપસ્થિતિ એટલે ગેરહાજર. વ્યક્તિ ભૌતિક રીતે હાજર હોય તેમ છતાં ચિત્તથી ગેરહાજર હોય.
- ખોરાક જેટલા વાગ્યે બને તેટલા વાગ્યાના કાળના પરમાણુઓ તેમાં હોય. જેની ચિત્તની ઉપસ્થિતિ સાર્વત્રિક હોય તે આ જાણી શકે. કૃપાળુદેવ રસોઈને ફક્ત જોઈને કહેતા કે “મીઠું ઓછું છે”.
- વ્યક્તિ ભલે વાત કરે/કામ કરે- પણ આંતરિક રીતે જુએ કે “જો આત્મા છે તો મારી વાત/કામ થાય છે” – તો વ્યક્તિ આત્માની સ્થિતિમાં છે. સવારે ઊઠો ત્યારે જુઓ કે “આ શરીર સૂતું હતું- હવે તે ઊઠે છે – પણ આત્મા સૂતો નથી તે ‘જુઓ’.
- જ્ઞાની પુરુષો ઊંઘમાં પણ હાજર હોય. તે ઊંઘતા શરીરને જોયા કરે છે. આવી વ્યક્તિ મૃત્યુને પણ જોઈ શકશે.
- બધે દુઃખ વ્યાપી રહ્યું હોય તો આપણી સાધનાને કારણે બીજા પ્રત્યે અનુકંપા આવે. તો આપણી અનુકંપા અને જ્ઞાનીની અનુકંપામાં શું ફેર હોય છે ?
- જે પોતે જાણતો નથી કે “હું કોણ છું?” તે વ્યક્તિ દુઃખી છે. તેની દરેક ક્રિયા હંમેશાં દુઃખ વધારશે- કારણ કે તેના હાથમાં સ્થૂળ શરીર જ છે- કેન્દ્ર હાથમાં નથી.

- સત્સંગને કારણે દર્શન પ્રાપ્ત થાય છે- કે દુઃખનું કારણ અહંકાર છે અને આ મિથ્યાદ્રષ્ટિ મટાડવી જોઈએ. એટલે તેમાં હૃદયનો ભાવ/પ્રાણનો ભાવ/ગુણો ડેવલપ થાય છે, અને શારીરિક તથા માનસિક મહત્વાકાંક્ષા ઘટે છે. આથી શક્તિનો ખર્ચ બચે અને અનુકંપા જાગે- પોતાના ઉપર સ્ટ્રેસ/દબાણ આવે. પણ ભૂલ એ થાય છે કે “હું સુખી છું અને સામેવાળો દુઃખી છે” – તેમ માનો છો. ભલે તમારો સવળો અહંકાર છે અને સામેનો અવળો અહંકાર છે – પણ બંને અહંકાર જ છે. એટલે મૈત્રી અપાય કે સામેવાળાનું દુઃખ દૂર થાય. આપણે બીજાને મદદ/સહાય કરી શકતાં નથી. એક દ્રવ્ય બીજા દ્રવ્યને મદદ ન કરી શકે. પણ જો તમે શાંત થાઓ તો તે શાંતિ બીજાને પહોંચે.
- જ્યારે દુઃખ બીજાને થાય અને કંપ/અસર પોતાનામાં અનુભવાય તેને અનુકંપા કહે છે. જ્ઞાની અહંકારથી જીવતા નથી- પણ પૂર્ણ ચૈતન્યથી જીવે છે. તેની અનુકંપા દુઃખ/ભાવમાંથી ન ઊઠે- પણ તે અનુભવશે કે આ બીજાનું શરીર જે દુઃખ અનુભવે છે તે હું જ છું- તે એકતાનો અનુભવ કરે છે. અહીં જ્ઞાનીને દુઃખની એકરૂપતા નથી- એટલે દુઃખ હોય તે દુઃખરૂપે રહેતું જ નથી- તાદાત્મ્ય નથી. જાણનારના પરમાણુઓ અને દુઃખના પરમાણુઓ જુદા છે. જ્ઞાની પોતાના મહાસુખથી દુઃખને જોશે. જ્ઞાની પોતે જાણપણાથી જે કંઈ કરે તે કૃપા જ છે. જ્ઞાની શરીરને પોતાનું નથી માનતા એટલે સામેની વ્યક્તિની જાગૃતિમાં સળવળાટ થાય છે – એટલે તેનું દુઃખ ઘટી જાય છે- તે દુઃખથી અલિપ્ત થઈ જાય છે. અહીં કોઈ દુઃખને ભોગવનાર નહીં રહે. જ્ઞાની પુરુષની અનુકંપા ‘જાગૃતિના ભાવ’ ની હોય છે.

સત્સંગ ક્રમાંક [892] 29 MAY 2005 B

- સુખની અપેક્ષા કોને કારણે રહે છે ?
- બાળકને પણ જન્મથી જ શરીરને સુખ આપવું છે. સુખનું મૂળ આત્મામાં પડેલું છે. મોટા થઈને પૈસા/કલા/ક્રિયા વગેરેમાંથી તે સુખ શોધે છે- તે પરિપક્વતાનો અભાવ છે. વાસ્તવમાં તેને આત્માનું સુખ જોઈએ છે.
- વ્યક્તિ આત્માથી ગુમરાહ છે અને આત્માનો વિયોગ છે એટલે અન્ય જગ્યાએ સુખ શોધે છે- એટલે મિથ્યાત્વની એકતા થઈ ગઈ છે. જાતને જાણે એટલે સુખ અંદરથી જ આવશે.
- જે જગત પાસેથી સુખ માંગતો અટકે તેને આત્માનું સુખ મળે. પણ યાદ રાખો કે તમારે તો પ્રાણીમાત્રને સુખ જ આપવાનું છે. આ બોલવું સહેલું છે પણ પ્રેક્ટિકલ અઘરું છે. જ્ઞાન મેળવવા માટે કોઈને દુઃખ ન અપાય. વ્યક્તિને મળ/વિક્ષેપ/આવરણ નડે છે.
- પ્રતીક ભક્તિમાં સામે કોઈ હોય છે. પરાભક્તિમાં અંતમાં બંને છેડા ખાલી થઈ જવા જોઈએ. ગુરુ/શિષ્ય એક થાય છે. જો એક છેડો રહે તો – તે પરાભક્તિ નહીં પણ પ્રતીક ભક્તિ રહેશે. રામકૃષ્ણને કાલીની પ્રતીક ભક્તિ હતી પણ અંતે તેઓ કહે છે કે “રામ પણ હું છું, કૃષ્ણ પણ હું છું, કાલી પણ હું છું” – આમ બધું એક થઈ જાય છે.
- જ્ઞાનીની કરુણા અને અનુકંપામાં ભેદ હોય ?
- જ્ઞાનીની શક્તિ વૈશ્વિક હોય છે. તે બધાં ઉપર કાર્ય કરે છે. અનુકંપા એ સ્વરૂપનો સ્વભાવ નથી. જ્ઞાનીના જ્ઞાનનો પ્રકાશ ઢાંચામાંથી આવે છે. તેમાંથી કંપ પેદા થાય છે- અને તે શુદ્ધ વર્તમાનમાં જે બનવું હોય તે બનવા દે છે.
- દયા - મનોમય ચેતનામાંથી આવે છે. એટલે સામેનો વિરોધ કરે તો દયામાંથી ક્રોધ કે નિર્દયતા આવે.
- કરુણામાં – દુઃખી સામેના છે પણ લાયારી/પીડા પોતે અનુભવશે. હવે સામેની વ્યક્તિ વિરોધી થાય તોપણ તમારામાં ક્રોધ/લોભ ઊભા થતા નથી.
- મુદિતા એટલે સામેનો માણસ સુખી છે – તો જ્ઞાનીને તેની સાથે મુદિતા થાય- તેના આનંદ સાથે એક થાય. લોકો બીજાના સુખને જોઈને ઈર્ષા કરશે અને વિચારશે કે મને આવું સુખ નથી. અહીં મુદિતા એટલે મનથી ખોટું ખોટું રાજી થવું તે નહીં. બીજાના સુખનો રાજીપો અંદરથી આવવો જોઈએ.

- મુદ્દિતાના ભાવથી જે ઈર્ષા જાય છે તે ઉપરથી જાય છે- અને ક્રિયા ચોખ્ખી થાય છે, પણ અંદરનું ઝેર (મત્સર) નહીં જાય. આ ઝેર તો સત તત્ત્વથી જ જાય. ઘણાની વાણી/ઇરાદો વગેરે ચોખ્ખું હોય પણ અંદર ઝેર હશે. ઘણી વ્યક્તિ વ્યવહારમાં ઘણી મીઠી હોય પણ અંદરથી બધું ઝેરી/ઊંધું હોય.

સત્સંગ ક્રમાંક [893] 05 JUN 2005 A

- સત્સંગમાં સાધકોને માનસિક રીતે ઓછું મળવું તેમ કહેવાય છે- આનો પ્રકાશ પાડો. સાધકોએ અંદરોઅંદર કેવા ભાવ રાખવા જોઈએ ? સત્સંગનું સુખ છે તે કેવા પ્રકારનું સુખ કહેવાય ?
- માનસિક સંબંધ ઓછા રાખવા કારણ કે મનનો મેલ ઉતારવાનો છે- તેથી સુખ વહેતું શરૂ થઈ જાય. જ્ઞાની મેલને સક્રિય કરતા નથી અને સીધેસીધો જ્ઞાનનો પ્રકાશ રેલાવે છે. મળવાથી બંને બાજુના મનના મેલ એકબીજામાં દાખલ થાય છે. અહીં અનિવાર્ય સંબંધો જાળવવા પડે- પણ બિનજરૂરી સંબંધો ઘટાડો. નહિતર તમે જ્ઞાનનો લાભ ગુમાવશો.
- બીજામાં રસ લેવાની નિષ્ક્રિયતા રાખવી- તેને ન હળવું કે ન મળવું કહે છે. નહિતર સત્સંગ ઊગે નહીં. પ્રેક્ટિકલ કરવું જ પડે. જો તમારામાં જ્ઞાન ઊતરે તો જ્ઞાની મોજૂદ છે.
- મન/બુદ્ધિ/ચિત્ત/અહંકાર સક્રિય હોય તેને માનસિક સંબંધ કહેવાય- તે જ્ઞાનને કાપતો જાય. તે મનોમય ચેતના છે- અને જન્મમરણનું કારણ છે.
- જો માનસિક ક્રિયા ફરજિયાત કરવી પડે તો દ્રષ્ટા બનીને જીવો. સગાં/પાડોશી/મિત્રો વગેરેને ફરજિયાત મળવું પડે ત્યારે આમ કરો. વ્યવહાર કરતી વખતે દ્રષ્ટા બનો. સ્વાધ્યાય કરો. ખટપટમાંથી બચો. બધી જ જગ્યાએ મન લગાડવાનો આશય ન રાખવો. માનસિક જીવનથી બચો અને આશય મજબૂત રાખો. અહીં આશય મહત્ત્વનો છે. માનસિક ચેતના અધ્યાત્મનું ધોવાણ કરી નાખશે.
- જો પરામાં જવાનો નિશ્ચય પાકો જ હોય અને બહારના સંબંધો ઓછા જ રાખતાં હોઈએ – પરંતુ કુટુંબના સંબંધો જ આંતરતા હોય તો શું કરવું ?
- જો તમારો આશય તીવ્ર હોય કે “મારે તો ભગવદ્જીવન જ જીવવું છે” – તો તમે સલામત છો. અહીં તમારી દોષ દ્રષ્ટિ પણ જવાબદાર છે અને કારણો તમારી અંદર જ પડેલાં છે. પરંતુ કારણોમાં પડવાને બદલે જુઓ કે તે માત્ર નિમિત્ત છે. તેના તરફ દ્રેષ ન રાખવો- પણ જાગૃતિ રાખીને અંદરથી અલિપ્ત રહો – ‘જુઓ’. નિમિત્તમાંથી તમારે પસાર થવું જ પડશે. ધીમે ધીમે પ્રગતિનું બળ વધતું જશે. ડર ન રાખો પણ તમારે આમાંથી જ માર્ગ કરવાનો છે.

સત્સંગ ક્રમાંક [893] 05 JUN 2005 B

- અહીં આપણી શક્તિ નિરાકરણમાં નથી વાપરવાની- આ તો અહંકાર બોલે છે. આપણે નિરાકરણ ન લાવી શકીએ.
- શક્તિ ક્યાં વાપરવી ? મનમાં ઊભા થતા ઉદ્ભેગ/પીડા/ડિપ્રેશન/મનોદબાણને હું જાણી રહ્યો છું. મન જે સંવેદી રહ્યું છે તે સંવેદનાથી પારમિતા પ્રજ્ઞામાં નથી જવાતું- પણ ‘જાણપણા’ થી જવાય છે. મનની સંવેદનામાં શક્તિ ન ખર્ચો- પણ સંવેદનાને ઓળખનાર તત્ત્વ અંદર છે- ત્યાં વજન મૂકો. ચિત્તમાં આવતા ઉદ્ભેગ વગેરેથી છૂટા પડો. જેણે ‘જાણ્યું’ તે બચી જશે. ‘જાણપણા’ નો અગ્નિ અંતરાયોને બાળી નાંખશે. તમારે કુટુંબમાં નાટકનો રોલ ભજવવાનો છે.
- અંતરાયો એ અહંકારની ભ્રાંતિ છે. અહંકાર શાંત થતાં જ તે નહીં રહે.
- ગુર્જિએફના પ્રભાવ ‘A’ અને પ્રભાવ ‘B’ નિરર્થક છે. પ્રભાવ ‘C’ – પરાનો પ્રભાવ છે. તેના વગર કંઈ ન થઈ શકે. (A એટલે વ્યક્તિગત, B એટલે વ્યક્તિના જેવા બીજાઓ. પરંતુ A અને B બંને માનસિક છે- તેનાથી કંઈ નહીં થાય).
- સતત જુઓ કે અશુદ્ધિ કેમ દૂર થાય- તો મદદ/સહાય મળે.

- તમારે જોવું જોઈએ કે સામેની ચેતના માનસિક છે? તે કંઈ કરી ન શકે. આવી માનસિક ચેતનાને અટકાવવી કેમ? ક્રિયાની સામે ક્રિયા ન મૂકવી- તે ઢૂંઢૂં ઊભો કરશે. માનસિક ચેતના ક્રિયાથી નહીં બદલાય- પણ જ્ઞાનની સમજણથી બદલાશે.
- સમજણનો પ્રકાશ મનોમય ચેતનાને દૂર કરે છે. કંઈ કરવાથી અધ્યાત્મ ન આવે. જેની પાસે પરાચેતના હોય તેની સાથે મૈત્રી રાખો. સંગ સારો રાખવો.
- સત્તા/પૈસા વગેરેનો પ્રભાવ તમારી માનસિક ચેતના છે. તે તમારી ચેતનાને બદલવા દેતું નથી. તમને જે 'સ્વભાવ' ની બહાર રાખે તે 'પ્રભાવ'. સમજણમાં આવો. તમારી દ્રષ્ટિ બદલો. 'જાણેલા' માણસ પર નિરંતર દ્રષ્ટિ રાખો.
- પીડા અંદર થતી હોય તો તેના 'જાણનાર' બનો- તેથી તેનો અગ્નિ પીડાનો નાશ કરે. પીડાથી ગભરાવું નહીં/ભાગવું નહીં. પીડાને ઓળખો/સમજો.
- અધ્યાત્મને તમારી અંદર લાવવું. બહાર સંસારમાં આધ્યાત્મિકતાનો દેખાડો કરવો નહીં.
- અકારણ મિથ્યા અહંકાર અને મિથ્યા વિચાર આવે તો શું કરવું ?
- વિચાર એ અહંકાર નથી- તે મન છે- તે ઘણા લાંબા ગાળાથી વ્યવસ્થિત થયેલી પ્રકૃતિની શક્તિ છે. વિચારોને દૂર કરવાનો પ્રયત્ન ન કરવો.
- અહંકાર આત્માને ઢાંકે છે. ફક્ત એમ રાખો કે વિચાર એ પ્રકૃતિનો અવાજ છે. વિચાર એ 'તમે' નથી. જ્યાં સુધી ચેતના બદલે નહીં ત્યાં સુધી વિચારો રહેશે. તેને ફક્ત જોયા કરો- બીજું કંઈ નહીં.
- વ્યક્તિનું 'હોવાપણું' છે તેની અનુભૂતિ ન થાય પણ બીજું મિથ્યા કર્તાપિદ કે "હું શરીર/મન/બુદ્ધિ/વિચાર વગેરે છું" – તે અહંકાર છે. હવે અહંકારે કર્તાપિદ લીધું એટલે તે 24 કલાક તેની જ વકીલાત કરશે- ભલે તે સાચું હોય કે ખોટું હોય. તેમાંથી રાગ અને દ્વેષ આવશે. અહંકાર છે તો 'મારું' છે. અહંકારને હજારો માથાં છે. ચિત્ત/ક્રિયા/વાણી/પ્રાણ/બુદ્ધિ/વિનય/વિવેક/નમ્રતા/સાધના/તપ વગેરેનો અહંકાર. સત્સંગમાં પણ અહંકાર તેના બેકગ્રાઉન્ડમાં તો હોય જ. અહંકાર એ મનોમય ચેતના છે. તેને ઢાંકવો સહેલો છે પણ કાઢવો અઘરો છે. તે મિથ્યા કલ્પના/આભાસ છે- તે કોઈ વસ્તુ નથી. તમારા વિચારો તો પરમાણુઓ છે પણ અહંકાર તો પરમાણુ પણ નથી.
- અહંકારમાં વ્યક્તિને પોતાનો 'હું' દેખાય છે. વાસ્તવમાં તે વ્યક્તિ 'ચેતન' છે. (રજ્જુ/સર્પ) અહંકારમાંથી ઝઘડા/માન/દ્વેષ વગેરે આવે છે.
- ભયનું કેન્દ્રસ્થાન અહંકાર/મનોમય ચેતના છે. આ અહંકારની મિથ્યાદ્રષ્ટિ કેમ જાય?
- મનનાં વલણ મિથ્યાદ્રષ્ટિએ બનાવ્યાં. (હું આ ... વગેરે) સત્સંગથી 'જુઓ' અને સમજો કે "હું આ નથી" વગેરે. સમજણનું સુખ નિરંતર અહંકારને ઘટાડશે. નિરંતર સાચી સમજણ મેળવો. આ દરેક ક્રિયા કોણ કરે છે? 'જુઓ' અને સમજો. તમે તમારા અહંકારના વકીલ ન બનો. વહેવારમાં ખોટો અહંકાર રાખવો પડે પણ અંદરથી ન રાખવો.

સત્સંગ ક્રમાંક [894] 12 JUN 2005 A

- જેને સીધી રેખામાં જવું છે તેણે મનનો ઉપયોગ ઘટાડી નાખવો જોઈએ. તો 'મનનો ઉપયોગ' એટલે શું ?
- જો દિવસ દરમિયાન બધું જ કામ મનને સંતૃપ્તિ મળે તેમ થતું રહેતું હોય તો આ સીધી રેખાનો માર્ગ નથી- ભલે તમારી કે મંડળ કે કાર્યની પ્રતિષ્ઠા હોય. આમાં ભલે સાત્ત્વિક સુખ મળે છે પણ ગોળ ગોળ ફરાય છે – તેથી દુઃખ કપાશે નહીં.
- ઉપ= પાસે, યોગ = જોડાવું. જો સીધી રેખામાં ચાલવું હોય તો વ્યક્તિએ મન સાથે જોડાવામાં બીક રાખવી. મનનો ઉપયોગ કરવામાં બીક રાખવી. મનના ઉપયોગથી જ આત્મા પુરાઈ ગયો છે. જ્ઞાની પુરુષો તેની ચેતના/સત તત્ત્વનો ઉપયોગ કરે છે- જ્યારે સંસારીઓ જે મનોદૈહિક ચેતના વાપરે છે- તે પરાચેતના નથી. મન અને શરીર ચલાવવા માટેની ચેતના મનોદૈહિક ચેતના છે - તે ચાલી જાય એટલે જીવ જતો રહેશે.

- જે સતત મનનો ઉપયોગ કરે તે સંસારી- ભલે તે સાધુ દેખાય. મનોદૈહિક ચેતનાના ઉપયોગથી જન્મમરણ વધતાં જાય. મનની ચેતનાને જે 'જુએ' છે તે તેના ઉપભોગ (Consumption) થી બહાર ચાલ્યો જાય છે. અંતરાત્મા હોય તે મનોદૈહિક ચેતનાને 'જાણે' – તેના ઉપયોગમાં ન ચાલ્યા જાય. મનોદૈહિક ચેતના મન + શરીરના સંચાલન માટે છે. તેમાં ભળવાનું નથી. જ્યારે વ્યક્તિ 'જુએ' છે ત્યારે તેમાં મનનો ઉપયોગ નથી.
- મનોદૈહિક ચેતનાને બંધ (સ્વયં ઓફ) ન કરી શકાય – પણ તેના સાક્ષી/દ્રષ્ટા રહેવાનું છે. દા.ત. સાંભળતી વખતે "હું દૂરથી જોઈ રહ્યો છું અને મારું શ્રવણતંત્ર સાંભળી રહ્યું છે". મનમાં ભળવું નહીં- પણ મન અને બુદ્ધિને જોવાનાં છે. ગીતા મુજબ ઇન્દ્રિયો પોતાના સ્વભાવમાં પ્રવર્તે છે – તમે તમારા ધર્મમાં રહો. તમને ખબર નથી કે તમે જોવા/સાંભળવા/બોલવા/સુંઘવા બધામાં ભળી જ જાઓ છો- પણ જુદા રહો. જોતી આંખને જુઓ, સાંભળતા કાનને સાંભળો, બોલતી જીભ/શબ્દોને જુઓ – તો જ અશુદ્ધિ કપાશે. આંખ, કાન, જીભ વગેરેની ક્રિયા મનોદૈહિક ચેતના જ વાપરે- તે પરાચેતના ન વાપરે. આપણે મનોદૈહિક ચેતનામાં ઘૂસી ગયાં છીએ.
- ઘણા લાંબા સમયે ખબર પડશે કે જે પરાચેતનાથી જોવાય છે તેને પણ જોનાર કોઈ છે. પરાચેતના એ પણ આત્માનો પ્રકાશ છે- જેમ સૂર્યનો પ્રકાશ એ સૂર્ય નથી. આત્માના પ્રકાશથી આપણે મનોદૈહિક ચેતનાને જોઈએ છીએ.
- જ્યારે વ્યક્તિનું બધું જ યોખ્ખું થાય છે તેમ સૂર્ય સીધો પ્રગટ થાય છે અને બધો જ પ્રકાશ નીકળી જાય છે – ત્યારે ખબર પડે છે કે આ તો આત્માનો પ્રકાશ હતો. જ્યારે પરાનો પ્રકાશ આવે ત્યારે ખબર પડી જાય છે કે આ સુખ ઇન્દ્રિયનું સુખ નથી/જગતનું સુખ નથી/સંવેદનાનું સુખ નથી પણ ઇન્દ્રિયની પેલે પારનું સુખ છે. આ બધું જ ખસી જાય ત્યારે ખબર પડે છે કે આત્મા એ વસ્તુ/પદાર્થ છે. ચેતના કોઈ વસ્તુ નથી. આત્માના પ્રકાશ દ્વારા આપણે તેના સુધી પહોંચી શકવાના છીએ- ચેતનાના પ્રકાશને ટેકે ટેકે પહોંચાય.
- જો સત્સંગ/જ્ઞાની પ્રત્યે પ્રીતિ રાખો તો વ્યક્તિ સીધી રેખામાં આવી જશે.
- ચિત્ત ડગલે ને પગલે દુઃખી થાય છે – તે જ બતાવે છે કે હજુ ભવરોગ છે - નહિતર દુઃખ ન થાય.
- સીધી રેખામાં કંઈ કરવા ઉપર ભાર નહીં પડે. ચિત્તમાં સતત એવો ભાવ રાખો અને ડિમાંડ કરો કે "મને તો મૃત્યુમય ઊર્જા જોઈએ જ". આમ સતત થાય એટલે તે સામે આવીને ઊભું રહી જાય. આ આંતર જગતમાં કરવું પડશે. બાહ્ય ક્રિયા નહીં.
- ભલે તમને ચિંતા કે દુઃખ હોય પણ તમારા મનને સતત જોયા જ કરો.
- દરેક કાર્ય શરીર કરે છે પણ તમે શા માટે શરીરની ચેતનાને સપોર્ટ કરો છો ? તમે ફક્ત તેને જોયા કરો – તેથી તમે જુદા પડશો.

સત્સંગ ક્રમાંક [894] 12 JUN 2005 B

- ઘણા માણસો સતત પોતાના મન/બુદ્ધિને સારી રાખતા હોય છે- પણ જો 'જુઓ' નહીં તો અંતે તો મૃત્યુ પછી કંઈ સાથે નહીં આવે. વ્યક્તિએ 'આત્મા' નું જ જીવન જીવવું જોઈએ. આવી વ્યક્તિને મન બુદ્ધિથી નિર્ણયો લેવામાં તાણ વરતાશે. બીજા લોકોની મન/બુદ્ધિની મોજ પાશવી છે – માટે લઘુતાગ્રંથિમાં ન આવવું. ધૈર્ય રાખવું. ધીમે ધીમે તમારી બુદ્ધિ સવળી થશે- તે ભગવદ્ બુદ્ધિ થશે- જે આત્મામાંથી પ્રકાશ ખેંચશે.
- નાડીઓ (ઇડા/પિંગવા/સુષુમ્ણા) નો અભ્યાસ જરૂરી છે કે કેમ ?
- જે લોકો આમાં પડે છે તેઓ તેમાં મન/બુદ્ધિની કસરત કરીને ગોળ ગોળ ફરે છે. ભલે થોડો અભ્યાસ કરાય – પણ આખી જિંદગી ન અપાય. કામ તો તમારે અંદરથી જ કરાય- તે જ સીધી રેખાનો માર્ગ છે.

- સવારે જાગો ત્યારથી જ ચિત્ત આત્માને અર્પણ કરો- એટલે બધી ક્રિયામાં અજ્ઞાન કપાતું જાય. સાથે સાથે જ્ઞાનીને પણ ચિત્તમાં રાખો – તો જ્ઞાનના પ્રકાશથી સહેલું થઈ જશે. મોટી ક્રિયાઓ શોધવી નહીં. ક્રિયાઓ અહંકાર વધારે છે. જ્યારે અહંકાર તો કાઢવાનો છે.
- ગુર્જિએફની સાધના પદ્ધતિ સીધી રેખાની છે ?
- હા. ગુર્જિએફ સીધી રેખાનો જ માણસ છે. બધી સૂફી સાધનાઓ સીધી રેખાની જ છે. જ્યારે કટોકટી આવે ત્યારે તેમાંથી બચવાનો પ્રયત્ન ન કરો – પણ આફતમાં આત્માને જગાડવાનો પ્રયત્ન કરો. તમારે જાગવાની જરૂર છે.
- શરીરના ધર્મો/વિકારો હોય તે આવવાના જ. પણ તેમાં સ્મૃતિ કે વિચારો ભળે તો તકલીફ છે. ફક્ત તેનું અવલોકન કરો – અને ‘જુઓ’. જે થઈ રહ્યું છે તે થવા દો.
- ‘હું આત્મા છું’, ‘હું આત્માને જોઉં છું’- આ બોલાય છે તેમાં ‘હું’ કોણ છે ?
- જે આત્મા નથી તે બોલે છે. જે મિથ્યાદ્રષ્ટિ/મિથ્યા તત્ત્વ છે તે બોલે છે. જે મને કાયમ દુઃખ આપે છે તે બોલે છે. અંદરનો દુઃખીયારો અહમ આત્માને જોશે.
- વ્યક્તિ બુદ્ધિથી આત્માને ભજે છે – પણ સત્સંગથી આ બુદ્ધિ સવળી બુદ્ધિ થાય અને પ્રજ્ઞાશક્તિ જાગે ત્યારે તેનું ‘હોવાપણું’ અનુભવાય છે.
- સંસારની સાધના મન અને અહમ વડે થાય છે. જ્યારે પ્રજ્ઞાશક્તિ/સમતાભાવ (બધે જ આત્મા છે) આવે તે મનને ઘટાડે. સમતાભાવ હંમેશાં રાખો- તે ધીમે ધીમે જ્ઞાતાભાવમાં લઈ જશે.
- અંદર બોલો કે “ મનને બુદ્ધિ સાથે, બુદ્ધિને ચિત્ત સાથે, ચિત્તને પ્રાણ સાથે ભેળવું છું અને બધું જ એક થયા પછી હું આત્મા જોઉં છું”- તો સમતાભાવ આવશે.
- ગુર્જિએફ મુજબ અહંકાર અનેક છે પણ તેને એક કરવા- એટલે સાક્ષીભાવ ઊભો થશે. ત્યાર બાદ જ્ઞાનનાં બીજક આવે ત્યારે વ્યક્તિ આત્માથી મનને જોતો જાય – અને જેમ જેમ જુએ તેમ તેમ મન ખસતું જાય.
- આત્મા આવે એટલે બળ ન વાપરવું પડે- પણ સાધનામાં બળ વાપરવું પડે.
- સ્વપ્નમાં પ્રસંગ/ઘટના સામાન્ય રીતે રિપીટ ન થાય – પરંતુ જો પ્રસંગ/ઘટના સ્વપ્નમાં રિપીટ થાય તેનો મતલબ શું ?
- વ્યવહારમાં મન/બુદ્ધિ સજાગ હોય છે જે અહંકારની જાગૃતિનું સ્વપ્ન છે. અહંકાર જાગે છે પણ તેને ખબર નથી કે “હું કોણ છું ?”. જ્ઞાની પુરુષો જગતને સ્વપ્ન માને છે. જાગૃત અવસ્થામાં પણ માણસો તો સ્વપ્ન જ જુએ છે. જ્યારે વ્યક્તિ સૂઈ જાય ત્યારે બુદ્ધિ/અહંકારની જાગૃતિ ન હોય ત્યારે પણ જીવન/મનની ગતિ ચાલુ હોય છે. અહંકાર ખસે એટલે પરમાણુઓ સ્મૃતિમાં પકડાય તે સ્વપ્ન છે.
- સ્વપ્ન રિપીટ થાય તો તેને ભવિષ્યની ઘટના સાથે સંબંધ છે. ઘણી વખત શરીર/મનના રોગ હોય તો ક્યારેક કંઈ કરવું પડે.
- જ્ઞાની પુરુષો સ્વપ્નમાં આવે તે સારું કહેવાય. દેવો આવે તે સારું.

સત્સંગ ક્રમાંક [895] 19 JUN 2005 A

- જીવનમાં આત્મા મેળવવો છે અને વ્યવહાર પણ ચાલે છે. પણ વ્યવહારમાં અપેક્ષાઓ આવી જાય છે તો શું કરવું ?
- માણસો સાધનામાં પણ અપેક્ષા અને ઇચ્છાઓ રાખે છે. આત્માનું જ્ઞાન તેને થાય છે જે પોતાની ઇચ્છા/અપેક્ષા/ગમતું છોડે છે. અને જો અણગમતું આવી પડે તેને પ્રભુના પ્રસાદ તરીકે સ્વીકારે છે- આવા લોકો જ આત્મા પામી શક્યા છે અને જ્ઞાન મેળવી શક્યા છે.
- અપેક્ષા ઊભી થવાનું કારણ એ છે કે વ્યક્તિ પોતાના શરીરને માલિક સમજે છે- પોતાની પ્રોપર્ટી/મિલકત માને છે. અહીં શરીરની રક્ષા કરવી પડે, શરીરની સંભાળ અને કાળજી લેવી પડે- પણ આ શરીર મારું નથી તે સમજો. ‘મારાપણું’ કાઢી નાખો. જેમ બેન્કનો કેશિયર પૈસાને પોતાના નહીં માને તેમ માલિકીભાવ છોડો.

- સ્મૃતિને કારણે જન્મમરણ થાય છે. ડગલે ને પગલે સ્મૃતિ પ્રગટે છે. તમે માત્ર જોનાર અને જાણનાર છો – આમ રાખો તો સ્મૃતિથી નિર્વેપપણું થાય.
- સારા/ખરાબ બધા જ પ્રસંગો ભૂલી જાઓ. તમારા ‘માની’ સ્વભાવમાં પણ સ્મૃતિ છે. ક્રિયાઓમાં સતત ગાંઠો પડે જ રાખે છે. ઊંઘમાં પણ કર્તાભાવથી ગાંઠ પડે છે. વ્યક્તિ સ્મૃતિથી છૂટી પડતી નથી- સ્મૃતિમાં પોતાનું ‘હોવાપણું’ સ્થાપી દીધું છે – એટલે જ તે બધે જ સ્મૃતિમાં ચીપકેલી રહે છે.
- સ્મૃતિ મનોદૈહિક ચેતનામાંથી આવી છે. જ્યારે પરાની સ્મૃતિ જુદી છે. તેને આ સ્મૃતિ સાથે સંબંધ નથી.
- સ્મૃતિ વગર ચાલશે નહીં. તે અંતઃકરણનો મહત્વનો હિસ્સો છે. પણ સ્મૃતિ સાથેનો સંબંધ છોડવાનો છે. સ્મૃતિથી બંધન થાય છે.
- જ્ઞાની પુરુષ અન્યને વ્યવહારથી માન આપે છે, સત્યથી નહીં. સત્યથી તો બધી જ વ્યક્તિઓ આત્મા જ છે. જ્ઞાન મેળવવા સ્મૃતિનો આધાર ક્ષીણ કરવો પડે.
- સમજી લો કે પૃથ્વી ઉપર તમારો જન્મ (તમારાં કાર્યો અને સંબંધો) આત્મા મેળવવા માટે અને ભવદુઃખ કાપવા માટે જ થયો છે. આ દ્રઢપણે માનો.
- હવે વ્યવહારમાં તમે માન મેળવવા નથી આવ્યા પણ તમારે સતત બીજાનું સારું જ કરવાનું છે- ભલે ગમે તેવી પરિસ્થિતિ હોય.
- “હું કર્તા નથી” તેમ માનવું સાધનાથી થઈ શકે છે અને તે સહેલું છે. પણ “સામેની વ્યક્તિ પણ કર્તા નથી- તે પણ તેના કર્મની ગાંઠ મુજબ કામ કરે છે” – તે સ્વીકારવું અઘરું છે. બંને વ્યક્તિઓ સ્વતંત્ર નથી- પરતંત્ર છે. આ વસ્તુ ભલે તમે સમજી લીધી તેમ છતાં પણ તમે તેમ જીવી નહીં શકો- કારણ કે આ તમે તમારી મનોવૈજ્ઞાનિક ચેતનામાં જમા કર્યું છે- અને જ્યારે સંજોગો આવશે ત્યારે ક્રોધ/લોભ/ઈર્ષા – બધું જ આવશે.
- સારું/ખરાબ કોઈ પણ કામ તમે કરતા જ નથી- તે સમજો. ખોટાં કર્મોમાં તમારી ભૂલ દેખાશે અને તમે ભૂલી પણ જશો. પણ સારાં કર્મો તમે ભૂલી નહીં શકો. આ બંને કર્મો શુદ્ધ નથી- બંને પાર્થિવ છે. કર્મો જડ છે.
- સુખ/દુઃખનો અનુભવ કર્તાને થાય છે. કર્તા કર્મને આધીન છે- અને કર્મ જડ છે. કર્મની ઝીણી રજ હોય છે. તેના પર ચિત્ત/આત્માથી જોતાં તે બળે છે.
- ગમે તેટલું સારું કામ થાય પણ પ્રશંસા ન થાય તે તમારા ફાયદામાં છે- તે તમારી ચિત્તશુદ્ધિ કરશે. પણ જો વખાણ થાય તો તે શુભમાં જશે. જગત તમારી કદર કરે તોપણ શું અને કદર ન કરે તોપણ શું? આ અઘરું છે.

સત્સંગ ક્રમાંક [895] 19 JUN 2005 B

- જ્ઞાનીની કૃપા/જ્ઞાનીનું જ્ઞાન હંમેશાં હોય જ છે. કૃપા ચિત્તમાં/મનમાં પ્રવર્તી જાય તેને મનની અસ્મિતા કહેવાય કે કેમ ?
- જો બધું સારું હોય- એટલે કે બહાર/અંદર અપમાન નથી થતું, સ્વાસ્થ્ય સારું છે વગેરે- તો એમ કહેવાય કે મનોદૈહિક ચેતનામાં બધું બરોબર છે- પણ આ સુખ તમને મોઢું પડશે- કારણ કે તે અહંકારે લીધું. પણ જો વ્યક્તિની જાગૃતિ હોય તો વ્યક્તિ સુખને સંવેદશે નહીં પણ “હું જાણું છું” તેમ રાખશે- એટલે કે વ્યક્તિ “જાણશે” તો અહંકારનું માથું કપાઈ જશે. જો વ્યક્તિ સુખને સંવેદશે તો તેણે અહંકાર ઉપર મુગટ પહેરાવ્યો કહેવાય. જેમ જેમ સંવેદશી અને અહંકારે જેટલું સુખ લીધું તેટલું દુઃખ આવશે.
- હંમેશાં સુખને ચેતનશક્તિથી ‘જાણો’ – પણ સંવેદવું નહીં. એટલે સુખ મળતું હોવા છતાં પણ તમે આ સુખમાં ફસાયા નથી- તમે સમજણમાં છો. સુખ અને દુઃખ બંનેને ‘જુઓ’. દા.ત. પાવર ન હોય અને વાઈટ આવે ત્યારે તમને ‘હાશ’ થાય તો તમે ‘જોયું’ નહીં. તમે હંમેશાં ‘જાણનાર’ થાઓ. જે જ્ઞાની હોય તે મૃત્યુ પામતા શરીરને પણ ‘જુએ’ છે. તમે સુખદ અને દુઃખદ બંને

વેદના જુઓ – તેમાં ભળી ન જાઓ- તો તમે સમતામાં છો. આ જ રીતે સંસારની બધી વસ્તુ/ઘટનાને ‘જુઓ’.

- આવી વ્યક્તિમાં જ્ઞાનીની કૃપા આવી જશે- કારણ કે બંને ‘જાણનાર’ છે.
- અસ્મિતા એટલે વ્યક્તિના લાગણી/ભાવ/અહંકાર બધું જ ઊંચું હોય. પણ અસ્મિતાનું કેન્દ્ર પાર્થિવમાં છે. મનની શાંતિ પણ જડ છે. અસ્મિતા વ્યક્તિનું માન વધારે છે.
- સાધક હોય તેને સત્સંગમાં પાપ બળે અને પુણ્યની વૃદ્ધિ થાય છે – તેને પણ તે જ્ઞાનીના જ્ઞાનથી ‘જુએ’ છે કે “આ પુણ્ય પણ મારે ભોગવવાનું આવશે”- એટલે સમજણનું મહાસુખ આવશે – જે સાધકની અણસમજને ફેરવશે – તેના થકી તે ધીમે ધીમે આત્મામાં જશે.
- બુદ્ધિની ગતિમાં ચેતનાની ગતિ કેમ વધારવી ?
- બુદ્ધિ એ ચેતના વગરની ન હોય. મનોદૈહિક ચેતના શરીરમાં ન હોય તો બુદ્ધિ કામ ન કરે. મનોદૈહિક ચેતના (અપરા) અને પરાચેતના બંને અલગ છે- બંનેની ગતિ અલગ છે. બુદ્ધિની શક્તિ ‘અપરા’ છે. પ્રજ્ઞાની શક્તિ ‘પરા’ છે. એટલે પ્રશ્ન એમ છે કે ‘પરા’ ની ચેતનાને કેમ વધારવી ?
- જો બુદ્ધિમાં પરાચેતના દાખલ થાય તો આ ચેતના પાસે સત તત્ત્વ, સમજણ વગેરે છે. જો વ્યક્તિની મંદ બુદ્ધિ હોય તો ચિંતા ન કરવી- પણ ચિંતા કરો કે “મારે પરાચેતના/પરાબુદ્ધિ જોઈએ”. આના માટે રુદ્ધન પણ કરો. જો મનોદૈહિક ચેતનાનો ઉપયોગ/વજન ઘટાડો તો પરાચેતના બહાર આવે.
- સ્મૃતિના જડ સંસ્કારો પોતાના વ્યક્તિત્વને ભૂલવા દેતા જ નથી. શું કરવું ?
- “મામેકં શરણં વ્રજઃ”. કૃષ્ણ કહે છે કે “તું તારા તપ/બુદ્ધિ/ધ્યાનથી નહીં પહોંચી શકે”. મામેકં એટલે કૃષ્ણ નહીં પણ તમારી અંદરના પૂર્ણ પ્રકાશને જ સ્મરણમાં રાખવો. જો ‘તું’ કંઈ પણ કરવા જઈશ તો બધું બગડશે – એટલે પૂર્ણ પ્રકાશને સ્મરણમાં રાખો – અને મહાશક્તિ સાથે અનુસંધાન કરો. મહાશક્તિ અશરીરી પણ હોય. માત્ર જ્ઞાનીનું અનુસંધાન કરો. પ્રકૃતિને સુધારવાનો પ્રયત્ન જ ન કરો- પણ જ્ઞાનીની મહાશક્તિને બોલાવો. તમને અંદર પ્યાસ/ગરજ હોવી જોઈએ. ભગવાન તો તમારું વર્તમાન ચિત્ત ક્યાં છે – તે જ માંગે છે. જ્યારે આપણો પુરુષાર્થ ઓછો પડે ત્યારે જ્ઞાની/અદેહી ચેતનાનું જોડાણ કરવું.

સત્સંગ ક્રમાંક [896] 26 JUN 2005 A

- જ્ઞાની કે અદેહી ચેતના સાથે સંબંધ કેમ કરવો ? જોડાણ કેમ કરવું ?
- પરાચેતના શું છે તે જાણો. જો હું મારી વર્તમાન ચેતનાને ઓળખું તો પરાચેતના ઓળખાય. વર્તમાન ચેતના એટલે મારું મન/બુદ્ધિ/ચિત્ત/અહંકાર (અંતઃકરણ). તેમાં બધું જ આવી જાય. આ વર્તમાન ચેતના એ મનોમય/મનોદૈહિક ચેતના છે – તે તમને ક્યાંય ન પહોંચાડે- પણ ગોળ ગોળ ફેરવ્યા કરશે. બળદગાડામાં અમેરિકા કેમ પહોંચાય? તમે સમજો કે તમે અંતઃકરણના ગુલામ છો.
- જ્યારે મનોદૈહિક ચેતનાની પીડા વધે ત્યારે જ વ્યક્તિને બહાર નીકળવાનું સૂઝે. જો કોઈ પીડા ન આવે કે ન હોય તો બીજા પ્રાણી જેવું જ બધું થઈ જાય. આ ચેતનામાં સારું/ખરાબ બંને વર્તન થાય છે. ધાર્મિક/સાત્ત્વિક/તામસિક આવું બધું થાય છે. પરંતુ આ બધું ત્રણ ગુણો જ છે. વ્યક્તિનું આખું વ્યક્તિત્વ આમાં જ આવે.
- મનોદૈહિક ચેતના શરીરમાંથી જ બની છે જ્યારે પરાચેતનાને શરીરના જન્મ/મરણ સાથે કોઈ જ સંબંધ નથી. સૃષ્ટિના સર્જન/વિસર્જન/વિનાશ સાથે કોઈ સંબંધ નથી. તે ભગવાનની શક્તિ છે. જ્યાં સુધી આ શક્તિ ન આવે ત્યાં સુધી મનોદૈહિક ચેતનામાં તાકાત નથી કે તમારા દુઃખને ભાંગે. પરાચેતનાથી દુઃખ – જન્મમરણનો નાશ થાય છે.
- ભલે મનોદૈહિક ચેતના વ્યક્તિને સુખ આપતી હોય તોપણ વ્યક્તિને અંદરથી અવાજ આવવો જોઈએ કે આ મનોદૈહિક ચેતના મને નથી જોઈતી- પણ પરાચેતના જ જોઈએ. કારણ કે મનોદૈહિક ચેતનાનું સુખ છેતરામણું છે- તે ભ્રાંતિ છે.

- અહીં મનોમય ચેતનાનું સુખ છોડી દેવાનું નથી - પણ વ્યક્તિ સુખમય થઈ જાય છે. (આરોગ્યમય, શક્તિમય, ધનમય વગેરે...) દરેક વ્યક્તિને કંઈક થઈ જવું છે - પણ પરાયેતનામાં કંઈ થવાનું નથી- જે કંઈ દેખાય છે તે અસત્ય છે અને તે 'હું' નથી તેમ કરવાનું છે. આ વસ્તુ વાતો કે ફિલોસોફીથી નહીં જાય. એમ સમજો કે ઘર/કુટુંબ/ધંધો/વ્યક્તિત્વ બધું જ - બધું જ અસત્ય છે. અહીં ક્રિયા ફેરવવાની નથી પણ આશય/સમજ બદલવાની છે.
- લોકો મનોદૈહિક ચેતનાના લાભને પરાયેતનાનો લાભ માની લે છે- પણ તે જતો રહેશે. પરાયેતના કાલાતીત છે. (અકાલ) તમારી અંદર પરાયેતનાની યાદ ઊભી થવી જોઈએ. તમારી આજુબાજુના બધા જ માણસો ભલે સજ્જન હોય તોપણ તેમનો આશય આ નથી. એટલે ટોળાની ઊર્જા તમને તાણી જાય છે. આવા માણસો ઘરમાં/કુટુંબમાં જ હશે. અહીં તમારે સંબંધ બગાડવાનો નથી - પણ સમજણ સુધારવાની છે. અંતઃકરણમાં રાખો કે હું એકલો જ છું - મારી સાથે કોઈ નથી. મારો કોઈ મિત્ર કે દુશ્મન નથી. બધા પોતાના ગણિતમાં જ ચાલે છે. તમે પરાયેતનાના ગણિતમાં જ ચાલો. ક્રિયાનું મૂલ્ય નથી પણ તમારો આશય જ મહત્વનો છે.
- જગતને નહીં પણ ભગવાનને યાદો, જગતના રચનારને યાદો. તમારો આશય અને દ્રષ્ટિ - એ જ ભજન છે.
- વ્યક્તિના અંતરાયો તેના ચિત્તને જોડાતાં અટકાવે છે- તેથી ચિત્ત આડું ચાલે છે.
- તમે જ્ઞાનીના ચિત્ત સાથે જોડાઈ જાઓ. તેનું ચિત્ત આત્મા સાથે જોડાયેલ છે એટલે તમે પણ જોડાઈ જશો. બધાનો આત્મા એક જ છે - જુદો જુદો નથી. જ્ઞાની સાથે ચિત્તનું અભિન્ન જોડાણ કરો- સૂક્ષ્મ એકતા કરો.
- જો એક સેકન્ડ માટે પણ ચિત્ત જોડાશે તો પરાયેતનાનું બીજ મળી જશે. આ 'જાણપણા' નું બીજ કદી પણ નાશ નહીં પામે- શરીર ન હોય તોપણ.
- જેમ સૂર્યને ધરતી વિષે જાણ જ નથી તેમ પરાયેતનાને સારા/ખરાબ સાથે સંબંધ જ નથી. અહીં દ્વેષ નથી પણ અદ્વૈત છે.
- પરાયેતનાના માણસે બ્રહ્માંડની બહારની વસ્તુઓને જાણી છે. તે હવે ધરતીલોકનો મહેમાન છે, માલિક નથી. માણસો તો બધાના/વસ્તુઓના માલિક બનવાની ઇચ્છા રાખે છે.
- મનુષ્ય પાસે બધાથી નિર્વેપ થવાની તાકાત છે- દેવો આ નથી કરી શકતા. દેવો પ્રકૃતિ અને પારમિતા પ્રજ્ઞાને છૂટી નથી પાડી શકતા- જ્યારે માણસ સુખ/દુઃખ બંનેથી અલિપ્ત રહી શકે છે- એટલે મનુષ્ય જન્મ દુર્લભ છે. દેવો પોતાના જીવનની ક્રાંતિ કે પરિવર્તન ન કરી શકે. જે 'જાણે' છે તે મનુષ્ય છે- મનુષ્ય શરીરમાં જ 'જાણપણું' આવે છે. પરંતુ મનુષ્ય પોતાનું જીવન મનોમય ચેતનાને મજબૂત કરવામાં જ બગાડી નાખે છે.
- જો અંદર ચિનગારી લાગે તો જ વ્યક્તિને મનોદૈહિક ચેતનામાંથી નીકળવાની ભૂખ લાગે. સત્સંગમાં માત્ર સાંભળવાનો આશય ન રાખો. તમારી શક્તિ મુજબ જ્ઞાનીના કહેવા મુજબ આંતરિક શક્તિ કામે લગાડો. જો તમારો આશય હશે તો કોઈ ને કોઈ પ્રકારની સહાય તમને ચોક્કસ મળી જ રહેશે.
- મનોમય ચેતનાનું દાસત્વ છોડો- તેવો આશય અને ભાવ ઊભો કરો. અહીં સંસાર છોડીને સાધુ થવાનું નથી- પણ સંસારને નાટકની રીતે જુઓ. બળવો કરો કે "હું મનોદૈહિક ચેતનાને સ્વીકારતો નથી- મને તે માન્ય નથી". સંસારનું નાટક કરવા માટે આ ચેતનાને સાચવવી પડે.
- આપની આજુબાજુના લોકોને સંસારમાં રસ છે. આપણે સંસારને ઠેલી દેવો નહીં- પણ તમે તેના પ્રભાવમાં ન આવો/તેને ટેકો ન આપો કે વિરોધ ન કરો. જગતમાં સુખ નથી પણ સુખની ભ્રાંતિ છે.
- ચેતનાવાળી વાણીનો આશ્રય લેવો. પોતાના મનને સતત જોવું. ભગવાન/જ્ઞાનીને સતત તમારી સાથે રાખો. માણસોના અહંકાર સાથે નહીં પણ તેમની અંદરના ભગવાન સાથે રહો. બિનજરૂરી સંપર્ક/સંબંધ ટાળો. એકાંતમાં રહો. કામ કરતાં વચ્ચે અટકીને અંદર ડૂબકી મારો. કામ/સત્સંગ કે ક્રિયામાં તણાઈ ન જાઓ પણ જાણતા રહેવાનું છે.

સત્સંગ ક્રમાંક [896] 26 JUN 2005 B

- તકલીફ આવે ત્યારે ભાવ કરવો કે “મારે મારાં ખોટાં કર્મો સુધારવાં છે. મને પરાશક્તિની જરૂર છે. મારા સંશયો ઘણા છે. હું પહોંચી શકું તેમ નથી. મારી શક્તિ ઓછી પડે છે” – આવો ભાવ થતાં જ કર્મો પીગળવાં શરૂ થઈ જાય છે. વ્યક્તિ સાચો ભાવ નથી કરતી પણ ખોટી ક્રિયા કરે છે.
- વ્યક્તિની મનોમય ચેતના પોતાની નથી. તો પછી અથડામણ થાય તો ખોટું શું લગાડવાનું ? અન્ય વ્યક્તિને આત્મારૂપે જુઓ- ભલે તમે તેમાં આત્મા ન જોઈ શકો. આને તમારો આશય બનાવો.
- જો આપણે પરાચેતના સાથે અનુસંધાન કરીએ તો અંતરાયો કપાય ?
- હા, કપાય. જ્ઞાનનો અગ્નિ પાપને બાળે છે. સાંભળતાં સાંભળતાં પાપ બળે છે. જ્ઞાનને માર્ગે આગળ વધો. મનને નબળું ન પાડો. સ્મરણ રાખો. 24 કલાક ચિત્તને સ્મરણમાં રાખો. જેમ જેમ પરાચેતનાનો આશ્રય/સ્મરણ કરો તેમ તેમ પાપ બળે છે. પરાચેતના અગ્નિ છે. તે પરમાણુઓને બાળશે.
- પરાચેતનાની શક્તિ જ્યારે ક્રિયાશીલ થાય છે અને અવકાશમાં આવે છે ત્યારે વાતાવરણ – સાધકમાં ઊંડી શાંતિ ઊભી કરે છે. આ શાંતિને મનોમય ચેતનાનો સ્પર્શ નહીં હોય. આ શાંતિમાં જાગૃતિ તો રહે જ છે.
- 1. બૌદ્ધિક ચેતનાની મનોમય જાગૃતિ.
- 2. પરાચેતનાની જાગૃતિ - આ જાગૃતિ બુદ્ધિને ઝાંખી કરે છે અને ‘સ્વભાવ’ ની જાગૃતિને ક્રિયાશીલ કરે છે. આ જાગૃતિમાં તન્મયતા ન હોય. પરાચેતનાની જાગૃતિ છેલ્લા શ્વાસ સુધી રહે છે. આ જાગૃતિ હોય તો દુઃખ/આધિ/વ્યાધિ/ઉપાધિની ચિંતા ન હોય. આ જાગૃતિ શાંતિને ‘જુએ’ છે. અહીં શાંતિનો પણ ઉપભોગ ન કરો. (દા.ત. – હાશ, શાંતિ આવી.) શાંતિના પણ જ્ઞાતા-દ્રષ્ટા બનો. પરાચેતનાની શાંતિ જશે નહીં.

સત્સંગ ક્રમાંક [897] 03 JUL 2005 A

- કર્તાભાવ અને ભોક્તાભાવની ઓળખ શું ? ઓળખ મળ્યા પછી કર્તાભાવ અને ભોક્તાભાવની સક્રિયતા શાંત કરવાની કોઈ પદ્ધતિ છે ?
- જેના અનુસંધાનમાં શરીર/મન/બુદ્ધિ/અહંકારમાં એકરૂપતા હોય તેમાં હંમેશાં કર્તાભાવ હોય- ભલે તે સંસારી, સાધુ ... કોઈ પણ હોઈ શકે. “મારે કર્તાભાવને ક્ષીણ કરવો છે એટલે હું સત્સંગ કરું છું” તેમ રાખો.
- કર્તાપદ બાહ્ય વર્તનથી ન પકડાય તેવું પણ હોય. કર્તાપણું સ્થૂળ, સૂક્ષ્મ, સૂક્ષ્મતરથી સૂક્ષ્મતમ હોય છે. કર્તાપદમાં દુઃખ નથી હોતું પણ એક જાતનો પાશવી આનંદ હોય છે.
- ભોક્તાપદમાં સુખ અને દુઃખ બંનેનો અનુભવ થાય અને જ્યારે ધાર્યું ન થાય ત્યારે દુઃખ થાય.
- જ્યારે વ્યક્તિએ શરૂઆતથી જ કર્તાપદ ન રાખ્યું હોય તો સામેવાળી વ્યક્તિ માને નહીં કે તમારું ધાર્યું ન કરે તોપણ દુઃખ નહીં થાય. જો તમે એમ રાખો કે “હું નાટકનો રોલ ભજવી રહ્યો છું” તો ભોક્તાપદ નહીં આવે- અને નિર્વિકલ્પ સુખ મળે છે.
- સત્સંગના શબ્દોને જો તમે સાંભળો છો તો તમે ભોક્તાપદમાં છો. પણ શબ્દો તમારા શ્રવણતંત્રમાં આવે તે શું કરે છે તેને ‘જુઓ’ અને ‘જાણો’ છો તો તમે ભોક્તાપદની બહાર છો- તમે ભોક્તા નથી. આ રીતે આખા દિવસની જોવા/સાંભળવા/બોલવાની બધી ક્રિયાઓ કરો.
- જો તમે કર્તાની ક્રિયાના આનંદમાં છો તો ધાર્યું થવાથી તમે ભોક્તાના આનંદમાં છો – પણ તે તમારાં જન્મ-મરણનું મીટર વધારશે. કારણ કે તમે આત્માની વિરાધના કરી અને તેનાથી દૂર થયા- આત્માની કિમત ન કરી. તમે ક્રિયાના આનંદમાં મનોદૈહિક ચેતના સાથે રહ્યા. માટે જ આનંદને પણ ‘જુઓ’. TV જુઓ ત્યારે આત્મા સાથે રહો- TV માં ખેંચાઈ ન જાઓ. ‘જોવા’ અને ‘જાણવા’/સાંભળવા પર સતત લક્ષ રાખો તો જન્મ-મરણ કપાતાં જાય.

- જો અહંકાર ખસી જાય તો સમય નથી હોતો. એટલે સમય જ અહંકાર છે. જે કર્તાપદમાં હશે તે હંમેશાં સમયમાં જ જતો હશે- જોડાયેલો હશે. કર્તાપદ ટાળવા માટે સમયરહિતતા Timelessness નો અભ્યાસ કરવો પડે. જો મનોદૈહિક ચેતના શાંત થઈ જાય તો Time નથી અને રાગ દ્વેષ પણ નથી.
- ભોક્તાપદના અહંકારમાંથી નીકળવું અઘરું છે. પોતે દુઃખી ન થવું તે અઘરું છે. દુઃખ આવી પડે ત્યારે જ્ઞાની આ દુઃખના પરમાણુઓને બહારના માને છે અને “હું આ પરમાણુઓ સાથે સંબંધ ધરાવતો નથી”, “શરીર હું નથી” - તેમ માને છે.
- ઘણી વાર અહંકાર નબળો થાય તોપણ આશા અને તૃષ્ણા હોય છે. તેના તંતુઓથી આત્મા જકડાયેલો હોય છે. જ્ઞાનીના સાંનિધ્યમાં તે દેખાશે.
- ભોક્તાભાવમાં થતા દુઃખની બળતરામાં એકરૂપતા ન કરો પણ ‘જુઓ’. એમ ન માનો કે “મને દુઃખ થાય છે, મારી પ્રગતિ રોકાય છે”- પણ એમ માનો કે “અંદરના પરમાણુઓ બહાર જઈ રહ્યા છે”.
- “મોટેથી બોલો કે “હું અકર્તા/અભોક્તા છું”- એટલે મનોમય ચેતનામાં તમારો વિરોધ નોંધાઈ જશે. વ્યક્તિ પોતાની નરમાશ રાખે અને આ નરમાશ ક્રિયા/ભાવ/વાણીથી વ્યક્ત કરો. જોરાવર ન થાઓ. અહીં નરમાશ એ નિર્બળતા નથી - તે સમજો. કોઈ મંદિર વગેરે પવિત્ર સ્થાનમાં બેસો. આમ કરવાથી કર્તાપદ/ભોક્તાપદ ક્ષીણ થશે.
- જ્યારે કર્તાપદ/ભોક્તાપદ ન હોય ત્યારે તમારા વ્યવહારો કેવા છે, તમારો રસ શેમાં છે તે મહત્વનું છે. અન્ય સંસારી જેવું વર્તન ન હોવું જોઈએ. તમે આત્માના પ્રતિનિધિ છો તેવું વર્તન કરો. ફક્ત શબ્દો નહીં પણ વર્તન તેવું કરો. દરેક ક્રિયાને ઈશ્વર/આત્મા સાથે જોડો.

સત્સંગ ક્રમાંક [897] 03 JUL 2005 B

- શરીરના ભોક્તાભાવમાં પણ દ્રષ્ટાભાવ રાખવો જોઈએ- જાગૃતિનો ભાવ રાખવો જોઈએ. જો આમ ન થાય તો “શરીરની ક્રિયા ચાલી રહી છે” તેવો વિચાર રાખવો.
- આશા અને તૃષ્ણા સૂક્ષ્માતિસૂક્ષ્મ હોય છે. તે અંતિમ ભૂમિકા (7 મી ભૂમિકા)માં જ જશે. અહંકાર, મોહ વગેરે બધું જ જાય પછી છેલ્લે તે જાય.
- આપણામાં કર્તાપદ 100% ગયેલ હોતું નથી- પણ પરમ સત્સંગમાં ક્યારેક કર્તાપદ લુપ્ત થાય છે અને વક્તાની સાંભળેલ વાણી/જ્ઞાતાભાવ અને શબ્દો પણ શાંત થઈ જાય છે – તે શું છે ?
- ક્યારેક સત્સંગમાં શ્વાસ નાભિમાં સ્થિર થઈ જાય છે, મસ્તક ખાલી થઈ જાય છે અને ક્યારેક શરીર નાજુક/સૂક્ષ્મ અને ક્યારેક શરીર વિશાળ થઈ ગયું હોય તેમ લાગે છે. મનોદૈહિક ચેતનાને જ્યારે સંસારનો ભાર વર્તાય અને સત્સંગમાં પ્રીતિ થાય, પરમાણુઓ સત્સંગમાં મેય થાય ત્યારે મનોદૈહિક ચેતના સત્સંગ/બુદ્ધિ/અહંકારની હાજરીમાં ખસી જાય છે અને પરાચેતનાનો પ્રકાશ સાધકના ચિત્તમાં વ્યાપી જાય છે. આમ બને પછી વ્યક્તિનું ચિત્ત કાયમ અહીં જ રહેશે.
- ઘણી વ્યક્તિ ભોક્તાભાવના અહંકારમાં સારું કાર્ય કરે છે. જ્ઞાતા-દ્રષ્ટા તરીકે પણ કાર્ય ચાલુ હોય છે. તો આ ભોક્તાભાવની કોઈ લિમિટ ખરી ?
- જ્યારે સંપૂર્ણપણે “હું છું જ નહીં”, “હતો નહીં”, “હોઈશ નહીં” – એવું સિદ્ધ થઈ જાય (યોગવાશિષ્ઠ મુજબ – અજાતવાદ/વિવર્તવાદ) – એટલે કર્તા ન હોય – એટલે ભોક્તા પણ ન હોય. “હું છું” માં ‘હું’ છે- પણ “હું છું જ નહીં” માં બધું જ નીકળી જાય છે. જે છે તે છે. અહીં ‘હું’ પણ નથી ‘તું’ પણ નથી. ફક્ત જીવનસરિતા ચાલે છે અને પ્રકાશ મળે છે.
- સત્સંગ પૂરો થયા પછી બહાર નીકળીએ ત્યારે માયાના પરમાણુઓ ઘેરી વળે અને વેર વાળે તો શું કરવું ?
- જેનું કર્તાપદ અને ભોક્તાપદ ઘટી ગયું હોય તે પણ પરાશક્તિનું આહ્વાન કરે, આંતરતપ કરે. તમે આત્માતરફી/આત્માના પક્ષે રહો. તમારા તર્ક/વિચાર/બુદ્ધિ/શરીરની સાથે ન રહેવાય.

- કેટલાક બનાવોમાં દુઃખ થાય જ. એટલે ભોક્તાભાવ કાઢવો અઘરો છે. બીજાનું દુઃખ જોઈને કમકમાં આવી જાય છે. તો શું કરવું?
- તમારા ઉચ્ચ ભાવોને કારણે દુઃખ થાય છે. મનમાં રાખો કે “અન્યને નહીં પણ મને જ દુઃખ થાય છે”. બીજાને આત્મા તરીકે જુઓ- અન્ય તરીકે નહીં. અનુકંપાથી જુઓ- અનુકંપાથી શાંતિ આવશે- જે સામેની વ્યક્તિને પહોંચશે. પણ આમાં પણ સૂક્ષ્મ અહંકાર તો છે જ. બીજાના દુઃખે દુઃખી થવું તે મનોદૈહિક ચેતનાનો ગુણધર્મ છે- જ્યારે પ્રજ્ઞાનો ગુણધર્મ – અન્યની શાંતિ સાથે ભળી જવું - તે છે.
- કોઈના મૃત્યુમાં રોકકળ કરો તો આત્મા દુઃખી થાય – પણ શાંત ભાવ કરો તે શાંત ભાવ મૃતકના આત્માને પહોંચે.
- જમતી વખતે ભાવ કરો કે “મારી થાળીના ભોજનને પરાચેતનાનો સ્પર્શ થાય” – તો ભોજન ફરી જશે. સંકલ્પ કરો કે “આ જન્મમાં અમોને પરાચેતનાનો સ્પર્શ થઈ જાય, અનુસંધાન થઈ જાય” – તે કાર્ય કરશે. પરાચેતના મેળવવા માટેની તીવ્રતા/અભીપ્સા/આસ રાખો.

સત્સંગ ક્રમાંક [898] 10 JUL 2005 A

- જ્ઞાનીની હાજરીમાં જાગૃતિ રાખવાની નથી- પરંતુ “સત પ્રવર્તી રહ્યું છે અને હું છું” એટલું જ રાખો. કારણ કે અહમ જાગૃતિ રાખવાનો પ્રયત્ન કરશે. જ્ઞાનીની હાજરીમાં જ્ઞાતા-દ્રષ્ટા બનવાની પણ જરૂર નહીં. કારણ કે જ્ઞાનીનો પ્રકાશ કામ કરે છે.
- જ્યારે સંપૂર્ણપણે એમ લાગે કે કંઈ થઈ શકતું નથી, બધા જ આત્માથી વિરુદ્ધ છે- ત્યારે તમારા મનની પકડ/વિચારોને છોડી દો. ભાવ/સમજણથી જ છોડો. જેટલી અસહાયતા આવશે તેટલી જ મદદ/સહાય આવશે. તમે ભલે બુદ્ધિશાળી કે પૈસાદાર હો તોપણ સમજો કે તમે અસહાય છો. નિર્બલકે બલ રામ. પ્રકૃતિનું બધું બળ કાઢો- લાયાર નહીં બનવાનું- સમજણથી કાઢો. ગુરુ/ભગવાન પાસે બધું જ બળ કાઢી નાખો.
- યથાર્થ સત્સંગમાં વ્યાખ્યાન/વક્તા કેન્દ્રમાં ન હોય- પણ વ્યક્તિની અનાત્મદશા ફેરવવા માટેની તત્પરતા હોય છે.
- પરમ સત્સંગમાં અંતઃકરણની ગતિ સતત આત્મા તરફ જ વહેતી હોય- ભલે સત્સંગનું વાતાવરણ ન હોય તોપણ.
- જ્ઞાતાનો જન્મ જ્ઞાનમાંથી થશે. (બુદ્ધિનું જ્ઞાન નહીં).
- ગુરુતત્ત્વ અને Cosmic Consciousness – વૈશ્વિક ચેતના - એક જ છે ?
- અંતઃકરણમાં મનોદૈહિક ચેતના હોય છે. જ્યારે વ્યક્તિત્વ જ ન રહે ત્યારે વૈશ્વિક ચેતના કહેવાય. શરીરમાંથી ગુરુતત્ત્વ પ્રગટ થાય છે. વૈશ્વિક ચેતનાને ગુરુતત્ત્વ સાથે કંઈ સંબંધ નથી- આ ચેતના હિન્દુ/જૈન/બૌદ્ધ કંઈ નથી. પરમ સત્સંગની તીવ્ર ઈચ્છા રાખવાથી વૈશ્વિક ચેતના વિકસે.
- જો જ્ઞાતા-દ્રષ્ટા ન હોય અને જાગૃતિ પણ ન હોય અને કોઈ સમર્થ જ્ઞાનીના શરણે જાય તો તે કામ કરે ?
- જ્ઞાતા જ્ઞાનમાંથી આવે છે- બુદ્ધિ તે જાણી ન શકે. બુદ્ધિ સંવેદના આપશે. (ગરમ પાણીથી દાઝવું) આ સંવેદનાને જે જાણે છે તે કોઈ અન્ય છે- તે જ્ઞાતા છે. જ્ઞાતા આવે પછી જ જન્મમરણ કપાય. વેદનાની જાણકારી પ્રકૃતિની ઇન્દ્રિયોને છે.
- જ્ઞાતા જ્ઞાન થાય પછી જ આવે – ત્યાં સુધી ન આવે. જાગૃતિ પણ જ્ઞાતા આવે તો જ આવે. વ્યવહારની જાગૃતિ જન્મમરણ ન કાપે. આ વ્યવહારની જાગૃતિને જે ‘જુએ’ તે જ્ઞાતાની જાગૃતિ છે.
- જો અનન્ય ભાવ આવી જાય, પ્રકૃતિ એક થઈ જાય તો સંઘર્ષ/દ્વૈત ન રહે- પ્રકૃતિ ગળી જાય. જો કૃપા હોય તો જ જ્ઞાતા-દ્રષ્ટાભાવ આવે- વ્યક્તિના પુરુષાર્થથી ન આવે. પરંતુ અનન્ય ભાવ તો રાખી જ શકાય. અનન્ય ભાવ શું ન કરે ? – તે બધું જ કરે.

