'હસ્તાક્ષરનું અક્ષયપાત્ર'નાં ૬૮ ગ્રંથોમાંથી ઉદ્ધૃત કરેલ

# પરમ ભદ્રંકર આત્માનો અજવાસ

|| ૧ ||

પ. પૂ. પંન્યાસ શ્રી ભદ્રંકરવિજયજી ગણિવર્ય

સંકલન : પંન્યાસ વજસેનવિજય ❋ આચાર્ય હેમપ્રભસૂરિ


હું કોણ? તેના ઉત્તરનો આવિષ્કાર - સ્થિતપ્રજ્ઞ આત્માનો પ્રકાશ

## અખિલ સાથે આત્માનો સંબંધ

ધ્યાન દ્વારા વિશ્વની ગંભીરતામાં પ્રવેશ કરી
અખિલની સાથે આત્માનો સંબંધ સ્થાપિત થઈ શકે છે.
'હું ખોવાઈ ગયો છું' એવો ખોટો ભાસ ધારણ કરીને કોઈ
દુઃખી થાય છે, તેમ પોતાના બ્રહ્મસ્વરૂપનું ભાન ન થતાં
'હું દુઃખી છું, અપૂર્ણ છું' એવો ભાસ માણસોને થાય છે.
જીવાત્મા જાતે પરમાત્માનો બનેલો છે અને
માટીનો બનેલો નહિ, એટલા માટે માટીના પદાર્થોથી
એ પૂરેપૂરી તૃપ્તિ પામી શકે જ નહીં, કિન્તુ

પરમ પૂજ્ય સકલાગમરહસ્યવેદી

**આચાર્યદેવ શ્રીમદ્વિજય દાનસૂરીશ્વરજી** મહારાજાના શિષ્યરત્ન

પરમ પૂજ્ય કર્મસાહિત્ય નિષ્ણાંત

**આચાર્યદેવ શ્રીમદ્વિજય પ્રેમસૂરીશ્વરજી** મહારાજાના શિષ્યરત્ન

પરમ પૂજ્ય કલિકાલકલ્પતરૂ

**આચાર્યદેવ શ્રીમદ્વિજય રામચંદ્રસૂરીશ્વરજી** મહારાજાના શિષ્યરત્ન

પરમ પૂજ્ય અધ્યાત્મયોગી

**પંન્યાસપ્રવરશ્રી ભદ્રંકરવિજયજી ગણિવર્ય**

॥ श्री शिवंकराय भद्रंकराय नमोनमः ॥

# પરમ પૂજ્ય પંન્યાસશ્રી ભદ્રંકરવિજયજી ગણિવર્ય મહારાજા

मयि तद्रूपं सोऽहं ।

પરમાત્માનું રૂપ મારામાં છે અને તે જ હું છું.

આગમન : સંવત ૧૯૫૯ ને માગશર સુદ ત્રીજ (ઇ.સ.૧૯૦૨)

ઉર્ધ્વગમન : સંવત ૨૦૩૬ ને વૈશાખ સુદ ચૌદસ (ઇ.સ.૧૯૮૦)

શ્રી શત્રુંજયા આદિનાથાય નમઃ

શ્રી ગીરનારજી નેમીનાથાય નમઃ

શ્રી શંખેશ્વરા પાર્શ્વનાથાય નમઃ

આ QR Code ઉપર મોબાઈલથી સ્કેન કરતાં જ
આપને 'હસ્તાક્ષર થીમ સોંગ' સાંભળવા મળશે.

'હસ્તાક્ષરનું અક્ષયપાત્ર'નાં ૬૮ ગ્રંથોમાંથી ઉદ્ધૃત કરેલ

# પરમ ભદ્રંકર આત્માનો અજવાસ

॥ ૧ ॥

પ. પૂ. પંન્યાસ શ્રી ભદ્રંકરવિજયજી ગણિવર્ય

સંકલન : પંન્યાસ વજસેનવિજય * આચાર્ય હેમપ્રભસૂરિ

હું કોણ? તેના ઉત્તરનો આવિષ્કાર - સ્થિતપ્રજ્ઞ આત્માનો પ્રકાશ

## PARAM BHADRANKAR AATMA NO AJVAAS

Personal Diaries comprising of Divine thoughts regarding experiencing Aatma
by Pujya Panyashshri Bhadrankar Vijayji Maharaj.

---

## VOLUME - 1

Year 2024 • સંવત્ ૨૦૮૦ • 500 Copies / 216 Pages • For Private Circulation only.

---

## PUBLISHER


© Shri Bhadrankar Gyandeepak Public Charitable Trust - Rajkot


team@mindfiesta.com

---

## SPONSOR

Smt. Jayaben Chunilal Dodhia (Parasbhai)
Halar | London

---

## ENHANCED & DESIGNED BY

Bharti Deepak Mehta
Fiesta Studios
Pattani Bldg., M.G.Road, Rajkot - 1.
bharti@mindfiesta.com
+91 98252 15500

## eBOOKS AVAILABLE AT

- www.bhadrankar.com
- www.navkarday.com
- Amazon Kindle
- Telegram : HastaksharNuAkshayPatra

પૂ.દાદાગુરૂમહારાજ પંન્યાસપ્રવર ભદ્રંકરવિજયજી ગણિવર્યના 'હસ્તાક્ષરના અક્ષયપાત્ર'નાં ૬૮ ગ્રંથોના વાંચનની મહાત્માઓમાં ધૂન મચી હતી, ત્યારે કેટલાક પૂજ્યો પાસેથી એવું મંતવ્ય મળ્યું કે હવે વિષયવાર લઘુપુસ્તિકાઓ મુદ્રિત કરો, તો વિશેષે ઉપયોગી બને. નવકાર-મૈત્રી-પરોપકાર વગેરે પુસ્તિકાઓના પ્રકાશન પછી નવા ૧૪ ભાગની શ્રેણીમાં હવે ૨૦૦ પાનાનો 'આત્મા'ને ઉજાગર કરતો આ પ્રથમ ભાગ આપ સુધી પહોંચે છે, તેનો હર્ષ છે. 'હું કોણ? આત્મા' વિષય જ અનેરો છે. એક સમય એવો હતો, જેમાં આત્મવાદની મુખ્યતા હતી. હાલ અનાત્મવાદનો પ્રભાવ વધ્યો છે, ત્યારે આત્મજ્ઞાન પામવા પુરૂષાર્થ કરવો, એ કપરૂં કાર્ય બન્યું છે. આ કાર્યને સરળ કરનાર એક ચિંતન:

'આત્મામાં આત્માનું જ્ઞાન-દર્શન અને સુખનો અનુભવ કરવો, તે નિશ્ચય રત્નત્રયી છે. મનુષ્યના આત્માની મહાન પરમાત્મા સાથેની એક્તા વિશ્વની સૌથી મોટી શોધ છે. જિનવરનો આત્મા એ સદ્ગુરૂનો આત્મા, સદ્ગુરૂનો આત્મા તે મારો આત્મા, મારો આત્મા તે જ સર્વ જીવોનો આત્મા. સૌમાં આત્મા એક જ છે!' આત્મસંબંધી ચિંતનોનો આ લઘુગ્રંથમાં ખજાનો છે! આ લઘુ ગ્રંથશ્રેણી શ્રી **પારસભાઈ** એટલે માતુશ્રી **જયાબેન ચુનીલાલ દોઢીયા પરિવાર**ની અપ્રતિમ ઉદારતાના ફળસ્વરૂપે પ્રગટ થઈ રહી છે. ઉપરાંત રાજકોટના અમારા **ભારતીબેન દિપકભાઈ મહેતા**નો અપ્રતિમ પુરૂષાર્થ-પ્રયત્ન -મહેનત કદી ભૂલી શકાય એમ નથી. આ ગ્રંથના વાંચનથી આત્મલક્ષી બની આત્મજ્ઞાનને પામવા સદ્ભાગી બનીએ, એ જ...

આ. મનમોહનસૂરિ
હેમપ્રભ વિ.

# મારા ઉપકારીના ઉપકારીનો
# કરૂં હું ઋણસ્વીકાર,
# કરી નતમસ્તકે નમસ્કાર!

પ.પૂ. અધ્યાત્મયોગી દાદાગુરૂદેવ પંન્યાસશ્રી ભદ્રંકરવિજયજીગણિવર્યના જીવન અને જ્ઞાન વિશે મોટાગુરૂદેવ પં.વજ્રસેનવિજયજી મહારાજ ઘણી વાતો કરતા. અમને પૂજ્યશ્રીનાં દર્શન-વંદન-વાણીનો લાભ તો નથી મલ્યો, કિન્તુ ગુરૂદેવ પૂ.હેમપ્રભસૂરિજી મહારાજે જણાવેલ વાતો સુણી 'હસ્તાક્ષરનું અક્ષયપાત્ર'નું વાંચન થતું, એટલે એ લેખિત હિતશિક્ષા ઉપર અહોભાવ તથા બહુમાન વધતાં જ ગયાં.' તેમાં પૂજ્ય ગુરૂદેવે વાત કરી કે: 'હસ્તાક્ષરનું અક્ષયપાત્ર'ના ૬૮ ગ્રંથોમાંથી હવે વિષયવાર શ્રેણીઓ પ્રકાશિત થનાર છે, તેમાં લાભ લેવા જેવો છે. મને તત્ત્વજ્ઞાનથી ભરેલા સાહિત્ય માટે તો ખૂબ જ ભાવ, તેથી પૂર્વે 'આત્મસાધના માર્ગ', ૪૫ આગમ પેટી, ગુજરાતી 'શ્રી ઉપમિતિપ્રપંચ કથા' તથા મંત્રના ૭ ભાગનો લાભ મળેલ છે, તેમાં આ અંતિમ ૧૪ ભાગનો લાભ કેમ જતો કરાય?

પરમ દાદાગુરૂદેવ મારા ઉપકારીના ઉપકારી છે. તેઓની ઉત્તમ વાણી અનેકનું કલ્યાણ કરી રહી છે. આપણને ગમતી વાણી વધુમાં વધુ આત્માઓ સુધી પહોંચે, તેનો અનહદ આનંદ આનંદ છે. પરમાત્મા, પૂજ્ય દાદાગુરૂદેવ, પૂજ્ય મોટાગુરૂદેવ અને પૂજ્ય ગુરૂદેવના ઉપકારોમાં આ એક બહુ જ મોટા ઉપકારનો ઉમેરો થયો છે. આ ગ્રંથના વાંચન દ્વારા સૌને સમકિતની પ્રાપ્તિ થઈ આત્મવિકાસ થાય, તેવી અંતઃકરણપૂર્વક પ્રાર્થના.

લંડન/હાલાર

પારસભાઈ ચુનીલાલ દોઢીયા

**આત્મા એટલે 'હું' પણ આ 'હું' એટલે કોણ ?**

પ્રત્યેક પ્રાણીઓના કાર્યોનું પ્રેરણાત્મક બળ છે:
'હું કરું - હું ભોગવું.' દુનિયામાં જે કાંઈ થાય, દેખાય,
સંભળાય કે અનુભવાય છે,
તે બધું જ આપણા વડે કે આપણા માટે જ થાય છે.
વર્તુળ ગમે તેટલું વિશાળ બનાવીએ, પરંતુ
એની ત્રિજ્યાઓ એક જ મધ્યબિંદુમાં કેન્દ્રિત થાય છે,
ત્યાંથી જ શરૂ થઈને જુદા જુદા વિસ્તારમાં ફરી વળે છે.
સંસારનો પ્રપંચ ગમે તેટલો વિસ્તારીએ, પરન્તુ એની
પ્રવૃત્તિઓનું કેન્દ્ર અને પ્રભવસ્થાન 'હું' જ રહે છે.
નિરન્તર પરિભ્રમણ કરતી અને પરિવર્તન પામતી
આ સૃષ્ટિનું અચલ અને ધ્રુવબિંદુ એ જ છે.
'હું સતરૂપ છું' એટલે ત્રિકાલાબાધિત હોઈ મારે
જન્મ-મરણ ન હોય. 'હું ચિદ્રૂપ છું' તેથી ચૈતન્યસ્વરૂપ
હોઈ જ્ઞાન મેળવવા મારે યત્ન કરવાનો હોય નહીં.

**આત્મા = સત્ - ચિત્ - આનંદ.**

'હું આનંદસ્વરૂપ છું' એટલે સુખ મેળવવાને માટે મારે જગતના પ્રાણી - પદાર્થોની આવશ્યકતા ન હોય. 'હું શરીર નથી' એટલે જન્મ, મૃત્યુ, જરા કે વ્યાધિ મને પીડા આપી શકે નહીં. 'હું પ્રાણ નથી' એટલે ક્ષુધા, તૃષા, શીતોષ્ણ મને વ્યાકુળ કરી શકે નહીં. 'હું ઈંદ્રિયો નથી' એટલે વિષયના સંયોગ - વિયોગ, જન્મ, સુખ અને દુઃખ મને સ્પર્શ કરી શકે નહીં. 'હું અંતઃકરણ નથી' એટલે શોક - મોહ, રાગ - દ્વેષ, કર્તા - ભોક્તા વગેરે ધર્મો મારા સુધી પહોંચી શકે નહીં.

'હું છું કે નહીં?' એવો સંશય ક્યારેય થતો નથી. આત્મા પ્રત્યક્ષ છે, અન્યથા 'હું છું' એવો પ્રત્યય ન ઘટે.

કર્તૃત્વાભિમાનનો નિરાસ કરવા એમ વિચારવું કે:

પોતાનું વર્તમાન જીવરૂપ સ્વરૂપ ખોટું છે અને સાચું સ્વરૂપ તો શુદ્ધ આત્માનું રૂપ છે.

'હું શુદ્ધ છું' એ વિચારનું સૂક્ષ્મ અભિમાન પણ દુરુપયોગ કરી ન જાય, તે ખાતર ઈશ્વરાર્પણ વિધિ છે.

'હું સ્વપણે છું અને પરપણે નહિ' એમ
જાણે તો પરને અને પોતાની વિકારી અવસ્થાને
જેમ છે, તેમ જ જાણી શકે છે.

હું અને મારા જેવો દરેક આત્મા પોતાનામાં
અનંતો અવળો અથવા સવળો પુરુષાર્થ કરી શકે છે.

નિરંતર જાણવાનો સ્વભાવ છે, તે ટળવાનો નહિ.

વર્તમાન રાગની વૃત્તિ ઊઠે છે, તેવડો હું નહિ.

દરેક આત્મા જાણવાની શક્તિની ગંભીરતાએ
ગુણે તો મોટો છે, પરન્તુ ક્ષેત્રે મોટો નહિ.

દૂર રહેલા પદાર્થને જાણવા માટે જ્ઞાનને લાંબુ થવું
પડતું નહિ પણ અંદર ગુણમાં એકાગ્ર થવું પડે છે.

## સવળો પુરુષાર્થ

પૈસા વગેરે બહારના સંયોગો મળે, તેમાં સમજણની
જરૂર નહિ, તે તો પૂર્વપુણ્યના કારણે આવી મળે છે
પણ આત્માને સમજવામાં અનંતો સવળો પુરુષાર્થ
જ જોઈએ, કારણકે ત્યાં કર્મ કરાવે, તેમ થતું નહિ.

# હું કોણ?

આત્મા ત્રિકાળશુદ્ધ, અબંધ સ્વભાવવાળો છે, તેને પરનિમિત્તાધીન બંધવાળો, ઉણો, હીણો કે વિકારી માનવો, તે મોટામાં મોટું પાપ - સ્વરૂપહિંસા છે, અનંતા ભવમાં રખડવાનું તે મૂળ કારણ છે, મિથ્યાદર્શન - શલ્ય છે. 'હું કોણ છું? ક્યાંથી થયો? શું સ્વરૂપ છે મારું ખરું?' આ વાતનો વિચાર જેને અંતરથી જાગે છે, તેને ભવનો અંત કેમ ન થાય? અનંતકાળની અશાંતિ, પરાધીનતાની જેને કાળજે વેદના લાગી છે, તેને પોતાના આત્માની દયા આવે છે અને પોતામાં પાત્રતા લાવી પોતાના શુદ્ધ સ્વરૂપ સન્મુખ પોતાને કરે જ છે.

આપણે માન્યું છે કે: 'હું બંધવાળો છું, રાગવાળો છું' પણ જો ખરેખર એમ જ હોય, તો જીવ બંધનથી કદી છૂટી શકે નહીં તથા ક્રોધ ટાળી ક્ષમા કરી શકે નહીં પણ તેમ થઈ શકે છે. પરાશ્રય ઉપર શ્રદ્ધા છે, તેને પોતાની જ શ્રદ્ધા નથી.

ચેતના એ આત્માનો ગુણ છે. તેની મુખ્ય શક્તિ બે છે:

દર્શનચેતના : તેનો વ્યાપાર નિર્વિકલ્પ, નિરાકાર, સામાન્ય છે.

જ્ઞાનચેતના : તેનો વ્યાપાર સવિકલ્પ, સાકાર, વિશેષ છે.

જેમ અંધ મનુષ્ય સાકર ખાય, તેનો સ્વાદ વેદે-ભોગવે પણ તેનો આકાર દેખી શકે નહીં, તેમ સમ્યગ્દર્શનરૂપી ચોથી ભૂમિકામાં તથા ઉપલી ભૂમિકાઓમાં અધિક અધિક અંશે આત્માના આનંદનો અનુભવ થાય, પરન્તુ આત્માના પ્રદેશોને પ્રત્યક્ષ દેખી ન શકે.

'હું કોણ છું ? શું કરી શકું ? શું ન કરી શકું ?'
એવા પ્રથમ પગથિયાનું જેણે ભાન કર્યું નથી,
તે બાહ્યથી જે કાંઈ કરે, તે મિથ્યા છે.

## પ્રભુઆજ્ઞાનું મહાન સૂત્ર

સર્વજ્ઞ વીતરાગ ભગવાને જેવો ચૈતન્ય સ્વભાવ જાણ્યો, તેવા જ ભાવ અનુસાર વર્તવું, તે પ્રભુની આજ્ઞા છે.

અનંત કાળમાં પોતાને ભૂલી બીજું બધું ય કર્યું, પરન્તુ તેથી જ આપણા આત્માને રખડવું પડ્યું.

મારામાં જે જાણે છે, તે જ્ઞાનરૂપ હું,
મારામાં જે દેખે છે, તે દર્શનરૂપ હું અને
જ્ઞાનોપયોગ અને દર્શનોપયોગમાં રમણતા થઈ, તે હું.

આમ જ્ઞાન, દર્શન, ચારિત્ર, વીર્ય અને સુખ આદિ ગુણોમાં સ્થિતિ થવાથી જીવ શિવરૂપ થઈ જાય.

આત્મા = જુદા ક્ષેત્રે - જુદા કાળમાં ધ્યાન કરવા યોગ્ય.

તે નિશ્ચયથી જિન જેવો જ છે. ધ્યાન કરવા યોગ્ય જિનેશ્વરને ઓળખી, પછી 'તારો આત્મા પણ તેવો જ'
એમ નિશ્ચયથી માની, તેનું ધ્યાન ધર,
તો પરમાત્માની જેમ તું પણ શિવસુખ પામીશ.

આત્મતત્ત્વનું અનુભવપૂર્વક જ્ઞાન ન હોય, ત્યાં સુધી ગમે તેટલા વ્રત, તપ, સંયમાદિ કરે, તો પણ મોક્ષ ન મળે. આત્મજ્ઞાન વિના મોક્ષરૂપી ફળ ન મળે. પોતે આત્મા સાથે એકતા કરે, ત્યારે તે જ્ઞાનપ્રકાશ શુદ્ધ સ્વરૂપ દેખાડતાં જાય છે અને તપાદિથી અશુભને કાઢતો-કાઢતો સંવર, નિર્જરા કરી મોક્ષપદને અવશ્ય પામે છે.

જિનેશ્વર અને સદ્‌ગુરુઓનો ઉપદેશ છે કે :

'તું પોતે જ સવિતા છે, માટે તારા ચેતનની જ આરાધના - ધ્યાન કર, તો પરમાનંદ પામીશ.'

જાણપણું ચેતનમાં જ છે અને ચેતન તો પોતે જ છે.
જડ શરીરાદિ કોઈ કાળે સવિતાપણું પામતાં જ નથી.
સર્વ જીવ પ્રગટપણે કે છદ્મપણે સવિતા છે.
'મારામાં જે છે, તે પણ સવિતા છે. આપણે સર્વે એક સરખાં જ છીએ. સૌ જીવો સાથે ગુણૈક્યથી મૈત્રી છે.'
પોતે જ અંતરમાં - અંતરાત્મામાં બિરાજે છે.
જેનું મનમાં પ્રતિબિંબ પડે છે, તે આત્મા તો પોતાના અંતરમાં જ્ઞાન, દર્શન, સુખ અને વીર્યવાળા ૪ પાયાના સિંહાસન ઉપર બિરાજી રહેલ અતુલબળ છે.
સમુદ્રમાં જેમ જળ છે, તેમ આત્મામાં પરમાત્મા છે.
સમુદ્રમાં ખારું જળ છે, તેમ જીવમાં પણ કર્મરૂપી ખારાશ છે.
શુભભાવનારૂપ વરાળ ઊંચે ચઢી નિર્મળ થાય છે તથા તે મોટાં પર્વતોને પણ ભેદીને પોતાનો માર્ગ કરી લે છે.

**'દેહ એ હું'**

અહો મમત્વભાવ દેહ સાથે દેહભાવ પામે,
તે એક દેહથી બીજા દેહમાં અર્થાત્ બીજા ભવે ભમે છે,
કિન્તુ 'દેહને જે જાણે છે, તે હું' અને
એ 'હું'ની સાથે એકતા થાય, તો જીવ નિર્વાણ પામે છે.
આત્મા દેહમાં રખડવા છતાં દેહરૂપી અનાત્મા
ત્રણે કાળમાં રૂપે બનતો નથી.
કોઈપણ કાળે 'પોતે કોણ છે' એવું જાણશે, એટલે પોતાની
તરફ જોશે કે પોતે કોણ છે, એટલે તુરંત મળી આવશે.
**'દેહમાં હું' એમ થવું કે દેહ સાથે રહેવાથી જીવ ભટકે છે.**
'આત્મામાં હું' એમ થવું કે 'આત્મા ઈશ્વર, જ્યોતિર્મય,
જ્ઞાનમય દીપાદિ પોતે જ છે' જાણવું, તે મોક્ષનો ઉપાય.
**'જાણનાર એ હું' બોધ થતાં જ**
**દેહભાવમાંથી રાગદ્વેષ ચીકાશ જવાથી નિર્જરા થાય છે.**
'નાશવંત દૃશ્ય દેહ એ હું' એમ થતાં દેહને
ચોંટી અનેક કર્મ પુદ્ગલો ખેંચાઈ આવી મળે છે.

પરભાવત્યાગ એ જ આત્મભાવ થવાની કુંચી છે,
આત્મભાવ પ્રભુ મોક્ષનાં દ્વાર ઉઘાડવાની કુંચી છે.

જેમ પૃથ્વી ઉપર દિવસ - રાત હોય છે,
તેમ દેહરૂપી પૃથ્વીમાં સુખ - દુઃખ છે.
જેમ સૂર્યમાં હંમેશા પ્રકાશ છે,
તેમ મુક્તિમાં કેવળ સુખરૂપી પ્રકાશ છે.

જડતનનો સંબંધ છોડી ચેતનતનનો સંબંધ બાંધ, તો
મુક્તિ, અખંડ અને શાશ્વત સુખ મળે.

ઉપર ચાલવાનું - અંધારું રહે, સૂર્ય ઉપર માત્ર ચાલવાનું.
ભરતી - ઓટ નહિ, માત્ર સ્થિર ચેતન જ.
'અખંડ' અસ્થિર જ્યોતિમાં ચેતન નહિ થાતું - નહિ જાતું.

આત્મભાવ તે સ્વભાવ, પુદ્ગલભાવ તે પરભાવ.
જેટલી પ્રીતિ આપણને પોતામાં છે, તેટલી પ્રીતિ આપણને
જગત ઉપર કે જગતના જીવો ઉપર નહિ. તે સ્વાભાવિક
એવી પ્રીતિ વડે પરભાવને તજવાનું કાર્ય સહેલું છે.
'તેને પ્રભુ મળનાર, જગત સૌ દેખું જુદું હું આજ.'

અંતરાત્મ થઈ પરમાત્માના દર્શન કરવા.

સકલ જીવ ઉપર દયામય જૈનધર્મ સમુદ્રરૂપ છે, જ્યારે અન્ય ધર્મો અમુક દયારૂપ ટીપાથી નદીઓ સમ છે.

સકલ જંતુ ઉપરની કરૂણારૂપી શેત્રુંજી નદીમાં સ્નાન કરીને સર્વ જીવો ઉપર મૈત્રી પાલન કરતાં કર્મરૂપી મલને ધોઈ, સકલ કર્મને ડગલે-ડગલે હણી, શત્રુંજય ઉપર આદિનાથ પ્રભુનાં દર્શન કરાય છે. આત્મારૂપ આદિનાથ તરફ જતાં ડગલે ને પગલે કરોડો ભવના કર્મશત્રુઓ શું નહિ હણાતાં? હણાય છે. રાગ પડલ છે, દ્વેષ વાદળ છે, મોહ ગ્રહણ છે.

રાગ = પરવસ્તુની ઇચ્છા. દ્વેષ = પરવસ્તુ પર અરૂચિ.

મોહ = પરવસ્તુમાં હુંપણાંની બુદ્ધિ.

નારક, તિર્યંચ, મનુષ્ય અને દેવગતિમાંથી જે કોઈ જીવ અંતરાત્મ થઈ પરમાત્માનાં દર્શન કરવાને યોગ્ય ન થયાં હોય, તેવા સર્વ જીવો ઉપર અંતઃકરણની કરૂણા ન થાય, ત્યાં સુધી દ્વેષનાં વાદળ ન જાય. જેમ રાગના પડલ દૂર કરવા જોઈએ, તેમ દ્વેષનાં પડલ પણ દૂર કરવા જોઈએ.

'હું કોણ ?' તે તું ચિંતવ, અંતે પડળ રૂપ વાદળું ખસશે,
એટલું જ નહિ, પરંતુ મોહરૂપી અંધાપો પણ દૂર થશે.

આત્મા દીવો છે, મન ફાનસ છે, ઈંદ્રિયો ચિરાગો છે,
શરીર પ્રાસાદ છે અને સૂર્ય, ચંદ્ર, ગ્રહ, નક્ષત્ર, તારા આદિ
આત્મા રૂપી દીવાની જ્યોતમાંથી પ્રગટેલા - પ્રગટાવેલા
નાના નાના નિસ્તેજ દીવાઓ હોય, એમ જણાય છે.

અંધાપો = દેહમાં રહેલ આત્માને ભૂલી, દેહને 'હું' જાણવો,
જડ રૂપી આત્માની મનરૂપી આંખ છતાં ન દેખે તે.

દ્રવ્ય - ગુણ - પર્યાયના નાનાવિધ નાટકો દર્શનરૂપી નેત્ર
વડે જોઈ, જ્ઞાનરૂપી પ્રકાશે જાણ, ચારિત્રરૂપી વર્તનમાં લાવ,
નિજાનંદમાં શાશ્વતો કાળ વિલસી રહેવાય છે.

આત્મીય પદ તો મોક્ષરૂપ છે, કેમકે તેમાં કાંઈ ફેરફાર
થતો નથી. તે એક અખંડ જ્યોતિસ્વરૂપ અવ્યાબાધ
સુખસ્વરૂપ જ છે. બહિરાત્માને લહરીરૂપ સુખ અને
ઓટરૂપ દુઃખ થાય, તેમ નહિ પણ લહરી - ઓટરહિત
ભૂમધ્ય સમુદ્રની જેમ શાંત સુખમય જ હોય છે.

જીવ એટલે નિરંતર જીવતો હું પોતે.
શરીર એટલે પરમાણુધર્મી પુદ્ગલ પિંડ.
પુદ્ગલ તે હું નહિ પણ માટી. કર્મ પણ માટી.
હે માનવ! તું કોણ છો?
તું મહાલયમાં વસનાર ૧૪ રાજલોકનો જ્ઞાતા - દૃષ્ટા છે.
ખરી સમજ પ્રગટ્યે વર્તતાં કર્મનિર્જરા થઈ અંતે મોક્ષ થશે,
કેમકે ખરી સમજ શરીરમાં થતાં સુખ-દુઃખને પોતાનામાં
નહિ આરોપે પણ તેના જ્ઞાનને જ પોતાનું માનશે,
તેથી રાગ-દ્વેષ આપોઆપ શમી જશે.
સમ્યગ્ દૃષ્ટિ કે સમજ રાખે, તો જીવ દુર્ગતિમાં પડે નહિં.
દેહ જડ - ભારે હોવાથી દેહાત્મ ભાવવાળો દુર્ગતિમાં પડે.
જીવ એ ચેતન - જ્ઞાન.
એનો સ્વભાવ હલકો હોવાથી ઊંચે ચઢે.
પોતાને જીવ - ચેતન - જ્ઞાનરૂપ જાણી
જ્ઞાનમય દૃષ્ટિ રાખી, જ્યારથી શુદ્ધ વ્યવહાર જીવાય,
તો કર્મમાટી ખરી જઈ અવશ્ય મોક્ષમાં જવાય.

જીવ = સદા જીવે તે. આત્મા = સદા સાતત્ય ટકાવે તે.

ભવસમુદ્રમાં અધ્યાત્મરૂપ નકશો રાખી, શુક્લધ્યાન વડે
આત્મારૂપી ધ્રુવને જોઈ જીવનરૂપી નાવ હંકારે,
તો માત્ર બે ઘડીમાં જ શિવમંદિરે પહોંચે.

આત્મા અજન્મા, અજર અને અમર છે.
આત્મા કદીયે પણ જન્મતો નથી,
જરાવસ્થા કે મરણાવસ્થા પામતો નથી.
આત્મા અનાદિ, અનંત, શાશ્વત-સ્વરૂપ છે.
માત્ર પુદ્ગલમાં થતાં ફેરફારોના
અત્યંત સાંનિધ્યને લીધે પોતાનામાં આરોપાય છે.

સોઽહં એટલે એકત્વભાવ, અભેદભાવ.

માનવ જેવું જોવે, તેવું સમજે અને તેવું વર્તે છે.
'મારો આત્મા', 'હું એટલે શરીર', 'તેનો આત્મા' એમ
જુદાં જોવે છે, એમ સમજે છે તથા એમ જ વર્તે છે.
શરીર અને તેના અનુચરો (ઇંદ્રિયો વગેરે)
આત્માના ઇશારે રહે, તેવી રીતે દાસ વર્તે છે.

'મારો આત્મા' એ વાક્ય હડહડતું જુઠાણું છે,

'હું આત્મા' એમ બોલો.

'મારો આત્મા' એ વિભ્રમ છે.

તે શશશૃંગ, વંધ્યાપુત્ર, આકાશપુષ્પ કે રાહોઃશિરસ જેવી છે.

'आत्मा सः' = તે હું. 'अहं सोऽहं' = હું આત્મા છું.

આવું અભેદજ્ઞાન એટલે જ્ઞાન, દર્શન, સુખ, વીર્ય

એ જ આત્મા અને આવું સમજે, તે આત્મજ્ઞાન.

'આત્મા' એવું નામ કે 'હું' એવું સર્વનામ જ સત્ય છે.

'શરીર એ હું' એવી સમજથી

મનુષ્ય નિર્બળ, નિસ્તેજ તથા વીર્યરહિત બને છે.

વળી તે હતપરાક્રમ, નિઃસત્ત્વ, સર્વથી ડરે, સદા ધાય છે.

'આત્મા એ હું' એ જ પાકી સમજ. તેના પ્રધાન તરીકે મન,

શરીર એ ગાડી અને ઇંદ્રિયો એ ઘોડા, એ ખરી સમજ.

એ સમજથી જે વર્તન થાય, તે પરાક્રમ જ હોય.

જે દિશામાં આત્મપ્રકાશ હો,

તે દિશામાં જ મનરૂપી સારથિ રથ હંકારે, એમ થવું ઘટે.

(१) જ્ઞાન રૂપી પ્રાસાદે (૨) મન રૂપી ગર્ભદ્વારે
(3) હૃદય રૂપી સિંહાસનમાં
અખંડ - આનંદરૂપી પરમાત્મા બિરાજે છે.
શાસ્ત્રો વગેરે ન લહાવા - ન જાહાવા અહિ નહીં,
પરંતુ પહેલાં 'હું કોણ ?' અહિ જાણ, ખરા જ્ઞાની થઈ,
પછી તે જ્ઞાનને વિકસાવવા સદ્ગુરૂ અને
શાસ્ત્રો દ્વારા કે આત્મવિચારથી યત્ન કરવો.
જેથી સ્વાનુભવરૂપ જ્ઞાન થવાથી પોતાના અને પરના
ઉપર સમ્યગ્જ્ઞાનનો, ખરા જ્ઞાનનો પ્રકાશ પડશે અને
આવા જ્ઞાની જ અહીં લોકમાં પ્રધાનજ્ઞાની ગણાશે,
તે પંકજની જેમ કર્મમલથી લેપાશે નહીં.
'હું' પ્રગટાવે દેહભાનને, 'આપ'માંથી પ્રગટે સર્વાત્મભાવ.
તપાવેલા લોઢાની પુતળીને સ્પર્શ કરવાથી જે વેદના
થાય, તેના કરતાં શતગુણ વેદના જે ભવે આત્માને
ઇચ્છાના સ્પર્શમાત્રથી થતી હોય, તે ટૂંક સમયમાં
'હું' ઉપર વિજય મેળવીને 'આપ'માં વિહરી શકે.

જીવન ઉપર 'હું'નું વર્ચસ્વ રહે, ત્યાં સુધી
'ધર્મ'નો પ્રવેશ ન થઈ શકે. 'હું'ને બહાર કાઢવા માટે
માનવીએ પોતાના આત્મા તરફ લક્ષ્ય આપવું જોઈએ.

આત્મા તરફનું લક્ષ્ય કેળવવા માટે જ્યાં જ્યાં
અનાત્મભાવનું વર્ચસ્વ હોય, ત્યાં ત્યાં ન જવું જોઈએ,
આત્માર્થી પુરુષોનો સંગ કરવો જોઈએ,
આત્મહિતકર શાસ્ત્રોનો ખંતપૂર્વક અભ્યાસ કરવો જોઈએ,
આત્મહિતકર સત્પ્રવૃત્તિઓમાં રત રહેવું જોઈએ.

'હું કોણ છું? ક્યાંથી આવ્યો? મારું સ્વરૂપ કેવું છે?'
તે સંબંધી ઊંડું ચિંતન કરવું જોઈએ. ચિંતનના પ્રભાવે
'હું'ની પક્કડ આત્મપ્રદેશો ઉપરથી ઢીલી પડી જાય છે અને
વાણી, વિચાર અને વર્તનનો ઝોક વિશ્વ તરફ વળે છે,
વિશ્વના જીવમાત્રના મંગલ તરફ ઢળે છે.

'હું'ના અનાદિના બંધનમાંથી મુક્ત થવા માટે 'હું' પણાંથી
સર્વથા મુક્ત એવા વીતરાગ ભગવંત અને તેમનું
સર્વકલ્યાણકર શાસન મળો, એ જ ભાવના.

# આત્માનું પ્રત્યક્ષ દર્શન

'હું ખોવાઈ ગયો છું' એમ કહેવું એ જેમ ખોટું છે, તેમ 'મારો આત્મા દેખાતો નથી' એમ કહેવું પણ જૂઠું છે. સ્વ આત્મા દેખાય છે, માટે જ બહારની ચીજો દેખાય છે. બહારની ચીજોના પ્રત્યક્ષ દર્શનમાં તો ભ્રમ હોઈ શકે, પણ એ પ્રત્યક્ષ કરનાર આત્માના પ્રત્યક્ષ દર્શનમાં કોઈ જાતનો ભ્રમ નથી. આત્મદર્શન હંમેશા અભ્રાન્ત હોય છે. મધ્યાહ્ન સમયે નિરભ્ર આકાશમાં સૂર્ય નથી, એમ કહેવું જેમ સાચું નથી, તેમ જીવતાં શરીરમાં જીવ નથી, એમ કહેવું પણ અસત્ય છે. આકાશનો પ્રકાશ જેમ સૂર્યને આભારી છે, તેમ દેહમાં જ્ઞાન આત્મદ્રવ્યને આધીન છે.

આત્મા આત્મા વડે આત્માને આત્મામાં
જાણે - જુએ, તેને જ્ઞાન છે, દર્શન છે, ચારિત્ર છે.
નિશ્ચયથી કોઈ પર કે સ્વ નથી, કિન્તુ સૌ સમાન છે.
ત્યાં સ્વ - પર શબ્દનો વ્યવહાર નથી,
પરન્તુ 'આત્મ' શબ્દનો વ્યવહાર છે.

વીતરાગ સ્તોત્ર ૫-૧૬૦માં કહ્યું છે કે:

'ભવત્પ્રસાદેનૈવાહં ઇયતીં પ્રાપિતો ભુવમ્ ।' અર્થાત્:

હે પ્રભુ! આપની કૃપાથી જ હું (આત્મા) આટલી ભૂમા

અર્થાત્ મનુષ્યનો ભવ પામી શક્યો છું.

પ્રભુની કૃપાથી આત્મા આ ભૂમિકાને પામ્યો છે, એ

સ્પષ્ટ નિરૂપણમાં 'એવ' પદ ખાસ વિચારવા યોગ્ય છે.

મનુષ્ય જ્યારે કોઈ ઇચ્છા કરે છે,

ત્યારે તેની બુદ્ધિ મનમાં-રૂપમાં પરિણત થઈ જાય છે.

નેત્રાદિ ઇન્દ્રિયો ભિન્ન દેખાવા છતાં બુદ્ધિમાં સ્થિત છે.

શરીરમાં રહેલો આત્મા શરીરથી ભિન્ન છે.

તે સાક્ષીરૂપે સર્વ વ્યવહાર નિર્લેપપણે જોયાં કરે છે.

ઇન્દ્રિયો, મન અને બુદ્ધિ કે તે સર્વના ગુણો આત્માને

જાણતાં નથી, પરંતુ આત્મા તેમને સદા જાણે-જુએ છે.

દીપકને દેખવા માટે જો અન્ય દીપકની જરૂર રહે,

તો જ આત્માને ઓળખવા માટે

બુદ્ધિની ઉપયોગીતા છે, અન્યથા નહિ.

'હું'નો ઘડો ફૂટે, અંદરનું જળ ચૈતન્યસમુદ્રમાં ભળી જાય.

❖ દાહ અગ્નિનો બાળે છે, પાણીનો નહિ...
છતાં બોલાય છે ગરમ પાણીનો, તેમ નાશ ક્રોધનો થાય છે,
આત્માનો નહિ, છતાં કહેવાય છે કષાયાત્માનો.

❖ આકાશમાં વિજળી ઉત્પન્ન થઈ તો શું?
વાદળ આવ્યાં તો શું? અને સાફ થઈ જાય તો પણ શું?
આકાશની અવસ્થા તો હંમેશા છે, તેવી જ છે.
એ જ રીતે આત્માની અવસ્થા માટે સમજવું.
સમાધિ = આત્મામાં સ્વસ્થતા.

❖ પ્રકૃતિની સાથેનો સંબંધ દીકરીની જેમ અને
આત્માની સાથેનો સંબંધ દીકરાની જેમ રાખો.
દીકરી પારકા ઘરની - દીકરો ઘરનો છે, એમ માની વર્તો.

❖ સિદ્ધિગતિમાં પહોંચવા માટે તીર્થંકરોએ ધર્મને સેતુ
સમાન બતાવ્યો. તેના પર એક કીડી પણ ચાલી શકે છે,
તેમાં કઠિનતા નથી. પુલ જેમ બંને બાજુએ સ્પર્શે છે,
તેમ ધર્મ સંસાર અને મોક્ષ બંને સાથે સંબંધ રાખે છે.

# અખિલ સાથે આત્માનો સંબંધ

ધ્યાન દ્વારા વિશ્વની ગંભીરતામાં પ્રવેશ કરી અખિલની સાથે આત્માનો સંબંધ સ્થાપિત થઈ શકે છે. 'હું ખોવાઈ ગયો છું' એવો ખોટો ભ્રમ ઘણાં કરીને કોઈ દુઃખી થાય છે, તેમ પોતાના બ્રહ્મસ્વરૂપનું ભાન ન થતાં 'હું દુઃખી છું, અપૂર્ણ છું' એવો ભાસ માણસોને થાય છે.

જીવાત્મા જાતે પરમાત્માનો જણેલો છે અને માટીનો જણેલો નહિ, એટલા માટે માટીના પદાર્થોથી એ પૂરેપૂરી તૃપ્તિ પામી શકે જ નહીં, કિન્તુ પરમાત્મપ્રીતિમાં ભળી જાય, ત્યારે જ પૂર્ણ તૃપ્તિ પામી શકે. પોતાના સ્વરૂપનું અનુભવજ્ઞાન થાય, ત્યારે જ હુંપણું પૂરેપૂરું પ્રભુના વિરાટ સ્વરૂપમાં શમી જાય. આ ભક્તિ મહારાજશ્રી જ એમાં મુખ્ય કર્તા - કરાવતા છે, એ વાતને પ્રભુનામના સતત અભ્યાસ વડે વારંવાર દિલમાં ઠસાવવા. પ્રભુપ્રીતિનો અનુભવ જન્મો રહેવાને લાખો શબ્દોનો નથી પણ એક જ શબ્દનો આધાર બસ છે, પૂર્ણવિશ્વાસે સમર્થ છે.

