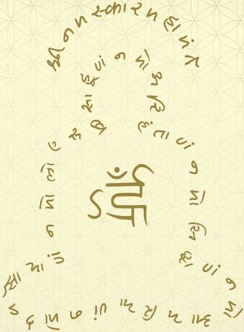
પૂજ્ય પંન્યાસજી મહારાજના

હસ્તાક્ષરનું અક્ષયપાત્ર

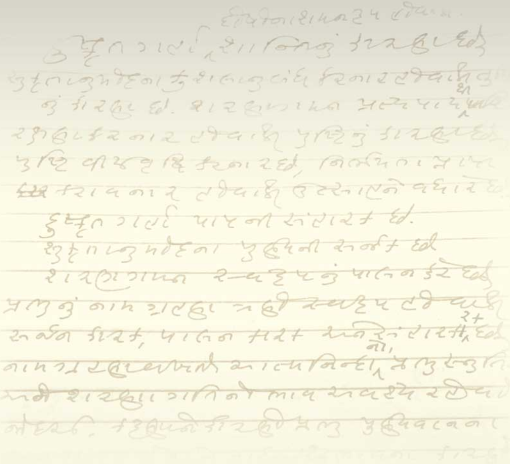
॥ ૩૭ ॥



એસો પંચ નમુક્કારો સવ્વ પાવપ્પણાસણો ।
મંગલાણં ચ સવ્વેસિં પઢમં હવઇ મંગલં ॥

પૂજ્ય પંન્યાસજી મહારાજની રોજનીશી

સંકલન : પંન્યાસ વજ્રસેનવિજય



પરમ પૂજ્ય સકલાગમરહસ્યવેદી

આચાર્યદેવ શ્રીમદ્‌વિજય દાનસૂરીશ્વરજી મહારાજાના શિષ્યરત્ન

પરમ પૂજ્ય કર્મસાહિત્ય નિષ્ણાંત

આચાર્યદેવ શ્રીમદ્‌વિજય પ્રેમસૂરીશ્વરજી મહારાજાના શિષ્યરત્ન

પરમ પૂજ્ય કલિકાલકલ્પતરૂ

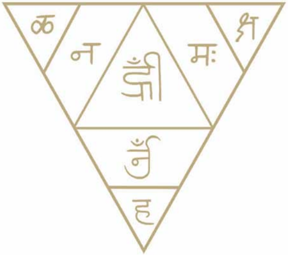
આચાર્યદેવ શ્રીમદ્‌વિજય રામચંદ્રસૂરીશ્વરજી મહારાજાના શિષ્યરત્ન

પરમ પૂજ્ય અધ્યાત્મયોગી

પંન્યાસપ્રવરશ્રી ભદ્રંકરવિજયજી ગણિવર્ય

પરમ પૂજ્ય પંન્યાસશ્રી ભદ્રંકરવિજયજી ગણિવર્ય મહારાજ

શ્રુતદેવિ આજ્ઞાચક્ર સ્થાપન



હ-ળ-ક્ષ-જુઆ પણવ -
નમંતકાલિઆ ઠ તિદલ-ચક્કમિ ।
આણાકખે ઇગાક્ખર,
મહાવિજ્જા સયલ સિદ્ધિકરી ॥

: ભાવાર્થ :

આજ્ઞાચક્રને ત્રણ પત્રો છે.
તેમાં 'ળ' 'ન' 'ક્ષ' થી યુક્ત અને
'ૐ નમઃ' થી આલિંગિત (હ્રીંકાર રૂપી)
એકાક્ષરી મહાવિદ્યા સમગ્ર સિદ્ધિને આપનારી છે.

પૂજ્ય પંન્યાસજી મહારાજના

હસ્તાક્ષરનું અક્ષયપાત્ર

॥ ૩૭ ॥

પૂજ્ય પંન્યાસજી મહારાજની રોજનીશી

સંકલન : પંન્યાસ વજ્રસેનવિજય

☐ HASTAKSHAR NU AKSHAY PATRA

Personal Diaries comprising of Divine everyday thoughts, musings & experiences of Panyashshri Bhadrankar Vijayji Maharaj.

☐ VOLUME - 37

November 2020
300 Copies / 224 Pages
For Private Circulation only.

☐ PUBLISHER

© Shri Bhadrankar Gyandeepak Public Charitable Trust
Mumbai / Rajkot

team@mindfiesta.com

☐ SPONSOR

Shri C. K. Mehta
Mumbai

☐ ENHANCED & DESIGNED BY

Bharti Deepak Mehta
Fiesta Studios
Pattani Bldg., M.G.Road, Rajkot - 360001.
bharti@mindfiesta.com
+91 98252 15500

☐ eBOOKS AVAILABLE AT

www.bhadrankar.com

www.navkarday.com

Amazon Kindle

☐ SHRI AARADHNA DHAM JAIN TIRTH

C/o Shri Sudhirbhai Pandya,
'Shiv Drasti', Nr. old Mamlatdar Office,
Jamkhambhaliya - 361305.
(Dist: Devbhumi Dwarka)
+91 2833 - 254156

☐ ખાસ વિજ્ઞપ્તિ

ગ્રંથવાંચન પશ્ચાત્ આપને આવશ્યકતા ન હોય તો આ સરનામે અમોને ગ્રંથ પરત મોકલશોજી, જેથી અન્ય ભવિજનો પણ આ ચિંતનોથી ભાવિત થઈ શકે.

હમણાં થોડા દિવસ પહેલાં એક ધાર્મિક માસિકના પ્રેસ રીપોર્ટર જામનગર મળવા આવ્યા. તેમણે ઘણાં જૂદા-જૂદા પ્રશ્નો પૂછ્યા અને પૂજ્ય પંન્યાસજી ભગવંતની નાદુરસ્ત તબિયત હોવા છતાં તેમણે સ્નેહથી જવાબ આપ્યા. તેમાં એક પ્રશ્ન હતો કેઃ 'સાહેબજી, હસ્તાક્ષરના અક્ષયપાત્ર માટે જે ખર્ચ થઈ રહ્યો છે, તે વધારે નથી?'

ત્યારે સાહેબે જવાબ આપ્યો કેઃ 'જે લાભ લેનાર પૂણ્યાત્મા છે, તેમના હૃદયમાં પૂજ્ય સાહેબજી માટે અત્યંત ભક્તિ છે; તેઓ પૂજ્ય સાહેબજીના એક એક અક્ષરને પરમાત્મભાવ સમાન ગણે છે. લાભાર્થી કહે છે તેમઃ તેમાં આવતાં પ્રત્યેક શબ્દ તો શબ્દબ્રહ્મ છે તથા પ્રત્યેક વર્ણ એ વર્ણમાતૃકા છે. મારા ગુરૂનાં આ બ્રહ્મવાકયો જે કોઈ વાંચે, તે પરમાત્મભાવનો સ્પર્શ પામવા સદ્‌ભાગી બને એટલે આવા મહાન લાભ સામે આ ધનની તો કોઈ કીંમત નથી. આ ધનનો વ્યર્થ વેડફાટ નથી પણ અનેક આત્માઓના જીવનમાં આત્મદ્રવ્યની અનુભૂતિ માટેનું સાચું મૂડીરોકાણ છે.'

સાહેબજીનાં આત્મ અનુસંધાન કરાવતા આ ખજાનામાં ચિંતનોનો અદ્‌ભૂત સમાવેશ છે. આ અંકમાં જ આવેલું એક અત્યંત મહત્ત્વનું ચિંતન જોઈએ તોઃ

'સમાપત્તિ અને આજ્ઞાની એકતા' વિષયમાં તેઓ જણાવે છે કેઃ 'કર્મનિર્જરાનું અસાધારણ કારણ ધ્યાન છે. ધ્યાતા, ધ્યેય અને ધ્યાન એ ત્રણેની એકતા થાય, ત્યારે 'સમાપત્તિ' કહેવાય. સમાપત્તિ એટલે ધ્યાનજનિત સ્પર્શના. તે બે પ્રકારે છેઃ પરમાત્માની સાથે થતી સમાપત્તિને ભક્તિ કે ઉપાસના શબ્દથી સંબોધવામાં આવે

છે અને જીવાત્માઓની સાથે થતી સમાપત્તિને સદાચરણ તથા ધર્મ શબ્દથી સંબોધવામાં આવે છે. એક સમાપત્તિ સમ્યગ્દર્શન અને સમ્યગ્જ્ઞાન રૂપ છે, બીજી સમાપત્તિ સમ્યક્ચારિત્ર અને સદ્વર્તન સ્વરૂપ છે. શ્રી નવકાર મંત્ર વડે પરમાત્મ સમાપત્તિ થાય છે અને કરેમિભંતે સૂત્ર વડે જીવાત્મ સમાપત્તિ થાય છે. જીવાત્મ સમાપત્તિ દશવિધ યતિધર્મ રૂપ છે.

અહિંસાદિ અને ક્ષમાદિ ધર્મોનું પાલન સમાપત્તિરૂપ બને, ત્યારે તે વચનક્ષમા - ધર્મક્ષમાદિરૂપ બને છે. એમાંથી જિનાજ્ઞા પાલનરૂપ અધ્યવસાય પરમાત્મ સમાપત્તિ રૂપ અને જીવોના પાલનરૂપ અધ્યવસાય જીવાત્મ સમાપત્તિ રૂપ છે. બીજા જીવોની સાથે પોતાની એકતાનું ભાવન એ ધર્મરૂપ બને છે અને પરમાત્મતત્ત્વની સાથે એકતાનું ભાવન એ દર્શન અને જ્ઞાનરૂપ બને છે. એ રીતે રત્નત્રયીનું એક સાથે થતું આરાધન એ મોક્ષનો - કર્મનિર્જરાનો માર્ગ બને છે. તેને બે જ શબ્દમાં કહેવું હોય તો 'આજ્ઞાપાલનનો અધ્યવસાય' કહેવાય છે. આજ્ઞા એ જ સમાપત્તિ છે.

વળી આ અંકમાં જ 'અહિંસા ને અમારિની ભાવના'ના વિષયમાં જણાવ્યું છે કેઃ સાધનાને બળે અંતરમાં જાગી ઉઠેલી કરૂણા અને મૈત્રીની ભાવનાનો અમલ કરી બતાવનારી આંતરિક શકિત અને ગુણવિભૂતિ તે અહિંસા અને અમારિની ભાવના છે, જેનું હાર્દ છેઃ પોતાના નિમિત્તે બીજાને દુઃખ ન પહોચાડવા માટે અને બીજાના સુખ તથા સંકટ નિવારણ માટે સૌ ભવિજનોએ તન-મન-ધનથી બધી રીતે ઘસાવું.

આવા અનુપમ ચિંતનો આપણા સુધી પહોંચાડવામાં પરમ ગુરૂભકત આત્મા **ચીમનભાઈ કે. મહેતા** (સી.કે.મહેતા)ની આર્થિક ઉદારતા મુખ્ય છે તથા રાજકોટવાળા અમારા સુશ્રાવકરત્ન શશીકાંતભાઈ મહેતાના પુત્રવધૂ સુશ્રાવિકા **ભારતીબેન દિપકભાઈ મહેતાની** ગુરૂભકિતપૂર્વકની દિવસ-રાતની અનહદ મહેનત સાથે ૩૦ જેટલા સહકર્મીઓનો સહયોગ સર્વ સાધકોને આજે આ સર્જન થકી અત્યંત ઉપકારક બની રહ્યો છે.

વજ્રસેન વિ.

હેમપ્રભ વિ.

નવેમ્બર, ૨૦૨૦

વાણી તિહુઅણસામિણિ - સિરિદેવી
જક્ખરાય ગણિપિડગા ।
ગહ - દિસિપાલ - સુરિંદા સયાવિ
રક્ખંતુ જિણભત્તે ॥

<u>સિદ્ધ અને અસિદ્ધ વચ્ચેનો ભેદ</u>

'સિદ્ધ' એટલે નરમ અંતઃકરણવાળા,
દયાર્દ્ર, દયાળુ, કોમળ, કઠોરતા વિનાના - પ્રેમથી ભરેલા.
તેવા ન હોય, તે બધા અસિદ્ધ છે.
સિદ્ધ થએલા એટલે નમ્ર બનેલા, પરિપક્વ થએલા.
અસિદ્ધ એટલે નહિ પકેલા, નહિ ચઢેલા.
ઈશ્વર ઉપરની આપણી ભક્તિ કરતાં આપણી
ઉપર ઈશ્વરની કરુણા હંમેશા અધિક જ રહેવાની છે.

<u>ભગવાનનું નામ લેવું તે</u>
<u>શ્રેષ્ઠ કે દિવ્ય સંગીતકળાનો અભ્યાસ અને પ્રભુનું</u>
<u>રૂપ જોવું તે શ્રેષ્ઠ કે દિવ્ય ચિત્રકળાનો અભ્યાસ છે.</u>

નામ-રૂપ મિથ્યા છતાં ભગવાનનાં નામરૂપ મિથ્યા નથી,
કેમકે તે સત્ય એવા આત્માને બતાવનારાં છે.
શ્રદ્ધાની પ્રાપ્તિ ગુરુભક્તિથી - કૃપાની દેવભક્તિથી છે.
ક્રીડા = પરમાત્મા જે કરે તે, ક્રિયા = જીવાત્મા જે કરે તે.
ક્રિયા બંધનરૂપ છે, કેમકે એની પાછળ
કર્તાનો અહંકાર, આસક્તિ અને સ્વાર્થ છે.
ક્રીડા બંધનથી છોડાવે છે, કેમકે એમાં
સ્વાર્થ, આસક્તિ કે અભિમાનનો સ્પર્શ પણ નથી.

જે યોગાભ્યાસી સાધક
ઈશ્વરપ્રણિધાન તથા જપ વગેરે કરતો નથી, કિન્તુ તે
માત્ર ક્રિયાઓમાં જ કુશળતા પ્રાપ્ત કરવાનું લક્ષ્ય રાખે છે,
તેનું હૃદય શુષ્ક બને છે,
તે અભિમાની, દયાહીન અને નાસ્તિક બને છે,
અંતે જડવાદ તરફ ઘસડાઈ પતનને પામે છે.

પ્રભુ કહે છે કે:

દીવો પ્રગટ કરવા જોઈએ છે, ગુરુજી નહિ.
ગુરુજી તો પોતાના સ્વાભાવિક તેજથી પ્રકાશિત થતા રહે છે.
આત્મચિન્તન એટલે આત્મશક્તિનું ચિન્તન,
આત્મા તો અચિન્ત્ય છે.
अ + हं = न हन्यते इति आत्मा ।
'અહં' શબ્દ આત્મવાચક છે, કેમકે
તે જ એક એવો પદાર્થ છે કે જે કદી પણ હણાતો નથી.
જ્ઞાનીઓના પ્રત્યક્ષને 'શબ્દપ્રમાણ' કહે છે.
મહાન જ્ઞાનીઓ અપરિગ્રહી હોય છે.
'અપરિગ્રહ'નો ખરો અર્થ દેહભાવનો નાશ છે,
કેમકે દેહ એક મુખ્ય પરિગ્રહ છે.
'પ્રમાદથી સાવધ રહો' એ તેમનું સૂત્ર છે.

સામાયિક એટલે દર્શન - જ્ઞાન - ચારિત્ર.

સામાયિક - સમભાવ - દમદંત ઋષિ.

સમયિક - દયાભાવ - મેતાર્ય મુનિ.

પહેલાં બે સામાયિક મનની શુદ્ધિ કરનારા છે,

વૃત્તિ સુધારનાર છે, તેથી સમ્યગ્દર્શનરૂપ છે.

સમવાદ - રાગ-દ્વેષરહિત વચન - કાલિકાચાર્ય.

સમાસ - અલ્પ અક્ષરમાં સકલ શાસ્ત્ર - પંડિતો.

સંક્ષેપ - અલ્પ અક્ષરમાં મહાજ્ઞાન - ચિલાતીપુત્ર.

આ 3 સામાયિક વચનશુદ્ધિ કરે છે, તેથી જ્ઞાનરૂપ છે.

અનવદ્ય - નિષ્પાપ આચરણ - ધર્મરૂચિ અણગાર.

પરિજ્ઞા - તત્ત્વનું આચારાત્મક જ્ઞાન - ઈલાપુત્ર.

પ્રત્યાખ્યાન - નિષિદ્ધનો ત્યાગ - તેતલીપુત્ર.

છેલ્લાં 3 કાયાની શુદ્ધિ કરનારા છે, માટે ચારિત્રરૂપ છે.

તમારા પોતાની પ્રત્યે જેવો ભાવ છે,

તેવો સર્વ જીવો પ્રત્યે કેળવો તો તે સામાયિકરૂપ જ્ઞાની

સર્વ મનોવાંછિતોને પૂરનાર થશે.

આત્મૌપમ્ય ભાવ તે ભાવસામાયિક છે.

તેનામાં સર્વ મનોરથો પૂર્ણ કરવાનું સામર્થ્ય છે.

ધર્મનું મૂળ, દ્વાર, પાયો, આધાર, પાત્ર, નિધાન કાંઈ હોય તો

આ સામ્યભાવ - સમતાનો પરિણામ - સામાયિક ધર્મ છે.

ભદંત = કેવળજ્ઞાન, પ્રભુ = સર્વ ઐશ્વર્યયુક્ત,
ભંતે = ત્રિકાળાબાધિત શુદ્ધ આત્મસ્વરૂપ.
આ જિનશાસનમાં ધર્મને જ ભદંત, પ્રભુ કે ભંતે કહે છે.
ધર્મમાં એ ત્રણે કાર્યરૂપે તથા કારણરૂપે પણ ઘટે છે.
સમતા - સામાયિક - સદાચારરૂપ ધર્મ, કેવળજ્ઞાન અને
સ્વરૂપજ્ઞાનરૂપી મોક્ષ આપવાની સાથે સર્વ પ્રકારના
ઐહિક - પારમાર્થિક ઐશ્વર્યને પણ આપે છે.
'કરેમિ સામાઇયં'માં એક પ્રથમ પ્રતિજ્ઞા છે કે:
સર્વ આત્માઓને હું આત્મસમાન ગણીશ.
'સાવજ્જં જોગં પચ્ચક્ખામિ'માં બીજી પ્રતિજ્ઞા છે કે:
ત્રણ કરણ તથા ત્રણ યોગથી સાવદ્ય વ્યાપાર કરીને
કોઈને પણ પીડા થાય એવી પાપ પ્રવૃત્તિ કરીશ નહિ,
આજ સુધી ત્રણ યોગ તથા ત્રણ કરણથી
જે કોઈ પાપ પ્રવૃત્તિ મેં કરી છે, તેનાથી હું પાછો ફરું છું,
તેની આત્મસાક્ષીએ નિંદા તથા ગુરુસાક્ષીએ ગર્હા કરું છું.
તે પાપ પ્રવૃત્તિવાળા મારાં આત્માને હું વોસિરાવું છું,
તેની સાથેનો અહંત્વ - મમત્વભાવનો સંબંધ છોડી દઉં છું.
દેહભાવ - દેહાધ્યાસ છોડવાથી વિદેહભાવ અને
કર્માધ્યાસ - કર્મભાવ છોડવાથી મહાવિદેહપણું મળે છે.

મહાવિદેહ ક્ષેત્રમાં સીમંધર સ્વામી વિચરે છે,
શુદ્ધ આત્મા ત્યાં સદા બિરાજમાન છે,
ત્યાં વિચરતા ચૈતન્યસ્વરૂપ પ્રભુ કાયમ છે, સદા વિચરે છે.
પરમાત્મા એ શુદ્ધ સ્વર, અંતરાત્મા એ અર્ધ સ્વર
અને બહિરાત્મા એ વ્યંજન સ્વરૂપ છે.
બહિરાત્મભાવ એ નિશ્ચય મિથ્યાત્વ છે.
તેને જ દેહાધ્યાસ યા કર્માધ્યાસ પણ કહેવાય છે,
તે સર્વ પાપોમાં શિરોમણિભૂત છે. સર્વ પાપોની ઉત્પત્તિ
બહિરાત્મભાવ રૂપી મિથ્યાત્વના સેવનથી થાય છે.
'અપ્પાણં વોસિરામિ'નો એક અર્થ છે: બહિરાત્મભાવને
વોસિરાવું છું, ત્યાગ કરું છું અને અંતરાત્મભાવમાં આવું છું
અથવા 'અપ્પાણં' શબ્દથી
પાપયુક્ત આત્માની નિંદા - ગર્હા કરું છું અને
'વોસિરામિ' શબ્દથી સાવદ્ય વ્યાપારોનો ત્યાગ કરું છું.
સાધક અલ્પજ્ઞ છે, સાધ્ય સર્વજ્ઞ છે. લાભ ઉભયમાં છે.
એ રીતે સાધ્ય - સાધકભાવ સમજ
નવકારનું સૂત્રથી શુદ્ધ ઉચ્ચારણ, અર્થથી શુદ્ધ ભાવન
અને તદુભયથી ઉચ્ચારણ તથા ભાવન મુજબ ભાવાચરણ
કરી સામાયિકની, સમત્વભાવની પ્રતિજ્ઞા લેવી જોઈએ.

અહીં શબ્દ ચમકના સ્થાને, અર્થ ઝળકના સ્થાને છે. ઝળક અર્થ જ્યારે ચમક અટકાય છે, ત્યારે એમ ઝળહળા કરે અને પ્રકાશ પ્રકટે છે, તેમ પરમર્ષિઓનું સ્મરણ કરવાની અર્થે ભક્તિભાવનો પ્રકાશ પ્રકટે છે.

કાયોત્સર્ગમાં એ પ્રતિજ્ઞા કરવામાં આવે છે કે:
'ઠાણેણં મોણેણં ઝાણેણં અપ્પાણં વોસિરામિ ।' અર્થાત્
કાયાને એકસ્થાને સ્થિર કરી, વચનથી મૌન ધારણ કરી,
મનથી કાયભાવ - દેહભાવ - કર્મભાવને છોડી,
આત્મભાવમાં એકતા - સ્થિરતા કરું છું, તેથી
આત્મપ્રદેશોમાં વ્યાપેલા અશુભ કર્મોના નિર્ઘાતના થાય છે.

દેહભાવરૂપી પૃથ્વી ઉપર

શુભ કર્મરૂપી દિવસ તથા અશુભ કર્મરૂપી રાત્રિ દેખાય છે, કિન્તુ દેહથી પર એવા આત્મભાવરૂપી સૂર્યના પ્રકાશમાં આવતાં અશુભ કર્મરૂપી રાત્રિ તથા શુભ કર્મરૂપી દિવસ અદૃશ્ય થઈ કેવળ પ્રકાશ જ પ્રકાશ નજરે પડે છે (Absolute light but not day & night). જીવ જ્યારે કાયભાવ છોડીને આત્મભાવમાં રહે છે તથા ત્યાં પરમાત્મભાવમાં પોતાના આત્માને સ્થાપન કરે છે, ત્યારે અંતરાત્મભાવ પણ ભૂલાઈ જાય છે અને

કેવળ પરમાત્મભાવમાં તલ્લીનતા આવે છે. તે વખતે
પાપકર્મની નિર્ઘાતના - નિઃશેષપણે ઘાત અર્થાત્ ક્ષય થાય છે.

પાપનું પ્રાયશ્ચિત્તકરણ, પાપનું વિશુદ્ધિકરણ અને
પાપનું વિશલ્યીકરણ થાય છે,
માટે જ કાયોત્સર્ગની ક્રિયા પ્રતિદિન કર્તવ્ય છે.
દોષો દૂર કરવા એ દુઃશક્ય છે પણ અશક્ય નથી.

<u>ક્રિયાના ચાર દોષો: અવિધિ, અતિપ્રવૃત્તિ, દગ્ધ, શૂન્ય.</u>

અવિધિદોષ ક્રિયાને વિષ, અતિપ્રવૃત્તિ ક્રિયાને ગરલ,
દગ્ધદોષ ક્રિયાને અનનુષ્ઠાન અને
શૂન્યદોષ ક્રિયાને રજુ શૂન્ય બનાવે છે.
અવિધિ અનુષ્ઠાન તદ્ધેતુનો વિરોધી છે.
અતિપ્રવૃત્તિ અમૃતાનુષ્ઠાનની વિરુદ્ધતા ઊભી કરે છે.
દગ્ધતા અનુષ્ઠાનને વિષ - ગરલ બનાવે છે અને
શૂન્યતા અનુષ્ઠાનને સંમૂર્છિમ પ્રાય-
અનુપયોગવાળું બનાવીને નિષ્ફળ પ્રાય કરે છે,
તેથી તે ચારે દોષોને સમૂળ દૂર કરવા જોઈએ.

<u>ક્રિયાના પાંચ આશય</u>

(1) પ્રણિધિ - Aim, goal, end.
(2) પ્રવૃત્તિ - means to end.

(3) વિઘ્નજય - Obstacles to be overcomed.

(4) સિદ્ધિ - Realisation of the object.

(5) વિનિયોગ - Dedication to the service of whole mankind.

આત્મા સ્વરૂપના સ્થાને - શરીર એ વ્યંજનના સ્થાને છે.

આત્મા અવિનાશી છે,

અનંત જ્ઞાની, અનવધિ સુખી, અનંત ગુણી, અનંત શક્તિ,
મહાન, અમાપ છે, તેને ઓળખવાનું સાધન સમકિત છે,
તે જ્ઞાન - ક્રિયા ઉભયરૂપ છે. ક્રિયાના પાંચ આશય છે,
જ્ઞાન આત્માની ભિન્ન - ભિન્ન અવસ્થાઓનું છે.
આત્માનું જ્ઞાન દ્રવ્ય - ક્ષેત્ર - કાળ - ભાવથી કરવાનું હોય છે.

દ્રવ્યથી આત્માની કિંમત અનર્ઘ્ય છે.

કિંમતીમાં કિંમતી કોહીનૂરની કિંમત
અમેરિકા + બ્રિટનાદિ પાંચ ક્રોડની છે,
તેથી વધુ કિંમત - કોહીનૂરની કિંમત આંકનાર આંખની છે,
તેથી અનંતગુણી કિંમત
આંખમાં ચૈતન્ય પૂરું પાડનાર આત્મદ્રવ્યરૂપી રત્નની છે.

આપણું શરીર ક્ષેત્રથી પાંચ - છ ફૂટ લાંબુ છે,
પર્વત પાંચ - છ માઈલ ઊંચો છે,

પૃથ્વી ૨૫ હજાર માઈલ લાંબી - પહોળી છે તથા

આકાશ તો અનંત - વિશાળ છે,

તેનાથી ય વધારે લંબાઈ - પહોળાઈ - ઊંચાઈ આત્માની છે અને તેનાથી ય વધુ વિશાળતા આત્માના જ્ઞાનની છે.

કાળથી શરીર ફક્ત ૧૦૦ - ૧૨૫ વર્ષ ટકે છે, કર્મ ૭૦ કોડા-કોડી સાગરોપમની ઉત્કૃષ્ટ સ્થિતિ ધરાવે છે, જ્યારે આત્માની સ્થિતિ અનંતકાળની છે, અનંતાનંત પુદ્ગલ પરાવર્તનથી પણ તે ન મપાય તેવા અંત વિનાની છે.

ભાવથી આત્મા સર્વથી બળવાન છે.

પત્થર અને લોખંડ કરતાં પણ પાણી બળવાન છે. જેમ પાણી પોચું છે અને પત્થર તથા લોખંડ કઠિન છે, છતાં પાણી વડે નાશ પામે છે, તેમ કઠિનમાં કઠિન કર્મનો પણ નાશ કરવાની શક્તિ આત્મભાવમાં અર્થાત્ સામાયિકભાવમાં રહેલી છે.

o અર્થશાસ્ત્રનો આદેશ છે કે:

ઓછામાં ઓછા પ્રયત્ને વધુમાં વધુ ફળ લાવવું. મૈત્રી, પ્રમોદ, કારુણ્ય, માધ્યસ્થ્ય ભાવનાથી યુક્ત સદા ધર્મ થોડામાં થોડા પ્રયત્ને વધુમાં વધુ ફળ લાવે છે, તેથી તે Economical point of viewથી પણ અત્યંત આદરણીય બને છે.

૦ સ્થાને યાને વનેઽરણ્યે સુખે દુઃખે તથા મનઃ ।
અભ્યસ્ય વીતરાગત્વે લયલીનં યથા ભવેત્ ॥૧॥

- શ્રી પાર્શ્વ ચરિત્ર, સર્ગ-૬, શ્લોક-૭૨૦

અર્થઃ તું તેવો અભ્યાસ કર કે જેથી તું ઘરમાં હોય કે મુસાફરીમાં હોય, બધાની સાથે હોય કે જંગલમાં હોય, સુખમાં હોય કે દુઃખમાં હોય, (ગમે તે સ્થિતિમાં હોય) તો પણ તારા મનને વીતરાગપણામાં

જે રીતે લયલીન થાય, તે રીતે અભ્યાસ કરાવ. વીતરાગતામાં મન લીન રહે, તે રીતનો અભ્યાસ પાડ. રાગનો પ્રતિપક્ષભાવ વીતરાગ છે, તેમાં મનને જોડી રાખ. મન વીતરાગભાવની સન્મુખ રાખવાથી શુદ્ધ થતું જાય છે. સિદ્ધાઃ સર્વત્ર ચક્ષુષઃ। સિદ્ધપુરુષો સર્વત્ર ચક્ષુવાળા હોય છે. તેમને સન્મુખ રાખવાથી, તેઓ તરફ મનને સતત પ્રેરવાથી તેઓ એકદમ નજીક હોય તેવો અનુભવ થાય છે. પછી તે જ વસ્તુ ગમે છે, તેમાં જ આનંદની અનુભૂતિ થાય. ઇંદ્રિયો વિષયોને ગ્રહણ કરતી બંધ થતી જાય છે, મન સ્થિર-શાંત બને, દિલમાં રોમરોમ આનંદ અનુભવાય છે.

બધું કરવા છતાં કાંઈ જ કરતો નથી અથવા બેઠા રહેવા છતાં બધું જ કરે છે, એવો અનુભવ અને પહેલાં કદી ન અનુભવેલી એવી સ્થિતિ અનુભવાય છે.

શબ્દો તેને સ્પષ્ટ કરી શકતા નથી, વાણી બંધ થાય છે.
ન કોઈને ખબર પડે છે, ન કોઈ (સાક્ષી)થી છાની રહે છે.
બિલકુલ સ્વાભાવિક સ્થિતિ ઊભી થાય છે,
જેમાં જરા પણ જોર કરવું પડતું નથી અને ઉપરથી
ખૂબ આરામથી અને આનંદથી કામો પસાર થાય છે.
મન શાંત કરવું કાંઈક કઠિન છે પણ
શાંત થયા પછી કામ બહુ સરળ છે.
મતિ જ્યારે સુમતિ બને છે, ત્યારે પોતાના મનમાં
કચરો ક્યાં-ક્યાં છે, તેની શોધ કરે છે. મન સાફ કર્યા
વિના બધા વસ્તુ કચરા ભેગા-કચરા જેવા થઈ જાય છે.
મનમાં ક્યાં ક્યાં રાગ-દ્વેષ છે,
તેને સુમતિ બરાબર લે છે અને તેને સમજ પડે છે કે
તે તે વસ્તુઓમાં થતો રાગ-દ્વેષ અણસમજનો છે.
જેમજેમ એ વાતનો બુદ્ધિ નિશ્ચય થતો જાય છે,
તેમ તેમ મન સ્થિર અને શાંત થતું જાય છે.
લોભથી કોઈપણ વસ્તુમાં મનને લઈ જવું નહિ અને
દ્વેષથી કોઈ વસ્તુમાંથી પાછું ખેંચવું નહિ.
મન દ્વારા દરેક ખરાબાની ખબર પડે છે અને
તેનો ઉપાય કરવો સહેલો થાય છે.
શાંત થયેલું મન ધ્યાન માટે યોગ્ય બને છે. - કાંતિલાલ

'The way of zen' પુસ્તક વિષે...

પુસ્તક મુખ્યત્વે પશ્ચિમના લોકોએ ઉદ્દેશીને લખાયું છે.
તે લોકો હાલ પોતાની જીવનશૈલીથી કંટાળ્યા છે અને
જીવન જીવવા માટે તત્વજ્ઞાનની
કોઈ નવીન શૈલી શોધે છે અને તે તરફ ઢળતા જાય છે.
આ પુસ્તકના લેખક મુજબ
તેઓ પ્રાચીન 'zen' પધ્ધતિને અનુસરતા જાય છે.
zen શબ્દ ચીન, તિબેટ, જાપાનાદિ દેશોમાં ધ્યાનના
અર્થમાં વપરાય છે, જેની પ્રક્રિયા ચીન - જાપાનમાં ઘણી
ફેલાયેલી હતી અને હાલ પણ કેટલેક અંશે જોવા મળે છે.
આ પ્રક્રિયા બૌદ્ધોના મહાયાન તથા શૂન્યવાદને અને
કોન્ફ્યુસીયસે ચીનમાં Tao સિધ્ધાંતનો જે પ્રચાર કરેલ,
તેનો પણ ઘણુ અંશે આ પ્રક્રિયા - પધ્ધતિ સાથે મેળ છે.
ભારતમાં પણ આ શૈલીનાં જાણકારો
બૌદ્ધ ધર્મની પૂર્વે અને તે પછી પણ ફેલાયેલાં હતા.
તે ઉપરાંત અમેરીકાની મૂળ પ્રજામાં પણ
'zen' પધ્ધતિનાં તત્વો જીવનમાં વણાઈ ગયા હતા.
zen એ કોઈ તત્વજ્ઞાન કે ધ્યાનની પ્રક્રિયા નથી,
પરંતુ એક પ્રકારની જીવંત - સ્વાભાવિક જીવન પધ્ધતિ છે,

તેમ તે બધો વિના બહાર કે સમજ શકાય નહિ. 'Zen' પદ્ધતિને જાણનારા જાહેરમાં બોલતા નથી અને બોલનારા તેવું જાણતા નથી, તેમ સાચા જિજ્ઞાસુઓના સંતોષ માટે શબ્દોમાં જે કંઈ બતાવી શકાય, તેટલું બતાવવા માટે આ પુસ્તકમાં લેખકે પ્રયાસ કર્યો છે:

'One must not forget the social contex of zen. It is primarily a way of liberation for those who have mastered the disciplines of social convention of the conditionings of the individual by the group. Zen is a medicine for the ill effects of this conditioning for the mental paralysis & anxiety which Comes from excessive self-consciousness. So Zen might be a medicine, where convention is weak or where there is a Spirit of revolt against the convention ready to exploit Zen for destructive progress.'

We act in order to reach in action.

તાઓના આ લખાણનું તાત્પર્ય છે કે
જે વ્યવહાર ધર્મમાં નિષ્ણાત બન્યા છે, તેમના માટે
હવે તેનાથી થતાં અનિષ્ટોમાંથી બચવા માટે જેમ નિશ્ચય
નયનું અવલંબન આવશ્યક છે, તેમ જ આ પ્રક્રિયા છે.
તે નિર્વિકલ્પ અસંગ અનુષ્ઠાન રૂપે માની શકાય.
વ્યવહાર ધર્મમાંથી ચ્યુત કરવા કે માત્ર ક્રાંતિ કરવા
માટે આ પ્રક્રિયાનો દુરુપયોગ કરવાનો ઈરાદો નથી.
લાભ વિભાગના પ્રથમ બે પ્રકરણોના મધ્યમાંથી
તેના આ સિદ્ધાંતનો ખ્યાલ આવે છે.

(1) Empty and marvellous.

Empty = Void or vacant - નિર્વિકલ્પ.
marvellous = spiritual - વિલક્ષણ અનાદિ.
Only when you have nothing in your mind & no mind in things are you vacant and spiritual i.e. empty and marvellous.

(2) Sitting quietly doing nothing as if spring comes the grass grows itself.
આ વિચારો ઘણા અંશે ચાઈનીઝ Taoismને મળતા છે.

ચોથું પ્રકરણ 'Zen in the arts' છે,
તેમાં બધા પ્રકારના શિલ્પ - સાહિત્ય - હુન્નર - ઉદ્યોગ
આદિમાં પણ આ પ્રક્રિયાનો ઉપયોગ સૂચવ્યો છે, વળી
તે બધામાં આબેહુબ જીવંત સમગ્રતા - સહજતા આવે.
ઝેન વિભાગના ત્રણ પ્રકરણો આ રીતે રસમય છે.

- કલ્યાણપ્રેમ વિ., પાલી

સાધનાનાં ત્રણ ક્ષેત્રો ॐ Dt. 18/11/69

(૧) એકતા (૨) વિશિષ્ટતા (૩) ભક્તિમાર્ગ.

(૧) એકતા - સમાનતાની ભાવના - ભૂતદયા.

(૨) વિશિષ્ટતા - સમ્યગ્દર્શન - મૂળતત્ત્વ.

(૩) ભક્તિમાર્ગ - ધ્યાન - ઉપાસના.

(૧) એકતા : आत्मवत् सर्वभूतेषु ।

સૌને પોતાના આત્માની સમાન જુએ, તે સાચું જુએ છે
અર્થાત્ સાચું સમજે છે. આ એકતા અને સમાનતાના
પાયા ઉપર નૈતિક મૂલ્ય રચાય છે, જેમાંથી ભૂતદયા
ફલિત થાય છે. તેમાંથી નિષ્કામ સેવાનો વિચાર જન્મે છે.
મનુષ્ય સ્વ જ નહિ પણ વિશ્વ માટે જ જીવતો થાય છે.
આ બધું સમજપૂર્વક થાય એટલે અહંકારરહિત થાય છે.
'આવું વર્તવામાં હું કશું જ વિશેષ નથી કરતો'
એ સમજમાંથી અહંકાર ઓગળી જાય છે. મનુષ્યનો

સમાજ મોટે ભાગે ચિત્તની ઉચ્છૃંખલ વૃત્તિમાં જીવે છે.
કામ, ક્રોધ, લોભની અસર તળે જીવન જીવતો હોય છે.
જે એકતા કે સમાનતાની ભાવનાને સમજનારો અને
તેનું નૈતિક મૂલ્ય સ્વીકારનારો હોય છે, તેને અહીં જ
નિષ્કામ-નિરહંકારી સંવાદજીવન આપોઆપ આવી મળે છે.

તે સંવાદ જે મોટામાં મોટો અનુભવ થાય છે,
તે માનસિક સમાધાનનો, ચિત્તની નિર્મળ સમાધિનો.
ચિત્તરૂપી સરોવર કામ, ક્રોધ, લોભ આદિ આવેગોની
અસર તળે જ્યારે હોય છે, ત્યારે ખળભળેલું રહે છે.
પવનની લહેરોથી હાલતું જળ અસ્થિર હોય છે,
લહેરો બંધ થતાં જ તે શાંત-સ્થિર થાય છે.
નિષ્કામ સંવાદ જે ઉંચામાં ઉંચો અનુભવ થાય છે,
તે આટલો જ કે ચિત્ત શાંત બને છે.

પરિણામે શાંતિ, સમાધાનનો અનુભવ થાય છે.
આવો અનુભવ થવો અને ચિત્તની આવી સ્થિતિ થવી,
એ કંઈ નાની-સૂની વાત નથી.

વિજ્ઞાન એટલે વિશ્વનું સંચાલન કરતાં
વિશિષ્ટ નિયમોનું યથાર્થ જ્ઞાન અને દર્શન.
એ દર્શનથી રંગાયેલી બુદ્ધિ સ્વચ્છ બને છે.

વિશ્વને જેમ વધારે સમજશો તથા વધુને વધુ સમજતા થઈશો, તેમ તેમ તેના સાથે એકતા વધતી જાય. વિજ્ઞાને શોધ્યું કે 'ઝાડ-પાનમાં પણ જીવ છે.' આ જ્ઞાનથી વનસ્પતિ દુનિયા સાથેનું વર્તન પણ બદલાઈ જાય છે. કરુણાપૂર્ણ મૈત્રી આત્માની ઉપર કાબૂ લઈ લે છે, જેથી આંતરતૃપ્તિ અને કૃતાર્થતાનો અનુભવ થાય છે.

૦ ભક્તિનું કેન્દ્ર અધિષ્ઠિત છે.

'અધિષ્ઠિત' એટલે સ્થિતિ પર. સ્થિતિ પર ચેતના છે.

ચેતનાને કામ કરતી કરવી તે ભક્તિ છે.

આને આત્મપ્રત્યક્ષ કે આત્મસાક્ષાત્કાર પણ કહેવાય. આત્મા કે ચેતના તો છે પણ તે જીવનના સૌ વ્યવહારોનો કબજો લઈ લે એટલે જીવન ચેતનાપૂર્ણ બની જાય.

એનું સાધન ધ્યાન અને એકાગ્રતા છે.

ધ્યાન એ અંદરની વસ્તુને જોવા માટેનું કેન્દ્રીકરણ છે. વર્ષો તથા યુગોની પડેલી ટેવના કારણે આપણે બહાર જ જોવાને ટેવાઈ ગયા છીએ. અંદર મહાન ચેતના પડેલી છે, તે જોવા - સમજવા - તેને જ કાર્ય બનાવવા પ્રયત્ન કર્યો? ભક્તિઉપાસના - ધ્યાન આપણા પુરુષાર્થનું કેન્દ્ર બદલે છે. એનાથી આપણને ચેતનાનું સ્વરૂપ સમજાય છે, પછી

આપણી શક્તિ ચેતનાની શક્તિ બનશે, ચેતનાનો આવિર્ભાવ થશે, ચિત્તની એકેએક પ્રવૃત્તિ ચૈતન્યમય થશે.

આ ત્રીજી ક્રિયાની વાત ઘણા મહત્ત્વની છે.

ચિત્તને ખળભળાવનાર બાહ્ય વાતાવરણનો ધોધમાર ધસારો થતો હોય, ત્યારે આ ક્રિયા જ માનવ સત્ત્વને અને વિશ્વના આત્માને બચાવી શકશે.

એને વધારે ઊંડાણથી સમજીને

આ ક્રિયાને જોડીએ અને જીવનને કૃતાર્થ કરીએ.

કામ = સંકુચિત પ્રેમ. ભક્તિ = વ્યાપક પ્રેમ.

ઘૃણા = સંકુચિત વૈરાગ્ય. સંયમ - કરુણા = વ્યાપક વૈરાગ્ય.

માનવદેહ પરાર્થ - પરોપકારાર્થે છે.

સ્વાર્થ માટે તો બાકી બધી યોનિઓ પ્રવૃત્ત છે.

પડતીને લાંબો વખત ન જોઈએ, ચડતીને ઘણો વખત લાગે.

સારું શીખતા હજાર દિન ઓછા, ખોટું શીખતાં કલાક ઘણી.

o માગે તે કાપુરુષ, ત્યાગે તે મહાપુરુષ,
ત્યાગે અધિક આપે તે શ્રેષ્ઠ પુરુષ.

o હિરોશિમાના અણુબમરૂપ પાપનું પ્રાયશ્ચિત્ત કરવા મિત્તિ મે સવ્વ ભૂએસુની ભાવના છે.

o ઈમર્સન કહે છે કે: સત્યને માટે સારામાં સારી અંજલિ તે છે કે તેને આપણે જીવનમાં ઉતારીએ.

૦ દુષ્કૃતગર્હા = દોષોનું શમન = શાંતિનું કારણ.
સુકૃતાનુમોદના = કુશલાનુબંધિત = તુષ્ટિનું કારણ.
શરણાગમન = પ્રત્યપાય પરિહારક = પુષ્ટિનું કારણ.
પુષ્ટિ વીર્યવૃદ્ધિકર, નિર્ભયતાપ્રદાયક, ઉત્સાહ વૃદ્ધિકર છે.
દુષ્કૃતગર્હા પાપસંહારક - સુકૃતાનુમોદના પુણ્ય સર્જક
તથા શરણાગમન સ્વરૂપનું પાલન કરે છે.
પ્રભુનામ સર્જનકારક, પાલનકારક, સંહારકારક છે.
નામગ્રહણ વખતે આત્મનિન્દાનો, પ્રભુ સ્તુતિનો અને
શરણાગતિનો ભાવ અવશ્ય રહેવો જોઈએ.
કરૂણાને કારણે પ્રભુ પુણ્યવાનના અનુગ્રાહક છે અને
માધ્યસ્થ્યભાવના કારણે પાપી આત્માઓના નિગ્રાહક છે.
પ્રભુની નિગ્રહ શક્તિથી જ પાપની મર્યાદા છે અને
તેઓની અનુગ્રહ શક્તિથી પુણ્ય અમર્યાદિત બને છે.
અપરાધ માટે ક્ષમા માંગો - દુષ્કૃતગર્હા.
ઉપકાર માટે આભાર માનો - સુકૃતાનુમોદના.
એવા પ્રભુને પ્રાર્થના કરો કે:
અહિત કરનારનું પણ ભલું થાઓ - શરણાગમન.
એથી અંતઃકરણ શુદ્ધ થશે,
મન નિર્મળ બનશે અને શાંતિનો અનુભવ થશે.

સંસારના ૪ કારણો: કંચન, કામિની, કાયા, કુટુંબ.

એ ચાર ઉપરનું મમત્વ, મોહ, મૂર્છા.

મોક્ષના ૪ કારણો: દાન, શીલ, તપ અને ભાવ.

દાન વડે કંચનમોહ, શીલ વડે કામિનીમોહ, તપથી કાયાની મૂર્છા અને ભાવ વડે કુટુંબમોહ તોડી શકાય છે અને વિશ્વાત્મભાવ વિકસાવી શકાય. મોહનો પ્રતિપક્ષ = વિવેક. એ વિવેકના બળથી દાન, શીલ, તપ, ભાવધર્મ વિકસે છે. કુટુંબરચનામાં એ ખૂબી છે કે દુઃખ - સુખ વહેંચાય છે. દુઃખ વહેંચાવાથી તે ઘટે છે, સુખ વહેંચાવાથી તે વધે છે. માટે બંને વહેંચવા માટે તેના ભાગીદારની જરૂર પડે છે, તે કુટુંબરચનામાં મળી રહે છે.

સુખ-દુઃખ એ જીવનમાં ન નિવારી શકાય તેવા હોય, તો દુઃખમાં ભગ્ન નહીં, સુખમાં મગ્ન ન થઈ જવાય, તે ખાતર તેની વહેંચણી પણ અનિવાર્ય છે, જે કુટુંબ જીવન વડે સહેલાઈથી અને સહજભાવે થઈ શકે, તેથી આર્યસંસ્કૃતિમાં કુટુંબભાવ મહત્ત્વનો ભાગ ભજવે છે. એ જ ભાવના જ્યારે વિશ્વકુટુંબમાં પરિણમે છે, ત્યારે મોહનો સંપૂર્ણ વિલય શક્ય બને છે.

'उदारचरितानां तु वसुधैव कुटुंबकम् ।'

દેહ મૂલ્યવાન પણ તથા મૂલ્યહીન પણ

વિવેક અને વૈરાગ્ય શીખવવાની અપેક્ષાએ
દેહ એ ગુરુ સ્થાને છે અને 'અંતે પોતાનો થતો નથી'
એ અપેક્ષાએ દેહ એ પરાયો, તુચ્છ તથા અશુચિમય છે.
તે રોજ રોજ કંઈક તકલીફ અને પીડા ઊભી કરે જ છે,
તેથી વિવેકીને વિરક્તિ જન્મે છે તથા ધર્માત્મા પોતાની
ભિન્નતાનું ભાન કરાવીને સાચી સમજણ પણ આપે છે.
આમ દેહ મૂલ્યવાન પણ છે તથા અંતે મૂલ્યહીન પણ છે.

પ્રેમ V/s મોહ

પ્રેમ પ્રકાશસ્વરૂપ અને આનંદમય છે, જ્યારે
મોહ અંધકારસ્વરૂપ અને અજ્ઞાનમય છે.
પ્રેમ ઊર્ધ્વગતિનું અને મોહ અધોગતિનું કારણ છે.
પ્રેમનું સ્થાન હૃદય અને મોહનું સ્થાન નેત્ર છે.
પ્રેમમાં સદા આત્મબલિદાન - સમર્પણ - વિલોપન હોય.
મોહમાં એથી ઊલટું હોય છે.
પ્રેમ સામાને માટે બધું ત્યજવા તૈયાર હોય છે.
મોહમાં 'સામી વ્યક્તિ મારે માટે ત્યજે' એવી ભાવના છે.
પ્રેમ ત્યાગપ્રિય છે, જ્યારે મોહ ભોગાકાંક્ષી છે.
'હું સુખી કરું' એવી ભાવના પ્રેમનું હાર્દ છે, જ્યારે

'હું સુખ પાઉં' એ વૃત્તિ મોહના પ્રવાહ છે.
પ્રેમ આપીને આનંદ માણે, મોહ મેળવીને ખુશ થાય.
પ્રેમમાં શરતને સ્થાન નથી, મોહમાં પદેપદે શરત દેખાય.
પ્રેમ નિર્મળ નીર, મોહ પંકાવિલ અપવિત્ર અશુચિ નીર છે.

૦ Peace = Presence of ease.
Disease = Absence of ease.
Word is creator.

Word = આત્મા, તેનું પાલન કે અપાલન
નામગ્રહણ દ્વારા વિશ્વસર્જન બને છે.