સત્સંગ ક્રમાંક [899] 17 JUL 2005 A

- ગુરુપ્રકાશ અને ગુરુચાવી કેવી રીતે મળે ?
- બુદ્ધિ, હંમેશાં આંધળા અહંકારથી દોરવાય છે- એટલે તે પૂનમ તરફ ન વળ જાય. બુદ્ધિનો વિકાસ પરમ સુખ નહીં આપે. અહંકાર/બુદ્ધિને જાગૃતિની જરૂર છે, દરેક ક્રિયામાં સ+અવધાન (સાવધાની)ની જરૂર છે.
- જાગૃતિને કારણે બીજ, ત્રીજ.... વગેરે તરફ ગતિ થશે અને અંદરથી વિદ્વેષો/અંતરાયો પ્રકાશને કારણે બહાર આવશે, અને ક્રોધ વગેરે દેખાશે. દેખાશે એટલે તે જવા માટે બહાર આવ્યું છે તેમ સમજો. ત્રીજ, ચોથ.... આઠમ વગેરેના અંતરાયો જુદા હોય. પૂર્ણિમામાં કોઈ અંતરાયો નહીં હોય. દરેક લેવલના અંતરાયો/અંધકાર જુદા હોય. સંપૂર્ણ દુઃખમુક્તિ માટે બધા અંતરાયો બહાર કાઢવા જ પડે. જેમ જેમ પ્રકાશ વધશે તેમ તેમ વધુ કચરો બહાર નીકળશે.
- દબાયેલી વસ્તુ બહાર/ઉપર આવે એટલે તમે ખરાબ છો તેમ માનવાનું નથી. તે નીકળવા માટે બહાર આવ્યું છે. “મારો મેલ/ચાદર ધોવાઈ રહી છે” તેમ સમજો. તે જતું રહેશે. અંદરની ખરાબીને નીકળવા દો/કાઢો.
- જેને આઠમનો ચંદ્ર હોય તે વ્યક્તિ સંસાર ભયાનક હોવા છતાં દુઃખી નહીં થાય. અંદરનો પ્રકાશ વધવાથી દુઃખ હોય તે પણ દુઃખ નહીં લાગે. અને અંદર જો અંધકાર હોય તો સુખ પણ દુઃખ લાગશે. જો બીજ, ત્રીજ, ચોથ.... તેમ થાય તો જ પ્રગતિ ગણાય.
- નિર્ણય કરો કે મારે પ્રકાશ વધારવો છે – એટલે તમારું અપમાન થાય વગેરેમાં પ્રતિક્રિયા ન કરો. ગુરુને હાજર રાખો. તમારે અપમાનને સહન નથી કરવાનું પણ સમજણ દ્વારા તે બાયપાસ થાય છે. મોટેથી બોલો કે “હું પ્રકાશનો યાત્રી છું”.
- જ્યારે અંતરાયો આવે ત્યારે છટકો તો ગુરુચાવી કામ ન કરે- પણ છટક્યા વગર ચિત્તમાં રાખો કે “હું પ્રકાશનો યાત્રી છું”- તો ગુરુચાવી કામ કરશે. તમારા નિશ્ચય કરવાની સાથે જ ગુરુચાવી ઓટોમેટિક કામ કરશે.
- સંસાર કે વ્યક્તિનો તિરસ્કાર ન કરવો પણ સાથે સાથે આશા/તૃષ્ણા પણ રાખવી નહીં.
- સંસાર પાસેથી સુખની આશા કે તૃષ્ણા નહીં રાખો તો ગુરુચાવી કામ કરશે.
- જ્ઞાની સાથે અંતરનો સંબંધ ખૂબ રાખો. તેને ભૌતિક/સ્થૂળ રીતે મળવાની જરૂર નથી- તો ગુરુચાવી કામ કરશે.
- જો સંસારમાં પ્રીતિ થાય તો ગુરુચાવી કામ ન કરે. સંસારમાં સુખ આપવાની શક્તિ જ નથી. તે કષ્ટ દૂર કરી શકે, સુવિધા કે સગવડતા આપી શકે- પણ સુખ ન આપી શકે. શાંતિ ન મળે.
- કૃપા હોય ત્યારે ચિત્ત શાંત થાય છે તો કૃપા સેવવી કે સાધના કરવી?
- બધાં સાધન પ્રકૃતિથી થાય છે. પ્રકૃતિ ચંચળ છે, નિત્ય બદલાય છે અને યાંત્રિક છે. કૃપા એ પ્રકૃતિથી પર છે. એટલે કૃપા મળે તેણે સાધન છોડી દેવું- સાધન કૃપાને અટકાવશે. કૃપા હોય ત્યારે ધ્યાન, પ્રાર્થના, પૂજા કઈ ન કરવું પણ કૃપામાં ચિત્ત પરોવી દેવું. જો કૃપા ન હોય અને વાદળાં હોય ત્યારે સાધનરૂપી હથિયાર લેવું. કૃપા એ સાધનને વિફળ કરી નાખે છે.
- જ્ઞાનીની હાજરીમાં સાધનને ફગાવી દેવું.

સત્સંગ ક્રમાંક [899] 17 JUL 2005 B

- તત્ત્વજ્ઞાન એટલે શું ?
- તત્ત્વ એટલે મૂળ તત્ત્વ- જેમાં કઈ મેળવણી નથી. “ટંકોત્કીર્ણ”(- જે ક્યાંય ભળી ન જાય). તત્ત્વ ક્યાંય ભળી ન જાય. સૃષ્ટિ મૂળ તત્ત્વોમાંથી જ બની છે. મનુષ્ય કે પ્રકૃતિ કઈ ન કરી શકે તે તત્ત્વ- બીજી બધી મેળવણી. (જેમ કે લાલ, પીળો, વાદળી- ત્રણ મૂળ કલર છે- બાકી બધા મેળવણી છે).
- વ્યક્તિની અંદરનું ચેતન/આત્મા શાશ્વત છે- તે તત્ત્વ છે. તત્ત્વને જાણી લેવાથી મૃત્યુનો ભય જાય છે. જેને તત્ત્વજ્ઞાન હોય તે શરીરની મેળવણીમાં ન હોય. જગતમાં મૂળ તત્ત્વને જ

- જાણવાનું છે. આપણી બુદ્ધિ – એ તત્ત્વ નથી. દર્શનશાસ્ત્રમાં તત્ત્વનું દર્શન કેમ કરવું તે બતાવેલ છે. જો મનોદૈહિક ચેતનામાંથી નીકળી અને ચેતના બદલાવો તો જ દર્શન થાય.
- વિઘ્નો/વાદળાંને હટાવવા સાધન કરીએ – પણ સાધન તો પ્રકૃતિનું હોય. શું પ્રકૃતિમાં વાદળાં હટાવવાનું બળ છે?
 - સાંખ્યશાસ્ત્ર મુજબ જો પ્રકૃતિને કંઈ ન કરો તો તેનામાં ટકી રહેવાની શક્તિ નથી. પ્રકૃતિ પોતાનો રોલ ભજવીને ચાલી જ જશે. પ્રકૃતિ શાશ્વત નથી, તે બદલાતી જ રહેશે. દુઃખ ચાલ્યું જ જશે.
 - જો સાધનથી વાદળ/વિઘ્નો હટાવશો તો જ્યારે આઠમનો ચંદ્ર આવશે ત્યારે તે બધાં જ વિઘ્નો ડુંગર બનીને આવશે. અંતિમ ચરણમાં બધું ભેગું થાય.
 - જો દુઃખને જોતાં રહેશો તો તે મૂળસંહિત જશે પણ જો સાધનાથી દુઃખ કાઢશો તો તે પાછળથી આવશે જ. જો દુઃખ સહન ન થાય તો જાગૃતિ રાખવી – અને સાથે સાથે હળવું સાધન રાખવું અને એકાંતમાં રહીને જોવું. પ્રકૃતિને જે દુઃખ આપવું હોય તે આપે- તમારે જોતા રહેવું. જાગૃતિમાં - સહન થાય તેટલું - વજન આપવું, ક્રિયા પર વજન ન રાખવું.
 - જાગૃતિ રાખીએ તો તે મનની હોય ?
 - પ્રથમ મન, બુદ્ધિથી શરૂઆત કરવી પડે- બાદમાં મન, બુદ્ધિથી છૂટા પડી શકાય. આઠમવાળા જાગૃતિની જાગૃતિને જુએ છે.
 - શરૂઆતમાં વહેવારમાં પણ જાગૃતિ હોતી નથી. શરીર, મન, બુદ્ધિ, ક્રિયા, સુખ, દુઃખ વગેરેની જાગૃતિને પણ દૂરથી બીજી જાગૃતિ જુએ છે.
 - આંખની આંખથી જુઓ, કાનના કાનથી સાંભળો -આ બધી પરાની જાગૃતિ છે- જે ધીમે ધીમે કયરો સાફ કરી નાખશે.
 - શરીર, મન, બુદ્ધિ વગેરેને જોનાર બીજી જાગૃતિ હોય તે જ્ઞાન દશા છે.
 - વ્યવહારમાં કામ કરતાં આત્મા ભુલાઈ જાય છે. તે કાયમ કેવી રીતે યાદ રહે ?
 - જેને કાયમ જાગૃતિમાં રહેવું છે, કાયમ યાદ રાખવું છે તે અહંકાર છે- સાવધાન. કાયમ દર્શન થાય, પ્રકાશ થાય તે અહંકારની માંગણી છે. – આ વિચાર કાઢી જ નાખવો. “મારે કાયમી સમાધિ જોઈએ” – આ વિચાર કાઢી જ નાખો. પણ “હું પ્રકાશગામી છું અને પ્રકાશના માર્ગે જઈ રહ્યો છું”- આવો ભાવ હંમેશાં રાખો- તે અહંકાર નથી. આ ભેદ સમજો. આમ કરવાથી જ પ્રકાશ આવશે.
 - જે બને છે તે કાળથી જ બને છે. ચેતના કે કાળને સારું/ખરાબ કંઈ નથી. શરીર/મનનાં વિઘ્નો ઉપયોગી હોય છે. તે વિકાસ કરે છે.
 - જીવનમાં ઘણી આનંદ આવતો હોય તો આનંદ માણવો કે નહીં?
 - આનંદનો કોઈ વિપરીત શબ્દ નથી. આનંદ તત્ત્વની દશા છે. આનંદ પ્રકૃતિનો ગુણ નથી. વહેવારમાં આનંદ નથી પણ મોજ/સુખ વર્તાય છે તેમ કહેવાય. જ્ઞાની પોતાના આનંદને મનમાં મેળવવા નહીં દે.
 - આનંદ – પ્રાણ સાથે સ્પંદન કરે છે. તે ટંકોત્કીર્ણની તત્ત્વદશા નથી. તમે આનંદ નથી. તેનાથી જુદા છો. તમારો આનંદ તમારા તત્ત્વથી જુદો છે- જેમ કિરણ એ સૂર્ય નથી તેમ. આનંદનો હું જાણનાર છું- તે મૂળ તત્ત્વમાંથી પ્રસરીને પ્રાણના સ્પંદનમાં પ્રસરી ગયો છે.
 - આત્માના આનંદમાં વહી ન જવું પણ આત્માના આનંદને જોતાં રહેવું- તેને આત્મામાં રમણ કરવું કહે છે. જ્ઞાની હંમેશાં જાણપણું રાખશે પણ આનંદને ભોગવશે નહીં. આનંદ શ્વાસની પેલે પારથી આવે છે.
 - જેમ અન્ય વ્યક્તિનું શરીર હોય તેમ જ્ઞાની પોતાના શરીરને મૃત્યુ વખતે તૂટતું પણ જાણશે.

સત્સંગ ક્રમાંક [900] 24 JUL 2005 A

- કૃપા અનુભવાય છે પણ અંતઃકરણનાં સાધનોનો ઉપયોગ કૃપાને વિફળ કરે છે. આમ થાય ત્યારે આપણે દિવ્ય પુરુષોની વિરાધના (આરાધનાનું વિરુદ્ધ)/ટીકા/નિંદા/વિરુદ્ધ ચાલવું – તેમ કરી રહ્યા છીએ – તેવું અનુભવાય છે. શું કરવું ?
- કૃપા એટલે શું ? – જે શારીરિક/માનસિક/બૌદ્ધિક વગેરેથી ન થઈ શકે છતાં પણ પ્રાપ્ત થાય તે કૃપા. કૃપા ભૌતિક જગત માટે ન હોય. ભૌતિક જગત માટે નસીબ/ભાગ્ય કામ કરે. પણ કૃપા આંતરિક જગતમાં કામ કરે- જે તપ/ધ્યાન કે સાધના વગેરેનું ફળ નથી. કૃપા સતત વહેતી જ હોય છે પણ બધા તેમાં આવી શકતા નથી.
- અંતઃકરણ પોતાનું કામ કરે ત્યારે એમ લાગે છે કે કૃપાને જીવનમાં ઉતારી નહીં. આમ લાગે ત્યારે તમને દોષ નહીં લાગે કારણ કે અંદરથી કોઈ તત્ત્વ તમને ચેતવે છે કે “તમે વિરાધના કરી રહ્યા છો”- જે દર્શાવે છે કે ‘જાણપણા’ ની હાજરી છે- એટલે દોષને બાળી નાખશે- આ વસ્તુ બુદ્ધિ કે સદ્ભાવના ન કાપી શકે. એટલે તમે તેમાં તન્મય થતા નથી એટલે વિરાધનાનો દોષ નહીં લાગે. તમારી દ્રષ્ટિ પડે છે અને તમે તેને મંજૂરી આપતા નથી.
- જે અહંકાર પ્રકૃતિ તરફી હોય તે અવળો અહંકાર કહેવાય- પણ સાધકનો અહંકાર આત્માતરફી હોય – તે સવળો અહંકાર કહેવાય. તમને વિરાધનાનો ખેદ હોવો જોઈએ- તો દોષ નહીં લાગે. જાગૃતિથી તેને ‘ખોટું’ કરો.
- પ્રકૃતિ અને અહંકારમાં ભેદ છે. પ્રકૃતિ અહંકારની સાથે રહીને બંધન બાંધે છે. પણ અહંકાર શાંત હોય/શાંત થઈ જાય એટલે ફક્ત પ્રકૃતિ જ રહે છે- જે વ્યક્ત થતી રહે છે. શ્રી રમણ મહર્ષિની પ્રકૃતિ પણ વ્યક્ત થાય- તે સ્થૂળ છે. જ્ઞાની (Enlighten) વ્યક્તિની પ્રકૃતિ કે વર્તન પણ તમને ખૂંચી શકે- એટલે જ્ઞાનીમાં અહંકાર ન હોવા છતાં પણ જ્ઞાનીના પરમાણુઓ/પ્રકૃતિ તમને ખૂંચી શકે. કોઈની ટીકા ન કરવી- કારણ કે જો તે જ્ઞાની હશે તો તમે સમજી નહીં શકો.
- જો તમારી પ્રકૃતિ આત્મા વિરોધી કઈ પણ રજૂ કરે ત્યારે કહો કે “આમ ન હોય”. તમારામાં પ્રજ્ઞાનો પ્રકાશ છે જ તેમ માનીને ચાલો- તેથી વધુને વધુ પ્રજ્ઞા જાગૃત થશે અને દૈવી માર્ગદર્શન મળશે.
- પ્રકૃતિના પરમાણુઓ કૃપાથી ન બદલી શકાય. તે પુરુષાર્થ કે આંતરતપથી જ જાય. તે જ્ઞાનીથી પણ ન જાય. કઈ પણ ક્રિયા કરો, તમારો આશય હંમેશાં આત્માતરફી જ રાખો.
- જો સાધક પુરુષાર્થ ન કરે, આંતરતપ ન કરે તેને ફળ મળતું નથી. દરેક વ્યક્તિએ પોતાનાં સંચિત કર્મોમાંથી પસાર થવું જ પડે. પણ જાગૃતિથી પસાર થાઓ.
- જો વ્યવહાર/ક્રિયા/સંબંધો વગેરેમાં આત્મામાં ન રહેવાય તો પીડા ઊભી કરો કે – “મારાથી હજી થતું નથી- આત્મામાં નથી રહેવાતું”. તો આ પીડા જ તમને તૈયાર કરશે અને જાગૃતિ લાવશે. સતત ‘જુઓ’. વ્યક્તિનો જન્મ પોતાને ઓળખવા માટે જ થયો છે. પરંતુ વ્યક્તિ સંસારને ઓળખવામાં શક્તિ ખર્ચે છે.
- સત્સંગ આત્માને જાણવા માટે છે. જગત જે કરે તે કરે- તમે તમારો રસ્તો કરો. ઝઘડો, અશાંતિ વચ્ચે રહીને જાગૃત રહો. તમે દુનિયાને સુધારી નહીં શકો, પણ શાંતિથી આત્મામાં રહીને ‘જુઓ’. અશાંતિ કે વિપરીત સંજોગોથી ડરો નહીં. આંતર પુરુષાર્થ કરો.

સત્સંગ ક્રમાંક [900] 24 JUL 2005 B

- જ્યારે મન/દેહનો આધાર ન રહે તો કેવું હોય ?
- જ્યારે વ્યક્તિનો અહંકાર સાવ ઠંડો પડી જાય પછી ફક્ત પ્રકૃતિ જ રહે છે. જ્યાં સુધી સંચિત પડેલું હોય ત્યાં સુધી શરીર પડશે નહીં અને પ્રકૃતિ તેના સ્વભાવમાં કામ કર્યે રાખશે. અંદર એક પ્રકારનું ખાલીપણું - રિક્તતા હોય. જ્યારે સંચિત કર્મ પૂરાં થાય ત્યારે જ શરીર પડે છે, માંદગીથી નહીં.

- પરમ સતસંગમાં બુદ્ધિથી પ્રશ્ન પૂછવામાં શરમ આવે છે – તો શું ?
- જ્યાં જ્ઞાનદશા પ્રવર્તતી હોય ત્યાં આમ થાય. માત્ર ધ્યાન ખેંચવા નહીં પણ ક્ષોભ થતો હોય તો યથાર્થ સવાલ પુછાશે. પૂછતાં પહેલાં પ્રશ્નનો આશય અંદરથી ઓળખો. તેથી પ્રશ્ન ગળી જશે. પંડિતો વિદ્વતાથી જવાબ આપે – પણ તેનાથી સત તરફ આગળ ન વધાય. જ્ઞાની એ રીતે જવાબ આપે કે જેથી પ્રશ્ન ઓગળી જાય, બૌદ્ધિક શાંતિ નહીં.
- વ્યક્તિએ પુરુષાર્થ કરવો પડશે. આત્માને જોવો કે પ્રકૃતિને જોવી ?
- પ્રાથમિક અવસ્થામાં તો પ્રકૃતિના એક ભાગથી બીજા ભાગને જોવો જોઈએ. તેથી વહેવારની ભૂલ ઘટશે. તેથી ચુંબકીય ક્ષેત્ર ઊભું થશે. લાંબે ગાળે સાક્ષી ઊભો થશે- જે અંદર બધું સુધારશે. હવે આ તબક્કે તમને સત્સંગની જરૂર પડશે. સત્સંગમાં જ સાક્ષી પીગળે. સાક્ષીનો ભાર લાગશે. જ્ઞાનમાં થાક ન હોય. જ્ઞાની પોતાના જ્ઞાનનો અભિષેક સાક્ષી ઉપર કરશે – એટલે સાક્ષી ઓગળી જશે. વ્યક્તિનો પોતાનો સાક્ષી પોતાનાથી નહીં ઓગળે. જ્ઞાની જોઈશે. સાક્ષી જ્ઞાનમાં ન લઈ જાય.
- જેમ જેમ જ્ઞાનીનું જ્ઞાન અંદર ઊતરે તેમ તેમ વ્યક્તિમાં પ્રજ્ઞાનું કિરણ ઊતરતું જાય. આ પ્રજ્ઞા સાક્ષીને ધીમે ધીમે ઓગાળશે- એટલે બુદ્ધિનો ભાર ઘટવા લાગે. ત્યારબાદ તમે બીજાને પ્રકૃતિથી જોવાને બદલે જ્ઞાનથી જોશો.
- પછી બાદમાં જ્યારે પરાયેતના આવે તેનો તાપ મગજમાં આવે- એટલે કપાળ ઉપર ચંદન લાગવાય છે. તેને પરાયેતના/કુંડલિની જાગરણ કહેવાય. અંદર ઊર્જાનો વિસ્ફોટ થાય છે. એટલે વ્યક્તિએ પ્રવૃત્તિમાં ફેરફાર કરવો પડે. ખોરાક ફેરવવો પડે. એકાંત રાખવું પડે.
- વ્યક્તિએ પીડા રાખવી પડશે કે “મારાથી આત્માથી જોવાતું નથી – મદદ કરો”. આ પીડા પાવક/પવિત્ર પીડા છે. આ પીડા સાક્ષી ઓગળે પછી અને પરાયેતના આવે તે પહેલાંની છે. આ પીડા જેમ પાકે તેમ જ્ઞાન શક્તિ સંચારિત થતી જાય.

સત્સંગ ક્રમાંક [901] 31 JUL 2005 A

- ચારે બાજુથી વિપરીત સંજોગો/ઘટનાઓ આવતી હોય- પણ તમારે તેને જ્ઞાનથી જોવાની છે અને અલિપ્ત રહેવાનું છે. તેથી ઘટનાનો પાવર નબળો પડી જશે.
- શરીરનું ચિંતન મનન ઘટાડો. તમારું ચિંત સતત શરીરમાં ન રાખો. શરીર એકદમ તકલાદી અને ખરાબ છે. દિવ્યતાને ચાહો- ચિંતન કરો.
- નિરંતર દિવ્યતાને જ શોધો. સાધનાથી બાહ્ય કરણોને અંદર કરવાં પડે – પછી જ શાંતિ આવે.
- દિવ્યતા શરીરની અંદર જ પડેલી છે. સતત તેને શોધો. છ મહિના અનન્ય ભાવથી શોધો. રીઝવટ ચોક્કસ મળશે. ગરજ રાખો. મહાશક્તિ પાસે ગરજ રાખો કે “મારાથી કંઈ થાય તેમ નથી. મદદ કરો.” જો ભવખેદની ગરજ હશે તો આંતરિક સાધનો આત્માને અભિમુખ થઈ જશે.
- જો તમે આંતરિક રીતે અલિપ્ત રહેશો તો અંદરના તાંતણા તૂટતા જશે- અંદરની ગ્રંથિ તૂટતી જશે – તે અંતરાત્મા કહેવાય. તેમ છતાં પણ ગ્રંથિ પડે તો છૂટી કરવાનો ભાવ કરતાં છૂટે છે. “અંદરનાં કરણો બદલાવી નાખવાં છે” તેવો ભાવ રાખો. છ મહિના કરી જુઓ.
- “મારાથી કંઈ થતું નથી, મારી શક્તિ નથી” – તેવો અંદરનો અવાજ રાખીને જે જ્ઞાનીમાં શ્રદ્ધા હોય તેને બધું સોંપી દો. કામ થશે જ. માત્ર શબ્દોથી કામ નહીં ચાલે. “મામેકં શરણં વ્રજ.”- જોડાઈ જાઓ. સોંપી દીધા પછી અહંકાર ન કરાય, મારું/તારું ન કરાય, દરેક ઘટનાનો સ્વીકાર કરો.
- સદગુરુ એટલે ગુરુ/શિષ્ય નહિ પણ જેનામાં આત્માની ગુરુતા સાથેનો સંબંધ છે તેવા સદગુરુના તત્ત્વ સાથે જોડાણ, વ્યક્તિ નહીં.
- સદગુરુને બધું સોંપાય પછી પ્રકૃતિનું આક્રમણ વધશે. આ સમયે ગુરુતત્ત્વને સાક્ષીરૂપે રાખવું. પ્રકૃતિ સાથે સંઘર્ષ ન કરો- તેનાથી અલિપ્ત રહો. પ્રકૃતિ બદલાતી નથી. બીજાને હેરાન ન કરો.

- જ્યાં સુધી પ્રકૃતિ સાથે વડશો ત્યાં સુધી ચેતના વિભાજિત થતી રહેશે. અંદરને અંદર હાર-જીત થતી રહેશે. ગુરુતત્ત્વની સાક્ષીએ જોતાં પ્રકૃતિનું જે થવું હોય તે થવા દો. આ સાચું કે પેલું સાચું તેવું નહીં. બધું ગુરુતત્ત્વને સોંપી દેવું. સંઘર્ષ ન કરવો. આમ કરતાં તમે પ્રકૃતિથી છૂટા પડીને પરામાં ભળી જશો.
- અહમને શાંતિ જોઈએ છે, પણ અહમ પોતે જ ભ્રાંતિ/પ્રોબ્લેમ છે. એટલે અહમ દ્વારા/બુદ્ધિ દ્વારા પ્રશ્નોનું નિરાકરણ થશે નહીં. તે મિથ્યા છે. આમ સ્વીકાર કરો તો જ ગુરુતત્ત્વ મદદ કરે.
- જ્યારે બુદ્ધિથી બધું હલ કરવાનું ટાળતા જાઓ એટલે બુદ્ધિ શાંત થાય અને ધીરે ધીરે સંઘર્ષ શાંત થાય- અને પરાબુદ્ધિ પ્રગટ થાય.
- આંતર જગતના પ્રશ્નો બુદ્ધિ/અહંકારથી નહીં જ ઊકલે. બાહ્ય જગતના પ્રશ્નો બુદ્ધિ/અહંકારથી ઊકલે. જેને કંટાળો આવે, સમય પસાર ન થાય તે બુદ્ધિ/અહંકારનો અંતરાય છે. બુદ્ધિ એ સમયના ફેક્ટર તરીકે પ્રગટ થઈ છે. જ્ઞાનીમાં અહમ/બુદ્ધિનું ફેક્ટર નથી. એટલે સમય કે સંઘર્ષ નથી.
- જ્ઞાની પોતાના કેન્દ્રમાં આંતર જગતમાં બુદ્ધિ/અહંકાર ન રાખે એટલે સંઘર્ષનો થાક ન લાગે. પ્રોબ્લેમ આવે ત્યારે "ગુરુતત્ત્વ જેમ કરે તેમ થાય" તેવું જ રાખવું. ભલે તમારી બુદ્ધિ બધું જ જાણતી હોય તોપણ "હું કંઈ જાણતો નથી" તેમ જ રાખો. કારણ કે મેમરીમાં માહિતી ભરેલી છે – જેમાંથી દુઃખ આવે છે. મેમરીમાં જ્ઞાન હોતું નથી. હંમેશાં પરમ સત્તાને આધીન રહો. નહિતર એવી ઘટના આવશે કે વ્યક્તિની બુદ્ધિ/અહંકાર પડી જશે. એટલે ડાહ્યો માણસ બુદ્ધિ/અહંકારથી દૂર ખસી જશે અને શરણે જશે.
- દરેક વ્યક્તિમાં અમુક સેન્સેટિવ પોઈન્ટ હોય છે- ત્યાં તમારી બુદ્ધિ/અહંકાર વધુ કામ કરશે. જ્યાં સુધી તે તમારો કંટ્રોલ કરશે ત્યાં સુધી તમે હારશો. પરમ તત્ત્વનું અનુસંધાન કરો. આપણી અંદર અહંકાર છે એટલે સંઘર્ષ છે. સંઘર્ષનું કારણ આપણા સેન્સેટિવ પોઈન્ટ છે- બીજી વ્યક્તિ નથી.
- અકળામણ આવે ત્યારે તેનો પક્ષ ન લેવો પણ સમગ્રતાથી જોવું. જો પક્ષ લેશો તો તમારો અહંકાર તમારા તરફી દલીલ કરશે. માત્ર સ્થિર થઈ જાઓ અને ઊભા રહો.

સત્સંગ ક્રમાંક [901] 31 JUL 2005 B

- અડચણને અડચણરૂપે ન જોવી. તે આપણને ચોખ્ખા કરવા માટે છે. ધૈર્ય રાખો. વ્યાકુળ ન થાઓ. 'જુઓ'.
- અંતે જાણનાર રહેશે -તે સનાતન છે. પણ તેની દશા બનતી નથી. તે ક્યારે બને?
- હું જેને જાણી રહ્યો છું તે પણ સનાતન નથી. જે જણાઈ રહ્યું છે તેને પણ જે જાણે છે તે જીવનશક્તિ શરીરની ચેતનાથી બહાર છે. મનોદૈહિક ચેતના મૃત્યુ થાય એટલે સુકાઈ જાય છે. પણ પરાચેતના નહીં જાય. જેમ જેમ અંતરાયો કપાય અને પ્રજ્ઞાશક્તિ આવે તેમ ચેતના છૂટી પડતી જાય. (નાળિયેર અને કાયલીની જેમ)
- આ દેહની ચેતનાને કોઈક જાણી રહ્યું છે. તે 'હું' છું. તે પરાચેતના છે.
- જે વિચારોથી/સ્મૃતિથી જાણે છે તે ભ્રાંતિમાં છે/મૂર્છામાં છે. જે જાગેલો છે તે વિચાર વગર જવાબ આપે છે.
- તમે ભલે ગમે તેટલા સારા હો તોપણ કેટલાકનું વલણ તમને નુકસાન કરવાનું જ હોય છે. તો વેર ન બંધાય તે માટે શું કરવું?
- જીવનના અનુભવોથી ઘણી વાર રસ્તા થતા હોય છે – જે બોધકળા છે. જ્ઞાનકળા હોય ત્યારે પ્રજ્ઞાશક્તિમાં અંદરથી ઢંકાઈને રહેવું. અંદરથી પ્રજ્ઞાનો અવાજ આવશે – તે જેમ કહે તેમ કરો. જ્ઞાનકળા પ્રજ્ઞાશક્તિની છે. પ્રજ્ઞાશક્તિને આધીન થઈ ને રહો. જ્ઞાનકળા ન હોય તો અંદર મથવું કે "જ્ઞાન કંઈ બોલતું નથી".

- વિપરીત પરિસ્થિતિમાં જે સહન કરે છે તે અહંકાર કરે છે. તે રીતે સહન નથી કરવાનું પણ 'જાણતા' રહેવું – તે અહંકાર નથી. સહન કરવાથી વ્યક્તિ શક્તિહીન થાય છે પણ 'જાણતા' રહેવું. અગાઉથી વિચારીને નહીં થાય પણ મૌલિક શક્તિ માર્ગદર્શક થવી જોઈએ.
- ઘણી વખત સામેની વ્યક્તિ નુકસાન કરશે તેવી કલ્પના હોય છે. આવી કલ્પના કરીને તમે ખરાબ બનો છો. વાસ્તવમાં ઘણી વખત તે વ્યક્તિ તેવી ન પણ હોય. મિથ્યા કલ્પનામાંથી હકીકત ઉપર આવો. ખરાબ વ્યક્તિને ખરાબ નહીં પણ રોજ 'આત્મા' તરીકે જ જુઓ તો નેગેટીવીટી ઘટશે અને તમારી ખરાબી નીકળતી જશે- કારણ કે તમે તેના પર આત્માનો ભાવ આપ્યો.
- સામેવાળાને શુદ્ધાત્મા તરીકે ભલે જુઓ પણ તે સારો થઈ જ જશે તેવી આશા ન રાખવી. આશા પ્રકૃતિમાંથી આવે છે. પણ જાગૃતિ/જ્ઞાનદ્રષ્ટિ રાખવી. ગમે તેટલું સારું કરો, આશા ન રાખવી. તમારે આંતરતપ કરવાનું છે એટલે તેને 'આત્મા' માનો. તમારો અધિકાર કર્મમાં છે ફળ (આશા)માં નથી.
- બીજાને સુધારવા માટે નહીં પણ હું આંતરતપ કરીને મારી પ્રકૃતિ સુધારું છું- તેમ રાખો.
- સત્સંગની પ્રાપ્તિ પુણ્ય હોય તો જ થાય. જ્ઞાની અને સત્સંગ તમારી બુદ્ધિ કે ચાતુર્યથી ન મળે. કોઈ પોતાની રીતે સત્સંગમાં ન જઈ શકે.

સત્સંગ ક્રમાંક [902] 07 AUG 2005 A (ધ્યાન વિષે)

- ધ્યાન અને જ્ઞાનનું સુખ કેમ જુદું હોય છે?
- ધ્યાનનું સુખ પાર્થિવ સુખ છે- પારલૌકિક સુખ નથી. આંખ બંધ કરતાં જ મન/ચિત્ત ગતિ કરે છે. ધ્યાનના સુખના અનેક પ્રકારો છે.
- સાક્ષી ઊભો થયો હોય તેને મન/અહંકાર જોવામાં તકલીફ ન પડે.
- ગુરુતત્ત્વ સાથે સંબંધ હોય તેને ધ્યાનમાં અસાધારણ સુખ મળે છે. આ સુખ જ્ઞાનતંતુનું નથી.
- પ્રજ્ઞાશક્તિ જાગૃત થઈ ગઈ હોય તેને ધ્યાનમાં ઉપરામ/શાંતિ છવાઈ જાય છે- ભલે હજુ અવરોધો કપાયા નથી.
- ધ્યાનનું લક્ષ સાક્ષી જગાડ્યા બાદ પ્રજ્ઞા મેળવવાનું છે. જો પ્રજ્ઞાશક્તિ આવી ગઈ હોય તો તેને કંટાળો કે થાક – ધ્યાનમાં ન લાગે. પ્રજ્ઞાશક્તિ સમયને ભૂંસી નાખે છે. સાક્ષીમાં આવું ન થાય. સાક્ષીમાં ઘણાને માથું દુઃખે/ભારે લાગે વગેરે થાય.
- વ્યાપકતાના ધ્યાન (આકાશ) માં એકાગ્રતા નથી રહેતી. તે માનસિક ધ્યાન કરતાં ઘણું સારું છે. સૂતાં સૂતાં આકાશ જુઓ. તેથી અંદર આકાશ તત્ત્વ છૂટું પડે અને વ્યક્તિનો અહંકાર, ક્રોધ, લોભ વગેરે ક્ષીણ પડે છે. વ્યક્તિએ ક્રમે ક્રમે માનસિક ધ્યાન છોડીને આકાશી ધ્યાનમાં આવવું જોઈએ. અહીં કેન્દ્ર ન હોવાથી એકાગ્રતા તૂટી જશે અને વ્યાપકતા થશે. આકાશને જોવું હંમેશાં ફાયદાકારક છે.
- આંખ બંધ કરતાં અંદર વધુ શક્તિ છૂટી પડે છે. મન વધુ શાંત થાય છે. આંખ પર પટ્ટી બાંધીને ધ્યાન કરો- પ્રકાશને રોકો. કારણ કે પ્રકાશ એ પ્રવૃત્તિ છે. આંખને પૂરો વિશ્રામ આપો.
- બહારથી આવે તે વિશ્લેષ કહેવાય અને અંદરના અવરોધો હોય તે આવરણ છે.
- સહજ રહો અને ધ્યાન કરો. ધ્યાનનું સુખ પુણ્ય ઊભું કરે છે.
- નાળિયેરની કાયલીની જેમ પ્રકૃતિ છૂટી પડી જાય પછી તેના ધ્યાનનું સુખ બીજાને અસર કરશે.
- જ્ઞાનના સુખમાં હંમેશાં જ્ઞાન હાજર હશે- તે નિરંતર હશે. આ જ્ઞાનદશા જોજનો દૂર ફેલાતી હોય છે.
- કેટલાકને ફક્ત ધ્યાનથી સંતોષ થાય છે- પણ ધ્યાન એક સાધન છે. સાધ્ય તો જ્ઞાન છે. ધ્યાનના સુખનો ઉપભોગ કરવાને બદલે તેના વડે જ્ઞાનપ્રાપ્તિ થાય અને અજ્ઞાન ટળે તે જુઓ. ધ્યાનની શાંતિ એ લક્ષ નથી. શાંતિ એ આત્માનો ગુણ નથી. આત્માનો ગુણ તો જોવું અને

જાણવું છે. જ્ઞાનીને પણ અશાંતિ આવે પણ જ્ઞાની તેની સાથે ભળે નહીં. ફક્ત જુએ અને જાણે કે અત્યારે આ બની રહ્યું છે. અશાંતિને પણ જાણવી પડે.

- ધ્યાનમાં અશાંતિ રહેતી હોય તોપણ ચિંતા ન કરવી. અંદરના પરમાણુઓ બહાર આવે છે- તેને નીકળવા દેવા.

સત્સંગ ક્રમાંક [902] 07 AUG 2005 B (ધ્યાન વિષે)

- પ્રકૃતિ અશુદ્ધ હોય તોપણ છૂટી પડી શકે?
- પ્રકૃતિ અને પ્રજ્ઞા તદ્દન જુદી વસ્તુઓ છે. પ્રજ્ઞાશક્તિ પ્રકાશરૂપે છે. તે પ્રકૃતિમાંથી નથી આવતી. જ્યારે વ્યક્તિ પ્રકાશ મેળવવા જીવ પર આવી જાય છે ત્યારે પ્રકૃતિનું તાણ છૂટી જાય છે અને પ્રજ્ઞાનો પ્રકાશ થાય છે- અને પ્રકૃતિ છૂટી પડી જાય છે.
- પ્રજ્ઞાનો પ્રકાશ આવતાં જ સુધારો શરૂ થઈ જશે. પણ અનંત જન્મોનું જે કંઈ પ્રકૃતિમાં પડેલું હોય છે તેને જતાં સમય લાગે. એટલે પ્રકૃતિ અશુદ્ધ હોય તોપણ તે છૂટી પડી શકે. એટલે છૂટી પડેલી પ્રકૃતિને જ્ઞાનદ્રષ્ટિથી જોવાની અને ચિત્તશુદ્ધિ કર્યે રાખવી પડે. બહુ લાંબે ગાળે ચિત્ત 100% શુદ્ધ થાય છે. પૂનમનો ચંદ્ર 100% શુદ્ધ ચિત્ત છે.
- એમ ન માનવું કે 100% મન/ચિત્ત શુદ્ધ થાય તો જ પ્રજ્ઞા જાગૃત થાય. આચાર/વિચાર કોઈના ટીપ્પણ હોય એટલે તે આધ્યાત્મિક છે તેમ ન માનો. તે ધાર્મિક છે.
- ગુરુતત્ત્વના ધ્યાનથી પ્રજ્ઞા જાગૃત થાય તો પરમાત્માના ધ્યાનથી ન થાય?
- થાય.
- ધ્યાનમાં સારું હોય પણ પ્રકૃતિની મલિનતા પણ ઉપર આવે છે અને ઝલાનિ થાય છે તો શું કરવું?
- તેને 'જુઓ'. મલિનતાને સાક્ષીભાવથી જુઓ – તેમાં તન્મય ન થાઓ. જો તન્મય થશો તો તે અંદર ઊતરી જશે- અને નુકસાન કરશે. ફક્ત 'જુઓ'. તેમાં રમમાણ ન થાઓ અને મજા ન લેવી.
- આંખ બંધ કરીને બેસો અને કેટલાક દોષ દેખાય અને કેટલાકને આંખ બંધ કરીને બેસવું ન ફાવે. હવે ઘણી વાર પ્રવૃત્તિ કરતાં કરતાં દોષ દેખાય અને ધ્યાનમાં દોષ દેખાય તે બંને સરખું કહેવાય?
- બંને જુદું છે. પ્રવૃત્તિમાં જે દોષ દેખાય તે આપણા અહંકારને દેખાય છે. પ્રકૃતિની સાત્ત્વિકતાના પ્રકાશમાં દોષ દેખાય પણ તે પ્રકાશ દોષને બાળી નહીં શકે. ભલે સાત્ત્વિકતાનો પ્રકાશ છે – તેમાં દેખાશે પણ મૂળ નહીં પકડાય- કારણ કે સાત્ત્વિક અહંકાર હાજર છે.
- જ્યારે પ્રજ્ઞાવાળાને જે દોષ દેખાય તે દોષના મૂળને જ બાળશે. એટલે ધ્યાન નહીં પણ પ્રજ્ઞાશક્તિના જાગરણથી દોષ જશે.
- આપણી ચિત્તશુદ્ધિ ચાલી રહી છે તેની નિશાની શું ?
- જો સ્વભાવ સિવાયની બાબતમાં ડૂબેલા હો તો ચિત્તશુદ્ધિ ચાલી નથી રહી. જો ક્રિયામાં 100% જાગૃતિ દબાઈ ગઈ છે તો ચિત્તશુદ્ધિ ચાલી નથી રહી. જો TV જોતાં જોતાં તમારી આંતર યેતના શું કરે છે તેના પર નજર હોય તો ચિત્તશુદ્ધિ ચાલી રહી છે.
- ઘણી વખત કામ યોજ્યું હોય પણ ચિત્તને આંતર યેતનામાં રાખો- ક્રિયામાં નહીં – તો ચિત્તશુદ્ધિ થશે. ચિત્તને હંમેશાં આંતર યેતનામાં રાખો. તમામ કાર્યોમાં યેતના હાજર રાખો- ભલે નિમ્નમાં નિમ્ન કામ હોય- શાક લેવું વગેરે ... યેતનામાં હાજર રહો. માત્ર 'જુઓ'. ક્રિયા સાથે જોડાણ ન કરો. ચિત્તને જુદું કરીને આંતર યેતનામાં રાખો.
- ચિત્તને કામમાં રાખવાથી જડ-મેટર થઈ જવાય છે. પણ આખો દિવસ ક્રિયાથી ચિત્તને જુદું જ રાખો- યેતનામાં રાખો- તો ચિત્તશુદ્ધિ થશે. તમારું ચિત્ત કામને સોંપવું નહીં – યેતનાને સોંપવું.
- ચિત્ત યેતનામાં ન રહેતું હોય તો ચિત્તને સદ્ગુરુના ચરણમાં ધરી દઈએ તો ચાલે?

- નિરંતર સદ્ગુરુનું સ્મરણ એ વિરાટ ગુરુશક્તિ છે. પ્રગતિ ચોક્કસ થાય છે એટલે આમ કરી શકાય. તેને જ “મામેકં શરણં વ્રજઃ” કહે છે.
- પોતાની પ્રજ્ઞાશક્તિ પ્રેરણા કરે ?
- પ્રેરવું શબ્દ પરાયેતનામાં ચાલતો નથી. મન પ્રેરાય છે પણ પ્રજ્ઞા એક અગ્નિ છે. તેનાથી મન શૂન્ય થાય/ભસ્મીભૂત થાય. પ્રજ્ઞા મનની નોકર નથી. પ્રજ્ઞા તમારી ચિત્તશુદ્ધિ કરે છે. તમે મન નથી- પણ સ્વરૂપ છો.

સત્સંગ ક્રમાંક [903] 14 AUG 2005 A

- યથાર્થ વૈરાગ્ય કેવી રીતે પ્રગટે? તેનું સુખ કેવું? અનાત્મ પ્રત્યે અરુચિને વૈરાગ્ય કહેવાય કે કેમ?
- જેનો રાગ જતો રહ્યો છે તે વૈરાગ્ય. વ્યક્તિમાં રાગનો અભાવ હોય. મોટે ભાગે આપણામાં દ્વેષ/તિરસ્કાર/હિંસાનો ભાવ હોય છે. જો રાગ જશે તો બધું જશે. રાગમાંથી બધું આવશે. વ્યક્તિને રાગની પીડા નથી. રાગ મીઠો છે. તે ધીમું ઝેર છે.
- જ્યારે દ્રષ્ટિ સ્વભાવની બહાર ગઈ એટલે સ્વરૂપ પ્રત્યે દ્વેષ થયો – કારણ કે આત્મા નથી દેખાતો અને શરીર દેખાય છે. એટલે શરીર પ્રત્યે મૂળ રાગ થયો. ‘હું’ અને ‘મારું’ થયું – તેનો વિસ્તાર થયો- ઘર, વસ્તુઓ, કુટુંબ, સમાજ વગેરે. મૂળ રાગને સાચવવા માટે પાંચ વિષયોમાં રાગ થયો. આ રાગ સંતોષાય નહીં એટલે ક્રોધ/દ્વેષ આવે. એટલે એક એક રાગ કાઢવા પહોંચી ન શકાય.
- જ્યાંથી વ્યક્તિની નજર/દ્રષ્ટિ ખસી ગઈ છે (આત્મામાંથી) ત્યાંથી ફરીથી સ્વભાવ/હોવાપણામાં પાછી લાવો તો રાગ જશે. શરીરનો અધ્યાસ થઈ ગયો છે – જે ખોટો છે.
- “મારી આંતર દ્રષ્ટિ ચોખ્ખી હોવી જોઈએ” તેવો ભાવ હંમેશાં રાખો. સ્વરૂપ પ્રત્યે પ્રીતિ થવી જોઈએ. પણ સ્વરૂપને તો જાણ્યું નથી તો શું કરવું ? જે વ્યક્તિનો રાગ તૂટેલ છે તેના પ્રત્યે પ્રીતિ રાખો, તેવા જ્ઞાની પ્રત્યે પ્રીતિ રાખો- તો રાગ તૂટે અને વૈરાગ્ય આવે.
- નામ, રૂપ, ગુણ આકાર આ બધી કલ્પનાઓ છે. રાગ તૂટે એટલે કલ્પનાઓ જાય. લાગણી પણ કલ્પનાની બનેલી છે.
- સત્સંગ પ્રત્યે પણ રાગ થઈ જાય છે. એટલે જ્ઞાનનાં બીજકો (કબીર) વડે યથાર્થ વૈરાગ્ય પ્રગટે. બીજકોને સમય આપ્યા વગર સીધા વાંચી ન શકાય. અહંકાર કાઢવા માટે બીજકો છે. ગીતાના શ્લોક બીજકો છે. બીજકો અંદર આવવાથી પરાબુદ્ધિ બને છે. જો જ્ઞાનબીજકો મળેલ ન હોય તો વૈરાગ્ય ન આવે. સાચો વૈરાગ્ય આવે ત્યારે પોતાની જાત/શરીર અજાણ્યું લાગે. વૈરાગ્યમાં આત્માનો આનંદ હોય.
- સાધન ઉપર યોગ્ય વજન આપો- વધુ પડતું નહીં. ક્રિયા ઉપર વજન ન મૂકો. અહંકાર કાઢવા ઉપર વજન મૂકો. વૈરાગ્ય જ્ઞાન પ્રકાશથી જ આવે.
- શરીરના સુખ ઉપર બહુ મહત્ત્વ ન આપવું- નહિતર વૈરાગ્ય નહીં આવે. જો સાવ સુખ નહીં લો તો દુઃખવાદી કહેવાશો – તોપણ વૈરાગ્ય નહીં આવે. એટલે મધ્યમ માર્ગ રાખવો. (ગીતા) અતિશય ક્રિયા પણ ન ચાલે – સાવ શૂન્ય ક્રિયા પણ ન ચાલે. સુખ સાથે ચોંટી ન જવું. સહજ રહેવું.
- વિચાર, લાગણી, ભાવનાનું સુખ જો વધુ પડતું હોય તે પણ વૈરાગ્યને અટકાવે. ઘણાને આશ્રમોની અત્યંત પ્રીતિ/લાગણી હોય છે – જે ખોટી છે.

સત્સંગ ક્રમાંક [903] 14 AUG 2005 B

- લાગણીની મનાઈ નથી – પણ તેમાં ડુબાય નહીં. જાગૃતિ રાખીને લાગણીથી અલગ રહીને લાગણીનો ઉપયોગ કરો. વિરોધી વાતાવરણને મહત્ત્વ ન આપવું- રીસ્પોન્સ ન આપવો- અલગ રહેવું.

- વિચાર પણ એક સાધન છે. વિચારનાં વમળો, પરમાણુઓ હોય છે. “વિચારો ભલે ચાલે, તે પ્રકૃતિમાં છે- હું તેના પક્ષમાં નથી” તેમ રાખો તો તમે સમતામાં છો.
- વૈરાગ્યનું સુખ શબ્દોમાં મૂકી શકાય છે. તે ઘટના સાથે સંકળાયેલ છે. પણ કોઈ પણ ઘટના વગર સ્વભાવનું સુખ આવે તે અનિર્વચનીય છે- પણ તેના માટે વૈરાગ્ય અનિવાર્ય છે. પોતાના અહમ/બુદ્ધિનો રાગ છોડી દેવો તે વૈરાગ્ય.
- અનાત્મ તરફની અરુચિ વૈરાગ્ય તરફ લઈ જાય?
- જેમાં જીવન નથી તે અનાત્મ. બીજા આત્મામાં રુચિ ગુમાવી તેને પોતાના આત્મા સાથેનો સંબંધ ગુમાવ્યો. બધાં જ પ્રાણી/જીવમાં આત્મા (હું) જોવો. જ્યાં જીવન નથી ત્યાં અનાત્મ છે ત્યાં રુચિ વેશો એટલે આત્માથી દૂર થશો. ખરાબ માણસોમાં પણ આત્મા જુઓ. આત્માના સ્વભાવમાં સારું/ખરાબ નથી. કોઈનો તિરસ્કાર ન કરાય. જો તિરસ્કાર થઈ જાય તો ભૂંસી નાખો કે “આત્મા જ છે”. અન્યને દેવરૂપે જુઓ- તેઓ ભવિષ્યમાં દેવ થવાના જ છે. જો સામેની વ્યક્તિના ક્રોધ, ખટપટ, રાજકારણ વગેરેમાં રુચિ લીધી તો અનાત્મામાં રુચિ લીધી તેમ કહેવાય.
- ધ્યાનમાં થતી ભ્રમણાથી કેમ બચવું?
- સમજણને માપવાની કોઈ ફૂટપટ્ટી નથી. બુદ્ધિ વગેરે મપાય (IQ/EQ/SQ). માયાને માપી શકાય. મનથી પેલે પારથી જે આવે છે તેને માપી ન શકાય. ધ્યાનના અનુભવો ભલે થાય, તેનો આનંદ ભલે આવે- પણ અહમ ધૂસે એટલે દુઃખ આવે જ. એટલે ફરીથી વ્યક્તિ નવો અનુભવ મેળવશે- આમ ધીમે ધીમે ચાલતાં શીખે તેમ અનુભવ મેળવતો જશે- અને વિવેક આવતો જશે. જો ધ્યાનમાં દર્શનો થાય તો તેને જ્ઞાની પુરુષોના હવાલે કરી દેવું.
- જાગૃતિ ગુણાતીત છે. તે પ્રકૃતિમાં જમા નહીં થાય. ગુણો સામે લડાઈ ન કરાય. તેને તાબે પણ ન થવું. ફક્ત ‘જુઓ’ અને ‘જાણો’.
- ચિત્તશુદ્ધિ ત્રણે ગુણોની પેલે પાર છે. શરીરરૂપી મશીન જે ચાલે છે તેને ‘જુઓ’ તો ચિત્તશુદ્ધિ થશે. શરીરના-મન/વચન/કાયાના-ચરખા સાથે ભળો નહીં – તેને જુઓ – આ પુરુષાર્થ છે. ગુણાતીતને સમયનું ભાન ન હોય.

સત્સંગ ક્રમાંક [904] 21 AUG 2005 A

- મનુષ્ય જીવનમાં સત્યનું મહત્ત્વ સમજાવો. ધંધામાં અસત્ય બોલવું જ પડે છે. રસ્તો શું?
- સત અને સત્ય જુદાં છે. સત રિયલ (શાશ્વત) છે. સત્ય સાપેક્ષ છે. સાક્ષાત્કાર સતનો થાય- તે કોઈને પણ કોઈ પણ ધર્મમાં થાય – બધાંને સરખો જ થાય છે. સત્ય પરિવર્તનશીલ છે. શરીરનો સંયોગ હોય તો જ સત્ય હોય – નહિતર સત હોય.
- દરેકની પ્રકૃતિ/ચેતના (Consciousness) મુજબ સત્ય જુદું જુદું હોય. Super Consciousness માં બધું જ સરખું હોય. મનનો લય થઈ જાય એટલે બધાં સત્યો લય પામી જાય.
- જેને ભવદુઃખ ઘટાડવું હોય તેને સત્યનો આશરો લેવો મોઘો પડે. જ્યાં પણ વાદ ઊભો થાય એટલે “હું કદાચ ખોટો હોઈ શકું” તેમ કહીને છોડી દે અને સતનો આશરો લે.
- વહેવારમાં કોઈને દુઃખ ન દેવાય. કોઈને નડાય નહીં – તેમ અધ્યાત્મનો માણસ માને. તે સતનો પાઠ કહેવાય. આ મુખ્ય સિદ્ધાંત છે.
- સત્યની સેવા તે અહંકારની સેવા છે. જેટલો પાવરવાળો અહંકાર તેટલું તેનું સત્ય જોરવાળું. પરંતુ જેટલી વ્યક્તિની સત સાથેની પ્રીતિ તેટલી વ્યક્તિ તરલ હોય.
- કટોકટીમાં પરમાત્માને શરણે જઈને નિયમભંગ કરી શકાય – પણ અંદરથી સાથે ન રહેવાય. આવું ડગલે ને પગલે પણ ન કર્યે રખાય. વહેવારમાં શક્ય હોય ત્યાં સુધી નિયમ પાળવો.
- જ્યાં ત્યાં ખોટી જગ્યાએ મન રોકાય નહીં. ખોટી જિંદગી કરાય નહીં.
- ધંધામાં ભાવ રાખો કે મારે ભગવદ્ભાવ રાખવો છે, કોઈને છેતરવા નથી-તો સારું થશે.
- સૂક્ષ્મ કૃપા બીજ એટલે શું ?

- સત્સંગ મળે છે તે સ્થૂળ કૃપા છે. સ્થૂળ કૃપાનો જેમ જેમ અનુભવ કરીને ઓતપ્રોત થતા જાઓ તેમ તેમ સૂક્ષ્મ કૃપાબીજ બને છે. ઈશ્વરનો આભાર માનવો કે તમને સારી પરિસ્થિતિ, કુટુંબ વગેરે આપ્યાં. ઈશ્વરને સાથે રાખીને વહેવાર કરો. જ્યારે સત્સંગ અંદર ઊતરીને સૂક્ષ્મરૂપે પ્રકાશ આપ્યા જ કરે તે સૂક્ષ્મ કૃપાબીજ થયું. સ્થૂળ (સત્સંગ, ભજન વગેરે...) માં ખૂંપી ન જવું – પણ સત્સંગ અંદર ઉતારવો.
- કેટલીક પ્રવૃત્તિ કરવી ન ગમે છતાં કર્યા વગર ચાલે પણ નહીં- એટલે મનનો સંઘર્ષ થાય છે. જેમ કે સત્સંગનો સમય છે અને ઘરે કામ/મહેમાન છે – તો શું કરવું ?
- આ બતાવે છે કે તમને સત્સંગ/ધ્યાન/પૂજા વગેરેનો અનુરાગ છે. સાધનાનો હવાલો સૂક્ષ્મ અહંકાર સંભાળે છે. આમ નહીં થાય એટલે ઉપવું મન નારાજ થશે પણ તેમાં અહંકારની ચાલ છે. આ વખતે ભલે સત્સંગ/ધ્યાન/સાધના છૂટે – પણ તમે સાધન વગરના થઈને બેસો – એટલે અહંકારનું મોત થશે. સાધનાના ઓઠા હેઠળ અહંકાર ફૂલે છે- તેને તોડવાથી કૃપાબીજક ઊતરે છે. આવો સંયોગ ઊભો થઈ જાય તો ભલે તમે બહિર્મુખ લાગો – તે બતાવે છે કે અંદર રોગ છે. બહારની વ્યક્તિ/સંજોગો તમને અંદરથી શા માટે ડિસ્ટર્બ કરે ? – તેટલી તમારી સાધનાની કૃત્રિમતા છે. આ ઘટના તમને તમારી કૃત્રિમતા બતાવશે. બહારથી ભલે તમે નાસ્તિક જેવા લાગો- તો શું તમે ખરેખર નાસ્તિક થઈ જશો ? થોડા સમય માટે આધ્યાત્મિકતા મૂકીને સાવ નોર્મલ થઈ જાઓ. તમે સહજ થાઓ અને કૃત્રિમતા છોડવી તે જ પુરુષાર્થ છે. ‘સાચા સંતને કોઈએ ભજતા ન દીઠા’. બાહ્ય નહીં પણ આંતરિક પુરુષાર્થ એ જ પુરુષાર્થ છે.
- પ્રકૃતિમાં સાક્ષી/દ્રષ્ટા/ચુંબકીય ભાવ ઊભા થયા છે. આ ભાવથી તે પ્રકૃતિ જુએ છે. પણ અહંકારને ખબર છે કે તે પ્રકૃતિને જોઈ રહ્યો છે – એટલે પ્રકૃતિ ડાહીડમરી થઈને રહે છે અને વસ્તુ ચોખ્ખી થતી નથી- ચિત્તશુદ્ધિ થતી નથી- કારણ કે સાક્ષી છે. જ્યારે અહંકારની જાગૃતિ વહેવારમાં તૂટે છે – જ્યારે પ્રકૃતિનું કંઈ ચાલતું નથી એટલે સાક્ષીને અંધાપો આવે છે અને પ્રકૃતિ ભયાનક રીતે પ્રગટ થાય છે. તો શું કરવું ?
- ભલે પ્રકૃતિ જેવી હતી તેવી બહાર આવી, પણ હવે તે ફરીથી તે રીતે ગોઠવાશે નહીં. આ સમય ‘જોવા’નો છે. પોતાની પ્રકૃતિનો સાક્ષાત્કાર કરવો જોઈએ. આડો અહંકાર/સાક્ષી ઊભો છે. પ્રકૃતિનો વિસ્ફોટ થાય/પરમાણુ ગરમ થઈ જાય (કપટના પરમાણુ ઠંડા હોય, ક્રોધના ગરમ હોય) – ત્યારે બંને પરમાણુથી છૂટા પડવાનું છે – તેથી ચિત્તશુદ્ધિ થશે. વ્યવહારમાં તમારે આ જ કરવાનું છે.

સત્સંગ ક્રમાંક [904] 21 AUG 2005 B

- કોઈ પણ ક્રિયામાં રાખો કે “હું પરમાણુઓ બદલાવી રહ્યો છું”. નીંદરમાં અહંકાર/બુદ્ધિ નહીં હોય એટલે બધું ઊખડશે. પરમાણુઓ સૃષ્ટિરૂપે વ્યક્ત થશે. અલગ રીતે ગોઠવાઈ જશે એટલે અહંકારને નીંદર પછી જુદી રીતે કામ કરવાનું આવ્યું. ઊંઘમાં પણ કર્મો ભોગવાય છે. તમારો આશય તમને સ્વપ્નરૂપે દેખાશે. આત્મા તમારો આશય પકડી લેશે. આશયથી જન્મમરણ વધે છે કે ઘટે છે. ઊંઘમાં અહંકાર વગર સારામાં સારી સાધના થાય છે.
- જો અહંકાર પ્રકૃતિની બ્લૂ પ્રિન્ટ જોઈ જાય એટલે અહંકારને થાય કે આને હું પહોંચી નહીં શકું- એટલે તે લાચાર થઈ જાય છે. અહંકાર જેટલો હારે તેટલો આત્માનો પક્ષ મજબૂત થશે. અહંકાર હારશે એટલે ધ્યાન/ભાવ કંઈ પણ મદદ નહીં કરે- એટલે બહાર કંઈ પણ ઘટના બનશે તેની સાથે અહંકારે જોડાવું પડશે. ત્યારે આ પ્રકૃતિનું પરિવર્તન થશે. ઘટનામાંથી અહંકાર નિષ્ક્રિય રીતે પસાર થશે.
- અહંકારની જે પીડા છે તેને પાકવા દેવી. શરણાગતિ શબ્દ ન લેવો. પીડામાંથી પસાર થાઓ. પ્રયત્નરહિત રહેવું અને પીડાને જોવી.
- અહંકારથી છૂટાપણું/જાણપણું આવ્યું હોય અને અહંકારને જ્ઞાતા ભાવે જોવાતો હોય તે દુઃખને કેવી રીતે જુએ ?

- જ્ઞાતાને દુઃખ તો આવે છે- પણ ભોગવટો નથી આવતો. (દુઃખ સહન કરવાની શક્તિ આવે છે) સાક્ષીભાવમાં ભોગવટો આવે છે. જ્ઞાતાને પ્રકૃતિના ઉત્પાત સાથે જોડાણ નથી. પરંતુ તે 'જુએ' એટલે ચિત્તશુદ્ધિ થાય. જો પ્રકૃતિને જુએ નહીં અને અન્ય ક્રિયા કરવા બેસી જાય તો તે નીકળશે નહીં- ભવિષ્યમાં ફરીથી આવશે.
- જ્ઞાતાએ પ્રકૃતિના ઉત્પાતમાંથી પસાર થવાનું જ છે- અને પ્રકૃતિને જોવી જ પડે- તો જ બધું ક્વીયર થાય. જ્ઞાતાની દ્રષ્ટિથી તે અણુઓ ક્ષય પામશે. જો જ્ઞાતા થઈ ગયા હો તોપણ છટકવું નહીં. ગમે તેવા મોટા જ્ઞાની હોય તોપણ દુઃખ લાગતું ન હોવા છતાં (ભોગવટો ન હોય) પણ પ્રકૃતિમાં/ઘટનામાં હાજર રહેવું પડે- તો જ ચિત્તશુદ્ધિ આગળ વધે. જોયા કરવું તે આંતરતપ છે. દેખત દેખત જાત. કોઈ ક્રિયાની જરૂર નથી- તેને જાણવાની જરૂર છે- તેનાથી છૂટા પડવાની જરૂર છે. ભલે આકરું દુઃખ ન લાગે, તોપણ પસાર થાયો. સાક્ષી હશે તે દુઃખી થશે- જ્યારે જ્ઞાતા હોય તે સમતા (સ્થિરતા) થી ફક્ત 'જોશે'. તે સમજે છે કે પસાર થવું જ પડે. જ્યારે પરમાણુઓ ઉદ્ભવે ત્યારે તેને બહાર નીકળવા દેવા અને 'જોવા'- ભલે તમે સાક્ષીની બદલે જ્ઞાતા હો.
- કોઈ ક્રિયા ન હોય ત્યારે આત્મસ્મરણ રહેવું જોઈએ. તેમ ન થાય તો પીડા થવી જોઈએ- કે "મારું પણ મૃત્યુ આવવાનું જ છે અને આત્મસ્મરણ રહેતું નથી". પીડા ઊભી કરો. જ્યારે પણ ફી હો ત્યારે નકામી ક્રિયા ન કરો. પાવક પીડામાંથી પસાર થાયો. જેને ટાઈમ પસાર ન થતો હોય તેની પાસે આત્માનું બળ નથી- નહિતર કંટાળો નહીં આવે.
- આત્માનું બળ કેમ વધારવું ?
- વ્યવહાર પૂરા કરીને એકાંતમાં રહો. એકબીજાની પ્રકૃતિમાં રસ ન લેવો પણ પ્રકૃતિને પસાર કરવામાં રસ લેવો. કુદરત સાથે રહેવું- અનુસંધાન કરવું. સૂર્ય/વૃક્ષ/પ્રાણી/જળ વગેરે.. જ્ઞાનીનું અનુસંધાન કરો. પવિત્ર વાણી, પવિત્ર સ્થાનનું અનુસંધાન કરો. અહંકાર ઘટાડો. ગમા/અણગમા ઘટાડો. અનન્ય ભાવથી ઈશ્વરનું/જ્ઞાનીનું સ્મરણ કરો.

સત્સંગ ક્રમાંક [905] 28 AUG 2005 A

- સમજણનો પ્રકાશ ઓછો પડે છે. છતાં પણ આંતરતપ કરવા જઈએ તેમાં ઝડપ/ગતિ નથી આવતી. તો શું કરવું ?
- બહિરાત્મા – જરૂર ન હોય ત્યાં મન/બુદ્ધિ/વિચાર/ચિત્ત/અહંકાર ન વાપરો. તેનાથી જન્મો વધે છે.
- અંતરાત્મા – બિનજરૂરી રીતે અંતઃકરણને નહીં વાપરે. તેથી પ્રકૃતિનું સુખ (શાંતિ) મળે. અંતરાત્મા હોય તે પોતાની ઇન્દ્રિયો/અંતઃકરણનો ઉપયોગ વિવેકપૂર્ણ કરે. સ્થિર રહે. આમ થાય એટલે ઉપર ઉપરથી બુદ્ધિ/મનના દોષો પકડાશે. અંદરના દોષ પ્રજ્ઞાથી પકડાય.
- જ્યારે અંદરનો પ્રકાશ ઓછો પડે અને વિશ્લેષ આવે ત્યારે વિશ્લેષને રસથી નિહાળો. પોતાની પ્રકૃતિના અંધકારને શાંતિથી જુઓ- તેથી પ્રકૃતિના લખાણને ભૂંસાય છે. જેમ લાઈટ ન હોય તો કેમ શાંતિથી બેસો છો તેમ. અંદરથી નીરખો/પરખો- ભલે ઊડાણથી આંતરતપ ન થાય. આમ થવાથી સમજણનું સુખ આવશે.
- સમજણનું સુખ બંધનને પડતું અટકાવે છે. કારણ કે મિથ્યાદ્રષ્ટિ પડતી અટકે છે. નહિતર ક્ષણે ક્ષણે, શ્વાસે શ્વાસે બંધન થાય છે. જેને ખબર પડી ગઈ છે અને સમજણ મળી ગઈ છે કે બુદ્ધિથી ઉપર કોઈ સત્ય છે- અને તે મારી બુદ્ધિમાં આવે તેમ નથી- તે માણસ વિનય/વિવેકવાળો છે- ભલે તે અભણ હોય.
- અહીં સમજણ એટલે બુદ્ધિની સમજણ નહીં- પણ જે પોતાની બુદ્ધિને જાણે/ઓળખે તેવી સમજણ. તો જ પોતાની બુદ્ધિ કંટોળમાં આવે.
- બુદ્ધિ ઇન્દ્રિયોને ઓળખે છે. પણ જ્યાં ઇન્દ્રિયોનું જગત નથી ત્યાં બુદ્ધિ આંધળી છે. સંજય દ્રષ્ટિ એટલે બુદ્ધિથી જે ન પકડાય તેવી વસ્તુ જણાય છે. જે સમજણની શક્તિ/પ્રકાશ છે.