## :આત્મા વિષયક ૪ પ્રશ્નો:

### પ્રશ્ન ૧ : ઈશ્વરનો બોધ ક્યારે થાય?

ઉત્તર : બધા વિચાર, ક્રિયા અને ઈશ્વરનું કારણ મન છે.
મન શાંત થશે, તો બધું શાંત લાગશે.
જ્યારે મન બહાર ભમે છે, ત્યારે જગત દેખાય છે.
માટે પોતાના મનને અંદર વાળીને
'હું કોણ છું?' એ પ્રશ્ન પોતે પોતાને પૂછવો.
એ પ્રશ્ન પૂછશો, એટલે મન શાંત થવા લાગશે.
પોતાના અહંભાવનો આત્મભાવમાં લોપ કરવો, એ જ
ખરી ભક્તિ છે અને ત્યારે જ ઈશ્વરનો બોધ થાય છે.

પ્રશ્ન ૨: 'હું કોણ છું?' તેનો વિચાર જ્યારે હું કરું છું, ત્યારે અંદરથી કાંઈ જવાબ મળતો નથી, તો શું કરવું?

ઉત્તર: એ માન્યતામાં ભૂલ છે. જો શોધ કરશો, તો જણાશે કે જે 'હું' શોધ કરવા માંડે છે, તે 'હું' પાછળ રહેતો નથી. ભીતરથી તમે નામ-રૂપવાળા ખોટાં વિચાર છોડતા જશો, તેમ તેમ તમે ઊંડા ને ઊંડા ઉતરતા જશો.

પ્રશ્ન ૩: જો નિર્વિકલ્પ દશામાં આત્મા સિવાય કંઈ રહેતું ન હોય, તો તે દશામાં આનંદ કેમ આવે?

ઉત્તર: તમે એમ સમજો છો કે કોઈ વસ્તુની સાથે સંબંધ થાય, તો જ સુખ મળે પણ એ સાચું નથી.

આનંદ એ આત્માનો સ્વભાવ જ છે.

જે સુખ બાહ્ય વસ્તુમાંથી મળે છે,

તે આત્માના સુખનો એક અંશ છે, તે પૂર્ણ સુખ નથી. જ્યાં સુધી બાહ્યું જોઈએ, ત્યાં સુધી આકુળતા લાગે છે.

જ્યારે 'આત્મા જ છે' એમ લાગે છે,

ત્યારે નિત્ય સુખ રહે છે. વળી જો એમ ન હોય અને બાહ્ય મળવાથી સુખ મળતું હોય, તો કુટુંબમાં જેટલા માણસ વધે - જેટલો પૈસો વધે, તેટલું સુખ વધવું જોઈએ અને ઊંઘમાં જ્યારે બધું જતું રહે, ત્યારે દુઃખ લાગવું જોઈએ. તમને લાગે છે કે ઊંઘમાં કંઈ નથી, છતાં માણસ જાગીને કહે છે કે : 'હું સુખેથી સૂતો હતો,' તેથી જ્યાં આત્મા સિવાય બાહ્ય કંઈ નથી, ત્યાં સુખ છે.

મનની સમજ જ્યારે ગમતી વસ્તુઓ રજૂ થાય છે,
ત્યારે મનને આનંદ થાય છે. વસ્તુતઃ આનંદ આત્મામાં
અંતર્ગત છે, બહાર નહિ. તમે જેને આનંદદાયક અવસ્થા
ગણો છો, તેવા પ્રસંગો પણ તમે આત્મામાં મનન કરો છો.
એ મનનના પરિણામે તમને આત્મગત આનંદ મળે છે.

ખોટાં વિચારોના સંગને કારણે એ આનંદ તમને
બાહ્ય વસ્તુઓ અને ઘટનાઓમાં દેખાય છે.

ખરેખર રીતે જોતાં એ આનંદ તમારી અંદર જ છે.
આવા પ્રસંગોએ તમે અજાણપણે પણ તમારા આત્મામાં
ડૂબકી મારો છો. એક માત્ર સત્યસ્વરૂપ આત્મા, કે જે
વસ્તુતઃ આનંદસ્વરૂપ છે, તે અને તમે એક જ છો.

સદા અનુભવમાંથી જન્મેલ શ્રદ્ધા સહિત અને
રાગ સહિત, જો તમે આત્મામાં ડૂબકી મારો,
તો આત્મપ્રાપ્તિની દશા અનુભવમાં આવશે.

પ્રશ્ન ૪: સિદ્ધિ માટે આપનો શો મત છે?

ઉત્તર: આત્મસાક્ષાત્કાર એ જ મોટામાં મોટી સિદ્ધિ છે.

## હું કોણ? આત્મા.

મનુષ્ય બધું ઘણું જાણવાની મહેનત કરે છે, પરંતુ જાણનારને જાણવાની જરા સરખી પણ મહેનત કરતો નથી.

કોઈપણ જ્ઞેય જ્ઞાતા વગર સિદ્ધ થતું નથી, તેથી જ્ઞેય સાથે જ્ઞાતાનો પણ વિચાર આવશ્યક બને છે.

આત્મા જ્ઞાતા છે અને તે જ્ઞેય થતો નથી, તે છતાં તેને જાણવાનું બધા શાસ્ત્રો વારંવાર કહે છે.

ગૃહસ્થ દશામાં રહીને ગુણાતીત સ્વરૂપ જાણવા માટે શાસ્ત્રો અને અનુભવી પુરુષો પ્રમાણે એક સાધન એ છે કે સૌથી પ્રથમ 'હું કોણ છું' એની શોધ કરો. એ વિચાર ક્યાંથી આવે છે, તેના મૂળ તરફ વળો; જો તે ન સમજાય તો જેને નથી સમજાતું, તેની શોધ કરો. આ વાત માત્ર બુદ્ધિ નહીં પણ ભાવનાથી અનુભવમાં લેવાની છે, કારણ કે 'હું છું' એ વિચારને ધારણ કરનાર પોતે શુદ્ધ ચૈતન્ય સ્વરૂપ છે, તેથી ઊંડી ભાવનાપૂર્વક અંદર ઘણું ઊંડે સુધી ઉતરીને પૂરેપૂરો એ અનુભવ લેવાનો છે.

જેમણે આ રીત અઘરી લાગે, તેમની માટે બીજી એક
રીત છે, તે એ કે પ્રથમ અનાત્માનો નિષેધ કરતાં શીખો.
દેહ, ઈન્દ્રિય, પ્રાણ, મન વિગેરે હું નહિ અને
જે હું નહિ, તેને ભૂલવાથી જે હું છું, તેની ખબર પડશે.
તેને જ 'સચ્ચિદાનંદ' કહે છે.

જે દશામાં જગત દેખાય છે, તે દશામાં મન છે અને
જે દશામાં મન છે, તેમાં આત્માનો સ્પષ્ટ અનુભવ
મળશે નહીં. જ્યારે આત્માનો અનુભવ આવશે, ત્યારે
જગત જુદા દૃશ્ય તરીકે રહી શકશે નહીં;
તે વખતે મન અને જગત મિથ્યા થઈ જશે.

'હું કોણ છું' એની શોધમાં મદદ કરવા
જિજ્ઞાસુઓ માટે જે એક રીત આપેલ છે,
તે રીતને 'પદાર્થશોધન'ની રીત કહેવાય છે.

આ રીત મુજબ જીવ અને જગતના જે અર્થ થાય છે,
તેમાંથી ખોટાં અર્થમાંથી છોડાવી,
સાચા અર્થમાં વાળવાનું કામ ધર્મ કરે છે.

ધર્મોમાં આ પ્રસિદ્ધ રીત છે અને
તે રીતથી ઘણા ગુરુઓ શિષ્યને આત્મા તરફ વાળી શકે છે. જે જીવ દેહને હું માની બેઠેલો હોય, તે જીવની દશાને જીવનો વાચ્યાર્થ કહે છે. દેહના અભિમાનરહિત, જીવના સાચા સ્વરૂપની દશાને અર્થાત્ પ્રત્યગ્ આત્માને જીવનો લક્ષ્યાર્થ કહે છે. જેઓ સંસાર પ્રપંચમાં વધારે ફસેલા હોય છે, તેઓને આ રીત સમજાતી નથી અને કદાચ સમજાય, તો તે પ્રમાણે વર્તી શકાતું નથી, તેથી તેવાઓએ આ રીતનો પ્રયોગ કરવા પહેલાં પ્રકૃતિના ધર્મોથી અસંગ બનવાનો ઉદ્યમ કરવો જોઈએ. જેમજેમ અસંગતા આવતી જાય અને વૈરાગ્ય વધતો જાય, તેમતેમ આ રીત અનુકૂળ બનતી જાય છે. ઘુવડને દીવસે અંધારું દેખાય છે, તે મહાપુરુષ ધારે, તો તેને ઈચ્છા કે પ્રયત્ન વગર સહેજે અજવાળું દેખાય છે, એ રીતે મહાપુરુષને જ્યારે આત્મજ્ઞાનમાં નિષ્ઠા થાય, ત્યારે બ્રહ્માનંદ સહજ સ્ફૂર્યા કરે છે.
કહ્યું છે કે : 'યા નિશા સર્વભૂતાનાં...'

## પદાર્થ શોધન

'હું કોણ છું?' એ શોધવા માટે 'હું કોણ?' એનો જપ કરવાની જરૂર નથી. બધા સાધનામાં મનને શાંત રાખવું એ પહેલી શરત છે. જપ કરવા કરતાં મનના દ્રષ્ટાનો વૃત્તિરૂપ અનુભવ લેતાં રહેવો અને વૃત્તિનો દ્રષ્ટા તરીકે અનુભવ લેવો. તેથી મન એકદમ જ શાંત થઈ જાય છે.

આત્મશોધન માટે પ્રત્યાહારની પણ જરૂર નથી.

અનાત્મબુદ્ધિ હટાવવી, એ રેચક પ્રત્યાહાર છે અને સ્વરૂપમાં સ્થિતિ કરવી, એ કુંભક પ્રત્યાહાર છે.

ભાનમાર્ગે તપાસ કરવી, તે 'ધ્યાન' છે અને તેમાંથી જે નિષ્ક્રિય, શાંત, ભાનમય દશા બને, તેને 'ભાન' કહે છે.

'હું' એ ગુરુમંત્ર છે. ઉપનિષદમાં કહ્યું છે કે:

ભગવાનનું પહેલું નામ 'હું' હતું.

ૐ પણ પાછળથી આવેલ છે. 'હું' નો જપ બધા કરે છે. તેના તરફ લક્ષ રાખવાથી ધ્યાન સારું થાય છે અને તેથી ધ્યાનનું શ્રેષ્ઠ ફળ મળે છે.

## આત્મા એ જ ખરું આસન અને પુસ્તક

આત્મામાં નિષ્ઠા કરવી એ ખરું આસન છે. તે આસનમાં સ્થિર થવું જોઈએ. આસન વગર આત્મલાભ ન થાય, એ વાત ખોટી છે. આત્માને આસનની જરૂર નથી. આત્મા એ જ ખરું પુસ્તક છે. તે પુસ્તકમાં તમે ગમે ત્યારે દ્રષ્ટિ કરી શકો છો. તે કોઈ દિવસ બળી શકે તેમ નથી. જ્યારે જ્યારે ફુરસદ મળે, ત્યારે આત્મા તરફ વળો, એ જ ખરો સ્વાધ્યાય છે. બીજું જે ગ્રંથાદિક વાંચવું, તે આત્મા તરફ વળવા માટે જ હોવું જોઈએ.

**પ્રમાતા અને બીજું આલાપ - બન્ને ક્યાંથી આવ્યાં?**

ઉત્તર : એ પ્રશ્ન કોણ પૂછે છે? હું. 'હું'ની શોધ થવાથી બધા પ્રશ્નોના ખુલાસા થઈ જશે.

**'આત્મા સ્વયં પ્રકાશ છે' તેનો અર્થ શો?**

ઉત્તર : સૂર્ય જેમ અંધારું જોતું નથી, તેમ આત્માએ અજ્ઞાન જોયું નથી. આત્મા અવેદ્ય છે, છતાં અપરોક્ષ અનુભવને યોગ્ય છે. આ ગુણને જ 'સ્વપ્રકાશત્વ' કહે છે.

# આત્માને બે વાત

(૧) હે આત્મન્! ઘોર ગંધાતા કાળા કાજળ જેવા વિરૂપ વિષ્ટાના પરમાણુને તું તિરસ્કારની નજરે નિહાળે છે, તે શું યોગ્ય છે? એ પરમાણુએ અનંત ભવોને વસ્ત્ર, પાત્ર, ઔષધ, ઘર રૂપે બની સંયમમાર્ગમાં સહાય કરી છે. તેં નિઃસ્વાર્થભાવે કોનું હિત કર્યું છે? તે વિચાર!

(૨) આત્મન્! જડનો એક અણુ તને શિખામણ આપે છે, જરા કાન દઈ સાંભળ: 'હે અનંત જ્ઞાન-આનંદ-સુખ-વીર્યના સાગર! જીવ! તું ખાન, પાન, માન અને સ્થાન માટે તરફડે છે. મારી સામે જો! અનાદિકાળથી કોઈની પરવા વિના હું મારે સ્વરૂપે રહ્યો અને અનંતોકાળ રહીશ.

ઓ ભાઈ!

તું તારા સ્વરૂપમાં આવી જા, તો તારા ભીખારીવેડા મટશે.'

'પરમાત્મા એટલે જ પોતાનો આત્મા છે'
એમ માનીને પૂજન - અર્ચનમાં પ્રવૃત્ત થવાથી
પોતાના શુદ્ધાત્માની અનુભૂતિ થાય છે.

જેના હૃદયનો ભાવ ઊંચો, તે આત્મા ઊંચો.
જેના હૃદયનો ભાવ ઉતરતો, તે આત્મા તેટલો નીચો.
આત્મા ઊંચો કે નીચો, તે તેના ભાવના આધારે છે.
ઉત્કૃષ્ટભાવ શ્રી અરિહંત પરમાત્માના આત્મદ્રવ્યમાં હોય,
તેથી તેઓ સૌથી ઊંચા છે.

જેમ તારૂ જળ વડે જળને જ કાપે છે,
તેમ આરાધક ભાવસંબંધ વડે ભવને જ કાપે છે.
સંબંધનું બંધન તોડવું એટલે જગતનો ઈન્કાર કરવો નહીં,
પરંતુ તેના સ્વાર્થના 'હું'પણાંના પરિણામરૂપ સંબંધને
આત્મભાવના નિ:સ્વાર્થ સંબંધમાં પરિવર્તિત કરવો તે.
જેમ જેમ આ રીતનો સંબંધ વધતો જાય, તેમ તેમ
આત્મા સ્થૂલ સંબંધોના બંધનોમાંથી મુક્ત થતો જાય.
ભાવથી સંબંધ બાંધવાની જોરદાર ભાવનાનો ઉદય
આત્માના ભવો પૂરાં થઈ રહ્યાં હોવાની નિશાની છે.

જે પોતાના આત્માને જાણે છે,
તેને પરના આત્માને જાણવાની ચાવી જડી જાય છે.

## સંઘનો પુણ્યોદય શાથી મંદ થવા લાગ્યો ?

આત્મા-આત્માને નજીક લાવવારૂપ મહાકરૂણાના આલંબને અને તેના પરમ પ્રભાવે જે ઉપકારો થતાં રહે છે, તેમાં સર્વદા, આત્મકર્તૃત્વનો આરોપ કરવાની પાપોદયના કારણે જે અવળી મતિ બની, તે મતિએ જ આપણને દેવ-ગુરૂના નિઃસીમ ઉપકારોમાં ઔપચારિકતાનો આરોપ કરવા તેમ જ સ્વકર્તૃત્વાભિમાનમાં મગ્ન રહેવા શીખવ્યું, તે ઘડીથી જ સંઘનો પુણ્યોદય મંદ થવા લાગ્યો.

જે આત્માને અજ - અવિનાશી - અભેદ જાણે, તેને એ લાભના પરિણામે અહંભાવ સ્ફુરતો નથી. તેને 'હું કર્તા, મેં કર્યું, મને કર્મફળ મળ્યું' એમ સ્ફુરતું નથી.

તે પોતાના મૂળ સ્વરૂપમાં જ નિમગ્ન રહે છે.

પ્રિયતમના વિયોગનું નામ શોક છે, આત્મા એ પ્રિયતમ છે. તેનો વિયોગ જ નથી, તેથી શોકનું અસ્તિત્વ મટી જાય છે.

પ્રિયતમ આત્મા સ્વરૂપ તરીકે સૌમાં એકરસ છે. તેનો વિયોગ કોઈ શાસ્ત્રો પણ કરાવી શકતાં નથી.

આત્માની જન્મભૂમિ આધ્યાત્મિક વિશ્વમાં છે.

વ્યક્તિના નાના 'હું'નો અપરિમિત 'હું'માં વિલય કરવો,
એ બ્રાહ્મીદશાનું લક્ષણ છે.

સર્વ જીવો પ્રત્યે આત્મતુલ્ય ભાવ આવ્યા વિના;
આત્મતુલ્ય સ્નેહના પરિણામ જગાડ્યા વિના અને
મૈત્રી આદિ ભાવ લાવ્યા વિના વિતરાગ કે સમતા ન ટકે,
વિરતિ ન ફળે અને વિરતિ વિના રાગ વંધ્યા બને.
પ્રત્યેક શરીરમાં રહેલ આત્મા સમાન છે, એ રીતે જોવું.
ચંચળતા ટાળી સ્થિરતા લાવવા કાળભેદે અભેદને જોવો.

'આપણા આત્માની પૂર્વોત્તર અવસ્થામાં પણ
એક જ તત્ત્વ રહેલું છે' એમ વિચારવું.

'न त्वहं नाऽहं जगन्नेदं सर्वमात्मैव केवलम् ।'

અર્થાત્: તું નહિ, હું જગત નહિ, આ સર્વ કાંઈ નહિ,
બસ! છે તો ફક્ત આત્મા જ છે.

આત્માની આખી યે સાધનાનો પાયો ચિત્તશુદ્ધિ ઉપર છે.
તે પાયો તૈયાર કર્યાં પછી ઇમારત ચણાતા વાર ન લાગે.

શરીર અને આત્માનો સંબંધ ભેદાભેદ છે તથા
શરીર અને આત્મા પોતે પણ કથંચિત નિત્યાનિત્ય છે.
આત્માના ઉપયોગનું જડ સાથે પરિણમવું, તે ભેદ અને
તેનું સ્વરૂપમાં જ પરિણમવું કે સ્થિર થવું, તે અભેદ છે.
આત્મસ્વરૂપમાં અભેદ - એકરસ થઈ રહેવું, તે સર્વસ્વની
આશા છે. નિર્વાણપ્રાપ્તિ માટે આ જ છેવટની આશા છે.
સર્વસ્વનો નિશ્ચય છે કે આત્મસ્વરૂપમાં સ્થિરતા કરવી.
તે વિશ્વના જગતના સર્વ પદાર્થો અને સર્વ પર્યાયો
તે સર્વ વિભાવ છે તથા આત્માથી છૂટાં પાડનાર છે.
જેમ નદી સમુદ્રમાં મળી જાય છે, તેમ અંતિમ રૂપ
આત્મા પરમાત્મામાં મળી જાય, ત્યારે તે પૂર્ણ થાય છે.
આ સંસારે આત્મા અને જડ - એમ બે વસ્તુઓ છે.
તેમાં નિઃસાર જડ વસ્તુમાં આસક્તિ કરી ભાન ભૂલાય છે,
ફક્ત ચૈતન્ય વસ્તુ જ સારભૂત છે.
સત્ય એ મન - વાણીને અગોચર છે તથા
આત્માની અંદર જેટલું છે, તેથી પણ બહાર અધિક છે.

# આત્મા જ્યારે મનની પારના

સ્થિર પ્રદેશોમાં આવી પહોંચે છે, ત્યારે કશું કૃત્રિમ નથી. 'બધું કૃત્રિમ છે' એવું કહેનાર કે જાણનાર દ્રષ્ટા તો કોઈ શાશ્વત કે તટસ્થ હોવો જ જોઈએ. તે વગર બધું કૃત્રિમ છે, એવો અનુભવ કોણ કરશે? આત્માનો પ્રદેશ જો શાશ્વત છે, તો પછી સંસાર કૃત્રિમ છે, એની ચિંતા કરવી, એ ય ખરાબ છે. સંસાર એ મનનો તમાશો છે. મનુષ્ય જો મનની પાર આવીને આત્માના પ્રદેશમાં રહેવાનો અભ્યાસ રાખે, તો પછી તે સંસારની ક્ષણભંગુરતાદિની ઉપરછલ્લી વાતોમાં રસ જ નહીં લે. યોગાભ્યાસથી મનની પાર રહી શકે - મોટે ભાગે શકાય છે.

આત્મમસ્તીની છોળો આગળ કૃત્રિમત્વની વાતો ફીક્કી અને ઉપરછલ્લી લાગે છે. આત્માનુભવ વખતે જગતની તો ઉત્પત્તિ જ હોતી નથી, પછી કૃત્રિમત્વ ક્યાં? સંસારનું મૂળ જે આત્મા, તેનો જેને અખંડ સંયોગ રહેતો હોય, તેનો સંસાર પણ હંમેશા ઈશ્વરનો વિલાસ બને છે.

## આત્માની મહાન શક્તિ

'વિશાળ હું' એટલે 'હું'નું પહેલું મૂળ સ્વરૂપ;
અખંડ એકરસ સત્ - ચિત્ - આનંદતત્ત્વ, પરમાત્મા.
શરીર અને મન સાથે મૈત્રી રાખવા કરતાં
આ સત્, ચિત્ અને આનંદ સાથે જ મૈત્રી રાખવાથી
સમગ્ર વિશ્વ સાથે રૂડી મૈત્રી સધાય છે.

## માનવમાં કેટલી મહાન શક્તિ છે?

જે પળે તે શરીર અને મન ઉપરથી મારાપણું ઉઠાવી લે છે,
તે જ પળે તે પરમાત્મા સાથે એકરૂપ થઈ શકે છે.
આ ચમત્કાર નથી તો બીજું શું?

અંતરદૃષ્ટિ મેળવવાનો સરળમાં સરળ નુસખો એ પૂછવું છે કે
'હું કોણ છું?' એ સવાલનો જે પહેલો જવાબ મળે, એ
જવાબમાં વારંવાર સ્થિતિ કરવાનો અભ્યાસ જારી રાખવો.

* તારે તથા પવિત્ર કરે, તે તીર્થ. તીર્થયાત્રા એટલે
પવિત્ર એવા આત્મામાં રહેલા પરમાત્માની યાત્રા.
તે પાવન કરનાર છે અને ભવસાગરને તારનાર છે.

## આત્માની મૂળભૂત પાંચ શક્તિઓ

સત્ - ચિત્ - આનંદ - ઈશિત્વ - વશિત્વ.

હું કોણ ? આત્મા. તે કેવો છે ? તે...

અખંડ, પૂર્ણ, સત્ય, શુદ્ધ, નિત્ય, સત્, ચિત્, આનંદસ્વરૂપ છે.
આત્માના એ લક્ષ સાથે રોજ એકરૂપ થઈ જાઓ.
વિશ્વાસ રાખો કે સર્વથી શ્રેષ્ઠ તમારો આત્મા જ છે.
આત્મશુદ્ધિ એ જીવનસિદ્ધિનું ગૂઢતમ રહસ્ય છે.
આભૂષણો અને અલંકારો આત્મા વડે જ કિંમતી છે.
સમતાવાળી બુદ્ધિ, શુદ્ધ સત્ય કે વિશુદ્ધ અંતઃકરણથી ય
જે અત્યંત પર છે, શ્રેષ્ઠ છે, સૂક્ષ્મ છે, ભિન્ન છે,
તે આપણો આત્મા છે.

'હું' ખરેખર શરીર નથી, મન નથી, ઈંદ્રિયો નથી. એ બધાથી
પર, બધાને જાણવાવાળો અને બધાથી જુદો આત્મા છે.
આ જગતમાં જે કાંઈ છે, તે આ આત્મા જ છે.
આ આત્મા જ કોઈ વખતે દેવરૂપે, તો કોઈક વખત
ગરુડરૂપે, તો વળી કોઈક વખત ધર્મરૂપે ઉપસ્થિત થાય છે.

'આત્મકલ્યાણ' શબ્દનો અર્થ એટલે...

આત્મા તરફ દ્રષ્ટિ કરવાથી થતું કલ્યાણ.

'આત્મામાં પરમાત્માનો અંશ છે' એ સત્યનો અનાદર કરી, આત્માની મુક્તિ માટે ધર્મનો માર્ગ લેવાને બદલે આજનો માનવી તો આત્માનું જ ખૂન કરવા પ્રવૃત્ત થયેલ છે.

આત્માનું સતત સાંનિધ્ય, તે જ ખરો 'ઉપવાસ' છે.
તેને 'આત્માનુભૂતિ' પણ કહી શકાય.

વિચારના સતત પ્રવાહમાં યાદ રાખવું કે 'હું વિચાર નહિ' તથા ભાવોના સૂક્ષ્મ તરંગો વચ્ચે 'હું ભાવ નહિ'.

ધર્મપુરુષાર્થના પ્રભાવે આત્મા સુખે જીવ-મરી શકે છે.

કિંમતીમાં કિંમતી વસ્તુ આત્મા છે, તેથી તેનું રક્ષણ કરનાર પ્રભુ અને તેમની આજ્ઞા કે ઉપદેશ પરમ આલંબનભૂત છે.

નવપદમાં અરિહંત વચ્ચે કેમ ?

મોક્ષનો જેમ ઇચ્છુક આત્માને જાણવો આવશ્યક જ છે, પરંતુ અરિહંતને જાણ્યા વિના આત્મા તો જણાતો નહિ, તેથી દ્વારરૂપે વચ્ચે અરિહંતને લેવાના છે.

જે સ્વયંને જાણી લે છે, તે એ પણ જાણી લે છે કે
'જે આત્મા એનામાં છે, એ જ સમસ્ત જીવોમાં છે'
આથી સ્વાભાવિક રીતે જ એનામાંથી
સર્વ તરફ પ્રેમ અને કરૂણાનો પ્રવાહ વહેવા લાગે છે.
આ સ્થિતિએ જીવન પોતા માટે નહીં, સૌ માટે બની જાય
તથા વ્યક્તિ સ્વયંને જાણીને સ્વયંથી મુક્ત બની જાય છે.
'હું છું' એ સિદ્ધિ જ છે. 'હું કોણ છું' એ સિદ્ધ કરવાનું છે.
એ જાણવા માટે ૩ મિથ્યા તાદાત્મ્ય તોડવાના છે:
પહેલું તાદાત્મ્ય શરીર સાથે છે,
બીજું વિચારની સાથે અને ત્રીજું ભાવની સાથે છે.
આ ત્રણેને તોડવા એ જ ખરી તપશ્ચર્યા છે.
એ જેમ જેમ તૂટે છે, તેમ ચિત્તની અચેતન કક્ષા ચેતનમય
બનીને અંધકારની જગ્યાએ અંદર પ્રકાશનો જન્મ થાય છે.
શરીરની પ્રત્યેક ક્રિયા અને સ્થિતિમાં
એ યાદ રાખવું કે 'હું શરીર નથી'
આ સ્મરણ જ ચેતનાને શરીરથી ક્રમશઃ મુક્ત કરે છે.

## એકતાની પ્રતીતિ

આત્માની એકતા ક્ષેત્ર અને કાલ ઉભય પ્રકારે સિદ્ધ થાય છે. ક્ષેત્રથી ભિન્ન દેહોમાં એક જ આત્માની પ્રતીતિ થાય છે અને કાળથી ભિન્ન ભિન્ન અવસ્થાઓમાં એક જ આત્મતત્ત્વ રહેલું છે, એવી પ્રતીતિ દૃઢ થાય છે. એ પ્રતીતિ દૃઢ થવા માટે ચિત્તશુદ્ધિ પ્રધાન શરત છે.

કામના એકમાત્ર આત્મજ્ઞાનની અથવા
આત્મતત્ત્વના સાક્ષાત્કારની હોવી જોઈએ.

આત્મા એક જ છે અને
એની સત્તાથી જ શરીર અનેક પ્રકારનાં કાર્યો કરે છે.

આત્માના લાભ માટે સમાધિ જ ઉપાય છે.

લાભ અને ભક્તિ એમ બંને મળીને મોક્ષમાર્ગ બને છે.

આત્મા ન કેવળ ઉપદેશોથી, બુદ્ધિથી કે બહુ અધ્યયનથી પ્રાપ્ત થાય છે, એ તો તેને જ પ્રાપ્ત થાય છે કે જેના પર તેની કૃપા ઉતરે છે. તેને આત્મા એવી રીતે મળી જાય છે કે એમ પોતે પોતાના શરીરને મળી જાય.

## આત્માની શાશ્વતતા વિષે...

'न जायते म्रियते वा विपश्चित्
नायं कुतश्चिन्न बभूव कश्चित् ।
अजो नित्यः शाश्वतोऽयं पुराणो
न हन्यते हन्यमाने शरीरे ॥'

અર્થ: આ આત્મા કોઈનાથી જન્મતો કે મરતો નથી. નથી જન્મતો, નિત્ય, શાશ્વત અને આ પુરાણ અથવા આત્મા શરીર હણાયે છતે હણાતો નથી.

## અભેદસાધનાનો મંત્ર

'હું તે છું' અર્થાત્ નિગોદપર્યંતના સંસારી જીવોમાં જે 'હું' રહેલો છે, તે હું અને મારું સ્વરૂપ એક જ છે.

તે હું છું = મોક્ષપર્યંતના ઉત્તમ જીવોનું જે સ્વરૂપ છે, તે મારું જ સ્વરૂપ છે.

આ જ સર્વ જીવો સાથે કથંચિત્ અભેદસાધના મંત્ર છે.

સર્વ તત્ત્વોમાં શિરોમણિભૂત આત્મતત્ત્વ છે અને તેમાં પણ શિરોમણિભૂત શુદ્ધાત્મતત્ત્વ છે.

## 'હું' ખરેખર કોણ ?

'હું કોણ છું' એના જવાબ અને અનુભવમાં મુક્તિ છે,
મુક્તિનો માર્ગ છે, બધી જ સમસ્યાઓનું સમાધાન છે.
આંખની રોશનીને અંદર વાળતાં જ અનુભવ થશે કે
જેને આધારે મન, બુદ્ધિ અને પ્રાણ ટકે છે,
એવું કિન્તુ એ બધાથી પણ ભિન્ન એવું એક તત્ત્વ છે.
'હું' ખરેખર દેહ નથી, મન નથી પણ આત્મા.
અનુભવીઓએ જગત સમક્ષ આ અનુભવ મૂક્યો છે,
ભલે તે કોઈ માને કે ન માને.
સાયન્ટીસ્ટોના સાધનોમાં કે વૈજ્ઞાનિકોની પ્રયોગશાળામાં
આ વસ્તુ સાબિત થાય કે ન થાય,
છતાં બાહ્ય શોધથી પર એવું એક તત્ત્વ,
કે જેના જવાબથી બધું જ અટકી પડે છે,
એ તત્ત્વ તે આત્મા, ચૈતન્યવાન જીવ.
'હું' ખરેખર દેહ નથી, મન નથી, આત્મા ય નથી,
પણ નીરવ શૂન્યતા. શૂન્યતામાં જ ચૈતન્ય અનુભવાય છે.

આત્માના ષડ્રિપુનાં નામ અનુક્રમે

કામ, ક્રોધ, લોભ, માન, મદ અને હર્ષ છે.

એ ષડ્રિપુ છે, કેમકે આત્માની ષટ્સંપત્તિને હણનારા છે.

આત્માની ષટ્સંપત્તિનાં નામ અનુક્રમે

જ્ઞાન, દર્શન, ચારિત્ર, તપ, વીર્ય અને ઉપયોગ છે.

કામથી જ્ઞાન હણાય, ક્રોધથી દર્શન હણાય, લોભથી ચારિત્ર
હણાય, માનથી તપ હણાય, મદથી વીર્ય હણાય અને
હર્ષથી ઉપયોગ હણાય છે જે છએથી છ હણાય છે અને
એકેકથી પણ છ એ હણાય છે.

ષટ્સંપત્તિની રક્ષા માટે ષડ્રિપુઓને હણવા જોઈએ.
જ્ઞાનથી કામ, દર્શનથી ક્રોધ, ચારિત્રથી લોભ, તપથી માન,
વીર્યથી મદ જીતાય છે અને ઉપયોગથી હર્ષ જીતાય છે.
આત્મધ્યાનથી છ જીતાય, અનાત્મલક્ષથી છ પોષાય છે.

દ્રવ્યદૃષ્ટિથી શુદ્ધ આત્મા અથવા પરમાત્માનું ધ્યાન
સર્વ પ્રકારના વિકારોને જીતવાનો
અનન્ય અને અમોઘ, અનુપમ અને અદ્વિતીય ઉપાય છે.

## આત્મસિદ્ધિ શાસ્ત્રમાં આવે છે કે:

'શુદ્ધ બુદ્ધ ચૈતન્યઘન સ્વયં જ્યોતિ સુખધામ,
બીજું કહીએ કેટલું? કર વિચાર તો પામ.'

દ્રવ્યદૃષ્ટિએ સ્વરૂપથી આત્મા શુદ્ધ છે, પરંતુ જ્યારે પર્યાયમાં એ શુદ્ધસ્વરૂપ અનુભવગોચર થાય, ત્યારે જ તેનું યથાર્થપણું અથવા સાર્થકપણું થયું કહેવાય, અન્યથા તે બોલવામાત્ર ગણાય. આ જગત સોનાનું થાય, તો પણ તૃણવત્ અસાર છે. સળગતા ઘાસના પૂળાની જેમ ત્યાજ્ય છે. જ્ઞાનચક્ષુથી આત્માનું અવલોકન થાય, ત્યારે આત્માનો જન્મ થયો કે આત્મા આત્મત્વને પામ્યો ગણાય.

આત્માનું અવલોકન એટલે સ્વસ્વરૂપદર્શન.

આત્મદર્શન એ સમ્યગ્દર્શન બધું એક જ છે.

આત્મા પ્રત્યે જેવી દૃષ્ટિ - અભેદ સ્નેહ,
તેવી જ દૃષ્ટિ જગત પ્રત્યે,
તેવો જ સ્નેહ સર્વ પ્રત્યે, તે સમદર્શન છે.
આત્મા માટે ઇચ્છાઓ, તે સર્વ માટે ઇચ્છાઓ.

જે એકને જાણે તે સર્વને જાણે.

જે સર્વને જાણે તે એકને જાણે.

આત્મજ્ઞ તે સર્વજ્ઞ અને સર્વજ્ઞ તે આત્મજ્ઞ.

જે સર્વજ્ઞ થાય છે, તે આત્માના દ્રવ્ય - ગુણ - પર્યાયને જાણ્યા - અનુભવ્યા પછી જ. આત્મજ્ઞ થયાં વિનાનું અર્હત દ્રવ્ય - ગુણ - પર્યાયથી એક આત્માને જાણ્યા - અનુભવ્યાં વિનાનું જ્ઞાન અજ્ઞાનની કોટિનું છે. એક આત્માને જાણતાં સમસ્ત લોકાલોક જણાય છે અને સર્વને જાણવાનું ફળ પણ આત્મપ્રાપ્તિ જ છે. આત્માથી ભિન્ન ભાવોને પણ વ્યતિરેક વડે આત્માને જાણવાની જ ક્રિયા છે. નિજસ્વરૂપને વિષે દૃષ્ટિ દેવાથી સમસ્ત સૃષ્ટિ જ્ઞેયપણે પ્રતિબિંબિત થાય છે.

સર્વજ્ઞતા સહજ ઉપચરિત છે, આત્મજ્ઞતા નિરૂપચરિત છે.

એક આત્માની પ્રાપ્તિ થતાં અભેદસ્વરૂપ દર્શન, જ્ઞાન, ચારિત્ર - ત્રણેની પ્રાપ્તિ થઈ જાય છે. રત્નત્રયથી આત્મા અભેદ સ્વરૂપ છે.

પરમ સત્દેવનો પરિચય 'વીતરાગ' એટલે નિસ્તરંગ,
નિર્વિકલ્પ અને શુદ્ધ એવો જિનસ્વરૂપ નિજાત્મા.
એવા આત્મસ્વરૂપનું ભાન થયાં વિના કાર્ય સર્યું નહિ.
શાસ્ત્રજ્ઞાનથી નિવેડો નહિ, આત્મજ્ઞાનથી નિવેડો છે.

અનુભવ એ અપ્રમત્ત ધારાએ અવિસ્મરણીય છે.

તેને 'સ્વરૂપજાગૃતિ' પણ કહે છે.

સર્વ ક્લેશ અને દુઃખથી મુક્ત થવાનો ઉપાય
અનુભવગમ્ય આત્મજ્ઞાન છે.

જેટલું આત્મજ્ઞાન થાય, તેટલી સમાધિ પ્રગટે.
આત્મપરિણામની સહજ સ્વરૂપે પરિણતિ થવી, તે ધર્મ
તથા આત્મપરિણામની સ્વસ્થતા, તે સમાધિ છે.
આત્માને ઉપાસનાર સર્વ દુઃખથી મુક્ત થાય છે.

આત્માને ઓળખવો હોય, તો
આત્માના ચિરપરિચયી અને પરવસ્તુના ત્યાગી થવું.

જો તમે મુક્તિને ઇચ્છતા હો,
તો સંકલ્પ - વિકલ્પ અને રાગ-દ્વેષને મૂકો.

હું એક છું, અસંગ છું, પરભાવથી શૂન્ય છું.
અસંખ્યાત પ્રદેશાત્મક નિજ અવગાહના પ્રમાણ છું.
અજર - અમર - અજન્મ છું, શાશ્વત છું.
સ્વપર્યાય પરિણમતા સમયાત્મક છું.
શુદ્ધ ચૈતન્યસ્વરૂપ માત્ર નિર્વિકલ્પ દૃષ્ટારૂપ આત્મા છું.
અરિહંત, સિદ્ધ, સાધુ અને કેવલિપ્રરૂપિત ધર્મનું શરણ
સ્વીકારવા યોગ્ય છે, કારણ કે તે મંગલ તથા લોકોત્તમ છે.
લોકમાં મંગલ, ઉત્તમ અને શરણ
શુદ્ધ આત્મતત્ત્વને છોડીને બીજું કોઈ નથી.
અરિહંતો શુદ્ધ આત્મા છે, સિદ્ધો શુદ્ધાત્મા છે,
સાધુ શુદ્ધ આત્મા છે, ધર્મ શુદ્ધ આત્મા છે.
જ્ઞાન, દર્શન, ચારિત્ર, તપ, વીર્ય અને ઉપયોગ એ
આત્મા છે, તેવી જ રીતે અરિહંત, સિદ્ધ, સાધુ અને
ધર્મ પણ આત્મા જ છે, આત્માથી અન્ય નથી, તેથી
આત્મા જ શરણ છે, આત્મા જ લોકોત્તમ છે અને
આત્મા જ પરમાર્થ મંગલ છે.

'સમયસાર'માં કહ્યું છે કે:

'તં એયત્ત વિહત્તં દાએહં અપ્પણો સવિહવેણ ।'

આત્માનું શુદ્ધ સ્વરૂપ, એકત્વ - વિભક્તસ્વરૂપ
મારા સમસ્ત બુદ્ધિવૈભવ વડે હું દેખાડું છું,
તે તમારા સ્વાનુભવથી પ્રમાણ કરજો.

સમ્યગ્દૃષ્ટિ જીવ ચૈતન્યના સામર્થ્યને ઓળખે છે, તેથી તેને ચૈતન્યથી ભિન્ન વસ્તુ ઉપર અંતરથી રાગ હોતો નથી, ભેદબુદ્ધિ હોય છે. તેને સ્વરૂપમાં એકત્વ-બુદ્ધિ હોય છે અને પરમાત્મમાં વિભક્તબુદ્ધિ હોય છે.

આવો એકત્વ - વિભક્ત આત્મા જ
સ્વસ્વરૂપમાં પ્રકાશે છે, કેમકે તે શુદ્ધ છે.

'હું એક શુદ્ધ, સદા અરૂપી, જ્ઞાનદર્શનમય ખરે...
કંઈ અન્ય તે મારું નથી, પરમાણુ માત્ર નથી અરે!'

પરમેષ્ઠિ ભગવંતોમાં
શુદ્ધ, બુદ્ધ, ચૈતન્યમય, સ્વયંજ્યોતિ, સુખધામ ઇત્યાદિ વિશેષણોવાળું શુદ્ધ સ્વરૂપ આવિર્ભાવ પામેલું છે.

વેદાંત કહે છે : એક જ આત્મા છે.

જૈન ધર્મ કહે છે : એક આત્મા જ છે.