૦ શ્રી નલિનભાઈ અત્યંત કુશળ પૂર્ણયોગી છે.
રાજયોગ-ધ્યાન-હઠયોગની સમાધિ તેમને સિદ્ધ છે.
તેમની સાથેના વાર્તાલાપથી અદ્ભુત શાંતિ મળે છે.
-મદનલાલજી શર્મા

० अचेतनं चेतनाधिष्ठितं कार्यं करोति । वृत्त्यारूढं
चैतन्यं ज्ञानजनकं भवति । अज्ञाननिवारकं च ।
ज्ञानं चात्मज्ञानमेव, अन्यत् सर्वमज्ञानं ।
आत्माऽज्ञानजन्यं दुःखं आत्मज्ञानेनैव हन्यते ।
तस्याऽऽत्मज्ञानं परमात्मस्मरणेनैव सुलभं भवति ।
वृत्त्यारूढं परमात्मस्मरणमात्मज्ञानेनैव फलति इति ।

(ભાષાંતર માટે જુઓ પરિશિષ્ટ-૧)

મન - બુદ્ધિ - ચિત્ત - અહંકારના ધર્મ

(1) મનના ધર્મ સંકલ્પ - વિકલ્પ છે.

(સંકલ્પ = પ્રાપ્તિની ઇચ્છા, વિકલ્પ = દૂર કરવાની ઇચ્છા).

(2) બુદ્ધિના ધર્મ સંદેહ - નિર્ણય છે.

(3) ચિત્તના ધર્મભૂત સ્મરણ અને ભાવિનું ચિન્તન છે.

(4) અહંકારના ધર્મ અહં - મમ અર્થાત્
શરીરાદિમાં હું અને મારાપણાની બુદ્ધિ છે.

કામનો પ્રતિપક્ષ પરબ્રહ્મ - ક્રોધનો પ્રતિપક્ષ શબ્દબ્રહ્મ
તથા દર્પનો પ્રતિપક્ષ સગુણબ્રહ્મ છે.

કંસ એટલે અભિમાન, કૃષ્ણ એટલે નમ્રતા.
અભિમાન એ સંકુચિતતા છે, નમ્રતા એ વિશાળતા છે.
નમ્રતામાં આકાશની જેમ વ્યાપકતા અને અલિપ્તતા છે.
સગુણબ્રહ્મ = પુરુષોત્તમ. તેની પુરુષોત્તમતા આકાશની
જેમ વ્યાપકતામાં છે. આકાશ વિશાળ તથા અલિપ્ત છે
તેમ પુરુષોત્તમ પણ સર્વવ્યાપી, સર્વમાં રહેલા છે માટે
વિશાળ છે, છતાં કોઈ પાસે સ્પૃષ્ટ નથી, માટે અલિપ્ત છે.
સર્વને સ્વસમાન માને માટે નમ્ર છે, નમ્ર છે માટે સર્વોચ્ચ.
જે નમ્ર નથી, તે ઉચ્ચ નથી પણ નીચ છે.
નીચતાનું નિવારણ નમ્રતામાં છે.

પ્રત્યાહૃત ચૈતન્ય મોક્ષનું કારણ છે.

પ્રણવ અને નમઃપૂર્વક દેવતાના નામનું સ્મરણ
મંત્રરૂપ બનીને જ્ઞાન-રક્ષણનું કાર્ય એકી સાથે કરે છે.
મંત્રરૂપાણ શક્તિ વડે સર્વ પદાર્થોનું સમ્યગ્જ્ઞાન
અને તે દ્વારા આ સંસારસાગરથી ત્રાણ થાય છે.
મંત્રનું મનન આત્મજ્ઞાનનું સાક્ષાત્ કારણ બને છે અને
આત્મજ્ઞાન વડે અનાદિ અજ્ઞાન અને મોહનો
નાશ થવાથી જીવનું ભવભ્રમણથી રક્ષણ થાય છે.
અનાદિનિધન એવો આત્મા દેહમાં રહેલો હોવા છતાં
અન્ય જ્ઞાનથી ગમ્ય થતો નથી,
તે મંત્રના મનન વડે થતાં જ્ઞાનથી પ્રત્યક્ષ દેખાય છે.
પ્રણવાદિ મંત્ર દ્વારા પરબ્રહ્મનું ધ્યાન સુલભ બને છે.
શાસ્ત્રો એમ કહે છે કે:
શબ્દબ્રહ્મ કે મંત્રના મનનમાં જે નિષ્ણાત બને છે,
તે પરબ્રહ્મને મેળવે છે. શબ્દનું યથાર્થ જ્ઞાન થયા બાદ
શબ્દપ્રપંચના નિરસનપૂર્વક તેના અર્થનો અધિગમ થાય છે.
શબ્દબ્રહ્મ સગુણ છે, પરબ્રહ્મ નિર્ગુણ છે.
શબ્દબ્રહ્મ ઉપાયરૂપ છે, પરબ્રહ્મ ઉપેયરૂપ છે.
પ્રણવવાચ્યબ્રહ્મના અનુસંધાનથી નિર્વિકલ્પ બ્રહ્મજ્ઞાન પ્રકટે,

તે ઉદ્રેકકાળે સ્વવ્યતિરિક્ત સર્વ પ્રપંચ વિલીન થાય છે.
'તે બ્રહ્મ હું છું' એટલું જ માત્ર અવશેષ રહે છે.

૦ અભિમાન આવે ત્યારે અધિક પુણ્યવાળાને તથા
હતાશા આવે ત્યારે હીન પુણ્યવાળાને યાદ કરો.

૦ 'એક વસ્તુ આદેય છે' તે સમજાયા પછી
'પોતાના સ્નેહીઓને તે મળે' એમ સૌ કોઈ ઇચ્છે છે.
'એક વસ્તુ દુઃખદાયક છે' એમ અનુભવાયા પછી 'પોતાના
મિત્રમંડળને તે ન પ્રાપ્ત થાય' એમ પણ ઇચ્છે છે.
'મોક્ષસુખ આદેય છે અને સંસાર કષ્ટપૂર્ણ છે' એવું
સમ્યગ્જ્ઞાન થયું છે, તેને પણ 'જગતને મોક્ષ મળો અને
સંસારથી છૂટો' એવી ઇચ્છા કેમ ન થાય? અવશ્ય થાય.
જેને એ ઇચ્છા ન જાગે તેને સંસારનિર્ગુણતાનું કે મોક્ષની
સારભૂતતાનું સ્વરૂપ સમજાયું છે, એમ કેમ મનાય?
અગર તે જગતના જીવો પ્રત્યે મૈત્રીભાવ ધારણ કરનારો
છે, એમ પણ સાબિત કેમ થાય?

જેને જીવમાત્ર પ્રત્યે મૈત્રીભાવ જાગ્રત થયો નથી,
તે ધર્મ પામવાને લાયક પણ કેમ ગણાય?

મૈત્રી નથી ત્યાં તેનો પ્રતિપક્ષ અમૈત્રી રહેલી છે.
અમૈત્રી એ આસ્રવ છે, આસ્રવ એ સંસારનો હેતુ છે.

સાધનારૂપી આત્મવૃદ્ધિ થવા માટે મંત્ર જરૂરી છે,
તેથી મંત્રને પાપપ્રતિઘાત અને
ગુણબીજાધાનનું પરમ કારણ માન્યું છે.

૦ જે કર્મનો પ્રવાહ બાહ્ય છે, તે કર્મ છે અને
જે કર્મનો પ્રવાહ અંદર છે, તે તપ છે.

બહિર્મુખ ઉપયોગ તે ભોગ - અંતર્મુખ ઉપયોગ તે યોગ.

વૈરાગ્યથી વિષયપ્રવાહને અટકાવી
અભ્યાસથી વિવેકપ્રવાહને વહાવવામાં આવે છે.

આસનાદિ ક્રિયાભ્યાસ છે - યમનિયમાદિ વ્રતાભ્યાસ છે.

(૧) શરીરને અંતર્મુખ કરવા માટે આસન છે.
(૨) પ્રાણને અંતર્મુખ કરવા માટે પ્રાણાયામ છે.
(૩) ઇંદ્રિયોને અંતર્મુખ કરવા માટે પ્રત્યાહાર છે.
(૪) મનને અંતર્મુખ કરવા માટે ધારણા છે.
(૫) બુદ્ધિને અંતર્મુખ કરવા માટે ધ્યાન છે.
(૬) ચિત્તને અંતર્મુખ કરવા માટે સમાધિ છે.
(૭) અહંકારને અંતર્મુખ કરવા માટે અસંપ્રજ્ઞાત છે.
(૮) અંતરાત્માને પરમાત્મસ્વરૂપ કરવા માટે નિર્વિકલ્પ છે.

'आनन्दं वै ब्रह्मणो रूपम् ।' 'मनः स्वास्थ्यमानन्दः ।'
'मनोजय एव महाजयः ।' 'तपः चित्त प्रसादनम् ।'

o જ્ઞાનીને તીક્ષ્ણ બુદ્ધિ, શ્રદ્ધાવાનને શુદ્ધ બુદ્ધિ અને
ચારિત્રવાનને સૂક્ષ્મ બુદ્ધિ પ્રાપ્ત થાય છે.
સ્વાર્થપરાયણને મંદબુદ્ધિ, કામીને કુબુદ્ધિ અને
લોભીને દુર્બુદ્ધિ થાય છે.
પાપકર્મોનું ફળ નીચબુદ્ધિ છે,
પુણ્યકર્મોનું ફળ શુદ્ધ ઉચ્ચબુદ્ધિ છે.
માનવજન્મ દુર્લભ છે, તેથી વધુ દુર્લભ
સૂક્ષ્મ, તીક્ષ્ણ અને શુદ્ધ બુદ્ધિ છે.
દેવભક્તિથી બુદ્ધિ સૂક્ષ્મ, ગુરુભક્તિથી બુદ્ધિ તીક્ષ્ણ તથા
ધર્મશ્રવણથી બુદ્ધિ શુદ્ધ થાય છે.
દેવ-ગુરુ-ધર્મની આરાધનાથી બુદ્ધિ સ્થૂલ મટી સૂક્ષ્મ,
મંદ મટી તીક્ષ્ણ અને અશુદ્ધ મટી શુદ્ધ થાય છે.
શરીર અને ઇંદ્રિયોથી કાર્ય કરવાં તે સુલભ છે,
મનથી અને બુદ્ધિથી કરવાં તે દુષ્કર છે.
દેખવું, સાંભળવું, કહેવું સુલભ છે, જ્યારે
વિચારવું, સમજવું અને આચરવું કઠિન છે.
બુદ્ધિ અને મનનો દેવ આત્મા છે, તેથી તે બંનેને સુધારવા
માટે પરમાત્મા અને તેની ભક્તિ આવશ્યક છે.
ક્રોધી સંશયયુક્ત રહે છે, માની વિપર્યાસયુક્ત રહે છે.

જ્ઞાનનું પ્રખર સ્વરૂપ વૈરાગ્ય છે.
નિર્મળ જ્ઞાન એ જ વૈરાગ્ય છે.
ज्ञानस्यैव पराकाष्ठा वैराग्यम् । तच्च
ज्ञानप्रसादमात्रम् । एतस्यैव नान्तरीयकं कैवल्यम् ।
<u>અર્થઃ</u> જ્ઞાનની પરાકાષ્ઠા એ જ વૈરાગ્ય છે.
તે જ્ઞાન પ્રસન્નતાસ્વરૂપ છે અથવા
માત્ર કૃપાસાધ્ય છે, એનાથી કેવળજ્ઞાન દૂર નથી.
ભગવાન દયા દ્વારા પ્રેમને પ્રકટ કરે છે અને
જીવ ભક્તિ દ્વારા પ્રેમને પ્રકટ કરે છે.
<u>જેના હૃદયમાં દયાળુ પ્રભુ પ્રત્યે ભક્તિ પ્રકટતી નથી,</u>
<u>તેનું હૃદય કઠોર, કૃપણ અને પશુતુલ્ય છે.</u>
જેમ નમસ્કાર્યને નમસ્કાર એ મોક્ષનું કારણ છે,
તેમ નમસ્કાર્યને અનમસ્કાર એ સંસારનું કારણ છે.
નમસ્કાર્યને અનમસ્કાર તે એક પ્રકારનો સંક્લિષ્ટ
અહંકાર છે અને કોઈપણ અહંકાર પાપનું મૂળ છે.
પરમતત્ત્વો પ્રત્યે અહંકારભાવ એ પ્રકૃષ્ટ પાપ છે.
તે પાપથી મુક્ત થવા પણ નમસ્કાર અપરિહાર્ય છે.
Not voluntary but compulsory,
not needful but unavoidable.

० 'तन्मे मनः शिवसंकल्पमस्तु ।' - यजु०३४/१

'आत्मनः प्रतिकूलानि परेषां न समाचरेत् ।'

એ શિવસંકલ્પની ભાષા છે.

અહિંસાદિ યમોનું પાલન કરવારૂપ મહાવ્રત ક્રિયા,

એ જીવની ભાષામાં 'શિવસંકલ્પ' કહેવાય છે.

સંકલ્પ = દૃઢ નિર્ણય, અમુક ક્રિયા કરવાની પ્રતિજ્ઞા.

શિવસંકલ્પ = અહિંસાદિ વ્રતપાલનની દૃઢ મનો પ્રતિજ્ઞા.

જીવનપર્યંત કોઈને પણ પીડા ન થાય તેવી રીતે

વર્તવાનો માનસિક નિર્ધાર.

પ્રથમ મહાવ્રતમાં મન-વચન-કાયાની કઠોર ક્રિયાનો ત્યાગ

અને કોમળ વૃત્તિનું સેવન કરવાનું હોય છે.

મૈત્રી - પ્રમોદાદિ કોમળ વૃત્તિઓ છે,

ઈર્ષા - અસૂયાદિ કઠોર વૃત્તિઓ છે.

હિંસાદિ તાડન - તર્જનાદિ કઠોર વર્તન છે

અને સંરક્ષણ, યતનાદિ કોમળ વર્તન છે.

० યમોનું પાલન બાહ્યશાંતિ માટે છે,

નિયમોનું પાલન આંતરશાંતિ માટે છે.

અહિંસા, સત્ય, અચૌર્યાદિ સામાજિક સંબંધોને સુધારે છે.

તપથી શરીર, સ્વાધ્યાયથી મન અને

ઈશ્વરપ્રણિધાનથી બુદ્ધિ સુધરે છે.

શરીર, મન અને બુદ્ધિ એ આંતરિક છે,
ગૃહજીવન, સામાજીકજીવન, રાષ્ટ્રજીવન એ બાહ્ય છે.
યમોનો સંબંધ બીજાઓ સાથે (Social) છે,
નિયમોનો સંબંધ પોતા સાથે (Individual) છે.

'नितिहः - आंतर्हितः नियमः ।'

ઉપવ્રત - નિયમ = પોતાની અંદર ધારણા કરવા યોગ્ય વ્રત.

<u>પાંચ નિયમો</u>

શરીરથી શૌચ, મનથી સંતોષ, ઈંદ્રિયોથી તપ,
બુદ્ધિથી સ્વાધ્યાય અને ચિત્તથી ઈશ્વરપ્રણિધાન.
અધિકારી બનવા માટે યમ - નિયમનું પાલન અને
આત્માની નિકટ વસવા આસનાદિ અંગોનું સેવન જરૂરી છે.
આસનથી દેહાધ્યાસ છૂટે, પ્રાણાયામથી પ્રાણ વશમાં આવે,
પ્રત્યાહારથી ઈંદ્રિયો ઉપર કાબુ આવે,
ધારણાથી મન, ધ્યાનથી બુદ્ધિ, સમાધિથી ચિત્ત વશ થાય.
અનાત્માના સંગથી દૂર થવા - આત્માના સંગમાં આવવા
માટે આસનાદિ ક્રિયાઓનો અભ્યાસ છે.

'तपसा ब्रह्मचर्येण, विद्यया, श्रद्धया
च संपादितः सत्कारवान् भवति ।' - व्यासभाष्ये

<u>અર્થાત્</u>: તપસ્વી, બ્રહ્મચારી, વિદ્યાવાન, શ્રદ્ધાળુ
સત્કાર કરવા યોગ્ય છે.

o અગ્નિના સંપર્કથી લોઢું જેમ
પોતાની કઠોરતા અને કાલિમાનો ત્યાગ કરે છે, તેમ
પરમાત્માના ધ્યાનથી જીવાત્મા અહંકાર રૂપી કઠોરતા
અને મમકાર (વાસના) રૂપી કાલિમાનો ત્યાગ કરે છે.
એક જ આધારશક્તિ સંકુચિત ભાવે 'હ્રીં' તથા વિકસિત
ભાવે 'શ્રીં' બીજાક્ષરી વડે ઓળખવામાં આવે છે.
બિંદુ નવકને 'નાદ' કહે છે. વરિવસ્યા રહસ્યમાં છે કે:

'बिन्द्वादीनां नवानां तु समष्टिर्नाद उच्यते ।'

જીવને નાદ, શક્તિને કલા, શિવને - બ્રહ્મને બિંદુ કહે છે.
શક્તિ એ ઇચ્છા, નાદ એ ક્રિયા તથા બિંદુ એ જ્ઞાન છે.

પંચદશીના ત્રણ બિંદુને પણ
અનુક્રમે નાદ, બિંદુ અને કલા કહે છે.

अ	ज्ञानं विष्णुः समं प्रोक्तं-	'बिंदु'
र	चारित्रं ब्रह्म उच्यते ।	'नाद'
ह	सम्यक्त्वं तु शिवं प्रोक्तं	'कला'
अर्हं	अर्हन्मूर्तिस्त्रयात्मिका ॥१॥	'समष्टि'

o સર્વ પ્રાણીઓની અંદર ભગવતીનું રૂપ છે,
તેથી કોઈપણ પ્રાણીની હિંસા કરવી,
તે ભગવતીના સ્વરૂપની જ હિંસા છે.

અભ્યાસ અને વૈરાગ્ય તે યોગ છે અને
ઈશ્વરપ્રણિધાન તે ઉપાસના કે ધ્યાન છે.
વૃત્તિનિરોધનાં બે સાધન : અભ્યાસ અર્થાત્ વિવેક
અને વૈરાગ્ય અર્થાત્ તૃષ્ણાનો ત્યાગ, વિતૃષ્ણા.
સાધનચતુષ્ટય પછી શ્રવણ - મનનના અધિકારી થવાય.
સાધનચતુષ્ટયથી કષાય પરિપક્વ થાય છે.
બિન્દુ બ્રહ્મરૂપ છે.
તેનાથી નાદ ન થાય, કેમકે નાદ શિવસ્વરૂપ છે.
બિન્દુ શિવ - શક્તિ ઉભયરૂપ માનવામાં આવે,
તો શક્ત્યાત્મક બિંદુ જડ છે અને
એનાથી શબ્દબ્રહ્મ - નાદબ્રહ્મની ઉત્પત્તિ છે અને
નાદથી કલા અર્થાત્ અર્થાત્મક સૃષ્ટિ ઉત્પન્ન થાય છે.
'શિવ' અહંભાવ છે, 'શક્તિ' ઈદંભાવ છે.
અહંભાવ પ્રણવ અને ઈદં અક્ષર છે.
योगो हि प्रभवाप्ययौ । નિરોધ સંસ્કારની ઉત્પત્તિ
અને વ્યુત્થાન સંસ્કારનો લય તે યોગનું સ્વરૂપ છે.
ઈંદ્રિયો અને મન પ્રકૃતિરૂપી શક્તિનો વિકાર છે
અને બુદ્ધિ મહત્તત્ત્વરૂપી સમુદ્રનો એક તરંગ છે.
મહત્તત્ત્વ એ સમષ્ટિ બુદ્ધિ છે.

શરીરમાં કઠિન ભાગ એ પૃથ્વીતત્ત્વ છે.
દ્રવ્યભૂતભાગ એ જળતત્ત્વ છે. ઉષ્ણતા એ તેજ છે,
હલનચલન એ વાયુ તથા પોલાણનો ભાગ તે આકાશ છે.
આ સ્થૂલ દેહનું સ્વરૂપ છે.
સૂક્ષ્મદેહમાં એ પ્રત્યેક ભૂતનાં પાંચ-પાંચ તત્ત્વ છે.
(૧) સૂક્ષ્મદેહના પાંચ આકાશ તત્ત્વ:
કામ, ક્રોધ, શોક, મોહ અને ભય.
(૨) સૂક્ષ્મદેહના પાંચ અગ્નિ તત્ત્વ:
ક્ષુધા, તૃષા, આલસ્ય, નિદ્રા અને કાંતિ.
(3) સૂક્ષ્મદેહના પાંચ જળ તત્ત્વ:
વીર્ય, રૂધિર, લાળ, મૂત્ર અને પ્રસ્વેદ.
(૪) સૂક્ષ્મદેહના પાંચ વાયુ તત્ત્વ:
ચાલવું, દોડવું, વળવું, ફેલાવું અને સંકોચાવું.
(૫) સૂક્ષ્મદેહના પાંચ પૃથ્વી તત્ત્વ:
હાડ, માંસ, ચામડી, રોમ અને નાડી.

o दुर्लभो विषयत्यागः दुर्लभं तत्त्वदर्शनम् ।
दुर्लभा सहजावस्था सद्गुरोः करुणां विना ॥१॥
दीयते शिवसायुज्यं, क्षीयते पाशबन्धनम् ।
अतो दीक्षेति कथिता, बुधैः सच्छास्त्रवेदिभिः ॥२॥

(પરિશિષ્ટ-૨)

'શરીર એ રથ છે, જેમાં ઇંદ્રિયો એ અશ્વ,
નાડીઓ એ દોરી, હાડ એ કાષ્ઠ, રુધિર એ ઊંજણદ્રવ,
ચર્મ એ ચાબુક, શબ્દ એ રથનો ધ્વનિ,
ત્વચા એ રથનું ઢાંકણ, સારથિ એ આત્મા તથા
જીવાત્મા એ રથી અને ઈશ્વર એ સાક્ષી છે.'
આ પ્રમાણે વિચારવાથી શરીરમાં 'અહં'બુદ્ધિ ટળી જાય છે.
'આત્માથી ભિન્ન બધું પંચમહાભૂત સ્વરૂપ છે'
એ વિચારથી 'મમ'બુદ્ધિ પણ ટળી જાય છે.
મનુષ્યને પશુકોટિમાં પડતા અટકાવી
મનુષ્યત્વ અને દેવત્વમાં દોરવણી કરે અને
પૂર્ણ વિકસિત અવસ્થામાં લઈ જાય તે ધર્મ છે.
ધર્મનો મૂળ પાયો સદાચાર છે.
સદાચાર એટલે વિચાર, વાણી, વર્તન શુદ્ધ રાખવાં.
અર્થાત્ ધર્મનું શુદ્ધ સ્વરૂપ એટલે...
પવિત્ર વિચારો, સત્ય વાણી, નિર્દોષ ક્રિયા.
બાહ્યઉપાસનામાં જરૂર છે:
ઋષિ, છંદ, દેવતા અને વિનિયોગની.
આંતરઉપાસનામાં બધો ભાર કેવળ આત્મતત્ત્વ ઉપર છે.

o

Vision without action is a dream.

પંચ 'મ' કાર વડે ઉપાસના તે
વામાચાર (કૌલાચાર) - તે કર્મ પ્રધાન છે.
દક્ષિણાચાર (સમયાચાર) - તે ભાવનાપ્રધાન છે.
તે મનન - નિદિધ્યાસનપૂર્વક બ્રહ્મભાવનાનું સાધન છે.
મંત્રજાપથી શક્તિનું જાગરણ થાય છે.
શક્તિજાગરણથી આત્મજ્ઞાનનો ઉદય થાય છે.

o ગ્રન્થિભેદ એટલે...

આત્મામાં દેહાધ્યાસ અને દેહમાં આત્માધ્યાસનું નિવારણ.
દેહાધ્યાસ તે રુદ્રગ્રન્થિ - મૂલાધાર.
ઇંદ્રિયાધ્યાસ તે બ્રહ્મગ્રન્થિ - અનાહત.
અંતઃકરણાધ્યાસ તે વિષ્ણુગ્રન્થિ - આજ્ઞા.
ઉપરની ત્રણે ગ્રંથિઓ અનુક્રમે
ભૂતબન્ધ, ઇંદ્રિયબન્ધ અને મનોબન્ધથી ભેદાય છે.
ગ્રન્થિના બીજા નામ અધ્યાસ, વિપર્યય,
મિથ્યા પ્રતીતિ, અન્યથા ખ્યાતિ વગેરે છે.
ન્યાય - વૈશેષિક જેને અન્યથા ખ્યાતિ કહે છે,
તેને જ મીમાંસકો અખ્યાતિ, બૌદ્ધો અસત્ ખ્યાતિ,
વેદાંતીઓ અનિર્વચનીય ખ્યાતિ, સાંખ્યો અસત્ ખ્યાતિ
અને જૈનો મિથ્યા પ્રતીતિ કહે છે.

o અનાહત અને આજ્ઞાચક્રના વેધથી
નીચેના પાંચે ચક્રોનો સ્વયં વેધ થઈ જાય છે.
કામ-વાસનાના ઉદ્દીપનથી બચવા માટે
અનાહતચક્રનો અને આજ્ઞાચક્રનો તથા
નાદાનુસંધાનનો આશ્રય લેવો શ્રેયસ્કર છે.
તીવ્ર આસક્તિવાળા માટે કર્મયોગ,
મંદ આસક્તિવાળા માટે ભક્તિયોગ અને
અનાસક્ત જીવ માટે જ્ઞાનયોગ તથા ધ્યાનયોગ છે.
ઉપાસના સદા ચિન્મતત્ત્વની હોય, જડ પદાર્થોની નહિ.
ચિન્મતત્ત્વ એ મન, બુદ્ધિ અને ઇંદ્રિયોથી અગ્રાહ્ય છે,
તેથી તેની ઉપાસના પ્રતિમાદિ જડ પ્રતીકોથી થઈ શકે છે.
બાહ્યયોગ મંત્ર, મૂર્તિ આદિ દ્વારા થઈ શકે છે અને
આંતરયોગ દેહમાં કરન્યાસ, અંગુલિન્યાસ દ્વારા થઈ શકે.
તે વડે દેહરૂપી પ્રત્યક્ષમાં અંતર્યામીની જાગૃતિ થાય છે.
દેહની ઉત્પત્તિ શુક્રથી, શુક્રની અન્નથી, અન્નની ભૂમિથી,
ભૂમિની વરસાદથી, વરસાદથી સોમની, સોમથી સૂર્યની.
સૂર્યનો આધાર દ્યુલોક છે.
આ ક્રમ ઉલટાવવા બ્રહ્મચર્ય વ્રત - ઊર્ધ્વરેતાનું વ્રત છે.
તે ધીરજથી કરીને તપ કરવાથી દેવયાનનો માર્ગ ખુલે છે.

બહિર્મુખ શુક્ર સંતાનોત્પાદક લૌકિક સૃષ્ટિ ક્રમાભિમુખ છે.

તે જ જ્યારે ઊર્ધ્વ (રેતા) બનીને

અભ્યંતર પંચાગ્નિ દ્વારા ઉત્તરોત્તર સૂક્ષ્મ બને, ત્યારે

ભ્રૂમધ્યમાં સોમાત્મક પરબિંદુના સ્વરૂપમાં લય પામે છે.

મૂલાધારસ્થ શક્તિનું ઉત્થાન એ

પ્રથમ અભ્યંતર અગ્નિ છે, તેથી શુક્રની ઊર્ધ્વગતિ થાય છે.

સ્વાધિષ્ઠાન થકી અગ્નિથી વધારે સૂક્ષ્મ બની

અસ્થિઓમાં પૃથ્વીતત્ત્વનો વેધ કરે છે.

માંસ અને રુધિરમાં જલતત્ત્વનો વેધ કરી

મણિપૂરમાં વિદ્યુતરૂપ અગ્નિ સૂક્ષ્મ થઈને સૂર્યને ઉન્મુખ

કરતાં કરતાં ચંદ્ર મંડળમાં પહોંચી સોમમાં પરિણત થાય છે.

પ્રસવ ક્રમમાં સોમ શુક્ર રૂપે અને પ્રતિપ્રસવ ક્રમમાં

શુક્ર સોમ રૂપે થઈને સ્વસ્વરૂપમાં આવી જાય છે.

અહીં સકામ હોય તો સોમ પ્રસવાભિમુખ બને છે.

અહીં જો નિષ્કામ હોય, તો

પોતાના કારણ એવા સમષ્ટિબ્રહ્મમાં લીન થઈ જાય છે.

સમષ્ટિ બ્રહ્મ સ્વયં ફલનું કિરણ છે.

બહિરંગોમાં જેને ભગવાન - ભગવતી કહે છે, તેને જ

અંતરંગોમાં ચિદાત્મા, ચિન્મયી, ચિતિશક્તિ આદિ કહે છે

અને એ રીતે ધ્યાનોપાસનાદિ થાય છે.

દ્યુલોક એ પ્રથમ અગ્નિ છે,
તેમાં સૂર્યરૂપી ઈંધન બળે છે, તેમાં
દેવતા શ્રદ્ધાની આહુતિ આપે, તેથી સોમ ઉત્પન્ન થાય.

પર્જન્ય એ બીજો અગ્નિ છે,
તેમાં સોમની આહુતિ આપતા વર્ષા ઉત્પન્ન થાય છે.

પૃથ્વી એ ત્રીજો અગ્નિ છે,
તેમાં પર્જન્યની આહુતિ આપાય અને અન્ન ઊપજે છે.

માનવનું શરીર એ ચોથો અગ્નિ છે,
તેમાં અન્નની આહુતિ આપતા શુક્રની ઉત્પત્તિ થાય છે.

સ્ત્રીગર્ભ એ પાંચમો અગ્નિ છે,
તેમાં શુક્રની આહુતિ આપતા બાળકનું શરીર બને છે.

૦ 'एक संबंधि ज्ञानमपर संबंधि स्मारकम् ।'
એ ન્યાયે વાચ્ય ઉપરથી વાચક અને વાચક ઉપરથી વાચ્ય, કારણ ઉપરથી કાર્ય અને કાર્ય ઉપરથી કારણનું સ્મરણ થાય જ છે. વાચ્ય - વાચક, કાર્ય - કારણ આદિ સંબંધીનો બોધ સાદૃશ્ય - વૈસાદૃશ્યાદિ સંબંધી પણ છે. અરિહંત - સિદ્ધાદિના સ્મરણમાં સજાતીય સંબંધથી સદૃશ એવા નિજ શુદ્ધ આત્માનું અને વૈસાદૃશ્ય સંબંધથી નિજ અશુદ્ધ આત્માનું સ્મરણ થાય જ છે.
શુદ્ધિના સ્મરણે દૈન્ય - અશુદ્ધિના સ્મરણે દર્પ નાશ પામે.

ધ્યાનની માર્ગદર્શિકા

(૧) આંખો બંધ કરી સુગમતાપૂર્વક ભ્રુકુટી ઉપર જે ભ્રમરોના મધ્ય ભાગ ઉપર એકાગ્રતા સાધો.

(૨) નામ-રૂપનું ધ્યાન તે સગુણ ધ્યાન છે, તેને સાકાર અથવા સાલંબન ધ્યાન કહે છે, જ્યારે શુદ્ધતા, બુદ્ધતા, નિત્યતા, નિરંજનતા, સત્યતા, પરમાનંદતા વગેરેનું ધ્યાન એ નિર્ગુણ ધ્યાન છે. તે કરવા માટે પ્રણવનું આલંબન લ્યો અને તેના અર્થની ભાવના કરો. અર્થભાવનામાં ભગવાનની સર્વતા, સર્વશક્તિમત્તા, સર્વવ્યાપીતા તથા પ્રકૃતિનો વિચાર કરો.

(૩) મૂર્તિના ધ્યાન વખતે અંગૂઠાથી નખશિખ શરૂ કરી શિખાપર્યંત ધ્યાન કરો. પછી મુખાકૃતિનું ધ્યાન કરો. પછી બંને નેત્રોમાંથી ઝરતી કરુણાનું ધ્યાન ધરો.

(૪) દંપતિઓ નિયમપૂર્વક - આંતરારહિત ધ્યાન કરો. નિર્વ્યસની જીવન, ઓછું બોલો, સાત્વિક ભોજન કરો. અસત્સંગતિ નિવારો. સત્પુરુષો-ગ્રન્થોનું સેવન કરો.

(૫) શરીરને સ્થિર રાખી ધીમા શ્વાસ લ્યો. પછી બાહ્ય ધ્યાન છોડી દો. નિર્વિકલ્પનું ધ્યેય રાખો. તે માટે પ્રભુનું સ્મરણ કરો, તેને માર્ગદર્શક બનાવો, તેના અધિકાર બનો.

હું ક્યાં છું? ક્યાંથી આવ્યો છું?

ક્યાં જવાનો છું?

હું કોણ છું? કોણ મારું છે?

એ પાંચ પ્રશ્ન શરીરને ઉદ્દેશીને જે જાણતો નથી,

તે બોધ અસુર અને અજ્ઞ છે,

તેમ આત્માને ઉદ્દેશીને એ પાંચ પ્રશ્નોનો ઉત્તર જે જાણતો નથી, તે પણ મહાઅસુર અને મહાઅજ્ઞ છે.

અસુર હોવાને લીધે તે નિરાધાર છે.

હું આત્મા છું.

અમુક ગતિમાંથી આવ્યો છું - અમુક ગતિમાં જવાનો છું.

હું ભગવાનનો છું અને ભગવાન મારા છે.

એમ જે જાણે છે, તે અસુર મટી સુર થાય છે

જે જન્મે તે મરે છે અને જે મરે તે પુનઃ જન્મે છે.

એ રીતે એમ જે જાણે છે, તે 'સુર' છે. બાકી 'અસુર' છે.

o ચોરી નિર્ભીક હોતી નથી, ખૂન નિર્વૈર હોતું નથી,

વ્યભિચાર નિષ્કામ હોતો નથી, મૂર્છા નિર્મોહ હોતી નથી,

અસત્ય નિર્ભીક હોતું નથી.

પાપકર્મમાં આશંસા અને અહંકાર બંને હોય છે.

આશંસા રાજસ છે અને અહંકાર તામસ છે.

ઈશ્વરના પ્રણિધાનથી કર્તૃત્વાહંકાર અને કર્મફલાશંસા
ઉભય દોષોનો પ્રતીકાર થાય છે.
સત્કર્મ સદ્બુદ્ધિથી ભરેલું છે, તો પણ તેમાં
કર્તૃત્વાહંકાર અને કર્મફલાશંસા થઈ જવાનો સંભવ છે.
ઈશ્વરપ્રણિધાનથી જ બેનું નિવારણ થઈ શકે છે.
સત્કર્મ કરવા માટેની સદ્બુદ્ધિને આપનાર ઈશ્વર છે,
તેથી બેનું કર્તૃત્વ અને સ્વામિત્વ ઈશ્વરનું છે,
એવી બુદ્ધિ તે ઈશ્વરપ્રણિધાનનું રૂપ છે.
શાસ્ત્રબોધ દ્વારા સત્-અસત્ની ઓળખાણ થાય છે,
સત્માં પ્રવૃત્તિ અને અસત્થી નિવૃત્તિ થાય છે,
તેથી ઉભયમાં પ્રેરકતા શાસ્ત્રવચનની છે.
શાસ્ત્ર એ વીતરાગનું વચન છે અને
તે શાસન અને ત્રાણ ઉભય કરે છે.
શાસ્ત્રને આગળ-મુખ્ય કરવાથી વીતરાગ આગળ કરાય છે.
શાસ્ત્રના ઉપયોગે તેના કર્તા સાંભરે જ છે અને
વીતરાગને આગળ કરવાથી તેમના ધ્યાન દ્વારા
સર્વાર્થની - સર્વ પ્રયોજનની સિદ્ધિ થાય છે.

If you want to feel rich, count the things that money can't buy.

ભક્તનાં ત્રણ લક્ષણ

અધિકગુણી ઉપર દ્વેષ નહિ પણ પ્રમોદ,
હીનગુણી ઉપર ઘૃણા નહિ પણ કરુણા તથા
સમાન ગુણી ઉપર ઈર્ષા નહિ પણ મૈત્રી.

સિદ્ધોને એવું અનુભવજ્ઞાન છે કે વિશ્વમાં સંવાદિતા છે,
સાધકોને એવું ભાવનાત્મક જ્ઞાન હોય છે કે
સર્વત્ર સંવાદિતા - શાંતિ પ્રકટો.

'ૐ ખં બ્રહ્મ ।'

આકાશ જેમ શાંત, નિર્લેપ, અવિરોધી, સર્વવ્યાપી છે,
તેવું જ બ્રહ્મ પણ છે.
'ૐ'નો અર્થ જેમ 'અવતિ' યાને રક્ષણ છે તથા
'અનુજ્ઞા' યાને સંમતિ અથવા 'હા' છે, તેમ
શાંતિ અને અનાસક્તિ પણ છે.

કુદરતના ગણિતનું અનુમાન કરવાથી
શાંતિ અને સંવાદિતાનું સંગીત પ્રકટે છે.
તે સંગીત પ્રગટાવવા

બે ભ્રૂનાં મધ્યમાં નાસિકા મૂળ સ્થાને ધ્યાન ધરો. ત્યાં
આગળ આધ્યાત્મિક ઊર્ધ્વગામી પ્રવાહ ચાલે છે, તે પ્રવાહમાં
તણાવાથી સાચા આનંદનો અનુભવ આપોઆપ થાય છે.

ο કાંચન કાંતિ પરમેષ્ઠિ રૂપે, લોકાલોકે પ્રમાણ,
સર્વ શાંતિકર લાભ દેનારો, પ્રણવ નમો ગુરુ જાણ,
ધ્યાન ક્રિયા નિશદિન ધ્યાઈજે... - શ્રી લક્ષ્મીસૂરિ

પ્રાણાન્ સર્વાન્ પરમાત્મનિ પ્રણામયતીતિ પ્રણવઃ ।

પ્રણવના જાપથી આત્માઓનો પરમાત્મામાં વિલય થાય છે.

પરા	ઉન્મની	ચિતિસ્વરૂપા	એકપદી
પશ્યંતી	સમની	જ્ઞાનરૂપા	દ્વિપદી
મધ્યમા	૪ પુરુષાર્થ સપ્રતિપક્ષ	ઇચ્છારૂપા	અષ્ટપદી
વૈખરી	ત્રણ કાળ ત્રણ પુરુષ	ક્રિયારૂપા	નવપદી

સર્વ પ્રકારના પછી ૪ પ્રકારની વાક્ શક્તિ જન્મે છે,
તેને જ્ઞાની જાણે છે, તેમાંથી ત્રણ વાક્ સુષુમ્ણા રૂપી
ગુફામાં છુપાઈને રહે છે અને ચાલતી નથી.
ચોથી વાણી બહાર બોલે છે.

જૈન શાસનનું સાચું રહસ્ય 'શુદ્ધ આત્મા',
તે નવકારના પ્રથમ પદ વડે અનુભવાય છે.
'નમો અરિહંતાણં ।'
આ પદ વડે થતો નમસ્કાર શુદ્ધ આત્માને પહોંચે છે.

નમસ્કારથી સદ્ગતિ અર્થાત્ સ્વભાવની સમીપતા મળે
અને દુર્ગતિ અર્થાત્ સ્વભાવથી દૂરપણું ટળે છે.
સ્વભાવથી દૂરપણું તેથી મિથ્યાત્વરૂપી પાપ નાશ પામે છે.
સ્વભાવથી નિકટતા તેથી
ઉત્કૃષ્ટ ધર્મરૂપી મંગળનો લાભ થાય છે.

આત્મતત્ત્વ સારભૂત છે, કેમકે
તેને જાણતાં જાણનારને સુખ થાય છે.
જિનશાસનનો ઉપદેશ આત્મસ્વભાવની સન્મુખ થવાનો છે.
આવા આત્માનુભવને જ જિનશાસન કહ્યું છે.
શુદ્ધનય વડે તેનો અનુભવ થઈ શકે છે.
એ અનુભવનું બીજું નામ સમ્યગ્દર્શન છે. દેવ-ગુરુના
અતીન્દ્રિય આત્માને ઇંદ્રિય જ્ઞાન વડે જાણી શકાય નહિ.
સ્વાનુભવ પ્રત્યક્ષવાળું અનુમાન જ પર આત્માને જાણે.
ઇંદ્રિય પ્રત્યક્ષવાળું અનુમાન તેને જાણી શકે નહિ.
પોતાના આત્માનો સ્વસંવેદન પ્રત્યક્ષ કરે, ત્યારે
જ અરિહંત-સિદ્ધ વગેરેની સાચી ઓળખાણ થઈ શકે.

જ્ઞાનીનું સાચું લક્ષણ એ છે કે તે
દેહ, કર્મ, રાગાદિથી પોતાને ભિન્નપણે અનુભવે.
ભગવાનની સાચી સ્તુતિ તથા ઉપાસના પણ તે જ છે.

સૌથી વધુ ચમત્કારક શું ?

(૧) સદ્ગુરુ વાણીનો ઉપદેશ (૨) અંતરના અવાજની સમજ
(૩) આરોગ્યનો આનંદ (૪) સંતોષની અખૂટ સમૃદ્ધિ
(५) कुशल भावनाओं प्रबन्धः। (६) योगाभ्यासः।
(७) नमस्कारादि चिन्तनम्। (८) प्रशस्तभावक्रिया।

પંચસૂત્રનું નિત્ય પઠન શા માટે ?

દુષ્કૃતગર્હાથી સંક્લેશોની હાનિ થાય છે.
સુકૃતાનુમોદનથી અધ્યવસાયની વિશુદ્ધિ થાય છે તથા
શરણાગમનથી કર્મોની અપૂર્વ નિર્જરા થાય છે અને
આત્માની ખરી નિર્મળતા પ્રકટે છે.

'नमस्कारो नमस्कारः सिद्ध्युपायो मतो जिनैः।'

o જેમ દેહભાવના નિરાસાર્થે ભેદજ્ઞાન આવશ્યક છે,
તેમ આત્મભાવના સ્થિરતા માટે અભેદજ્ઞાન જરૂરી છે.
પુદ્ગલ સાથે ભેદ ભાવ્યા વિના અને
જીવ સાથે અભેદ ભાવ્યા વિના
વૈરાગ્ય અથવા મોક્ષ સિદ્ધ થતાં નથી.
ભેદાભેદનું જ્ઞાન યથાર્થ હોવાથી કાર્યસિદ્ધિનું કારણ બને છે.
વળી આપણે મનના મળથી મુક્ત થવું જોઈએ, તો જ
આત્મિક સ્થિરતા અને વાસ્તવિક દેવત્વ પ્રાપ્ત થાય છે.

(१) अतद्रूपता भानं मलः ।

તદ્રૂપતા વિષે શંકા વસ્તુથી ઉઠાવાય ત્યારે તે વસ્તુનો
મળ છે અને મનથી વિચારાય ત્યારે તે મનનો મળ છે.

(२) मलं अदर्शनं । મળ એ અજ્ઞાન છે.

तस्य अतद्रूपता भानं मलो भ्रान्तिः संकीर्त्यते ।
निरन्तरयोगाभ्यासेन विषयानुरागरूप-
मलरहितत्वं साध्यं ।

અજ્ઞાન = તદ્રૂપતાના ભાનનો અભાવ - વિષયાનુરાગ.
બિંદુધ્યાનમાં વસ્તુનો તથા સમતામાં મનનો મળ જાય છે.

૦ મનોવ્યાપાર સહિત કર્તૃત્વ જીવનું છે.
મનોવ્યાપારરહિત કર્તૃત્વ શિવનું છે.
શિવના કર્તૃત્વમાં માત્ર સન્નિધાન પ્રયોજક છે,
ત્યાં મનરૂપી કરણની જરૂર નથી.
શિવતત્ત્વ નિત્ય હોવાથી કરણાદિ ઉપાધિરહિત છે.
અવિકારિતાને કર્તૃત્વ સાથે વિરોધ નથી.
શિવની સંનિધિમાત્ર સૂર્યની જેમ વિકાસાદિ કરે છે.
ઉપાધિના અભાવે પણ પ્રેરણાદિમાં
સ્વહેતુને જીવનું કર્તૃત્વ દેખાય છે.
કમળના વિકાસમાં, કુમુદના સંકોચમાં, નવનીતના દ્રવભાવમાં,

પંકના શોષણ વગેરેમાં
સન્નિધિમાત્રથી સૂર્યનું કર્તૃત્વ પ્રત્યક્ષ દેખાય છે.
આમ કર્તૃત્વ બે પ્રકારે: સંકલ્પમાત્રથી તથા ક્રિયાથી.
ક્રિયોપેત કર્તૃત્વ કુલાલાદિનું પ્રત્યક્ષ છે.
સંકલ્પકર્તૃત્વ બે પ્રકારે : મનોવ્યાપારરૂપ - સન્નિધિરૂપ.
બ્રહ્માદિનું કર્તૃત્વ મનોવ્યાપારરૂપ સંકલ્પ વડે છે.
શિવનું કર્તૃત્વ સન્નિધિમાત્રથી છે.

o દાન એ ધર્મ છે, પૂજન એ યજ્ઞ છે.

These are fundamentals of religion.
દાન = Give to the needy.
પૂજન = Worship the unneedy.

એકમાં વસ્તુનું તથા બીજામાં આદર-સન્માનનું દાન છે.
નમો અરિહંતાણં પદમાં સન્માનપૂર્વક
આદર તથા બહુમાનનું દાન છે, તેથી તે પૂજન ગણાય છે.

one in all but not one of all.
બધાનું ચૈતન્ય એક નથી પણ બધામાં ચૈતન્ય એક છે.

o

To become aware of one's difficulties is a sign of great progress & the door open on the road to success.

So in sadhna, rejoice and keep confident - all is well.

Fix not the time and the way in which thy ideal shall be fulfilled. Work and leave time and way to God-all knowing. Indeed, true love is always patient. It's only desire that is impatient.

o અરિહંતો એ ગણધરોના ઉપકારક હોવાથી ગુરુ છે, તે બરાબર છે પણ એટલામાત્રથી તે જિન નથી, અર્હન્ નહિ, જિનના અતિશયાદિ હોવાથી જિન છે અને તત્ત્વના ઉપદેશક હોવાથી તેઓ જ ગુરુ છે અને ઇંદ્રિય - કષાય - યોગ વગેરે શત્રુઓને કાબુમાં લેવાથી ઉપકારક અને સાધુ પણ છે, તેથી આદ્ય નમસ્કાર છેવટે અરિહંતોને જ ન્યાયપ્રાપ્ત થાય છે. (૩૨૨૮/૯)

o નમસ્કારનું અનંતર ફળ અર્થાત્ ક્રિયાકાળે જ મળનારું ફળ જ્ઞાનાવરણાદિ કર્મોનો ક્ષય અને મંગળનું આગમન છે.

કાલાન્તર ભાવિફલ બે પ્રકારે: ઐહલૌકિક-પારલૌકિક.

ફલ = કાલાન્તરે મળનારા ફલ.

પ્રયોજન = ક્રિયાકાલે જ મળનારા ફલ.

પ્રયોજન એટલે...

નમસ્કાર વિષયક સતત ઉપયોગ ક્રિયા વડે
કર્મનો ક્ષય - ક્ષયોપશમાદિ ગુણનો લાભ થાય છે તે.

નમસ્કાર એ શ્રુત છે, આગમ છે.

શ્રુતોપયોગ રૂપી પ્રયોજન આત્મહિતપરિજ્ઞાન અને
ભાવસંવરાદિ બહુ ભેદવાળું છે.

આત્મહિતપરિજ્ઞા, ભાવસંવર, નવનવો સંવેગ, નિર્જરા,
નિષ્કંપતા, તપ, પરોપદેશાદિ શ્રુતોપયોગનું અનંતર ફલ છે.

o સુખ - દુઃખનું અંતરંગ કારણ કર્મ છે,
સુખ - દુઃખનું બાહ્યતર કારણ દેહ છે.
શબ્દ - રૂપાદિ અતિ બાહ્યતર કારણ છે
એનાથી પણ પરતર કારણ તેને દેનાર છે, તેથી
સુખાદિ સ્વકર્મના કારણો જ છે, બાહ્યદેહ, શબ્દરૂપાદિ
અને તેને આપનાર આદિ નિમિત્તમાત્ર છે, તેથી
નિશ્ચયથી કોઈ કોઈને આપતું - દેતું નથી.

દાન સમયે પરાનુગ્રહ પરિણામવિશેષથી દાતા
પુણ્યકર્મનું ઉપાર્જન કરે છે.

અપવર્ત્તાં પરોપઘાતના પરિણામથી દાતા પાપને બાંધે છે.
આમ પુણ્ય-પાપ સ્વપરિણામજનિત હોવાથી આત્માને
વિષે જ રહેલાં છે. કાલાંતરે બાહ્ય નિમિત્તોને સાપેક્ષપણે
શુભાશુભ ફળને આપે, તેથી તે પરકૃત દાનાદિ કહેવાય છે.