- સમજણનું સુખ આવ્યા પછી જ્ઞાનીના સંયોગથી પ્રજ્ઞાની જાગૃતિ જોડાશે. પ્રજ્ઞાની જાગૃતિ આવ્યા પછી મિથ્યાદ્રષ્ટિનું મીટર ચાલશે જ નહીં- ભલે પ્રકૃતિની ભૂલ થાય તોપણ પ્રજ્ઞાના પ્રકાશમાં થાય છે. દોષનું નિરાકરણ થઈ જાય પણ મિથ્યાદ્રષ્ટિનું મીટર ન ચાલે. જન્મમરણ મિથ્યાદ્રષ્ટિથી થાય છે.
- Divine/દિવ્ય શક્તિ/દિવ્યતા/કુંડલિની/પ્રજ્ઞા/ચિત્તશક્તિ બધું એક જ છે. આ જગાડવા માટે જ સત્સંગ થાય છે. મિથ્યાદ્રષ્ટિ તોડવા માટે જ સત્સંગ છે. સાચી સમજણનો પ્રકાશ વધારવા માટે જ સત્સંગ છે.
- તમારાથી જેટલું થાય તેટલું કરો. ક્યારેય લાચારી ન રાખો. ન થાય તોપણ જેટલું થાય તેટલું કરો- અને દંભ વગર કરો. બીજાનું જોઈને ન કરો. તમને ચોટેલા પરમાણુઓનો નિકાલ તમારે જ કરવાનો છે. સમજણ તમારે જ ડેવલોપ કરવાની છે.

સત્સંગ ક્રમાંક [905] 28 AUG 2005 B

- ઋણ એટલે શું? – કુટુંબ વગેરેની જવાબદારી ઋણ છે. તે જ રીતે અંદર આત્માનો પ્રકાશ કેમ નથી? કારણ કે કેટલુંક દેવું મેં ચૂકવેલ નથી. અંદરના પરમાણુઓનો નિકાલ કરવો તે ઋણ છે. મિથ્યાદ્રષ્ટિને કારણે પરમાણુઓ ઊભા થયેલા છે. જે ક્રિયા તમારે કરવી જ પડે તે ઋણ છે. જો છટકવાની ટ્રાય કરશો તો બીજી રીતે ચૂકવવું પડશે.
- ચૈતસિક તરંગો/પરમાણુઓ એટલે શું? – જો તમે અંતઃકરણને શાંત કરી શકો તો તમે ચૈતસિક તરંગોને ઓળખો તો તેની ભૂખ લાગે અને અનુસંધાન કરી શકો.
- વિનય/વિવેક/જિજ્ઞાસા/અભીપ્સા/ગરજનો ભાવ રાખો કે “મારાથી કંઈ થતું નથી” – તો અંતરાયો હઠી જાય. દરેક જગ્યાએ અને સત્સંગમાં આવો ભાવ કરો. એવો ભાવ રાખો કે “મને ચૈતસિક તરંગો મળે” – ભલે તમે વિપરીત વાતાવરણમાં હો. આ પીડા/પ્યાસ કામ કરશે.
- બિનજરૂરી મળવાનું કુતૂહલ ટાળો. તમારી પાસે સમય જ નથી. તો જ ચૈતસિક તરંગો ઊતરશે અને સાધનાનો થાક નહીં લાગે.
- કોઈનું મૃત્યુ થતું હોય તે વખતે આપણે જ્ઞાની – કે જેની પાસે ચૈતસિક શક્તિ છે – તેનું સ્મરણ કરીએ અને મૃત્યુ પામતી વ્યક્તિના કલ્યાણનો ભાવ કરીએ તો તેને લાભ થાય?
- હા, થાય. ભાવથી બાજુમાં ગીતા/દેવદેવીને પધરાવો. ભગવાનની શક્તિ જ્યારે ભક્ત બોલાવે ત્યારે આવે જ છે. “મૃતકની ગતિ સારી થાય” તેવો ભાવ કરો તો થશે. જ્યારે તમે કંઈ કરી શકતા નથી ત્યારે હંમેશાં આહ્વાન કરો. જીવનું કલ્યાણ ‘અક્ષર’ થી થશે. (શ્રીકૃષ્ણ, રમણ મહર્ષિ વગેરે). ક્ષરથી કંઈ ન થાય- તે નિર્મળ ભાવ કરીને અક્ષરને આહ્વાન કરે – તેથી અક્ષરનું તત્ત્વ એકિટલ થઈને તમારા –ક્ષરના માધ્યમથી કામ કરે.
- જે જ્ઞાનનું ચૈતસિક રૂપ છે – તે સત્સંગમાં બધા આમન્યામાં હોય છે. પણ સત્સંગ પૂરો થાય પછી વ્યવહારમાં સાધક ચૈતસિક રૂપ/જ્ઞાન જાળવી શકતો નથી. પ્રકૃતિ જ્ઞાનને દબાવી દે છે. તો શું કરવું?
- આવશ્યકતા હોય તેટલી જ વાણી વાપરો. ઘણી વ્યક્તિ તમને તેની પોતાની કથા કહેવા માટે જ લાંબી વાતો કરે છે. જેને મળો તેનો ખોટો સમય ન લેવો, પરિચય ઓળખાણનો લાભ ન લેવો. અંતઃકરણ શાંત રાખો. દરેક ક્રિયામાં જ્ઞાનીને સાથે જ રાખો.

સત્સંગ ક્રમાંક [906] 04 SEP 2005 A

- અંદર દુઃખનો મૂંઝારો છે. શું કરવું?
- પ્રકૃતિનો વિકાસ થઈ ગયો હોય તોપણ આવું બને છે. પ્રકૃતિ પોતાની યાંત્રિકતા/જડતામાં છે. પ્રકૃતિને/શરીરને ‘મારી/મારું’ માન્યું તેમાં દુઃખ છે. તમે પ્રકૃતિ પર ‘માલિકી’ કરો છો પણ વાસ્તવમાં પ્રકૃતિ મારી નથી – ‘ચેતના’ મારી છે. વિઘ્નો/દુઃખ પ્રકૃતિમાંથી આવે છે. (જ્ઞાનીને

પણ) પ્રકૃતિ તેના નિયમ મુજબ જ ચાલે છે, વિક્ષેપ/દુઃખ પણ તેના નિયમ મુજબ જ આવેલ છે – આ સમજણ રાખો.

- ચેતના તમારી છે. તેને કોઈ અડી શકે નહીં. જો પ્રકૃતિને ‘પોતાની’ નહીં માનો તો જ્ઞાનનો ફાયદો એ છે કે ભય/લાચારી/પરવશતા ન આવે. વિઘ્નો તો આવશે જ.
- ‘હુંપણું’ નિત્ય સત્સંગથી કપાય છે. પ્રકૃતિ બહુ જ ગહન છે. ચેતનાના સહારા વગર થાકી જશો. પ્રકૃતિથી નિર્વેપ થાઓ તો જ કામ થશે. ‘હુંપણું’, ‘મારાપણું’ નિરંતર સાફ કરતા રહો.
- “હે પરમાત્મા, કૃપા કરો/દયા કરો” તેમ કરતાં તેનો કરંટ પ્રકૃતિને ઠીક કરે. આ માંગણી સંસારની જેમ અહમની/લાચારીની માંગણી નથી, પણ પરમ શક્તિ પાસે તમારી પ્રકૃતિ/લાચારી માંગણી કરે છે. ગુરુ તત્ત્વને પ્રકૃતિના લઘુ તત્ત્વથી ભજો. બીજા પાસે લાચારી ન કરો. પ્રભુ પાસે માંગણી કરો. આમ કરશો એટલે અંદર બીજરૂપે પડેલો સત્સંગ ઊગશે- અને કાર્ય કરશે. જ્ઞાનના પ્રકાશથી પ્રકૃતિ નિયંત્રણમાં રહે છે.
- અહંકાર ભગવાનની વાત, અંદરની વાત સમજી નહીં શકે. સમજવાનો પ્રયત્ન ન કરો.
- ‘ગમતું નથી’ તેવો અનુભવ કોઈકને થાય છે એટલે પીડા થાય છે. અનુભવ કરનારો છે તેને વાતાવરણથી છૂટો પાડો એટલે સંઘર્ષ નીકળી જશે- આ સાધના છે. એમ રાખો કે ભલે મને ન ગમે પણ હું ‘જોઉં છું’- તેથી સમજણ આવશે. બીજી ક્રિયા વગેરેમાં જઈને છટકો નહીં. બુદ્ધિ/અહંકારમાંથી સમજણ ન આવે. જ્યારે અંતરાયો તૂટે ત્યારે સમજણ આવશે.
- અંદરથી અંતરાય આવે તેને આવરણ કહેવાય જ્યારે કોઈ વ્યક્તિ દ્વારા બહારથી આવે તે વિક્ષેપ છે. અંદર અંતરાય છે એટલે બહારથી વિક્ષેપ આવ્યો છે. અંદરની ચુંબકીય શક્તિએ બહારના વિક્ષેપને ખેંચેલો છે. વિક્ષેપ આવે ત્યારે અંદર કાર્ય કરો- બહાર નહીં. અંદરથી અલિપ્ત રહીને ‘જુઓ’.
- જેટલું બહારનું સુખ વધે તેટલો અંદરનો અંતરાય બહાર નહીં આવે. એટલે વધુ પડતી અનુકૂળતા/સુખમાં ન રહેવું. જે વ્યક્તિ પ્રતિકૂળતામાં રહે તેની શક્તિ વધે. માણસો બિનજરૂરી રોતા જ હોય છે. વ્યક્તિ જેટલું વધુ અંધારું જુએ તેટલો જ વધુ પ્રકાશ જુએ. પ્રકાશમાંથી અંધારું ન આવે.
- તમે ભલે ઉંમરને કારણે થાકેલા હો/બીમાર હો પણ તમે તો શરીરથી ‘જુદા’ છો એટલે “ભગવાન મને ઉપાડી લે” તેમ કહેશો તો તમે પ્રકાશને રોકો છો. શરીર તમે નથી. વિચાર/બુદ્ધિ/નિર્ણય તમે નથી. દુઃખ પણ તમે નથી. ચેતનાને કોઈ શરીર નથી.
- સતત દુઃખ આવે ત્યારે સાતત્યથી ‘જુઓ’ તો ઘણું કામ થશે. દુઃખથી દુઃખી ન થાઓ, દુઃખ સાથે દ્વેષરહિત થાઓ અને જ્ઞાતા બનીને રહો. જો જ્ઞાતા ન થવાય તો “જ્ઞાતા થવાતું નથી” તેવી પીડા હોવી જોઈએ – દુઃખની નહીં. “જ્ઞાતા જાગતો નથી” તેની પીડા રાખો. સંકટ/આપત્તિને કારણે દુઃખી ન થવું. પણ આવા સમયે પણ “મારો જ્ઞાતા જાગતો નથી” તેવી પાવક પીડા રાખો. દુઃખનાં રોદણાં ન રોવાં પણ “મારી પાસે પરાચેતના નથી” તેવી પીડા રાખો. “મારે દુઃખને જાણવું છે. મારા જ્ઞાતાને જગાડવો છે એટલે દુઃખ આવ્યું છે” તેમ સમજીને ચાલો. સુખને પણ ‘જુઓ’. સમજો કે આ સુખ પણ હમણાં ચાલ્યું જશે. એટલે સુખની સંવેદનામાં પણ ન જોડાઓ. સુખમાં યોગ કરવો અત્યંત અઘરો છે” સુખ તમારા જ્ઞાતાને દબાવી દે છે. તે જ રીતે માન/સત્તા બધામાં જાગૃતિ ન રાખો તો જ્ઞાતા દબાઈ જાય છે. સુખને બદલે સમજણ માંગો.
- વિક્ષેપ આવે તો સમતા નથી રહેતી. તો શું કરવું?
- વિક્ષેપ વખતે પ્રકૃતિ તો અસ્વસ્થ થશે જ. પણ બહારના વિક્ષેપને જોવાનો નથી પણ આપની અંદરની પ્રકૃતિને જોવાની છે/ઓળખવાની છે. અસ્વસ્થ પ્રકૃતિને જોવાથી તે સ્વસ્થ થાય અને વિક્ષેપે જવું જ પડે. “હું પ્રકૃતિને એક ચોક્કસ અલગ બિંદુથી જોઈ રહ્યો છું” તેમ રાખો અને જ્ઞાતા-દ્રષ્ટાના પદથી જુઓ. વિક્ષેપને જતાં થોડો સમય લાગે પણ તમારી અંદર જે સમજણ આવી તેને પકડી રાખો. કાળ જશે તેમ વિક્ષેપ જશે.

સત્સંગ ક્રમાંક [906] 04 SEP 2005 B

- આપણે બધાંનું સારું જ કરીએ તોપણ વિક્ષેપ કેમ આવે છે ?
- આ બધાની પાછળ સાત્ત્વિક અહંકાર કામ કરે છે તેથી વિક્ષેપ આવે છે. વિક્ષેપ તમને સાત્ત્વિક અહંકારથી છોડાવવા માટે આવે છે. સારાપણું પણ વિવન જ છે. જો પાછળ જ્ઞાતા-દ્રષ્ટા હોય તો સારાપણું નહીં નડે. “સારું કર્યું એટલે સારું થવું જ જોઈએ” તેમ માનવું તે સમજણનો અભાવ છે.
- અન્યાય થાય ત્યારે અહંકાર બળે છે. આંતરતપ કરીને ‘જુઓ’. બળતા અહંકારના તાપને જુઓ તો હૃદયમાં મૈત્રી/કરુણા/ઋજુતા આવશે.
- વ્યવહારમાં યોગ્ય શબ્દોની જરૂર પડે છે – તે નથી હોતા, તો શું કરવું?
- ભલે સ્વભાવ સારો હોય પણ અંદરના અંધકારને લીધે શબ્દો યોગ્ય રીતે નથી મળતા. ખરેખર તો આપણી અંદરની દશા નિર્વિચાર નથી. નહિતર નિર્વિચાર દશામાં ઝાઝા શબ્દોની જરૂર નથી. જ્ઞાનીને અંદર શબ્દો જ ન હોય – શબ્દોનાં પ્રતીક જ ન હોય. નિર્વિચાર થવાનો પ્રયત્ન કરો અને નિર્વિચારની પ્રીતિ વધતી જાય તેમ કરો. અત્યારે તમારો અહંકાર શબ્દોને પકડે છે.
- વધુ પડતી બિનજરૂરી વાણી કે બોલબોલ ન કરવું. ટોળાંમાં ન રહેવું.
- પ્રકૃતિની માલિકી છોડો તેને પોતાની ન માનો – તો બધા દોષોની નિવૃત્તિ થઈ જાય છે. ઉપદેશથી પ્રકૃતિ સુધરશે નહીં.
- નિર્વિચાર થવા માટે વિચારને જોવા – તેમ કરવું જોઈએ?
- વિચાર એટલે પરમાણુઓનું વિચરણ. વિચારો સામે આવતા ટ્રાફિક જેવા છે. તેને ખૂણામાં રહીને ‘જુઓ’ તો સરી જશે. તેને અહંકારની તાકાતથી રોકવાનો પ્રયત્ન ન કરો પણ વિચારો પ્રત્યે ‘સજાગ’ થવું. નહિતર ગાંઠ ઉપર ગાંઠ પડતી જ જશે. સજાગતા હશે તો ભોંઠપ લાગશે કે “મને બહુ વિચારો આવે છે” વિચારોને જોવાથી જોનારની શક્તિ વધે છે.
- ટ્રાવેલ વગેરેમાં ફ્રી સમય હોય ત્યારે ‘અંદર’ જુઓ, મનની ક્રિયાનો સાતત્યભંગ કરો. મનની ગતિને જોવાની છે. મનના શબ્દોના પ્રવાહની સાથે ન જોડાઓ. સજાગતા રાખવાથી જ જ્ઞાતા-દ્રષ્ટા આવશે. સજાગતા વગર નહીં આવે. દરેક ક્રિયામાં સજાગતા રાખો.
- ઘણી વખત વિચારોને જોવાથી મગજને ભાર લાગે છે તો શું કરવું?
- ઘણાને ધ્યાનમાં પણ આવું થાય. જાગૃતિ રાખનારને પણ થઈ શકે. આની પાછળ શ્વાસની રિધમ/ગતિ જવાબદાર છે. એકાગ્રતા, ધ્યાન, જાગૃતિથી શ્વાસની સીધી લિન્ક તે જગ્યાએ થઈ જાય છે જે મગજ/આંખને દુઃખાવો આપે છે. આ દુઃખાવો કાયમ નહીં રહે. આ દુઃખાવો લાભકારક છે- તે શરૂઆતમાં રહેશે- પણ પછી તે જગ્યાએ ઠંડક થઈ જશે. પ્રાણશક્તિનું ઈંધણ ત્યાં ભાગ ભજવે છે. ધ્યાનમાં સહજ રહો- ખોટું વજન ન આપો. (હોઠ ભિડાઈ જાય વગેરે...). તેનાથી સાવ ઊલટું- સાવ સુસ્ત પણ ન રહો- જાણે કે ઠંડા હો, સૂતેલા હો- તેમ પણ ન ચાલે. મનમાં રાખો કે મારે જાગૃત રહેવાનું જ છે. મધ્યમ માર્ગ છે- ખોટું વજન પણ ન ચાલે કે ઠંડાપણું પણ ન ચાલે.
- જ્ઞાન માર્ગમાં ધ્યાનમાં ટટ્ટાર બેસવાની જરૂર નથી. રિલેક્સ રહીને બેસી શકો તો ચાલે. આમ, આરામથી બેસીને મનને જુઓ. ઘણાને આમાં ઊંઘ આવશે- તો ઊંડા શ્વાસ લો, આંટા મારો, મોઢું ધૂઓ વગેરે કરીને ફરીથી કરો.
- કોઈ વખત સૂતાં સૂતાં પણ મનને જોઈ શકો, ધ્યાન કરી શકો. ભલે બે મિનિટ ઝોકું આવે- પણ નીંદર ન ચાલે.

સત્સંગ ક્રમાંક [907] 11 SEP 2005 A

જ્ઞાની-અદેહીના સંપર્ક વિશે (શરીરમાં હોય છતાં ન હોય તે વિદેહી)

- જ્ઞાની પુરુષની ચેતના સાથે કેવી રીતે જોડાવાય? અદેહીની ચેતના સાથે કેવી રીતે જોડાવાય ? કેમ અનુસંધાન કરાય ?

- શરીરમાં એક 'વ્યાપક ચેતના' છે જેમાંથી મનોદૈહિક ચેતના જન્મે છે. જેની શરીરની ચેતના છૂટી પડી ગઈ હોય (વિદેહી) તેને બહુ કરવું ન પડે.
- શરીર છૂટે એટલે ચેતના વ્યાપી જાય છે- તેને અદેહી કહેવાય. તેની સાથે જોડાવા માટે તેના પ્રત્યે પ્રીતિ/ભાવ/વાગણી - જોડાવા માટેની - હોવી જોઈએ. જ્યારે પણ સમય મળે ત્યારે ચિત્તને સતત શ્વાસમાં રાખો અને તેનાથી "ચેતનશક્તિનું જોડાણ કરવું છે" - તેવી શ્વાસની જાગૃતિ રાખો.
- જો તીવ્ર વેગ હશે તો કુદરત દ્વારા વ્યવસ્થા ગોઠવાશે- તેથી શ્રદ્ધા વધશે.
- અદેહી (શ્રીકૃષ્ણ, રમણ મહર્ષિ વગેરે...) સાથે અનુસંધાન થઈ શકે. તેની શક્તિ અંતરિક્ષમાં હોય છે. તેની હાજરી/સાક્ષી અનુભવો એટલે અનુસંધાન થાય. તમે માત્ર અંતરથી નામ લો. "હું શ્રીકૃષ્ણની ચેતના સાથે જોડાઉં છું" તેમ કહેશો એટલે તેની ચેતના જીવંત થશે. તમારી ચેતનશક્તિ દ્વારા તેનું અનુસંધાન/આહ્વાન થાય છે. આ રીતે સંબંધ કરીને ત્યાર પછી અહંકાર/બુદ્ધિ સાઈડમાં મૂકી દઈને ધ્યાન/કાર્ય કઈ પણ કરી શકો. અંદરના આત્માનો ભાવ મહત્વનો છે- શબ્દ મહત્વનો નથી.
- આમ અનુસંધાન કર્યા પછી તેનો કરંટ રહેશે અને સાધનાનો બોજો નહીં રહે. (મામેકં શરણં પ્રજઃ)
- જીવે અક્ષરનો સહારો લેવો જ પડશે. સીધું અક્ષરાતીત સુધી નહીં જવાય. તમે અક્ષરની જ્ઞાન શક્તિ સાથે જોડાઓ છો- શરીર કે વ્યક્તિત્વ સાથે નહીં. અક્ષર જ આધિ વ્યાધિ ઉપાધિ દૂર કરી શકે છે. દેહમાં હોય કે અદેહી હોય, કોઈ પણ જ્ઞાની યાવે.
- અંતઃકરણમાં અનન્યભાવ કરીને તેનામય થઈ જવું જોઈએ.
- તમારું કર્તવ્ય પરાયેતનાના પુરુષાર્થને નહીં કાપે. પણ બીજું આડુંઅવળું જે કરશો તે તમારા પરાયેતનાના પુરુષાર્થને કાપશે. તમારું ચિત્ત હંમેશાં ભગવાનમાં રાખો- દરેક કાર્ય કરતી વખતે. તમારો ધંધો, નોકરી બંધ ન કરવા.
- અનન્યભાવ આવે પછી તે શક્તિ તમારી સામે વ્યક્ત થશે. જેમ નિષ્ઠા વધુ પ્રબળ, તેમ શક્તિ વધુ વ્યક્ત થશે.
- તમારી નિષ્ઠા ફક્ત સત્સંગમાં જ નહીં, કુટુંબ, નોકરી, ધંધામાં પણ હોવી જોઈએ. જો જ્ઞાની કે ભગવાનની અનન્ય નિષ્ઠા/ભાવ હશે તો ચોક્કસ જોડાણ થઈ જશે.
- અનુસંધાન થાય પછી તે અનુભૂતિ કેવી હોય?
- વ્યક્તિની ક્રિયાનો ભાર ઊતરી જાય. સંકટોનો ભાર ન રહે. કારણ કે હવે અહમનું કેન્દ્ર નથી. જે થઈ રહ્યું છે તે વાજબી જ થાય છે તેમ વાગે. બોજો ઊતરી જશે. નિર્વેપ/મુક્તપણાની અનુભૂતિ થાય.

સત્સંગ ક્રમાંક [907] 11 SEP 2005 B

- વ્યક્તિએ પોતાના અંધકારનો પરિચય કરવાનો છે. આ પરિચય જ્ઞાનીની હાજરીમાં ન થાય. પોતાની અંદરના આત્મા વિરોધી પરિબળો ક્યા છે તે સતત જુઓ/શોધો.
- શ્રી રામકૃષ્ણ જે સત્સંગ કરતા હતા તે પરમ સત્સંગ કહેવાય?
- રામકૃષ્ણ કાલીની ઉપાસના કરતા હતા. કાલી શાસનના દેવી હતા - તેમનો સંબંધ પ્રકૃતિ સાથે હોય. પણ અદેહી/વિદેહી હોય તેને જન્મ/મૃત્યુની યાત્રા અટકાવવી તેમાં હોય. રામકૃષ્ણનું અનુસંધાન દેવ/દેવી સાથે હતું- ત્યાં નિત્ય સંબંધ હતો. પણ તોતાપુરીએ આત્માનું કામ કર્યું. રામકૃષ્ણનો સત્સંગ ભક્તોનો સત્સંગ હતો. દેવ/દેવીઓ તમારાં જન્મમરણ ન અટકાવી શકે. અંતિમ આધાર તો ચિત્તિશક્તિ/આત્મા જ છે.
- કૃષ્ણ/રામ બધા જ છેલ્લે તો અંદરની ચિત્તિશક્તિ/આત્માને જ ભજે છે.
- છેલ્લે રામકૃષ્ણ દેવી/દર્શન/સાક્ષાત્કાર બધાંને ઠેકીને પરાયેતનામાં આવ્યા.
- સત્સંગ દરમિયાન શું થયું તે બહાર નીકળીને યાદ રહેતું નથી. તો શું કરવું?

- આ વસ્તુ સ્મૃતિની ખામી નથી. પરમ સત્સંગને સ્મૃતિ સાથે લેવા દેવા નથી. અહીં જ્ઞાની પોતાના શબ્દ સાથે નથી. પણ તેને શબ્દની પાછળની ચૈતસિક શક્તિમાં અપાર શ્રદ્ધા છે. સાધકનો સવાલ સ્મૃતિ કે બુદ્ધિમાંથી આવે છે- પણ જ્ઞાનીના શબ્દોમાં પરાયેતના સાથે જાય છે. તેથી શ્રોતાની ચેતના આ ચિત્તશક્તિનો સ્પર્શ પામે છે. તેથી તેમના અંતરાયો ઉપર પ્રકાશ પડે છે. જેથી સ્મૃતિ પણ આ શબ્દોને પકડી ન શકે. બોલનારની સ્મૃતિમાંથી આ શબ્દો નથી આવતા.
- સત્સંગના સવાલ/જવાબ યાદ રાખવા નહીં, ભૂલી જવા. વહેવારની સ્મૃતિ રાખવી પડે- પણ અહીં સ્મૃતિરહિત રહેવું. પરમ સત્સંગમાં વિચાર ન હોય.
- જે પ્રશ્ન રામકૃષ્ણનો હતો તેવું જ શું ઓશોનો પરમ સત્સંગ કહેવાય? આપના પુસ્તકમાં ઓશોનો ફોટો કેમ નથી ?
- અન્ય જ્ઞાનીઓની ચેતના તરફથી ઠપકો મળે એટલે ફોટો નથી રાખ્યો.

સત્સંગ ક્રમાંક [908] 18 SEP 2005 A

- સાધનાનું સંચાલન બુદ્ધિ/અહંકાર લઈ લે છે. તો શું કરવું ?
- જેને પીડા થાય છે તે આત્માના પક્ષમાં છે- અહંકારના પક્ષમાં નથી. આવી ખબર પડી તે સારું - ધન્યવાદને પાત્ર છે. તેનો પક્ષ આત્મા/ચેતનાનો થઈ ગયો. ભલે અહંકાર હોય પણ તેનો ફોર્સ/વક નહીં રહે. તમે અહંકાર સામે સવિનય અસહકાર કરો. અંદર “મને અહંકાર ગમતો નથી” તેમ રાખો તો અહંકાર પાવર ગુમાવતો જશે.
- ધ્યાન/સત્સંગ વગેરે અહંકાર વગર ન થાય. પણ તે નિર્મળ અહંકાર હોય છે. અહંકારની ચીકાશ અંદર સૂક્ષ્મમાં ન લાગવી જોઈએ. અહંકારને આત્મા/ચેતનાના પ્રતિનિધિ તરીકે રાખો. બધું જ કામ પ્રભુ/આત્માના અંતરાયો કાપવા માટે છે તેમ રાખો. અહંકારને સાવ જતાં તો જન્મો લાગે છે. સત તત્ત્વ/જ્ઞાની પ્રત્યેની પ્રીતિ વધારો.
- અંદરનાં કર્મોની રજ અહંકાર/જ્ઞાનથી પણ ન જાય. પણ તે જ્યારે બહાર નીકળે ત્યારે શાંત રહીને ‘જુઓ’ તો જ તે નાશ પામે. દ્રષ્ટારૂપે જોવું જરૂરી છે. ચિત્તની શુદ્ધિ જ્ઞાતા-દ્રષ્ટાથી જ થાય છે.
- સંકટ કે દુઃખ હોય પણ અંદર શાંતિ હોય તે દર્શાવે છે કે વ્યક્તિનો જ્ઞાતા એકટિવ છે/જાગૃત છે. સંકટમાં આત્માની શક્તિ વધવી જોઈએ. તમારો સમયનો ઉપયોગ જ્ઞાતા- દ્રષ્ટાને એકટિવ/જાગૃત કરવામાં જ કરવો જોઈએ.
- કર્મના ઉદયની રજ આવે ત્યારે તેને જ્ઞાન સામે ધરી દેવી જોઈએ- કે “આમાં હું કંઈ કરી શકું તેમ નથી- તમારો પ્રકાશ જ કામ કરશે”- તો આને વિજ્ઞાનમય ભક્તિ કહે છે.
- સત્સંગમાં બધું સમજણમાં ઊતરી જાય છે પરંતુ વહેવારના સમયે આ સમજણનું જ્ઞાન હાજર થતું નથી અને જૂનું મન ઊભું રહી જાય છે તો શું કરવું ?
- કારણ કે અંતરાયો તેના ઉપર છવાઈ જાય છે- ભલે અંદર જ્ઞાન છે. આ માટે અંતરાયો ન હોય અને સુખ હોય ત્યારે પણ આંતરતપ કરીને જ્ઞાનીની સમજને હાજર જ રાખવી. દરેક વહેવાર જ્ઞાનની જાગૃતિથી જ કરો- સમજણથી જ કરો. એટલે જ્યારે દુઃખ આવશે ત્યારે સમજ કામ લાગશે.
- જે અહંકાર ક્રિયા સાથે જોડાયેલ હશે તે દુઃખ આપશે- પણ જે અહંકાર સ્વરૂપ સાથે જોડાયેલ હોય તેને ક્રિયા દુઃખ નહીં આપે.
- બાહ્ય તપનો સંબંધ પરાયેતના સાથે નથી. પણ સમજણ જ્ઞાનમાંથી આવે છે. બાહ્ય તપના ભરોસે ન રહેવું. આંતરતપ/સૂક્ષ્મ તપ કરો.

સત્સંગ ક્રમાંક [908] 18 SEP 2005 B

- ઘણી વખત સાધનાનું જોર વધી જાય તે શરીર સહન ન કરી શકે. તો શું કરવું?

- સાધનાને તમે નિમિત્તરૂપે વાપરો. શરીર ચંત્ર છે. તેને નિયમથી વધુ શક્તિ ન અપાય. કુદરત/જળ/વૃક્ષ/આકાશને જોયા જ કરો- તો શાંતિ થશે. આખો દિવસ ઘર/TV વગેરે ન જોવાય. જો આકાશ જોશો (ખાશો) તો તેમાંથી પણ પ્રોટીન/વિટામિન/શક્તિ મળે છે. માત્ર ખોરાકમાંથી જ મળે તેમ નથી.
- માણસોની મૈત્રીમાં અહંકાર હોય જ. તે નડશે. પણ ઝાડ/આકાશ/દૈવી સ્થાન/જળ પાસે અહંકાર નથી. તે તમને ફાયદો કરશે.
- અસૂયા એટલે કોઈની સારી વસ્તુ જોઈને ઈર્ષ્યા કરવી.
- મુદિતા એટલે બીજા પ્રત્યે અહોભાવ રાખવો કે મારે કારણે અન્યને તકલીફ ન પડે.
- તમે જે વિચાર કરશો તેનાં વમળો આકાશમાં ફેલાઈ જશે અને તેનાં પરિણામો તમારે ભોગવવાનાં છે. એટલે સતત ઉત્તમ વિચાર કરો. જો કનિષ્ઠ વિચાર થઈ જાય તો તરત જ “આ વિચાર હું રદ કરું છું, મારો અહંકાર તેને કરાવી ગયો છે- મારી ભૂલ થઈ ગઈ છે” તેવો ભાવ કરો- એટલે તે રદ થઈ જશે.
- જ્યાં બાહ્ય/આંતરિક શુદ્ધિ હોય ત્યાં ચૈતસિક શક્તિ આકર્ષાય છે. ઘરમાં પણ ચોખ્ખાઈ/સુઘડતા રાખવી. પણ પરમહંસ કે અવધૂત માટે આ નિયમો નથી. વિચારો અને ભાવની ચોખ્ખાઈ જોઈએ. અહંકાર હોય ત્યાં આમ કરવું પડે.
- રેકી/પિરામિડની શક્તિ અને જળ/આકાશ/કુદરતની શક્તિ એક જ છે?
- રેકી/પિરામિડની શક્તિમાં ચેતન નથી. તેમાં આકાર છે. આકાર કેટલીક વખત સુખ આપે કેટલીક વખત દુઃખ આપે. વનસ્પતિ પાસે ચેતન છે. જળ પાસે જીવન શક્તિ છે. આકાશમાં અનુભવોની જીવંતતા છે. તે ત્રણેય વસ્તુ વ્યક્તિમાં સર્જનાત્મક કામ કરે છે. રેકી/પિરામિડ તેમ ન કરે. એટલે જળ/વનસ્પતિ/આકાશ સાથે અનુસંધાન કરો. પિરામિડમાં/રેકીમાં આ પણ ઉમેરો- તો ફાયદો થાય. પક્ષી/પશુઓ સાથે પણ અનુસંધાન કરો.
- જ્ઞાનીની શક્તિ ઝાડમાં જાય. જ્ઞાની મંદિરમાં જાય તો મૂર્તિનું તેજ વધે. ધ્યાનની દશા ઝાડ/આકાશ બધાંથી વિશેષ છે. ફૂલમાં તાકાત હોય છે કે તે વ્યક્તિના તરંગો શોષે છે.
- જ્ઞાનીની હાજરી ધ્યાનથી પણ વધે છે. રમણ મહર્ષિની હાજરી એ જ પૂજા છે- તેનાથી વિશેષ છે. તમારું સાધન મહત્ત્વનું નથી. આત્મા સાધનસાધ્ય નથી- કૃપાસાધ્ય છે.
- વહેવાર સમજણથી થાય છે કે દ્રષ્ટાથી થાય છે તે કેમ ખબર પડે ?
- વહેવાર એટલે જે સ્થાયી નથી તે. સંબંધોને વહેવાર કહેવાય. કેટલાકને વહેવારમાં અહંકાર/લોભ/બુદ્ધિ/લાભાલાભ હોય છે- જે દુઃખનું કારણ બને છે. વહેવારનો સંબંધ આત્મા સાથે નથી- પણ સત્સંગને આત્મા સાથે લેવાદેવા છે. વહેવારનો કોઈ અર્થ હોતો નથી. તે ભૂંસાઈ જ જાય છે- તેમ છતાં તે જન્મમરણનું કારણ બને છે.
- કેટલાક સમજણવાળા હોય કેટલાક વિચારોવાળા હોય. સમજણ એ જ્ઞાનની દશામાંથી આવેલી અવસ્થા છે. આત્માની દશામાંથી જે કંઈ થાય તે વાજબી જ હોય. દરેક પાસે આત્માની દશા ન હોય. પણ જે અંતરાત્મા હોય અને સત્સંગ કરતા હોય તેની પાસે સમજણ ઊતરેલી હોય છે.
- વિચારો સ્મૃતિમાં હોય છે- સમજણ સ્મૃતિમાં ન હોય. બે વ્યક્તિની સમજણ ભલે સરખી જ હોય પણ વિચારો જુદા હોઈ શકે- કારણ કે વિચારો વ્યક્તિની પરિસ્થિતિ/મીડિયમમાંથી આવે છે.
- જ્ઞાન માર્ગમાં વહેવારને બદલે સમજણનો મહિમા છે. એટલે ધાર્મિક માણસો ફક્ત સારા દિવસોમાં જ સારું કરે, જ્યારે સાધકને રોજ સમજણની ગાંઠ ઉકેલીને સારું કરવાનું હોય છે.
- સમજણ દુઃખને કાપશે. સ્મૃતિમાં દુઃખ કાપવાની શક્તિ નથી.
- વહેવારની સમજદારીથી અહંકાર હંમેશાં વધે- પણ વહેવાર જ્યારે સમજણથી થશે ત્યારે વ્યક્તિ ખાલી થઈ ગઈ હોય તેમ લાગે. સ્મૃતિ/બુદ્ધિથી સંબંધ કપાઈ જાય છે.
- જે સુખને શોધશે નહીં તેનું દુઃખ આપોઆપ કપાશે- તે મહાસુખ તરફ જશે.

- વહેવારમાં સામાન્ય મુશ્કેલી હોય તોપણ હૃદયમાં અમંગલ કલ્પના થાય છે. જ્ઞાતા-દ્રષ્ટા શમી ગયો હોય તેમ લાગે છે. તો શું કરવું ?
- જેનું ચિત્ત બહિર્મુખ હશે તેને આવું ક્યારેય નહીં થાય. તેને વિચારો/પ્રકૃતિનું બળ હોય છે. પોતાની પ્રકૃતિની તાકાત/બુદ્ધિ વગેરે પર વિશ્વાસ ગુમાવ્યો છે તેના અંતઃકરણમાં આવી કલ્પનાઓ થાય છે.
- કલ્પનાઓ તમારું અમંગલ કરશે નહીં. માનસિક સલામતી જેણે પણ ઊભી કરી છે તે સલામત નથી. પરમાત્માની શક્તિ એ જ એકમાત્ર આધાર છે.
- સમજ ઊભી થઈ છે કે - ક્રોધ/કપટ/ચતુરાઈ વગેરે કરીશ તે મને જ નડવાનાં છે. એટલે હથિયાર વગરના થવાથી અંદરનો ભય બહાર આવે છે કે મારું અમંગલ થશે. પણ પ્રભુ/ઈશ્વરની શક્તિ હંમેશાં તમારું કલ્યાણ જ કરે છે- ભલે તમે નિષ્ફળ જાઓ. જેટલું અમંગલ આવે છે તે નીકળવા માટે જ આવે છે. તે મંગલ કરીને જ જશે.
- આધ્યાત્મિક માણસ સાહસ કરીને આગળ વધશે. ધાર્મિક માણસને બધું સલામત જ જોઈશે- એટલે તે વર્તુળમાં જ રહેશે.
- આંતરતપની ગરમીથી જ વ્યક્તિનું પરિવર્તન થાય છે.
- જ્ઞાતા કદી પુરુષાર્થ નહીં કરે. તેનું કામ એમ્પાયર જેવું છે. જીવનની ઊર્જા જ્ઞાતાની ઉપસ્થિતિથી આવે છે. પરિવર્તન જીવનની ઊર્જાથી થાય છે. જીવનઊર્જાનો સદુપયોગ કેમ કરવો અને જ્ઞાતાના પક્ષમાં કેમ વાપરવી તે પુરુષાર્થ છે. આ વસ્તુ સત્સંગ શીખવાડે છે.
- બહાર ભલે સફળતા કે નિષ્ફળતા મળે, આંતરપુરુષાર્થ કરવો.
- બહારનો પ્રભાવ આપણી શક્તિ ખાઈ જાય છે એટલે પુરુષાર્થ નથી થતો. શું કરવું?
- જે સ્વભાવ નથી તે પ્રભાવ. પ્રભાવ બહાર ફેંકે. તે નિજ ધામમાં ન રાખે. કેટલાક પ્રસંગ/સ્થાન/ઘટના રુચે. કેટલાક ન રુચે.
- જ્યાં મનનો સંતોષ થાય ત્યાં મનને સારું લાગે, પણ તે અહંકાર છે.
- સાવધાની રાખો એટલે સંતોષ ઊભો ન થાય. જ્ઞાનીની ઊર્જાને જીવનઊર્જાની સમજણમાં આવે તેમ ચિત્તમાં રાખો. આનંદ કે સંતોષમાં ન જાઓ. સત્સંગમાંથી સમજણનું મહાસુખ લેવું. મન અને બુદ્ધિની સમજણ કે તેનું ડહાપણ નકામું.
- કોઈ પણ વ્યક્તિ/વસ્તુ/પ્રસંગના પ્રભાવમાં ન આવો કે ભળી ન જાઓ. હરખાઈ જશો તો તે મનને ખાતે જશે. સમજણના સુખમાં જાઓ.
- જેનો હરખ શાંત થશે તે શોક/ભય કે ચિંતાગ્રસ્ત નહીં થાય. માન/અપમાન વગેરે પ્રભાવ જ છે. તમે માન, અપમાનને તમારું માન્યું એટલે પ્રભાવમાં આવી ગયા. તમારા પ્રભાવ એ તમને કામ કરવાનું લેસન છે.
- માણસને ભયનો પ્રભાવ છે એટલે તે સત્સંગ કરે છે. તમારો ભય તમારા કાઢવાથી નહીં જાય. જે વ્યક્તિ પ્રભાવને જોશે તેનો સાક્ષીભાવ દ્રષ્ટામાં ફરી જશે અને દ્રષ્ટા સામે કંઈ ટકી ન શકે. એટલે પ્રભાવથી પણ શક્તિ મળે.
- જ્ઞાની હંમેશાં સ્વભાવમાં જ હોય. તે પરભાવ (પ્રભાવ) માં ન હોય.
- સંતાનોની સંભાળ/કાળજી લેવી-પણ મમતામાં ખેંચાઈ જવાથી માતાપિતા અને બાળક બધાં દુઃખી થશે. થોડું આકરું લાગે પણ સંતાનો પર માતાપિતાનો પ્રભાવ ન હોવો જોઈએ. તેને આત્મા તરીકે જુઓ. એમ જુઓ કે આ જન્મ સિવાય તમે ક્યાં તેની સાથે હતા? તો પછી આ જન્મમાં તમે કેમ સંતાનોની માલિકી કરો છો? આ જ રીતે ઘણીપણું પણ છોડો.
- ઘણી વખત આપણો દોષ ન દેખાય તોપણ ભય દેખાય તો તે બુદ્ધિની ખોટી સમજણ છે. ભયનું મૂળ અહંકારમાં છે.
- બુદ્ધિશાળી માણસ હંમેશાં ભયને બહાર જોશે. પણ અહંકારને કારણે ભય છે. મમતામાંથી અહંકારનો જન્મ થાય છે (મારું)- તેને કારણે ક્રોધ/માન વગેરે આવે છે. તમને માન/અહંકાર નડે છે.

- બુદ્ધિમાં તથ્ય/વિગતો હોય. તેમાં સત ન હોય. પ્રકૃતિનું ડેવલપમેન્ટ થતાં થતાં અંતે બુદ્ધિ બને છે. (મત્યાવતારથી મનુષ્ય).

સત્સંગ ક્રમાંક [909] 25 SEP 2005 B

- વ્યક્તિનો ભય તેના મમતા/અહંકારમાંથી આવે છે.
- સમજણ મળે છે પણ કર્મો ભારે છે તો ભારે કર્મો વચ્ચે કેમ રહેવું ?
- ચિત્ત ક્યાં જાય – તે અંદરના આવરણ કે બહારના વિક્ષેપમાં જાય. આ દરમ્યાન સમજણનું મહાસુખ પકડી રખવાનું છે. પણ એવું બને છે કે સમજણનું સુખ ઢેકાઈ જાય છે – તે પહોંચી વળતું નથી. કર્મો ચીકણાં છે.
- એવી સમજણ રાખો કે ઘટનાઓએ મને ઘેરી લીધો છે – મારી સમજણ ચાલતી નથી. મનમાં રાખો કે “હું ઘેરાઈ ગયો છું- મારું જ્ઞાન કામ કરતું નથી, મારી સમજણ કામ કરતી નથી”- અને કઈ પણ બીજું કરતાં અટકી જાઓ, શિથિલ થઈ જાઓ- એટલે અહંકારનો સાથ તમે છોડ્યો. ઘટનાને પૂરી છવાઈ જવા દો, પરમાણુઓને છવાઈ જવા દો. યાદ રાખો કે કઈ પણ સ્થિર નથી. બધું જ ફરે છે, તે કાયમી નથી. જેટલા તમે ખસી ગયા તેટલી તેની વિદાય ઝડપી. તમે કઈ કરતાં અટકી જાઓ. ભલે અઘરું છે- પણ દુઃખ આવે ત્યારે તેને પસાર થવા દેવું- એટલે તે જશે. તેને પસાર થવા માટે પરમાણુઓને સહયોગ આપો. દ્રવ્ય/ક્ષેત્ર/કાળ/ભાવ ભેગા થયા છે એટલે ઘટના શરૂ થઈ છે. ફક્ત શાંતિ રાખો. કોઈ બીજાને દુઃખ ન આવે તે જુઓ.
- ચિત્ત હંમેશાં ક્યાંક તો હોય જ. ચિત્ત પરમાણુઓરૂપે નથી. મન પરમાણુરૂપે છે- એટલે મનની શુદ્ધિ ક્યારેય ન થાય. ચિત્તને આત્મા સાથે રાખો.
- રોજિંદી જિંદગીમાં ચિત્ત સ્થિર નથી રહેતું તો શું કરવું ?
- બહારની ઘટનાઓ તમારા ચિત્તને ભમાવે છે. તમારો ચિત્ત ઉપર કંટ્રોલ નથી. “મારે ચિત્તની શુદ્ધિ કરવી છે” તેવો ભાવ સતત રાખો. આવો ભાવ જ કામ કરશે. તમારા મનમાં ભલે સારું/ખરાબ ગમે તે બનતું હોય પણ ચેતનામાં કઈ સારું કે ખરાબ જેવું નથી. ચિત્તથી તમારા મનને જેવું હોય તેવું જોવું. સારું/ખરાબ બુદ્ધિમાંથી આવે છે. તે સાપેક્ષ છે.
- બાહ્ય રીતે થાય તે સાધના, આંતરિક રીતે થાય તે ઉપાસના.
- નિરંતર જોતા રહેવું. “મારી કેપેસિટી નથી” તેમ લાગે તો તેને પણ જોવું.
- માતા/પિતા મમતા છોડતા નથી. સત્સંગમાં અંતરાયો નાખે છે તો શું કરવું ?
- માતા/પિતાને દેવરૂપે જોવા. તેની સેવા કરો- મમતા વગર. તેઓમાં પણ આત્મા છે. આ ભાવ રાખશો એટલે તેમની મમતા ચાલશે નહીં. બુદ્ધિ થઈ જશે.

સત્સંગ ક્રમાંક [910] 02 OCT 2005 A

- 12 વર્ષનો કિશોર પૂછે છે- મૃત્યુ સમયે તમને યાદ કરીએ તો તમે મદદ કરી શકો?
- શરીરનું મૃત્યુ મહત્વનું નથી, મનનું મૃત્યુ મહત્વનું છે. જે મનરૂપે શમી ગયા હોય તેની સાથે જોડાણ કરીએ તો ચોક્કસ સહાય મળે છે. પોતાનું મન પોતાનું અને જીવતું લાગે ત્યાં સુધી શરીરના મૃત્યુનો ભય નહીં જાય. જ્ઞાની સાથે જોડાણ કરતાં ધીમે ધીમે તમારું મન શમી જવામાં સહાય મળે છે.
- એક સાધકે એવો નિશ્ચય કરેલો કે મૃત્યુ સમયે શ્રી વ્યાસજી હાજર રહેશે અને શ્રી વ્યાસજીના સત્સંગની કેસેટ સાંભળતાં સાંભળતાં જ તેમણે દેહ છોડેલો!
- શરીર સાથે લોકો કારણ વગરના જોડાયેલા રહે છે. મહેનત મનમાં કરશો તો જન્મોની ગતિ અને ભય નીકળી જશે.
- “હું મન/વિચાર/બુદ્ધિરૂપે નથી – સ્વભાવરૂપે છું” તેમ સતત રાખવું જોઈએ. ચેતનની શક્તિથી શરીર ક્રિયા કરે છે. ચિત્તને કામમાં/બોલવામાં/સાંભળવામાં રસ હોય છે- જે ખોટું છે. કાન/આંખમાં ચિત્ત ન રાખો. દ્રશ્ય અંદર જ્યાં પડે છે તે ચેતનમાં ચિત્ત રાખો- જે જન્મ-

મરણથી મુક્તિ અપાવે છે. કાનના કાનને જુઓ, આંખની આંખને જુઓ. અંદર સાક્ષી/દ્રષ્ટા જુએ એટલે અંદર ગાંઠ પડે નહીં પણ છૂટે.

- તમે ફક્ત બેઠા છો છતાં પણ મન/ચિત્ત ફરે છે. ફક્ત મન/ચિત્તના ભમરડાને જુઓ. તે કદી સ્થિર નથી હોતું. વ્યક્તિને આની ખબર જ નથી.
- ભાગતા મન/ચિત્તને શાંતિથી જુઓ. ભાગતું મન/ચોટેલું મન બંને નકામા. આપનું ચિત્ત ઘટનાથી મોહિત થઈને તેમાં ચોટી જાય છે- એટલે તેને ઉખેડવું પડે- તેના માટે જાગૃતિ અને શક્તિ જોઈશે.
- ચિત્તને બહુ ભટકાવવું પણ નહીં, બહુ બેસાડી પણ ન રાખો- પણ ચિત્તની ગતિથી છૂટા પડી જાઓ. આમ કરવા માટે અહંકાર/વિચાર/બુદ્ધિ/સત્તા કંઈ કામ નહીં લાગે. ફક્ત પુણ્યનું બળ જ તમને અંતર્મુખ રાખી શકશે. પુણ્ય કેમ વધારવું? આંખથી દેવ/આકાશ જુઓ. કાનથી સત્સંગ સાંભળો- તેથી પુણ્યાનુબંધી પુણ્ય મળશે. તેની સિલક વધશે. તે કામ લાગશે. બીજા પ્રકારનું પુણ્ય બીજે ખર્ચાઈ જશે. પુણ્યાનુબંધી પુણ્ય ફક્ત ચિત્તની શુદ્ધિમાં જ ખર્ચાશે- અને વ્યક્તિ ક્રિયા સાથે ભળતી અટકશે.
- જેનું મન વિસર્જિત થાય તેને પોતાનું શરીર બીજાનું લાગશે.

સત્સંગ ક્રમાંક [910] 02 OCT 2005 B

- દુનિયાના બધા જ વહેવારો અસત્ય જ છે. બને છે અને મટે છે. બધું જ વિનાશી છે. એટલે આપણું શરીર પણ લાખો વખત જન્મ-મૃત્યુ પામેલું છે. પણ જ્ઞાન સત છે અને લાખો કરોડો વર્ષોથી એક જ છે.
- આશયો હોય એટલે આપણું પુણ્ય વપરાઈ જાય?
- પુણ્ય ક્રિયાથી વધ/ઘટ ન થાય – પણ આશયથી વધે કે ઘટે. સત્સંગમાં ટાઈમ પાસના આશયથી આવ્યા હો તો પુણ્ય ઘટે. જ્ઞાનીની હાજરીમાં વ્યક્તિ પોતાના મતલબથી અડચણ કરે તે જ્ઞાનીની વિરાધના (મહાપાપ) કરે છે. એટલે દરેક જગ્યાએ હંમેશાં આશય શ્રેષ્ઠ/ઉમદા રાખો. ક્રિયાથી બંધન નહીં થાય- પણ આશયથી બંધન થશે કે છૂટશે – કારણ કે ક્રિયા મશીન કરે છે- આશય દ્રષ્ટિનો છે- પુરુષનો છે.
- કંઈ ન કરો પણ “મારે આ જ્ઞાની જેવા થઈ જવું છે” તેવો આશય રાખો. તે ચોક્કસ રીતે કાર્ય કરશે જ.

સત્સંગ ક્રમાંક [911] 09 OCT 2005 A શ્વાસ વિશે :

- શ્વાસની જાગૃતિમાં એક પ્રકારની જાગૃતિ/હાજરી અનુભવાય છે. આ હાજરી શું છે? આ અભ્યાસ જ્ઞાતા-દ્રષ્ટાના વિકાસમાં સહાયક થાય કે કેમ?
- શ્વાસ છે તે પ્રકૃતિ નથી. પ્રકૃતિ બંધનનું કારણ છે. પ્રકૃતિની રચના થયેલ છે.
- શ્વાસ પ્રકૃતિથી પર છે. તેનું સર્જન નથી થયું. જ્ઞાન કરવાની શક્તિ હંમેશાં ચેતન/આત્મામાંથી જ આવે છે. (કીડીને ખાંડનું જ્ઞાન થાય છે વગેરે – તે જ્ઞાન). આંખથી જોવાય છે તે અહંકાર નથી જોતો, આત્મા જુએ છે. તેવી જ રીતે સાંભળવું, સ્પર્શ વગેરે. ઇન્દ્રિયોનું જ્ઞાન આત્મા થકી જ થાય છે.
- તો પછી સુખ/આનંદ કેમ નથી? કારણ કે જોવા/સાંભળવા વગેરેની ક્રિયા પરોક્ષ છે. વચ્ચે આપણો પોતાનો વિચાર/બુદ્ધિ વગેરેનો પ્રક્ષેપ કે અડચણ છે. વિચારની શક્તિ આત્મામાંથી નથી આવતી, તે પરોક્ષ છે.
- પાંચ ઇન્દ્રિયોનાં દ્વાર મુક્તિ અપાવી શકે તેમ છે. જોવા/સાંભળવામાં આત્મા હોય છે. જોતાં/સાંભળતાં મન/બુદ્ધિ શાંત કરી નાખો.
- શ્વાસ સાથે જો અનુભવ/સ્મૃતિ કામ ન કરે તો શ્વાસ સીધો આત્મા દ્વારા જ અનુભવાય છે- તે પોતે જ છે. શ્વાસ મુક્ત છે- તે પ્રકૃતિના બંધારણમાં નથી (આકાશની જેમ).

- શ્વાસને કાળ અડતો નથી, અપવિત્ર કરતો નથી. શ્વાસને પ્રદૂષણ લાગતું નથી. તે પવિત્ર/શુદ્ધ છે. પ્રદૂષણ મનને લાગે છે.
- શ્વાસની ગતિ પ્રત્યે જાગૃતિ ઊભી થાય તે પ્રકૃતિને વક્ર વગરની કરી નાખે છે.
- વિચારો ગમે તેમ જાય, ગમે તે કરે – તમે શ્વાસમાં જાગૃતિ રાખો તો ધીમે ધીમે મન શાંત થશે. મનનું મૂળ નાભિમાં છે. અને નાભિમાંથી છૂટતા પવનમાં અણુરૂપે વિચાર પ્રવેશી જાય છે. એટલે શ્વાસની જાગૃતિ રાખતાં તમે સીધા નાભિને સ્પર્શ કરો છો.
- શ્વાસને જોતાં તે ધીમો પડે છે અને મૂળમાં જઈને જન્મમરણની ગતિને કાપે છે અને કરોડરજ્જુની અશુદ્ધિ દૂર કરે છે.
- શ્વાસ દિવ્ય નથી પણ સાથે સાથે ભૌતિક વસ્તુ પણ નથી, વિચાર, બુદ્ધિ નથી. શ્વાસ વરાળરૂપે અંદર મનની અશુદ્ધિ દૂર કરે છે.
- જે રીતે લીધેલ ખોરાક અહંકારથી પચે નહીં તે રીતે સ્વનું અજ્ઞાન પણ અહંકારથી દૂર થાય નહીં. આપણી બધી જ ક્રિયાઓ અહંકાર/અજ્ઞાનથી થાય છે. શ્વાસની જાગૃતિને અજ્ઞાન સાથે લેવા દેવા નથી. તે અજ્ઞાનને કાઢી શકે. અંદરની કુદરતને શ્વાસરૂપી સાવરણીની ખબર છે પણ આપણે તેને ક્રિયા કરીને ચાન્સ આપતા નથી.
- શ્વાસને ફક્ત ‘જુઓ’ અને શાંત રહો તો કામ થશે.

સત્સંગ ક્રમાંક [911] 09 OCT 2005 B

- ચિત્તને શ્વાસમાં જોડી દો. જો ચિત્તને ક્રિયામાં રાખશો તો તે શ્વાસ ખાઈ જશે.
- અહંકારને શરીર પોતાનું લાગે જ્યારે આત્મજ્ઞાનીને શરીર પારકું લાગે. આ શરીર આત્મજ્ઞાન મેળવવા માટે લીન ઉપર મળેલ છે- એટલે તેને ખોટી જાગ્યાએ વેડફાય નહીં.
- રોજ રાત્રે સૂતાં પહેલાં કહો કે “હું આત્મા મેળવવામાં નિષ્ફળ પુરવાર થયો છું. મારાથી થઈ શકે તેમ નથી- મને મદદ કરો” – તેમ હૃદયથી પશ્ચાત્તાપ કરો – તો ચોક્કસ તમારું કામ થશે જ.
- 24 કલાક તમારો ભાવ સુધારતા જ રહો. “હું અંતરિક્ષના મહાપુરુષોને મારા ઉપર કામ કરવા દઉં છું”- તેવો ભાવ રાખો.
- શ્વાસની જાગૃતિ કાયમ રાખતાં તે પરામાં લઈ જશે. બાદમાં ફક્ત જાગૃતિ જ રહેશે. જો ભૌતિક ઇન્દ્રિયો હોય તો જ જ્ઞાતા હોય- પણ જાગૃતિ ભૌતિક ઇન્દ્રિય વગર પણ હોય. એટલે જાગૃતિ હોય એટલે જ્ઞાતા હોય જ તે જરૂરી નથી. જ્ઞાતા-દ્રષ્ટા જાગરણથી આવે છે. ઘણી વખત જાગૃતિ આવી ગઈ હોય પણ પરાશક્તિ આવી ન હોય.
- જાગૃત માણસમાં આધિ/વ્યાધિમાંથી નીકળવાની શક્તિ નથી. તેની પ્રકૃતિની નિર્મળતા છે. તેને ચેતનાની દિલ્લચ્છી નથી તો કામ ન થાય. પણ જો ચેતનાની દિલ્લચ્છી છે તો “ક્રિયા દ્વારા મારે આત્માને જાણવો છે – આ ક્રિયા નિમિત્તે મારી પરાશક્તિ જાગૃત થઈ જાય” તેમ ચિત્તમાં રાખે છે. આવી વ્યક્તિને જો જ્ઞાની મળે તો તેના જ્ઞાન વડે પરાશક્તિ જાગૃત થઈ જશે.
- જાગૃતિ + જ્ઞાનીનું જ્ઞાન (પ્રજ્ઞા) ભેગાં થાય ત્યારે જ્ઞાતા જાગૃત થશે. આમ થશે ત્યારે વ્યક્તિનું પોતાનું અને અન્ય શરીર પારકાં લાગશે. આવો જ્ઞાતાનો પાવર છે. તે જન્મોને ભસ્મીભૂત કરશે.
- અક્ષર એટલે એક વખત જે ક્ષર (નાશવંત) હતા અને અક્ષર થયા તે. અક્ષરાતીત એટલે ક્ષર/અક્ષરનું જેની પાસે મન નથી તે. જે અક્ષરાતીત હોય તે – વ્યક્તિનું દુઃખ ખેંચી (શોષી) ન શકે. તે શુભ/પુણ્ય આપી શકે. જ્યારે જ્ઞાની હોય તે પુણ્યના વિરોધી.
- અક્ષર હોય તે દુઃખમાંથી પસાર થયેલો છે એટલે બધું જાણે છે. એટલે તે અન્ય વ્યક્તિને મદદ કરી શકે.
- જો જ્ઞાનીનું જ્ઞાન હોય તો જ જ્ઞાતા જન્મી શકે. એટલે જ્ઞાનીના જ્ઞાન સાથે જોડાવું. તેથી જાગૃતિ સજીવ બને છે- તે સર્જન કરશે. નિર્જીવ જાગૃતિ કામ નહીં કરે.

- જો જ્ઞાતા જાગેલ હોય તો વિચારો ઊઠે?
- જ્ઞાતા-દ્રષ્ટા બે શબ્દ છે. જ્ઞાતા એટલે ચેતનની જાણવાની શક્તિ. દ્રષ્ટા એટલે જોવાની શક્તિ. પરાશક્તિમાં જોવા અને જાણવાની શક્તિ છે. ‘જાણવા’ માં અંદરનું જીવન પ્રગટ થાય છે- જોવામાં નહીં. જાણપણામાં સક્રિયતા આવશે. તે એક પ્રક્રિયા છે. જોવું એ કોઈ પ્રક્રિયા/process નથી.
- જ્ઞાતા-દ્રષ્ટા આવે પછી મન કઈ તરત નાશ ન પામે. દ્રવ્ય/ક્ષેત્ર/કાળ/ભાવના સંયોગ મુજબ કર્મની રજ બહાર આવતી રહેશે અને જ્ઞાતા તેને જોશે એટલે તે ભસ્મીભૂત થશે. પણ સમય લાગશે. એટલે જ્ઞાતાએ સજાગ રહેવું પડે- જાગૃતિ રાખવી પડે. નહિતર ઘટનાઓ જોયા વગર પસાર થશે અને ફરીથી રિપીટ થશે- દેવું ચૂકવાયું નહીં. એટલે જોવું પડે.
- કેટલાંક પાપ એવા હોય કે ફક્ત જોવાથી નહીં જાય. એટલે દ્રષ્ટાની સાથે જ્ઞાતાએ જાણવું પડશે- તો જ નીકળશે. આંતરતપ કરવું પડે. પ્રસંગ ઊભો થાય ત્યારે અંદર રહેલ વસ્તુ ઊભી થાય ત્યારે તેનો નિકાલ કરવાનો છે.
- અંદરના પરમાણુઓ ઘટનાને ખેંચશે ત્યારે જ્ઞાતા-દ્રષ્ટા બનો.
- વિચારો આવે તો એમ ન માનો કે “મારા જ્ઞાનમાં ખામી છે”. તેનો બહાર નીકળવાનો સમય આવ્યો છે. સજાગ બની જાઓ અને દેવું ચૂકવી દો. જો ચૂકવણી નહીં કરો તો દેવું બાકી રહેશે- અને ફરીથી આવશે. સહનશક્તિથી ચૂકવણું નહીં થાય પણ દિવ્યતાના તણખાથી જોશો તો જ ચૂકવણું થશે.
- ક્રોધ, ઈર્ષ્યા કપટ બધું આવે તેને જ્ઞાનથી ‘જોશો’ એટલે નીકળી જશે. આ બધું નીકળવા માટે જ બહાર આવ્યું છે. તેને માર્ગ આપો. બુદ્ધિથી જોવાનું નથી. આંતરતપ એટલે જ જાગૃતિ/સાવધાની/વિનય/વિવેક/અહમ કે કર્તાનો પથારો નહીં.

સત્સંગ ક્રમાંક [912] 16 OCT 2005 A

- જ્યાં બુદ્ધિ/અહંકાર છે ત્યાં જ સતયુગ વગેરે છે. આ બધા યુગો સંસ્કૃતિ બનાવે છે (સારી/ખરાબ). પણ અહીં બાહ્ય વ્યવસ્થા ગોઠવાય પણ પ્રકૃતિનું પરિવર્તન થતું નથી. તેમાં પરાયેતનામાં જવાની તાકાત નથી.
- જ્ઞાની પુરુષ પ્રકૃતિનું બળ/પોષણ અટકાવી દે અને સીધી પરાયેતના સાથે જોડે. પ્રકૃતિને સુધારી શકાય નહીં. જો વ્યક્તિ સુધરેલી અને સુસંસ્કૃત હોય તોપણ તેનો મૃત્યુભય જશે નહીં.
- અંતરાત્મા હંમેશાં જ્ઞાનીની જ્ઞાનદશા હાજર રાખે છે- કામ ભલે ગમે તે થાય. તે પ્રકૃતિનાં આવરણો ‘જોઈ’ ને કાઢવાનો પ્રયત્ન કરે છે.
- વ્યક્તિના છૂપા ભાવ/આશયને આંતરયેતના ઓળખે છે. આ છૂપા ભાવ/આશયને આધારે વ્યક્તિની ગતિ નક્કી થાય છે. આત્મા આશય પકડે છે. છૂપા આશય સ્વપ્નમાં પ્રગટ થાય છે.

સત્સંગ ક્રમાંક [912] 16 OCT 2005 B

- જીવનવ્યવસ્થા પુણ્ય/પાપને આધારે છે, કર્મને આધીન છે કે સ્વ-પુરુષાર્થને આધીન છે?
- આ ત્રણેયમાં વ્યક્તિ પ્રગતિ કરી શકે છે. પાપ/પુણ્ય જો હોય તો પુનર્જન્મમાં માનવું પડે, કર્મમાં માનવું પડે. મનુષ્ય સિવાયની સૃષ્ટિમાં પાપ/પુણ્ય નથી, પણ માણસમાં છે. મનુષ્યમાં સૌથી છેલ્લે બુદ્ધિ/મન ઉત્ક્રાંતિમાં આવ્યું- જેમાં મનુષ્ય ચોટી ગયો છે- જે મનુષ્યનું પાગલપણું છે. તમે મન/બુદ્ધિમાં ચોટી ગયા છો. દોષ/પાપ બુદ્ધિને કારણે થાય છે- બુદ્ધિના નિર્ણયને કારણે થાય છે. આત્મામાં ક્રિયાની નોંધ થતી જ નથી- પણ ક્રિયા પાછળનો વ્યક્તિનો ભાવ/આશય પકડાય છે- તેની નોંધ થાય છે- જેમાંથી જુદી જુદી જાતનાં મન બને છે. (9 જાત ના).
- બુદ્ધિનો આશ્રય રોજ રોજ ઘટાડતા જાઓ. બુદ્ધિના આશ્રય વગર જીવનની સ્વયંભૂ ગતિ છે. એટલે બુદ્ધિ વગરના થઈ જવું તેમ નહીં – પણ બુદ્ધિને ચેતના આધારિત રાખો. બુદ્ધિ વગર

સમાજ નહીં ચાલે, શોધ નહીં થાય. પણ તેનાથી શાંતિ કે આનંદ નહીં આવે. જેટલી બુદ્ધિ વધે તેટલો ભય વધે. ન્યાય/નિર્ણય/ક્રિયા બધું બુદ્ધિ કરે છે.

