प्रेय मार्ग और श्रेय माग

मार्ग दो ह–प्रेय और श्रेय। मन प्रेय मार्ग को पसन्द करता है और बुद्धि श्रेयमार्ग को।

जिसे आत्मज्ञान नहीं होता, उसे बुद्धि नहीं होती।

जिसे आत्मानुभव होता है उसे मन नहीं होता, बुद्धि होती है। मन कहता है भूख के बिना भी खा ले परन्तु बुद्धि कहती है जब भूख हो तभी खाया जाए। मन कहता है कामेच्छा पूरी होनी चाहिए, चाहे बलात्कार करना पड़े परन्तु बुद्धि कहती है स्त्री पुरुष दोनों की इच्छा हो तभी संभोग होगा। स्त्री से जबर्दस्ती नहीं करनी चाहिए।

मन प्रेय मार्ग चाहता है, बुद्धि श्रेय मार्ग।

मन दुःख है, बुद्धि आनन्द है।

मन असत्य है, बुद्धि शाश्वत है।

मन चंचल है, बुद्धि स्थिर है।

ध्यान मन को आदेश देता है। ध्यान विद्या ही योग विद्या है।

हर मनुष्य को मन से बुद्धि तक उन्नत होना चाहिए।

परन्तु यह स्वयं करना है, कोई हमारे लिए नही कर पाएगा।

हमें साधना द्वारा इस उन्नति को पाना है। ध्यान करने से यह उन्नति मिलती है (लगभग 40 दिन में) ऊर्ध्व लोकों के सभी बुद्धों का यही संदेश है।