સ્વપર અનુગ્રહના પરિણામથી સુપાત્રને વિષે
વિનિયોગ કરવાથી દાતાને જે પુણ્ય બંધાય,
તેનું જ ફળ સ્વર્ગાદિકની પ્રાપ્તિ છે. તેથી આ જિનાદિની
પૂજા સ્વપરિણામની વિશુદ્ધિના હેતુથી અથવા મોક્ષમાર્ગની
પ્રભાવક હોવાથી ધર્મોપદેશની જેમ સદા કરવા યોગ્ય છે.

આમ કહેવું એ સિદ્ધાંત છે કે:

'કોપ-પ્રસાદરહિત વસ્તુ સર્વદા, નિષ્ફળ છે.'

અન્ન-પાનાદિ, વિષ-અમૃતાદિ, ચિંતામણિ અને
પાષાણાદિ, કલ્પવૃક્ષ-વિષવૃક્ષાદિ, ગુડ-નાગરાદિ
હરિતકી-મરી આદિ સર્વ વસ્તુ કોપ-પ્રસાદરહિત છે,
છતાં અનુગ્રહ-ઉપઘાત કરે છે.

આકાશાદિ પણ વૃક્ષને વિષે ઉપઘાત,
પટ્ટબંધકાદિને વિષે અનુગ્રહ, હિતમિતાન્નપાનાદિથી અનુગ્રહ,
ઔષધ વિરુદ્ધ વડે નિગ્રહ, એ રીતે અમૃત-વિષાદિથી પણ
અનુગ્રહ-ઉપઘાત અનુભવાય છે.

ધર્મ - અધર્મ નિજ શુભાશુભ પરિણામને જ અનુસરે છે.

શુભાશુભ પરિણામમાં આલંબન અરિહંતાદિ છે. નમસ્કાર કરાતા તે શુભ પરિણામનો આલંબન બને છે, તેથી ધર્મ થાય છે, તેનાથી અર્થ-કામ-સ્વર્ગ-અપવર્ગાદિ ફળો પ્રાપ્ત થાય છે. ધર્મનાં સાધન દયા, દાન, પ્રશમ બ્રહ્મચર્ય, જિન પૂજાદિ વિવિધ છે. ધર્મના અર્થીએ શુભ પરિણામની વૃદ્ધિ તથા સ્વચિત્ત પ્રસાદાર્થે પ્રયત્ન કરવો.

જિન - સિદ્ધાદિનો નમસ્કાર તથા પૂજા નિજ ચિત્તપ્રસાદને કરે છે અને તેનું અનંત-અપ્રમેય ફળ મળે છે માટે તેને વિષે ઉદ્યમ કરવો જોઈએ. આ જિન-સિદ્ધાદિ કોપ-પ્રસાદરહિત છે પણ જ્ઞાનમય છે, તેથી કાષ્ઠ-પાષાણાદિવત્ નથી. આચાર્યાદિ પણ વીતરાગતુલ્ય છે. કષાયો વિદ્યમાન છે, છતાં તેનો નિગ્રહ કરનારા છે, ઉદયને નિષ્ફળ બનાવે છે અથવા ઉત્પન્ન થવા દેતાં જ નથી, કિંચિત્ અકૃતાર્થ છતાં સ્વશુભપરિણામમાં હેતુભૂત હોવાથી આચાર્યાદિ પણ નમસ્કાર કરવા યોગ્ય છે. જ્ઞાનાદિ ગુણવિષયક બહુમાનરૂપ હોવાથી આચાર્યાદિનો નમસ્કાર પણ નિરવદ્ય છે તથા પૂજકના પરિણામની શુદ્ધિમાં હેતુભૂત છે, શ્રદ્ધા-સંવેગાદિને વધારનાર છે.

સિદ્ધો અમૂર્ત છે, તેથી તે વિશેષે પૂજનીય છે.
શરીરસંબંધજનિત સકલ ક્લેશથી વિમુક્ત ગુણરાશિરૂપ
હોવાથી જ્ઞાનાદિ ગુણોની જેમ મોક્ષાર્થે વિશેષે પૂજનીય છે.

સિદ્ધો અમૂર્ત છે, માટે પૂજનીય છે.

સાધુના ગુણો તો
મૂર્તથી કથંચિત્ અભિન્ન હોવાથી મૂર્ત પણ છે,
સિદ્ધના ગુણો તો સંપૂર્ણ અમૂર્ત છે.

બાહ્યઅરિહંતાદિ આલંબન વિષયક નિજ હૃદયસ્થ શુભ
પરિણામ જેમ સઘળાં અભિમત ફળને આપે છે, તેમ
અમૂર્ત સિદ્ધ ગુણોનું આલંબન પણ ફળપ્રદ બને છે.

તદ્ગુણ બહુમાનરૂપ શુભ પરિણામ
જે આત્મસ્વભાવ છે, તેથી સૌથી નજીક છે
તે સિવાય બધી વસ્તુ અનાત્મસ્વભાવ છે, તેથી દૂર જ છે.

આલંબનનો વિચાર કરીએ તો
અરિહંત-સિદ્ધાદિ બધી વસ્તુ આત્મપરિણામની નજીક છે,
તે પરિણામ બાહ્યઆલંબનથી જ થાય, અન્ય રીતે નહિ જ.
માટે સ્વ પરિણામને ઉત્પન્ન કરવા માટે બાહ્ય આલંબનની
અપેક્ષા રહે જ છે. પરિણામ એ ચિત્તનો ધર્મ હોવાથી
વિજ્ઞાનની જેમ બાહ્યઆલંબનથી જ પ્રવર્તે છે.

બાહ્ય નીલ-પીતાદિ વસ્તુ વિના જેમ નીલ-પીતાદિનું જ્ઞાન અંતરમાં થતું નથી, તેમ શુભ બાહ્યઆલંબન વિના પણ શુભ પરિણામ ઉત્પન્ન થતો નથી.

જેમ આલંબન વિના શુભ પરિણામ થતો નથી, તેમ વિપરીત આલંબનથી પણ શુભ પરિણામ થતો નથી, માટે શુભના આદરમાં પ્રયત્ન કરવો જોઈએ અને અશુભ આલંબનના ત્યાગમાં પ્રયત્ન કરવો જોઈએ.

Imp

શુભ - અશુભ પરિણામો

અભવ્ય, મિથ્યાદૃષ્ટિ, દૂરભવ્ય, અજ્ઞાની જીવને શુભાલંબનરૂપ મુનિને વિષે પણ શુભ પરિણામ થતો નથી અને નિઃશીલ-નાસ્તિકાદિને વિષે દેખાય છે, તે ખરેખર શુભ નથી કિન્તુ ઉન્મત્તની જેમ નિઃશીલને વિષે સુશીલનો અને સુશીલને વિષે નિઃશીલનો વિપરીત અધ્યવસાય છે.

મિથ્યાદૃષ્ટિ તેને શુભપરિણામ ભલે માને પણ તત્ત્વવેદિ પુરુષો તેને શુભ માનતા નથી.

કુશલજ્ઞાન કુલિંગથી નથી કિન્તુ ભાવલિંગથી છે.

મુનિલિંગમાં ગુણશૂન્ય માયાવીને ન જાણી, ત્યાં સ્વરૂપથી તે લિંગના પ્રભાવે પાષાણાદિની પ્રતિમાની જેમ મુનિલિંગ શુભ પરિણામનું કારણ બને પણ છે.

પરિણામ વિશુદ્ધિની ઇચ્છાવાળાઓ
જિનાદિની પૂજા - નમસ્કારાદિ નિત્ય કરવાં જોઈએ.
સ્વપરિણામની વિશુદ્ધિ અને ભવ્યજનના પ્રતિબોધ
માટે પણ પૂજા - નમસ્કારાદિ નિત્ય કરવાં જોઈએ,
કેમકે જિનાદિની પૂજા અને બહુમાનને જોઈને અનેક
ભવ્ય જીવો પ્રતિબોધ પામે છે, જિનધર્મને પામે છે
તથા જે ધર્મ પામેલા હોય, તે સ્થિર થાય છે.

શાસ્ત્રકાર ભગવંતો ફરમાવે છે કે:

ધર્મને કરવાથી, કરાવવાથી અને અનુમોદવાથી સંવેગવૃદ્ધિને
અનુભવી અનંતકાળે અનંત આત્માઓ સિદ્ધિ પામ્યા છે.

o શબ્દોમાં થતો બ્રહ્મનો વિનિયોગ

મન, બુદ્ધિ આદિ કરણોની શુદ્ધિ કરે છે, તેમ
મન, બુદ્ધિ આદિનું બ્રહ્મતત્ત્વમાં રૂપાંતર થાય છે.
મનની ક્રિયા શ્વાસ - પ્રશ્વાસ રૂપ
બની જતાં સંકલ્પ - વિકલ્પો શાંત બને છે.
બ્રહ્મ શુદ્ધ થતાં ભવન પણ શુદ્ધ થાય છે.
આમ ભવનશુદ્ધિ, કરણશુદ્ધિ, વિસ્મયશુદ્ધિ આદિ કાર્યો
શબ્દોમાં થતા બ્રહ્મના વિનિયોગ વડે સધાય છે.
મંત્રજાપ વડે મન, મંત્ર અને બ્રહ્મની એકતા થાય છે.

મંત્રસાધકનો આહત શબ્દ અનાહત ધ્વનિમાં લીન બની
એકતાનો અનુભવ કરે છે, પ્રભુની ગતિ સમાન બને છે.
અનાહતમાં લીન થતાં આત્મશક્તિ આવિર્ભૂત થાય છે.

સિદ્ધચક્રનું માહાત્મ્ય

સિદ્ધચક્રનું માહાત્મ્ય અપૂર્વ છે.
આપણે તો એની કલ્પના પણ કરી શકીએ એમ નથી.
એના અપૂર્વ સામર્થ્યની અનુભૂતિ કરવી હોય,
તો હૃદયમાં પ્રવેશ કર્યા વિના નહિ ચાલે.

બહારથી ભાંગા - પટોળા દોરાતા

આ સંસારની ઉત્પત્તિનું કારણ હૃદયમાં છે.
જે સ્થળેથી ભવચક્રની ઉત્પત્તિ છે, તે સ્થળે જો સિદ્ધ-
ચક્રને સ્થાપવામાં આવે તો ભવચક્રનો અંત આવી જાય.
ભવચક્રના મૂળમાં 'અહં' છે, સિદ્ધચક્રના મૂળમાં 'અર્હં' છે.
સિદ્ધચક્ર યંત્ર માત્ર નવપદનું બનેલું નથી.
નવપદ તો એમાં મધ્ય સ્થાને છે, બાકી તો વિશ્વની
સર્વ વિભૂતિઓ તથા શક્તિઓથી એ ભરેલું છે.
આ યંત્રના મધ્યમાં નવપદ છે, તે એમ સૂચવે છે કે
સર્વ વિભૂતિઓ તથા શક્તિઓના મૂળમાં આ નવપદ છે.
એ જ્યાં હોય ત્યાં બાકીનું બધું તો ખેંચાઈને આવે છે.

જગતની વિભૂતિઓના કેન્દ્ર સ્થાને સિદ્ધચક્ર છે.
સિદ્ધચક્રના કેન્દ્ર સ્થાને અરિહંત દેવ છે.
અરિહંત ભગવંતના જીવનમાં કેન્દ્ર સ્થાને
મૈત્રી, પ્રમોદ, કારુણ્ય અને માધ્યસ્થ્ય છે.
ભાવના જેટલી ઉંચી, એટલી ઉંચી સમૃદ્ધિઓ
તેના પગમાં આવીને પડે છે.
'ઢગો આવો!' એ સૌથી ઉત્કૃષ્ટ ભાવના છે.
'હું એકલો નહિ, અમે બધા એક છીએ.'
એ ઉત્કૃષ્ટ ભાવના છે.
જ્યાં મૈત્ર્યાદિ ભાવનાઓ ન હોય,
ભલે સંઘ ગમે તેટલો મોટો હોય કે સમૃદ્ધ હોય,
તો તે એની ઉન્નતિ શી રીતે થાય?
ખરેખર જો શાસનની આરાધના - પ્રભાવના કરવી હશે તો
પહેલાં આ ચાર ભાવનાઓને હૈયામાં ભાવવી જ પડશે.
બધી જ બાહ્યક્રિયાઓ ઉપયોગી છે પણ શા માટે?
અંદર લઈ જવા માટે.
તપ, ત્યાગ, દાન હોવા છતાં છૂટે છે શું?
છૂટે છે મૂળભૂત આ મૈત્ર્યાદિની વૃત્તિઓ...
એના વિના ઈર્ષ્યા, તેજોદ્વેષ, અસહિષ્ણુતા, સ્વાર્થભાવ

આદિ મલિન વૃત્તિઓથી કરાયેલા ધર્મ ક્રિયાઓ
એ દ્રવ્યક્રિયાઓ બને છે,
આથી ધર્મક્રિયાઓ તે બની શકતી જ નથી.
સાધર્મિક વાત્સલ્ય એટલે માત્ર જમણવાર નહિ, પરંતુ
'આ સાધર્મિક મારો સાચો સગો છે,
જે શાસનને હું પામ્યો છું, જે શાસન મારો આદર્શ છે,
જે શાસન મારો પ્રભુ છે, તેનો જ આ એક સભ્ય છે,
તેનું એક અંગ છે' એવા ભાવનો સ્નેહભાવ અને
તેમાંથી પ્રગટતી ભક્તિ. આ સાચું સાધર્મિક વાત્સલ્ય છે.

શાશ્વત અસ્તિત્વ અરિહંતોનું

ભગવાનની ઉપાસનામાં દેશ-કાળના ભેદ રહેતા નથી,
કિન્તુ સમાપ્ત થઈ જાય છે.
અરિહંત ભગવંત એ ઈતિહાસનો વિષય નથી,
એ તો સદા ય છે, એમની ઉપાસના સદા થઈ શકે.
તેમના સાન્નિધ્યનો અનુભવ
આપણે જ્યારે કરવો હોય ત્યારે કરી શકીએ છીએ.
અરિહંત પદ એ શાશ્વત પદ છે. યોગ્ય મુમુક્ષુ હૃદયમાં
અરિહંતના અસ્તિત્વની સાન્નિધ્યની અનુભૂતિ કરી શકે.
એ 'અનુભૂતિ' એટલે કેવળ ઔપચારિક નહિ, કિન્તુ
એના પ્રચંડ સામર્થ્યનો જીવનમાં જીવંત અનુભવ કરે છે.

સમગ્ર જીવનનો - પ્રેમનો વિષય જ્યારે અરિહંત બને છે,
નામ પણ અરિહંતનું, કામ પણ અરિહંતનું, જપ પણ
અરિહંતનો, ત્યારે રાગ - દ્વેષ વિલય પામી જાય છે.

નિત્ય સવારે એમ વિચારી શકાય કે:

મારું નામ, મારું કામ, મારો જપ વગેરે તો રાગ - દ્વેષનાં
તોફાન છે, એની પકડમાંથી છૂટવા માટે માત્ર અરિહંતનું
નામ, આકૃતિ, દ્રવ્ય, ભાવ એ જ એક સમર્થ ઉપાય છે.

વિશ્વનું સર્વસ્વ જૈનશાસન છે.

જૈનોનું સર્વસ્વ નવપદ છે.

નવપદમાં કેન્દ્રસ્થાને અરિહંત છે, મૂર્ધન્યસ્થાને સિદ્ધ છે.
જીવોને સિદ્ધપદની પ્રાપ્તિ થાય એ માટે જ
અરિહંતોની ભાવના છે, પ્રયત્ન છે અને
એ માટે જ શાસનની સ્થાપના કરે છે. મોક્ષમાર્ગના
ઉપદેશ સિવાય જગતમાં હિતનો કોઈ શ્રેષ્ઠ માર્ગ નથી.
તીર્થંકર ભગવંતોએ સ્થાપન કરેલા તીર્થનો જે મૂળભૂત
ઉદ્દેશ છે, તે સર્વ જીવોનું હિત, સર્વ જીવોનું સુખ,
સર્વ જીવોનું કલ્યાણ, સર્વ જીવોનો ઉદ્ધાર વગેરે છે.
એ ઉદ્દેશની ખાતર મરી મીટવું તે શાસનની સેવા છે
અને એમાં જ શાસનની પ્રભાવના છે.

સાધના એક એવી ચીજ છે કે
અરિહંતો - ગણધરો આચાર્યાદિ પૂજ્ય પુરુષો સાક્ષાત
હાજર ન હોવા છતાં તેમની ઉપાસના કરનાર સાધકને
જાણે સાક્ષાત હોય એમ પ્રશ્નોના જવાબો આપે છે.

આ જગતમાં લોકો
ડીગ્રીઓ, વિશિષ્ઠીઓ, પદવીઓ છે, પરંતુ પાંચ પરમેષ્ઠિ
પદે ચઢાવાતી ડીગ્રી, પદવી કે વિશિષ્ઠતા એક પણ નહિ.
<u>પ્રભુનું શાસન આચાર્યાદિ વ્યક્તિઓ ઉપર નહિ ચાલતું
પણ તીર્થંકરોએ પ્રરૂપેલા દ્વાદશાંગીના આધારે ચાલે છે.</u>

દ્વાદશાંગી એ બંધારણ છે.
એ મુજબ ચાલે - ચલાવે, તે જ સાચા આચાર્યાદિ બને છે.
આચાર્યાદિ પદીનું જેટલું સન્માન અને ગૌરવ છે,
એટલું એ પદ ઉપર રહેલાને માટે જવાબદારી અને
બોજ પણ વધુ. એક મુનિપદનું મહત્વ જ સમજાય,
તો બાકી વિશિષ્ઠી લગાડવાનું મન જ નહિ થાય.
ભગવાન ચતુર્વિધ સંઘની સ્થાપના કરે છે, એમાં
સ્થાપના સાધુ - સાધ્વીપદની કરે છે, ઉપાધ્યાય કે
આચાર્યપદની નહિ. પછી એમાંથી જ વધુ યોગ્યતાવાળી
વ્યક્તિ ઉપાધ્યાય પદે કે આચાર્ય પદે સ્થપાય છે.

કોઈપણ રીતે ભગવાનના શાસનની આરાધના કરનારા જીવોને સહાયક થવું એ સાધુ-સાધ્વીઓનું મુખ્ય કાર્ય છે. નામ, સ્થાપના, દ્રવ્ય અને ભાવ એ ચાર નિક્ષેપે અરિહંતાદિ નવપદોને જે માનતા હોય, તે બધા જ ગચ્છો અને સંપ્રદાયોના સાધુઓનો પાંચમા પદમાં સમાવેશ છે. નવેપદ પરસ્પર એવા સંકળાયેલા છે કે એમાંથી એક પણ ઓછું કરવા જતાં અગર ગૌણતા આપવા જતાં બાકીનાં પદોનું સ્વરૂપ પણ ખંડિત થયા વિના રહેતું નથી.

દેવ-ગુરુની ઉપેક્ષા કરીને ધર્મનું પાલન કરનાર સંસારથી તરવાની ઇચ્છા રાખે છે, તે તૃષા છીપાવવા માટે ઝાંઝવાના નીરની પાછળ દોટ મૂકે છે.

ઉપકાર દવાનો કે ડૉક્ટરનો? ધર્મ એ દવા છે. ધર્મના ઉપદેષ્ટા અને દાતા દેવ અને ગુરુ છે. દાન અને દેય વસ્તુની અપેક્ષાએ દાતાર અને દેવનો ઉપદેશ આપનાર વ્યક્તિનું મહત્ત્વ અધિક છે. એ અપેક્ષાએ મૂળ ઉપકાર વસ્તુનો નહિ પણ વસ્તુના દાતાર અને દર્શાવનારનો છે.

Be pure and become perfect.
There are 9 fold ways of Bhakti.

Sankheshwar, ૨૦૨૫, ચૈત્ર સુદી - ૧૩/૧૪/૧૫

નયો બધા વકીલો અને બેરીસ્ટરો જેવા છે.

વકીલ અને બેરીસ્ટરો શું કામ કરે?

'પોતાની વાત જ સાચી છે' એ સિદ્ધ કરવાનું કામ.

ન્યાયાધીશ શું કરે?

બધાનું સાંભળી, વિચારી અને પછી નિષ્પક્ષપણે

સાચું શું ? એ તારવે અને ફેંસલો આપે.

ભગવાનનો સ્યાદ્વાદ એ ન્યાયાધીશ છે.

એકાંતવાદીનો સમન્વય કરનાર, સૌનો યોગ્ય ન્યાય

કરનાર અરિહંત ભગવંતનું પ્રવચન છે.

બાહ્ય - અભ્યંતર તપ શા માટે?

તોફાન મચાવતી બાહ્ય ઈંદ્રિયોને નાથવા માટે બાહ્યતપ છે,

મનની ચંચળતા, સ્વચ્છંદતા અને

કુદાકુદને મિટાવવા માટે અભ્યંતર તપ છે.

આ કાળને અનુરૂપ જેટલું

સારામાં સારું આરાધન થાય તેટલું જરૂરી છે.

આજે જેટલું છે, એ પણ આપણા માટે તો તારક જ છે,

ઉપાસ્ય અને આરાધ્ય જ છે.

- Jambuvijayji

નવકાર એ દ્વાદશાંગીનો સાર

'પરિણામની વિશુદ્ધિ'

એ નમસ્કારનું ફળ છે અને દ્વાદશાંગીનું પ્રયોજન છે.
સમગ્ર દ્વાદશાંગીની રચના જ
'પરિણામની વિશુદ્ધિ' પેદા કરવા માટે છે.
તે કાર્ય શ્રી પંચમંગલ નમસ્કાર મંત્ર દ્વારા પણ થાય છે,
તેથી તે દ્વાદશાંગીનો સાર અને ચૌદ પૂર્વોનો ઉદ્ધાર છે.

0 હિંસા દોષથી બચવું હશે તો પ્રેમ અને આત્મૌપમ્યના
સદ્ગુણને જીવનમાં અમલ કરવો પડશે.
અસત્યથી બચવું હશે તો પણ
જ્ઞાનાદિ ગુણોની કેળવણી જોઈશે.
પરિગ્રહ તથા લોભથી બચવું હશે તો
સંતોષ અને ત્યાગને જીવનમાં સ્થાન આપવું પડશે.
સંસ્કૃતિમાત્રનું ધ્યેય લોભ-મોહ ઘટાડવાનું હોય છે,
નહિ કે પ્રવૃત્તિમાત્રને નિર્મૂળ કરવાનું.
તે પ્રવૃત્તિમાત્ર જ ત્યાજ્ય છે કે જે આસક્તિ વિના
અસંભવીત છે, જેમકે કામાચાર યા વૈયક્તિક પરિગ્રહ.
જે પ્રવૃત્તિઓ સમાજને ધારણ, પોષણ અને વિકાસ
કરવાવાળી છે, તે આસક્તિ વિરહિત પણ થઈ શકે છે.

શુભ પ્રવૃત્તિ દાન - દયા - પરોપકારાદિ પ્રવૃત્તિ આસક્તિ વગર થઈ શકે છે, તેથી તે કરવાનું વિધાન છે. હિંસા, ચોરી, સ્વાર્થ આદિ અશુભ પ્રવૃત્તિમાત્ર ત્યાજ્ય છે, કેમકે તે બધા આસક્તિ તથા મોહના પાયા પર ઉભેલા છે.

ઈશ્વરાર્પણ કરવું એટલે શું ?

ઈશ્વરદર્શન માટે માણસે તેનાં મન, બુદ્ધિ, ચિત્ત, પ્રાણ તથા અહંકાર ઈશ્વરને અર્પણ કરવાં જોઈએ.

ઈશ્વરાર્પણ એટલે આજ્ઞાપાલન.

આજ્ઞા એટલે આત્મૌપમ્ય અહિંસા - સામ્ય.

તેનું પાલન એટલે હિંસાદિ પાપ સ્થાનોનો ત્યાગ અને અહિંસાદિ નિરવદ્ય ધર્મનું સેવન.

'હું જીવોની સાથે સમત્વભાવ અંગીકાર કરું છું તથા પુદ્ગલ પ્રત્યે મમત્વભાવને વોસિરાવું છું' સદા ભાવ.

દુષ્કૃતનો ત્યાગ અને ગર્હા.

સુકૃતનું સેવન અને અનુમોદન તથા એવા નિરવદ્ય આજ્ઞા-આગમ - માર્ગ બતાવનારનું અભિનંદન, અભિવાદન.

o બહુવ્યાકુલચિત્તાનાં, વિચારાત્ તત્ત્વધીર્નહિ ।
 યોગો મુખ્યસ્તતસ્તેષાં, ધીદર્પસ્તેન નશ્યતિ ॥૧॥

- પંચદશી - ધ્યાનદીપે

પ્રકૃતિ: જેમનું ચિત્ત અત્યંત વ્યાકુળ હોય,
તેથી વિચાર કરે તો પણ તેમને તત્ત્વબોધ થતો નથી.
આમને માટે યોગ જ મુખ્ય સાધન છે.
યોગે આમની બુદ્ધિનો ગર્વ નાશ થાય છે.
પ્રકૃતિ જ્ઞાનનો ઉપદેશ આમને માટે સફળ થાય છે.

○ દિલમાં લાગેલા ઘા રૂઝવવાનો મલમ કયો?
લાગેલા ઘા વખતના વહેવા સાથે રૂઝાવા માંડે છે.
એ સિવાય બીજો ઉપાય નથી, સમય એની મેળે રૂઝવી દે.
સમય કદી ખૂટતો નથી, તેથી
ધીરજ ધરનારના ઘા આપોઆપ રૂઝાઈ જાય છે.

○ એવી કઈ ચીજ છે કે જેને માનવ
સહેલાઈથી ભૂલી શકતો નથી? એ છે વેરની લાગણી.
વેરની વસૂલાત લેવાનું માનવ ભાગ્યે જ ભૂલી જાય છે,
તેથી તે લાગણીને દૂર કરાવી આપનારું તત્ત્વજ્ઞાન એવું
કર્મનું વિજ્ઞાન સૌમાં સર્વશ્રેષ્ઠ મનાય છે.

○

Hopes & fears are desires,
positive and negative.
Awareness is more powerful
than Concentration.

ષડ્ આવશ્યક

અંતર્દૃષ્ટિ = જેની દૃષ્ટિ આત્માની તરફ વળી છે તે,
જેઓ સહજ સુખને સ્વીકારે છે તે.
સહજ સુખના અનુભવ માટે
સમ્યક્ત્વ ચારિત્ર આદિ ગુણો વિકસવા જોઈએ.
જ્ઞાનાદિ ગુણોને પ્રકટ કરવા માટે
જે ક્રિયા આવશ્યક છે, તેનું નામ આવશ્યક.
ઉપયોગપૂર્વક કરવામાં આવતી ક્રિયાને
ભાવ તથા ક્રિયા - એમ ઉભય પરિણામરૂપ માની છે.

(૧) સામાયિક એટલે...
રાગ અને દ્વેષને વશ ન થવું, સમભાવ, મધ્યસ્થભાવમાં
રહેવું તથા સર્વની સાથે આત્મતુલ્ય વ્યવહાર કરવો.
સમ્યક્ત્વ, સમતા, શાંતિ આદિ તેના પર્યાય છે.
સમ્યક્ત્વ, શ્રુત અને ચારિત્ર દ્વારા
સમભાવમાં સ્થિર રહી શકાય છે.

(૨) ચતુર્વિંશતિ સ્તવ એટલે...
સર્વ ગુણસંપન્ન ૨૪ તીર્થંકરોની સ્તુતિ.
પુષ્પાદિ સાત્વિક વસ્તુઓ દ્વારા પૂજન તે દ્રવ્યસ્તવ.
જિનના વાસ્તવિક ગુણોનું કીર્તન તે ભાવસ્તવ.

(3) વંદન એટલે...

મન - વચન - કાયાનો તેવો વ્યાપાર કે જે વડે
પૂજ્ય પુરુષો પ્રત્યે બહુમાન પ્રકટ કરાય છે.
દ્રવ્ય તથા ભાવચારિત્ર સંપન્ન મુનિઓ વંદ્ય છે.

(૪) પ્રતિક્રમણ એટલે...

ભૂતકાળના દોષોનું પ્રતિક્રમણ, વર્તમાનમાં દોષોનો સંવર,
ભવિષ્યના દોષોનું પચ્ચક્ખાણ - એમ 3 પ્રકારે તે છે.
મિથ્યાત્વાદિ દોષોનું વાસ્તવિક પ્રતિક્રમણ
સમ્યક્ત્વાદિ ગુણોની પ્રાપ્તિ છે.

(૫) કાયોત્સર્ગ એટલે...

ધર્મધ્યાન તથા શુક્લધ્યાન માટે
અમુક સમય શરીર ઉપરની મમતા છોડવી તે. તેથી
દેહની જડતા, મતિની મંદતા, ધાતુની વિષમતા દૂર થાય છે.
સુખ - દુઃખ તિતિક્ષા,
અનુકૂળ - પ્રતિકૂળ બંને પ્રકારના સંયોગોમાં
સમભાવથી રહેવાની શક્તિ કાયોત્સર્ગથી પ્રકટે છે,
ભાવના અને ધ્યાનનો અભ્યાસ થાય છે,
અતિચારનું ચિન્તન અને
આત્મભાવમાં સ્થિરિકરણ પ્રાપ્ત થાય છે.

(૬) પ્રત્યાખ્યાન એટલે...

બાહ્ય અન્ન - જલાદિ અને

અભ્યંતરથી અજ્ઞાન - અસંયમાદિનું ત્યજવું તે.

શ્રદ્ધાન, જ્ઞાન, વંદન, અનુપાલન, અનુભાષણા અને ભાવ

એ છ પ્રકારની શુદ્ધિ સહિત પ્રત્યાખ્યાન શુદ્ધ ગણાય છે:

દ્રવ્યત્યાગ પણ ભાવ માટે અને ભાવપૂર્વક હોવો જોઈએ.

ભાવત્યાગ અજ્ઞાન - અવિરતિ - કષાય આદિ દોષોનો છે.

પ્રત્યાખ્યાન તે ગુણ ધારણા સ્વરૂપ છે.

આસ્રવનિરોધ - સંવર - તૃષ્ણાનાશ - નિરૂપમ સમભાવ

અને કાળક્રમે મોક્ષ, એ પ્રત્યાખ્યાનના ગુણો છે.

અંતર્દૃષ્ટિ જીવોનો પ્રધાન ઉદ્દેશ સમભાવ - સામાયિક છે.

સમભાવની ટોચે પહોંચેલાની સ્તુતિ કરવી,

સમભાવ સ્થિત મુનિગણની વંદના કરવી.

સમભાવ જાય તો ફરીવાર તેને પામવાની ક્રિયા છે:

ધ્યાન દ્વારા ચિત્તશુદ્ધિ અને આત્મસ્વરૂપમાં લીનતા.

એ માટે જડ વસ્તુઓના ભોગનો ત્યાગ,

એ અંતર્દૃષ્ટિ જીવોની સહજ ક્રિયા છે.

આધ્યાત્મિક પુરુષોના ઉક્ત અને

સ્વાભાવિક જીવનનું પ્રકટીકરણ એ જ છ આવશ્યક છે.

જે સ્વયં સમભાવ પ્રાપ્ત નહિ, તે
સમભાવ સ્થિત મહાપુરુષોના ગુણોને જાણી શકતો નથી
અને પ્રસન્ન થઈ તેની પ્રશંસા પણ કરી શકતો નથી.
તીર્થંકરોની સ્તુતિ અને તેમના ગુણોથી પ્રસન્ન થઈ
તેમનું કીર્તન જે નથી કરી શકતો,
તે તીર્થંકરોના માર્ગને બતાવનાર ગુરુવર્ગને
ભાવપૂર્વક વંદન કેવી રીતે કરી શકે?
પાપની આલોચના ગુરુ સમક્ષ થાય છે.
ગુરુવંદન સિવાય કરાતી આલોચના નામ માત્રની છે.
આથી આલોચના કરવાવાળાના પરિણામ
નમ્ર અને અતિ આર્દ્ર હોય છે, તેથી
તે આલોચના માટે ગુરુના ચરણોમાં જવું પડે છે.
પ્રતિક્રમણ દ્વારા ચિત્તશુદ્ધિ કરનાર
ધ્યાનમાં એકાગ્રતા મેળવી શકે છે.
આલોચના દ્વારા ચિત્તશુદ્ધિ કર્યા વિના
ધ્યાન અથવા તો કાયોત્સર્ગ શુદ્ધ થઈ શકતા નથી.
માત્ર શાબ્દિક જાપવિધિ જ રહે છે,
પરંતુ ઉક્ત ધ્યેયનો વિચાર આવી શકતો નથી.
ચિત્તશુદ્ધિ, એકાગ્રતા અને આત્મબળ પ્રાપ્ત કરનાર જ
સાચા ત્યાગનો અધિકારી છે.

એકાગ્રતા વિના સંકલ્પબળ વિકસી શકતું નહિ અને સંકલ્પબળ વિના ત્યાગ કે તેનું નિર્વર્તન થઈ શકતું નહિ, તેથી પ્રત્યાખ્યાન આવશ્યક અંતમાં છે. આમ છ એ આવશ્યકમાં કાર્ય - કારણ ભાવની શૃંખલા રહેલી છે.

આધ્યાત્મિક ક્રિયા એટલે...

જે ક્રિયા આત્માના વિકાસને લક્ષ્યમાં રાખીને કરાય તે.

આત્માનો વિકાસ એટલે સમ્યક્ત્વ, જ્ઞાન.

ચારિત્રાદિ ગુણોની ક્રમશઃ શુદ્ધિ છે.

સામાયિકનું ફળ પાપજનક વ્યાપારનો ત્યાગ છે.

તે કર્મનિર્જરા દ્વારા આત્મગુણોનો વિકાસ કરે છે.

ચતુર્વિંશતિ સ્તવ દ્વારા

ગુણાનુરાગની વૃદ્ધિ થવાથી ગુણ પ્રાપ્ત થાય છે, તેથી તે પણ કર્મનિર્જરા દ્વારા આત્મવિકાસનું સાધન છે. વંદન ક્રિયાથી માનખંડન, વિનય ગુણ, ગુરુજન પૂજા, આજ્ઞાપાલન અને શ્રુતધર્મની આરાધના થાય છે.

નમ્રતા દ્વારા સત્સંગ, શાસ્ત્રશ્રવણ,

જ્ઞાન, વિજ્ઞાન, પ્રત્યાખ્યાન, સંયમ, અનાસ્રવ,

તપ, કર્મનાશ, અક્રિયા અને સિદ્ધિરૂપી ફળ મળે છે.

પ્રતિક્રમણ દ્વારા

દોષો દૂર થાય અને શુદ્ધ સ્વરૂપનો લાભ થાય છે.

કાયોત્સર્ગ દ્વારા

એકાગ્રતાથી સ્વસ્વરૂપનો વિચાર કરવાનો અવકાશ મળે,
તેથી આત્મા નિર્ભય - સોત્સાહ બને છે. વાસ્તવિક
શાંતિ અપરિમિત ભોગથી નહિ, અપરિમિત ત્યાગથી છે.

પ્રત્યાખ્યાન દ્વારા

અપરિમિત વ્યર્થ ભોગોનો ત્યાગ અને
તે દ્વારા ચિરકાલીન આત્મશાંતિ મળે છે.
આવશ્યક ક્રિયા લોકોત્તર છે, તેથી તેનું
સમર્થન લોકોત્તર દૃષ્ટિ - નિશ્ચય દૃષ્ટિથી કરાય છે અને
તેના અધિકારી વ્યવહારનિષ્ઠ છે, તેથી
વ્યાવહારિક દૃષ્ટિથી પણ તેનું સમર્થન કરી શકાય છે.

સમભાવ એટલે...
શુદ્ધ શ્રદ્ધા, જ્ઞાન અને ચારિત્રનું સંમિશ્રણ.
તે માટે સર્વોપરિ આદર્શની પસંદગી,
તેમનો વિનય - બહુમાન, કર્તવ્યનો નિશ્ચય,
તેમાં થતી સ્ખલનાઓનું સંશોધન.
ધ્યાનાભ્યાસ દ્વારા વિવેકશક્તિનો વિકાસ,
ત્યાગવૃત્તિ દ્વારા સંતોષ - સહનશીલતાદિ ગુણોની વૃદ્ધિ.
ગુણવૃદ્ધિ માટે અને પ્રાપ્ત ગુણોના અસ્ખલિત પાલન

માટે આવશ્યક વસ્તુઓનો સંગ્રહ આવશ્યકોમાં છે.
સ્થાયી માનસિક પ્રસન્નતા મેળવવાનો પરમ ઉપાય છે.
દરેક ક્ષેત્રમાં સ્થિરતા અને વૃદ્ધિ માટે યથોચિત વિનય,
આજ્ઞાપાલન, નિયમશીલતા અને અપ્રમાદ જરૂરી છે.
આવશ્યક વડે વિચારશીલતા, નીતિમત્તા પ્રામાણિકતા,
દીર્ઘદર્શિતા, ગંભીરતાદિ ગુણોની પ્રાપ્તિ થાય છે.

આવશ્યક ક્રિયાથી

પ્રમાદનો ત્યાગ અને કર્તવ્યનું ભાન જાગૃત રહે છે.

૦ મંત્રોમાં આર્થિક મહત્વ ઉપરાંત શાબ્દિક મહત્વ રહેલ છે. બીજી ભાષામાં પરિવર્તિત કરવાથી તે મહત્વ જળવાતું નથી. રૂચિ કે અરૂચિ બાહ્યવસ્તુનો ધર્મ નથી, કિંતુ અંતઃકરણનો ધર્મ છે. રૂચિનું મૂળ રાગ વધવાથી રાગ વડે ઉત્તરોત્તર જણાતી વસ્તુ ઉપર રૂચિ આપોઆપ જાગે છે.

°

The height of Love is with God
and depth of it is with man.
Be good, do good.
Whom to know aright is life
eternal and whom to serve
aright is joy everlasting.

અધ્યાત્મ શાસ્ત્રનો ઉદ્દેશ

આત્મા સંબંધી વિષયો ઉપર વિચાર કરવો તે છે.
આત્માના શુદ્ધ સ્વરૂપનું વર્ણન કરતા પહેલાં તેનું વર્તમાન અશુદ્ધ સ્વરૂપ અને તેનાં કારણોનું સ્પષ્ટ જ્ઞાન લેવું જરૂરી છે. વર્તમાન અશુદ્ધ સ્વરૂપ માયિક, પ્રકૃતિ વૈભાવિક છે. અને નિર્મળ થયા પછી તેનું પારમાર્થિક પ્રકૃતિ સ્વાભાવિક સ્વરૂપ શું છે, તેની જિજ્ઞાસા થાય છે. આત્માનું પરમાત્મસ્વરૂપમાં મળી જવું એનો અર્થ આત્માનું કર્માવૃત્ત પરમાત્મસ્વરૂપ અનંત કરવું પ્રકૃતિ પરમાત્મસ્વરૂપ થઈ જવું તે છે.

'જીવ પરમાત્માનો અંશ છે' તેનો અર્થ શું?

જીવમાં જેટલું જ્ઞાન કળા અનંત છે તે પરિપૂર્ણ કિંતુ અનંત (કર્માવૃત્ત) ચંદ્રમા-ચંદ્રિકાનો એક અંશમાત્ર છે, તેના ઉપરથી કર્મનું આવરણ દૂર થઈ જવાથી ચંદ્રમા પરિપૂર્ણ રૂપમાં પ્રકટ થાય છે, તેને જ ઈશ્વરભાવની પ્રાપ્તિ સમજવી જોઈએ. ધન, શરીરાદિ બાહ્ય વિભૂતિઓમાં આત્મબુદ્ધિ ધારણ કરવી તે બાહ્ય દૃષ્ટિ છે, તેથી જડમાં અહંત્વનો અભેદ ભાન થાય છે, એ જીવાત્મભાવને નષ્ટ કરો,

અંતરાત્મભાવમાં સ્થિર થઈ પરમાત્મસ્વરૂપ પ્રગટ કરવું, એ અધ્યાત્મ શાસ્ત્રનું મૂળ પ્રયોજન છે.

જીવનું શિવ થવું એટલે...

અંતર્દૃષ્ટિ વડે સ્વમાં રહેલો પરમાત્મભાવ દેખી શકાય છે, એ ભાવ દેખીને તેને પૂર્ણપણે અનુભવમાં લાવવો તે. જીવભાવ અને શિવસ્વરૂપ બંને એક જ વસ્તુ છે.

છ દર્શનોમાં કર્મના વિભિન્ન અર્થ

લૌકિકમાં કર્મ = હાલવું - ચાલવું.

નૈયાયિક પ્રમાણે કર્મ = ઉત્ક્ષેપણ, કંપનાદિ.

મીમાંસક પ્રમાણે કર્મ = યજ્ઞ - યાગાદિ કરવા.

સ્માર્ત પ્રમાણે કર્મ = વર્ણાશ્રમની ક્રિયાઓ કરવી તે.

પૌરાણિક પ્રમાણે વ્રત-નિયમાદિ ધાર્મિક ક્રિયાઓ કરવા.

વૈયાકરણ પ્રમાણે કર્તાની અભિપ્રેત કૃતિનું ફળ.

અધ્યાત્મ શાસ્ત્રમાં 'કર્મ' શબ્દના બે અર્થ

(૧) રાગદ્વેષાત્મક પરિણામ યાને કષાય યા ભાવકર્મ.

(૨) કાર્મણ જાતિના પુદ્ગલ વિશેષ, કે જે કષાયના નિમિત્તે આત્માની સાથે મળી જાય છે, તે દ્રવ્યકર્મ છે.

અધ્યાત્મ અર્થમાં કર્મના અન્ય પર્યાયો નીચે મુજબ છે:
વેદાંતમાં ભાવકર્મ માટે માયા, અવિદ્યા, પ્રકૃતિ વપરાયા છે.

મીમાંસામાં 'અપૂર્વ,' બૌદ્ધોમાં 'વાસના', સાંખ્યયોગમાં 'આશય', ન્યાય-વૈશેષિકમાં ધર્માધર્મ-અદૃષ્ટ-સંસ્કાર, સર્વસાધારણમાં દૈવ, ભાગ્ય, પાપ-પુણ્યાદિ વપરાય છે. આ રીતિએ બધા જ આત્મવાદી અને પુનર્જન્મવાદી દર્શનો એક યા બીજે નામે કર્મનો સ્વીકાર કરે છે.

મિથ્યાત્વ, કષાયાદિ કારણો વડે જીવ દ્વારા જે કરાય તે કર્મ. આ વ્યાખ્યામાં ભાવ તથા દ્રવ્યકર્મ બંને ઘટી જાય છે.

ભાવકર્મ એ જીવનો વૈભાવિક પરિણામ છે,
તેનો ઉપાદાન કર્તા જીવ છે.

દ્રવ્યકર્મ એ કાર્મણ જાતિના સૂક્ષ્મ પુદ્ગલોનો વિકાર છે.
તેનો કર્તા પણ નિમિત્તરૂપથી જીવ છે.

ભાવકર્મ થવામાં દ્રવ્યકર્મ નિમિત્ત છે અને
દ્રવ્યકર્મ થવામાં ભાવકર્મ નિમિત્ત છે.

આમ બંનેમાં પરસ્પર બીજાંકુર ન્યાયે કાર્ય-કારણ ભાવ છે. પુણ્ય-પાપબંધની કસોટી કેવળ સારી નરસી દેખાતી બાહ્ય ક્રિયા નહિ કિન્તુ તેની પાછળ રહેલો કર્તાનો આશય છે. શુભાશુભ આશયવિશેષથી થતી ક્રિયા શુભાશુભબંધનો હેતુ છે. સાચી નિર્લેપતા ક્રિયા ન કરવામાં નહિ પણ કષાય ન કરવામાં રહેલી છે. લેપ = કષાય, માનસિક ક્ષોભ.

કષાયરહિત વીતરાગ જલકમલવત્ નિર્લેપ છે.
કષાયયુક્ત આત્મા શુભ ક્રિયા કરે યા શુભાશુભ ક્રિયા
કાંઈ ન કરે, તો પણ બંધક છે.
કર્મની વ્યક્તિશઃ આદિ છે અને
પ્રવાહથી કર્મ અનાદિતા છે.
તીવ્ર રાગ-દ્વેષની પરિણતિને મિથ્યાત્વભાવ તથા
પ્રકૃતિ - પુદ્ગલના અભેદના ભાવને
અવિદ્યા, માયા, મિથ્યાત્વાદિ શબ્દોથી સંબોધન કરાય છે.
રાગ-દ્વેષની પરિણતિ ઘટવાથી
મિથ્યાત્વ - અવિદ્યાદિ દોષોના હ્રાસ થાય છે.
રાગ-દ્વેષના હ્રાસનો ઉપાય સમ્યગ્જ્ઞાન અને ક્રિયા છે.
મનોનિગ્રહ, ઈંદ્રિય જય, ચિત્તશુદ્ધિ, સમભાવ અને
એ માટેના સઘળા ઉપાયો તેમાં જ સમાઈ જાય છે.
સાત્ત્વિક યજ્ઞ એ કર્મમાર્ગ છે.
ચિત્તશુદ્ધિ આદિ યોગમાર્ગ છે.
સમ્યગ્દર્શન, સત્શ્રદ્ધાદિ ભક્તિમાર્ગ છે અને
સમ્યગ્જ્ઞાન એ જ્ઞાનમાર્ગ છે.
તેને રત્નત્રય પણ કહે છે યા
જ્ઞાનક્રિયામાં પણ સમાવેશ કરાય છે.

(१) 'सर्वो ह्यात्माऽस्तित्वं प्रत्येति, न नाहमस्मीति ।'
બધા આત્માઓ 'હું નથી એવું નથી' આવો અનુભવ કરે છે.
(२) 'य एव हि निराकर्ता तदेव हि तस्य स्वरूपं ।'
આમ 'નથી'નો અનુભવ કરનાર જ આત્માનું સ્વરૂપ છે.
આધ્યાત્મિક વિકાસ = આત્મિક સ્થિરતામાં વૃદ્ધિ થવી.
સ્થિરતા = સમાધિ, અંતર્દૃષ્ટિ, સ્વભાવરમણતા, સ્વોન્મુખતા.

સ્થિરતાનું તારતમ્ય દર્શનશક્તિ અને
ચારિત્રશક્તિની શુદ્ધિના તારતમ્ય ઉપર નિર્ભર છે.

દર્શનશક્તિનો વિકાસ થવાથી સદ્‌વિશ્વાસ, સદ્‌ભક્તિ,
સદ્‌રુચિ, સત્‌શ્રદ્ધા, સદભિનિવેશની વૃદ્ધિ અનુભવાય છે.
દર્શનશક્તિના વિકાસ બાદ ચારિત્રશક્તિ વિકસે છે, તેથી

ક્ષમા, સંતોષ, ગાંભીર્ય, ઇંદ્રિયજય, સંયમાદિ
ચારિત્રગુણોની વૃદ્ધિ અનુભવાય છે.

બંને શક્તિઓના વિકાસથી સ્થિરતાની માત્રા વધે છે.

બંને ગુણોની શક્તિઓના પ્રતિબંધક
સંસ્કારો કપાય છે, તે ઘટે છે તેમ વિકાસ વધે છે.

દૃષ્ટિના ઉન્મેષને વિવેકખ્યાતિ, ભેદજ્ઞાન,
પ્રકૃતિપુરુષાન્યતા સાક્ષાત્કાર તથા બ્રહ્મજ્ઞાન કહેવાય છે.
ચતુર્થ ગુણસ્થાને જડચેતન ભેદ અસંદિગ્ધરૂપે જણાય છે.

આપણા આત્મમંદિરમાં

વર્તમાન તાત્ત્વિક પરમાત્મસ્વરૂપના દર્શન થાય છે.
ઈશ્વરત્વ અંદર રહેલું છે પણ અતિ સૂક્ષ્મ હોવાથી
તેને જોવા માટે સ્થિરતા અને નિર્મળતા વધવા જોઈએ.
અનંતાનુબંધી કષાય અને મિથ્યાત્વમોહના
ક્ષય - ક્ષયોપશમથી તે સ્થિરતા પ્રાપ્ત થાય છે.

કાયોત્સર્ગ એક અપૂર્વ સાધન

કાયોત્સર્ગમાં પાંચે પરમેષ્ઠિ ભગવંતોનો
અવશ્ય શક્તિપાત થાય છે, તેથી
છ એ ચક્રોને ભેદીને મહાશક્તિ કુંડલિની
બ્રહ્મરન્ધ્રમાં આનંદરસને અનુભવે છે,
તેથી બાહ્યથી સંસારમાં હોવા છતાં જીવને ભાવથી
મોક્ષસુખની પ્રાપ્તિનો વાસ્તવિક અનુભવ થાય છે.
બધા વિભાવોને દૂર કરીને સ્વભાવમાં
સ્થિતિ કરવા માટે કાયોત્સર્ગ એક અપૂર્વ સાધન છે.