- પંચેન્દ્રિય ભૂલ કરે તો આત્મા જોતો નથી- તેની નોંધ નહીં થાય. પણ બુદ્ધિ (મહત્ત્વ) આત્માની નજીક છે એટલે તેની ભૂલ તરત નોંધાય છે. એટલે બુદ્ધિનો આશ્રય ઓછો કરો.
- નામસ્મરણ ધ્યાનમાં બુદ્ધિ મહત્ત્વની નથી. સત્સંગમાં શ્રાવક થવાની કળા મહત્ત્વની છે- બુદ્ધિ મહત્ત્વની નથી. જે ચેતનના પ્રકાશથી બુદ્ધિ આવે છે અને જે બુદ્ધિ ઇન્દ્રિયોથી પર છે તે પરાબુદ્ધિ છે. આ પરાબુદ્ધિ આવતાં જ ખરાબ ભાવો ખરવા માંડે છે. પ્રજ્ઞાશક્તિમાં ખરાબોટાનું ઢંઢ હોતું નથી- તેમાં જે યથાર્થ થવાનું હોય તે જ હોય. આ ખરાબોટાનું ઢંઢ બુદ્ધિમાં હોય, પ્રજ્ઞામાં નહીં.
- બુદ્ધિને ફેંકી દેવાની નથી. બુદ્ધિ હોય તો સત્સંગ સમજાય. નીંદરમાં ન સમજાય. બુદ્ધિ સત્સંગ સ્વીકારે છે અને બાયપાસ કરે છે. બુદ્ધિ શાંતિથી બેઠી છે.
- કૃષ્ણએ કહ્યું છે કે "અર્જુન, તું આ બુદ્ધિથી કંઈ નહીં કરી શકે. તારી બુદ્ધિમાંથી વિચારો/વિકલ્પો આવે છે- એટલે તારી બુદ્ધિને ક્ષીણ કર".
- જ્યારે વ્યક્તિમાં સાક્ષીસત્તા પેદા થાય એટલે બુદ્ધિની ક્રિયાશક્તિ પાંગળી પડે અને મેગ્નેટિક સેન્ટર બને- તેનાથી પરાબુદ્ધિ તરફની ગતિ શરૂ થાય. સાક્ષીનો પાવર બુદ્ધિને કાબૂમાં રાખે- ભલે સાક્ષીના પરમાણુઓ પાર્થિવ હોય. સાક્ષી પક્ષ નહીં લે. સારી બુદ્ધિ પણ પક્ષ લે છે- અને પક્ષ લે એટલે બંધન ચાલુ રહે છે.
- જે બુદ્ધિ નિષ્પક્ષ છે તેને જ કૃષ્ણએ મહત્ત્વબુદ્ધિ (તત્ત્વ) કહેલ છે-જે આત્માની નજીક છે.
- વ્યભિચારિણી બુદ્ધિ એટલે જે સાક્ષી નથી- દરેક બાબતમાં દબલ કરે. તે સાક્ષી ઊભો થવા નહીં દે.
- સાક્ષીમાંથી જાગૃતિ આવે છે. સત્સંગ બુદ્ધિ દ્વારા નહીં પણ સાક્ષી દ્વારા સાંભળવો જોઈએ. સાક્ષીમાંથી જે જાગૃતિ આવે છે તે ચિત્તશુદ્ધિ નહીં કરે- કારણ કે તે મહત્ત્વ બુદ્ધિનો દીકરો છે. સાક્ષીની જાગૃતિનો સૂક્ષ્મ થાક લાગે છે. માથું ભારે થાય. પણ તે સાત્ત્વિક ઊર્જા છે- અનિવાર્ય છે.
- ત્યાર બાદ જ્ઞાનીની પ્રજ્ઞા વડે સાક્ષીમાંથી પ્રજ્ઞા તરફ ગતિ થશે.
- પરાબુદ્ધિ આવે એટલે થાક નહીં લાગે, માથું ભારે નહીં લાગે. આ પરાબુદ્ધિથી દોષ કદી પણ નહીં થાય.

સત્સંગ ક્રમાંક [913] 23 OCT 2005 A

- પ્રકૃતિની શાંતિ હોય ત્યારે પણ મનનો વિશ્વાસ થઈ શકતો નથી. તો શું કરવું ?
- પ્રકૃતિ સ્વતંત્ર ન હોય – તે સંજોગોને આધીન હોય. અને સંજોગો બદલાતા જ રહે છે. એટલે પ્રકૃતિની શાંતિ એ સંજોગ જ છે- તે શાંતિ જવાની જ છે. એટલે એવી કોઈ શાંતિ છે કે જે સંજોગોને આધીન ન હોય?
- જેણે ખરેખર શાંતિ અનુભવવી હોય તેણે પ્રકૃતિની શાંતિને ઓળખી લેવી જોઈએ. સ્વરૂપની શાંતિ જશે નહીં. કુટુંબ/વહેવારની શાંતિ જવાની જ છે. સ્વરૂપની શાંતિ સંજોગોને આધીન નથી. પ્રકૃતિને ઓળખવા/જાણવાનું બિંદુ ઊભું થાય ત્યાં કાયમી શાંતિ આવે છે. પ્રકૃતિમાં અશાંતિ હોય તોપણ શાંતિ લાગે.
- પ્રકૃતિની શાંતિને વશ થવું નહીં- તે જ રીતે પ્રકૃતિની અશાંતિથી વિક્ષિપ્ત ન થવું.
- સંજોગોમાંથી આવે તે શાંતિ. પ્રશાંતિ એટલે તે કાયમી જ હોય. જ્ઞાની પાસે પ્રશાંતિ હોય. શાંતિનો ઉપયોગ સાધના/ધ્યાન/સત્સંગમાં કરવો જોઈએ.
- અશાંતિ સંજોગોને કારણે આવી હોય ત્યારે જાગૃતિ/સભાનતા/awareness રાખવામાં આવે અને શાંતિ રાખવામાં આવે તો શુદ્ધમાં જવાય છે. જાગૃતિ સંજોગોને આધીન નથી. સ્મરણ તમને સુખ/દુઃખમાં ચોટી જતાં અટકાવે છે.
- દુઃખ આવે ત્યારે તેના સંજોગોને ઓળખવાથી દુઃખ જશે. દુઃખનું કારણ અજ્ઞાન છે.

- ગીતા મુજબ જેનું નિરાકરણ જ ન હોય તેનો શોક ન હોય. એટલે મૃત્યુનો શોક ન હોય. સંકટ આવે ત્યારે હંમેશાં જ્ઞાનીને યાદ કરવા.
- જે કંઈ જુઓ છો તે અહંકારની કલ્પના જ છે. ત્યાં નેગેટિવિટી જ હોય. દુઃખ પણ કલ્પના જ છે. સુખ પણ કલ્પના જ છે. સંજોગો તો આવે અને જાય.
- દરેકની શરીરની પ્રકૃતિ અને મનની પ્રકૃતિ જુદી છે. મનો-શારીરિક ચેતના જુદી છે. શરીર, ઇન્દ્રિયોને વાપરતાં આવડવું જોઈએ- તો જાગૃતિ રાખવી સહેલી બને.

સત્સંગ ક્રમાંક [913] 23 OCT 2005 B

- પ્રકૃતિ ઉપર શ્રદ્ધા ન રાખવી પણ પરાયેતનામાં શ્રદ્ધા રાખવી. ભલે સંજોગો બદલાય, સંકટો આવે – પણ શ્રદ્ધા તો પરાયેતનામાં જ રાખવી. તો રસ્તો મળશે.
- આંતરજગતમાં જાગૃતિ જ કામ કરે. બુદ્ધિ કદી આંતરજગતમાં કામ ન કરી શકે. જો બુદ્ધિ કામ કરવા જાય તોપણ તે બગડતું જાય. પરમાત્મા બુદ્ધિથી રહિત છે.
- જ્ઞાનનાં પુસ્તકો – ગીતા વગેરેનાં પાનાં ઉપર હાથ મૂકો એટલે ત્વચાની ચેતના તેને સ્પર્શ કરશે. હાથ મૂકીને ધ્યાન કરો- તો સમજ/જાગૃતિ ખીલશે. જ્ઞાન સિવાયના પુસ્તકોમાં આમ ન કરવું.
- દુઃખમુક્તિ સરળતાથી આવે. વિદ્વત્તાથી ન આવે. દુનિયા માટે વિદ્વત્તા જોઈએ. જેટલી સરળતા/સાદગી હોય તેટલું જ્ઞાનીનું જ્ઞાન તેનામાં ઊતરશે. ચિત્તને નિર્મળ અને સરળ રાખો.
- જ્ઞાનીના ઊતરેલા જ્ઞાનને સાથે રાખીને વ્યક્તિ પોતાનું જ્ઞાન ઊભું કરે ત્યારે તે વિજ્ઞાનમય થાય- ત્યાં સુધી કામ ન થાય.
- ધાર્મિક ક્રિયા/વિધિ કરતી વખતે એવી ભાવના રાખો કે “મારો અહંકાર આમાં ન આવે”.
- અહંકાર કલ્પના છે- તેનું અસ્તિત્વ નથી. શ્વાસ હકીકત છે. કલ્પનાથી સારી કે ખરાબ ગાંઠ પડે છે. જ્ઞાની આ ગાંઠોને છોડે છે.
- સમજણ રાખો કે જે કંઈ પણ ક્રિયા થાય છે તે અહંકારથી જ થઈ રહી છે. જે કંઈ જાણો છો તે અહંકારથી જ જણાય છે. એટલે હંમેશાં ચિત્તમાં રાખો કે “હું કંઈ જાણતો જ નથી”.
- દીવો શા માટે ? – મારો અંદરનો અહંકાર દૂર થાય તેના પ્રકાશના પ્રતીકરૂપે. ક્રિયારૂપે નહીં. અગરબત્તી? – મારી અંદરથી પણ આત્મારૂપી સુગંધ પ્રગટે એટલે. આપણે સુગંધ લેવા માટે અગરબત્તી નથી પ્રગટાવવાની.
- જો જિજ્ઞાસા હશે તો જ જ્ઞાની જ્ઞાન આપશે અને જવાબ મળશે.

સત્સંગ ક્રમાંક [914] 30 OCT 2005 A

- શું ધારણાઓથી પહોંચી શકાય?
- એક પ્રકાર છે મનની માનસિક ધારણા. જ્ઞાન માર્ગમાં ધારણાનો અર્થ જુદો છે. પતંજલિ મુજબ પણ ધારણા છે- તે સમાધિ તરફ લઈ જાય છે. ધ્યાનમાં પ્રકાશનું દર્શન થાય પછી ધારણા થાય. જ્ઞાનીની ધારણા અંતઃકરણની પેલે પારથી આવે છે. બૌદ્ધિક/માનસિક ધારણાથી જ્ઞાન નહીં થાય.
- ધ્યાનમાં ધ્યાન કરનારો હોય છે. સમાધિમાં તે ઓગળી જાય છે. સમાધિ એટલે સમાધાન. (જન્મ/મૃત્યુ/પુનર્જન્મ/આત્મા વગેરે શું છે તે સમજાઈ જાય).
- સુખદ સંવેદનાનું ગરજાળપણું જતું નથી. તો શું કરવું?
- વ્યક્તિની ઈચ્છાઓ સુખદ સંવેદના ઊભી કરે છે. શરૂઆતમાં તેના પર બહુ વજન ન મૂકવું. રાગ/દ્વેષ અહમમાંથી આવે છે - પણ ગમો/અણગમો સમજણમાંથી આવે છે. કર્મ કરવાની ઈચ્છા થાય છે તો કરો – પણ ફળની ઈચ્છા છોડી દો.
- આપણે મનના માલિક નથી. મનનું સર્જન મારી ઈચ્છા વિરુદ્ધ થયું છે. તે પ્રારબ્ધ છે. જોતાં જોતાં મનની માલિકી જતી રહેશે. મન તો સુખદ સંવેદના જ માંગશે. તો વાંધો નહીં. ફક્ત -

ખોંચાયા વગર 'જુઓ'. અંતઃકરણ કે મન – જ્ઞાનને જોઈ શકતું નથી. તેની પાસે જ્ઞાનની આંખ નથી. એટલે તે ગમતી વસ્તુ જ પકડવાનું છે. પણ જેમ જેમ દર્શન થતું જાય તેમ તેમ ગમા/અણગમાની વસ્તુ સમજાતી જાય. જેમ જેમ પ્રકાશ વધે તેમ તેમ પ્રકૃતિ પાછળ ખસતી જાય- ખલાસ થતી જાય.

- વ્યક્તિએ પોતાના દર્શન/શ્રવણ/ધ્યાન ઉપર નજર રાખવાની છે.
- પ્રતિકૂળ સંજોગોમાં જ્ઞાતા-દ્રષ્ટા ઊભો રહે તો પ્રતિક્રમણ કરતાં સારું છે- કારણ કે પ્રતિક્રમણ પ્રકૃતિનો એક ભાગ છે- જે ભૂલ કે અપરાધ સ્વીકારે છે. જ્યારે જ્ઞાતા-દ્રષ્ટા હોય તે સારી સ્થિતિ છે. જ્ઞાતા-દ્રષ્ટા તો આવરણને દૂર કરે છે. પ્રતિક્રમણથી શાંતિ થાય પણ આવરણ ન જાય. અમુક ધારામાં પ્રતિક્રમણની મનાઈ હોય છે- જ્ઞાતામાં જ જવાનું હોય. પણ બધા પાસે જ્ઞાતા હોય નહીં એટલે પ્રતિક્રમણ જોઈએ. જેનો જ્ઞાતા-દ્રષ્ટા હાજર હોય તેણે પ્રતિક્રમણમાં પડવું નહીં.
- ઘણી વખત ભગવાનને કાલાવાલા થતા હોય કે "મારી પ્રકૃતિ તુચ્છ છે, કંઈ કરી શકું તેમ નથી"- આમ કર્તાભાવથી નહીં – પણ અંદરથી થતું હોય છે. તો શું કરવું? પાછળથી કોઈ જોતું હોય તો શું ?
- જો આમ થાય તો કાલાવાલાને બદલે જે જુએ છે તેના ઉપર ધીમે ધીમે વજન વધારવું- તો ડેવલપમેન્ટ થશે. ભક્તિ માર્ગમાં/નામસ્મરણમાં પણ અંદર કોઈ જોનાર છે. આ જોનાર તરફ ધીમે ધીમે આવો. નહિતર તમે 'શુભ' માં જશો- 'શુદ્ધ' માં નહીં. નામસ્મરણ કરતાં 'જોનાર' ની શક્તિ વધારે છે. જ્યારે જ્ઞાતા પોતે ભક્તિને જોશે એટલે જ્ઞાતા ભક્તિ ઉપર છવાઈ જશે. પ્રકૃતિનો છૂટકારો તો જ્ઞાનના પ્રકાશથી જ મળશે.
- સંતારો કરનારને નામસ્મરણની મનાઈ હોય છે પણ 'ૐ' ની છૂટ હોય છે.

સત્સંગ ક્રમાંક [914] 30 OCT 2005 B

- સત્સંગના પુણ્યની કમાણી રહે કે ખર્ચાઈ જાય?
- મનમાં સત્સંગનો વિચાર ઊઠે અને સંકલ્પ/ભાવ વધે તેમ પુણ્ય વધે. સત્સંગના શ્રવણથી પુણ્ય મળે.
- સત્સંગના પુણ્યથી નવું પુણ્ય બંધાય તેને પુણ્યાનુબંધી પુણ્ય કહેવાય. સત્સંગ સિવાયના સમયમાં સત્સંગની સમજણથી વર્તવું છે તેમ નક્કી કરે તે પુણ્યાનુબંધી પુણ્ય બાંધે છે- ભલે સફળતા ન મળે. વ્યક્તિ જો વ્યવહારના લાભ લેશે તો પુણ્ય ખર્ચાઈ જશે. પુણ્ય એ પાર્થિવ કર્મ છે- તે નવું કર્મ બાંધશે. પણ જો ધૈર્ય/સમજણ વધારવામાં પુણ્ય વાપરે તો લાભ થશે. સત્સંગના પુણ્યની કમાણી ખર્ચતી વખતે જ્ઞાનીના જ્ઞાનને હાજર રાખવું પડે. માલિકીભાવ હંમેશાં છોડો. દુન્યવી વસ્તુ ન માંગો.
- જ્ઞાનીની હાજરીમાં કર્તાપદ છોડવાનો સંકલ્પ કરો. પ્રકૃતિ છોડવાનો સંકલ્પ કરો તો પુણ્યાનુબંધી પુણ્ય બંધાશે.
- ધ્યાન કરતી વખતે અંદર રહેલ જ્ઞાનીના જ્ઞાનને હાજર કરીને જ ધ્યાન કરો- અને સંકલ્પ કરો કે "હું નહીં, જ્ઞાની ધ્યાન કરાવે છે".
- પુણ્યનો યથાર્થ રીતે ઉપયોગ કરવાથી દુઃખ/અજ્ઞાન કપાય છે.
- અશાંતિ ખરાબ છે તેમ માનવાથી તેની શક્તિ વધે છે- અને જ્ઞાતા નવરો બને છે. પણ અશાંતિમાંથી જ શાંતિ આવશે તેવી સમજણ રાખો. જ્ઞાતા હાજર કરો અને અશાંતિને જોતા રહો- એટલે અશાંતિ જતી રહેશે.

સત્સંગ ક્રમાંક [915] 06 NOV 2005 A

- જીવનની ગતિ જ્યારે અંદર વહેવા લાગે છે ત્યારે બહારની મુશ્કેલી બહુ નડતી નથી તથા ધ્યાનની પણ ઉપેક્ષા થાય છે. તો આ બધું શું નકારાત્મક છે?

- વ્યક્તિએ પોતાની શક્તિનો ઉપયોગ દુઃખ/ભય દૂર કરવા માટે કરવાનો છે. બધી જ શક્તિ વ્યવસ્થામાં ન ખર્ચવી. ચોકસાઈમાં ન ખર્ચવી. બધો ભય/અહંકાર કાઢવાનો છે. અંદર અશાંતિ હોય અને બહાર બધું ચોખ્ખું હોય તેનો શું મતલબ ?
- અંદરની ગતિ – એ જીવનમૂડી છે. તે કીમતી છે. તેને સંભાળો. ચેતનનું મહત્વ છે. ત્રણ ગુણ કે વ્યવસ્થાનું મહત્વ નથી – આ સમજો. પ્રકૃતિના ઊંચા ગુણો જ્ઞાનમાં કામ આવતા નથી. જ્ઞાનમાં સમ્યક્ દ્રષ્ટિ/સમ્યક્ સમજણનું મૂલ્ય છે.
- ધ્યાનની પ્રસન્નતા પ્રકૃતિની છે- તે ચૈતસિક નથી. તેને જોવી/નીરખવી. જોવા/નીરખવાનું કામ પ્રકૃતિનું નથી. ખુલ્લી આંખે પ્રકૃતિ જોવી- ત્યાર બાદ ધ્યાન કરવું- અને “હું ધ્યાન કરું છું” તેમ ન રાખો પણ “હું જ્ઞાતા-દ્રષ્ટા છું” તેમ રાખો.
- ધ્યાન જ્ઞાતા-દ્રષ્ટારૂપે થશે તો કંટાળો નહીં આવે. આ પ્રકારે ધ્યાન કરવામાં સ્થિર ન રહેવાય, વચ્ચે ઊઠવું પડે વગેરે થાય તોપણ વાંધો નહીં. આગ્રહથી બેસવાનું નથી. કુદરતને જુઓ.
- ધ્યાન કરવા ઉપર તમારે વજન રાખવાનું નથી. ધ્યાન કરનારને દૂર કરો, ધ્યાન કરનારને ‘જુઓ’. “હું ધ્યાન કરું છું, હું ધ્યાની છું, અંતરાત્મા છું, ધ્યાનનો અનુભવી છું”- આ બધો ધ્યાનનો અહંકાર છોડો. – તે પવિત્ર અહંકાર છે. તમારી ધ્યાનીપણાની લીલ/કચરો કાઢો. જેના પર ગુણનો પ્રભાવ હાવી થયેલો હોય - તેના પર જ્ઞાનીનું જ્ઞાન કામ નહીં કરે. પોતાનું બધું જ પરફેક્ટ છે તેમ ન માનવું. બીજાનો પવિત્ર અહંકાર કાઢવો તે જ્ઞાની માટે પણ અઘરું છે. નિયમો નહીં પણ સમજણ ઉપર વજન આપો. માત્ર નિયમ/સિદ્ધાંત/પુસ્તક કામ નહીં કરે.
- કોઈ અંતરાત્માને ઘરના માણસો પ્રતિકૂળ હોય તો શું કરવું ?
- ઉપર કહ્યા મુજબ જેમ ધ્યાનીને ઉઠાડી દીધો તેમ “હું અંતરાત્મા છું” તે વિચારને પણ ઉઠાડી મૂકો – “હું અંતરાત્મા છું” તેવું દ્રષ્ટિબિંદુ ન રાખવું. પણ “હું શોધ કરું છું- ભટકું છું- મને કેમ જ્ઞાન પ્રાપ્ત થાય?” તેવું દ્રષ્ટિબિંદુ રાખવું. તમારું ધ્યાન જ્ઞાનની શોધ ઉપર જ રાખો.
- વિઘ્નો/વ્યક્તિ ખરાબ છે તેવો ખ્યાલ કાઢી નાખો. કેટલાંક વિઘ્નો અહંકારને બાળશે. જો બધાં જ તમારી વાહ વાહ કરે તો અહંકાર નહીં જાય.
- જો અત્યંત તકલીફ હોય તો એકાંતવાસનો થોડો અભ્યાસ કરવો. પ્રતિકૂળતા તો રામ, કૃષ્ણ બધાને આવે જ છે. એટલે સામેની વ્યક્તિ પ્રત્યે રાગ-દ્વેષ ન કરો. પરમાણુનો પોતાનો હિસાબ છે. તેના આત્મા પ્રત્યે હકારાત્મક ભાવ રાખો. તેને દુઃખ આપનાર તરીકે ન જુઓ. વ્યક્તિનો આકાર/નામ દુઃખ આપે છે તે મોટી ભ્રાંતિ છે- પણ પરમાણુઓનો હિસાબ છે. સામેની વ્યક્તિનું શુભ/કલ્યાણ ઇચ્છો- આ સૂક્ષ્મ તપ છે. પ્રતિક્રિયા ન કરો- તેથી વ્યક્તિનું કરજ ચૂકવાશે. સંજોગો સુધરશે.

સત્સંગ ક્રમાંક [915] 06 NOV 2005 B

- અહંતા અને મમતા કેમ જાય ?
- બહુ ચિંતા ન કરો પણ જાગૃતિનો થોડો અભ્યાસ કરો. (Choiceless Awareness) – મનની પસંદગી વગરની પ્યોર જાગૃતિ – પવિત્ર જાગૃતિ તમને જ્ઞાન તરફ લઈ જશે.
- અહંકારને કાઢવાનો જેટલો પ્રયત્ન કરશો તેટલો જ તે વધતો જશે. અહંકાર/મમતા ઉપર ધ્યાન ન આપવું પણ નિષ્ક્રિય જાગૃતિ ઉપર ધ્યાન આપો. “હું અહંકાર પ્રત્યે જાગૃત છું” તેમ રાખો. જે કંઈ પણ થાય- જાગૃત રહો. અહંકારથી છુટાય કે નહીં તે ન જુઓ. તમે છુટવાનું ફળ માંગો છો. (કર્મમાં અધિકાર છે, ફળમાં નહીં) અહંતા/મમતાને કાઢવાનો પ્રયત્ન બુદ્ધિ કરે છે- પણ તે બમણા વેગથી કે સૂક્ષ્મ રીતે વધી જશે. બુદ્ધિશાળીને તકલીફ વધુ છે તેથી Choiceless Awareness-નિષ્ક્રિય જાગૃતિ- રાખો.
- જોવું/સાંભળવું/વિચારો વગેરે તરફ નિષ્ક્રિય જાગૃતિ રાખો. આ જાગૃતિ અહંતા/મમતાનો લય કરશે.
- ધ્યાની થયા વગર આંખ બંધ કરીને બેસો. અહંતા/મમતાને કોઈ કાઢી શકતું નથી.
- બુદ્ધિની Activeness હોય તેમ જાગૃતિ/Awareness ની Activeness જોઈએ.

- જે બુદ્ધિ, Awareness તરફ જાય તે મહત્ત્વ બુદ્ધિ છે અને જ્યારે તે Awareness બની જાય એટલે પરાબુદ્ધિ બને છે.
- અંતરાત્મા પણ ક્યારેક કંટાળે તો શું કરવું? -- નિષ્ક્રિય જાગૃતિ રાખો.

સત્સંગ ક્રમાંક [915] 06 NOV 2005 C

- જાગૃતિ અહંકારને આકરી પડે છે. તોપણ તે રાખવી.
- જગતના વિષયો અહંકાર અને બુદ્ધિથી જ સમજાય છે. પણ સત્સંગમાં બુદ્ધિની ફક્ત હાજરી રાખીને વક્તા સાથે અનુસંધાન કરીને હાજરી/Awareness/જાગૃતિ રાખો. સતનો સંગ શ્રેષ્ઠ સાધન છે. જ્ઞાની સાથે હંમેશાં અનુસંધાન કરવું.

સત્સંગ ક્રમાંક [916] 13 NOV 2005 A+B

- કોઈ પણ વસ્તુ જ્યારે ચૈતસિક ઊર્જા/શક્તિને ભાવથી ધરાવવામાં આવે તે પ્રસાદ થઈ જાય છે. જીવનમાં જે કંઈ મળે છે તેને ભગવાનનો પ્રસાદ માનો.
- જેવો ભાવ તેવું જીવન. શ્વાસ/જોવું/સાંભળવું બધો જ પ્રસાદ છે- આ રીતે કરશો તો સાધના કઠિન નથી. જીવન એ પ્રભુનો પ્રસાદ છે.
- દ્રષ્ટિ, આશય અને ભાવ શુભ રાખવા-ઈશ્વર તરફી રાખવા. જેટલો ભગવદ્દાશ્રય/ઈશ્વરાશ્રય થાય તેટલું જીવન સહેલું થશે. આમ કરવાથી અહંકાર ઉપર કે બુદ્ધિ ઉપર ભાર નહીં પડે.
- ક્રિયા કરવી, પરંતુ તેના ઉપર વજન ન રાખવું. વજન સૂક્ષ્મ ઉપર રાખવું. ભગવાન વ્યાપક શક્તિરૂપે છે, કર્તારૂપે નથી.
- નિરંતર સ્મરણ કરો કે તમે અમુક વ્યક્તિ નથી પણ આત્મા/પરાયેતના છો- જે બધું જુએ છે.
- જો નિરંતર સ્મરણ ન રહે તો પરમાણુઓ તેને ઢાંકી દેશે. જ્ઞાતા-દ્રષ્ટામાં રહેવું તે પ્રાસાદિકતા છે. જ્ઞાનીના જ્ઞાનને કેન્દ્રમાં રાખવું. ક્રિયાના પરમાણુ ખોટું કામ ન કરાવી જાય તે બાબતે સજાગ રહેવું.

સત્સંગ ક્રમાંક [917] 20 NOV 2005 A

- જે પ્રકાશ છે તે વ્યક્તિનો સ્વયંભૂ પ્રકાશ નથી- પણ ઉધાર મળેલો ઉજાસ છે- તેમાં ક્યાં સુધી ખેંચવું ?
- વ્યક્તિનો સ્વયં પ્રકાશ જાગૃત થવો જોઈએ- તો જ કામનું.
- શ્રી વ્યાસજીએ જાહેરાત કરી કે હવેથી સત્સંગ દરેક મહિનાના પ્રથમ અને ત્રીજા રવિવારે જ ચાલશે. બાકી તમારે ચિંતન, મનન અને અંદર જોઈને સાધના કરવી. મન, બુદ્ધિ, ચિત્ત, અહંકારનો આધાર ઘટાડવો.
- ઉધાર પ્રકાશમાંથી છૂટવા માટે પોતાના અંતર્મનની વ્યથા/પીડાને અંદર પડેલા પ્રકાશને હવાલે કરો. મન/બુદ્ધિ છવાઈ ન જાય તે જુઓ - તો સ્વપ્રકાશ નિર્માણ થશે.
- બહારનો સૂર્યનો પ્રકાશ પંચેન્દ્રિય સુધી સીમિત છે. આત્માનો પ્રકાશ સ્વપ્રકાશ છે. સત્સંગમાં મળેલ દ્રષ્ટિ સ્વપ્રકાશથી જ જાગશે. જેટલી પીડા/વિષાદ/સંઘર્ષ ઉત્પન્ન થાય તેટલી સંજ્ઞા ખૂલે અને તેના પ્રકાશથી તમારો દીવો પ્રગટે. અંદરના શબ્દો જગાડવાનો પ્રયત્ન કરો.
- આંતરતપ શરૂ કરો- તેના વગર દુઃખ નહીં કપાય. 'મામેકં શરણં વ્રજ:'. જ્ઞાનીની/આત્માની પ્રીતિ સાથે રાખીને જ આંતરતપ કરો- નહિતર મજૂરી થશે. વિચારી વિચારીને કે સાધના કરવાથી નિર્વિચારમાં નહીં જવાય. અંતરનો તાપ ઊભો થવો જોઈએ.
- જાગૃતિ વિનાના સમર્પણનો શો અર્થ ?
- તમારી સમર્પણની સમજણ ખોટી છે. સમર્પણ કરવાનું નથી. તમારા મન/બુદ્ધિ/ચિત્ત/અહંકારની અંદર આત્માનો પ્રકાશ અપ્રગટ રીતે પડેલો છે. સમર્પણમાં

જવાને બદલે તમારી અજાગૃતિની પીડાનો અનુભવ કરો તે સમર્પણ છે. જેમ જેમ આ જાગૃતિની ભૂખનો અનુભવ થશે તેમ તેમ ગતિ થશે. ત્યારબાદ સમર્પણ આપોઆપ થશે.

- વ્યક્તિનો અહંકાર એ સમય છે- કારણ કે અહંકારનો ક્ષય થાય એટલે સમયનો પણ ક્ષય થાય છે.
- જો કૃપા હોય તો અહંકારની મનોવૈજ્ઞાનિક ગતિની બહાર નીકળી શકાય છે. જે વ્યક્તિ સમયાતીત છે તેને સ્મરણમાં રાખો એટલે તેના જેવા થઈ જશો.
- ભવ્ય જીવ અને અભવ્ય જીવ. જે ભગવાન સુધી પહોંચે તે ભવ્ય જીવ. અભવ્ય જીવ કાળની ગતિમાં ઊડો ઊતરેલો છે. ભવ્ય જીવ અહંકાર/મન/બુદ્ધિ/દેવુંનો સામનો કરે છે.
- “હું દરેક ક્રિયા વડે મારું દેવું ચૂકવી રહ્યો છું” – તેવો ભાવ રાખો. રોજ આત્માની પ્રીતિ વધારો.
- ખાલીપો ક્યાં સુધી ?
- અહંકાર પૂરો થાય પછી ઊભું થયેલ શૂન્યનું શિખર તે પણ ખાલીપો છે. ત્યાં જ્ઞાન કે અજ્ઞાન દશા ન હોય. આ ખાલીપો દુઃખદ નથી પણ અહંકારનો ખાલીપો દુઃખદ છે. જ્યારે કોઈ સંબંધ કાપી નાખો ત્યારે અહંકારનો ખાલીપો આવે છે. પણ શૂન્યમાં આખા જગતનો સંબંધ કપાઈ જાય છે- તોપણ દુઃખ નથી- કારણ કે ચિત્તનો લય ત્યાં થાય છે.
- સમજો કે બધું છૂટવાનું જ છે. એટલે મૃત્યુ સમયે લાચારી ન રાખો- પણ તૈયાર રહો.
- ખાલીપાના પરમાણુઓનાં વમળો હોય છે- જે બધું બદલાવશે-અને દેવું ચૂકવાતું જાય.

સત્સંગ ક્રમાંક [917] 20 NOV 2005 B

- જો તમે તમારા મનની સાથે નથી તો તમે વિશ્વના કોઈપણ મનની સાથે નથી. જો તમે તમારા સ્વભાવની સાથે છો તો બધાના આત્માની સાથે જ છો. તમે ફક્ત ‘જુઓ’.
- કોઈ આપણો વિરોધ કરે અને શાંત રહો તો દેવું ચૂકવાઈ જાય છે. મિત્ર સાથે રાગ વધે એટલે દેવું ન ચૂકવાય.
- જો કોઈ કંપની ન હોય તો જ શૂન્યનું શિખર આવે. તમારી પોતાની ઊર્જાથી જ કામ કરવું પડે.
- જો સૃષ્ટિને ભગવાનનો પ્રસાદ માની તો જ્ઞાતા-દ્રષ્ટાને પ્રસાદનો લાભ મળશે- જે લાભ ગુર્જાએફ/ઓસ્પેસ્કીને નહીં મળે. આ મહત્ત્વનું છે.

સત્સંગ ક્રમાંક [918] 04 DEC 2005 A

- સ્મરણમાં રાખો કે દીવાથી જ દીવો પ્રગટે છે. જો યાદ ન રહે તો ચિંતા ન કરવી- નહિતર નકારાત્મકતા વધશે.
- જો તમે વિચારોને જોઈ શકો તો સારું- તમારે બીજું કરવાનું નથી. પણ જ્યારે આમ ન થાય ત્યારે “વિચારો જ હું પોતે છું – જુદો નથી” તેમ રાખો. આમ કરવાથી વિચારોના સંઘર્ષમાં જે શક્તિ કપાતી હતી તે અટકી જશે. થોડો વખત આમ કરતાં જ શક્તિ સ્થિર નહીં રહે. શક્તિનો નિયમ છે કે તે એક જગ્યાએ સ્થિર ન રહે. સંઘર્ષ ન કરો એટલે શક્તિ કામ કરે. શક્તિનું વિસર્જન શરૂ થશે. વિચારોની શક્તિ વીખરાઈ જશે. એટલે ફરીથી તમે ‘જોવા’ નું શરૂ કરો- અને ભાવ રાખો કે “હું વિચારોનો જોનાર છું, વિચાર નથી”.
- મૃત્યુની અસલામતીની ભાવનાથી જ ભગવાનને યાદ રાખી શકાય છે. આ પણ એક સાધન છે. ખતરાને પ્રકૃતિથી અનુભવો તો પ્રકૃતિ ઝાંખી થાય. અસલામતી પ્રકૃતિને છે, ચેતનને નથી. લોકોને તો પ્રકૃતિને સાચવવી છે – પરંતુ તે તો જવાની જ છે.
- તમે ભલે બધું સલામત કરીને બેસો – તોપણ બધું જ અસલામત છે. એટલે હંમેશાં અસલામતીનો સ્વીકાર કરવો.

સત્સંગ ક્રમાંક [918] 04 DEC 2005 B

- બુદ્ધિ બીજાના દોષ (પરદોષ) જોઈ શકે પણ પોતાની અંદર ન જોઈ શકે. પોતાના દોષને જુઓ. 24 કલાક નહીં, નિરંતર જોવાના નથી.
- સૂર્યની જેમ આત્મા પોતાનો પ્રકાશ ન આપે ?
- આપણી અંદરના પરમાણુઓ પોતાની રીતે ખસતા નથી- તેથી અંદરથી પ્રકાશ નથી આવતો. સત્સંગ/આંતરતપથી આ પરમાણુઓને ખસેડવા પડે. અહંકાર ખસે તેમ ચૈતન્યનો પ્રકાશ આવતો જાય.
- પોતાના મૃત્યુનો અનુભવ/સાક્ષાત્કાર જુદો વસ્તુ છે. જેમ જેમ પોતાના દોષ દેખાય તેમ તેમ અહંકાર વક વગરનો થતો જાય.
- કામની પસંદગીમાં ખતરો છે- પસંદગીમાં અહંકાર છે. ચૈતસિક માર્ગમાં પસંદગી ન હોય. આત્મા જે આપે તે તમારે કરવાનું છે. ન ગમતું કામ પણ આવી પડે તો તેને ઈશ્વરનું કામ સમજવાનું છે- તેનાથી વિકાસ થશે. તમારી અંગત પસંદગી છોડો. જેમ જેમ આંતર જગતમાં બુદ્ધિનો આશ્રય ઘટાડો તેમ તેમ પરાબુદ્ધિ પ્રવેશે.
- રવિવારે સાંજે બે કલાક સાવ શાંતિથી બેસો અને જ્ઞાનનું અનુસંધાન કરો- તો જ્ઞાનનું કિરણ પ્રગટ થશે.

સત્સંગ ક્રમાંક [920] 01 JAN 2006 A

- મન દરિયો છે. પણ બુદ્ધિ/અહંકારને પકડી રાખો. મનમાં પડવા જેવું નથી. બુદ્ધિ/અહંકારનો ઉપયોગ શીખી લેવો.
- જીવની જાત જાણ્યા વગર જીવની યાત્રા શરૂ ન થાય. તો જ્ઞાની પુરુષ બતાવે કે મારા જીવની જાત કઈ છે ?
- ચાર પ્રકારની જાત છે. જીવની ચાર ગતિ છે. 1. દેવ ગતિ 2. મનુષ્ય ગતિ 3. મનુષ્યેતર ગતિ 4. પશુતાથી પણ નીચે લઈ જાય તેવી આકરી ગતિ.
- જીવ ચારમાંથી એક ગતિમાં હોય- આ ચાર ગતિ સ્વયંભૂ છે- પોતાની રીતે ચાલ્યા કરશે. પણ જેના અંતઃકરણમાં ખટકો પેદા થાય કે આ ચાર ગતિમાં ક્યાં સુધી ભટકવું? ત્યારે જ્ઞાની પુરુષની જરૂર પડે છે. – જ્ઞાની રસ્તો બતાવશે કે આ ચાર ગતિમાંથી કેમ નીકળવું.
- જેમ ચાર ગતિ છે તેમ મનુષ્યમાં 4 પ્રકારના જીવો છે- 1. આર્ત – જે દુઃખનો અનુભવ કરે છે. 2. અર્થાર્થી – જે મહત્ત્વકાંક્ષા/વિજય/પ્રગતિ મેળવવા ઇચ્છે છે. 3. જિજ્ઞાસુ – જેને સમજણ મેળવવી છે અને પોતાની પ્રકૃતિ બદલવી છે. 4. જ્ઞાનનો પિપાસુ જીવ – જે જ્ઞાન સિવાય કંઈ માંગતો જ નથી તે જ્ઞાની.
- આવા 4 પ્રકાર મનુષ્યમાં જ છે- અન્ય દેવો વગેરેમાં નથી. વિકલ્પ ફક્ત મનુષ્યમાં જ છે. એટલે અહીં ઉત્ક્રાંતિનો સિદ્ધાંત લાગુ પડશે નહીં. ચાર રસ્તા છે. જેવો રસ્તો પકડશો તેવું પ્રારબ્ધ બનશે. એટલે મનુષ્ય મુક્ત થઈ શકે અને એટલે જ તે દેવોથી પણ શ્રેષ્ઠ છે. મનુષ્ય પાસે પસંદગી છે.
- આપણા સત્સંગનું મુખ્ય લક્ષ જ્ઞાન છે. અન્ય 3 રસ્તામાં ઘણી ક્રિયાઓ છે. આ રસ્તાઓ ક્રિયાઓને આધીન છે. ક્રિયાઓ માનસિક તંત્રને આધારે થાય છે. તેના નિયમો જાળવવા પડે. ભૂલ ન ચાલે. જોખમો વધુ છે, માર્ગ લાંબા છે.
- પશુ કે દેવો કંઈ કરી શકતા નથી- ફક્ત મનુષ્ય જ કરી શકે છે. જ્ઞાનનો માર્ગ ખતરા વગરનો છે કારણ કે પ્રાપ્તિની પ્રાપ્તિ છે. જ્ઞાન એક વખત જાણ્યું એટલે પૂરું. જ્ઞાનનો અંત છે પણ માયા અનંત છે.
- જ્ઞાનનો માર્ગ બુદ્ધિથી પકડાતો નથી- અને બુદ્ધિ ન હોય તોપણ પકડાતો નથી. બુદ્ધિ - વ્યભિચારિણી/વ્યવસાયાત્મિકા બુદ્ધિ. અનેક ક્ષેત્રમાં બુદ્ધિ દોડતી હોય – પણ સ્વરૂપ સાથે કંઈ લેવાદેવા ન હોય – તે વ્યભિચારિણી બુદ્ધિ છે. જ્યારે અવ્યભિચારિણી બુદ્ધિ સ્વરૂપ

- વિશે જ જાણકારી રાખે. “કઈ રીતે મારું પરિવર્તન થાય – તેમજ વિચારે. તે પ્રયત્ન કરે કે જ્ઞાનની પ્રાપ્તિ/પ્રતીતિ કેમ કરવી- માનસિક નહીં પણ અપરોક્ષ પ્રતીતિ.
- સત્સંગ ન મળ્યો હોય/કે ગુમાવ્યો હોય તેની યાતના પણ પુણ્ય લાવે છે.
 - પરમાત્મા સમય નથી માંગતા પણ તમારું ચિત્ત માંગે છે. માનસિક સમય પોતે જ અહંકાર છે. જ્ઞાની પુરુષનું ચિત્ત મન/બુદ્ધિ/શરીરમાં ન હોય. જ્ઞાનીને સમયનો અભાવ હોય છે. જ્ઞાન સમયમાં ન હોઈ શકે. સમયનું ભાન છે તે અહંકારને સર્જે છે.
 - સંસારની બધી જ ઘટના/દુર્ઘટનાને સમતાથી જુઓ. બધું જ નિયમથી ચાલે છે. ઘટના સામે અહમને જ વાંધો હોય છે કે ‘આમ કેમ?’ પણ પરાયેતનાને કઈ તમા નથી. દુઃખ અહમને જ થાય છે.
 - કાર્યકારણ – વિજ્ઞાનને છે. પરાવિજ્ઞાનને નથી. ઘટના બને ત્યારે જાગૃતિથી જુઓ. શરીરનાં સુખ/દુઃખ તમારાં નથી.
 - તમે જ્યાં હો ત્યાં જ્ઞાનનો પ્રયોગ સતત ચાલુ રાખો- ભલે ભૂલો થાય કે જણાય. ભૂલો જણાય તે મોટી વાત છે. બુદ્ધિ પોતાની ભૂલ નહીં જોઈ શકે- જેમ આપણી આંખ પોતાને નહીં જોઈ શકે- તેમ બુદ્ધિની તમારી સાથે એકરૂપતા છે.
 - વાગણીશીવ કે વાગણીહીન ન થવું. પણ સમતા રાખો. વાગણીશીવતા અને મોહ મટાડો. વાગણી ચોક્કસ વ્યક્તિ પ્રત્યે જ હોય જ્યારે સમતા – બધા પ્રત્યે હશે અને બધા પ્રત્યે કાળજીવાળી થશે.
 - મનને ક્યારેય નબળું ન પડવા દેવું. જ્ઞાનમાં રહેવું- હતાશામાં ન રહેવું. વહેવારના પ્રસંગોથી નબળા ન પડવું. જ્ઞાન/શાસ્ત્રોનું વાંચન/શ્વાસ/જ્ઞાનીનો આશરો લેવો. અતિશય ચિંતિત ન થવું. લઘુતાગ્રંથિમાં ન રહેવું. પરિસ્થિતિનો સામનો કરવો. વિષાદમાં ન રહેવું- પણ વિષાદને જોવો. જોનારનો પોતાનો અગ્નિ છે. તે બધું જ રોકશે/બાળશે. કાયમી ઉચ્ચ વિચારો સાથે અનુસંધાન કરો. જેવી ભાવના હોય તેવા વિચારો ખોંચાશે. તમે કઈ કરતા નથી પણ બધું જ થઈ રહ્યું છે.
 - સમજણ/સાધનાની દ્રષ્ટિએ હંમેશાં “હું અધૂરો છું – મને કઈ ખબર પડતી નથી” તેમ રાખો. હંમેશાં જ્ઞાનની અધૂરપ અનુભવો. આ અધૂરપની પ્રક્રિયા જ પરિવર્તન લાવશે.

સત્સંગ ક્રમાંક [920] 01 JAN 2006 B

- તમે ગરજ રાખો કે “મારે છૂટવું છે- કઈ ખબર પડતી નથી- જ્ઞાનની ગરજ છે” તેમ રાખો તો તમારો અહંકાર નીચે બેસે. તમારી ગરજ એ નબળાઈ નથી પણ પાવર છે.
- કોઈને દુઃખ આવે તો તમને જ દુઃખ આવ્યું છે તેમ માનો- ભલે દુઃશ્મન હોય. એટલે માનસિક વ્યથા હવે રિયલ દુઃખમાં આવશે અને અહંકાર ડિસ્ટર્બ થશે- અને રિયલ દુઃખ થતાં અહંકાર બળશે અને ઘટના સાથેનું તાદાત્મ્ય તૂટશે.
- ઘટના/પ્રસંગો ચિત્તમાં જે અસર પાડે છે તે અસરો દૂર કરવી અને ‘જોવું’.

સત્સંગ ક્રમાંક [925] 19 MAR 2006 A

- બુદ્ધિ અંધકારથી ઘેરાયેલી છે- એટલે અથડામણ થશે. જેનો આશ્રય બુદ્ધિનો હોય તે વ્યક્તિ સારાં કામ કરે તોપણ બંધન વધે જ છે. બુદ્ધિની લાઇટ/પ્રકાશ કૃત્રિમ છે. પ્રકાશવાળા લોકો સાથે પ્રીતિ/મૈત્રી કરો. સત તત્ત્વ વાણીમાં નથી- ઐક્ય કારમાં છે.
- માત્ર સત્સંગની વાણી સાંભળવામાં નહીં – પણ જે ઊંચો (તીવ્ર) ભાવ રાખશે – તે ભાવ કામ કરી જશે. ભલે તમારું મશીન અસત છે - પણ ભાવ હોવાથી તે સત પ્રત્યે ગતિ કરી શકશે. સત્સંગમાં 6 થી 8 માં તીવ્ર ભાવ રાખો કે મારો ભવરોગ મટી રહ્યો છે- આ વસ્તુ ચોક્કસ કામ કરશે. બુદ્ધિથી સાંભળશો તો બધું નકામું. બોલનાર પાસે પ્રકાશ છે જ- એટલે તમારું પાત્ર સીધું કરો. ભાવ કરવાથી તેમ થશે.

- જાત ઉપર વિશ્વાસ નથી તો શું કરવું ?
- વિશ્વાસ ન જ હોવો જોઈએ. જાત ઉપર વિશ્વાસ ન હોય તેને જ પ્રકાશ મળે. શરીર ગમે ત્યારે પડી શકે. પ્રકૃતિમાં પળેપળે કટોકટી છે. અંદરના નિત્ય ચેતન ઉપર શ્રદ્ધા/વિશ્વાસ રાખો.
- સ્થાન/ક્રિયાનું મહત્વ નથી પણ ભાવ મહત્વનો છે. અસતના પ્લેટફોર્મ ઉપરથી જ સતમાં જઈ શકાય છે. શરીર/નામ/રૂપ/ગુણ/આકાર/સંબંધો અસત છે. અસતને અસતરૂપે ઓળખો તો સત પ્રગટ થાય. અસતને જુઓ/જાણો તો અસત ભૂંસાઈ જાય છે. અસત પ્રકૃતિ સાથે સંગ ન કરો. તેને 'જુઓ'.
- સફળતામાં અભિમાન ન કરો અને વિફળતામાં દુઃખી ન થાઓ. હરખ-શોક, રાગ-દ્વેષથી બચો. બીજાને હરાવવામાં રસ ન લેવો- પણ કૌશલ્ય પ્રગટ કરવામાં વાંધો નથી.
- પોતાની બુદ્ધિ સાથેનું જોડાણ કાપો અને ઈશ્વર સાથે જોડાણ કરો, તેના પર શ્રદ્ધા રાખો તો પોતાની જાત ઉપર શ્રદ્ધા થશે.
- હું અનાથ અને એકલો છું તેમ લાગે છે તો શું કરવું ?
- વ્યક્તિ પ્રકૃતિમાં ફરે છે ત્યાં સુધી એવું લાગશે. પ્રકૃતિનું દબાણ છે. એકલાપણું લાગશે તો તે ભગવાન તરફ જશે.
- ગૃહસ્થાશ્રમમાં સંતુષ્ટિ/તુષ્ટિ હોય તે ભગવત્શક્તિ/આત્માને આવવા દેતી નથી. જ્ઞાનની ભૂખ/પીડા હોવી જ જોઈએ. બધું જ હોય પણ આત્મા ન હોય તો બધું જ નકામું. અંદર પ્રકાશ નથી – અને મેળવવો છે તેવો તીવ્ર ભાવ રાખો.
- કુટુંબને સારી રીતે સાચવો પણ જાણો કે કુટુંબ સત્ય નથી. તેમાં ગમે ત્યારે મુશ્કેલી આવી પડે. કુટુંબીજનોને મુશ્કેલીમાં જરૂર મદદ કરો પણ આપત્તિ આવી પડે તો સમજો કે ક્યારેક તો આવું થવાનું જ છે. જીવન અનિશ્ચિત છે. અંદરની આત્માની જ્યોતિની ભૂખ બુઝાવા ન દેવી. તે સતત રાખવી.
- આત્માની જ્યોતિ હોય તેને સમય નથી, સમયરહિતતા છે. સમય અને દુઃખ એ અહંકારમાંથી આવે છે.
- લાગણીધેલા ન થવું. તે આશા અને તૃષ્ણાને જગાડે છે. આવી વ્યક્તિ આત્મામાં નહીં જઈ શકે. લાગણી નહીં પણ ભાવ આપો. લાગણીમાંથી જ લાગણીહીનતા આવે છે.
- કોઈ ન આવે, ન બોલાવે તો ખોટું ન લગાડવું. લોકોને જરૂર હોય તો આવે તે સમજો. આ એક સમજ છે.
- મૂળભૂત રીતે પ્રકૃતિ પોતે જ અનાથ છે. તો પછી શરીરરૂપી/કુટુંબરૂપી/સંબંધરૂપી પરપોટાનું શું મહત્વ ? કંઈ નહીં.
- પોતાની અંદરની ગાંઠો/નડતરને તોડવી તે પુરુષાર્થ છે. અંદર નિરંતર સુધાર્યા કરવું. અંદર સુધરે તો બહાર આપોઆપ સુધરે.
- જ્ઞાની એટલે તેમાં કર્તા નથી/'હું પદ' નથી/રાગ-દ્વેષ નથી.

સત્સંગ ક્રમાંક [925] 19 MAR 2006 B

- જેનામાં અંતઃકરણ -મન/બુદ્ધિ/ચિત્ત/અહંકાર- નાં કેન્દ્રો એકિટવ હોય તે લઘુતા છે અને જેનામાં અંતઃકરણનાં કેન્દ્રો એકિટવ નથી તે ગુરુતા છે.
- વ્યવહારના નિયમો જાળવવા- તેવી ભાવના રાખવી. પણ જો ક્યારેય કોઈ પરાણે નિયમભંગ કરાવે તો સમજો કે તમારો કર્મમાં અધિકાર છે, ફળમાં નહીં.
- આત્માને સમાધિની જરૂર નથી. તમારું મૃત્યુ – સમાધિ, અજપા ગાયત્રી, જાગૃતિ- બધું જ છીનવી લેશે. તમારો પૈસો, સત્તા, મોભો, સંબંધ – બધું જ પફેકટ/બરોબર હોય તો ચેતી જવું અને અંદર સમજ રાખો કે હજુ આત્મા નથી મળ્યો. અવસ્થા આવે અને જાય, પણ દશા હોય તે કાયમી હોય. સમાધિ પણ એક અવસ્થા છે.
- ભૂલો થવી એ અહંકારનો સ્વભાવ છે- તે ભલે થાય, પણ તેને ટેકો ન અપાય.
- વહેતું મન એટલે શું ?

- ભૂત/ભવિષ્ય તમારી ઊર્જા ખાઈ જાય છે. પ્રત્યેક ક્રિયા શુદ્ધ વર્તમાનમાં થાય અને તમે તેના દ્રષ્ટા બનો. તમે જ્યાં હો ત્યાં વર્તમાનમાં રહો. અન્ય સ્થાનની ચિંતા કરશો તો કામ બગડશે. ચિંતાને પ્રોત્સાહન ન આપો.
- વ્યવહારમાં ધૈર્ય રાખો, ઉતાવળ ન કરો અને સમતા રાખો.
- વ્યક્તિ બુદ્ધિને જુએ છે, પણ બુદ્ધિ જેનાથી ચાલે છે તેની ઉપેક્ષા કરે છે. સમતા એ જ પરાબુદ્ધિ છે. પરાબુદ્ધિ એટલે શુદ્ધ વર્તમાન.
- “સંસાર બગડેલો છે અને આપણે સારાં છીએ” તે સૂક્ષ્મ અહંકાર છે. સ્થૂળ અહંકારવાળી વ્યક્તિ આપણા સૂક્ષ્મ અહંકારને કાઢવામાં મદદ કરે છે. સાક્ષી/દ્રષ્ટારૂપે રહેવાથી પરિવર્તન થાય છે, સમજો કે સામેનો માણસ કર્મોનાં પોટલાં લઈને આવ્યો છે- તેથી તે શું કરી શકે? આમ કરુણા રાખો. જ્યાં અંધકાર છે ત્યાં જ પ્રકાશ મેળવવાની શક્યતા છે.

સત્સંગ ક્રમાંક [926] 02 APR 2006 A+B

- જે જ્ઞાનનો પ્રવાહ પ્રાપ્ત થયો હોય તેને જાળવવા શું કરવું ?
- સત્સંગમાં જે ચાલે છે તે બુદ્ધિ/તર્ક/વિચાર/શબ્દ નથી પણ શુદ્ધ જ્ઞાન છે. જાગૃતિ રાખો કે – “હું શબ્દોનું શ્રવણ કરતો નથી. કોઈ દેહધારી વ્યક્તિના માધ્યમથી શ્રવણ કરતો નથી. જે વૈશ્વિક ચેતનાનો પ્રવાહ આવી રહ્યો છે તેની સાથે સંવાદ કરી રહ્યો છું, અનુસંધાન કરી રહ્યો છું”- આમ સમ્યક્ શ્રવણ કરો.
- આ જે જ્ઞાનનો પ્રવાહ છે તેમાં – જ્ઞાન એ ઇન્દ્રિયગત પરોક્ષ જ્ઞાન નથી. પરોક્ષ જ્ઞાન સ્મૃતિમાં જાય છે. આ જ્ઞાન મન/વચન/કાયામાંથી આવતું નથી- જે જવલ્લે/ભાગ્યે જ પ્રાપ્ત થાય છે- તે સનાતન સત છે. તે વ્યક્તિમાં પ્રગટ થાય ત્યારે તેને જ્ઞાન કહે છે- જે અપરોક્ષ જ્ઞાન છે.
- વ્યક્તિ સ્વરૂપને જાણે તેને જ્ઞાન કહેવાય. આપણું શરીર કાળમાં છે, પણ જ્ઞાન કાલાતીત છે. જ્ઞાનનો સ્વભાવ સત-ચિત્ત-આનંદ છે. સત એ તત્ત્વ છે, જે સૃષ્ટિનો આધાર છે. તેમાં ચૈતન્ય/જીવંતતા છે, જે શાશ્વત છે. તે નિર્વિકાર છે. તે વ્યક્તિને અકારણ આનંદ/સુખ આપે છે.
- આવો જ્ઞાનપ્રવાહ મેળવનારે કેવું જીવન જીવવું જોઈએ? જ્ઞાનના પ્રવાહને પોતાની પ્રકૃતિમાં કેવી રીતે ઉતારવો/ઝીલવો?
- આર્ત (દુઃખી), અર્થાર્થી, જિજ્ઞાસુ અને જ્ઞાની ભક્તો આમાં ચાલશે. જિજ્ઞાસુની તકલીફ એ છે કે તેને જ્ઞાન સિવાયની દુન્યવી બાબતોમાં પણ એટલો જ રસ હશે- જે તેને નડશે. જ્ઞાની ભક્ત હોય તે જ ફક્ત જ્ઞાનને શોધશે- સંસારમાં બધું નાટક જ છે તેમ માનશે અને સતત જ્ઞાનની પ્યાસ ધરાવશે.
- વહેવારની કુશળતા મૃત્યુ વખતે કામ ન લાગે. વહેવાર જરૂરી હોય તો જ કરો. અને જરૂરી વહેવારથી છટકવું કે ભાગવું નહીં.
- જ્ઞાની હંમેશાં જ્ઞાન પ્રવાહમાં જશે. બુદ્ધિ/અહંકારને દેખાતું હશે કે આમ કરો તો ફાયદો થાય. પણ જ્ઞાની હોય તે બુદ્ધિ/અહંકારને તાબે નહીં થાય- પણ “ઈશ્વરની ઈચ્છા હોય તેમ થાયો” તેમ રાખે. જો વ્યક્તિ જિદ્દી/હઠીલો હશે તો જ્ઞાન નહીં થાય. આવું ન થાય તેવો સંકલ્પ કરો. તમારો પોતાનો અભિપ્રાય/હાથ છોડો.
- જો જ્ઞાનદ્રષ્ટિ હોય તો “પ્રાણ અને પ્રકૃતિ સાથે જ રહે અને જાય” તે વાત ખોટી પડે છે. જ્ઞાનના પ્રકાશમાં જુઓ તો પ્રકૃતિ છૂટી પડે છે. પ્રકૃતિ ક્રિયાશીલ થાય કે તરત જ જ્ઞાન જોશે કે – “આમ ન કરાય”.
- પુસ્તક નહીં વાંચો તો ચાલશે પણ જ્ઞાનીના જ્ઞાન વડે તમારી પ્રકૃતિને વાંચો. અંતરાત્માએ આમ કરવું જ જોઈએ. સત્સંગના મહાવાક્યોને પ્રકૃતિ સાથે અથડાવ્યા કરો. કઈ પણ કરો, તમારી ચેતનાને જ કેન્દ્રમાં રાખો. બીજા અનાત્મ વિષયમાં રસ લેશો એટલે જ્ઞાનનો દ્વેષ થશે.
- મારે માતા/પિતા/કુટુંબ/મિત્રો કઈ જ નથી – તેવું આંતરિક એકાંત રાખો.

- જગતમાં બધા જ તમારી સામે અહંકારનું શસ્ત્ર ઉગામવાના જ છે - પણ તમારે તમારા અહંકારનું અને બુદ્ધિનું શસ્ત્ર સામે ઉગામવાનું નથી. આ તાત્કાલિક નહીં થાય. પરંતુ દ્રષ્ટિ/આશય રાખો કે “તેની સામે હું પણ અહંકાર/બુદ્ધિ વાપરી રહ્યો છું”. આવા સમયે જ્ઞાનીનું સ્મરણ કરો/તેનો ચહેરો યાદ કરો. માણસ પોતાની પ્રકૃતિ (મન/બુદ્ધિ/અહંકાર/રાગ/દ્વેષ)ને સાચવે છે, જે કરવાનું નથી.
- વ્યક્તિ પોતાના સૂક્ષ્મ દોષો પોતાની બુદ્ધિથી જોઈ શકે નહીં. જેને સત્સંગ કે શ્રવણ કરી ને સમ્યક્ બુદ્ધિ પ્રાપ્ત થઈ હોય તે જ પોતાના સૂક્ષ્મ દોષ જોઈ શકે. શાંતિથી આંખ બંધ કરીને બેસો અને પ્રકૃતિ શાંત થાય ત્યારે આ દોષો દેખાશે. સમ્યક્ત્વ પોતાના સૂક્ષ્મ દોષો જોવા માટે જ છે. દોષો જોવાથી જ્ઞાનપ્રવાહ વધશે.
- ઈશ્વરને ફક્ત જ્ઞાની હોય તેવો નહીં પણ “જ્ઞાની ભક્ત” વહાલો છે. જે નિરંતર જ્ઞાનથી અંદરના અજ્ઞાનને જુએ તે વિજ્ઞાનમય ભક્તિ છે.
- માધવપુર ઘેડનું આકાશ ઉત્તમ છે. તેવું આકાશ દ્વારકાનું પણ નથી.
- વ્યવહારમાં અહંકાર પ્રગટ થાય જ છે- તે હોય જ. પણ ધ્યાન રાખો કે અહંકાર પ્રકૃતિને આધીન ન થાય. જો તેમ પણ ન થાય અને દેખાય તો તે પણ સારું. દેખાય કે તરત જ “હરિઃ ઐ” બોલો અને ઈશ્વરને યાદ કરો.
- “મારો અહંકાર/મારી જિદ્દ/મારો વટ મને માન્ય છે” - આમ હોય તો ચેતી જાઓ. પ્રકૃતિના દોષને અંદરથી માન્ય ન રાખવો. આમ કરવાથી ચિત્તશુદ્ધિ થશે.
- અહંકારને પ્રકૃતિને આધીન ન કરો- જ્ઞાનને આધીન કરો- તે સંયમી છે. પોતાના અહંકાર/બુદ્ધિને ભૂખ્યા રાખો- પેટ્રોલ ન આપો. અહંકારનો ઉપવાસ કરો. એકાંતમાં રહેવાથી અહંકારનો ઉપવાસ થાય. સત્સંગનું શ્રવણ સહેલું છે- ચિત્તશુદ્ધિ અઘરી છે. બીજા ભલે ખટપટી હોય - તેને તે રીતે નહીં - આત્મા તરીકે જ જુઓ. આમ કરશો એટલે તમે તેના ચૈતન્યપ્રવાહને જોશો- અને તેની ખટપટ તમને નહીં નડે.
- સત્ત્વગુણ જાળવતાં ન આવડે તો અહંકાર વધી જશે.
- મંદિરમાં દર્શન કરો ત્યારે “હું દર્શન કરનાર નથી” તેમ રાખો.
- ડો. યાજ્ઞિકને નેપાલ પશુપતિનાથમાં ક્યાંય સુધી શ્રી વ્યાસજી દેખાયા હતા. શ્રી મોટાને ડાકોરની મૂર્તિ હસતી હોય તેવી દેખાયેલી હતી.
- રજોગુણ, તમોગુણવાળાને પશ્ચાત્તાપ હોય છે - તેથી તે જ્ઞાન તરફ ખેંચાય છે. પણ સત્ત્વગુણવાળાને પશ્ચાત્તાપ નથી હોતો. તે પોતાને બરોબર જ માને છે- જે નુકસાન છે. અહંકાર સાત્ત્વિક માર્ગમાં ખૂંચી ન જાય તે જુઓ.
- તમારી શક્તિ પ્રકૃતિ સુધારવામાં વાપરો- વાતાવરણ સુધારવામાં નહીં- કારણ કે સુધરેલું વાતાવરણ તો અન્ય કોઈ બગાડશે પણ પોતાની પ્રકૃતિ સુધરશે/કાબૂ આવશે તો તેનો ઉત્તમ ફાયદો થશે. બીજાને તમે નહીં સુધારી શકો. તમને પોતાને સુધારો.

સત્સંગ ક્રમાંક [927] 16 APR 2006 A

- શરીર/મનને જગત છોડતું નથી. સત્સંગનો રંગ ધોવાઈ જાય છે. સંસાર દુઃખદાયી હોવા છતાં તેનું જ વર્યસ્વ છે. આ કેમ તૂટે ?
- તમારે જગતનું વર્યસ્વ તોડવાની નહીં પણ સમજવાની જરૂર છે. તમારા અહંકાર/સંકલ્પ/વિચાર/તપથી વર્યસ્વ નહીં તૂટે. તપની ઊર્જા જેને તોડવું છે તેમાં જશે- એટલે નહીં તૂટે. જ્ઞાનની સમજણ અને પ્રકાશની જરૂર છે- જે પ્રકાશ પોઝીટિવ છે એટલે તે પરાજિત ન થાય. યથાર્થ સમજણ જાળવો અને વ્યવહારમાં આ સમજણની જાગૃતિ રાખો અને તે મુજબ વર્તન કરો. જગતની કુરૂપતા/કચરાથી ડરવું નહીં. તમારી દ્રષ્ટિ વિધાયક (પોઝિટિવ) રાખો. રાજા રામને પણ તકલીફ હતી. પીડાની દ્રષ્ટિથી સમ્યક્ દ્રષ્ટિ પેદા કરો.
- સત્સંગના શ્રવણમાં તલ્લીન થવું તે પર ધર્મ છે. શ્રોતા વાણી/શબ્દ/અર્થ ઝીલે છે- જેને જુદું રાખો. પ્રકૃતિને સત્સંગની વાણી ગમે છે - પણ આત્માને ગમવું/ન ગમવું તેવું ન હોય. આત્માને

- હોવાપણું છે. વ્યક્તિની પ્રકૃતિ ધર્મ/પૈસા/મોભો/સંબંધ વગેરેથી જ ભરેલી છે. આત્માને કંઈ ગ્રહણ/ત્યાગ કરવાનું નથી. આત્મા તરફ નથી જવાતું તેવી પીડા રાખો તો જ કામ થશે.
- ધ્યાન/પૂજા/ધર્મ વગેરેનાં સંવેદનો પ્રકૃતિમાં જમા થાય છે- જે શુભમાં જાય છે, શુદ્ધમાં નહીં. આ બધાંથી દૂર રહીને ‘જોવું’. ભેદજ્ઞાન હોવું જોઈએ.
 - શાંતિથી બેસો અને ભાવ કરો કે “મારામાં પડેલા જ્ઞાનનો છંટકાવ મારાં આવરણો ઉપર થઈ રહ્યો છે”- તેથી આવરણોમાં ગાબડાં પડે.
 - દુર્ગંધ પ્રત્યેના દ્વેષનો કચરો ચેતનથી બાળી નાખો. દુર્ગંધ/ઘોંઘાટ વગેરેની નેગેટીવીટી કાઢો.(દુર્ગંધને આમંત્રણ આપવાનું નથી) વ્યક્તિના દ્વેષની દુર્ગંધ/ઘોંઘાટ ખતરનાક છે.