વિશ્વની બધી પ્રવૃત્તિઓની પાછળ એક આત્મા જ કાર્ય કરી રહ્યો છે, તે પૂર્ણ છે, શુદ્ધ છે અને સમર્થ છે.

આત્મા એ...

સર્વ સુખનું નિધાન છે, સમગ્ર કલ્યાણનો ભંડાર છે, સમગ્ર શક્તિનો મહાનિધિ, કૈવલ્યજ્ઞાનનો મહાસાગર છે.

એવા આત્મસ્વરૂપને અભિમુખ થવું તથા વૃત્તિની એકાગ્રતાપૂર્વક આત્મસ્વરૂપનું ધ્યાન કરવું, એ સર્વ પ્રકારના પ્રયત્નોમાં શ્રેષ્ઠ પ્રયત્ન છે.

આત્મસ્વરૂપમાં સુરતા સાધવી, તે મહાયોગ છે.

* આપણી અંદર કાંઈક છે, જે હંમેશા શાંત છે. એને આત્મા કહો કે બીજું કાંઈ... નામ સાથે કામ નથી.

“જે સાચો ‘હું’ or I or Self છે, તે શાંત છે.”

એમ અનુભવીઓ કહી ગયાં છે અને એનો અનુભવ આપણને પણ થઈ શકે છે.

## આત્મજ્ઞાન એટલે શું?

આત્મજ્ઞાન એટલે આત્માના અનંત સામર્થ્યનું જ્ઞાન,
આત્માના અનંત માધુર્ય અને સૌંદર્યનું જ્ઞાન અને
આત્માના અનંત ઐશ્વર્યનું જ્ઞાન.

આત્મજ્ઞાન એટલે માત્ર ચિંતનાત્મક કે માત્ર પ્રયોગાત્મક જ્ઞાન નહિ, કિન્તુ અનુભવાત્મક - સ્વસંવેદનાત્મક જ્ઞાન. ચિત્તના સર્વ શોક - સંતાપને દૂર કરવાનું સામર્થ્ય તે આત્મજ્ઞાનમાં જ છે, તે માટે સંજ્ઞાથી પ્રજ્ઞામાં જવાનું છે અર્થાત *from instinct to intuition.*

## હું સૌથી ભિન્ન કઈ રીતે?

શરીર - જ્ઞાનેન્દ્રિયો - કર્મેન્દ્રિયો - વાયુપંચક - મનાદિથી હું ભિન્ન છું. સમસ્ત ઉપાધિઓથી ભિન્ન એકમાત્ર
જે ચૈતન્ય અવશેષ રહે છે, તે હું છું.

એ ચૈતન્યનું સ્વરૂપ સત્ - ચિત્ - આનંદ છે.

આત્મસ્વરૂપનો ત્યાગ ન કરવો, તે જ્ઞાન છે. એ રીતે જ્ઞાન અને વૈરાગ્ય એક જ સિક્કાની બે બાજુઓ છે.

પાંચ પ્રશ્ન શરીર નહીં, આત્માને ઉદ્દેશીને...

'હું કોણ છું? ક્યાંથી આવ્યો છું? ક્યાં જવાનો છું?

હું કોનો છું? કોણ મારું છે?'

એ પાંચ પ્રશ્ન શરીરને ઉદ્દેશીને જે જાણતો નથી,

તે ભલે સારા સંત સજ્જન હો,

તેમ આત્માને ઉદ્દેશીને એ પાંચ પ્રશ્નોનો ઉત્તર જે

જાણતો નથી, તે ભલે મહાસારા અને મહાસજ્જન હો.

સારા હોવાને લીધે તે નિરાધાર છે.

'હું આત્મા છું.

અમુક ગતિમાંથી આવ્યો છું - અમુક ગતિમાં જવાનો છું.

હું ભગવાનનો છું અને ભગવાન મારાં છે.'

એમ જે જાણે છે, તે સારા મટી શુદ્ધ થાય છે.

'જે જન્મે, તે મરે છે - જે મરે, તે પુન: જન્મે છે.'

એમ જે જાણે છે, તે 'સ' છે અને બાકી 'સારા' છે.

જેઓ પ્રદર્શનમાં પડે છે, તેમને આત્મદર્શન થતું નથી,

આત્મદર્શનના અભિલાષી છે, તે પ્રદર્શનમાં પડતાં નથી.

## 'એકો આત્મા !'

અદ્વૈત : આત્મા એક છે, એકરૂપ છે, એક સમાન છે.
જીવાત્માના મૂળ સ્વરૂપમાં આત્મામાં કોઈ ભેદ નથી.
ભેદ માત્ર બુદ્ધિકૃત છે.

આત્માદ્વૈતવાદીઓ આત્માને એક, નિત્ય, સર્વવ્યાપી,
સનાતન, અવ્યક્ત, અરૂપ અને અભેદ માને છે.

## આત્માના વિકાસનો પ્રથમ માર્ગ

સંકલ્પબળ વડે માનસિક શક્તિ પર આધિપત્ય સ્થાપવું,
પ્રકૃતિના અધોગાંશને કાબૂમાં લેવો, વાસનાના માર્ગે
જતાં મનને અટકાવી ઇષ્ટમાં વળગાડી દેવાનું સામર્થ્ય
ફોરવવું - સ્ફુરાવવું અને તે સંયમી મનની સહાય વડે
આત્માના વિકાસનો પ્રથમ ઉદ્દેશ સિદ્ધ કરવો.

## આત્માના વિકાસનો બીજો માર્ગ

બુદ્ધિના વ્યાપારોથી, તર્ક - શોધખોળ, ચિંતનવિકાસ અને
એવા જ બીજા માનસ પ્રયત્નોથી
વિશ્વના અનેક મહાપ્રશ્નોને સ્નેહથી ઉકેલવાના છે.

# આત્માના વિકાસનો ત્રીજો માર્ગ

ઈશ્વર પ્રત્યેના અસાધારણ પ્રેમ અને ભક્તિભાવનો છે,
સર્વ જીવનનું મૂળ એવા અને બ્રહ્માંડનાં
સાતત્ય, પ્રાણત્વ અને કર્તવ્યની પરમ અવધિરૂપ
ઈશ્વરતત્ત્વ સાથે પ્રેમભર્યા એકતા સિદ્ધ કરવા તે છે.

મનુષ્ય પ્રયત્નનો ચરમ ઉદ્દેશ એ છે કે...

આત્માનો વિકાસ કરી તેને પરમાત્મામાં લય કરવો,
ઈશ્વર સાથે તેનો અભેદભાવ સિદ્ધ કરવો અને
આપણા વ્યક્તિભાવને એક પરમ એવા
સમસ્ત ચૈતન્યઘનમાં અભેદપણે પરિણમાવવું.
સંસારની તે સર્વ પ્રવૃત્તિઓનો ઉદ્દેશ એ છે કે
આત્મા એ બધા દ્વારા પોતાના સ્વરૂપને
જોતાં, અનુભવતાં અને ભોગવતાં શીખે.
સર્વનો અંતિમ હેતુ, આખરનું લક્ષ્ય, છેવટનો ઉદ્દેશ
આત્મસાક્ષાત્કાર એટલે Self - realization છે.
સંસાર એ ઈચ્છા - આસક્તિ - વાસનાનું પરિણામ છે.

તત્ત્વજ્ઞાન સરલ 'હું કોણ ?' અને
'મને સાચું સુખ કેમ મળે ?' તેનો વિચાર અને નિર્ણય.

દયા દાન-તપનો હો, તત્ત્વજ્ઞાનનો કે દૃઢ વૈરાગ્યનો હો,
પ્રવૃત્તિનો યા નિવૃત્તિનો, પરોપકારનો હો કે સ્વોપકારનો-
બધાનું અંતિમ તાત્પર્ય આત્મતત્ત્વને પામવાનું જ છે.
દૃઢ અધ્યાત્મભક્તિ કે દૃઢ પ્રેમથી જડ પણ ચેતન બને છે.

"હે આર્યજનો !
દેદીપ્ય ભિન્ન, સ્વપર પ્રકાશક, પરમ જ્યોતિરૂપ
એવો આત્મા, તેમાં નિમગ્ન થાઓ.
અંતર્મુખ બની સ્થિર થઈ તે આત્મામાં જ રહો,
તો અનંત-અપાર આનંદ અનુભવશો.
અંતર્મુખ થવાય, તો અનંત-અપાર આનંદ થાય છે,
પરન્તુ તે કેવી રીતે થઈ શકે ?
સ્વ અને પરનું યથાર્થ જ્ઞાન થતાં સમદર્શીપણું મળે.
પર વસ્તુમાં સ્વપણું માનીને ચાલતાં
અનંત સંસાર રખડવું પડે છે.

'હું સહજ આત્મા. જેવો જ્ઞાનીઓએ
જોયો, જાણ્યો, અનુભવ્યો, તે જ હું છું.
આવો દૃઢ વિશ્વાસ અને શ્રદ્ધા રાખી,
જ્ઞાનીઓ જેમ સંપૂર્ણ થયાં, સંપૂર્ણ ઉપયોગ રાખી
મુક્ત થયાં, તેવી જ રીતે મારે પણ મુક્ત થવું છે.
જે માર્ગે મહાવીર તર્યા, અનંત અનંત તીર્થંકરો,
કેવળીઓ પોતાના સ્વમાં ઉપયોગ જોડી મુક્ત થયાં,
તે રીતે મારે પણ થવું છે.
સ્વમાં ઉપયોગ ટકાવી રાખવા માટે જ્ઞાનીઓની સેવા,
શુશ્રૂષા, સત્સંગ આદિ ઘણું જ લાભદાયી છે, તેથી
લક્ષ ટકી રહે છે. સ્વમાં ઉપયોગ સંપૂર્ણ થઈને
ટકાવી રાખવામાં સહાય મળે છે.
પર વસ્તુના સંયોગ - વિયોગ, પાપ - પુણ્ય,
સર્વ બધા ઉપર સમભાવ - સમદૃષ્ટિ રાખી
'એ બધા મારાં નહિ' એમ માનવું પડશે."
સુમેરપુર, પોષ સુદ ૧૫, તા. ૨૨-૧-૭૦, ગુરુવાર

ક્રોધાદિ કષાયોને શાંત કરનાર,
વિષયરૂપી તૃષાને શમાવનાર અને
કર્મરૂપી મળને ધોનાર તાત્ત્વિક તીર્થ, તે આત્મા છે.

જ્યાં સુધી આત્માને છોડીને અન્ય વસ્તુમાં અંશ પણ રાગ છે, ત્યાં સુધી મુક્તિ-સ્વરૂપ પ્રગટ થતું નથી. શાસ્ત્રો દ્વારા આત્મસ્વરૂપ જાણ્યા પછી પણ અન્ય પ્રત્યે રાગ દૂર ન થાય, ત્યાં સુધી આત્મા બંધાય છે. આત્મા, આત્મા વડે, આત્માને જાણી-જુએ અને આત્મા તરફ પ્રવૃત્તિ કરે, તે નિશ્ચયથી જ્ઞાન-દર્શન-ચારિત્ર છે. નિશ્ચય તે આત્મા, તેના સિવાય કોઈ તારણહાર છે નથી. આત્મા જ તાત્ત્વિક સુખરૂપ અને નિકટવર્તી તીર્થ છે.

દેહ એ આત્માનું ઘર છે અને
એ દ્વારા જ આપણે આત્માને પામી શકીએ છીએ.

આત્મસાક્ષાત્કાર સ્થિર સમાધિ વડે,
અપરવિદ્યા એ વિવેક અને સદ્વિચાર વડે તથા
પરવિદ્યા એ બ્રહ્મજ્ઞાન અને સમજણ વડે લય પામે.

V.V. Imp. <u>જીવનનું ધ્યેય એક જ છે:</u>

<u>સ્વને જાણી સ્વસત્તામાં સ્થિર થવું.</u>

<u>આત્માને જાણવો તે મોક્ષ - આત્માને ભૂલવો તે સંસાર.</u>

જે લોકો દેહના આરોગ્ય, યૌવન અને સૌંદર્ય માટે યોગમાર્ગે વળે છે, તેઓ એ બધાના મૂળ સ્ત્રોત એવા આત્મા તરફ ખેંચાયા વિના રહી શકતાં નથી.

તેઓને બાહ્ય આરોગ્યની સાથે સાથે આંતરિક આરોગ્ય મેળવવાની પણ સહજ ઇચ્છા જાગૃત થતી હોય છે.

જે રીતે દેહનું કાયમ આરોગ્ય પ્રાણ અને મનમાંથી આવે છે, તેમ પ્રાણ અને મનનું આરોગ્ય પણ અમર અને અજર એવા આત્મામાંથી આવે છે.

ભગવાનની નજીક બેસીને સહુને માટે માંગીએ, તો આત્માની વ્યાપકતાનો અહેસાસ આવે છે, માટે એકાંતમાં બેસીને પણ સમષ્ટિ માટે પ્રાર્થના કરવી આવશ્યક છે.

'તમારા આત્માથી જગત વધારે મહત્વનું છે'

એવો અહેસાસ તમારા મનમાં આવવા દેશો નહીં.

## આતમ જાગે એટલે આનંદ આવવાનું.

જેનો 'રામ' એટલે આત્મા જાગશે,
તેને કોઈ પ્રકારની કમી કેમ રહી શકે ?
જેનો આત્મા જાગ્રત થશે,
તેની આંતર - બાહ્ય તમામ જરૂરીયાતો પૂરી પાડવા
પ્રકૃતિનાં સર્વ બળો ચોવીસ કલાક ખડે પગે તૈયાર જ રહેય છે.
પ્રકૃતિ તો આત્માની વફાદાર - ચતુર દાસી છે.
જ્યાં સુધી આત્માના ગાઢ સંપર્કમાં મન આવતું નહિ,
ત્યાં સુધી અસીમ આનંદ - શાંતિની અનુભૂતિ નહિ જ.
ભારતીય સંસ્કૃતિ આત્મિક સંપત્તિને પ્રાધાન્ય આપે છે.
આત્માની સાથે મનનો ગાઢ અને સતત સંપર્ક
રાખનાર વ્યક્તિ પાસે કદી દુઃખ આવી શકતું નહિ.
આધિ, વ્યાધિ અને ઉપાધિનો ત્રિવિધ તાપ
આત્મનિષ્ઠ યોગીના આનંદને ચલિત કરી શકતો નહિ.
આવા આનંદની અવસ્થા પ્રાપ્ત કરવી,
તે માનવનું ગૌરવભર્યું ધ્યેય છે.

# સત્યજ્ઞાન અને તત્ત્વજ્ઞાન

'મારું' કે 'હું' એક જ unit છે, જ્યારે
આત્મા એ મન અને શરીરમાં સમાયેલો છે.
એ 'હું'ને સમજવો એ સત્યજ્ઞાન છે.
સત્યજ્ઞાનથી તત્ત્વજ્ઞાન સુલભ બને છે.
'તત્' એ ધ્યેય છે, 'સત્' એ સાધન છે.
'તત્' એ ગૂઢ, અગમ્ય, અદૃશ્ય તત્ત્વ છે.
સત્ય - being શરીર, મન અને આત્માથી બનેલું છે.
ત્રણે integrated થાય, તો કશુંય અશક્ય હોતું નથી.

'સમાધિ શતક'ના બે શ્લોકોનો અનુવાદ છે કે:

જેમ વાટ પોતાથી ભિન્ન એવા દીવાની
ઉપાસનાથી દીવો બને છે, તેમ પોતાથી ભિન્ન એવા
પરમાત્માની ઉપાસનાથી આત્મા પરમાત્મા થાય છે.

જેમ (અરણી) કાષ્ઠને અન્ય કાષ્ઠ સાથે ઘસવાથી
અગ્નિ ઉત્પન્ન થાય છે, તેમ આત્મા દ્વારા
આત્માની જ ઉપાસના કરવાથી તે પરમાત્મા થાય છે.

જીવંત દેહમાંથી મૃતદેહને બાદ કરવાથી
પછી જે બાકી રહે, તે છે આત્મા. - કવિ નાનાલાલ

આત્મસાધનાથી નિવૃત્તિ તે વ્યવહારમાં પ્રવૃત્તિ છે,
વ્યવહારમાં પ્રવૃત્તિ તે આત્મસાધનાથી નિવૃત્તિ છે.

આત્મામાં અનંત શક્તિ, જ્ઞાન અને આનંદ છે.

જે વસ્તુ માટે જગત ભટકે છે, તે વસ્તુ આત્મામાં નથી,
પરંતુ તેના પાસે જે વસ્તુ છે, તે પ્રાપ્ત થયે બહાર
ભટકવાનું મટી જાય છે. સમૃદ્ધિ આત્મામાં ભરેલી છે.

શારીરિક આવશ્યકતાઓનું સમાધાન બહાર છે,
કિન્તુ આંતરિક સમસ્યાઓનું સમાધાન અંદર જ છે,
આત્મામાં છે. આત્મા અનન્ત શક્તિઓનો સ્રોત છે.

પરમાત્મા સિવાય સંસારમાં કશું પ્રાપ્તવ્ય છે નહીં.

આત્મસંશોધનનો વિચાર મુખ્ય છે,
સાહિત્યનું સંશોધન પણ આત્મસંશોધન માટે જ છે.

કષાયથી મુક્ત થયેલો આત્મા મોક્ષ છે,
આત્મા પોતે જ દર્શન - જ્ઞાન - ચારિત્ર છે.

# ભારત દેશની અમર સંસ્કૃતિ

આત્મતત્ત્વ અમર છે, તો તે શાશ્વત તત્ત્વ ઉપર
રચાયેલી ભારતીય સંસ્કૃતિ પણ અમર જ હોઈ શકે.
આવી અમર સંસ્કૃતિ જે દેશની ગળથૂથીમાં
પાવામાં આવી હોય, તેનો વિનાશ કોઈ કરી શકે?
અધ્યાત્મના શિલાધાર ઉપર ભારત ઊભું હોય,
ત્યાં સ્વપ્ને એને કોઈ ગબડાવી શકે?

## ચિત્તને શેનાથી જીતી શકાય?

ચિત્તરૂપી વ્યાધિનું નિવારણ કરવાનું એક જ સર્વોત્તમ
ઔષધ છે અને તે બાહ્ય વસ્તુઓમાં આસક્તિનો ત્યાગ.
'આત્મા ચિરંતન અને સર્વ પદાર્થો વિનાશી છે'
એ પરમ સત્યને ચિત્તમાં સ્થિર કરવું અને
આત્માનું સતત અનુસંધાન રાખવું,
'હું દેહ છું - મન છું' એવા અજ્ઞાનજન્ય ભ્રમણાને
તિલાંજલિ આપવી અને પુરૂષાર્થથી ખરો પ્રયત્ન કરવો.
આમ કરતાં કરતાં ચિત્તને જીતી શકાય છે.

# આત્માનો પ્રકાશ

આત્માના પ્રકાશને ગ્રહણ કરી મન પોતે જ પ્રકાશમાન બની ગ્રાહ્ય-ઈંદ્રિયો દ્વારા સ્થૂળ શરીર પ્રકાશમાન કરે છે. સૂક્ષ્મ શરીર જ્યારે સ્થૂળ શરીરને છોડીને ચાલી જાય છે, ત્યારે તેમાં આત્માનો પ્રકાશ દેખાતો નથી, કારણ કે સ્થૂળ શરીરમાં પ્રકાશને ગ્રહણ કરવાની શક્તિ નથી.

'ત્રણે લોકમાં સુંદરમાં સુંદર કોઈ વસ્તુ હોય, તો તે એક આત્મા જ છે. બધું સૌંદર્ય આત્મામાં વસે છે'. એ વિચારથી જેઓ આત્મામાં સ્થિર થાય છે, તેઓને તત્કાળ ઘાતીકર્મક્ષય અને કૈવલ્યલક્ષ્મી પ્રાપ્ત થાય છે. આત્મામાં અનંતગુણ છે, તેમાં એક ગુણ પરમ સુંદરતા છે.

રૂપ, બળ, વર્ણ અને સૌંદર્ય
આત્મામાં ભરેલું છે અને તેના સૌંદર્યથી જ
બાહ્ય વસ્તુઓમાં સુંદરતાનો આભાસ થાય છે.

આત્મા કેવો છે ? નિરુપાધિકં = Independent, નિત્યં = Eternal, નિરતિશયં = Infinite છે.

પરમાત્મા પરમ હિતનો ઉપદેશ આપે છે.

અહીં આત્માનું આત્મામાં રહેવું, તે હિત છે અને
આત્માનું આત્માની બહાર રહેવું, તે અહિત છે.

આત્માનું હિત આત્મામાં છે, આત્માની બહાર નહિ.

આત્માની બહાર થતી સુખાનુભૂતિ હિતસ્વરૂપ નહિ.

તે સુખની પાછળ શાંતિ નહિ, પરન્તુ અશાંતિ છે.

વીતરાગની ઉપાસના એટલે હિતની ઉપાસના અને
હિત = આત્માનું આત્મામાં રહેવું, સ્વરૂપમાં રમવું.

આત્મા તો અમૂર્ત છે, તો આત્મસાક્ષાત્કાર કેમ થાય?

સાધક પ્રભુને ઉદાન તથા વ્યાનવાયુમાં લઈ જાય,
તો જીવન્મુક્તિ પ્રાપ્ત થાય.

સાધક પ્રભુને અપાન અને સમાનવાયુમાં લઈ જાય,
તો વિદેહ-મુક્તિ, અન્યથા પશુભાવ આવે.

આત્મા સર્વવ્યાપી છે, અમૂર્ત છે, સર્વમાં સમાન છે,
તેથી તેને નામ અને રૂપ ઘટતાં નહિ.

અનામી અને અરૂપી આત્માને નામ તે ઉપચાર છે.

'મારી આત્મા જ મને આલંબનભૂત છે.
મારી આત્મા જ્ઞાનસ્વરૂપ, દર્શનસ્વરૂપ,
સમ્યક્ત્વસ્વરૂપ અને ચારિત્રસ્વરૂપ છે.
પચ્ચક્ખાણ તથા સંયમવ્યાપાર પણ મારી આત્મા છે.
મારી આત્મા શાશ્વત છે, જ્ઞાન - દર્શન સહિત છે.
મારી આત્મા અનંત વીર્યવાળો છે.
વિશ્વનો પ્રકાશક છે, સિદ્ધનો સાધર્મિક છે.
આ મારી આત્મા જ શક્તિથી સિદ્ધસ્વરૂપ છે.
આ આત્મા જ પરમ તત્ત્વ છે અને
આ આત્મા જ પરમ જ્ઞાન છે.
દ્વાદશાંગ શાસ્ત્રનો વિસ્તાર પણ આ આત્માને જ
જાણવા માટે છે. કલ્પનાજાળને દૂર કરીને ચિદાનંદમય
આત્માને વિષે જો ભાવના કરવામાં આવે,
તો અભેદ રત્નત્રયની નિશ્ચય પ્રાપ્તિ થાય છે.'
આવા શુભ ધ્યાનરૂપી અગ્નિથી અત્યંત સાધવામાં આવે,
તો તે વ્યક્તિ સિદ્ધસ્વરૂપી બને છે.

## વસ્તુનો સ્વભાવ એજ ખરો આત્મધર્મ.

દેહાદિક પરિગ્રહ જે ભ્રાંતિથી જન્મે તે. આત્માને જો 'આત્મા' માનવામાં આવે, તે વસ્તુ છે, આત્મધર્મ છે.

અનાત્મા - પુદ્ગલને જો 'હું' માનવામાં આવે,
તો તે અવસ્તુ છે, વિભાવ છે,
પરધર્મ છે અર્થાત્ સ્વધર્મ નહિ.

* આત્માના ૧૦ સ્વરૂપ : (1) નિત્ય (2) શુદ્ધ (3) બુદ્ધ (4) મુક્ત (5) સ્વપ્રકાશ (6) ચૈતન્ય (7) આનંદ (8) સ્વયંજ્યોત (9) આનંદસ્વરૂપ (10) બ્રહ્મ.

## આત્માને આત્માની અનુભૂતિ ક્યારે થાય?

ચિત્તમાં ઉદ્ભવતાં વિજાતીય પ્રવાહોનો અવરોધ કરી સજાતીય પ્રવાહ ચાલ્યાં કરે, ત્યારે આત્માનુભૂતિ થાય.

જીવ - શિવના અભેદનું ચિંતન એ જ
ખરું તપ, એ જ ખરું ભજન, ભક્તિ અને ઉપાસના.

ભગવાનને પ્રણામ કરનારનો પુનર્જન્મ નહિ.
શિવને સાચો પ્રણામ કરનાર શિવરૂપ બની જાય છે.

## 'આત્મા' કોને કહેવાય ?

જગતના અધિષ્ઠાનને 'બ્રહ્મ' કહેવાય અને
વ્યક્તિની અંદર રહેલા સ્થાયી તત્ત્વને 'આત્મા' કહેવાય.

## આત્મા અને બ્રહ્મ વચ્ચે ઐક્ય છે.

બંને નિત્ય, સચ્ચિદાનંદ સ્વરૂપ, અપ્રમેય અને
મન - બુદ્ધિ તથા ઇંદ્રિયોથી પર છે.

'આત્મા ત્રિકાળશુદ્ધ ચૈતન્યસ્વરૂપી વસ્તુ છે અને
વિકાર રહિત છે' એવા ભેદજ્ઞાનપૂર્વકની આત્માના
સ્વભાવની પ્રતીતિ અને અનુભવ, તે સમ્યગ્દર્શન છે
અને તે જ વસ્તુસ્વભાવનું મૂળ છે.

## આત્મા શેનું અધિષ્ઠાન ?

સર્વ જગત પૂર્ણ બ્રહ્મ જ છે. જેમ સમુદ્રમાંથી તરંગો
ઉત્પન્ન થઈ પાછા તેમાં જ સમાઈ જાય છે, તે જ રીતે
આત્મામાંથી સર્વ બ્રહ્માંડોની ઉત્પત્તિ થાય છે અને
પાછા તેમાં જ લીન થઈ જાય છે.

આત્મા આ ક્રિયાઓનું નિર્લેપ અધિષ્ઠાન છે.

સર્વ જીવોમાં પોતાનું સ્વરૂપ જોતાં શીખવું,
એ આત્માને જાણવાનો પહેલો ઉપાય છે.

આત્મા ઇન્દ્રિય નથી.

તે ભિન્ન દેશ, કાળ, અવસ્થાના અનુભવોનું સ્મરણ છે.
આત્મા સત્યજ્ઞાન છે, આત્મા સત્યસંકલ્પ છે,
આત્મા સત્યસ્વરૂપ છે, આત્મા શિવસ્વરૂપ છે,
આત્મા સૌંદર્યસ્વરૂપ છે. તે અમૃત વડે ઘડાયેલું છે.

o

આત્માની મુખ્ય શક્તિ બે છે:
એક ચિંતન અને બીજું કાર્ય.

તે બંને શક્તિઓ એવી રીતે સંકળાયેલી છે કે એકના વિકાસ વિના બીજાનો વિકાસ અધૂરો જ રહી જાય.

તદુપરાંત આત્માની ત્રણ પ્રધાનશક્તિઓ

(૧) Will to believe - ધારણા.
(૨) Will to know - જિજ્ઞાસા.
(3) Will to act - પ્રવૃત્તિ.

આ જગતના સત્યપણાંની અને આત્માના અસત્યપણાંની બુદ્ધિને છોડી દઈને જગતના નિમિત્તરૂપ મનને એક સ્વપ્ન ગણીને, આત્મામાં જ દૃઢ નિષ્ઠા રાખતાં શીખવું જોઈએ.

જે રીતિએ આત્મા આદિ અને અંતરહિત છે, તેમ અવયવોથી પણ રહિત છે. વિષયોના તથા ઇંદ્રિયોના ખરાં સ્વરૂપનું જ્ઞાન થવાથી જીવ સમદૃષ્ટિવાળો થાય છે.

જેવી રીતે રસ્તો બતાવનાર ભોમિયો
એ પોતાનું કાર્ય સમાપ્ત કરીને ચાલ્યો જાય છે,
તેવી રીતે બુદ્ધિને પણ નિશ્ચલ થતી વખતે
પોતાનો વ્યાપાર સમેટી લેવો પડે છે.

એ બુદ્ધિ સહાયક છે, તેમ અવરોધક પણ છે.

જ્યારે ચિત્ત શાંત - વિમળ થાય છે, ત્યારે જ સર્વના અધિષ્ઠાન તરીકે રહેલાં આત્મતત્ત્વનું જ્ઞાન થાય છે. આને માટે તીવ્ર અભીપ્સા અને સંસારના નાશવંત પદાર્થો
તથા પંચભૂતાત્મક શરીરો પ્રત્યેની લોલુપતાને
ખાસ જડમૂળથી ઉખેડી નાંખવી જોઈએ.

'દર્શન' એટલે વસ્તુનું તાત્વિક નહીં, સાક્ષાત્કારી જ્ઞાન.
આત્મા વિશે ૫ દર્શન કહે છે કે : (૧) આત્મા નથી.
ચાર્વાકના મતે આત્મા પાંચ ભૂતોથી ભિન્ન, ભવાંતરે
ભમનારો કે જ્ઞાનાદિ ગુણોનો ધારણ કરનારો નથી.

(૨) આત્મા નિત્ય નથી.

શરીરના નાશ સાથે જીવનો પણ નાશ છે.
બૌદ્ધ મતે મોક્ષપ્રાપ્તિ વખતે જીવનો નાશ છે.
નૈયાયિક મતે મોક્ષપ્રાપ્તિ વખતે જીવત્વનો નાશ છે.

(૩) આત્મા કર્મનો કર્તા નથી.

સાંખ્ય મતે જીવ નીચેના આઠ કર્મોને કરતો જ નથી:
જ્ઞાન-દર્શન રોકનાર, સુખ-દુઃખ આપનાર, વિચાર-વર્તનમાં
વિપર્યાસ કરનાર, આયુ, શરીરની ઉચ્ચાવસ્થા આપનાર,
નીચ અવસ્થાને આપનાર, દાનાદિ શક્તિ આવરનાર.

(૪) આત્મા કર્મનો ભોક્તા નથી.

વેદાંત મત પ્રમાણે સૃષ્ટિ કર્તૃત્વવાદ,
ઉત્પત્તિ પ્રલયવાદ નહીં, અપુત્ર અવગતિવાદ છે.

કેવું - કઈ રીતે આત્મકલ્યાણકારી બને ?

દ્રવ્ય - જિનવચન, અર્હત પ્રતિમાવત્ આત્મકલ્યાણકારી છે.
ક્ષેત્ર - જિનસમવસરણ ભૂમિ, શત્રુંજય મહાતીર્થવત્.
કાળ - જિનકલ્યાણક તિથિ, પર્યુષણા - અષ્ટાન્હિકા પર્વવત્.
ભાવ - પરમેષ્ઠિ નમસ્કાર, સામાયિક - પ્રતિક્રમણાદિ ક્રિયાવત્.

આત્મા છે, તો દેખાતો કેમ નથી ?

દેહ નાશવંત છે, કિન્તુ આપણો આત્મા શાશ્વત છે.
તો એ આત્મા ચર્મચક્ષુથી કોની જેમ દેખાતો નથી ?
(૧) પવનની જેમ (૨) ગંધની જેમ (૩) શબ્દની જેમ
(૪) પિશાચની જેમ (૫) ત્રસરેણુની જેમ
(૬) ધર્મની જેમ (૭) અધર્મની જેમ (૮) આકાશની જેમ
(૯) કાળની જેમ (૧૦) પરમાણુની જેમ.

છતી વસ્તુ નહીં દેખાવાનાં દૃષ્ટાંતો:

(૧) તલમાં તેલ (૨) દૂધમાં ઘી (૩) ગાડીમાં ટાંકનાર
(૪) કાષ્ઠમાં વહ્નિ (૫) ઘાસમાં દૂધ (૬) મ્યાનમાં તલવાર.
(૭) પ્લેનમાં પાઈલોટ (૮) ટ્રેનમાં ગાર્ડ દેખાતાં હોતાં નથી.

# અરૂપી આત્મા

અરૂપી આત્મા નજરે દેખાતો નથી, તેને કેમ માનવો?
'સ્ત્રી, ધન, પુત્ર, આબરૂ વિગેરેમાં સુખ છે'
એવું માન્યું છે, તે શેમાં નજરે જોઈને માન્યું છે?
પરમાં જોઈને તો નક્કી કર્યું નથી, કેમકે
આંખ વડે સુખ દેખાતું નથી, છતાં કેમ માનો છો?
વળી 'સુખ આમાં છે' એવી કલ્પના કોણે કરી?
જેણે નક્કી કર્યું, તે નક્કી કરનારો જ આત્મા છે.
વળી 'મારી મને જ ખબર નથી' એમ કોણે જાણ્યું?
તે જાણનારો સદા જાણનાર રૂપે આત્મા છે.
અરૂપી સાક્ષીપણું છે પણ પોતે પોતાની દરકાર કરી નથી,
માટે જણાતો નથી, એમ કહે છે.
એ શાબ્દિક સત્ય જરૂર સમજાય તેવું છે કે:
વિકલ્પ અને પરાધીનતા વિનાની દ્રષ્ટિનો વિષય
ત્રિકાળિક સાયક અખંડ આત્મા છે.
તે નિર્મળ એકરૂપ ધ્રુવસ્વભાવ જ આદરણીય છે.

**કર્મનો સ્વભાવ બંધ છે, જ્યારે**
**આત્માનો સ્વભાવ મોક્ષ છે.**

પોતાના સ્વભાવનું અખંડ નિર્વિકલ્પ ભાન વર્તે છે, ત્યાં પરવસ્તુ - જગતના અનંત પદાર્થો તે નિશ્ચય-ભાનમાં સહેજે જણાય છે, એ ન્યાય સમજવાનો છે.

**પરદ્રવ્યોને જાણવાનો વ્યાપાર તે પરાશ્રિત ભાવ છે.**

કેવળજ્ઞાન થાય એટલે લોકાલોક દેખાય, એમ કેટલાકને લોકાલોક દેખવા ઉપર માહાત્મ્ય આવે છે, તે બાહ્યદૃષ્ટિ (વ્યાપાર) છે, તેથી એમ થાય કે ચેતનમાં કાંઈ માલ નથી.

'પરદ્રવ્યોને જાણે તેથી કેવળજ્ઞાન છે'
એમ કહેવું, તે નિમિત્તનો ઉપચાર છે.

**પોતાના પુરુષાર્થથી આખું કેવળજ્ઞાન**
**સ્વાધીનપણે પ્રગટ થાય છે.**

તેમાં પરને જાણવાની ઈચ્છા નથી. ત્યાં કેવળ વીર્યગુણ આત્માના સર્વ ગુણને ટકાવી રાખનાર છે, એવું સ્વરૂપનું બળ સહજ સ્વભાવમાં એકરૂપ છે.

આત્મા કે જીવને વર્ણ, ગંધ, રસ, સ્પર્શ નથી.

જીવને રૂપ, શરીર, સંસ્થાન કે સંહનન નથી.

રાગ-દ્વેષ, મોહ, વર્ગ - વર્ગણા સ્પર્ધકો નથી.

પુદ્ગલ દ્રવ્યના પરિણામરૂપ અધ્યાત્મસ્થાન, યોગસ્થાન,
અનુભાગસ્થાન, બંધસ્થાન, ઉદયસ્થાન, માર્ગણાસ્થાન,
સ્થિતિબંધનસ્થાન, સંક્લેશસ્થાન, વિશુદ્ધિસ્થાન,
સંયમલબ્ધિસ્થાન, જીવસ્થાન કે ગુણસ્થાન નથી.

આત્મા તો બધા બાજુથી શાશ્વતી, ઉદાત્ત - ધીર,
કોઈને પણ આધીન અથવા કોઈપણ પ્રકારે
આકુળતારૂપ નથી, તેમ અદ્ભુત જ્ઞાનજ્યોતિ છે.

કોઈની કે પરની સહાય વિના જુદાં - જુદાં દ્રવ્યોને
પ્રકાશવાનો સ્વભાવ હોવાથી જે સમસ્ત લોકાલોકને
સાક્ષાત્ કરે, પ્રત્યક્ષ જાણે; એવો જ્ઞાનસ્વરૂપ આત્મા છે.

તે પરદ્રવ્ય નથી, પરભાવોના કર્તાપણાં રૂપ અજ્ઞાનને
દૂર કરીને, પોતે પ્રગટ ઉપરાંત પ્રકાશમાન થાય છે.

જ્ઞાન - તે જળ છે, ક્રોધાદિ - તે શેવાળ છે.

# જડ અને ચૈતન્યમાં શું ફેર ?

આસ્રવોમાં જડ સ્વભાવપણું રહેલ છે.
જે જડ હોય, તે પોતાને તથા પરને જાણતું નથી,
તેને બીજો જ જાણે છે.
માટે તેઓ ચૈતન્યથી અન્ય સ્વભાવવાળા છે.

## આત્મા ચેતન - જ્ઞાતા છે.

પોતે જ પોતાને અને પરને જાણે છે,
માટે ચૈતન્યથી અનન્ય સ્વભાવવાળો છે.

## આસ્રવો અને આત્મા

આસ્રવો : અશુચિ, જડ, દુઃખના કારણો સ્વરૂપ છે.
આત્મા : શુચિ, જ્ઞાતા અને સુખસ્વરૂપ છે.
સ્વભાવે શુદ્ધ, નિત્ય છે, પર્યાયે અશુદ્ધ, અનિત્ય છે.
પર્યાય ઉપર દૃષ્ટિ તે વ્યવહાર છે તથા
સ્વભાવ ઉપર દૃષ્ટિ તે નિશ્ચય છે. બન્નેને માનીને
નિશ્ચયને આદરવો, તે અનેકાન્ત માન્યાનું ફળ છે,
કારણકે તે નિશ્ચય સ્વભાવના જોરે જ ધર્મ થાય છે.

Palitana (Kathiawar), 30-6-1947

મને (આત્માને) સાચી શિખામણ

(૧) આજ સુધી પર (જીવ કે જડ)ને કિંચિતમાત્ર લાભ કે નુકસાન તેં કર્યું જ નહિ.

(૨) આજ સુધી કોઈ જડ કે જીવે કિંચિતમાત્ર તને લાભ કે નુકસાન કર્યું જ નહિ.

(૩) આજ સુધી તેં સતત તારા માટે એકલો નુકસાનનો જ ધંધો કર્યો છે અને સાચી સમજણ નહિ કરે, ત્યાં સુધી તે ધંધો ચાલશે જ.

(૪) તે નુકસાન તારી ક્ષણિક અવસ્થા (પર્યાય)માં જ થયું છે, તારી વસ્તુ અર્થાત્ જીવદ્રવ્યમાં નહિ થયું.

(૫) તારી ચૈતન્યવસ્તુ ધ્રુવ - અવિનાશી છે, માટે તે ધ્રુવસ્વભાવ તરફ જો તું લક્ષ (દૃષ્ટિ) દે, તો શુદ્ધતા પ્રગટે, નુકસાન ટળે, ઉપરાંત અટળ લાભનો ધંધો શરૂ થાય. તારી અંદર રહેલ સર્વ રાગ-દ્વેષ - મોહને અને ચિદ્વિકાર - ચિદાભાસને તું ટાળ.

# આત્માનું નિજસ્વરૂપ

આત્મામાં અનંત ધર્મો છે, તેમાં કેટલાંક પર્યાયાશ્રિત છે અને કેટલાંક સાધારણ છે, તેથી અતિવ્યાપ્તિવાળા છે. કોઈ અવસ્થામાં હોય છે - કોઈ અવસ્થામાં હોતાં નથી, તેથી આત્માના તે અનંત ધર્મો અવ્યાપ્તિવાળા છે. જો કે ચેતનતા એ બંને દૂષણોથી રહિત આત્માનું લક્ષણ છે, તો પણ તે વ્યાપ્તિ માત્ર શક્તિ છે, જે અદૃશ્ય છે.

તેની વ્યક્તતા દર્શન અને જ્ઞાન છે.

તેમાં પણ જ્ઞાન જ સાકાર એટલે કે

પ્રગટ અથવા અનુભવગોચર છે;

તેથી તેના દ્વારા જ આત્મા ઓળખી શકાય છે. માટે જ્ઞાનને જ પ્રધાન કરીને આત્માનું તત્ત્વ - નિજસ્વરૂપ બતાવ્યું છે, તેથી અહીં ન સમજવું કે : 'આત્માને જ્ઞાનમાત્ર તત્ત્વવાળો કહ્યો, તેથી એટલો જ પરમાર્થ છે અને અન્ય ધર્મો જુઠાં છે, એટલે આત્મામાં નથી.' એવો સર્વથા એકાંત કરવાથી મિથ્યાદૃષ્ટિપણું થાય.

આત્મજ્ઞાન = કેવળ આત્મા સાચો, બીજું બધું અસત્ય.

આત્મજ્ઞાન વગર આત્મબળ મળતું નથી.

આત્મબળ વિના નબળાઈઓ પર વિજય પ્રાપ્ત થતો નથી.

એવા વિચારથી અભેદ આત્મબળ પ્રાપ્ત થશે કે:

'હું આત્મા છું, આત્માના ટૂકડા થઈ શકતાં નથી અને
તેને બાળીને ભસ્મ પણ કરી શકાતો નથી'.

આત્માને પ્રકાશરૂપે જોતાં શીખો.