मोक्षस्य न हि वासोऽस्ति न ग्रामान्तरमेव च ।
अज्ञानहृदयग्रन्थिनाशो मोक्ष इति स्मृतः ॥ અર્થાત્:
મોક્ષ કોઈ ઘર નથી, કોઈ દેશ કે ગામ નથી. અજ્ઞાનરૂપી
હૃદયમાં રહેલી ગ્રંથિનો નાશ થવો, એને જ 'મોક્ષ' કહે છે.

o ગંગાનદીનું પાણી વિજ્ઞાનદૃષ્ટિએ H_2O છે, તૃષાતુરને
તે જીવનપ્રદ છે અને શ્રદ્ધાળુને પવિત્ર તીર્થોદક છે.
વળી પાણીમાં જેમ ફુલ અને સુગંધી પદાર્થથી
વાસિત થવાની યોગ્યતા છે, તેમ પવિત્રતાના અને
અમૃતત્વના ભાવથી વાસિત થવાની પણ યોગ્યતા છે.

o જ્ઞાન એ બુદ્ધિનું અને ભાવ એ હૃદયનું કાર્ય છે.
ભાવ એ બુદ્ધિની સાથે ભળતી એક વિશિષ્ટ પ્રકારની
અનુભૂતિ - લાગણી છે, જેથી બોધ
એ વસ્તુલક્ષી ન રહેતાં આત્મલક્ષી બને છે.
આ વિશાળ જગતથી અલગ એવું આત્મતત્ત્વ
ચૈતન્યમાં ઉભું કરનાર ભાવ છે તથા બાહ્યજગત સાથે
આત્માનો સંબંધ પણ ભાવને લઈને જ થાય છે.
ભાવ વિના કોઈ ઇંદ્રિય એના વિષયમાં પ્રવૃત્ત થતી નથી.

न हि रसादृते कश्चिदर्थः प्रवर्तते ।

અર્થાત્: રસ વિના અર્થમાં પ્રવૃત્તિ થતી નથી.

રસનું મૂળ ભાવ છે.

સમસ્ત સંસાર જ ભાવમય છે.

अर्थ्यते गम्यते प्राप्यतेऽसौ अर्थः ।

વિષયને અર્થસંજ્ઞા પણ ભાવને લીધે જ મળે છે.

શમ એટલે...

નિઃસ્પૃહ મહાપુરુષને પોતાના આત્મામાં
વિશ્રામ કરવાથી જે સુખ મળે છે તે.
મહાપુરુષ, પવિત્ર સ્થળ વગેરે તેનાં ઉદ્દીપકો છે,
એથી શાંતરસ અત્યંત ઉચ્ચ છે અને
પરમાત્માના સ્વરૂપમાં સારતા અને
દુન્યવી બાબતોમાં નિઃસારતા અનુભવાય છે.
સંચારિભાવો = રોમાંચ, નિર્વેદ, હર્ષ, સ્મરણ, ભૂતદયાદિ.
'નિરીહાવસ્થાનાં સ્વાત્મવિશ્રામજં સુખમ્ શમઃ ।'
તત્ત્વજ્ઞાન અહીં સહાયક છે.
તત્ત્વજ્ઞાન એટલે વાસનારહિત શુદ્ધ જ્ઞાન અથવા તો
આનંદરૂપ આત્માનું જ્ઞાન. એ આત્માનો શુદ્ધ સ્વભાવ છે.
એને જ 'શમ' પણ કહેવાય છે.
આત્મા જ્યારે બાહ્યભાવો તથા પદાર્થોથી પ્રભાવિત થાય,
ત્યારે તેમાં રતિ, ક્રોધ વગેરે ભાવો જાગે છે.
જ્યારે એ આત્માનું સ્વરૂપ શુદ્ધ અને કશાથી પ્રભાવિત
થયા વગર એકતાની સમાધિમાં પ્રતીત થાય છે, ત્યારે
તે શાંતરૂપે રહે. તે હંમેશા બધાનું કલ્યાણ કરવામાં
રત રહે છે, માટે તેને દયાવીર - ધર્મવીર પણ કહે છે.

ખાધેલો ખોરાક પાચન થતાં રસરૂપે પરિણમે છે, તેમ જે
ભાવ સ્થાયી થતાં રસમાં પરિણમે, એ જ સ્થાયીભાવ છે.
રસના ત્રણ ગુણ હોય છે અથવા જે ગુણોને લઈને
રસનું રસત્વ અનુભવાય છે, તે ગુણોને લઈને રસનો
ઉત્કર્ષ થાય છે. એ ગુણ માધુર્ય, ઓજ અને પ્રસાદ છે.

માધુર્ય = ચિત્તનું દ્રવીભાવરૂપ જે આહ્લાદ, તે.
શૃંગાર તથા હાસ્યરસમાં માધુર્ય હોય છે.

ઓજ = ચિત્તનો વિસ્તાર - દીપ્તિ કે ચિત્તની ઉષ્ણતા.
વીર, બીભત્સ, રૌદ્રમાં તે ઉત્તરોત્તર અધિક હોય છે.

પ્રસાદ = શુષ્કકાષ્ઠમાં અગ્નિ સમ ચિત્તમાં શીઘ્ર ફેલાઈ જવું તે.
તે શૃંગાર અને કરૂણ ચિત્તમાં તુરંત પ્રસરે છે.

માધુર્ય = પાણી અને અગ્નિના સંયોગવત્.
ઓજ = લોટ અને અગ્નિના સંયોગવત્.
પ્રસાદ = કાષ્ઠ અને અગ્નિના સંયોગવત્.

રસનો કૃત્ત બહારથી ત્યાગ કરાય તો પણ અંદર રસ રહી
જાય છે. ખરેખર તો જ્યારે પરમરસનો અનુભવ થાય,
ત્યારે જ પૂર્વનો રસ નિવૃત્ત થાય. આથી એમ કહી શકાય:
વાસ્તવિક જીવન = સ્થૂલરસમાંથી પરમરસ તરફ ગતિ.

બાબુભાઈ વૈદ્ય, Jamnagar, Dt. 25/8/69

27-8-69

મંત્રયોગમાં જ્યાં સુધી મંત્ર જાપ સાથે પ્રબળ ભાવ
ન જોડાય, ત્યાં સુધી મંત્રનું ચૈતન્ય પ્રગટતું નથી.
ભાવથી રુચિ બંધાય છે, રુચિથી શ્રદ્ધા પ્રકટે છે.
શ્રદ્ધા અને ભાવસહિત નિષ્ઠાપૂર્ણ સાધના
સામાન્ય માણસમાં પણ અસામાન્ય શક્તિ પ્રકટાવે છે.
ધ્યાનમાં પણ ધ્યેય સાથે ભાવ ન જોડાય,
ત્યાં સુધી ધ્યાનની શક્તિ પ્રકટતી નથી.
ભાવ ઉત્કટ હોય તો ભાવસમાધિ તુરંત લાગે છે.
શિક્ષણ ક્ષેત્રે પણ ભાવનું મહત્ત્વ છે.
'परस्पराभिनन्दनेन ज्ञानं स्फुरति ।'
શ્રોતા અને વક્તા પરસ્પર અભિનંદનના ભાવ સાથે મળે,
તો જ હૃદયમાં જ્ઞાનની સ્ફુર્તિ થાય છે.
અર્થપૂર્ણ, ભાવપૂર્ણ ક્રિયા કે પ્રવૃત્તિને જ મહત્ત્વ મળ્યું છે.
વૈદકીય ક્ષેત્રે પણ ભાવોનું મહત્ત્વ સ્વીકારેલું છે.
ईर्ष्या-भय-क्रोध-परिक्षतेन लुब्धेन शुग्-दैन्य-पीडितेन ।
प्रद्वेषयुक्तं च सेव्यमानमन्नं न सम्यक् परिणाममेति ।
ઈર્ષ્યા-ભય-ક્રોધથી પરાભવ પામેલા, લોભ-શોક-દીનતાથી
પીડાતા દ્વેષયુક્ત વ્યક્તિને ખાધેલું ભોજન સરખું ન પચે.

ઈર્ષાથી આમ્લપિત્ત, ક્રોધથી પિત્ત, શોકથી કફ - મંદાગ્નિ થાય,
ચિન્તાથી વાયુ વધે, રાજસભાવોથી પ્રાણમાં ક્ષોભ થાય,
એથી હૃદય દુર્બળ બને, પ્રાણની ગતિમાં વિક્ષેપ થાય છે,
તેથી એ રોગોનું કારણ બને છે.

સાત્ત્વિકભાવોથી પ્રાણમાં સ્વસ્થતા-સ્વરસવાહિતા આવે.
ભાવશુદ્ધિથી રક્તશુદ્ધિ થાય છે.

રોગોમાં જ્યારે નિરાશા તથા અલ્પપ્રાણતા આવી જાય,
ત્યારે પ્રભાવશાળી ઔષધ પણ શરીરમાં
કાંઈ અસર કરી શકતું નથી. ઉત્સાહયુક્ત માણસને
આપેલું ઔષધ અમૃતતુલ્ય અસર કરે છે. કહ્યું છે કે:

'उदग्रस्यौषधं अमृतत्वाय कल्पते।'

ક્ષય જેવા મારક રોગોમાં દરદીને ઉદગ્ર કરે,
તેવા ઉપાયો ઔષધ ચિકિત્સાની સાથે સૂચવાયા છે.
શરીર અને મનની તંગ અવસ્થામાં સત્ત્વગુણ પ્રધાન
ભાવો ભાવવાથી અને ભાવપૂર્વક કોઈપણ શુભ ક્રિયા
કરવાથી પ્રાણ સમતાપૂર્વક વહેવા લાગે છે અને હૃદયમાં
શાંતિ - સ્વસ્થતા અનુભવાય છે. લોહીનું ઊંચું દબાણ,
માથાનો દુખાવો, હૃદય ઉપરનું દબાણ આદિ શમી જાય છે.
આ દૃષ્ટિએ ચિકિત્સામાં
પરાર્થ - નિષ્કામ ક્રિયાનું ઘણું મહત્ત્વ છે.

પ્રાણસ્ય સ્વરસેન પ્રવહણં યોગઃ। અર્થાત્ઃ પ્રાણનું પોતાને અનુકૂળ રસમાં સહજ વહેતો થાય, એનું નામ યોગ છે. પ્રાણને અનુકૂળ રસ એટલે અનુકૂળતામાંથી ઉત્પન્ન થતો આંતરિક આનંદ-શુદ્ધ આત્મરસ. યોગવાશિષ્ઠમાં કહ્યું છેઃ

આનન્દો વર્ધતે દેહે શુદ્ધે ચેતસિ રાઘવ ! અર્થાત્ઃ

હે રાઘવ ! ચિત્ત શુદ્ધ થયે છતે દેહમાં આનંદ વધે છે.

સત્ત્વશુદ્ધ્યા વહન્ત્યેતે ક્રમેણ પ્રાણવાયવઃ ॥
જરયન્તિ તથાન્નાનિ વ્યાધિસ્તેન વિનશ્યતિ ॥ અર્થાત્ઃ

સત્ત્વની શુદ્ધિ થવાથી પ્રાણવાયુ ક્રમથી વહે છે, તેથી ભોજન પચે છે અને રોગ નાશ પામે છે.

મંત્રજાપ આલાપાલાપ, ધ્યાન, યોગનાં સ્થાનોથી, દરેક રીતે અલગ અલગ વિધિથી સિદ્ધ થઈ શકે. જૂના કૃત સાધકના ધ્યાનબળની માત્રા - સાધકના ત્યાગ ઉપર છે.

૬૮ અક્ષર ચૌદ પૂર્વનો સાર અને સમુદ્ધાર છે. બાજું કશું કહેવામાં ન આવે તો પણ ચાલે, કારણકે બાજું જે કાંઈ કહેવાશે તે શ્રુત અંતર્ગત થઈ જશે અને તેનો સાર પણ નવકાર જ હશે. સીધો, સરળ તથા વાંચતાની સાથે જ અર્થ પ્રકટ થાય, તે જ સાર છે. વિશિષ્ટ અર્થ કરવા જતાં તેનો પણ સાર નવકાર જણાશે.

સર્વ પરમેષ્ઠિઓને નમસ્કાર તે સાર.
એ નમસ્કાર થતાં જ સર્વ પાપનો પ્રણાશ અને
સર્વ મંગળોમાં પ્રથમ મંગળનો લાભ, તે જ સાર.
જે ક્ષણમાં નમસ્કાર તે જ ક્ષણમાં સર્વ (અલ્પ નહિ)
પાપનો નાશ અને સર્વ (એક - બે નહિ) મંગલમાં
પ્રધાન મંગળનો લાભ, તે જ ચૌદપૂર્વનું છે રહસ્ય.
'બધા મંત્રોની જન્મભૂમિ નવકાર છે' એટલે બધા
મંત્રદેવતાઓ એના વિના પોતાનું રૂપ ધારણ ન કરી શકે.
અને આદિસ્વરૂપ દેવતાનું ધ્યાન જો અભિન્ન રૂપે
નિષ્પન્ન કરવું હોય, ત્યારે તે પૂર્વે પંચ નમસ્કાર
અવશ્ય ધ્યેય છે, તો જ આત્મા મલરહિત થઈ, પરમેષ્ઠિમય
બની શુદ્ધપણે તે તે દેવતાનું રૂપ ધારણ કરી શકે છે
અને તે તે કર્મો (ષટ્કર્મો) સુલભપણે કરી શકે છે. તે
કારણે જ સિદ્ધચક્રના ગર્ભમાં પણ નવપદો રહેલાં છે.

નવકારરૂપ શબ્દબ્રહ્મમાં નિષ્ણાત
તત્કાલ પરબ્રહ્મ સ્વરૂપ થઈ જાય છે.
'નિતરાં સ્નાતં યેન સ નિષ્ણાતઃ ।'

નિષ્ણાત તે કહેવાય કે જેને નવકાર તત્ત્વમાં સ્નાન કર્યું.
શ્રુતસમુદ્રનું અતિ ગૂઢ અવગાહન કરીને સારરૂપે જે
નમસ્કાર મહારત્ન જેણે પ્રાપ્ત કર્યું, તે નિષ્ણાત કહેવાય.

શબ્દબ્રહ્મ રૂપ શ્રુતસમુદ્રના
અતિ ઊંડાણમાં પરબ્રહ્મ રૂપ મહારત્ન છે.
'નમસ્કારના ૬૮ અક્ષરો વિના પરબ્રહ્મનો અધિગમ ન થાય'
એનો અર્થ 'નમસ્કાર' ચાર વાણીરૂપ છે.
ચતુર્થ વાણી તે શબ્દબ્રહ્મનું જ્ઞાન છે,
તે પરાવાણી છે અને તે જ પરબ્રહ્મ છે.
નમસ્કાર દ્વારા પરા સુધી પહોંચવાનું છે.
ચૂલિકાના અર્થને સાક્ષાત્ અનુભવવો તે પરા છે,
વિકલ્પ વિના અનુભવવું તે સાક્ષાત્ અનુભવ છે અને
તેને પરબ્રહ્મનો અધિગમ છે. 'અધિ' એટલે ભાવસાંનિધ્ય.
અભિન્નાનુભવરૂપ 'ગમ' એટલે
રાગ-દ્વેષરહિત સમતા એ જ ચૌદપૂર્વનું રહસ્ય.
શબ્દબ્રહ્મમાં નિષ્ણાતતા, નિપુણતા, સિદ્ધતાદિ એકાર્થક છે.
પંચ નમસ્કાર એ સર્વ શાસ્ત્રોની કુંચી છે અને
તે જ આપણો યથાર્થ આત્મા છે.
આત્મા એ જ નમસ્કાર અને નમસ્કાર એ જ આત્મા.
જેને વર્તમાનમાં આપણે આપણો આત્મા માનીએ છીએ,
તે આપણો આત્મા તત્ત્વતઃ નથી.
'પરમેષ્ઠિ નમસ્કાર દ્વારા અભિન્નપણે અનુભવાતો
આપણો આત્મા તે જ યથાર્થ આત્મા છે'

એમ કોઈક જ વિરલ આત્મા
પંચપરમેષ્ઠિ ભગવંતની કૃપાથી જાણી શકે છે.
ચૌદ પૂર્વનો સાર આત્મલાભ, પરબ્રહ્મનો અધિગમ, વિવેકજ્યોતિ, તત્ત્વપ્રતીતિ વગેરે તો છે જ પણ વાસ્તવિક સાર તો પંચ નમસ્કાર જ છે, કેમકે તે દ્વારા જ બાકી બધા વસ્તુઓનો અધિગમ થઈ શકે છે.
ચૌદ પૂર્વનો સાર સર્વ અરિહંતો, સર્વ સિદ્ધો આદિ નહિ, પાંચેનો શબ્દમાત્ર સમૂહ પણ નહિ, કિન્તુ સાર તો માત્ર પંચ નમસ્કાર; ક્રમશઃ પંચ નમસ્કાર થયા પછી આત્માની જે સ્થિતિ તે પંચ નમસ્કારમય છે અર્થાત્ જ્યારે અનુક્રમે છેલ્લો નમસ્કાર લોકમાંના સર્વ સાધુઓને કરવામાં આવે, ત્યારે આત્મા પંચ નમસ્કારમય થઈ જાય છે, તે ચૌદપૂર્વનો સાર છે. પંચ નમસ્કાર એ માર્ગ, અવિપ્રણાશ, આચાર, વિનય અને સહાય એ પાંચેનું એકીકરણ - અભિન્નકરણ છે.
પંચ નમસ્કાર તે જ માર્ગ, તે જ અવિપ્રણાશ, તે જ આચાર, તે જ વિનય અને તે જ સહાય છે.
જેમ પંચનમસ્કાર અરિહંત નમસ્કાર આદિથી ભિન્ન છે, તેમ ઉપર્યુક્ત એકીકરણ પણ પ્રત્યેકથી ભિન્ન છે.

નમસ્કારમાં સૌથી મહત્ત્વનું પદ 'પંચ નમસ્કાર' છે,
જે ચૌદ પૂર્વનો સાર છે. 'એષ:' શબ્દ જણાવે છે કે
આ નમસ્કાર કે જે પંચપદના ઉચ્ચાર પછી આવેલ છે,
તે 'એષ:' શબ્દ વર્તમાનકાલીન પંચ નમસ્કારને સૂચવે છે
અને 'હવઇ' શબ્દ વર્તમાનકાલીન 'સર્વ પાપ પ્રણાશ'
અને 'સર્વ મંગલમાં પ્રથમ મંગલ'ને સૂચવે છે.

અરિહંતાદિ પાંચ મંગલ છે:

અરિહંત, સિદ્ધ, સાધુ, ધર્મ એ ૪ મંગલ છે પણ તે બધા
કરતાં ય પ્રથમ - પ્રધાન - શ્રેષ્ઠ મંગલ પંચ નમસ્કાર છે.
ચૌદપૂર્વી વલ્લીરૂપ નમસ્કાર મહાશ્રુત સ્કંધ છે.
તેનો સાર મધ્યમા, તેનો સાર પશ્યંતી અને
તેનો સાર પરા છે. શ્રી મહાનિશીથ સૂત્રમાં કહ્યું છે કે:
જેની જીહ્વાના અગ્રભાગ પર નવકાર અસ્ખલિતપણે રમે
છે, તે શ્રુતસાગરના પારને પામી જાય છે, ભણ નહિ.

આનો અર્થ એ છે કે

નવકારનું સતતપણે રટણ જ શબ્દબ્રહ્મમાં નિષ્ણાતતા છે.
તેનાથી શ્રુતનો પાર એટલે પરબ્રહ્મ પમાય છે.
'રટણ કરનાર તેના અર્થનો જાણકાર જોઈએ'
એવું ત્યાં જણાવ્યું નથી, કેમકે
શબ્દબ્રહ્મને અર્થ સાથે કોઈ સંબંધ નથી.

શબ્દ નિમિત્ત છે અને અર્થ તે સાધ્ય છે.
અર્થજ્ઞાન અનંત ગમ પર્યાય સ્વરૂપ છે.
નવકારના અર્થનું અધ્યયન અને સંપૂર્ણ જ્ઞાન,
એની વચ્ચે અંતર ષટ્સ્થાન પતિત છે,
તેથી અર્થજ્ઞાનનું મહત્વ રહેતું નથી, જ્યારે નિર્વિકલ્પ
ઉચ્ચાર સૌનો સમાન હોય છે. એટલું ખરું છે કે
અરિહંતાદિનું જે સ્વરૂપ અત્યારે આપણે જાણીએ છીએ,
તે યથાર્થ પણ હોય. તે કારણે અર્થજ્ઞાન એકંદરે
અને સૂત્ર એ પ્રાધાન્ય છે. સૂત્ર નિમિત્ત છે,
અર્થ સાધ્ય, તેથી 'નમસ્કાર' એ ચૌદ પૂર્વનો સાર
છે પણ તેનો અર્થ નહિ. વળી અર્થજ્ઞાન હોય તો જ
વધુ લાભ હોય એવો પણ નિયમ નથી. દોષરહિત અને
ગુણોપેત સૂત્રોચ્ચારણનું મહત્વ આ દૃષ્ટિએ ઘણું છે.
માર્ગ, અવિપ્રણાશ, આચાર, વિનય, સહાય -
આ પાંચ હેતુઓને લક્ષ્યમાં રાખીને
થતો નમસ્કાર એ 'ભાવ નમસ્કાર' છે.
'ચિત્તવૃત્તિનિરોધ તે યોગ'
તેનો અર્થ સંસારાભિમુખ વૃત્તિઓને રોકવા.

મોક્ષપ્રાપક ધર્મ વ્યાપાર યોગ, એનો અર્થ જે ક્રિયા
અથવા વ્યાપાર મોક્ષને માટે અનુકૂળ હોય તે જ ક્રિયા.
બંનેનો સમુચ્ચય અર્થ આત્મોન્મુખ વ્યાપાર,
જે વડે સમસ્ત આત્મશક્તિઓનો પૂર્ણ વિકાસ થાય.
યોગ, ધ્યાન, સમાધિ એકાર્થક છે.
યોગ એટલે જોડવું, મોક્ષ સાથે અથવા
શુદ્ધાત્મસ્વરૂપ સાથે સંબંધ કરી આપવો.
સમાધિ એટલે મનઃ સ્થિરતા.
યોગનો સંબંધ આધ્યાત્મિક વિકાસ સાથે છે.
પરમાત્મચિન્તન એ
આધ્યાત્મિક ભાવોના આવિર્ભાવનો માર્ગ ઉપાય છે.
તાત્ત્વિકતાનું પ્રદર્શન પણ મોક્ષપુરુષાર્થ છે.
શાશ્વત જીવનની ઉદાત્તતા આર્ય સંસ્કૃતિનો પાયો છે.
પરમાત્મતત્ત્વની અડગબુદ્ધિ ઉપાસના એ ઉપાય છે.
જ્ઞાની તે છે કે જે યોગી છે.
જેનામાં યોગશક્તિ અથવા એકાગ્રતાનું સામર્થ્ય નથી,
તે જ્ઞાની નહિ પણ જ્ઞાનબંધુ છે.
યોગ એ ક્રિયામાર્ગનું નામ છે.
તત્ત્વવિચારમાં મતભેદ હોઈ શકે છે.

આગમપ્રભુ ના ચારિત્ર એક એવા વસ્તુ છે કે
જેમાં બધા વિચારશીલ પુરુષો એકમત રહ્યા છે.
ચારિત્ર વિનાનું તત્ત્વજ્ઞાન એ કોરી વાતો છે.
યોગ - યોગાંગોનું સંક્ષિપ્ત નામ ચારિત્ર છે.
યોગનો ઉપયોગ મોક્ષ માટે છે.

સાધુચર્યાની પ્રમુખસ્વરૂપ વસ્તુઓ

પાંચ યમ, તપ - સ્વાધ્યાયાદિ નિયમ તથા
ઇંદ્રિયજય રૂપી પ્રત્યાહાર સાધુચર્યાના પ્રમુખસ્વરૂપ છે.
સાધુ જીવનની દૈનિક - રાત્રિચર્યામાં
ત્રીજા પ્રહરને છોડીને અન્ય ત્રણે પ્રહરો
સ્વાધ્યાય અને ધ્યાન કરવા માટે પ્રતિપાદન કરેલાં છે.
- ઉત્તરા. અ. ૨૬, ગાથા ૧૧-૧૨ અને ૧૭-૧૮.
જૈન આગમોમાં ધ્યાન શબ્દ યોગ અર્થમાં પ્રયુક્ત છે.
જૈનદર્શનમાં આત્માને સુખસ્વરૂપ માન્યો છે એટલે
મોક્ષમાં સ્વાભાવિક સુખની અભિવ્યક્તિ સ્વીકારેલી છે.
વેદાંત દર્શન બ્રહ્મને સચ્ચિદાનંદસ્વરૂપ કહે છે.
બૌદ્ધો આત્યન્તિક દુઃખનાશને મોક્ષ પદાર્થ કહે છે.
ન્યાય - વૈશેષિક, સાંખ્ય - યોગ પણ
દુઃખનાશને પરમ પુરુષાર્થ કહે છે.

યોગદર્શનમાં દુઃખને હેય, અવિદ્યાને હેય હેતુ,
દુઃખના આત્યન્તિક નાશને હાન અને
વિવેકખ્યાતિને હાનહેતુ - હાનોપાય કહે છે.
યોગદર્શને ઈશ્વરને એક સ્વતંત્ર પુરુષ, શાસ્ત્રોપદેશક
અને સદ્‌ગુરુના પરમ પ્રકર્ષ સ્વરૂપ માનીને
જગદુદ્ધારાદિની વ્યવસ્થા ઘટાવી છે. યોગજન્ય વિવેક-
ખ્યાતિ મોક્ષનો ઉપાય છે, તેને સમ્યગ્દર્શન પણ કહે છે.
શ્લેષ્માદિ ધાતુઓના પ્રકાશ વડે દેહની જડતા દૂર થાય.
તથાપ્રકારના ઉપયોગની વિશુદ્ધિ વડે મતિજડતા જાય
તથા સુખ-દુઃખને અતિશયે સહન કરવાની શક્તિ આવે.
ઉપરાંત અનિત્યત્વ આદિ અનુપ્રેક્ષા સુલભ બને છે
તથા અન્ય વ્યાપારોનો ત્યાગ થવાથી
એકચિત્તે ધર્મ - શુક્લ શુભ ધ્યાન થઈ શકે છે.

કાયોત્સર્ગના લાભ

(૧) શરીરની જડતા (૨) મતિમંદતા (૩) સુખ દુઃખતિતિક્ષા
(૪) અનુપ્રેક્ષા - ભાવના (૫) ધ્યાન - એકાગ્ર ચિન્તવન.

ननु कायोत्सर्गकरणे कः पुनर्गुणः ?
देहमइजड्डसुद्धी सुहदुक्खतितिक्खया अणुप्पेहा ।
झायइ य सुहं झाणं एयग्गो काउसग्गंमि ॥१४६२॥
(પરિશિષ્ટ-૩)

ધ્યાનની આદિ અને અંતમાં અનુપ્રેક્ષા હોય છે,
તેથી તેને ધ્યાનથી ભિન્ન કહેલ છે.
અનુપ્રેક્ષામાં શુભચિન્તન હોવાથી
તે પણ એક પ્રકારનું ધ્યાન જ છે.
ધ્યાનના વિષય આગમ પ્રતિમાદિ - આગમ બુદ્ધ્યાદિ,
સૂત્ર - અર્થ, દ્રવ્ય - પર્યાય વગેરે છે.

તિવિહાણુવસગ્ગાણં દિવ્વાણં માણુસાણ તિરિયાણં ।
સમ્મમહિયાસણાએ કાઉસગ્ગો હવઇ સુદ્ધો ॥૧૫૪૯॥

અર્થ: દેવો - મનુષ્યો - તિર્યંચસંબંધી ત્રણે ઉપસર્ગોને
જે સમ્યગ્ સહન કરે, તેના કાઉસ્સગ્ગ શુદ્ધ થાય છે.

o પચ્ચક્ખાણ વડે આસ્રવના દ્વારો રોકાય છે,
આસ્રવના વ્યવચ્છેદથી તૃષ્ણાનો છેદ થાય છે.
તૃષ્ણાછેદથી અતુલ ઉપશમ અને
અતુલ ઉપશમથી પચ્ચક્ખાણ શુદ્ધ થાય છે.
પચ્ચક્ખાણ શુદ્ધ થવાથી ચારિત્રધર્મ સ્ફુરે છે,
ચારિત્રધર્મથી કર્મનિર્જરા થાય છે, તેથી
અપૂર્વકરણ, કેવલજ્ઞાન, ભવોપગ્રાહિ કર્મનો ક્ષય અને
મોક્ષસુખની પ્રાપ્તિ થાય છે, તેથી
આ પ્રત્યાખ્યાન સકલ કલ્યાણનું અદ્વિતીય કારણ છે.

- ગાથા ૧૫૯૪ થી ૧૫૯૬

આત્મલક્ષની જાગૃતિ

આત્મા એ જ સત્ય છે અને તે તમારી પાસે જ છે.
તેને બહાર શોધવા પ્રયત્ન કરવો કે ભટકવું નકામું છે.
આગમ વાંચ્યું હોય, જન્મ-મરણાદિને જલાંજલિ દેવી હોય,
શાશ્વત આનંદનો અનુભવ કરવો હોય,
તો તમારો આત્મા જ્યાં છે, ત્યાં તેને શોધો - શુદ્ધ કરો.
માયાદિ, મલિન વાસનાદિ તે મેલો થયો છે,
કર્મબંધનાદિ બંધાયો છે, તે મલિનતા બંધનને દૂર કરો.
સત્ય ત્યાંથી જ મળી આવશે. બહાર ભટકવાની જરૂર જ નહિ રહે. પ્રથમ અશુભથી નિવૃત્ત થાઓ, શુભ આચાર, વિચાર અને ઉચ્ચારમાં પ્રવૃત્તિ કરો. પછી આત્માની શુદ્ધ દશાને સમજો. તે વિશુદ્ધ દશા જ તમારું સ્વરૂપ છે, એમ સ્વીકારો. તેને અખંડ રીતે અનુભવો કે પછી વ્યુત્થાન દશા જ ન આવે, અહીં જ જીવન્મુક્ત દશા અનુભવાય. પૂર્વ મહાપુરુષોનો આ બોધ છે. આત્મ-ઉપયોગની કે આત્મલક્ષની જાગૃતિ રહેવી, એના જેવું કર્મ ખપાવવામાં પ્રબળ સાધન બીજું એક પણ નહિ. અનાદિકાળથી વિસ્મૃત થયેલું પોતાનું આત્મસ્વરૂપ જે જે ઉપાયથી પ્રાપ્ત થાય, તે બધા ઉપાયો કર્તવ્ય છે.

મેરૂ ચૂલિકા નહિ ચળે, ન ચળે શેષ ફણીન્દ્ર:
વિધિ લિખિત મિટ નવ ચળે, ન ચળે ચિત્ત મુનીન્દ્ર ...(૧)

પ્રભુના મસ્તકે ચંદ્ર રહે છે. અરિહંત મસ્તકે ચંદ્ર નમે છે.

જિનમુદ્રા પદ્માસન સ્થિત છે.

નવગ્રહ જિનના મસ્તકને ઉપાસે છે.

आत्मसंस्थं मनः कृत्वा न किंचिदपि चिन्तयेत् ।

'अथातो धर्म जिज्ञासा ।' - <u>પૂર્વ મીમાંસા</u>

'अथातो ब्रह्म जिज्ञासा ।' - <u>ઉત્તરમીમાંસા</u>

એકમાં આચાર, તો બીજામાં તત્ત્વસ્વરૂપ વર્ણવેલું છે. તત્ત્વ એટલે જગતનું મૂળ સત્ય - ધર્મનું જ્ઞાન, જે સુખાભિલાષા અને દુઃખદ્વેષમાં છુપાયેલું છે. વૈયક્તિક અને સામુદાયિક જીવન જે માટે અનુકૂળ હોય, તે કરવું અને પ્રતિકૂળ હોય તેને ટાળવું અગર તેથી બચવું એજ વાસ્તવિક ધર્મજ્ઞાન છે.

<u>આત્મા અને આત્મીય પ્રત્યે નિઃસીમ પ્રેમ તે ધર્મ.</u>

'तेन त्यक्तेन भुंजीथा, मा गृधः कस्यचित् धनम् ।'

<u>ધર્મનો ટુંકસાર</u>

કર્તવ્યકર્મ કરતાં કરતાં જીવો,
પોતાનામાંથી ત્યાગ કરતાં શીખો અને
બીજાનું રક્ષણ કરવાને આટકી.

મન, વાસના અને ઇચ્છા પરસ્પરાવલંબક છે.
અપૂર્ણ ઇચ્છાને વાસના કહે છે.
જગતને ભોગદૃષ્ટિએ નહિ પણ ભક્તદૃષ્ટિએ જુઓ.
વિષયોનું વિભૂતિકરણ અને ઇંદ્રિયોનું ઉદાત્તીકરણ એ જ
વિષયો અને કષાયોને જીતવાનો ઉપાય છે. ભોગદૃ
સંસાર ઝેર બને છે, ભક્તિદૃ તે જ સંસાર-અમૃત
બને છે. મર્યા પછી મન સાથે આવે છે, તન - ધન -
સ્વજન નહિ માટે મનને સુધારવા મથવું જોઈએ.
મનુષ્ય જન્મ, લગ્નાદિ બધાની તૈયારી કરે છે, માત્ર
મરણની કરતો નથી માટે અસમાધિએ મરવું પડે છે.
મરણની તૈયારી એટલે મનની સુધારણા છે.
સુખ-દુઃખને જાણવું, રાગ-દ્વેષને રોકવું અને જ્ઞાન-
દર્શનને માણવું એ મનને સુધારવાનો સાચો માર્ગ છે.
સુખ-દુઃખ ભોગ એ કર્મફલ ચેતના છે,
રાગ-દ્વેષભાવ એ કર્મચેતના છે અને
જ્ઞાન-દર્શન-ગુણ એ જ્ઞાનચેતના છે.
ત્રણેયમાં રહેલ ચૈતન્યના અંશને જોવાથી સુખ-દુઃખને
સહવાની અને રાગ-દ્વેષને શમાવવાની શક્તિ આપોઆપ
પ્રગટે છે, એનું જ નામ જ્ઞાનચેતનાને નમસ્કાર છે.

જ્ઞાન મેળવવાના દોષોનું, દર્શન જાણવાના ગુણોનું
અને ચારિત્ર - સહજ, અસહજનું,
ગુણ-દોષથી પર એવા આત્માના સ્વરૂપનું
એ વ્યવહાર-નિશ્ચય ઉભય રત્નત્રયનું આરાધન છે.
વ્યવહારથી સ્વદોષોની ગર્હા તથા સ્વપર સુકૃતની અનુમોદના
અને નિશ્ચયથી ગુણ-દોષથી પર એવા આત્મસ્વરૂપમાં
રમણતા, શરણાગમનતા, એકતા, તન્મયતા, લીનતા અને
અભિન્નતા જેનાથી સધાય તે મુક્તિનો ઢૂકડો ઉપાય છે,
તેથી તે ત્રણેના સંગ્રહરૂપ 'નમો' પરમમંત્રમાં રત્નત્રય,
તત્ત્વત્રયની આરાધના અને દોષત્રયનો નાશ છે.
શ્રુત અને ચારિત્ર રૂપ ધર્મના શરણમાં અરિહંત, સિદ્ધ
અને સાધુ ત્રણેનું શરણ ઉપલક્ષણથી આવી જાય છે.

મંત્રાકાર ઉપયોગ થવાથી

મંત્રદેવતાની શક્તિ સાધકમાં કાર્ય કરતી થઈ જાય છે.
તે શક્તિ યોગ અને ક્ષેમ ઉભયકારક છે. મંત્રને દેવની
સાથે મેળવનારનો અને ગુરુની સાથે દેખાડનારનો સંબંધ છે.
મંત્રના માધ્યમ વડે દેવ અને ગુરુ ઉપકારક બને છે.
'મંત્રાધીના દેવતાઃ'નો એક અર્થ મન, વચન, કાયાના
યોગો - વ્યાપારો કે જેમાં કર્મનો આસ્રવ કરવાની

શક્તિ છે અને ધર્મ દ્વારા વિશ્વનું સર્જન કરવાની
દિવ્ય શક્તિ છે, તે ત્રણે યોગો વશ થાય છે.
મંત્રવર્ણો પવન પર અને પવન મન પર અસર કરે છે.
મન દ્વારા વચન અને કાયા વશ થાય છે.
આધ્યાત્મિક પ્રગતિ આત્મૌપમ્ય ભાવનાં વિકાસમાં છે.
તેનું સાધન ભક્તિ, વૈરાગ્ય અને જ્ઞાન છે.
ભક્તિ એ જ્ઞાનનું લક્ષણ છે, તે જ્ઞાનનું ઉત્પાદન, પોષણ
કરે છે. વૈરાગ્ય એ ભક્તિનું ઉત્પાદક અને પોષક છે.
જ્ઞાન એ મુક્તિનું લક્ષણ અને સ્વભાવ છે.
આત્મૌપમ્યભાવાત્મક અનુગ્રહમાં પ્રતિયોગી રૂપે
પ્રભુનું સ્મરણ સકલ સિદ્ધિનું કારણ છે.

o સંસારી અને સિદ્ધના જીવ કર્મોપાધિ સાપેક્ષ તથા
કર્મોપાધિ નિરપેક્ષ ભેદથી ભેદવાળા હોવા છતાં બંનેનું
નિરૂપાધિસ્વરૂપ - સત્તાસ્વરૂપ સમાન છે.
ધર્મ એ વિશ્વનો પ્રાણ છે, આધાર છે, જીવન છે...
એમ કહેવાય છે, તે વસ્તુસ્વભાવરૂપ ધર્મ સમજવો.
જીવનું જીવત્વ વસ્તુસ્વભાવરૂપ ધર્મ છે. એ જીવત્વ
સંસારી અને સિદ્ધ બંનેનું સમાન છે, એક છે, તેના
આધારે જ વિશ્વ સદા ટકી રહ્યું છે, ધ્રુવ છે, શાશ્વત છે.

સંસારી જીવનું જીવત્વ એ 'કારણ પરમાત્મા' છે
અને સિદ્ધનું જીવત્વ એ 'કાર્ય પરમાત્મા' છે.
પરમાત્મસ્વરૂપ બંનેનું એક છે અને
તે જીર્ણ ભવનરૂપી ઘરને ટકાવવા માટે સ્તંભરૂપ છે,
તેથી તેના શરણે જે રહે, તે સહીસલામત - નિર્ભય છે.
એ નિર્ભયતા અને નિશ્ચિંતતાનું કારણ
પરમાત્મસ્વરૂપની શરણાગતિ, નમનતા,
નમ્રતા, વિનીતતા, સમર્પણતા અને અર્પણતા છે.
'ૐ નમઃ સિદ્ધં' એ મંત્ર આ ભાવનાને પુષ્ટ કરે છે.

o

Here નમઃ says
Openness, receptivity,
responsiveness and obedience to
the one which is all in all
holy, whole and perfect.
True relaxation is complete
surrender to the omnipresent
and omnipotent power of God.
Acceptance is
the first requisite of ownership.

o સહન કરો અને શુદ્ધ થાઓ.

માત્ર દુઃખને જ નહિ, સુખને પણ સહન કરો.
સુખ-દુઃખ એ કર્મના ગણિત પ્રમાણે બનતા બનાવો છે.
તેને એડજસ્ટથી પ્રસન્નતાથી સહન કરવા તે
કુદરતની યોજનામાં સહકાર આપવા બરાબર છે.
આકાશ જેમ તાપથી શોષાતું નથી, ઠંડીથી ચામડાતું નથી,
વર્ષાથી ભીંજાતું નથી, નિર્લેપપણે અલિપ્ત રહે છે, તેમ
સુખ - દુઃખ, ક્ષુધા - તૃષા, શીત - આતપ,
સ્તુતિ - નિંદા તથા અનુકૂળ - પ્રતિકૂળ એમ
બધાથી અલિપ્ત રહી, શુદ્ધ બનો અને પ્રસન્નતાને પામો.

o

To stand under God is true understanding. Who is your best friend? The only person you meet everywhere you go is the person you take with you yourself. You can be your best friend or worst enemy and you are wherever you choose to be. Rebirth is the law of nature.

o મૈત્ર્યાદિ ભાવનાઓની સક્રિયતા એટલે હિતચિંતનની
સાથે ગુણાધિકની શક્ય સેવા, દુઃખાધિકને શક્ય સહાય
અને પાપાધિકને પાપરહિત બનાવવાનો શક્ય પ્રયાસ.

ભાવનાની સાથે શક્ય પ્રવૃત્તિ રહે,
તો ભાવના શુભધ્યાનનો હેતુ બને.
હિતચિન્તનની સાથે શક્ય હિતપ્રવૃત્તિ અપેક્ષિત છે.

o 'અભિધ્યાન'નો અર્થ છે અભિમતનું ધ્યાન નહીં,
'ભક્તનું અભિમત - ઇષ્ટ હો' એવો સંકલ્પ.
પ્રણિધાન એટલે ભક્તિવિશેષથી અભિમુખ થયેલ
ઈશ્વર અભિધ્યાનમાત્રથી અનુગ્રહ કરે છે.
ઈશ્વરના તેવા અભિધ્યાનમાત્રથી
'ભક્તનું ઇષ્ટ થાઓ, ઇચ્છાનો વિષય પૂર્ણ થાઓ'
એવા સંકલ્પમાત્રથી સમાધિનો લાભ
અને સમાધિનું ફળ સૌથી નિકટ આવે છે.

o सव्वे अवराहपए एस खमावेमि अज्ज निस्सल्लो।
अम्मा पिऊ सरिसया सव्वेवि खमंतु मे जीवा ॥

અર્થાત્: હું આજે નિઃશલ્ય થઈને
મારા સર્વ અપરાધોની ક્ષમા માંગું છું,
માતા-પિતા સમાન એવા સર્વે જીવો મને ક્ષમા આપો.

- સંથારાપયન્નો

o સંકલ્પની શક્તિ સોયની અણી જેવી છે,
શ્રદ્ધાની શક્તિ સાંબેલાના કાષ્ઠ જેવી છે.
સંકલ્પપૂર્વક કરેલું સૂચન - આશા તુરત કાર્યકર થાય છે,
કિન્તુ શ્રદ્ધા કાલાંતરે ફળે છે.

મન દ્વારા શરીર સૂચન કરતાં પણ મનોમય
ભૂમિકાની ઉપરની ભૂમિકામાં વધુ સામર્થ્ય રહેલું છે.
મન, બુદ્ધિ, ચિત્ત, અંતઃકરણાદિથી થતું કાર્ય પરિમિત છે.
તે કરણોથી પણ પર એવું આત્મતત્ત્વ જે કાર્ય કરે,
તે અપરિમેય હોવાથી વચન અને મનને અગોચર છે.
મન વડે ગ્રહણ થતું પરમાત્મસ્મરણ એ પરમમંગળ છે
તથા વિઘ્નવિદારણ શક્તિ ધરાવે છે, તેમ
નિજ શુદ્ધાત્મભાવમાં રમણ એ ઉત્કૃષ્ટ મંગળ છે, તેથી તેમાં
સકલ વિઘ્નવિદારણ કરવાનું સાક્ષાત્ સાધન રહેલું છે.
પરમાત્મભાવમાં રમણ જ્યારે અભેદભાવને પામે છે,
ત્યારે તે ભાવનમસ્કાર બને છે,
જેમાં મંગળનું અચિંત્ય સામર્થ્ય રહેલું છે.
અનિષ્ટનિવારણ અને ઇષ્ટસાધન -
ઉભય પ્રકારનું સામર્થ્ય મંગળ ભાવમાં રહેલું છે.

ह्रीँ ॐ नँ अर्हं नँ नँ अर्हं नँ ॐ ह्रीँ

શિવગંજ, સં.૨૦૨૫, શ્રાવણ વદી ૬, સોમવાર, ૧.૯.૧૯૬૯

દ્વાદશાનુપ્રેક્ષા (૧૨ ભાવનાની વિચારણા)

(૧) અનિત્ય: આત્મભિન્ન દ્રવ્યકર્મ, નોકર્મ, ભાવકર્મ,
સચિત્ત, અચિત્ત, મિશ્ર સમગ્ર વિશ્વ
અધ્રુવ, ચલ, અનિત્ય અને વિનશ્વર છે.

(૨) અશરણ: સચરાચર વિશ્વ અશરણ - અસહાય છે.
શરણભૂત એક શુદ્ધ આત્મા છે.
તે શરણાગત વજ્રપંજર છે.
સમુદ્રના મધ્યમાં 'પોતચ્યુત પક્ષીપોતવત્' અને
મહાઅટવીના મધ્યભાગમાં 'વ્યાઘ્રગૃહીત મૃગબાલવત્'
સમગ્ર વિશ્વ મૃત્યુથી ગૃહીત હોવાથી અશરણ છે.

(૩) સંસાર: દ્રવ્ય - ક્ષેત્ર - કાળ - ભાવ અને ભવ.
સંસારની અંદર જીવ અનંતવાર ભટક્યો છે,
જન્મ - મરણાદિની અનંત પીડાઓ સહી છે, તો પણ
તે સંસારનો અંત લાવનાર વ્યવહાર-નિશ્ચય અને
ભેદાભેદ રત્નત્રયની પ્રાપ્તિ જીવને થઈ નહિ.

(૪) એકત્વ: મરણકાળે જીવ એકલો જ ગત્યંતર કરે છે,
દેહ, ધન, સ્વજનાદિ અહીં રહે છે.
સપ્તધાતુમય ઔદારિક શરીર તે જીવનું સાચું શરીર નહિ,

જીવનું સતત શરીર નાશવંત છે. તેને ધારણ કરનાર શુદ્ધ આત્મતત્ત્વ એ જ શાશ્વત છે, પરમ હિતકર બંધુરૂપ છે.

(૫) <u>અન્યત્વ</u>: શરીર, ધન, સ્વજન, વિષયસુખાદિ
કર્માધીન છે, તેથી જીવથી ભિન્ન છે.
એકત્વ ભાવનામાં વિધિની પ્રધાનતા છે,
અન્યત્વ ભાવનામાં નિષેધની પ્રધાનતા છે.

(૬) <u>અશુચિ</u>: શરીર અશુચિ છે, અશુચિથી ઉત્પન્ન અને અશુચિનું ઉત્પાદક છે. શુદ્ધ આત્મા એ જ સદા શુચિ છે.
'બ્રહ્મચારી સદા શુચિ'.
જીવ પોતે બ્રહ્મ છે, તેમાં ચર્યા તે બ્રહ્મચર્ય છે.
કામ અને ક્રોધ આદિમાં રક્ત એવા જીવો
જલ - સ્નાનાદિ કરે, તો પણ અશુચિ છે.

(૭) <u>આસ્રવ</u>: ઇંદ્રિય, કષાય, અવ્રતાદિ આસ્રવો છે. આત્મા પોતે અતીન્દ્રિય, અકષાયી, રાગાદિ વિકલ્પરહિત અને અવ્રતાદિ આસ્રવરહિત નિષ્ક્રિય-નિર્વિકાર છે, તેમાં તે આત્માકૃપી પોતમાં આસ્રવો છિદ્રરૂપ છે, તેથી હેય છે.

(૮) <u>સંવર</u>: સંવર વડે નિશ્છિદ્ર બનેલું આત્મપોત
કર્મરૂપી જલના પ્રવેશના અભાવે
મુક્તિ નગરે પહોંચી જાય છે, તેથી સંવર ઉપાદેય છે.

(૯) નિર્જરા : કર્મફળના સંચય વડે ઉત્પન્ન થયેલ
કર્મોને બાર પ્રકારના તપ વડે દૂર કરાય છે.
બાહ્યતપ રેચક છે, અભ્યંતર તપ પાચક અને દીપક છે.
શુદ્ધ ધ્યાનાગ્નિથી રાગાદિ-મિથ્યાત્વાદિ દોષો શુદ્ધ કરાય.
નિજ શુદ્ધાત્માનુભૂતિના બળ વડે
સંવેગ એટલે કે વૈરાગ્યાદિ ગુણોની વૃદ્ધિ થાય છે.
ધર્મ અને તેના ફળને - ગુણને
જાણીને થતો હર્ષ તે સંવેગ છે.
કર્મ અને તેના ફળરૂપે શરીર, ભોગ આદિના દોષને
જાણીને થતો વૈરાગ્ય તે નિર્વેદ છે.

(૧૦) લોકસ્વરૂપ : વ્યવહારલોક ઉર્ધ્વ, અધો, તિર્યક્લોક છે.
નિશ્ચયલોક શુદ્ધ આત્માદિ પદાર્થો છે. અવલોકન
તે લોક, તેની ભાવના તે વ્યવહાર લોકભાવના તથા
સ્વકીય શુદ્ધપરમાત્માનું અવલોકન તે નિશ્ચય લોકભાવના.
તે વડે સમસ્ત શુભાશુભ વિકલ્પોનો ત્યાગ થાય અને
'પરમ આહ્લાદક સુખામૃત રસાસ્વાદ'નો અનુભવ થાય,
તે લોકભાવનાનું ફળ છે.

(૧૧) બોધિદુર્લભ : એકેન્દ્રિય, વિકલેન્દ્રિય, પંચેન્દ્રિય, સંજ્ઞી
પર્યાપ્ત મનુષ્ય, આર્યદેશ - જાતિ - કુળ, પંચેન્દ્રિય પટુતા,

નિરોગીતા, દીર્ઘાયુષિતા, સદ્ધર્મ શ્રવણ - ગ્રહણ - ધારણા -
શ્રદ્ધાન, સંયમન, વિષય સુખવ્યાવર્તન તથા
ક્રોધાદિ કષાયોનું નિવર્તન - ઉત્તરોત્તર દુર્લભ છે.
તે બધાનાં ફલસ્વરૂપ
સ્વશુદ્ધાત્માના સંવેદનસ્વરૂપ પરમ સમાધિ પરમ દુર્લભ છે.
અશુભ પરિણામોની બહુલતા, યોનિઓની વિપુલતા અને
લોકની વિશાળતા (કાળની વિષમતા) જોતાં
સમાધિ - બોધિ તથા તદનુકૂળ સામગ્રીની પ્રાપ્તિ દુર્લભ છે.
બોધિ = અપ્રાપ્ત જ્ઞાનાદિ ગુણોની પ્રાપ્તિ.
સમાધિ = જ્ઞાનાદિ ગુણોની નિર્વિઘ્નપણે ભવાન્તરે પ્રાપ્તિ.
(૧૨) ધર્મદુર્લભ : દુર્ગતિમાં પડતાં ધારણ કરે અને
સદ્ગતિમાં સ્થાપન કરે તે 'ધર્મ'.
અહિંસા લક્ષણ, ક્ષમાદિ - દશ લક્ષણ,
જ્ઞાનાદિ રત્નત્રય લક્ષણ, શુદ્ધાત્મસંવેદન લક્ષણ, મોહક્ષોભ
-રહિત આત્મપરિણામ લક્ષણ ધર્મ ઉત્તરોત્તર દુર્લભ છે.
ધર્મ તે ભવરોગનું પરમ રસાયણ છે,
સર્વ મનોવાંછિત પૂરનાર કલ્પતરુ,
ચિંતામણિ અને કામધેનુથી પણ અધિક છે.
જિનપ્રણીત શુદ્ધ ધર્મની પ્રાપ્તિ ધન્યપુરુષોને જ થાય.

ભેદાભેદ રત્નત્રયાત્મક ધર્મ નિઃશ્રેયસ ફળરૂપે
આલોક - પરલોક તથા સર્વોદયને આપનારો છે.
આ રીતે બાર ભાવનાનું ચિન્તન સંવરનું પરમ કારણ છે.

નિરાકુલ શુદ્ધ આત્મતત્ત્વની પરિણતિ એ જ
તાત્વિક સંવર છે અને તે દ્વાદશાનુપ્રેક્ષાનું પરમ ફળ છે.

<u>પહેલી ૬ ભાવનાઓ</u> સંસારની વિરસતા,
કર્મજન્ય સ્થિતિની અનિત્યતા, અશરણતા, દુઃખમયતા,
એકાકિતા, પરકીયતા અને અશુચિતાને સમજાવે છે.

<u>છેલ્લી ૬ ભાવનાઓ</u> ધર્મની શાશ્વતતા - શરણભૂતતા -
સુખમયતા - પરાર્થતા - આત્મમયતા - પવિત્રતા સમજાવે છે.

કર્મ એટલે જડ અને ધર્મ એટલે ચેતન.
જડતત્ત્વની હેયતા તથા ચેતનતત્ત્વની ઉપાદેયતા દૃઢ કરવી
એટલે કે સચોટ બનાવવી તે દ્વાદશાનુપ્રેક્ષાનું ફળ છે.

<u>પ્રથમ ૬ ભાવનાઓ બોધ કરે છે કે:</u>
સંસાર ઇંદ્રજાળ, સ્વપ્ન અને નાટકતુલ્ય છે,
સ્વાર્થ પરાયણ, પરમાર્થહીન અને પાપમય છે.

<u>છેલ્લી ૬ ભાવનાઓ બોધ કરે છે કે:</u>
શુભાસ્રવ, સંવર અને નિર્જરામય ધર્મ રત્નત્રયાત્મક છે,
તેથી ઉપાદેય છે, વિશ્વહિતકર છે,
પરાર્થ પ્રેરક અને પવિત્રતાનો દ્યોતક છે.

0 નાડી - પવન સંયોગમાં

નાડી = સુષુમ્ણા, પવન = પ્રાણ અને અપાન.
એ વસ્તુ સાધવા માટે 'નાદાનુસંધાન' સર્વશ્રેષ્ઠ સાધન છે.

0 બાહ્યરૂપ ક્રિયા કરવાથી દેહની અંદર રહેલી
કુંડલિની શક્તિરૂપ નાગ - નાગણ સજાગ રહી છે.
સંસારમાં પણ જે કાંઈ પ્રભાવ પડે છે,
તે આ કુંડલિનીનો જ પ્રભાવ છે.
તે શક્તિનો દુરૂપયોગ કરીને બાહ્યપ્રભાવ વધારવા માટે
જે કાંઈ પ્રયાસ થાય છે, તે બધું અજ્ઞાન વિલસિત છે.
તે અજ્ઞાન ટાળવાને માટે ભગવાનનો ઉપદેશ છે કે
દેહમાં સુષુપ્ત અને જાગૃત જે કાંઈ શક્તિઓ છે,
તે આત્મતત્ત્વની છે, તેને જાગૃત કરવા માટે
પાર્શ્વપ્રભુએ પોતાના સેવકજન સમાન સાધુઓ દ્વારા
જે નમસ્કાર મંત્ર સંભળાવ્યો,
તે મહામંત્રના અક્ષરો પોતાના ચૈતન્યસ્વરૂપ
શબ્દબ્રહ્મરૂપ કુંડલિનીમાં ગોઠવાઈ જાય અને તેનું
સ્મરણ - ધ્યાનાદિ થયા કરે તો બધી ક્રિયા સફળ થાય,
કર્મક્ષયનો હેતુ બને તથા
આત્મજ્ઞાનની પ્રાપ્તિમાં સહાયક થાય.

સુંદર ઉપમા ૐ Dt: 1-9-69

કમઠ = ૧૪ ક્રિયા કરનાર સાધક.
પાર્શ્વનાથ = આત્મતત્ત્વના સ્વામી.
ધરણેન્દ્ર = સુસાધુવર્ગ.
નવકાર મંત્ર = કુંડલિની રૂપ શબ્દબ્રહ્મની જાગૃતિ અને તે માટેની ચાવી - રહસ્યભૂત વસ્તુ.

અર્થભાવનાપૂર્વક થતો મહામંત્રનો જાપ આત્મશક્તિનું જાગરણ કરવામાં પરમ સહાયક બને છે. અર્થભાવના એટલે અર્થની વિચારણા, એટલો જ માત્ર તેનો અર્થ નહિ, કિન્તુ કુંડલિની શક્તિરૂપ શબ્દબ્રહ્મરૂપ અર્થમાં મંત્રાક્ષરોનું મળી જવું, જેથી જાપ સ્વયમેવ થયા કરે. અજપાજપની એ નિર્વિકલ્પ ચિત્તની સ્થિતિ ચાલ્યા કરે. નિર્વિચાર - નિર્વિકલ્પ મનની દશા અને તેના પ્રભાવે પ્રાપ્ત થતી પ્રશાંત - વૈરાગ્યમય (Detatched) સ્થિતિના કારણે મનને તેના ખોરાકરૂપ વિચાર, તર્ક અને કલ્પનાનો અભાવ / અલ્પતા થવાથી દેહમાં અશક્તિનો ભાસ થવો સ્વાભાવિક છે, તે માટે (૧) કુદરતી સૌંદર્યનું પાન (૨) સત્પુરુષોના સાન્નિધ્ય કૃપા અને સંગ તથા (3) અન્ય મિત્રો - પરિચિતો તરફથી થતું appreciation and encouragement પરમ ઔષધિરૂપ છે.

એવી અંતરમાં અતિ દુર્લભ એવા શાંતિ અને
આત્માનંદનો ધોધ વહેતો અનુભવાશે નહિ.
સાધનાના પ્રભાવે અતૂટ સમાધિ, દિવ્ય ધ્વનિ, દિવ્ય સુગંધ, દિવ્યજ્યોત, નિર્વિકલ્પતા, આશ્ચર્યનું functioning નહિ. યોગીઓને પણ દુઃસાધ્ય એવો અપૂર્વ આભ્યંતર પ્રેમ, શાંતિ અને આનંદનો અનુભવ થઈ શકે છે. આવો અદ્ભુત લાભ થવામાં દેવગુરુકૃપા, પૂર્ણ-નિર્વિકલ્પ શ્રદ્ધા, ભક્તિ અને સમર્પણ મુખ્ય ભાગ ભજવે છે. મુમુક્ષુમાત્ર માટે આજે પણ આ સાધના સુલભ છે.

અંતરાત્મન્ પ્રભુ, ૐ શાંતિઃ।

0 सर्वे वैरविनिर्मुक्ताः परस्परहितैषिणः।
स्वस्थाः शान्ताः समृद्धाश्च सर्वे सन्त्वकुतोभयाः ॥१॥
नतिरेवोन्नतिर्लोके दानमेव महाधनम्।
परार्थ एव हि स्वार्थो महतां येन कथ्यते ॥२॥
भ्रुवोर्मध्ये ललाटे तु नासिकायास्तु मूलतः।
जानीयादमृतं स्थानं तद्ब्रह्मायतनं महत् ॥३॥

(પરિશિષ્ટ-૪)

It is an innate prayer without outward restrictions.

વાસ્તવિક બુદ્ધ ક્યાં?

વિશુદ્ધપ્રજ્ઞા, જે સૂક્ષ્મ-પૂર્ણ અને શાંત છે, જે ધર્મકાય
અને મનનો સાર છે, તે જ વાસ્તવિક બુદ્ધ છે.
બાહ્ય બુદ્ધ ઔપચારિક છે, બુદ્ધનાં માત્ર રૂપ છે.
ધ્યાન એ બૌદ્ધ ધર્મનું હૃદય છે.
ધ્યાન દ્વારા એકાગ્રતાને કેળવવાની અને
મનને શાંત રાખવાની શક્તિ મેળવવી તે સાધ્ય છે.
બુદ્ધધર્મનો સંક્ષિપ્ત સાર શીલ, સમાધિ અને પ્રજ્ઞા.
શીલ એટલે સદાચાર, ત્યાર બાદ
ધ્યાન-સમાધિ અને ધ્યાન-સમાધિના અભ્યાસથી પ્રજ્ઞા.
અંતર્મનનું ઉત્કૃષ્ટતમ સ્વરૂપ, પરમ જ્ઞાનની પ્રાપ્તિ.
શીલ-સદાચાર વિના ધ્યાન-સમાધિ નહિ અને
ધ્યાન-સમાધિ વિના પ્રજ્ઞાની અધિગતિ નહિ.
ધ્યાન અને પ્રજ્ઞાનો અન્યોન્ય સંબંધ છે.
ધ્યાન વડે પ્રજ્ઞા તથા પ્રજ્ઞા વડે ધ્યાનનો વિકાસ થાય છે.
વાસ્તવિક બુદ્ધ મનઃશૂન્યતામાં છે અને
તેની ઉપલબ્ધિ સાપેક્ષ જગતમાં અસંભવિત છે.
શૂન્યતા એટલે ધર્મકાય, એ જ મનનો સાર અને એ જ
મહાબુદ્ધ પ્રકૃતિ આત્માને નિર્મળ કરવાનું પરમ સાધન.

'હૃદયમાં વિશ્વાસ' એ બૌદ્ધ ધર્મનું સૂત્ર છે.
'હૃદય' શબ્દથી તાત્પર્ય મનુષ્યનો મૂળભૂત બુદ્ધસ્વભાવ છે.
વૈયક્તિક, શાન્ત અને પરિચ્છિન્ન મન એ
નિરપેક્ષ, અનન્ત અને અપરિચ્છિન્ન મનથી અભિન્ન છે.
તેને બુદ્ધમન, બુદ્ધચિત્ત કે ચિત્તમાત્ર પણ કહે છે.
અસ્તિત્વદૃષ્ટિથી જે બુદ્ધસ્વભાવ,
દૃષ્ટિથી તે જ શૂન્યતા છે (નાસ્તિત્વ).
એ બૌદ્ધ સિદ્ધાંત છે કે:
શબ્દપરતા અને બૌદ્ધિકતા જેટલી અધિક,
તેટલી સત્યથી અધિક દૂરતા.
આપણા જન્મથી પહેલાંનો આપણો મૂળ ચહેરો
જોવાની સાધના એ બુદ્ધનો મૂળ ઉપદેશ છે.
એનો અર્થ આપણો સાચો સ્વભાવ.
બુદ્ધસ્વભાવ, તેને જોવાની સાધના એ બુદ્ધ ધર્મનું મૂળ છે.
તાઓ = આદિ તત્ત્વ, વિરાટ નો માર્ગ.
ધ્યાનમાર્ગની એક વિશેષતા એ છે કે તે શત્રુ પ્રત્યે
પણ પ્રેમ અને ઉદારતા દાખવી શકે છે.
ધ્યાનમાર્ગથી મનોબળનો વિકાસ, નિર્ણય લેવાની શક્તિ
અને કઠિનતમ શ્રમ ઉઠાવવાની પરિષહોપસર્ગોને
સહવાની શક્તિ પુષ્ટ થાય છે.

ધ્યાનથી જીવનમાં સાદાઈ પવિત્રતા અને
ઈમાનદારી - ન્યાય - નીતિનો આદર્શ પણ જળવાઈ રહે છે.
ધ્યાનાભ્યાસથી નિપજતા આ બધા સહજ ગુણો છે.
જાગૃત, સ્વપ્ન અને સુષુપ્તિ એ
ત્રણે બુદ્ધિની વૃત્તિઓ - અવસ્થાઓ છે.
એ ત્રણ વૃત્તિઓ - અવસ્થાઓનો અનુભવ
જેનાથી કરવામાં આવે છે, તે
સર્વ સાક્ષી અને સર્વથી પર રહેલો આત્મા જાણવો.
સમાધિમાં બુદ્ધિની વૃત્તિમાત્ર લીન થઈ જાય છે,
પણ બુદ્ધિ લીન થઈ જતી નથી, તેથી
આ સમાધિસુખનો અનુભવ બુદ્ધિથી થઈ શકે છે.
માટે બ્રહ્મસુખ અતીન્દ્રિય છતાં બુદ્ધિગ્રાહ્ય છે.
મળવિક્ષેપરહિત અને શાંતિવાળી જે બુદ્ધિ,
તેનાથી જ બ્રહ્માનુભવ થાય છે.
ધ્યાન એ બ્રહ્માનુભવનું પરંપર કારણ છે
અને સમાધિ એ સાક્ષાત કારણ છે.
બ્રહ્માનુભવ અને બ્રહ્માનંદ એક જ છે
અને તે બુદ્ધિગ્રાહ્ય છે છતાં અતીન્દ્રિય છે.
જેમ નિર્મળ જળમાં સાચું પ્રતિબિંબ દેખાય અને
તેમાં પડેલી સઘળી વસ્તુઓ સ્પષ્ટ દેખાય, તેમ

માનવને પોતાના જીવનની શાંત પળોમાં જ સાચી રીતે વિચારી શકે અને જીવનનો રાહ નક્કી કરી શકે છે.

શાસ્ત્ર = સ્વયં પ્રામાણિક હોવાથી પવિત્ર ધાર્મિક ગ્રંથ.

સત્યનો સીધો અધિગમ, સીધી અધિગતિ, નિરાવરણ - નિર્વિકલ્પ - નિરપેક્ષ સત્યને પોતાની મેળે જોવું, એ ધ્યાનની સાધનાનું લક્ષ્ય છે, તેથી તે શબ્દો અને વર્ણો ઉપર અધિક નિર્ભરતા રાખવાનો નિષેધ કરે છે, છતાં મનુષ્ય સ્વભાવની એ સ્વાભાવિક આવશ્યકતા છે. આધ્યાત્મિક અનુભવોનું એક ખૂબ મહત્વપૂર્ણ 'વાહન' પુસ્તકીય જ્ઞાન પણ છે. મનુષ્ય એ સામાન્ય પ્રાણી હોવાથી પોતાના અનુભવોને કોઈને કોઈ પ્રકારે અભિવ્યક્ત કરવા ચાહે છે અને એના આધારે સૂક્ષ્મતમ માનસિક ભૂમિકાઓમાં તેનો પ્રવેશ પણ થઈ શકે છે. આધ્યાત્મિક પ્રયત્ન અને પ્રવૃત્તિ માટે સાહિત્ય પણ અવસ્થાવિશેષે અતિ ઉપયોગી નિવડે છે.

લંકાવતાર સૂત્ર

લંકામાં આર્ય સદ્ધર્મના અવતરણને વર્ણવવાવાળા મહાયાનસૂત્ર કે સદ્ધર્મ લંકાવતાર સૂત્રમાં પરમ સત્યને શૂન્યતા, ભૂતતથતા અને ચિત્તમાત્ર પણ કહેલ છે.

પરમ સત્ય એ વિચાર અને વિકલ્પોથી અતીત છે,
અસ્તિત્વ - નાસ્તિત્વથી પર છે અને
એક - અનેકથી પણ અતીત છે.
નિર્વિકલ્પ - અભેદજ્ઞાનની તેમાં પ્રતિષ્ઠા છે.
'એ સત્ય પ્રત્યાત્મગતિ ગોચર છે' એનું તાત્પર્ય છે કે:
જ્ઞાનની અપરોક્ષ અનુભૂતિ પ્રત્યેક હૃદયમાં થવા જોઈએ.
પ્રત્યાત્મ બોધ જ્ઞાનના સાક્ષાત્કારમાં
સહાયતા પહોંચાડવા માટે લંકાવતાર સૂત્રની રચના છે.
બૌદ્ધ ધર્મનો સાર હૃદયની કરુણામાં છે.
બોધિસત્વ 'સર્વભૂતાત્મભૂત' છે.
કરુણાવાન વ્યક્તિ જ બોધિસત્ત્વ બની શકે છે.
ધ્યાનમાર્ગનો એ સંદેશ છે કે બુદ્ધને પોતાની અંદર જોવો,
તો જગતમાં સર્વત્ર બુદ્ધનો જ વિવર્ત - બુદ્ધની જ
નિર્માણકાય દેખાશે. અનેક રૂપોમાં બુદ્ધ પોતાની કરુણાથી
લોકોના કલ્યાણ અર્થે સત્યનો ઉપદેશ કરતાં દેખાશે.
લોકોની મુક્તિ માટે બુદ્ધ સર્વરૂપોમાં પ્રયાસ કરી રહ્યા છે,
અભિગૃહીત કરશે. આ વિધિ આજે પણ ઉપયુક્ત છે
અને એને ન સમજવા તે માનવમાત્રની એક મહાન
આધ્યાત્મિક આવશ્યકતાને ન સમજવા બરાબર છે.

ત્યારે જ આ જગત માયોપમ, મૃગમરીચિકા, શશશૃંગ,
વન્ધ્યાપુત્ર, બુદ્બુદ, સ્વપ્ન, ગન્ધર્વનગર કે આભાસ રૂપ
સમ મિથ્યા - અસત્ય યા માયારૂપ પ્રતિભાસિત થશે.

પ્રજ્ઞાપારમિતાનું મૂલદર્શન 'શૂન્યતા' છે.

'રૂપં શૂન્યતા, શૂન્યતા હિ રૂપમ્ ।' અર્થાત્:
'રૂપ' એ શૂન્યતા છે અને શૂન્યતા એ જ 'રૂપ' છે.
એનો જ વિસ્તાર સંપૂર્ણ પ્રજ્ઞાપારમિતા દર્શન છે.

પ્રજ્ઞાની પારમિતા યા પરિપૂર્ણતા તે છે,
કે જે વસ્તુઓમાં શૂન્યતાને દેખે છે.

'શૂન્યતા'નો અર્થ છે એકપક્ષીય ન લેવું,
રાગ-દ્વેષરહિત મધ્યસ્થ થવું, ન શૂન્ય - ન અશૂન્ય,
કિન્તુ અદ્વૈત - અદ્વય બનવું.

આ જ તથાગતના જ્ઞાનનું સાચું સ્વરૂપ છે.
પ્રજ્ઞા દ્વારા પાર પામવું, સામા કિનારે પહોંચી જવું
અથવા સત્ - અસત્ના દ્વૈતને પાર કરી જવું.

પ્રજ્ઞાનું વિશેષણ વજ્રછેદિકા છે,
જે હીરાની જેમ કાપી શકે.
હીરાની જેમ મોહ ઉપર જ્ઞાનનો
સીધો અને તીક્ષ્ણ માર થાય, તે વજ્રછેદિકા છે.

તેને 'આપ્ત' જ કેમ કહેવાય,

જે જો રાગાદિ દોષોને ન છેદી શકે ?

રૂપ અને શબ્દથી તથાગતને જાણી શકાય નહિ:

પ્રજ્ઞાપારમિતાથી જ તેઓને જાણી શકાય.

બધા કૃત સંસ્કૃત - વસ્તુઓ એક સ્વપ્ન, મરીચિકા,
છાયા, ઓસ અને વિદ્યુત સમાન ચંચળ અને અસત્ છે,
જે સત્ય પ્રજ્ઞાથી જ જાણી શકાય છે.

હૃદયસૂત્રનો મૂળ વિચાર એ છે કે
રૂપ, વેદના, સંજ્ઞા, સંસ્કાર અને વિજ્ઞાન -
બધું શૂન્યતારૂપ છે, અજાત અને અનિરુદ્ધ છે.
પ્રજ્ઞાપારમિતા દર્શનનું આ હૃદય છે.

આધ્યાત્મિક અનુભવની પ્રાપ્તિમાં
વિદ્વત્તા અને બૌદ્ધિક જ્ઞાનનું અધિક મહત્ત્વ નથી.
એ માટે તો સમાધિનો અભ્યાસ આવશ્યક છે.
સમાધિથી જ મન પર પૂરી વિજય પ્રાપ્ત થઈ શકે છે.
સમાધિથી મનના સારની, મૂળ મનની ખોજ થાય છે.
ધ્યાનની ગવેષણાનું કેન્દ્રીય બિંદુ જ તે સમાધિ છે.
તે નિર્વિશેષ, નિરપેક્ષ, નિર્વિકલ્પ અને અપરિચ્છિન્ન
મન છે અને તે અટં - પ્રત્યેક મનથી ભિન્ન છે,

જેને આપણે વ્યક્તિગત મન કહીએ છીએ અને
જેનું અધ્યયન માનસ તત્ત્વવેત્તાઓ કરે છે,
તે સાપેક્ષ અનુભવોની સાથે સંબંધ રાખે છે.
મૂળ મન નિરપેક્ષ યથાર્થસત્તા છે,
જે બધા સાપેક્ષ અનુભવોનો આધાર છે અને
એ જ એને સંભવિત બનાવે છે.
એનું અસ્તિત્વ છે, માટે જ આપણે જોઈએ છીએ,
સાંભળીએ છીએ, મનન કરીએ છીએ અને
શાંત જગતના બધા અનુભવો મેળવીએ છીએ.
આ સર્વાતીત મનની ખોજ કરવી
એ શૂરંગમ - સમાધિ - સૂત્રનો વિષય છે.
શમથ (સમતા) અને વિપશ્યના (ધ્યાન)
એ બે તેનાં સાધન છે, બન્નેમાં કરુણા મુખ્ય છે.
બુદ્ધ કરુણાના અવતાર અને મુક્તિના શિક્ષક છે.
પ્રકાશ પ્રત્યેક પ્રાણીની અંદર વિદ્યમાન છે અને
તેને પોતાની અંદર જ ખોળવા જોઈએ.
બધા ઉપદેશોનો સાર એ છે કે દરેકે પોતાના અંધકારમય
અને અસ્થાયી ઘરમાં પ્રકાશ કરવાનો છે તથા
જે અનેક ક્લેશોથી મલીન છે, તેને શુદ્ધ કરવાનો છે.

અજ્ઞાનમાં જ જ્ઞાન અને અપવિત્રમાં જ પવિત્રને શોધવાનું છે. મન શુદ્ધ થવાથી સર્વ ક્લેશથી મુક્તિ મળે છે.
ક્લેશ = કષાયરૂપ ભાવકર્મ, જ્ઞાનાવરણીયાદિરૂપ દ્રવ્યકર્મ તથા તેના વિપાકરૂપ ચતુર્ગતિનાં દુઃખ અને તેનાથી મુક્તિ.
પોતાના દોષો ઉપર જેને દૃષ્ટિ છે તથા બીજાના ગુણો ઉપર જેને દૃષ્ટિ છે, તેને ભય પામવાની જરૂર નથી.
જે ઈમાનદારીથી સચ્ચાઈના માર્ગ પર ચાલે છે, તે બીજાના દોષોને જોતો નથી. જે જુએ છે, તે ગલત માર્ગ પર છે.

સમ્યગ્દૃષ્ટિ એ લોકોત્તર દૃષ્ટિ છે,

મિથ્યાદૃષ્ટિ એ લૌકિકદૃષ્ટિ છે.

બંને દૃષ્ટિથી ઉપર બોધિનો સાર છે.

જે દયાનો સ્વાદ કરવો છે, તે દયા વધુ ચમત્કારક છે.

દુઃખ કરવું છે, માટે વધુ કર્મ બંધાવનારું છે.

પોતાની ભૂલો સુધારવાથી જ્ઞાન પ્રાપ્ત થાય છે.
પોતાની ભૂલોનું સમર્થન કરવાથી મન અસ્વસ્થ બને છે.
કુપાત્ર દાનથી બોધિ નહિ મળે, દેવાનથી અવશ્ય મળશે.
જેવું જેવું મન તેવા જ શબ્દ & vice versa.
ઈચ્છા અને ઈશ્વરનું દ્વૈત એ દર્પણ પર જામી થયેલો મેલ છે.

જ્યારે આ મેલને હું ધોઈ નાંખુ છું,

ત્યારે પ્રકાશ ચમકવા લાગે છે.

એ કારણે જ્યારે મન અને દૃશ્યાત્મક જગત બન્ને
ભૂલી જવાય છે, ત્યારે સાર (તથતા) પોતાને પ્રગટ કરે છે.

દીપક અને તેના પ્રકાશની જેમ

સમાધિ અને પ્રજ્ઞા બે શબ્દો જુદા છે, પરંતુ એક છે.
એક પ્રકાશનો સાર અને બીજી પ્રકાશની ક્રિયા છે.

બુદ્ધના ઉપદેશમાં જે કરવાનું છે,
તે પોતાના મનને જાણવાનું છે અને
બુદ્ધ મન અથવા બુદ્ધસ્વભાવનો સાક્ષાત્કાર કરવાનો છે.

બુદ્ધસ્વભાવ એટલે...

જે જતો - આવતો નથી, જે સ્થિર કે ચલ પણ નથી,
જે પ્રસ્થાન કે વિશ્રામ - કંઈ કરતો નથી.

બુદ્ધ શું છે ? એ પ્રશ્નના ઉત્તરમાં કહ્યું કે:
મન બુદ્ધ છે તથા મન ધર્મ છે.
બુદ્ધ, ધર્મ અને મન અલગ - અલગ નથી.

પાંચ પ્રકારના ચક્ષુઓને વિશુદ્ધ કરી,
પાંચ ઇંદ્રિયોને પ્રાપ્ત કરી.

તાત્પર્ય નિર્વિચાર ધ્યાન દ્વારા જ આ સંભવિત છે.

o न वह बुरे विचारों को रोकने का प्रयत्न करता है,
और न सत्य की ही उसे तलाश है...

...क्योंकि उसे पता है कि
अस्नान ही वास्तव में बुद्ध स्वभाव है,
और यह तुच्छ प्रतीयमान शरीर ही धर्मकाय है ॥
पांच प्रकार की चक्षुओं को विशुद्ध करो और
पांच इन्द्रियो को प्राप्त करो।
अतर्क्य (निर्विचार) ध्यान के द्वारा ही यह संभव है।
दर्पण में परछाई को स्वाभाविक तौर पर देखा जा सकता है, परन्तु पानी की सतह पर चन्द्रमा के प्रतिबिंब को पकडना असम्भव है ॥

પાંચ પ્રકારના ચક્ષુઓ	પાંચ પ્રકારની ઇંદ્રિયો
ભૌતિક ચર્મચક્ષુ	શ્રદ્ધા
દિવ્યચક્ષુ	વીર્ય
પ્રજ્ઞાચક્ષુ	સ્મૃતિ
ધર્મચક્ષુ	સમાધિ
બુદ્ધચક્ષુ	પ્રજ્ઞા

इहासने शुष्यतु मे शरीरं,
त्वगस्थि मांसं प्रलयं च यातु।
अप्राप्य बोधिं बहुकल्पदुर्लभां
नैवासनात् कायमतश्चलिष्यते ॥

- ललित विस्तरा (પરિશિષ્ટ-૫)

શરીર અને મનથી હું નિશ્ચલ રહીશ.

जब तुम चुप रहते हो तो वह बोलता है,
जब तुम बोलते हो तो वह मौन है ।

જે મનનો તારો નથી, તેનો નહાવાથી શો લાભ?

ભૂખ્યાંની સામે રાજસીય ભોજન ઉપસ્થિત છે, પરંતુ
તે ખાવાનો ઈન્કાર કરે છે, તો ભૂખ કેમ ભાંગે?

બિમાર એક સારા વૈદ્ય પાસે જાય છે પણ
દવા લેતો નથી, તો સાજો કેવી રીતે થાય?

ઇચ્છાઓના લોકમાં રહીને પણ ધ્યાનનો અભ્યાસ કરો.
અંતઃપ્રયત્નની સાથે શક્તિ તમારી અંદર પ્રકટ થશે.

જ્યારે અગ્નિના મધ્યમાં કમળ ખીલે છે,
ત્યારે તે કદી પણ નષ્ટ થઈ શકતું નથી.

પોતાના શબ્દોને સમાપ્ત કરો, પોતાના વિચારોને ખાલી કરો,
તો સંભવ છે કે તમે એ સારને ઓળખી શકશો.

ધ્યાનની પ્રશંસા કરવા માટે અમારી પાસે શબ્દો નથી.
દાન - શીલાદિ પારમિતાના ગુણ, બુદ્ધના નામનું આહ્વાન,
પાપનાં પ્રાયશ્ચિત, તપસ્યાનાં સાધન તથા બીજા પણ
અનેક પુણ્યકારી કૃત્ય ધ્યાનાભ્યાસમાંથી જ જન્મે છે.

જે પોતાની અંદર ધ્યાન કરે છે,

તે પોતાના સ્વ-ભાવ (તથતા)ના સત્યની સાક્ષી પૂરે છે.

પ્રેમ અને કરુણા બે સાથે ચાલે છે.

પ્રેમને શરીર કહીએ તો કરુણાને તેની ક્રિયા અથવા તો હલનચલન કહી શકાય. વાસ્તવિક પ્રેમ અંતર્દૃષ્ટિરૂપ છે. અંતરાત્મામાં પોતાનું પરમાત્મસ્વરૂપ જ્યારે દેખાય છે, ત્યારે બુદ્ધિ પ્રેમમાં રૂપાંતર પામે છે અને એ પ્રેમ જ પછી સર્વત્ર પરમાત્મસ્વરૂપને જોતો થાય છે, ત્યારે જીવોના અજ્ઞાન અને તજ્જનિત દુઃખો પ્રત્યે અનંત અને સહજ કરુણા પ્રગટે છે.

એ રીતે પ્રેમ અને કરુણાને અવિનાભાવ સંબંધ છે.

'નમો અરિહંતાણં' મંત્ર પ્રેમને વિકસિત કરે છે, તેમાં શુદ્ધ સ્વરૂપના ભાન સંગાથે આજ સુધી સેવેલ અજ્ઞાનની ગર્હા છે અને આજ પહેલાં આ ભાન જેમણે મેળવ્યું છે, તે સૌના ગુણની અનુમોદના છે. વાસ્તવિક ગુણ - ગુણાનુબંધી ગુણ તે છે કે જે વડે આત્મભાન અને તેને પામવાની સઘળી સામગ્રી મળે છે.

નવકારના પ્રથમ પદમાં પ્રેમ અને કરુણાનો સંબંધ છે.

અરિહં પદ પ્રેમને પ્રકટાવે છે અને

તેને નમસ્કાર કરવાનો ભાવ કરુણાને વિકસાવે છે.

મુમુક્ષુ આત્મા જ અરિહંતને ભાવથી નમી શકે છે.
આજ રીતે અરિહંતોને થતો ભાવનમસ્કાર
પ્રથમ અને મુમુક્ષુનો એક સાધ્ય જ સિદ્ધ કરે છે.
શુદ્ધ આત્મા ઉપાદેય છે, શેષ સર્વ હેય છે.
સ્વસ્વરૂપનું ધ્યાન જ સર્વ શાસ્ત્રોનો સારભૂત ઉપદેશ
અને એ જ રહસ્યલાભ આ શાસ્ત્રોનું પુષ્ટિલાભ છે.
આત્મધ્યાનથી એક વિલક્ષણ શાંતિસ્રોતનો અનુભવ થાય છે.

अर्हदादौ परा भक्तिः कारुण्यं सर्वजन्तुषु ।
पावने चरणे रागः पुण्यबंधनिबंधनम् ॥१॥
निन्दकत्वं प्रतीक्ष्येषु नैर्घृण्यं सर्वजन्तुषु ।
निन्दिते चरणे रागः, पापबन्धविधायकः ॥२॥

- योगसार, अ० ४, श्लो - ३७/३८ (પરિશિષ્ટ-૬)

योगसार अधिकार ५ श्लोक ४६ से ५२

सामायिके स्तवे भक्त्या वन्दनायां प्रतिक्रमे ।
प्रत्याख्याने तनूत्सर्गे वर्तमानस्य संवरः ॥१॥
यत्सर्वद्रव्यसंदर्भे रागद्वेषव्यपोहनं ।
आत्मतत्त्वनिविष्टस्य तत्सामायिकमुच्यते ॥२॥

સમ્યક્ : સમય એટલે આત્મા.
સમ + આય = ભાવશુદ્ધિથી સમસ્ત પદાર્થોને જાણે તે
અને જે આત્મામાં રહે તે સામાયિક.

આત્મતત્ત્વમાં નિવિષ્ટ સાધક અન્ય દ્રવ્યો માટેનો
રાગ-દ્વેષ ત્યાગ કરે છે, તેને 'સામાયિક' કહે છે.

o 'નમો અરિહંતાણં |' એ ૭ અક્ષરોમાં
નમો પદથી નમ્રતા અને
અરિહંત પદથી સ્વતંત્રતા અભિવ્યક્ત થાય.
નમ્રતાના ગર્ભમાં દુષ્કૃતગર્હા - સુકૃતાનુમોદના છે તથા
સ્વતંત્રતાના ગર્ભમાં પરાધીનતા - દીનતાનો સમૂલોચ્છેદ છે.
દુષ્કૃતગર્હા અને સુકૃતાનુમોદનાપૂર્વક આત્મારૂપે
અરિહંતની શરણાગતિ - આત્માનુભૂતિ રહેલા છે.
'શ્રમણ' શબ્દ શ્રમ કે શમન શબ્દ ઉપરથી બનેલ છે.
શ્રમ લેવો, તપ કરવો અથવા
વૃત્તિઓનું શમન કરવું, તે પણ તપ જ છે.
શ્રમણધર્મનું મૂળ તપમાં - ઇચ્છાશમનમાં છે, તેથી
તેને 'યોગ' પણ કહેવાય છે. યોગશ્ચિત્તવૃત્તિનિરોધઃ |
'બ્રાહ્મણ' શબ્દ બ્રહ્મ ઉપરથી બનેલો છે.
વિવેકજ્યોતિ અને બ્રહ્મ એક છે તથા
સંવર અને યોગ એ બે શબ્દો પણ એકાર્થક છે.
યમ અને નિયમ વડે
સાધકનું જીવન મંગલ અને કલ્યાણથી સમૃદ્ધ બને છે.

ઔચિત્યાલોચન અને આત્મસંપ્રેક્ષણાદિ પણ
અધ્યાત્મના જ અલગ - અલગ પ્રકાર છે.
યોગદૃષ્ટિએ નિર્વાણ તત્ત્વને અનુભવનાર
જે કોઈ હોય, તે બધાં સરખા જ છે.

સ્વની અનિવાર્યતા વિશેનો ભ્રમ

મહાપુરુષ પોતાની અનિવાર્યતા વિશેનો ભ્રમ અમુક અંશે સ્વાભાવિક મનોવૈજ્ઞાનિક અહંતાને કારણે અને અમુક અંશે પોતાની જાત અને કાર્યોને વ્યાજબી ઠરાવવાના હેતુથી સેવે છે, પરંતુ હકીકતમાં તો પ્રત્યેક વ્યક્તિ પોતાના કાર્યમાં એવી રીતે પરોવાઈ જાય છે કે જાણે પેલા અનિવાર્ય મહાપુરુષ કદી જન્મ્યા જ ન હતા. સમય પણ ઘા ને રૂઝવવાનું કામ કરે તથા સમયના વહેણ સાથે આપણે આપણા પ્રિયજનોને ભૂલતા જઈએ છીએ અને તેમની યાદ ધીરે - ધીરે ઝાંખી પડતી જાય છે.

- G. Mehta

જ્યારે મને દોષ જોવાની ઇચ્છા થાય છે,
ત્યારે હું મારાથી જ શરૂઆત કરું છું અને
પછી તેનાથી આગળ વધી શકાતું જ નહિ.

- David Greson

બ્રહ્મવિદ્યા પ્રદર્શનની નહિ પણ દર્શનની વિદ્યા છે.
જેઓ પ્રદર્શનમાં પડે છે, તેમને આત્મદર્શન થતું નથી.
આત્મદર્શનના અભિલાષી છે, તે પ્રદર્શનમાં પડતા નથી.

વ્યુત્સર્ગ એટલે ત્યાગ, કાયોત્સર્ગ એટલે ધ્યાન.
એકમાં દેહ અને કષાયોનો ત્યાગ વિહિત છે,
બીજામાં સ્થાન, મૌન અને ધ્યાન વડે
પાપકર્મોનો નાશ વિહિત છે.

દયાપ્રધાન ધર્મની નિંદા તથા હિંસાપ્રધાન ધર્મની પ્રશંસા
કરવાવાળાની સદ્ગતિ અસંભવિત છે.

આત્માદ્વૈતવાદીઓ આત્માને એક, નિત્ય, સર્વવ્યાપી,
સનાતન, અચ્યુત, અક્ષય અને અવ્યય માને છે.

ધર્મોપદેશ દેવાનો અધિકારી તે છે કે જે
મન-વચન-કાયાથી ગુપ્ત છે અહર્નિશ ગુપ્તેન્દ્રિય છે,

o

હે ભાઈ! નિંદાખોર માણસને તું હંમેશા પાસે જ રાખજે.
આંગણે ઝૂંપડી બાંધીને તારી પાસે એને વસાવજે,
કારણ કે એ પાણી અને સાબુ વિના
આપણા મનનો મેલ ધોઈ નાંખે છે. - કબીર

o જે દિવસે હું કોઈ ઉપર ગુસ્સે થાઉં છું, તે રાત્રે
મને ઊંઘ આવતી નથી. - J. Bernard Shaw

જેણે પોતાના આત્માનું દમીને રક્ષણ કર્યું છે, તે છે.
બાળ પાસે સંસાર તરવાનું સાધન જ ક્યાં છે?
नित्यं स्नातिनो ब्रह्मचारिणः स्नातकाः।
'શીલગુણોપેત' મુનિ પણ 'બુદ્ધ' શબ્દથી સંબોધાય છે.
0 વસ્ત્રનું મૂળ પ્રયોજન લજ્જાનિવારણ છે.
લજ્જાનું મૂળ પાપમય પ્રવૃત્તિ છે.
તેનાથી જે દૂર છે, તેને વસ્ત્રનું શું પ્રયોજન છે?
'एगे आया।'
આત્મા એક છે, એકરૂપ છે, એકસમાન છે.
પોતાના મૂળ સ્વરૂપમાં આત્મામાં કોઈ ભેદ નથી.
ભેદ માત્ર ઉપાધિકૃત છે.
વ્યક્તિની શુદ્ધ ભાવના પરથી સમષ્ટિની વ્યાપક ભાવના તરફ લઈ જનાર અહિંસક દૃષ્ટિ છે. ભેદમાં અભેદ તથા અનેકતાને એકમાં જોવાની દૃષ્ટિ અહિંસા વડે વિકસે છે.
જેમ આગનો પ્રતિકાર આગ નહિ પણ જળ છે,
તેમ વૈરનો પ્રતિકાર વૈર નહિ પણ પ્રેમ છે.
ચૈતન્ય - ચૈતન્ય એક છે.
જેને તું પીડા આપે છે, તે બીજો નહિ પણ તું જ છે.
અહિંસાનો વિસ્તાર સમસ્ત
પ્રાણી જગતની સાથે તાદાત્મ્ય સ્થાપિત કરે છે.

સમગ્ર ચૈતન્યની સાથે કોઈ જાતના ભેદભાવ વિના
તાદાત્મ્ય સ્થાપિત કરવું તે અહિંસાની ભાવના છે.
તુચ્છમાં તુચ્છ પ્રાણી સાથે બંધુભાવ તે અહિંસાનું તત્ત્વ છે.

જે વ્યક્તિ સર્વાત્મભૂત છે, સર્વ પ્રાણીઓને
પોતાના હૃદયમાં વસાવીને વિશ્વ સ્વરૂપ બનેલ છે,
તેને કોઈ પણ પાપ સ્પર્શી શકતું નથી.

અહિંસા એ મારવાનું નહિ પણ તારવાનું,
સંહારનું નહિ પણ ઉદ્ધારનું શાસન છે.

ભલે, જુદાઈ સદા જુદાઈ છે પણ
જુદી મહોરુ ભલો બની શકે છે.

રોગીને રોગમુક્ત કરવાને બદલે
સમૂલ નષ્ટ કરવાની પ્રવૃત્તિ જેમ અયુક્ત છે, તેમ
અપરાધીના અપરાધને નષ્ટ કરવાને બદલે
અપરાધીને નષ્ટ કરવાની પ્રવૃત્તિ પણ ત્યાજ્ય જ છે.

હિંસામાં ય અહિંસાની દિવ્ય ચેતના સુરક્ષિત રહેવી જોઈએ.

ઉત્સર્ગ = સામાન્ય સ્થિતિ, અપવાદ = વિશિષ્ટ સ્થિતિ.

પ્રાયશ્ચિત્ત 'દપ્પિઆપડિસેવણા'માં છે,
'કપ્પિઆપડિસેવણા'માં નહિ.

સાધનાના બે સ્વરૂપ છે: નિશ્ચય અને વ્યવહાર.

નિશ્ચય અંતરંગ છે અને તે
વીતરાગતા અને સમભાવ ઉપર અવલંબે છે.
વ્યવહાર બાહ્યના નિયમોપનિયમ ઉપર આધાર રાખે છે,
તે સંઘનું બંધારણ છે.
નિશ્ચય એક છે, વ્યવહાર બદલાય છે.
વ્યવહારનો આધાર દેશ-કાળ-વસ્તુ-પરિસ્થિતિ પર છે.
દેશ-કાળ આદિ પલટાય, તેમ વ્યવહાર પણ પલટાય છે.
જૈનધર્મમાં ભલે આ નિશ્ચય મુખ્ય છે.
દ્રવ્ય અને વ્યવહાર એ સાધન છે, નિશ્ચય સાધ્ય છે.
સાધનમાં પલટો થઈ શકે છે, સાધ્ય સ્થિર છે.

o આરોગ્ય = Health of body.
બોધિલાભ = knowledge of truth.
સમાધિવર = Peace of mind.
સિદ્ધિ = Abundance in affairs.

જેના સાંનિધ્યમાં સઘન શાંતિનો અનુભવ થાય,
વિચારો તથા વિકલ્પો શાંત થાય, તે આધ્યાત્મિક પુરુષ.
સાધુ ધર્મ સિદ્ધત્વની એક ઝાંખી છે. સત્તાગત અને
સર્વવ્યાપી સિદ્ધત્વનો સ્વીકાર એ સાધુ ધર્મનો પાયો છે.
જેમાંથી મૈત્રી, પ્રમોદાદિ ભાવનાઓનો બોધ પ્રકટે છે.

એ સાધુત્વની રક્ષા માટે
આચાર્ય, ઉપાધ્યાય અને અરિહંતાદિ પદો છે.
એ પદોની સાધનામાંથી સાધુ પદની રક્ષા થાય છે.
તે અકિંચનત્વ, અચૌર્ય, બ્રહ્મચર્ય, સત્ય - અહિંસાસ્વરૂપ છે.
તેના મૂળમાં આર્હન્ત્ય છે તથા ફળમાં સિદ્ધત્વ છે.
તેના સ્વરૂપમાં આદર, વિનય અને સહાયતા છે.
સહાયતા એ જ સાધુત્વ છે.
સાચી સહાયતા વિનય અને આદર માંગે છે.
એ ત્રણેનો યોગ થયે અરિહંતોની આજ્ઞા અને
સિદ્ધોનું સિદ્ધત્વ સાર્થક અને સફળતાને પામે છે.
વિશ્વમાં ક્ષાન્ત્યાદિ દશવિધ સાધુધર્મ એ જ
પરમ તત્ત્વ, પરમ પથ્ય અને પરમ સત્ય છે.
તેનું જ બહુમાન પાપક્ષય અને મંગળનો હેતુ છે.

० जे गुणे से आवट्टे । जे आवट्टे से गुणे ।
जे गुणठाणे से मूलठाणे । जे मूलठाणे से गुणठाणे ।

અર્થાત્: શબ્દાદિ પાંચ વિષયો તે ગુણ છે,
તે જ આવર્ત અર્થાત્ સંસાર છે અને જે સંસાર છે,
તે પાંચ વિષયો છે. વિષયોનું મૂળ કષાય છે, તે જ
મૂળ સ્થાન છે તથા મૂળ સ્થાન છે તે કષાયો જ છે.

- श्री आचारांग सूत्रे ।

૭/૯/૬૯

'બૃહત્ જીવનપ્રભા તથા આત્મોન્નતિ વચનામૃતો'

Imp - પ્ર. ૩૯, પૃ. ૨૦૬ : લેખક આચાર્ય કેસરસૂરિજી

મૂલ બંધ, ઉડીયાન બંધ અને જાલંધર બંધ -

(a) ગુદાના ભાગની સીવણી ઉપર ડાબા પગની એડી રાખી,
લિંગ ઉપર જમણા પગની એડી રાખી,
શ્વાસ ઉપર ખેંચવો, તે 'મૂલબંધ' કહેવાય છે.

(b) શ્વાસ લેતી વખતે પેટને અંદરના ભાગમાં ખેંચવું,
તે 'ઉડીયાન બંધ' કહેવાય છે.

(c) શ્વાસ લેતી વખતે
હડપચીના ભાગને કંઠ સાથે મેળવવી,
તે 'જાલંધર બંધ' કહેવાય છે.

પ્રાણાયામ કરતી વખતે આ ત્રણે બંધ ઉપયોગી છે.
ધ્યાન વખતે પણ
પવનને સ્થિર કરવા તેની જરૂર પડે છે.
યોગમાર્ગમાં
થોડા વખતમાં ઘણાં કર્મો ખપાવવા તથા
ચિત્તની એકાગ્રતા કેળવવા માટે
આ ત્રણે ત્રણ બંધો ઉપયોગી છે.

શ્રી મુગટરાજજી મહારાજ પાસેથી મળેલી ધ્યાનોપયોગી છ મુદ્રા અને તેનું ફળ:

(૧) ખેચરી મુદ્રા: બંધ મોઢે જીહ્વાનો અગ્ર ભાગ ઉપર તાળુએ લગાડવો અને ઓંકારનું ધ્યાન કરવું.
ફળ સ્વરૂપે: અમૃતસ્રાવ થશે, ચિત્ત શાંત થશે.
સુષુમ્ણા નાડી જાગશે અને ધ્યાન થશે.

(૨) ભૂચરી મુદ્રા: ત્રિકુટીમાં લક્ષ આપી ૐકારનો જાપ કરવો.
ફળ: આથી નાદ ઉત્પન્ન થશે અને જ્યોતિનો પ્રકાશ થશે.

(૩) ચાચરી મુદ્રા: નાકની દાંડી ઉપર જ લક્ષ આપીને ઓંકારનો સતત જાપ કરવો.
આથી તેજનો પ્રકાશ થાય અને પંચતત્ત્વોના રંગો દેખાશે.

(૪) અગોચરી મુદ્રા: કાનમાં લક્ષ આપી ૐકાર જાપ કરવો.
આથી લક્ષ બાજે જશે નહિ તથા શબ્દ પણ સંભળાશે.

(૫) ઉન્મની મુદ્રા: બ્રહ્મરન્ધ્રમાં ૧૨ આંગુલ ઉંચે લક્ષ સાધે બહારના ભાગમાં ૐકારનો જાપ કરવો, આથી મનોવૃત્તિ સ્થિર થશે, સંકલ્પ-વિકલ્પનો નાશ થશે.

(૬) શાંભવી મુદ્રા: ખુલ્લા ચક્ષુની અંદર કીકીમાં લક્ષ વૃત્તિ સ્થાપવી. આથી ચક્ષુ સ્થિર થશે, મીંચાશે નહિ. ચક્ષુઓનું તેજ વધશે, તેથી પવન સ્થિર થાય અને એકાગ્રતા ટકી રહે.

'ઈશ્વરે જે આપ્યું છે, તે આવશ્યક છે'

અધિક માની સંતોષ જાગે તે શ્રીમંત છે અને

મળેલાને ઓછું માનીને અસંતોષ કરે, તે કંગાળ છે.

દુનિયા કેવળ કાયદા - કાનૂનથી નહિ પણ

મહાપુરુષની કરુણા ઉપર ચાલતી રહેલ છે.

મહાપુરુષ કાંઈને કાંઈ શોધો કરી સમાજને આપતો જાય,

તેના આધારે દુનિયા ચાલે છે.

o શંખિન્દુત્થસ્વનાહતો નાદઃ ।

શંખિની નાડી ડાબા કાનની જડ પાસેથી પસાર થાય છે. તેના ઉપર ધ્યાન આપી ઓંકારનો જાપ કરવાથી નાદ ઉત્પન્ન થાય છે. નાડી - પવનના સંયોગ માટે આ મુદ્રા અતિ ઉપયોગી છે. - મંત્રરાજ રહસ્ય

o

Breadth = પહોળાઈ = પ્રમોદ - મૈત્રી.

Length - Depth = ઊંડાઈ = કારુણ્ય.

Height = ઊંચાઈ = પ્રમોદ - ગુણાનુરાગ.

દ્રવ્ય પ્રત્યે મૈત્રી, ગુણ પ્રત્યે પ્રમોદ, પરહિ અરતિ કે પાપ પ્રત્યે માધ્યસ્થ્ય અને દુઃખ પ્રત્યે કારુણ્ય રાખવું.

o External = કાયિક આનંદ - સ્વરૂપાસ્તિત્વ.

Infinite = ક્ષાયિક આનંદ - સાદૃશ્યાસ્તિત્વ.

o 'મને અભિમાન નથી' એવો ભાસ થવો તે ૮ પ્રકારના અભિમાન કરતાં પણ વધુ મોટું અભિમાન છે. - વિનોબાજી

o આ જગતમાં જે કાંઈ છે, તે પૂજવા લાયક છે.
પૂજવા લાયક દૃષ્ટિ નહિ પણ સમદૃષ્ટિ છે.
જે પૂજાવા ઈચ્છે છે, તેને પ્રકૃતિ નીચે પટકે છે.
જે પૂજવા માંગે છે, તેને પ્રકૃતિ પૂજ્ય બનાવે છે.

He who worships is fit for worship.
He who wants worship is never worshiped & is unfit for worship.

o ક્રિયામાંથી ક્રિયા અને ક્રોધમાંથી ક્રોધ જન્મે છે.
સમતામાંથી સમતા અને મમતામાંથી મમતા જન્મે છે.
જેણે જે ગુણ કેળવવો હોય,
તેણે તે ગુણને આદર આપતાં શીખવું જોઈએ.

ધ્યાનના અંગો વડે ગુણની સિદ્ધિ

ષટ્કર્મ વડે શોધન, આસન વડે દૃઢતા, મુદ્રા વડે સ્થિરતા, પ્રત્યાહાર વડે ધીરતા, પ્રાણાયામ વડે લઘુતા, ધ્યાન વડે પ્રત્યક્ષ અને સમાધિ વડે નિર્લેપતા સિદ્ધ થાય છે.

o જીવમૈત્રી તથા જિનભક્તિ ઉપરાંત
સર્વવિરતિ, કર્મમુક્તિ પરસ્પર સંબંધિત છે.

નામસ્મરણથી પાપનાશ - વિભાવનાશ થાય છે તથા
તેનાથી મંગલલાભ, સ્વભાવલાભ તથા
આત્મભાવનો લાભ - જ્ઞાનદર્શનોપયોગ થાય છે.
વિભાવ અર્થાત્ અનાત્મભાવ, રાગ-દ્વેષની વૃત્તિ.
નવકાર મંત્રની ચૂલિકાના ચાર પદોનો સંગ્રહ
નીચેના બે મંત્રોમાં થઈ જાય છે:
'ૐ નમઃ સવ્વપાવપ્પણાસણો ।' 'ૐ નમઃ સિદ્ધં ।'
'ૐ'કારમાં રહેલા પંચ પરમેષ્ઠિના નમસ્કારથી
સર્વ વિભાવદશાનો નાશ અને સ્વભાવદશાનો લાભ
થાય છે, કારણ કે જેમને નમસ્કાર કરવામાં આવ્યો છે,
તેઓ વિભાવદશાથી મુક્ત તથા સ્વભાવદશાથી યુક્ત છે.
સ્વભાવદશા અને તેના સાધનરૂપ
જગન્મૈત્રી, જિનભક્તિ, સર્વવિરતિ અને પરમમુક્તિ છે.
તિર્યક્ સામાન્યનો વિચાર જગન્મૈત્રી લાવે છે.
ઊર્ધ્વતા સામાન્યનો વિચાર જિનભક્તિ વિકસાવે છે,
ચિન્મયતાનો વિચાર સર્વવિરતિને અને
આનંદમયતાનો વિચાર પરમમુક્તિને ઊંચી લાવે છે.
તિર્યક્ સામાન્ય વડે (સામીપ્ય)-સારૂપ્ય મુક્તિ પ્રાપ્ત થાય,
ઊર્ધ્વતા સામાન્ય વડે સાયુજ્ય મુક્તિનો અનુભવ થાય છે.

ચિન્મયતાના વિચાર વડે સાલોક્ય મુક્તિનો લાભ અને
આનંદમયતાના વિચાર વડે સાધર્મ્ય મુક્તિનો લાભ થાય છે.
સામીપ્ય = સામે આવવું, સાયુજ્ય = અંદર પ્રવેશ કરવો,
સાલોક્ય = મધુરાલાપ સાંભળવો અને
સાધર્મ્ય = અંગાંગ ભળ થવું તે છે.
પાપ એટલે રાગ-દ્વેષયુક્ત કર્મચૈતન્ય અને
મંગળ એટલે જ્ઞાતા - દૃષ્ટારૂપ જ્ઞાનચૈતન્ય.
પાંચને કરેલા નમસ્કારથી
કર્મચૈતન્યનો વિલય થઈ જ્ઞાનચૈતન્ય પ્રગટ થાય છે.
જ્ઞાન એ આત્મસ્વભાવ છે, તેથી સિદ્ધ છે. કર્મ એ
રાગ-દ્વેષરૂપ વિભાવ છે, તેથી અસિદ્ધ છે, વિનશ્વર છે.
અવિનશ્વર જ્ઞાન - ચૈતન્યરૂપ સિદ્ધ સ્વભાવને પ્રગટ
કરાવનાર હોવાથી નવકાર મંત્ર સિદ્ધ અને શાશ્વત છે.
શાશ્વત તરફ દૃષ્ટિ જવાથી અશાશ્વત પ્રત્યેનો
મોહ ચાલ્યો જાય છે. મૈત્રી જીવદ્રવ્ય સાથે,
પ્રમોદ જીવગુણ ઉપર, કરુણા અને માધ્યસ્થ્ય
જીવના દુઃખ અને પાપરૂપી પર્યાય પર ધારણા કરવાથી
દ્રવ્ય - ગુણ - પર્યાયની સાથે ઓળખાણ થઈ જાય.
અનુત્તરના દેવો સાગરોપમ સુધી
દ્રવ્ય - ગુણ - પર્યાયનું ચિન્તન કરે છે, એનો એક અર્થ

મૈત્રી, પ્રમોદ, કારુણ્યાદિ ભાવોમાં રમણ કરે છે,
એમ કહી શકાય. વસ્તુના ઉત્પાદ અને વ્યયનો વિચાર
હર્ષ - શોકાદિ ભાવોનું નિવારણ કરે છે અને
વસ્તુના ધ્રૌવ્યનો વિચાર માધ્યસ્થ્ય ભાવને પુષ્ટ કરે છે.
અહં અક્ષર જે કદી ક્ષરતો નથી, નાશ પામતો નથી,
ધ્રુવ - શાશ્વત એવો આત્મા છે.
ત્રીજું ધ્યાન 'અરહં' પદની પ્રાપ્તિ કરાવે છે.

<u>સત્ય અને ઋત વચ્ચેનો ભેદ</u>

ઋતં ત્વાં સત્યેન પરિષિંચામિ ।
સત્યં ત્વાં ઋતેન પરિષિંચામિ ।

ઋત = આપણા અંતઃકરણની અહંકારરહિત સ્થિતિ.
અહીં અહંકારનો અર્થ અહંપદ, અસ્મિતા,
'હું આ કરું છું, તે કરું છું' એવી અહંપૂર્ણ અવસ્થા.
જે મનુષ્ય પરિપૂર્ણ રીતે ઈશ્વરવાદી હોય છે,
તેને જ ઋતનું ભાન હોય છે.
'હું કાંઈ જ નથી અને જે કાંઈ છે, તે પરમાત્મા જ છે,
એના જ તાણામાં હું અને આ બધું છે'
એવી માન્યતા એ કેવળ વાણીવિલાસ નથી,
પરંતુ ખરેખર અનુભવની હકીકત છે.

શ્રુત એ ખરું જ વિરલ પ્રકારની હૃદય સંપત્તિ છે.
નિરહંકારતા એ શાસ્ત્રનું જ પરમ વિશિષ્ટ ફળ છે.
અનેક જન્મોની તપશ્ચર્યાના બળથી હૃદય જ્યારે
ઈશ્વરના સંકેતો ઝીલવા તૈયાર થયું હોય છે, ત્યારે જ
નિરહંકારી સંતપુરુષ જન્મે છે અને ત્યારે જ શ્રુતરૂપી
અમૂલ્ય રત્ન તેના હૃદયરૂપી ખાણમાંથી મળી આવે છે.
શ્રુત માટેની તૈયારી એટલે પ્રપંચમાં ન પડવું,
દયા, અનુકંપા, ઉપેક્ષા આદિ સત્ત્વસંપત્તિને ન વિસરવા
તથા ક્ષમા, ઔદાર્ય ઈત્યાદિ આપણા હૃદયને
વિશુદ્ધ રાખનારી વૃત્તિઓનો પ્રવાહ ન અટકાવવો.
આટલી જાગૃતિ ધરાવવી તે શ્રુત માટેની તૈયારી છે.
શ્રુત એ તપનો અને પરિશ્રમનો માર્ગ છે.
એ માટે હૃદયને ખૂબ તાલીમ આપવી પડે છે.
આપણે તો મગજની તાલીમને 'તાલીમ' માનીને માત્ર
બુદ્ધિશાળી વચનભંગી માનવીઓને મહાન માનવા લાગીએ
છીએ, તે એક પ્રકારનો બુદ્ધિભ્રંશ નહિ તો બીજું શું છે?
મનુષ્યો જો શ્રુતના અનુભવ વગર પણ
સત્યનો આગ્રહ સેવે તો ભિન્ન પ્રમાણમાં
થોડી શક્તિ જરૂર પેદા થાય, પરન્તુ આમ મહાસભામાં
તેનો ખાસ પ્રભાવ પડતો નથી કે પડી શકતો નથી,

તેથી સામાન્ય મનુષ્યોના સત્યાગ્રહો અને સંતપુરુષોના સત્યાગ્રહો વચ્ચેનો ભેદ તુરંત જ વરતાઈ આવે છે. સામાન્ય મનુષ્યોનું સત્ય અત્યંત પરિમિત અને અહંકારમિશ્રિત હોય છે, તે કારણથી ઘણાં પ્રમાણમાં એ સત્યની અસર જનતા ઉપર એટલી થતી નથી. અહીં જો દૈવયોગથી ઋત ભળે તો શક્તિનો અસાધારણ પ્રવાહ પેદા થાય અને મનુષ્યોના હૃદય ભેદાય છે.

ઋત એ ગતિમાન છે. ગતિ નિયમને અનુસરે છે. એ નિયમો અચલ છે. દા.ત. સૂર્ય, ચંદ્ર, નક્ષત્રોની ગતિ.

માટે એના પરિપાલનને 'ઋત' કહે છે.

સત્ય સ્થિર છે, શાંત છે, શાશ્વત છે.

બંને એક જ સનાતન તત્ત્વનાં બે પાસાં છે.

ઋતનો પાયો સત્ય છે, સત્યની અભિવ્યક્તિ ઋતથી છે. સત્ય-ઋત એ શુદ્ધ દ્રવ્ય-પર્યાય જેવા સમજાય છે. સિદ્ધ ભગવંતોને સત્ય કહીએ તો અરિહંત કે આચાર્યાદિ ત્રણેને, યાવત્ સમ્યગ્દૃષ્ટિ સુધીના જીવોને ઋત પણ કહી શકાય. વળી જીવમાત્રના ૮ રુચક પ્રદેશો શુદ્ધ હોઈને તે અપેક્ષાએ તેને 'સત્ય' અને બાકી કર્મબદ્ધ પ્રદેશો કે તૈજસ તથા કાર્મણ દેહને પણ ઋત કહી શકાય.

ભગવાનને ઓળખવા શું કરવું?

ભગવાનના વચનો અને ઉપદેશોને સમજવા માટે તો
ભગવાનનું ચિત્ત તથા હૃદય સમજવા પ્રયત્ન કરવો જોઈએ.
ભગવાનનું ચિત્ત ભગવાનના નામ વડે
અને ભગવાનનું હૃદય
ભગવાનની મૂર્તિ વડે સ્પષ્ટ થઈ શકે છે.

નવકાર જાપના ફળ રૂપે ભગવાન મળે

નવકાર પાપનો પ્રણાશક છે.
પાપ એટલે પરપીડા - તેનો પરિહાર કરે છે.
પરપીડાના પરિહારનો પરિણામ એ નવકારનું પ્રથમ ફળ છે.
મંગલ એટલે ધર્મ - આત્મસ્વભાવ, તેનો લાભ થવો
એ નવકારનું દ્વિતીય ફળ છે.
આત્મસ્વભાવ બે પ્રકારનો છે: કાલગત અને ક્ષેત્રગત.
બંનેનો હિતનો પરિણામ
આત્મામાં ઉત્પન્ન થવો તે પ્રધાન મંગલ છે.
સર્વ મંગલોનું તે ઉત્પત્તિ સ્થાન હોવાથી પ્રથમ મંગલ છે.
ધ્યાનરૂપી દીપક વડે પ્રણયરૂપી પ્રકાશ પ્રાપ્ત થાય છે.
પ્રણયની કસોટી કરુણામાં રહેલી છે.
પ્રણય એ શરીર છે, તો કરુણા શરીરની હીલચાલ છે.

o શબ્દબ્રહ્મ સવિકલ્પ છે, પરબ્રહ્મ નિર્વિકલ્પ છે.
શુભ વિકલ્પોમાં નિષ્ણાત થયેલો જ નિર્વિકલ્પનો
અધિકારી છે. વૈખરી અને મધ્યમા શુભ વિકલ્પરૂપ છે.
તેમાં નિષ્ણાત થયેલો પશ્યંતી અને
પરા કે જે નિર્વિકલ્પરૂપ છે, તેને પામનારો થાય છે.
સદાચારમાં નિષ્ણાત થયેલો જ સદ્વિચારને પામી શકે છે
અને તે પછી જ નિર્વિચારનો અધિકારી બને છે.

આત્મધ્યાન ચાર પ્રકારે થાય છે:

નામ, આકૃતિ, દ્રવ્ય અને ભાવથી અથવા
સારૂપ્ય, સાયુજ્ય, સાલોક્ય અને સાધર્મ્યથી.
તેમાં સારૂપ્ય - સદૃશરૂપથી આત્મધ્યાનમાં
સર્વ જીવરાશિ અંતર્ગત આત્મધ્યાન થાય છે.
સાયુજ્ય વડે અંતરાત્માનું, સાલોક્ય વડે ચિન્મયતાનું
અને સાધર્મ્ય વડે આનંદમયતાનું ધ્યાન થાય છે.
સારૂપ્ય વડે આત્મા સામે આવે છે, એમ લાગે છે.
સાયુજ્ય વડે જાણે અંદર પ્રવેશ કરતો અનુભવાય છે,
સાલોક્ય વડે મધુરાલાપ કરતો હોય તેમ અનુભવાય છે,
સાધર્મ્ય વડે અંગાંગીપણાને પામેલો છે, એમ પ્રતીત થાય,
નામ ગ્રહણ વડે સામે આવે છે.

આકૃતિના ચિંતન વડે અંદર પ્રવેશ પામતો અનુભવાય છે.
દ્રવ્ય તરફ નજર દેવાથી ચિન્મયતાનો અનુભવ થાય તથા
ભાવનિક્ષેપના ધ્યાન વડે આનંદમયતાનો અનુભવ થાય છે.
વેદાંત કહે છે કે: આત્માનું સ્વરૂપ સચ્ચિદાનંદમય છે.
સત્‌ના બે રૂપ: સર્વદેશવ્યાપિતા અને સકલકાલવ્યાપિતા.

સમગ્ર દેશવ્યાપી 'સત્'ના ધ્યાન વડે
જીવરાશિની સાથે સંબંધ થાય છે,
સકલ કાલવ્યાપિતાના ધ્યાન વડે પોતાના સ્વતંત્ર
અસ્તિત્વ યાને ત્રિકાલિક આત્મદ્રવ્યનો સંબંધ થાય છે.

દ્રવ્ય-દલના ધ્યાન વડે
ચૈતન્યસ્વરૂપ ચિન્મયતાનો માનસિક સંબંધ થાય છે અને
ભાવ વર્તમાન અવસ્થાના ધ્યાન વડે
આનંદસ્વરૂપનો તાદાત્મ્ય સંબંધ થાય છે.

सच्चिदानन्दविभवात् सकलात् परमेश्वरात् ।
आसीच्छक्तिस्ततो नादः नादाद् बिन्दुसमुद्भवः ॥

બન્ને પ્રકારના સત્ તથા ચિત્
અને આનંદરૂપી વૈભવવાળા
સકલ પરમેશ્વરના ધ્યાનથી શક્તિનો, શક્તિથી નાદનો
અને નાદથી બિન્દુનો આવિર્ભાવ થાય છે તથા

नाद - बिन्दु - कलाऽभ्यासात् द्योतिरुत्पद्यते पुनः ।
तत्प्राप्तौ च मनुष्याणां जायेत परमं पदम् ॥

સત્ - ચિત્ - આનંદરૂપી કેવળયુક્ત સકળ પરમેશ્વરના ધ્યાનથી ઉત્પન્ન થયેલ શક્તિ, નાદ, બિંદુ તથા કળાનો અભ્યાસ વધવાથી એક પ્રકારની જ્યોતિ ઉત્પન્ન થાય છે.
એ જ્યોતિની જ્યારે ઉત્પત્તિ થાય છે,
ત્યારે મનુષ્યો પરમાનંદરૂપી પરમ પદને પામે છે.
એ વસ્તુના સમર્થન માટે જ અહીં ન રહેવ, તે રીતે
<u>નીચેનો શ્લોક કહે છે કે</u>:

मननमयी निजविभवे निजसंकोचमये त्राणमयी ।
कवलितं विश्वविकल्पः अनुभूतिः काऽपि मन्त्रार्थः ॥

મંત્ર શબ્દનો અર્થ એક એવી અનુભૂતિ છે કે
જેમાં જગત બધા વિકલ્પો શમી જાય છે
એની માત્ર પોતાના સચ્ચિદાનંદ કેવળનું જ
મનન ઉપરાંત જ્ઞાન થાય છે
અને એથી સંકુચિત એવા
પોતાના સ્વરૂપનો ભેદ સદાને માટે નાશ પામે છે.
'નમો અરિહંતાણં ।' મંત્રમાં
મધ્યવર્તિ 'અરિહં' પદનું માહાત્મ્ય આથી સમજાય છે.

આદિ 'નમો' પદ અને અંતિમ 'તાણં' પદ
અનુક્રમે હેતુ અને ફળ જણાવે છે.
'અરિહં પદને નમન' એટલે તદ્રૂપ પરિણમન,
અર્પણ, શરણ અને આત્મરક્ષણ, તે ત્રાણરૂપ છે.
ત્રાણ એટલે શરણ, અનર્થ પ્રતિઘાત અને ભયાર્ત રક્ષણ
તથા અર્થપ્રાપ્તિ રૂપ ગતિ અને પ્રતિષ્ઠાન.
અરિહં = આત્મા કે જે આશ્વાસક દ્વીપ, પ્રકાશક દીપ છે.
તેનો નમસ્કાર, તેનું બહુમાન, સ્તુતિ, પ્રશંસા, નમ્રતા,
કૃતજ્ઞતા આદિ અનર્થ પ્રતિઘાત કરે છે અર્થાત્
સમસ્ત પાપવૃત્તિ અને પાપ પ્રવૃત્તિનો ઘાત કરે છે તથા
અર્થપ્રાપ્તિ અર્થાત્ સર્વ મંગલ - કલ્યાણ ઉપરાંત
સુખ - સમૃદ્ધિ, સંપત્તિ, આબાદી આદિને સમર્પે છે.
કહ્યું છે કે : 'દીવો તાણં સરણં ગઈ પઈટ્ઠા |'
અરિહંતો વિશ્વમાં દ્વીપરૂપ અથવા દીપક સમાન છે,
ત્રાણ યાને શરણરૂપ અને ગતિ - પ્રતિષ્ઠાનરૂપ છે.
આત્મતત્ત્વ સકલ સૃષ્ટિ - કાલવ્યાપી છે અને તેથી
સચ્ચિદાનંદરૂપી વૈભવથી યુક્ત છે.
તેમનું તે સ્વરૂપે ઘણું ધ્યાન ક્રમિક દ્વારા
અનંત ઋદ્ધિ, સિદ્ધિ અને સમૃદ્ધિને આપે છે.
એ ધ્યાન કરવાનો સરળ ઉપાય તેમનો નમસ્કાર છે.

નમસ્કારમાં એકાગ્રતાથી કાયા તથા વચનનો સંક્ષેપ થાય,
બાહ્ય ભાવે મન અને લક્ષનું નિજાત્મામાં સ્થાપન થાય.

તે માટે કહ્યું છે કે:

मणस्स गुणपरिणामो वाया गुणभासणं च पंचण्ह |
कायेण संपणामो एस पयत्थो नमुक्कारो ||१|| અર્થાત્:

મનથી સચ્ચિદાનંદરૂપી ગુણોમાં પરિણમન,
વચનથી તે ગુણોનું કથન અને કાયાથી સમ્યક્રૂપથી
પ્રકૃષ્ટ બહુમાનરૂપે મસ્તક આદિ અવયવોનું સંકોચન
તે નમસ્કાર પદનો શુદ્ધ અર્થ છે.

સકલ પરમેશ્વરનું શબ્દો દ્વારા કથન થઈ શકે છે.
નિષ્કલ પરમેશ્વર કેવળ સ્વસંવેદન ગ્રાહ્ય છે.
શબ્દ, વચન, તર્ક અને વિચારથી પર એવું
પોતાના આત્માનું જ શુદ્ધ સ્વરૂપ છે.

o શૂન્ય એટલે તરંગોથી શૂન્ય, વિકલ્પથી શૂન્ય,
निस्तरंगमहोदधिकल्पः | अथवा
निर्विकल्पचिन्मात्रसमाधिः |

બૌદ્ધોની શૂન્યતા તરંગશૂન્ય, વિકલ્પ શૂન્યતાના અર્થમાં છે.
તે અર્થે વાસ્તવિક 'તથાગતતા' પ્રકટ થાય છે,
જે વચન - વિચારથી પર કેવળ સ્વસંવેદન ગ્રાહ્ય છે.

સ્વસંવેદનને જુદેજું બિના અથવા હ્રદય કરેલ છે. તેને
અભિગતિ તથા તથાગત શબ્દથી પણ સંબોધાય છે.
'નમો' એ શૂન્યમાંથી પૂર્ણ તરફ જવાની પ્રક્રિયા છે.
પૂર્ણમાં જવું હોય તો બાહ્ય વસ્તુઓથી શૂન્ય અર્થાત
બાહ્ય પદાર્થો પ્રત્યેના રાગ-મમતાથી મુક્ત થવું જોઈએ.
પછી આત્મતત્ત્વના ધ્યાન વડે 'સ્વ' બનવું જોઈએ.
એ સમર્પણનો ભાવ પૂર્ણપણામાં લઈ જાય છે.
તેને જ 'ત્રાણ' શબ્દથી સંબોધવામાં આવેલ છે.

Namo is for the sake of praise, gratitude, appreciation. By appreciation and acceptance, we are opening gates within us. I praise and give thanks for my growing ability to accept and be the god in action. What is the God Spirit? It is the Spirit of peace, love, wholeness, joy, generosity, good life, love and peace. The birth of God is birth of consciousness of God now & here.

નમસ્કારમાં પ્રેમ છે, ઔદાર્ય છે, લાગણી છે.

માધુર્ય, ઓજ અને પ્રસાદ છે.

ઈર્ષા, અસૂયા, ક્રોધ, ધિક્કારાદિની લાગણીઓ

અજ્ઞાનાંધકારમાંથી જન્મે છે.

અંધકારનો નાશ પ્રકાશ વડે થાય છે.

પ્રેમ એ પ્રકાશ છે, તેના પ્રકાશમાંથી અજ્ઞાનજન્ય
સ્વાર્થવૃત્તિઓ અને સંકુચિતવૃત્તિઓ નાશ પામે છે.

પ્રેમ નિઃસ્વાર્થ - નિષ્કામ હોવો જોઈએ.

તે સત્ય અને યથાર્થ હોવો જોઈએ.

<u>નવલખા તથા નવખંડા પાર્શ્વનાથ ભગવાન</u>

પાલીમાં પાર્શ્વનાથ ભગવાનના ઘણા ઉત્તમ બિંબો છે.
નવલખા પાર્શ્વનાથના નામથી જ નવ લાખના ખર્ચનો
વિચાર ઉત્પન્ન થાય છે. તેમાંથી તેવો પણ અર્થ
સ્ફુર્યો છે કે તેથી કઈ જાતના 'વલખાન' મારવા પડે.
ત્રીજો અર્થ 'નવલ ખા' એટલે કે નિત્ય નવું નવું ખા.

'નિત્ય નવું નવું ખા' અર્થાત્

અંત - પ્રાંત, તુચ્છ - રુક્ષ ભિક્ષા કર.

નવલખા - નવખંડામાં અક્ષર સામ્ય પણ ઘણું જણાય છે.
નવલખા શબ્દમાંથી એક અર્થ એવો ય નીકળે છે કે
તું નવીન લક્ષ્યવાળો બન.

સંસારના લક્ષ્યથી છૂટી મુક્તિના લક્ષ્યવાળો થા.
સ્વાર્થલક્ષી મટીને પરમાર્થલક્ષી બન.

એ ખૂબ એક આશ્ચર્યકારક ઘટના છે કે પાલી અને
પાલીતાણા વચ્ચે જેટલું અંતર છે, તેટલા જ અંતરે
શ્રી નવલખા અને શ્રી નવખંડા પાર્શ્વનાથ બિરાજમાન છે.

શરીરનું કેટલું વજન જોઈએ ?

શરીરની ઉંચાઈ જેટલા ઇંચ હોય, એને બે વડે ગુણી
એટલા રતલ કે એનાથી ૨૦% વધારે કે ઓછું વજન હોય,
તો એ તંદુરસ્ત માનવીનું વજન ગણાય.
દા.ત. એક માણસની ઉંચાઈ પાંચ ફીટ (૬૦ ઇંચ) હોય,
તો એનું વજન ૧૨૦ રતલ હોવું જોઈએ.
છતાં ૨૦% ટકા વધુ ઓછું એટલે કે
૧૪૪ રતલ થી ૯૬ રતલ હોય ત્યાં સુધી હરકત નહિ.
સામાન્ય રીતે નીરોગી માણસનું આટલું વજન જોઈએ.
વજનની ચિન્તા કરવાને બદલે શરીર
નિરોગી છે કે નહિ તેના પર ધ્યાન આપવું જોઈએ.
જેમના સ્વભાવ આવેશપ્રધાન અને ઈમોશનલ હોય,
વાતવાતમાં ગુસ્સો આવતો હોય, ખોટું લાગતું હોય,
અતડા રહેવાનું ગમતું હોય,
એમના ઉપર યોગાસનોની સારી અસર થાય.

તેનો સ્વભાવ આવેશપ્રધાન મટી વિશ્વાસાત્મક થાય છે,
ઈમોશનલ મટી assertive થાય છે.
Extrovert મટી introvert થાય છે અને
બહિર્મુખ મટી અંતર્મુખ બને છે.
આત્મસૂચન - autosuggestion જરૂરી છે.
50 વર્ષ પછી માત્ર ધ્યાનના જ આસનો કરવા જોઈએ.
નાની વયના બાળકો માટે પણ તેની જરૂર નથી.
બાળ - વૃદ્ધવયમાં આસનો કરવાથી
કરોડરજ્જુના મણકા ખસવાનો ભય રહે છે.
આસનોથી શરીર સ્થિતિસ્થાપક બને છે.
મુખ ઉપર પ્રસન્નતા, મગજમાં સ્વસ્થતા,
ચક્ષુમાં નિર્મળતા, શરીરમાં નિરોગતા,
કામવૃત્તિ ઉપર કાબુ અને નાડીઓની
અસ્થિ જ્ઞાનતંતુઓ અને નસોની શુદ્ધિ થાય છે.
o મનુષ્ય ભવનું આયુષ્ય બાંધતી વખતે
સ્વભાવથી કષાયની મંદતા, દાનરૂચિ અને
મધ્યમ ગુણોની પ્રાપ્તિ હોય છે,
તે બધાં ગુણો દૈવી સંપદારૂપ હોવાથી તેને
Word of God કે ઈશ્વરની આજ્ઞારૂપ કહી શકાય.

સ્મરણો કુંડલિનીને જાગ્રત કરે છે.
કુંડલિની જાગ્રત થવાથી ચિત્તશુદ્ધિ થાય છે.
ચિત્તશુદ્ધિ થવાથી જીવ તથા બ્રહ્મનો
અભેદાનુભવ હૃદયમાં થાય છે.
જેમાં સુખપૂર્વક ચિંતન થાય એટલે કે
કાર્યાકાર્યની ચિંતાથી રહિત, નિરન્તર બ્રહ્મનું ચિંતન થાય,
તે બ્રહ્મના નિશ્ચયને તાત્ત્વિક સ્મરણ જાણવું.
બ્રહ્મ કે જે જગતનું અધિષ્ઠાન અને અવેદ્ય છે,
જેમાં સિદ્ધો સારી રીતે પ્રવેશ પામેલા છે,
તે બ્રહ્મને જ તત્ત્વજ્ઞપુરુષો 'સિદ્ધાસન' કહે છે.
'અધિષ્ઠાન' એટલે સર્વ ભૂતોથી પ્રધાન સિદ્ધ.
પ્રાણાયામ વડે પાપ સંસ્કારો એટલે મનના રાગાદિ દોષો
અને ઇંદ્રિયોના વિષયાસક્તિ રૂપ દોષોની નિવૃત્તિ થઈ
જ્ઞાનનો પ્રકાશ થાય છે. પ્રાણાયામની સિદ્ધિથી જ્ઞાનને
આવરણ કરનારા અજ્ઞાનનો ક્ષય થાય છે.
વૈદિક પ્રાણાયામ = પૂરક, કુંભક, રેચક - એ ક્રમ.
તાંત્રિક પ્રાણાયામ = રેચક, પૂરક, કુંભક - એ ક્રમ.
વાયુ અને ચિત્તને સ્થિર કરવાથી
પુરુષ દીર્ઘજીવી થાય છે અને ઈશભાવને પામે છે.

<u>વિરતિ - અવિરતિ - સર્વવિરતિના ફળ :- 23/9/69</u>

અવિરતિ સમ્યગ્દૃષ્ટિ જીવ બહારથી સુખી હોય,
તો પણ અંદરથી દુઃખી હોય છે, કેમકે
અવિરતિના ફળ રૂપે નરકાદિનો તેને ખ્યાલ હોય છે.
સર્વવિરતિધર સાધુને બહારથી લોચાદિનાં કષ્ટ હોવા છતાં
અંદરથી સુખી હોય છે, કેમકે તેને
વિરતિના આગામી સુંદર ફળોનો ખ્યાલ હોય છે.

o ઈશાવાસ્યમિદં સર્વં યત્કિંચિત્ જગત્યાં જગત્ ।
<u>અર્થાત્</u>: જગતની બધી વસ્તુઓ ઈશથી આવાસ્ય છે,
સર્વમાં પ્રચ્છન્નપણે ઈશ્વર રહેલો છે, તેની
ઉપાસના વિદ્યા વડે કરીને અવિદ્યાને તરી જવું જોઈએ.
વિદ્યા અમૃત છે તે અવિદ્યારૂપી મૃત્યુને પાર પમાડનારી છે.
એ વિદ્યાની ઉપાસનાનું સાધન નશ્વર શરીર વગેરે છે,
સર્વ જીવોમાં તું અને તારામાં સર્વ જીવો રહેલા છે,
તેથી તે સાધનની રક્ષા કરીને સો વર્ષ જીવવાનો પ્રયત્ન
કરવો જોઈએ, કેમકે આ માનવદેહ અને તેને મળેલા
સાધનો વડે જ વિદ્યાની ઉપાસના શક્ય છે, તેથી
અવિદ્યાની પણ ઉપાસના કરવી જોઈએ.
એકની સાધનરૂપે તથા બીજાની સાધ્યરૂપે કરવી જોઈએ.

- <u>જેઠાલાલ જેમચંદ</u>

શ્રેષ્ઠ પૂજા

पूर्णस्यावाहनं कुत्र सर्वाधारस्य चासनम् ।
स्वच्छस्य पाद्यमर्घ्यं च शुद्धस्याचमनं कुतः ॥ અદ્રિ:

અથવા કઈ જગ્યા છે કે જ્યાં પૂર્ણનું આહ્વાન થાય?
સર્વત્ર બિરાજમાનને બેસાડી શકાય એવું આસન ક્યાં છે?
પગ ધોવાના જળની એ પવિત્રને ક્યાંથી જરૂર રહેય?
અને એને દુર્વા આદિ અર્ઘ્ય કેમ અર્પણ કરાય?
તથા એ શુદ્ધને આચમન વળી કેવું?

निर्मलस्य कुतः स्नानम् वस्त्रं विश्वोदरस्य च ।
निरालंबस्योपवीतं पुष्पं निर्वासनस्य च ॥ અદ્રિ:

નિર્મળને સ્નાન કેવું?
વિશ્વ જેના ઉદરમાં છે, તેને વસ્ત્ર કેવું?
જેને કોઈનો આધાર નથી, તેને ઉપવીત કેવું? અને
જેને વાસની કોઈ અસર નથી, તેને વળી પુષ્પ શાં?

निर्लेपस्य कुतो गंधो रम्यस्याभरणं कुतः ।
नित्यतृप्तस्य नैवेद्यं ताम्बुलं च कुतो विभोः ॥
:અદ્રિ:

નિર્લેપને ગંધ, રમ્યને આભૂષણ,
નિત્ય તૃપ્તને વૈદ્ય અને વિભુને તાંબુલની શા જરૂર?

प्रदक्षिणा ह्यनन्तस्य ह्यद्वयस्य कुतो नतिः ।
वेदवाक्यैरवेद्यस्य कुतः स्तोत्रं विधीयते ॥ સ્મૃતિઃ

જે અનંત છે, તેની પ્રદક્ષિણા કેવી ?
અદ્વૈતમાં નમસ્કાર કોને ?
જેને વેદો વર્ણવી ન શકે તેને સ્તોત્ર કેવું ?

स्वयं प्रकाशमानस्य कुतो नीराजनं विभोः ।
अंतर्बहिश्च पूर्णस्य कथमुद्वासनं भवेत् ॥ સ્મૃતિઃ

સ્વયં પ્રકાશમાન વિભુને વળી દીપનો પ્રકાશ શો ?
અને જે અંદર અને બહાર પરિપૂર્ણ છે.
તેનું વિસર્જન પણ ક્યાંથી ?

एवमेव परापूजा सर्वावस्थासु सर्वदा ।
एक बुद्ध्या तु देवेशे विधेया ब्रह्मवित्तमैः ॥ સ્મૃતિઃ

બધી જ અવસ્થામાં ઈશ્વરમાં આ એક જ પૂજા
સર્વોત્તમ છે અને તે પણ બ્રહ્મત્વના
શ્રેષ્ઠ બ્રહ્મજ્ઞાનીઓએ એક જ બુદ્ધિથી કરવી જોઈએ.

- ચંદ્રશેખર ઠક્કર

૦ કોઈપણ કાર્ય બુદ્ધિ તથા શક્તિ વગર થઈ શકતું નથી
અને આ બુદ્ધિ અને શક્તિ
ઈશ્વરની આરાધના કર્યા વિના મળતાં નથી. - ડોંગરેજી

Dt. 24-9-69

અહીં લેખમાં સારભૂત તત્ત્વ 'સુખ' છે.
એ સુખ આત્મધર્મ છે, આત્મધર્મની પ્રાપ્તિ નવકારથી છે.
નવકારથી શુદ્ધ આત્મા જણાય છે.
શુદ્ધ આત્માનું સંવેદન એકાંત સુખસ્વરૂપ છે, તેથી
નવકાર ચૌદપૂર્વનો સાર ગણાય છે.

સામાયિકથી માંડી બિંદુસાર પર્યંત જે શ્રુત,
તેનો સાર ચરણ અને ચરણનો સાર નિર્વાણ તથા
નિર્વાણનો સાર સ્વાધીન સુખની શાશ્વત અનુભૂતિ.
નિર્વાણસુખની પ્રાપ્તિ ચારિત્રથી, ચારિત્રની પ્રાપ્તિ શ્રુતથી
અને શ્રુતનો સાર નવકાર એટલે
નવકાર એ શ્રુતોપયોગ રૂપ છે.

શ્રુતોપયોગ એ આત્મવ્યાપાર રૂપ છે અને
સમ્યગ્ શ્રુતોપયોગ રૂપ આત્મવ્યાપાર વડે ક્લેશ અને
કર્મક્ષય થાય છે, તેથી પરમાનંદની અનુભૂતિ થાય છે.
પરમાનંદની અનુભૂતિ માટે સર્વવિરતિ,
સર્વવિરતિ માટે જિનભક્તિ તથા જીવમૈત્રી જ સાધન છે.
જિનભક્તિ વડે ચિત્તની સ્થિરતા પ્રગટે છે અને
જીવમૈત્રી વડે ચિત્તની નિર્મળતા પ્રગટે છે.

નિર્મળ અને સ્થિરચિત્ત ચિન્મયતાનો અનુભવ કરે છે
અને ચિન્મયતાની અનુભૂતિ પરમાનંદની પ્રાપ્તિ કરાવે છે.
ક્લેશ-કર્મની મુક્તિનું ફળ પરમ આનંદની અનુભૂતિ છે.
સર્વવિરતિનું ફળ ચિન્મયતાની અનુભૂતિ છે અને
જિનભક્તિ તથા જીવમૈત્રીનું ફળ
નિર્વિકલ્પ ચિન્માત્ર એવી અતિ વિશુદ્ધ સમાધિ છે.

ધર્મક્રિયાદિનો વિરોધ કે સમર્થન

જૈન કે બૌદ્ધ વિચારધારામાં
યમ-નિયમાદિ કે મંદિર-મૂર્તિ-ધર્મશાસ્ત્ર-ધર્મગુરૂ કે
ધર્મક્રિયાદિનો વિરોધ કે તે પ્રત્યે કટાક્ષ નથી,
અમુક અવસ્થા સુધીમાં તેનું સમર્થન પણ છે.
શ્વાસોચ્છ્વાસ ઉપર ધ્યાન, અમનસ્કયોગ, શૂન્યતા કે
પ્રકૃતિની સમજ નિશ્ચયનયથી સંગત થઈ શકે છે.
તે બધી પ્રક્રિયા વાસનારહિત નિર્મળ અંતઃકરણવાળાને
અને પરમાત્મદર્શનની તીવ્ર ઝંખનાવાળાને લાગુ પડી
શકે, મલિન અંતઃકરણવાળાને લાગુ પડે નહિ એની
અનર્થ પણ થાય. સન્માર્ગના નિંદક પણ બની જાય, જો
શક્તિ મળે તો અંતઃકરણની નિર્મળતા અને પવિત્રતા
માટે મૈત્ર્યાદિ શુભભાવનાથી અને દાન-પૂજન આદિ
શુભ ક્રિયાઓથી ભાવિત થવું જોઈએ.

તે વિના અર્થ - કામાદિની વાસનાઓના મલિન સંસ્કારો
મરતા નથી. શુભવાસનાઓ મલિન વાસનાઓને દૂર કરીને
સ્વયમેવ શુદ્ધ સ્વભાવમાં પરિવર્તન પામી જાય છે.

જૈનનો મુખ્ય સિદ્ધાંત પ્રશમ અને કરુણા છે.
પ્રેમ સહિત પ્રશમ અને નિષ્કામ પ્રેમ એ જ પરમાત્મા.
નિષ્કામથી વીતરાગતા તથા પ્રેમથી સર્વસ્પર્શિતા સર્વવ્યાપકતા.
તે માટે વર્તમાનમાં જ જીવો, ભૂત - ભાવિને ભૂલી જાઓ.
શોક - મોહરહિત તથા સહજપણે જીવો.
માયા - કપટને છોડી સરળપણે જીવો, એકલા જીવો,
લોકસંપર્ક અને લોકૈષણાનો ત્યાગ કરવો.

ઋજુસૂત્ર નય પણ
વર્તમાનકાલીન એક વિશુદ્ધિને જ માને છે, માટે સરળ છે.

ધર્મ અને વિજ્ઞાન

આધુનિક વિજ્ઞાન એ જ્ઞાત અને દૃશ્યની શોધ છે.
ધર્મ એ અજ્ઞાત અને અદૃશ્યમાં નિમજ્જન છે.
વિજ્ઞાનમાં મેળવવાનું છે, ધર્મમાં મળીને મટી જવાનું છે.
ધર્મમાં સ્વનું સર્વમાં વિલીનીકરણ છે.
વિજ્ઞાન અનેક છે, ધર્મ એક છે.
વિજ્ઞાન વિકાસશીલ છે, ધર્મ શાશ્વત છે.

પ્રભુ ના શ્વાસોચ્છ્વાસ ૨૬

ધ્યાન સાધનામાં મધ્યબિન્દુ છે, સેતુરૂપ છે, તેથી તેના પર ધ્યાન એ ઘણું મહત્વનું છે, કેમકે પ્રભુની એક બાજુ શરીર છે અને બીજી બાજુ આત્મા છે. બીજું દરેક વસ્તુ પોતાના કેન્દ્રસ્થાને કે મધ્યબિંદુમાં ભારે કે હલકી, ગુરુ કે લઘુ હોતી નથી, તેમ જીવ પ્રભુ પોતાની નાભિના મધ્ય ૮ રૂચક પ્રદેશોમાં અગુરુલઘુ છે, દર્પણરૂપે ત્યાં પ્રગટ પરમાત્મસ્વરૂપ છે.
આવો અનુભવ અવિકાર પોતામાં થઈ જાય,
પછી દરેક વ્યક્તિને પરમાત્મરૂપ જ જુએ છે.

આનંદઘનજી પ્રભુ કહે છે કે:

ધ્રુવપદ રામી હો સ્વામી માહરા,
નિઃકામી ગુણરાય, સુજ્ઞાની...
નિજ ગુણ કામી હો પામી તું ધણી,
ધ્રુવ આરામી હો થાય, સુજ્ઞાની... (૧)
અગુરુલઘુ નિજ ગુણને દેખતાં,
દ્રવ્ય સકલ દેખંત, સુજ્ઞાની...
સાધારણ ગુણની સાધર્મ્યતા,
દર્પણ જલ દૃષ્ટાન્ત, સુજ્ઞાની... (૨)

પોતાના ધ્રુવપદરૂપ શુદ્ધ આત્મદ્રવ્યમાં રમણ કરતાં, શુદ્ધ આત્માના કેવળજ્ઞાન યા શુદ્ધ જ્ઞાનરૂપી જળ યા દર્પણમાં દરેક વસ્તુ યા વ્યક્તિ પ્રતિભાસિત થાય છે, કારણકે આવો શુદ્ધ ગુણ સર્વ આત્મામાં સમાનપણે રહેલો હોય છે.

'जे एगं जाणइ से सव्वं जाणइ ।'

એ સૂત્રનું રહસ્ય પણ અહીં ઘટી જાય છે.

જૈન પણ કહે છે કે આત્માની અનુભૂતિ થયા પછી તેનું જીવન પ્રેમમય - પ્રશમમય - કરુણામય થઈ જાય છે. જૈન માર્ગને ઉપલક દૃષ્ટિએ અનુસરનારા સર્વ ધર્મગ્રન્થો, સર્વ ધર્મસ્થાનો યા પ્રતિકોનો વિરોધ યા નિંદા કરે છે.

તેઓ આત્માનુભૂતિથી ઘણા દૂર છે અને પ્રકૃતિમાં જ હજુ પુરાયેલા છે, એમ સાબિત થાય છે.

વસ્તુમાત્રના કેન્દ્રને centre for gravity કહે છે અને તે હંમેશા અગુરુલઘુ હોય છે.

D/22 9/69 - Kalyanprabh vi.

ચંદ્ર ઉતરાણની હકીકત સ્વીકારી લઈએ, તો પણ આધુનિક ભૂગોળ વિજ્ઞાનમાન્ય બ્રહ્માંડની વિગતો જોતાં, આધ્યાત્મિક સાધનાની જરૂરીયાત સ્વીકારવામાં કોઈ બાધ આવતો નથી.

'આધુનિક વિજ્ઞાન અધ્યાત્મ છે' એમ કહીને
જવાબ દેવા કરતાં એના પાયા ઉપર જ ઉભા રહીને
સાધના વિષયક ઉપયોગીતા જણાવવી,
એ આજના આધુનિક વર્ગ માટે વધુ ઉપયોગી બને.

Dt. 19/9/69 - Amarendra vi.

શું સ્ત્રી એ સ્ત્રી છે? પુરુષ એ પુરુષ છે?
તિર્યંચ એ તિર્યંચ છે? ના.
એ સર્વ આત્માની વિભાવદશાના પ્રતિકો છે.
એ રીતે સંસારના સર્વ જીવોના જીવનને
એક પ્રકારના નાટક જેવું જોતાં શીખે, તેને
પછી કોઈના પ્રત્યે દ્વેષ - ધૃણા જેવી વૃત્તિઓ કે મોહ-
મમત્વ જેવી વૃત્તિઓ ઉત્પન્ન થવાનો અવકાશ રહેશે નહિ.
'જગમાત્ર સંકલ્પ - વિકલ્પને આધીન છે'
તે બધુ કાલ્પનિક છે, એક પ્રકારનું આંતરનાટક છે
અને કર્મવશ બધા જીવો તે નાચ કરી રહ્યા છે.
સંકલ્પ - વિકલ્પ, રાગ - દ્વેષ, ઇચ્છા - અનિચ્છા,
ગમા - અણગમાદિમાં સત્ય કાંઈ નથી, સર્વ ક્ષણિક છે,
અવાસ્તવિક છે. તે બધાનો મૂળમાંથી છેદ થઈ જાય,
પછી જે અવસ્થા રહે છે, ત્યાં કેવળ નિજાનંદતા છે.
સંકલ્પ - વિકલ્પનું નામ - નિશાન નહિ,

તે અવસ્થામાં જે વર્તે નિજાનંદના
અનુભવમાંથી નીતરતો પ્રેમ એક અદ્ભુત વસ્તુ છે.
દયા, પરોપકાર, સહનશીલતા, ગંભીરતા, ઉદારતા,
વિશાળતા, કરુણા, સૌમ્યતાદિનું તેમાં સંમિશ્રણ થઈ જાય છે.
એ વખતનો પ્રેમ સર્વ સદ્ગુણોને
જાણે પોતામાં ભેળવી લેતો હોય તેમ અનુભવાય છે.
લોકોત્તર કરુણા - મૈત્રી - પ્રમોદ - મધ્યસ્થતાની સાથે
અનિત્યતાદિ બારે ભાવનાઓનું પણ
ત્યાં સંમિશ્રણ થઈ જાય છે.
એ બધું સંકલ્પ - વિકલ્પના ક્ષય પછી જ મળે છે.
વર્તમાન જીવનની સાધનાનો આદર્શ
એ સ્થિતિ રહેવી જોઈએ, અજ્ઞાન - મોહ - અહં વગેરેની
કરુણતાનું દર્શન પણ ત્યારે સ્પષ્ટ થાય છે.

Dt. 24-9-69, Dhruvkumar

યોગસાર, શ્લો - ૨૭/૨૮માં કહ્યું છે કે:
તે પરમાત્મા સંખ્યાથી અનેક છે, છતાં ય બધા અનંત
દર્શન, જ્ઞાન, વીર્ય, આનંદ ગુણસ્વરૂપ હોવાથી ગુણથી
એક જ છે. જેમ ઉત્તમ સુવર્ણ જુદાજુદા સ્થળોમાં
અનેકરૂપે રહેલું હોવા છતાં પણ સર્વત્ર સુવર્ણરૂપે
એક જ છે, તેમ પરમાત્માના વિષયમાં પણ સમજવું.

Dt: 15/9/69

જ્યાં સુધી આત્મભાવ આવે નહીં,
ત્યાં સુધી યોગની શરૂઆત જ થતી નથી.
It is the first step અને
તે આવી ગયા પછી બાહ્ય વસ્તુઓને આવતાં વાર
લાગતી નથી. આત્મદર્શન આવે એટલે બેડો પાર થાય
યોગનું રહસ્ય છે...
સર્વ સ્વાર્થ કે ખોટી ઇચ્છાઓનો ત્યાગ.

आलंबनं वाच्ये पदार्थे उपयोगस्य एकत्वम् ।
मन्त्रोऽपि अन्तर्गुप्तभाषणात्मकपरपरामर्शसत्त्वेन
मननत्राणधर्मा परतत्त्वप्राप्त्युपायः परमेशात्मैव ।
परमेश्वर एव हि उपेयवदुपायरूपतया स्फुरितः ।
(પરિશિષ્ટ-૭)

°

The aim of Yoga is union with the Divine. Freedom is possible only in union with the Divine. To unite with the Divine, one must have conquered in oneself the very possiblity of desire. - V. Virpal

મન કે અહંવૃત્તિનો લય થવાથી દુઃખની શાંતિ થાય છે.
મનનું મનન થવાથી અથવા
અહંવૃત્તિના ઉદયથી પરમ દુઃખની પ્રાપ્તિ થાય છે.
જડ વસ્તુના અનુસંધાનથી ટેવાયેલું મન જડપણાની
વૃદ્ધિ વડે દૃઢ અભ્યાસને લીધે જડપણાને જ પામે છે.
વિવેકના અનુસંધાનથી ચૈતન્યના અંશની વૃદ્ધિ થવાથી
તે મન દૃઢ અભ્યાસને લીધે ચૈતન્યપણાને પામે છે.
આત્મજ્ઞાન વડે મુક્તિ થાય છે પણ
તે આત્મજ્ઞાન યોગ વિના ઉત્પન્ન થતું નથી અને
તે યોગ દીર્ઘકાળ સુધી અભ્યાસ કરવાથી સિદ્ધ થાય છે.
ચિત્તને વાસનારહિત કરવા યોગાભ્યાસની આવશ્યકતા છે.
પ્રાણની કુંભક અવસ્થા માટે શરીરની સ્થિરતા જોઈએ
અને બ્રહ્માકાર વૃત્તિ માટે ચિત્તની એકાગ્રતા, પ્રાણની
નિશ્ચલતા અને શરીરની સ્થિરતાની આવશ્યકતા છે.
આત્મજ્ઞાન થયા વિના દૃઢતર જન્મ - મરણાદિ આપનારો
વાસનામય વ્યાધિ મટતો નથી. જેમ સ્વભાવથી જ હરડે
જુલાબ આપે છે, તેમ યરલવ ઇત્યાદિ મંત્રાત્મક વર્ણો
તેવા તેવા શ્રદ્ધાવાળી ભાવનાઓથી તેવાં તેવાં કાર્ય કરી
આપે છે. જેમ કસોટી પર ઘસવાથી સુવર્ણ પરખાવું

નિર્મળપણું પ્રકાશિત કરે છે, તેમ
જીવનમાં શુદ્ધિ અને પવિત્ર કર્મ કરવાથી
આપણું ચિત્ત નિર્મળ થાય છે.
આપણું ચિત્ત શુદ્ધ રહેવાથી
પ્રાણવાયુ પોતાના કામ પ્રમાણે સંચાર કરે છે અને
અન્નને રસરૂપ કરી પચાવવા આપે છે,
તેથી વ્યાધિ નાશ પામે છે.

o જ્ઞાનનું તત્ત્વ તે છે કે તે પ્રમાણે આચરણ રાખવું
તથા જે જ્ઞાન આપણી પાસે ન હોય,
તે બાબતનું પોતાનું અજ્ઞાન કબૂલ કરી દેવું.
ગતિ અને ઉષ્ણતા વચ્ચે સમભાવ હોય છે.
સ્વયં પ્રેરણા ન હોય, તે બધા વસ્તુઓ જડ છે.

o ભારતીય પરંપરામાં ત્યાગ મુખ્ય છે.
ત્યાગનો અર્થ આનંદ, સુખ, શાંતિ અને સમાધાન છે.
તપશ્ચર્યાનો અર્થ પણ
મનની અંદર રહેલ અશુદ્ધિઓનો ત્યાગ છે.

o આપણને જેની જેની જરૂર હોય,
તે વસ્તુ આપણને મળવી, તેનું નામ લક્ષ્મી છે,
પરંતુ તે વસ્તુ વિના ચલાવી લેવું તેનું નામ શક્તિ છે.

0 (१) वैराग्यं विषयकषायनिवृत्तिरूपम्,
(२) तत्त्वविज्ञानं शुद्धात्मोपलब्धिरूपम्,
(३) नैर्ग्रन्थ्यं बाह्याभ्यन्तर-परिग्रह-त्यागरूपम्,
(४) वशचित्तता निश्चिन्तात्मानुभूतिरूपा,
(५) जितपरीषहत्वं वीतरागनिर्विकल्प-समाधिबहिरंग-
सहकारिभूतम् । -पंचैतेध्यानहेतवः । (परिशिष्ट-८)

0 સ્નેહ, પ્રેમ અને મૈત્રી એ ધર્મનો આત્મા છે.
સ્નેહનો નાનકડો તાંતણો પણ સેંકડો હૃદયને એકી સાથે
બાંધી શકે છે. સ્નેહનું તેલ ખૂટે તો દીપક બુઝાઈ જાય.
સ્નેહનો રસ સુકાય તો પુષ્પો કરમાઈ જાય.
સ્નેહ એ જીવનના હિમાલયનો મહાધોધ છે.
તે ધોધ ધરતીના કણેકણને અભિષિક્ત કરે છે,
અંકુરિત, પલ્લવિત અને પુષ્પિત કરે છે.

ક્ષમા અને મૈત્રીની આસાનતા
એટલા તો વ્યાપક બનવા જોઈએ કે તેમાં ડૂબ્યા પછી
કોઈની ભૂલ કે અપરાધ દેખાય જ નહિ.
ક્ષમામાં નિર્મળ સ્નેહ અને મૈત્રી છલકાય છે.
દૂધને અગ્નિ પર તપાવો, ખટાશ ભેળવો કે વલોણું કરો
પણ તે પોતાની મીઠાશ, મધુરતા નહિ જ છોડે. એવી

તપાવ્યું, ચિંતન કર્યું કે વલોવ્યું, તેને ય માખણ જ આપશે, તેથી જ દૂધ મધુરતાની સાથે પવિત્ર પણ મનાય છે.

દોષદૃષ્ટિ એ આંખમાં કમળાનું દર્દ સૂચવે છે.

જ્યાં સુધી ઉદારતા તથા સહિષ્ણુતાનો ભાવ કેળવાય નહિ ત્યાં સુધી કલ્યાણકામય ભદ્ર જોવાની દૃષ્ટિ આવતી નથી.

'સારું જુઓ, સારું પામો.'

એ દૃષ્ટિ જ આત્મમંથન તરફ વાળી શકે છે. આમ થતાં ઘણા મુશ્કેલીઓ - સંકુચિતતાઓ - પામરતાઓનો અંત આવે છે અને કલ્યાણના માર્ગે વળાય છે.

<u>સમ્યગ્ દર્શન - જ્ઞાન - ચારિત્રાણિ - મોક્ષમાર્ગઃ</u> |

(૧) સમ્યગ્દર્શન ગુણ વડે સાધુને નમસ્કાર.
આત્મવાદ સમ્યગ્દર્શન ગુણની પુષ્ટિ કરે છે.

(૨) સમ્યગ્જ્ઞાન ગુણ વડે ઉપાધ્યાયને નમસ્કાર.
કર્મવાદ વડે સમ્યગ્જ્ઞાન ગુણની પુષ્ટિ થાય છે.

(3) સમ્યક્ચારિત્ર ગુણ વડે આચાર્યને નમસ્કાર.
સ્યાદ્વાદ વડે સમ્યક્ચારિત્ર ગુણની પુષ્ટિ થાય છે.

(૪) 'મોક્ષ' શબ્દ વડે સિદ્ધ ભગવંતને નમસ્કાર.
'માર્ગ' શબ્દ વડે અરિહંત ભગવંતને નમસ્કાર.

(૫) 'મોક્ષ' ગુણપ્રકર્ષને તથા 'માર્ગ' પુણ્યપ્રકર્ષને સૂચવે છે.

સમ્યગ્દર્શન = સાધુપદ, સમ્યગ્જ્ઞાન = ઉપાધ્યાયપદ
અને સમ્યક્ચારિત્ર = આચાર્યપદ.
જ્યાં એકત્ર મળવાથી માર્ગ બને છે અને
તે માર્ગ ખોલીને આપે છે,

એમ પાંચે પદોને પરસ્પર અનાદિ સંબંધ છે.

૦ ધ્યેયમાં ઉપયોગની એકતાને આલંબન કહેવાય છે. એ જ ઉપયોગની એકતા જ્યારે આજ્ઞા અનુસાર તથા શ્રદ્ધાપૂર્વક ક્રિયા કરીને કરવામાં આવે, ત્યારે તેને સમાલંબન કહેવાય. તેમાં પવિત્ર પદો આદિનું આલંબન લઈને અનાલંબન નામના સૂક્ષ્મયોગમાં પ્રવેશ કરાય છે. લક્ષ્યીભાવની ઉત્પત્તિ એટલે અલક્ષ્યને સાધવા માટે પદસ્થ લક્ષ્યનું આલંબન લેવું તે. એ પણ પદસ્થાત્મક સમાલંબન છે. પદસ્થ ધ્યેયના વિવિધ પ્રકારો લક્ષ્યીભાવની ઉત્પત્તિમાં પર્યવસાન પામે છે. મંત્રયોગનો અંતિમ ઉદ્દેશ અંતર આત્માનું પરમાત્મા સાથે ઐક્ય સાધવાનો છે. તે મંત્રપદના સમાલંબનથી સધાય છે, તેથી સમાલંબન એ મંત્રયોગની વિશિષ્ટ પ્રક્રિયા છે. તે માટે
મન - પવનના વિશિષ્ટ સંયોગ વિશે જ્ઞાન જરૂરી છે
સ્મરણ, ચિંતન અને ધ્યાન વડે તે સધાય છે.

શિવગંજ, સં-૨૦૨૫, ભાદરવા સુદી ૧૫, તા.૨૫-૯-૬૯

આગમના ચાર અનુયોગ

દ્રવ્યાનુયોગ = Pure Science
ગણિતાનુયોગ = Higher mathematics
ચરણકરણાનુયોગ = Technology
કથાનુયોગ = History.

शब्दब्रह्म सुदुर्बोधं प्राणेन्द्रियमनोमयं ।
अनन्तपारं गंभीरं दुर्विगाह्यं समुद्रवत् ॥१॥

પ્રાણમાં પરા, મનમાં પશ્યન્તી, ઈંદ્રિયમાં મધ્યમા અને મુખમાં - વાગેન્દ્રિયમાં વૈખરીનું સ્થાન છે.
વૈખરીનો સાર મધ્યમા, મધ્યમાનો સાર પશ્યન્તી અને પશ્યન્તીનો સાર પરાવાણી છે.
આરામ કે વિશ્રામ એ જડતત્ત્વ નહિ, ચિન્મયતત્ત્વ છે.
જે મનુષ્ય દરેક સ્થિતિમાં, દરેક વસ્તુથી પોતાને અલગ કરી શકે, તેને જ તે પ્રાપ્ત થાય છે.

o

લેટિન ભાષામાં યોગ એટલે...
Jungere, jugum, jungo, join.
જર્મન ભાષામાં યોગ એટલે... Joch-yoke.
ફ્રેન્ચ ભાષામાં યોગ એટલે... Yong.

Divine prescription

'પઢમં હવઇ મંગલં |'

Instant, Contant & abundant
auspicious forever and everywhere
to all and each.

(1) 'એસો પંચ નમુક્કારો |'

Activity of god is the only power
at work in my mind, heart & life.

(2) 'સવ્વ પાવપ્પણાસણો |'

All false beliefs,
all negative appearances are
dissolved right now by the
loving, forgiving action of God.

(3) 'પઢમં હવઇ મંગલમ્ |'

I am whole, strong and
free as god created me to be.

मग्गो अविप्पणासो आयारो विणयया सहायत्तं |
पंचविह नमुक्कारो करेमि एएहिं हेऊहिं ||१||

આ ગાથામાં એક જ આત્માની
પાંચ અવસ્થાઓનું વર્ણન છે.
આત્મદ્રવ્ય એક છે,
એની શુદ્ધ એવી ૫ અવસ્થાઓ છે:
માર્ગ ગુણ આત્મા,
અવિપ્રણાશ ગુણ આત્મા,
આચાર ગુણ આત્મા,
વિનય ગુણ આત્મા અને
સહાય ગુણ આત્મા છે.
આત્મા એ સ્વભાવથી જ સર્વને સહાયક છે.
તે સ્વભાવથી જ નિરહંકારી, સ્વરૂપ રમણતાવાળો છે,
સ્વભાવથી જ અવિનાશી છે અને
સ્વભાવથી જ માર્ગદર્શક અને માર્ગરૂપ છે.
આવો એનો સ્વભાવ સર્વદા છે,
તેનો સ્વીકાર તે નમસ્કાર છે.
નમસ્કાર વડે એ સ્વભાવનો સ્વીકાર થાય છે.
એ સ્વીકાર થતાંની સાથે એથી વિરુદ્ધ માન્યતાઓથી
મિથ્યાત્વ અને તેના પરિણામે ઉત્પન્ન થતાં કષાયો
વગેરે સર્વ પણ દૂર થાય છે.

એ કૃત્ય પામતાંની સાથે જ આત્માની પ્રકૃતિ,
સ્વતંત્રતા અને અનંત સામર્થ્યનો અનુભવ થાય છે.
નમસ્કાર મંત્રનો આ નૈશ્ચયિક અર્થ છે.
આત્માની સ્વાધીનતા અને સર્વ શક્તિમત્તાનો
શ્રદ્ધાપૂર્વક સ્વીકાર રત્નત્રય સ્વરૂપ છે.
શ્રદ્ધાની પૂર્વે તેવું જ્ઞાન અને સ્વીકાર પછી તેવું જ
વર્તન અપેક્ષિત છે, તેનું જ નામ નિશ્ચય રત્નત્રય છે.
કહ્યું છે: जं पच्चासन्नतरं कारणं इगंतियं च नाणाइं ।
मग्गो तद्दायारी सव्वं च मग्गोत्ति ते पुज्जा ॥ અર્થાત્:
જ્ઞાનાદિ એ એકાંતિક, આત્યંતિક અને
અનંતર કારણ છે અને તે જ માર્ગ છે.
પ્રભુ માર્ગદેશક પણ છે અને સ્વયં માર્ગરૂપ પણ છે.
માર્ગદેશક વડે આપણે આપણી અંદર રહેલ
માર્ગ - જ્ઞાનાદિ ગુણો અને તેનો આધાર
આત્માની અનુભૂતિ પ્રાપ્ત કરી શકીએ છીએ.
આત્મા માર્ગરૂપ છે એવું જ્ઞાન થાય છે.
એ જ્ઞાનને શ્રદ્ધાથી પોતે સ્વીકારે તો જ ફળપ્રદ બને છે.
સ્વીકાર કર્યા બાદ તેનું પરિણામ નજરે પડે છે,
ત્યારે આપોઆપ તેના પર, તેના પ્રત્યે દૃઢ વિશ્વાસ,
આદર અને બહુમાન જાગે છે.

જેવી રીતે મૂંગાની વાત મૂંગો જ સમજી શકે,
તેવી રીતે ભક્તનો આનંદ પણ ભક્ત જ માણી શકે.
કામિની-કાંચનમાં લુબ્ધ થયેલા મનુષ્યોને
એ આનંદની ઝાંખી પણ થતી નથી. - Bakul

અજોડ જીવો પ્રત્યે અસીમ પાશવતા

મુંબઈના બાંદરા વિસ્તારનું કતલખાનું
પૂરા ૧૦૧ વર્ષ જુનું છે.
તેમાં રોજ 3000 ઘેટાં-બકરાં કપાય છે અને
સપ્તાહમાં ૧૭૫૫ બળદો, ૨૦૯ પાડા અને ભેંસો
કાપવાનો ક્વોટા આપવામાં આવે છે.
નવું દેવનારનું યાંત્રિક કતલખાનું એશિયામાં પહેલું છે.
તેના ૯૦ એકર જમીનમાં રોજ ૬ કલાકમાં
૬૦૦૦ ઘેટાં-બકરાં અને 3000 જેટલા ઢોરોની
કતલ કરવાની ગોઠવણ છે.

Each individual is the
selfexpression of the
Universal creative energy within
his own being. The name-nature of
God forever is I am.

Dt. 27/9/69

'અર્હં' એટલે 'ન હન્યતેઽસૌ ઇતિ આત્મા |'
એ આત્મબુદ્ધિ જ્યારે દેહમાં સ્થાપન કરવામાં આવે છે,
ત્યારે તે 'અર્હં' ભવચક્રનું ભાન બને છે અને એ જ
આત્મબુદ્ધિ જ્યારે આત્મામાં સ્થિર કરવામાં આવે છે,
ત્યારે તે 'અર્હં' 'અર્હ' સ્વરૂપ
શ્રી સિદ્ધચક્રનું ભાન બની જાય છે.
આત્મામાં આત્મબુદ્ધિ 'અર્હં' સ્વરૂપે છે, કેમકે
તે યથાર્થ જ્ઞાન - દર્શન - ચારિત્રમય છે.
સમ્યગ્ રત્નત્રયયુક્ત 'અર્હં' એજ 'અર્હ' છે.
દેહમાં આત્મબુદ્ધિ એ મિથ્યા મોહાદિ અર્થાત્
મિથ્યાજ્ઞાન, મિથ્યાશ્રદ્ધાન અને મિથ્યાચારિત્ર રૂપ
મોહાદિ કષાય અને કર્મબંધનું કારણ થાય છે.
ભય, રતિ, શોકાદિ દુઃખોત્પાદક વૃત્તિઓનું કારણ બને છે.
'નમો અરિહંતાણં' મહામંત્રનો મહિમા એ કારણે છે કે
તે આત્મામાં આત્મબુદ્ધિને કોઈક ભાવે પ્રાપ્ત કરનારા
અને જગતના તમામ જીવોને તે માર્ગે જવાનો
પ્રતિબોધ કરનારા તીર્થંકર પરમાત્માઓને નમસ્કારરૂપ છે.
તેમના ઉપદેશ અને સાધના પ્રત્યે બહુમાન, આદર આદિ

શુભવૃત્તિઓને પેદા કરનાર તથા યથાર્થ સન્માનને પાત્રનું
યથાર્થ સન્માન કરવાની પ્રવૃત્તિરૂપ હોવાથી
મિથ્યાત્વમલનો નાશ કરનાર છે.
પછી અને મનનો અજ્ઞાન રૂપી મલ તેથી નાશ પામે છે
અને તેના પરિણામે આત્મામાં જ
આત્મબુદ્ધિરૂપી સમ્યક્ત્વનો સૂર્ય ઉદય પામે છે.
ભવચક્રના મૂળમાં 'અહં' એટલે દેહાદિમાં આત્મબુદ્ધિ છે.
સિદ્ધચક્રના મૂળમાં 'અર્હં' એટલે આત્મામાં આત્મબુદ્ધિ છે.
બહારથી વિશાળ દેખાતા આ સંસારની ભવભ્રમણની
ઉત્પત્તિનું બીજ પ્રત્યેક પ્રાણીના હૃદયમાં છે.
જે સ્થાનેથી ભવચક્રની ઉત્પત્તિ થાય છે,
તે જ સ્થાને જો સિદ્ધચક્રની સ્થાપના કરવામાં આવે,
તો ભવચક્રનો અંત આવી જાય.
એ રીતે શ્રી સિદ્ધચક્રના અચિન્ત્ય સામર્થ્યની અનુભૂતિ
હૃદયમાં પ્રવેશ કરવાથી જ થઈ શકે.
સિદ્ધચક્ર યંત્રમાં મધ્યસ્થાને જે નવપદો છે,
એ સૂચવે છે કે સર્વ વિભૂતિઓ અને
શક્તિઓના મૂળમાં આ નવપદ છે.
તે જ્યાં હોય ત્યાં બીજું બધું ખેંચાઈ આવે છે.

નવપદના મૂળમાં પણ અર્હં છે અને
અર્હં એ આત્મા પોતે જ છે.
આત્મા જ્યારે આત્મામાં જ આત્મબુદ્ધિ ધારણ કરે છે,
ત્યારે પરમ આત્મા બની જાય છે.
જગતની વિભૂતિઓના કેન્દ્રસ્થાને સિદ્ધચક્ર,
સિદ્ધચક્રના કેન્દ્રસ્થાને 'અર્હં' અને
'અર્હં'ના કેન્દ્રસ્થાને મૈત્રી, પ્રમોદ, કારુણ્ય, માધ્યસ્થ્ય
આદિ સર્વ જીવો, તેમના ગુણો તથા તેમના સર્વપર્યાયો.
અરિહંતનો આત્મા સર્વ જીવોને પોતાના સમાન બનાવવા
ચાહે છે. ભાવના જેટલી વિશાળ અને ઉદાત્ત, તેટલી
ઉંચામાં ઉંચી જગતની સમૃદ્ધિ તેના ચરણમાં આળોટે છે.
૦ સાધનામાં શ્વાસ-પ્રશ્વાસના દર્શનનું વિશેષ મહત્ત્વ છે.
શ્વાસ - પ્રશ્વાસ અથવા 'પ્રાણ' એ
શરીર અને આત્માની વચ્ચે એક સેતુ છે.
જો તે ન હોય તો આત્મા શરીરમાં ન રહી શકે.
શ્વાસ - પ્રશ્વાસ પ્રત્યે જાગ્રત રહેવાથી
એક એવી પ્રતીતિ થાય છે કે:
'હું શરીર નથી. હું શરીરમાં છું પણ શરીરરૂપ નથી.
શરીર મારી આવાસ છે પણ આધાર નથી.'

શ્વાસ - પ્રશ્વાસનું દર્શન જેમજેમ ઊંડું જશે,
તેમ તેમ આત્માની નિકટતાનો અનુભવ વધુ થશે.
સાધનામાં મધ્યબિન્દુ લેવાના કારણથી
પ્રાણનું મહત્ત્વ સર્વથી અધિક છે.
પ્રાણની એક બાજુ શરીર તથા બીજી બાજુ આત્મા છે.
પ્રાણ ઉપર સજાગ રહેવાથી બંને બાજુ દેખી શકાય છે.
- સમન્વય વિશ્લેષણ સંસિદ્ધિ (હિન્દી પુસ્તક પૃ-૨૩૯)

○ घणघाइकम्ममुक्का अरहंता तहेय सव्वसिद्धा य ।
आयरिय उवज्झाया पवरा तह सव्वसाहू य ॥१॥
एयाण नमुक्कारो पंचण्हवि पवरलक्खणधराणं ।
भविआण होइ सरणं संसारे संसरंताणं ॥२॥

(પરિશિષ્ટ-૯)

શ્રી નવકાર મહામંત્રનું માહાત્મ્ય

આવશ્યક સૂત્ર નિર્યુક્તિ, શ્રી ચંદ્રપન્નત્તી,
શ્રી નવકાર ફલ સ્તોત્ર - ચંદ્રસૂરિ,
શ્રી આચાર દિનકર, શ્રી મહાનિશીથ સૂત્ર,
શ્રી ઉપદેશ તરંગિણી - રત્નમંદિર, શ્રી સુકૃત સાગર,
શ્રી યોગશાસ્ત્ર, શ્રી ઋષિમંડલ
આદિ અનેક ગ્રન્થોમાં નવકારનું માહાત્મ્ય વર્ણવ્યું છે.

'નમવું' સરળ...

'નમવું' સરળ હું નમું છું. મારા નમસ્કાર હો.
નમવું સરળ ફક્ત મસ્તક ઝુકાવવું કે
બે હાથ જોડવા પૂરતું જ નહિ પણ
માથું અને હાથની સાથે મન, મનના વિચારો અને
અંતઃકરણ તથા તેની વૃત્તિઓને પણ નમાવવા જોઈએ.
મન-હૃદયના સમર્પણ વિનાનો નમસ્કાર અધુરો જ છે.
તે જેને પહોંચાડવાનો હોય છે,
ત્યાં પૂરેપૂરો પહોંચતો નથી.

मंतंतरपारद्धाइं कज्जाइं ताइं सव्वाइं ।
ताणं चिय निरुस्सुमरण पुव्वाराहण सिद्धिकरी ॥१॥

અર્થ: અન્ય મંત્રો દ્વારા શરૂ કરેલા સર્વ કાર્યોને
પોતાના સ્મરણમાત્રથી નમસ્કાર મંત્ર સિદ્ધ કરનાર છે.

કૂવામાં ઉતારેલ ઘડો કે ડોલ જ્યાં સુધી
પોતાનું મસ્તક ઝુકાવીને કૂવાના પાણીને નમે નહિ,
ત્યાં સુધી તેને એક ટીપા જેટલું પાણી પણ મળે નહિ.
આપણાથી ગુણોમાં ચઢિયાતા છે, તેમને નમવું જ જોઈએ,
તો જ નિમ્નતામાં રહેલા ગુણો આપણામાં આવે
અથવા અંદર રહેલા ગુણો આવિર્ભાવ પામે.

શ્રી નમસ્કાર મહામંત્રમાં
પંચપરમેષ્ઠિ અને તેમના સુકૃતોની અનુમોદના છે.
એ અનુમોદનામાં જ્યારે આપણા
મન - વચન - કાયાનું સઘળું બળ વપરાય છે,
ત્યારે તે મોક્ષનાં દ્વારને ખોલી નાંખે છે.
મહામંત્રના પ્રત્યેક અક્ષરમાં અચિન્ત્ય શક્તિ રહેલી છે,
તેના સ્મરણ અને જાપથી એક બાજુ
અજ્ઞાન, કષાય અને પ્રમાદ મંદ પડે છે અને
બીજી બાજુ બુદ્ધિ, મન અને અંતઃકરણ શુદ્ધ બને છે.
નવકારમાં મન જોડવું એ
પર્વત ઉપર ચઢવા બરાબર છે.
વિષયોમાં મન જોડવું એ
પર્વત ઉપરથી નીચે ગબડવા બરાબર છે.
ચઢવું પ્રથમ કઠિન છે પણ
ચઢ્યા પછી અવર્ણનીય આનંદ છે.
જેમ જેમ નવકારના વર્ણોનો રસ
મનમાં પરિણામ પામતો જાય છે,
તેમ તેમ જલથી ભરેલા કાચા કુંભની જેમ
કર્મની ગ્રન્થિઓ આપોઆપ ભેદાઈ જાય છે.

નવકાર મંત્રના ભાવથી વાસિત કરેલ જ
અન્ય મંત્રોની ઉપાસના ફળવતી બને છે.
નવકાર મંત્રમાં અક્ષરો થોડા છે, અર્થ અનંત છે.
રત્નની પેટીનું વજન અલ્પ હોય છે, મૂલ્ય ઘણું છે.
દિવસનો બધો થાક રાત્રિ હરી લે છે, તેમ
અશુભ વિચારોથી લાગેલો શરીર, મન અને ઇંદ્રિયોનો
બધો થાક આ નવકાર મંત્ર હરી લે છે.
આ નવકાર મંત્રના સ્મરણ અને જાપનું કાર્ય
ઘણું સૂક્ષ્મ છે, કેવળ શરીરબળથી તે થતું નથી.
તેમાં શરીરબળ ઉપરાંત મનનું બળ અને
હૃદયની આસ્થાની જરૂર પડે છે,
જેમ દામ આપ્યા વિના વસ્તુ મળતી નથી,
તેમ ભાવ આપ્યા વિના નવકાર ફળતો નથી.
નવકારનું સ્મરણ એટલે પંચ પરમેષ્ઠિનું સ્મરણ.
તેમનું સ્મરણ એટલે આત્માની શુદ્ધ અવસ્થાઓનું સ્મરણ.
શુદ્ધ અવસ્થાઓનું સ્મરણ એટલે એ અવસ્થાઓ જેની
છે, તે આત્માનું સ્મરણ, ધ્યાન, શ્રદ્ધાન, રમણાદિ છે.
આત્મરમણતા એજ સર્વ કર્મનિરોધનો હેતુ બનીને
અનંત અવ્યાબાધ સુખસ્વરૂપ મુક્તિ,

કે જે માનવજીવનનું અંતિમ ધ્યેય છે,
તેને પ્રાપ્ત કરાવી આપે છે.

જેમ લાકડું ચીરવું હોય તો ધારદાર કુહાડી વડે
તેના ઉપર બરાબર ધારીને ઘા કરવો પડે છે,
તે માટે ઘા કરનારને પૂરું બળ વાપરવું પડે છે, ત્યારે
જ તે લાકડું ચીરાઈને ચૂલામાં નાંખવા લાયક બને છે,
તેમ નવકારના અક્ષરોને માત્ર જલદી બોલી નાંખવાથી
તેની ધારેલી ઊંડી અને વ્યાપક અસર ન થાય.
અસર નીપજાવવા માટે તેમાં મનને પરોવવું જોઈએ,
હૃદયને ઉલ્લાસપૂર્વક સમર્પી દેવું જોઈએ,
તન્મય, તદ્રૂપ, તલ્લીન બનવું જોઈએ તથા
તે માટે ત્રણે યોગ અને ત્રણે કરણ તેમાં જોડવા જોઈએ,
Interest અને attention કેળવવો જોઈએ.

૦ બાહ્ય સાત પ્રકારની અને અભ્યંતર ત્રણ યોગોની
જે શુદ્ધિ છે, તે માટે બાહ્ય સ્વરૂપમાં
આસન સિદ્ધિ, કાયોત્સર્ગાદિ મુદ્રાઓ તથા
આંતરિક સ્વરૂપે આત્મલાભ, આત્મદર્શનનો અધિકાર છે.
ધ્યાન શ્રેણી વધારવાથી તે સિદ્ધ થાય છે.

-ચંદનમલ નાગોરી

માત્ર કર્મક્લેશરૂપ બાહ્ય ઉગ્ર તપ કરવાથી
'કુંડલિની' કે જે સર્વ જીવોની પ્રભુશક્તિ છે,
તે જ માત્ર જાગે છે, સળગ્યા કરે છે,
બહિરાત્મદશાનું મૂળ ફૂલ છે.

દેહના નામ-રૂપાદિમાં અધ્યાસ-અસ્તિત્વને ઉપલબ્ધ કરનાર જીવો તેમાં જ રાચે છે, તે જીવોને અંતરાત્મદશામાં લાવી
પરમાત્મદશાની સન્મુખ કરવાનું કાર્ય
આ નવકાર મંત્ર દ્વારા થાય છે.

તેના જાપ-ધ્યાનથી કુંડલિની શક્તિરૂપ નાગ-નાગણીનો અપચ્છેદ-નાશ કરનાર બહિર્મુખ જીવ અંતર્મુખ બને છે. પાર્શ્વકુમારે સેવક મુખે અર્ધ બળતા નાગને સંભળાવેલો નવકાર મંત્ર નાગને ઉગારી લઈ ધરણેન્દ્રના પદ સુધી પહોંચાડનાર થયો, તેમ આ નવકાર મંત્રનો જાપ જે કોઈ ગુરુમુખથી ગ્રહણ કરી સ્મરણ કરે, તે પણ પરમ શાંતિનો અનુભવ કરી પરમાત્મપદને પ્રાપ્ત કરે છે.

જેનાથી અંતઃકરણ વિશુદ્ધ થાય તેનું નામ ધર્મ.
તેને પરિણામની વિશુદ્ધિ, અધ્યવસાયની નિર્મળતા,
ચિત્તની શુદ્ધિ, આંતરિક નિર્મળતા વગેરે કહે છે.
ઉદારતા અને નમ્રતા તેનાં લક્ષણો છે.

બીજાની ભૂલોને ભૂલી જવી તે ઉદારતા છે અને
પોતાની ભૂલોની ક્ષમા યાચવી તે નમ્રતા છે.
એથી અંતરના કષાયોરૂપી મળ ધોવાઈ જાય છે.
જ્યારે અંતર સંપૂર્ણ શુદ્ધ થાય છે, ત્યારે
વિશ્વના સમસ્ત જીવો સાથે એકરૂપતા અનુભવાય છે
અને જીવમાત્રનું તે અંતઃકરણ મિત્ર બની જાય છે.
વિશ્વના દુઃખને પોતાનું દુઃખ અને વિશ્વના સુખમાં
પોતાનું સુખ છે, એવો સુભગ પ્રકાશ અંતરમાં પથરાય છે.
અંતઃકરણ જ્યારે આ ભાવનાથી જાગી ઉઠે છે, ત્યારે
તે કરુણાને જ માંગે છે, કેમકે જીવરક્ષા અને કરુણાની
ભાવના એ જાગી ઉઠેલા અંતઃકરણનો ખોરાક બની રહે છે.
આત્મસાધના કે યોગસાધનાનું ધ્યેય પણ
અંતરને આ રીતે જાગૃત કરવું તે જ છે.
ધર્મ એ માત્ર કહેવાનો નહિ પણ
આચારનો વિષય બનવો જોઈએ.
ધર્મ એ માત્ર કહેવાની વસ્તુ નથી પણ
જીવનમાં આચરવાની પરમ પાવન વસ્તુ છે.
ધર્મના પ્રભાવથી માનવતાનો વિકાસ અહિંસા નૈતિકતા,
શાંતિ, સમતા, મૈત્રી વગેરેનું સ્થાન લેવું જોઈએ.

ધર્મના આચારોના મૂળમાં એ માનવતા ઝળકવી જોઈએ,
ધાર્મિક ગણાતાઓનો વ્યવહાર વિનમ્ર - વિવેક તથા
સ્નેહ અને સૌહાર્દભર્યો હોવો જોઈએ.
ધર્મમાં ક્ષમાપનાની ભાવના માતાના ધાવણની જેમ
હૃદયને તંદુરસ્તી અને તાજગી બક્ષે છે.
તે અતિ ઉમદા અને ઉદાત્ત છે. તે જીવનને પ્રફુલ્લ
બનાવવામાં અમૃતની કે સંજીવનીની ગરજ સારે છે.
ક્ષમાપના શાશ્વત છે અને ધર્મની સનાતન આશા છે.

અહિંસા અને અમારિની ભાવના

સાધનાને બળે અંતરમાં જાગી ઊઠેલા
કરુણા અને મૈત્રીની ભાવનાનો અમલ કરી બતાવનારી
આંતરિક શક્તિ અને ગુણવિભૂતિ
તે અહિંસા અને અમારિની ભાવના છે, જેનું હાર્દ છે:
પોતાના નિમિત્તે બીજાને દુઃખ ન પહોંચાડવું અને
બીજાના સુખ માટે તથા સંકટ નિવારણ માટે
તન - મન - ધન બધી રીતે ઘસાવું.
સર્વ પાપનો નાશ એટલે
શુભાશુભ મોહનીયાદિ દુષ્ટ કર્મોનો વિનાશ.
સર્વ કર્મોનું મૂળ મોહનીય કર્મ છે,
જેનું સ્વરૂપ અહં અને મમ છે.

સં-૨૦૨૫, ભા-વ-૫, સોમવાર-શિવગંજ

નમસ્કાર એ મિથ્યા અહં અને મમનો નાશ કરે છે

તથા સમ્યગ્ અહં અને મમનો લાભ કરે છે.

સમ્યગ્ અહં એટલે અવિનાશી એવો મારો આત્મા

અને સમ્યગ્ મમ એટલે તેના જ્ઞાનાદિ ગુણો.

તેનો લાભ પરમેષ્ઠિ નમસ્કાર વડે થાય છે, કેમકે

પરમ પરમેષ્ઠિઓ આત્મસ્વરૂપને જ પોતાનું સ્વરૂપ

માની જ્ઞાનાદિ ગુણોમાં રમણ કરનારા છે, તેથી તેમનું

સ્મરણ એ આત્મલાભ અને આત્મગુણોનું સ્મરણ

કરાવનાર હોવાથી મિથ્યા મમનો અને તેના પરિણામે થતાં

અસત્ સંકલ્પ-વિકલ્પોનો, રાગ-દ્વેષના અધ્યવસાયોનો

તથા અનુકૂળ-પ્રતિકૂળ કલ્પનાઓનો નાશ કરે છે.

આત્માને સાધે તે સાધુ.

રત્નત્રય આત્મતત્ત્વને જાણી, ઓળખે અને આદરે તથા

તેને જ એક કેન્દ્રમાં રાખીને

મન, વચન, કાયાની સઘળી પ્રવૃત્તિ કરે, તે સાધક છે

અને તેનામાં જ આંશિક સાધુતા આવે છે.

અરિહંત, સિદ્ધ, આચાર્ય, ઉપાધ્યાય અને સાધુ

એ પાંચ પરમેષ્ઠિ છે,

તે દરેકમાં સાધુપણું - આત્મસાધકપણું અને તેના ફળ રૂપ આત્મસિદ્ધિ અવશ્ય રહેલા છે, તેથી તેઓ પૂજ્ય છે.

પાંચે પરમેષ્ઠિમાં સાધુપણું

આત્મા તથા તેની સાધના, બે મળીને સાધુપણું પ્રગટ થાય છે, એટલે અરિહંતાદિ પરમેષ્ઠિઓ સામાન્યથી સાધુ પરમેષ્ઠિઓ છે, તેમ આત્મસ્વરૂપ પણ છે. અરિહંત આત્મા છે, સિદ્ધ આત્મા છે, આચાર્ય આત્મા છે, ઉપાધ્યાય આત્મા છે, સાધુ પણ આત્મા છે. તેમને નમસ્કાર કરવો તેનાથી થતો પાપનાશ પણ આત્મા જ છે. ઉત્કૃષ્ટ મંગળનો લાભ પણ આત્મા જ છે. સમગ્ર નવકારમાં એક આત્મા જ વ્યાપીને રહેલો છે. આત્માની સાધના કરે તે સાધુ, એ દૃષ્ટિએ સમગ્ર નવકારમાં સાધુ અને તેની સાધના જ રહેલી છે. અરિહંત પણ સાધુ, સિદ્ધ પણ સાધુ, આચાર્ય પણ સાધુ, ઉપાધ્યાય પણ સાધુ અને સાધુ તો સાધુ છે જ. તેમને નમસ્કાર એ પણ સાધુતાનો આદર અને તેના ફળ સ્વરૂપ પાપક્ષય અને ધર્મનો લાભ એ પણ સાધુતાના જ અંકિત

આત્મા અને તેની સાધનાના જ ફળ છે,
તેથી નિશ્ચયનયથી આત્મા તથા વ્યવહારનયથી સાધના,
એ બેનું બહુમાન તે નમસ્કાર પદાર્થ છે.

Dt. 30/9/69

સુવિશુદ્ધ ચૈતન્યની અચિન્ત્ય શક્તિ પ્રત્યે
આસ્થા બંધાઈ છે, તે પ્રતિદિન
વૃદ્ધિગત અને દૃઢ બનતી જાય છે.
પરિણામે ચિત્તમાં સ્વસ્થતા, શાંતિ, પવિત્રતા અને
પ્રાણીમાત્ર પ્રત્યેનો પ્રેમ સહજ રીતે વૃદ્ધિગત થતો જાય છે.
પ્રભુ સાથેની પ્રીત અને ભક્તિરંગમાં
રસ પ્રગટ થવો એ
જીવની ઉર્ધ્વગતિ થવાની અચૂક નિશાની છે.

- Kirtichandra vijayji

જેને આત્મદર્શન થયાં હોય,
તેને પરમાત્મા તરફ પ્રીતિ રહે કે નહિ?
રહે તો પછી એ પ્રીતિ રાગમાં ગણાય કે નહિ? ના.
કારણકે તે પ્રીતિ સ્વજાતીય છે.
અરિહંત પરમાત્મા અને સાધકનો આત્મા સ્વજાતીય છે.
સ્વજાતીય પ્રવાહ ઉપરથી નીચે જાય એ સહજ છે એટલે
સહજ રીતે જ સાધકને પરમાત્માનો અનુગ્રહ થાય છે,
તે માટે પ્રયત્ન કરવો પડતો નથી.
વળી 'અનુગ્રહ' શબ્દ સાપેક્ષ છે.

વિજાતીયનો નિગ્રહ પણ એનું સ્વાભાવિક પરિણામ બને છે.
જે અનાત્મ છે, તેનો નિગ્રહ મહાપુરુષમાત્રને અંદરથી પ્રેરે છે.
રાગ કે દ્વેષથી દબાયેલો જીવ એ પ્રેરણા ઝીલી શકતો નથી
પણ અંદરનો એ ઝટકો સૌ અનુભવે છે.
આત્મા પણ અનાત્મ પ્રત્યે ઝટકો રાખે
તો અરિહંત પરમાત્મા દ્વારા અનાત્મભાવ
સહેજે નિગ્રહિત થાય એમાં શંકા રહેતી નથી.
અમરત્વ માટે સિદ્ધિ, સિદ્ધિ માટે સાધના,
સાધના માટે અનન્ય શ્રદ્ધા અને
શ્રદ્ધા માટે અનપેક્ષ ઉપાસના આવશ્યક છે.
તે અંગે વિતંડાવાદ વ્યર્થ છે.
એક એવો સ્રોત છે કે
જે વિઘ્નોનો નાશ કરે છે.
તે સ્રોતને તમારા તરફ વાળો.
મનમાં નામનો જાપ કરતાં અટલ
શ્રદ્ધા રાખો કે સાન્નિધ્ય સાંપડી રહ્યું છે.
જે લાભો સાંપડે તેનું નિરીક્ષણ કરો શ્રદ્ધાને વધારો.

○

There is source of life. Turn it on.
Accept it by faith. observe the operation.

Rajkot, Dt. 29/9/69

I am, now, to receive
my mighty good.

સદૈવ પ્રબળ આશાવાદ માનસપટ પર પથરાઈ જાય છે.
સ્ફટિક મૂર્તિનું રૂપસ્થ ધ્યાન,
આગાહિત સિદ્ધોનું માનસિક સન્નિધાન,
આરાધ્યમાં તદ્દન સ્વાભાવિક ટં અને ૐ ની વચ્ચે
ઓંકાર, નાભિમાંથી જ નમસ્કારનો જાપ વગેરે
શુભ ચિહ્નોથી ખચિત જાપ થાય છે.
લગભગ stillnessની નજીક ધારણા-ધ્યાન થાય છે.

'To see the world as god sees it.'

એ દૃષ્ટિનો સ્વીકાર ઘણી શાંતિ આપે છે.

'See all as God sees them.
Give to all as God gives them.'

જગતના સર્વ જીવોને
સંપૂર્ણ મૈત્રીભાવ વડે જોવાથી
આંતરિક સાધનાનો વેગ વધે છે,
ન હોય તો આવે છે.

o

Not will to live but will to love.

અનાહત ધ્વનિનું શ્રવણ,

સમતા - સામાયિકનું અનુભવન અને

સમાધિમાં આત્માનું વિલિનીકરણ -

એ ત્રણે વસ્તુ શબ્દભેદથી ભિન્ન - અર્થભેદથી અભિન્ન છે.

સ્વશુદ્ધ - આત્માનુભૂત - આત્મભાવ એ ભાવશ્રુત છે.

તે અંતર્લક્ષ્યાકાર છે.

સ્વશુદ્ધ આત્માના અનુભવનું અવલંબન લઈને જે ધ્યાન થાય, તે ભાવશ્રુતનું અવલંબન છે અને શુક્લધ્યાનના આદ્યભેદનું કારણ છે. વિતર્ક એ શ્રુત છે, વિચાર એ અર્થ, વ્યંજન અને યોગની સંક્રાંતિ છે તથા પૃથક્ત્વ એ દ્રવ્ય - ગુણ - પર્યાયનો ભેદ છે.

ભાવશ્રુતના અવલંબનથી

નિજશુદ્ધ - આત્મનિષ્ઠ ચિન્તન તે સવિતર્ક ધ્યાન છે.

ઋગ્વેદ - જ્ઞાનયોગને જણાવે છે.

યજુર્વેદ - કર્મયોગ પર ભાર મૂકે છે.

સામવેદ - ભક્તિયોગને પ્રધાન ગણે છે.

અથર્વવેદ - ત્રણે યોગોનો સમન્વય કરે છે.

સામાયિકના ત્રણે અર્થ સામ, સમ અને સમ્મ- ને અનુક્રમે સામ, ઋક્ અને યજુર્વેદના અભિપ્રેત છે.

સંપૂર્ણ સામાયિક સર્વજ્ઞદેવનો વિષય ગણી શકાય.

અહિંસા એ સામ પરિણામનું ફળ છે,
સંયમ એ સમ પરિણામનું ફળ છે અને
તપ એ સમ્મ પરિણામનું ફળ છે.

પ્ર. ઉપયોગ એટલે શું? ઉ. સંકલ્પ-વિકલ્પનો ત્યાગ.

પ્ર. આત્મા એક છે તેનો આશય શો?

ઉ. સર્વ આત્મા આત્મત્વેન (વસ્તુ સ્વરૂપે) એક છે તથા સર્વ જીવો સ્વતંત્રપણે સ્વાનુભવ કરે છે.

આત્મ લક્ષ્ય થવાથી સમ્યક્ત્વ પ્રગટે છે, તે માટે સત્સંગ, સદ્વિચાર અને હૃદયની કોમળતા જરૂરી છે.

આત્મબળ વધવાથી મિથ્યાત્વબળ ઘટે છે.

આત્મઉપયોગને ભૂલવો તે જ અસંયમ, તે જ રાગદ્વેષ.

આત્મઉપયોગની જાગૃતિ તે સંવર અને
આત્મઉપયોગની શૂન્યતા તે આસ્રવ.
આત્માભિમુખ પ્રવૃત્તિ તે નિર્જરા -
આત્મસ્વભાવને આવરે તે કર્મ.

એ દૃષ્ટિએ સંકલ્પ-વિકલ્પ તથા રાગ-દ્વેષના પરિણામ તે જ તાત્વિક કર્મ - ભાવ કર્મ છે.

અંતઃકરણની શુદ્ધિ વિના આત્મજ્ઞાન અશક્ય છે.

મમત્વ એ મિથ્યાત્વ અને મોહ એ મૂળ.

આત્મા અસંગ અને અક્રિય છે.

નિર્વિકલ્પ સમાધિ વખતે અક્રિયતા પ્રગટ થાય છે.

આત્મબોધ = જ્ઞાન, પ્રતીતિ = દર્શન, સ્થિરતા = ચારિત્ર.

વૃત્તિ શાંત - સ્થિર છે. મનનો લય તે વૃત્તિસ્થિતિ છે.

o જાણનારપણું કરો.

પછીના વિકાસ કે વૃદ્ધિ માટે ચિન્તા ન કરો.

'વિશ્વાત્મા એ જ સ્વાત્મા છે' એવો સ્વાનુભવ કરવો અને દેહાધ્યાસનો ત્યાગ કરવો એ જ સર્વ ઉપદેશોનો સાર છે.

કામનાઓને છોડીએ, ત્યારે તે આપમેળે પૂરી થાય. ચૈતન્યમાં થોડો કાળ પણ મન જો આનંદપણે રહે છે, તો ત્યારે તેમાં વિચિત્ર શક્તિ આવે છે. લોઢું અગ્નિમાં પડે છે, ત્યારે અગ્નિનો ગુણ તેમાં આવી જ જાય છે.

જે પુરુષ સંશયરહિત થઈને પોતાની જાતને પ્રફુલ્લિત, શુદ્ધ સચ્ચિદાનંદ જાણે છે અને સર્વત્ર પોતાના સ્વરૂપને જ દેખે છે, તેના ભાગ્યમાં જ નિર્ભયતા, નિશ્ચિંતતા, સામ્રાજ્ય, સ્વરાજ્ય અને જીવન્મુક્તિ અનુભવાય છે.

ઇચ્છાઓનું ફળ મળશે પણ એનું મૂલ્ય ચૂકવવું પડશે.
એનું મૂલ્ય શું છે? ઉદાસીનતા.
તેનો અર્થ છે: સર્વ ઇચ્છાઓનો પરિત્યાગ.
ઇચ્છા છે, ત્યાં સુધી ભીખવૃત્તિ છે.
સત્‌ના ભિખારી બનવા કરતાં
સત્ સ્વરૂપ થવા ઇચ્છવું જોઇએ.
ચારિત્રને ખીલવવા દુઃખ જરૂરનું છે.
'તારો શત્રુ કે તારો મિત્ર તું પોતે જ છે પણ બીજા નહિ'
એ નિશ્ચય જેટલો દૃઢ, તેટલી આત્મશાંતિ અધિક.
ધ્યાનપરાયણ થવું એટલે ઇચ્છારહિત થવું.
ઇચ્છાઓનો ત્યાગ કરો એટલે
તમે લોકસુંદરની જેમ આત્મપ્રતિરૂપ બનશો.
ચૈતન્ય ઉપરની શ્રદ્ધા જ તારી શક્તિ, મતમતાંતર નહિ.
જ્યારે આપણું મન સત્‌માં લીન થઈ જાય છે,
ત્યારે પોતાની મેળે જ બ્રહ્મધ્યાન થઈ જાય છે.
બ્રહ્મ, ગુદાદ્વાર, ઉદર અને ફેફસાં વગેરે
તે જ વખતે આખા શરીરમાં પૂર્ણ થઈ જાય છે.
પ્રભુને પ્રાપ્ત કરવાનો ટૂંકામાં ટૂંકો રાજમાર્ગ
'હું પોતે જ પ્રભુ સ્વરૂપ છું' એવી આત્મપ્રતીતિ.

ઉપાધિઓ તે જ કસોટીઓ છે.

અભાવની સાથે જ પાણી આવે છે.

કૂવાનો ફેરો અને ઘોડાને પાણી - બે સાથે જ બને છે.

જ્યાં આપણા વિચારો રહે છે,

ત્યાં જ આપણે રહીએ છીએ.

વિચારોને નિરંતર આત્મકેન્દ્રમાં સ્થિર કરો.

અંદરની સર્વ વિષમતાઓને દૂર કરી સમાનતા લાવવા

તેનું જ નામ 'ઈશ્વર સાક્ષાત્કાર' છે.

તું પૂછે છે, તો સુખી થવા માટે પોતાની જાત ઉપર

સાંસારિક ઉપાધિઓનો બોજો લાદવાની શી જરૂર છે?

'પાણીનો કૂવો છે' એમ કહેવા માત્રથી તૃષા છીપતી નથી

પણ તૃષા તો પાણી પીવાથી જ છીપે છે.

શાસ્ત્રો વાંચવા કરતાં તે કહે છે,

તે પ્રમાણે વર્તવું - વર્તન કરવું વધુ ઇષ્ટ છે.

સત્યની પરીક્ષા સ્વાનુભવથી જ કરવી જોઈએ.

સત્સંગનો પ્રભાવ

એક મનના મણકાઓ જેમ વધારે એકત્રિત થાય છે,

તેમ તેમનો પ્રભાવ વધે છે,

આનું જ નામ 'સત્સંગનો પ્રભાવ' છે.

જે વસ્તુ વડે મન સાથે બુદ્ધિ પોતાના
અનિર્વચનીય મૂળ સ્થાન - પરબ્રહ્મ તરફ વળીને તેમાં
મળી જાય છે, એવો ગહન વ્યાપાર તે પરમ ધર્મ છે.
એકાગ્રતા વડે મન જ્યારે સમાધિમાં લીન બને છે, ત્યારે
તેનામાં સત્યનો પ્રકાશ પડે છે, વિશ્વના સર્વ ગુપ્ત તત્ત્વો
તેમાં પ્રકટ થાય છે, ત્યાં અશ્રુત વાતો સાંભળી શકાય,
અજ્ઞાત બાબતો જાણી શકાય, અકલ્પિત વાતો કલ્પી શકાય.
વિભાવમાંથી સંપૂર્ણ પણે મુક્ત થવું તે મોટી સિદ્ધિ છે.
વ્યવહારમાં ન અટકી શકાય, તે રાજ મગજમાં ભરવું
એ આધ્યાત્મિક બુદ્ધિકૌશલ અને માનસિક શક્તિ માંગે છે.
માત્ર શ્રદ્ધાથી બુદ્ધિનું - માત્ર બુદ્ધિથી શ્રદ્ધાનું ખૂન થાય.
શ્રદ્ધા અને બુદ્ધિનો સુમેળ થવો જોઈએ.
જગતના તમે પ્રભુ થાઓ,
નહિતર જગત તમારા પર પોતાનું પ્રભુત્વ જમાવશે.
ખરી કેળવણી = અખિલ વિશ્વ પ્રત્યે ઈશ્વરદૃષ્ટિથી જોવું.
પરાયાની નિંદા છોડો, સારાની પ્રશંસા કરો.
સ્વાનુભવ કરતાં વધારે શ્રેષ્ઠ બીજો કોઈ ગુરુ નથી.
ભક્તિ એ અનિર્વચનીય સમતા, અપ્રતિમ ભાવશુદ્ધિ અને
તીવ્ર વૈરાગ્યનું જ બીજું નામ છે.
દરેક સ્ત્રી મનને રાગદૃષ્ટિએ માદિક માનો.

0 જેવી જેની મતિ તેવી ગતિ

પ્રકૃતિ વિચાર એ નસીબનું બીજું નામ છે.

દેહાભિમાન એ નરકનો સૌથી નજીક રસ્તો છે.

આત્મજ્ઞાન એ મોક્ષનો સૌથી નિકટનો માર્ગ છે.

ઈશ્વર તત્ત્વ સાથે મળી જવું એટલે
આપણા અંતરમાંના શુદ્ધ આત્મતત્ત્વમાં ઓતપ્રોત થવું,
એ પરમ ગુહ્ય તત્ત્વ છે.

વિશ્વ સાથે એકરૂપ બનવું, તે આત્માની સર્વોચ્ચ સ્થિતિ છે.

ખરું જ્ઞાન અને વિશુદ્ધિ અંદરથી જ આવે છે,
પુસ્તકો અગર બીજાના મગજમાંથી નહિ.

એવો વિચાર વારંવાર કરી કે
'ઈશ્વર અથવા પોતાનો આત્મા જ એક સત્ય છે અને
દેહ વગેરે સાથે કાયમી સંબંધ નથી'
અને પોતાને આત્મરૂપ જોતાં શીખો.

ધર્મ કરવાનો હેતુ = અશુદ્ધિ છૂટવું અને શુદ્ધિને પામવું.

લબ્ધિઓની પ્રાપ્તિમાં તપની જરૂર છે,
આત્મપ્રાપ્તિમાં ઉપયોગને નિશ્ચલ બનાવવાની જરૂર છે.

અશુભને રોકવાથી શુભની પ્રાપ્તિ થઈ જતી નથી. શુભને સેવવાથી અશુભ જાય છે અને ક્રમે ક્રમે શુદ્ધ થવાય છે.

પુદ્ગલભાવ તે અશુભભાવ, આત્મભાવ તે શુદ્ધભાવ.

આત્માશ્રયી ક્રિયા શુભ છે અને
તે જ જો પુદ્ગલાશ્રયી હોય, તો અશુભ છે.

આત્મધ્યાન વિના વૃત્તિનો ક્ષય થતો નથી.

આત્મોપયોગમાં સ્થિરતા તે ધર્મ છે.

Religion is not taught but transmitted. અનાગ્રહાદિ ગુણતા પ્રાપ્ત થાય.

ઉપયોગની નિશ્ચલતા = લક્ષ્યને અખંડપણે જોયા કરવું.

આત્મપ્રાપ્તિ જપમાં નહિ પણ તપમાં છે.

વિચાર, વિવેક, નિર્ણય, ભાવના, સ્થિરતા -
આ સર્વનું પરિણામ શાંતિ છે.

જાપ કરતાં ધ્યાન - ધ્યાન કરતાં લય વિશેષ બળવાન ગણાયા છે.

લય એટલે અભેદ, સ્વરૂપ સ્થિરતા.

અભેદ દૃષ્ટિની પ્રાપ્તિ થયા પછી કોઈપણ વસ્તુની ઇચ્છા રહેતી નથી. ઇચ્છા એજ સ્વરૂપની આડે પડદો છે.

ઇચ્છા દૂર થતાં જ પોતે પોતારૂપે રહે છે.

આત્મદર્શન માટે ઇચ્છાઓને દૂર કરવી એ પરમ કર્તવ્ય છે.

પ્રભુનું મંદિર જેમ પવિત્ર રાખો છો,
તેમ મન, વચન અને શરીરને પવિત્ર રાખો.

દ્રષ્ટા થવાથી કૃતકૃત્ય થવાય છે. ઉપયોગની સ્થિરતાથી
સદ્ગુરુ આદિ નિમિત્ત વિના પણ જ્ઞાન ઉદય પામે.

આત્મપ્રાપ્તિ ઉપયોગથી છે, જડની કૃતિથી નહિ.

ધર્મનો ઉદ્દેશ મનુષ્યને સ્વર્ગમાં પહોંચાડવાનો નહિ
પણ અંતઃકરણમાં જ સ્વર્ગ ભાવ મૂકવાનો છે.

દેહાભિમાનની વિસ્મૃતિ વિના આત્મશાંતિ મળતી નથી.

તું પોતે ભગવાનની મદદ ઇચ્છતો હો,
ત્યાં સુધી તું પણ ભગવાનને મદદ કર.

વ્યવહાર જ્ઞાન સત્તા આપે, આત્મજ્ઞાન આનંદ આપે.

ધર્મનું કાર્ય સ્વભાવનો નાશ કરવાનું નહિ
પણ જીવને પૂર્ણ દશાએ પહોંચાડવાનું છે.

અવિદ્યા અને અજ્ઞાનનો નાશ તે જ મુક્તિ છે.

ત્યાગ એ સ્વયં પૂર્ણ છે, કેમકે તે આત્માનો ધર્મ છે.

વિસ્મયોથી ધર્મનું આગમન થાય છે,
તેથી નિર્વિકલ્પ સ્થિતિ એ આત્મધર્મ છે.

નિર્વિકલ્પ સ્થિતિ આત્માનું લક્ષણ છે.
તે લક્ષણને સિદ્ધ કરવાથી મોક્ષ છે.
મોક્ષ આપનારો ધર્મ તે નિર્વિકલ્પ અવસ્થા છે.

પાણીમાં મીઠું જેમ મળી જાય છે,
તેમ આત્મા - મનનું ઐક્ય થવું તે સમાધિનું લક્ષણ છે.

અંતર્મુખ વૃત્તિ કરી નિર્વિકલ્પપણે આત્મધ્યાન કરો.

આત્માનું અજ્ઞાન એજ પ્રધાન મિથ્યાત્વ છે.

ક્ષણેક્ષણે આત્મઉપયોગ સ્થિર કરો.

જ્યાં ઉપાય ન હોય, ત્યાં મૌન ઉત્તમ છે.

જગત જ ગટર છે, કેમકે તેમાંથી બચવાનું ઘણું છે.

સારા કામમાં આળસ અને નરસા કામમાં ઉતાવળ-
બંને પશ્ચાતાપ માટે થાય છે.

આત્મજાગૃતિ કરાવે તે સત્સંગ,
આત્મભાન ભૂલાવે તે કુસંગ.

મોક્ષનું કારણ માત્ર વેષ નહિ પણ સાથે ભાવ-ક્રિયા છે.

બંધ-પરાબંધ, સુખ-દુઃખ, માન-અપમાન, હર્ષ-શોક
આદિ દ્વંદ્વ કાયમ ટકનાર નથી, કાયમ ટકી રહેનાર નથી.

આત્મશક્તિ અનંત છે,
તે એક ક્ષણમાં અનંત કર્મોનો નાશ કરી શકે છે,
અસંખ્ય ભવોપાર્જિત કર્મોનો ક્ષય કરી શકે છે.

સર્વને આત્મસ્વરૂપ માની તેના કાર્યમાં મદદ કરવી
તે સાચી ભક્તિ છે. જગતના સર્વ જીવો કર્માધીન છે,
આશ્ચર્ય ન પામ. અમૃતાત્મા મર્ત્ય ધર્મવાળા શરીર પર
આસક્તિ કરે છે, તે નવાઈ ભરેલું નથી? એ જ મોહ છે.

ત્યાગ સાથે શુદ્ધ આત્મ'યોગ' જરૂરી છે.
શુદ્ધ આત્મયોગને 'સ્વરૂપાનુસંધાન' પણ કહે છે.
આ બાહ્યજગત દુ:ખરૂપ નથી પણ મનમાં
ઉત્પન્ન થતાં સંકલ્પ-વિકલ્પો જ દુ:ખનું કારણ છે.
પાપ-પુણ્યને મનોસ્થિતિ સાથે સંબંધ છે, માટે મનને
ઉચ્ચ તથા પવિત્ર કરવાનો પ્રયત્ન ચાલુ રહેવો જોઈએ.
શુદ્ધ આત્માનું સ્મરણ કરવું તે મોક્ષપ્રાપ્તિનું સાધન છે,
સંસારસાગર તરવાની નાવ છે,
તેનાથી પાપનો નિરોધ અને સંવરનું સેવન થાય છે.
જે યોગી પુરુષો આત્મસંપત્તિ પામ્યા છે, પામે છે અને
પામશે, તે જ્ઞાનસ્વરૂપ આત્માનું આરાધન કરીને જ.
શુદ્ધ જ્ઞાનસ્વરૂપ આત્માના ધ્યાનથી
જે કાંઈ આનંદ પ્રકટે છે, તેનો એક અંશ આનંદ
પણ સમગ્ર પૃથ્વીના ઐશ્વર્યના સ્વામીને મળતો નથી.
શુદ્ધ આત્મભાવસ્થને જ્ઞાન સાથે વિરતિભાવ પણ જાગે.
શુદ્ધ આત્માના સ્મરણ જેવું ઉત્તમ કોઈ તીર્થ નથી.
પર્વતોમાં મેરુ, વૃક્ષોમાં કલ્પવૃક્ષ, ધાતુઓમાં સુવર્ણ,
રત્નોમાં ચિન્તામણિ, તેમ સર્વ પ્રકારના ચિન્તનોમાં
જ્ઞાનસ્વરૂપ સર્વોત્તમ શુદ્ધાત્મ ચિન્તન
કર્મોનો તત્કાળ ક્ષય કરે છે.

'હું શુદ્ધ ચિદ્રૂપ છું, હું શુદ્ધાનંદ સ્વરૂપ છું.'
એ રીતે શુદ્ધાત્માના સ્મરણથી
સર્વદોષો નષ્ટ થાય તથા સર્વ ગુણો પ્રકટ થાય છે.
શુદ્ધાત્મામાં મગ્ન થયેલાને બાહ્ય પુસ્તકોનું જ્ઞાન ન હોય,
તો પણ તે જ્ઞાની છે, કેમકે
અંતે આત્મજ્ઞાન એ જ આત્મકલ્યાણ કરનાર છે.
સર્વ ઉપદેશોનો સાર
માત્ર એક જ વાક્યમાં સમાયેલ થાય છે:
'કેવળ શુદ્ધ જ્ઞાન સ્વરૂપ અને
આનંદમય આત્મા તે હું છું, તેનું સ્મરણ કરો.'
એવું ધ્યાન કરો કે:
'અરિહંત એ મારા શુદ્ધ આત્માનું સ્વરૂપ છે.'
શુદ્ધ આત્માની પ્રાપ્તિમાં સહાયક સાધનો છે:
દેવ-ગુરુની ભક્તિ, આત્મસ્વરૂપની જાગૃતિ,
સંયમ, તપ તથા દશ યતિધર્મ.
આત્માની ઉન્નતિમાં 'ધ્યાન' મુખ્ય ભાગ ભજવે છે.
જે દ્રવ્ય-ગુણ અને પર્યાયથી અરિહંતનું ધ્યાન ધરે છે,
તેને આત્મજ્ઞાન થાય છે, તેનો મોહ વિલય પામે છે,
રાગ-દ્વેષ ક્ષય થઈને શુદ્ધ આત્મતત્ત્વની પ્રાપ્તિ કરે છે.

નિર્વિકલ્પ સમાધિના બે માર્ગ

(૧) સ્થિર આસને બેસવું.

(૨) ગરદન અને તેટલા ઉંચા અને સીધા રાખવા.

(૩) આંખો બંધ કરી નાસાગ્ર તરફ જોવું.

(૪) બંને નસકોરાં મસ્તકમાં તેના લેબામાં જઈને એક ઠેકાણે મળે છે, તે સ્થળને બરાબર જોવું.

(૫) તે સ્થાને બરાબર જોવાથી દૃષ્ટા, દૃશ્ય અને દર્શનની ત્રિપુટિ વિલય થઈ જાય, ત્યારે ત્યાં આત્મા નિર્વિકલ્પ બ્રહ્મસ્વરૂપ થઈ રહે છે.

નિર્વિકલ્પ સમાધિનો આ એક માર્ગ છે.

બીજો માર્ગ

(૧) બંને આંખ અગાઉ નાસિકાની પાસે જે ખૂણા છે, ત્યાં એક ખૂણાથી બીજા ખૂણા સુધી, નાડને વીંધી, એક સીધી લીટી દોરવી.

(૨) પછી તે લીટીના બે અગ્રભાગોમાંથી બે ભવાંની વચ્ચે સીધી બે લીટીઓ એક ઠેકાણે મળે, તેમ દોરવી એટલે એક △ ત્રિકોણ થશે.

(૩) ભવાંની વચ્ચે જે ઠેકાણે લીટીઓ સાથે મળે છે. તે ભ્રૂમધ્ય સ્થળ છે, ત્યાં આંતરદૃષ્ટિ રાખી, ત્યાં આવેલા બિંદુરૂપને જોવું.

(૪) બિંદુ ઉપર જ લક્ષ્ય ચોંટે છે, ત્યારે
જ્ઞાન - ઇંદ્રિયો અને તેના વિષયો તથા
કર્મેન્દ્રિયો અને તેની ક્રિયાઓ બંધ થાય છે.
(૫) બિંદુની આસપાસ પ્રકાશ દેખાય, તેની ઉપર લક્ષ્ય
સ્થિર કરવાથી નિર્વિકલ્પ ચિન્માત્ર સમાધિ થાય છે.

બૌદ્ધ ધર્મમાં વૈરત્યાગ અને સમ્યક કરુણાએ
પ્રધાન સ્વરૂપ લીધેલું છે.

દેહનો સ્વભાવ હિંસા, આત્માનો શુદ્ધ-સ્વભાવ અહિંસા છે.
દેહમાં આત્મબુદ્ધિ એ સર્વ ક્લેશોનું મૂળ છે.
આત્મામાં આત્મબુદ્ધિ એ સર્વ કલ્યાણોનું મૂળ છે.
કર્તવ્ય કર્મમાં મન - બુદ્ધિને જોડવા જોઈએ અને
કાર્યના અંતમાં બુદ્ધિને સમ તથા
મનને નિર્વિકલ્પ કરવું જોઈએ.
નિર્વિકલ્પ મનમાં જ પરમાત્માનો વાસ છે.
સાધનાનો આરંભ સેવા-ત્યાગથી અને અંત પ્રેમમાં છે.
સેવારૂપી રસમાં ત્યાગરૂપી દૂધ અને તેમાં
પ્રેમરૂપી રસ ભરેલો છે. પ્રીતિ સ્વયં રસરૂપ છે.
જ્યાં નિષ્કામ પ્રીતિ ત્યાં પ્રિયતમનો નિત્ય નિવાસ છે.
તે દિવ્ય અને ચિન્મય હોય છે.

ઇંદ્રિયો દ્વારા શબ્દાદિ વિષયોનું જ્ઞાન તે ઇંદ્રિયજ્ઞાન છે.
મન દ્વારા અનુકૂળતા - પ્રતિકૂળતામાં
સુખ - દુઃખાદિ વેદનાઓનું જ્ઞાન થાય છે.
બુદ્ધિ દ્વારા વિચારોનો સંચય થવાથી તે પણ જ્ઞાન છે.
શાસ્ત્રાધ્યયન દ્વારા પણ જ્ઞાનનો સંચય થાય છે.
અહંકાર દ્વારા હુંપણું અને મારાપણાનું જ્ઞાન થાય છે.
શ્રવણ - અધ્યયન દ્વારા જે જ્ઞાન થાય છે,
તે અહંકાર માટે થાય છે પણ અહંકારનું જ્ઞાન કોઈ અન્ય દ્વારા થતું નથી, પરન્તુ તે તો નિત્ય-નિરન્તર રહે છે. બહારથી જે જ્ઞાન થાય છે, તે વડે આત્મદર્શન થતું નથી, માત્ર જાણકારી થાય છે. બાહ્ય અધ્યયન દ્વારા બૌદ્ધિક જાણકારી થાય છે પણ તેથી શોક અને મોહની નિવૃત્તિ થતી નથી, અશાંતિ મટતી નથી. જે જ્ઞાનમાં ત્રિકાળાબાધ્ય આત્માની અનુભૂતિ થાય, જે જ્ઞાન નિત્ય વિદ્યમાન છે, તેના દર્શન માટે પ્રજ્ઞાચક્ષુ ખોલવાની જરૂર છે. જ્ઞાનના આલોકમાં અહંકારને જોવાથી જ અહંકાર વિલીન થાય.
સંવર્ધિત અહંકાર આત્માની અનુભૂતિમાં આવરણ છે.
અજ્ઞાન અવસ્થામાં અહંકાર દેહથી મળીને દેહમય,
પ્રાણથી મળીને પ્રાણમય, મનથી મળીને મનોમય,

બુદ્ધિ મટીને જ્ઞાન - વિજ્ઞાનમય તથા

કામ, ક્રોધ, લોભાદિ વિકારોથી મટી તન્મય - તદ્રૂપ બને છે. જ્ઞાનમાં જાગ્રત થવાથી બુદ્ધિમાન સાધક 'અહમિતિ' વડે સ્વકૃત તાદાત્મ્યને અને પોતે જ બનાવેલા દોષો તથા બંધનોને દેખે છે અને યથોચિત સાધનામાં તત્પર રહી જડમય, દોષમય ન રહી પ્રજ્ઞામય અને ચિન્મય બને છે. અજ્ઞાનમાં સ્વયંને ભૂલવું તે મૃત્યુ છે અને જ્ઞાનમાં સ્વયંને જાણી લેવો, તે જીવનમાં નિત્ય આનંદ થવું છે. શાંતિ એ નિત્ય, શાશ્વત છે પણ જ્ઞાનમાં પ્રતિષ્ઠિત છે. અજ્ઞાનમાં શાસ્ત્રના જ્ઞાન દ્વારા પરમાત્મા તથા ધર્મની ખોજ કરાય છે, પરન્તુ જ્ઞાનમાં આવતાંની સાથે જ સ્વયંમાં પરમાત્માનો અનુભવ થાય છે અને પછી

તેને શાસ્ત્રમાં શોધવામાં આવે છે.

સાંસારિક ઉન્નતિ માટે વિવિધ શાસ્ત્રોનું જ્ઞાન જરૂરી છે,

પોતાના મોક્ષ માટે સ્વયંનું જ્ઞાન આવશ્યક છે.

અજ્ઞાનમાં જ્યારે બાહ્યજીવનની સાથે શક્તિ, ઐશ્વર્ય તથા ભોગસામગ્રીની વૃદ્ધિ દેખીને પોતાને નિશ્ચિન્ત-નિર્ભય માને છે, ત્યારે અંદર ચિન્તા, ભય, દૌર્બલ્ય,

પરાધીનતા, શક્તિહીનતા વધતી જાય છે.

પ્રભુકૃપાથી જ્યારે ભાનમાં જાગૃતિ આવે છે, ત્યારે
બહાર જે કાંઈપણ મળતું દેખાય છે,
તે બધું નશ્વર, ક્ષણિક, પરિવર્તનશીલ દેખાય છે અને
તે બધું જેના પ્રભાવે છે, જેના વિધાનથી મળે છે,
તે શાશ્વત, નિત્ય, સત્ય પોતાનું છે, એમ સ્પષ્ટ થાય છે.
બહારમાં ભ્રમ છે, અંદરમાં વિશ્રામ છે.
અભાનમાં અહંથી યુક્ત ભાન જીવાત્મા છે.
ભાનમાં 'અહં'થી મુક્ત જીવાત્મા તે મહાત્મા છે.
અભાનમાં અહંકારની પ્રધાનતાથી શુભાશુભગતિ મળે છે.
'કેવળ પ્રભુ જ પોતાનો છે'
ભાનમાં એ સત્યની સ્વીકૃતિથી પરમગતિ પ્રાપ્ત થાય છે.
અદ્વય-અખંડ ભાન એજ બ્રહ્મ- તે જ પરમાત્મા છે.
અખંડ ભાનસ્વરૂપ પરમાત્માનો
મહિમા ગાતાં-ગાતાં સમાધિસ્થ થઈ જવાય છે.
અભાનમાં પરમાત્મા જ સંસારરૂપે પ્રતીત થાય છે.
ભાનમાં સંસારમય પરમાત્માનું દર્શન થાય છે. એની
માટે પ્રજ્ઞાચક્ષુ ખોલવા જોઈએ, જેનું સાધન ધ્યાન છે.
ધ્યાનમાં કાંઈ કરવાની વાત નથી.
જે નિરંતર છે, તે ત્યાં જ છે કે જ્યાં 'હું' છે નહીં.

તેના સત્તાથી જ બધું થઈ રહ્યું છે.

એ પરમતત્ત્વની અનુભૂતિ માટે શાંત થવું,

મૌન થવું અને જાગૃત થવું એ ધ્યાનનું કાર્ય છે.

'પૂર્ણ' ચૈતન્ય સત્તામાં વિશ્રામ એટલે ધ્યાન છે.

પ્રભુની પ્રાપ્તિ માટે આ ધ્યાન અને

ધ્યાનની પ્રવૃત્તિઓ માટે પરમ ગુરૂ એવા ભગવાનના

કથન મુજબ સાધના તથા યોગાભ્યાસ આવશ્યક છે.

જે પોતાની જીહ્વા, શ્રોત્ર અગર ચક્ષુને આધીન છે,

તે સ્વતંત્ર ક્યાં છે?

તે તો પોતાની જ ઇંદ્રિયોની ગુલામમાં છે!

વાસ્તવિક સ્વતંત્ર તો ઇંદ્રિયસંયમ છે.

અસંયમ એ તો વિષ છે, આગ છે, શસ્ત્ર છે. તે જરા

જેટલો પણ હોય તો બધાને સર્વસ્વનો નાશ કરે છે.

વિશ્વાસ અને ભાવના - એ બે જ્યાં છે,

ત્યાં ભગવત્પ્રાપ્તિ સુલભ છે.

અવિશ્વાસ અને અનિચ્છા - એ બે અંતરાય છે.

°

Though Spirit lies beyond the world, it stays ever within it. All is good because all is God.

એમ ભોજનથી ક્ષુધાનિવૃત્તિ - તુષ્ટિ - પુષ્ટિ અનુભવાય,
તેમ ભજનથી પણ ત્રણ ગુણ પ્રાપ્ત થાય છે:
ત્યાગ, વૈરાગ્ય અને પ્રેમ. ભજનનો મુખ્ય પ્રભાવ છે:
સંસાર ઉપર અવિશ્વાસ અને ભગવાન ઉપર વિશ્વાસ.
ભગવાન સાથે જેનો અભિન્ન સંબંધ છે, તેની સાથે
સંબંધ કરવાથી પ્રભુ સાથે સંબંધ આપોઆપ સધાય છે.
ભગવાન તરફ દૃષ્ટિ કરવાની સાથે જ
નિર્ભયતા - નિશ્ચિન્તતા અનુભવાય છે.
શ્રદ્ધા તત્પરતા લાવે અને તત્પરતા સંયમને લાવે છે.
સાધનમાં સાવધાની એ સાધનોનો પ્રભાવ છે.
શરીર, મન અને બુદ્ધિ ભગવાનમાં લાગી રહે,
એ પ્રકારના પ્રયત્નનું નામ 'અભ્યાસ' છે.
અનાત્મ પદાર્થો વિષે બધિર, મૂક અને અંધ બનવું.
ચરિત્ર નિર્મળ પહેલાં ચિત્ત નિર્મળ આવશ્યક છે.
અવિશ્વાસ કરવા લાયક સંસાર ઉપર વિશ્વાસ
અને વિશ્વાસ કરવા લાયક
અવિનશ્વર એવા આત્મા ઉપર અવિશ્વાસ -
જીવનમાં કેવી પરિસ્થિતિ
અવિદ્યા, અજ્ઞાન અને મોહનું પ્રાબલ્ય સૂચવે છે.

Gandhidham, Dt. 4 and 5-10-69

The giver and the gift are one.

સ્યાદ્વાદના રીતસરના આશ્રયથી થતી એકતા
એ વાસ્તવિક એકતા છે.

આવી એકતામાં એક જ ધર્મ ટકી શકે છે.
એકસંપીમાં સર્વ ધર્મો - તેના સંપ્રદાયો ટકી શકે તેમ છે.
એ રીતે એકતા અને એકસંપી વચ્ચે
રહેલ અંતર વિચારવું જોઈએ.

અરિહંતાદિ પરમેષ્ઠિઓને અનુગ્રહાદિ કરવા પડતા નથી
પણ જીવ માત્ર સાથે સજાતીયતાનો સંબંધ હોવાથી
સ્વાભાવિકપણે જ અનુગ્રહ થઈ જાય છે.

વર્તમાનમાં વિદ્યમાન સાધુસંતો તરફથી પણ એજ ન્યાયે
જીવમાત્રને અનુગ્રહાદિ થાય, તે પણ સમજી શકાય છે.

o અંતરાત્મના જગતમાં જનતા ભાવી મન સમજુ આવે,
ત્યારે યથાતથ, રાગ-દ્વેષરહિતપણે, પરમ ઉપશમભાવે
અને દૃષ્ટાભાવે નિહાળવા. આ દૃષ્ટિ કેળવવા માટે:

(૧) શાંભવ મુદ્રાનો અભ્યાસ કાર્યકારી છે અથવા
(૨) અંતરાત્મભાવમાં રહી મનને
આત્માર્થ અને સત્કાર્યમાં રમણતા કરાવવા.

વિશ્રામ - આરામ - Relaxation

નિર્બળનું બળ અને સહજતા મેળવવાનું ચોક્કસ સાધન
એટલે વિશ્રામ - આરામ - Relaxation છે. જ્યારે
બધા પ્રયાસ સફળ થાય, ત્યારે વિશ્રામથી સહજતા મળે.
એ દૃષ્ટિએ પોતાના લક્ષ્યથી અભિન્ન થવા માટે
વિશ્રામ એ અંતિમ સાધન રૂપે અત્યંત આવશ્યક છે.
પ્રત્યેક દિશામાં સંકલ્પમુક્ત થવાથી યથેષ્ટ વિશ્રામ મળી શકે.
આ આરામ એ આળસ કે કાર્યરહિતપણું નથી.
આ પ્રકારનો આરામ એક એવું બિંદુ છે કે
જેમાંથી સર્વ ક્રિયાઓ ઉદય પામે છે અથવા
જેમાં સર્વ ક્રિયાઓ વિલીન થાય છે.
જેમ હિમાલયમાંથી અનેક નદીઓ નીકળે છે
અને સમુદ્રમાં મળી જાય છે, તે રીતે
સઘળી પ્રવૃત્તિઓનું ઉદ્ગમ સ્થાન વિશ્રામ છે અને
સઘળી પ્રવૃત્તિઓનો અંત પણ વિશ્રામમાં જ સમાયેલો છે.
આરામ એ જડત્વ નથી, ચિન્મય તત્ત્વ છે.
જે મનુષ્ય દરેક વસ્તુથી પોતાને અલગ કરી શકે,
તે જ ખરેખર સાચા અર્થમાં વિશ્રામ પામી શકે છે.
વિશ્રામ એ શક્તિ સંચયનું કેન્દ્ર છે.

ખૂબ ગાઢ નિદ્રા પછી શારીરિક શ્રમ દૂર થાય છે અને
કામ કરવાની શક્તિ ફરી પાછી પ્રાપ્ત થઈ જાય છે.
શારીરિક શ્રમ માટે જેમ વિશ્રામ આવશ્યક છે,
તેમ માનસિક શ્રમ માટે
પણ સંકલ્પના ત્યાગથી મળતાં વિશ્રામની આવશ્યકતા છે.
પ્રાકૃતિક નિયમ પ્રમાણે
ભૌતિક વિકાસ પણ વિશ્રામમાં જ સમાયેલો છે.
દરેક બીજ પૃથ્વીમાં વિશ્રામ પામીને જ વિકસીત થાય છે.
મૃત્યુ પણ એક પ્રકારનો પ્રાકૃતિક વિશ્રામ છે.
તે નવીન - નૂતન જીવન આપે છે.
જીવનનો સદુપયોગ જીવનકાળમાં જ વિશ્રામ આપે છે
અને તે જ નિત્ય જીવનનો હેતુ છે.
વિશ્રામ સાધન પણ છે અને સાધ્ય પણ છે.
વિશ્રામથી જ સઘળી શક્તિઓનો વિકાસ થાય છે
અને તેના સદુપયોગથી અંતે પણ વિશ્રામ મળે છે.
એ રીતે વિશ્રામ એ
જીવન છે, ચિન્મયતા છે અને નિત્ય નવરસ છે.
વિશ્રામ સિદ્ધ કરવામાં કેવાં કેવાં વિઘ્નો આવે છે, તે
જોવા જેવું છે, એમ કહી શકાય કે જે વર્તમાનનું કાર્ય છે,

તેને ભવિષ્ય માટે રાખવું અને જે વર્તમાનનું કાર્ય
નથી, એનું ચિન્તન કરવું તે વિશ્રામ માટે વિઘ્નરૂપ છે.
શરીર અને વિશ્વની એકતા તથા બાહ્ય વસ્તુઓની મમતાનો
ત્યાગ અને તેનો સદુપયોગ એ વર્તમાન જીવનની વસ્તુ છે.

મમત્વરહિત થતાં જ
સઘળાં બંધનો આપોઆપ તૂટી જાય છે.
જેનું અસ્તિત્વ જ સંભવિત નથી,
તેનો વિચાર કરવો કે ચિન્તા કરવી, તે જીવનનો
અનાદર અને સામર્થ્યનો દુરુપયોગ કરવા જેવું છે.
જે કરવા યોગ્ય નથી તે ન કરવાથી,
જે કરવા યોગ્ય છે તેની યોગ્યતા અને શક્તિ
પોતાની મેળે જ આવી જાય છે.
સંતોએ સંસારની સેવા કરવાની છે,
તેની પાસેથી કશું લેવાનું નથી.
બિચારો આ સંસાર ખુદ પણ કશાકની શોધમાં છે,
તે આપણને શું આપી શકવાનો છે?
છતાં પણ આપણે તેની પાછળ પડ્યા છીએ.
આ પ્રમાદ છે.
આપણને સંસારની વસ્તુઓ - શરીર ઇત્યાદિરૂપે મળેલ

વસ્તુઓને તેના જ સ્થાનમાં વાપરવા જોઈએ અને
પછી તેના ઠામ માંગી લેવા જોઈએ.
જ્યારે આપણે સંસારની સર્વ વસ્તુઓ
તેના સ્થાનમાં આપી દઈએ છીએ, ત્યારે
આપણે સ્વભાવથી જ તેનાં બંધનોથી મુક્ત થઈએ છીએ
અને સઘળો સંસાર આપણાથી પ્રસન્ન થાય છે.
જે લોકો સંસારની સરસ વસ્તુઓને પોતાની માની લે છે,
તેને સંસારનો ભય છે, પરન્તુ જે વિરક્ત છે,
તેને તો સંસાર પાસેથી કશું લેવાનું નથી,
ઊલટું તેનાથી તેણે જે મેળવ્યું, તે તેને પાછું આપવાનું છે
અને પોતે વિશ્રામ મેળવી લેવાનો છે.
વિશ્રામ મેળવવાનું તે તેને માટે સાધન છે.
સાધનતત્ત્વ એ સાધકનું જીવનતત્ત્વ છે અને
તે સાધકનો સ્વભાવ પણ છે.
વિશ્રામ એ અનંતનો સ્વભાવ છે.
વિશ્રામ પ્રાપ્ત થતાં જ દીનતા અને અભિમાન સદા
માટે શાંત થઈ જાય. શરીર વિશ્વના ઉપયોગમાં આવે
અને હૃદયમાં પ્રેમગંગા રેલાય,
એ જ સાધનની સિદ્ધિ તથા અનંત વિશ્રામમાં નિહિત છે.

સમાપત્તિ અને આત્માની એકતા

કર્મનિર્જરાનું અસાધારણ કારણ ધ્યાન છે.
ધ્યાતા, ધ્યેય અને ધ્યાન એ ત્રણેની એકતા થાય,
ત્યારે તે 'સમાપત્તિ' કહેવાય છે.
સમાપત્તિ એ ધ્યાનજનિત સ્પર્શનાને કહે છે.
તે સમાપત્તિ બે પ્રકારની છે:
પરમાત્માની સાથે થતી સમાપત્તિને
'ભક્તિ' કે 'ઉપાસના' શબ્દથી સંબોધવામાં આવે છે
અને જીવાત્માઓની સાથે થતી સમાપત્તિને
'સદાચરણ' તથા 'ધર્મ' શબ્દથી સંબોધવામાં આવે છે.
એક સમાપત્તિ સમ્યગ્દર્શન અને જ્ઞાનરૂપ છે,
બીજી સમ્યક્ચારિત્ર અને સદ્વર્તનસ્વરૂપ છે.
નવકાર વડે પરમાત્મ સમાપત્તિ થાય છે અને
કરેમિ ભંતે વડે જીવાત્મ સમાપત્તિ થાય છે.
જીવાત્મ સમાપત્તિ દશવિધ યતિધર્મ રૂપ છે.
અહિંસાદિ અને ક્ષમાદિ ધર્મોનું પાલન સમાપત્તિરૂપ બને,
ત્યારે તે વસ્તુક્ષમા - ધર્મક્ષમાદિરૂપ બને છે. અર્થાત્
જિનાજ્ઞાપાલનરૂપ અધ્યવસાય પરમાત્મ સમાપત્તિરૂપ -
જીવોના પાલનરૂપ અધ્યવસાય જીવાત્મ સમાપત્તિરૂપ છે.

બધા જીવોની સાથે
પોતાની એકતાનું ભાવન એ ધર્મરૂપ બને છે અને
પરમાત્મ તત્ત્વની સાથે
એકતાનું ભાવન એ દર્શનરૂપ અને જ્ઞાનરૂપ બને છે,
એ રીતે રત્નત્રયીનું એક સાથે થતું આરાધન
મોક્ષનો - કર્મનિર્જરાનો માર્ગ છે,
તેને એક જ શબ્દમાં કહેવું હોય તો
'આજ્ઞાપાલનનો અધ્યવસાય' કહેવાય છે.
આજ્ઞા એ જ સમાપત્તિ છે.

<u>શ્રી નમસ્કાર મહામંત્રની</u>
<u>ચૂલિકાના ત્રીજા તથા ચોથા પાદનો અર્થ</u>

મંગળ - ધર્મ - good deed - સદાચરણ.
'સર્વ મંગળોમાં પ્રથમ,
સર્વ ધર્મોમાં પ્રધાન, સર્વ કર્તવ્યોમાં મુખ્ય,
સર્વ પ્રકારના ધર્મકાર્યોમાં સર્વોત્તમ ધર્મકાર્ય'
એ ચૂલિકાના ત્રીજા તથા ચોથા પાદ એટલે કે
મંગલાણં ચ સવ્વેસિં તથા
પઢમં હવઇ મંગલં ॥
અંતિમ છેલ્લા બે પદનો અર્થ છે.

શાશ્વતી ઓળી તે સમયે જ કેમ?

વિષુવકાળ એટલે દિવસ - રાત્રિનું સમાન માન.
તેમાં સૂર્ય અને ચંદ્રની ગતિ પ્રાયઃ સમાન રહે છે.
આ સ્થિતિ વર્ષમાં બે વાર જ આવે છે અને તે
પણ શાશ્વતી ઓળીના નજીકના દિવસોમાં જ આવે છે.
વર્ષમાં બે વખત પૃથ્વી પર જેમ પાક - ફસલ થાય છે,
તેમ આપણા શરીરમાં પણ તે બે વખતે જ
નૂતન શક્તિઓનું નિર્માણ - શુદ્ધિકરણાદિ થાય છે.
તે વખતે બાહ્ય સૂર્ય - ચંદ્રની જેમ આપણા
આત્મા અને મનની ગતિ પણ પ્રાયઃ સમાન રહે છે.
આવા સમયે જે કાંઈ અંતરંગ સાધનાદિ થાય,
તેમાં આત્મા અને મનનો મેળ - સહકાર
સમાનપણે મળે છે, તેથી આ દિવસોમાં મંત્રજાપ વગેરેમાં
અનેરા ઉલ્લાસાદિ જે અનુભવાય છે,
તેમાં વિષુવકાળની પ્રધાનતા છે.
વિશ્વ અક્ષરમય - માતૃકામયની જેમ અંકમય પણ છે,
એમ ગ્રીક તત્ત્વવેત્તા Pythagorasનું કહેવું છે.
એ દૃષ્ટિએ બારની સંખ્યા અને
સાતની સંખ્યાનું પણ મહત્ત્વ કલ્પી શકાય છે.

શ્રી ચંદ્રપ્રભુ જિન સ્તવન

દેખણ દે રે મુને દેખણ દે, ચંદ્રપ્રભ મુખચંદ, સખી મુને દેખણ દે,
ઉપશમ રસનો કંદ, સેવે સુર નર ઇંદ સખી,
ગત કલિમલ દુઃખદંદ. સખી...(૧)
સુહમ નિગોદે ન દેખીયો સખી, બાદર અતિહિ વિશેષ,
પુઢવી આઉ ન લેખિયો, તેઉ વાઉ ન લેશ. સખી...(૨)
વનસ્પતિ અતિ ઘણ દિહા, દીઠો નહિ ય દીદાર,
બિતિ ચૌરિંદી જલ લીહા, ગત સન્ની પણ ધાર, સખી.(૩)
સુર તિરિ નિરય નિવાસમાં, મનુજ અનાર જ સાથ,
અપજત્તા પ્રતિભાસમાં, ચતુર ન ચઢિયો હાથ. સખી...(૪)
એમ અનેક થલ જાણીએ, દરિસણ વિણ જિનદેવ,
આગમથી મતિ આણીએ કીજે નિર્મલ સેવ. સખી...(૫)
નિરમલ સાધુ ભગતિ લહી, યોગાવંચક હોય,
કિરિયા અવંચક તિમ સહી, ફલ અવંચક જોય. સખી...(૬)
પ્રેરક અવસર જિનવરુ, મોહનીય ક્ષય જાય,
કામિત પૂરણ સુરતરુ, આનંદઘન પ્રભુ પાય. સખી...(૭)

નિજસ્વરૂપ જે કિરિયા સાધે, તેહ અધ્યાતમ લહિયે રે;
જે કિરિયા કરી ચઉગતિ સાધે, તે ન અધ્યાતમ કહિયે રે.

પરિશિષ્ટ સૂચિ

પરિશિષ્ટ - ૧ (પૃષ્ઠ ૨૨)
અચેતન પણ ચેતનયુકત થઈને કાર્ય કરે છે. વિષયાશ્રિત થયેલ ચૈતન્ય જ્ઞાન ઉત્પન્ન કરનાર અને અજ્ઞાન દૂર કરનાર થાય છે. આત્મજ્ઞાન એ જ જ્ઞાન છે, બાકી બધું અજ્ઞાન છે. આત્માના અજ્ઞાનથી થયેલું દુઃખ આત્માના જ્ઞાન વડે જ હણાય છે. તે આત્મજ્ઞાન પરમાત્માના સ્મરણથી જ સુલભ થાય છે. વિષયાશ્રિત પરમાત્માનું સ્મરણ પણ આત્મજ્ઞાન વડે જ ફળે છે.

પરિશિષ્ટ - ૨ (પૃષ્ઠ ૩૩)
સદ્ગુરૂની કરૂણા કે કૃપા વિના વિષયત્યાગ કરવો દુર્લભ છે. તત્ત્વનું દર્શન દુર્લભ છે. સહજ અવસ્થા દુર્લભ છે. (૧) પરમાત્મા સાથે જોડાણ કરાવે તથા કર્મબંધ નાશ કરે, માટે સમ્યગ્ શાસ્ત્રો જાણનારા જ્ઞાની પુરૂષો વડે દીક્ષા કહેવાઈ છે. (૨)

પરિશિષ્ટ - ૩ (પૃષ્ઠ ૯૧)
પ્રશ્નઃ કાયોત્સર્ગ કરવામાં શું ગુણ થાય? જવાબઃ કાયોત્સર્ગ કરવાથી દેહ-બુદ્ધિ-જડતાની શુદ્ધિ થાય છે, સુખ-દુઃખને સહન કરવાનું થાય છે, અનુપ્રેક્ષા-શુભધ્યાન થાય છે તથા તે એકાગ્રતા આપે છે.

પરિશિષ્ટ - ૪ (પૃષ્ઠ ૧૦૯)
સર્વ જીવો વૈરથી મુકત થાઓ, પરસ્પર હિતને ઈચ્છનારા થાઓ, સ્વસ્થ-શાંત-સમૃદ્ધ-નિર્ભય થાઓ. (૧) કારણકે લોકમાં એમ કહેવાય છે કે મહાપુરૂષોને નમસ્કાર એ જ ઉન્નતિ છે, દાન એ જ મહાધન છે તથા પરાર્થ એ જ સ્વાર્થ છે. (૨) લલાટમાં બંને ભ્રમરની વચ્ચે અને નાસિકાના મૂળમાં અમૃત સ્થાન છે એમ જાણો. તે જ મોટું બ્રહ્માયતન કે આત્માનું કેન્દ્રસ્થાન છે. (૩)

પરિશિષ્ટ - ૫ (પૃષ્ઠ ૧૨૦)
આ આસન ઉપર મારૂં શરીર સુકાઈ જાય, મારી ત્વચા, હડ્ડીઓ અને માંસ ભલે પ્રલયને પામી જાય, પરન્તુ જ્યાં સુધી હું બોધિને પ્રાપ્ત ન કરૂં, ત્યાં સુધી મારૂં શરીર અને મન ચલિત નહિ થાય.

પરિશિષ્ટ - ૬ (પૃષ્ઠ ૧૨૩)

અરિહંત પરમાત્માદિ પ્રત્યે શ્રેષ્ઠ ભક્તિ, સર્વ જીવો પ્રત્યે કરૂણા તથા પવિત્ર આચરણમાં રાગ, એ ત્રણ પૂણ્યબંધના કારણો છે. (૧) અવિનીતો પ્રત્યે નિંદા, સર્વ જીવો પ્રત્યે કઠોરતા, નિન્દિત આચરણમાં રાગ, એ સર્વ પાપબંધ કરાવનારા કારણો છે. (૨) - યોગસાર, અ. ૪, શ્લોક ૩૭/૩૮

પરિશિષ્ટ - ૭ (પૃષ્ઠ ૧૬૧)

મંત્રનું આલંબન લેવું, વાચ્ય પદાર્થમાં એકાગ્ર બનવું તથા અંદર બોલાય એ રીતે મનન કરવું. (તેથી) મનન અને ત્રાણ આ બે ધર્મવાળા મંત્રથી પરમ તત્ત્વ એવા પરમાત્મા પ્રાપ્ત થાય અર્થાત્ ઉપેય એવા પરમાત્માની જેમ ઉપાય વડે આત્માનો અનુભવ થાય.

પરિશિષ્ટ - ૮ (પૃષ્ઠ ૧૬૪)

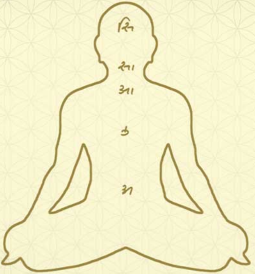
(૧) વિષય-કષાયથી નિવૃત્તિરૂપ વૈરાગ્ય (૨) શુદ્ધાત્માના બોધરૂપ તત્ત્વવિજ્ઞાન (૩) બાહ્યાંતર પરિગ્રહના ત્યાગરૂપ નિર્ગ્રન્થપણું (૪) નિશ્ચિંત આત્માની અનુભૂતિરૂપ વશચિત્તતા કે ઈન્દ્રિયદમન તથા (૫) રાગરહિત નિર્વિકલ્પ સમાધિરૂપ બહિરંગ સહકારી સ્વરૂપ પરિષહને જીતવાપણું, આ પાંચ ધ્યાનના કારણો છે.

પરિશિષ્ટ - ૯ (પૃષ્ઠ ૧૭૫)

ઘનઘાતી કર્મરહિત સર્વ અરિહંતો તથા સિદ્ધ ભગવંતો અને આચાર્યો - ઉપાધ્યાયો - સાધુ ભગવંતો, શ્રેષ્ઠ લક્ષણો ધારણ કરનારા એવા આ પાંચેને કરેલો નમસ્કાર સંસારમાં ભટકતા જીવોને શરણભૂત છે.

ઉપર દર્શાવેલ ૫ ડાયરીઓ
પરમ પૂજ્ય પંન્યાસશ્રી ભદ્રંકરવિજયજી ગણિવર્ય મહારાજનાં સ્વહસ્તાક્ષરમાં
ઈ.સ. ૧૯૭૯ પરિસરમાં લખાયેલ છે, તે અહીં સંકલિત કરેલ છે.

ધ્યાનસિદ્ધ સમાધિ



શ્રી પંચ પરમેષ્ઠિનું ધ્યાન જ્યારે
શબ્દ, અર્થ અને જ્ઞાનથી સંકીર્ણ હોય છે,
ત્યારે તે સવિકલ્પ સમાધિનો હેતુ બને છે.

પં. ભદ્રંકરવિજય

www.fiestadesigns.in