સત્સંગ ક્રમાંક [927] 16 APR 2006 B

- પ્રકૃતિનો પક્ષ કદી ન લેવો- ભલે ગમે તેવી સારી કે ખરાબ હોય. હંમેશાં નિષ્ક્રિય જાગૃતિ રાખો- જે પશુ/પક્ષી/વૃક્ષો/આકાશ વગેરેમાં હોય. નેગેટિવ વ્યક્તિ સાથે પણ દ્વેષ ન રાખો. ફળની આશા વગર કાર્ય કરો.
- કરેલો સત્સંગ મૃત્યુ વખતે કામ લાગે છે. સત્સંગ કરવો એટલે ભૌતિક રીતે સત્સંગમાં આવવું તેમ નહીં. તમને ભેદજ્ઞાનની યાવી મળી છે તેનો ઉપયોગ કરો. સત્સંગનો ઉપયોગ અંદરનો કચરો કાઢવા માટે કરો.
- રામાયણ/ગીતા વગેરેના પાઠમાં ભળી જવાનું નથી. પરંતુ માહિતીને બદલે ચિત્તશુદ્ધિમાં તેનો ઉપયોગ કરો.
- શાંતિની બહુ પાછળ પડશે તો અશાંતિ આવશે. સમજણની ઈચ્છા રાખો- તે મહાસુખ છે. જે સુખ ઇન્દ્રિયોના ખપ્પરમાં ન ભરાય તે મહાસુખ. તમારી શાંતિ સંજોગો સાથે જતી રહેશે- પણ સમજણ અસીમ છે- જે શરીર ન હોય તોપણ સાથે હોય. સમજણની પ્યાસ રાખો. પોતાના સ્વરૂપનું અજ્ઞાન એ દુઃખ છે.
- જ્યાંથી દુઃખ આવે છે તે બધાં નિમિત્ત છે, કારણ નથી. તમારી પાસે જ્ઞાનનો દીવો નથી એટલે એમ લાગે છે કે બીજા લોકો દુઃખનું કારણ છે. નિમિત્ત અને કારણમાં ભેદ છે. કોઈની હાજરીથી આપની અંદરનું દુઃખ બહાર આવે છે એટલે તે નિમિત્ત છે- પણ દુઃખ તો આપની અંદરથી બહાર આવ્યું- એટલે તે આપણી અંદર છે- એટલે તેનો દ્વેષ ન કરો. કષ્ટ અને દુઃખમાં ફેર છે. કષ્ટ જડ વસ્તુ છે. દુઃખને ચેતન સાથે સંબંધ છે. કષ્ટ શારીરિક હોય જ્યારે દુઃખ માનસિક હોય.
- કષ્ટ કરીને તપ કરો એટલે નેગેટિવ પાવર આવે તેથી ઋષિઓ શ્રાપ આપતા. દિવ્યતામાં કદી શ્રાપ ન આવે. શરીરને કષ્ટ આપો તો ચિત્તશુદ્ધિ નહીં થાય. કષ્ટ મટાડવાની કોશિષ કરો કે સારી સુવિધા મેળવવાની કોશિષ કરો એનો વાંધો નથી. કષ્ટ મટે તો દુઃખ તરફ ધ્યાન જાય. કષ્ટનો ભોગવટો શરીર ઉપર આવે છે- દુઃખનો ભોગવટો અહમ ઉપર આવે છે. દુઃખને કાઢવા માટે જાગૃતિની મહેનત જોઈશે.
- નેગેટિવિટીને વશ ન થવું- પણ ‘જોવું’ – તે ઉપચાર છે. આપણું કામ માત્ર ‘જોવાનું’ છે. જ્યારે નવરા પાડો ત્યારે તમારી નેગેટિવિટીને જોયા કરો- ભલે મહિનાઓ વીતી જાય. તમને ભલે એમ લાગે કે “નેગેટિવિટી જતી નથી” અને તમને ખબર ભલે ન પડે – તોપણ જોવાનો અગ્નિ કામ કરશે જ.
- બધાં કામ યાંત્રિક રીતે નહીં પણ આનંદથી જાગૃત રહીને ઈશ્વર માટે જ કામ કરો છો તેમ કરો- તો દુઃખ જશે.

સત્સંગ ક્રમાંક [929] 21 MAY 2006 A+B

- મોહનું સ્વરૂપ કેવું છે? મોહની વૃત્તિ જ્ઞાન/દર્શન કે ચારિત્ર – શેનાથી ઊપજે છે?

- મોહ એ જ્ઞાનનું આવરણ છે. જ્યાં વ્યક્તિની ચેતના છૂટી પડી નથી તે વ્યક્તિને “શરીર હું છું” તેમ લાગે છે – તે મોહ છે. મોહ સ્વ-જ્ઞાનને અટકાવે છે. વ્યક્તિ પોતાને પિતા/પુત્ર/પતિ/ભાઈ વગેરે અનેક રીતે જુએ છે – તે મોહ છે.
- સત્સંગથી તમને બૌદ્ધિક ખ્યાલ આવે છે કે “શરીર એ હું નથી”. તમારા શરીરનું ચેતન સત્ય છે, શરીરનું માળખું નહીં. માળખું એ તરંગ છે. મોહથી જન્મમરણ થાય છે. મનુષ્યનો મોહ પશુની જેમ પ્રાકૃતિક નથી પણ માનસિક છે. ગાયનો વાછરડા પ્રત્યેનો મોહ પ્રાકૃતિક છે. માનસિક સૃષ્ટિ ભગવાનની જવાબદારી નથી. આપણાં માનસિક કર્મો આપણે જ ઊભાં/ઉત્પન્ન કર્યાં છે.
- પળેપળે મનનું નિરીક્ષણ કરો. ચિત્ત અનેક તરંગોથી ઘેરાયેલું છે. તમને ગીતા/ભાગવત કંઠસ્થ હોય તેનું કોઈ મહત્ત્વ નથી. મનના તરંગોના નિરીક્ષણમાં સમય વિતાવો. તરંગો સત્ય નથી- તે નશ્વર છે- તેનો મોહ છે.
- પોઝિટીવીટી અહંકાર ઉપર ન આવે. અહંકારમાંથી ઊઠતા તરંગોનું નિરીક્ષણ કરો.
- તમને લાગે કે દુનિયામાં ભ્રષ્ટાચાર, યુદ્ધ આવું ઘણું જ છે. પણ તમને એ ખબર નથી કે પ્રકૃતિ દુનિયાને કઈ બાજુ લઈ જાય છે. માટે પોઝિટીવીટી રાખો. દુનિયા કેમ જાય છે તેની ચિંતા છોડો. તમારા પોતાના અંગત તરંગો સુધારો તો જગત ઉપર પ્રભાવ પડશે.
- આગળ વધેલા સાધકો ઊંઘમાં સ્વપ્નના પણ સાક્ષી/દ્રષ્ટા હોય છે. સ્વપ્ન વિચારથી ન સુધરે- પણ આખો દિવસ નીરખવાનું અને પરખવાનું રાખો તો ઊંઘમાં પણ આ કામ વધુ સારું ચાલે.
- તમારો દ્રષ્ટા બધે જ પહોંચી શકે- તે જુએ અને જાણે છે. તમારા શ્વાસ એ મોહ કે કલ્પના નથી. તેને 24 કલાક જુઓ. શ્વાસને જોવાથી તેની શુદ્ધિ થશે.
- તમારી દરેક ક્રિયા જોનાર/જાણનાર ખાતે જાય તેવો ભાવ રાખો- ભલે જોનાર કે જાણનાર હાજર ન હોય- તોપણ આ વસ્તુ કામ કરશે.
- સમય મળે ત્યારે તમારા શ્વાસને જુઓ. તમારા આત્માને પ્રીતિ કરો- તે જ્ઞાનીના આત્માને પ્રીતિ કરવા બરોબર છે. આત્મા જુદા નથી.
- તમારી પાસે પૈસો, સ્વાસ્થ્ય, સારું કુટુંબ, સારા સંબંધો, માનસિક સુખ – આ બધું ભલે હોય – પણ તે કઈ જ ભરોસાપાત્ર નથી. આ બધું ગમે ત્યારે ચોક્કસ પડશે જ. એટલે શાશ્વત વસ્તુને જ પકડો અને તેની પ્રીતિ રાખો. આપત્તિ આવે તેને સમતાથી જુઓ.
- દરેકની ચિત્તશુદ્ધિની માત્રા હોય છે. દરેકની ચિત્તશુદ્ધિ જુદી હોય છે. ભલે જ્ઞાન સરખું જ હોય પણ ચિત્તશુદ્ધિમાં ફરક હોય છે.
- શું ચિત્તશુદ્ધિ કર્મોથી થાય?
- લોકો માને છે કે-સારાં કર્મો/સેવા/ભલાઈથી ચિત્તશુદ્ધિ થાય છે. પણ શરીરના મશીનથી કોઈ પણ કર્મ કરો તેનાથી ચિત્તશુદ્ધિ ન થાય. માત્ર કર્મથી ચિત્તશુદ્ધિ નહીં થાય- પણ જ્યારે અંદર શ્વાસની જાગૃતિ/Awareness આવે છે ત્યારે ચિત્તશુદ્ધિ થાય. કર્મ ભલે થાય પણ જે પોતાને કર્મના સંચાની બહાર અનુભવે છે તેની ચિત્તશુદ્ધિ થાય છે. તમે ઇન્દ્રિયોની સાથે નથી પણ તેને જોનાર અને જાણનાર છો. ઇન્દ્રિયોની સંવેદનામાં ન ભળો- પણ તેને જુઓ અને જાણો. તમારું પોતાનું અસ્તિત્વ શરીરના પીંજરાની બહાર હોય છે- દેહમાં અહંકાર હોય છે તેમાં રાગ-દ્વેષ હોય છે.
- બુદ્ધિની જાગૃતિથી ચિત્તશુદ્ધિ ન થાય-કારણ કે બુદ્ધિ અહંકાર અને શરીરના પીંજરાને આધીન છે.
- બીજી વ્યક્તિ જાગૃતિ તરફી હોય – ભલે તેના ગુરુ જુદા હોય તોપણ- તેનો સંગ રાખો/મિત્ર બનાવો. કુસંગી- જે જાગૃતિ અને જ્ઞાનવિરોધી હોય તેનો પસંદગીથી સંગ ન કરવો. તમારા સંગ ઉપર ધ્યાન આપો. જેની પાસે પ્રકાશ છે તેની સાથે અંતરમાં મૈત્રીભાવ રાખો- તો મેગ્નેટિક ફોર્સ ઊભો થશે.
- જોવા/જાણવામાં બુદ્ધિની મર્યાદા છે. બુદ્ધિની મર્યાદામાં વહેવાર કેમ કરવો?
- બુદ્ધિ ધૃતરાષ્ટ્ર જ છે. તેને વિષયોનું જ્ઞાન દેખાય છે-પણ જાત વિષે ધ્યાન નથી. “મારી બુદ્ધિ ધૃતરાષ્ટ્ર જેવી છે- તેને ખબર પડતી નથી અને તેની પાસે પ્રકાશ નથી” તેમ વારંવાર બોલો તો

બુદ્ધિનો સંગ થોડો ઘટશે, બુદ્ધિનો અંતરાય હટશે અને જ્ઞાનને બહાર આવવાનો માર્ગ મળશે. નહિતર જ્ઞાન દબાયેલું રહેશે. બુદ્ધિ સાથે વાત કરો કે “તને પરમાત્માનું કામ કરતાં ન આવડે- વહેવારનું જ કામ આવડે”. વારંવાર વાત કરો તો બુદ્ધિ છૂટી પડશે- અને અંદરનું જ્ઞાન બહાર આવશે. બુદ્ધિને પાતળી કરો. વહેવારમાં બુદ્ધિ ચોક્કસ વાપરો પણ જ્યાં માત્ર આંતરપ્રવાહ હોય ત્યાં જ્ઞાની જ કામ લાગે.

- અહંકાર મારફત સાધના થાય તે કર્મકાંડ (Rituals) કહેવાય અને જ્યાં અહંકારનો આધાર નથી તે સહજ યોગ છે. અહંકારને શાંત પાડતા જાઓ અને કામ કરતા જાઓ. વહેવાર માટે અન્ય બુદ્ધિમાન વ્યક્તિનો મત પણ લેવો- ભલે તે નાનો હોય.

સત્સંગ ક્રમાંક [930] 04 JUN 2006 A+B

- સંસ્કાર શું છે? તે સ્મૃતિ સાથે શું કામ કરે છે? સારા/ખરાબ સંસ્કાર શું છે?
- પોતાના મન/બુદ્ધિ/સંવેદના/આત્માને ઓળખે તે ઉત્તમ સંસ્કાર છે. સુખદ કે દુઃખદ સંવેદનાને સ્વરૂપની ઉપર બેસવા ન દેવાય. સંવેદના સાથે ચિત્ત ન ભળવું જોઈએ. સંસ્કારમાં નકારાત્મકતા હોય, સ્વરૂપમાં ન હોય. જાણપણામાં મારું-તારું ન હોય. મનની સંવેદનાથી ચિત્ત દૂર રાખો. સંવેદનાનો જાણનાર જુદો છે. દા.ત. વાનગીનો સ્વાદ સારો છે તેમ કહો તોપણ સ્વાદ તો ઇન્દ્રિયોને આવે છે. જાણપણું ઇન્દ્રિયાતીત છે. સારા કે ખરાબ સ્વાદને અંદર કોઈ જાણી રહ્યું છે. જે જાણે છે તે ભૂખ/ઉપવાસની સંવેદના જાણે છે. આત્માને ભૂખ ન લાગે.
- જાણપણું નથી એટલે નેગેટિવિટી ઊભી થશે અને તેનાથી દુઃખ આવશે. તમે જાગૃત છો એટલે સંવેદના છે. સંવેદનાને જાણો. જાણપણું ખોર/પવિત્ર/વિશુદ્ધ છે. સંસ્કાર છે તે વિકાર છે. તે બદલાય છે. શરીર છે એટલે સંવેદના છે. ચિત્તશુદ્ધિ એટલે ગમતી કે ન ગમતી બંને સંવેદનાથી બચવું- એટલે જાણપણું રહેશે.
- જાણપણું હંમેશાં આનંદમાં જ હોય. સંકટ હોય ત્યારે જાણો કે આ સંકટ મારા શરીરના ઢાંચા ઉપર છે જેને હું જાણી રહ્યો છું- જેથી સમજણનું સુખ પ્રાપ્ત થાય અને જાણપણાનો આનંદ થાય.
- દુઃખ આવ્યું છે તે જવાનું છે. તેને વળગી ન રહો. જાણપણું વધારો.
- અર્જુનને કહેવાય છે કે “તું અભ્યાસ કર”- કારણ કે અર્જુન તેના સંબંધોમાં મોહ પામ્યો છે. આ સંબંધો જતા જ રહેવાના છે. સ્વરૂપનો સંબંધ શાશ્વત છે- જેના ઉપર લોકો ધ્યાન આપતા નથી. સ્થૂળ સંબંધો જવાના જ છે- તે ઉપરના પરપોટા છે. શાશ્વત ચેતના સાથે સંબંધ બાંધો અને જોડાઓ.
- આત્માનો સંબંધ અનંત કાળથી છે. તેના સંબંધને સમ્યક્ સ્મરણમાં રાખો- આ અભ્યાસ છે.
- વ્યક્તિ અનિષ્ટમાંથી ઇષ્ટમાં આવે – પણ દ્વંદ્વાતીત થાય તો જ દુઃખમુક્તિ અને ચિત્તશુદ્ધિ થશે. સંવેદના થાય, દુઃખ થાય તોપણ તેને જાગૃતિથી જ જુઓ. શોક/આનંદરહિત થાઓ. ફક્ત ‘જુઓ’. દરેક ઘટનાને વિજ્ઞાનમય જાગૃતિથી ‘જુઓ’. દરેક વસ્તુ જવા માટે જ છે.
- તમે વિચાર કર્યે રાખશો કે “મને જ કેમ? હું તો આટલું સારું કરું છું” – તો દુઃખનો ગુણાકાર થશે. ‘જુઓ’ તો વિક્ષેપ/આવરણમાં ફેર પડશે. સત્સંગની સારી સારી વાતો સાંભળીને કંઈ ન થાય- પણ જાગૃતિથી જ કાર્ય થશે. સામેથી સંકટ ન માંગવું- પણ જો આવે તો દુઃખી થયા વગર જોવું. સારી/ખરાબ બધી જ ઘટનાઓમાંથી તમારે જાગૃતિ સાથે પસાર થવાનું છે. મન/બુદ્ધિમાં ધૈર્ય રાખો તો ઘટનાનાં મૂળ ઊખડી જશે. તમારા આશયને તમારો આત્મા જાણી લે છે. 50 વર્ષ જૂનો આશય પણ તેની જાણ બહાર નથી. ઉચ્ચ શક્તિ પાસે ધીરજ માંગો તો મળશે જ. શક્તિ દુઃખ દૂર ન કરી શકે પણ ધીરજ આપી શકે. કર્મો મુજબ દુઃખ તો આવશે જ- અને દેવું ચૂકવીને ઋણમુક્ત થવું જ પડશે. આ કેમ આવ્યું તેમ પૂછો તે નેગેટિવિટી છે- સમજણ અને દ્રષ્ટિપૂર્વક પસાર થાઓ તે પોઝિટિવિટી છે.
- શરીરની લીલા સંકેલી લેવાની છે એટલે રોગ થયો છે તે સમજો. રોગ એ મૃત્યુનું નિમિત્ત છે, કારણ નથી. કોઈ રોગ વગર પણ મૃત્યુ થાય છે.

- “હું જોનાર અને જાણનાર છું” તેમ સતત ચિત્તમાં રાખો તો નાશવંત પરમાણુઓ ખસી જશે. તમારા વહેવારને સત્સંગ જેવો કરી નાખો.
- શુભ/અશુભ, હરખ/શોકને ચિત્તમાં ગ્રહણ ન કરો, પણ જાણપણામાં રાખો. જે કંઈ થાય છે તે નિયમથી થાય છે, ખરું/ખોટું તમને દેખાય છે. દ્વૈતથી બચવું.
- જેમ ભોજનથી તૃપ્તિ થાય છે તેમ વ્યક્તિને સારા સંવેદનોથી તૃપ્તિ થાય છે. પૂજા/ધ્યાન/સત્સંગ વગેરેથી તૃપ્તિ થાય છે અને જ્ઞાતા રહેતો નથી. વ્યક્તિ સંવેદનોમાં ઓતપ્રોત થઈ જાય છે. તૃપ્તિ અહંકારને થાય છે- પણ તમે રાગ કે દ્વેષ વગર જુઓ.
- જ્યાં પણ જાઓ, જ્ઞાતા-દ્રષ્ટારૂપે જાઓ- તો ક્રિયાનો અહંકાર મટશે. ધાર્મિક સહિત કોઈ પણ ક્રિયાનું મહત્ત્વ નથી. જ્ઞાતા-દ્રષ્ટાનું મહત્ત્વ છે.

સત્સંગ ક્રમાંક [931] 18 JUN 2006 A+B

- હું સારો સાધક નથી. છેલ્લો છું. તમારી પાસે મારો વારો ક્યારે આવશે?
- છેલ્લો/પહેલો વિચાર અહંકારનો છે. તે જ્યાં સુધી છે ત્યાં સુધી કામ આગળ ન વધે. મનથી ન વિચારો કે ‘હું તો સત્સંગમાં બે મહિનાથી જ આવું છું’. આવું ગણિત અંદર ચાલતું નથી.
- ક્યારેય એવો ભાવ ન રાખો કે જ્ઞાનીની સલામાં મારું સ્થાન નથી/છેલ્લું સ્થાન છે. ચેતનને પોતાની આંખ/શક્તિ છે એટલે જ્ઞાનીની દ્રષ્ટિ તમારી તરફ નથી તેમ રાખવું નહીં. સ્થૂળ રીતે નજીક રહેવાનો મતલબ નથી- પણ સૂક્ષ્મ/સૂક્ષ્મતર/સૂક્ષ્મતમ રીતે સદ્ગુરુ/ગુરુતત્ત્વની નજીક કેમ આવવું તે મહત્ત્વનું છે.
- શરીર વિકારી છે પણ ગુરુતત્ત્વ નિર્વિકારી છે. એટલે સંબંધ ગુરુતત્ત્વ સાથે રાખો. ચિત્તમાં ભાવ રાખો કે “ગુરુતત્ત્વ અવ્યક્ત/વિરક્ત/નિર્વિકારી/શાશ્વત છે- જ્યારે શરીર તો નાશવંત છે”.
- તમારી પ્રાણશક્તિ/ભાવશક્તિને કેન્દ્રિત કરો કે – “હું ગુરુતત્ત્વના સંપર્કમાં આવી રહ્યો છું, હું સૂક્ષ્મ રીતે સંબંધમાં આવી રહ્યો છું અને મારો સંવાદ ગુરુતત્ત્વ સાથે છે”.
- ક્યારેય એવો ભાવ ન રાખો કે “હું ગુરુતત્ત્વથી દૂર છું”- તમે ભલે ગમે ત્યાં હો. ગુરુતત્ત્વનો અગ્નિ કોઈને નહીં છોડે. શરીર છૂટે પછી પણ ગુરુતત્ત્વ તમારી સાથે આવે છે.
- શરીરના પરપોટામાં ગુરુતત્ત્વનો સૂક્ષ્મ સંબંધ/સંવાદ છુપાયેલો છે તે ચિત્તમાં રાખો. કાયમ સ્મરણમાં રાખો કે ગુરુતત્ત્વ તમારા જન્મમરણને કાપી રહ્યું છે- ભલે ગમે તેવી મુશ્કેલી હોય, અંદરના સૂક્ષ્મ ભાવને કંઈ નડતું નથી.
- સાધન એ અભ્યાસ છે- પણ ગુરુતત્ત્વ એ અભ્યાસ નથી. સાધન/પૂજા/નામસ્મરણ/સ્વાધ્યાય/ભવાઈ વગેરેનું અભિમાન રાખશો તો ગુરુતત્ત્વ નિષ્ક્રિય થઈ જશે. સમય હોય તો સાધન થાય- પણ ગુરુતત્ત્વનું સ્મરણ ગમે ત્યારે થઈ શકે છે. તમારું પોઝિટિવ વલણ જોઈએ. માત્ર શ્રદ્ધા ન ચાલે.
- ગમે તે ઘટના કે પ્રસંગ બને (સુખ કે દુઃખનો)- હંમેશાં ગુરુતત્ત્વના શરણ/સ્મરણમાં જ રહો. તમારી બુદ્ધિ/સાધન/અહંકારથી પરમાણુઓ નહીં જાય. તમારી અંદર શાશ્વત રીતે રહેલા ગુરુતત્ત્વના તરંગો આ બધાને પહોંચી વળશે. તમારા ચિત્તને શાશ્વત ગુરુતત્ત્વ સાથે જોડી દો- ભલે તમને વિશ્વાસ ન આવે, તમે તમને સમજાવો. ગુરુતત્ત્વને ભાવ અને સમય આપો. તમે કામ ગમે તે કરો, ચિત્ત અંદરની શાશ્વત ધારામાં, ગુરુતત્ત્વમાં રાખો. જ્યાં ચિત્ત હોય ત્યાં જ તમારી ઊર્જા જશે- તેને જ જાગૃતિ કહે છે. તમારું ચિત્ત ગુરુતત્ત્વમાં નથી- તે ભૂલ છે.
- દુઃખને મટાડવાને બદલે શાશ્વત તરંગોમાં તમારી શક્તિનો અભિષેક ચાલુ રાખો. દુઃખ તો પોતાનાં કર્મોના હિસાબ પૂરા કરશે જ- પણ આમ કરતાં ત્રાસ હળવો થશે. સૂક્ષ્મ માનસિક બળને ભગવાનની શક્તિના અનુસંધાનમાં વાપરો. બધાં સુખદુઃખ ગુરુતત્ત્વને હવાલે કરી દો.
- પુણ્યનો ઊભો કરેલો મોટો ટેકરો – એ ચિત્તશુદ્ધિ નથી. પાપ અને પુણ્ય બંને ભસ્મીભૂત થાય તે ચિત્તશુદ્ધિ છે. તમે મન/બુદ્ધિ/શરીર/સંવેદના/વિચારો કંઈ નથી- પણ તેને જાણનારા છો.

- ગીતામાં ભગવાને કહ્યું છે- “જેવી મતિ, તેવી ગતિ”. જો તમે ભગવદ્ભાવ છોડ્યો તો આસુરી શક્તિ યડી બેસે. એટલે જ ગુરુતત્ત્વની હાજરી/સ્મરણ રાખો.
- પોકાર કરો કે “મારું મન ખોટી દિશામાં જ દોડે છે- તેને સુધારો”. પરમાત્માને/ગુરુતત્ત્વને અંતરથી પોકારો.
- તમે જેમ જેમ સરળતા છોડશો અને માનશો કે “હું બુદ્ધિશાળી છું/આ છું...” વગેરે- તેમ તેમ તમારું લઘુત્ત્વ વધુ ને વધુ ડેવલપ થતું જશે અને તમે ગુરુતત્ત્વથી દૂર થતા જશો. સમજો કે તમારી પાસે જે કંઈ છે તે તમને આપવામાં આવ્યું છે. તમે કે તમારું કંઈ જ નથી. તમને અંદરથી અપરિગ્રહ હોવો જોઈએ.
- જાણપણું રાખો. મેળવવા કે છોડવામાં ન રહો. ફૂટપાથ ઉપરનો પણ જ્ઞાની હોય અને રાજા પણ જ્ઞાની હોય- પણ ફૂટપાથવાળાને ગરીબીનું દુઃખ નથી અને રાજાને સત્તાનો અહમ નથી.
- તમારી આસ્થાનું કેન્દ્ર બદલો. જે કંઈ બને છે તે આત્માની શક્તિના પ્રભાવથી જ થઈ રહ્યું છે. તમે ભલે ઉત્તમ કામ કરતા હો- પણ તમે કંઈ નથી- શક્તિ જ બધું કરાવે છે. બધું થઈ જ રહ્યું છે- આપત્તિ જઈ જ રહી છે- તેમ સાક્ષી રહો. આપત્તિના દુઃખમાં ન ફસાવું. જાગૃતિ રાખો.
- બીજાનું સુખ કેમ વધે તે જુઓ. માઠા સમાચાર પણ એ રીતે આપો કે બીજાને ઓછામાં ઓછું દુઃખ પહોંચે.
- સમજો કે કટોકટી/મૃત્યુ ગમે ત્યારે આવી શકે છે. એટલે ઈશ્વરને આધારે જ તમારું જીવન છે તેમ સમજો અને બધાં કાર્યો કરો.

સત્સંગ ક્રમાંક [932] 02 JUL 2006 A+B ગુરુપૂર્ણિમા નિમિત્તે મૌન વિશે -

- મૌનની ભાષા નથી. તેમાં મન/વચન/કાયાનો લોપ થઈ જાય છે. જ્યારે શરીર/મન/પ્રાણ સ્થિર થાય ત્યારે ગુરુતત્ત્વ ગ્રહણ કરવાની ક્ષમતા આવે છે. બુદ્ધિ/સ્મૃતિ/ચોથાં (શાસ્ત્રો)ની જરૂર નથી. તમને ગીતા વગેરે બધું જ કંઠસ્થ હોય તોપણ ગુરુતત્ત્વને તેની સાથે કંઈ લેવા દેવા નથી- પણ મનની સ્થિરતા (મનની ગતિને જાણવી તે) જરૂરી છે. મન તો ગતિમાં જ હોય અને ચાલતું જ હોય છે પણ અંદરનું કોઈ અદ્રશ્ય બિંદુ તે જાણે છે- એટલે જ ગતિ નહીં પણ જાણપણાનું મૂલ્ય છે. “હું મનની ગતિનો જાણનાર છું”.
- થોડું એકાંતમાં બેસો અને શ્વાસને 50 મિનિટ સુધી જુઓ. પૂજા, સાધનાને કામ ન બનાવી નાખો- તેને જવાબદારી કે કર્તવ્ય ન બનાવો. આ બધું તો અહંકારને હોય. જે કંઈ કરો તે પ્રેમ/આનંદથી કરો. વ્યાકુળતા હોય તો ઊંડા શ્વાસ લઈને કુંભક કરો. જ્ઞાની પુરુષોની હંમેશાં સહાય માંગો. સમજો કે તમારી શક્તિ ઓછી પડે છે એટલે જ્ઞાની સાથે ચિત્તનું જોડાણ કરો અને સહાય માંગો- ચોક્કસ મળશે. જ્ઞાનીની વાણીનું પુસ્તક ખોલીને કોઈ પણ પાનું વાંચો. જ્ઞાની પ્રત્યે ભાવ અને મૈત્રી રાખો- તેનાથી જુદાપણું ન રાખો. જ્ઞાની સાથે ચતુરાઈ ન કરો. કોઈ ગુરુતત્ત્વ સાથે કાયમી/ગાઢ સંબંધ સ્થાપિત કરો.
- શરીરમાં કોઈ ચોક્કસ જગ્યાએ આત્મા નથી- પણ તે વ્યાપક છે. ચેતનશક્તિ/આત્મા વ્યાપક છે. તેમાં શરીર ઊગે છે અને આથમે છે. જેમ પાણીમાં માછલી છે – પણ માછલીમાં પાણી નથી તેમ. આપણું શરીર પરાયેતનામાં છે. જગતનું જ્ઞાન એક જ છે અને તે બધે જ પ્રવર્તી રહ્યું છે.
- વધુ પડતું વાંચન નકામું છે. થોડું વાંચો અને મહાવાક્યને વાગોળો.
- “મારી ક્રિયા હું કર્તા/કર્તવ્યભાવે નથી કરતોપણ ભગવત્શક્તિને પ્રગટ કરવાની દક્ષિણારૂપે મારી ક્રિયા છે” – તેમ સમજો.
- પરાની શક્તિ સાથે કેમ અનુસંધાન કરવું તે શીખો- કે શરીરમાં મન છે. શરીરમાંથી અદ્રશ્ય તરંગો સતત નીકળ્યા કરે છે- એટલે શરીર ઠોસ વસ્તુ નથી- પણ તરંગો છે. શ્વાસે શ્વાસે તરંગો બદલાય છે. શરીરની રચના કુદરતની છે જ્યારે મનની રચનામાં અહંકારનો ફાળો છે. એટલે જ મનનાં દુઃખો આવે તેમાં ભગવાનની જવાબદારી નથી. તે અહંકારની ફેક્ટરીમાંથી બને છે. મનમાંથી પણ સતત તરંગો ઉત્પન્ન થાય છે.

- હવે, શરીર અને મનના બંને તરંગો ટકરાય છે- તેથી મનમાં વ્યગ્રતા/ઉત્પાત/અશાંતિ સૂક્ષ્મ રીતે વધે છે. એટલે વ્યક્તિ કોઈ રસ્તો ન મળવાને લીધે ક્રિયા તરફ દોરવાય છે.
- આ તરંગોની અંદર કોણ ફૂટે છે? ચાર વિકારો- ક્રોધ/માન/માયા/લોભ. આમ થવાથી વ્યક્તિએ આખી જિંદગી બુદ્ધિને આધારે કાઢવી પડે છે. તરંગોથી રાસાયણિક પ્રક્રિયા બગડતી નથી પણ વિકારો બધું બગાડે છે- અને તે તરંગોને પ્રદૂષિત કરે છે. પરિણામે પરામાં જવું અઘરું પડે છે- લોહીમાં વિષ ફેલાય છે- લોહીમાં નવું ખરાબ રસાયણ બને છે. આવું બધાંને થઈ જાય છે.
- વિકારો જેવા કે ક્રોધ/રાગ/દ્વેષ/ઈર્ષ્યા/મોહ/મમતા વગેરેને કારણે તંત્ર ઝેરીલું થઈ જાય છે. આ બધાં ઝેરને કારણે સુખદ અને દુઃખદ સંવેદનાઓ થાય છે. પરાને કઈ સુખદ કે દુઃખદ જેવું નથી. તે તટસ્થ છે.
- જ્યારે ઝેર પ્રસરે ત્યારે વ્યક્તિ જો ઝેરને 'જાણે' તો ઝેર પણ અમૃત થઈ જાય છે. એટલે પ્રથમ જાણો કે ક્રોધનું ઝેર છે, મોહનું ઝેર છે વગેરે...
- શરીરના તરંગો, સંવેદના અને મનના તરંગોને જુઓ. આ જુએ છે કોણ? – તે ગુરુતત્ત્વ જુએ છે. તમારી અંદર ગુરુતત્ત્વ/પરમાત્મા છે- આ વાત દ્રઢતાથી બેસાડી દો- ભલે તમને અનુભવ ન થતો હોય. આમ અભિપ્રાય બેસાડી દેવાથી કર્તાપણાનું બંધન લાગતું નથી. આમ કરશો તો જ મીડા પહેલાં એકડો લાગશે.
- જ્યારે ક્રોધ વગેરે આવે ત્યારે સમજો કે "મારા શરીરના તરંગોમાં ક્રોધના વિષની ઝેરીલી પ્રક્રિયા થઈ રહી છે- જે 'જોઈ' ને રોકવાની છે. ક્રોધ વગેરેને ન પકડો, પણ 'જુઓ'. જો તમને વ્યાકુળતા ન આવે તો સમજો કે કામ થઈ રહ્યું છે. વ્યાકુળતા તરંગોમાંથી આવે છે- નિરાકુળતા આવે તે જરૂરી છે.
- દુર્જન કે અન્યને આત્મા તરીકે જ જુઓ. બહારના તરંગોને ન જુઓ. વિચારોથી દુઃખ ન ઘટે પણ તરંગોને 'જુઓ' તો જાય. જાણપણાની ઊર્જા સ્પર્શ કરશે. દુર્જન વ્યક્તિ પણ તરંગોનું જાળું છે- એટલે વ્યક્તિને ચહેરા/નામ/દુર્ગુણો/ગુણો વગેરેથી ન જુઓ. રાગ પણ નકામો અને દ્વેષ પણ નકામો- બંનેના વિકાર લોહીમાં પ્રસરે છે. સંતાનોને રાગથી ન જુઓ. અધિકાર કે અપેક્ષા ન રાખો.
- એકાંતમાં બેસો ત્યારે શરીર/મનના તરંગો એકબીજામાં ક્યાં અથડાય છે તે જુઓ. સ્થાનના તરંગો જુઓ. એકાંતમાં ખાલી ખાલી બેસવાનો મતલબ નથી.
- ગમે તેવા ખરાબ તરંગો હોય, ઝાડ તેને ફેંકી દે છે- ગ્રહણ નહીં કરે. સારા અને ખરાબ તરંગોનું જેને અંજન નથી તે નિરંજન છે. આકાશ/વૃક્ષો/કુદરત નિરંજન છે. આ બધાંમાં ચિત્ત રાખો તો ચિત્ત પણ નિરંજન થઈ જશે. ગમે તેવી વ્યક્તિ પાસે ન બેસો.
- જ્ઞાનનો તણખો મેળવવા માટે દ્રઢ શ્રદ્ધા રાખો કે અંદર ગુરુતત્ત્વ પડેલું છે- તેને હંમેશાં સાથે રાખો.
- પીડાનો વિષાદ થાય અને મંથન થાય ત્યાં જ્ઞાન આવશે. જ્યાં સગવડતા વધુ છે ત્યાં જ્ઞાન થવું અઘરું છે. જો તરંગોને સમજી જાઓ તો ગમે તેવી સ્થિતિમાં જ્ઞાન થઈ જશે. તરંગોનાં સંવેદનોને વશ થવાથી સમસ્યાઓ આવે છે. દુઃખદ અને સુખદ સંવેદનાથી દૂર રહીને જુઓ તો બધા જ પ્રશ્નો હલ થઈ જાય છે.
- રાગ-દ્વેષમાં જોવું એટલે શું તે સમજો- આંખથી જોવું તેમ નહીં પણ અનુભવવું તેવો અર્થ થાય છે. સાધનામાં જોવું એટલે અંદર અનુભવવું. આંખ તો ફક્ત દરવાજો છે. જે જુએ છે તે વિચાર જુએ છે- વિચારની દુનિયા છે. તમે ક્યાં જુઓ છો? તમે જો વિચારને જુઓ તો 'જોયું' કહેવાય. જો તમારા વિચારે જોયું તો બંધન વધ્યું- તમે જોયું તો બંધન ઘટ્યું.
- જો જ્ઞાનનો તણખો તમારી ખીજ/ગુસ્સાને જુએ તો તે ગુસ્સો નુકસાન નહીં કરે.
- જેણે યથાર્થ જ્ઞાનનો તણખો મેળવ્યો છે અને માને છે કે "હું ગુરુતત્ત્વ સાથે જોડાયેલ છું" – એટલે તેના અહંકારને નહીં પણ મનને રાગ-દ્વેષ થશે - જે વક્ર વગરના છે, કર્તાભાવ નહીં રહે. વ્યક્તિની જ્ઞાન ન મળવાની વ્યાકુળતાથી અંદરનો તણખો એકટિવ થશે- અને ધીમે ધીમે

કામ કરતો થશે. સત્સંગને કારણે વ્યક્તિને તણાવો મળ્યો છે, દીક્ષા મળી છે. બને તેટલી જાગૃતિ રાખો તો તે કામ કરશે.

- “મારા વિચારો/મન એમ કહે છે કે આ રાગ-દ્વેષ છે”- તેમ વિચારથી જુઓ અને જાગૃતિ રાખો તોપણ કામ થશે. તમારો આશય રાગ/દ્વેષ/ક્રોધનો ન હોય તો તે વક્ર વગરના થઈ જશે.
- વહેવારને સાચવવા ક્યારેક ક્રોધ, રાગ કે દ્વેષ કરવા પડે તોપણ અહંકારથી ન કરો.
- વિચાર જ વિચારને જુએ છે કે આ મારા બાળકો, પત્ની, ગુરુ વગેરે છે. એટલે તો બંધન છે. આંખની આંખથી જુઓ, કાનના કાનથી સાંભળો.
- “હું વિચારોના વિચારથી જોઉં છું, સાંભળું છું અને મારે તેને જાગૃતિથી જોવાના છે” તેમ મનમાં રાખો. દુઃખી થવામાં અહંકારની હાજરી હોય છે, જ્યારે જાગૃતિ જુદી વસ્તુ છે. તેમાં અહંકાર/કર્તા ક્ષીણ થાય છે.
- ગુરુપૂર્ણિમાની ઉજવણી/જલસા/પૂજા-અર્ચના/ઉત્સવ/જમણવાર – આ બધામાં ન પડો – પણ ગુરુપૂર્ણિમાના દિવસે બને તેટલી જાગૃતિ/મૌન રાખો. છુટકારો જાગૃતિથી જ થાય છે- ક્રિયાથી નહીં. આ જ સદ્ગુરુની સેવા છે. અપમાન/ક્રોધ વગેરેને કારણે થતી અંદરની રાસાયણિક ક્રિયા જુઓ. નેગેટિવિટી કે રિએક્શન ન આપો તે સદ્ગુરુની સેવા છે- ગુરુપૂજન છે.

સત્સંગ ક્રમાંક [933] 16 JUL 2006 A+B

- જીવનભર માણસ જાગૃતિ, સ્વપ્ન અને સુષુપ્તિમાં જ રહે છે. આ ત્રણ અવસ્થા અંતઃકરણ સાથે સંકળાયેલી છે. ચોથી દિશા ગુરુતત્ત્વની કૃપાથી આવે છે- તુર્યાવસ્થા- જે અંતઃકરણની પેલે પારથી આવે છે.
- શરીરમાં પ્રકૃતિ અને ચેતનની ભેળસેળ છે એટલે શાંતિ નથી. એટલે જ ચેતન તત્ત્વ છૂટું પડવું જોઈએ. જ્યારે તમને “હું આ છું, હું તે છું” તેમ થાય એટલે ચેતન તત્ત્વ દૂષિત થાય છે અને સમતા રહેતી નથી.
- ચેતનને પ્રકૃતિ સાથે એકરૂપતા થઈ છે એટલે મિથ્યા ભાવ છે. કટોકટીનો અનુભવ થાય તો એકરૂપતા તૂટે.
- તમારી અંદર જ ભગવત્શક્તિ છુપાયેલી છે તેમાં પ્રેમ/શ્રદ્ધા રાખો. વ્યક્તિને વિચારો સાથે એકરૂપતા/પ્રેમ છે- જે તકલીફ કરે છે. “મારે શરીર નથી” તેવો અનુભવ કરવો પડશે – એટલે આવી કોઈ વ્યક્તિ હોય જેને આવો અનુભવ હોય તેના સંપર્કમાં રહો.
- વ્યક્તિની મિથ્યાદ્રષ્ટિને લીધે પરમાણુઓનો સ્કંધ જમા થાય છે- જેમાંથી શરીર બને છે અને ગાંઠો બને છે. વ્યક્તિને પોતાની ગાંઠો નહીં દેખાય- તુર્યાવસ્થામાં જ તે ગાંઠો દેખાય/ઓગળે.
- જેમ જેમ મિથ્યાત્વ તૂટે તેમ તેમ જાણપણું અંદરથી પ્રગટ થાય. દર્શન સદ્ગુરુ આપે/કરાવે. દર્શનથી ચિત્ત અને બુદ્ધિની જાગૃતિ આવે. અંદરની દ્રષ્ટિ બદલવાની જરૂર છે. મિથ્યાદ્રષ્ટિ તોડવાની છે.
- તમારી IQ, વિચારો – કંઈ જ સત્ય નથી- આ બાબત સ્વીકારો. બધાને પોતાની પ્રતિભા અને બુદ્ધિ સાથે એકરૂપતા છે. (હું કલાકાર, ડોક્ટર... વગેરે) તમે તો શરીરના પણ માલિક નથી. શરીર તમને અપાયેલું છે.
- સદ્ગુરુ તુર્યાથી જ જણાય છે. માત્ર ભાવ હોય તે વિકાર છે. “હું જે કંઈ પણ કરું છું તે મારી અંદરના પુરુષ/પરમતત્ત્વને જગાડવા માટે કરું છું” તેમ ચિત્તમાં ભાવ રાખો. જે કરવાનું છે તે બાહ્ય નહીં પણ – અંદર જ પુરુષાર્થ કરવાનો છે.
- ચોટેલા ચિત્તને જુદું/વિરક્ત કરીને બહાર કાઢો. આવો ભાવ સવારે ઊઠો ત્યારથી રાત્રે સૂઓ ત્યાં સુધી સતત રાખો. અંતઃકરણને સતત ચોખ્ખું/શુદ્ધ રાખો. મન/વચન/કાયાને મમતાથી છૂટા રાખો. બીજાના અભિમાન/અહંકાર/બુદ્ધિનો ઝાઝો વિચાર ન કરવો- પણ તમારા અહંકાર/અભિમાન/બુદ્ધિને સતત જુઓ. મુશ્કેલી અંદર રહેલા આત્માને નથી – પણ અંદરની અહંકારની ગાંઠને પીડા થાય છે.

- જે સગવડતાનું સુખ ભોગવે છે તે તમારો અહંકાર છે. સુખ ભોગવવાને બદલે 'જુઓ'. ફક્ત સત્સંગ સાંભળવો તે ચિંતશુદ્ધિ નથી.
- તમારું અપમાન/અન્યાય થાય તે નિમિત્ત છે. આમ થાય ત્યારે તમે ગુસ્સે થાઓ તો કારણ તમારી અંદર જ છે. કારણ નાબૂદ કરવાનો પ્રયત્ન કરો.
- જન્મ લીધો કે તરત જ કટોકટી શરૂ. કટોકટી (મૃત્યુ) નો સ્વીકાર કરશો તો જ અહંકાર ઢીલો પડશે. મૃત્યુનો ખતરો કાયમ છે જ. તમારી હાર-જીતમાં ચોટી ન રહો. મુમુક્ષુ બનો- મુક્તિની ઈચ્છા રાખો. બીજાને હરાવવાની ઈચ્છા ન રાખો- પણ તમારી તેજસ્વિતા પ્રગટ કરો. બીજાને હરાવવા ન રમો.
- બીજાની સારી વસ્તુ/સુખ/પ્રગતિ જોઈને રાજી થવું – તેને મુદિતા કહે છે. પણ આપણે તો ઈર્ષા/દ્વેષ જ કરીએ છીએ.
- વહેવારમાં ખોટું થાય કે કોઈને દુઃખ અપાઈ જાય તો ચિંતથી પ્રાર્થના કરો કે “મારાથી ખોટું થઈ ગયું છે/કોઈને દુઃખ અપાઈ ગયું છે”- તો આ વસ્તુ તમારે ચોપડે જમા નહીં થાય. હુંપણું/માલિકીપણું ન રાખો.
- એકરૂપતા એટલે રૂપ/ક્રિયા સાથે એક થઈ જવું – પણ જ્ઞાની સાથે એકરૂપ થવું તે જુદું છે- તે એકતા છે. જ્ઞાનીની દશા પ્રકૃતિથી છૂટી પડેલી છે. તે દશા સાથે જિજ્ઞાસુ એક થાય છે- એટલે વ્યક્તિને પોતાનો અને જ્ઞાનીનો આત્મા એક લાગે છે. આ એકતા સાથે જ્ઞાનીનાં વેણ જાગૃતિ લાવે છે.
- જેમ જેમ જ્ઞાની સાથે એકતા વધતી જાય તેમ તેમ બુદ્ધિ ગોણ થતી જાય- નામની જાગૃતિ ઘટતી જાય. બુદ્ધિ/સ્મૃતિ પોતાનાં હથિયારો હેઠા મૂકે છે. જ્ઞાનીના વ્યક્તિત્વ સાથે નહીં – તેની દશા સાથે એકતા કરો. જ્ઞાનીથી પ્રભાવિત થાઓ તે એકતા નથી- પણ એકરૂપતા છે. એકતા નહીં તૂટે પણ એકરૂપતા તૂટે.
- શ્રી અરવિંદનું ‘અતિમનસ’ બહારથી આવે છે. જેને અતિમનસ પ્રાપ્ત થયું હોય તેણે ધ્યાન/સાધના કરવી ન પડે. પ્રકૃતિ ચોખ્ખી થઈ જાય.
- વ્યક્તિના વ્યક્તિત્વ સાથે એકરૂપ ન થાઓ- પણ જાગૃતિથી તેને જાણો- તો જાગૃતિમાં જઈ રહ્યા છો. દશા સાથે એકતા રાખો. વ્યક્તિત્વના પરમાણુઓ વિનાશક છે- તેની સાથે એકરૂપતા ન કરો.
- જ્ઞાનીનું શરીર અને વ્યક્તિત્વ પરમાણુઓ છે- તેમાં નહીં પણ તેની તુર્યાવસ્થા સાથે એકતા કરો.
- કોઈને પોતાનો પ્રકાશ નથી પણ જ્ઞાની અને તેની તુર્યાવસ્થા સાથે સતત એકતા હોય તે મૃત્યુ સુધારે ?
- આ કિસ્સામાં વ્યક્તિએ પોતાનું મન છોડી દીધું છે. જ્ઞાનીના જ્ઞાનનો પ્રવાહ તેમાં વહેશે- કારણ કે તે જ્ઞાની સાથે એકતા અનુભવે છે.

સત્સંગ ક્રમાંક [934] 06 AUG 2006 A+B

- આપણી અંદર પ્રકૃતિ અને અવિનાશી તત્ત્વ બંને છે. તો પછી ફક્ત પ્રકૃતિ જ કેમ આપોઆપ પ્રગટ થાય છે? અવિનાશી તત્ત્વ કેમ નહીં ?
- પ્રકૃતિ હંમેશાં વ્યક્ત થવા માટે જ છે. શુદ્ધ તત્ત્વ હંમેશાં છુપાયેલું રહેવા માટે છે. આસુરી શક્તિ, અશુદ્ધ શક્તિ, શુભ શક્તિ આ બધાં પ્રગટ થાય છે, પણ શુભ એ શુદ્ધ નથી- તે પ્રકૃતિનો ભાગ છે. પ્રકૃતિ શુદ્ધને ન ઓળખે પણ શુદ્ધ પરાયેતના પ્રકૃતિને ઓળખે છે.
- પ્રકૃતિને તાળું મારી શકાતું નથી. તે હંમેશાં પ્રગટ થશે. કંઈ ન કરવું તે પણ પ્રકૃતિ છે. તે પ્રથમથી છે જ. આપણું વ્યક્તિત્વ/પ્રભાવ પ્રકૃતિમાંથી જ આવેલ છે. એટલે વ્યક્તિત્વમાં પ્રકૃતિના પરમાણુઓનો હિસાબ પ્રગટ થયેલો છે. પ્રકૃતિ 24 કલાક, શ્વાસે શ્વાસે પ્રગટ થયા જ કરે છે. શુભ ભાવ પણ પ્રકૃતિને જ ફેલાવશે. આ શુભ ભાવ અનુકૂળતા આપશે પણ તેનાથી કલ્યાણ નહીં થાય/જન્મમરણ નહીં જાય. શુભ ભાવ/ક્રિયામાં શક્તિ ન ખર્ચો.

- જેને આધિ/વ્યાધિ/ઉપાધિમાંથી છૂટવું હોય તેને આધ્યાત્મિક વ્યક્તિ કહેવાય. અંદરના ગુરુતત્ત્વની છાયામાં શરણ લેવું અને પ્રકૃતિનું રૂપ જોવું.
- ગમે તેવી સારી/ખરાબ પ્રકૃતિ હોય, તેને તમારી ન માનો. પ્રકૃતિમાં જે કંઈ પ્રગટ થાય છે તે નીકળવા માટે જ પ્રગટ થાય છે. એટલે ફક્ત 'જુઓ'.
- પ્રકૃતિને શુદ્ધ કરવાની મથામણ કરવાને બદલે ફક્ત 'જોવું' - એટલે જે વ્યક્તિ જોવામાં શક્તિ ખર્ચે છે તેની શુદ્ધિ વધશે- ભલે તે શુદ્ધિ બહારથી ન દેખાય. તમને તમારી ચિત્તશુદ્ધિ નહીં દેખાય- પણ જ્ઞાનીને દેખાય.
- લોકો પાસે ચિત્તશુદ્ધિવાળી વ્યક્તિ ક્યાં છે તે પારખવાની શક્તિ નથી. તમે માત્ર ભાવ/વિચાર/પાંડિત્ય ઉપર વજન આપ્યું છે.
- તમને સમજણનું આકર્ષણ થવું જોઈએ. સમજણ પ્રકૃતિની પેલે પારથી આવે છે. તમારી બુદ્ધિથી સમજણ કે પરાશક્તિ ન આવે. જેના પર ભગવાનની કૃપા થાય છે તેને પરાબુદ્ધિ મળે અને આ પરાબુદ્ધિ દ્વારા જ સમજણ મળે છે. તેમાં અહંકાર/કટુતા/આળસ/ધમંડ ન આવે. પ્રાર્થના કરો કે મારે બુદ્ધિશાળી નહીં પણ સમજણવાળા થવું છે.
- પ્રકૃતિમાં સારા થવા માટેનો સંઘર્ષ ચાલે છે- તેમાં શક્તિ ન ખર્ચો. તેથી ચિત્ત વિક્ષિપ્ત થાય છે. જ્યારે પ્રકૃતિ વિપરીત દિશામાં ચાલે ત્યારે શુદ્ધિને યાદ ન કરો - પણ કહો કે મારો સંબંધ ગુરુતત્ત્વ સાથે છે. તે સંબંધથી હું પ્રકૃતિને સમજી રહ્યો છું. અન્યને સમજવામાં શક્તિ ન ખર્ચો. બીજાનાં કટુ વેણથી ઘાયલ થયા છો તો શાંત થઈ જાઓ- જેમ તાવ આવે છે તો આરામ કરો છો તેમ- કારણ કે પ્રકૃતિ બીમાર/માંદી પડી ગઈ છે. કોઈ ક્રિયા ન કરો. જો અહંકારથી ઉપાય કરશો તો તમને પરાબુદ્ધિ/સમજણ/ભગવાનનો ખપ નથી - તેમ કહેવાશે.
- ક્યારેક વહેવારની દ્રષ્ટિએ ઉપાય કરવા પણ પડે- પણ ઉપાય શ્રદ્ધા સાથે કરો કે 'પરાશક્તિ જ ઉપાય કરી રહી છે'. અહંકાર વગર કરો. ઉપાય કરવો જ પડે તો શરમથી કરો કે મારે અહંકાર વાપરવો પડે છે. ભગવાન શરમની નોંધ લે છે.
- શરીરમાં આત્મા નથી પણ આત્મા/ચેતનાની વ્યાપકતામાં શરીર છે. બુદ્ધિથી બધા ફાયદા મેળવે તે નુકસાનમાં છે - પણ જે સમજણથી ચાલે તેને દુઃખ આવે તોપણ તે ફાયદામાં છે- કારણ કે પરાબુદ્ધિ/પરાશક્તિ જાગૃત થાય છે. સમ્યક્ બુદ્ધિ એટલે સમજણવાળી સીધી બુદ્ધિ. મનુષ્યની બુદ્ધિ (સમ્યક્ બુદ્ધિ) જ તેનો મિત્ર છે અને બુદ્ધિ (સામાન્ય - આડી બુદ્ધિ) જ તેનો શત્રુ છે.
- પ્રજ્ઞા સતત ન હોય- તેના સ્પાર્ક હોય. પણ બુદ્ધિ તો કાયમ હાજર જ હોય છે - એટલે જ સમ્યક્ બુદ્ધિ વ્યવહારમાં મદદ કરે છે. આ સમ્યક્ બુદ્ધિ મહત્ત્વ છે- જે આત્માની નજીક છે.
- ભૂતકાળમાં તમે પથ્થર/જીવ-જંતુ/પ્રાણી/દેવ - આ બધું જ હતા- અને તમે માન્યું કે "આ શરીર જ મારું છે"- જે મોટું અજ્ઞાન છે. આ અજ્ઞાને હોવાપણાને દબાવી દીધું છે. તમે માની લીધું છે કે તમે હિન્દુ/પિતા/પુત્ર/પતિ પુરુષ વગેરે છો- જે નડતર છે.
- આ શરીર તમને તમારા સંજોગને કારણે મળ્યું છે પણ તમારો સ્વભાવ શરીરનો નથી. જો શરીર 100% યોગ્યું થાય તો તે ટકી ન શકે. તમે માનો છો કે આ શરીર મારું છે અને મારે આ શરીરમાં આત્મસાક્ષાત્કાર કરવો છે.
- ચેતના શરીરથી છૂટી પડે અને શરીર/મન છૂટા પડી જાય તે જ આત્મસાક્ષાત્કાર છે. આ શરીરમાં આત્મસાક્ષાત્કાર ન હોય- પણ ચેતનશક્તિ/આત્મામાંથી શરીરને કાઢી નાખવાનું છે. તમારે ઇન્દ્રિયોથી સમજણ/જ્ઞાન મેળવવું છે- જે ખોટું છે. ઇન્દ્રિયો તો તેના સ્વભાવમાં જ વર્તે. તમે ઇન્દ્રિયોથી અલગ થાઓ. તેના ગુલામ બન્યા છો તે ન થાઓ. ઇન્દ્રિયોની શક્તિ અપરાશક્તિ છે- તેમાંથી નીકળીને પરાશક્તિમાં આવો. જો શરીરનું અનુસંધાન ઘટાડો તો ક્રોધ, લોભ, મોહ, ઈર્ષા વગેરે બધું ઘટી જશે. મુમુક્ષુએ સમજણ રાખવી કે "હું આ શરીરથી અલગ થઈ જાઉં".

- બુદ્ધિવાદી ન થાઓ. સારી ઘટનામાંથી ઘણી વખત સમજણ નહીં આવે. જાગૃતિ રાખો- નહિતર સારી ઘટનામાં તમે વહી જશો. જ્યારે વિપરીત/નેગેટિવ/ખટપટ/કાવાદાવાનું વાતાવરણ હોય તેની વચ્ચે જ જાગૃતિ રાખવાની છે. જિંદગી કુરુક્ષેત્ર છે.
- કેટલાક લોકોને સજ્જનતાનો અહંકાર હોય છે- પણ સજ્જનતાથી દુઃખ દૂર નહીં થાય- શુદ્ધ સમજણમાં જાઓ. સજ્જનતા વહેવારમાં ઉપયોગી છે- પણ તમે સમજણના પક્ષમાં રહો- સમજણની આંખથી જુઓ. સજ્જનતા/દુર્જનતાના દ્વન્દ્વમાંથી બહાર નીકળો. યાદ રાખો કે વહેવારમાં સજ્જનતા છોડવાની નથી.
- કર્મોના હિસાબને કારણે તમે ચોક્કસ કુટુંબ/સત્સંગ/સમાજ/ધર્મમાં મુકાયા છો. એટલે જ પસંદગી વગરની જાગૃતિ રાખો અને કર્મોનો હિસાબ પૂરો કરો.

સત્સંગ ક્રમાંક [935] 20 AUG 2006 A

- અંતરમાં જે ભાવ થાય છે તે શું છે? તે ક્યાંથી ઉદભવે છે અને ભાવ આપતી કે મેળવતી વખતે કેમ વર્તવું જોઈએ?
- સામાન્ય રીતે ભાવ શરીર/મન/હૃદયનો હોય છે. પ્રજ્ઞાનો પણ ભાવ હોય છે. મુક્ત પુરુષ પ્રજ્ઞાના ભાવ/અભાવ બંનેથી મુક્ત હોય છે- જે જ્ઞાનનું અંતિમ ચરણ છે.
- જડ વસ્તુ પણ તરંગની બનેલી હોય છે- જીવંત હોય છે. જે કંઈ ક્રિયા કરો તે ભાવથી કરો- તેથી મનોદબાણ ઘટે.
- અવિનાશી તત્ત્વો- 1. ચેતન 2. જડ 3. આકાશ 4. કાળ 5. અદ્રશ્ય ગતિસહાયક 6. સ્થિતિસહાયક.
- વિવેકભાવથી જીવો. બુદ્ધિશાળી હો – તોપણ સ્વછંદ ન બનો. જીવનમાં ભાવને પ્રાધાન્ય આપવું.
- લોકો લાગણીને પણ ભાવ કહે છે. અંગત લાગણીને ભાવ ન કહેવાય. સંતાનો પ્રત્યે લાગણીવેડા ન કરો- પણ ભાવ રાખો. ભાવ તટસ્થ છે પણ લાગણીવેડાથી જીવન/મૃત્યુ વધે છે. તમારા લાગણીના સંબંધોને ભાવમાં ફેરવી નાખો. લાગણીમાં જો સામેની વ્યક્તિ પડધો ન પાડે તો દુઃખ થાય. તટસ્થ ભાવ રાખવો. ભાવથી સુખ આવે છે. લાગણીથી પ્રકૃતિનું/સંસ્કારનું/સંવેદનાનું સુખ આવે છે- આ સારી સંવેદના છે- પણ ભાવથી જીવવું તે ઊંચાઈ/Height છે.
- લાગણીનું મૂળ સંસ્કારોની સંવેદનામાં છે (મારા પિતા, મારો પુત્ર વગેરે...) – જે વધુ ને વધુ ગાંઠ પાડે છે- એટલે ભાવ રાખો. દરેક ચેતનવાળી વસ્તુને ‘મારું-તારું’ વગર પ્રણામ કરો – જે ભાવ છે. ભાવમાં દરેકનું સારું થાય તેમ ઇચ્છા કરાય છે. ભાવનું કેન્દ્ર વ્યક્તિની વિવેક બુદ્ધિમાં છે- તેનાથી મેગ્નેટિક સેન્ટર ઊભું થાય છે.
- વિવેક એ સમજણવાળી મહત્ત્વ બુદ્ધિમાંથી આવે છે- જ્યારે વિનય જ્ઞાનમાંથી આવે છે. વિનય ઊંડી વસ્તુ છે. વિવેકવાળી વ્યક્તિ દરેક સાથે સમજણથી વર્તશે. લાગણીથી વેરઝેર આવે છે- પણ ભાવથી વિકાસ થશે. ભાવમાં અપેક્ષા ન હોય.
- વ્યવહારની દ્રષ્ટિએ ભાવ સારો છે – પણ ભાવનું બીજ પણ અપરાશક્તિમાં છે, પરામાં નથી. ભાવ અંતઃકરણમાંથી આવે છે. ભાવમાં/વિવેકમાં આધિ/વ્યાધિ/ઉપાધિ કાઢવાની શક્તિ નથી, દુઃખને બાળવાની શક્તિ નથી.

સત્સંગ ક્રમાંક [935] 20 AUG 2006 B

- સત્સંગમાં મૈત્રી/પ્રીતિનો ભાવ હોય તો જ્ઞાનીનું જ્ઞાન અંદર ઊતરે છે. પણ બુદ્ધિ ટાઈટ હોય તો જ્ઞાન ઊતરતું નથી. તો શું કરવું?
- શ્રોતાને જ્ઞાની પ્રત્યે પોતાપણું હોવું જોઈએ- તેથી તેના મન, બુદ્ધિનો ભય નીકળી જાય. જ્ઞાની પ્રત્યે અંતરની મૈત્રી અને હૃદયનો ભાવ રાખો. આવા ભાવવાળી બુદ્ધિને લાભ થાય છે. જ્યારે

સત્સંગનો પ્રકાશ ચાલુ હોય ત્યારે પોતાના જ્ઞાન કે બુદ્ધિને આગળ ન કરો. “હું કંઈ જાણતો નથી” તેવા ભાવ સાથે જ્ઞાનીને સાંભળો.

- તમારો અહંકાર જ્ઞાનને જાણતો જ નથી, તેથી અહંકાર જ્ઞાન ન મેળવી શકે. જાણવું એટલે અનુભવવું. બાકી તો સ્મૃતિની માહિતી છે.
- વિનય હોય તે પોતાના અહંકારને ચોકડી મારે છે- તેને જ્ઞાન થાય. અંદર જુઓ અને અંદરની ગતિ/દ્રશ્યો જુઓ.
- બુદ્ધિ અહંકારનું પરિણામ છે. જાણનાર તો અંદર બેઠો છે. બહારની વસ્તુઓનું જ્ઞાન બુદ્ધિથી થાય છે- જે જ્ઞાન નથી.
- જાગૃતિના બે પ્રકાર છે. : 1. કામ કરતી વખતે બુદ્ધિની બાહ્ય જાગૃતિ 2. અંતર્મુખ થાઓ ત્યારે અંદરની બુદ્ધિની જાગૃતિ.
- જો પ્રજ્ઞા ન હોય અને બુદ્ધિની સૂક્ષ્મ જાગૃતિ હશે તો તેમાં જે દોષ દેખાશે, તે દોષ ઢીલો થઈ જશે. હવે જ્યારે પ્રજ્ઞા જાગૃત થશે ત્યારે તે તરત જશે. જેમ જેમ પ્રજ્ઞા જ્ઞાનમય થતી જશે પછી તો જ્ઞાન જ રહે છે.
- મન અનેક જગ્યાએ હોય પણ ચિત્ત એક જ જગ્યાએ હોય. એટલે સ્થૂળ જાગૃતિ ન રહેતી હોય તો ચિત્ત એક જ કામમાં રાખવું. દા.ત. માત્ર જમો. (TV/Mobile/વાતો વગર)- તો જાગૃતિ ડેવલોપ થવામાં મદદ મળે.
- ક્યારેક જાગૃતિ ઓછી પડે તો તેના કોઈ રસ્તા છે?
- કારણો છે કે બાહ્ય સંજોગોનું દબાણ, બહારના લોકોનું દબાણ, મન/બુદ્ધિના વ્યક્ત ઢાંચામાં બહારના/અંદરના દ્રવ્ય/ક્ષેત્ર/કાળે કબજો લઈ લીધો છે. સંજોગોને પ્રેમ/ભાવ/સમજણથી જુઓ તો જાગૃતિ વધશે.
- જો કર્મનો સંજોગ ન હોય/કારણ ન હોય તોપણ મગજ તપેલું રહેતું હોય (ક્રોધ નહીં) – તો સમજણનો તાપ જાગૃતિ વધારે- પણ વહેવારનો તાપ જાગૃતિ ઘટાડશે.
- આ વસ્તુ ‘જોવા’ થી નહીં જાય – પણ આંતરતપ જોઈશે. જ્ઞાનીને પ્રાર્થના કરો કે “મારી શક્તિ ઓછી પડે છે”. નિરંતર જોડાવું પડે.
- અવકાશમાં અનેક ઇષ્ટ/અનિષ્ટ તરંગો હોય છે - જે મનમાં ધૂસી જાય છે અને કબજો લઈ લે છે. તમારી જાગૃતિ ઓછી પડે તો જ્ઞાનીની જાગૃતિને હૃદયથી આહ્વાન કરો- તે ચોક્કસ કામ કરશે અને તમારું મન શાંત થશે. માત્ર તમારી જાગૃતિ ઉપર વિશ્વાસ ન કરવો. વિચારે ન ચડો કે ચિંતા ન કરો- તે નેગેટિવ તરંગોને ખેંચશે.
- સકામ એટલે શું? – ઇન્દ્રિયોની કામના હોય તે સકામ કહેવાય. અહીં જાગૃતિ ઓછી પડે છે એટલે અંતરિક્ષની ઊર્જા અને જ્ઞાનીની શક્તિને આહ્વાન કરીએ છીએ – તે વસ્તુ સકામ ન કહેવાય. અહીં શક્તિનું આહ્વાન કરવું તે સકામતા નથી. અક્ષરનું ભજન/આહ્વાન સકામતા નથી- નિષ્કામતા છે.

સત્સંગ ક્રમાંક [936] 03 SEP 2006 A+B

- વિચાર શું છે? તે ખરેખર જીવન શક્તિ છે? પદાર્થ છે? સર્જનાત્મક શક્તિ છે? નસીબને વણે છે? સારા-ખરાબ વિચાર શું સરખા વિચારને આકર્ષે છે? જ્ઞાની વિચાર/તરંગોથી જગતની સેવા કરે છે? વિચારો વિશે પ્રકાશ પાડવા વિનંતી.
- મનુષ્ય પોતાની અંદર શબ્દોમાં વિચરણ કરે છે. જો દ્રષ્ટિ પ્રાપ્ત થઈ જાય તો તે મોક્ષ તરફ લઈ જાય છે- નહિતર તે વિચારવાયુ બને છે. વિચારને જ્ઞાન સાથે સંબંધ નથી. જ્ઞાન એ જ્ઞાતા-દ્રષ્ટા છે, જે શરીરથી જુદો છે.
- જ્યારે શરીરમાં બહારથી સંવેદના આવે તે સંવેદનનું પ્રતીક પ્રગટ થાય છે- તેનાથી વિચારનો જન્મ થાય છે. ઉત્તમમાં ઉત્તમ વિચાર હોય તો તેને પણ આત્મા સાથે લેવા દેવા નથી. આત્મા વાણીને ઓળખતો નથી. અંદરના સંસ્કારનું કેન્દ્ર વિચારને પકડે છે.