'બહાર જે દેખાય છે, તે અસ્થિર છે - અસાર છે'
એવો નિર્ણય થયા બાદ નિર્વેદ જાગે છે.

અંદર રહેલું જે દેખાતું નથી, તેને દેખવાની ભાવના જાગે,
તે સંવેગ અર્થાત્ મોક્ષાભિલાષ છે.

જે અસાર છે, તે દેખાય છે. જે સાર છે, તે દેખાતું નથી.

સારને દેખવાની અને અસારને ભૂલવાની
તાલાવેલીનું નામ અનુક્રમે સંવેગ અને નિર્વેદ કહેવાય છે.

પોતાનું જીવન શુદ્ધિ - સદ્ગુણોથી સમૃદ્ધ કરવામાં મહાપુરુષ
જ્ઞાનશક્તિનો ઉપયોગ કરે, તો તેનું અવશ્ય કલ્યાણ થાય.

આત્મા તથા માયાની સરખામણી જ ના થાય!

આત્મા રજ્જુ છે તથા માયા સર્પ છે. આત્મા સ્વયં પ્રકાશ (સૂર્ય) છે, માયા જ્ઞાનરહિત જડ છે (અંધકાર).

આત્મા અમૃત છે (આનંદદાયક), જ્યારે
માયા વિષ છે (ત્રિવિધ તાપદાયક).

'સચ્ચિદાનંદરૂપ આત્મા હું છું'

એવો દૃઢ અપરોક્ષ અનુભવ આત્મસાક્ષાત્કારીને હોય.

આત્મસાક્ષાત્કારી એટલે અવસ્થાત્રય સાક્ષી.

આત્મસાક્ષાત્કારી એટલે અસંગ - અક્રિય.

કાયિક કર્મોપાસના અને માનસિક વિવેકવૈરાગ્યાદિ કરવાનું હોય તથા મનને વશ બાંધ્યા વિના કોઈ આત્મજ્ઞાનના અધિકારી થવાતું નથી. સાધકાવસ્થામાં નિગ્રહસહિત અને સિદ્ધાવસ્થામાં તે નિગ્રહરહિત હોય છે.

'આત્મા અવિનાશી છે, દેહ ક્ષણભંગુર છે'

એટલી વાત જે મનુષ્ય જાણે છે, તે કોઈથી ડરતો નથી.

આત્મબળ જ સાચું બળ છે.

## આત્મતત્ત્વનો આશ્રય કરીએ...

પ્રથમ આત્મામાં રહેલી અચિન્ત્ય શક્તિનો સ્વીકાર.
એ સ્વીકારથી અનંતાનુબંધી રાગ-દ્વેષ ટળી જાય છે.
વીતરાગતા એ કાંઈ નિષ્ક્રિયતા - સ્વરૂપ નથી પરંતુ
સર્વોત્કૃષ્ટ સક્રિયતારૂપ છે. તે ક્રિયા અનુગ્રહ - નિગ્રહરૂપ
છે અને અનુગ્રહ - નિગ્રહ એ રાગ-દ્વેષના અભાવમાંથી
ઉત્પન્ન થયેલ આત્મશક્તિરૂપ છે.

આત્માની સહજ શક્તિ જ્યારે જ્યારે
આવરણરહિત થાય છે, ત્યારે ત્યારે તેમાંથી
એક બાજુ સર્વજ્ઞતા તથા સર્વદર્શિતા પ્રગટે છે અને
બીજી બાજુ નિગ્રહ - અનુગ્રહનું સામર્થ્ય પ્રગટે છે.
બંનેને પ્રગટાવવાનો ઉપાય આવરણરહિત થવું, તે છે.
આવરણ રાગ-દ્વેષ અને અજ્ઞાનરૂપ છે.
અજ્ઞાન ટાળવા માટે સ્વ અપરાધના સ્વીકાર અને
પરકૃત ઉપકારના અંગીકારપૂર્વક અચિન્ત્ય શક્તિયુક્ત
આત્મતત્ત્વનો આશ્રય અનિવાર્ય છે.

મોટામાં મોટો પક્ષપાત સ્વદોષ માટેનો છે.
પોતે નિર્ગુણ અને દોષવાન હોવા છતાં
પોતાને નિર્દોષ અને ગુણવાન
માનવાની વૃત્તિરૂપ પક્ષપાત સમત્વભાવથી ટળી જાય છે.
સમત્વભાવ આત્માના શુદ્ધ સ્વભાવરૂપ
કેવળજ્ઞાન - કેવળદર્શનને ઉત્પન્ન કરે છે.
તેમાં લોકાલોક પ્રતિભાસિત થાય છે, પરંતુ તે
કોઈથી પ્રતિભાસિત થતું નથી, કેમકે તે સ્વયંભૂ છે.
તેથી વીતરાગ અવસ્થા જ પરમ પૂજનીય છે અને
તેને પ્રાપ્ત કરવાના ઉપાયભૂત દુષ્કૃતગર્હા,
સુકૃતાનુમોદન અને શરણાગમન એ પરમ ઉપાદેય છે.
આત્મામાં આત્માથી આત્માને જાણવાનું સાધન
અરિહંતાદિ ચારનું શરણ - સ્મરણ છે અને
એ જ તત્ત્વથી આત્મસ્વરૂપનું સ્મરણ છે.
આત્માનું સ્વરૂપ નિશ્ચયથી પરમાત્મતુલ્ય છે,
પરમાત્મ-સ્મરણ એ જ વાસ્તવિક શરણાગમન છે.

## આત્માને ગમે પરાર્થકરણનો વીર્યોલ્લાસ.

આત્મતત્ત્વનું સ્મરણ વિશુદ્ધ અંતઃકરણમાં થાય છે તથા
અંતઃકરણની વિશુદ્ધિ દુષ્કૃતગર્હા + સુકૃતાનુમોદનથી થાય,
દુષ્કૃત પરપીડા રૂપ છે, તેની તાત્ત્વિકગર્હા ત્યારે થાય છે
કે જ્યારે પરપીડાથી ઉપાર્જન કરેલાં પાપકર્મને
પરોપકાર દ્વારા દૂર કરવાનો વીર્યોલ્લાસ જાગે છે.

પરાર્થકરણનો વીર્યોલ્લાસ એ જ
પરપીડાકૃત પાપની સાચી ગર્હાના પરિણામ સ્વરૂપ છે.
દુષ્કૃતગર્હામાં પરાર્થકરણની વૃત્તિ છૂપાયેલી છે.
સુકૃતાનુમોદનમાં પરાર્થકરણનું હાર્દિક અનુમોદન છે.
ચતુઃશરણગમનમાં પરાર્થકરણ સ્વભાવવાળા
આત્મતત્ત્વનો પરમ આશ્રય છે.
આત્મતત્ત્વ પોતે જ પરાર્થકરણ અને
પરપીડાના પરિહાર સ્વરૂપ છે.
આત્માનો તે મૂળ સ્વભાવ પ્રાપ્ત કરવા માટે જ
પરપીડાનું ગર્હણ અને પરોપકરણનું અનુમોદન છે.

## ઇષ્ટદેવના નામના સતત સ્મરણથી આત્મસાક્ષાત્કાર

માનવ આત્મરૂપથી મહાન છે, દેહરૂપથી ક્ષુદ્ર છે.
આ માનવદેહથી જ આત્મસાક્ષાત્કાર કરી શકાય છે,
અન્ય યોનિઓમાં એ શક્ય નથી.

## આત્મામાં રહેલ ભાવશ્રુત તથા દ્રવ્યશ્રુતજ્ઞાન

આત્મામાં થતી સ્વભાવ સન્મુખ દશા, તે 'ભાવશ્રુત'
તથા પરિપૂર્ણ આત્મદ્રવ્યને લક્ષગત કરવા માટે
જે વિચારશ્રેણી ચાલે છે, તે 'દ્રવ્યશ્રુત' છે.
વિચારની જે શ્રેણી અખંડ આત્માને પકડવા તરફ જાય,
તેને એક અપેક્ષાએ 'પૂર્ણ શ્રુતજ્ઞાન' કહ્યું છે.
'વ્યવહાર શ્રુતકેવલી' એટલે અંતરમાં ચાલતો વિચાર કે:
'આત્મા જ્ઞાનસ્વરૂપ છે તથા જ્ઞાન તે જ આત્મા છે.'
ગુણ-ગુણીનો આવો ભેદ અભેદને જ સૂચવે છે.
અંતર અનુભવ થતાં પહેલાં આવો ભેદ ઉપાદેય નથી.
માત્ર તે ભેદને જ પકડે, તો અભેદનો અનુભવ ન થાય.
સંસારનો અભાવ અભેદ સ્વભાવના આલંબને જ થાય.

'બોધિ' એટલે પોતાના આત્માને ક્રોધાદિ કર્મકૃત ભાવોથી ભિન્ન છે, એવું જાણી અને માને તથા 'સૌ આત્મા પોતાના જેવા સુખ, પ્રેમ, દુઃખદ્વેષવાળા છે તથા નિશ્ચયથી સ્વાત્મા પરમાત્મતુલ્ય છે' તે માનવું.

'મૌન' એટલે સર્વની હિતચિંતા વડે આત્મજ્ઞાન વધે તે.

સર્વને આત્મતુલ્ય ગણી આત્મજ્ઞાન - દર્શન અને ચારિત્ર પ્રાપ્ત કરવું, તે નિશ્ચયથી ધર્મ છે.

'નિદિધ્યાસન' એટલે પરમાત્મગુણો પોતામાં ઘટાવવા તે.

જિનેશ્વર પ્રભુમાં જેવો આત્મા વ્યક્તિ અપેક્ષાએ છે, તેવો જ આત્મા આપણામાં શક્તિ અપેક્ષાએ છે.

એક કર્મરહિત, બીજો કર્મસહિત છે.

આત્મત્વેન = બંને સમાન છે.

'દેહ ક્રોધાદિ કે જગત અદેહ એવો હું કોણ?' એમ વિચારતાં જ્યારે મન જડ એવા ક્રોધાદિમાં ઉપશમ પામે અને 'હું' - 'ચૈતન્ય'માં વિશ્રામ લે, ત્યારે નિજાનંદનો આસ્વાદ લેતાં અપૂર્વ સુખ ઉપજે, તેનું નામ 'અનુભવ'.

સમ્યગ્ જ્યોતિ છે, તે અનુભવ કરનારને જ દેખાય.

સ્વપરનું વિવેચન = સ્વ શરીર હું અને

પર શરીર જડ - દેહ + પાંચ વિષયો.

તેનો વિભાગ કરી મનને સ્વભાવમાં લાવે, શરીર

સ્વસ્થિર હોવાથી મન ત્યાં સ્થિર થાય.

સ્થિર મન, ચિત્ત, અંતઃકરણમાં આત્મપ્રતિબિંબ પડે, તેથી

આત્મદર્શન, આત્મજ્ઞાન અને આત્માનંદ અનુભવાય.

આત્મામાં આત્માનું જ્ઞાન,

આત્મામાં આત્માનું દર્શન અને આત્માનાં સુખનો

અનુભવ કરવો, તે નિશ્ચય રત્નત્રય છે.

આત્મજ્ઞાનનાં પ્રકાશ વિના

જે કાંઈ ક્રિયાઓ થાય, તે અંધારામાં થાય છે, તેમાં

ચાલતાં-ચાલતાં મોક્ષ રૂપી સાધ્ય સુધી કેમ પહોંચાય?

પહેલાં હું પોતે કોણ છું, તે યથાર્થ સમજ,

પછી જો શુભ ક્રિયા કરીશ,

તો અનિચ્છાએ પણ સત્વર મોક્ષસુખ મળશે.

'અરિ જીવ કરું શાસનરસી' રૂપ
શુદ્ધ ભાવનારૂપ સુવાડુ વડે દ્વેષનાં પડળ ઉખેડવા જોઈએ.
હિતાહિતનાં જ્ઞાન વિના દુર્લભ માનવદેહ વ્યર્થ જાય.
હિત જે આત્મા અને અહિત જે જડ એનો વિચાર કરી
શાસ્ત્ર ભણાય, ગુરૂવચન શ્રવણ થાય, તો જ અહિતને
તજી, સર્વદા અહિત એવા જડભાવને છોડી, સર્વદા
હિતકારી એવી આત્મદ્રષ્ટિ થાય, સમ્યક્ત્વને પમાય,
અનુભવ થાય અને શિવપદની આશા સફળ થાય.

માત્ર ભેદજ્ઞાનથી મોક્ષ નહિ, પરન્તુ
'ભેદજ્ઞાન વડે જણાયેલો જીવ તે હું' એમ
નિશ્ચય કરી પરપુદ્ગલને છોડતો જાય, તો મોક્ષ પામે.
મનરૂપી પ્રધાનને આત્મારૂપી મહારાજાની સાથે પ્રથમ
ખાનગી મુલાકાત કરાવવી. જેમ નિર્મળ દર્પણમાં શરીર
દેખાય, તેમ નિર્મળ મનમાં આત્માનું દર્શન થાય છે.
આપણું મન દર્પણનાં સ્થાને છે. તેની નિર્મળતા એટલે
વિષયના વિચારનો ત્યાગ અને નિર્વિકલ્પ અવસ્થા.

## 'ભેદજ્ઞાન' એટલે શું ?

જીવ-પુદ્ગલ જુદા છે, એવી સમજ એટલે 'ભેદજ્ઞાન'.

યોગક્રિયા વડે જ એ બે જુદા થઈ શકે છે.

આત્મારૂપ વિશેષોપયોગ, આત્મસ્વરૂપ સામાન્યઉપયોગ,
જ્ઞાનોપયોગથી દર્શનોપયોગમાં અને દર્શનોપયોગમાંથી
જ્ઞાનોપયોગમાં રમણ કરે, તે ચારિત્રબળ.

એ રીતે રત્નત્રયનો આરાધક બને.

જે પોતાને જેવો ધારે, તેવો તે બને છે.

'દેહ આત્મા નથી' એવું જે જાણે છે, તે જ આત્મા છે.

રૂપી એવા દેહથી કરેલો નમસ્કાર,
રૂપી એવા દેહ માટે થાય છે, જ્યારે
અરૂપી એવા જીવથી કરેલો નમસ્કાર,
અરૂપી એવા આત્મા માટે થાય છે.

'મને જેમ મારો જીવ વ્હાલો છે,
તેમ સર્વને સર્વનો જીવ વ્હાલો છે' એવો
સમભાવ રૂપી રહેંટયોગ દેહભાવરૂપી તલને પીલે છે.

હિંસા આત્માનાં આવરણોને લૂંટનાર છે.

સાચી બહાદુરી આત્માને આધારે કામ કરવામાં છે.

ઇચ્છામાં બળ હોય તો કોઇપણ પ્રાર્થના ફોગટ જતી નથી. મોડી કે વહેલી, થોડી કે ઘણી: તે જરૂર ફળીભૂત થાય છે. જો આત્માનું બળ અને પરમાત્માનો મહિમા સમજીને, ઉત્તમમાં ઉત્તમ હેતુ લક્ષમાં રાખીને, જેવી રીતે કરવી જોઇએ, તેવી રીતે અંતરમાં જેટલું ઊંડું ઉતરવું જોઇએ, તેટલું ઊંડું ઉતરીને, જેટલી પવિત્રતા રાખવી જોઇએ, તેટલી રાખીને પ્રાર્થના કરવામાં આવે, તો પ્રાર્થનાનાં બળથી આખા બ્રહ્માંડમાંથી જે ધારીએ, તે મેળવી શકાય.

તેવી યોગ્યતા ન હોય તો કદાચ ઓછું ફળ મળે, પાછળથી મળે, અગર આપણને ખબર ન પડે, તે રીતે મળે. આડકતરી રીતે ફળ મળતું હોય, તો પણ જાણવાજોગ છે. પંચપરમેષ્ઠિઓ તે આત્માની જ પાંચ શક્તિઓ છે. એક જ શક્તિ અનેક રૂપે આવિર્ભાવ પામે છે. તેમાં આ પાંચ આવિર્ભાવો પૂજનીય અને સૌમાં શ્રેષ્ઠ અનુકરણીય છે.

# આત્મભાવનું પ્રણિધાન

આત્મા એ જ સર્વોત્તમ વસ્તુ છે, પછી તે પીઢનો હોય કે બાળનો. સુવર્ણ સર્વને પ્રિય છે, પછી તેનો ઘાટ અને કોતરણી જાડી હોય કે ઝીણી, સુંદર હોય કે અસુંદર. જેમ ઘાટની કદરૂપતાના કારણે સોના પ્રત્યેનું આકર્ષણ ઘટતું નથી, તેમ ભિન્ન ભિન્ન પર્યાયોને અનુભવતાં જીવદ્રવ્યોનું દૃશ્ય દેખીને 'આત્મદ્રવ્ય'નું મૂલ્ય ઓછું થઈ જતું નથી.

આત્મદ્રવ્ય એ સુવર્ણના સ્થાને છે.

દરેકના શરીરમાં એક સરખો આત્મા રહેલો છે કે જેનાં ઊંડાણમાં ઉતરી, તેની સાથે મિલનભાવના સાધવાથી દરેક મનુષ્ય વધુ શક્તિવાન બની પોતાને પાણીદાર, પુરુષાર્થવાન અને બળવાન કરી શકે છે.

મન એ જ્ઞાનેન્દ્રિય - પ્રાણ એ કર્મેન્દ્રિયો છે.

આત્માની સત્તા સિવાય બીજી સત્તા જગતમાં છે નહીં, એ જાણીને અહંતા - મમતાનો ત્યાગ કરવો.

અવિદ્યા-વિદ્યા ઉપરાંત પર આત્મતત્ત્વ છે.

વિદ્યા-અવિદ્યા ઉપરાંત આત્મજ્ઞાન શ્રેષ્ઠ છે.

આત્મજ્ઞાન વગરની એકાંત ધાર્મિક સાધનામાં
પણ પાર વગરના અંધારા છે.

અનુભવમાં પરિણમ્યાં વિના જ્ઞાનનું સાફલ્ય નહિ.

મને પોતાને જ હું જાણનારી કે ન જાણનારી, કેમ બની શકે?

આત્મા શરીરમાં નહિ પણ વિચારમાં વસે છે. વિચારરૂપી સરોવર વચ્ચે એક કમળની જેમ ખીલે અને કરમાય છે.

વિચાર મંદિર છે, આત્મા એમાં બિરાજતો દેવ છે.

ભાષા એક જ્ઞાનની મૂડી છે, તેમ તે કેવળ પોતાને જ માટે વાપરવી, એક ગુન્હો છે. બીજાને જે ભાષા આપી શકતો નથી, તે ભાષાદરિદ્ર, અભાષાવાળો, ભાષાશૂન્ય છે.

પરને આત્મસમાન ન ગણે,
તે પોતે પોતાના ભાષાથી ઠગાય છે. ક્રોધીની આંખમાં જેમ ક્રોધ જણાઈ આવે, તેમ આત્માને રૂપ નથી, છતાં જ્ઞાનીપુરૂષની આંખમાં આત્મતેજની ઝાંખી થઈ શકે છે.

## સામાયિકમાં આત્મપ્રતીતિ કેવી રીતે થાય?

ઉત્તર: નૈષેધિક રીતે કે negatively જોતાં શરીરરૂપી ખોખામાં આત્મા હોય ત્યારે અને ન હોય ત્યારે કેવી-કેવી સ્થિતિ થાય છે, તે તપાસવી. ચામડીમાં ચળકાટ અને શ્યામતા જીવના અસ્તિત્વ અને નાસ્તિત્વ આભારી છે.

વિધાયક દ્રષ્ટિએ કે positively જોતાં સ્વપ્નમાં મહેલ વગેરે દેખાય છે. આંખો બંધ છે, અંધારું છે, દીવો પણ નથી, છતાં બધું શાથી દેખાયું? એ જ આત્માનો પ્રકાશ. સ્વપ્નના પ્રકાશમાં પણ આત્મા જ પ્રકાશ આપે. નિદ્રા વખતે અંધારું જ છે, જાગૃત - સ્વપ્ન કે સુષુપ્તિ ત્રણે અવસ્થાને લેઈને રહેલો આત્માનો પ્રકાશ કદી બુઝાતો નથી. હા, તેના ઉપર મોહના આવરણો, કષાયના વાદળો, કર્મરૂપી સર્પના દંશથી મૂર્છાઓ આવે છે, કિન્તુ જ્યારે આત્મા પોતાનું ખરું સ્વરૂપ સમજી પોતાનું બળ દેખે છે, ત્યારે કર્મ, કષાય કે મોહને હઠવું પડે છે. આવી પ્રતીતિ સામાયિકમાં થાય છે, તેથી સામાયિક = આત્મા.

# કર્મ કરતાં આત્મા બળવાન

નરક અને તિર્યંચના અનંત દુઃખો અનંત કાળ ભોગવ્યાં. એ બધાં દુઃખોનો નાશ થશે, છતાં આત્મા તો જેવો ને તેવો જ રહેશે. અકામ નિર્જરાના બળે મનુષ્યભવ અને ધર્મસામગ્રી પામશે, તો પછી સકામ નિર્જરાએ ત્રણ લોકે મથાળ પર એવી ઉત્તમોત્તમ સ્થિતિ કેમ ન પામી શકે? એ સ્થિતિએ પહોંચવાનું બળ આત્મામાં છે. એકેક પ્રદેશમાં અનંત અનંત કર્મની વર્ગણાઓ છે, તેને ઉડાવી દે તેના કરતાં વધુ વિશેષ બળ છે. ખાવું, પીવું, સૂવું અને વસ્ત્રપરિધાન કરવું, એટલું જ કાંઈ મનુષ્યપણું નથી! મનુષ્ય ફક્ત તેની ટોપી અથવા જૂતામાં જ સીમિત નથી. આત્માની સંપૂર્ણ (absolute) શક્તિઓને જુઓ.

દિવસ અને રાત જે પ્રમાણે પૃથ્વી ઉપર છે,
તે જ રીતે પૃથ્વીથી ઘણે ઊંચે જઈએ, તો ત્યાં એવું નથી.
સૂર્યમાળામાંથી પૃથ્વીને એકને જ દૂર કરીએ,
તો એકલો સૂર્ય જ છે.

એ જ રીતે દેહરૂપી પૃથ્વી ઉપર શુભ કર્મ રૂપી
દિવસ અને અશુભ કર્મ રૂપી રાત્રિ જણાય છે, પરન્તુ
દેહથી પર એવો આત્મસ્વરૂપ પ્રકાશમાં આવતાં જ
'absolute light'ની જેમ
'absolute જ્ઞાનપ્રકાશ' જ રહે છે.

અત્યંતમુક્ત આત્મામાં બંધનો ભ્રમ થવાના કારણો:

- અનિર્વચનીય માયા – ઈશ્વરીય માયા.
- અવિદ્યા – મૂલાવિદ્યા, તુલાવિદ્યા.
- અજ્ઞાન – સ્વરૂપનું અજ્ઞાન, સ્વરૂપનું વિસ્મરણ.
- સ્વભાવ – આત્માનો દુર્ગમ સ્વભાવ.
- લીલા – ઈશ્વરેચ્છા.

ભ્રમ થયો છે, એ વાત પ્રત્યક્ષસિદ્ધ છે.
ભ્રમનિવૃત્તિ થાય છે, એ વાત એતિહ્ય આપ્ત નિશ્ચિત છે.
તીવ્ર મુમુક્ષાવાન આત્મા ભ્રમનું કારણ શોધવા
જેટલી મહેનત નહિ કરતો,
જેટલી ભ્રમનિવારણ કરવાના સાધનમાં.

* અચરમાવર્ત કાળમાં રહેલ આત્માની ધર્મક્રિયાઓ તાત્ત્વિક દૃષ્ટિએ અનર્થ ફળ આપનારી જ ગણાય, કારણ મુક્તિદ્વેષ છે. અચરમાવર્ત કાળ સાથે ગાઢ મિથ્યાત્વ, તીવ્ર અજ્ઞાન, ઉગ્ર કષાયો વિગેરે સંકળાયેલા જ હોય છે.

* અલ્પશક્તિ અને વાતાવરણની પ્રતિકૂળતા ઘણા વખત 'આપણી આરાધના નકામી તો નહિ જાય ?' એવો સંશય ઉત્પન્ન કરે છે, કિન્તુ ખરી રીતે એવું બનતું હોતું નથી. અમુક હદ સુધી પહોંચ્યાં પછી આત્મા તો ખરેખર ઉત્તરોત્તર વિકાસ સાધતો જ હોય છે.

યૌગિક શૈલીમાં આત્મા ઉપર મન-શરીરે જે પ્રભુત્વ મેળવ્યું છે, તે દૂર થાય અને આત્મા તે બન્ને ઉપર કાબુ મેળવી લે, એ વિચારણાને ધ્યેય કરીને ઉપાયો દર્શાવ્યા હોય છે, જ્યારે આગમિક શૈલીમાં આત્મા સ્વયં કેમ ઉન્નતિ સાધે, તે લક્ષ્ય કરીને ઉપાયો બતાવ્યાં છે. આમ કેટલીક હકીકતોમાં નય દૃષ્ટિએ તફાવત જણાય છે, સ્યાદ્વાદ દૃષ્ટિએ તેનો પરસ્પર સમન્વય થઈ જાય છે.

## <u>આત્મસંયમના ૮ સામાન્ય ઉપાયો</u>

(૧) જોવું - સાંભળવું - પરિચય કરવો, એ સંસર્ગ છે.
અયોગ્ય સંસર્ગ - દર્શન - શ્રવણ - સ્પર્શન વર્જવું.

(૨) પ્રત્યેક દુર્ગુણના ભયંકર પરિણામોનો વિચાર કરવો.

(૩) દુરાચારથી થતાં નુકસાનો - સદાચારના લાભો વિચારવા.

(૪) મૃત્યુનો વિચાર મનમાં લાવવો.

(૫) દર્શન - શ્રવણ - સ્પર્શનાદિ વડે સંયમીનો પરિચય કરવો.

(૬) પરમેશ્વરના ગુણોનું ચિન્તન કરવું.

(૭) 'પરમેશ્વર સર્વવ્યાપી છે' એ વાતનો વિચાર કરવો.

(૮) આત્મબળનો વિચાર કરવો.

## <u>આત્મા સત્ - ચિત્ - આનંદમય કેમ ?</u>

એક જ આત્મા નિવૃત્તિરહિત છે, માટે તે સત્ કહેવાય.
આત્મા જડથી વિલક્ષણ - પ્રકાશરૂપ છે,
માટે આત્મા ચિત્ કહેવાય અને
તે દુઃખથી વિલક્ષણ અત્યંત પ્રીતિનો મુખ્ય વિષય છે,
માટે આત્મા આનંદમય કહેવાય છે.

આત્માને લગતું જ્ઞાન મેળવવાનું હોતું નથી,
તેને લગતું અજ્ઞાન જ દૂર કરવાનું હોય છે.

દુઃખો આવવાનું કારણ શું ?

આપણા દુઃખો એટલા માટે હોય છે કે આપણે
પ્રભુ અને આત્મા તરફ વિશેષ દૃઢતાથી જઈએ.

આપણું બધું જ કામ આત્મતત્ત્વ કરી રહ્યું છે.
એ દિવ્યશક્તિ સિવાય કાંઈ થઈ શકે જ નહીં.

બધા જીવો આત્મા - સાક્ષી - પ્રભુ ઉપર છે.
જીવોને બાજુ ઉપર કે માથા ઉપર રાખીએ,
તો પણ જીવો તો છે, તેના ઉપર જ છે.

પૂર્વકૃત આરાધના અને જન્માંતરના
વિશિષ્ટ સંસ્કારો લઈને આવેલો આત્મા સ્વાભાવિક
રીતે જ કર્મના ક્ષયોપશમની વિશિષ્ટતા ધરાવતો હોય છે.

આ જન્મના પ્રયત્નો
દેવારાધન શિવપૂજા પણ ક્ષયોપશમ જાગૃત કરે છે, પરંતુ
દેવારાધનજન્ય ચમત્કાર તો અદ્ભુત હોય છે.

રોજ થોડી - થોડી વાર આત્મામાં ડૂબકી શા માટે?

જ્ઞાની કહે છે કે : જે જેવું છે, તેને તેવું જુઓ.

આપણું વાસ્તવિક સ્વરૂપ આત્મા છે, શરીર-મન તો કરણ છે. કરણને કર્તા ન મનાય. માટે દરરોજ થોડાં-થોડાં સમય આત્મામાં ડૂબકી મારવાની ટેવ રાખવી જોઈએ. કામ કરતાં કરતાં અશાંતિ જેવું લાગે, કે તરત જ આત્મા તરફ સીધા ચાલ્યા, એટલે શરીર-મન વગેરે સ્વાભાવિક રીતે જ બળ મેળવી બહાર આવશે. આમ કરતાં રહેશો, તો તમને બળની ખોટ વર્તાશે નહિ. મહાપુરુષો ઉપરની રીતે બળ-ઉલ્લાસ મેળવતાં રહે છે.

માટે દરરોજ થોડી-થોડી વાર આત્મામાં ડૂબકી મારતા રહો, એટલે આનંદ કાયમ બનશે.

ઇન્દ્રિયો (બુદ્ધિના વિકારો) કરતાં વિષયો શ્રેષ્ઠ છે, વિષયોથી મન, મનથી બુદ્ધિ, બુદ્ધિથી શ્રેષ્ઠ આત્મા છે.

ભિન્ન ભિન્ન વિષયોને ગ્રહણ કરવા માટે બુદ્ધિ જ વિકૃત થઈને વિવિધ રૂપ ધારણ કરે છે.

આત્મા પ્રમાણોથી ઉપર છે.

પ્રત્યક્ષ વગેરે પ્રમાણો તેને માપવાને અસમર્થ છે.

કુંઠિત પંડના વિચારમાં પરોવાયેલો આત્મા
જ્યારે આખા જગતના સર્વ જડો સાથેના સંબંધથી
ભ્રષ્ટ થઈને ઠેઠ નિગોદમાં જઈ ફસાય છે, ત્યારે પણ
દેવાધિદેવની કરુણા અને અનંતા સિદ્ધ ભગવંતોનું
વાત્સલ્ય તેના જીવત્વને રોમ - રોમ રાખે છે.
આકાશની નીલિમાથી એમ દેખાય છે કે તેની વ્યાપકતા
ચાલી ગઈ પણ એ આપણા દ્રષ્ટિનો દોષ છે, આકાશનો નહીં.
એ રીતે આત્મા પ્રતીત થાય છે અથવા
વૃત્તિ રાગરૂપ બને છે, તે આપણી દ્રષ્ટિનો દોષ છે.
આત્મા પ્રતીતિનો વિષય બની શકતો નથી,
કિન્તુ પ્રતીતિ આત્માનો વિષય બને છે.
સ્થિર છે, ત્યારે પણ જલ પાણી છે.
વાદળોમાં નાચે છે, ત્યારે પણ તે પાણી છે.
એ રીતે આપણે કોઈપણ અવસ્થામાં આત્મા છીએ.

## રત્નત્રયીનું શુદ્ધ સ્વરૂપ

(1) સર્વ જીવોને આત્મરૂપે જાણવા, જોવા, વર્તવા.
(2) આત્માને પરમાત્મરૂપે જાણવો, જોવો, અનુભવવો.
(3) આત્માને પરમાત્મરૂપે જાણવામાં અંતરાયભૂત એવા મિથ્યાત્વ, અવિરતિ, પ્રમાદ, કષાય અને યોગ અને તેથી થતાં કર્મબંધનું સ્વરૂપ જાણવું, જોવું અને વર્જવું.

મિથ્યાત્વ = અનાત્મભાવને આત્મભાવ માનવો.

મિથ્યાત્વના ત્યાગને માટે આત્મામાં આત્મભાવની બુદ્ધિ અને અનાત્મામાં અનાત્મભાવની બુદ્ધિ સ્થિર કરવી.

અવિરતિ = આત્માના સુખ માટે અનાત્મભાવનો સંગ કરવો.
અવિરતિના ત્યાગને માટે અનાત્મભાવનો સંગ વર્જવો.

પ્રમાદ = અનાત્મભાવમાં આસક્ત થવું.
પ્રમાદના ત્યાગ માટે અનાત્મામાં અનાસક્તભાવ કેળવવો.

કષાય = અનાત્મભાવને ઇચ્છવો.
કષાયના ત્યાગ માટે અનાત્મભાવની ઇચ્છાને રોકવી.

યોગ = મન-વચન-કાયાને અનાત્મભાવમાં પરોવવા.

ભાવશ્રુતનું સ્વરૂપ સ્વશુદ્ધ આત્માનો અનુભવ છે.

સર્વ જીવો સાથે આત્માનો અભેદ ચિંતવવો,
એ પ્રથમ અને સ્વગુણ-પર્યાય સાથે સ્વઆત્મદ્રવ્યનો
અભેદ ચિન્તવવો, એ શુક્લધ્યાનનો બીજો પાયો છે.

ચાંદની ચાંદ થઈ, તે રીતે આત્મા પરમાત્મા થશે.

મોતીના પાણીને પણ જો આપણે આંગળીમાં કાઢીને
બતાવી શકતા નથી, તો જીવનના પણ જીવનરૂપ એવા
પરમાત્માને કેવી રીતે બતાવી શકાય?

જેમ રાત્રિનો નાશ કરીને સૂર્ય પ્રકાશિત થતો નથી, પરન્તુ
તેના પ્રકાશે રાત્રિ ભાગી જાય છે, એ રીતે આત્મા કર્મોને
દૂર કરતો નથી પણ આત્માના પ્રકાશમાં કર્મ દૂર થઈ જાય છે.

તરંગોએ સમુદ્રમાં ડૂબકી મારી,
તેની જેમ આત્મા પરમાત્મામાં લીન થઈ જશે.

આત્મા શુદ્ધ છે, શરીર અશુદ્ધ છે.

ઇંદ્રિયો એમ છે અને એમ રહેશે - બદલવાનું છે મન.

ભગવાનને ભજતા જશો, તો તદ્રૂપતા અનુભવશો.

માનસિક વિકારોને નહીં, આત્મિક સૌંદર્યને જુઓ.
મુંબાઈની સુંદરતાને જુઓ, ગટરોને નહીં.
ગટરો તો મુંબાઈની સુંદરતાને ટકાવવા માટે છે,
તેમ વિકારોનું નીકળી જવું,
એ તો આત્માની સુંદરતાને પ્રગટાવવા માટે છે.
આત્માનો પ્રકાશ, ચિત્તરૂપી પાત્ર,
બુદ્ધિરૂપી બત્તી, મનની વૃત્તિઓરૂપી તેલ,
પાંચ ઈંદ્રિયોરૂપી છિદ્ર, દેહરૂપી ઘર.
શરીર એ નૃત્યશાળા, જીવ એ રાજા,
મન એ પ્રધાન, પ્રભુ એ નોકર, બુદ્ધિ એ રાણી,
સાક્ષીભાવ એ દીપક અને ઈંદ્રિયો એ વાજિંત્ર છે.
આત્માનું મૂળ શરીર તેનું તેજ છે. આત્માને તેજવપુ,
તેજવિગ્રહ અને તેજશરીરવાળો કહેવામાં આવે છે.
તે તેજશરીર આત્માના ધર્મનું ખરેખર સાધન છે, તેથી
તેજવપુનું, પોતાના જ્ઞાતા-દ્રષ્ટા સ્વભાવના તેજનું સદા
રક્ષણ અને પોષણ કરવું, એ ધર્મનું ખરું સાધન છે.

# નિયમરૂચિ આત્મપ્રીતિ સૂચવે છે.

સાચું સુખ આત્મામાં છે, જ્યારથી તે જણાઈ શકાતું એવાની સમજ યથાર્થ છે. આત્મદૃષ્ટિ ખીલવવા માટે વિધિપૂર્વકના આંતરવ્યાયામનું નામ 'નિયમોનું પાલન' છે.

નિયમોના નિષ્ઠાપૂર્વકના પાલન વિના
રામ સાથેનો મન-વચન-કાયાનો સંબંધ ગાઢ ન બને.

જીવનનું નાનામાં નાનું કાર્ય પણ
નિયમના પાલન સિવાય થતું નહિ.

યથાર્થલાભ = જેના આધારે આત્મા આત્માને જોઈ શકે.
અલાભ = લોકમાં આત્મા નામે દ્રવ્ય જ નહિ, એ સમજ.

આત્માનું સુખ વધારનારૂં વર્તન લાભમાંથી જન્મે.
આત્માનું સુખ ઘટાડનારૂં વર્તન અલાભમાંથી જન્મે.

ભગવાન અનંત દાન-લાભ-ભોગ-ઉપભોગ-વીર્ય વડે અનંતાનંત જીવોને આત્મદાન, આત્મલાભ, આત્મભોગ, આત્મઉપભોગ અને આત્મશક્તિ આપી રહ્યાં છે તથા નવ ક્ષાયિક લબ્ધિઓ વડે વિશ્વહિતને કરી રહ્યાં છે.

જેને આત્માનું જ્ઞાન હોય છે, તે ભવરણને તરી જાય છે.

જીવાત્મા પોતે વિશુદ્ધ પરમાત્મા બને છે.

વસ્તુતઃ જીવ એ જ ઈશ્વર છે અર્થાત

ઈશ્વરનું અત્યંત મર્યાદિત સ્વરૂપ તે જીવ છે.

મર્યાદિત અભિમાન તે જીવભાવ.

અમર્યાદિત સ્વભાવ તે ઈશ્વરભાવ.

ઇંદ્રિયોની પાર મન, એની પાર બુદ્ધિ, એની પાર આત્મા.

આત્મસંયમ તથા આત્મખોજ માટે ઉપવાસ અને મૌન મોહાભિમાનીને સારું કામ આપે છે.

ભાવાત્મક એકતા એક સત્ય પદાર્થ છે,

કેમકે તેના પરિણામે આત્મશાંતિ નિપજે છે.

* બહિરાત્મભાવ એટલે સંકુચિતભાવ.

અંતરાત્મભાવ = સર્વ જીવોને આત્મરૂપ જોવાની ક્રિયા.

તે વડે પરમાત્મભાવ દેખાય, એટલે સર્વ સાથે

અભેદરૂપે પરિણમેલ ઉત્કૃષ્ટ આત્માનું દર્શન થાય છે.

'સહજાનંદી શુદ્ધસ્વરૂપી, અવિનાશી હું આત્મસ્વરૂપ.'

આત્મા કોઈ એવી વસ્તુ નથી કે જે
મન-બુદ્ધિ કે ઇંદ્રિયનો વિષય બનીને કલ્પનામાં આવે.
માનસિક સંયમપૂર્વકનો ઇંદ્રિયોનો સંયમ એ જ
પ્રત્યાહાર અને સદાચાર એ આત્મસંયમનું પરિમાણ છે.

આત્મચિન્તનથી આત્મશક્તિ વધે છે,
વિષયોના ચિન્તનથી આત્મશક્તિનો ક્ષય થાય છે.

'प्रजहाति यदा कामान्, सर्वान् पार्थ ! मनोगतान् ।
आत्मन्येवात्मना तुष्टः, स्थितप्रज्ञस्तदोच्यते ॥'

અર્થાત્: જો વિષયચિન્તનથી ચિત્તને મુક્ત કરીને અંતર્મુખ કરી શકાય, તો તેનો બાહ્ય જગત સાથેનો સંબંધ તૂટી આત્મા સાથે જોડાય. આત્મા અક્ષય શક્તિનો ભંડાર હોવાથી ચિત્તમાં અધ્યાત્મશક્તિનો સંચય થવા લાગે છે. સતત આત્મચિંતનના અભ્યાસથી અનાત્મતત્ત્વોનું નિરાકરણ થઈને શુદ્ધ ચિન્મય સ્વરૂપ આત્મતત્ત્વમાં ચિત્ત સંલગ્ન થતું જાય છે, તેમ તેમ વિશિષ્ટ કાંતિ, સૌંદર્ય, શાંતિ, આકર્ષણ અને ઓજસ્વી પ્રભા પ્રકટ થાય છે.

આત્મા જ કે સહજ રીતે જ્ઞાનરૂપે પોતે જ પોતાનામાં
જ પોતાની જ કોઈ વિચિત્ર અકથ્ય માયાએ ભાસતો હતો,
તે હવે સ્વરૂપ જ્ઞાનમાં ચમકતો દેખાય છે.
જ્ઞાનમાં જ્ઞાનબુદ્ધિ જો ન રહે તો મૂળમાં જ એ આત્મ-
રૂપ હોઈને, હવે સતત સ્વરૂપ દૃષ્ટિ જ સ્થિર રહે છે
અને તેમાં જ તત્ત્વજ્ઞાનની કૃતાર્થતા - એ જ પૂર્ણ દર્શન છે.
ઉપરની સ્થિતિ સહજ થાય, ત્યાં સુધી જ પરિશ્રમ છે,
પછી તેના ફળરૂપે અનંત વિશ્રાન્તિ અને તૃપ્તિ જ છે:

## આત્મવિદ્યા

બધા ભાવોની પાછળ બ્રહ્મતત્ત્વ છૂપાયેલું છે.
એના સાક્ષાત્કારથી પ્રત્યેક વ્યક્તિ કૃતકૃત્ય બને છે.
વિરાટ બ્રહ્મનો સાક્ષાત્કાર આ જ શરીરમાં થઈ શકે છે.
સમજુ આત્મા અનિત્યમાં પ્રીતિ કરીને ઉપાડેલ
દુઃખ ઊભું કરતાં નથી, કિન્તુ શાશ્વત અક્ષર નિત્યમાં
પ્રીતિ કરીને સદાનું સુખ કરે છે. પરને અનિત્ય
સમજવાથી જ બુદ્ધિમાંથી મમત્વ નષ્ટ થઈ જાય છે.

## સર્વમય આત્મા

આત્મા જ્ઞાનાદિ ધર્મમય છે.

આત્મા મૈત્ર્યાદિ ભાવનામય છે.

આત્મા સાક્ષી છે, જગત નાટકવત્ જ્ઞેય છે.

આત્મા દર્શન-જ્ઞાન-ચારિત્રમય અમૃતવત્ છે.

આત્મા એક છે, જગત કારાગારવત્ અનેક છે.

આત્મા અભિન્ન છે, જગત પાંઘવત્ ભિન્ન છે.

આત્મા નમસ્કાર છે, જગત કપિરવત્ અહંકાર છે.

આત્મા નિત્ય છે, જગત ઈન્દ્રજાળવત્ અનિત્ય છે.

આત્મા શુભાસ્રવ-સંવર-નિર્જરારૂપ સુવર્ણવત્ છે.

આત્મા સામાયિક છે, જગત વિષયવત્ વિષમભાવ છે.

આત્મા પવિત્ર છે, જગત અશુચિગૃહવત્ અપવિત્ર છે.

આત્મા શરણભૂત છે, જગત સ્વપ્નવત્ અશરણભૂત છે.

આ શરીરમાં સાક્ષાત્કાર કરનારને જ શાશ્વત સુખ મળે, અધીર કે ભોગીઓને નહીં. આ જ આત્મવિદ્યા છે.

તપસ્વી સાધક સહનશીલને જ આત્મલાભ થાય છે.

'આત્માભિમુખતા' વિશે

'સર્વનો પ્રેરક તે છે' એ પ્રકારનું નિરંતર સ્મરણ.

કાયા = કાશી, આત્મા = વિશ્વેશ્વર, મન = દેવમંદિર.

આત્મા પૂર્ણપ્રેમમય, પૂર્ણજ્ઞાનમય, પૂર્ણશક્તિમાન
અને પૂર્ણ શાંત - સુખસ્વરૂપ છે,
એવો યથાર્થ અનુભવ કરવામાં સર્વ પ્રકારે સહાયક છે.

અભિમુખતા = પોતાના આત્મા તરફ અભિનય, ઉન્મુખતા.

અંતરાત્મભાવ = આત્મા પ્રતિ વિનયવંત થઈ તેને પૂજ્ય ગણી સન્મિત્ર માનવો, તેની પ્રત્યેક કાર્યમાં સલાહ લેવી તથા કર્તૃત્વાભિમાન છોડી 'સર્વ ક્રિયાઓ તે જ કરે છે' એવી નમ્રતામય વૃત્તિને અંતરમાં કેળવ્યા કરવી તે.

કોઈના પણ ઉપકારનું ઋણ માનવું,
એ ઉત્તમ આત્માનો સ્વભાવ જ છે.

વીર્યોલ્લાસવાળો આત્મા

વ્યાખ્યાન, એકાંત આત્મચિંતવન, નવીન શ્રુતાભ્યાસ,
એ ત્રણે વસ્તુની આરાધના એક સાથે કરી શકે છે.

## આત્માનું મુખ્ય સ્થાન હૃદય છે.

ધબકારા દ્વારા તે પોતાનું અસ્તિત્વ જણાવે છે.

'આત્માઽસ્તિ' કે 'આત્મા છે' એટલા માત્રથી કાર્યની સિદ્ધિ થતી નથી. 'આત્માઽસ્મિ !' કે 'હું આત્મા છું' એ લક્ષ જાગૃત થયાં પછી જ કાર્યસિદ્ધિ છે.

'અસ્તિ' લક્ષ જાણવાનું સાર્થક્ય 'અસ્મિ'માં છે.

અનાદિકાળથી જીવત્વનું ભાન જીવને દૃઢ થયું છે, તેના સ્થાને શિવત્વનું ભાન જગાડવાનું છે.

નાશ કરવો તે સહેલું છે, વસ્તુનું સર્જન દુષ્કર છે.

ઉપદેશક ઉપદેશ આપતાં આપતાં પોતાના આત્મા માટે પણ ઉપદેશક બની રહી શકે છે.

પ્રતિક્ષણ આત્મદશાના નિરીક્ષક માટે એ બધું જ શક્ય છે.

કર્મ = આત્મા સાથે ચોંટેલી કાર્મણ વર્ગણા.

યોગ = આત્મામાં થતું અભિસંધિજ કે અનભિસંધિજ આંદોલન, જેથી આત્મા ઉપર અસર કરે, તેવા સંસ્કાર કાર્મણ વર્ગણામાં જન્માવતા જુના કર્મ સાથે ચોંટી જાય છે.

સંયમ સહિત આત્માઓને મન અસ્વસ્થ રહેવાને ખાસ કોઈ જ કારણ નથી. જો કે આ કાળની વિષમતાઓ વિચિત્ર છે, પરન્તુ એમાં ય ઉદયનો વિપાક સમજનાર જો ધારે, તો જરૂર સમચિત્તપણે રહી શકે છે.

દિન-પ્રતિદિન અધિક આરાધના કરવા ઇચ્છતાં આત્માઓએ અનંત જ્ઞાનીઓની આજ્ઞા મુજબ જ આત્મલક્ષી બન્યાં રહેવું જોઈએ. ઔદયિક ભાવનાં આકર્ષણોમાં રાચનારી આત્મા કોઈપણ કાળે આજ્ઞા મુજબના આત્મલક્ષીપણાંને પામતો જ નથી. માનપાનાદિમાં મલકાનારા અને વિપરીત અવસ્થાઓમાં રીબાનારા આત્માઓ ઔદયિકભાવનાં આકર્ષણોમાં રાચનારા ગણાય. એવા આત્માઓમાં દેખાતી આરાધના એ સુંદર ઔદયિકભાવને પામવાના હેતુથી જ હોય છે. આત્મસ્વભાવની રમણતા એવા આત્માઓ માટે સદા ય અગોચર રહે છે. એવી કથની કરનારી દુર્દશાથી સદાને માટે પર બની સઘળી ય આરાધના સાચા આત્મ-સ્વભાવની ખીલવટ માટે જ કરનારા બનો, એ જ ઇચ્છા.

# આત્મા પ્રત્યેનું કર્તવ્યપાલન

પરમેશ્વરના નામ-રૂપમાં આપણા આત્માના
પ્રત્યેક રોગની ઔષધિ સમાયેલી છે.
માટે આત્મા પ્રત્યેના કર્તવ્યપાલનને પાળવા
આપણે હંમેશા સર્વશક્તિ
પ્રાધાન્ય અને મહત્વ આપવું જોઈએ.
આત્માને મન-વચન-કાયાની બાહ્યપ્રવૃત્તિમાં નહીં,
કિન્તુ પરમાત્મામાં જોડવો, તે જ યોગ કે મોક્ષમાર્ગ છે.
ચિત્તને પાપમાર્ગથી દૂર રાખવું અને
કલ્યાણમાર્ગમાં જોડવું, એ યોગનું રહસ્ય છે.

આત્મા મનનો માલિક બનવો જોઈએ.

અનેકને સમજાવવાની તાકાત ધરાવનાર આત્મા
ધારે તો ઘણા જ સહેલાઈથી હૃદયસ્વામી બની શકે.
મનના માલિક બનો અને પરહિતની સાથે
સ્વહિતની સાધનામાં સત્વર સજ્જ બનો,
એ જ એક ઝંખના.

## 'અંતરાત્મા' કોને કહેવાય ?

બાહ્ય દેહાદિમાં આત્મબુદ્ધિનો ત્યાગ કરીને આત્મામાં જ આત્મત્વ બુદ્ધિને ધારણ કરનારો 'અંતરાત્મા' કહેવાય છે અને તે જ જ્યારે પોતાના આત્મામાં પરમાત્માપણું જાણે છે, ત્યારે પરમાત્મભાવને પામી કૃતકૃત્ય છે.

## આત્માનું સ્વરૂપેણ અસ્તિત્વ કેવું છે?

તે કલ્પવૃક્ષ, ચિંતામણિ, કામગવી, કામકુંભથી અધિક અને ચિત્રાવેલી, પંચકલ્યાણી ઘોડી, દક્ષિણાવર્તશંખ તથા રૂદ્રવલ્લીસિદ્ધિ રસકૂપ કરતાં ચડીયાતું અસ્તિત્વ છે.

વળી હીરા, માણેક, પન્ના અને પ્રવાલની લક્ષ, સહસ્ત્રપુટી અભ્રક, મોતીની પિષ્ટિ અને મારેલ પારા કરતાં પણ વધુ પુષ્ટિ આપનારૂં મહારસાયણ છે.

આત્માનું અસ્તિત્વ, તેનું ભાન અને તેનો આનંદ એ જ એક પ્રાપ્ય પદાર્થ અને અંતિમ તત્ત્વ છે.

આપણા આત્માનું શુદ્ધ સ્વરૂપ દેખાડનાર ગુરુતત્ત્વ છે.

આપણા આત્માનું શુદ્ધ સ્વરૂપ પમાડનાર દેવતત્ત્વ છે.

શાસ્ત્રો કહે છે: Know thyself – આત્માને ઓળખો.
આખા જગતને ઓળખ્યું પણ પોતાને ન ઓળખ્યો, તેથી
કંઈ જ ઓળખ્યું નહીં. બધાના નામ જાણ્યાં અને પોતાનું
જ નામ ભૂલી જાય, તે વ્યવહાર માટે નાલાયક ગણાય,
તેમ આખી દુનિયાની બધી વાત જાણી પણ પોતાની જ
જાતને ન જાણી, તે આત્મા મોક્ષ માટે અનધિકારી છે.
અદ્વૈત ભાવવાળી દશામાં જે આત્મિક ભાવનો પ્રવાહ
વહે છે, તે ઝીલવાની શક્તિ કોઈ જિજ્ઞાસુમાં હોય,
તો કોઈપણ પ્રકારની વાતચીત વગર
માત્ર દૃષ્ટિપાતથી તેનું કલ્યાણ થવા લાગે છે.
વ્યક્તિત્વ અનુભવમાં આવે, ત્યારે વગર બોલે તે
ભાવની અસર બધે ફેલાવા લાગે છે. બધા શરીરમાં
એક આત્મા હોવાથી આત્માની અસર બધે થઈ શકે છે,
કિન્તુ તે અસર સમજવા માટે તેવી ટેવ પાડવી જોઈએ.
એવી ટેવ પડી જાય તો વાતચીતની જરૂર રહેતી નથી.
દેખાવે અનેક સત્તા લાગે પણ દેહદૃષ્ટિ સાચી નથી.

## નાસ્તિકવાદનાં છ સ્થાન અને પ્રતિવાદ

(I) આત્મા નથી.

(૧) જીવ શરીરથી ભિન્ન નથી.

(૨) પરલોક - પુણ્ય - પાપ કાંઈ નથી.

(3) સુખની સ્પૃહા માટે પ્રાપ્ત સુખનો ત્યાગ મૂર્ખતા છે.

(૪) મદિરાના અંગથી મદિરાની જેમ
પંચમહાભૂતથી ચૈતન્ય ઉત્પન્ન થાય છે.

(૫) જલથી (જલ) પરપોટા અને અરણિથી અગ્નિની જેમ
ચૈતન્ય એ શરીરનો ગુણ છે.

(૬) ધૂર્ત લોકો ખોટો ભય દેખાડી લોકોને ઠગે છે અને
તપ, જપ, વ્રત, નિયમના નિરર્થક કષ્ટમાં નાંખે છે.

### પ્રતિવાદ : આત્મા છે.

(૧) આત્મામાં જો પાંચ ભૂતનો ગુણ હોય,
તો પાંચ ભૂતની જેમ તે ઇંદ્રિયગ્રાહ્ય કેમ નથી?

(૨) રાગ, સંશય, વિપર્યયાદિ ગુણો અનુભવસિદ્ધ છે.
તેનો આશ્રય જીવ પ્રસિદ્ધ છે.

(3) આત્માદિનું ઉપાદાન શરીર હોય, તો શરીરની હાનિએ હાનિ અને વૃદ્ધિએ વૃદ્ધિ કેમ ન થાય?

(4) એક સાથે જન્મેલાને કાયાદિક સ્થિતિ સરખી હોવા છતાં પ્રજ્ઞાદિક સ્થિતિ સરખી કેમ નહિ?

(5) જે વસ્તુ ન દેખાય, તે ન હોય, એમ નહીં પણ તેના લક્ષણાદિ જણાય, તો તેનું હોવું વાયુની જેમ માનવું જોઇએ. રૂપી વાયુ પણ જો દેખાતો નહિ, તો કેવળ આત્મસ્વરૂપ અરૂપી જીવ કેમ દેખાય?

(6) બાળકને સ્તનપાન પ્રવૃત્તિ એ પૂર્વભવની વાસના નિમિત્તે છે અને એ જ પરલોક માટેનું મોટું પ્રમાણ છે. ક્યારેય નહિ દેખેલું સ્થાન કોણ જાણે?

(7) એક સુખી - એક દુઃખી એ કર્મવિચિત્રતા અને પુણ્ય-પાપનું વિલસિત છે પણ ઉપલાદિક પરે સ્વભાવ નહિ.

(8) મહાપુરુષોના સદનુષ્ઠાનાદિ માટેના પ્રયત્ન નિષ્ફળ ન હોય. બુદ્ધિમાન કોડી માટે રત્ન ન જ વેચે. મુનિજનો પરમાર્થને માટે જ કષ્ટ સહન કરે છે.

## (II) નાસ્તિકવાદ : આત્મા નિત્ય નથી.

(૧) સર્વ પદાર્થો ક્ષણનાશી છે.

(૨) ક્ષણિક વાસના વૈરાગ્ય આપે છે.

(3) આત્મા નિત્ય હોય, તો સ્નેહ વધે.

(૪) નિત્ય વાસના રાગાદિનું કારણ છે.

(૫) રાગાદિ વાસનાથી વાસિત ચિત્ત એ જ સંસાર છે અને રાગાદિરહિત ચિત્ત એ જ મોક્ષ છે.

(૬) નિત્ય આત્મા માનવાથી રાગાદિ થાય છે અને તેથી વળી કર્મબંધન પણ વધે છે.

## પ્રતિવાદ : આત્મા નિત્ય છે.

(૧) ક્ષણિક ચિત્તમાં બંધ - મોક્ષ ન ઘટે.
અનુગત વાસના માનો, તો તે જ નિત્ય દ્રવ્ય છે.

(૨) સરખા ક્ષણનો આરંભ વાસના માનો, તો મૃષાવાદ છે.
બંધ - મોક્ષ ક્ષણ સરખા કેમ હોઈ શકે ?
બંધ - મોક્ષમાં એક જ શક્તિ કરી શકાય નહીં.

(3) ભિન્ન ક્ષણોમાં ઉપાદાન - અનુપાદાનનો ભેદ ઘટે નહીં.

પૂર્વ અપર પર્યાયે જ લઈ ઘટે અને
એ રીતે તો દ્રવ્ય ઘટે જ નહીં.
(૪) સર્વ ક્ષણિક હોય, તો હિંસાદિ બંધ કોને થાય?
વિસદૃશ ક્ષણનું નિમિત્ત તે હિંસક તો પ્રત્યેક ક્ષણ હિંસા
હિંસક કરશે. સભાગચિત્ત ક્ષણ એ જ જો ક્વચિત્
હિંસક હોય, તો કારકભેગા કાર્ય બની શકશે નહિ.
હિંસા ક્ષણની કાયા ભિન્ન માનો, તો હિંસાનો અનુમંતા
અને હિંસાનો હંતા એક જ નહીં થાય?
(૫) નિત્યપક્ષાદિ રાગ જ થાય, એવો નિયમ નહિ,
પરંતુ સમભાવ તો અવશ્યપક્ષે આવે જ છે.
(૬) કાર્ય - કારણનો સંબંધ નિત્યપક્ષાદિ જ ઘટે છે,
અન્યથા અંધાઅંધ ન્યાય ચાલે, ખરૂં કે નહીં?
(૭) પર્યાયનો નાશ, દુઃખોત્પાદ અને મનઃસંક્લેશ, એ
ત્રણ પ્રકારની હિંસા જિનમતને છોડી અન્યત્ર ઘટે નહીં.
(૮) રાગ વિના પ્રથમ ધર્મપ્રવૃત્તિ થાય જ ક્યાંથી?
પ્રથમ ધર્મપ્રવૃત્તિ માટે રાગ અત્યંત જરૂરી છે.

અનંત ભવનું કારણ છોડીને અનંત કાળનું કારણ પકડે
રાગ જ છે. મોક્ષ તથા મોક્ષમાર્ગ ક્ષણિક દર્શનમાં નથી,
સ્થિર દર્શનમાં સુઘટિત છે. તે છોડીને કુદર્શનમાં કોણ ભટકે?

(III & IV) <u>નાસ્તિકવાદ : આત્મા અકર્તા છે - અભોક્તા છે.</u>

(1) જો પ્રકૃતિને જ બંધ-મોક્ષ માનવામાં આવે,
તો સંસાર અને મોક્ષમાં આત્માની અવસ્થા એક જ
માનવી પડે અને જો એમ હોય, તો મુક્તિફળ માટે
યમ-નિયમાદિ યોગાનુષ્ઠાન યોગીઓને વ્યર્થ જ ઠરે.

(2) સ્વપ્નપ્રપંચની જેમ દૃશ્ય મિથ્યા અને દૃગ્ સત્ય છે.

(3) કાચાદિક જેમ રજ્જુવહ્નિનો વિકાર છે, તેમ સત્ય બ્રહ્મનો
ભાસ જગત છે. જે પરિણામી છે, તે અસત છે અને
જે અપરિણામી છે, તે સત છે.

(4) સાંખ્ય મતે આત્મા અકર્તા-વ્યવહારથી ભોક્તા છે.
વેદાંત મતે આત્મા ઉપચારથી કર્તા પણ ભોક્તા નથી.

(5) 'चित्तमेव हि संसारो रागादि क्लेश-वासितम् ।
तदेव तैर्विनिर्मुक्तं भवान्त इति कथ्यते ॥१॥'

એ રીતે ચિત્તને જ જો રાગાદિ કર્મ માનવામાં આવે,
તો સંસાર-અપવર્ગ અવસ્થામાં કાંઈ ભેદ ન થાય.
વળી પોતે પોતાથી બંધાય પણ કેવી રીતે?

(૬) વેદાંત મતે એક બ્રહ્મ પ્રમાણ છે, બધો પ્રપંચ તેનો જ
ઉપાધિભેદ છે. માયાદિક મિશ્રિત ઉપચારજ્ઞાન એ જ
અજ્ઞાન છે અને એ જ સંસારની મૂળ ગ્રન્થિ છે.

(૭) એક સુષુપ્તિમાં જે અવસ્થા છે: એક નિદ્રા અને
જાગ્રત સ્વપ્ન. બીજી એક બ્રહ્મની જે અવસ્થાઓ છે:
એક સત્ય પરબ્રહ્મ અને જાગ્રત સ્વપ્નોપમ જગત.

(૮) બ્રહ્મને કર્મનો લેપ હોય નહીં અને હોય,
તો કદી ટળે નહીં. અનાદિ ભાવ અનંત જ હોય.

(૯) જ્યાં શુદ્ધ ભ્રાંતિ છે, ત્યાં શુદ્ધ જ ધર્મપ્રવૃત્તિ છે.
ભ્રાન્તિ મટવાથી એક અગાધ ચિન્માત્ર રહે છે. આત્મા
કર્તા નથી પણ સાક્ષી છે. અજ્ઞાનથી જગત બંધાયું છે.
ચેતન તેનો કર્તા નથી. વ્યવહારથી તેને કર્તા માનો,
પરન્તુ પરમાર્થથી તે બંધાતો નથી.

(૯૦)બંધન કર્મથી નહિ પણ અજ્ઞાનથી જ છે. દૃષ્ટાંતમાં શ્વાન ભૂંકે છે, જલબિંબને જોઈ સિંહ જલમાં પડે છે અને કોલિક પોતાની જાળમાં પોતે જ ગૂંથાય છે, તેમ અજ્ઞાનથી આત્મા પોતે જ પોતાનું બંધન બને છે.

(૯૧)અવિદ્યા એ જ કરણ અને વિદ્યા એ જ વિશ્રાંતિ.

કૈવલ્ય કે જીવન્મુક્તિ તે કરણનું કામ નહિ,

તેના કરણ પ્રારબ્ધ છે.

જીવનકારણ અદૃષ્ટ છે પણ જ્ઞાન અદૃષ્ટ નહિ.

(૯૨)'ચેતનોઽહં કરોમિ।' સાંખ્ય મત મુજબ નિમ્નલિખિત ત્રણે અંશથી પ્રવૃત્તિ કરે છે. તે ખરાં માનવા, એ ભ્રાંતિ છે. શુદ્ધ વિવેકખ્યાતિમાં એક જ '<u>હું</u>'[૧] અંશ રહે છે. '<u>જોઉં છું</u>'[2] અને '<u>કરું છું</u>'[3] એ બે અંશ મટી જાય છે.

(૯૩)હિતાહિત આચાર આમ તો પ્રવૃત્તિના ધર્મ છે, કિન્તુ ઉપચારથી તે ચેતનના આચાર છે. દૃષ્ટાંતમાં ફૂલની લાલિમા કે કાલિમા અને જલમાં બિંબની સંચલતા એ સાચી નહિ પણ ઉપરાગ માત્ર છે, તેમ

બુદ્ધિ રૂપી દર્પણમાં પુરુષનો ઉપરાગ માત્ર છે કે ઈંદ્રિયોની વાસના છે, વ્યાપારનો આવેશ બુદ્ધિનો છે. સુભટના વિજય-પરાજય રાજાના ગણાય, તેમ પ્રકૃતિના હિતાહિત આચાર ઉપચારથી પુરુષના જ ગણાય.

(૨૪) પંથ કુંટાવાથી જેમ 'પંથ કુંટાયો' કહેવાય છે, તેમ અવિવેકી આત્મા પ્રકૃતિક્રિયાને 'પુરુષની ક્રિયા' કહે છે.

(૨૫) પુરુષ નિર્ગુણ-નિષ્ક્રિય છે.

પ્રકૃતિ કર્ત્રી છે, પુરુષ કલાજ છે.

પ્રકૃતિના વિકારનો વિલય તે જ પુરુષની મુક્તિ છે.

પ્રકૃતિમાં પુરુષનું પ્રતિબિંબ તે જ પુરુષનો ભોગ છે.

સ્વયં પુરુષતત્ત્વ અગાધ-કૂટસ્થ-સદાશિવ-સદારાધ્ય છે.

આ જગતમાં પ્રકૃતિ પોતાનો વિલાસ દાખવીને નટીની જેમ પોતાનું કાર્ય પૂર્ણ કરી વિરામ પામે છે.

(૨૬) મૂલ પ્રકૃતિ અવિકૃતિ છે.

મહદાદિક ૭ પ્રકૃતિ વિકૃતિ છે. ષોડશક ગણ વિકૃતિ છે.

પુરુષ પ્રકૃતિ નહિ અને વિકૃતિ પણ નહિ.

પ્રતિવાદ : આત્મા કર્તા છે અને ભોક્તા પણ છે.

(૧) જો કરે નહીં, તો બંધાય કેમ રીતે?

(૨) મન બંધાય - જીવ છૂટે, એ કુતર્કસંગત થાય?

(૩) 'બંધ-મોક્ષ પરમાર્થથી નથી, ઉપચારથી છે' એમ જો માનવામાં આવે, તો મોક્ષશાસ્ત્ર વ્યર્થ છે, કેમકે તેમાં પરમાર્થની વાત તો રહી જ નહીં - આવતી જ નથી.

(૪) પ્રકૃતિ અને અવિદ્યાના નાશથી જો મોક્ષ માનીએ, તો પહેલાં આત્મદશા બદલાણી, એમ જ કહેવાય અને જો એમ થાય, તો કૂટસ્થતા જ ક્યાં રહી?

(૫) 'માયા નાશ પામી' એમ કહીએ, તો તે માયા વધારાની બની કે નહિ? તેમ ન માનો, તો પ્રથમની જેમ જ કાયમ શુદ્ધ રૂપ કેમ ન રહે?

રત્નાદિકમાં શુદ્ધિ - અશુદ્ધિ કહેવામાં આવે છે, તો અહીં ચેતનમાં તે માનવામાં શું ફરક આવે?

(૬) શતપુટ અને ખારાદિ એ જેમ રત્નશોધક પદાર્થ છે, તેમ સઘળો વ્યવહાર આત્મશોધક ગણાયો છે.

# આત્મા અને હિંસા - અહિંસાનો સ્વરૂપ વિચાર

(1) આત્માને એકાંત નિત્ય માનવાથી

આત્માના સ્વરૂપમાં પૂર્વ સ્વરૂપથી તીલતુષ ત્રિભાગમાત્ર પણ ફેરફાર થઈ શકતો નથી.

(2) આત્માને એકાંત અનિત્ય માનવાથી

પોતાની મેળે જ નાશ પામ્યા કરે છે, ત્યાં બીજાથી હિંસા થવાનો અવકાશ જ નથી.

'ગુરુધારાએ આત્મા કામ કરે છે' અને જે દારૂડીનું કહેવું છે, તે પ્રમાણ છે.

(3) આત્માને શરીરથી એકાંત અને ભિન્ન માનવાથી દેહનાશમાં આત્મનાશ ન ઘટે, દેહના ફાયદામાં ન સંભવે.

(4) આત્માને શરીરથી એકાંત અભિન્ન માનવામાં મરણ જ ઘટતું નથી, કારણકે મરણ વખતે શરીર કામ કરે છે.

સાંખ્યની જેમ આત્માને શરીરથી એકાંતભિન્ન માનવામાં શરીર વડે થયેલાં સારાં - નરસાં કર્મનો ભોગ આત્માને કેમ ઘટી શકે?

## આત્મા વડે થયેલાં સારાં - નરસાં અનુષ્ઠાનોનું ફળ શરીરને કેવી રીતે ઘટી શકે?

વ્યવહારમાં શરીર વડે કરેલાં કાર્યોનો અનુભવ
આત્મા વડે તથા આત્મા વડે કરેલાં કાર્યોનો અનુભવ
શરીરથી કરવો પડે, તો તેનો અપલાપ કેવી રીતે રાખવો?
જેમ ચોરી, પરદારાગમનાદિ અકાર્યો થાય છે શરીરથી અને
તેનું દુઃખ ચીર કાળ સુધી ભોગવવું પડે છે આત્માને,
બરાબર તે જ પ્રકારે...
મનઃક્ષોભ અને ચિન્તાદિ થાય છે મનથી અને
તેનું પરિણામ જ્વરાદિ વડે ભોગવવું પડે છે શરીરથી.
એ વાત તો જ ઘટે કે જો શરીર અને આત્મા
નિશ્ચયથી ભિન્ન પદાર્થ હોય અને
વ્યવહારથી અભિન્ન પદાર્થ હોય.
નિશ્ચયથી ચરિત પોતાના નિજગુણ-સ્વરૂપ તથા
વ્યવહારથી ચરિત...
એક જ સ્થાને અવસ્થાન તથા અનાદિકાલીન સંબંધથી.

# સ્થિતપ્રજ્ઞ આત્માના લક્ષણો

(૧) કામનારહિત (૨) રાગ - દ્વેષ વિમુક્ત
(૩) દુઃખમાં અનુદ્વિગ્ન (૪) સુખોમાં વિગતસ્પૃહ
(૫) મનને દમનારો - દાંત (૬) રાગ, ભય તથા ક્રોધરહિત
(૭) સર્વત્ર સ્નેહરહિત (૮) આત્મતૃપ્ત અને સંતુષ્ટ
(૯) વિષયોમાં રસરહિત (૧૦) કૂર્મવત્ સર્વેન્દ્રિય ગુપ્ત
(૧૧) પ્રિયાપ્રિયને વિષે હર્ષ - દ્વેષરહિત (૧૨) જિતેન્દ્રિય.

જીવ જ્ઞાનમય છે. જ્ઞાન જીવનું અભંગ - અખંડ શરીર છે.

જ્ઞાનરૂપી શરીરમાં કર્મોની વેદનાનો પ્રવેશ છે જ નહીં. 'સુખ અને દુઃખ એ તો કર્મજનિત મોહનો વિકાર છે, પૌદ્ગલિક છે, આત્મબાહ્ય છે.' આ રીતનો વિવેક જ્યારે મનમાં જાગે છે, ત્યારે વેદનાનો ભય જ નાશ પામે છે. આત્માને નિષ્કલંક - જ્ઞાનરૂપ દેખી જ્ઞાની નિઃશંક રહે. આત્મવસ્તુ સત્ - નિત્ય - અવિનાશી છે, એ નિશ્ચયનયથી નિશ્ચિત છે. આત્મપદાર્થ પોતાની રક્ષા માટે કોઈ અન્ય દ્રવ્યની સહાયતાની અપેક્ષા પણ રાખતો નથી.

'આત્માનો કોઈ રક્ષક કે કોઈ ભક્ષક નહિ' આ પ્રકરણનો જ્યારે નિશ્ચય થાય, ત્યારે અરક્ષાભય ન રહે. જ્ઞાની જીવ પોતાના આત્માને સદા નિષ્કલંક અને જ્ઞાનસ્વરૂપી જ જુએ છે, તેથી તે નિઃશંક રહે છે.

<u>આત્મા એ પરમાત્મસ્વરૂપ છે, જ્ઞાન ચિહ્નથી ચિહ્નિત છે.</u>

આત્માની ઇંદ્રિય અને મનને અગોચર એવા નિત્ય ભૂમિ ઉપર કોઈ પરદ્રવ્યનો પ્રવેશ નહિ. 'આત્મધન અનુપમ, સ્વયંસિદ્ધ, અદૃશ્ય, અપાર છે. તેને કોઈ લઈ જઈ ન શકે. બાહ્ય મનુષ્યને તેમાં સ્થાન જ નહિ.'

આવું ચિંતવન કરવાથી અગુપ્તિ ભય નાશ પામે છે. આત્મા નિષ્કલંક જ્ઞાનસ્વરૂપ હોવાથી જ્ઞાની નિઃશંક રહે છે.

'આત્મા શુદ્ધ જ્ઞાનમય - વીતરાગ ભાવમય, સિદ્ધસમાન સમૃદ્ધિશાલી, અનાદિ, અનંત, અમૂર્ત, અનુપમ, નિર્વિકલ્પ, નિત્ય, ચૈતન્ય જ્યોત, આનંદકંદ, નિર્દ્વન્દ્વ છે. તેના ઉપર કોઈ આકસ્મિક ઘટના બની શકતી જ નહિ.'

આ ભાવ થવાથી આકસ્માત ભય રહેતો નહિ.

જીવાત્મા સૂઈ જાય છે, ત્યારે સ્વપ્નને સત્ય માને છે.
જાગે, ત્યારે તેને જૂઠ સમજે છે. શરીર, ધન, સ્વજનને
જાગ્રત અવસ્થામાં સાચું અને પોતાનું માને છે, પરંતુ
સમયે તેને ખોટું માને છે. જીવ જ્યારે પોતાના સ્વરૂપનો
વિચાર કરે છે, ત્યારે પરંતુ પણ તેને ખોટું લાગે છે અને
અન્ય જન્મ સત્ય લાગે છે. આગળ જન્મનો વિચાર કરે,
ત્યારે તે એ જ ચક્કરમાં ફરી - ફરી પડી જાય છે.

3 પ્રકારે આત્માના પરિણામ: સંક્લેશ, વિશુદ્ધ અને શુદ્ધ.

તીવ્ર કષાય તે સંક્લેશ,
મંદકષાય તે વિશુદ્ધ અને કષાયરહિત તે શુદ્ધ પરિણામ છે.

## દેહ - આત્માનો ભેદ

ઘડાને જોનાર જેમ ઘડાથી ભિન્ન છે,
તેમ દેહને જોનાર - જાણનાર સદા આત્મા
તે દેહથી ભિન્ન છે અને દેહ સ્વરૂપ નથી.
તો પછી એ ભિન્ન દેહનાં સ્વાભાવિક કૃત્ય - વૃદ્ધિરૂપાદિ
પરિણામ કોઈ પણ - શક્તિમાન થવું કોઈ રીતે ઘટતું નથી.

## સાચો આત્મભોગ એટલે...

આત્માને ખરેખર રીતે ભોગવવા માટે આત્મા નહીં,
એવી ચીજોનો ઉલ્લાસપૂર્વક ભોગ આપવો તે.
જેમ કે દાનમાં ધનનો, શીલમાં વિષયોનો, તપમાં અન્ન-
આહાર - ભોજનનો અને ભાવમાં અનાત્મ એવા આપણા
મનનો ભોગ આપવાનો છે, ત્યાગ કરવાનો છે, તો જ તે
ખરેખર અર્થમાં 'આત્મભોગ' કહેવડાવવાને લાયક છે.
જ્ઞાન, કર્મ અને ભક્તિ - એ ત્રિવિધ ભાવનાઓ એક
જ આત્માની છે. આત્મા એ કેવળ લાગણીરૂપ, કેવળ
જ્ઞાનરૂપ તેમ જ કેવળ ઇચ્છા કે પ્રયત્નરૂપ નહિ.
એ ત્રણેની સમગ્રતા, અખંડતા એટલે આત્મા.
એટલા માટે જ શાસ્ત્રો અહીં કહે છે કે:
આત્માનો ઉદ્ધાર સમગ્ર આત્માથી જ થવો જોઈએ.
આત્મા પછી અનાત્મા આવે છે.
તે ફક્ત પદાર્થ (matter) નહિ પણ કાંઈ વધારે છે.
અનાત્મામાં જે કાંઈ આત્મા નહિ, તે સમાઈ જાય છે.

# આત્માની ૪૭ શક્તિઓનાં નામ

આત્માના એક જ્ઞાનમાત્ર ભાવમાં અનંત શક્તિઓ રહેલી છે, માટે જ્ઞાનમાત્ર ભાવસ્વરૂપ આત્માનાં રહેલી તે શક્તિઓમાંથી કેટલીક શક્તિઓનાં નામ અહીં ગણાવવામાં આવે છે:

(૧) પ્રભુત્વ શક્તિ : સ્વતંત્ર - સ્વાધીન શક્તિ.

(૨) જ્ઞાનશક્તિ : જ્ઞાનોપયોગમયી જ્ઞાનશક્તિ.

(3) વિરુદ્ધ ધર્મત્વ શક્તિ : તત્ - અતત્‌મયપણું.

(૪) કર્તૃશક્તિ : થવાના આધાર તન્મયપણાંમયી શક્તિ.

(૫) સુખશક્તિ : અનાકુળતા લક્ષણ સ્વરૂપ શક્તિ.

(૬) અતત્ત્વશક્તિ : કોઈ પણ જડરૂપ થતો નથી.

(૭) જીવત્વશક્તિ : ભાવપ્રાણ ધારણ કરવાની શક્તિ.

(૮) સર્વદર્શિત્વ શક્તિ : સામાન્ય ધર્મોને જોવાની શક્તિ.

(૯) સર્વજ્ઞત્વ શક્તિ : વિશેષ ધર્મોને જાણવાની શક્તિ.

(૧૦) ભાવાભાવ શક્તિ : વર્તતા પરિણામના વ્યયરૂપ શક્તિ.

(૧૧) ભાવાભાવ શક્તિ : વર્તતા પર્યાયના ભવનરૂપ શક્તિ.

(૧૨) પ્રકાશ શક્તિ : સ્વસંવેદનમયી - સ્વાનુભવમયી શક્તિ.

(૧૩) અજડત્વ સ્વરૂપ શક્તિ : અજડત્વ-ચેતનત્વ-ચિતિશક્તિ.

(૧૪) દૃશિ શક્તિ : સત્તામાત્ર પદાર્થમાં ઉપયુક્ત થવામયી શક્તિ.

(૧૫) વીર્ય શક્તિ : આત્મસ્વરૂપની રચનાનાં સામર્થ્યરૂપ.

(૧૬) સ્વચ્છત્વ શક્તિ : જેનાથી લોકાલોક પ્રતિબિંબિત થાય.

(૧૭) અસંકુચિત વિકાસત્વ શક્તિ : ક્ષેત્ર-કાળથી અમર્યાદિત.

(૧૮) ત્યાગોપાદાન શૂન્યત્વ શક્તિ : વધ-ઘટ નહિ થવારૂપ.

(૧૯) અકર્તૃત્વ શક્તિ : જ્ઞાતૃત્વમાત્ર પરિણમન સ્વરૂપ.

(૨૦) અભોક્તૃત્વ શક્તિ : જ્ઞાતૃત્વમાત્ર અનુભવન સ્વરૂપ.

(૨૧) નિષ્ક્રિયત્વ શક્તિ : આત્મપ્રદેશોની નિષ્પંદતા - અકંપતા.

(૨૨) અભાવ ભાવ શક્તિ : નહીં વર્તતા પર્યાયના ઉદયરૂપ.

(૨૩) કર્મ શક્તિ : પ્રાપ્ત કરાતો એવો જે સિદ્ધરૂપ ભાવ.

(૨૪) કર્તૃત્વ શક્તિ : થવાપણારૂપ એવો જે સિદ્ધરૂપ ભાવ.

(૨૫) અસ્તિત્વ શક્તિ : સદૃશવિસદૃશ સ્વરૂપ પરિણમન.

(૨૬) અમૂર્તત્વ શક્તિ : વર્ણાદિશૂન્ય સહજ આત્મપ્રદેશ સ્વરૂપ.

(૨૭) નિયત પ્રદેશત્વ શક્તિ : લોકપરિમાણ અસંખ્ય પ્રદેશાત્મક.

(૨૮) વિભુત્વ શક્તિ : સર્વ ભાવોમાં વ્યાપક
એવા એક જ્ઞાનભાવ રૂપ શક્તિ.

(૨૯) અકાર્ય - કારણત્વ શક્તિ : અન્યનું કારણ
અથવા અન્યનું કાર્ય ન હોવું તે.

(૩૦) પરિણામ્ય - પરિણામકત્વ શક્તિ : સ્વપરના જ્ઞાતા
અને સ્વપરનું જ્ઞેય થવાનો આત્માનો સ્વભાવ.

(૩૧) અગુરુલઘુત્વ શક્તિ : ષટ્સ્થાન પતિત વસ્તુ
સ્વભાવની વૃદ્ધિ-હાનિ થવારૂપ અને સ્વરૂપમાં ટકવારૂપ.

(૩૨) ઉત્પાદ - વ્યય - ધ્રુવત્વ શક્તિ :
ક્રમ વૃત્તિ - અક્રમ વૃત્તિરૂપ વર્તના.

(૩૩) અનંત ધર્મત્વ શક્તિ : પરસ્પર ભિન્ન લક્ષણોવાળા
અનંત સ્વભાવોથી ભાવિત એવો એક ભાવ.

(૩૪) તત્ત્વ શક્તિ : તદ્રૂપ ભવનરૂપ પરિણમનરૂપ,
જેથી ચેતન ચેતનપણે રહે - પરિણમે તે.

(૩૫) એકત્વ શક્તિ : અનેક પર્યાયોમાં
વ્યાપક એવા એક દ્રવ્યમયપણારૂપ.

(36) અનેકત્વ શક્તિ : એક દ્રવ્યથી
વ્યાપ્ય અનેક પર્યાયો તે મયરૂપ શક્તિ.

(37) ભાવ શક્તિ : વિદ્યમાન અવસ્થાવાળાપણાંરૂપ યા
અમુક અવસ્થા જેમાં વિદ્યમાન હોય, એવા પણાંરૂપ.

(38) અભાવ શક્તિ : અમુક અવસ્થા જેમાં
અવિદ્યમાન હોય, એવા પણાંરૂપ અભાવ શક્તિ.

(39) ભાવાભાવ શક્તિ : નહિ વર્તતા પર્યાય રૂપે
નહિ વર્તવારૂપ શક્તિ.

(40) ભવન માત્રમયી ભાવ શક્તિ : કારકાદિરહિત
હોવા અથવા થવા માત્રમયી શક્તિ.

(41) ક્રિયા શક્તિ : કારકાનુસાર થવા-પરિણમવાપણાંરૂપ.

(42) અપાદાન શક્તિ : ઉત્પાદ-વ્યયથી આલિંગિત
ભાવનો અપાય થવાથી હાનિ નહિ પામતાં
એવા ધ્રુવપણાંમયી શક્તિ.

(43) અધિકરણ શક્તિ : ભાવવામાં આવતાં
ભાવના આધારપણાંમયી અધિકરણશક્તિ.

(૪૪) સ્વધર્મ વ્યાપકત્વ શક્તિ : સર્વ શરીરોમાં
એક સ્વરૂપાત્મક શરીરના ધર્મરૂપ ન થતાં
પોતાના ધર્મોમાં વ્યાપવા રૂપ શક્તિ.

(૪૫) સાધારણ - અસાધારણ અથવા ઉભય ધર્મત્વ શક્તિ:
સ્વપરના સમાન - અસમાન - સમાનાસમાન એવા
લક્ષણોના ધારણ સ્વરૂપ શક્તિ.

(૪૬) સંપ્રદાન શક્તિ : પોતાથી દેવામાં આવતો
જે ભાવ, તેના ઉપેયપણાંમય,
ઝીલવાના યોગ્યપણાંમય, લેવાના પાત્રપણાંમય શક્તિ.

(૪૭) સંબંધ શક્તિ કે સ્વભાવ માત્ર સ્વસ્વામિત્વમયી
સંબંધ શક્તિ: પોતાના ભાવનો સ્વામી એવા સંબંધમયી
સંબંધશક્તિ - ઈત્યાદિક અનેક શક્તિઓથી યુક્ત આત્મા છે,
તો પણ તે જ્ઞાનમાત્રપણાંને છોડતો નથી.

મનમાં પ્રકાશ પૂરો પાડનાર તત્વ આત્મતત્વ છે.
આત્મતત્વનું અખંડ સ્મરણ પ્રેમને ઉત્પન્ન કરે છે અને
એ પ્રેમ જ આત્માનુભવ કરાવી આપે છે.

## 'આત્મજ્ઞાન' એટલે શું ?

વિશ્વમાં કાર્ય કરી રહેલા પ્રભુને સમજવા,
તેનું નામ 'આત્મજ્ઞાન' છે.

આત્મજ્ઞાન એટલે 'સર્વ જીવો આત્મ સમાન છે' અથવા 'સ્વાત્મા સ્વરૂપથી પરમાત્મ સમાન જ છે' એવું જ્ઞાન અથવા વિશ્વમાં કાર્યરત આત્મશક્તિનું જ્ઞાન.

'યો માં પશ્યતિ સર્વત્ર સર્વં ચ મયિ પશ્યતિ ।' અર્થાત્: જે મને સર્વમાં અને સર્વને મારામાં જુએ છે, તે સમદર્શી છે.

માયાજાળ જેવી વિવિધતાની પાછળ રહેલી એકતાને જોવી.

જે સર્વમાં છે અને જેમાં સર્વ છે,
તે એક શક્તિ, એક જીવન અને એક આત્માને જોવો,
તે 'આત્મજ્ઞાન' છે.

જો તમે તમારા આત્માને પરમાત્મા સાથે એક તરીકે અનુભવવા સમર્થ હો, તો તમે જે ઇચ્છશો, તે પરમાત્મા ઇચ્છશે અને કુદરતની બધી શક્તિઓ તમારી સેવામાં હાજર થઈ તમારી તંગીઓ પૂરી પાડવામાં મદદગાર થશે.

મનનો ધર્મ ભેદ કરવાનો છે, જ્યારે
આત્માનો ધર્મ અભેદ સાધવાનો છે.
મન ભ્રાન્તિ ઉભી કરે છે, જ્યારે
આત્મા ભ્રાન્તિને ઓળંગી જાય છે.

મન વ્યક્તિત્વ-અહંનું કારણ છે, આત્મા એકતાનું મૂળ છે.
આધ્યાત્મિક એકતા સિદ્ધ કરવાની નથી, તે સિદ્ધ જ છે.
આપણે ભેદોત્પાદક મનની પેલી પાર જઈને
તે એકતાનો અનુભવ લેવો જોઈએ.

વાણી અને મન જ્યાંથી પાછા ફરે છે, તે આત્મતત્ત્વ છે.
વિશ્વમાં રહેલા પ્રભુશક્તિના અવલોકન માટે
આત્મજ્ઞાન જરૂરી છે. આત્મા જ આત્માને ઓળખી શકે.
મન, બુદ્ધિ કે ઈંદ્રિયો દ્વારા સૂચન મળી શકે, કિન્તુ
આત્માનો ખરો પુરાવો તો આત્મા જ આપી શકે.
જીવનની પવિત્રતા, વિશ્વબંધુત્વ અને પરોપકારને જેમાં
સ્થાન નથી, તે આત્મજ્ઞાન ન હોઈ શકે. ભિન્ન ભિન્ન
વ્યક્તિઓમાં એક જ મહાચૈતન્યને જોવું, તે આત્મજ્ઞાન.

'अत्तं सरणं | अत्त दीवो भव |'

આત્મા એ જ આત્માનું શરણ છે.

આત્મા એ જ આત્માનો દીપક છે - સ્વયં જ્યોતિ છે.
પહેલું સત્ય: સૌએ પોતે જ પોતાનો વિકાસ કરવાનો છે.
બીજું સત્ય: અહીંનું સર્વ તોડવાથી ત્યાં જે જોડાય છે,
તેમાં વિકાસ છે. વિકાસ થતાં સહજ શક્તિ પ્રગટે છે.
'રસાનાં રસતમ: |' અર્થાત્ બધા રસોમાં ઉત્કૃષ્ટ રસ

એ આત્માનું સ્વરૂપ છે.

તેમાં કોઈ અખાડા, વિદ્યાપીઠ કે ગુરુકુલવાસ કામ ન આવે.
તે માટે તો આત્મા જ આત્માનો અખાડો બની શકે.

આત્મવિકાસના બે અનુપમ સત્યો એટલે...

જીવ સાથે સમત્વ જોડવું અને પુદ્ગલ સાથે સમત્વ તોડવું.
ચીજ મેળવવાની આધ્યાત્મિક શોધમાં શરીર + ચિત્તનાં
વસ્ત્રો ઉતારવાથી જ આત્મતત્ત્વનો ઝુઉદરસ્પર્શ થાય છે.
સ્વાનુભવની શોધ માટે દેહનું મહત્ત્વ, ચિત્તના સંસ્કારો
નહીં, અહંબુદ્ધિને તપની પ્રચંડ ભઠ્ઠીમાં ઓગાળવા પડે છે.

કર્મના કર્તા તરીકે ઈશ્વરને માનનાર કરતાં
કર્મનો નાશ કરી પોતાના સ્વરૂપમાં રહેનાર પરમાત્માને
ઈશ્વર, પરમેશ્વર માનનાર જૈનો શ્રેષ્ઠ છે.

જગત્કર્તા ઉપર પ્રપત્તિભક્તિ, શરણાગતિ, સર્વસમર્પણભાવ
અનુભવી શકાય છે, કેમકે તે પોતાનો જ આત્મા છે.

આત્મસ્વરૂપનાં પ્રથમ દર્શન કરીને પછી નાના પ્રકારની
વિદ્યા મેળવનાર સૂર્યવત્ તેજસ્વી થઈ રહેશે.

આત્મા સુખસ્વરૂપ છે, આનંદઘનસ્વરૂપ છે.

આત્મા સિવાય જેટલું સુખ હોય છે,
તેમાં આત્માના સુખની ફક્ત છાયા જ હોય છે.
છાયા અપૂર્ણ અને ક્ષણિક હોઈ અલ્પ સમય રહે છે,
તેમ પરવસ્તુમાં પડેલ આત્મસુખની છાયા અપૂર્ણ છે.

આત્મા એ કર્મ વડે જગતનો કર્તા, ઈશ્વર છે અને
જ્ઞાન-દર્શન વડે ઈશ્વર નહિ પણ પરમેશ્વર, દેવાધિદેવ છે.

આ જગતનો પાયો ચૈતન્ય છે.
તેને જ આત્મા, બ્રહ્મ, પરમાત્મા વગેરે નામો અપાય છે.

# સત્યના ૪ મહાવાક્યોનું તાત્પર્ય

'આત્મા સત્‌સ્વરૂપ છે, આત્મા ચિત્‌સ્વરૂપ છે,
આત્મા આનંદસ્વરૂપ છે, પરન્તુ નામરૂપાત્મક નહિ.'
આ વાક્યો કરતાં વધારે ટૂંકી રીતે,
વધારે સચોટરૂપે, વધારે ભવ્યરૂપે પોતાની ભાષામાં
માનવે કદી સત્યનું પૂર્ણ વર્ણન આપ્યું નથી.
'સત્ય સદા સરલ અને સ્પષ્ટ હોય છે' એ પ્રતીતિ
આ વાક્યો - મહાવાક્યો વડે સૌ કોઈ કરી શકે છે.
જેના પર તમારો અધિકાર નથી, તેને તમે ઇચ્છશો નહિ.
તમારો અધિકાર પેટપૂર અન્નનો છે,
એથી વધારેની ઇચ્છા રાખો, તે ખોટી છે.
જે તમારું પોતાનું છે, તે જ તમારી પાસે રહી શકશે.
તમારી પોતાનો તો એકમાત્ર આત્મા જ છે.
એને પામીને જ આનંદિત સ્વતંત્ર આત્મારામ થઈ શકશો.
આત્માના અનુભવ વગર બીજે કોઈ ઠેકાણે મોક્ષ નથી.
જે સર્વમાં આત્મા અનુભવે, એને જીવતાં જ મોક્ષ છે.

# આત્મપ્રતીતિ 3 રીતે

(૧)પારાની દાબડીમાં અનાજની જેમ ચૈતન્યની હાજરી
માત્રથી શરીર ન સડે. પારાની જેમ ચૈતન્ય ચાલ્યું જાય,
તો અનાજની જેમ શરીર સડી જાય, ખલાસ થઈ જાય.

(૨) શરીરમાં ફેરફાર થાય છે, કિન્તુ
જાણવાના સ્વભાવવાળો આત્મા તો જાણતો જ રહે છે.
તેમાં હાનિ-વૃદ્ધિ કે સ્વભાવમાં પલટો આવતો નથી.
વસ્તુરૂપ જોવા માટે સૂર્યપ્રકાશ જોઈએ, કિન્તુ
એવા કોઈપણ પ્રકાશ વિના મન વસ્તુને જોઈ શકે છે,
કારણકે તે પ્રકાશ પૂરો પાડનાર આત્મા છે.

(3)શરીરમાં આત્મા જેવી કોઈ અપૂર્વ વસ્તુ રહેલી છે,
એ વાતનું અખંડ સ્મરણ આત્મતત્ત્વ પર પ્રેમ વધારશે.
એ પ્રેમ એક વખત આત્માનુભવમાં પરિણમે, ત્યારે
શરીરમાં આત્માનું અસ્તિત્વ પારાની જેમ સાબિત થાય છે.
પછી આત્માને પરમ શાંતિનો અનુભવ થયાં કરે છે.
એ સિવાય શાંતિ મેળવવાના ઉપાયો કારગત નિવડતાં નથી.

'આત્મા પરમાત્મા સમાન છે' એ વાત
જેટલું સાચું છે, તેટલું જ સાચું આત્માને પરમાત્મરૂપે
સમજાવનાર પરમાત્માના સમાન આપણો આત્મા નહિ,
કિન્તુ નિમ્નાદિ હીન કે નીચ છે, તેમનું ઋણ ચૂકવવાને
માટે અસમર્થ છે, એ વાત પણ છે.
સર્વદિ સમાન છે પણ અહૈતુકી કરુણા વર્ષાવનાર
તીર્થંકરોના આત્માદિ સમાન નહિ, કિન્તુ
તેમનો ઋણી અને ઋણ ફેડવા અસમર્થ કિંકરનો ય કિંકર છે,
માટે એ ભાન જરા પણ જવું ન જોઈએ.
તેના આધારે જ લઘુકર્મિતા આવે છે.
લઘુકર્મી આત્માને કૃતોત્કૃષ્ટ ભાન ભાળવાયા થાય છે.
તીર્થંકરોને ત્રણ ભુવનના સ્વામી માન્યાં સિવાય પોતે
ત્રણ ભુવનના અગ્રપદને પામવા માટે લાયક થઈ શકતો નથી.
'આત્મા પરમાત્મા છે' એ જ્ઞાનની જેમ
'પરમાત્મા આત્માના અનંત ઉપકારી છે'
એ ભક્તિ પણ એટલી જ જરૂરી છે.

## આત્મા ઉપર ૭ નયો

(૧) નૈગમ - આત્મા ગુણી અને પર્યાયવાન છે.
વસ્તુ સામાન્ય અપેક્ષાએ - દ્રવ્યાર્થિક દ્રષ્ટિએ નિત્ય છે.

(૨) સંગ્રહ - આત્મા અસંખ્ય પ્રદેશી છે.
વસ્તુ સામાન્ય અપેક્ષાએ નહિ - પર્યાયાર્થિક દ્રષ્ટિએ અનિત્ય.

(3) વ્યવહાર - આત્મા વિષયી - દેહધારી છે.
વસ્તુ સામાન્ય અપેક્ષાએ છે - નહિ. નિત્યાનિત્ય છે.
દ્રવ્યાર્થિકથી નિત્ય - પર્યાયાર્થિકથી નહિ,
પર્યાયાર્થિકથી અનિત્ય - દ્રવ્યાર્થિકથી નહિ.

(૪) ઋજુસૂત્ર - આત્મા ઉપયોગવાન છે.
પરસ્પર વિરુદ્ધ બંને ધર્મો એક સાથે કહી શકાય નહિ.

(૫) શબ્દ - આત્માનાં નામ જીવ, ચેતના વગેરે છે.
અવક્તવ્ય છતાં સામાન્ય અપેક્ષાએ દ્રવ્યાર્થિકથી નિત્ય છે.

(૬) સમભિરૂઢ - આત્માની અર્થ ઘટના છે.
અવક્તવ્ય છતાં સામાન્ય અપેક્ષાએ કહી શકાય નહિ.
બંને છતાં પર્યાયાર્થિકથી અનિત્ય છે.

(૭) એવંભૂત - આત્મા અનંત, જ્ઞાન, દર્શન, ચારિત્ર આદિ સત્તાવાન છે. અપેક્ષાએ છતાં ફરી શકાય, ન ફરી શકાય. બંને છતાં દ્રવ્યાર્થિકથી પર્યાયાર્થિકથી નિત્યાનિત્ય છે.

આત્માની સંકલ્પ સાચો હોય,

તો ફળીભૂત થયાં વિના રહેતો નથી.

જેવો વિચાર જીવ કરે છે, તેવા પરમાણુ ખેંચે છે.

લોકોત્તર દૃષ્ટિએ આરોગ્ય એટલે સ્વસ્થતા,

પરન્તુ જ્યાં શુદ્ધ આત્મા આત્મામાં ન હોય,

ત્યાં શુદ્ધ સ્વસ્થતા ન કહેવાય.

આત્મા અનંત સુખથી ભરેલો છે.

તેનામાં રોગનું નામ નથી. રોગ મન - શરીરમાં છે.

મુક્તિ પ્રાપ્ત થશે, ત્યારે જ સાચું આરોગ્ય પ્રાપ્ત થશે.

સ્વાત્માનુભૂતિ એ સમ્યગ્દર્શન છે.

પોતાના આત્માનો અનુભવ કે દર્શન એ જ સમ્યગ્દર્શન છે.

'પોતાના આત્મા જેવા જ જગતના આત્મા છે'

એમ માની દાન-દયાદિમાં પ્રવૃત્ત થવું, તે એનો ફળ છે.

સમષ્ટિમાં રહેલા શાશ્વત સત્યને સત્તાસામાન્ય
અથવા 'બ્રહ્મ' કહેવામાં આવે છે.

વ્યષ્ટિમાં તેને 'આત્મા' કહેવાય છે. વળી આત્મા અને બ્રહ્મ સમાનધર્મા જ હોવાથી બન્ને વચ્ચે એકતા છે. બ્રહ્મ તો પિંડમાં અને બ્રહ્માંડમાં નિરંતર વિલસે છે અને આકાશની જેમ વ્યાપક, એક અને અખંડ છે. આત્માની શોધ વગર આત્માની સુધારણા ન થઈ શકે.

આત્મા વગરનું જીવન એ મરણ જ છે.

આત્માની પ્રાપ્તિ એ બ્રહ્મની સમાપ્તિ.

જેને સત્ય જડ્યું, તેને ભય શો?

જેણે દર્શન કર્યું, તે ડગે શાનો?

પરમાત્મપરાયણ થનારને જ શુદ્ધ આત્મદેવનું શરણ મળે. ભક્તિભાવના અનુગ્રહ દ્વારા આત્મદર્શન થાય. આત્માને જો જાણવો હોય, તો પરમાત્માને નમવું જ જોઈએ. પરમાત્મનો નમસ્કાર હાથ પકડીને આત્માને દોરાડે છે, આત્મદર્શન કરાવનાર સાધનોનો યોગ મેળવી આપે છે.

## 'આત્મા' એટલે ચૈતન્યશક્તિ.

આત્માની પ્રેરણા ન હોય, તો કર્મ કોણ ગ્રહણ કરે ?
જડ પદાર્થમાં કોઈપણ પ્રકારની સ્વતઃ પ્રેરણાશક્તિ નથી.
સુખ-દુઃખ, હર્ષ-શોક, માન - અપમાનનો ભોક્તા જીવ છે.
કર્મ ઘટે છે, વધે છે. જેમાં વધ - ઘટ થતી હોય,
તે પૂર્ણ કારણ મળે, તો સંપૂર્ણ નાશ પણ થાય.
આત્મા સ્વસ્વભાવમાં વર્તે, ત્યારે કર્મનો કર્તા નથી.

આત્મભાન ભૂલી પરભાવમાં પ્રવૃત્ત થાય,
ત્યારે કર્મનો કર્તા થાય છે.

કર્મબંધના ત્રણ કારણો: રાગ - દ્વેષ - અજ્ઞાન.
આત્મજ્ઞાનથી આ ત્રણેનો સંપૂર્ણ નાશ કરી શકાય છે.
મોક્ષે જનાર મનુષ્ય સર્વ જીવોને આત્મરૂપ જોનાર છે,
તેમ ન જોનાર જીવ મોક્ષે જવાનો નથી.
આપણો ખરો બચાવ કરનાર શોધી, આશ્રય લેવાની
જરૂર છે અને તે આપણો શક્તિવાન 'આત્મા' જ છે.
તેને ઓળખવો એમાં જ કલ્યાણ છે.

જેમ સમુદ્ર નદીઓથી પુરાતો નથી, સૂર્યથી સુકાતો નથી,

બસ, તેવી જ સ્થિતિ આત્માની છે.

આત્મા પોતે જ એટલો મહાન છે કે

નદીથી પુરાવાની જેમ સુખ પામતે છલકાતો નથી અને

સૂર્યથી સુકાવાની જેમ દુઃખ પામતે દીન થતો નથી.

આત્માની મહત્તા જાણનારને મન

સંપત્તિ - વિપત્તિ એ ફૂદું, ફૂલકું અને અકિંચિત્કર છે.

ઇચ્છાઓનું બીજ અજ્ઞાનદશામાં રહેલું છે.

આત્મદૃષ્ટિ થયાં વિના, ઉત્તમ વિચારબળ - જ્ઞાનશક્તિ

પ્રકટ થયાં વિના ઇચ્છાના બીજનો નાશ થઈ શકતો નથી.

'આત્માને ઓળખવો' એટલે આત્માનો અનુભવ કરવો.

તે અનુભવ જ શાંતિ અને સુખનો હેતુ છે.

ધ્યાનાદિ વડે આત્મસ્વરૂપ પ્રગટ કરી શકાય છે.

સત્યસ્વરૂપ આત્માનો પ્રકાશ સત્કર્મથી પ્રગટે.

આત્મા સદા ટકનારી વસ્તુ છે, અનાત્માનો સંબંધ

સદા ટકનારો નથી, એ વસ્તુ ભલે ટકનારી હોય.

અરૂણોદયની પાછળ સૂર્યોદય રહેલો છે.

દેહદૃષ્ટિ ભૂલી આત્માકારવૃત્તિ જગાડો, તો

તિરસ્કારવૃત્તિ દૂર થઈ આત્માકારવૃત્તિ,

પ્રેમલક્ષ તથા આત્મલક્ષ પ્રગટ થવા લાગશે.

આત્મા પોતે, પોતાને, પોતા વડે, પોતામાંથી પ્રગટ કરે છે.

અભિમાનને લીધે પોતાનામાં જ સર્વસ્વ જોવાની વૃત્તિ તે આત્મશ્રદ્ધા નહિ પણ દુઃખના વિપરીત સંયોગોમાં અડગ ઊભા રહેવાની શક્તિ તે 'આત્મશ્રદ્ધા' છે.

આત્માનો બન્ધુ અને રિપુ કોણ ?

આપણા ઉપર આપણા આત્મા સિવાય બીજું કોઈ અપકાર કરી શકતું નહિ. પરનો આભાર ન માનવાથી જ અપકાર થાય છે, તો અપકાર કરનાર પર નહીં પણ પરનો ઉપકાર ન માનનાર પોતે જ બને છે.

'આત્મા જ આત્માનો બન્ધુ અને રિપુ છે' એમ શાસ્ત્રો કહે છે, તે આ અર્થમાં સમજવાનું છે. પરનો આભાર ન માનનાર આત્મા આત્માનો શત્રુ છે.

પરનો ઉપકાર પોતાના માથે ચઢાવનાર આત્મા જ
આત્માનો બંધુ છે. પર હંમેશા ઉપકાર જ કરે છે.
તે ઉપકારને પોતે સ્વીકારે, તો પોતાનો બંધુ બને છે.
અસ્વીકાર કરે, તો અસ્વીકાર કરનારો પોતે જ
પોતાના હાથે પોતાનો શત્રુ બને છે.

<u>સર્વ જીવો ઉપર આત્મદૃષ્ટિ રાખ્યા વિના કોઈપણ
આત્મા કદી ભાવશાંતિ - ચિત્તસમાધિ પામી શકતો નથી.</u>

તત્ = પરમાત્મા, ત્વં = જીવાત્મા.
જીવાત્મા અને પરમાત્મામાં સ્વરૂપ દૃષ્ટિએ ભેદ નથી,
લક્ષ્યાર્થ દૃષ્ટિએ બંનેનો અભેદ છે.

આત્માનો જ્ઞાનસ્વરૂપે અનુભવ શાસ્ત્રોનું તાત્પર્ય છે.
આત્મા અજન્મ - અજર - અમૃત છે, તેથી સત્રૂપ છે.
આત્મા સ્વયંપ્રકાશ - અન્યપ્રકાશક - અનન્યપ્રકાશ્ય છે,
તેથી આત્મા ચિદ્રૂપ છે.
નિત્ય, નિરતિશય, નિરૂપાધિક સુખ આત્માનું સ્વરૂપ છે.
વિષયસુખ અનિત્ય, સાતિશય અને સોપાધિક છે.

આત્મજ્ઞાન દુર્લભ નહિ, એનો અધિકાર દુર્લભ છે.
આત્મા મુક્તિકામ છે. તેમાં ઇચ્છામાત્રની સમાપ્તિ છે.
તેની પ્રાપ્તિમાં સર્વેષણાનો ત્યાગ સરળ છે. વૈરાગ્યમાં
મિથ્યા - અનાત્માનો ત્યાગ + સત્યનું - આત્માનું ગ્રહણ છે.
ભૂમિતિના બિંદુ અને સીધી લીટીની જેમ આત્માનું પ્રથમ
ગ્રહણ હોય છે. સર્વ પ્રાપ્ત વસ્તુઓની પ્રાપ્તિમાં નહિ,

પરંતુ મુક્તિકામતાની - આત્માની ઓળખમાં છે.

સર્વેષણાના ત્યાગમાં સત્યસંકલ્પતા છે એટલે કે
આત્માની ઓળખમાં અપ્રતિહત ઐશ્વર્ય છુપાયેલું છે.
આત્મા આત્માનું દુઃખ જોઈ શકતો જ નહિ, એટલે
બીજાનો આત્મા થોડીક પણ નિર્બળતા પ્રાપ્ત કરે છે,
તેમનાથી દુઃખી જીવોના હિતની ચિંતા થતી જ હોય છે.
સર્વ જીવોની વહારે ધાવું, તે ઊંચા દળવાળા આત્માનું
લક્ષણ છે. આત્માનું આત્મા પ્રત્યેનું આકર્ષણ અજોડ છે.
કોઈ પણ ક્ષેત્ર કે કાળમાં ઊંચા ભાવવાળા આત્મદ્રવ્યો
વિચરતા હોય, તે ક્ષેત્ર અને કાળ પણ ઊંચા બની જાય.

આત્મામાં રહેવું, તે અધ્યાત્મ.

અધ્યાત્મ એ આત્માને ઉદ્દેશીને પંચાચારનું પાલન કે આત્મામાં જ જ્ઞાનાચારાદિ પાંચ આચારોનું પાલન અથવા આત્મસ્વરૂપમાં અવસ્થિતિ એ જ પંચાચારોનું પાલન છે.

'અધ્યાત્મ' એટલે આત્મવિશુદ્ધિ.

સિદ્ધાનુસ્મરણ દ્વારા 'સ એવાઽહમ્ ।' એ ભાવનું પોતાના આત્મામાં સ્થાપન કરવું, એ 'તાત્ત્વિક પ્રતિષ્ઠા' છે.

શાસ્ત્રવિધિથી જિનપ્રતિમાની પ્રતિષ્ઠાથી શું થાય?

અનાદિ અવિદ્યાજનિત દેહાત્મ બુદ્ધિનો વિલય થાય છે અને પરમાત્મબુદ્ધિનો વિકાસ થાય છે, તેથી પ્રભુપ્રતિષ્ઠા અને શાસ્ત્રવિધિથી જ જિનપ્રતિમાનું અર્ચન-પૂજનાદિ સર્વ જનસમૂહને અત્યંત હિતકારી છે, ભવોદધિમાં બુડતાં અજ્ઞાની જીવોને આત્મજ્ઞાનનો પ્રકાશ આપનારું છે અને આત્મવિસ્મૃતિને ટાળી નિશ્ચયથી પરમાત્મસ્વરૂપ એવા પોતાના આત્માના નિજરૂપને સ્મરણ કરાવનારું છે.

આત્મા બહિરાત્મભાવમાં જાય, તો આત્મઘાત થાય છે.

આત્માનો અસલી ગુણ સર્વજીવહિતચિંતા છે.

ૐ = પરમાત્મા, ન = સૂર્ય - આત્મા, મો = ચંદ્ર - મન.

સૂર્યરૂપી આત્મામાં ચંદ્રરૂપી મન મળી જાય,
તો તે આત્મા પોતે જ પરમાત્મારૂપ બની જાય.

સાધના ધર્મધજા ફરકાવવા નથી;
આત્માનું કલ્યાણ સાધવા, મનના વિરાગ, રાગ-દ્વેષાદિ
દોષોથી મુક્તિ, પરમાત્મતત્ત્વ ઉપર પ્રીતિ માટે છે.

આત્મા જ પ્રીતિનું ધામ હોઈ શકે, અનાત્મા નહીં.
આત્માની પ્રિયતા જ બધા પદાર્થોને ઉછીની મળે છે.
આત્માને અનાત્મા પણ પ્યારો લાગે છે, તે આત્માના
સંબંધથી. મડદા ઉપર કોઈ પ્રેમમાં કેમ પડતું નથી?
મુડદાનો નિકાલ કરવાની પ્રવૃત્તિથી સમજી શકાય છે
કે શરીર ઉપરનો પ્રેમ પણ આત્માને લીધે જ છે.
અનાત્મ પદાર્થોમાં પ્રીતિ એ તો વિવેકનો અંધાપો છે.
આત્મા જ્યારે સંસારના પદાર્થોમાં રાગાત્મક સંબંધ જોડે,
ત્યારે તે પતનનું કારણ બને છે, કેમકે તેમાં મોહ છે.

## આત્મદર્શન એ જ એક શરણ છે.

આત્મદર્શનમાંથી પ્રેમ, ધ્યાનની ગંગા - જમના વહે છે.
તેમાં ઈચ્છા - તૃષ્ણાનો ઘાત, મોહનું મરણ, શક્તિનો અંત છે.
આત્મા આત્મા હોવાથી જ સુખધામ છે.
ખરી રીતે જોતાં અનાદિકાળથી અનંતકાળના આગમો,
સ્તુતિવચનો વગેરે આપણા આત્માને જ
સ્તવે - ગાય - નિનાદે - ઘોષે - ગુંજાવે - ધ્વનિત કરે છે.

આત્મા અને તીર્થંકરમાં દ્વૈત નથી,
હતું નહીં, છે નહીં અને ભવિષ્યમાં પણ નથી.

અશુદ્ધ નિશ્ચય પરમાત્માને કારણ-કાર્યરૂપે ભિન્ન માને છે.
આત્મા તે કારણ છે - પરમાત્મા તે કાર્ય છે પણ શુદ્ધમાં
કાર્ય - કારણ જેવું કશું છે જ નહીં. 'પિંડ' એટલે સાકાર
પરમાત્મા અને 'બ્રહ્માંડ' એટલે નિરાકાર પરમાત્મા.
'સર્વ જીવોને આત્મરૂપ જાણી અને આત્માને પરમાત્મ-
રૂપ અનુભવો' એ જ સર્વ ધર્મશાસ્ત્રનો સાર, એ જ
પરમ ધર્મ છે અને એના આધારે જ વિશ્વ ટકી રહ્યું છે.

**નિમ્નલિખિત વિચાર જ શાશ્વત સુખની ચાવી તથા નિઃશ્રેયસ થવા માટેનું પ્રથમ પગથિયું છે:**

આત્મા ધ્રુવતત્ત્વ છે અને એની સાથે પૌદ્ગલિક સંબંધ ઉત્પાદ-વ્યયયુક્ત છે અથવા આત્મા કૂટસ્થ છે અને એનો વિભાવ સુખ-દુઃખનાં કારણભૂત રાગ-દ્વેષ રૂપી પરભાવ ક્ષણિક, પરિવર્તનશીલ અને અનિત્ય છે.

આત્મામાં જ રહેવું, તે 'અધ્યાત્મ' અને અધ્યાત્મનું મૂળ એટલે...

પ્રકૃતિના લક્ષ્યપૂર્વક જીવનવિહારનું સ્વૈચ્છિક નિયંત્રણ. ખરો આધ્યાત્મિક ખાવું-પીવું, ઉઠવું-બેસવું, હરવું-ફરવું આદિ દરેક ક્રિયાઓ માત્ર આત્મા માટે જ કરે છે.

**આત્માના જ્ઞાનથી વધુ દુર્લભ શું?**

જાણવા જેવો છે પોતાની જાત અને તેમાં રહેલા પરમાત્મા એટલે કે પોતાનો જ પરમાત્મભાવ, તે સિવાય બીજું જાણવા યોગ્ય જ નથી.

આત્માનું જ્ઞાન દુર્લભ નથી, મોહને મારવો દુર્લભ છે.

આત્મા આત્માને યાદ ન કરે અને ઉપેક્ષા કરે,
ત્યાં શુદ્ધ આત્માને કેવી રીતે પામે ?
જગતના આત્માની ઉપેક્ષા એ સ્વાત્માની જ ઉપેક્ષા છે,
જગતના આત્માનો આદર એ સ્વાત્માનો જ આદર છે,
કેમકે ત્યાં પરસ્પર સજાતીયતાનો સંબંધ છે.
દેશ અને કાળ ક્રમાવચ્છેદેન આત્માનું
અસ્તિત્વ જાણનારો જ આત્મતત્ત્વને જાણનારો છે.
દેશાવચ્છેદેન આત્માનું અસ્તિત્વ જાણવું,
તે શુક્લધ્યાનનો પ્રથમ ભેદ છે અને
કાલાવચ્છેદેન આત્માનું અસ્તિત્વ જાણવું,
તે શુક્લધ્યાનનો બીજો ભેદ છે.
એકમાં સર્વાત્મભાવ છે, બીજામાં પરમાત્મભાવ છે.
એકમાં સર્વ આત્માને નિજ આત્મસમાન અનુભવવાનું છે.
મનને જીતવાનો, ચિત્તને નિર્મળ બનાવવાનો અને
આત્માને ઉજ્જવળ કરવાનો માર્ગ છે:
બીજામાં નિજ આત્માને પરમાત્મ સમ અનુભવવો તે.

# ૪ પ્રકારના આત્મા

(૧) વિજિતાત્મા = મન ઉપર કાબુ રાખનાર.

(૨) વિશુદ્ધાત્મા = મનની નિર્મળતા ધરાવનાર.

(૩) વિજિતેન્દ્રિયાત્મા = ૫ ઇંદ્રિયો ઉપર કાબુ ધરાવનાર.

(૪) સર્વભૂતાત્મભૂતાત્મા = તમામ જીવને પોતાના જ આત્માની જેમ જ અને આત્મદૃષ્ટિએ અભેદ જોનાર.

આત્માને સ્વરૂપે ત્યાગ જ ભાવે છે.

ત્યાગ અને સમર્પણમાં જ આનંદ છે.

આત્મદાન એ સૌ દાનોમાં પરમ દાન છે.

આત્મા સાચે જ જોવા જેવો, સાંભળવા જેવો, મનન કરવા જેવો અને ધ્યાન ધરવા જેવો છે.

આત્મશુદ્ધ પુરુષ નિઃસ્પૃહ, નિર્મમ, નિરહંકાર જ રહે અને આ ત્રણ રહે, ત્યાં શાંતિ રહે જ.

આત્માને લાગતી સંપૂર્ણ સાચી સમજ જ અહિંસાના મહાકાયદાને જીરવવાનું બળ આપે છે.

આત્મભાવે આખું જગત આપણું કુટુંબ છે.

'આત્મજ્ઞાન' એટલે જાતને લગતી સાચી સમજ.

મોહ કર્તવ્યમૂઢતા લાવે છે.

મોહને મચક આપવી એટલે આત્માને ગુમાવવો.

મોહના રાજરોગના ભોગ બનનારને રોગરહિત થવા માટે આત્મજ્ઞાનની ગુટિકા જ જોઈએ.

આત્મજ્ઞાનનો વ્યવહારમાં અમલ એ કર્મયોગ છે.

વિષયોના ધ્યાનથી આત્મબુદ્ધિનો અને આત્માના ધ્યાનથી છેવટે અનાત્મબુદ્ધિનો કે વિષયબુદ્ધિનો નાશ થાય છે.

આત્માની ભાવઅરિહંત રૂપે ચિંતવના કરી શકાય.

સ્ફટિક મણિની જેમ આત્મા પણ ધ્યાન દ્વારા ધ્યેયમય બને કે પ્રત્યેક દ્રવ્યમાં તેના ભૂત-ભાવિ પર્યાયો વર્તમાનમાં દ્રવ્યતયા વિદ્યમાન હોવાથી વિદ્યમાન પર્યાયોનું ધ્યાન કરવામાં ભ્રાન્તિ નથી. જો ભ્રાન્ત હોય, તો કલ્પિત જલથી જેમ તૃષા શમતી નથી, તેમ ફળની પ્રાપ્તિ પણ ન થાય.

આત્માને અરિહંત-સિદ્ધરૂપે ધ્યાવવાના ફળરૂપે ચરમશરીરીને મુક્તિ અને અચરમશરીરીને ભુક્તિ મળે છે.

આત્માને જાણવા માટે શ્રવણાદિ કરવા જોઈએ. એક આત્માનું જ્ઞાન થતા સંસારનું સમસ્ત જ્ઞાન થાય છે. પતિ, પત્ની, પુત્ર, પશુ વગેરે પ્રિય થાય છે, તે એ બધા પ્રિય થાય એવા છે, માટે નહીં પણ આપણામાં બિરાજતો સદા આત્મા રહેલો છે, તેટલા માટે તે આત્માને પ્રિય થાય છે.

માટે સૌથી પ્રિય તો આત્મા જ છે.

## પરહિતચિંતાનું ધ્યાન શું કરે?

જ્યારે એક આત્મા ૧ મિનીટ માટે પણ પરહિતચિંતાનું ધ્યાન ધરે, ત્યારે તે પરમાત્માના ધ્યાનમાં પ્રવેશવાની લાયકાત મેળવવા સાથે સાથે ધર્મની અચિન્ત્ય શક્તિના સંબંધમાં આવતા અશુભ બળોની તાકાત ઘટાડે છે અને તે મંગળમય વાતાવરણમાં પ્રાણ પૂરનારી બને છે.

ત્રિભુવનપતિ શ્રી અરિહંત પરમાત્માના સર્વોચ્ચ આત્મભાવનાં ધ્યાનમાંથી આત્મામાં જે બળ ઉઘડવા માંડે છે, તે બળથી વિશ્વ ક્યારેય જુદું ન રહી શકે, જુદું ન હોઈ શકે. આત્માની શક્તિ અનંતાનંત છે.

આત્મા આત્માને, આત્મા માટે, આત્મા વડે,
આત્મામાં પ્રણામ કરે છે, એ <u>નિશ્ચયનયનો નમસ્કાર</u> છે
તથા આત્મા પરમાત્માને અને વિશ્વાત્માને
આત્મા વડે, આત્મા માટે, આત્માથી, આત્મામાં
પ્રણામ કરે છે, એ <u>વ્યવહારનયનો નમસ્કાર</u> છે.

* વિભાવ પરિણતિ તે આત્માનો મૂળ ધર્મ નથી.

સંસારી આત્મા પરાનુગત થઈ રહ્યો છે,
તેને જો બળાત્કારે સ્વરૂપમાં જોડીએ, તો ટકી શકે નહીં.
આત્માનું અને પરમાત્માનું સ્વરૂપ તુલ્ય છે,
તેથી તે સ્વરૂપે રસિક થાય, તો કર્માવરિત છતાં સ્વરૂપ
રુચિ ઉપજે. તે રુચિથી સ્વરૂપને સદ્દહે, જાણે, તેમાં રમે,
ઉદ્યમ કરે, પરભાવ તજે અને અનુક્રમથી સંપૂર્ણ સ્વરૂપ પામે.
તે માટે પરમાત્માની ભક્તિનો રંગી થયેલો આત્મા
શુદ્ધ કારણના રસથી તત્ત્વપરિણતિમાં મગ્ન થઈ શકે તથા
પોતાના આત્મસ્વરૂપને જોતો, ધ્યાવતો, સંભારતો અને
પ્રગટ કરવાના પ્રયત્ન કરતો થઈ જાય.

આત્માનો ગ્રાહક ભાવ અટકે અનાદિની પરગ્રાહકતા તજે. એટલે આત્માની પરિણતિ આત્મધર્મની ગ્રાહક થઈ, તે કર્માદિક ગ્રહણ ન કરે, તેટલો સંવર પરિણતિ થઈ. આત્મવીર્ય એ સ્વરૂપ ગ્રાહક ભાવ અટકે પુદ્ગલ કર્મ આત્મપ્રદેશે ટકે નહીં, સદ્પુદ્ગલ નિર્જરાને નિઃકર્મા થાય. એ રીતે આત્માનું સિદ્ધપણું પરમાત્માના આલંબને છે, એ જ સાધકને પ્રભુનો પરમ ઉપકાર - પરમ આધાર છે.

## આત્માની શુદ્ધિ કેવી રીતે થાય?

'જે સુખ પોતાને અભિષ્ટ છે, તે સુખ સર્વને મળે' અને 'જે દુઃખ પોતાને અનિષ્ટ છે, તે સર્વને ન મળે' એ જાતનો ભાવ જાગ્યા વિના આત્માની શુદ્ધિ કેવી રીતે થાય? ઈર્ષ્યા, અસૂયાદિ ચિત્તના મલો કેવી રીતે નાશ પામે? પરમાત્માની ભક્તિમાં નડતાં વિક્ષેપો કેવી રીતે દૂર થાય? સમસ્ત પ્રદેશે કર્મના ભારથી ભરેલો અને વાસનાનાં જોરથી પરાભૂત થયેલો આત્મા હલકો કેવી રીતે બને? આત્મા વાસનાથી નિર્મુક્ત કેવી રીતે થાય?

## આત્માના ધર્મની અનાત્મા શરીરમાં કલ્પના

(૧) આત્મા અવિનાશી છે, કિન્તુ
એના બદલે ક્ષણભંગુર શરીરને અવિનાશી માનવું.

(૨) આત્મા સ્વભાવથી સુખરૂપ છે,
તેના બદલે દુ:ખરૂપ સુખશૂન્ય શરીરને
સુખરૂપ બનાવવાનો અનવરત પ્રયત્ન કરવો.

(3) આત્મા પરમ પવિત્ર છે, તેના બદલે
અપવિત્રતાના ધામરૂપ શરીરને પવિત્ર માનવું.

આત્માના ધર્મોને પરમાર્થ તરીકે જાણનારી દૃષ્ટિ
એ જ્ઞાનદૃષ્ટિ અથવા દિવ્યદૃષ્ટિ છે.

બુદ્ધિના અવિવેકથી આત્માને બંધની પ્રાપ્તિ છે.

સ્વાત્માની કામના પૂર્ણ કરવા બધા પ્રિય લાગે છે,
તેથી બૃહદારણ્યકનો નિત્ય પાઠ આત્મસિદ્ધિ માટે છે:
'આત્મા વા રે શ્રોતવ્યો મન્તવ્યો નિદિધ્યાસિતવ્યો ।'
અર્થાત્: આત્મા સાંભળવા યોગ્ય, માનવા યોગ્ય અને
અત્યંત અભ્યાસ કરવા યોગ્ય છે.

# આત્મશક્તિ

'अहोऽनन्तवीर्योऽयमात्मा विश्वप्रकाशकः ।
त्रैलोक्यं चालयत्येव ध्यानशक्तिप्रभावतः ॥'

અર્થાત્: આશ્ચર્ય છે કે વિશ્વને પ્રકાશિત કરનાર અનંત વીર્યવાન એવો આ આત્મા જ ધ્યાનની શક્તિના પ્રભાવથી આ ત્રણે લોકને ચલાવે છે.

'ईश्वरः प्रेरितो गच्छेत् स्वर्गं वा श्वभ्रमेव वा ।
अन्यो जन्तुरनीशोऽयमात्मनः सुख - दुःखयोः ॥१॥'

અર્થાત્: ઈશ્વરપ્રેરીત આ જીવ સ્વર્ગ કે નરકમાં જાય છે. આ આત્માને સુખ-દુઃખ આપવા બીજો જીવ સમર્થ નથી. આપણા સર્વ વિકલ્પોથી આપણે જેને ચિન્તવીએ છીએ, તે આપણે પોતે જ છીએ.

આત્માની પરિણમન શક્તિ અચિન્ત્ય છે.
જે જે ભાવમાં એ પ્રવેશે, તદ્-તદ્રૂપ એ બનતો જાય છે.
આમ જે [illegible] છે, તે આત્મા છે અને તે જ ઉપયોગી છે.
દેવના ધ્યાનથી દેવરૂપે થઈને આ આત્મા દર્શન દે છે.

જિનવરનો આત્મા એ સદ્ગુરુનો આત્મા,
સદ્ગુરુનો આત્મા તે મારો આત્મા,
મારો આત્મા તે જ સર્વ જીવોનો આત્મા.

જિન, ગુરુ, આત્મા, સર્વ જીવો - એ બધા જ શબ્દો જુદા જુદા છે, કિન્તુ બધામાં આત્મા તો એક જ છે.

જેઓ તને અન્ન - વસ્ત્ર આપે છે, તેઓ તારા દેહનું અને જેઓ તને હેરાન કરે છે કે દુઃખ પહોંચાડે છે, તેઓ તારા આત્માનું ભલું કરે છે.

તારી પોતાની જાત સિવાય તારો ક્યાંય કોઈ દુશ્મન નથી.
બાકી બધા તો તને હિત જ કરનાર છે.

મનુષ્યના આત્માની મહાન પરમાત્મા સાથેની એકતા તે તો વિશ્વની સૌથી મોટી શોધ છે. વાસ્તવમાં સદીની કોઈપણ શોધ એ શોધની સામે ટકી શકે એમ નથી.

આત્મા અને પરમાત્મા મળીને જીવન બને છે.
પરમાત્માથી છૂટો પડેલો આત્મા એ મરણ છે.
ભેદ એ મરણ અને અભેદ એ જીવન છે.

આત્માની અંદર જે કાંઈ છે, તે બધું શાશ્વત છે.

આત્માની બહાર જે કાંઈ દેખાય છે, તે ક્ષણભંગુર છે.

વીતરાગ પરમાત્મા પર નહિ, કિન્તુ સ્વ આત્મા જ છે.

મોક્ષમાં રહેવાવાળા સિદ્ધ અને
દેહમાં રહેવાવાળા આત્મામાં કોઈ ભેદ નહિ.

આત્મા પોતે જ શુદ્ધ થઈને પરમાત્મા બને છે.

આત્મપ્રેમનું ફળ મોક્ષ અથવા આત્માની સિદ્ધિ જિનેન્દ્ર દેવનું સુખ દેખવાથી મુક્તિરૂપી લક્ષ્મીનું સુખ દેખાય છે.

આત્મા એ જ અર્થ છે અને
આત્મભાવમાં સમત્વમાં આવવાની કૌશલ્ય એ અર્થ છે.

આત્માને આત્મભાવમાં લાવનાર એક અમોઘ સાધન ૬ આવશ્યકો છે, શુદ્ધ આવશ્યકની ક્રિયા જ અર્થરૂપ છે.

ૐ એ અક્ષરરૂપ વર્ણ છે. તેનો વાચ્ય અર્થરૂપ છે.
તેનું બીજું નામ 'આત્મા' છે.

શરીરના સંબંધથી એ જ આત્માનું નામ જીવાત્મા છે
અને જગતના સંબંધથી તે પરમાત્મા - વિશ્વાત્મા છે.

પ્રશ્ન: આત્મા જ પંચ પરમેષ્ઠિ સ્વરૂપ કેમ?

ઉત્તર: આત્મા માર્ગદર્શક, અવિનાશી, આચારવાન, વિનયવાન અને સહાયવાન છે, તેથી.

જગતને ઉપદેશ દેતી વખતે આત્મા અરિહંતસ્વરૂપ, સ્વરૂપમગ્ન વખતે સિદ્ધસ્વરૂપ, આચારપાલન વેળા આચાર્યરૂપ, પઠન - પાઠન વખતે ઉપાધ્યાયસ્વરૂપ અને પરને સહાય કરતી વખતે આ આત્મા સાધુસ્વરૂપ છે.

એમ પાંચ પરમેષ્ઠિ આત્માના જ પંચકૃત્ય રૂપ છે.

આત્મા અરિહંતસ્વરૂપ, સિદ્ધસ્વરૂપ, સાધુસ્વરૂપ, ધર્મસ્વરૂપ, મોક્ષસ્વરૂપ, સુખસ્વરૂપ, નિત્યસ્વરૂપ તથા મંગળ - શરણ - લોકોત્તમ સ્વરૂપ છે.

સંસારની આપત્તિ સમયે એમ વિચારવું કે:

આત્મા સિવાય મને બીજું શરણ કોણ છે?

આત્મા એક જ મંગળ, લોકમાં ઉત્તમ, પરમ શરણ છે.

આ આખા સંસારમાં આપણા આત્માને છોડી બીજું કોણ મંગળ, શરણ કે ઉત્તમ છે?

યોગશાસ્ત્રમાં પણ કહ્યું છે કે:

'ध्यायन् आत्मानमेवार्हं अभिन्नं परमात्मना।' અર્થાત્:
અભેદ પ્રણિધાનમાં અરિહંતરૂપે આત્માનું જ ધ્યાન કરવાનું છે. અરિહંતના પર્યાયો તે પોતાના નથી, પરંતુ પોતાના પર્યાયો તે જ અરિહંતના પર્યાયો છે.
અહીં પર્યાયો શુદ્ધ સ્વભાવ પરિણમનરૂપ લેવાના છે, પોતાનું દ્રવ્ય શુદ્ધાત્મા છે, પોતાનો ગુણ કેવળજ્ઞાન છે અને પોતાના પર્યાય સ્વભાવ પરિણમનરૂપ છે, એવું જે જાણે, તે જ આત્માને જાણે.

'જ્ઞાનસાર'માં કહ્યું છે કે:

'शुद्धात्मद्रव्यमेवाहं शुद्ध ज्ञानं गुणो मम।' मोहाष्टक-२
અર્થાત્: શુદ્ધ - નિજસત્તારૂપે રહેલ આત્મદ્રવ્ય જ હું છું અને શુદ્ધ જ્ઞાન અથવા કેવળજ્ઞાન જ મારો ગુણ છે.
ભેદ પ્રણિધાનમાં અરિહંતનું અને અભેદ પ્રણિધાનમાં આત્માનું ધ્યાન છે, તેને વેદાંતી 'જહદજહલ્લક્ષણા' કહે છે.

'પ્રતિમાશતક' શ્લોક ૯૯ની ટીકાના અંતભાગમાં કહ્યું છે કે:
તીર્થંકરને સ્વદ્રવ્ય ગુણ પર્યાયથી ઓળખવાના છે, અર્થાત્ કે તીર્થંકર પોતાનું જ આત્મદ્રવ્ય છે, જે તીર્થંકરથી લેશમાત્ર પણ ભિન્ન નથી, પોતાનું આત્મદ્રવ્ય એ જ તીર્થંકરત્વ. ઉપરોક્ત લક્ષને અસ્ખલિત - પ્રતિપ્રદેશ વ્યાપ્ત કરવો. એ જ આરાધનાનો છેડો કે બીજા શબ્દોમાં સમાપત્તિ છે.

## પોતાના આત્માને કોણ જાણે છે ?

'સ્વદ્રવ્યગુણપર્યાયૈઃ યોઽર્હન્તં વેદ સ એવ સ્વ આત્માનં વેદ।'
અર્થાત્: આત્માના દ્રવ્ય, ગુણ અને પર્યાય દ્વારા જેઓ અરિહંતને જાણે છે, તે જ પોતાના આત્માને જાણે છે. સ્વ શબ્દને અર્હન્તં સાથે ન જોડતાં આત્મા સાથે જોડવો, કારણ કે અર્હન્તં સાથે જોડતાં તો ભેદ કાયમ રહે છે. ખરી રીતે 'અર્હન્તં' અને 'સ્વમાત્માનં'માં કોઈ ભેદ નથી. ભેદબુદ્ધિ ટેવાયેલા જીવોને બોધ કરાવવા એ બે શબ્દો વાપરવા પડે, બાકી અંદર રહેલ તેઓની સમાપત્તિ તો એ બેમાં કોઈ ભેદને અનુભવતી નથી.

'जो जाणइ अरिहंते' એનો અર્થ છે કે:

જે અરિહંતને પોતાના દ્રવ્ય-ગુણ-પર્યાયોથી જાણે છે,
તે જ પોતાના આત્માને જાણે છે.
તાત્પર્ય કે 'અરિહંત જ આત્મા છે' એમ જાણવું અને
ધ્યાન કરવું, તેથી તેવા પ્રકારની સમાપત્તિ પ્રાપ્ત થાય છે.
ભાવિ અને વર્તમાન - એવા કાળભેદને તોડવાથી
અરિહંત જ આત્મા છે, કેમકે
કાળકૃત - ક્ષેત્રકૃત ભેદ એ તાત્ત્વિક નથી.

આત્માનું કલ્યાણ ક્યારે...

મન ઉપર આત્માનું સ્વામિત્વ મેળવવું.

આત્મા મનને આધીન છે, તેથી તેનું અકલ્યાણ થાય છે,
તેને અસુખ ઉપજે છે, તેને બેચેની જન્મે છે. તે સર્વ
તો જ જાય કે જો મન તેને આધીન બને અને મન
આત્માને આધીન તો જ બને કે પરમાત્માને પોતાનું
સર્વસ્વ સમર્પણ કરે, પરમાત્માને જ સર્વસ્વ માને
અને પોતાનું કાંઈ છે જ નહિ, એમ માને.

## ૭ પ્રકારના આત્મા

ગૂઢાત્મા : પુરુષ.

ભૂતાત્મા : આ ઇંદ્રિયાત્મા છે, તે વિષયભોગ કરે છે.

પ્રેરાત્મા : આ આત્મા મન-ઇંદ્રિયોઓને ચલાવે છે.

વિરાત્મા : તે બુદ્ધિ-મનથી ઉપરની વિવેકશક્તિ છે.

મહાનાત્મા : તે સમષ્ટિગત એટલે કે વિશ્વચૈતન્ય છે.

અવ્યક્તાત્મા : જેમાં સમગ્ર વિશ્વ અવસ્થિત રહે છે.

પ્રત્યગાત્મા : તે વ્યષ્ટિરૂપ કેન્દ્રમાં રહેનારું આત્મતત્ત્વ છે, જે વિશ્વાત્માની સાથે એકતા અનુભવે છે.

સંગ્રહનય કે મૌલિકતાનાં પાયા ઉપર એવંભૂતનય કે આત્મતત્ત્વની સાધના કરવાની છે. 'આત્મા સામાયિક છે' એ નિશ્ચયના આધારે સામાયિકની ક્રિયા ફળવતી થાય, એટલે કે સપ્રયોજન બને છે. 'આયા સામાઇએ|' અર્થાત્: 'આત્મા સામાયિક છે' એ વાક્ય દ્રવ્યાર્થિકનયનું છે. 'આયા સામાઇયસ્સ અટ્ઠે|' 'આત્મા વ્યવહાર સામાયિકનું પ્રયોજન છે' એ પર્યાયાર્થિકનયનું શાસ્ત્રીય વાક્ય છે.

## શરીર, મન, ઈંદ્રિય અને બુદ્ધિ ઉપર જેનો સંયમ - કાબુ - આજ્ઞા પ્રવર્તાવે છે, તે આત્મા પ્રશાંત છે.

'નાયમાત્મા પ્રવચનેન લભ્યો ન મેધયા ન બહુના શ્રુતેન।
યમેવૈષ વૃણુતે તેન લભ્યસ્તસ્યૈષ આત્મા વિવૃણુતે તનૂંસ્વાં॥'

અર્થાત્: આ આત્મા અધ્યયન વડે, ગ્રન્થના અર્થને ધારણ કરવાની શક્તિથી કે બહુ શ્રવણથી પ્રાપ્ત થવા યોગ્ય નથી, પરંતુ જે જિજ્ઞાસુ પોતાના સ્વરૂપને જાણવા ઈચ્છે છે, તેના વડે જ તે પ્રાપ્ત થઈ શકે અને તેના પ્રતિ આત્મા પોતાનું સ્વરૂપ પ્રકાશે છે અર્થાત્ જે કોઈ ભક્તિ કે વૈરાગ્ય વડે પરમાત્માના દર્શન કરવાની ઈચ્છા રાખે છે, તેને અરિહંત પરમાત્મા પોતે જ સાચા દર્શન આપે છે.

પરમાત્માનાં દર્શન ઘણાં શાસ્ત્રો ભણવાથી નહિ, કિન્તુ આત્માનુસંધાન કરવાથી પ્રાપ્ત થાય છે.

આત્મા તથા અનાત્માનો જંગ એ નોળિયા અને સર્પના જંગ જેવો જંગ છે. આત્મા એટલે તો ચેતન અને અનાત્મા એટલે દેહ, ઈંદ્રિય, મન તથા બુદ્ધિ વગેરે.

# આત્માનું એકતા - અનેકતા જ્ઞાન

દ્રવ્ય, ગુણ અને પર્યાય વડે એકતા અને
અનેકતાપૂર્વક આત્માનું જ્ઞાન નિશ્ચયકારી થાય છે.
આત્મદ્રવ્યમાં ગુણ અને પર્યાયનો સમાવેશ કરી આત્મામાં
તેનો અભેદ અનુભવવો, તે 'એકતા જ્ઞાન' કહેવાય છે.

આત્માના વિવિધ ગુણો અને પર્યાયોને
જુદા જુદા સમજને અનુભવવા, તે 'અનેકતા જ્ઞાન' છે.

જાતિની અપેક્ષાએ અનંત જીવોનો સમાવેશ
આત્મતત્ત્વમાં કરવો, તે એકતા જ્ઞાન છે.

વ્યક્તિની અપેક્ષાએ દરેક જીવોને
જુદા જુદા અનુભવવા, તે અનેકતા જ્ઞાન છે.

મનની ભૂમિકા ઉપર બધું ક્ષણિક છે.
મનની પાર આત્માની ભૂમિકા ઉપર બધું અક્ષણિક છે.

સંસાર એ મનનો જ તમાશો છે.

મનની પાર આત્માના પ્રદેશમાં રહેવાનો જો
અભ્યાસ પાડવામાં આવે, તો નિર્લેપતા અને શાંતિ જ છે.

## રોગ નિવારણનાં ૪ સાધનો

(૧) સત્સંગરૂપ વિરેચન (૨) (આત્મ) જ્ઞાનરૂપ ઔષધ
(૩) (આત્મ) શ્રદ્ધારૂપ અનુપાન (૪) (આત્મ) શાંતિરૂપ પરેજી.

## ધ્યાનમાં પ્રથમ પ્રતિબંધ કયું છે?

'ભગવાનમાં આત્મા જોવો' સહિત
ભગવાનના સુખમાં આત્માના સુખને પણ જોવું,
એ પ્રથમ પ્રતિબંધ છે. એથી જ...
આત્મામાં આત્માના સુખને જોવાનો અધિકાર આવે છે.

## ષડ્દર્શનમાં આત્મા અને કર્મબંધ

નાસ્તિક - આત્માને દેહરૂપ માને છે.
વૈશેષિક - ધર્માધર્મને અમૂર્ત ગુણ માને છે.
ન્યાય - આત્માને એકાન્ત નિત્ય માને છે.
બૌદ્ધ - આત્માને એકાન્ત અનિત્ય માને છે.
સાંખ્ય - આત્માને એકાન્ત અબદ્ધ માને છે.
બૌદ્ધ + વેદાંત - કર્મબંધને કાલ્પનિક વાસનારૂપ માને છે.
અભવ્ય - આત્મા કે જીવને કદી મોક્ષ માનતો નથી.

છ જીવનિકાયની રક્ષાની પરિણતિ જ્યારે
આત્મામાં સ્થિર થાય છે, ત્યારે
આત્માની ચિત્તવૃત્તિ બાહ્યવિષયોથી વિરામ પામે છે.
આત્મા એક જ છે પણ દેહ અનેક છે.
વૃક્ષનું મૂળ એક છે પણ તેના પત્તાં અનેક છે.
ધર્મ એક છે છતાં દેશ-કાળ અને વ્યક્તિઓના ભેદથી
ફક્ત તેનાં નિરૂપણમાં અલગ-અલગ રીતે ભેદ પડે છે.
જ્યાં સુધી સૂક્ષ્મ પણ મન-વચન-કાયા-પવન આદિનું
હલનચલન રહે, ત્યાં સુધી સાધકના આત્મામાં બહારથી
સૂક્ષ્મ પણ કર્મબંધ અને આશ્રવની પ્રક્રિયા રહે જ છે.
આત્મભિન્ન - અનાત્મ વિષયો કે જે આત્માથી જુદા છે,
તેમાં લીન થવાનો આત્મા ગમે તેટલો પણ પ્રયત્ન કરે,
તો યે તે બને કેવી રીતે?
કરુણા એ માનવ આત્માનો મૂળ સ્વભાવ છે.
ઈશ્વરને જે 'સર્વ વ્યાપક' કહેલ છે,
તે શરીરદૃષ્ટિથી નહિ, આત્મદૃષ્ટિથી - ભાવદૃષ્ટિથી.

આપણા દેહનો દ્વેષ કરવાનો નથી, કેમકે
તે તો આત્મઉદ્ધારાર્થે મળેલું એક અમૂલ્ય સાધન છે.
એમાં ૫ જ્ઞાનેન્દ્રિય, ૫ કર્મેન્દ્રિય, પંચવિધ અંતઃકરણ છે.
દેહ પોતે એક બહુ મોટી શક્તિ છે પણ એનો સદુપયોગ
કરવા માટે એને પોતાનાથી અલગ સમજવો જરૂરી છે.
'વ્યક્તિમાત્રમાં, કૃમિ તથા કીટમાં અને તેથી ઉચ્ચ કક્ષામાં
રહેલ આત્મા તરફ સ્વાત્માની પેઠે જ એક આત્મા
નિવાસ કરે છે' એવી દ્રષ્ટિ જ્યારે કેળવાશે, ત્યારે જ
આપણને કોઈપણ અન્ય આત્મામાં દૂષણ દેખાશે નહીં.
જીવનમાં દરેક આત્મા કર્મસત્તાને આધીન રહીને તથા
પરવશપણે જ પોતાનું આચરણ કરતો રહે છે,
તેથી કોઈની સાથે સંઘર્ષ કે વિખવાદનું કારણ જ નષ્ટ
થઈ જશે અને પોતે વિભાવની દશામાં જતો અટકશે.
એ માટે જ નિયમ અને નિત્યક્રિયાની આવશ્યકતા છે.
એથી આત્મોન્નતિના માર્ગે આગળ અને વધુ આગળ
વધ્યા કરવાનું પણ જીવને સરળ બની જતું હોય છે.

## સત્ બુદ્ધિવાળો નમ્ર આત્મા

કર્મ-તેના વિપાક તથા હેતુ, કર્મોદયથી મળતાં મોક્ષ, કર્મના બંધથી મળતાં નરક - નિગોદ, જ્ઞાનીઓના વચનો સહ દેવ - ગુરુ - ધર્મને સ્વીકારે છે.

તે સર્વ નયથી, નિક્ષેપ, પ્રમાણને યથાસ્થાને માન્ય રાખે છે.

## સત્ વર્તનવાળો શુદ્ધ આત્મા

સહિષ્ણુ, સદાચારી, ઉદાર અને ત્યાગી હોય છે.

શરીરની દૃષ્ટિથી બધા ભંગી છે, ચમાર છે,
આત્માની દૃષ્ટિથી બધા દેવ છે, પરમાત્મા છે, સિદ્ધ છે,
આત્માને ધ્યાનનો ઉપકાર સૌથી વધુ પ્રિય છે.

આત્મા માત્ર દ્રવ્યથી પૂર્ણ,
ગુણથી શુદ્ધ તથા પર્યાયથી સમાન છે.

આત્માની દ્રવ્યથી પૂર્ણતા, ગુણથી શુદ્ધતા અને પર્યાયથી તુલ્યતા ભાખવી, તે શ્રુત-સમ્યક્ત્વ સામાયિક છે.
તે પ્રમાણે આંશિક વર્તન તે દેશવિરતિ સામાયિક છે અને પરિપૂર્ણ વર્તન તે સર્વવિરતિ સામાયિક છે.

# આત્મસાક્ષાત્કાર

આત્મસાક્ષાત્કાર માટે દયાધર્મની જરૂર એટલા માટે છે કે તે વડે બધાના શરીરમાં રહેલા આત્માની સેવા થાય છે.

'પ્રાણીમાત્રને દુઃખ ન થાય અને સર્વને સુખ મળે' એવી ભાવના આત્મસાક્ષાત્કારને સુલભ બનાવે છે.

'સર્વમાં આત્મા છે' એ જ્ઞાનપૂર્વક સંપર્કમાં આવનાર પ્રાણીમાત્રની સેવા કરનાર આત્મસાક્ષાત્કારને પામી શકે છે.

બ્રહ્મનિષ્ઠ = જેને આત્માનો સાક્ષાત્કાર થયો હોય છે.

આત્મજ્ઞાન પુસ્તકથી કે આખ્યાન-વ્યાખ્યાન શ્રવણથી નહીં, કિન્તુ આત્મજ્ઞાની બ્રહ્મનિષ્ઠ પુરુષના સંસર્ગથી થાય છે.

જ્યાં સંત ન મળે, ત્યાં સુધી

પ્રભુનામનો જપ, સદાચારનું પાલન, ઇંદ્રિયનિગ્રહ અને વિવેક-વિચારાદિનું સેવન કરતાં રહેવું જોઈએ.

આત્મા એક અખંડ, વ્યાપક અને નિરાકાર તત્ત્વ છે.

સગુણ-સાકાર પરમાત્માની શુદ્ધ ઉપાસનાર્થે ચિત્તશુદ્ધિ આવશ્યક છે. ચિત્તશુદ્ધિ આત્મજ્ઞાનમાં સહાયક બને છે.

## રત્નત્રયાત્મક આત્મા શરીરમાં રહેલો છે.

મિથ્યાત્વાદિનો ત્યાગ કરીને આત્મામાં આત્મા વડે આત્માને જે જાણે, તે જ ત્રણે ચારિત્ર, જ્ઞાન અને દર્શન છે.

આત્માના અજ્ઞાનથી થયેલું દુઃખ આત્મજ્ઞાનથી જ જાય.

આત્માનું સાક્ષાત - પ્રત્યક્ષ જ્ઞાન થયાં વિના
તપ કરવા છતાં તે દુઃખ ન જાય.

આ આત્મા ચૈતન્યસ્વરૂપ છે. કર્મના સંબંધથી શરીરધારી બન્યો છે. આત્મધ્યાનરૂપી અગ્નિથી કર્મને બાળી નાંખવામાં આવે, તો આ આત્મા જ નિરંજન - સિદ્ધસ્વરૂપ બને.

'ઈંદ્રિયો અને કષાયોથી જીતાયેલો આ આત્મા જ
સંસાર છે તથા ઈંદ્રિયો અને કષાયોને જીતનાર
આત્મા જ મોક્ષ છે' એમ જ્ઞાની પુરુષો ફરમાવે છે.

આત્માને આત્મા વડે જાણવો તે દર્શન અને જ્ઞાન છે
તથા આત્મામાં રહેવું, તે ચારિત્ર છે.

વિષયોની આસક્તિ ચાલી જાય પછી જીવો આત્મતુલ્ય
અને પોતાનો આત્મા પરમાત્મતુલ્ય લાગે છે.

संसारमां आत्मा सिवाय सर्व पदार्थों अनित्य छे.

आत्मा ज नित्य, शाश्वत, अजर, अमर,

निराकार, निर्विकार अने गुणातीत छे.

अग्नि लाकडामां व्याप्त होय तो य लाकडाथी जुदो ज छे,

तेम देहमां व्यापीने रहेलो जीव पण देहथी जुदो ज छे.

आत्मा जन्म-मरणनो भाग होतो या साक्षी ज छे.

❖ जितनी माया शरीर पे, इतनी आतम पर होय;

चला जाय वो मोक्ष में, पल्ला न पकडे कोय. ...(१)

❖ शरीर माता-पिता तरफथी मळे छे, आत्मा नहीं,

आत्मा तो अनादिनो छे. तेना पर हक्क कोईनो नथी.

जेनो छे, ते आत्मा पोते ज छे.

जीवननी क्षणभंगुरतानो विचार ए भवनिर्वेदनुं तत्त्व

आत्मानी अमरतानो विचार ए

संवेगगुणनुं अने मोक्षाभिलाषनुं लक्षण छे.

जीवननी क्षणभंगुरतानो विचार निर्वेदरसने वधारे छे,

आत्मानी अमरतानो विचार संवेगरसने वधारे छे.

અધ્યવસાય એટલે હૃદયના ભાવ.

જ્ઞાન એ સાધન છે, આત્મદર્શન એ સાધ્ય છે.
તત્ત્વજ્ઞાન સાધકને બ્રહ્મના દર્શનનો અધિકારી બનાવે છે,
દુન્યવી તમામ જ્ઞાન દેહ, મન અને ક્વચિત્ હૃદયનાં
તર્પક બને પણ તેથી આત્માની પરિતૃપ્તિ થતી નથી,
અનંત-નિત્ય એવા આત્મજ્ઞાનથી જ પરિતૃપ્તિ થાય છે.

માનવના સમગ્ર વ્યક્તિત્વમાં
દેહ, મન, હૃદય અને આત્મા સમાવિષ્ટ છે.
આત્મતૃપ્તિનું સાધન આત્માનું સાક્ષાત્ દર્શન છે.
સંસારમાં સર્વ જીવો આત્મકામ રહેય છે,
આત્માના રહસ્યમય જ્ઞાન માટે તલસે છે,
તેથી તે આત્મજ્ઞાનીના ચરણોમાં શિર ઝુકાવે છે.

સમત્વપૂર્વક આત્મજ્ઞાનની સાધના કરતાં
ઋષિ-મુનિઓના ચરણોમાં
સંસારની સમૃદ્ધિઓના સમ્રાટના મસ્તકના મુકુટો નમી પડે છે.
સંસ્કૃતિના સાચા ઉપાસકની વિનમ્રતા સર્વશ્રેષ્ઠ રહેય છે.

'तरति शोकमात्मवित् ।'

<u>સ્ફુરિત</u> : આત્માને જાણનાર શોકને તરી જાય છે.

આત્મા અવિરોધની મૂર્તિ છે,

આકાશની જેમ તે અનંત અને અવિરોધી છે.

કામાતીત, ક્રોધાતીત તથા લોભાતીત શાંતિ

એ આત્માનું પરમ શુદ્ધ સ્વરૂપ છે.

આત્માના યથાર્થ સ્વરૂપનો સાક્ષાત્કાર કરવાથી -

સ્વરૂપસ્થિતિ પ્રાપ્ત કરવાથી

દુઃખનો નિતાન્ત અભાવ અથવા લય થઈ શકે છે.

આત્માને ચિત્તથી જુદો પાડીને જોવાનો પ્રયાસ કરવો.

આત્મા અવિનાશી છે, આદિ અને અંતથી રહિત છે.

એમાં જ નિષ્ઠા રાખવી.

જે પદાર્થ અસત્ છે, તેનું હોવું સંભવતું જ નથી અને

જે સત્ છે, તેનું ન હોવું સંભવતું નથી.

આત્માના ચિંતનથી વાસનાઓ નિર્મૂળ થાય છે.

પરિપૂર્ણ આત્મામાં વાસનાઓનું અસ્તિત્વ શક્ય નથી.

## 'આત્મજ્ઞાન' એટલે...

આત્મામાં રહેલા અનંતાનંત ગુણની અનુભૂતિ.
શરૂઆતમાં જ્યારે આત્મ અભ્યાસ વધે છે, ત્યારે
પહેલો અનુભવ 'પોતે બધાથી જુદો છે' એવો થાય છે
અને તે અનુભવ ઘણો જરૂરી પણ છે, કિન્તુ
પછી અભ્યાસ વધતાં 'પોતે કોઈનાથી યે જુદો નથી'
'પોતે અને પરમાત્મા એક જ - One છે' એવો
અનુભવ થાય છે અને તેથી અધિક અનુભવાય છે કે:
પરમાત્માનું ધ્યાન એ પોતાના જ પરમ આત્માનું ધ્યાન
છે, આત્મા અને અરિહંતમાં કાંઈ જ ફેર નથી.
આખરે તો Oneness reigns. કહ્યું છે કે:
'જેહ ધ્યાન અરિહંત કો, તેહી જ આતમ ધ્યાન;
ફેર કછુ ઈણમેં નહીં, એહિ જ પરમ નિધાન.'
આત્મા રાજા છે, બાકી બધા તેની પ્રજા છે.
ચારિત્ર એટલે સ્થિરતા, સમભાવ. બધે ય સિદ્ધ સમાન
આત્મા જુએ, આટલું સમજાય તો બધું જ આવી જાય.

આત્મા સિવાય જોનાર, જાણનાર અથવા તો
સ્થિર રહેનાર બીજો કોણ છે ?

મરે નહીં - ઘરડો થાય નહીં, તેથી આત્મા જ છે.
આસ્થા એટલે આત્મા અને આત્મા એટલે આસ્થા.
આસ્થાની ઉપાસના = પુરુષાર્થ. તે કરતાં આનંદ મળવો.
આત્માના લક્ષણો = જાણવું, દેખવું, સ્થિરતા અનુભવવી.
આત્મા ઉપયોગસ્વરૂપ છે, ઉપયોગ સદા ને નિરંતર છે.
તે ઉપયોગ ઉપર ઉપયોગ જ સમ્યગ્દર્શન - જ્ઞાન
તથા ચારિત્ર, તે સિવાય બીજું કાંઈ આત્માનું નથી.
તે ત્રણેના નામ જુદાં પાડ્યાં, પરન્તુ વસ્તુ એક જ છે.
આત્મા છે, તો જગત છે. આત્મા પહેલો દેખાય છે,
પછી જગત દેખાય છે. 'એકતા' એટલે લય - પ્રેમ.
આત્મા ઉપર પ્રેમ થવો, એ જ એકતા છે. એ પ્રેમ-
ભક્તિ નથી થઈ, બીજે બધે થઈ છે, તેથી જગ લટકે છે.

આત્માનું માહાત્મ્ય સમજાયું નથી, તેથી
આત્માને જોવાની દૃષ્ટિ પ્રાપ્ત થતી નથી.

પદાર્થ મેળવવાની આસક્તિ એવો ફાંસો છે,
કે જે હંમેશા આત્માને બંધનમાં જ રાખે છે.
બંધન કે મોક્ષ આપવાની શક્તિ જડમાં છે નહીં.
બંધન આત્માના વિચારમાં, ચિંતનમાં, ભાવમાં છે.
આત્મા મલિન થઈ શકતો નથી.
કર્મબંધનું કારણ પણ આત્મા જ છે અને
કર્મમોક્ષનું કારણ પણ આત્મા જ છે.
ક્લિષ્ટ ભવોમાં ઉપાર્જન કરેલા કર્મો કઈ રીતે ખરે?
જેમ મેઘઘટાઓના બનવામાં વિલંબ લાગે, પરન્તુ
વિખરાવવામાં અધિક સમય નથી લાગતો,
તે રીતે આત્માને સ્વસ્વરૂપમાં આવવા માટે
અધિક સમય કે સંઘર્ષની અપેક્ષા નથી.
વિલંબ કે સંઘર્ષ તો પરરૂપ તરફ જવામાં છે.
એક સમયમાત્ર પણ શુદ્ધ જ્ઞાનસ્વરૂપમાં રહેવા માટે
પુરુષાર્થ કરવામાં આવે, તો
અનેક ક્લિષ્ટભવોમાં ઉપાર્જન કરેલા કર્મો વિખરી જાય છે.

'વિશ્વનું પરમ સત્ય - તત્ત્વ આત્મતત્ત્વ જ છે,
એક આત્મા જ શાશ્વત છે, બાકી બધા પદાર્થો વિનાશી છે'
આ સત્યને મનમાં સ્થિર કરવું અને
તે પ્રમાણે જીવન ઘડવું.

## આત્મામાં જ સચ્ચિદાનંદ - પરમાનંદની પ્રાપ્તિ

આત્મા એ પરમાત્માનો એક અંશ કે સ્ફુલિંગ નથી,
કિન્તુ તે તો સ્વયં પૂર્ણ પરમાત્મા - વિશુદ્ધ આત્મા છે.
પ્રત્યેક આત્મા પરમાત્મા છે, અંતર કેવળ આવરણનું છે.
પ્રાણીમાત્રને મૂળમાં શુદ્ધ અને નિર્દોષ સમજતાં સ્વેચ્છાથી
આત્માની આપણી પરમાત્મ સ્થિતિ પ્રગટ બને છે.
મનના વિષયોથી ભૌગોલીય જગત ક્ષણમાં જ સ્થિત છે.
આત્માનુભૂતિ વિના સચ્ચિદાનંદ-પરમાનંદની પ્રાપ્તિ શક્ય નથી.
આ વિદ્યમાન જગતના આધાર તરીકે
એક શાશ્વત તત્ત્વ જે છે, તે સતસ્વરૂપ છે,
ચિતસ્વરૂપ છે, આનંદસ્વરૂપ છે,
શક્તિસ્વરૂપ છે અને સર્વ રીતે પરિપૂર્ણ છે.

## આત્મા - સર્વ ગુણોનો ખજાનો

સ્વયં પૂર્ણ આત્માનો સાક્ષાત્કાર પૂર્ણતાને અપાવે છે.
અહિંસા, સત્ય, અચૌર્ય, બ્રહ્મચર્ય, અપરિગ્રહ, સંતોષ,
શૌચ, તપ તથા સ્વાધ્યાય એટલે આત્મા.

જાણો આત્માને ઓળખો,
એને લક્ષ્યમાં મોક્ષ આપણને મળશે સમજો.

આત્માનું કલ્યાણ કરવું હોય, તો આત્માને ઓળખો.
આત્માના આનંદને જાણનાર ક્યારેય ભય પામતો નથી.

આત્મા એ જ શરણનું નિમિત્ત.

(૧) શુદ્ધ રત્નત્રયી આત્મામાં છે, તેથી આત્મા જ શરણ છે.
(૨) અરિહંતાદિ પંચ પરમેષ્ઠિ આત્મામાં જ સ્થિત છે,
તેથી આત્મા મને શરણ છે.
(૩) આત્મા જ ભાવનાઓમાં નિમિત્ત છે.
(૪) આત્મા જ સાધનામાં નિમિત્ત છે.
(૫) આત્મા જ પ્રત્યાખ્યાનમાં પણ નિમિત્ત છે.
(૬) આત્મા જ સંવરભાવમાં અને ધ્યાનમાં નિમિત્ત છે.

## 'આત્મજ્ઞાન' એટલે...

આત્માના સ્વરૂપનું જ્ઞાન, અનંત ચતુષ્ટયનું જ્ઞાન,
આત્માની ઉર્ધ્વદિશતાનું જ્ઞાન.

તે જ્ઞાન થવાથી આત્મ અજ્ઞાન અને તજ્જનિત સર્વ મિથ્યા ભાવો, મોહજનિત દુષ્ટ વિકારો નાશ પામી જાય છે.

આત્માનું અજ્ઞાન એ અક્રાંતતા.

વ્યવહાર ધર્મ = સર્વ જીવો સાથે ક્ષમાપનાનો વ્યવહાર.

નિશ્ચય ક્ષમાપના = પોતાના આત્મા સાથે ક્ષમાપના.

નિશ્ચય ક્ષમાપના એટલે... આત્મગુણ, પર્યાય કે દ્રવ્ય અને તેની શક્તિની અવગણના ન કરવી તે.

આત્માનું જ્ઞાન ન હોવું, તે જ અજ્ઞાન છે. બીજું બધું અજ્ઞાન ક્રાંતતા છે, કિન્તુ આત્મ અજ્ઞાન એ અક્રાંતતા છે.

એ સર્વથી મોટો અપરાધ છે, એ મહામિથ્યાત્વ છે.

તેનું નિવારણ આત્મજ્ઞાનથી થાય છે.

આત્મામાં પરમાત્માનો વાસ છે.

આત્મા - આત્મામાં કોઈ ભેદ નથી.

## આત્માના ત્રણ ગુણ: દર્શન - જ્ઞાન - ચારિત્ર.

જ્યારે જ્યારે આત્મા પરાઙ્મુખ થઈને પર દ્રવ્યમાં રાગ કરે છે, ત્યારે જ્ઞાનાદિ રત્નત્રય ટકી શકતાં નથી. આત્માથી અભિન્નરૂપ જ્ઞાનાદિમાં પ્રવૃત્તિ કરવા માટે યોગી પુરુષો નિરન્તર પ્રયત્નશીલ રહે છે.

જે આત્મા પરદ્રવ્યનું ચિન્તન કરે છે, તે પરદ્રવ્યમાં તદાકાર થાય છે, તેને પ્રાપ્તિ પણ તેની જ થાય છે તથા જે શુદ્ધ આત્મામાં તદાકાર થાય છે, તેને તેની જ પ્રાપ્તિ થાય છે.

આત્મતત્ત્વને જાણવું તે જ્ઞાન, રૂચવું તે દર્શન અને તેમાં પ્રવર્તવું તે ચારિત્ર છે.

## ત્રણ પ્રકારની સમાધિ

યોગસમાધિમાં બધું પ્રકૃતિનું છે, પુરુષ દૃષ્ટા છે.

જ્ઞાનસમાધિમાં બધું આત્મભિન્ન છે, આત્મા સાક્ષી છે.

ભક્તિસમાધિમાં બધું ભગવાનનું છે.

ત્રણે સમાધિમાં આત્મતત્ત્વની પ્રધાનતા વિચારવાની છે.

દેહમાં જ પરમાત્મા વસે છે અને
સ્વસંવેદન જ્ઞાન વડે તેનો અનુભવ લેવાનો છે.

દેહ એ ડાંગર છે, ડાંગરના ફોતરાની નીચે ચોખા છે.
ચોખા એ જ આપણો આત્મા.

અજ્ઞાનદશામાં આત્મા એ સૃષ્ટિનો કર્તા છે અને
સહજ સ્વરૂપદશામાં પોતાની સૃષ્ટિનો જ સંહારક છે.

આત્મા દેહમાં જ રહેલો છે, છતાં
નિર્વિકલ્પ સમાધિરૂપી તપ વિના મોટાં મહાત્માઓ
પણ તેને જાણી શક્યાં નહિ કે જાણી શકતાં નહિ.

પર્યાયની અપેક્ષાએ આત્મામાં ઉત્પત્તિ - નાશ છે
તથા મૂળ દ્રવ્યની અપેક્ષાએ અજરામર - નિત્ય છે.

મોક્ષાર્થી જીવોએ આત્માનું જ્ઞાન કરી, શ્રદ્ધાપૂર્વક તેમાં
આચરણ કરવું, તે મોક્ષનો સરળ - અનન્ય માર્ગ છે.

ઈંદ્રિયોને પોતપોતાના વિષયોથી રોકી, ચિત્ત નિર્વિકલ્પ
બનાવીને સ્વરૂપસ્થિરતાનો અભ્યાસ કરનારને
આત્માનું તાત્વિક સ્વરૂપ પ્રત્યક્ષ થાય છે.

# આત્માની ૭ મુખ્ય શક્તિઓ

(૧) પરાશક્તિ (૨) જ્ઞાનશક્તિ (૩) ઇચ્છાશક્તિ (૪) ક્રિયા-
શક્તિ (૫) કુંડલિનીશક્તિ (૬) માતૃકાશક્તિ (૭) ગુહ્યશક્તિ.
તે શક્તિઓને જ તાંત્રિકો રૂપક વડે સમજાવે છે કે:
(૭) લોક (૭) સમુદ્ર (૭) પર્વત (૭) ઋષિ વગેરે.

સૌનો આત્મા અમર સ્વરૂપ છે અને
સૌના સર્વ દોષો એક વાર તો નાશ પામનારાં જ છે,
તેથી તેને એક વખત આત્માથી અલગ થવું જ પડશે.

'शुद्धोऽसि बुद्धोऽसि निरंजनोऽसि
संसारमायापरिवर्जितोऽसि ।
संसारस्वप्नं त्यज मोहनिद्रां
न जन्ममृत्यु त्वयि सत्स्वरूपे ॥'

આવો શુદ્ધ આત્મા શાસ્ત્રો અથવા ઇંદ્રિયો દ્વારા
જાણી શકાય તેવો નથી, કિન્તુ નિર્મળ આત્મબોધથી
ઉત્પન્ન થતાં વિશુદ્ધ ધ્યાન વડે અનુભવ શક્ય છે.
નિર્વિકલ્પ સમાધિ દ્વારા તેનો અનુભવ થાય છે.

આત્મા વ્યવહારથી લોકને જાણે છે અને
પરમાર્થથી પોતે પોતાના સ્વરૂપમાં રહે છે.

પ્રદેશાર્થનયથી દેહવ્યાપી છે, જ્ઞાનાર્થનયથી વિશ્વવ્યાપી છે.

આત્મા નામકર્મની અપેક્ષાએ દેહવ્યાપી છે,
જ્ઞાનની અપેક્ષાએ સર્વવ્યાપી છે.

પરલોકને તે તન્મય થઈને જાણતો નથી, પોતાને
તન્મયપણે અનુભવે છે. અન્યના કરેલા રાગ - દ્વેષ કે
સુખ - દુઃખાદિ જાણે છે, છતાં તન્મય થઈ જતો નથી.

પરપ્રકાશકતા સહજ ઉપચરિત છે, જ્યારે
સ્વપ્રકાશકતા નિરૂપચરિત છે.

સત્યાદિ ગુણોના ઉચ્છેદ રૂપ શૂન્યપણું આત્મામાં છે.
જ્ઞાતૃત્વ - દૃષ્ટત્વ રૂપ ગુણોથી પૂર્ણપણું છે.

શુદ્ધ આત્મબોધની જાગૃતિના અભાવે જીવ કર્મ બાંધે છે.
ઇષ્ટાનિષ્ટ વિષયોમાં રાગ - દ્વેષ, હર્ષ - શોકાદિ કરે છે.
નિશ્ચયનયથી કર્મનો કર્તા જીવ નથી પણ કર્મ છે.
સ્કંધ અને તેના વર્ણાદિ - એ વિભાવ પર્યાયો છે.

'શુદ્ધ આત્મા જ એક પ્રાપ્ત કરવા યોગ્ય છે'

એવી રૂચિ તે સમ્યગ્દર્શન છે. પરદ્રવ્ય ગ્રહણ કરવા

સંબંધી સર્વ ઇચ્છાઓનો ત્યાગ, તે સમ્યગ્ તપ છે.

કર્મોને તપાવવા - નીરસ કરવા - આત્માથી જુદા પાડવાં,

તે અપેક્ષાએ આત્મા જ તપ છે.

દ્વાદશાંગરૂપ સર્વ આગમનું વાચન કરીને પણ તેના

સારભૂત - ફળરૂપ પરમાત્મધ્યાનમાં રહેવાની જરૂર છે.

પરમાત્મ ધ્યાન વડે

નિજ શુદ્ધ આત્માનો પ્રત્યક્ષ અનુભવ થાય છે.

જાણીને અનુભવવું - તેમાં જ વાચનની સાર્થકતા છે.

આત્મધ્યાનથી આત્મસ્વરૂપ અનુભવાય અને વિશ્વ-

સ્વરૂપ પણ તેના ખરાં સ્વભાવમાં જાણી શકાય છે.

શાંતિનો અગાધ સમુદ્ર તો આત્મા જ છે.

તેના આડે વિચારોની દિવાલો છે, એ તૂટ્યાં વિના

આત્માની ખરી શાંતિનો અનુભવ નહીં જ થાય.

'આત્મા સર્વ વિચારોથી પર છે' એમ પ્રભુ કહે છે.

# શુદ્ધ આત્મધ્યાનનું સામર્થ્ય કેટલું ?

એક અગ્નિનો એક નાનો કણિયો
ડુંગર જેટલા લાકડાના ઢગલાનો વિનાશ કરે છે, તેમ
પરમાત્માના શુદ્ધ સ્વરૂપમાં
એક નિમેષ જેટલો વખત પણ એકરસ થવાય, તો
ડુંગર જેટલો પાપનો ઢગલો બળીને ખાખ થઈ જાય છે.
શુદ્ધ આત્મધ્યાનનું આ સામર્થ્ય છે. આત્માના શુદ્ધ
સ્વરૂપમાં વૃત્તિ સંગે બાહ્ય ઇચ્છાઓનો ત્યાગ કરવો,
આવા સર્વસ્વના ત્યાગીને આત્માનો અનુભવ થાય છે.
'આત્મા, આત્માને, આત્મા વડે, આત્મા માટે,
આત્માથી આત્માને વિષે રહેલો છે' એમ જ્યાં સુધી
જાણ્યું નહિ, ત્યાં સુધી પરમ સ્વરૂપની પ્રાપ્તિ થતી નથી.
સમભાવમાં પરિણમેલા મનમંદિરમાં
આત્મદેવ સ્થિરતા ધરીને રહે છે.
આત્માના સ્વભાવને - સહજ સ્વરૂપને પ્રકટ કરવું,
તે ભાવધર્મ છે, ભાવનિક્ષેપે ધર્મ છે.

## અંતરાત્માના ત્રણ ગુણ

આત્મરાજ, આત્માનુભવ અને સમભાવ.

વિષયરસ દૂર થઈને આત્મકલ્યાણની ઇચ્છા પ્રગટો.

અનેક નય, અભિપ્રાય અને

અપેક્ષા સમજવાની સમજ પ્રગટ થાઓ.

સર્વ વિષયોમાં શ્રેષ્ઠ વિષય એક 'આત્મા' જ છે,

(૧) આત્મા પ્રકૃતિથી ભિન્ન છે - તે રાજયોગ.

મળેલું બધું કર્મપ્રકૃતિનું છે - તે રાજયોગ.

(૨) આત્મા પરમાત્માનો અંશ છે - તે ભક્તિયોગ.

મળેલું બધું ભગવાનનું છે - તે ભક્તિયોગ.

(3) આત્મા બધા આત્માઓનો ઋણી છે - તે કર્મયોગ.

મળેલું બધું સંસારનું છે - તે કર્મયોગ.

આપણા સૌનો આત્મા નિત્ય છે, ઈશ્વર છે,

સ્થાયી છે, સનાતન છે, પૂર્ણ છે, એક છે, અદ્વિતીય છે,

તેમાં ઈશ્વર રહીને જે પ્રાર્થના કરવામાં આવે છે,

તે સત્ય છે, સદ્રૂપ છે, સમર્થ છે અને કાર્યકારી છે.

# આત્મા સંબંધી અનેક ભ્રાંતિઓ તથા સમાધાન

આત્મા એકાંતે નિત્ય છે - એકાંતે અનિત્ય છે.
આત્મા કર્મથી ભિન્ન - દેહાદિથી સર્વથા, અભિન્ન છે.
આત્મા બધા જીવોથી સર્વથા, ભિન્ન - અભિન્ન છે.
એ રીતે નિત્યાનિત્ય અને ભેદાભેદ સંબંધી અનેક ભ્રાંતિઓ પ્રવર્તે છે. તે સર્વેનું સમાધાન 'વસ્તુમાત્ર ઉત્પાદ, વ્યય, ધ્રૌવ્યસ્વરૂપ છે' એ નિરૂપણમાંથી મળી રહે છે. ધ્રૌવ્ય એ નિત્ય પક્ષને અને ઉત્પાદ - વ્યય અનિત્ય પક્ષને સમર્થન કરે છે. ત્રણે એક જ કાળે એક જ વસ્તુમાં રહેલ છે. વસ્તુનું વસ્તુત્વ એ ત્રણેના સમકાલ અસ્તિત્વના કારણે છે. એ અનુભવસિદ્ધ તર્ક - યુક્તિ વડે સિદ્ધ થતું હોવાથી વસ્તુમાત્ર ત્રિધર્મયુક્ત માનવાથી મોહાંધકાર નાશ પામે છે. વળી ધ્રૌવ્ય એ સર્વમાં સમાન હોવાથી જીવોમાં સજાતીય એકતા સાબિત થાય છે.

વ્યક્તિથી ભિન્ન અને જાતિથી એક - આમ એકાનેકતા અને ભેદાભેદતા પણ સ્યાદ્વાદ ન્યાયથી સિદ્ધ થાય છે.

આત્માનું સ્વરૂપ : આત્માના પ્રદેશ અસંખ્યાત.

આત્માના એક એક પ્રદેશની શક્તિ અનંતી.

બાહ્ય ઈંદ્રિયોને વિષયહીન કરી આંતરઈંદ્રિયો દ્વારા
આત્માને જોતાં ખ્યાલ આવે છે કે...

આત્મા રૂપ - રસ - ગંધ - સ્પર્શ - શબ્દહીન છે તથા
જ્ઞાન - દર્શન - ચારિત્ર - તપ - વીર્ય - ઉપયોગગુણ સહિત છે.
જ્ઞાનને છોડીને આત્માનું બીજું કોઈ સ્વરૂપ નથી.

ઈંદ્રિયો તથા મનની સહાયતા વિના સ્વયંને
સ્વયંનો બોધ ઉપરાંત અનુભવ થવો અને
વળી એ અનુભવનો કદી પણ નાશ ન થવો,
સદા ટકી રહેવું, તે કેવળજ્ઞાન આત્માનું સ્વરૂપ છે.
આત્મા જ્ઞાનસ્વરૂપી છે - આત્મા ચૈતન્યસ્વરૂપી છે.

જ્યારે શુભાશુભ કોઈ પરિણામે આત્મા ન પરિણમે,
ત્યારે આત્મા પોતાના શુદ્ધ સ્વભાવમાં પરિણમે છે.
આ રાગદ્વેષ વિનાની મધ્યસ્થદશામાં રહેવાથી આત્મા કર્મથી
છૂટે છે, કેમકે તે વખતે સ્વસ્વભાવમાં જ રમે છે.

## આત્માનું અસ્તિત્વ, નિત્યત્વ, કર્તાભોક્તાપણું

(૧) આત્માનું અસ્તિત્વ ચૈતન્ય સત્તાના ગુણથી છે.
ઉપયોગ લક્ષણથી તેની સત્તા સિદ્ધ છે.
ગુણ પ્રત્યક્ષ વડે ગુણી પ્રત્યક્ષ છે.

(૨) આત્મદ્રવ્ય અસંયોગી છે, તેથી ત્રિકાળવર્તી છે.
સંયોગથી ઉત્પત્તિ હોય, તેનો જ નાશ હોય.
સ્વાભાવિક પદાર્થનો અંત હોતો નથી.

(3) પદાર્થ માત્ર પોતાની અર્થક્રિયાયુક્ત હોય છે.
આત્મા સક્રિય છે, માટે કર્તા છે.
શુદ્ધ નિશ્ચયથી નિજસ્વરૂપનો, અશુદ્ધ નિશ્ચયથી રાગદ્વેષનો,
અનુપચરિત વ્યવહારથી કર્મ અને દેહાદિનો તથા
ઉપચરિત વ્યવહારથી ઘર, નગરાદિનો કર્તા છે.

(૪) 'યા યા ક્રિયા સા સા ફલવતી ।'
કષાય - અકષાય આદિ જે કાંઈ પરિણામે
આત્મા પ્રવર્તે, તેનું તે તે પ્રમાણે ફળ હોય જ.
ક્રિયાનો કર્તા આત્મા, માટે ક્રિયાફળનો ભોક્તા પણ તે છે.

(૫) કર્તા - ભોક્તાપણું છે, તેમ કષાયાદિના અનભ્યાસથી,
અપરિચયથી અને ઉપશમથી મંદપણું અને સર્વથી,
ક્ષયપણું પણ છે. બંધભાવ ક્ષીણ થવો શક્ય હોવાથી
બંધરહિત શુદ્ધ આત્મસ્વભાવ પ્રગટ થવા યોગ્ય છે.
(૬) જ્ઞાન, દર્શન, વૈરાગ્ય, ભક્તિ, બોધિ, સમાધિ આદિ
કર્મબંધથી વિપરીત સ્વભાવવાળા સાધન પ્રત્યક્ષ છે. તે
સાધનોના બળે કર્મનો બંધ શિથિલ થાય, ઉપશમ પામે,
ક્ષીણ થાય છે, માટે જ્ઞાનસંયમાદિ મોક્ષના ઉપાય પણ છે.

Dt. 11-9-71

* આત્મજ્ઞાની પુરુષો કહે છે : સુખ પાંચ ઈંદ્રિયોના
વિષયોમાં નથી પણ આત્મામાં છે, માટે આત્મામાં
સુખને શોધો, કારણકે આત્મા સહજસ્વભાવથી જ
સત્ - ચિત્ - આનંદમય છે. જે મહાત્મા બાહ્ય પદાર્થથી
મનને ફેરવીને આત્મા તરફ વાળે છે, તે મહાત્માને
અપાર શાંતિનો અનુભવ અને આત્મદર્શન વડે
પરમાત્મદર્શન પણ થાય છે. - Jambuvijayjee

# આત્મા શું છે? આત્મા કેવો છે?

આત્મા સચ્ચિદાનંદ સ્વરૂપ છે, નામ-રૂપથી અતીત છે,
આત્મા અજર છે, અમર છે,
જ્ઞાનસ્વરૂપ, શક્તિસ્વરૂપ, આનંદસ્વરૂપ, માયાધીશ છે.
આત્મા સર્વ શક્તિમાન - પૂર્ણ - નિત્ય છે, અચ્છેદ્ય છે.
દૃશ્યમાન વિશ્વ એ આત્માએ જ પોતાની અંદર કરેલા
ચમત્કૃતિ છે, આત્મા એથી નિર્લેપ છે.
બ્રહ્મા, વિષ્ણુ, મહેશ, મહાસરસ્વતી, મહાલક્ષ્મી, મહાકાલી
- આ બધા આત્માની જ શક્તિઓ છે,
આત્મા તેનાથી અભિન્ન છે.
આત્મસત્તાથી જ મન - ચિત્ત વગેરેનો પ્રાદુર્ભાવ થાય છે.
આત્મારૂપી નિત્ય અધિષ્ઠાન વિના
કોઈપણ પ્રકારનું દૃશ્ય અસ્તિત્વ ધરાવતું જ નથી.
આત્માની ઓળખાણ અને આત્માના
સહજ સ્વરૂપ - પારિણામિક ભાવની ઓળખાણ,
એ ખરાં અર્થમાં દેવ-ગુરૂની જ ઓળખાણ છે.

## આત્માની બે મોટી શક્તિઓ: મૌન અને મૈત્રી.

એ બન્ને આત્માની જબ્બરમાં જબ્બર શક્તિઓ છે.

મૌન એટલે કોઈની પાસે કંઈ માગવું નહીં તથા,

મૈત્રી એટલે સૌને આપણે આપવું.

માનવજાત ધર્મશૂન્ય પ્રસાર કર્યો, તેણે એવું કર્યું છે કે રૂપિયા ખરચ્યાં પણ કોઈ વસ્તુ ખરીદી નહીં.

ગુરુ-શિષ્યનો સંબંધ તે આત્માનો આત્મા સાથે સંબંધ છે.

ગુરુ-શિષ્યાદિ સંબંધો અસાર્વદિક છે, પરંતુ જીવને જીવરાશિ સાથે શત્રુ, મિત્ર, ઔદાસિન્યમાંથી કોઈને કોઈ પ્રકારનો સંબંધ સાર્વદિક છે જ, તેથી તે મુજબ અનુગ્રહ-ઉપઘાત આદિ તન્નિમિત્તક થયાં જ કરે છે. વિશિષ્ટ સંબંધો અસાર્વદિક છે તો પણ સામાન્ય સજાતીય સંબંધ તો સાર્વદિક છે, તેથી એને અનુરૂપ અનુગ્રહ અને ઉપઘાત એક પછી એક થયાં જ કરે છે, યાને અનુગ્રહ-ઉપઘાતમાં નિમિત્ત બનવા રૂપ કાર્ય થયાં જ કરે છે, તેથી 'પરસ્પરોપગ્રહો જીવાનાં |' એ કાર્યલક્ષણ છે.

## 'પર્યુષણ' પર્વ શા માટે?

જ્યારે આત્મામાં ધર્મનો ઉદય થાય છે, ત્યારે એની બાહ્યદૃષ્ટિ અવરુદ્ધ બનીને અંતર્મુખી બને છે અને એ પોકારી ઉઠે છે કે 'મારા જેટલું કોઈ જ ખરાબ નથી'. જેઓ દુન્યવી ધમાલમાં અટવાઈને પોતાને ભૂલી ગયાં છે, એમની આંખો ખોલવા માટે પર્યુષણ પર્વ આવે છે. આજના જીવનશાસ્ત્રીઓએ જીવનનું મહત્ત્વ ભલે ગમે તે આંક્યું હોય, જીવનું મહત્ત્વ તો ઘટાડી નાંખ્યું જ છે.

આત્મામાં સમસ્ત પ્રકારે વસવું,
એ જ 'પર્યુષણ'નો આધ્યાત્મિક અર્થ છે.

સર્વ જીવરાશિમાં રહેલ આત્મતત્ત્વના તિરસ્કારરૂપ મહાઅપરાધ અંગે સર્વ જીવરાશિની ક્ષમાપના લઈ,

'હું એ જ આત્મા'

એવા અનાદિના દેહાધ્યાસરૂપ વિપરીત બોધથી ભાવપ્રાણના નાશરૂપ અને અનંત અનર્થોની પરંપરારૂપ મહાઅપરાધની ક્ષમાપના સંવત્સરી દિને કરવાની હોય છે.

## ધર્મ = આત્માનો સ્વભાવ.

આત્મસ્વભાવ પ્રગટ કરવાનો પુરુષાર્થ તે ધર્મ.

આત્માનો સ્વભાવ જ આત્મઘરનો માલિક છે.

'આત્મા એ પરમાત્માનું જ એક સ્વરૂપ છે'

આવી દૃષ્ટિ શુદ્ધ નજરથી પ્રાપ્ત થાય છે.

## આત્મા પંખી - દેહ વૃક્ષ

આપણો દેહધારી આત્મા એ પંખી છે - પરોણું છે.

દેહ એ વૃક્ષ છે - ઝાડ છે.

આ દેહરૂપી વૃક્ષની નીચે પરોણું થાક ખાવા બેઠો છે.

તે પંખી ઝાડને જ પોતાનું માને, તે કેમ ચાલે?

ભગવાને આ જગતને જે શાનથી બોધ્યું છે, તે જ્ઞાન સર્વ આત્મામાં છે પણ તેને આવિર્ભાવ કરવું જોઈએ. તેનો ઉપાય એક જ છે તે સર્વ જીવ ઉપર સમભાવ અને સર્વ પ્રસંગો ઉપર ઉદાસીનભાવ કેળવવો. ઇંદ્રિયોને સમાધિવંત કરી આત્માને પાપથી બચાવી લેવો, સારી રીતે રક્ષા કરાયેલો તે આત્મા દુઃખમુક્ત થાય છે.

આત્માના ત્રણ પ્રકાર : સ્વાત્મા, પરાત્મા, પરમાત્મા.

(૧) સ્વાત્માનું દમન કરી નિજસત્તાને પ્રગટ કરવા જોઈએ.
(૨) પરાત્માનું રક્ષણ તથા (3) પરમાત્માનું ભજન કરવું.

ત્રણ પ્રકારના આત્માઓ ઉદ્દેશ -
પ્રાપ્ત કરવા યોગ્ય એક પરમાત્મા જ છે.

ધ્યાન વડે અજ્ઞાનજનિત અને રાગ-દ્વેષજનિત કર્મો ક્ષય પામે છે, રાગ-દ્વેષ આત્મજ્યોતિને આવરી દે છે.

ચાર પ્રકારના આત્મા

એક રામ દશરથ ઘર ડોલે = બહિરાત્મા.
દૂજો રામ ઘટ ઘટ મેં બોલે = અંતરાત્મા.
તીસરા રામકા જગત પસારા = પરમાત્મા.
ચોથા રામ હૈ સબ સે ન્યારા = પુરુષોત્તમ.

આત્માના પાંચ પ્રકાર પણ કહ્યાં છે:

(૧) ભૂતાત્મા (૨) પ્રજ્ઞાત્મા (3) પ્રધાનાત્મા
(૪) મહાનાત્મા (શાશ્વત ધર્મ) તથા
(૫) આત્મકાત્મા જાણે ઐકાંતિક સુખ.

આત્માના પાંચે પ્રકાર પ્રકૃતિજન્ય છે.

પુરુષ કે ઈશ્વર - એ પાંચેથી પર છે. આ પાંચમાંથી
ભૂતાત્મા અને ઈન્દ્રિયાત્માનો સંબંધ તમોગુણ સાથે છે,
વચ્ચેના પ્રજ્ઞાનાત્માનો સંબંધ રજોગુણ સાથે છે.

મનના બે ભેદ પડે છે, તેમાં
એકને પ્રજ્ઞાન અને બીજાને વિજ્ઞાન કહે છે.

પ્રજ્ઞાન મન નીચેની બે વૃત્તિઓ સાથે જોડાયેલું અને
ઈંદ્રિયોનું અનુગામી છે, તે જ્યારે પ્રકાશનું અનુગામી
બને, ત્યારે વિજ્ઞાનમન - વિજ્ઞાનબુદ્ધિ કહેવાય છે.

આથી ઉપરના મહાન આત્મા અને શાન્તાત્મા
સત્ત્વગુણ સાથે સંબંધ ધરાવે છે.

આ રીતે પ્રકૃતિના ત્રણ ગુણો જ પ્રત્યેક વ્યક્તિમાં
પાંચ આત્માઓની ભૂમિકા દ્વારા પ્રકટ થાય છે.
એ બધા પ્રકૃતિના અંશ છે.

આ પાંચે પ્રકારના આત્માઓથી પણ ઉપર
ઈશ્વર - ચૈતન્ય પુરુષ - બિરાજે છે.

## આત્માના આઠ પ્રકાર અને તેની સમજૂતી

(૧) દ્રવ્યાત્મા = જ્ઞાનાત્મા, અજ્ઞાનાત્મા.

સ્વરૂપથી સત અને પરરૂપથી અસત.

(૨) કષાયાત્મા = સકષાયિ આત્મા.

(૩) યોગાત્મા = સયોગિ આત્મા.

(૪) ઉપયોગાત્મા = સર્વ જીવોનો આત્મા.

(૫) જ્ઞાનાત્મા = સમ્યગ્દૃષ્ટિ જીવાત્મા.

(૬) દર્શનાત્મા = સર્વ જીવોનો આત્મા.

(૭) ચારિત્રાત્મા = સર્વવિરતિધરના આત્મા.

(૮) વીર્યાત્મા = સર્વ સંસારી જીવોનો આત્મા.

શૂન્યવાદી કહે છે કે: આત્માને સૌથી અધિક પ્રેમ પોતાના પ્રત્યે જ છે. આત્માનું અસ્તિત્વ જે માને, તેને પોતાના પ્રત્યે શાશ્વત સ્નેહ જાગે છે, જે સુખ મેળવવા માટે તૃષ્ણા-કામનાને જન્મ આપે છે. આત્મદૃષ્ટિથી પરદૃષ્ટિ જાગતાં રાગ-દ્વેષના દ્વન્દ્વ ઉભા થાય છે. એ રીતે સઘળા દોષો-ક્લેશો આત્મદૃષ્ટિમાંથી જન્મે છે.

ઉત્તરાધ્યયન સૂત્ર - ૧, ગાથા - ૧૫/૧૬માં કહ્યું છે કે:

'આત્માને દમવો જોઈએ, આત્મા દુર્દમ્ય છે. આત્માનું દમન કરનારો આ લોક અને પરલોકમાં સુખ પામે છે.

બીજાઓ મને બંધનમાં નાંખીને દમે,
તે કરતાં હું પોતે જ મારા આત્માને
સંયમ અને તપ વડે દમું, એ શ્રેષ્ઠ છે.'

ઉત્તરાધ્યયન સૂત્ર - અ - ૯, ગાથા - ૩૫માં કહ્યું છે કે:

'હે પુરુષ! તું આત્માની સાથે જ યુદ્ધ કર.
બહારના શત્રુઓ સાથે શા માટે લડે છે?
આત્મા વડે જ આત્માને જીતવાથી સાચું સુખ મળે છે.'

ઉત્તરાધ્યયન સૂત્ર - અ - ૨, ગાથા - ૩૬/૩૭માં કહ્યું છે કે:

'મારો આત્મા જ વૈતરણી અને કૂટશાલ્મલી વૃક્ષ છે,
મારો આત્મા જ કામધેનુ અને તે જ નંદનવન છે.
આત્મા જ સુખ-દુઃખને ઉત્પન્ન અને નાશ કરે છે.
સન્માર્ગે ચાલનારી સદાચારી આત્મા મિત્રરૂપ છે અને
કુમાર્ગે ચાલનારી દુરાચારી આત્મા શત્રુરૂપ છે.'

'આત્મા શક્તિથી તો પરમાત્મા જ છે'

એ ભાવનામાં એટલાં બધા મગ્ન બની જવું કે

આત્મા અને પરમાત્મામાં ભેદબુદ્ધિ રહે નહીં.

'મર્દનં ગુણવર્ધનમ્ ।'

ભાવના જેમ વધારે ઘૂંટાય, તેમ તેની શક્તિ વધે છે.
દેહબુદ્ધિ જેટલી પ્રબળ, તેટલી તેનો નાશ કરવા પ્રભુ
સાથે આત્માની અભેદબુદ્ધિ પ્રબળ બનાવવી જોઈએ.
ચૈતન્ય પરમાત્મામાંથી આત્માના અભેદની ભાવના એ
જડ - ચેતનનો વિવેક કરાવીને ચૈતન્ય સાથે
તાદાત્મ્યનો અનુભવ કરાવનારી થાય છે.

બુદ્ધિ આપણને ચંચળ બનાવે છે, તેથી
આત્માનો સહજ સ્વભાવ ચાખવા મળતો નથી.
બુદ્ધિ શંકા કરાવે. આત્માના નિઃશંક પદમાં રહેવાનું
બાકી થાય. પોતાની વધારે બુદ્ધિથી સામાની ઓછી
બુદ્ધિનો લાભ લેવો, તે બાળકને ધૂતવાની રમત જ છે.
બુદ્ધિ સંસારનું કામ કરી આપે, મોક્ષનું નહીં.

દિવાળીએ જૈન વેપારી સરવૈયું કાઢી શુભ મનોરથો
કરે છે, તેમ આપણા દરેકનો આત્મા પણ વેપારી છે.
મનુષ્ય ભવરૂપી નગરમાં રત્નોની કમાણી કરવા આવ્યો છે.

અનાદિકાળનું દરિદ્રપણું ટળી જાય અને
સંપૂર્ણ આત્મલક્ષ્મી પ્રાપ્ત કરી શકાય, તેવી સામગ્રી આ
ભવમાં મળી છે. ગુણરત્નને રત્ન તરીકે ઓળખી સાચા
રત્નના વેપારમાં આળસ - પ્રમાદ ટાળી, આરાધનામાં
સતત ઉદ્યમવંત રહી ગુણરત્નો મેળવવા તથા વધારવા.
ભવથી છૂટવાની અને આત્મસમૃદ્ધિને પ્રગટ કરવાની
તકને જવા દેવી નહીં, અપ્રશસ્ત ભાવમાંથી નીકળીને,
પ્રશસ્ત ભાવમાં રહી, વિશુદ્ધ ભાવની તીવ્ર તાલાવેલી
હૃદયમાં ધરાવીને અરિહંત દેવની આજ્ઞા પ્રમાણે અને
સદ્ગુરૂની ઉપાસનાપૂર્વક ઉત્તમ શ્રાવકજીવન અથવા
નિર્મળ ચારિત્રમય સાધુજીવન જીવવા માટે
દ્રવ્ય અને ભાવથી જે વેપારી તૈયારી કરે,
તેના જીવનના સરવૈયામાં લાભ જ રહે.

# <u>આત્માની નિત્યતા અને અસ્તિત્વ</u>

બાલ્ય, યૌવન, વૃદ્ધાદિ અવસ્થામાં એકરૂપતા અનુભવાય, તેમ દેવ, નારક, માનુષાદિ અવસ્થાઓમાં પણ સમજવું. વળી જ્ઞાન ભિન્ન ભિન્ન સ્વને ગ્રાહક છે. જો બધા જ જ્ઞાનોની ગ્રાહકતાનું જે ભાન કરે, તે પોતે ગ્રાહક હોય તો બધા જ જ્ઞાનોમાં પોતાનું ઓતપ્રોતપણું કેમ જાણી શકે? 'સન્મતિ તર્ક'ની આ ગંભીર દલીલ છે.

રાગદ્વેષાદિ પરિણતિ વખતે આત્મા કર્મનો કર્તા છે, પરન્તુ શુદ્ધ સ્વરૂપમાં વર્તે, ત્યારે કર્મનો કર્તા નહિ, કિન્તુ સ્વરૂપનો કર્તા છે (જ્ઞાતા છે).

<u>પૃથ્વીનો લય જળમાં, જળનો લય તેજમાં, તેજનો લય વાયુમાં, વાયુનો લય આકાશમાં, આકાશનો લય માયામાં, માયાનો લય બ્રહ્મમાં, બ્રહ્મનો લય આત્મામાં.</u>

આત્મરૂપ બ્રહ્મમાંથી અનુક્રમે આકાશાદિ અને સ્વદેહાદિની ઉત્પત્તિ સમજવાથી સર્વ દેહાદિ પ્રપંચ બ્રહ્મરૂપ બની જાય છે.

ઉપનિષદમાં કહ્યું છે કે:

'આત્માનં રથિનં વિદ્ધિ, શરીરં રથમેવ તુ ।'

'બુદ્ધિં તુ સારથિં વિદ્ધિ' - શરીર એ રથ છે,

આત્મા એ રથી છે અને બુદ્ધિ એ સારથિનું કામ કરે છે.

'મયિ તદ્રૂપં સ એવાહં ।'

અર્થાત્ : મારામાં તેનું જ સ્વરૂપ છે, તેથી તે જ હું છું.

આ સમાપત્તિરૂપ ભાવાવસ્થા આત્માને

પરમાત્મારૂપ બાહ્ય આલંબન દ્વારા જ ઉત્પન્ન થાય છે.

આત્માના મુખ્ય ૪ ગુણો

(૧) સુખનું તારતમ્ય (૨ પ્રકારે સદા શ્વાસોચ્છ્વાસ)

(૨) સ્વતંત્રતાની ઇચ્છા (૩ પ્રકારે બલ અથવા વાર્ય)

(૩) જ્ઞાનનું તારતમ્ય (૫ ઇંદ્રિયોથી મેળવાતું જ્ઞાન)

(૪) અમરતાની ભાવના (નિત્ય સ્થિતિ, દીર્ઘ આયુષ્ય).

'નિર્વિકલ્પ' કોને કહેવાય છે?

દેહાદિ પરમાં આત્માના સંકલ્પ - વિકલ્પથી જે રહિત તે.

સામાયિક = નિશ્ચયથી આત્મા, અન્ય ૫ તેનાં સાધનો.

## આત્મદર્શન - આત્મસમાધિ માટે શેની જરૂર ?

કથાવાર્તાઓનો નીચોડ અને દશા - દિગ્દર્શન અનેક વિચારકો અને દાર્શનિકોના પ્રસંગાનુકૂળ ઉક્તિઓ ઉપરાંત ઉદાહરણ આપવાની કુશળતા માત્રથી આત્મદર્શન અને આત્મસમાધિ પ્રાપ્ત થતી હોત, તો તેવી કુશળતા ધરાવનારાઓની દુનિયામાં ખોટ નથી. આધ્યાત્મિક સ્તર ઉપર આત્મદર્શન પામવા માટે જરૂરી જે વસ્તુ છે, તે તો યમ - નિયમ - સંયમ - સ્વાધ્યાય છે, વિવેક - વિનય - નમ્રતા - લઘુતા - ગાંભીર્ય - ધૈર્ય - ઔદાર્ય અને સૌજન્ય છે તથા સ્વચ્છચિત્તશુદ્ધિ છે.

મન અનિત્ય છે - ઈંદ્રિયો અનિત્ય છે, કારણકે માનવશરીર જ અનિત્ય છે. નિત્ય વસ્તુ બધામાં છે અને તે બધાથી પણ પર છે. 'अनन्तं वै मन: ।'

Mind is connected with ether.

સિદ્ધિના મૂળમાં પ્રાણોપાસના - ઓંકારની ઉપાસના છે. આત્માનો આનંદ એ જ સત્ય છે, નિત્ય છે, ધ્રુવ છે.

## Who am I?

I am an individual soul, dependant only on the law of karma.
The universe supply my every need.
I am a child of one Universal energy and therefore I am in His constant care.
I am practicing His presence and feel His warmth in order to learn or become proficient, to get trained & to put knowledge into practice.
Life itself can't give us joy, unless we really deserve it.
Life just gives us time & space.
It is up to us to fill it.

એક મહત્ત્વનો પ્રશ્ન: આપણા ભારત દેશમાં આજે છદ્મસ્થમાં છેલ્લી ગણતરી પ્રમાણે કેટલા આત્માઓ છે?

એક અનુભવીએ ઉત્તર આપ્યો કે: 'એક!' 'જાગો આત્મા।'

અંતરાત્મભાવ એ આત્મમંદિરનું ગર્ભદ્વાર છે,
જેમાં પ્રવેશ કરીને તે મંદિરમાં વર્તમાન
પરમાત્મભાવ રૂપ ચિન્મય દેવનું દર્શન કરી શકે છે.
અંતરાત્મભાવ વખતે આત્મા પોતાની અંદર વર્તમાન
સૂક્ષ્મ - સઘન એવા શુદ્ધ પરમાત્મભાવને દેખવા લાગે છે,
પરરૂપમાં સ્વરૂપની ભ્રાંતિ ટળી જાય છે તથા હેય-ઉપાદેય
અને કર્તવ્ય-અકર્તવ્યનો વાસ્તવિક વિભાગ કરી લે છે,
જેથી આત્મા આધ્યાત્મિક શાંતિનો અનુભવ કરે છે.

પરમાત્મા હિતનો ઉપદેશ આપે છે કે:

આત્માને આત્મામાં સ્થાપન કરવામાં હિત છે.

આત્મામાં જે પરમાત્માની સ્થાપના કરે,
તેને મોક્ષના કારણરૂપ સમ્યગ્દર્શનાદિ ગુણ પ્રકટે છે.
જેને મોક્ષમાર્ગ કહે છે, તે પણ કારણ-પરમાત્મા જ છે.

## સમકિતને રહેવાના ૬ સ્થાન

(૧) આત્મા છે. (૨) આત્મા નિત્ય છે.

(૩) આત્મા કર્મનો કર્તા છે.

(૪) આત્મા કર્મનો કર્તા - ભોક્તા છે. (૫) મોક્ષ છે.

(૬) મોક્ષનો ઉપાય છે.

## આત્માનું આરાધન સર્વ ધર્મોનું મૂળ છે.

જ્ઞાન એ આત્માનું લક્ષણ છે, રાગ નહીં. જેને પૂર્ણ આત્મસુખની અભિલાષા છે, તેને માટે શાસ્ત્રોપદેશ છે. 'આત્મામાં પરમાત્મશક્તિ છે' એવો વિશ્વાસ કરે છે, તેને બહિરાત્મપણું છૂટી અંતરાત્મપણું પ્રાપ્ત થાય છે.

## આત્મામાં જે પરમાત્મતત્ત્વ રહેલું છે, એના શાસ્ત્રાનુસારે સ્થાપનને 'તાત્ત્વિક પ્રતિષ્ઠા' કહે છે.

'પૂજકનો આત્મા ગુણાતીત અથવા પરમાત્મસ્વરૂપ છે' તેવું દર્શન કરાવીને પરમાત્માનું બિંબ ઉપકાર કરે છે. સ્વસ્વરૂપનું સ્મરણ કરાવનાર નામસ્મરણ છે તથા સ્વસ્વરૂપ આત્માનું દર્શન કરાવનાર પ્રભુનું બિંબ છે.

આત્મોદ્ધાર એ જૈનધર્મનું ધ્યેય છે.

જૈનધર્મ એટલે... વિભાવમય બનેલાં

આત્માને સ્વભાવમય બનાવવાની પ્રક્રિયા.

સુખ તથા દુઃખના પ્રત્યેક પલટા વખતે શરીર, મન,
બુદ્ધિ, અહંકાર વગેરે પ્રકૃતિધર્મોથી અલગ આત્મસ્વરૂપનું
અને તેની અવિનાશિતાનું સ્મરણ કરવું.

જેમ તલમાં તેલ, દહીંમાં માખણ,
ભૂમિના અંદરના પ્રવાહોમાં પાણી તથા
અરણિમાં અગ્નિ રહેલ છે, તેમ શરીરમાં આત્મા રહેલો છે.
તેને સત્ય અને તપ દ્વારા જોઈ શકાય છે.
તલને પીલવા પડે, દહીંને વલોવવું પડે, ભૂમિને ખોદવા
પડે અને અરણિને ઘસવા પડે, તેમ શરીરમાં રહેલ
આત્માના દર્શન સત્ય અને તપ દ્વારા થઈ શકે છે.

આનંદઘનના આ વાક્યનો મારા ઉપર ખૂબ પ્રભાવ છે:
આત્માર્થીપણું કરનારને સત્ય માર્ગ દેખાયા વિના
રહેતો જ નથી, ભલેને પછી એ માટે સમય લાગે!

# આપણા આત્માના આજના લૉકેશનને શોધવાનું GPS એટલે આ લઘુગ્રંથ!

સરસ મજાની વનરાજી મધ્યે એક ઘટાદાર વૃક્ષ નીચે બાંધેલી પર્ણકૃટિરમાં નિવસતાં ૯ વર્ષ થશે પૂર્ણ! એ વનરાજી એટલે પૂજ્ય પંન્યાસજી મહારાજ અને પર્ણકુટિર એટલે 'હસ્તાક્ષરનું અક્ષયપાત્ર'નાં ગ્રંથો. કાર્ય હજુ શરૂ ન્હોતું કર્યું, કિન્તુ તેમના હસ્તાક્ષરોનાં પ્રતિબિંબનું હજુ રીસર્ચ કરતી હતી, ત્યારે તેમની રોજનીશીમાં વાંચ્યું કેઃ 'મારો આત્મા' એમ બોલવું, તે હડહડતું જૂઠ્ઠાણું છે!' ત્યાં સ્તબ્ધ થઈ ઉભા રહી જવાયું! ઓહો... ખરી વાત! જો 'મારો આત્મા' હોય, તો 'હું કોણ? મારૂં સ્વરૂપ શું?' ત્યાં બીજે વંચાયું કેઃ 'સમુદ્રનો ખડિયો, મેરુની શાહી, કલ્પવૃક્ષની કલમ, પૃથ્વીનું પટ - પાનું લઈને ભગવતી સરસ્વતી યદિ રાત-દિવસ લખ્યાં જ કરે, તો પણ ન પૂરૂં થાય, તેવું સ્વરૂપ આપણા આત્માનું છે!' એવા આત્માની સાચુકલી ઓળખ એટલે આ ૨૦૦ પાનાં!

કેટલાંયે નવાં-નવાં સૉફ્ટવેર રોજેરોજ ડાઉનલોડ કરતાં આપણે માત્ર એક જ વાર 'સોન્ટરીંગ' કરીને આ અનુપ્રેક્ષાઓ આપણા આંતરમનમાં અપલોડ કરી લઈશું, તો જ કદાચ સફળતા પાછળ દોડતાં આપણે નિરાંતને છાંયડે ઉભા રહી, જીવનનાં સાર્થક્યનું ગાન ગાઈશું! આત્માનું 'આપણું' લોકેશન શોધવા GPS ચાલુ કરવું છે?

તો ચાલો, ખોલીએ આ અદ્‌ભૂત આલેખન અને શોધીએ આપણે આપણને જ...
પૂજ્ય ગુરૂમહારાજના આ તત્ત્વતરાપામાં બેસીને!

**ભારતી દિપક મહેતાના સાદર વંદન**

॥ शुभम् भवतु ॥ ॥ शुभम् भवतु ॥

તીર્થંકરની માતા જે ૧૪ મહાસ્વપ્નો જૂએ છે,
તેમાં પ્રથમ સ્વપ્ન હાથી.

વરસેલા વાદળા જેવા શ્વેત, મોતીના હાર જેવા ઉજ્જવલ,
ક્ષીરસાગર જેવા ધવલ, ચન્દ્રરશ્મિ જેવા કાંત, જલબિંદુ જવા નિર્મળ
અને રજતના પર્વત જેવા શુભ્ર ચતુર્દન્ત, ઉન્નત અને વિશાળ
એવા ગજરાજ આ સ્વપ્નના ફળરૂપે એમ સૂચવે છે કેઃ
તેઓના મંગલગૃહે એક અદ્‌ભૂત પુત્રરત્ન ઉત્પન્ન થશે.

હું કોણ? આત્મા.
માણસ બીજું તો ઘણું જાણવાની મહેનત કરે છે, પરંતુ
એ જાણનારને જાણવાની જરા સરખી પણ મહેનત કરતો નથી!
'હું કોણ છું?' એની શોધ કરવા એ વિચાર ક્યાંથી આવે છે,
એના મૂળ તરફ વળો. જો તે ન સમજાય,
તો જેને નથી સમજાતું, તેની શોધ કરો!
એ ચૈતન્ય સ્વરુપ પ્રગટ થશે જ!

www.fiestadesigns.in