

## अष्टावक्र गीता का ज्ञान – (1)

### " मोक्ष-प्राप्ति का तीन चरण वाला उपाय "

- अष्टावक्र गीता में मोक्ष-प्राप्ति का, अर्थात् संसार के बंधन से मुक्ति का, तीन चरण वाला उपाय बताया गया है। ये तीन चरण हैं – 'वैराग्य', 'आत्म-ज्ञान' और 'चैतन्य में विश्राम'।

- **प्रथम चरण : वैराग्य :** ऋषि अष्टावक्र जी ने मुक्ति के लिए पहली आवश्यकता वैराग्य की बताई है –

**मुक्तिमिच्छसि चेत्तात् विषयान विषवत्यज ।**

**क्षमार्जवदयातोष सत्यं पीयूषवद्भुज ॥१-२॥**

अर्थात् - "यदि तू मुक्ति चाहता है तो अपने मन से विषयों (वस्तुओं के उपभोग की इच्छा) को विष की तरह त्याग दे (अर्थात्, मुक्ति पाने के लिए सबसे पहले विषयों से वैराग्य ले), और क्षमा, सरलता, दया, संतोष तथा सत्य का अमृत की तरह सेवन करा।" (अष्टावक्र गीता - 1.2)

- **द्वितीय चरण : आत्म ज्ञान :** अगले सूत्र में अष्टावक्र जी ने आत्म ज्ञान की व्याख्या की है –

**न पृथ्वी न जलं नाग्निं वायुर्द्यौर्न वा भवान् ।**

**एषां साक्षिणमात्मानं चिद्रूपं विद्धि मुक्तये ॥१-३॥**

अर्थात् - "तू न पृथ्वी है, न जल, न अग्नि, न वायु, न आकाश ही है। मुक्ति के लिए अपने को इन सबका साक्षी चैतन्यरूप जान (अर्थात्, तू पृथ्वी, जल, अग्नि, वायु और आकाश, इन पाँच तत्त्वों से बना शरीर नहीं है, अपितु तू केवल चैतन्य-रूप साक्षी है - यही वास्तविक ज्ञान है, यही आत्म-ज्ञान है)।" (अष्टावक्र गीता - 1.3)

- **तृतीय चरण : चैतन्य में विश्राम :** अगले सूत्र में अष्टावक्र जी ने बताया है कि वैराग्य और आत्म-ज्ञान प्राप्त कर लेने से ही मुक्ति नहीं मिलेगी, अपितु इन दोनों की प्राप्ति के उपरान्त चैतन्य में विश्राम कर स्थित रहने पर ही संसार के बंधन से मुक्ति होगी। वे कहते हैं -

**यदि देहं पृथक् कृत्य चिति विश्राम्य तिष्ठसि ।**

**अधुनैव सुखी शान्तो बन्धमुक्तो भविष्यसि ॥१-४॥**

अर्थात् - "यदि तू स्वयं को इस शरीर से अलग करके, चेतना में विश्राम करे तो तत्काल ही सुख, शांति और बंधन-मुक्त अवस्था को प्राप्त होगा।" (अष्टावक्र गीता - 1.4)