- વિચારને વજન ન આપો તો ચાલે- પણ જ્ઞાન નથી થયું એટલે વિચાર જોઈએ. પોતાના મનને ઈશ્વર તરફ વાળવા ગીતા/ઉપનિષદ/જ્ઞાનીના વિચારો ઉપયોગી છે- પણ જ્ઞાનમાં વિચાર નકામા છે.
- જે વિચાર સ્વજ્ઞાન/દુઃખમુક્તિમાં મદદ કરે તેવા વિચાર રાખવા અને વિચારથી સમજણ પ્રાપ્ત થઈ જાય પછી વિચાર નકામા.
- વિચાર પદાર્થ છે- તેના પરમાણુઓ હોય છે. સમજણ પોતાની છે- વિચાર પારકા છે.
- સત્સંગમાં વિચારો ન પકડો- પણ તેમાંથી આવતી દ્રષ્ટિ/સૂઝ/સમજણને તારવીને પી જાઓ.
- સંકલ્પ/વિકલ્પ/ભય/ક્રોધ આ બધા વિચારો જ છે. જે વિચારથી સમતા ભાવ પ્રગટે/દ્રષ્ટાભાવ પ્રગટે તેવા વિચારને થોડો વખત બુદ્ધિમાં પકડી રાખો- પછી તેને છોડી દો.
- જે લોકોને અહંકાર હોય- તે વિચારથી ખસી શકતા નથી- કે “અમે વૈષ્ણવ/જૈન/પ્રણામી/વેદાંતી ... છીએ” - આ બધા વિચાર છે. જ્યાં સુધી આવા વિચાર હોય ત્યાં સુધી નિર્વિકલ્પ દશા ન આવે.
- વિચારો શાંત કરી નાખો પણ સમજણ એ પાર્થિવ/ભૌતિક નથી. તે સત, ચિત્ત કે આનંદ પણ નથી. સમજણ એ સાર છે. સમજણમાં રસ ધરાવો.
- ગાઢ ઊંઘમાં વિચારો સાથે સંબંધ કપાઈ ગયો એટલે સવારે આનંદ આવે છે. માણસ પોતાને સતત આવતા વિચારોથી ખેંચાય છે- એટલે થાક લાગે અને ઊંઘની જરૂર પડે.
- મારું નામ, કુટુંબ, જ્ઞાતિ, ધર્મ, સત્સંગ, મારું શરીર – આવા કોઈ પણ જાતના વિચારો ચાલે નહીં. મોટા ભાગનાં દર્દી વિચારથી થાય છે. વિચારો જન્મ-મૃત્યુ વધારે છે.
- વિચાર ભલે આવે- તમારી તેની સાથે આસક્તિ ન રાખો. વિચારો એ તમારું હોવાપણું નથી. વિચારમાંથી ભય આવે છે- કે આમ થશે તો? વગેરે.
- વિચારો સાથે અહમ/મોહ/મમતા/રાગ/દ્વેષ ચોંટે છે એટલે તે બીજા સાથે ઝઘડો/ખૂન વગેરે કરાવે છે. તોફાન વિચારોનું છે.
- વિચારમાં સારા/ખરાબ, ઊંચા/નીચા જેવું ન હોય. આ બધું અહંકાર માટે છે. આજનો સારો વિચાર કાલે ખરાબ હોઈ શકે છે.
- ભલે ધાર્મિક પુસ્તક વાંચો પણ વિચાર છોડવાના છે- નહિતર સત તત્ત્વ નહીં જાગે.
- ચેતનશક્તિ જાગી જાય પછી બુદ્ધિ નકામી છે- તેની કિંમત નથી. ચૈતન્યની જાગૃતિ/પરાબુદ્ધિ જ મહત્ત્વની છે. જાગૃતિ ફક્ત પ્રકાશ ફેંકે- તે વિચરણ ન કરે. મન વિચરણ કરે છે. જાગૃતિ હોય તો વિચરણ બંધ થઈ જાય છે. જ્ઞાની પુરુષો જાગરણને શીખવે છે.
- પુસ્તકને બદલે વિચારોને વાંચવાનું શરૂ કરો. આંખની આંખથી જુઓ, કાનના કાનથી સાંભળો- તો તે વિચરણ નહીં કરાવે. વિચારોનો અભ્યાસ કરો.
- રાત્રે ઊંઘ ન આવે, વિચારો આવતા હોય તો માત્ર તેને જુઓ- તો ધીમે ધીમે જોનાર છવાઈ જશે- વિચારો શમી જશે. વિચારોથી બીવું નહીં. લોકો પોતાના વિચારોને માણે છે- આ ટેવને તોડો.
- જાગૃતિ જુદી નથી. જ્યારે તમે જાગૃતિમાં આવો છો ત્યારે તમે જ્ઞાનીની જાગૃતિમાં આવી જ ગયા. આકાશ બધે જુદું નથી, દરિયો બધે જુદો નથી- એક જ છે.
- જ્યારે તમે દેવતા/જ્ઞાનીને આહ્વાન કરો છો – તે આહ્વાન અહંકારનું નથી/નામનું નથી પણ અંદરની ચૈતન્યસત્તાએ આહ્વાન કર્યું – એટલે સામે ટેલિફોન પહોંચી ગયો અને એટલે તાત્કાલિક તે શક્તિ એકિટવ થશે, દુઃખ ઊડી જશે. તમારી જાગૃતિ 24 કલાક નહીં રહે- એટલે જ જ્ઞાનીને આહ્વાન કરો – તો ઊંઘમાં પણ તમે જ્ઞાની સાથે જોડાયેલા રહો છો.
- તમે જો સતત જ્ઞાની સાથે જોડાયેલા રહો તો ભક્ત છો પણ અનાત્મમાં ભળી જાઓ તો વિભક્ત છો. સત્સંગ સિવાયના સમયમાં લોકો વિભક્ત થઈ જાય છે – જે ખોટું છે.
- સતત અનુભવો કે કટોકટી છે/મૃત્યુ ગમે ત્યારે આવી શકે છે- તો જાગૃતિ રહેશે- અને મનના વિચરણના દ્રષ્ટા થશો.
- ક્રોધ/ભય/ચિંતા વગેરેમાં કહો કે “આ હું નથી”- તેના જ્ઞાતા-દ્રષ્ટા બનીને તેને જુઓ- તો આ બધું જશે. આ બધાથી છૂટાપણું અનુભવો.

- લોકો સંસ્કાર, વિચાર, બુદ્ધિ વગેરેથી છૂટા નથી થઈ શકતા. જુઓ કે શરીર ચાલી રહ્યું છે અને હું જોઈ રહ્યો છું. જાગૃતિ રાખો.
- શરીર છૂટતું હોય ત્યારે ફક્ત દ્રષ્ટા બનો કે – “શરીર મરી રહ્યું છે અને હું જાઉં છું- મને કંઈ થતું નથી”. જો રોજ પ્રેક્ટિસ કરો તો જ આ વસ્તુ મૃત્યુ વખતે થશે.
- જાગો ત્યારે જુઓ કે “આજનો સૂર્ય/સવાર/આપત્તિ/આનંદ/ચિંતા આ બધું જ નવું છે.” કારણ કે જાગૃતિ કાયમી નવી જ છે.
- કાળનું તત્ત્વ શરીર/મનને સ્પર્શે છે. જો મનથી ઉપર ઊઠી જાઓ તો કાળ સ્પર્શ ન કરી શકે. જે વ્યક્તિ દૂરથી મનને જોઈ રહી છે તે હંમેશાં નવું જુએ છે. તમારી દ્રષ્ટિ જાગૃતિમાં જ રાખો. તમે આંખ બંધ કરીને બેસતા નથી અને વિચારોને જોનાર બનતા નથી- જે ખોટું છે. તમે તમારા મનથી છૂટા રહો- તમે મન/બુદ્ધિ/વિચારરૂપે નથી. ભલે વચ્ચે ભૂલાઈ જાય- યાદ આવે એટલે ફરીથી જાગૃતિથી દ્રષ્ટા બનો. આ વસ્તુ તપ/પુસ્તકો કે ધર્મથી નહીં બને. જાગૃતિ એ જ તમારું તપ છે.
- જેનો અહમ પ્રબળ હશે તે સારા સારા વિચારોની જ વાત કરશે. તેને ચિનગારી નહીં ગમે. પણ આવી વ્યક્તિના વિચારોના પ્રભાવમાં આવી ન જવું.
- તણખો ન મળ્યો હોય તો ઊંચી ગરજ હંમેશાં રાખો કે “મને જ્ઞાનનો તણખો મળે”. ચિનગારીની પ્રીત રાખો/ઝંખના રાખો/તીવ્રતા રાખો – તો ચિનગારી મળશે.
- સુખ મેળવવા માટે અંદર ‘જોવાનું’ નથી- તે એક વિચાર/વાસના છે. જ્ઞાતા-દ્રષ્ટા તમારા વિચારને જુએ- મતલબ કે મનને હળવાશથી જોવાનું છે- કામ આવી પડ્યું છે તેમ નથી જોવાનું. જો તેમ કરશો તો જ્ઞાતા-દ્રષ્ટા દબાતો જશે.
- ‘જોવાનું છે’- તેમ કાર્ય તરીકે લેશો તો તે કાર્ય અહંકાર કરશે. ખૂબ હળવાશથી સાધનાના ભાર વગર આનંદથી ‘જોવાનું’ છે. શરૂઆતમાં તો મનનો સૂક્ષ્મ ભાગ જ સ્થૂળ મનને જોશે. પરંતુ સૂક્ષ્મ મનને તો પ્રજ્ઞા જ જોઈ શકે. આ સૂક્ષ્મ મન તમારા પુરુષાર્થથી નહીં દેખાય – તે સમજો- પણ જાગૃત શક્તિ કે જ્ઞાનીનું આહ્વાન કરો તો તેની સહાયથી થશે. અંદરની જાગૃતિને અવકાશ આપતા રહો (કાર્ય તરીકે નહીં) – એટલે મન ખાલી/નીરવ થતું જાય.
- તમે સાધક છો તેવો બોજ ન રાખો. સહજતાથી – આળસ વગર- ઉતાવળ વગર જ્યારે યાદ આવે ત્યારે ‘જોવાનું’ યાવું જ રાખો. ભાર વગર હળવાશથી જ કરો. તમારી સાધના/આધ્યાત્મિકતા/“મારે મુક્ત થવું છે” – તેવો બધો જ ભાર કાઢો. ફત્તિમતાથી ફેરફાર ન કરો- પણ “હું જેવો છું તેવો છું” – તેમ રાખીને જ કરો.
- પ્રકૃતિ જેટલી કમજોરી/રાંકપણું અનુભવે તેટલું ગુરુત્ત્વ જાગૃત થાય. પ્રકૃતિને જોવાની છે.
- મનને જોવાનો અભ્યાસ યાવું હોય ત્યારે અમુક પરમાણુ ગરમ હોય, કેટલાક ઠંડા હોય અને ચેતનથી દૂર ખેંચે. લોભ/ક્રોધના પરમાણુ આવ્યા- આ બધાને વશ ન થાઓ પણ ‘જુઓ’. વશ થઈને ક્રોધ ન કરો. ‘જોતાં જોતાં’ – વ્યવહારમાં ક્રોધ કરી શકો, પણ જોયા વગર નહીં. ક્રોધ આવે પણ તે પરમાણુ જાગૃતિથી ઠંડા પડી જાય. મનથી આ ઠંડા પરમાણુઓ જોવાય છે- જે સમ્યક્ જ્ઞાન છે. ક્રોધ આવે પણ એટલું સારાપણું હોય કે કંટ્રોલ કરે- પણ કંટ્રોલમાં ઘણી શક્તિ ખર્ચાય- પણ સમ્યક્ જ્ઞાન – સમક્ષિત- હોય તેનામાં જ્ઞાનના/સમજણના પરમાણુઓ છે.
- જ્યારે પણ સમય મળે ત્યારે પરમાણુઓને જુઓ- આ જોવામાં તમે એકલા નથી, કોઈ બીજી શક્તિ પણ સાથે છે. ફક્ત ‘જુઓ’. પરમાણુઓને ઠંડા કરવાનો ટાર્ગેટ ન રાખો.
- કોઈ પણ કાર્ય કરો, તમારું ચિત્ત ભગવાન/જ્ઞાનીમાં જ રાખો- તેથી કામમાં તમારો અહંકાર નહીં આવે- ફળ ઊંચા આવશે. “મને કંઈ આવડતું નથી/ખબર પડતી નથી” તેમ રાખો તો તમારા અહંકારને બદલે તમારી ચિત્તશક્તિ કામ કરશે.
- વિવેક એ સારી પ્રકૃતિનો સ્વભાવ છે, જ્યારે વિનય એ આત્માનો સ્વભાવ છે.
- તલ્લીનતા એટલે અન્ય વસ્તુમાં લીન થવું. તેમાં અંધકાર છે, જાગૃતિ નથી. સંલીનતા એટલે પોતાના સ્વભાવમાં ડૂબી જવું/પોતાના મનને જોવું અને જાણવું. જાગૃતિનું મુખ બને તેટલું પોતાના સ્વભાવ તરફ કરો. સંલીનતા જરૂરી છે. તલ્લીનતા વિનાશ તરફ લઈ જાય છે. તલ્લીનતામાં દ્વેષ છે. સંલીનતામાં એકપણું છે.

- આવી પડેલ કર્મને ઠોકર ન મારો. તે કર્મ જાગૃતિથી કરો તો પરમાણુઓનો સારી રીતે નિકાલ થશે. સંજોગોમાં જાગૃતિ રાખો.

સત્સંગ ક્રમાંક [937] 17 SEP 2006 A+B

- જીવનનું કાર્ય મન/સાક્ષી/દ્રષ્ટા – કોનાથી થાય છે તે કેમ ખબર પડે? મનનો એક ભાગ બીજા ભાગને જોતો હોય તેમાંથી છૂટીને સાક્ષી/દ્રષ્ટામાં કેમ આવી શકાય ?
- ‘જોવું’ એટલે આંખથી નહીં. આંખ પાસે જાગૃતિનો પ્રકાશ નથી. અંદરની જાગૃતિનો પ્રકાશ જ્યારે સક્રિય હોય ત્યારે અંદરથી જુએ છે. જો મન/સંવેદનો/ઇન્દ્રિયોથી જોયું હોય તો માત્ર બહારની વસ્તુ અથડાય છે. પણ અંદરથી જોવાય ત્યારે જાગૃતિનો પ્રકાશ બહારની વસ્તુનો મનમાં ફોટો પડે તે ફોટાને જુએ છે. તમે તટસ્થ છો. મનના અરીસાનાં દ્રશ્યો જુઓ છો- આ જોવું છે, દર્શન છે.
- જોવાની ક્રિયામાં એક સમયે એક જ વસ્તુ જોઈ શકાય છે. ચિત્ત બે દિશામાં ન હોય- એક જ દિશામાં હોય. આ શુદ્ધ જોવું છે- જે હાથીનું પગવું છે. તે પર્યાપ્ત છે. પછી કોઈ ક્રિયાની જરૂર નથી. આંખથી જોવું તે શરીર/ઇન્દ્રિયની ક્રિયા છે.
- વ્યક્તિ પોતાની આંખ/મન/બુદ્ધિ સંસ્કારથી જુએ છે- દ્રષ્ટાથી જોવાતું નથી- એટલે પાપ બળતાં નથી/હળવાશ આવતી નથી.
- જ્ઞાનીએ વ્યક્તિને જોતો કેમ કરવો ? – વ્યક્તિની જાગૃતિ તેના સંસ્કારમાં – જેમ મધમાં કીડી ચોટે તેમ – ચોટી ગઈ છે. એટલે શુદ્ધ જોવું નથી.
- શુદ્ધ જોવું હોય તો હંમેશાં મનમાં વિચાર વહેતો કરો કે – મારા સંસ્કાર/અનુભવ/વિચાર જુએ છે અને તે જ રીતે સંભળાય છે – એટલે જ સંસ્કાર/અનુભવોના અંતરાયો છે- એટલે જાગૃતિ આવતી નથી અને વ્યક્તિ ક્રિયા તરફ વળે છે. ચીનનો માણસ જુદી રીતે જોશે – કારણ કે સંસ્કાર જુદા છે.
- સંસ્કાર વગર ‘જોવું’ અને ‘સાંભળવું’. આનો અભ્યાસ ક્રિયાકાંડ ન કહેવાય. આ અભ્યાસ કરવો જોઈએ. ક્રિયાથી દુઃખમુક્તિ ન આવે. જાગૃતિ સાથે ક્રિયા કરવી.
- “મારે સંસ્કાર/વિચાર/મનથી મુક્ત થવું છે” તેવો દ્વંદ્વ આશય રાખો- તો દરેક ઘટના મદદ કરશે- જોવાની આંખ ફૂટી નીકળશે. મુક્ત થવા માટે આંખની પાછળની બીજી આંખ (થર્ડ આઈ) ખોલવી પડે. આમ અભ્યાસ કરશો તો કૃપા એકિટલ થશે. અભ્યાસ વગર કૃપા કામ ન કરે.
- વ્યક્તિ પ્રજ્ઞા/જાગૃતિથી જુએ છે, થર્ડ આઈથી જુએ છે કે સાદી આંખથી જુએ છે – તે કેમ જાણવું?
- જ્યારે મનથી જોવાય ત્યારે વ્યક્તિ હંમેશાં પ્રતિક્રિયામાં હોય છે – સામેવાળાના દોષ દેખાશે. જ્યારે પ્રજ્ઞાથી જોવાતું હોય તો સામે ભલે અસુર હોય/વિરોધી હોય તોપણ તમારી દ્રષ્ટિ તટસ્થ રીતે જોશે. જો આમ ન હોય તો સામેની વ્યક્તિ સારું કામ કરશે તોપણ ઈર્ષા થશે- કારણ કે મહત્ત્વ હું/મન/બુદ્ધિનું છે.
- જોવાનું શુદ્ધ હોય ત્યારે વ્યક્તિને ઠંડક હોય છે અને હાર-જીત, રાગ-દ્વેષ, મારું-તારું ન રહે. આ દ્રષ્ટિ મળે તો બધી જ ક્રિયામાં સમજણ ડેવલોપ થતી જાય. જન્મમરણ ઘટે. દ્રષ્ટા જાગી ગયો છે તેમ સમજવું. દ્રષ્ટા પેલે પારથી આવે છે.
- દ્રષ્ટા સાચા/ખોટામાં ન પડે- બુદ્ધિ તેમાં પડે. એટલે દ્રષ્ટામાં જોવાનું મહાસુખ મળે. દ્રષ્ટા વિષયને નહીં જાણે. બુદ્ધિ વિષયને જાણશે.
- શાસ્ત્રોના શબ્દો જ વિનાશી પુદ્ગલ છે. તમે આકાશ તત્ત્વની હત્યા કરીને શાસ્ત્રોના શબ્દો જ ગ્રહણ કર્યા – જે નકામું છે. જેટલી બુદ્ધિ વધારે તેટલી અશાંતિ વધારે. બુદ્ધિ જ્ઞાનની વિરુદ્ધમાં જાય છે. બુદ્ધિનો સારો ઉપયોગ કરવો પણ બુદ્ધિનો આધાર ન રખાય. જેને બુદ્ધિનો અહંકાર હોય તેને પરાબુદ્ધિ ન આવે. અંતે તો બુદ્ધિ છોડવી જ પડે છે.
- જેને દ્રષ્ટાની ઊર્જા પ્રાપ્ત હોય તે વ્યક્તિને બધા જ પસંદ કરશે.

- ઘણા લોકો સાક્ષીને જ દ્રષ્ટા માને છે. વેદાંતમાં સાક્ષીને જ દ્રષ્ટા કીધો છે (તેમાં સાક્ષી એટલે દ્રષ્ટા). આપણા સત્સંગમાં સાક્ષી પહેલાં આવે પછી દ્રષ્ટા આવે. સાક્ષી એટલે મનનો એક ભાગ મનના બીજા ભાગને જુએ છે તે.
- જો સાક્ષી ન હોય તો તન્મયાકાર/એકરૂપ સ્થિતિ થાય. તમારી ક્ષણેક્ષણની પ્રક્રિયા અંદર રેકોર્ડ થાય છે- જે ચિત્રગુપ્તનો ચોપડો છે. જો સાક્ષીભાવ ન હોય તો બધું જ અંદર રોપાઈ જાય છે અને ભવિષ્યમાં ફળ આપશે. જો સાક્ષી હોય તો તે ખોટી બાબતોને નામંજૂર કરશે કે “આ ખોટું છે- હું આમાં સંમત નથી” – એટલે મન તન્મયાકાર ન થયું અને અંદર બીજ ન પડ્યું. ફક્ત થોડો ઉદ્વેગ રહે. તમે સાક્ષી ઊભો કર્યો છે જેને આત્મા જુએ છે.
- જેને આંખની આંખ નથી ખૂલી (દ્રષ્ટા નથી આવ્યો) – ત્યારે સાક્ષીને સારી પ્રવૃત્તિમાં પણ રાખવો જ જોઈએ. સારી બાબતોમાં લોકો સાક્ષી રાખી શકતા નથી. ખોટામાં તો અંદર કોન્સીયસ નડે છે કે ‘આ ખોટું છે’ – એટલે સાક્ષી રાખવો સહેલો છે.
- સારાં કર્મો/ખોટાં કર્મો બંનેમાં સાક્ષી હોવો જ જોઈએ. માન/આદર/સુખ બધામાં સાક્ષી રાખવો. ડૂબી ન જાયો.
- વેદાંત મુજબ જે જાગૃતિ/સ્વપ્ન/સુષુપ્તિ ત્રણેયને જુએ છે તેને સાક્ષી કીધો છે- પણ અહીં આપણે તેને દ્રષ્ટા કીધો છે- આ વાત ધ્યાનમાં રહે (તુર્યાવસ્થાવાળી વ્યક્તિ). નહિતર ગોટાળો થશે.
- સાક્ષી હોય તે સુખનો ભોગવટો ન કરે- પણ સાક્ષી રહીને જુએ. તમને કમ્ફર્ટ હોય ત્યારે ખાસ જાગૃતિ રાખો. સુખમાં જાગૃતિ રાખો જ. તમને કોઈ પણ સુખ મળે- સાક્ષી રહીને જાગૃતિ રાખો.
- ભલે આ સાક્ષીભાવ મન અને બુદ્ધિનો જ છે- પણ પછી જ્યારે આ વ્યક્તિ સત્સંગ કરશે ત્યારે સત્સંગ આ સાક્ષીભાવને ઓગાળવાનું કામ કરશે. આ કામ (સાક્ષીને ઓગાળવાનું કામ) વ્યક્તિ પોતે નહીં કરી શકે. સત્સંગથી સાક્ષીભાવ ઓગળશે અને અંદરનો દ્રષ્ટા – જ્ઞાનથી જાગૃત થશે. દ્રષ્ટા હંમેશાં જ્ઞાનથી જ આવશે. સાક્ષી પ્રકૃતિનો છે – તેને ઓગાળવો તો પડે જ. એટલે જ સત્સંગ જરૂરી છે. જ્ઞાનનું કિરણ સાક્ષી સાથે અથડાશે અને ધીમે ધીમે સાક્ષીભાવ ગળી જશે.
- જ્ઞાનનું કિરણ ક્યાં કામ કરશે?
- જો સુખનો અનુભવ કરશો તો આ અનુભવ અંદરના પરમાણુઓ કરશે. તમે અહંકારથી માનો છો કે “હું સુખી છું”. અહંકારની તાકાત નથી કે તે સુખી થઈ શકે. અંદરના પરમાણુઓને કારણે સુખ ખેંચાય છે- તે ચાલ્યું જશે- તે શાશ્વત નથી. ભલે સુખ હોય- તેને ભોગવવાને બદલે તેને સાક્ષીભાવથી જુઓ. જો સંયોગોમાં ડૂબી ગયા તો સંસાર તમારી ઉપર ચડી બેસે છે. સંસારમાં સુખની આશા રાખવી તે મૂર્ખતા છે. આ સંસારમાંથી સમજણની આશા રાખો તો સાક્ષીભાવ ઊભો થઈ જશે- અને જ્ઞાનીનો ભેટો થઈ જશે. જડ જાગૃતિ/સાવધાનીમાં મહાસુખ નથી. તોપણ જાગૃતિ રાખો. આંતરતપ કરો.
- જેમ સગવડતા વધે તેમ તમારું સૂક્ષ્મ તપ વધારો – આંતરતપ વધારો. સૂક્ષ્મ પ્રકારની જાગૃતિ વધારે રાખવી પડે. સ્થૂળ તપની જરૂર નથી. જો તમારું માન/પૈસો/સુખ/મોભો ... વધુ હોય તો આંતરતપ વધારો. માત્ર સત્સંગ સાંભળવાથી કામ નહીં થાય.
- સાક્ષી એ અભ્યાસ/કેળવણી છે – પણ દ્રષ્ટા એ કૃપા છે. સાક્ષી – આ કૃપા તરફ જવાની કેળવણી/અભ્યાસ છે.
- દ્રષ્ટાનો ફ્લેશ એ પ્રવાહ નથી, જ્ઞાનનો કરંટ પ્રવાહ નથી. તે વીજળીનો ચમકારો છે. તે બીજી વાર ક્યારે મળશે તેવી અભીપ્સા/ચાસ મનથી ન રખાય, અજ્ઞાત રીતે રખાય- નહિતર મનમાંથી પ્રગટ થાય તો મન મજબૂત થાય.
- નિરંતર પ્રકૃતિને જોવાનો અભ્યાસ રાખો તો – અભ્યાસનું જ આ ફળ છે. અહમ છૂટે તેનો જ આ ફ્લેશ છે. અહમ પ્રત્યે જાગૃતિ રાખો.

- જ્યારે અહંકાર છૂટે ત્યારે જ ગાઢ ઊંઘ આવે છે- પણ ત્યારે આત્મા હાજર નથી હોતો. જાગૃતિ હોય ત્યારે જાગૃતિમાં ફ્લેશ દેખાય છે/અનુભવાય છે. ઊંઘ એ અવિદ્યા છે- તેમાં જાણપણું નથી. તેમાં અહંકાર છૂટી ગયો તેની શાંતિ છે, ઊંઘની શાંતિ નથી.
- કોઈક ભાગ્યવાન ઊંઘમાં પણ ઊંઘને જાણે છે. ઊંઘતા શરીરને જાણ્યા કરે છે – ત્યારે માત્ર જાણપણું છે. પણ જ્યારે તે જાગે છે ત્યારે આત્મા તેના જાગ્રત મનને જાણે છે એટલે તરત જ તેમાં ફેરફાર કરી નાખશે. ઊંઘમાં મન નથી હોતું. જેણે નિદ્રામાં શરીર જાણ્યું તેનું 'સમાધિ મૃત્યુ' જ હશે.
- પ્યાસ/જિજ્ઞાસા/ઝંખના એ વાસના નથી. પાણીની તરસ એ વાસના નથી. પણ અહંકારની માંગણી ન ચાલે- કે મને મળવું જ જોઈએ.
- કામ વખતે જાણપણું હોય કે હું શરીર/મનરૂપે નથી ત્યારે વહેવારમાં ધ્યાન આપી શકાતું નથી. કારણ કે ધ્યાન આપવું એ પ્રકૃતિનું કામ છે. તો શું કરવું?
- જોવું/જાણવું એ આત્માના ગુણો છે. પ્રકૃતિ અંદરથી જોવાઈ રહી છે તે ફક્ત આત્માનું જોવું છે. બુદ્ધિ/મન ડીટેલમાં જાય છે. જ્યારે ડીટેલ આવે ત્યારે આત્માની સ્વતંત્રતા જતી રહે છે. જોવામાં જ્ઞાનનું પ્રાગટ્ય નથી પણ જાણવામાં જ્ઞાનનું પ્રાગટ્ય છે.
- જ્યાં સુધી જોવાનો પૂરતો અભ્યાસ ન હોય અને જાણવામાં પડી જાય તો બુદ્ધિ ભળી જાય છે- એટલે જાણપણાની ઉતાવળ ન કરો. જરૂર ન પડે તો જાણવામાં ન પડાય. બુદ્ધિ અને અનુભવ ભળ્યા વગરનું જાણવું લાંબા સમય પછી થશે. આત્માનું જાણપણું મહત્ત્વનું છે. તે જલદી નહીં થાય.
- મન/બુદ્ધિ વહેવારમાં ચાલે પણ જ્ઞાનમાર્ગમાં શાંત કરવા જોઈએ. આ માટે આંતરતપ શરૂ કરે તો મન/બુદ્ધિથી છૂટું પડાય. છતાંય તેનો આશ્રય લઈએ તો મન/બુદ્ધિના વિરોધી હોવાનો ભાવ ઊભો થાય છે- જે કટુતા લાવે છે. મન/બુદ્ધિ વ્યવહારમાં તો જોઈશે જ- તેમ છતાં નથી જોઈતા. હવે શું કરવું ?
- જ્યારે દીકરો ધંધા માટે દુબઈ જાય ત્યારે કુટુંબીજનોનો વિરહ હોય છે પણ બાદમાં સારું ફળ આપે છે- તેમ મન/બુદ્ધિના ઉપયોગથી મોટી વસ્તુ તમારે પ્રાપ્ત કરવાની છે. ભગવાને આશ્વાસન આપ્યું છે કે "તને પરાબુદ્ધિની ભેટ મળશે". આ મન/બુદ્ધિને જ બધા માન આપે છે- પણ તેને જ છોડવાની છે- તેનાથી આત્મા નહીં મળે. એટલે તેને એ રીતે શાંત કરો – તેનો આદર રાખો કે વહેવારમાં તો તેનો ઉપયોગ છે જ પણ તે અધ્યાત્મમાં નહીં ચાલે.
- તમે તમારા મન/બુદ્ધિને તમારું ઘર માન્યું છે – જે ખોટું છે – વ્યક્તિનું ખરું ઘર તો નાભિમાં છે. નાભિમાંથી મન/બુદ્ધિ આવ્યા છે – પવન પ્રગટ્યો એટલે મન/બુદ્ધિ પ્રગટ્યા. પણ તે ખોટું છે એટલે દુઃખ થાય છે. આ દુઃખ/કટુતાને પણ 'જાણો'. મન/બુદ્ધિ છોડવાની કડવાશને પણ આત્માથી જાણો- તો કડવાશ મધુર થશે અને જશે. પોતાના દ્રષ્ટાથી જુઓ કે મારા વહેવાર/વાણી/આશયમાં કટુતા છે. જો દ્રષ્ટા ન હોય તો સાક્ષીભાવથી કટુતાને જુઓ. તમે કટુતાની સાથે નથી- તે ભલે આવે. અંદરથી ભગવાન/આત્મા સાથે જ રહો. બીજા લોકો કટુતાનો ભોગ ન બને તે જુઓ- નહિતર કર્મબંધન થશે. એકાંત/મૌન પકડો.

સત્સંગ ક્રમાંક [938] 01 OCT 2006 A+B

- આપણા સત્સંગનું કેન્દ્ર 'અવિનાશી સત તત્ત્વ' છે. અહીં વાતો ગમે તે થાય- ભક્તિ, જ્ઞાન કે વહેવારની- પણ કેન્દ્રમાં સત હોય છે. આવો સત્સંગ બધાંને મળતો નથી. આપણને આવો સત્સંગ મળ્યો તેનો પ્રમોદ (ખૂબ આનંદ) થવો જોઈએ. જ્યારે જ્યારે મનમાં હતાશા આવે/વિકળતા મળે ત્યારે ઉપરની લાઈન યાદ કરો કે "મને તો દુર્લભ હોય તેવો સતનો સંગ મળ્યો છે- આવો સત્સંગ બીજા અબજો માણસોને મળ્યો નથી".
- વહેવાર કરતી વખતે યાદ રાખો કે તમે આ સત્સંગના પ્રતિનિધિ છો- એટલે જ્ઞાનીના માર્ગદર્શન મુજબ અનુસરો. સત્સંગમાં તમારી અંદર જે જ્ઞાન જ્ઞાની દ્વારા પડ્યું છે તેનો ઉપયોગ આવરણ કાપવામાં કરો. પ્રકાશને ખપમાં લો. જ્ઞાનીએ આપેલ જ્ઞાનનાં હથિયારો

વ્યવહારમાં વાપરો. માત્ર સત્સંગ પર્યાપ્ત નથી- પણ મળેલું જ્ઞાનહથિયાર ઉપયોગમાં લેવું. જો જ્ઞાનના ઉપયોગમાં રહેશે તો પ્રકાશ ધીમે ધીમે વધશે- નહિતર સંજોગો પલટાશે નહીં.

- જ્ઞાનની મદદ વડે અંદર કામ કરો અને સંજોગો સામે જ્ઞાનથી લડો. યાદ રાખો કે “વિપરીત સંજોગો સામે જ્ઞાનથી લડવાનું છે” – ભલે શરૂમાં આવો અમલ ન થાય – પણ સમજણ/દર્શન છે.
- જ્યારે બહુ અપમાન/નુકસાન વગેરે થાય ત્યારે સમજણ/દર્શન/સત્સંગ કામ ન કરે ત્યારે- સંજોગો સામે લડત ન કરો. “હું તો સારો છું- તોપણ મને જ આમ કેમ?” – આમ તમારો અહંકાર વિચારે છે. પરંતુ અહંકારને બચાવો નહીં. તેને તૂટવા દેવો. વિપરીત સંજોગો તમારા અહંકાર/અભિમાનને તોડે તો તોડવા દેવા.
- જ્યારે તમે શરણાગત થાઓ છો ત્યારે તમે મહાશક્તિને શરણે જાઓ છો. જ્યારે મૃત્યુ આવે/મહા કટોકટી આવે ત્યારે શરણે જાઓ - બધી દુશ્મનાવટ, બધું જ ભૂલીને શરણે જાઓ. અહંકારને ન બચાવો. પોતાનો અધિકાર ઊભો ન કરવો- નહિતર તમે ચાન્સ ગુમાવશો. અંતે અહંકાર તૂટતાં પરમાણુઓ નીકળી જશે અને ચિત્તશુદ્ધિ થશે.
- જ્ઞાનમાં/આંતર જગતમાં સ્થૂળ ક્રિયા નથી- પણ સૂક્ષ્મ ક્રિયા કરવી પડે. જ્ઞાન ક્રિયાનો આ પ્રયોગ કરો તો તમારી આડી બુદ્ધિ સીધી થશે. બગડેલો સમાજ સુધરવાનો નથી- પણ તમે આંતરક્રિયામાં રહો.
- સંજોગો નીકળવા માટે જ આવ્યા છે- કારણ કે પરમાણુ નિરંતર બદલાય છે – તે વિનાશી છે. તમારે ફક્ત ધૈર્યથી જોવાનું છે. જ્ઞાનદ્રષ્ટિથી તે ઝડપથી જશે.
- તમારી શક્તિ બચાવો- તેને ઇંદ્રિયોમાં વહેવડાવી ન દો. જો શક્તિ હશે તો જ આંતરતપ થશે. શક્તિનો દુરુપયોગ અટકાવો. ખોટું વાંચન/ખોટા વિચાર/ખોટું બોલવું... વગેરેમાં ડગલે ને પગલે શક્તિ જાય છે અને રોગ આવે છે. જીવનઊર્જા હશે તો જ કાર્યસિદ્ધિ થશે. સમ્યક્ કર્મો કરો. મન તમારી શક્તિને ખાઈ જાય છે. ગીતાના કહેવા મુજબ અનારંભી વૃત્તિ રાખવી.
- મૃત્યુ પછી શરીર બળે છે પણ આત્મા કેમ બળતો નથી ?
- અગ્નિ સૂક્ષ્મ પરમાણુ નથી. તે સ્થૂળ અણુઓ છે. અગ્નિના જુદા જુદા રંગ પીળો, બ્લૂ વગેરે અગ્નિના જીવો છે. અગ્નિની તાકાત સ્થૂળ છે- તે સ્થૂળ વસ્તુને ખેંચે અને બાળે.
- શરીરમાં રહેલ વિચારો/ભાવના/વાસના/સંકલ્પ આ બધું અગ્નિ કરતાં સૂક્ષ્મ છે- એટલે અગ્નિ તેને બાળી ન શકે.
- મૃત્યુ પછી શરીર બળે પછી શરીરના સૂક્ષ્મ પરમાણુઓ અવકાશમાં છૂટા પડી જાય છે. બ્રહ્માંડમાં કુલ પરમાણુઓ સરખા જ રહે છે- એક પણ વધે નહીં કે ઘટે નહીં.
- વ્યક્તિનું શરીર બળી ગયું હોય પણ તેણે કરેલ જ્ઞાનક્રિયાના પરમાણુ નહિં બળે. શબમાં – સૂક્ષ્મ શરીર/કારણ શરીર/પ્રાણ શરીર હોય છે.
- સૂક્ષ્મ પરમાણુઓ કારણ શરીરને ઉપાડીને બીજું શરીર જ્યાં બંધાય છે ત્યાં – કે જે જગ્યાએ પરમાણુઓનો હિસાબ હોય ત્યાં દાખલ થઈ જાય છે. દાખલ થયા પછી માતા-પિતાના શરીરના પરમાણુઓ સાથે આ પરમાણુઓ ચોટી જાય છે. એટલે નવું શરીર/મન બને તેમાં માતા-પિતા બંનેના વંશનું સરવૈયું + સૂક્ષ્મ શરીર અને કારણ શરીરના પરમાણુઓ દાખલ થઈ જાય છે- જેમાંથી નવા શરીરનો આકાર/રંગ વગેરે બને છે અને 9 મહિનામાં બધું તૈયાર થઈ જાય છે.
- સૂક્ષ્મ પરમાણુઓ ક્યારેય અગ્નિથી બળે નહીં. મૃત્યુ વખતે ફક્ત સ્થૂળ શરીરનો સ્કંધ બળે છે. સૂક્ષ્મ + કારણ શરીર સાથે અંદર આત્મા પણ હોય છે. સૂક્ષ્મ+કારણ શરીરને જગ્યા જોઈએ- આત્માને જગ્યા ન જોઈએ- આકાશ પણ ન જોઈએ. આકાશ પણ સ્થૂળ છે. આત્માને આકાશનું પણ અવલંબન નથી, તેને કોઈ અવરોધ નથી. તે તત્ત્વ છે. આત્મા કારણ શરીરમાં પકડાયેલો છે- જે નવા શરીરમાં જાય છે.
- સંજોગોને જ્ઞાનક્રિયાથી જ ચોખ્ખા કરવા. અંદરનું ચેતન જ્યારે કારણ શરીરથી મુક્ત થાય તે મોક્ષ/મુક્તિ છે.

- મંગલ/મંગલ વાણી વિશે – મંગલ એટલે જે આ પાર્થિવ જગતનું દ્વંદ્વ હોય તેનાથી ઉપર ઊઠી જાય તેનું મંગલ/કલ્યાણ થાય- તેની દરેક વાતનું સમાધાન થાય. ભલે તમારું જીવન નર્કાગાર જેવું હોય- વ્યક્તિનો સ્પષ્ટ નિર્ધાર હોય તો દીવો ચોક્કસ પ્રગટી શકે.
- સવારે ઊઠતાં જ નિર્ધાર કરો કે – “આ શરીર જે ઊંઘતું હતું તે પાર્થિવ સત્તાથી ઊંઘતું હતું અને હું તેનાથી જુદો હતો- પરંતુ જાગતાં જ શરીરના પરમાણુઓ સાથે એક થઈ ગયો છું- તેનાથી છૂટા પડવાની મને શક્તિ મળે” – તેવો ભાવ કરો. શરીરની ગુલામીમાંથી છૂટવું તે જ મંગલ છે.
- ભલે તમે ભૂલી જાઓ/ન થાય – પણ સ્વીકાર કરો કે “હું નબળો છું- થતું નથી”- કારણ કે પ્રકૃતિ શક્તિશાળી છે. એટલે સમજણ બદલો અને સ્વીકાર કરો. શરીર/મશીનની ટેવો તમે નથી- પરંતુ હું તેમાં ટેમ્પરરી રહું છું.
- સમ્યક્ (સીધી) બુદ્ધિ – કે જે શરીર/મન/વિચારો બધાથી ઉપર જોડાયેલી છે તેનાથી જ મંગલ થશે. જેટલી પાર્થિવ બુદ્ધિ હોય તે નડતર છે.
- સવારે ઊઠીને જે કંઈ ક્રિયા કરો – ત્યારે સતત ભાવ રાખો કે મારે મંગલ કરવું છે એટલે આ બધી ક્રિયા કરું છું- અને ચિત્ત જોડું છું.
- જન્મ થાય ત્યારે ચિત્ત ક્રિયાશીલ હોય, પણ મન ક્રિયાશીલ ન હોય. એટલે ચિત્ત એ પ્રથમ છે. બંધન/મુક્તિ પણ ચિત્તથી જ થાય છે- મન/બુદ્ધિથી નહીં. ચિત્ત હંમેશાં વર્તમાનમાં જ હોય, મન ભૂતકાળમાં હોય. ચિત્ત એક જ દિશામાં ઉપયોગમાં લઈ શકાય- અનેક દિશામાં નહીં- જો અનેકમાં લઈ જશો તો તે વિક્ષિપ્ત (ટુકડા) થાય છે.
- ચિત્તને અનેકપણામાંથી છોડાવો. એક સાથે ઘણાં કામ હાથમાં હોય એટલે ચિત્તની વિચ્છિન્નતા થાય એટલે આત્મા સાથેનો તેનો સંબંધ તૂટે અને અમંગલ ચાલુ થાય.
- ચિત્તને 24 કલાક બંધન/મુક્તિ થાય છે. જપ, ધ્યાન વગેરે મનથી થાય છે. ચિત્તને એક જ દિશામાં રાખો અને ચિત્તની રક્ષા કરવી- જે અઘરું છે.
- તમારું ચિત્ત નિરંતર જોવા, સાંભળવા, બોલવા, આજુબાજુના વર્તમાન બધામાં હોય છે- એટલે એક દિશામાં રાખવું અઘરું છે.
- તમારી પોતાની ભૂલ તમારી બુદ્ધિથી નહીં દેખાય- અન્યની ભૂલ દેખાય- કારણ કે બુદ્ધિ અંદર જોઈ શક્તિ નથી- તે ઇન્દ્રિયોની વ્યવસ્થા/રક્ષણ માટે છે. જો બધી ક્રિયામાં ચિત્ત હાજર રાખો (જેમ કે ડ્રાઇવિંગમાં ચિત્ત ફરજિયાત છે) – એટલે કે વર્તમાનમાં રાખો તો મંગલ થશે. નહિતર તમને પુણ્ય મળશે પણ મંગલ નહીં થાય.
- પાપ/પુણ્યના પરમાણુઓ શરીરનું પ્રોડક્શન છે એટલે તે જન્મમૃત્યુ ટાળી નહીં શકે. અખંડ સ્વરૂપમાં ચિત્તને જોડી રાખો. તમારી ટેવોને છોડી નહીં શકાય પણ ચિત્તથી જોઈ શકાય/જાણી શકાય. જાણવાથી તમે શરીરના મશીનથી બહાર નીકળો છો.
- જમો/ખાઓ/પીઓ ત્યારે જીભમાં સ્વાદની સંવેદના બને છે અને કડવા/તીખા/મીઠા ખારા સ્વાદની ઉપાધિ શરીરમાં આવે છે. આમ સુખદ/દુઃખદ વેદના શરીરને પાંચ ઇન્દ્રિયો દ્વારા આવે છે. જે કંઈ સારું કે ખરાબ લાગે છે તે ઇન્દ્રિયોને લાગે છે- તમે તમારા અહંકાર/અનુભવને દાખલ ન કરો. જો દાખલ કરશો તો ગાંઠ/ગ્રંથિ પડશે અને બંધન થશે. જો એમ કહેશો કે મારે આ સંવેદના નથી જોવી – તો વિચાર/અહંકાર થયો. એટલે સંવેદના થવા દેવી અને ચિત્તને સંવેદના સાથે જોડી રાખો એટલે વિચાર/અહંકાર/બુદ્ધિ દાખલ નહીં થાય.
- ખાવા, જોવા ... વગેરેમાં આપણે તરત જ અભિપ્રાય ચાલુ કરીએ છીએ – તે બાબત મનના યંત્રની પ્રોસેસ છે. તમે ભળી ગયા. – પણ તમે સારા કે ખરાબના વિચાર કે અભિપ્રાયમાં પડતા જ નથી. જે વસ્તુ જેમ છે તેમાંથી પસાર થાઓ. અભિપ્રાય એ અહંકાર/મશીનનો ધર્મ છે. પરાશક્તિને અભિપ્રાય નથી. ભલે તમને અંદર ખબર પડે/સમજાય – પણ અભિપ્રાય આપતાં કે નિર્ણાયક બનતાં અટકવું. અવલોકન કરો – નહિતર ગાંઠ પડશે અને બંધન થશે.
- જો તમારે મોટા થવું છે અને બીજાને નાના કરવા છે- તો મંગલ ન થાય- પણ નાનામાં નાની વ્યક્તિને મોટી કરો તો મંગલ થાય. વ્યક્તિનું ચિત્ત ભગવાનની આંગળી પકડીને ચાલવું

જોઈએ. ઈશ્વરની હાજરી તમારી સાથે છે/તમને જુએ છે – તે વાત ચિત્તમાં રાખો. ભગવાનના માણસો કે જ્ઞાની પાસે કદી મોટપ ન રાખવી.

- મન ભલે વિચારે યડી ગયું હોય પણ ચિત્તને હંમેશાં વર્તમાનમાં જ રાખો.
- વિચારોની સંવેદના હોય અને જો દુઃખી થાઓ કે વ્યથા હોય તો તેની સાથે ભળ્યા વગર ‘જોશો’ તો પરાશક્તિ તમારો હાથ ઝાલશે. જો દુઃખમાં ડૂબી ગયા તો પરાશક્તિ દૂર રહેશે. દુઃખ/વ્યથામાં ચિત્ત રાખો. વિચારમાં વિચારને રુઝાવવાની શક્તિ નથી. પણ શુદ્ધ ચિત્ત એ અગ્નિ છે- જેનાથી દુઃખ બળે છે.
- જ્યારે જ્યારે વિચારે યડી જવાય કે દુઃખ થાય ત્યારે ‘જુઓ’. જો દુઃખ કે વ્યથા અનુભવો તો અહંકારનું મીટર ચાલુ થઈ જાય – પણ જેમ છે તેમ રાખીને જુઓ તો મીટર અટકી જશે.
- જાગૃતિથી જોશો તો ધીમે ધીમે પ્રકાશ વધશે અને પોતાની ભૂલો દેખાવા લાગશે. વ્યક્તિની અનેક ભૂલો હોય જ છે. તમારું સત્યવાદીપણું પણ કર્તામાંથી/મશીનમાંથી જ આવે છે.
- ઘણાંને ક્યાંય ગમે જ નહીં- કારણકે તેઓ વર્તમાન ચિત્ત સાથે રહેતાં જ નથી. જો વર્તમાન ચિત્તમાં હોય અને પરાશક્તિનો આશરો લીધો હોય તે ગમે તે સ્થિતિમાં પોતાના સ્વભાવમાં જ હોય છે.
- સત્સંગના પ્રવાહમાં વ્યક્તિના વિચાર/વાણી કેન્દ્રમાં નથી અને ચૈતસિક વાતાવરણ આકાશમાં હોય- ત્યારે વ્યક્તિનું મન/ભોગવટો/અહંકાર નિષ્ક્રિય થઈ ગયા હોય છે- આવી અવસ્થા બનતી હોય છે અને વ્યક્તિ અકર્તા બની ગઈ હોય તેવું અનુભવાય છે. તો શું કરવું ?
- કર્તાપિદ એટલે કુદરત પ્રમાણે ચાલી રહ્યું છે તેમ નહીં પણ “હું કરી રહ્યો છું” તેવો ભાવ/ભ્રાંતિ હોય છે.

સત્સંગ ક્રમાંક [939] 15 OCT 2006 B

- અહંકારનાં બે બિંદુ છે- કર્તાનું બિંદુ અને ભોક્તાનું બિંદુ. ભોક્તાપદનું કેન્દ્ર વધુ સક્રિય હોય છે. જો વ્યક્તિ ટેવો/સંવેદનાને ઓળખે તો ભ્રાંતિ શિથિલ થાય. કર્તાપિદ અને ભોક્તાપિદ બંને ભોગવાય છે.
- ભ્રાંતિ છે કે કેમ તે કેમ જાણશો? – સત્સંગમાં જેવો અનુભવ થાય તેવો બીજે થાય અને બધું વિપરીત હોય ત્યારે જો ચિત્ત વર્તમાનમાં રાખી શકે- “જો હૈ સો હૈ” – થઈ જાય ત્યારે વ્યક્તિને ઓચિંતો પ્રકાશ થઈ જાય છે.
- લોકોને સુખ મળે એટલે તેમાં ખૂબ ડૂબીને એકરૂપ થઈ જાય છે- તે ભૂલ છે. તન્મય થતાં અટકો. વારસામાં મળેલું કારણ શરીર બદલાવું જોઈએ.
- જ્યારે ભ્રાંતિ તૂટે અને ત્યાર બાદ જે મહાભાવ ઉત્પન્ન થાય તે શ્રદ્ધા છે. માણસો શ્રદ્ધાને ખોટી રીતે સમજે છે. શ્રદ્ધા પરાશક્તિમાંથી આવે છે. સાચો અનુભવ થાય ત્યારે શ્રદ્ધા આવે છે. સામાન્ય રીતે આપણે જેને શ્રદ્ધા માનીએ છીએ તે માન્યતા છે.
- સત્સંગમાં રાખેલ ચિત્ત પ્રકાશને ખેંચી લાવે છે. જ્યારે અંતરાય + અહંકારનું કનેક્શન થાય ત્યારે જ દુઃખ થાય છે. અંતરાય અને દુઃખ જુદી વસ્તુ છે. મુશ્કેલી અને તકલીફ અહંકારને છે.
- જેમ જેમ ભ્રાંતિ/અહંકાર તૂટે તેમ તેમ અંદરના અંતરાયો વધે/બહાર આવે છે – કારણ કે તે નીકળવાના છે. અંતરાયો જ્ઞાતા સામે ઊભા ન રહી શકે.
- સત્સંગમાં જે સમજણ પ્રાપ્ત થાય તે સત્સંગ વગર થાય?
- ભ્રાંતિ તૂટવાની ઘટના સત્સંગની બહાર કુરુક્ષેત્રના મેદાનમાં જ બને છે. ભ્રાંતિ તૂટવા માટે જ્ઞાનીની સ્થૂળ હાજરીની જરૂર નથી. જો વ્યક્તિ એકરૂપતા તોડશે તો જ્ઞાનીનું જ્ઞાન બહાર પણ કામ કરશે.
- જ્ઞાનીની સ્થૂળતાને ન પકડો- પણ તેની સૂક્ષ્મ શક્તિ તમારી સાથે જ છે તેમ ભાવ/ચિત્ત રાખો તો તે કાર્યરત બનશે. ગીતા મુજબ ‘અતિ’ ક્યાંય ન ચાલે. કાયમી જ્ઞાનીનું સાંનિધ્ય પણ ન ચાલે- તે જ રીતે ક્યારેય જ્ઞાની સાથે ન હોવું તે પણ ન ચાલે.

- જ્ઞાની પાસે જાગૃતિની જરૂર નથી પણ બહારના સંજોગોમાં - કે જ્યાં જ્ઞાનનો પ્રકાશ પ્રત્યક્ષરૂપે હાજર નથી ત્યાં - સતત જાગૃતિ રાખવી પડે.
- જ્ઞાની સમક્ષ તમારા દુઃખને ભાવથી ધરી દેવું- એટલે તે દુઃખ બળશે.
- સૂક્ષ્મ રીતે જો 24 કલાક ગુરુતત્ત્વની હાજરીને અનુભવે તો તેની સાથે ગુરુ કાયમી છે જ- સ્થૂળતા વગર - સૂક્ષ્મ રીતે.

સત્સંગ ક્રમાંક [940] 05 NOV 2006 A+B

- ચિત્ત વિપરીત દિશાઓમાં ભટકે છે. ચિત્ત સત તત્ત્વમાં રહે તે માટે શું કરવું ?
- ચિત્ત એ જ આત્મા છે - એટલે ચિત્તની ખૂબ કાળજી લેવી જોઈએ અને ચિત્ત હંમેશાં લક્ષમાં જ પુરોવાયેલું હોવું જોઈએ.
- ચિત્તનો બીજો ભાગ મન છે. મન વિચારે ચડે તોપણ ચિંતા ન કરો. મન જડ છે પણ ચિત્ત જડ નથી. ચિત્ત કોઈ પણ વાતાવરણને પકડી લે છે. મનનો ભરોસો નથી. મન શાંત નહીં થાય- તેનો સ્વભાવ ચંચળ છે. કોઈ પણ શક્તિનું નિયંત્રણ મન પર ન ચાલે.
- મન ભલે ગમે તે કરે પણ ચિત્તની જાગૃતિ/સાવધાનીથી રક્ષા કરો. હંમેશાં ચિત્તની નિર્મળતા રાખો- તેથી મન, બુદ્ધિ, પ્રાણની શુદ્ધિ શરૂ થઈ જશે. જો તમે પ્રાણ/બુદ્ધિને શુદ્ધ કરવા જશો તો તે નહીં થાય. પણ ચિત્તને સાચવશો તો આ કામ થશે. સત્સંગમાં ચિત્તને ખતરો નથી- પણ બહાર નીકળો/જુઓ/સાંભળો ત્યારે અવસ્થાઓ વિકારી હોવાથી ચિત્ત પણ વિકારી થઈ જાય છે (જો તન્મય થાઓ તો).
- ચિત્તને અવિનાશી તત્ત્વ સાથે જ જોડવું છે તેવું લક્ષ/ધ્યેય રાખો- તો અવસ્થાઓ ચિત્તને અસર નહીં કરે પણ ધ્યેય મજબૂત થશે. ચિત્ત સૌથી કીમતી મૂડી છે. ગમે તેવી વિપરીત અવસ્થા આવે તોપણ ચિત્તને સાચવો. પરિણામમાં તમારો અધિકાર નથી- તમે ચિત્ત નિર્મળ રાખો અને અવિનાશી તત્ત્વ સાથે જોડાવાનો સતત પ્રયત્ન કરો.
- મનને અહંકાર સાથે સંબંધ છે - પણ ચિત્તને અહંકાર સાથે કોઈ સંબંધ નથી. ચિત્ત એટલે જાગૃતિ/સાવધાની/સાચવેલી - એટલે અહંકાર સાથે સંબંધ નથી.
- ચિત્તની જાગૃતિ જેમ જેમ કામ કરશે તેમ તેમ તે મન/બુદ્ધિ/અંતઃકરણને પવિત્ર કરે છે.
- ચિત્તને કોઈ વ્યાવહારિક લક્ષ અપાઈ જાય ત્યારે ચિત્ત એ ચિત્ત નહીં રહે- તેની સાથે અહંકાર/મન/મોહ ભળે છે. પણ ચિત્તને સાચવો અને તેવો ભાવ રાખો. આ જ્ઞાનક્રિયા છે. વ્યાવહારિક કામનો ભાર ચિત્ત ઉપર નાખશો તો ચિત્ત પોતાનું લક્ષ/શક્તિ/અખંડતા ગુમાવે છે. કામનો બોજો ચિત્ત ઉપર ન નાખો. આ કામ/ચિંતા/સંઘર્ષ/સંકલ્પ વગેરે મન કરવાનું જ છે- એટલે ચિત્તને અલગ/સ્વચ્છ રાખો.
- ચિત્ત એક જ જગ્યાએ રાખો- જેમ કે જમતી વખતે TV/મોબાઇલ/વાતો નહીં. “શરીર ભોજન કરી રહ્યું છે અને મારો આત્મા તેને જોઈ રહ્યો છે”.
- જે કામમાં ચિત્ત ન હોય તે ભગવત્ક્રિયા નહીં રહે પણ પૌદ્ગલિક ક્રિયા બને છે - જે મનને જાડું કરે છે.
- TV/સમાચારના રાગ-દ્વેષમાં ન પડાય- તો ચિત્ત અખંડ ન રહ્યું. આ રીતે દરેક ક્રિયા કરો. ચિત્તની હાજરીનો અનુભવ થવો જોઈએ. કંઈ યાદ રહે કે ન રહે- ચિત્તની સભાનતા, જાગૃતિ રહેવી જોઈએ.
- ચિત્તથી જ બંધન/મોક્ષ થાય છે. પતંજલિએ ‘મન’ શબ્દ વાપરેલો છે- પણ હકીકતે તેઓ ‘ચિત્ત’ ની જ વાત કરે છે.
- સુખના વાતાવરણમાં ચિત્ત હાજર રહેતું નથી. તે મનોરંજન અને ભોગવિલાસમાં ડૂબી જાય છે. જેમ ખિસ્સામાં લાખ રૂપિયા સાચવવાના હોય તેમ ચિત્તને સતત સાચવો- નહિતર તમે અનેક જન્મોની નુકસાની વેઠશો.
- તમે જાગૃત સંતોને ક્યારેય પણ ભજન કરતા નહીં જુઓ. તેઓ નિત્ય નિરંતર પરમ તત્ત્વ સાથે જ જોડાયેલ હોય છે. તેમને ધ્યાન વગેરે સાધનની જરૂર નથી.

- વ્યક્તિ હંમેશાં તેની આસપાસના વાતાવરણમાં જ તન્મય હોય છે અને તેના ચિત્તમાં આ વાતાવરણ જ છવાયેલ હોય છે- એટલે મોક્ષ નહીં થાય. આ વાતાવરણથી છૂટા પડી અને ચિત્તમાં વાતાવરણ ન રાખો. તમે વાતાવરણમાં નથી- તમે બ્રહ્માંડની બહારના છો- તે સમજો અને તન્મયતા તોડો.
- લોકો માને છે કે ઘર/ઓફિસ/સંબંધો વગેરે મારાં છે- પણ તમે એકલા જ છો. આ બધું દેખાય છે તે અનંત કાળ સુધી નથી. બધા જ લોકો/સંબંધો પોતાનું સ્ટેશન આવશે એટલે ઊતરી જશે/છૂટા પડી જશે. જો તમે બધા સાથે તમારું મન ભેળવો છો તો કામ નહીં થાય. ચિત્ત છૂટું પાડવા પુરુષાર્થ કરો.
- પૃથ્વી ઉપર દરેક સ્થાનનું વાતાવરણ હોય જ. પણ તમે તો બધા જ વાતાવરણથી 'પર' છો. તમારામાં વાતાવરણના પરમાણુઓ ન ધૂસવા જોઈએ.
- તમારા શરીરને પણ દૂરથી જુઓ. દરેક વાતાવરણમાં ભળ્યા વગર તેને જાણો કે "આમ થઈ રહ્યું છે" – તો વાતાવરણના પરમાણુઓ છૂટા પડી જશે. જો વાતાવરણ સારું લાગે છે તે તમારા મનને સારું લાગે છે. તમે સારું લગાડવા નથી બેઠા. જ્ઞાનનો પ્રકાશ તમારા મનથી ઢંકાયેલ છે. સારપમાં ન ભળો, તેને જુઓ.
- સુખ-દુઃખ બંને વાતાવરણથી મુક્તિ. બંનેને જુઓ. સત્સંગના વાતાવરણનો ઉપભોગ/Enjoy નથી કરવાનું. ચિત્તને જુદું રાખો અને જ્ઞાની/પરમ તત્ત્વ સાથે ચિત્ત જોડી રાખો. લાંબું ધ્યેય રાખો કે "મારું ચિત્ત તમામ વાતાવરણથી મુક્ત થવું જોઈએ".
- રોગ આવે છે તે શરીરને આવે છે. ચિત્ત જ્ઞાતા-દ્રષ્ટા છે. ચિત્તમાં ફક્ત જોવું/જાણવું પણ તેમાં કંઈ દાખલ ન થવા દેવું- કારણ કે ચિત્તમાં આત્મા છે – જે વિરાટ છે.
- તમારા પ્રશ્નો આપોઆપ જવાના જ છે. બધું જ વહે છે- શા માટે બધું પકડી છો? તમારા સંકટ/આપત્તિને બહાર રાખો- તે અંદર ન ધૂસવા જોઈએ. તમે ફક્ત 'જુઓ' – પુરુષાર્થ કરો.
- જ્યારે શ્રવણ થતું હોય ત્યારે ભય/ક્રોધ/આપત્તિનો સામનો ન કરવો પડે. પણ આ સત્સંગના શ્રવણને બહાર જઈને લાગુ પાડો તે પુરુષાર્થ છે.
- ચિત્તની જાગૃતિમાં બુદ્ધિનો અર્થ ભળે તો વિશ્લેષણ થઈ જાય છે – જે પુદ્ગલ છે અને તે ન થવું જોઈએ. અંદરના ક્ષેત્રમાં બુદ્ધિ વિશ્વાસપાત્ર/ભરોસાપાત્ર નથી. આંતર જગતમાં બુદ્ધિનું ચલણ ન ચલાવી લેવાય.
- જો શ્રવણ દરમ્યાન અર્થ/બુદ્ધિની સમજણ/સાયુંખોટું વગેરે આવે તો શ્રવણનો પુરુષાર્થ નકામો જાય. શ્રવણ દરમ્યાન કે કોઈ પણ પ્રસંગે તમારું ચિત્ત/જાગૃતિ હાજર રાખો- ભલે તમે વૃક્ષ જોતા હો. જો ચિત્ત હાજર/જાગૃત નહીં હોય તો મન જાડું બનશે.
- મનમાં વિચારો આવે તો મોક્ષ બગડતો નથી. મન એ ચંત્ર છે- તે બોલ્યા કરશે. પણ ચિત્ત તો તમે જ છો- એટલે ચિત્ત બગડે તો મોક્ષ બગડે. બગડેલું મન સુધરે પણ બગડેલું ચિત્ત ન સુધારી શકાય. ચિત્તની અજાગૃતિની નુકસાની ઘણી મોટી છે.
- ચિત્તની ભૂલ જ્ઞાન નહીં ચલાવી લે. ચિત્ત સતત (અખંડ) રીતે તત્ત્વ સાથેના જોડાણમાં હોવું જોઈએ. વાતાવરણથી આત્માનો પ્રકાશ ન ઢંકાઈ જવો જોઈએ.
- વ્યક્તિ ચિત્તથી તટસ્થ રીતે, અજ્ઞાત રીતે જોઈ/જાણી રહી છે – તેથી ચિત્તની શુદ્ધિ થઈ રહી છે- ભલે વાતાવરણ ખરાબ હોય. ચિત્તને માત્ર સજાગતા/સાવધાની જોઈએ.
- સત્સંગમાં ચિત્ત જોડાવાથી મન/ચિત્ત દિવ્યતાથી ભરાઈ જાય છે. પણ ત્યારે પોતાનું દોષદર્શન ઢંકાઈ જાય છે- કારણ કે ચિત્ત એક જ દિશામાં હોય છે. તો શું કરવું?
- ચિત્તમાં સતત જાણો કે આપણું મન અનેક ભૂલો અને દોષોથી ભરેલું હોવાથી જ આપણો જન્મ થયો છે. આપણે ભૂલોના ભંડાર છીએ – તો બીજાની ભૂલો ક્યાં જોવી? આમ સમજીને સત્સંગમાં શ્રવણ કરો – એટલે કર્મનો ઉદય આવશે ત્યારે હવે તમારી ભૂલો દેખાશે. આપણી ભૂલો આપણો અહંકાર ન દેખાડે- પણ આપણો અહંકાર હંમેશાં બીજાની ભૂલો જ દેખાડે.
- જન્મમરણના મોટા દોષો જ્યારે દેખાય ત્યારે સમજવું કે આ બધું મને જ્ઞાનના પ્રકાશના કિરણને લીધે દેખાય છે. સત્સંગમાં તમારે ભૂલો જોવાનું કામ નથી કરવાનું- પણ તમારા ચિત્તનું અનુસંધાન પ્રકાશ સાથે જ કરો.

- જેને સત્સંગ કરતાં આવડશે તેના દોષો જશે. વ્યક્તિ પરાશક્તિના ઉપયોગથી સંસારની બહાર નીકળી શકે. પ્રીતિ વગરનો સત્સંગ નકામો. “મારું કંઈક સારું થશે જ” – તેવો ભાવ ચોક્કસ રાખો. શુદ્ધ ભાવે શ્રવણ કરો. સત્સંગના પ્રેમને કારણે શ્રવણની ક્વોલિટી સુધરતી જશે- પછી દોષોની ચિંતા/ફિકર ન કરવી. જ્ઞાન ખરે સમયે મિત્ર બનીને આવશે જ.
- દ્રવ્ય/ક્ષેત્ર/કાળ/ભાવ ભેગાં થાય ત્યારે કર્મનો ઉદય આવે- ત્યારે તેની પાછળ જ્ઞાનનો પ્રકાશ આવશે જ- જો સત્સંગમાં ચિત્ત જ્ઞાનીમાં રાખ્યું હશે તો.
- ચીકણા દોષો કર્મના ઉદય વખતે જ જશે. નાના દોષો ફક્ત જાગૃતિથી જશે. ચિત્તને શ્રવણ/દર્શન વગેરેમાં જાગૃત રાખો. મન/બુદ્ધિ/અહંકાર સર્વસ્વ ન થઈ જાય તે જુઓ. પછી જ્ઞાનના પ્રકાશ પ્રત્યેનો અહોભાવ ઘટાડતા જવો અને બાદમાં તેને શાંત કરીને સહજ અવસ્થામાં રહેવું. ભાવાવેશમાં શક્તિ ખર્ચવી નહીં- આમ કરો તો તેમાં અપરાશક્તિ જોડાઈ જશે. ભાવ શબ્દ આત્માના ક્ષેત્રમાં ન ચાલે. ભાવને તટસ્થ રીતે સ્થિર કરો – શાંત/સ્થિર ભાવે શ્રવણ કરો- આવેશથી નહીં.
- જે વ્યક્તિમાં જ્ઞાનક્રિયા શરૂ થઈ ગઈ હોય તે ઊંઘમાં પણ આગળ વધે છે. પરાશક્તિ સાથે જોડાણ થાય ત્યારે શરીર/બુદ્ધિ ભલે તંદ્રામાં હોય તોપણ જ્ઞાનનો પ્રવાહ ચાલુ જ હોય (વધુ સારી રીતે) – કારણ કે ઊંઘમાં અહંકાર નથી હોતો. આવી વ્યક્તિ જાગે ત્યારે તેને તમસનો અનુભવ ન હોય- પણ ઊંડી સાત્ત્વિકતામાંથી જાગતી હોય તેવો અનુભવ થાય. બાળકની જેમ જાગે કે તરત જ હસતાં હસતાં જાગે.
- ઊંઘમાં ચિત્ત ન હોય. તો ચિત્તની હાજરી વગરની જ્ઞાનક્રિયા – જેને પ્રકાશ થયો છે – તેમાં આપોઆપ થશે. પણ જો ચિત્તની હાજરી હોય તો નોંધ લેવાય અને બાહ્ય પ્રકૃતિમાં વિકાસ થાય છે.
- જ્યારે ચિત્તના અંતઃકરણમાંથી બધા સંસ્કાર નીકળી જશે ત્યારે કાં તો સમાધિ લાગી જશે અથવા તો ઊંઘ આવી જશે- જે સાત્ત્વિક ઊંઘ હશે.
- રાત્રે સૂતી વખતનો છેલ્લો વિચાર સવારનો પ્રથમ વિચાર હશે. રોજ રાત્રે સૂતાં પહેલાં છેલ્લે – પરમાત્મા પાસે મુક્તાવસ્થા જ માંગો.
- કોઈને જ્ઞાનીનું સાંનિધ્ય ન હોય અને ધ્યાન/પૂજા વગેરે કરતો હોય છતાં તે સ્વચ્છંદ થઈ જાય છે (કૃપાળુદેવ) – આમ કેમ થાય છે ?
- સારા ગુણો જેટલા છે તે બધા જ ભગવાનની અપરાશક્તિમાંથી જ ઊગે છે- પરાશક્તિમાંથી નહીં. જ્યારે આવી ભલો માણસ જ્ઞાનીના જ્ઞાનને અગ્રેસર કરે છે – અને સાધનો મૂકી દે છે ત્યારે તે સાચા માર્ગે આવે છે. સાધનો પાર્થિવ છે. જ્ઞાનીની જ્ઞાનની દશા છે- એટલે જ્ઞાની પાસે સાધન ન કરવું.
- આવા માણસની વિપરીત સ્થિતિમાં ગુણો અવગુણ બની જાય છે – કારણ કે અપરાશક્તિ છે. એટલે જ્ઞાનનું કિરણ જો ન પકડે તો તે જન્મમરણ વધારે. ગુણો અહંકાર અને કર્તાપદમાંથી આવે છે.
- જ્યારે જ્ઞાનનો આધાર લેવાય ત્યારે ગીતા/પૂજાપાઠ/હિન્દુ વગેરેને મહત્ત્વ નહીં અપાય. જ્ઞાનની ગરજ પેદા થવી જોઈએ.
- સંસ્કારો શરીર/બુદ્ધિ/બાહ્ય કામ માટે છે. તે અંદર શાંત હોવા જોઈએ. સંસ્કારો આત્મા માટે નથી. મનથી જે પ્રિય લાગે તેની સાથે હોવું અને પ્રકૃતિને ન જુએ તે સ્વચ્છંદ છે- તેનાં જન્મમરણ ન કપાય.

સત્સંગ ક્રમાંક [941] 19 NOV 2006 A+B

- ભેદજ્ઞાન કેવી રીતે થાય?
- શરીરમાં અંતઃકરણ છે. તેની સાથે આપણે ઓતપ્રોત છીએ- પણ આપણા સ્વરૂપ/સ્વભાવ સાથે એકતા અનુભવતા નથી અને અંતઃકરણથી જુદા પડી શકતા નથી. જો અંતઃકરણથી

- જુદા પડીને વહેવાર કરો તો બંધન ન થાય- તેને ભેદજ્ઞાન કહે છે. સત્સંગમાં પણ આપણા મન/લાગણી/ભાવ પ્રધાન થઈ જાય છે.
- સત્સંગની વાણી ભેદવાણી/પરાવાણી/પ્રજ્ઞાવાણી છે. ચિત્તમાં જે ભેદરેખા પડે છે તે જન્મમરણ ચક્રાવલંબી છે.
 - મારી અંદરથી મને જ કોઈ દૂરથી જાણી રહ્યું છે. જ્ઞાનમાંથી શબ્દ ન આવે. જ્ઞાન નિઃશબ્દ છે. ભેદજ્ઞાનીને પોતાની બુદ્ધિ/શરીર પારકાં લાગે. જેટલો વધુ ભેદ અનુભવે તેટલો વિકાસ ગણાય. સાંભળનાર પોતે નથી પણ- “હું સંવેદનાનો જાણકાર છું” તેમ હોય/થાય તો ફાયદો છે.
 - પોતાની જાતને સતત જુદા પાડતા રહો- ‘જુઓ’. વહેવાર જુદો વસ્તુ છે, હકીકત(સત) જુદો વસ્તુ છે.
 - તમામ ક્રિયાને સતની દ્રષ્ટિથી જુઓ- સત પ્રાપ્ત નથી તો બુદ્ધિની જાગૃતિથી જુઓ. ભલે પ્રજ્ઞા જાગૃત ન હોય/જ્ઞાન ન હોય – પણ સત્સંગને કારણે બુદ્ધિ સવળી/સમ્યક્ – થોડી શાણી/સમજદાર થઈ ગઈ છે (પ્રાસાદિક બુદ્ધિ).
 - પોતાની જાત સાથે વાતો કરો કે – “આ ખોટું છે”, “મારે પ્રકાશની દિશામાં જવું છે”, “મારે મારા આ ભાવને ટેકો ન અપાય”- વગેરે રાખો તો બુદ્ધિની જાગૃતિ વધતી જશે.
 - એક વાર પ્રજ્ઞા જાગૃત થાય પછી પ્રજ્ઞા જ માર્ગદર્શન આપે છે- અને ધીમે ધીમે વ્યક્તિત્વ જ બદલાઈ જશે. પ્રજ્ઞા જન્મોજન્મ સાથે જ હોય.
 - દુઃખ ફક્ત અંતઃકરણને જ સ્પર્શી શકે. અંતઃકરણની પેલે પાર દુઃખ નથી. પ્રકૃતિ સાથે એકરૂપતા ફગાવી દો તો દૂર થાય. દુઃખ એ મનોમય પ્રકૃતિનો પડઘો છે. પડઘો સમજણ/જ્ઞાનમાંથી આવવો જોઈએ. કુદરત/ઝાડપાન/આકાશ સાથે જોડાણ રાખો. “મને જાગૃતિ નથી” તેવો ખેદ/તાપ રાખો.
 - બુદ્ધિ એ સંજોગોનું પરિણામ છે- પણ હોવાપણું એ સંજોગોનું પરિણામ નથી. થોડું એકાંત/મૌન રાખો. ધ્યાનમાં નિરીક્ષણ કરો. અવલોકનના માર્ગમાં રહો. સાચું કે ખોટું બધું ‘જાણો’. જાણવું પવિત્ર છે.
 - ભેદજ્ઞાન કરવા માટે આંખ બંધ કરીને સમય મળે ત્યારે ‘જુઓ’- પણ એમ ન રાખો કે “હું ધ્યાન કરવા બેઠો છું”. ફક્ત નિરીક્ષણ/પરીક્ષણ/અવલોકન કરો- તે માનસિક ક્રિયા નથી.
 - આદત/મનથી ભેદજ્ઞાન નથી થતું. રોજ બધું નવું જ હોય છે-પણ તમને તે દેખાતું નથી.
 - જોવાય ત્યારે મનથી જોવાય છે – પણ મનને જોઈ શકાતું નથી. તો શું કરવું ?
 - જ્યાં સુધી પ્રજ્ઞા નથી ત્યાં સુધી બુદ્ધિથી જ જોવાશે. પણ સત્સંગને કારણે તમને અહોભાવ છે એટલે બુદ્ધિની સભાનતાથી મન જોવાતું હશે (આંખ બંધ કરીને). એટલે સવળી બુદ્ધિ જરૂરી છે. સવળી એટલે પોઝિટિવ/વિધાયક. સંકલ્પ કરીને જોવાનું શરૂ કરો કે “મને કોઈ જ્ઞાની મદદ કરે છે”- એટલે પરમાણુઓનો વ્યય શરૂ થઈ જશે. જુઓ કે સંજોગો ઉત્પન્ન થયા, રહ્યા અને વ્યય/નાશ થયા. આમ જુઓ એટલે તમે બ્રહ્માંડને જોયું. ગમે તે થાય- જોવાનું શરૂ કરો- ભલે મન/બુદ્ધિથી જોવાય.
 - મૃત્યુની ઘટના જોવાથી મન વિચલિત થઈ જાય છે. તેનો મુકાબલો કેવી રીતે થાય?
 - પરિચિતના મૃત્યુથી વિચલિત થવાય છે. ભેદજ્ઞાન મૃત્યુની ઘટના ઉપર વિજય અપાવશે. ભેદજ્ઞાનથી પોતે અલગ છે તે સ્પષ્ટ થઈ જશે -એટલે બીજી વ્યક્તિને પણ તેમજ જોશે- કે બીજી વ્યક્તિના સ્થૂળ શરીર/મન સાથે મારે એકતા થઈ ગઈ હતી. આંસુ આવવાં તે ઉદ્ભવ નથી- તે અનુકંપા/કરુણાથી આવશે.
 - કોઈનું મૃત્યુ થાય ત્યારે – તેનો સંયોગ બદલાયો/તેનું વાતાવરણ બદલાયું તેમ કહેવું જોઈએ. પરિચિત વ્યક્તિને એ રીતે જુઓ કે “હું તેનો પરિચિત નથી” – પણ તે ભગવાનના અતિથિ છે તેમ જુઓ.
 - નવી વ્યક્તિ જ્યારે પરિચિત થાય ત્યારે શરૂમાં તેના ગુણ દેખાશે- બાદમાં ધીમે ધીમે તેના અવગુણ દેખાશે. આ શરીર એ મશીન/યંત્ર છે. તેને શા માટે ચાલવું? અંદરના આત્માને ચાહો. રોજ અભ્યાસ કરવો કે શરીર સતત ઘસાય છે- ગમે ત્યારે મૃત્યુ આવી શકે. રાત્રે કહો કે કાલે

ઊઠી શકીશ કે નહીં તે મને ખબર નથી. જો ઊઠો તો ફરીથી 'જોવાનું' શરૂ કરો. શરીર જરા પણ ભરોસાપાત્ર નથી. તે નશ્વર છે.

- આખા જગતને પરિચિત જ માનવું- તો હોમ સિકનેસ ન લાગે, અજાણ્યું ન લાગે. આમ કરશો તો તમારા ઘરના રૂમ, સોફાથી નહીં બંધાઓ. બધે વહેવાર જુદો છે પણ આત્મા એક જ છે. વહેવાર સાયવવો જોઈએ.
- જો મૃત્યુમાં કોઈને પ્રસન્નતાના વાઈબ્રેશન આપો તો તેને પહોંચે છે અને તે હળવા થાય છે. પણ જો દુઃખી થાઓ તો તે દુઃખના તરંગો તેને પહોંચે છે. એટલે મૃતકને સારા ભાવ આપો.
- "ગમે તેવી વ્યક્તિ હોય તોપણ હું બધાંને સારા/ઉત્તમ તરંગો જ આપવા માંગું છું" – આમ કરો તો તમને ભેદજ્ઞાન થઈ જશે. અન્યનું સારું કરવાનો જ ભાવ કરો. આમ ન કરી શકો તો વિચારો કે "મારું મન આવો ભાવ કરી શકતું નથી – હું લાચાર છું" – તો આ ભાવ પણ કામ કરશે- કારણ કે તમે તમારા પોતાના મનનો અસ્વીકાર કરો છો- પીડા અનુભવો છો. પણ આ પીડા સાચી હોવી જોઈએ. આ ભાવ સમ્યક્ બુદ્ધિના ભાવથી આવવો જોઈએ. લાગણી કે મોહ ન ચાલે.
- શબ્દ નાશવંત નથી. મનના તરંગો હોય જ છે. તે આત્માની જેમ અવિનાશી નથી પણ લાખો વર્ષ સુધી હોય.
- શું ભેદજ્ઞાન એ જ આત્મજ્ઞાન છે?
- ભેદજ્ઞાન એ રોજરોજના વહેવારને સમજણ/વિજ્ઞાનવાળો કરવા માટે છે. તેના વગર પણ આત્મજ્ઞાન થઈ શકે. પણ ભેદજ્ઞાનથી પ્રકૃતિ છૂટી પડે છે- નિરંતર સત્સંગમાં રહેવાય છે. ભેદજ્ઞાન એ આત્મજ્ઞાન નથી. જ્ઞાન માત્ર પ્રકાશ છે- તેમાં ભેદજ્ઞાન જેવું ન હોય. આત્મજ્ઞાન એટલે આવરણ વગરનો પ્રકાશ. ભેદજ્ઞાન એટલે લોકોને સમજાવવું. જે લોકોને આવરણો છે- તેને ભેદજ્ઞાન વડે બુદ્ધિ ચોખ્ખી થશે અને પરાબુદ્ધિ થશે. પછી ભેદજ્ઞાનની જરૂર નથી.

સત્સંગ ક્રમાંક [942] 03 DEC 2006 A

- આંતર મનને વિસ્તારથી કેમ જોવું/સાયવવું?
- મન સતત વહેતું હોય છે એટલે ધ્યાન, પૂજા ચાલુ હોય ત્યાં સુધી શાંતિ રહે.
- કઈ પણ ક્રિયા આવે એટલે મન/અહંકાર આવે છે. એટલે જ્ઞાતા-દ્રષ્ટા બનો અને ક્રિયાથી જુદા પડો. મન/બુદ્ધિ/શરીરની ક્રિયાથી તમને એમ લાગે કે મેં ઘણું કર્યું – પણ તમે તેની બહાર ન જઈ શકો. તમે દ્રષ્ટા બનો. દ્રષ્ટા પેલે પારથી આવે છે.
- જો મનમાં મેગ્નેટિક સેન્ટર (યુંબકીય ક્ષેત્ર) હશે તો સત્સંગ અને જ્ઞાનીની કિંમત હશે. મનમાં લાલચ વગેરે આવે તો તેને વશ ન થવું. અંદર અબજો પ્રકારના સંસ્કારો પડેલા છે. વિચારો ભલે આવે, ચિંતા ન કરો. ફક્ત 'જુઓ'.
- જેણે ભાવથી જ્ઞાની સાથે સંબંધ સ્થાપિત કર્યો હોય તો તેની બુદ્ધિ અંદરથી આત્માનું નેતૃત્વ માન્ય કરતી હોય- જેને શ્રદ્ધા કહે છે. બુદ્ધિ સમ્યક્ દિશામાં આગળ વધે છે. (સમકિત કહે છે).
- જેને ખરેખર જ્ઞાનનું કિરણ ચાલુ થઈ ગયું હોય તેના 15 થી વધુ જન્મ નહીં થાય. જ્ઞાની પ્રત્યે અહોભાવ/મૈત્રી ભાવ થતો હોય અને જ્ઞાનની તાલાવેલી થઈ ગઈ હોય તો આ અહોભાવ તેને પડવા નહીં દે.
- જો લોકો માને છે કે જ્ઞાતા-દ્રષ્ટાએ કઈ કરવાનું હોતું નથી- તે સમજી લે કે પોતાના શરીર/મન/બુદ્ધિથી કઈ કરવાનું નથી- પણ ભાવથી અખંડ રીતે 24 કલાક પોતાના ચિત્તને આત્મા સાથે જોડી રાખવાનું છે- ભલે કઈ પણ કામ ચાલુ હોય. ક્રિયામાં ચોંટવાને બદલે બધું નાટક છે તેમ સમજવાનું છે. આ પુરુષાર્થ છે.
- દરેક જગ્યાએ જ્ઞાતા-દ્રષ્ટાનું પદ શોધવાનું છે. ચિત્તને વાતાવરણના પ્રભાવથી દૂર રાખીને જોવાનું છે- ભલે લગ્ન/મૃત્યુ કઈ પણ કામ હોય. તમારે તમારું ચિત્ત ત્યાં વાતાવરણમાં ભેળવવાનું નથી. અંદરથી અલિપ્ત રહો. કોઈને કહેવાનું નથી કે પ્રદર્શન કરવાનું નથી- નહિતર

પાખંડ થશે. ભૂલી જવાય તો ચિંતા ન કરો- યાદ આવે એટલે જોડાઈ જાઓ અને દ્રષ્ટા બનો. આંતરિક રીતે ક્રિયાથી સતત દૂર રહો.

- ફી સમયનો અંતર્મુખ થઈને ઉપયોગ કરો. એકાંતમાં રહો. જ્ઞાનીની વાણી સાંભળો. અંદર જુઓ. આકાશ જુઓ. ઝાડ, પાન, કુદરત સાથે રહો. શક્ય હોય તો બ્રાહ્મ મુહૂર્તમાં આત્માનું અનુસંધાન કરો તો અહંકાર/અંતરિક્ષ/કુદરત પણ સાથ આપે છે.
- જ્ઞાનીઓ હંમેશાં વહેલી સવારે જાગેલા જ હોય – સૂતા ન હોય. વહેલી સવારના પરમાણુઓ ઉત્તમ કક્ષાના હોય છે. તેનું મૂલ્ય સમજો- લાભ લેવો. કંઈ કરવાનું નથી- માત્ર શાંતિથી બેસો અને જુઓ.

સત્સંગ ક્રમાંક [942] 03 DEC 2006 B

- મનનો સાતત્યભંગ કરો. દિવસમાં 4 – 5 વખત શાંતિથી 10 મિનિટ બેસો અને જુઓ. મનનું સાતત્ય તમને ચોક્કસ દિશાના જન્મ તરફ લઈ જાય છે. એટલે મનનું સાતત્ય તોડી- આ અનિવાર્ય છે. આપણા મન ઉપર અહમ/બુદ્ધિનો લેપ છે – જે કાઢવાનો છે. અંદરનો કયરો કાઢવાનો છે. રાત્રે ઊઘમાં સાતત્ય તૂટે છે પણ તે જડ શાંતિ છે. પ્રવૃત્તિ કરતાં કરતાં વચ્ચે વિરામ લેવો – તોપણ સાતત્ય તૂટે છે.
- સંબંધોમાં, હળવામળવામાં વિવેક રાખો. બિનજરૂરી ન મળો. અનિવાર્ય રીતે મળવું પડે તો જવું, પણ ક્રિયા તમારી ઈચ્છા વિરુદ્ધની હોવાથી બંધન નહીં થાય.
- બોલવામાં સંયમ રાખો. આવશ્યકતા હોય તો જ બોલો. મન/વચન/વાણી ચેતનની વિરુદ્ધ છે- પણ ચેતન તરફી વાણી બોલો તો ધીમે ધીમે મૌનની શક્તિ ડેવલપ થાય છે.
- સત્સંગના પરમાણુઓ પણ જડ છે- પણ તે વિરોધી પરમાણુઓને હઠાવે છે- એટલે જ્ઞાનની વાત કરવી અને સાંભળવી. જે બોલો તે આત્મા/ભગવાન માટે બોલો, બીજાનું શુભ કરવા બોલો. જેમ કીમતી વસ્તુ સાચવો છો તેમ ચિત્તને સતત સાચવો- તેની કાળજી લેવી. સામેવાળી વ્યક્તિ સાથેના વ્યવહારમાં પણ તેના ચિત્તની કાળજી લેવી.
- કોઈ પણ જીવને દુઃખ ન આપવું- તેવો ભાવ અને વર્તન રાખવું. હંમેશાં તમારો આશય અને નિશ્ચય જોવાય છે- ભલે તમારી ભૂલ થાય. કોઈ ભલે તમને ગમે તેટલું દુઃખ આપી ગયું હોય – તેનું ભવું ઈચ્છો- તેવો આશય/નિશ્ચય રાખો. ભૂલ અને દોષ પ્રકૃતિના છે એટલે વ્યક્તિ નાહિમત થઈ જાય છે. પણ યાદ રાખો કે તમારો દોષ ન થતો હોય તોપણ તમે દોષી જ છો. અહીં તમારો આશય અને નિશ્ચય જ કામ કરશે.
- તમારા પુણ્ય કે પાપની કોઈ કિંમત નથી. સ્વરૂપની દિશામાં કરેલ કાર્ય જ જોવાય છે.
- જો પ્રમાદ કે આળસ આવે તો તે આત્માને ધરી દેવાં- કે મારાથી આ પ્રમાદ/આળસ જતાં નથી- તો જરૂર કામ થશે. તમે સાંભળો છો પણ જ્ઞાન લાગુ કરતા નથી તે તમારી કમજોરી છે.
- કોઈ વ્યક્તિ શાંતિથી આંખ બંધ કરીને બેઠી છે – તે પ્રમાદી નથી. તેનું ચિત્ત ચિત્તિશક્તિ સાથે જોડાયેલું છે. ચિત્તની ઉપેક્ષા એ પ્રમાદ છે. મૂલ્ય ચિત્તનું જ છે. તમારા ચિત્તને પકવવા માટે જ તમે અન્ય વ્યક્તિના સંપર્કમાં આવ્યા છો- પણ તમે તો અન્ય વ્યક્તિમાં જ ચિત્ત આપો છો.
- મનથી મન જોઈ ન શકાય, પણ જો મન દેખાવા લાગે તો ગાડી પાટે ચડી ગઈ છે તેમ સમજવું. જેને પોતાનું મન દેખાય તેને જ બીજાનું મન દેખાય- નહિતર ન દેખાય.
- જ્ઞાતા-દ્રષ્ટા એટલે શું તે સમજો. જેમ હાથ બરફને અડે તો ઠંડકનો બોધ થયો. તે રીતે બોધ પંચેન્દ્રિયની બહારથી થાય છે. વ્યક્તિને ભાન થાય છે. પંચેન્દ્રિયથી દૂર જ્ઞાતા પદ પ્રાપ્ત થાય છે.
- આપણને જે કંઈ થાય છે તે મગજમાં સંવેદના થાય છે – તે બોધ નથી. દુઃખ અને સુખ એમ બંને સંવેદના થાય છે. બોધ હોય તે – મનની શાંતિ/અશાંતિ બંનેને જાણે છે. બંનેમાં તેને સુખ વર્તાય છે. પણ સુખની સંવેદનામાં પણ વ્યક્તિ કંટાળી જાય છે.

- બોધમાં નિત્ય નૂતનતા છે. એટલે બોધ થયા પછી બુદ્ધિની સંવેદના ભલે થાય – પણ તેનો જાણનાર જ્ઞાતા હશે- જે કર્મનો ક્ષય કરશે. જ્ઞાતાને ખબર પડશે કે આ શરીર ફક્ત પૂતળું જ છે- જેમાં સંવેદના જ થાય છે.
- કેટલાક ભૂલ કરે છે કે – સંવેદનાને કાપવી અને તેનાથી બચવાનું શરૂ કરે છે. પણ જ્યાં સુધી શરીરમાં આત્મા/ચેતના છે ત્યાં સુધી ઇન્દ્રિયોમાં સંવેદના થાય, થાય અને થાય જ. જ્ઞાનીને પણ સંવેદનાઓ થાય જ. સંવેદના નહીં નીકળે- પણ સંવેદના સાથે તમારાં મન/બુદ્ધિ/અહંકાર ભળે છે. તમે સાવધાની રાખીને – તેમાં ભળ્યા વગર - સંવેદનાને જાણો – તો તમે જ્ઞાતા છો.
- સંવેદનાને પોતાની જાત સાથે એક કરી દેવી કે “આ મને થાય છે”- એટલે તમે ભળી ગયા. આ જોયું નહીં તે મોટામાં મોટી ભૂલ/ગુનો/અપરાધ છે. ચોટી જાય તે મન/બુદ્ધિ/અહંકાર છે. એટલે સુખ-દુઃખની સંવેદનામાં ભળવું નહીં.
- જેમ મન ચોખ્ખું હોય તેમ સુખ-દુઃખની સંવેદના ઊડાણથી આવે છે – પણ તમારે ફક્ત તેને જાણવાની જ છે. (જેમ સફેદ કપડાંમાં ડાઘ તરત દેખાય તેમ.)
- સંવેદનાને દબાવવાનો પ્રયત્ન ન કરો. નહિતર સંવેદના જડ થઈ જાય- તેની બુદ્ધિ/વિનય/વિવેક ન રહે. પણ જાગૃતિથી સંવેદનાને જાણો તો કામ સારું થાય.
- તમારાં શરીર/મન/ચિત્તને ચોખ્ખાં રાખો/નિર્મળ રાખો/યોગ્ય કામમાં રાખો. (અતિ કામ નહીં). જેવું છે તેવું તમારા શરીરના ઉપયોગથી જ મૃત્યુ જીતવાનું છે- એટલે શરીર/મનનું મહત્ત્વ સમજો. અંદર જોવાનું છે. ગીતા/ઉપનિષદોમાં રહેલ જ્ઞાન જ્ઞાતા-દ્રષ્ટાનું જ છે.
- જ્ઞાતા ક્યાંય જતો/આવતો/ઊઠતો/બેસતો/સૂતો નથી. એટલે જુઓ કે શરીર બધું કરે છે/મળે છે/વ્યવહાર કરે છે/જમે છે અને હું તેનો જ્ઞાતા-દ્રષ્ટા છું. આવી દ્રષ્ટિ/ભાવ બધે જ રાખો કે “હું જ્ઞાતા-દ્રષ્ટા છું” તો ઈશ્વર તમને બધેથી બચાવશે જ.
- ધંધો/વહેવાર તમારા આત્માથી જ કરો. તમારા સંયોગો તમારા દ્રવ્ય/ક્ષેત્ર/કાળ/ભાવથી જ આવેલા છે. એટલે તમે સંયોગોને હટાવી નહીં શકો. આ સંયોગોમાંથી જ તમારી સાઈકલ કાઢવાની છે. સંયોગોથી ભાગશો તો વધુ દુઃખ આવશે. સંયોગોને સમજવાથી/જાણવાથી જ તેની વચ્ચે જ મુક્તિ મળે છે- જેમ શરીરની વચ્ચે હોવાથી જ મુક્તિ મળે છે.

સત્સંગ ક્રમાંક [942] 03 DEC 2006 C

- નવા સંજોગો ઊભા કરવા તે ગુનો છે- પણ પ્રાપ્ત સંજોગોમાંથી જાગૃતિથી નીકળવું. પ્રાર્થના કરો કે “મારા સંજોગો શાંત કરો અને મને સ્વરૂપ મળે”. વિપરીત સંજોગોમાં જો રહેતાં આવડે તો તે કલ્યાણ માટે જ છે. સંકટો તમારા અહંકારને જમીનદોસ્ત કરે છે- તેથી કલ્યાણ કરે છે. દરેક જ્ઞાની ભયાનક સંકટોમાંથી જ બહાર આવ્યા છે. તમારે સંકટો માંગવાનાં નથી પણ જે આવેલાં છે તેની જાગૃતિ રાખો અને તેને જાણો તો છુટકારો થશે. સંજોગોથી બીવું/ડરવું નહીં.
- ઘણી ઊંચી કોટિની ચેતનાઓ અશરીરી રીતે અવકાશમાં વ્યાપ્ત હોય છે (દા.ત. શ્રીકૃષ્ણ) તેને યાદ કરો તો તે જોડાય છે. તમને જે જ્ઞાની સાથે મેળ પડે છે તેને આર્દ્ર/દીન/ભક્તિ ભાવે નમન કરો- જોડાણ કરો- તો તેની શક્તિ વ્યક્તિની અંદર કાર્ય કરશે. એટલે જો જ્ઞાતા-દ્રષ્ટામાં – કે વ્યવહાર/ધ્યાનમાં તમારી શક્તિ ઓછી પડે તો મોટી શક્તિ સાથે અનુસંધાન કરો અને તેને આહ્વાન કરો. આવા ગુરુતત્ત્વ સાથે સતત ચિત્ત જોડો કે “તેની શક્તિ હશે તો થશે”. ગુરુ દતાત્રેય પણ અક્ષર તરીકે અંતરિક્ષમાં હાજર છે. વ્યક્તિ નહીં પણ ગુરુતત્ત્વ મહત્ત્વનું છે.

સત્સંગ ક્રમાંક [943] 17 DEC 2006 A+B

- પ્રાણશક્તિ ક્યાં સુધી વિકસિત થતી હોય છે?

- જેનામાં પ્રાણ હોય તે પ્રાણી. ભગવાન/આત્મામાં પ્રાણ નથી. શરીર છૂટે ત્યારે પ્રાણ શરીર (તેજસ શરીર) તમારી સાથે જ જાય છે. જો મૃત્યુ સમયે પ્રાણ ન જાય તો નિર્વાણ થયું કહેવાય.
- પ્રાણશક્તિ કેમ બચાવવી ?
- શ્વાસ/ઉચ્છ્વાસ સાથે પ્રાણને ગહન સંબંધ છે. શ્વાસની શક્તિ જીવનની મૂડી છે. શ્વાસમાં સાવધાની રાખો. માણસો પોતાના વિચાર/બુદ્ધિ/સાધના/તપ/સાધન ઉપર વજન મૂકે છે પણ શ્વાસ ઉપર વજન મૂકતા નથી.
- આંખ/કાન/જીભ બધું જ શ્વાસથી ચાલે છે. શ્વાસ ઉપર ધ્યાન/લક્ષ આપવું જોઈએ. વિચાર/કલ્પના/વૃત્તિમાં ખર્ચાતા શ્વાસને જ્યારે દ્રષ્ટિ અપાય ત્યારે પંચેન્દ્રિય દ્વારા આવતો કયરો શ્વાસના ગળણાને કારણે બહાર જ અટકી જાય છે. શ્વાસને જોવો તે સ્વયંભૂ પ્રાણાયામ છે. તેને જોતાં જ શ્વાસ ધીમો થતો જાય છે અને નાભિમાં સ્થિર થાય છે અને અસાધારણ પ્રાણશક્તિ ભેગી થાય છે. વ્યક્તિના વિચારો/ચિંતામાં ઘણો શ્વાસ ખર્ચાય છે.
- બહારની વસ્તુ આભાસી છે, સત્ય નથી- ભ્રાંતિ છે. મનથી જે કંઈ દેખાય તે સત્ય ન હોય. સત અદ્રશ્ય છે. તે અનુભવમાં કેમ આવે તે સમજો- શ્વાસ ઉપર નજર રાખો. વિચારો શ્વાસમાંથી જ આવે છે. જો શ્વાસ નાભિમાં ઊભો રહી જાય તો વિચારો સ્થિર થાય.
- શ્વાસ પર નજર રાખવાથી તે સ્થિર થશે અને કર્મનું બીજ પડતું અટકે, અહંકારની વિકૃતિ અટકે, બહારના સંઘર્ષ અટકે. શ્વાસને જોવાથી તે સંવેદનામાં ભળતો નથી એટલે સંવેદનાની શક્તિ ઘટે છે અને સંવેદનાને જાણે છે.
- જાગૃતિ એ પ્રકાશ/તેજ છે. તેનાથી તેજસ શરીર વિકાસ પામે છે. આ તેજસ શરીરનો વિકાસ થવાથી ચોવીસે કલાક પોતાના દોષ દેખાવા શરૂ થાય, સંવેદના દેખાય અને સમજણનું સુખ શરૂ થાય. સમજણનું સુખ હંમેશાં સ્વદોષના નિરીક્ષણ પછી જ શરૂ થાય છે.
- જ્યાં સુધી પાપ/દોષ હોય ત્યાં સુધી પ્રાણશક્તિ જરૂરી છે. પાપ એટલે – જે વ્યક્તિ સ્વભાવની દિશામાં ન ચાલે તે પાપ છે. પાપ અને પુણ્ય – બંનેની ગાંઠ પડે છે. તે બંનેને પ્રાણશક્તિ વડે શાંત કરવા પડે.
- નિષ્પાપ હોય તેની બુદ્ધિ અવળી નથી- સીધી છે. તેને પોતાની જાગૃતિ રાખવી જ ન પડે. તેનો પોતાનો પ્રકાશ ક્રિયાશીલ હોય.
- કર્તાપિદનો અહંકાર અને ભોક્તાપદનો અહંકાર – એમ બે પ્રકારના અહંકાર હોય છે. પ્રાણશક્તિની જાગૃતિ થતી જાય તેમ તેમ બુદ્ધિ સીધી થતી જાય – એટલે કર્તાપિદનો અહંકાર નવાં બંધન નહીં બાંધે. પણ ભોક્તાપદનો અહંકાર સહેલાઈથી નહીં જાય. ભોક્તાપદના અહંકાર વડે નવું બંધન નહીં થાય – પણ કર્તાપિદના અહંકારથી જ નવું બંધન થાય છે. ભોક્તાપદનો અહંકાર જાગૃતિથી જશે.
- સંચિત કર્મો એટલાં સૂક્ષ્મ છે કે તે જ્ઞાનીને પણ દેખાતાં નથી. પ્રારબ્ધ કર્મ દેખાય. તે શરીરના આત્માને ચોંટાવે છે. જેમ જેમ કર્મનો ઉદય આવે તેમ તેમ અંદરના પરમાણુઓ બહાર આવે.
- કોઈ પણ કામને જ્ઞાનથી 'જુઓ' તો તેના પરમાણુઓ ફરી જાય છે- તે ભક્તિ બને છે.
- એક વાર પ્રજ્ઞા જાગૃત થાય પછી આ પ્રજ્ઞા જ પ્રાણને/તેજોમય શરીરને પ્રકાશિત કરતી રહે છે. પ્રકાશ વધતો રહે છે. આ વ્યક્તિ કકળાટની વચ્ચે પણ નિર્લેપ રહે છે/તે શાંત હોય છે.
- 45 વર્ષ પછી વ્યક્તિનું શરીર વિસર્જન તરફ ગતિ કરે છે. તેના વિસર્જનના અણુઓ એકટિવ થશે. એટલે નાહિમત ન થવું અને જાગૃતિ રાખવી.
- જ્ઞાનનો પ્રકાશ ચાલુ હોય ત્યારે મન/બુદ્ધિ/ચિત્ત/અહંકારથી છૂટા પડી ગયા હોઈએ તેવું લાગે છે. જ્યારે આવું સત્સંગનું વાતાવરણ ન હોય ત્યારે છૂટા નથી પડાતું. તો આમાં વ્યક્તિનો દોષ છે ?
- પુરુષાર્થ કરો. સત્સંગમાં પુરુષાર્થની જરૂર નથી. બહાર પ્રજ્ઞા/જ્ઞાતા/દ્રષ્ટા હોય તો પુરુષાર્થ ચાલી જ રહ્યો છે. પણ તમારી પાસે આ નથી. તમારી પાસે જાગૃતિ પણ નથી. તો આવા સંજોગોમાં પરમાણુઓની શક્તિ હોય છે- અહીં આત્માની શક્તિ નથી. તમે આ પરમાણુઓ સામે કંઈ નહીં કરી શકો. એટલે સંયમપૂર્વક પરમાણુઓની સાથે જીવવાનું છે- ફરિયાદ કરવાની નથી. જો ફરિયાદ કે બળાપો થાય તો તે પરમાણુઓની તાકાત વધારે છે. કાળમાંથી

પસાર થઈ જાયો. (હે રામ...વગેરે શબ્દો બોલી શકાય- તે ફરિયાદ નથી) આ દુઃખ/યાતના મોહમાંથી નથી આવી. પરમાણુઓની શક્તિ તમારે સ્વીકારવી પડે. જ્ઞાનીને પણ શરીરમાં દર્દ/કષ્ટ આવે છે.

- દુઃખમાં મોહ ન હોય પણ સુખમાં મોહ આવે છે- જે કાતિલ મોહ છે. બંનેમાં પ્રાણશક્તિની જાગૃતિ ઊભી કરવી.
- ભક્તિ/જ્ઞાન શું છે ? બંને અલગ છે ?
- જે સ્વરૂપ સાથે જોડાયેલ છે તે ભક્ત. જ્ઞાન વગર વ્યક્તિ સ્વરૂપ સાથે જોડાઈ શકે નહીં. જો જ્ઞાન હોય તો પાપ/પુણ્ય કંઈ વધે નહીં- પણ જો જ્ઞાન ન હોય તો પુણ્ય/પાપ બંને વધી શકે. જ્ઞાનીને પુણ્ય નહીં મળે. જો પાપ/પુણ્યના પરમાણુઓ જમા થાય તો ભોગવવા જન્મ લેવો પડે. જ્ઞાનાગ્નિ બધા દોષોને બાળી નાંખે છે- એટલે જન્મમરણ જાય.
- ભક્તિ અને જ્ઞાન અલગ નથી. જ્ઞાન થયા પછી જ ભક્તિ આવે છે. સાચી ભક્તિ જ્ઞાનમાંથી જ આવે છે.
- જ્યારે તમને જ્ઞાન નથી થયું ત્યારે - અહંકાર/બુદ્ધિને કેન્દ્રમાં રાખ્યા વગર વ્યવહાર/વર્તન કરો તે ભક્તિ છે.
- જ્ઞાન થયા પછી ક્રિયા મહત્વની નથી. બધી ઘટનાઓ જ્ઞાનથી જ જોવાય છે. જ્ઞાનથી જે કંઈ વ્યક્ત થાય છે તે ભક્તિ જ છે.

સત્સંગ ક્રમાંક [944] 07 JAN 2007 A+B

- કોઈ કામ કરતાં હોઈએ ત્યારે આ કામ આગલા જન્મમાં થઈ ગયું હોય તેમ લાગે છે. આમ કેમ? - ક્યારેક આગલા જન્મની સ્મૃતિ હોય છે.
- મન/બુદ્ધિ/ચિત્ત/અહંકાર એક જ દિશામાં હોય અને એકરસ થઈ જાય તે અનન્ય ભાવ છે. ઈશ્વર તરફ અનન્ય ભાવ હોય તો તેને ઈશ્વર/પરમાત્મા મળે છે. ભગવાન તમારા પ્રકૃતિના દોષને નથી જોતા - પણ તે તમારો અનન્ય ભાવ જુએ છે. આ અનન્ય ભાવ ઊભો કરવાનો સતત પુરુષાર્થ કરવો - ફળમાં દ્રષ્ટિ રાખ્યા વગર. જો ભૂલ થાય તો કોઈ વાંધો નહીં, ચિંતા ન કરવી- પણ પુરુષાર્થ જોઈશે.
- 'મનથી ઉપર ઊઠવું છે' તેવો સંકલ્પ થાય છે- તે ક્યાંથી થાય છે? મનમાંથી?
- તમારે સંસાર છોડવાનો નથી પણ અંદરથી પ્રકાશ/ભગવત્તા માટે રસ ઉત્પન્ન કરવાનો છે - તે દુઃખમુક્તિ માટે અનિવાર્ય છે. જો તમારી નજર ભગવત્તા જગાડવાના ફળ તરફ રહે તે ભૂલ છે. પુરુષાર્થ તરફ નજર રાખો. નહિતર ફળ મેળવવાની મહત્વાકાંક્ષા થશે- પરિણામ ઉપર/ફળ ઉપર નજર થશે- જે ખોટું છે. ફળ તમારા હાથમાં નથી. કામને નિમિત્તે અંધકાર દૂર કરવા પર દ્રષ્ટિ રાખો. કામનું મહત્વ નથી- પણ કામ કરતાં કરતાં ભગવાનનો યોગ કરો તે જરૂરી છે. કામનો પ્રમાદ ન કરો તેમજ કામને મહત્વ ન આપો. તમારું ચેતન ઘર/ધંધો ચલાવવા માટે નથી- પણ ઈશ્વર મેળવવા માટે છે. પણ સાથે સાથે ઘર/ધંધો ચલાવવાનો તો છે જ. એટલે કામની અંદર ઈશ્વરની ઊર્જા દાખલ કરો. તમારી નિષ્ઠા કામમાં નહીં પણ ઈશ્વરમાં હોવી જોઈએ. ભલે તમને કામમાં નિષ્ફળતા મળે- પણ આ નિષ્ફળતા શરીર/મશીનની છે.
- જે લોકો જ્ઞાનમાં આગળ વધેલા હોય છે તે પણ પરમાત્માનો પોકાર કરતા હોય છે. આ શું ફળની પ્રાપ્તિનો પોકાર ન કહેવાય?
- જ્યારે જેનો અહંકાર શુદ્ધ થયો તે જ્ઞાની છે- આત્મા પોતે જ્ઞાની નથી. અહંકારને પ્રાપ્તિની પ્રાપ્તિ થાય છે તે જ્ઞાની છે. જ્ઞાન થયા પછી પણ અપરાશક્તિ પડેલી હોય છે. બધું રાતોરાત ન થાય- પણ જ્ઞાનના પ્રકાશથી અંદરના અજ્ઞાનને જોવાનું છે. શરીર બનવાનાં કારણો અંદર કારણ શરીરમાં છે.
- જોવું એટલે શું તે સમજો- જોવું એટલે અનુભવવું. અંદરના કારણ શરીરનો અનુભવ કરવાનો છે. જ્ઞાનની આંખથી કારણ શરીર જોવાય કે તરત જ કારણ શરીરમાં વિસ્ફોટ થાય. કારણ

શરીર એટલે શું તે સમજો- તે વ્યક્ત નથી. કારણ શરીર અતિ સૂક્ષ્મ છે અને તેના પરમાણુઓ પગથી માથા સુધીની ચેતનામાં આવેલા છે.

- કારણ શરીર કોઈને પણ નહીં દેખાય. જ્યારે કારણ શરીર સંચિત કર્મમાં આવે, પ્રારબ્ધ કર્મમાં આવે – ભોગવટો (સુખ કે દુઃખ) આપવા માટે- અને પ્રજ્ઞા જાગૃત થઈ હોય તેને તે દેખાય.
- પરમાણુઓ ભોગવટો/સુખ દુઃખ આપીને જતા રહેશે, તે ટકશે નહીં. જ્યારે ભોગવટો આવે અને તમે રોતાં રોતાં ભોગવો તો દુઃખનો ગુણાકાર થાય – પણ સમતાથી જુઓ કે – આ પસાર થઈ જવાનું જ છે. જો જ્ઞાની પુરુષ સાથેનો સત્સંગ હોય અને સમતા રાખો તો તે કર્મ ઘસાઈને નીકળી જશે.
- જ્ઞાની પાસે જ્ઞાનની ક્ષમતા છે - તે ક્યારેય આકાંક્ષા/મહત્વાકાંક્ષામાં જઈ ન શકે- કારણ કે આકાંક્ષાનું સંચાલન કર્તા પાસે હોય છે. જ્ઞાની પાસે ચિત્તની શુદ્ધિ છે- જે પુરુષાર્થમાં જશે. એટલે “હું મુક્ત થાઉં” તેવો ભાવ એ પુરુષાર્થ છે- એટલે કર્મો ક્ષીણ થતાં જશે.
- જ્ઞાનદ્રષ્ટિવાળાને અગાઉથી ખબર પડે કે અમુક તકલીફ આવવાની છે- ત્યારે ભાગવાની નહીં પણ ‘જોઈ’ ને પસાર થવાની જરૂર છે. આમ ‘જોવું’ એટલે અનુભવવું/બોધ કરવો- જેને દર્શન (અનુભવ) કહેવામાં આવે છે. દર્શન ન હોય તો વ્યક્તિ પાસે મૂઢતા છે. જ્યારે દુઃખ હોય ત્યારે જોયું નહીં – તો મૂઢતામાં છે.
- જો તમારી જાગૃતિ દુઃખથી બચવામાં વપરાય તો તે અહંકારને ખાતે વપરાશે- એટલે દુઃખથી બચવા નહીં પણ દુઃખને ‘જોવા’ માં જાગૃતિ વાપરો અને પરમાણુઓને ‘જોઈને’ નીકળી જવા દો – નહિતર દુઃખ ભવિષ્યમાં બમણા વેગથી આવશે.
- કર્મના વેગ સહેલા નથી. કર્મ ઉદય થાય ત્યારે ગુરુત્ત્વ પાસે ધીરજની સહાય માંગો. ધીરજનાં ફળ હંમેશાં મીઠાં હોય છે. તમારા ધીરજ માંગવાના તરંગો ચેતનમાંથી બને છે- અને તે કામ કરે છે – અને તે કૃપા છે. કૃપા આયાસ કે પ્રયત્નથી ન આવે. આ વસ્તુ જ્ઞાન મળ્યા પછીનો પુરુષાર્થ છે. જ્યાં સુધી જ્ઞાન નથી ત્યાં સુધી મન/બુદ્ધિની સમતા રાખવી. તેનું પણ મૂલ્ય છે.
- જ્ઞાન માર્ગમાં મન/બુદ્ધિની સક્રિયતા સૌથી ખરાબ છે. જ્યારે તે શાંત હોય ત્યારે પ્રજ્ઞા હોય છે. મનની સ્થિરતા/સમતા રાખો. જો ન થાય તો સત્સંગને યાદ કરો. મોટેથી સમતા માટે પ્રાર્થના કરો.
- જેને જ્ઞાનનો પ્રકાશ નથી થયો પણ બુદ્ધિ સ્થિર છે તે ‘સ્થિતપ્રજ્ઞ’ છે. તમારું કામ સમતામાં રહેવાનું છે. જો પ્રજ્ઞા હોય અને મન વિષમ થઈ જાય તો દોષ લેખાતો નથી. દોષ લાગવા માટે કર્તાભાવ/અહંકાર જોઈએ. કર્તા ન હોય તો સજા ક્યાં ઉધારવી? કર્મની સજા/પાપ લાગતું નથી. જ્યાં સુધી પ્રજ્ઞા પ્રાપ્ત ન થાય ત્યાં સુધી સમતા રાખવી. સમતા અભ્યાસથી આવે છે જ્યારે પ્રજ્ઞા કૃપાથી આવે છે.
- તમને કર્મના પરમાણુઓ સાથે વહેવાર કરતાં આવડવો જોઈએ. મનને બને તેટલું નિષ્ક્રિય રાખો અને જાગૃતિને સક્રિય રાખો.
- શરીરમાંથી ‘હુંપણા’ નો ભાવ જતો જ નથી – તો શું કરવું?
- તમે ‘હુંપણા’ ને કદી કાઢી શકશો જ નહીં – કારણ કે તમારું ‘હોવાપણું’ છે જ. ‘હુંપણા’ સાથે યુદ્ધ/લડાઈ ન કરવી. જે ‘હું’ અશુદ્ધ છે તેને શુદ્ધ કરવાનો છે. જ્ઞાનીને પણ મન/શરીર સાથેના સંબંધ વગરનો ‘હું’ હોય છે- જે શુદ્ધ ચિત્ત છે. આ શુદ્ધ ચિત્ત તો રહેવાનું જ છે.
- તમે કહો છો કે “હું છું”. આમાં ‘હું’ બરોબર છે – પણ “હું છું” તે માયાનો સ્વીકાર છે- તે માયિક નિશ્ચય છે.
- ‘હું’એ માની લીધું છે કે “હું શરીર છું” – તે ભ્રાંતિ છે. શરીર જવાનું છે- ‘હું’ શાશ્વત છે. તમે અનંત સમયથી છો જ. હોવાપણું શાશ્વત છે. પણ તમે તમારા શરીર/આવડત/બુદ્ધિ/સંબંધ ... આ બધા પ્રત્યે હોવાપણું કરી નાખ્યું. આ બધામાંથી જ ‘મારાપણું’ આવે છે. શુદ્ધ ચિત્તમાંથી ‘મારાપણું’ નથી આવતું.
- શરીર કુદરતનું છે- તમારું નથી- જેમ ઝાડપાન કુદરતનાં છે, તમારાં નથી. જેમ જેમ ભ્રાંતિ/ગેરસમજણ/અજ્ઞાન દૂર થાય તેમ તેમ ચિત્તની અશુદ્ધિ દૂર થાય.

- જ્યારે કર્તાપદ્મ/અહંકાર તૂટી જાય પછી પણ 'હુંપણું' રહેતું હોય છે – તેને પણ શાંત કરવાનું હોય છે.
- હું શરીર/મન/બુદ્ધિ/અહંકાર/ચિત્ત/નામ/રૂપ/આકાર નથી. આ બધું જ કાઢવાનું છે. 'હુંપણું' ખોટી જગ્યાએ થઈ ગયું છે. અપમાન શરીરનું છે, તમારું નથી. સત્સંગ દ્વારા 'હું' ને શુદ્ધ કરવામાં આવે છે.
- 'આ શરીર હું નથી' – તેનો અભ્યાસ કેમ થાય?
- જો તમારી ઈચ્છા વિરુદ્ધ કંઈ પણ થાય તે 'જુઓ'. ઈચ્છાઓ અશુદ્ધ અહંકારમાંથી આવે છે. કાર્ય કરવું હોય તો સંજોગો ભેગા થાય તો જ કાર્ય થાય- પણ આપણે માનીએ છીએ કે "હું કાર્ય કરું છું". ક્યારેય પણ "મારી ઈચ્છા પૂરી થાય" તેવો ભાવ ન રાખવો- પણ "જો સંજોગો અનુકૂળ હશે તો થશે" તેમ રાખવું.
- જેને માત્ર બુદ્ધિ ઉપર જ વિશ્વાસ હોય તે નાસ્તિક કહેવાય. ભલે બુદ્ધિ હોય, પણ સંજોગો યોગ્ય ન હોય તો કાર્ય ન થાય.
- આપણે પ્રકૃતિને જ્ઞાતા-દ્રષ્ટાથી જોવાનો પ્રયત્ન કરીએ છીએ પણ જ્ઞાતા-દ્રષ્ટા સાથે બુદ્ધિ ભળી જાય છે. તો બુદ્ધિથી ક્યાં સુધી જોયા કરવું?
- જેમ અહમનો ભ્રમ છે તેમ બુદ્ધિનો પણ ભ્રમ છે. આ બુદ્ધિથી કંઈ થશે નહીં. જેના પર કૃપા થાય છે તેને પરાબુદ્ધિ મળે છે.
- અહંકારની શુદ્ધિ = બુદ્ધિની શુદ્ધિ. જે બુદ્ધિની શુદ્ધિ થઈ તે જ પરાબુદ્ધિ. સત્સંગ બુદ્ધિથી જ થાય છે. બુદ્ધિ એ જ રહે છે- તે ફરતી નથી. પણ તેની અંદરનો 'હું' ભાવ – કે પોતે ડોક્ટર/પિતા/ભાઈ વગેરે... ભરાઈ બેઠો હોય તે નીકળતો જાય છે- એટલે બુદ્ધિ ધીમે ધીમે પરાબુદ્ધિ બનતી જાય. હવે પરાબુદ્ધિએ અંદરનો પ્રકાશ પકડી લીધો. પ્રજ્ઞા તમારી બુદ્ધિનો જ ઉપયોગ કરે છે. બુદ્ધિની ચૈતસિક ઊર્જા રાગ-દ્વેષ ઘટાડે.
- અહમ અને બુદ્ધિ એક જ છે. અહંકાર જેમ મનાવે તેમ બુદ્ધિ માને. એટલે અહંકાર શુદ્ધ થાય – અને બુદ્ધિ તેને માને છે એટલે તે પણ શુદ્ધ થાય છે. યલણ અહંકારનું છે. બુદ્ધિ મહત્ત (મોટું) ઉપકરણ છે. બુદ્ધિ પાંચ ઇન્દ્રિયોની વ્યવસ્થા કરી શકે- બીજું કંઈ ન કરી શકે. તે પાંચ વિષયની ઉપર ન જઈ શકે. એટલે જેમ જેમ અહંકાર ભ્રાંતિમુક્ત/અજ્ઞાનમુક્ત થતો જશે તેમ તેમ બુદ્ધિ પરાનો પ્રકાશ પકડશે.
- જ્ઞાતા-દ્રષ્ટા પદની સાધનામાં અશુદ્ધ બુદ્ધિનું અવલોકન કરો- તો તે જવા લાગે. બુદ્ધિને જોવા/જાણવાથી શુદ્ધ થાય છે. જેમ જેમ પરાશક્તિનું કિરણ મળતું જશે તેમ તેમ બુદ્ધિ શુદ્ધ થતી જાય.
- અશુદ્ધ બુદ્ધિ ભલે તેજસ્વી હોય પણ ભરોસાપાત્ર નથી. આ બુદ્ધિ અંતિમ સમયે રોવડાવશે જ. લોકો બુદ્ધિવાદી હોય છે પણ જિવાય તો સમજણ કે દર્શનથી જ. સમજણ બુદ્ધિમાંથી નહીં પણ પ્રજ્ઞામાંથી આવે છે.
- વ્યક્તિ જે કંઈ જાણવા માંગે છે તે તેનો અહંકાર જાણવા માંગે છે. આજ્ઞામાં રહેવું એટલે જ્ઞાની પ્રત્યે સદ્ભાવ/મૈત્રીનો ભાવ.
- હંમેશાં એવો ભાવ રાખો કે "હું કંઈ જાણતો નથી". જો એવો ભાવ રાખશો અને માનશો કે "હું બુદ્ધિશાળી/હું સારા સ્વાસ્થ્યવાળો છું – બીજા નથી વગેરે.." તો દોષ લાગે છે.

સત્સંગ ક્રમાંક [945] 21 JAN 2007 A+B

- સહજ માર્ગ/અંતર્યાત્રિમાં જે સાધન વગર યાત્રા કરે છે તેને અંદરથી બધું બહાર નીકળે છે- એટલે જ્ઞાનમાં વિકાસ તો થાય છે- પણ સાધનવાળાને જે સુખનો અનુભવ થાય છે તે થતો નથી. તો શું કરવું?
- જે વ્યક્તિને પૂરેપૂરો જ્ઞાનનો મહિમા ઊંડે ઊંડે અંતઃકરણમાં ઊતરી જાય તો આ મહિમાની આસ્થા/શ્રદ્ધામાં ખૂબ વધુ સુખ મળશે.

- સહજ માર્ગમાં જ્ઞાનનો/જ્ઞાનીનો/પ્રકાશનો મહિમા પૂરેપૂરો સમજાઈ જવો જોઈએ. અનુભવો તો આવે અને જાય- પણ અંદરની પ્રસન્નતા નહીં જાય. જ્ઞાનીની સહજ પ્રસન્નતા કોઈ છીનવી ન શકે. મૃત્યુ તમારા બધા અનુભવો છીનવી લેશે.
- જ્ઞાનનો મહિમા શરીરના અણુએ અણુમાં વ્યાપી જવો જોઈએ. વહેવારનો મહિમા ન હોય. માનપાન, આદરસત્કારનો મહિમા નથી. સાધનનું સુખ પણ જતું રહેવાનું છે. તમો ક્યારેક સાધન કરીને થાકી જશો. જેટલું મનથી સારું લાગે છે તે બધું જ પાર્થિવ છે. તે ક્યારેક જતું જ રહેશે. એટલે તમે સત્સંગ ક્યા ભાવથી/આશયથી કરો છો તે જુઓ.
- જ્ઞાનનો મહિમા + સત્સંગની પ્રીતિનો ઊંડો ભાવ હોવો જોઈએ. જો આંતરિક પાર્થિવતાને કારણે આ ન થઈ શકે તો કામમાં ઈશ્વરને સાથે રાખીને ચિત્ત પરોવો. બધી પરિસ્થિતિનો સ્વીકાર કરો. ભલે કટુતા/નકારાત્મકતા હોય- તોપણ સ્વીકારો અને છૂટવાની પ્રાર્થના કરો. જો આ પણ ન થઈ શકે તો જે દેવ/દેવી/જ્ઞાનીને માનતા હો તેને પ્રાર્થના કરો/આર્ત પોકાર કરો/તેની સાથે જોડાણ કરો.
- સહજ માર્ગવાળા સમજે છે કે પરમાત્મા પોતાની અંદર જ છે- જ્યારે સાધનવાળા માનશે કે પરમાત્મા બહાર છે.
- જો દેવદેવીઓને ભજતી વ્યક્તિનો આશય જ્ઞાનનો હશે તો તે જ્ઞાનને પ્રાપ્ત થઈ જશે. એટલે આશય હંમેશાં જ્ઞાનનો જ રાખવો- ભલે તમારું સાધન કોઈ પણ હોય. આશય પ્રકાશ/બોધ/જ્ઞાનનો જ રાખવો.
- બધામાં ભગવાન જુઓ- સંબંધ (ભાઈ/પિતા/મિત્ર વગેરે) ભૂલી જાઓ – તો તમારામાં અનન્ય ભાવ આવશે. બધાં જ કાર્યો ઈશ્વર માટે જ કરો.
- ગીતા મુજબ – “જ્ઞાની તો મારો આત્મા જ છે” – એટલે ગમે ત્યારે જ્ઞાનીનો પ્રકાશ અને આત્મા/ઈશ્વરનો પ્રકાશ એક જ હોય છે. ગીતા/શાસ્ત્રો વગેરેના શબ્દોમાં બધા ગૂંચવાઈ શકે, પણ પ્રકાશ તો એક જ છે.
- પૂ. ભાઈનું પુસ્તક “બધું છૂટશે – જાણનાર રહેશે” વાંચતાં પહેલાં ભાવ કરો કે “મારાં મન, બુદ્ધિ, અહંકાર દૂર થાય” તો સમજાશે. જ્ઞાની સાથે એકતા કરો તો અહંકારનો ક્ષય થશે. પુસ્તકની ભાષા અઘરી નથી પણ તમારો અહંકાર, તમારી બુદ્ધિ અઘરાં છે- એટલે તેને શાંત કરો. પરાબુદ્ધિથી આ સમજાશે. તમારો અહંકાર જ તમને નડે છે.
- જ્ઞાનની પ્રીતિ બુદ્ધિ/અહંકારથી નહીં થાય- પણ જેને અજ્ઞાન મટાડવું છે તે વ્યક્તિ ‘ભાવ’ થી પ્રીતિ કરશે, “હું વાંચનાર/સમજનાર/જાણનાર જ નથી” તેવો ભાવ રાખીને વાંચશે – તો જ્ઞાની સાથે એકતા થશે.
- કટુતાથી કંઈ પણ ન કરો (બોલવું/સાંભળવું વગેરે). તે તમને બંધનમાં લઈ જશે. મૌનની પાછળ પણ કટુતા હોઈ શકે.
- તમે સ્વીકાર કરો કે “મારી પ્રકૃતિ આવી જ છે”. આમ સ્વીકૃતિ થશે એટલે તેનો અંદરથી જ ઉપાય થશે. અહંકાર આ નહીં કરી શકે.
- દરેક વ્યક્તિની રુચિ/અરુચિ હોય છે- જે વ્યક્તિની સૂક્ષ્મ કર્મરજમાંથી પેદા થાય છે. ગમવું/ન ગમવું/ભાવવું/ન ભાવવું – આ બધામાં કર્મની રજ છે- તેમાં અહંકાર નથી. એટલે જ તમારું સાધન તમારી રુચિ મુજબનું હશે. બાદમાં રજ ખતમ થતાં જ સાધન નીકળી જશે. બાદમાં બધું ભગવદ્ભાવ/શરણાગતિથી થશે.
- જે આરંભ કરે છે તે અંતરાયો નોતરે છે. જ્ઞાની અનારંભી હોય છે. જો અંદરથી એમ લાગે કે “અંદરના અંતરાયો જલદી પ્રગટ થઈ જાય”-તો જ્ઞાનીના આશયથી આ જુદું છે?
- બહારથી આવે તે વિશ્લેષ છે- અંદરથી આવે તે આવરણ છે. જો તમે આરંભ છોડો એટલે વિશ્લેષમાં તમારી જવાબદારી નથી.
- અંદરના અંતરાયો કર્મની રજરૂપે છે- તેને મટાડવા જ પડશે- તેમાં કોઈને રાહત ન મળે. જો વ્યક્તિ પ્રાર્થના કરે કે “અંતરાયો બહાર આવે” – એટલે તમે સજ્જ છો. એટલે બહાર સંજોગો બને અને તમારા અંતરાયો મટી જવા માટે બહાર આવશે. પણ જેની જ્ઞાનદ્રષ્ટિ નથી અને

કર્તા દ્રષ્ટિ છે તેના અંતરાયોનો ગુણાકાર થઈ જશે. જો જ્ઞાનદ્રષ્ટિ અને પ્રકાશ છે તો અંતરાયો જશે.

- આમ બોલવું સહેલું છે – પણ ચારે બાજુથી માયા તૂટી પડે ત્યારે અઘરું પડે છે. એટલે સામેથી અંતરાયો માંગવા નહીં.
- કર્મની રજ એટલે કારણ શરીર. આ કારણ શરીર કર્મની રજનું બનેલું છે. તેના મુજબ શરીરના રૂપ/રંગ વગેરે બને છે. જે કઈ ઘટના બને છે તે આપણા કર્મની રજ અને સૃષ્ટિના કર્મની રજ વચ્ચે કઈ ચાલે છે તેનાથી બને છે. આ વસ્તુ બુદ્ધિથી નહીં સમજી શકાય- એટલે તમે જ્ઞાનની ગતિમાં સમાઈ જાઓ. જો અહંકાર/બુદ્ધિ લગાવશો તો કાળને પહોંચી નહીં શકો અને થાકી જશો- સહન પણ નહીં કરી શકો. જો સહન કરવાની શક્તિ ઊભી કરશો તો તમારો અહંકાર (કર્તાભાવ) સહન કરશે – અને અહંકાર વધશે, કર્મરજ વધશે. તમારે તેને વેદવાનું છે/જાણવાનું છે- સહન નથી કરવાનું. જો સહન કરશો તો દુઃખ ઊડું ઊતરી જશે. તમે જુદા રહીને દૂરથી જોયા/જાણ્યા કરો તો તે પસાર થઈ જશે. તમે તેનાથી નિર્લેપ રહો- નહિતર અહંકાર ચોટી જશે અને કર્મનાં પોટલાં વધી જશે.
- પોતાના કર્મની રજને પોતાની ન માનવી. તમે માની લીધું છે એટલે કર્મ બંધાય છે. જો માન્યતા તોડી નાખો અને અહંકાર કે કર્તાભાવ વચ્ચે ન લાવો તો - કર્મની રજ પોતાની રીતે સુકાઈ જશે. કર્મને કાળને હવાલે કરો અને તમે દૂરથી જોયા કરો.
- અનેક જન્મોથી તમને નવાં શરીરો મળે છે અને દરેક જન્મમાં વ્યક્તિ પોતાના તે નવા શરીર સાથે ચોટી જ જાય છે. કોઈ પણ શરીરને ન ચોટવું.
- નામ/રૂપ/ગુણ/આકાર સાથે ચેતનાની ગ્રંથિ થઈ ગઈ છે. તેને કારણે આ બધી અડચણો આવ્યા જ કરે છે.
- જો કર્તાભાવે સારી પ્રવૃત્તિ કરો તો તેનું પુણ્ય બનશે- જે કર્તાભાવના પરમાણુઓ સર્જે છે. બીજી વ્યક્તિ સારું કરે છે – પણ તે જ્ઞાનનો ભડકો છે એટલે તેનું પુણ્ય બંધાતું નથી કારણ કે તે કર્તા નથી- એટલે તેનું કલ્યાણ થશે. એટલે જોવા/જાણવા અને જ્ઞાતા-દ્રષ્ટાનો ભાવ રાખો.
- જે કઈ ક્રિયા થાય તે કારણ શરીરમાંથી જ આવે છે- તેમ છતાં તમે માનો છો કે “હું કરું છું” લોકો ભક્તિ પણ બુદ્ધિથી જોડાઈને કરે છે. તમે બુદ્ધિ નથી. બુદ્ધિ નામના સાધનનો વ્યવહારમાં ઉપયોગ કરો. જાગૃતિ રાખો કે બુદ્ધિ સાથે અહંકાર ભળી ન જાય. “મારી બુદ્ધિ” તેમ ન રાખવું. બુદ્ધિ પોતાના પરમાણુઓ લઈને આવી છે. નવા શરીરમાં નવો અહંકાર નવા કારણ શરીરમાંથી આવે છે- જે જૂના અહંકારથી જુદો હોય છે. આ વસ્તુ કાળ કરે છે. જ્ઞાનના શરણથી જ આ વસ્તુ જશે.
- તમે ભલે ભક્તિ કરો પણ આશય તો જ્ઞાનનો જ રાખવો.
- જે કઈ કર્મ થાય છે તે કર્મની રજને કારણે થાય છે કે અહંકાર કરે છે તે કેમ ખબર પડે?
- નવું કર્મ અહંકારથી બંધાય છે. જો અહંકાર નિષ્ક્રિય હોય તો નવું કર્મ ન બંધાય. કર્મ થતું હોય ત્યારે તે સુખ કે દુઃખ આપે. જ્યારે સુખ આપે ત્યારે મન છકી ન જાય અને ત્યારે પણ મન સંતુલિત રહે તો સમજવું કે નવાં કર્મો બંધાશે નહીં. પણ મન જો છકી જાય તો સમજો કે કર્મની રજ પણ છે અને રજ દ્વારા નવું કર્મ પણ બંધાય છે. દુઃખ આવે ત્યારે એમ લાગે કે “આ મને જ કેમ આવ્યું?” તો સમજો કે આ કર્મમાં અહંકાર પણ જોડાઈ રહ્યો છે અને નવું કર્મ પણ બંધાઈ રહ્યું છે. પણ જો તમે એમ માનો કે બધું વિજ્ઞાનથી જ બને છે તો નવું કર્મ બંધાતું નથી. જો દુઃખ થયું/રડ્યા – પણ બાદમાં ધ્યાનમાં આવે કે “બધું જ ઈશ્વરની ઈચ્છા મુજબ થાય છે” – તો આગળનું ધોવાઈ જશે.

સત્સંગ ક્રમાંક [946] 04 FEB 2007 A+B

- જીવનનો લઠાવો પાંચ વિષયો, સંબંધ, વસ્તુઓમાં છે. આ વસ્તુમાં આપણા વિષયો (સંગીત, ચિત્ર વગેરે) માં રસ લેવાય તો કર્મની કોઈ અસર ઊભી થાય?

- મહાવાક્ય છે – “રસો વૈ સઃ” - જીવન/આત્માનું સ્વરૂપ રસથી ભરેલું છે. જે વસ્તુ Man Made છે તેના માટે “રસો વૈ સઃ” નથી- પણ કુદરતે બનાવેલ છે તેના માટે છે. જીવનું ભોજન અન્ય જીવ જ બને છે.
- જ્યારે પ્રકૃતિ અને ચેતન ભેગાં થાય ત્યારે ત્રીજું તત્ત્વ મન/વિચાર આપોઆપ ઉત્પન્ન થાય છે- જે દુઃખ ઉત્પન્ન કરે છે. આપણે પ્રકૃતિ અને ચેતન જુદાં કરી શકતા નથી.
- મનુષ્ય પાસે બુદ્ધિની પસંદગી/વિકલ્પ છે એટલે હિસાબનો ચોપડો શરૂ થઈ જાય છે. માણસો વિચારને પકડે છે- મનમાં વિચરે છે – એટલે વિષયનું વિશેષ જ્ઞાન (કલા, સંગીત, ગણિત વગેરે...) પ્રગટ થાય છે- એટલે સભ્યતાનો વિકાસ થાય છે. પણ આમ હોય તોપણ સ્વભાવનું અજ્ઞાન હોય – મૃત્યુનો ભય નહીં જાય. વિશેષ જ્ઞાનથી જન્મમરણ વધે- ભલે વ્યક્તિ બુદ્ધિશાળી હોય.
- “ધન્યો ગૃહસ્થાશ્રમઃ” – એ પણ મહાવાક્ય છે. એટલે ગૃહસ્થાશ્રમના વિષયમાં રહીને તેમાંથી બહાર નીકળી જાય તો મુક્ત થવાય.
- અવરોધ ક્યાં છે તે સમજો- આપણને બાલ્યાવસ્થાથી મદદ નથી મળી. (સ્વાભાવિક જ્ઞાનમાં કેમ આવવું તે બાબતની મદદ). બધાં ધર્મ તરફ વળે છે, વિચારો તરફ વળે છે. પણ વિચાર એ તો શબ્દનું પ્રતીક છે. જ્યારે આત્મા તો વિચારો/ભાષા/શબ્દોને ઓળખતો જ નથી. ચેતનને ભાષાનું જ્ઞાન નથી. ભાષા તો મનમાંથી ઉત્પન્ન થાય છે. ચેતન પૂર્ણ છે- તેણે ઉત્ક્રાંતિ કરવાની નથી.
- જ્ઞાનીનું કામ આ બધું કાઢવાનું છે. બધી કેળવણી/સંસ્કારો કાઢવાના છે. ધર્મવાળા આ નહીં કરી શકે. જન્મમૃત્યુના દુઃખમાંથી બહાર નહીં કાઢી શકે.
- વ્યક્તિ માને છે કે મને સંગીત/ચિત્ર/વગેરેમાં રસ પડે છે- પણ આ રસ તો પોતાના ચેતનમાંથી જ આવે છે. (જેમ કે ફૂતરાનું હાડકું) એટલે વ્યક્તિ સંસારના જુદા જુદા વિષયોને પોતાના માનીને તેમાંથી રસ લે છે. વાસ્તવમાં રસ તો અંદરના ચેતનમાંથી જ આવે છે- વિષયમાંથી નહીં. આ આપણી સમજની ભૂલ છે. અન્યને આત્મા તરીકે જુઓ તો તમારી અંદર ઘણું પરિવર્તન આવશે.
- હું સંગીતકાર/હું ડોક્ટર/.... આ બધી ભ્રાંતિ તોડો. આ બધું વિશેષ જ્ઞાનને લીધે છે. તેનો કર્તા તમને ભ્રાંતિમાં નાખે છે. હું દયાળુ/હું લાગણીશીલ/મેં આટલા ઉપકાર કર્યા/આટલો ત્યાગ કર્યો/હું ધર્મનો આચાર્ય આવું કંઈ પણ ન યાવે.
- દયા/ગુણ વગેરે જો કર્તા/અહંકારના હાથમાં હોય તે નકામું. કર્તાથી શુભ થશે – પણ શુદ્ધ નહીં થાય. આત્મા શુભ કે અશુભ ન કરે.
- સત્સંગ હોય તે બુદ્ધિ કે ઈચ્છાથી ન થાય. અંદરના શુભના પરમાણુઓ સત્સંગ તરફ ખેંચી જાય. જ્ઞાનની દ્રષ્ટિએ શુભ/અશુભ બંને અશુદ્ધ ગણાય છે. મન/કાયા/વાણી અશુભ છે. સારાં કામો પણ અશુદ્ધિમાં ગણાય છે. મનના/કર્તાના વિશેષ ભાવ/ઉપાધિઓ કપાય તે જુઓ.
- સુખ હોય તે દુઃખમાં ફેરવાઈ જાય છે. તે પ્રકૃતિનું છે. સુખને ફેંકી ન દેવું. સુખની સંવેદના છે. શુદ્ધિની સંવેદના નથી.
- સત્સંગમાં જો ઉપાધિઓ રાખીને બેસો તો સત્સંગ અંદર ન ઊતરે. પણ “હું કંઈ જ જાણતો નથી – અજ્ઞાની છું” તેમ રાખો તો જ્ઞાન અંદર ઊતરે.
- “હું સત્સંગ કરતો નથી/પૂજા કરતો નથી – પણ થઈ રહ્યાં છે” તેમ રાખો તો કર્તાભાવ કપાશે.
- જેમ કેટલાકને સંસાર સાથે તન્મયતા થાય તેમ કેટલાકને ત્યાગ/વૈરાગ્યની પ્રકૃતિની અવસ્થા સાથે તન્મયતા થાય છે (કંઈ ગમે નહીં). આ સાચો વૈરાગ્ય નથી. સાચા વૈરાગ્યને કોઈ સાથે વાંધો નથી. ફક્ત એમ રાખો કે જે કંઈ થઈ રહ્યું છે તે પ્રકૃતિને આધીન થઈ રહ્યું છે.
- ઘણાની પાસે ફક્ત શુભ/સાત્ત્વિકતાના ડુંગરો હોય છે. તેઓ બધાને સાત્ત્વિકતાની ફૂટપટ્ટીથી જ માપ્યા કરે. પણ તમારે કોઈનો ન્યાય તોળવો નહીં. ન્યાય કરવાનું કામ નિયતિના હાથમાં જ છે.
- જ્યારે કટોકટી હોય- મૃત્યુ સામે જ હોય-ત્યારે અહંકાર શૂન્ય થઈ જાય છે. આ સમયે જો જ્ઞાન અંદર ઊતરી જાય તો કામ થઈ જાય. સંપત્તિ એ આપત્તિ છે અને આપત્તિ એ સંપત્તિ છે.

- ક્રિયા મહત્વની નથી - પણ તેની પાછળની ભાવના મહત્વની છે- તે કામ કરશે. વ્યક્તિનું હોવું/જોવું/સાંભળવું વગેરે પૂજા જ છે.
- ગમવું/ન ગમવું - એ અહંકારમાંથી નથી આવતું. રાગ-દ્વેષ અહંકારમાંથી આવે છે. રામકૃષ્ણ દેવને અહંકાર ન હતોપણ પૂજા ગમતી. અભિવ્યક્તિનો આત્મા ચેતના નથી- પણ વ્યક્તિના જીન્સ છે. જીન્સ તેના પોતાના સ્વભાવમાં છે - જ્ઞાની પોતાના સ્વભાવમાં છે.
- સૌથી મોટું સાધન પોતાની પ્રકૃતિને 'જોવી' તે છે. પોતાના કોષોને જોવા. "આ શરીર મારું નથી" તેમ દ્રઢપણે માનો તો અંદર ફેરફાર શરૂ થઈ જશે. તમારા આશય/નિશ્ચયથી ફેરફાર આવશે. ભલે વહેવારમાં ભૂલ થાય- પણ "આ હું નથી- આ મારું નથી" તેવો નિશ્ચય રાખો.
- રાત્રે સૂતી વખતે સંકલ્પ કરો કે "આ શરીર હું ભગવાનને સમર્પણ કરું છું." જો સવારે જાગો તો જુઓ કે ફરીથી મને એક દિવસ માટે શરીર મળ્યું છે - એટલે ભગવાનનું કામ કરો.
- સવારે ઊઠીને પણ ભાવ કરો કે આ શરીર મારું નથી, દુનિયા મારી નથી- પણ શરીર વડે ઈશ્વરનું કામ કરવાનું છે- ભલે તમને ન ગમતું હોય તેવું કામ આવે- પણ તમારી પસંદગી ન રાખો. ઘટના ગમે તે બને, તમારા ચિત્તને સ્થિર રાખો. આ બધી જ પરમાણુઓની રમત છે- તો શા માટે તમે વચ્ચે ધૂસી જાઓ છો? જો વચ્ચે આવ્યા પણ પછી ખબર પડી કે તમે ઘટનામાં ખોટા વચ્ચે આવી ગયા- તો તરત જ નીકળી જાઓ અને જાગૃતિ ફરીથી રાખો.
- શું બીજાઓને સુખ આપવાની ભાવના છે તે ભોળપણ છે?
- 'બીજા' શબ્દ જ્યાં સુધી છે ત્યાં સુધી મશીનમાં કઈક કોલ્ટ છે. પણ તમારે પોતાને 24 કલાક સુખમાં રહેવું છે - એટલે બધાં જ જીવો/પ્રાણીઓને સુખના તરંગો આપો. ભલે બીજા તમારી સામે આડા યાવે. એવો ભાવ રાખો કે તમે બીજાને નહીં પણ તમને જ સુખ આપો છો.
- જગતને ભલે ન જાણ્યું - જો આત્મા અને તેના સુખને જાણ્યું તેણે બધું જ જાણી લીધું. જીવનનું ધ્યેય આત્માના સુખને જાણવાનું છે. જીવ માત્રને સુખ આપવાનું જ રાખો. તમારો આશય બધાંને સુખ આપવાનો જ છે. અન્યનો આત્મા અને તમારો આત્મા -જુદા નથી - એક જ છે.

સત્સંગ ક્રમાંક [947] 18 FEB 2007 A+B

- સત્સંગના જ્ઞાનને વિચારો ખેંચી જાય છે તો શું કરવું ? નિષ્ક્રિય જાગૃતિ વિશે સમજ આપશો.
- વિચાર એ સમસ્યા નથી. તે બહાર અને અંદરના સંયોગોનો યોગ છે- તેની અથડામણ છે. વિચારો મનુષ્યના શરીરમાં આવે છે- દેવ/પ્રાણીઓમાં નહીં. આપણને સ્મૃતિ છે તેમાં શબ્દો અને અર્થ હોય છે- તેમાંથી વિચારો બને છે. અર્થ મગજ દ્વારા આવ્યો.
- જેમાં વ્યક્તિનો અહંકાર/મન સંકળાયેલ છે તે વિચારો દુઃખ અને અશાંતિનું કારણ છે. જ્યાં સુધી તમે વિચારોને મહત્વ આપશો ત્યાં સુધી સમસ્યા રહેશે.
- કેટલાક લોકો નામસ્મરણ કરે છે પણ નામની ઉત્પત્તિ મનથી થાય છે- આત્મામાંથી નહીં. સતત નામથી મન નિસ્તેજ પણ થઈ જાય છે - અતિરેક ન કરવો અને બહુ વજન ન આપવું. જેમ બહારનો ઘોંઘાટ ચલાવી લો છો તેમ વિચારો ચલાવી લેવા (Let Go).
- ગુરુતત્ત્વની લગામ પકડી રાખો તો અંદરનું ગુરુતત્ત્વ પોતાનો પ્રકાશ ઊભો કરશે - તેથી વિચારોનું મૂલ્ય નહીં રહે. તમે વિચારોને ફેંકી નહીં શકો. તેના અણુઓ ચોંટેલા છે. સંજોગોને કારણે વિચારો ઊખડે છે, જેને જ્ઞાતા-દ્રષ્ટાથી જુઓ. વ્યક્તિ 'મારા વિચારો' છે તેમ માને છે અને માલિકી રાખે છે- પણ વિચારો મશીન(મન)ના છે- તમારા નથી.
- આમ સમજીને જ્ઞાતા-દ્રષ્ટાથી જુઓ તો ખૂબ લાભ મળશે. જો વિચારો જોશો તો સત્સંગથી પણ વધુ લાભ થશે- કારણ કે જોનાર બહારનો છે. વિચારો કાપવાને બદલે તેને જુઓ. આ જોનારની લાઈટથી બધું ઓગળી જશે અને વિચારોથી અંતર થશે.
- લોકો શરીરના દુઃખાવાથી અલિપ્ત રહે છે પણ વિચારો સાથે એકતા કરી લે છે- જે ખોટું છે. વિચારોની એકતા છોડી.

- સારામાં સારો અને ખરાબમાં ખરાબ વિચાર પણ તમારો નથી. આમ ન થાય તો એકાગ્રતાથી કઈક જોયા કરો. પણ આ ત્રાટક/એકાગ્રતાનો અભ્યાસ બહુ ન કરવો. તે જાગૃતિના અભ્યાસને અટકાવે છે. ટેમ્પરરી 5-10 મિનિટ માટે કરી શકાય.
- જ્ઞાતા અનંત કાળથી તમારી સાથે જ છે- તે શાશ્વત છે- તેને ધ્યાનમાં રાખો. ક્રિયા 24 કલાક ન કરી શકાય પણ જ્ઞાતા-દ્રષ્ટા 24 કલાક હોઈ શકે.
- સાધનામાં લોકો સાધન- ધ્યાન/નામસ્મરણ/કીર્તન આ બધાંને પકડી રાખે છે- તે શાશ્વત નથી. કાયમી તો જ્ઞાતા-દ્રષ્ટાને જ પકડવાનો છે. સાધન કામચલાઉ રીતે છે. વ્યક્તિની પ્રકૃતિ/અવસ્થા બદલાય તેમ સાધન પણ બદલાય.
- ક્ષેત્રની અંદર ક્ષેત્રજ્ઞ(જ્ઞાતા)એ બધું જાણ્યા કરવાનું છે. ક્ષેત્રજ્ઞ(જ્ઞાતા)એ પ્રકૃતિમાં ભળી પણ ન જવાય અને તેનાથી છટકી પણ ન જવાય. આ બંનેથી કર્મ ઊભું થાય છે. તમારે અલિપ્ત રહેવાનું છે. ભય આવે તોપણ જ્ઞાતા જોશે કે – મને ભય નથી- હું તો દ્રષ્ટા છું.
- વિચારોને ઘટનારૂપે લેવા- ભલે સારા કે ખરાબ હોય. વિજ્ઞાનની દ્રષ્ટિએ સારા/ખરાબ જેવું નથી- માત્ર ઘટના છે.
- જીવનમાં ભલે દુઃખ છે- પણ જો તમે દુઃખી થયા તો તમારી ભૂલ છે. ફક્ત ‘જોશો’ તો પરમાણુઓ ચાલ્યા જશે. વિચારો આવે ને જાય-પણ આપણને તેની સાથે સંબંધ નથી.
- અનંત સમયથી જ્ઞાતા-દ્રષ્ટા બદલાતો નથી- તે કોની સાથે જાય છે ?
- અંદરના કારણ શરીરના પરમાણુઓ એ આપણું હોવાપણું છે- જે દેખાતું નથી- તેની સાથે જ્ઞાતા-દ્રષ્ટા બીજા શરીરમાં જાય છે. આ પરમાણુઓને કારણ શરીર પણ કહે છે.
- અહંકાર શરીર સાથે સંકળાયેલો છે. શરીર જાય એટલે અહંકાર પણ જાય. અહંકાર બીજા શરીરમાં ન જઈ શકે. નવા શરીરમાં નવો અહંકાર નવા ક્લેવર સાથે બને છે.
- કારણ શરીરના બધા પરમાણુઓ ચોખ્ખા થઈ જાય એટલે શરીર ન રહે. પછી તે કોઈ પણ શરીરમાં ન આવે. (દેવમાં પણ નહીં). અહંકાર મૃત્યુ પછી ભેગો ન આવે- પણ કારણ શરીર (પરમાણુઓ) ભેગું આવે.
- ચિંતા કારણ શરીર (પરમાણુઓ)ની કરો. ક્ષીણ થતા અહંકારને જ્ઞાતા-દ્રષ્ટાથી જુઓ. એટલે આ અહંકાર અંદરના છૂપા પરમાણુઓના સંપર્કમાં આવે, અને તે સૃષ્ટિમાં દાખલ થઈ ગયો- તેથી તે સમ્યક્ (સીધો) થઈ ગયો. “મારું જ્ઞાનકિરણ કેમ જાગે?” – તેની જ સતત ચિંતા કરો.
- શું કારણ શરીર એ જ ‘હું’ થઈ ગયું ?
- કારણ શરીર માટે વપરાતો ‘હું’ જ્યારે જ્ઞાન થઈ જાય ત્યારે ‘અહં બ્રહ્માસ્મિ’ થઈ જાય છે.
- જ્ઞાતા-દ્રષ્ટા આવે ત્યારે જ અને તરત જ પરાબુદ્ધિ શરૂ થઈ જાય. આ બંને સાથે જ જન્મે છે (જેમ બાળક અને પિતા). જ્ઞાતા-દ્રષ્ટાની ઊર્જા જ બુદ્ધિ થઈને આ મગજના સંબંધમાં આવી જાય.
- જો જ્ઞાતા-દ્રષ્ટા નથી તો પરાબુદ્ધિ નથી. જો રાગદ્વેષ છે તો સ્થૂળ બુદ્ધિ છે.
- ક્લોનીંગના જીવોને આત્મા હોય? – હા, હોય.
- શરીરમાં આત્મા નથી પણ આત્મામાં શરીર છે. આત્મા શાશ્વત છે. જીવને જે સુખ/દુઃખની લાગણી થાય/સંવેદના થાય તે આત્મા વગર ન થાય.
- શરણાગતિ એટલે પોતાની બુદ્ધિ/અહં છોડી દેવો. બુદ્ધિ/અહંકાર – એ જ જીવનું સર્વસ્વ છે. ક્રિયા શરીરની છે. શરણાગત થયેલાને પણ આદેશ થયેલ હોય તો ક્રિયા કરવી પડે.
- જ્ઞાન/પ્રજ્ઞા એટલે શું ?
- સૃષ્ટિમાં બુદ્ધિ અને વિચારનું જ્ઞાન છે- જેનાથી સંસાર ચાલે છે. આ જ્ઞાન વ્યક્તિના અજ્ઞાનને મટાડી શકતું નથી. તે અનંતના ફેરા ઓછા ન કરે. એટલે તે પરીક્ષા જ્ઞાન છે, અંધારાનું અને તેમાંથી પ્રગટ થયેલું જ્ઞાન છે. આ જ્ઞાનની બુદ્ધિના દરવાજામાંથી સાચા અનંત જ્ઞાનમાં જઈ શકાય છે.
- આ અનંત જ્ઞાનમાં બુદ્ધિની જાગૃતિ જરૂરી છે. અનંત જ્ઞાન બુદ્ધિમાં ઝીલાતું નથી- પણ બુદ્ધિના માધ્યમથી ચાલે છે. બાદમાં બુદ્ધિની જાગૃતિની જગ્યાએ પ્રજ્ઞા આવે છે.

- વ્યક્તિમાં બુદ્ધિની જાગૃતિ બાદ સૌથી પહેલાં પ્રજ્ઞા પ્રાપ્ત ન થાય. પહેલાં જ્ઞાન પ્રાપ્ત થાય અને જ્ઞાનના પ્રકાશથી પ્રજ્ઞાનો જન્મ થાય. જ્ઞાનના પ્રકાશનું કિરણ બુદ્ધિમાં જાય- એટલે શાશ્વત તત્ત્વ સાથે બુદ્ધિ જોડાઈ ગઈ અને એટલે પ્રજ્ઞાનો જન્મ થાય છે.
- જ્ઞાનીના સંપર્કમાં આવવાથી જ્ઞાન આવવાની શક્યતા છે. ક્રિયાથી કામ નહીં થાય. જ્ઞાન અજ્ઞેયમાંથી આવે છે.
- પ્રજ્ઞા સતત ન હોય, તેના ફ્લેશ આવે અને જાય – પણ જ્ઞાનની પ્રાપ્તિ સતત રહે છે.
- લક્ષ્મીનો ઉપયોગ અધ્યાત્મમાં કેમ કરવો ?
- લક્ષ્મી એટલે જીવનની સમૃદ્ધિ- પૈસા નહીં. છૂટથી ચોખ્ખી હવા/કુદરત/આકાશ/વૃક્ષો/ચોખ્ખું પાણી/ખોરાક આ બધું મળે, તણાવ વગર કામ થતું હોય વગેરે- આ બધી લક્ષ્મી છે. લક્ષ્મી સુખ આપે જ્યારે નાણું સુખ ન આપે.
- ધરની વસ્તુઓ/ખોરાક આ બધાંને ઈશ્વરની કૃપાના ભાવથી જોવું. કોઈ મળવા આવે તો તેને ભગવાને મોકલ્યા છે તેવો વહેવાર કરો.
- કુટેવોને દૂર રાખવાનો રામબાણ ઈલાજ શું ?
- જે વ્યક્તિ કુટેવોને પોતાની જાતથી જુદી સમજે છે તે ખોવાઈ જશે. કુટેવોને સમજણથી જોવામાં આવે તો જશે. પણ બધી જ સુટેવોને સતત જોવાવાળા ઘણી વાર બહુ જ અહંકારી હોય છે. ઘણાને સારા ગુણો ખીલવવાનો લોભ લાગે છે- કારણ કે સમાજમાં ગુણોની પ્રતિષ્ઠા છે.
- જ્ઞાનનો માર્ગ કુટેવની પીડા અને ગુણનો અહંકાર – બંનેથી છૂટવાનો છે. કુટેવને ઓળખી અને તેની પીડા અનુભવો તે રામબાણ ઈલાજ છે. કુટેવને પ્રલોભનથી ન ઢાંકવી. સુટેવ અને કુટેવ બંનેની જાગૃતિ રાખવી.
- પ્રતિક્રમણ/પશ્ચાત્તાપ તમારા મન/બુદ્ધિથી થાય છે. તેનાથી થોડું રિપેરિંગ થશે પણ તે જ્ઞાનનો માર્ગ નથી. તમારે પ્રતિક્રમણ શા માટે કરવું પડ્યું તે સમજો. તમારી જાગૃતિ ક્યાં ગઈ હતી કે તમારે પ્રતિક્રમણ કરવું પડ્યું? જાગૃતિ ઓછી પડે એટલે પ્રતિક્રમણ કરવું પડ્યું.
- જ્ઞાનનો માર્ગ પ્રતિક્રમણના હાથમાં નથી- પણ જ્ઞાનનો માર્ગ સીધો જાગૃતિ/Awareness ના હાથમાં જ છે- કે, "હું ભૂલ/પશ્ચાત્તાપ/દોષ કરનારો નથી. આ મારી અંદરના પરમાણુઓ છે તેને હું જાગૃતિથી જોઉં છું". તમારે જાગૃતિથી પસાર થવાનું છે.

સત્સંગ ક્રમાંક [948] 04 MAR 2007 A+B

- અંદર જે જીવંતતા/ચેતનતા અનુભવાય છે તે આત્મા છે કે શું ?
- શરીરનાં પાંચ દ્વારના અનુભવો આત્માને કારણે જ થાય છે. જોવું/સાંભળવું/સુખ/દુઃખ/પીડા આ બધા અનુભવો આત્માને કારણે જ છે. આ બધા અનુભવો આત્મા કરે છે. બધા જીવ માટે આ સાચું છે.
- અંતરાત્મા અને બહિરાત્મા બંને આત્માની શક્તિ વાપરી રહ્યા છે. બહિરાત્માના આત્માની શક્તિનો હવાલો મન/બુદ્ધિ/અહંકારના હાથમાં છે. અંતરાત્માના આત્માની શક્તિ- પોતાને પંચેન્દ્રિયથી જુદી પાડે છે. તે માને છે કે અંદર પરમાણુઓનું સામ્રાજ્ય છે. આ પરમાણુઓ વહેતા છે. તે માને છે કે બુદ્ધિનો પ્રકાશ મારો નથી.
- સારા સંસ્કારો/પરિવાર/કુટુંબ/જ્ઞાતિ/દેશ એ તમે નથી. જો મન/બુદ્ધિ/સંસ્કાર/વિચાર/શ્રવણ/સત્સંગના વાતાવરણથી છૂટાપણું અનુભવાતું હોય અને જે આ બધાંને જાણી રહ્યો છે તે સાક્ષાત્ સૂર્ય/આત્માની અવસ્થા છે. તેને બંધન પડતું નથી. આ પુરુષાર્થ છે. જો પુરુષાર્થ ન હોય તો બધું જ એકડા વગરના મીંડા જેવું છે.
- બુદ્ધિ/અહંકારથી ભગવાનનાં કામ નહીં થાય- પણ જ્ઞાનના પુરુષાર્થથી થાય. બુદ્ધિ/અહંકાર/વ્યવહારના ક્ષેત્રમાં જ્ઞાનદ્રષ્ટિથી જોવાનું શરૂ કરો તો કામ શરૂ થાય.
- તમારી ઈચ્છા પ્રમાણે કંઈ ન થાય તોપણ કંઈ નહીં. આત્માને ઈચ્છા કે અનિચ્છા નથી. જે પરમાણુઓનું વર્ચસ્વ છે તે પરમાણુઓ મુજબ ક્રિયાઓ થશે.

- કર્મ કરો પણ ફળ તો સંજોગો મુજબ જ આવશે. નિરાશ ન થવું. સત્કર્મમાં પણ વિપરીત ફળ આવી શકે- આ જ્ઞાનદ્રષ્ટિ છે.
- જો દ્રષ્ટિ અને શક્તિને સંઘર્ષ કે નિરાશામાં લગાડો તે જ્ઞાનદ્રષ્ટિ નથી. જ્યારે પણ ઈચ્છા/ભાવના/લાગણી/મહેનત પ્રમાણે ન થાય ત્યારે જ્ઞાનદ્રષ્ટિની જરૂર છે. અપમાન/ઉપેક્ષા/નુકસાન કઈ પણ થાય ત્યારે પ્રકૃતિને સૂર્ય/આત્મા તરફ ઊભી કરવી- પણ બુદ્ધિ કે ઘટના સામે ન રાખવી.
- અહંકાર/સંસ્કાર/મન/વિચાર બળવો કરે તોપણ તેને વશ ન થવું- કારણ કે આ બધું માયા જ છે- તેને વશ ન થવું. જો મનને વશ થાઓ તો માયાને વશ થવા બરોબર છે. મન છે તે માયાનું જ બનેલું છે. વ્યક્તિનો આશય/ઊર્જા મનના સુખ પાછળ ન હોવો જોઈએ- પણ જ્ઞાનના સૂર્યપ્રકાશ પાછળ હોવો જોઈએ- નહિતર સત્સંગ વક વગરનો થઈ જશે. મનના સુખ પાછળ દોડતાં અટકી જાઓ. પુરુષાર્થ કરો. નિરીક્ષણ કરો. મનની ક્રિયા અને ભાવનાઓને જાણો અને ઓળખો. મનને વશ ન થવું. જાણવાથી જ બધું થશે.
- મન એ માયાનું પ્રતિનિધિત્વ કરે છે જ્યારે પ્રજ્ઞાશક્તિ એ જ્ઞાનનું પ્રતિનિધિત્વ કરે છે. પ્રજ્ઞાશક્તિ એ આત્માનું શુદ્ધ કિરણ છે.
- કઈ ગમતું ન હોય તો – TV, મોબાઇલ, પુસ્તક વગેરેમાં ભાગો નહીં- પણ ‘જુઓ’. અવલોકન કરો- તો મનની માયા સંકોચાશે. મનને વશ ન થવું. પશ્ચિમની સંસ્કૃતિ મુજબ બધા મનને વશ થઈ ગયા છે અને - સતત – મનનું સુખ કેમ મળે તે જ જુએ છે. ધૈર્ય નથી. મનના સુખની ખોટી ચિંતાથી જ નવો દેહ બને છે – શરીર અને મનને કઈ રીતે સુખમાં રાખવું? તમારે સહજ સુખ ભોગવવાનું જ છે – પણ મનના પ્રતિનિધિત્વને અટકાવો. કષ્ટમાં નથી જીવવાનું (સારું ન ખાવું/સારું ન પહેરવું વગેરે...) - પણ મનને વશ થતાં અટકો.
- મનની સમજણ કેળવો. સમજણ એ માયા નથી. સમજણની પાછળ પડો એટલે સુખ વધશે. પરમ સુખ મળશે. પ્રતિકૂળતાઓ- બધી જ – સુખમાં ફેરવાઈ જશે. મનના સુખને બદલે મનની સમજણ કેળવો.
- બધી ક્રિયાઓ મનને ખાતે જાય છે- એટલે મનની માયા મરશે નહીં- પણ સમજણ જુદી વસ્તુ છે.
- તમારે સહન નથી કરવાનું- સહન કરશે તે અહંકાર કરશે અને નવું બંધન પડશે. તમે દીનતા રાખો, સમજણ રાખો અને પસાર થાઓ. પ્રકૃતિમાંથી દીનતા રાખીને પસાર થાઓ. દીનતા એ બળ છે. બાહુબળ/વિચારબળ/સાધનાબળ/તપનું બળ આ બધાં બળ નથી- તે નકામાં છે.
- સંસારનો વિકાસ એ માયાનો વિકાસ છે. બધો જ વિકાસ વિનાશ તરફ જઈ રહ્યો છે- પણ તેની અંદર એક શાશ્વત બિંદુ છે- તેને પકડો. તમારું ચેતન તત્ત્વ પાયો છે- તેને ઓળખો.
- બુદ્ધિની જાગૃતિ બે પ્રકારની છે- 1. સાદી બુદ્ધિ વ્યવહારમાં/વિકાસમાં જશે. આ બુદ્ધિ જ્ઞાન તરફ ન લઈ જાય. 2. સમ્યક્ (સીધી) બુદ્ધિ – આ બુદ્ધિનું આકર્ષણ રાખવું. “યથા મતિ- તથા ગતિ” – તેમ ભગવાન કહે છે. ભલે તમને પ્રજ્ઞા ન હોય પણ સમ્યક્ બુદ્ધિની જાગૃતિમાં ખોંચાણ/આકર્ષણ રાખો. આમ હશે તો ભલે કર્મ નબળાં હોય તોપણ આ આકર્ષણ કામ કરશે.
- વાંચવામાં અહંકાર પડદા પાછળ હોય છે, જ્યારે શ્રવણમાં અહંકાર હોતો નથી- એટલે શ્રવણ ઉત્તમ છે. વાંચનને બદલે જ્ઞાનીના શ્રવણને કેન્દ્રમાં રાખો. જ્ઞાનીના મૌનમાંથી પણ જ્ઞાન પ્રગટ થાય છે. યથાર્થ શ્રવણ કરવું- માયાવી શ્રવણ નહીં. યથાર્થ શ્રવણથી ચિત્તમાં પરિવર્તન થાય છે.
- કર્મની રજ મનુષ્ય શરીરમાં જ બળી શકે- દેવ/પ્રાણીમાં પણ આ રજ નહીં બળે. કારણ સમજો- માનવ શરીરમાં રહેલી બુદ્ધિ/અહંકાર થકી જ્ઞાનનું કિરણ એકટિવ થાય તે જ આ કર્મની રજને બાળી શકે. અન્ય શરીરમાં નહીં.
- બુદ્ધિ/અહંકાર માનવ શરીરમાં જ છે અને તે ઉપયોગી છે. તેને મળતા કિરણ/શક્તિનો ઉપયોગ વ્યક્તિ જાગૃતિથી જાણવા માટે કરે છે- તે કર્મની રજને બાળે છે.
- અંદરના પરમાણુ પુરુષાર્થથી જ ફેરફાર પામે કે તે પોતે ગતિમાં હોય ?

- પરમાણુઓ ગતિમાં નથી- તેમની સ્વતંત્ર ગતિ નથી. આપણી અંદર અનંત જીવનના પરમાણુઓ પડેલા છે- તેને જાણવા જશો તો ગાંડા થઈ જશો.
- પરમાણુઓની સ્વયંભૂ ગતિ નથી- પણ સંજોગો પ્રમાણે ગતિ છે. પરમાણુઓ સંજોગો મુજબ બહાર આવે છે. તેનો લાભ લેતાં ('જોતાં') જો ચૂકશો તો ખૂબ નુકસાન જશે.
- અનુકૂળ/પ્રતિકૂળ બંને સંજોગો તમારું કલ્યાણ કરવા જ આવ્યા છે. પરમાણુઓ બહાર નીકળવા માટે જ હોય છે. જો દુઃખી થશો અને જોશો નહીં તો પરમાણુઓ ફરીથી અંદર જશે. જ્યારે નીકળે ત્યારે જ્ઞાતા-દ્રષ્ટાથી જોવું- એટલે તે નીકળી જશે અને સાથે બીજા અનેક પરમાણુઓને લેતા જશે. પ્રતિકૂળ સંજોગોને લાત ન મારવી પણ જ્ઞાનદ્રષ્ટિથી લેવા/શમાવવા.
- તમારો આશય/ભાવ જ મહત્વનો છે. ભાવ જ પુરુષાર્થ છે. ક્રિયાની જરૂર નથી. જ્ઞાનમાં આશય/ભાવ જ જોવાય છે. વહેવારમાં ક્રિયા જોવાય છે. ફળ આશય પ્રમાણે આવે છે.
- ગીતા નહીં વાંચો તો ચાલશે પણ બહાર આવેલા પરમાણુઓને જોવા/જાણવા પડે. આ સમયે જાગૃતિ રાખો – તેમ શક્તિ આપો. જ્ઞાનદ્રષ્ટિથી આ પરમાણુઓને જુઓ તો બંધનના કારણની મુક્તિ થાય છે- પરમાણુઓનો કલર બદલે છે – ચોખ્ખા થાય છે.
- જો તમારી પાસે જ્ઞાનદ્રષ્ટિ ન હોય તો વિચાર/બુદ્ધિ/શ્વાસની જાગૃતિ રાખો.
- પરમાણુઓને બીજા શબ્દોમાં વૃત્તિ કહે છે. આ જન્મ લેતી વૃત્તિને જોવી. તમારી બુદ્ધિ/અહંકાર આ વૃત્તિને જોઈ નહીં શકે. અહંકારમાંથી જ વૃત્તિ ઊઠે છે- એટલે અહંકાર તેને જોઈ ન શકે. વૃત્તિઓ જ્ઞાનીના જ્ઞાનના પ્રકાશમાં જ દેખાય. "વૃત્તિ હું નથી" તેમ જોતાં અને જાણતાં જ બંધન કપાઈ જાય છે.
- સત્સંગમાં પરા જ્ઞાનનો પ્રકાશ જ્યારે મનના આવરણ/વિચાર વગર ચથાર્થ રીતે ઝીલાય છે ત્યારે જ્ઞાનીનું જ્ઞાન તે વ્યક્તિના ચિત્તમાં આવીને રહે છે. આ જ્ઞાનનો થાપો ચિત્તમાં શાશ્વત રહે છે- જે ક્રિયાશીલ હોય છે.
- આનું લક્ષણ એ હોય છે કે વ્યક્તિનો શ્વાસ ચોટી જાય છે. કારણ કે જે શ્વાસ બુદ્ધિ/મન વિચારમાં ખર્ચાતો હતો તે – હવે સમર્પણ થઈ ગયું એટલે શ્વાસની જરૂર નથી. મનમાં થતો શ્વાસનો ખર્ચો હવે બંધ થયો એટલે તે શ્વાસ નાભિમાં સ્થિર થાય છે. એટલે અંદર પવન પડી જાય – એટલે બધું ચોખ્ખું થઈ ગયું.
- અહીં સત્સંગ/જ્ઞાનીનું માનસિક/બૌદ્ધિક આકર્ષણ નથી. ક્યાંય પણ મન/બુદ્ધિથી ખેંચાવું તે સ્વરૂપ પ્રત્યેનું પાપ છે, દોષ છે. જે વ્યક્તિ સ્વરૂપ પ્રત્યે ખેંચાય તેના પર અન્યનો પ્રભાવ પડતો નથી.
- ભય લાગે છે કે હું આત્મા થઈ જાઉં તો મારા અહંકારનું શું ?
- આ ભયને તમારે મૃત્યુ/પરમાણુ/સંજોગરૂપે લઈને તેને જોવા/જાણવાનો છે. નહિતર ભગવાન પ્રત્યે પ્રીતિ નહીં આવે. ભયને કારણે ભગવાન પ્રત્યે પ્રીતિ આવે. માનસિક ભયથી ડિપ્રેશન આવે પણ આ ભય જ્ઞાન પ્રત્યે પ્રીતિ કરાવશે.
- જ્યારે ભયને ઓળખો/જાણો એટલે ભયનો અભાવ (અભય) થાય- નિર્ભયતા નહીં. ભય પ્રગટ થાય તેમાં અભય છુપાયેલો છે. ભય આવે તો રાજી થવું કે તેને ઓળખવા/જાણવાના દિવસો નજીક આવ્યા. આ ભય કાર્ય/કારણમાંથી નથી આવતો.

સત્સંગ ક્રમાંક [949] 18 MAR 2007 A+B

- ક્રોધ પકડાય છે પણ બીજી નકારાત્મકતા પકડાતી નથી – તો શું કરવું ?
- આપણે મનુષ્ય નથી- પણ મનુષ્ય શરીરના દ્રષ્ટા છીએ. આ શરીરમાં મારી ચેતના વહી રહી છે. શાશ્વત ચૈતન્યનો અનુભવ- પોતાના પુરુષાર્થથી - મનુષ્ય શરીરમાં થાય છે. આ અનુભવ દેવો ન કરી શકે.
- ચેતન સાથે પ્રકૃતિનો સંયોગ છે- ચૈતન્ય સ્વતંત્ર નથી- તે કેદ છે. જો શરીર/પ્રકૃતિમાં પરાચેતના ન હોય તો ક્રોધ/લોભ વગેરે ન થાય. ક્રોધ/લોભ વગેરેની શક્તિ આત્મામાંથી આવી. બુદ્ધિ કે વિચારોથી આ ક્રોધ/લોભ ન સુધરે. તે બુદ્ધિનું કાર્યક્ષેત્ર નથી.

- અંતઃકરણના તપેલા પરમાણુઓ ક્રોધ છે. તે જ રીતે દ્વેષ/મોહ/લોભ વગેરે. આ બધું ચેતનના સંયોગને લીધે થાય છે. ક્રોધ/ભયને જોઈ/અનુભવી શકાય છે- પણ લોભ/મોહ – આ બધું દેખાતું નથી.
- દરેક વ્યક્તિમાં શાંત ક્રોધ/શાંત દ્વેષ વગેરે બધું ચાલુ જ હોય છે- પણ તમને તે દેખાતું નથી. જો તમે અંતર્મુખ થાઓ, અને જ્ઞાનીની પ્રકૃતિ, જ્ઞાનીના અનુભવને જાણતા થાઓ તેમ તેમ પ્રકૃતિનું દર્શન ચોખ્ખું થાય.
- ચેતનશક્તિને સક્રિય કરવામાં સમય આપો તો પ્રકૃતિ ઓળખાશે. સત્સંગ કરો, જ્ઞાનના અનુભવીનો સંગ કરો, તેની પ્રીતિ કરો, અંતરની મૈત્રી કરો. એકાંતમાં બેસો. જો પરમાત્મા માટે રડી શકો તો સારું. બુદ્ધિ/વિચાર તેનો માર્ગ નથી. હું માનવ નથી, પણ તેને હું જોનાર છું. માનવ શરીરમાં સૂક્ષ્મ પરમાણુઓ વહી રહ્યા છે- જે પ્રારબ્ધ કર્મ છે. જે પરમાણુ પ્રસર્યા નથી તે સંચિત છે- અને તે ભવિષ્યમાં આવશે. સંજોગો મુજબ તે પરમાણુઓ આવશે.
- પરમાણુઓનો નિકાલ કરવા માટે નિયમોને આધીન થવું પડશે તે જાણો. હવે ક્રોધ/લોભ આવે ત્યારે તમે તેનાથી જુદાપણું અનુભવી શકો તો સારું. તમે ક્રોધ નથી. તમે તેને ‘જુઓ’. આ અભ્યાસનું વજન વધારો- તો ક્રોધ વખતે તમે લાચાર નહીં થાઓ. જાગૃતિનો અગ્નિ વધે એટલે પરમાણુ ખતમ થઈ જાય. જાગૃતિથી જ અંતઃકરણની સમસ્યાઓ જશે.
- બધી વ્યક્તિનાં અંતઃકરણ જુદાં હોય છે. તેની ખૂબ જ તાકાત હોય છે. પરાચેતનાથી અંતઃકરણ વશમાં આવે છે. એટલે પરાચેતના જગાડવી પડે. અહીં આપણી બુદ્ધિ કામ નહીં આવે. બુદ્ધિ અંતઃકરણની જાગૃતિમાં કામ નહીં લાગે- તે બાહ્ય વહેવારમાં ચાલશે. અહીં પરાચેતનાની ઉપરની જાગૃતિથી જ અંતઃકરણની સમસ્યા હલ થાય.
- અત્યારની જાગૃતિ બુદ્ધિને થોડી સીધી કરવામાં મદદ કરે – પણ સત્સંગની બહાર તે કામ નહીં કરે. સત્સંગમાં પાપ બળે પણ પરમાણુઓ નહીં બળે. તેના માટે ચેતનાની જાગૃતિ જોઈએ.
- ચેતનાની જાગૃતિને સમજો. આ સત્સંગમાં જે બોલાય છે તે પરાચેતનાની સાક્ષીએ બોલાય છે. એટલે કે વ્યક્તિ બોલનાર નથી- તે બોલવાથી જુદી છે.
- સમજણ રાખો કે હું પરમાણુઓનું દેવું ચૂકવવા આવ્યો છું. અંદર પરમાણુઓનો પહાડ છે. આ પરમાણુઓનો નિકાલ વિચાર/અહંકાર/બુદ્ધિથી નહીં થાય. તેના માટે ચેતનની જાગૃતિ જોઈશે. આ ચેતનની જાગૃતિ મેળવવા માટે જ્ઞાનીના સત્સંગની વાતો હોય તેમાં અંતઃકરણની જાગૃતિ રાખવી. વ્યક્તિ પાસે પ્રજ્ઞા/આત્માની શક્તિ નથી તો તે કરે શું? અહીં અંતઃકરણની જાગૃતિ મદદરૂપ છે. જેમ જેમ સત્સંગની જાગૃતિ વધશે તેમ તેમ પ્રકાશ વધશે.
- પ્રકાશને કારણે અંદરના પરમાણુઓ બહાર નીકળવા માટે આવશે. તેને નીકળવા દેવા. પાછા બેસાડવા નહીં. ધૈર્ય રાખીને ‘જોવું’. મનમાં દુઃખ ન લગાડવું. અંદર રીપેરીંગ થાય છે. સમજણ રાખવી. યથાર્થ દર્શન(સમજણ)એ મહાસુખ છે. સમજણનો આનંદ એ પ્રકૃતિનો નથી, તે કૃપા છે. કૃપાથી સાધનાનો શ્રમ ઘટે છે. કૃપા કોઈ સંસારની માંગણી નથી.
- નવો પિંડ/શરીર બંધાશે તેની ચિંતા કરવી તે પુરુષાર્થ છે- તે અંતરાત્મા છે. આવી સમજણ/દ્રષ્ટિ રાખવી. જાગૃતિના પ્રકાશમાં પરમાણુઓ ચોખ્ખા કરવાના છે.
- ગીતાનો એક જ સાર છે કે - અંતઃકરણની જાગૃતિમાંથી તું આત્માની જાગૃતિમાં આવી જા. એટલે જ બધા જ સંબંધોને નામ વગર, ચહેરા વગર, પ્રકૃતિ વગર જોવા.
- સંજોગોના પરમાણુઓને વશ ન થાઓ- જાગૃતિ રાખીને ‘જુઓ’. તમે અંતઃકરણના કેટલા પરમાણુઓને ચોખ્ખા કર્યા તેના આધારે આત્માનો પ્રકાશ આવે છે. દુઃખને હરનાર ફક્ત જાગૃતિ/Awareness જ છે.
- અણુઓ સામે લડી શકાશે નહીં. તેનાથી અલિપ્ત થઈને તેને ‘જુઓ’. જે પોતાની પ્રકૃતિના દોષોને જોવા રાજી હોય (સ્વદોષ) – તે વ્યક્તિ આ કરી શકશે. જોશે કોણ? તમારો અહંકાર કદી પણ પોતાના દોષ જોઈ ન શકે. તેને હંમેશાં બહારના દોષો/વસ્તુ દેખાય.
- અહંકાર અંદરની બાજુ આંધળો છે- પણ જો તમને દેખાયું તો સમજો કે તમારી દુઃખમુક્તિનો પ્રારંભ થયો. આ જાગૃતિએ જોયું/દર્શન કર્યું. ઉપર ઉપરના દોષો બુદ્ધિ જોઈ શકે – પણ

ઊંડાણના દોષો (કર્તાભાવ/અહંભાવના દોષ) – કે જેનાથી જન્મમરણ થાય છે – તે દોષો બુદ્ધિ ન જોઈ શકે. આવા દોષો જોવાય તો તે નાશ પામે છે. તે ક્રિયાથી ન જોવાય. શાંતિથી ‘જુઓ’, આને ચિત્તશુદ્ધિ કહે છે.

- જેટલી ચિત્તશુદ્ધિ થઈ તેટલી કાયમી રહેશે. આ ચિત્તશુદ્ધિનો પ્રકાશ જ હવે અશુદ્ધિ/અંધકારને હટાવ્યા કરશે.
- જેને ચિત્તશુદ્ધિનો આનંદ નથી તે વસ્તુઓ પાછળ જ દોડ્યા કરશે. આકાંક્ષા એવી રાખો કે અમારો પિંડ દિવ્યતા માટે જ બંધાય.
- પરમાણુઓ સામે અંતઃકરણની જાગૃતિ રાખો. દોષદર્શન માટે રાજી રહેવું. જો અહંકાર દોષને સાથ ન આપે તો દોષ જાય જ છે અને ચિત્તશુદ્ધિ થાય જ છે.
- આપણે આપણા પરમાણુઓથી ડરતાં હોઈએ અને લાગે કે આ પરમાણુઓ બહુ ચીકણા છે (નિકાયિત કર્મ)- અને જશે જ નહીં – તેવી કર્મની રજ હોય છે. તો શું કરવું? ક્યારેક એમ લાગે કે આ તો બહુ સહેલું છે – તો આમ કેમ થાય છે ?
- અંતઃકરણની જાગૃતિ, પ્રજ્ઞાની જાગૃતિ, સમજણ વગેરેમાં - અંતઃકરણની જાગૃતિને આવા ચીકણા પરમાણુઓ દાદ નહીં આપે.
- પ્રજ્ઞાની જાગૃતિને લાગે કે કંઈ થતું નથી – એટલે તે waiting/અભીપ્સામાં આવે છે. પણ પરમાણુઓનો સમય જ્યારે થશે ત્યારે નિકાયિત કર્મો કાળ તત્ત્વ દ્વારા ઘસાતાં જશે. પછી તે શમી જશે.
- જેમ જેમ પ્રજ્ઞાની સમજણનું સુખ વધે તેમ તેમ આ સુખના પ્રકાશમાં દુઃખ હોય તોપણ દુઃખ લાગશે નહીં. દુઃખ લાગશે ખરું પણ દુઃખનો ભય નહીં લાગે.
- આપણી જાગૃતિને સુખ/દુઃખ - કોઈ સ્પર્શ કરી શકતું નથી. આ જાગૃતિને કારણે નિકાયિત કર્મનું દુઃખ ‘મારું’ હોય તેમ નહીં લાગે.
- સારાં કર્મો અને નિકાયિત કર્મો બંને કર્મોનો સંબંધ ચિત્તશુદ્ધિ સાથે નથી.

સત્સંગ ક્રમાંક [953] 20 MAY 2007 A+B

- જે સત્સંગ મનથી થાય છે તેનાથી સંસ્કાર અને ભાવનું ઘડતર થાય છે, પાપનો ક્ષય થાય છે પણ તેનાથી જ્ઞાનમાં પ્રતિષ્ઠા નહીં થાય. વ્યક્તિની આ ભૂલ છે- જગતના વિષયો મનથી પકડાય, પણ આ વસ્તુ મન/બુદ્ધિથી ન પકડી શકાય- આ વાતની નિરંતર પ્રતીતિ હોવી જોઈએ. સાધક પોતાના મનને શસ્ત્રની જેમ ઉગામે છે- પણ તેણે મનને ન ઉગામવું જોઈએ.
- જીવનનાં બધાં જ ક્ષેત્રમાં મનને હથિયાર તરીકે વાપરવાનું નથી. મનને શાંત કરશો ત્યારે પ્રજ્ઞાશક્તિ જાગૃત થશે- અને પછી દરેક ક્રિયા પ્રજ્ઞાશક્તિ કરશે.
- મનથી સત્સંગ ન થઈ શકે. શા માટે મનને સત્સંગમાં વાપરો છો? ભાવ રાખો કે “મારે મનને છોડવું છે” – તો કાર્ય થશે. મનનો અભાવ હોય ત્યારે પ્રતિકૂળ સંજોગો પણ જ્ઞાનમાં વિકાસ કરશે. જેટલા ટકા મન ઘટ્યું હોય તેટલા પ્રમાણમાં જ્ઞાનનો વિકાસ થાય. સત્સંગમાં ભાવ અને પ્રેમ રાખો.
- જગતનો બધો વહેવાર મનથી જ ચાલે છે. તો આમાં જ્ઞાનને કેમ બચાવવું ?
- જેમ ટ્રાફિકમાં ધ્યાન રાખીને રસ્તો કાઢો છો તેવી રીતે બધી જગ્યાએ જ્યારે મન છે ત્યારે તેમાંથી જાગૃતિ સાથે રસ્તો કરો. તમે મનનો અભાવ રાખીને કામ કરો.
- આમ કરશો તો તમારા અહંકારને સામેલાળો હરાવશે- ત્યારે હારવાનું દુઃખ ન લગાડવું. હારવાની તૈયારી રાખો. તમને નુકસાન કે તમારો દુરુપયોગ પણ થાય. સંસારના લાભ વગેરે ઘટાડો. જગતની બધી જ જીત અંતે તો હારમાં જ ફેરવાઈ જાય છે.
- સફળતા/નિષ્ફળતા ઢૂંઢૂ છે. જ્ઞાનમાં સફળતા કે નિષ્ફળતા અડતી નથી. સામેથી હારવાનું નથી – પણ જે કંઈ આવે તે સ્વીકારો. મનની વેદના/પીડાને જાણવી. તમારી સામે જો ભારે મન હોય તો જ સાધનામાં વિકાસ થશે.
- મનને જોવું અને મનની ગતિને જોવી તેમાં શું ફેર છે ?

- વિચાર અને વિચારણા જેટલો ફેર છે. વિચારણા હંમેશાં લાઈવ/જીવંત હોય- વિચાર હંમેશાં ભૂતકાળ હોય છે. વિચારણા સહાયકારી છે. મન સહાયકારી નથી પણ જ્યારે તે ગતિમાં આવે છે ત્યારે તે સ્પર્ક કરે છે. ગતિમાં આવેલ મન ભૂતકાળથી અલિપ્ત થાય છે.
- વ્યક્તિને જે 'હુંપણા' નો અહેસાસ થાય છે તેનાથી મનનો જન્મ/પ્રાગટ્ય થાય છે. મનને હંમેશાં ગતિમાં રાખો. જીવનના સંચારની સાથે મનની ગતિ રાખો તો અહંકાર ક્ષીણ થાય. (દા.ત. ખિસકોલી બોલી, પવનનો અવાજ વગેરે..) આ મનની સાવધાનીની ગતિ દ્રષ્ટા ખાતે જાય છે- અને મન નિષ્પાપ થતું જાય.
- બહાર અને અંદરની પ્રકૃતિમાં સતત કંઈ બની રહ્યું છે- તેના જ્ઞાતા-દ્રષ્ટા બનો. સતત સાવધાની રાખો. અંદર શ્વાસે શ્વાસે કંઈક બની રહ્યું છે- જેનાથી નવું શરીર બને છે.
- ચાર પ્રકારના સંબંધ છે. 1. વ્યક્તિ-વ્યક્તિ 2. વ્યક્તિ-વિચાર 3. વ્યક્તિ-વસ્તુ 4. વ્યક્તિ-કુદરત. આ ચાર સંબંધોની ગતિ અને જાગૃતિમાંથી ભગવાનની શક્તિ નિર્માણ થાય છે.
- વ્યક્તિને ખટકો હોવો જોઈએ કે "આ સંસારને હું સાચો માનું છું".
- ચાર પ્રકારના સંબંધ રાખીએ ત્યારે રાગ-દ્વેષ રહે છે. સમતા નથી હોતી. જો સમતા રાખવા જાઓ તો જાણે બુદ્ધિ નથી તેમ લાગે છે. તો શું કરવું ?
- આપણી બુદ્ધિ રાગદ્વેષના હેંગર ઉપર જ ટિંગાયેલી હોય છે. જ્યારે રાગ-દ્વેષ ન હોય ત્યારે ભલે બુદ્ધિનો અભાવ દેખાય - પણ મહાબુદ્ધિ કામ કરી રહી છે. બુદ્ધિ ત્રણ ગુણને પકડી શકે પણ તે સ્વરૂપને પકડી શકે નહિ. સ્વરૂપ બુદ્ધિમાં પ્રગટ ન થાય. બુદ્ધિ તેને પ્રકાશિત ન કરી શકે. તમને જે લાગે છે કે તમે બુદ્ધિ વગરના છો - તે તમારા અહંકારને લાગે છે. પણ શરમાવા જેવું નથી.
- અંતરાત્મા બુદ્ધિજીવી નહીં પણ સમજણજીવી હોય. સમ્યક્ જ્ઞાન હોય તેને બુદ્ધિ કેન્દ્રિય પરિબળ નથી. પણ બુદ્ધિથી વ્યક્તિ સમજણ મેળવીને બુદ્ધિ છોડી દે છે. બુદ્ધિજીવી થવાથી કર્મનું બંધન પડે છે- વ્યક્તિને અનેક અંતરાયો આવે છે. બુદ્ધિ પ્રત્યે સાવધાની રાખવાથી વિક્ષેપ અને મળ બંધ થઈ જાય છે. બુદ્ધિહીન નથી થવાનું- પણ બુદ્ધિની સક્રિયતા ઘટાડવાની છે. બુદ્ધિ એ જ્ઞાનનું દ્વાર છે- વધુ કંઈ નથી. બધું જ્ઞાન બુદ્ધિ વડે જ થશે. જ્ઞાનનો પ્રકાશ હોય ત્યાં બુદ્ધિ કે સ્મૃતિ ન હોય. નિષ્ઠા, અનન્ય ભાવ અને પ્રીતિ રાખો તો જ્ઞાન થાય.
- બુદ્ધિ ઘણી વાર નિષ્ક્રિય થઈ ગઈ હોય ત્યારે એક પ્રકારનો પાકો નિશ્ચય થઈ જાય છે. તેને અહંકાર કહેવાય ?
- વહેવારમાં વપરાતો શબ્દ 'નિશ્ચય' અહીં નથી. બુદ્ધિ/વિચારનો નિશ્ચય છે તે અહીં નથી. અહીંનો નિશ્ચય બતાવે છે કે આ જ મારો માર્ગ/સુખ/પ્રારબ્ધ છે. વ્યક્તિને ખબર ન પડે તેમ તેનું બંધારણ (નિશ્ચય) ઊભું થઈ જાય છે- તે અહંકાર નથી.
- હું જૈન/વૈષ્ણવ/હિન્દુ..... વગેરે.. તે અહંકાર છે. દ્રષ્ટિનો રાગ છે. જ્ઞાન પ્રાપ્ત થાય તેને દ્રષ્ટિનો રાગ ન હોય. વ્યક્તિ ગમે તેટલો સારો/અપ દુ કેટ હોય પણ દ્રષ્ટિરાગ હોય તો તે અહંકાર છે- જે ખૂબ જ સૂક્ષ્મ છે. આ અહંકાર જ્ઞાનમાં ગતિ અટકાવી દેશે. તે અંતરાય છે. તમારે તમારો ધર્મ (જૈન/હિન્દુ વગેરે..) છોડવાનો નથી - પણ "તમારો ધર્મ જ ઊંચો" - તે દ્રષ્ટિરાગ છે.
- "મારી સમજણ બીજા કરતાં ઊંચી છે" - તે પણ દ્રષ્ટિરાગ છે.
- જો નિશ્ચયની સાથે દ્રષ્ટિરાગ/સમજણરાગ હોય તો તે ભયંકર અહંકાર છે.
- જો સમજણમાં રાગ હોય તો મહાસુખ નહીં આવે. બીજાની સમજણનો સ્વીકાર કરો.
- સમજણમાં સરખામણીનો મુદ્દો નથી. જો બીજાની સમજણ ઊંચી હોય અને તમને સમજણનો દ્રષ્ટિરાગ હોય તો તમે દુઃખી થશો. આ અહંકાર છે.
- પૃથ્વીના ખંડોનું જીવન જુદા જુદા પ્રકારનું છે. જો આત્મા સાથે એકરૂપતા હોય તો બીજા ખંડના માણસો સાથે કેમ ગોઠવાઈ શકે ?
- જેણે આત્માને જાણ્યો તે ગમે તે ખંડમાં જાય- તેને ફાવે જ. દરેક ખંડના માણસોના વહેવારો/અસ્મિતા વગેરે મનમાંથી જ પ્રગટ થાય છે- જે જ્ઞાન વિરોધી છે. જ્ઞાની તો આ બધાંથી બહાર છે. અહંકાર આજુબાજુના વાતાવરણથી બને છે.

- વ્યક્તિ વિપરીત પરિસ્થિતિમાં મુકાય અને તે જ્ઞાતા-દ્રષ્ટા હોય તો ફાયદો થાય. ઘણી વાર શહેરી માણસો કરતાં ગ્રામ્ય લોકોનો અહંકાર ઊંડો હોય- કારણ કે તે ફેરફાર સ્વીકારી ન શકે. શહેરીઓને ઘણી સમસ્યાઓ હોય એટલે સમાધાન કરવાં પડે.
- પ્રકૃતિની શાંતિને ચેતન વગરની નાદાન શાંતિ કહે છે. તે જ્ઞાન માર્ગની શાંતિ નથી. જ્ઞાનમાંથી પ્રશાંતિ આવે- જે જતી ન રહે- તે શાશ્વત છે. શાંતિ તો આવે અને જાય- પ્રશાંતિ તમારી અંદર પડેલી જ છે. તે જ્ઞાનની શાંતિ છે. સત્-ચિત્-આનંદ એ પ્રશાંતિની ઉપર છે. પ્રશાંતિ પોતે એક વાતાવરણ છે, જ્યારે સત્-ચિત્-આનંદ એ અસ્તિત્વ છે.
- સાધનામાં ક્યાંય બહિર્મુખતાનો ઉપયોગ ખરો ?
- વ્યક્તિ બહિર્મુખતા અને અંતર્મુખતાને માનસિક રીતે લે છે. તમે બહિર્મુખતા વગર જીવી ન શકો- કારણ કે પાંચ ઇન્દ્રિયોનું માળખું/પાંજરું જ બહિર્મુખ છે. આ બહિર્મુખતાની ગતિ સાથે તમારે ભળી જવાનું નથી- એકરૂપ થવાનું નથી.
- જે અંતર્મુખ હોય તેને પણ બહિર્મુખતા તો હોય જ- પણ તે જાણે છે કે આ ગતિનો હું દ્રષ્ટા/સાક્ષી છું. તેનો ફાયદો એ છે કે કુદરત તેનાં બહિર્મુખતાનાં કામ ઘટાડી નાખે છે. આવાં કામ આપોઆપ થશે- એટલે બહિર્મુખ કામનો બોજો ઘટશે અને કાર્યો સ્વાભાવિક રીતે થશે. બહિર્મુખતાથી ભાગવાનું નથી. અંતર્મુખતામાં તમે સ્વરૂપની સાથે છો.
- યાદ રાખો કે બહિર્મુખતાના ઉપયોગ વડે તમારે અંતર્મુખ થવાનું છે- અને સ્વભાવને જાણવાનો છે. તમારા પ્રારબ્ધમાં લખેલ બહિર્મુખતાનાં કાર્યો આવશે જ- ત્યારે ભાગવાનું નથી. પણ આંતર જીવનને પ્રગટ કરવાનું છે.

સત્સંગ ક્રમાંક [954] 03 JUN 2007 A

- ભોક્તાપદનો અહંકાર નરમ છે- કાતિલ નથી – જ્યારે કર્તાપદનો અહંકાર કાતિલ છે. પણ ભોક્તાપદના અહંકારમાંથી નીકળવું અઘરું છે. તેના માટે સ્વજ્ઞાન/સમજણ પ્રત્યેની પ્રીતિ જેટલી વધતી જાય તે ક્રમે ક્રમે ભોક્તાપદને શિથિલ કરે છે. એટલે વ્યક્તિને “મારું શરીર/હું છું” વગેરેનું દુઃખ ન લાગે. કોઈ વાતનું દુઃખ ન થાય- કારણ કે ‘હુંપણું’ નીકળી ગયું.
- જાણવું અને સમજવું. સમજવાથી મુક્તિ આવતી નથી- પણ જ્ઞાનથી મુક્તિ આવે છે. સમજણથી કર્તાપદ/ભોક્તાપદનું જ્ઞાન થાય છે. સમજણની સાથે જ્ઞાનની દોરી બંધાયેલી હોવી જોઈએ. જો જ્ઞાન ન હોય તો બુદ્ધિની સમજણ હોય છે. જ્ઞાનના પ્રકાશમાં સમજણ કામ ન લાગે.
- બુદ્ધિ/વિચારોને સ્થિર કરતા હો ત્યાં સુધી શાસ્ત્રો કામ લાગે- પણ પછી શાસ્ત્રો છોડવાં પડે.
- ઇન્દ્રિયોનાં સંવેદનો જોવાં તે પુરુષાર્થ છે. તમે જ્ઞાની પાસે જાઓ ત્યારે તમારાં શાસ્ત્રો વગેરેના બધા વિચારો કાઢી નાખવાના છે. તમારા ચિત્તમાંથી દરેક ગ્રંથ/વિચાર/શાસ્ત્રોની આસક્તિ કાઢવાની છે.
- મનની સમજદારી છોડવાની છે. ઘણાને મનની સમજણ (ગીતા વગેરે ..) હોય તે અસ્મિતા છે. સમજણ મેળવવી એટલે લર્નિંગ પ્રોસેસ છે. અંતરજગતમાં જ્ઞાનના પ્રકાશની મૈત્રી જોઈશે. શરૂઆતનાં સાધનો/ક્રિયા – જે મહત્વનાં હતાં તે બધાં ગૌણ થઈ જશે- છૂટી જશે. જ્ઞાનના પ્રકાશમાં બધું સમાઈ જાય છે. વેદોનો ગાયત્રીમાં અને ગાયત્રીનો ‘ૐ’માં લય થાય છે.
- સમજણ મેળવવાનો અંત નથી- તે માયા છે- પણ જ્ઞાનનો અંત છે. સમજણનો લોભ એક ભૂમિકાએ ખરી પડશે. સમજણનો લોભ તમને જ્ઞાનથી વંચિત રાખશે. સમજણ તમારા શરીર સાથે નાશ પામે છે- પણ સમજણ દ્વારા મેળવેલ પ્રજ્ઞા નાશ પામતી નથી.
- દરેક નવા શરીર સાથે સમજણની ભૂમિકા હોય – પણ અમુક સમય પછી વ્યક્તિ પ્રકાશને માર્ગે – હૃદયનો અંધકાર દૂર કરવાને માર્ગે છે.
- પુરુષાર્થ એ કર્તા-ભોક્તાપદરહિત છે. કર્તા-ભોક્તાપદ તમારાં ધાર્મિક/આધ્યાત્મિક સાધનોથી દૂર નહીં થાય. અંદરના પુરુષને ઓળખવા જે મથે છે તે પુરુષાર્થ છે.

- “બ્રહ્મ સત્ય- જગત મિથ્યા”નું જગત એટલે બહાર નહિ – પણ ઇન્દ્રિયો દ્વારા અનુભવાઈને જે અંદરનું દ્રશ્ય (કૃત્રિમ સૃષ્ટિ) ઊભું થયું છે – તે મિથ્યા છે. આ વસ્તુ સમજાય તે પુરુષાર્થનો પ્રારંભ છે. પણ દરેકમાં રહેલ આત્મા દિવ્ય છે- તે સત્ય છે.
- દરેક વ્યક્તિમાં જગત મિથ્યા જ છે. એટલે ક્રોધ/લોભ વગેરે સામેની વ્યક્તિના મિથ્યાત્વમાંથી જ આવે છે. તે વ્યક્તિના મશીનમાંથી આવે છે.
- ધ્યાન/શિબિર/મૌન/મંદિર/આશ્રમ/સત્સંગ – આ બધું મનનો આશરો છે- પુરુષાર્થ નથી. પુરુષાર્થ બધી ક્રિયા/વિચારધારાથી પર છે. પુરુષાર્થને અંતરદ્રષ્ટિ સાથે સંબંધ છે.
- અંદરના શાશ્વત તત્ત્વને જે જાણે છે તે અક્ષર છે- જાણી લીધું તે અક્ષરાતીત છે. અંતે ક્ષર/અક્ષર કઈ પણ ન રહે તે અક્ષરાતીત છે- દ્વંદ્વરહિત- ક્ષર/અક્ષરરહિત.

સત્સંગ ક્રમાંક [954] 03 JUN 2007 B

- શરીર બીમાર છે- પણ હું શરીર કે બીમારી નથી. “મારે વિકાસ કરવો છે- મને સમય નથી- મારે આ વર્ષમાં આટલું કરવાનું છે”- આ બધું અહંકાર છે.
- મોટું સંકટ આવે ત્યારે અહંકાર ટકી શકતો નથી. જ્યારે જ્યારે સમસ્યા આવે ત્યારે તે નિમિત્તે તમારે અહંકારને તોડવાનો છે- આ પુરુષાર્થ છે.
- દુઃખની નિકટતા કરો તેમ પીડા વધે છે તો શું કરવું ?
- માનસિક ક્રિયામાં જાઓ તે પુરુષાર્થ નથી. દુઃખની વધવાની એક લિમિટ છે. અંદરના જાણપણાના અગ્નિથી દુઃખ વધશે. તમે દુઃખની સામે આવી જાઓ. તમારી અંદર એક એવી વસ્તુ છે જે અલિપ્ત છે- તેને પ્રગટ થવાનો ચાન્સ આપો. દુઃખ સ્વતંત્ર નથી- તે કેટલાંક કારણોથી થાય છે.
- જો દુઃખની સામે જાણપણાનો અગ્નિ રાખો તો શરૂમાં દુઃખ વધશે – પણ તે જવા માટે છે/નાશ થવા માટે છે. પણ માનસિક ક્રિયા કરશો તો દુઃખની શક્તિ વધતી જશે.
- હવે તમને શરણાગતિનો મતલબ સમજાશે. દુઃખને ખરાબ ન માનો. તમારી ક્ષમતા પ્રમાણે દુઃખનો સ્વીકાર કરો – તો તમારી શક્તિ તેને સમજવામાં જશે. દુઃખને જાણવાથી સુખ આવે છે, મન નિષ્પાપ થઈ જાય છે, સરળ થઈ જાય છે.
- તમારો જન્મ સુખ ભોગવવા માટે છે તેવી સમજ- એ ભ્રાંતિ છે. દુઃખથી છટકવું નહિ. જ્ઞાન દ્વારા દુઃખને જાણો. જે ‘પર’ માં રહે છે ત્યાં દુઃખ છે.
- તમારા જે કઈ સંજોગો છે તેમાંથી જ જ્ઞાનનો રસ્તો છે. દુઃખને જાણવા માટે શક્તિ (Energy)ની જરૂર છે. તમે ઇન્દ્રિયોથી બોલવા/વિચારવા/સાંભળવા/કલાકો ફોનમાં શક્તિનો વ્યય કરો છો- આ શક્તિ બચાવો. યોગ્ય આહાર, વિહાર અને બુદ્ધિનો યોગ્ય ઉપયોગ કરો.
- ભૌતિક, માનસિક સંયમ રાખો. ક્રિયામાં/હળવા-મળવામાં/ઊંઘમાં વિવેક રાખો. ક્રિયાઓના અતિરેકમાં લોકો પાસે સમય નથી. જેની પાસે નિવૃત્તિનો સમય નથી તે અંધકારમાંથી આવ્યા છે અને અંધકારમાં જશે. દુઃખની શક્તિ બુદ્ધિ/વિચારથી નહીં પકડાય, તે ઊર્જાથી પકડાય. જ્ઞાનીને દુઃખ લાભ આપે તો આપણને કેમ નહીં? તમારી શારીરિક/માનસિક/બૌદ્ધિક/વૈચારિક – બધી જ શક્તિ સમ્યક્ હોવી જોઈએ.

ૐ હરિ:

ૐ હરિ:

ૐ હરિ: