આરાધના શિબિર-૧૧

સંચાલન : બ્ર. નિ. શ્રી નલિનભાઈ

સંકલન કર્તા : બ્ર. નિ. શ્રી રસિકભાઈ

શ્રી રાજ સોભાગ સત્સંગ મંડળ
સાયલા-૩૬૩૪૩૦
જી. સુરેન્દ્રનગર

॥ ॐ ॥

શ્રી રાજ સોભાગ સત્સંગ મંડળ

સાયલા

આરાધના શિબિર-૧૧

તા. ૨૫-૧૨-૯૩ થી ૩૧-૧૨-૯૩

સંચાલન : બ્ર. નિ. શ્રી નલિનભાઈ

સંકલન કર્તા : બ્ર. નિ. શ્રી રસિકભાઈ

શ્રી રાજ સોભાગ સત્સંગ મંડળ

સાયલા-૩૬૩૪૩૦

પ્રકાશન સમિતિ :
શ્રી રાજ સોભાગ સત્સંગ મંડળ
શ્રી રાજ સોભાગ આશ્રમ,
સાયલા-૩૬૩૪૩૦
જિલ્લો-સુરેન્દ્રનગર

(ફક્ત ખાનગી વપરાશ માટે)

પ્રત - ૫૦૦

પ્રાપ્તિસ્થાન :

(૧) વરજીવનદાસ કલ્યાણજી શાહ
૪૫/૪૯, બાબુ ગેનુ રોડ (નવી હનુમાન ગલી)
કાલબાદેવી, મુંબઈ-૪૦૦ ૦૦૨
ફોન નં : ૩૧૯૯૭

(૨) શ્રી રાજ સોભાગ અ
નેશનલ હાઈવે-૮ ઉ
સાયલા-૩૬૩૪૩૦
ફોન નં : ૬૦૪

મુદ્રણ :
દુન્દુભિ પ્રિન્ટર્સ
અમદાવાદ.
૦૨૭૨-૪૦૪૧૮૬

: પ્રસ્તાવના :

પૂ. શ્રી ગુરૂદેવની લોનાવાલામાં મે-જુન-૯૩માં સ્થિરતા હતી ત્યારે આરાધના શિબિર કરવાનું નક્કી કરવામાં આવ્યું હતું અને તેમાં વિચારણા માટે વિષયો નક્કી કરવામાં આવ્યા હતા. તે વિષયો આ પ્રમાણે છે.

(૧) ઉપશમ–વૈરાગ્ય

(૨) સમક્તિના સડસઠ બોલ

(૩) વિચાર-શક્તિ

આ વિષયોમાંથી પ્રથમ વિષય વિષે આરાધના શિબિર-૧૦ માં લખવામાં આવ્યું હતું.

બીજા અને ત્રીજા વિષય ઉપર આ પુસ્તકમાં સમજણ આપવા પુરૂષાર્થ કર્યો છે. પૂ. બાપુજી (પૂ. ગુરૂદેવ)ના સ્વાધ્યાયો સાંભળી તેનું સંકલન કરવાનો પ્રયત્ન આ પુસ્તકમાં કરવામાં આવ્યો છે. આશા છે કે સાધકોને આ વિષયો તેઓની સાધનામાં ઉપયોગી થશે.

પ.કૃ.દેવ કહે છે કે, ''સુવિચારણા'' એ સાધના માટેનું એક સાધન છે. જેના વડે જીવને પરભાવમાંથી પોતાના સ્વરૂપમાં લાવવામાં સરળતા રહે છે. તેથી આ પુસ્તકનું લખાણ આપનામાં સુવિચારણા પ્રગટાવશે તો સંકલન કરવાનો જે પ્રયત્ન કરવામાં આવ્યો છે તે સફળ થશે.

એજ. લિ.
નિરંજનભાઈ કોઠારી
મેનેજીંગ ટ્રસ્ટી
શ્રી રાજ સોભાગ સત્સંગ મંડળ
સાયલા

: - સમ્યક્ત્વના ૬૭ બોલ :-

પ્રસ્તાવના :- જીવ અને કર્મનો સંયોગ અનાદિ કાળનો છે. જીવ સંપૂર્ણતયા કર્મોના પ્રભાવ નીચે રહેલો છે. એની દરેક વૃત્તિ અને પ્રવૃત્તિ કર્મ પ્રેરિત હોય છે. પરંતુ જ્યારે સંસાર પરિભ્રમણનો કાળ મર્યાદિત થાય છે. ત્યારે જીવમાં સભાનતા આવે છે. ત્યારે તેને આંતર બાહ્ય સાનુકુળ સંયોગો પ્રાપ્ત થાય છે. એ સંયોગોમાં જો એ કર્મોનો નાશ કરવા પુરૂષાર્થ કરે છે તો તે આત્મ વિશુદ્ધિ પ્રાપ્ત કરી શકે છે. આ આંતર બાહ્ય સાનુકૂળતાઓ કઈ છે ? (૧) જીવ છયે પર્યાપ્તિથી યુકત હોવો જોઈએ (૨) પાંચે ઈન્દ્રિયો પરિપૂર્ણ હોવી જોઈએ. (૩) સંજ્ઞીપણું પ્રાપ્ત થયેલું હોવું જોઈએ. એટલે કે મન હોવું જોઈએ. (૪) અશુભ લેશ્યા ન હોવી જોઈએ. (૫) ચઢતા પરિણામવાળી વિશુધ્ધ સ્થિતિ જોઈએ. (૬) મોહનીય કર્મની સ્થિતિ અંતઃ કોડાકોડી સાગરોપમની હોવી જોઈએ (૭) ભવ્ય જીવ હોવો જોઈએ.

મિથ્યાત્વ મોહનીય કર્મનો ઉપશમ થાય, ક્ષયોપશમ થાય કે ક્ષય થાય, ત્યારે સમ્યગ્દર્શન રૂપ આત્મ વિશુધ્ધિ પ્રાપ્ત થાય છે. આ આત્મવિશુધ્ધિ માટે ગુણકરણ કરવા દ્વારા યુંજન કરણને હટાવવું પડે છે.

આ સમ્યગ્દર્શન બે રીતે આવિર્ભાવ પામે છે - પ્રગટે છે. (૧) નિસર્ગથી (૨) અધિગમથી. કોઈ આત્માને આ ભવની અપેક્ષાએ સમ્યગ્દર્શન પ્રાપ્ત કરવા બાહ્ય નિમિત્ત - સત્ દેવ, સદ્ગુરુ અને સત્ શાસ્ત્રની જરૂરીયાત પડે છે. નિમિત્તના સહારે સમ્યગ્દર્શન પ્રગટે તેને અધિગમ સમ્યગ્દર્શન કહેવાય છે. પૂર્વ ભવના અનુસંધાને આ ભવમાં બાહ્ય નિમિત્ત ની જરૂર પડયા વગર સમ્યગ્દર્શન પ્રાપ્ત થાંય તેને નિસર્ગ સમ્યક્દર્શન કહેવાય છે.

અધિગમ સમ્યગ્દર્શનના બીજા પર્યાયવાચી શબ્દો છે... અભિગમ, આગમ, નિમિત્ત, શ્રવણ, શિક્ષા, ઉપદેશ.,

નિસર્ગ સમ્યગ્દર્શનના બીજા પર્યાયવાચી શબ્દો છે : - પરિણામ, સ્વભાવ, અપરોપદેશ,

જુદી જુદી અપેક્ષાઓને ધ્યાનમાં લેતા સમ્યગ્દર્શનનાં અનેક પ્રકારો ભેદો ભતાવવામાં આવેલા છે.

(૧) ઔપશમિક, ક્ષયોપશમિક, ક્ષાયિક, સાસ્વાદન, વેદક,

(૨) કારક, રોચક, દીપક,

(૩) નિશ્ચયથી - વ્યવહારથી,

(૪) દ્રવ્યથી - ભાવથી,

''સમ્યગ્દર્શન જ્ઞાન ચારિત્રાણિ મોક્ષમાર્ગ :'' (તત્ત્વાર્થ સૂત્ર)

એટલેકે સમ્યગ્દર્શન, સમ્યગ્જ્ઞાન, સમ્યક્ચારિત્ર એ મોક્ષ માર્ગ છે. જ્ઞાન અને ચારિત્ર વિના એકલું સમ્યગ્દર્શન ન હોય. જ્ઞાન અને દર્શન વિના એકલું સમ્યગ્ચારિત્ર ન હોય. દર્શન અને ચારિત્ર વિના એકલું સમ્યગ્જ્ઞાન ન હોય.

આ ત્રણે સાથે જ હોય, એક હોય તો બાકીના હાજર જ હોય પ.કૃ દેવ પણ કહે છે કે.

તે ત્રણે અભેદ પરિણામથી રે, જ્યારે વર્તે તે આત્મારૂપ - મૂ.મા.
તેહ મારગ જિનનો પામિયોરે, કિંવા પામ્યો તે નિજસ્વરૂપ.મૂ.મા.- ૯
(૭૧૫)

આ માર્ગનો આરાધક એ જ થઈ શકે જેને સત્ દેવ, સત્ ગુરુ અને સત શાસ્ત્ર પ્રત્યે શ્રદ્ધા આસ્થા હોય.

અનંત પ્રકારના કર્મો કહેવામાં આવ્યા છે. તેના મુખ્ય આઠ ભેદ કહેવામાં આવ્યા છે. તેમાં પણ મોહનીય કર્મને બધા કર્મોનો રાજા કહેવામાં આવેલ છે. આ મોહનીય કર્મનાં પણ બે ભેદ છે. - દર્શન મોહનીય અને ચારિત્ર મોહનીય આ બેમાં પણ દર્શન મોહનીય જ મુખ્યતાએ જીવને જન્મ મરણના ચકાવામાંથી બહાર નીકળવા દેતું

નથી. તે જીવને કયાંક ને કયાંક ભૂલાવામાં નાખી ને જન્મ મરણના ફેરામાં ધકેલી દે છે. શાસ્ત્રોમાં જે કોઈ પણ ઉપાયો બતાવવામાં આવ્યા છે તે મુખ્યતાએ આ કર્મનો નાશ કરવાને અનુલક્ષીને બતાવવામાં આવ્યા છે. જો આ દર્શન મોહનીયને હઠાવ્યા વિના બીજી કર્મની પ્રકૃતિઓનો નાશ કરવાનો પુરૂષાર્થ કરવામાં આવે તો તે નિષ્ફળ જાયછે. તેના ભવના ફેરા કપાતા નથી.

માટે આ દર્શન મોહનીયને હટાવવા માટેનું મુખ્ય કારણ તે સમ્યગ્દર્શન છે. તેને મેળવવું જરૂરી છે. તે સમ્યગ્દર્શન ત્યારે જ પ્રાપ્ત થાય કે જ્યારે સદ્ગુરુની આજ્ઞા પ્રમાણે ચાલીને તેણે બતાવેલી સાધના કરીને આત્મ અનુભવ મેળવવામાં આવે. તો આ સમ્યગ્દર્શન ને પ્રાપ્ત કરવા માટે જાણવા - આદરવા અને છાંડવા યોગ્ય સડસઠ બોલનો આપણે વિચાર કરીશું.

આ સડસઠ બોલને સમજવા માટે આપણે મહોપાધ્યાય શ્રી યશોવિજયજી મ.સા. બનાવેલ સડસઠ બોલની સમ્યક્ત્વની સઝ્ઝાય નો ઉપયોગ કરીશું.

પંડિત શ્રીનયવિજયના શિષ્ય મહોપાધ્યાયશ્રી યશોવિજયજી મ. સા. સમ્યક્ત્વની સઝ્ઝાયની પીઠિકામાં કહે છે કે -

"શુકૃતવલ્લિ કાદંબિની, સમરી સરસ્વતી માત્,
સમકિત સડસઠ બોલની, કહિશ્યું મધુરી વાત. ૧

સમકિત દાયક ગુરુ તણો, પંચુવયાર ન થાય;
ભવ કોડાકોડ કરી, કરતાં સર્વ ઉપાય - ૨

ધનાદિક કિરિયા ન દિયે, સમકિત વિણ શિવ શર્મ;
તે માટે સમક્તિ વડું, જાણો પ્રવચન મર્મ - ૩

દર્શન મોહ વિનાશથી, જે નિર્મલ ગુણઠાણ;
તે નિશ્ચય સમકિત કહ્યું, તેહના એ અહિઠાણ" ૪

ખૂબ જ સુંદર રીતે વેલાઓથી વીંટળાયેલી એવી ડુંગરની ખીણો જેવી સરસ્વતી માતાનું સ્મરણ કરીને સમ્યક્ત્વના સડસઠબોલની જે મીઠી વાતો છે તેને કહું છું. જે આત્માને જગાડી ભવભ્રમણા મટાડે છે. જે ગુરૂ સમકિતની પ્રાપ્તિ કરાવે છે, તેનો પ્રતિ ઉપકાર થઈ શકતો નથી. કોડા કોડી ભવ સુધી પણ બધા પ્રકારના ઉપાય કરવા છતાં તે ઉપકરાનો બદલો વાળી શકતો નથી. આવો ઉપકાર સમકિત દાતા સદ્‌ગુરુનો છે.

જો સમ્યક્ત્વ પ્રાપ્ત થયું નથી તો ધન, જપ, તપઆદિ ક્રિયાઓ પણ શિવશર્મ એટલે મોક્ષ અપાવી શકતા નથી. તેથી જ સમ્યક્ત્વને જ મુખ્યતા આપવામાં આવી છે. આ પ્રવચનનું તીર્થંકર ભગવંતના ઉપદેશનું રહસ્ય છે.

દર્શન મોહનીય કર્મનો ક્ષય કરવાથી આ નિર્મળ સમ્યગ્દર્શન પ્રાપ્ત થાય છે. આને જ નિશ્ચયથી સમ્યક્ત્વ કહ્યું છે. તેના આ હવે કહેવામાં આવી રહ્યા છે તે અંગો છે. બોલ છે..

સમ્યગ્‌દર્શન કારણ, સદ્‌ગુરુદેવ કૃપાળુની વાણી;
સર્વ અપૂર્વ હેતુ નમું, ગુરુ રાજપદે ઉરઉલટ આણી;
સમ્યગ્‌દર્શન દાયકનો ઉપકાર વળે નહિ કોઈ પ્રકારે;
ટાળી પશુગતિં ને નરકાદિક, મોક્ષતરુ બીજવાવી વધારે;
સમ્યગ્દર્શનની ઝુરણા સહ, સમ્યગ્ દર્શન ચિંતવવા જે;
તે જીવ ત્યાગ વિરાગ વધારી, ગુરુગમ ધારી સુદૃષ્ટિ થતા તે;
સ્વપ્ન વિષે પણ સમ્યગ્દર્શન દૂષિત જે ન કરે સુવિચારી;
તે જીવ સમ્યક્ત્વ વિષે રમી, કર્મ ખપાવી વરે શિવનારી-

આમ સમકિત દાતા ગુરુના ચરણોમાં વંદન નમસ્કાર કરીને હવે આપણે સમ્યક્ત્વના સડસઠ બોલ શું છે ? તેનો વિચાર કરીએ. તેનો વિચાર કરીને તેમાંથી આદરવા જોગ બોલોને આદરીયે

અને છાંડવા યોગ્ય બોલને છાંડીને સમ્યગ્ દર્શન પામી તેને નિર્મળ બનાવીએ.

સડસઠ બોલ

(૧) ચાર સદ્દહણા

ચઉ સદ્દહણા, તિ લિંગ છે, દશવિધ વિનય વિચારો રે;
ત્રિણિ શુદ્ધિ, પણ દૂષણાં, આઠ પ્રભાવક ધારો રે - ૫

પ્રભાવક અડ પંચ ભૂષણ, પંચ લક્ષણ જાણીએ;
ષટ્ જયણા ષટ્ આગાર ભાવના, છવ્વિહા મન આણીએ;
ષટ ઠાણ સમકિત તણા, સડસઠ ભેદ એહ ઉદાર એ,

એહનો તત્વ વિચાર કરતાં, લહી જે ભવ પાર એ - ૬
ચઉવિહ સદ્દહણાં, તિહાં, જીવાદિક પરમત્થોરે,
પ્રવચન માંહિ જે ભાખિયા, લીજે તેહનો અત્થોરે - ૭

તેહનો અર્થ વિચારીએ, એ પ્રથમસદ્દહણા ખરી,
બીજી સદ્દહણા તેહની જે, જાણે મુનિ ગુણ ઝવહરી;
સંવેગ રંગ તરંગ ઝીલે, માર્ગ શુદ્ધ કહે બુધા,
તેહની સેવા કીજીએ જિમ પીજીએ સમતા સુધા - ૮

સમકિત જેણે ગ્રહી વમ્યુ નિન્હવને અહા છંદારે,
પાસત્થાને કુશીલિયા, વેષ વિડંબક મંદારે - ૯

મંદા અનાણી દૂર છંડો, ત્રીજી સદ્દહણા ગ્રહી;
પર દર્શનીનો સંગ તજીએ, ચોથી સદ્દહણા કહી;
હીણા તણો જે સંગ ન ત્યજે, તેહનો ગુણ નવિ રહે,
જયું જલધિ જલમાં ભળ્યું ગંગાનીર લૂણપણું લહે - ૧૦

સદ્હણા = ૪.	લિંગ = ૩.	વિનયધર્મ = ૧૦.	શુદ્ધિ = ૩.
દૂષણ = ૫.	પ્રભાવક = ૮.	ભૂષણ = ૫.	લક્ષણ = ૫.
જયણા = ૬.	આગાર = ૬.	ભાવના = ૬.	છ થાનક = ૬.

આ સડસઠ બોલનો તત્ત્વ દૃષ્ટિએ વિચાર કરતાં જીવ પોતાના જન્મ મરણના ફેરામાંથી છુટી જાય છે, જન્મ મરણના ફેરા ટાળવા માટે યોગ્ય બને છે. જ્ઞેય, હેય અને ઉપાદેયની ત્રિપદીનો ઉપયોગ કરી કર્મ બંધથી છુટી જાય છે, કારણ કે આ ભેદ યથાર્થ પણે સમજાતાં સમ્યગ્ દર્શનના કારક બને છે. અને સમ્યગ્ દર્શન એ મોક્ષમાર્ગમાં દાખલ થવાનું દ્વાર છે.

ચાર પ્રકારની સદહણા - શ્રદ્ધા જેનામાં હોય તે જીવ-અજીવ આદિનો યથાર્થ વિચાર કરી શકે છે, એનો પરમાર્થ સમજો. જ્ઞાની ભગવંતોએ પોતાના પ્રવચનમાં જે કહ્યું છે તેને યથાર્થ જાણી તેનો અર્થ સમજો. ભગવંતોએ ફરમાવેલ પ્રવચનનો અર્થ વિચારણામાં લેવામાં આવે અને શ્રદ્ધા કરવામાં આવે અથવા સદ્ગુરુના આશ્રયમાં રહીને તેને સમજવાનો પ્રયત્ન કરવામાં આવે તો તેને સત્ શ્રદ્ધા કહેવામાં આવી છે. જે પ્રથમ સદ્હણા છે.

જે મુનિ-ગુણને પારખીને સંવેગ રંગમાં રમણતા કરી રહ્યા છે અને શુધ્ધ માર્ગનું આચરણ કરી રહ્યા છે તેની સેવા-વૈયાવચ્ચ કરો. કે જેથી સમતાભાવ-સામ્યભાવ-ઉદાસીનભાવ જાગૃત બને. એ બીજી સદ્હણા-ગુણીની શુશ્રૂષા કહેવામાં આવે છે.

જે સમ્યક્ત્વને પ્રાપ્ત કરીને વમી નાખે છે તેવાં નિન્હવ, સ્વચ્છંદી, ઉત્સૂત્ર પ્રમાણે વર્તનારા, ચારિત્રનો ભંગ કરનારા કે જે વેષને વગોવે છે તેવા મંદ બુધ્ધિ બાળા અને અજ્ઞાનીઓનો સંગ છોડી દો અને ત્રીજી સદ્હણા-સુ-શ્રદ્ધાને ધારણ કરો.

પર દર્શન-મતાગ્રહીનો સંગ ત્યાગવો એ ચોથી સદ્દહણા-શુધ્ધતાની રક્ષક રૂપ સદ્દહણા (શ્રદ્ધા)ને ધારણ કરો.

જે હીન વ્યક્તિત્વનો ત્યાગ કરતો નથી તેનામાં કોઈ ગુણ ટકી શકતો નથી. જેમ ગંગાનું જળ-સમુદ્રમાં ભળવાથી ખારાશને ગ્રહણ કરે છે અને પોતાનું અસ્તિત્વ ગુમાવે છે. તેમ હીન વ્યક્તિઓનો સંબંધ સાધકને નુકસાનકારક બને છે. આ ચાર પ્રકારની શ્રદ્ધાને જે ગ્રહણ કરે છે તે સમ્યગ્દર્શી થાય છે.

(૨) ત્રણ લિંગ

ત્રિણ લિંગ સમકિત તણા રે, પહેલું શ્રુત અભિલાષ,
જેહથી શ્રોતા રસ લહે રે, જેહવો સાકર દ્રાખ રે,
પ્રાણી ! ધરીએ સમકિત રંગ, જિમ લહિએ સુખ અભંગ રે, પ્રાણી. ૧૧

તરુણ સુખી સ્ત્રી પરવર્યો રે, ચતુર સુણે સુરગીત,
તેહથી રાગ અતિ ઘણો રે, ધર્મ સુણ્યાની રીત રે, પ્રાણી. ૧૨

ભૂખ્યો અટવી ઊતર્યો રે, જિમ દ્વિજ ઘેબર ચંગ,
ઈચ્છે તિમ જે ધર્મને રે, તેહિજ બિહુ લિંગ રે. પ્રાણી. ૧૩

વૈયાવચ્ચ ગુરૂદેવનું રે, ત્રીજું લિંગ ઉદાર,
વિદ્યા સાધક પરિ કરે રે, આલસ નવિય લગાર રે. પ્રાણી. ૧૪

સમ્યક્ત્વના ત્રણ લિંગ કહ્યા છે. (૧) શ્રુત સાંભળવાની રુચિ કે જેના વડે શ્રોતા આનંદ રૂપી મધુર રસને ગ્રહણ કરે છે, જાણે કે તેણે સાકર અથવા દ્રાક્ષ ખાધી હોય અને જે મીઠાશનો આનંદ લે તેનાથી અનેક ગણી મીઠાશ આ સત્ શ્રુત સાંભળવાથી આવે છે. માટે હે પ્રાણી ! સમકિત પ્રાપ્ત કરવા માટે અને અખંડ સુખ પ્રાપ્ત થાય તેમ વર્તવું જોઈએ.

(૨) જેમ યુવાન-તરુણ પોતાની સ્ત્રી સાથે ક્રીડા કરતાં આનંદ

મેળવે છે, વિદ્વાન માણસ દિવ્ય સંગીત વિ. સાંભળીને આનંદ મેળવે છે. તેનાથી પણ અનંત ઘણો રાગ-પ્રેમ ધર્મ સાંભળવામાં રાખવો જોઈએ. આ પ્રેમને ધર્મરુચિ લિંગ કહેવામાં આવે છે. ભૂખ્યો માણસ જંગલમાંથી બહાર આવી જવાથી આનંદ પામે છે. બ્રાહ્મણને ઘેબર મળવાથી આનંદ મેળવે છે, તેવી જ રીતે જે ધર્મને ઈચ્છે છે તે પણ અવર્ણનીય આનંદને પામે છે. જેને ધર્મરુચિ લિંગ કહેવામાં આવે છે.

(૩) ગુરૂની વૈયાવચ્ચ કરવા રૂપ ત્રીજું લિંગ છે. પ્રમાદ રહિતપણે ગુરૂની વૈયાવચ્ચ કરે અને સાથે સાથે પોતાની સાધના પણ ચાલુ રાખે, જરા પણ આળશ ન કરે.

આ ત્રણ લિંગને યથાતથ્ય સમજીને જે આદરે તે અવશ્ય સમકિતને પ્રાપ્ત કરે અને મોક્ષમાર્ગમાં આગળ વધી જાય.

(૩) દશ પ્રકારનો વિનય ધર્મ

અરિહંત તે જિન વિચરતાજી, કર્મ ખપી હુઆ સિધ્ધ,
ચેઈય જિન પડિમા કહીજી, સૂત્ર (શ્રુત) સિધ્ધાંત પ્રસિધ્ધ,
ચતુર નર ! સમજો વિનય પ્રકાર, જિમ લહિએ સમકિત સાર. ચતુર. ૧૫

ધર્મ ક્ષમાદિક ભાખિયોજી, સાધુ તેહના રે ગેહ,
આચારજ આચારનાજી, દાયક નાયક જેહ. ચતુર. ૧૬

ઉપાધ્યાય તે શિષ્યને જી, સૂત્ર ભણાવણહાર,
પ્રવચન સંઘ વખાણીયે જી, દર્શન સમકિત સાર. ચતુર. ૧૭

ભગતિ બાહ્ય પ્રતિ પ્રત્તિથીજી, હૃદય પ્રેમ બહુમાન,
ગુણ થુતિ અવગુણ ઢાંકવાજી, આશાતનની હાણ. ચતુર. ૧૮

પાંચ ભેદ એ દશ તણો જી, વિનય કરે અનુકૂલ,
સીંચે તેહ સુધારસે જી, ધર્મ વૃક્ષનું મૂલ. ચતુર. ૧૯

- હે ચતુર સાધક ! વિચરતા જિનેશ્વરને અરિહંત. (૧), કર્મને

ખપાવી મોક્ષે પધારી ગયા તે સિધ્ધ ભગવંત (૨), જિનેશ્વરની પ્રતિમા (૩), સત્ શાસ્ત્રરૂપી શ્રુત (૪) નો એવી રીતે વિનય કરવો કે જેથી સમ્યક્ત્વ પ્રાપ્ત થાય. એટલે કે યથાર્થપણે વિનયને સમજીને તે પ્રમાણે વિનયાન્વિત થવું કે જેથી સમકિત રત્નને પ્રાપ્ત કરી શકાય.

ક્ષમા, માર્દવ, આર્જવ, મુક્તિ (ઈચ્છા નિરોધ), તપ, સંયમ, સત્ય, શૌચ, આકિંચન્ય, તથા બ્રહ્મચર્ય રૂપી દશ પ્રકારનો ધર્મ (૫) કહ્યો છે કે જેને સાધુઓ હંમેશાં ઈચ્છે છે અને આદરે છે. આચાર્ય (૬) જે આચાર પાળે છે અને આચાર પળાવે છે તે સંઘના નાયક કહેવાય છે. માટે તેમનો પણ વિનય કરવો.

ઉપાધ્યાય (૭) તે શિષ્યને સૂત્રનું જ્ઞાન આપનાર છે, તેમજ અષ્ટ પ્રવચન માતા રૂપ સંઘ છે. તેનું બહુમાન કરવું કે જેથી સમ્યક્ દર્શન રૂપી સાર તત્વ પ્રાપ્ત થાય.

હૃદયમાં બહુમાન પૂર્વક પ્રેમથી ભક્તિ-પત્તિ રૂપ ભક્તિ (૯) કરવી, ગુણી અને ગુણોની સ્તવના-સ્તુતિ કરવી તેમજ બીજાના દોષો જોવામાં આવ્યા હોય તો પણ ખુલ્લાં નહીં કરતાં ગોપવી દેવાં (૧૦) આમ કરવાથી આશાતનાના પાપકર્મથી બચી જવાય છે અને આગળ વધી શકાય છે.

આ પાંચના દશભેદ સમજીને જે યથાતથ્ય વિનય આચરે છે, તે ગુરુગમ વડે બોધિવૃક્ષને પ્રાપ્ત કરનાર બને છે માટે હે ચતુર નર ! તું વિનયને યથાતથ્ય સમજ અને તે પ્રમાણે વિનયનું આચરણ કર કે જેથી સમ્યક્ દર્શન-જ્ઞાન-ચારિત્ર રૂપી રત્નત્રય તારા હાથમાં આવી જાય.

(૪) ત્રણ પ્રકારની શુધ્ધિ

ત્રિણ શુધ્ધિ સમકિત તણી રે, તિહાં પહેલી મન શુધ્ધિ રે,
શ્રી જિનને જિનમત વિના રે, જૂઠ સકળ એ બુધ્ધિ રે,
ચતુરા ! વિચારો ચિત્તમાં રે. ૨૦

જિન ભગતે જે નવિ થયું રે, તે બીજાથી કેમ થાય રે ?
એવું જે મુખે ભાખીએ રે, તે વચન શુધ્ધિ કહેવાય રે. ચતુર ! ૨૧
છેદ્યો ભેદ્યો વેદના રે, જેહ સહેતો અનેક પ્રકાર રે,
જિનવિણ પરસુર નવિ રમે રે, તેહની કાયા શુધ્ધિ ઉદાર રે. ચતુર ! ૨૨

- સમકિત પ્રાપ્ત કરવા માટે ત્રણ પ્રકારની શુધ્ધિ જરૂરી છે. તેમાં પ્રથમ મનની શુધ્ધિ (૧) આવે છે. જે મનથી એમ માને કે શ્રી જિનેશ્વર અને જિનેશ્વર પ્રરૂપિત ધર્મ વિના બાકી બધું નકામું છે. એવી બુધ્ધિ રાખવી તે મન શુધ્ધિ છે. હે પ્રાજ્ઞ પુરૂષો ! તમે જરા ચિત્તથી વિચારશો તો આમ જણાશે.

જિનેશ્વરની ભક્તિથી-તેની આશ્રય ભાવનાથી જે પ્રાપ્ત ન થાય તે બીજાથી કેમ પ્રાપ્ત થઈ શકે ? એટલે કે જે ધ્યેય છે તે પ્રાપ્ત કરવા માટે જિનેશ્વરની ભક્તિ-આશ્રય ભક્તિ કરવાથી જ ધ્યેયને પ્રાપ્ત કરી શકાય છે. આમ બોલવું તે વચન શુધ્ધિ (૨) કહેવાય છે.

કોઈ તેને છેદે, ભેદે, વેદના આપે, તેને અનેક પ્રકારે કાયા વડે સમતા ભાવે સહન કરે છે અને જે જિનેશ્વર - વીતરાગ સિવાય કોઈને ભગવાન માનીને તેનું ચિંતન કરતો નથી તે તેની કાયશુધ્ધિ (૩) છે. એટલે કે જિનેશ્વરની આરાધના કરતાં તેને જે કાંઈ દુઃખ સહેવા પડે તે સહન કરે પણ તેથી ગભરાઈ જઈ બીજા દેવ દેવીઓ પાસે જાય નહીં. તેનું આરાધન કરે નહીં તે કાય શુધ્ધિ કહેવાય.

(૫) પાંચ દૂષણ

સમકિત દૂષણ પરિહરો રે, તેહમાં પહેલી છે શંકા રે,
તે જિન વચનમાં મત કરો, જેહને સમ નૃપ રંકા રે,
સમકિત દૂષણ પરિહરો. ૨૩

કંખા કુમતિની વાંછના, બીજુ દૂષણ ત્યજીએ,
પામી સુરતરુ પરગડો, કિમ બાઉલ ભજીએ. સમકિત. ૨૪

સંશય ધર્મના ફલ તણો રે, વિતિગિચ્છા નામે,
ત્રીજું દૂષણ પરિહરો, નિજ શુભ પરિણમે. સમકિત. ૨૫
મિથ્યામતિ ગુણ વર્ણના, ટાળો ચોથો દોષ,
ઉનમારગી થુણતાં હુવે, ઉનમારગ પોષ. સમકિત. ૨૬

પાંચમો દોષ મિથ્યામતિ, પરિચય નવિ કીજે,
ઈમ શુભ મતિ અરવિંદની, ભલી વાસના લીજે. સમકિત. ૨૭

- સમકિત પ્રાપ્ત કરવામાં પાંચ દૂષણ આડા આવે છે. તેનો ત્યાગ કરો. તે આ પ્રમાણે છે. (૧) જિન વચનમાં શંકા કરવી એ પ્રથમ દૂષણ છે. જિનેશ્વરને તો રાજા અને રંક સમાન છે, તેવા ભગવંતના શ્રુતમાં શંકા કરવી તે પ્રથમ દૂષણ કહેવાય છે. માટે જિનેશ્વર પ્રરૂપિત ઉપદેશમાં શંકા ન કરો અને આમ કરી પ્રથમ દોષનો નાશ કરો.

જેને કલ્પવૃક્ષ પ્રાપ્ત થયું હોય તે બાવળના ઝાડ પાસે ન જાય. તેની સ્તવના ન કરે તેવી જ રીતે કુમતિ અને તેને આદરવાની કંખા-ઈચ્છા ન કરો. આમ થવાથી કંખા-ઈચ્છા નામનો બીજો દોષ નાશ પામશે.

હું જે કાંઈ ધર્મ કરણી કરી રહ્યો છું તેનું ફળ મળશે કે કેમ તેવો સંશય-વિતિગિચ્છા ન કરો, આ દોષને દૂર કરવા માટે પોતાનામાં શુભ પરિણતિને સ્થિર કરો. આમ કરવાથી ત્રીજો દોષ નાશ પામશે.

મિથ્યાત્વના પોષક્ના ગુણો વર્ણવવા તે ચોથો દોષ છે. કારણકે ઉન્માર્ગ-મિથ્યાત્વ માર્ગની પ્રશંસા કરવાથી આપણે તેને જ પોષણ આપતા થઈએ છીએ અને તેમ કરતાં ચોથું દૂષણ આપણામાં આવે છે. માટે મિથ્યામતિની સ્તુતિ ન કરો.

પાંચમો દોષ છે મિથ્યાત્વીનો સંગ કરવો. તેનો સંગ કરવો તે પરપાખંડ સંથવો નામનો દોષ છે. માટે તેનો ત્યાગ કરો અને

કમળની જેમ નિર્મળ વિચારોમાં સ્થિર થાઓ. જેથી આ દોષનો નાશ થઈ શકે.

આના પર વિચાર કરી પાંચ દૂષણ (દોષો)ને ત્યાગો જેથી સમ્યક્ત્વ પ્રગટ કરી શકાય.

(૬) આઠ પ્રભાવક

આઠ પ્રભાવક પ્રવચનના કહ્યા, પાવયણી ધુરી જાણ,
વર્તમાન શ્રુતના જેહ અર્થનો, પાર લહે ગુણ ખાણ,
ધન ધન શાસન મંડન મુનિવરા. ૨૮

ધર્મકથી તે બીજો જાણિયે નંદિષેણ પરિ જેહ,
નિજ ઉપદેશે રે રંજ લોકને, ભંજે હૃદય સંદેહ. ધન ધન. ૨૯

વાદી ત્રીજો રે તર્ક નિપુણ ભણ્યો, મલ્લવાદી પરિ જેહ,
રાજ દુવારે જયકમલા વરે, ગાજંતો જિમ મેહ. ધન ધન. ૩૦

ભદ્રબાહુ પરિ જેહ નિમિત્ત કહે, પરમત જીપણ કાજ,
તેહ નિમિત્તી રે ચોથો જાણીયે, શ્રી જિન શાસન રાજિ. ધન ધન. ૩૧

તપ ગુણ ઓપે રે રોપે ધર્મને, ગોપે નવિ જિન આણ,
આશ્રવ લોપે રે નવિ કોપે કદા, પંચમ તપસી તે જાણ. ધન ધન. ૩૨

છઠ્ઠો વિદ્યા રે મંત્રતણો બલિ (વલી), જિમ શ્રી વયરમુણિંદ,
સિધ્ધ સામો રે અંજન યોગથી, જિમ કાલિક મુનિચંદ. ધન ધન. ૩૩

કાવ્ય સુધારસ મધુર અર્થ ભર્યા, ધર્મ હેતુ કરે જેહ,
સિધ્ધસેન પરિ રાજા રિઝવે, અઠ્ઠમ વર કવિ તેહ. ધન ધન. ૩૪

જવ નવિ હોવે પ્રભાવક એહવા, તવ વિધિ પૂર્વ અનેક,
જાત્રા પૂજાદિક કરણી કરે, તેહ પ્રભાવક છેક. ધન ધન. ૩૫

- પ્રવચન શ્રુતના આઠ પ્રકારના પ્રભાવકો છે તેમ અહીં ઉદાહરણ સાથે સમજાવ્યું છે. તેવી રીતે આપણે પણ શાસનની પ્રભાવના કરીને સમકિતને પામી શકીએ.

(૧) મુખ્યતાએ જે વર્તમાનમાં શ્રુતનો પરમાર્થ જે અપાર હોવા છતાં તેનો પાર પામે તેવા મુનિ-ભગવંતો જે ગુણોનો ભંડાર હોય છે. તેને પ્રથમ પ્રભાવક કહ્યા છે.

(૨) ધર્મકથા કરવા દ્વારા પોતાના ઉપદેશથી લોકોનાં હૃદય મનમાં રહેલાં સંશયનો નાશ કરી શકે તેવા મુનિ નંદિષેણ જેવા પ્રભાવક હોય છે.

(૩) ગાજતા વરસાદ જેવો વાદ કરવા રૂપ તર્કવાદનો નિપૂણ-મલ્લવાદીની જેમ રાજ્યના દરબારમાં તર્કો વડે પરમતનું ખંડન કરીને જિન શાસનનો પ્રભાવ તેમાં સ્થાપે તે ત્રીજા પ્રભાવક કહેવાય.

(૪) ભદ્રબાહુની જેમ જ્યોતિષ શાસ્ત્રનો ઉપયોગ કરીને બીજા મતોનું ખંડન કરીને શ્રી જિન શાસનનો પ્રભાવ વધારે તે ચોથો પ્રભાવક જાણવો. તેને નિમિતિ કહેવાય છે.

(૫) જે તપશ્ચર્યા રૂપ ગુણને ધારણ કરીને, ધર્મનું પોષણ કરે, તેમજ શ્રી જિનેશ્વરની આજ્ઞાનું ઉલ્લંઘન ન કરે, આશ્રવોનો નાશ કરે, કોઈના ઉપર ક્રોધ ન કરે એવા પાંચમા પ્રભાવક તપસ્વી જાણવા.

(૬) મંત્ર વિદ્યાનો ઉપયોગ કરીને તેના દ્વારા વયર મુનિની જેમ જિન શાસનનો પ્રભાવ વધારે તે છઠો પ્રભાવક જાણવો.

(૭) કોઈ અંજન યોગનો ઉપયોગ કરીને કાલિક મુનિની જેમ જિન શાસનની સિધ્ધતાનો પ્રભાવ વધારે તે સાતમો પ્રભાવક જાણવો.

(૮) કાવ્યોમાં જિન શાસનનું રહસ્ય-મર્મ વણીને જે ધર્મની પ્રભાવનામાં તેનો ઉપયોગ કરે તે સિધ્ધસેન જેવા મુનિ કે જેમણે

રાજાને પ્રસન્ન કરીને શાસનની પ્રભાવના કરી હતી. તે આઠમો કવિ પ્રભાવક જાણવો.

જ્યારે આવા પ્રભાવકોમાંથી કોઈ હોય નહીં ત્યારે અનેક પ્રકારની તથા વિધિપૂર્વક જાત્રા, પૂજા અનુષ્ઠાન જેવી ક્રિયાઓ કરે તથા કરાવે તેને પણ પ્રભાવક જાણવો.

(૭) પાંચ ભૂષણ

સોહે સમકિત જેહથી, સખિ ! જિમ આભરણે દેહ,
ભૂષણ પાંચ તે મનિ વસ્યાં, સખિ મન વસ્યાં તેહમાં નહિ સંદેહ.
મુજ સમકિત રંગ અચળ હોજો રે. ૩૬

પહિલું કુશળપણું તિહાં, સખિ ! વંદનને પચ્ચખાણ,
કિરિયાનો વિધિ અતિઘણો સખિ ! અતિ ઘણો આચરે જેહ સુજાણ. મુજ. ૩૭

બીજું તીરથ સેવના સખિ ! તીરથ તારે જેહ,
ને ગીતારથ મુનિવરા સખિ ! તેહ શું કીજે નેહ. મુજ. ૩૮

ભગતિ કરે ગુરૂદેવની, સખિ ! ત્રીજું ભૂષણ હોય,
કિણહિ, ચલાવ્યો નવિ ચલે, સખિ ! ચોથું એ ચોથું તે ભૂષણ જોય. મુજ. ૩૯

જિન શાસન અર્નુમોદના, સખિ ! જેહથી બહુજન હુંત,
કીજે તેહ પ્રભાવના, સખિ ! પાંચમું પાંચમું ભૂષણ ખંત. મુજ. ૪૦

- જેમ આભુષણો વડે દેહ સુંદરતાને પામે છે. તેવી જ રીતે આ પાંચ ભૂષણ આભુષણને મનમાં ધારણ કરો કે જેના વડે સમ્યક્ત્વ ઉજ્જવળ, નિર્મળ થતું જાય. ચેતના તેની શ્રદ્ધા સખિને કહે છે કે હે સખિ ! આ પાંચે ભૂષણ મારા મનમાં સ્થિર થયાં છે. તેમાં કોઈ પણ જાતની શંકા કે સંદેહ-સંશય કરવા જેવું નથી. જેના વડે મારો સમ્યક્ત્વનો રંગ ચોળ મજીઠ જેવો થાઓ એમ અહીંયા કહેવામાં આવ્યું છે.

(૧) પ્રથમ ભૂષણ - યથાવિધિ વંદન અને પચ્ચખાણ કરવા અને ઘણા પ્રકારની ક્રિયાઓ કરવાની વિધિ અનેક પ્રકારે છે તેને તેનો જાણનાર આચરે છે-આદરે છે. આ તેનું પ્રથમ ભૂષણ - આભૂષણ છે.

(૨) જે આ સંસાર સમુદ્રમાંથી પાર ઉતારનાર તીર્થ કે જેની સ્થાપના તીર્થંકર ભગવંતો કરે છે તેની સેવા-પૂજા-ભક્તિ કરવી અને જ્ઞાનવાન મુનિઓ પ્રત્યે જે પ્રશસ્ત રાગ કરવામાં આવે તેને બીજું ભૂષણ કહ્યું છે.

(૩) જે પોતાના સદગુરુની ભક્તિ કરે એટલે કે તેઓના આશ્રયમાં રહીને તેઓની આજ્ઞા પ્રમાણે ચાલે તે ત્રીજું ભૂષણ કહેવાય છે.

(૪) જે કોઈપણ પ્રકારે મિથ્યાત્વને પોષનારા તત્વો છે તેના વડે પ્રયત્નો કરવા છતાં જે પોતાની જિન ધર્મની માન્યતામાંથી ચલાયમાન થતા નથી તેને ચોથું ભૂષણ કહ્યું છે. જેને અમૂઢ દૃષ્ટિ અંગ પણ કહેવામાં આવે છે.

(૫) જિનેશ્વરે પ્રવર્તાવેલા શાસનની અનુમોદના ખંતપૂર્વક કરવી કે જેથી બહુજન તેને સમજવા પ્રયત્ન કરે અને તેનું આચરણ કરે આને પ્રભાવના નામનું ભૂષણ કહેવામાં આવે છે.

આ આત્માને મોક્ષમાર્ગમાં આગળ વધવા માટેના આભૂષણો છે. તેને યથાતથ્યપણે સમજીને તે પ્રમાણે તેનો ઉપયોગ કરવાથી જીવ મોક્ષમાર્ગમાં આગળ વધીને છેવટે નિર્વાણ પદને પ્રાપ્ત કરી શકે છે.

(૮) પાંચ લક્ષણ

લક્ષણ કહ્યાં પાંચ સમકિત તણાં, ધુરિ ઉપશમ અનુકૂળ સુગુણ નર !
અપરાધીશું પણ નવિ ચિત્ત થકી, ચિંતવીએ પ્રતિકૂલ, સુગુણ નર !
શ્રી જિન ભાષિત વચન વિચારીએ. ૪૧

સુરનર સુખ જે દુઃખ કરી લેખવે, વંછે શિવસુખ એક સુગુણ નર !
બીજુ લક્ષણ તે અંગીકરે, સાર સંવેગ શું ટેક સુગુણ નર ! શ્રી જિન. ૪૨

નારક, ચારક સમ ભવ ઉભગ્યો, તારક જાણીને ધર્મ, સુગુણ નર !
ચાહે નિકલવું નિર્વેદતે, ત્રીજું લક્ષણ મર્મ. સુગુણ નર ! શ્રી જિન. ૪૩
દ્રવ્ય થકી દુ:ખિયાની જે દયા, ધર્મ હીણાની રે ભાવ સુગુણ નર !
ચોથું લક્ષણ અનુકંપા કરી, નિજ સકતેં મન લાવ, સુગુણ નર ! શ્રી જિન. ૪૪
જે જિન ભાખ્યું તે નહિ અન્યથા, એહવો જે દૃઢ રંગ સુગુણ નર !
તે આસ્તિકતા લક્ષણ પાંચમું, કરે કુમતિનો એ ભંગ સુગુણ નર ! શ્રી જિન. ૪૫

- સમકિતના પાંચ લક્ષણો છે. તેમાં પ્રથમ છે ઉપશમ-શમ ને ધારણ કરવો તે. પોતાનો અપરાધ કરનાર પ્રત્યે પણ જે તેનું ખરાબ થાઓ એમ ચિંતવતો નથી અને જિનેશ્વરે કહેલાં વચનોનો જે વિચાર કરે છે તે શમ-લક્ષણને ધારણ કરે છે.

જે દેવલોકના સુખને પણ દુ:ખદાયી ગણે છે અને ફક્ત મોક્ષ સુખની ઈચ્છા કરે છે તે બીજા લક્ષણ સંવેગને ધારણ કરે છે.

જે નારકી વગેરે ચાર પ્રકારની ગતિમાં ભવ ભ્રમણ થાય છે. તેનાથી છુટકારો જ જે ઈચ્છે છે અને સુધર્મનું આચરણ કરવાનું જ કરે છે અને નિર્વેદ ભાવમાં જ રહે છે. તે ત્રીજા લક્ષણનો મર્મ - રહસ્ય સમજે છે.

જે દ્રવ્ય ધનથી ગરીબ દુ:ખી માણસોની સેવા કરે છે તેમજ ધર્મ વિહીન પ્રત્યે પણ જે ભાવ રાખે છે કે આ સમજે તો સારૂં એવા પ્રકારે પોતાની શક્તિ પ્રમાણે અનુકંપા ભાવ મનમાં ધારણ કરીને જે રહે છે. તેને અનુકંપા - દયા નામનું ચોથું લક્ષણ ધારણ કર્યું છે.

વળી જે જિનેશ્વર કથિત શ્રુત છે તે અન્યથા પ્રકારે થતું નથી એવો જેનામાં દૃઢ ભાવ થયેલો છે, તેણે આસ્તિકતા-શ્રદ્ધા નામનું પાંચમું લક્ષણ ધારણ કર્યું છે. કે જેના વડે પોતાની કુમતિનો નાશ કરી શકાય છે.

આ પાંચ લક્ષણને જે યથાર્થ સમજીને અંગીકાર કરે છે તે શિવ-સુખ-મોક્ષ સુખને પામે છે.

પ.કૃ. દેવ શ્રીમદ્ રાજચંદ્ર આ પાંચ લક્ષણોની વ્યાખ્યા સંક્ષેપમાં આ પ્રમાણે કહે છે "ક્રોધાદિક કષાયોનું સમાઈ જવું, ઉદય આવેલાં કષાયોમાં મંદતા થવી, વાળી લેવાય તેવી આત્મદશા થવી અથવા અનાદિ કાળની વૃત્તિઓ સમાઈ જવી તે 'શમ.' મુક્ત થવા સિવાય બીજી કોઈપણ પ્રકારની ઈચ્છા નહીં, અભિલાષ નહીં તે 'સંવેગ'. જ્યારથી એમ સમજાયું કે ભ્રાંતિમાં જ પરિભ્રમણ કર્યું, ત્યારથી હવે ઘણી થઈ અરે જીવ ! હવે થોભ એ 'નિર્વેદ.' માહાત્મ્ય જેનું પરમ છે એવા નિસ્પૃહી પુરૂષોનાં વચનમાં જ તલ્લીનતા ને 'શ્રદ્ધા' 'આસ્થા.' એ સઘળાં વડે જીવમાં સ્વાત્મતુલ્ય બુધ્ધિ તે અનુકંપા. આ લક્ષણો અવશ્ય મનન કરવા યોગ્ય છે, સ્મરવા યોગ્ય છે. ઈચ્છવા યોગ્ય છે, અનુભવવા યોગ્ય છે." (પત્રાંક-૧૩૫)

"નીચેનો અભ્યાસ તો રાખ્યા જ રહો.

(૧) ગમે તે પ્રકારે પણ ઉદય આવેલા અને ઉદય આવવાના કષાયોને શમાવો.

(૨) સર્વ પ્રકારની અભિલાષાની નિવૃત્તિ કર્યા રહો.

(૩) આટલા કાળ સુધી જે કર્યું તે બધોથી નિવૃત્ત થાઓ, એ કરતાં હવે અટકો.

(૪) તમે પરિપૂર્ણ સુખી છો એમ માનો અને બાકીના પ્રાણીઓની અનુકંપા કર્યા કરો.

(૫) કોઈ એક સત્પુરૂષ શોધો અને તેનાં ગમે તેવાં વચનમાં પણ શ્રધ્ધા રાખો.

એ પાંચ અભ્યાસ અવશ્ય યોગ્યતાને આપે છે. પાંચમામાં

વળી ચારે સમાવેશ પામે છે. એમ અવશ્ય માનો અધિક શું કહું ? ગમે તે કાળે પણ એ પાંચમું પ્રાપ્ત થયા વિના આ પર્યટનનો કિનારો આવવાનો નથી. બાકીનાં ચાર એ પાંચમું મેળવવાના સહાયક છે. (૧૪૩)''

(૯) છ યત્ના-જયણા

પર તીર્થી પરના સુર તેણે, ચૈત્ય ગ્રહ્યાં વળી જેહ,
વંદન પ્રમુખ તિહાં નવિ કરવું, તે જયણા ષટ ભેય રે,
ભવિકા ! સમકિત યતના કીજે. ૪૬

વંદન તે કર યોજન કહિએ, નમન તે શીશ નમાડ્યે,
દાન ઈષ્ટ અન્નાદિક દેવું, ગૌરવ ભગતિ દેખાડ્યે રે. ભવિકા. ૪૭

અનુપ્રદાન તે તેહને કહીએ, વારંવાર જે દાન,
દોષ કુપાત્રે પાત્ર મતિએ, નહિ અનુકંપા માન રે. ભવિકા. ૪૮

અણબોલાયે જેહ બોલવું, તે કહિએ આલાપ,
વારંવાર આલાપ જે કરવો, તે જાણો સંલાપ રે. ભવિકા. ૪૯

એ જયણાથી સમકિત દીપે, વલી દીપે વ્યવહાર,
એહમાં પણ કારણથી જયણા, તેહના અનેક પ્રકાર રે. ભવિકા. ૫૦

- મિથ્યાત્વને પોષનારા દેવો કે જેની સ્થાપના ચૈત્યોમાં થઈ છે તેને વંદન વિગેરે ન કરવા તેને જયણા કહે છે. જેનાં છ ભેદ છે. આ છ ભેદને જાણીને સમ્યક્ત્વ ચાલ્યું ન જાય તેવી યત્ના રાખવી.

(૧) હાથ જોડીને કુદેવ કુગુરુને વંદન ન કરવું. (૨) મસ્તક નમાવીને નમસ્કાર ન કરવા. (૩) કુગુરુને ઈષ્ટ ગણીને અન્ન વિગેરે ન આપવું. (૪) કુદેવ, કુગુરુ પ્રત્યે ગૌરવ-બહુમાન-ભક્તિ ન કરવા. (૫) કુપાત્રે પાત્ર સમજીને દાન કરવું તે અનુકંપા કહેવાતી નથી. (૬) બોલાવ્યા વગર બોલવું તે આલાપ કહેવાય છે અને વારંવાર આલાપ

કર્યા કરવો તે સંલાપ કહેવાય છે. માટે તે પ્રમાણે આચરણ કરવું નહીં.

આ છ પ્રકારની જયણા (યત્ના) કરવાથી સમકિત નિર્મળ થાય છે અને તેનું વર્તન - તથા વ્યવહાર પણ નિર્મળ થાય છે. આ છ ભેદના કારણ રૂપે ઘણા પ્રકાર થઈ શકે છે. માટે તેને સમજીને યત્ના કરવી તે જરૂરી છે.

જે સમકિતને નિર્મળ થવાનું સાધન છે.

પ.કૃ.દેવ કહે છે કે "જેમ વિવેક એ ધર્મનું મૂળ તત્ત્વ છે, તેમ યત્ના એ ધર્મનું ઉપતત્ત્વ છે. વિવેકથી ધર્મ તત્વ ગ્રહણ કરાય છે અને યત્નાથી તે તત્ત્વ શુધ્ધ રાખી શકાય છે."

(૧૦) છ આગાર

શુધ્ધ ધર્મથી નવિ ચલે, અતિ દૃઢ ગુણ આધાર લલના,
તો પણ જે નહિ એહવા, તેહને એ આગાર લલના. ૫૧

બોલ્યું તેહવું પાલીએ, દંતી દંત સમ બોલ લલના,
સજ્જનના દુર્જન તણા, કચ્છપ કોટિને તોલ લલના. બોલ્યું. ૫૨

રાજા નગરાદિક ઘણી તસ શાસન અભિયોગ લલના,
તેહથી કાર્તિકની પરેં, નહિ મિથ્યાત્વ સંયોગ લલના. બોલ્યું. ૫૩

મેલો જનનો ગણ કહ્યો, બલ ચોરાદિક જાણ લલના,
ક્ષેત્રપાલાદિક દેવતા, તાતાદિક ગુરુ ઠાણ લલના. બોલ્યું. ૫૪

વૃત્તિ દુર્લભ આજીવિકા, તે ભીષણ કાંતાર લલના,
તે હેતે દૂષણ નહીં, કરતાં અન્ય આચાર લલના. બોલ્યું. ૫૫

- શુદ્ધ ધર્મની પ્રાપ્તિવાળો ધર્મને ચુકતો નથી અને આત્મગુણો અત્યંત દૃઢપણે પ્રાપ્ત કરેલા છે તેને તો આગારની જરૂર પડતી નથી. પણ જે એ સ્થિતિએ પહોંચ્યા નથી, તેને માટે આ આગાર બતાવવામાં આવ્યા છે.

જે પ્રમાણે બોલીએ તે પ્રમાણે આચાર પાળીએ દાંતને દાંત અડાડીને બોલી શકાય નહીં. તેમ સજ્જન અને દુર્જનની સરખામણી ન થઈ શકે.

રાજસત્તા[૧], નગરનો અધિપતિ[૨], ના આદેશ પ્રમાણે વર્તવું પડે તો કાર્તિકની જેમ તેને મિથ્યાત્વી થઈ ગયો તેમ ગણાય નહીં, જનસમુદાય[૩] દ્વારા, લશ્કર દ્વારા, ચોરાદિકના ત્રાસને કારણે ક્ષેત્રપાલ[૪] આદિ દેવો તથા વડીલ તથા ગુરૂના[૫] દબાણને કારણે તથા વન કે ઘોર જંગલમાં કે દુષ્કાળમાં આજીવિકા[૬] માટે વૃત્તિમાં ફેરફાર થાય તો તેને આગાર ગણવામાં આવ્યા છે. તેનાથી સમ્યક્ત્વના આચારનો ભંગ થતો નથી.

(૧૧) છ ભાવના

ભાવી જે રે સમકિત જેહથી રૂઅડું,
તે ભાવના ભાવો મન કરી પરવડું;
જો સમકિત રે તાજું સાચું મૂલ રે,
તો વ્રત તરુ રે દીએ શિવફલ અનુકૂળ રે. ૫૬

અનુકૂલ મૂળ રસાલ, તેહ વિણ મતિ અંધ રે,
જે કરે કિરિયા ગર્વ ભરિયા, તેહ જૂઠો ધંધ રે,
એ પ્રથમ ભાવના ગુણો રૂઅડા, સુણો બીજી ભાવના,
બારણું સમકિત ધર્મ પુરનું, એહવી તે પાવના. ૫૭

ત્રીજી ભાવના રે સમકિત પીઠ જો દૃઢ સહી,
તો મોટો રે ધર્મ પ્રાસાદ ડગે નહીં,
પાયે ખોટે રે મોટે મંડાણ ન શોભીએ,
તેણે કારણ રે સમકિતશ્યું ચિત્ત થોભીએ. ૫૮

થોભીએ ચિત્ત નિત્ત એમ ભાવી, ચોથી ભાવના ભાવીએ,
સમકિત નિધાન સમસ્ત ગુણનું, એહવું મન લાવીએ,
તે વિનાં છૂટાં રત્ન સરિખા, મૂલ ઉત્તર ગુણ સેવે,
કિમ રહે ? તાકે જેહ હરવા, ચોરજોર ભવો ભવે. ૫૯

ભાવો પંચમી રે ભાવના, શમ દમ સાર રે,
પૃથ્વી પરિ રે સમકિત તસ આધાર રે,
છઠ્ઠી ભાવના રે ભાજન સમકિત જો મિલે,
શ્રુત શીલનો રે તો રસ તેહમાંથી નવિ ઢલે. ૬૦

નવિ ઢલે સમકિત ભાવના રસ, અમિય સમ સંવર તણો,
ષટ ભાવના એ કરી એહમાં, કરો આદર અતિ ઘણો,
ઈમ ભાવતાં પરમાર્થ જલનિધિ, હોવ નિતુ ઝકઝોલએ,
ઘન પવન પુણ્ય પ્રમાણ પ્રકટે, ચિદાનંદ કલ્લોલ એ. ૬૧

- ભાવના એવી ભાવો કે જેથી રૂડું સમકિત પ્રાપ્ત થાય. તે ભાવના મનને પવિત્ર - શુદ્ધ કરીને ભાવવાની છે. જો સમકિત રત્ન પ્રાપ્ત થયેલું છે, સાચું છે, તાજુ છે. એટલે કે પરિણતિમાં છે તો પછી વ્રતરૂપી ઝાડ મોક્ષરૂપી ફળને પ્રાપ્ત કરાવવા માટે અનુકૂળ છે.

જેની પાસે સમ્યગ્ દર્શન નથી તે સાધક બુદ્ધિથી આંધળો છે. વળી જે ગર્વ કરીને ક્રિયાઓ વગેરે અનુષ્ઠાનો કરે છે તેનો ધંધો પણ જુઠો છે એટલે કે મોક્ષમાર્ગે ઉપયોગી થતો નથી. એ પ્રથમ ભાવના ગુણે કરી રૂડા કરો અને બીજી ભાવના સાંભળો.

સમ્યક્ત્વ ધર્મ રૂપી બારણું ખોલવાની ભાવના ભાવે. જે પવિત્ર ભાવના છે. ત્રીજી ભાવના છે ને સમ્યક્ત્વનો પાયો દૃઢ થાય તેમ કરવું જોઈએ કે જેથી જે ધર્મરૂપી મહેલ તેના પર ચણવો છે તે ડગે નહીં. કારણ ખોટો પાયો નાખીને ઊંચુ મકાન બાંધવા જઈએ તો તે નબળું બને છે. તેમ સમ્યક્ત્વ રૂપી પાયો મજબૂત હોવો જોઈએ એવી ભાવના ભાવો. તે માટે સમ્યક્ત્વને ચિત્તમાં સ્થાન આપો.

ચિત્તને સ્થિર કરીને દરરોજ ચોથી ભાવના ભાવો કે સમ્યક્ત્વ એ બધા જ ગુણોનો ભંડાર છે. તેના વગર મૂળ કે ઉત્તર ગુણો પ્રગટ કરવામાં આવે તો તે છુટા છુટા રત્ન મળે તેના જેવા છે. જો છૂટક છૂટક પ્રયત્ન કરવામાં આવશે તો અનાદિ કાળથી પરિભ્રમણ કરાવનાર એવા મિથ્યાત્વ રૂપી ચોરને પકડી શકાશે નહીં. માટે સમકિત સમસ્ત ગુણોનો ભંડાર છે. તેમ ભાવના ભાવો.

પાંચમી ભાવનામાં શમ અને દમ પ્રાપ્ત થાય તેવી ભાવના ભાવો. જેમ પૃથ્વી બધા જ પ્રકારના પ્રાણીઓને આધાર આપે છે તેમ શમ અને દમ એ સમકિત પ્રાપ્ત કરવાના આધાર રૂપ છે. શમ એટલે ઉદય આવતા કષાય ભાવોને ઉપશમાવવાં, દબાવવાં અને દમ એટલે ઈન્દ્રિયોને તેના વિષયોમાં જતી રોકવી, પાછી વાળવી.

છઠ્ઠી ભાવના એમ ભાવો કે સમ્યક્ત્વ રૂપી વાસણ મળી જાય તો પછી શ્રુત તથા શીલ સંયમનો રસ તેહમાંથી ચાલી જતો નથી. એટલે કે સમ્યક્ત્વ પ્રાપ્ત થવાથી સાધક જીવ તેની સાધનામાં આગળને આગળ વધતો જાય છે. આ સમકિત ભાવના રૂપ રસ, જે અમૃત સમાન છે અને સંવરનું કારણ છે.

આ છ ભાવના કહી તેને અતિ આદર સન્માન આપો. આમ પરમાર્થના સમુદ્ર રૂપ ભાવના ભાવો તો તે કર્મ મળનો નાશ કરવા માટે પ્રકાશમય સ્થિતિ ધરાવે છે અને આનંદઘન પવન રૂપી પુણ્ય પ્રગટે છે અને ચિદાનંદ પોતાના આનંદમાં કલ્લોલ (ઉત્સાહિત થાય છે.) કરે છે.

(૧૨) છ સ્થાનક (છ પદ)

ઠરે જિહાં સમકિત તે થાનક, તેહનાં ષટવિધ કહીએ રે,
તિહાં પહેલું થાનક 'છે ચેતન' લક્ષણ આતમ લહીએ રે,
ખીર નીર પરિ પુદ્ગલ મિશ્રિત, પણ તેહથી છે અલગો રે,
અનુભવ હંસ ચંચૂ જો લાગે, તો નવિ દીસે વલગો રે. ૬૨

બીજું થાનક 'નિત્ય આત્મા', જે અનુભૂત સંભારે રે,
બાળકને સ્તન પાન વાસના, પૂરવ ભવ અનુસારે રે,
દેવ મનુજ નરકાદિક તેહના, છે અનિત્ય પર્યાયો રે,
દ્રવ્ય થકી અવિચલિત અખંડિત, નિજ ગુણ આતમ રાયા રે. ૬૩

ત્રીજું સ્થાનક ''ચેતન કર્તા'', કર્મતણે છે યોગે રે,
કુંભકાર જિમ કુંભતણો જગ, દંડાદિક સંયોગે રે,
નિશ્ચયથી નિજગુણનો કર્તા, અનુપચરિત વ્યવહારે રે,
દ્રવ્ય કર્મનો, નગરાદિકનો તે ઉપચાર પ્રકારે રે. ૬૪

ચોથું સ્થાનક 'ચેતન ભોક્તા', પુણ્ય પાપ ફલ કેરો રે,
વ્યવહારે નિશ્ચય નય દૃષ્ટે, ભુંજે નિજ ગુણ નેરો રે,
પાંચમું સ્થાનક 'છે પરમ પદ', અચળ અનંત સુખવાસો રે,
આધિ વ્યાધિ તનમનથી લહિએ, તસ અભાવે સુખ ખાસો રે. ૬૫

છઠ્ઠું સ્થાનક 'મોક્ષ તણો છે, સંજમ જ્ઞાન ઉપાયો' રે,
જો સહજે લહીએ તો સઘળે, કારણ નિષ્ફળ થાયો રે,
કહે જ્ઞાનનય જ્ઞાન જ સાચું, તે વિણ જૂઠી કિરિયા રે,
ન લહે રૂપુરૂપું જાણી, સીપ ભણી જે ફિરિયા રે. ૬૬

કહે ક્રિયાનય 'કિરિયા વિણ જે', જ્ઞાન તેહ શું કરશ્યે રે ?
જલ પેસી કર પદ ન હલાવે, તારુ ને કિમ તરશ્યે રે ?
દૂષણ ભૂષણ છે ઈહાં બહુલાં, નય એકેક ને વાદે રે,
સિધ્ધાંતી તે બિહુ નય સાધે, જ્ઞાનવંત અપ્રમાદે રે. ૬૭

ઈણિ પરી સડસઠ બોલ વિચારી, જે સમકિત આરાહે રે,
રાગદ્વેષ ટાળી મન વાળી, તે શમ સુખ અવગાહે રે,
જેહનું મન સમકિતમાં, નિશ્ચલ કોઈ નહીં તસ તોલે રે,
શ્રી નય વિજય વિબુધ પય સેવક, વાચક જશ ઈમ બોલે રે. ૬૮

- જેમાં સમકિત સ્થિર થાય તેનાં છ સ્થાનક છે (છ પદ છે). એમાં પ્રથમ સ્થાનક 'ચેતન' લક્ષણવાળો આત્મા છે. જેમ ખીર અને પાણી ભેગા થયેલા દેખાતાં હોવા છતાં બન્ને અલગ અલગ છે, તેવી જ રીતે આત્મા પુદ્ગલ સાથે સંયોજાયેલો દેખાય છે, પણ તે તેનાથી તદ્દન અલગો, જુદો છે. જો અનુભવ રૂપી હંસની ચાંચ પ્રાપ્ત થાય તો જે અત્યારે પુદ્ગલમાં વળગેલો રહે છે, તેમ પછી નહીં રહે. તેનાથી અળગો રહેશે.

પ.કૃ.દેવ ''છ પદ'' ના વિશ્લેષણમાં કહે છે કે ''જેમ ઘટપટ આદિ પદાર્થો છે, તેમ આત્મા પણ છે. અમુક ગુણ હોવાને લીધે જેમ ઘટપટ આદિ હોવાનું પ્રમાણ છે, તેમ સ્વપર પ્રકાશક એવી ચૈતન્ય સત્તાનો પ્રત્યક્ષ ગુણ જેને વિષે છે એવો આત્મા હોવાનું પ્રમાણ છે. (૪૯૩)

સર્વ અવસ્થાને વિષે ન્યારો સદા જણાય,
પ્રગટ રૂપ ચૈતન્યમય, એ એંધાણ સદાય. ૫૪

ઘટપટ આદિ જાણતું, તેથી તેને માન,
જાણનાર તે માન નહિ, કહીએ કેવું જ્ઞાન ? ૫૫ (આ. સિધ્ધિ)

બીજું સ્થાનક છે ''આત્મા નિત્ય છે''. જે અનુભવથી સમજાય છે. આ ભવમાં તુરતના જન્મેલા બાળકને કોણ સ્તનપાન શીખવાડે છે ? કોઈ નહીં, છતાં તે સ્તનપાન પૂર્વ ભવના સંસ્કારને કારણે કરે છે. તેથી કહીએ છીએ કે આત્મા નિત્ય છે. મનુષ્ય, દેવ, નારક, તિર્યંચ તેના અનિત્ય પર્યાયો છે. દ્રવ્યથી આત્મા અવિચળ, અખંડ છે. પોતાના ગુણનો રાજા છે.

પ.કૃ. દેવ કહે છે કે ''ઘટપટાદિ સંયોગે કરીને પદાર્થ છે. આત્મા સ્વભાવે કરીને પદાર્થ છે. કેમ કે તેની ઉત્પત્તિ માટે કોઈ સંયોગો અનુભવ યોગ્ય થતા નથી, કોઈ પણ સંયોગી દ્રવ્યથી ચેતન સત્તા પ્રગટ થવા યોગ્ય નથી માટે અનુત્પન્ન છે. અસંયોગી હોવાથી

અવિનાશી છે. કેમકે જેની કોઈ સંયોગથી ઉત્પત્તિ ન થાય તેનો કોઈ ને વિષે લય પણ હોય નહીં. (૪૯૩)

ક્રોધાદિ તરતમ્યતા, સર્પાદિકની માંય,
પૂર્વજન્મ સંસ્કાર તે, જીવ નિત્યતા ત્યાંય. ૬૭

આત્મા દ્રવ્યે નિત્ય છે, પર્યાયે પલટાય,
બાળાદિ વય ત્રણ્યનું, જ્ઞાન એકને થાય. ૬૮

ક્યારે કોઈ વસ્તુનો, કેવળ હોય ન નાશ,
ચેતન પામે નાશ તો, કેમાં ભળે તપાસ. ૭૦

ત્રીજું સ્થાનક 'ચેતન કર્તા' છે. કર્મના સંયોગથી તે કર્તા બને છે. જેમ કુંભાર ઘડાનો કર્તા - દંડ, દોરી, પાણી, માટી આદિના સંયોગથી કહેવાય છે. તેમ વિભાવ ભાવ કરવાથી જીવ કર્મનો કર્તા બને છે. નિશ્ચયથી પોતાના ગુણનો કર્તા છે, અનુપચરિત વ્યવહારથી દ્રવ્યકર્મનો કર્તા બને છે. ઉપચારથી ઘર નગર આદિનો કર્તા બને છે.

પ.કૃ. દેવ પણ છ પદના પત્રમાં આ પ્રમાણે જ કહે છે. (૪૯૩) તેમજ આ. સિધ્ધિ શાસ્ત્રમાં કહે છે કે

''જો ચેતન, કરતું નથી, નથી થતાં તો કર્મ,
તેમ સહજ સ્વભાવ નહિ, તેમજ નહિ જીવધર્મ. ૭૫

કેવળ હોત અસંગજો, ભાસત તને ન કેમ ?
અસંગ છે પરમાર્થથી, પણ નિજભાને તેમ. ૭૬

ચેતન જો નિજ ભાનમાં, કર્તા આપ સ્વભાવ,
વર્તે નહિ નિજ ભાનમાં, કર્તા કર્મ પ્રભાવ. ૭૮

ચોથું સ્થાનક : ''ચેતન ભોક્તા છે'' - જીવ જેવા કર્મનું ઉપાર્જન કરે છે તેનો ભોગવટો તે પુણ્ય કે પાપ રૂપે સુખ કે દુ:ખ રૂપે

કરે છે. વ્યવહાર નય છોડીને નિશ્ચય દૃષ્ટિથી જુએ તો તે પોતાના ગુણનો જ ભોક્તા છે. પ.કૃ. દેવ કહે છે કે ''જે જે કંઈ ક્રિયા છે તે તે સર્વ સફળ છે, નિરર્થક નથી. જે કંઈપણ કરવામાં આવે તેનું ફળ ભોગવવામાં આવે એવો પ્રત્યક્ષ અનુભવ છે, વિષ ખાવાથી વિષનું ફળ (મૃત્યુ થાય છે). સાકર ખાવાથી સાકરનું ફળ (મીઠાશ મળે છે)... તેમ કષાયદિ કે અકષાયાદિ જે કંઈપણ પરિણામે આત્મા પ્રવર્તે તેનું ફળ પણ થવા યોગ્ય જ છે અને તે થાય છે. તે ક્રિયાનો આત્મા કર્તા હોવાથી ભોક્તા છે. (૪૯૩)

ભાવ કર્મ નિજ કલ્પના, માટે ચેતન રૂપ,

જીવ વીર્યની સ્ફુરણા, ગ્રહણ કરે જડ ધૂપ. ૮૨

એક રાંક ને એક નૃપ, એ આદિ જે ભેદ,

કારણ વિના ન કાર્ય તે, તે જ શુભાશુભ વેધ. ૮૪

કર્મ સ્વભાવે પરિણમે, થાય ભોગથી દૂર. ૮૫

તે તે ભોગ્ય વિશેષનાં, સ્થાનક દ્રવ્ય સ્વભાવ,

ગહન વાત છે શિષ્ય આ, કહી સંક્ષેપે સાવ. ૮૬

પાંચમું સ્થાનક - ''છે પરમ પદ'' - જે અચળ અને અનંત કાળ સુધીનો સુખવાસો છે. આધિ મનથી ભોગવવી પડે છે વ્યાધિ શરીર વડે ભોગવવી પડે છે. જેનો અભાવ કરવાથી અનંત સુખમાં વાસ થાય છે.

પ.કૃ. દેવ કહે છે કે ''પ્રત્યક્ષ કષાયાદિનું તીવ્રપણું હોય પણ તેના અનૂઅભ્યાસથી તેના અપરિચયથી, તેને ઉપશમ કરવાથી તેનું મંદપણું દેખાય છે. તે ક્ષીણ થવા યોગ્ય દેખાય છે, ક્ષીણ થઈ શકે છે, તે તે બંધ ભાવ ક્ષીણ થઈ શકવા યોગ્ય હોવાથી તેથી રહિત એવો જે શુધ્ધ આત્મસ્વભાવ તે રૂપ મોક્ષપદ છે. (૪૯૩)

જેમ શુભાશુભ કર્મ પદ, જાણ્યાં સફળ પ્રમાણ,
તેમ નિવૃત્તિ સફળતા, માટે મોક્ષ સુજાણ. ૮૯

વીત્યો કાળ અનંત તે, કર્મ શુભાશુભ ભાવ,
તેહ શુભાશુભ છેદતાં, ઉપજે મોક્ષ સ્વભાવ. ૯૦
દેહાદિક સંયોગનો, આત્યંતિક વિયોગ,
સિધ્ધ મોક્ષ શાશ્વત પદે, નિજ અનંત સુખભોગ. ૯૧

છઠ્ઠું સ્થાનક - 'મોક્ષનો ઉપાય સંયમ અને જ્ઞાન રૂપ' છે. જો સહજ રીતે યથાર્થ પણે સંયમ અને જ્ઞાન પ્રાપ્ત થાય તો જન્મ મરણના ફેરા રૂપ જે કારણો છે તેનો નાશ થાય અને મોક્ષ પદ પ્રાપ્ત થાય. જ્ઞાનનય એમ કહે છે કે જ્ઞાન વગરની ક્રિયા નકામી છે. કારણકે જે ચાંદીને ચાંદી તરીકે ઓળખતો નથી ને છીપને ચાંદી જાણી સંઘરે છે, તેમ જ્ઞાનની ઓળખાણ વગર ક્રિયાનું પણ આવું છે.

ક્રિયાનય એમ કહે છે કે ક્રિયા વગર જ્ઞાન મળશે તો તે શું કરશે ? જેમકે પાણીમાં પડીને તરવા માટે જો હાથ પગ હલાવવામાં ન આવે તો પાણીમાં પડેલો માણસ ડુબી જાય છે. તેથી ક્રિયા વગર ઉપાર્જેલું જ્ઞાન ઉપયોગી થશે નહીં. તેમ કહે છે.

દૂષણ અને ભૂષણ અહીં ઘણા પ્રકારના છે. એકેક નયને અનુસરીને આ બધા છે. સિધ્ધાંતનો જાણ છે તે બન્ને નયને સાથે રાખીને સિધ્ધ કરે છે. જ્યારે જ્ઞાની છે તે તો અપ્રમત્ત પણે રહીને બન્નેનો સમન્વય સાધી આગળ વધી જાય છે.

પ.કૃ. દેવ કહે છે કે ''જો કદી કર્મબંધ માત્ર થયા કરે એમ જ હોય તો તેની નિવૃત્તિ કોઈ કાળે સંભવે નહીં, પણ કર્મ બંધથી વિપરીત સ્વભાવવાળાં એવાં જ્ઞાન દર્શન સમાધિ વૈરાગ્ય ભક્તિ આદિ સાધન પ્રત્યક્ષ છે, જે સાધનના બળે કર્મબંધ શિથિલ થાય છે. ઉપશમ પામે છે, ક્ષીણ થાય છે, માટે તે જ્ઞાન 'દર્શન સંયમ આદિ મોક્ષપદના ઉપાય છે. (૪૯૩)

કર્મ ભાવ અજ્ઞાન છે, મોક્ષભાવ નિજવાસ,
અંધકાર અજ્ઞાન સમ, નાશે જ્ઞાન પ્રકાશ. ૯૮

જે જે કારણ બંધનાં તેહ બંધનો પંથ,
તે કારણ છેદક દશા, મોક્ષ પંથ ભવ અંત. ૯૯
રાગ દ્વેષ અજ્ઞાન એ, મુખ્ય કર્મની ગ્રંથ,
થાય નિવૃત્તિ જેહથી, તે જ મોક્ષનો પંથ. ૧૦૦

કર્મ મોહનીય ભેદ બે, દર્શન ચારિત્ર નામ,
હણે બોધ વીતરાગતા, અચૂક ઉપાય આમ. ૧૦૩

કર્મબંધ ક્રોધાદિથી હણે ક્ષમાદિક તેહ,
પ્રત્યક્ષ અનુભવ સર્વને, એમાં શો સંદેહ. ૧૦૪

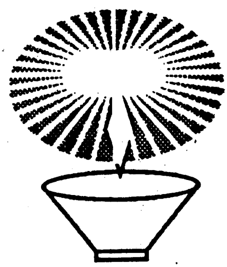
મત દર્શન આગ્રહ તજી, વર્તે સદ્‌ગુરુ લક્ષ,
લહે શુદ્ધ સમકિત તે, જેમાં ભેદ ન પક્ષ. ૧૧૦

કોટિ વર્ષનું સ્વપ્ન પણ, જાગૃત થતાં સમાય,
તેમ વિભાવ અનાદિનો, જ્ઞાન થતાં દૂર થાય. ૧૧૪

આત્મભ્રાંતિ સમ રોગ નહીં, સદ્‌ગુરુ વૈદ્ય સુજાણ,
ગુરૂ આજ્ઞા સમ પથ્ય નહિ, ઔષધ વિચાર ધ્યાન. ૧૨૯

આ પ્રમાણે સમ્યક્ત્વના અડસઠ બોલનો વિચાર કરી આદરવા જોગ બોલનું આચરણ કરે, છાંડવા યોગ્ય બોલને છાંડે તો તે સમ્યક્ત્વને અવશ્ય પામે છે.

રાગ દ્વેષને છોડીને મનને તેમાંથી પાછું વાળી શમ સુખને આદરે છે જેનું સમ્યક્ત્વ નિશ્ચલ થયું છે. તેની કોઈની સાથે સરખામણી થઈ શકે નહીં. આમ ઉપાધ્યાયથી યશોવિજયજી મ.સા. કહે છે.



વિચાર-શક્તિ

Thought Power

II OHM II

THOUGHT POWER

(1) Do not store in your mind useless information. Learn to unmind the mind. Then only can you fill your mind with divine thoughts. You will gain new mental strength as the dissipated mental rays are collected now.

(2) We live in a Boundless world of thoughts. Friend and enemy, virtue & vice, are the mind only. Every man creates a world of good and evil, pleasure & pain out of his own imagination only.

(3) The expansion of Thoughts of the mind towards the object is bondage and the renunciation of Thoughts is liberation. Mind tricks & plays, you must understand its nature, ways and habits, then only can you control it.

The world most extraordinatory book of Practical philosophical idealism of India is a ``Yoga Vasishtha." Knowledge of the self alone will free one from this round of births & deaths. Extinction of thoughts and Vasana is ``Moksha." Expansion of mind alone is Sankalpa. Sankalpa or thought through its power of differentiation generates (this world) this universe. This world is a play of the mind. It does not exist in the three periods of time.

(a) Extinction of Sankalpa is Moksha.

(b) Annihilate this little `I' & Vasanas

॥ ૐ ॥

॥ સહજાત્મ સ્વરૂપાય નમઃ ॥

(૧) તમારા મનમાં નકામી માહિતીઓ એકઠી ન કરો. મનને મનથી દૂર રાખો. તો જ તમે તમારા મનને દિવ્ય-આધ્યાત્મિક વિચારોથી ભરી શકશો. તમને નવા જ પ્રકારની માનસિક શક્તિ પ્રાપ્ત થશે. કારણકે મનની શક્તિ જે વેડફાઈ જતી હતી તે એકઠી થવાનું શરૂ થયું છે.

(૨) આપણે સીમા વગરની વિચારોની દુનિયામાં જીવી રહ્યા છીએ. મિત્ર અને શત્રુ, સારૂં અને ખરાબ, મનમાં જ રહેલું છે. દરેક માણસ પોતે જ પોતાની કલ્પનાઓ દ્વારા જ જગતને સારૂં કે ખરાબ, આનંદદાયી કે દુઃખદાયી બનાવે છે.

(૩) મનના વિચારોને (ભૌતિક) વસ્તુઓ તરફ લંબાવવા તે (જીવને) બંધન કર્તા બને છે અને બાહ્ય વિચારોથી છૂટકારો મેળવવો તે મુક્તિ છે. મન યુક્તિ અને રમત કરવા ટેવાયેલું છે, તેના સ્વભાવને તમારે સમજવો પડશે, તેની ટેવો જાણવી પડશે. પછી જ તમે તેને કાબુમાં લાવી શકશો.

''યોગવાશિષ્ઠ'' એ ભારતનું દુનિયા માટે - ફીલોસોફીકલ હેતુઓ માટે પ્રયોગ-સિધ્ધ થયેલ એક અસામાન્ય પુસ્તક છે. 'હું કોણ છું'' તેનું જ્ઞાન આ જન્મ મરણના ફેરા મટાડવાનું કાર્ય કરે છે.

વિચારોને અટકાવી દેવા તેમજ વાસનાઓથી પાછા ફરી જવું તે મોક્ષ છે. સંકલ્પ એ મનની વૃત્તિઓને ફેલાવવાનું કાર્ય કરે છે. સંકલ્પ અથવા વિચારોની શક્તિ વડે આખા જગતને વિશ્વને ઊભુ કર્યું છે. આ જગત એ મનની જ રમત છે. તેનું અસ્તિત્વ ત્રણ સમયે નથી હોતું.

(અ) સંકલ્પોથી મુક્તિ તે મોક્ષ

(બ) હું, (અહકાર), વાસનાઓથી છૂટકારો થાય ત્યારે

(c) Meditate on the self and become a 'Jivan Mukta."

Careful reflection will Show that the entire universe is in reality the projection of the human mind - Mano Matram Jagat. Purification and control of mind is the central aim of all Yogas.

(4) Yoga Strikes at the very root of this viscious circle by a method of effectively inhibiting the function of the mind. Yoga checks, controls and steps, the root function of the mind. i.e. thoughts. Mind creates the world according to its own Sankalpa or thought.

(5) It is the mind that is the root cause of the tree of Sansara with its thousands of roots, branches, tenter leaves, and fruits. It you annihilate thoughts, you can destroy the tree of Sansara at once. You will be bathed in the ocean of bliss, when all thoughts are extirpated. This state is in describable. You will have to feel it yourself. The mind is absorbed into it source the Atman, when all Sankalpas or thoughts are annihilated. Then one attains Kaivalya, the experience of the Timeless Reality, the state of absolute in dependence.

(6) Just as a new physical body is formed in every birth so also a new mind and a new Buddhi are formed. Every action has a past which leads upto its every action has a future which proceeds from it.

(ક) પોતાની જાત માટે ધ્યાન કરો અને જીવન મુક્ત બનો ત્યારે.

હકીકતમાં આખું જગત-વિશ્વ, માણસના મન વડે બન્યું છે તેમ ચોક્કસ જોશો તો જણાશે - ''મનો માત્રમ્ જગત''. મનને શુદ્ધ કરવું અને કાબુમાં રાખવું એ બધી જ સાધનાનું (યોગનું) મુખ્ય ધ્યેય છે.

(૪) મનથી ચાલતા વિષ ચક્રના મૂળમાં જ સાધના ઘા કરે છે. અસરકારક રીતે મનની કાર્ય કરવાની શક્તિને રોકીને યોગ-મૂળ મનની કાર્ય કરવાની શક્તિ છે તેને જુએ છે, કાબુમાં લે છે અને તેને બાહ્યમાં જતું રોકે છે, તે છે મનના વિચારો. મન પોતાના સંકલ્પ અથવા વિચારો પ્રમાણે જગતનું સર્જન કરે છે.

(૫) તેના મૂળિયાં - શાખાઓ, પાંદડાઓ અને રૂપ સાથેનું આ સંસાર રૂપી ઝાડ છે. એ મન દ્વારા ઊભુ કરવામાં આવેલું છે. જેનું મુખ્ય કારણ મન પોતે જ છે. જો તમે વિચારોનો નાશ કરી શકો તો ત્વરાથી આ સંસાર રૂપી ઝાડનો નાશ કરી શકો. તમે જો બધા જ પ્રકારના વિચારોને તમારામાંથી બહાર કાઢી નાખી શકો તો તમે ઉલ્લાસના સાગરમાં સ્નાન કરશો. એટલે કે સ્વની અનુભૂતિ કરી શકશો. આ સ્થિતિનું વર્ણન થઈ શકતું નથી. તેને તમારી જાતે તમારે અનુભવવું જ પડશે. બધા જ પ્રકારના સંકલ્પ અથવા વિચારોનો નાશ થયે, મન તેના મૂળ સ્તોત્ર આત્મામાં સમાઈ જશે. ત્યારે તમે કૈવલ્ય દશાને પામશો કે જે સમયથી પર એવી વાસ્તવિકતાને મેળવશો. નિરપેક્ષ સ્વતંત્રતાની સ્થિતિ પ્રાપ્ત કરશો. (જીવન મુક્ત થશો.)

(૬) દરેક જન્મમાં નવું ઔદારિક શરીર બને છે તેમ નવું મન અને નવી બુદ્ધિ દરેક જન્મમાં મળે છે. દરેક કાર્યને તેનો ભૂતકાળ હોય છે. દરેક કાર્યમાંથી ભવિષ્ય કાળ ઊભો થાય છે. (દરેક કાર્યનો ભવિષ્યકાળ હોય છે).

Sage Vashishtha asks Ram, "to do Purushartha, do not yield to fatalism. It will induce inertia & laziness Recognise the great powers to thought excert. By right thinking, make your self a great destiny. Prarabdha is Purushartha of last birth (previous birth). Man is the master of his own destiny. You yourself make, by the power of your thought, your destiny. You can undo it if you like. All faculties, energies and powers are latent in you. Unfold them and become free & great."

Your face is like a gramophone record. What ever you think is at once written on your face. The facial expression truly advertises the inner state of the mind or the true contents of the mind.

Mind very conspiciously reflects on the face its various states which - man of intelligence can very easily read. The eyes which represent the windows of the soul bespeak of the condition and state of the mind.

If you have the faculty to read the eyes of others, you can read the mind at once.

The thoughts of cheerfulness, joy and courage, heal, soothe, instead of irritating and immensely agument efficiency and multiply the mental powers. Be always cheerful, smile, laugh. Violent fits of hot temper do serious damage to the brain-cells, throw poisonous chemical products into the blood, produce general shock and depression and supress the secretion of

સંત વસિષ્ઠે રામને કહ્યું કે ''પુરૂષાર્થ કરો, નિરાશામાં ન ચાલી જાવ. તે તમારામાં પ્રમાદ અને આળસ પેદા કરશે. વિચારની મહત્તમ શક્તિને ઓળખો. પુરૂષાર્થ કરો. સારા, સાચા વિચારો ના ચિંતન વડે તમારી જાતને મહત્તમ ધ્યેય માટે તૈયાર કરો. પ્રારબ્ધ છે તે ગયા જન્મનો પુરૂષાર્થ છે. માણસ એ પોતાના ધ્યેય માટેનો પોતે જ ગુરૂ છે. તમારા વિચારો વડે તમે તમારૂં ધ્યેય ઘડો. તમે તેમ કરો જો તમને ગમે તો. બધી જ જાતની શક્યતાઓ, શક્તિ અને હિંમત તમારા અંદર છુપાયેલા પડ્યા છે. તેને તમે બહાર લાવો અને મુક્ત તથા મહાન બનો''

તમારૂં મુખ એ ગ્રામોફોન રેકોર્ડ જેવું છે. જે કાંઈ તમે વિચારો છો તે તરત જ તમારા મુખારવિંદ પર લખાઈ જાય છે. મનની આંતરિક સ્થિતિની જાહેરાત મોઢા પરના હાવ ભાવ બતાવી આપે છે અથવા મનમાં સાચી સ્થિતિ શું છે તે બતાવે છે.

મન બહુ જ બરાબર રીતે અંદર વર્તી રહેલી સ્થિતિને મુખ ઉપર લાવી દે છે કે જેને જાણકાર માણસ બહુ જ સહેલાઈથી વાંચી શકે છે. આંખો એ આત્માને બહાર જોવા માટેની બારીઓ છે કે જે મનની સ્થિતિ શું છે તે કહી આપે છે.

જો તમારી પાસે બીજાની આંખો વાંચવાની શક્તિ હોય તો, તમે મનને બરાબર વાંચી શકો છો. તેની મનની સ્થિતિ શું છે ? તે જાણી શકો છો.

ઉલ્લાસ, આનંદ અને હિંમત ભર્યા વિચારો. ઉઝરડાને રુઝ લાવવાનું કામ કરે છે, સુંવાળપ બક્ષે છે, ઉશ્કેરાટને સમાવે છે અને કામ કરવાની શક્તિ વધારે છે. તેમજ માનસિક શક્તિમાં વધારો કરે છે. માટે હંમેશાં ઉલ્લાસિત બનો, હસમુખા બનો. હસો ગરમ-ક્રોધી સ્વભાવ મગજના જ્ઞાનતંતુઓમાં ભયંકર નુકસાન પહોંચાડે છે, વિષમય રાસાયણિક બનાવટ લોહીમાં ફેંકે

gastric, juice, bile and other digestive juices in the elimentary canal drain away your energy, vitality, induce premature old age and shorten life.

(7) Thought brings things into existance. It develop the desires and excite the passions. So the contrary thoughts of Killings the desires and passions will counter act the former idea of satisfying the desires. So when a persons impressed with this, a contrary thought will help him to destroy thought his desires & excited passions.

He who knows the workings of the mind and has controlled it by practice is really happy. ``Like attracts like." operates in thought world also. People of Similar thought nature are attracted towards each other. A man is known by the company he keeps. Thoughts are your private property and you can regulate them to suit your taste entirely by steadily recognising your ability to do so.

A cheerful thought in you, produce, cheerful thoughts in others. So do sublime elevating thoughts. Keep the heart young. Do not think ``I have become old. Do not entertain this thought. As you think so you become. This is a great psychological law. ``As a man thinketh so he becometh." This is a great truth. Thoughts alone shapes and moulds a man. Man lives always in a world of

છે, સામાન્ય રીતે આઘાત પહોંચાડે છે અને હતાશા પ્રેરે છે અને શરીરમાંથી ઝરતા ગેસ્ટ્રીક જ્યુસ, બાઈલ અને પચવા માટેના રસોનું ઝરવું ઘટાડે છે. શક્તિ ખેંચી જાય છે. વીટાલીટી ઘટાડે છે, વહેલું ઘડપણ લાવે છે અને જીવન ટૂંકાવી દે છે.

(૭) વિચારો વસ્તુને અસ્તિત્વમાં આણે છે. તે ઈચ્છાઓ ઊભી કરે છે અને શાંતિને ઉત્તેજિત કરે છે. તેથી તેનાથી વિરુધ્ધના વિચારો ઈચ્છાઓનો નાશ કરી દે છે. શાંતિ વડે, પ્રતિ હુમલાથી પહેલાંના વિચારોની ઈચ્છાનો નાશ કરે છે. તેથી જ્યારે માણસ આનાથી પ્રભાવિત થાય છે, ત્યારે વિરુધ્ધ વિચારો પોતાનામાં ઉભી થયેલી ઈચ્છાઓનો નાશ કરે છે. ઉત્તેજીત પેશન્સનો નાશ કરે છે.

તે કે જે મનની કાર્ય કરવાની રીત જાણે છે અને જે તેને પુરૂષાર્થ દ્વારા અંકુશમાં લે છે તે ખરેખર સુખી છે. સમાન ધર્મવાળી વસ્તુ બીજી તેવી જ વસ્તુને આકર્ષે છે. આ નિયમ પણ વિચારોની દુનિયાને લાગુ પડે છે. સરખી વિચારસરણી ધરાવતા એકબીજાથી આકર્ષાય છે. માણસ જે સોબત રાખે છે તેનાથી ઓળખાય છે. વિચારો એ તમારી ખાનગી મિલકત છે અને તેને તમે અંકુશમાં રાખી શકો છો. પણ તે માટે તમારી શક્તિને તમારે જાણવી પડે છે. તેના વડે તમે તેને કાબુમાં લઈ શકો છો.

તમારા ઉત્સાહિત વિચારો, સામેની વ્યક્તિમાં પણ ઉત્સાહિત વિચારો ઉત્પન્ન કરે છે. માટે ઉચ્ચ વિચારો કરો. હૃદયથી હમેશાં યુવાન રહો. એમ વિચારો નહીં કે, ''હું ઘરડો-વૃદ્ધ'' થયો છું. આ વિચારોને આવવા જ ન દો. જેવું તમે વિચારશો તેવા તમો થશો. આ મોટો માનસિક નિયમ છે. ''માણસ જેવું વિચારે છે તેવો બને છે.'' આ મોટું સત્ય છે. એકલા વિચારો માણસનો આકાર અને ઢાળ બનાવે છે. માણસ પોતાના

thoughts. Every lives always in a world of thoughts. Every person has his own thought world. Your present world is the result of your past thoughts and your future will be according to your present thoughts If you think rightly, you will speak rightly and act rightly. Speech and action simply follow the thoughts.

(8) Every person should have a comprehensive understanding of the laws of thought and their operations. Then alone can one live in this world. Smoothly & hapily. He can utilize the helping forces to serve his ends in the best possible manner. Think you are pure, pure you will become. Live to serve others then you will reap happiness. If you do any action that can give pain to others, you will reap pain.

This is the law of thought and nature you can shape your favourable or unfavourable circumstances by doing good or bad actions. Man creates his own character by the manner of his own thinking. Mere thinking of the objects of this world is pain. Bondage is caused by the very act of thought. Pure thought is a mighter force then electricity. The mind which is attracted by objects of sense, tends to Bondage. Manifest all your strength in the task of conquering your mind. This is true Purushartha.

વિચારોની દુનિયામાં જ રહે છે. તમારી હાલની દુનિયા એ ભૂતકાળના વિચારોનું પરિણામ છે અને તમારું ભવિષ્ય તમારા હાલના વિચારોનું પરિણામ હશે. જો તમે સાચી દિશામાં વિચારશો તો તમે સાચુ બોલી શકશો અને સાચી દિશામાં કાર્ય કરશો. બોલવું અને કાર્ય કરવું તે વિચારો પ્રમાણે જ બને છે.

(૮) દરેક માણસમાં સમુચિત રીતે વિચારોના નિયમોને સમજવાની અને તે કેવી રીતે કાર્ય કરે છે તેને સમજવાની શક્તિ હોવી જરૂરી છે. જો તે આવડે તો માણસ એકલો આ દુનિયામાં સારી રીતે અને આનંદથી જીવી શકે છે. તે પોતાને મદદ કરતા બળોને પોતાના કાર્યમાં બરાબર સારામાં સારી રીતે જોડી શકે છે. તમે એમ વિચારો કે હું શુદ્ધ છું તો તમે શુદ્ધ બની શકશો. જો તમે બીજાની સેવા માટે જીવશો તો તમે સુખને મેળવી શકશો. જો તમે કોઈ એવું કાર્ય કરશો કે જેથી બીજાને દુઃખ મળે, તો તમે તમારા માટે દુઃખ ભેગું કરો છો.

આ કુદરત અને વિચારનો નિયમ છે. તમારા સારા અથવા નરસા કાર્ય દ્વારા તમે તમને ગમતા કે અણગમતાં કારણોમાં ઢાળી શકો છો. માણસ પોતાનું ચારિત્ર પોતાની વિચારસરણી દ્વારા ઘડે છે. ફક્ત આ જગતના પદાર્થોનો વિચાર કરવો તે દુઃખદાયક બને છે. કર્મનું બંધન વિચારો પ્રમાણે થાય છે. શુભ (અને શુદ્ધ) વિચારો વિદ્યુત શક્તિ કરતાં પણ બળવાન છે. જે મન વસ્તુઓ વડે આકર્ષાય છે તે કર્મ બંધનમાં આવે છે. તમારી બધી શક્તિને તમારા મનને જીતી લેવા પાછળ લગાડો. આ જ સાચો પુરૂષાર્થ છે.

Purify and still the thoughts. The layers of ignorance, covering knowledge, will not be removed without a calm mind. The Subtle part of food forms the mind. Mind is manufactured out of food. Food does not mean merely what we eat, but what we gather through all over senses (Indriya).

Learn to see God everywhere. This is real food for the eye. Purity of thought depends upon purity of food. You can see better, hear better, taste better, think better, when you entertain sublime divine thoughts. All mental states are transitory, they produce pain and sorrow. Have freedom of thought. Free yourself from the slavery of prejudice that blunts intellect and dulls thoughts. Think of immortal Atman This is the right method of direct, original thinking. The Atman reveals itself after the purification of thoughts. When the mind is serene withought any carving or desire or thought, without any compulsion, without hope, then the Supreme Atman Shines. Until you have conquered mind, there can be no sure and permenant victory.

Be careful of your thoughts what ever you send out of your mind, comes back to you. If you hate others, hate will comeback to you. If you love others, love will come back to you.

વિચારોને શાંત અને શુદ્ધ કરો. જે સમ્યક્ જ્ઞાન ઉપર અજ્ઞાનનું આવરણ ચઢેલું છે તેને મનને શાંત કર્યા વગર દૂર કરી શકાશે નહિ. ખોરાકનો અમુક ભાગ મનને ઊભું કરે છે. ખોરાક દ્વારા જ મન ઉત્પન્ન થાય છે. જે કાંઈ ખાઈએ છીએ તે જ ખોરાક એમ સમજવાનું નથી. પણ આપણે બધી જ જ્ઞાને ઈન્દ્રિયો દ્વારા ભેગું કરીએ છીએ તેનો પણ આમાં સમાવેશ થાય છે.

દરેક જગ્યાએ ભગવાન આત્માને જોતાં શીખો. આ આંખો માટેનો જરૂરી ખોરાક છે. શુદ્ધ વિચારો શુદ્ધ-સાત્વિક ખોરાક પર આધાર છે. જ્યારે તમે આધ્યાત્મિક ઉચ્ચે વિચારોને પ્રાધાન્ય આપશો ત્યારે તમે સારૂં જ જોશો. સારૂં જ સાંભળશો, સાચો સ્વાદ લેશો, સારૂં વિચારી શકશો. બધી માનસિક સ્થિતિઓ અસ્થાયી રૂપ વાળી છે, તે દુઃખ અને શોક ઉત્પન્ન કરે છે, વિચારોની સ્વતંત્રતા હોવી જોઈએ. તમારે જાતને પૂર્વગ્રહની નજરમાંથી મુક્ત કરો. કારણકે તે આંતરિક પ્રજ્ઞાને કુંઠિત કરે છે અને વિચારોને નબળા બનાવે છે. અમર આત્માનો વિચાર કરો. આજ સાચી દિશાની, સીધી, મૂળભૂત વિચારધારા છે. વિચારોની શુદ્ધતાથી જ આત્માને મેળવી શકાય છે. મન જ્યારે કોઈ પણ જાતની ઈચ્છા વગર શાંત છે, કોઈ મહત્વાકાંક્ષા નથી. કોઈ જબરદસ્તી નથી, કોઈ આશા નથી તો ઉત્કૃષ્ટ એવો આત્મા પ્રગટે છે, પ્રકાશે છે. જ્યાં સુધી તમે તમારૂં મન જીત્યું નથી ત્યાં સુધી ચોક્કસ અને કાયમી જીત મેળવી નથી તેમ માનો.

તમારા વિચારો માટે જાગૃત બનો. જે કાંઈ તમારા મનમાંથી બહાર મોકલો છો તે પાછું તમારી પાસે જ પાછું આવશે. જો તમે કોઈને ધિક્કારશો તો ધિક્કાર તમારી પાસે પાછો આવશે. જો તમે બીજાને પ્રેમ કરશો તો તમને પ્રેમ પાછો મળશે.

Thoughts are like the waves of an ocean. They are countless. You may become desperate in the beginning of your attempt to conquer them. But never become desperate at any stage of practice. You will surely get inner spiritual strength you are bound to succeed in the end. If you reduce your wants & desires, then the thoughts will decrease by themselves. Gradually all will be extirpated. All that we are is made up of our thoughts which is the cause of our round of births. So we should always tries to purify our thoughts.

When we go and sit near Sage, we feet a unique calmless. It is because the Vibrations of peace and calmness emanate from the aura of the Sage.

Particularly around minds of highly developed thought power, we sense the manifest phenomenon of a powerful aura. To sit in his presence, though he hardly speaks a word, is to feel a thrilling sensation and discover the impacts of new inspirations that it wields (Yields) on our minds.

You should not come in public & mind with your friends and others when you have a mood of depression, a mood of hatred, lust or jealousy, as these brings menance to the society.

વિચારો છે તે સમુદ્રના તરંગો જેવા છે. તે ગણી ન શકાય (અનંત) તેટલા છે. તમે શરૂઆતમાં તેને જીતવાના પ્રયાસમાં નિરાશા અનુભવશો, પણ ક્યારેય નિરાશ કોઈપણ સ્થિતિએ તમારી પ્રેક્ટીસમાં ન થશો. તમે ચોક્કસ તમારી અંદરથી આધ્યાત્મિક શક્તિને મેળવશો. છેવટે તમે તેમાં સફળ થશો જ. જો તમારી ઈચ્છાઓ અને તૃષ્ણાઓ ઘટાડશો તો વિચારો તેની જાતે જ ઘટતા જશે. ધીમે ધીમે બધા જ જતા રહેશે. આપણું જે વ્યક્તિત્વ છે તે આપણા વિચારોથી જ બનેલું છે કે જે આપણી જન્મોના ચક્રાવાનું કારણ છે. તેથી આપણે હંમેશાં આપણા વિચારોને શુદ્ધ કરવા પ્રયત્ન કરવો જોઈએ.

જ્યારે આપણે સંત પાસે જઈને બેસીએ છીએ ત્યારે આપણે ન્યારી એવી શાંતિનો અનુભવ કરીએ છીએ. કારણકે સંતના હૃદયમાંથી (અંતરમાંથી) શાંતિ તથા શાંતતાના ઝરણા વહ્યા કરતા હોય છે.

ખાસ કરીને જેની વિચાર શક્તિ પૂર્ણ વિકસીત થઈ છે તેની પાસે આપણે શક્તિશાળી આધ્યાત્મિક શક્તિનો ધોધ વહેતો અનુભવ કરીએ છીએ. જો કે તે ક્યારેક જ બોલે છે. તો પણ તેમની પાસે બેસવાથી આપણે આંતરિક રીતે કાંઈક ઉત્સાહપ્રેરક આલ્હાદક તરંગોનો અનુભવ કરીએ છીએ અને આપણને લાગે છે કે આપણને નવું બળ મળી રહ્યું જણાય છે જે મનને શાંત કરે છે.

જ્યારે તમો હતાશામાં હો, ક્રોધ આવી રહ્યો હોય ધિક્કારતાની લાગણી ઊભી થઈ રહી હોય, અશુદ્ધ-મલીન લાગણી ઊભી થઈ રહી હોય અથવા ઈર્ષા આવી રહી હોય ત્યારે જાહેરમાં ન આવો અને તમારા મિત્રો સાથે ન મળો કારણકે આ સમાજમાં નુકસાન કર્તા થશે.

When a thought - good or evil - leves the mind of a person it gives rise to vibrations in the Manas or mental atmosphere which travel far and wide in all directions.

(9) A saint is a living assurance for others, to realize Soul. Many draw inspiration from the sight of holy saints. No one can check the thought vibrations from the saints. Their pure, strong thought vibrations travel a very long distance, purify the world and enter the minds of many thousands of persons. A wrong thought binds. A right thought liberates. Therefore, think rightly and attain freedom. Unfold the ocult powers hidden within you by understanding and realizing the powers of the mind. Interest, attention, will, faith and concentration will bring the desired fruit. Remember that mind is born of the Atman through his maya or illussary power.

Understand the laws of thought. Raise thought of mercy, love and kindness from your mind and be happy always. Through spiritual Sadhana change the Sub conscious thoughts and mind and become a new being.

Thought is life. What you think that you are. Your thought creates your environment. Your thoughts consitute your world.

If you entertain healthy thoughts, you can keep good health. Remember that body is a product of mind and is

જ્યારે સારા કે ખરાબ વિચારો માણસના મનમાંથી બહાર નીકળે છે ત્યારે મનમાં કે મનના વાતાવરણમાં તરંગો-સ્પંદનો ઉત્પન્ન કરે છે. જે દૂર સુધી અને બધી જ દિશાઓમાં ફેલાય છે.

(૯) સંત એ જીવતો જાગતો પૂરાવો છે કે જે બીજા માટે આત્માની અનુભૂતિ કરાવવાની શક્તિ ધરાવે છે. ઘણા લોકો પવિત્ર સંતની દૃષ્ટિમાંથી પ્રેરણા (Inspiration) લે છે. સંતમાંથી નીકળતા વિચારોના તરંગોને કોઈ રોકી શકતું નથી. તેઓના શુદ્ધ, મજબૂત શક્તિશાળી વિચારોના તરંગો ઘણે દૂર સુધી જાય છે, જગતને શુદ્ધ કરે છે અને ઘણા હજારો માણસોના મનમાં પ્રવેશ કરે છે. ખરાબ વિચારો બંધન કરે છે. સાચો વિચાર મુક્તિ અપાવે છે. તેથી સાચી રીતે વિચારો અને સ્વતંત્ર-મુક્ત બનો. સમજણ અને મનની શક્તિનો ખ્યાલ કરીને તમારી અંદર છુપાયેલા શક્તિના ખજાનાને ખુલ્લો કરો. રુચિ, એકાગ્રપણું, શક્તિ, ભરોંસો અને એકાગ્રતા ઈચ્છેલું ફળ પ્રાપ્ત કરાવી શકે છે. યાદ રાખો મન આત્માની માયા અથવા આભાસી શક્તિ વડે ઉત્પન્ન થયેલ છે.

વિચારોના નિયમોને સમજો. દયાના પ્રેમના અને કરુણાના વિચારોને તમારા મનમાં ઊભા કરો અને હંમેશાં સુખી થાઓ. આધ્યાત્મિક સાધના દ્વારા સૂક્ષ્મ વિચારો અને મનને બદલાવો અને નવા વ્યક્તિ બની જાઓ.

વિચારો જિંદગી છે. જે તમે વિચારો તેવા થાઓ. તમારા વિચારો જ તમારૂં વાતાવરણ બનાવે છે. તમારા વિચારો જ તમારી દુનિયા ઊભી કરે છે.

જો તમે ઉચ્ચ વિચારોને મહત્વ આપશો, તો તમે તમારી જાતને તંદુરસ્ત રાખી શકશો. યાદ રાખો, શરીર મન વડે બનેલું છે

under the control of mind. Thoughts of love, peace, purity, perfection livinity make you and also others around you perfect & divine. Cultivate divine thoughts.

(11) The body is internally associated with the mind, rather the body is a counter part of the mind, it is a gross visible form of subtle, unvisible mind. If there is pain in any part of the body, the mind is at once affected. It ceases to think properly, it is agitated, disturbed and perturbed.

Mental health is more important than physical health. If the mind is pure, your thoughts will be pure. You will be free from all diseases. A sound mind in Sound body.

Those who have even a little control over their thoughts and speech will have a calm, Serene, beautiful, charming face, a sweet voice and their eyes will turn brilliant and lustrous.

Man sows a thought and reaps an action. He sows an action and reaps a habit. He sows a habit and reaps a character. He sows a character and reaps a destiny.

Man has made his own destiny by his own thinking and acting. He can change his destiny. He is the master of his own destiny. By right thinking and strong exertion, he can become the master of his destiny.

અને તે મનના કાબુમાં છે. પ્રેમ, શાંતિ, શુદ્ધતા, ચોક્કસતા અધ્યાત્મના વિચારો કરશો તો તે તમને તથા બીજાઓને પણ સંપૂર્ણ અને આધ્યાત્મિક બનાવશે. દિવ્ય વિચારોને મનમાં ધારણ કરો.

(૧૧)અંદરથી શરીર મન સાથે જોડાયેલું છે, તેના કરતાં શરીર મનનો જ ભાગ છે તેમ ગણવું વધારે સારૂ છે. સૂક્ષ્મ મનનો બહાર જોઈ શકાય તેવો એ શરીરનો ભાગ છે. જો શરીરના કોઈ પણ ભાગમાં દુઃખ થાય છે તો મન ઉપર તેની તરત જ અસર જણાય છે. તે બરાબર વિચારતું બંધ થાય છે. તે અશાંત બને છે અને વિવક્ષિત બને છે.

શારીરિક તંદુરસ્તી કરતાં માનસિક તંદુરસ્તી વધારે મહત્વની છે. જો મન શુદ્ધ હશે તો તમારા વિચારો પણ શુદ્ધ હશે. તમે બધા જ પ્રકારના રોગોથી મુક્ત થઈ જશો. શાંત શરીરમાં શાંત મન હોય છે.

જેઓનો તેમના વિચારો અને બોલવા ઉપર થોડોક પણ કાબુ છે તે શાંત, સુંદર, ઉલ્લાસીત ચહેરાવાળો, મધુર અવાજવાળો અને તેની આંખો તેજસ્વી તેમજ ભીનાશવાળી - ઊંડાણવાળી હોય છે.

માણસ વિચારોને વાવીને કાર્યશક્તિ ઊભી કરે છે. તે કાર્યશક્તિથી ટેવને મેળવે છે. ટેવ વડે ચારિત્ર મેળવે છે અને ચારિત્ર વાળો ધ્યેયને પામે છે.

માણસ પોતે પોતાના વિચારો અને કાર્ય વડે પોતાનું ધ્યેય બનાવે છે. તે તેનું ધ્યેય બદલી પણ શકે છે. તે પોતે જ પોતાના ધ્યેયનો સ્વામી-માલિક છે. સત્ય વિચારો દ્વારા અને તીવ્ર પુરૂષાર્થ વડે, તે પોતાના ધ્યેયનો માલિક બની જાય છે.

Some say "Karma does everything it is all destiny. If I am destined by my Karma to be like this or that why them should I exert. This belong will create inertia, stagnation and misery.

This is perfect misunderstanding of the laws of Karma. This is a fallacious argument.

By right thinking of desiring and acting, you can become a Sage, a millionaire. You can attain the position of Indra or Brahma by good thought & action with good Karma. Man is not a helpless being. He has a free will of his own.

It is offen said that man is the result of his environmental forces. This is not true, because many of the world's greatest man have been born in poverty and in adverse circumstances. Many who have been born in slums and filthy surroundings have risen to the highest status in the world. Any one who do right exertion rise to the position of highest level.

Every man is born with his Sankaras. The mind is not a blank sheet of paper. It contains the impressions of thoughts of actions of the previous births.

Sanskaras are the latent potentialities. These good Sanskaras are valuable assets for man. Even though he is placed in unfavourable environments, these Sanskaras give him protection against extraneous,

કેટલાક કહે છે-કે "બધું જ કર્મ કરે છે." તે જ ધ્યેય છે. જો હું મારા કર્મ વડે આ કે તે ધ્યેયને નક્કી કરતો હોઉં તો પછી શા માટે મારે પુરૂષાર્થ કરવો જોઈએ. આ મનની માન્યતા છે તે પ્રમાદ અને સ્થગિતતા - નિરાશા આધ્યાત્મિક માર્ગમાં લાવી દે છે.

આમ સમજવું તે ચોક્કસપણે કર્મના નિયમોને ઉંધી રીતે સમજ્યો છે. તે ખોટી દલીલ છે.

સાચા ચિંતન, ઈચ્છા અને કાર્યશક્તિથી તમે સંત બની શકો છો. ધનવાન બની શકો છો. તમે ઈન્દ્ર અથવા બ્રહ્માની પદવી પણ સારા કાર્યોથી અને સારા કર્મથી મેળવી શકશો. માણસ અસહાય પ્રાણી નથી. તે તેની ઈચ્છા પ્રમાણે સ્વતંત્ર રહેવાની શક્તિવાળો છે.

ઘણીવાર એમ કહેવામાં આવે છે કે માણસ તેની આજુબાજુના વાતાવરણના બળ પ્રમાણે બને છે. આ સાચું નથી. કારણકે જગતના મોટામાં મોટાં માણસો ગરીબાઈ જન્મ્યા છે અને પ્રતિકુળ સંજોગોમાં રહ્યા છે. ઘણા કે જેઓ ગંદી વસ્તીમાં અને ખરાબ વાતાવરણમાં જન્મ્યા છે તેઓ જગતની ઊંચામાં ઊંચી જગ્યાને પામ્યા છે. બહુમાન મળ્યું છે. કોઈપણ જે સાચો પુરૂષાર્થ કરે છે તે ઊંચામાં ઊંચી પદવી સુધી ઉપર ઉઠે છે.

દરેક માણસ પોતાના સંસ્કાર લઈને જન્મે છે. મન એ કોરા કાગળ જેવું નથી. તે પૂર્વ જન્મના સંસ્કારોથી આચ્છાદિત થયેલું છે.

સંસ્કાર છે તે આંતરિક શક્તિ છે. આ સારા સંસ્કારો માણસની કિંમતી મિલકત છે. જો તે વિપરીત સંજોગોમાં મૂકાયો હોય તો પણ આ સંસ્કારો તેને ખરાબ, ન ગમતાં, ઉત્તેજીત બનાવોમાં રક્ષણ પૂરૂં પાડે છે. તેઓ તેના વિકાસમાં અને મૂલ્યાંકનમાં ઉપર

undesirable, hostile influences. They help his growth and evolution.

Every opportunity, you get, is meant for your uplift & development. Help the needy people by way of giving your services to make him right. That man who tries to evolve or grow in adverse environments will be a very strong man indeed.

Man is certainly not a creature of environments or circumstances. He can control and modify them by his thoughts and exertion. Intense exertion (Tivra Purashartha) can change the destiny. Therefore exert and conquer nature and rejoice in the eternal sat-chidanand Atman.

The erroneous thought that, you are the body, is the root of all evils. Through wrong thinking, you identify yourself with the body. Dehadhyasa (દેહાધ્યાસ) arises will you are attached to the body. This is Abhimana (અભિમાન) Then mamta arises. You identify, yourself with your wife chindren, house etc. It is the identification or attachment that brings about bondage, misery and pain.

(12) The development of Thought Power

A man who speaks the truth and has moral purity has always powerful thoughts. One who has controlled anger by long practice, has tremendous thought power. Purity leads to wisdom and immorality, purity is of two types-internal or mental and external or physical. Mental purity is more important, physical purity is also needed. With the establishment of internal/mental purity,

ઉઠવામાં મદદ કરે છે.

દરેક તક જે તમને મળે છે, તે તમોને ઉપર ઉઠવા માટેની અને તમારી પ્રગતિ માટે જ છે. તમો જરૂરીયાતવાળાને તમારી સરવીસ આપીને મદદ રૂપ થઈ તેને સારો બનાવો. તે માણસ કે જે પોતાની જાતને ખરાબ પરિસ્થિતિમાં પણ ઉપર ઉઠાવે છે અથવા પ્રગતિ કરે છે. તે ઘણો મજબુત મનોબળવાળો હોય છે.

માણસ છે તે વાતાવરણ પ્રમાણેનું પ્રાણી નથી અથવા બનાવો લક્ષી પ્રાણી નથી. તે પોતાના વિચારો અને પુરૂષાર્થ દ્વારા વાતાવરણને ફેરવી શકે છે. તીવ્ર પુરૂષાર્થ ધ્યેયને પણ બદલી શકે છે. તેથી પુરૂષાર્થ કરો અને પ્રકૃતિને જીતી લો અને આનંદ રૂપ આંતરિક સત્‌ ચિદાનંદ રૂપી આત્મામાં જોડાઓ.

ખરાબ-ખોટા વિચારો દ્વારા તમે તમારી જાતને શરીર સાથે ઓળખાવો છો. જ્યાં સુધી શરીર સાથે આત્માથી જોડાયા છો ત્યાં સુધી દેહાધ્યાસ રહે છે. આને જ અભિમાન કહે છે. તેથી મમતા-માયા ઉભી થાય છે. તમે તમારી જાતને તમારી પત્ની, પુત્ર, પુત્રી, ઘર આદિ સાથે ઓળખાવો છો અથવા તેમના તરફ આકર્ષણ છે તો તે તમારા માટે કર્મના બંધનનું કારણ છે, મુશ્કેલીનું કારણ છે અને દુ:ખનું કારણ છે.

(૧૨) વિચાર શક્તિની કેળવણી :

જે માણસ સત્ય બોલે છે અને શુદ્ધ નીતિમત્તા છે તેના વિચારો હંમેશાં શક્તિશાળી હોય છે. જેણે ઘણી લાંબી પ્રેક્ટીસ વડે ક્રોધને જીત્યો છે, તેનામાં જોરદાર શક્તિશાળી વિચાર ધારા હોય છે. શુદ્ધતા ડહાપણ અને અમરતા તરફ દોરે છે. આ શુદ્ધતા બે પ્રકારની છે - આંતરિક અથવા માનસિક અને બાહ્ય અથવા શારીરિક. આંતરિક શુદ્ધતા વધારે મહત્વની છે. તે સાથે

cheerfulness of mind, one pointed mind, conquest of Indriya (senses) and fitness of the realisation of the self are obtained.

For purpose of consentration, the scatered rays of mind have to be gathered. Then the mind must be made to turn towards the self realisation. For this be regular in your concentration practice. Sit in the same place, at the same time.

Reduction of wants & activities, silence - discipline of the senses, Japa, control of anger, giving up reading novels, newspapers, visiting cinemas and seeing T.V. are all aids to concentration.

Too much physical exertion, too much talking, too much eating, too much mixing with worldly people, two much working, too much sexual indulgence, are obstacles to concentration.

Every sensual thought rejected, every temptation resisted, every harsh word withheld, every noble aspiration encouraged, helps you to develop will power or soul force and takes you nearer and nearer to the goal.

Will is the dynamic Soul force. When it operates all the mental powers such as the power of judgement, power of memory, power of grasping, power of conversation, reasoning power etc., come into instant play. Will is the King of mental powers. Those who practice concentration and meditation develop, strong, well formed mental images.

શારીરિક શુદ્ધતા પણ જરૂરી છે. આંતરિક શુદ્ધતા મેળવવાથી મનનું આનંદિતપણું, મનનું એકાગ્રપણું, વિષયોની જીત તેમજ પોતાના આત્માને અનુભવવાં માટેની પાત્રતા પ્રાપ્ત થાય છે.

એકાગ્રતા માટે મનમાંથી નીકળતા જુદા જુદા તરંગોને એક જગ્યાએ ભેગા કરો. તો મનને આત્માની અનુભૂતિ તરફ વાળી શકાશે. આમ થવા માટે એકાગ્રતાની પ્રેકટીસ નિયમિત પણે કરો. એક જ જગ્યાએ બેસો, એક જ સમયે. (બેસો).

- ઈચ્છાઓ અને પ્રવૃત્તિમાં ઘટાડો, શાંતિ, ઈન્દ્રિયોને કાબુમાં રાખવી, જપ, ક્રોધને કાબુમાં રાખવો, નવલકથા, વર્તમાનપત્રનું વાંચન છોડી દેવું, પીક્ચર જોવા જવું નહીં અને ટી.વી. જોવું નહીં. આ બધા એકાગ્રતા કેળવવા માટે સાધનો છે.

વધારે પડતું શારીરિક કાર્ય, વધારે પડતી વાતો કરવી, વધારે પડતું ખાવું, વધારે પડતા સંસારમાં રાચતા માણસો સાથે ભળવું, વધારે પડતું કાર્ય કરવું, વધારે પડતું વિષયોનું સેવન કરવું. એકાગ્રતા માટેના વિઘ્નરૂપ કારણો છે.

દરેક પ્રકારના વિષયોના વિચારો છોડી દો. લોભામણી વાતો સામે સંઘર્ષ કરો, કડક શબ્દો બહાર જવા ન દો, દરેક ઉમદા લાગણીને મહત્વ આપો, જે તમને તમારી આંતરિક હિંમત-શક્તિ વધારવામાં મદદ રૂપ થશે અને એ જ તમને તમારા ધ્યેયની નજીકને નજીક લઈ જશે.

આંતરિક શક્તિ એ આત્માની ગતિશીલ શક્તિ છે. જ્યારે તે સક્રિય થાય છે ત્યારે માનસિક શક્તિઓ જેવી કે નિર્ણય લેવાની શક્તિ, યાદ શક્તિ, જલ્દી પકડી લેવાની શક્તિ, વાતચીત કરવાની શક્તિ, તર્ક શક્તિ વિગેરે એક જ સાથે આવી જાય છે. આંતરિક શક્તિ એ માનસિક શક્તિનો રાજા છે. જે એકાગ્રતા અને ધ્યાન માટે પ્રેકંટીસ કરે છે તે મજબુત શક્તિશાળી આંતરિક શક્તિ ઊભી કરે છે. જેનાથી માનસિક ચિત્ર બરાબર ઊભું થાય છે.

Most of us do not know what right thinking is ? Thinking is shallow in the vast majority of persons. Deep thinking is given to few. Thinkers are very few in this world. Deep thinking needs intense practice - Sadhana. Thought is a real action, it reveals itself as a dynamic force. A thought of joy creates sympathetically a thought of joy in others. The birth of a noble thought is a potent antidote to counter act an evil thought.

(13) Very carefully watch your thoughts. Suppose you experience depression, sit calmly and find out the cause for the depression and try to remove the cause.

The method of displacing or dislocating the negative feeling by Substituting the opposite - positive feeling, is very easy - within short time, the undesirable feeling vanishes.

Even if you fail several times, continue. You will be successful after some sittings & some practice.

If there is harshness of heart, think of mercy. If there is lust, think of the advantage of celibacy. If there is miserliness, think of generosity and generous persons.

If there is Moha, think of Atmic vichara. If there is pride, think of humility. If there is hypocrucy, think of frankness and its invaluable advantages. If there is jeolouscy, think

આપણામાંના ઘણા ભાગનાને ખબર જ નથી કે સાચી વિચાર ધારા શું ? માણસોની બહુલ સંખ્યા છીછરાપણાની રીતે વિચાર કરવાવાળી છે. બહુ જ થોડા ઊંડાણ પૂર્વક વિચારણા કરી શકે છે. વિચારકો દુનિયામાં ઘણા થોડા છે. ઊંડી વિચારધારા માટે તીવ્રતાથી સાધના કરવી જોઈએ છે. વિચાર એ સાચી કાર્ય શક્તિ છે. તે પોતાની જાતે જ ગતિશીલ શક્તિ છે. આનંદના વિચારો બહુ જ સહાનુભૂતિ પૂર્વક બીજામાં તેવા જ આનંદના વિચારો ઉત્પન્ન કરે છે. ઉમદા વિચારણાનો જન્મ, એ ખરાબ વિચારણાને દૂર કરવા માટેનું સાધન છે.

(૧૩)સહજતાથી તમારા વિચારોને જુઓ. ધારો કે તમને હતાશા જણાય છે. તો શાંત ચિત્તે બેસો અને હતાશાનું કારણ શું છે તે શોધી કાઢો અને તે કારણને દૂર કરવા પ્રયત્ન કરો.

નુકસાનકર્તા લાગણીઓને દૂર કરવા માટે હકારાત્મક લાગણીઓ તમારામાં લાવો, જે એક સહેલો રસ્તો છે. બહુ જ થોડા સમયમાં નકામી લાગણીઓનું પૂર નાશ પામી જશે.

આમ કરતાં જો તમે સફળ ન થાઓ તો પણ આ ચાલુ રાખો, તમે થોડા સમયમાં જ થોડી બેઠકો અને પ્રેકટીસથી સફળતાને વરશો - મેળવશો.

જો હૃદય કઠોરતા ધારણ કરે તો, દયાળુપણાનો વિચાર કરો, જો મલિનતા-અપ્રમાણિકતાનો વિચાર આવે તો સાલસતાના ફાયદાનો વિચાર કરો.

જો કૃપણતાના ભાવો ઉઠે તો ઉદારતાપણાનો તથા ઉદાર વ્યક્તિનો વિચાર કરો.

જો મોહ ઊભો થાય તો આત્માના વિચારો કરો. જો અભિમાન ઊભું થાય તો નમ્રતાનો વિચાર કરો, જો દંભતાનો વિચાર આવે તો સરળતાનો અને તેના અગણિત - કિંમતી ફાયદાઓનો

of nobility. If there is timidity think of courage.

Talk very little and that, to on useful matters. In the beginning of your practice of thought control, you will experience great difficulty, you will have to wage war with them. They will struggle their level best for their own existence. They will say "we have every right to remain in this pasage of mind. We have a sole monopoly from time immemorial to occupy this area. Why should we vacate our dominion now ? We will fight for our birth right till the end."

When you sit for meditation, they will pounce upon you with great ferocity and all shorts of evil thoughts will crop up. As you attempt to supress them they want to attack you with redoubbled force and vigour. But positive always overcomes the negative. Just as darkness cannot stand before the sun. Just as leopard cannot stand before lion, so also these dark - negative. Thoughts - invisible intruders, enemies of peace - can not stand before the divine thoughts. They must die by themselves. You are away from your soul when you entertain useless thoughts. Entertain only helpful and useful thoughts. Useless thoughts are the stopping stones to spiritual growth and progress. Worldly thoughts will trouble you a lot in the beginning of your new life of thought culture. They trouble you also when you take to the practice or meditation and spiritual life. But if you are regular in cultivation of spiritual thoughts and in

વિચાર કરો. જો ઈર્ષા આવે તો, ઉમદા ભાવનો વિચાર કરો, જો ભીરુતા આવે તો, હિંમતનો વિચાર કરો.

- બહુ જ ઓછું બોલો અને જરૂરી વસ્તુ ઉપર જ બોલો. શરૂઆતમાં વિચારોને કાબુમાં લેવામાં ઘણી મુશ્કેલીઓ જણાશે. તમારે તેની સાથે યુદ્ધ કરવું જ પડશે. તે તેમની શક્તિથી તમારી સામે તેમનું અસ્તિત્વ ટકાવી રાખવા માટે ઝઝુમશે. તેઓ કહેશે કે ''અમને આ મનરૂપી મહેલમાં રહેવાનો બધા જ પ્રકારનો હક છે. અમારી પાસે આ જગ્યામાં રહેવાનો ઘણા વખતથી એક હથ્થુ ઈજારો પ્રાપ્ત થયેલો છે. તો પછી અમે શા માટે આ સ્થાન ખાલી કરીએ ? અમે અમારા આ જન્મસિધ્ધ હક માટે છેવટ સુધી લડી લઈશું.''

જ્યારે તમે ધ્યાન માટે બેસશો ત્યારે તેઓ તમારા ઉપર ખૂબ જ જોરદાર જુસ્સાથી હુલ્લો કરશે, બધા જ પ્રકારના ખરાબ વિચારો તમારા મનમાં ઊગી નીકળશે. જેવા તમે તેને દબાવવા પ્રયત્ન કરશો તેઓ તમારા ઉપર હિંમત તથા બમણા જોરથી હુમલો કરશે. પણ હંમેશાં સારી વાત ખરાબ વાતને દૂર કરીને જ રહે છે. જેમકે સૂર્યની સામે અંધારૂં ટકી શકતું નથી, ચિત્તો જેમ સિંહ સામે ઊભો રહી શકતો નથી, તેમજ આ અંધાર ભર્યા - ખોટા વિચારો - જે અદૃશ્ય ઘૂસણઘોર શાંતિના દુશ્મનો છે, તે દિવ્ય વિચારો સામે ટકી શકતા નથી. તેઓએ તેમની જાતે જ નાશ પામવું પડશે.

જ્યારે તમો નકામા વિચારોને તાબે થાવ છો ત્યારે તમે તમારા આત્માથી દૂર છો. ફક્ત ઉપયોગી અને મદદ કર્તા વિચારોને અંદર રહેવા દો. નકામા વિચારો છે તે આધ્યાત્મિક પ્રગતિમાં રૂકાવટ કરનારા પત્થરો છે. જગતના વિચારો તમારી નવી વિચારધારાના સંસ્કારો ઊભા કરવામાં મુશ્કેલી ઉભી કરશે. તેઓ તમને મુશ્કેલીમાં મૂકશે કે જ્યારે તમે ધ્યાનની પ્રેકટીસ

meditation, worldly thoughts will gradually die by themselves.

Meditation is fire to burn these thoughts. Do not try to drive out worldly thoughts, but entertain positive thoughts concerning the object of meditation. Positively think of the loftly things.

Try to see waves of worldly thoughts arising from the mind. When you attain a state of ``Sakshi bhava", these worldly thoughts will go on diminishing and at last it ceases.

When you are very busy in your daily work, you may not harbour any impure thought, but when you take rest and leave the mind blank, the impure thoughts will try to enter in your mind. You must be careful when the mind is released.

If you entertain one impure thought, all sorts of impure thoughts join to gether and attack you. If you entertain any good thought, all good thoughts join together to help you.

Thoughts of depression, failure - weakness, darkness, doubts, lust fear etc. are negative thoughts. Cultivate positive thoughts of strength, confidence, courage, cheerfulness, then negative thoughts will disappear.

અને આધ્યાત્મિક જીવન માટે પુરૂષાર્થ કરતા હશો. પણ જો તમે આત્મિક વિચારોની વૃદ્ધિમાં નિયમિત હશો અને ધ્યાન પણ નિયમિત કરશો તો આ સાંસારિક વિચારો ધીમે ધીમે પોતાની જાતે નાશ પામશે.

ધ્યાન એ આવા વિચારોને બાળવા માટે અગ્નિ સમાન છે. સાંસારિક વિચારોને બહાર કાઢી નાખવાનો પ્રયત્ન ન કરો, પણ તેની સામે શુભ કે શુદ્ધ વિચારો મૂકો. ધ્યાનના વિષય માટેના વિચારો મૂકો. સાચી દિશાના ઉમદા વિચારોને મૂકો.

મનમાં ઉભા થતા સાંસારિક વિચારોના તરંગોને જોયા કરો. જ્યારે તમે સાક્ષીભાવ-દ્રષ્ટાભાવ કેળવશો ત્યારે આ સાંસારિક વિચારો ધીમે ધીમે ઘટતા જશે અને છેવટે તે બંધ થઈ જશે.

જ્યારે તમે તમારા રોજીંદા કાર્યમાં કાર્યરત હશો, ત્યારે ખરાબ વિચારો તમારામાં આવશે નહીં. પણ જ્યારે તમે આરામ કરતા હશો અને મન નવરું પડ્યું હશે ત્યારે અશુદ્ધ વિચારો તમારા મનમાં દાખલ થવાનો પ્રયત્ન કરશે. જ્યારે મન નવરું પડેલું હોય ત્યારે જાગૃત રહેવા પ્રયત્ન કરો.

- જો તમે એક અશુદ્ધ વિચારને આવવા દેશો તો બધા જ પ્રકારના અશુભ વિચારો તેની સાથે જોડાશે અને તમારા ઉપર હલ્લો કરશે. જો તમે એક સારા વિચારને આવવા દેશો તો બધા જ સારા વિચારો ભેગા થઈને તમને મદદ રૂપ થશે.

- હતાશા, નાસીપાસતા, નિર્બળતા, અજ્ઞાનતા, શંકાના, તૃષ્ણાના, ભયના, મલિનતાના વિચારો ખરાબ વિચારો છે. શક્તિના, શ્રદ્ધાના હિંમતના, આનંદના વિચારોને તમારામાં પ્રવેશ કરવા દો. ઉગવા દો, તો આ ખરાબ વિચારો નાશ પામી જશે.

All sorts of habitual thoughts, concerning the body, dress, food and so on; must be over come though the Atma - Chintan within one's own heart. Those who have destroyed the Vasana & most of habitual thoughts will enjoy their final Brahmic seat.

This mischievous and powerful mind - generates all pains & fears and destroys all spiritual wealth. Slay this trouble some mind. Thoughts of attraction and repuloion, likes & dislikes, Ragdvesha (રાગદ્વેષ) are annihilated in toto. Then the Sage will not be conscious of the existance of the body, though working in it.

Do not try to drive away the unimportant and irrelevant thoughts. The more you try, more they will return & gain more strength. Become indifferent. Fill the mind with divine thoughts. They will gradually vanish. Get yourself established in NirVikalpa Samadhi through constant meditation. Mental poise and calmness many be brought about by the eradication of worry & anger.

The goal of life is the attainment of divine consciousness. This goal is the realisation that we are neighter the body nor that changing & finite mind, but we are all pure, even free Atman.

- શરીરને લગતી બધા જ પ્રકારની ટેવોના કપડાના, ખોરાકના અને આવા બીજા વિચારોથી ઉપર ઉઠવા માટે આત્મચિંતન તમારા હૃદયમાં કરો.

તેઓ કે જેમણે વાસના અને ટેવના કારણોથી ઉભા થતા વિચારોનો નાશ કર્યો છે, તેઓ બ્રહ્મની સ્થિતિમાં પહોંચીને આનંદનો ભોગવટો કરશે.

- આ નટખટ અને શક્તિશાળી મન બધાજ પ્રકારના દુઃખો અને ભય ઉભા કરે છે અને આત્મિક સંપત્તિનો નાશ કરે છે. આ મુશ્કેલી પેદા કરનાર મનનો નાશ કરો. આકર્ષણ અને અપાકર્ષણના, ગમા અને અણગમાના, રાગદ્વેષના વિચારોનો સંપૂર્ણ પણે નાશ કરો. તો પછી સાધક (સંત) પોતાના શરીરના ટકવાપણા માટે તેમાં રહીને કાર્ય કરવા છતાં શરીર તરફ લક્ષ રહેતું નથી.

- નકામા અને જરૂરીયાત વગરના વિચારોને બહાર કાઢવા પ્રયત્ન ન કરવો. જેમ જેમ તમે પ્રયત્ન કરશો તેમ તેમ તે બમણા જોરથી પાછા આવવા પ્રયત્ન કરશે અને મજબુત બનશે. માટે તેના પ્રત્યે ઉદાસીન બનો. મનને દિવ્ય વિચારોથી ભરી દો. તો તે (નકામા વિચારો) ધીમે ધીમે નાશ પામી જશે. તમારી જાતને નિર્વિકલ્પ સમાધિમાં સતત ધ્યાન દ્વારા લઈ જાવ. ભય અને ગુસ્સાને નાબુદ કરીને મનની એકાગ્રતા અને શાંતિ પ્રાપ્ત કરો.

આ જીંદગીનો હેતુ દિવ્ય દર્શન કરવા માટેનો છે. આ હેતુ તે આપણે શરીર નથી તેમજ બદલાતું અને અમુક સમય માટેનું મન નથી, પણ આપણે શુદ્ધ તેમજ મુક્ત આત્મા છીએ.

Remember always that ``Ajonityah Sasvatoyam Purano." You are not this passing personality hooked on to a name and form.

If you want to develop your thought power, always keep with you inspiring books, Read them over and over again, untill they become part of your daily action & living. ``Knowledge of the Self is the greatest treasure." "Meditation is the Key to knowledge."

Uncontrolled thoughts are roots of all evils. The more the thoughts are restrained, the more is the mind concentrated and consequently the does it gain in strength & power.

The entertainment of sublime thoughts is the easiest way & rapid method of destroying base thoughts. When evil thoughts harasses the mind, the method of conquering it is by ignoring it, by forgotting it, by not indulging in it again, by thinking of something very important, interesting and inspiring.

Ignore, forget, think of something inspiring - these three constitute the great Sadhana for establishing mastery over evil thoughts.

(14) Positive method for thought control.

- Silence the bubling thoughts.
- Calm the Surging emotions.
- Concentrate on concrete form in the beginning.

હંમેશાં યાદ રાખો કે તમે ''નિત્ય, શાશ્વત અને અનાદિ કાળથી અજન્મ્યો રહેલો છું.'' તમે આ નાશવંત પર્સનાલીટી નથી કે જે નામ અને શરીરના આકાર સાથે જોડાયેલી છે.

જો તમે તમારી વિચાર શક્તિ ખીલવવા માંગતા હો તો તમને ઉત્સાહિત કરે તેવું પુસ્તક તમારી સાથે રાખો, તેને વારંવાર વાંચો. કે જે તમારી રોજીંદી જીંદગીનો એક ભાગ બની જાય.

''પોતાની જાતનું જ્ઞાન એ મોટામાં મોટો ખજાનો છે. ધ્યાન એ પોતાનું જ્ઞાન કરવા માટેની ચાવી છે.''

નિરંકુશ વિચાર ધારા બધી જ જાતની ખરાબીનું કારણ છે. જેટલા પ્રમાણમાં આ વિચારોને રોકવા માટેનો પ્રયત્ન થાય તેટલા પ્રમાણમાં મન એકાગ્ર થશે અને અનુક્રમે તે વધારે મજબુત અને શક્તિશાળી બનશે.

- ઉચ્ચ વિચારોને અગ્રીમતા આપવી તે, અનાદિ કાળના પાયાના વિચારો પેસી ગયા છે તેને કાઢવાનો સહેલો રસ્તો છે.

- જ્યારે ખરાબ વિચારો તમોને પરેશાન કરે તો તેને જીતવા માટે, તેને મહત્વ ન આપવું. તેને ભૂલી જવા, તેમાં ઊંડા ઉતરવું નહીં. જરૂરી, સારા પ્રેરણા આપતા વિચારોનું ચિંતન કરવું. મહત્વ ન આપવું, ભૂલી જવું, પ્રેરણા આપે તેવા વિચારો કરવા. આ ત્રણે ખરાબ વિચારો ઉપર કાબુ મેળવવા માટે તથા મુખ્ય સાધના માટે મૂળભૂત વાતો છે.

(૧૪)વિચારોને કાબુમાં લેવાની હકારાત્મક રીતો.

- ખદબદ ખદબદ થતા વિચારોને શાંત કરો.
- ઊભી થતી લાગણીઓને શાંત કરો.
- મજબૂત વસ્તુ પર શરૂઆતમાં એકાગ્રતા કેળવો.

Have three or four sittings - early morning, 8 a.m., 4 p.m. and 8 p.m. you concentrate on the tip of the nose. When irrelevent thoughts enter the mind, be indifferent. They will pass away. Do not drive them forcibly otherwise they will persist, resist and, will enter with double force. Substitute divine thoughts, irrelavent thoughts will gradually find fade. Be steady & slow in the practice of concentration. Concentration is holding the mind to one form or object for a long time, To remove the tossing of mind and various other obstacles, which stand in the way of one pointedness, the practice of concentration on one thing alone should be made.

If you want to increase your power of concentration, you will have to reduce your worldly desires & activities. You will have to observe silence every day for some hours, then only can the mind concentrate very easily & without difficulty. In concertration you will have only one thought in the mind lake, all other operation of the mind should be suspended.

Try to acquire the power of closing ourself against detrimental or undesirable thoughts. We will have to cultivate ideas and ground them till they are firmly fixed & implanted.

ત્રણ કે ચાર વાર બેસવાનું રાખો. વહેલી સવારે સવારના ૮ વાગે, બપોરના ૪ વાગે અને રાત્રે ૮ વાગે. તમે નાકના અગ્ર ભાગે એકાગ્રતા કરો. (અથવા જ્યાં કહેવામાં આવે ત્યાં એકાગ્રતા કરો). જ્યારે નકામા - જરૂર વગરના વિચારો મનમાં ઉભા થાય ત્યારે તેના પ્રત્યે ઉદાસીન બનો. એટલે કે દ્દષ્ટાભાવ કેળવો. તેઓ ચાલ્યા જશે - તેઓને જોર કરી બહાર કાઢવા પ્રયત્ન ન કરો, નહીંતર તે વધારે વાર ચાલશે અથવા બમણી ગતિથી સામા થશે અને બમણા જોરથી પાછા દાખલ થશે. તેની સામે દિવ્ય વિચારો મૂકો તો નકામા વિચારો ધીમે ધીમે બહાર નીકળી જશે.

એકાગ્રતાની પ્રેકટીસ ધીમેથી અને સતતપણે કર્યા કરો. એકાગ્રતા એટલે મનને એક આકાર કે વસ્તુ પર લાંબા સમય સુધી સ્થિર રાખવું.

એક જ વસ્તુ પર એકાગ્ર થવામાં આડા આવતા મનની કુદાકુદ અને બીજા અવરોધોને દૂર કરવા માટે મનને એક જ વસ્તુ પર એકાગ્ર કરવાથી જ બની શકશે.

જો તમે એકાગ્રતાની શક્તિ વધારવા માંગતા હો તો તમારે જગતની ઈચ્છાઓ અને બાહ્ય પ્રવૃત્તિ ઘટાડવી પડશે. તમારે દરરોજ થોડા કલાકો માટે મૌન ધારણ કરવું પડશે તો જ મનને સહેલાઈથી અને મુશ્કેલી વગર એકાગ્ર કરી શકાશે. એકાગ્રતા કરતી વખતે તમારા મન સરોવરમાં એક જ વિચાર હોવો જોઈએ, બીજા બધા મનના બધા કાર્યોને મુલત્વી કરવા પડશે. જરૂર વગરના અને નુકસાન કર્તા વિચારોની સામે તમારી જાતને રોકવાની શક્તિ મેળવવા માટે પ્રયત્ન કરો. (આત્મિક) વિચારોને આપણામાં ઊભા કરવા પડશે અને તે અંદર સ્થિર થાય ત્યાં સુધી તેની મહેનત કરવી પડશે.

Nothing is difficult when you strongly make up your mind. Strong determination and firm resolution will bring sanguine success in every afair and in the conquest of mind. Non co-operation with the mind in its evil wanderings, the mind will come under your control. If you want rapid progress in the spiritual path, watch every thought. Vacant mind is ever distressed.

Non co-operation with the mind is swimming against the sensual currents, (Pratishorti tha), then the mind will be thinned out and gradually it will become your obedient, you will gain mastery over the mind.

The disciplined self has a very strong will. Therefore, the senses & mind obey our will. The disciplined self takes only those substances which are quite necessary for the maintenance of the body without any love or hatred. He never takes those Substances which are forbidden by sastras.

We must thin out the thoughts by distroying them one by one-in order to drink the ambrosial milk or nector of immorality. Chop off the thoughts, one by one, when they emerge out through the trap door to the surgace of the mind.

Even after thinking & reducing the thoughts, some thoughts will move about like the cut tail of lizard, but now they are becomes powerless, they cannot do any serious harm to the soul. If we go on regularly with our daily practice of concentration and meditation, they will

જો તમે પાકો નિશ્ચય કરો તો કોઈ વસ્તુ મુશ્કેલીવાળી (અઘરી) નથી. દૃઢ નિશ્ચય અને તે કરવાની તૈયારી બધી જ વાતોમાં સફળતા અપાવશે અને મનને પણ જીતવામાં. મનને ખરાબ વાતોમાં ભમતું અટકાવવા તેની સાથે ભળો નહીં, તો મન તમારા કાબુમાં આવી જશે. જો તમે આધ્યાત્મિક માર્ગમાં ઝડપી પ્રગતિ ઈચ્છતા હો તો, દરેક વિચારોને તપાસો. નવરૂં મન હંમેશાં નુકસાન કર્તા જ બની રહે છે.

મનને સહકાર ન આપવો તે ઈન્દ્રિયોના વિષયોની લાગણી સામે તરવા બરાબર છે. (પ્રતીશ્રોતી થા), તો મન સૂક્ષ્મ થશે અને ધીમે ધીમે તમારા કહેવામાં આવી જશે. તમે તમારા મન ઉપર કાબુ મેળવી શકશો.

નિયમમાં અને શિસ્તમાં રહેનારામાં આંતરિક શક્તિ મજબુત હોય છે. તેથી જ ઈન્દ્રિયો અને મન તેની ઈચ્છા પ્રમાણે - હુકમ પ્રમાણે વર્તે છે. શિસ્ત-નિયમમાં રહેનાર, શરીર માટે જરૂરીયાતવાળા પદાર્થોને જ અંગીકાર કરે છે અને તે પણ ઉદાસીન ભાવ વડે જ. તે ક્યારેય એવા પદાર્થોને ગ્રહણ કરતો નથી કે જેનો શાસ્ત્રોમાં નિષેધ કરવામાં આવ્યો છે.

અમૃત રસનું પાન કરતાં ક્રમસર વિચારોને પાતળા - સૂક્ષ્મ બનાવો. ઓછા કરો. જ્યારે જ્યારે વિચારો મનના દરવાજા પર ઊભા થાય ત્યારે ત્યારે તેને એક પછી એક દૂર કરવા પ્રયત્ન કરો. (સાક્ષી ભાવ વડે).

પાતળા પાડ્યા પછી અને ઘટાડ્યા પછી પણ અમુક વિચારો તો ગરોળીની કપાયેલી પૂંછડીની માફક આપણી અંદર ઘુમ્યા કરે છે, પણ હવે તે શક્તિહીન થયા હોવાથી ગંભીર નુકસાન આત્માને પહોંચાડી શકતા નથી. જો આપણે દરરોજ એકાગ્રતા અને ધ્યાનની પ્રેકટીસ નિયમિત પણે કરતા રહીશું તો તે ધી

die by themselves like a gheeless lamp. These thought that are suppressed or thinned out for sometime, manifest again after some time. They should be completely rooted out by vichara (વિચાર), meditation etc. when we think on one subject, do not allow other thoughts to enter e.g. when we think of mercy, think of mercy only, do not think of forgiveness or tolerance. The progress will be very slow in the beginning.

At first a wrong thoughts enters the mind, then you entertain it. You take delight in dwelling on that wrong thought. You give consent to it stay in mind and gradually the wrong thought, when it is not resisted takes a strong hold in your mind, then it becomes very difficult to drive it off. The proverb goes "Give a roughe an inch and he will take an ell." This is true in case of wrong thought also.

Close your mind before any evil thought can enter and produce an impression on your physical brain. You will become wise soon and attain eternal infinite peace and bliss. Entertain only pure & holy thoughts. You will have to practice it. You will be successful in you attempt after some time.

Never despair though you may fail in crushing a bad thought. No pains, no gains, inner spiritual strength will

વગરના દીવા જેમ નાશ પામી જશે. આ બધા વિચારો કે જેને દબાવ્યા છે કે પાતળા પડ્યા છે તે વળી પાછા થોડા સમય પછી ઊભા થશે. માટે તેને મૂળ સહિત વિચારધારા તથા ધ્યાન વડે ઉખાડી નાખવા પડશે - દૂર કરવા પડશે.

જ્યારે એક વિષય ઉપર વિચાર કરતા હો ત્યારે બીજા વિષયોના વિચારોને અંદર દાખલ થવા ન દેવા. દા.ત. જો તમે કરુણા કે ધ્યાનના વિચાર કરતા હો ત્યારે તેના જ વિચારો કરો. તે સાથે વસ્તુ ભૂલી જવાના કે તમારી સહન શક્તિનો વિચાર ન કરો. (જો કે) તમારી પ્રગતિ શરૂઆતમાં ધીમી જ હશે.

સૌ પ્રથમ ખોટા વિચાર તમારા મનમાં ઊભા થાય ત્યારે તમે તેને આવકારો છો. તમે તેમાં ભળી જવા માટે આનંદિત થાઓ છો. તમે ખરાબ વિચારને મનમાં રહેવાની મંજુરી આપો છો અને ધીમે ધીમે ખરાબ વિચારો, કે જેને રોકવામાં નથી આવતા, તે તમારા મનમાં મજબુત બની જાય છે અને ત્યાં અડ્ડો જમાવે છે. પછી તેને બહાર કાઢવા મુશ્કેલ બને છે. કહેવત છે કે ''આંગળી આપતાં પોંચો (હાથનો પંજો) પકડી લે. તે આ ખરાબ વિચારોને પણ લાગુ પડે છે.

નુકસાનકારક વિચારોને મનમાં દાખલ થતા અને શારીરિક મગજમાં કોઈ પણ જાતની અસર મૂકી દે તે પહેલાં તેને અંદર આવતાં રોકો. આમ કરશો તો થોડા સમય પછી તમે ડાહ્યા (જ્ઞાની) બની જશો અને અંદરમાં અનંત શાંતિ તથા સાચા સુખને પામશો.

માત્ર શુદ્ધ અને પવિત્ર વિચારોનું સ્વાગત કરો. એના ઉપર પુરૂષાર્થ કરો તો થોડા વખત પછી તેમાં સફળ થશો.

ખરાબ વિચારોને મારી હટાવવામાં સફળ ન થાવ તો પણ હતાશ થશો નહીં. દુઃખ કે હર્ષ ન અનુભવો તો આંતરિક

gradually manifest in you. Your mind will some times Shudder, when evil thoughts enter your mind. This is a sign of your spiritual progress. You will be much tormented when you think of your evil actions commited in the past. This is the Sign of your spiritual upheaval. Your body will quiver when ever a wrong thought urges you to do the same act through force of habit continue your meditation with full vigour and earnestness. All memories of evil actions etc will die by themselves. Then you will be established in perfect purity and peace.

The old evil thoughts try to attack you revengefully and with redoubled force at the time, when you try to raise good, divine thoughts. There is a law of resistance in nature. The evil thought assert and say ``O man ! do not be cruel you have allowed us to stay in your mental factory from time immemorial. We have to every right to abide here, we will not vacate our abode." Do not be discouraged. Go on with your practice of meditation regularly. At last these evil thoughts will be thinned out and die out.

The very fact that you feel uneasy now when an evil thought comes to the surface of the mind during meditation, indicates that you are growing in spirituality.

આધ્યાત્મિક શક્તિ તમારામાં ઉભી થશે. (શક્તિ પ્રાપ્ત થશે.) ક્યારેક તમારૂં મન ખરાબ વિચારો દાખલ થતા ધ્રુજશે. આ તમારી આધ્યાત્મિક પ્રગતિની નિશાની છે. તમે જ્યારે ભૂતકાળમાં આવેલા કૃત્યોનો વિચાર કરશો તો તમને તેનાથી દુઃખ થશે. આ તમારી આધ્યાત્મિક શક્તિ ઉચ્ચ ભૂમિકા તરફ જઈ રહી છે તે દર્શાવે છે. જ્યારે ખરાબ વિચારો પૂર્વના સંસ્કારોને કારણે ભૂતકાળમાં કરેલી ભૂલો કરવા તરફ લઈ જશે ત્યારે તમારૂં શરીર આંચકો અનુભવશે. તમે ધ્યાન કરવાનું આંતરિક શક્તિ અને સદ્ દાનતથી ચાલુ રાખો. (તો) બધા જ ખરાબ કાર્યોની યાદ શક્તિ વિગેરે તેની પોતાની મેળે નાશ પામશે. શાંત થઈ જશે, ત્યારે તમે સંપૂર્ણ શુદ્ધતા અને શાંતિને પ્રાપ્ત કરશો.

જ્યારે તમે સારા અને આધ્યાત્મિક વિચારોને તમારામાં દાખલ કરવાનો પ્રયત્ન કરશો ત્યારે જુના ખરાબ વિચારો તમારા ઉપર બહુ જ નિર્દયતાથી અને બમણા જોરથી હુમલો કરશે. કુદરતમાં હંમેશાં પ્રત્યાઘાત કરવાની શક્તિ રહેલી છે. જુના ખરાબ વિચારો જબરદસ્તી કરીને કહેશે કે ''હે માણસ ! ક્રુર ન બન, તેં જ અમને તારા મન રૂપી કારખાનામાં રહેવા માટે પરવાનગી અનાદિ કાળથી આપેલી છે, તેથી અમને અહીં રહેવાનો જન્મસિદ્ધ હક્ક છે. અમે અમારૂં આવું સ્થાન છોડીશું નહીં તો પણ હિંમત હારશો નહીં. તમારી ધ્યાનની ક્રિયા નિયમિતપણે કર્યા જ કરો છેવટે આ ખરાબ વિચારો પાતળા - મંદ પડી જશે અને નાસી જશે.

સાચી વાત છે કે હવે જ્યારે ખરાબ વિચારો ધ્યાન દરમ્યાન આવે છે તો તમને તે ગમતા નથી. તે દર્શાવે છે કે તમે આધ્યાત્મિક માર્ગમાં પ્રગતિ કરી રહ્યા છો.

Remember ! worldly people judge a man by his external physical actions. You will have to look to the motive of the man. Then you will not be mistaken. Keep the mind fully occupied with spiritual thoughts then evil thoughts will not enter in your mind An idle brain is the devil's workshop. Avoid loose talk and gossip. The mind is jumping monkey. Therefore it must be disciplined daily then it will come under your control.

Just as fruit is born of the seed, so also deeds are born of thoughts. Good & bed thoughts generate good and evil action respectively. If you cultivate good thoughts by satsanga, study of religious books, prayer etc., evil thoughts will die by themselves. Then you have attained some real progress in the spiritual path.

Control the thoughts or Sankalpa. Avoid day dreaming. Extinction of Sankalpas alone is Moksha or release. The mind is destroyed when there is no imagination. The experience of world vanishes, when imagination is stopped. Victory over thoughts a victory over ignirance & death. The inner war with the mind is more terrible then the outer war with the machine guns. Conquer thoughts and you would conquer the world.

The mind can very easily think of worldly objects as its became Svabhava from infinite period of wonder. It is an uphill task for a Samsaric mind of Vyavahara. If you want

યાદ રાખો ! જગતમાં રાચતા લોકો માણસને તેની બાહ્ય વર્તણુંકને આધારે ઓળખે છે. તમારે તો સામા માણસનો ઈરાદો શું છે તે વિચારીને વર્તવાનું છે. તો તમે ભૂલ કરશો નહિ. તમારા મનને આત્મિક વિચારોથી ભરેલું જ રાખો જેથી ખરાબ વિચારો તમારા મનમાં દાખલ જ ન થવા પામે. નવરું મગજ ભૂતનું કારખાનું છે. નુકસાન કર્તા વાતો ન કરો અને ગપ્પા ન મારો. મન એ કુદકા મારતા વાંદરા જેવું છે. તેથી તેને પ્રતિદિન શિસ્તમાં રહેવાની ટેવ પાડવી પડશે. તો જ તે તમારા કાબુમાં રહેશે.

જેમ ફળ છે તે બીજમાંથી ઉત્પન્ન થાય છે તેમ કાર્ય તમારા વિચારોમાંથી જન્મે છે. સારા અને ખરાબ વિચારો સારૂં અને ખરાબ કાર્ય અનુક્રમે જન્માવે છે. જો તમે સત્સંગ, આધ્યાત્મિક વાંચન, પ્રાર્થના વગેરેની નિયમિત ટેવ પાડો તો ખરાબ વિચારોની ભૂતાવળ તેની જાતે જ મૃતપાય થઈ જશે. પછી જ તમને આધ્યાત્મિક માર્ગમાં કાંઈક પ્રગતિ કરી છે તેમ લાગશે.

વિચારો અથવા સંકલ્પોને કાબુમાં રાખો. દિવા સ્વપ્નોમાં રાચો નહીં. સંકલ્પોનો ક્ષય કરવો તે જ મોક્ષ છે અથવા મુક્તિ છે. જ્યારે કલ્પનાઓનો નાશ થાય છે ત્યારે મનનો નાશ થાય છે. જ્યારે કલ્પનાઓ રોકાઈ જાય છે ત્યારે જગતની અનુભૂતિથી પર થવાય છે. (એટલે કે જગતનું અસ્તિત્વ તેના માટે રહેતું નથી). વિચારો ઉપર જે કાબુ મેળવે તે અજ્ઞાન અને મૃત્યુને જીતી લે છે. મન સાથેની આંતરિક લડાઈ, બાહ્ય જગતમાં મશીનગન વડે લડવામાં આવતી લડાઈ કરતાં વધારે ભયંકર ગણાય છે. વિચારોને જીતો અને જગતને જીતી લ્યો.

મન બહુ જ સહજતાથી જગતની વસ્તુઓનો વિચાર કરી શકે છે. કારણકે તેનો સ્વભાવ અનાદિકાળથી રખડપટ્ટીનો થઈ ગયો છે.

to free yourself from birth and death, the minds must be trained to flow towards God. Check the aimless wandering state of mind. You have to discipline the mind daily. Eternal vigilance is needed in thought control. Be a witness of your thoughts.

When the mind does not function owing to the absence of Vasanas, then arises the state of ``Manonasa" or annihilation of the mind.

(15) Thought Culture

When ever desires crop in your mind, do not try to fulfil them. Reject them... The mind is thinned out. Its outgoing tendencies are curbed.

In the practice of Sama (શમ), the five Jnana Indriyas or organs of knowledge - (ear, skin, eye, tongue and nose) - are also controlled. Sama is serenity of mind produced by the constant eradication of vasanas or desired.

The moment they come, exert yourself or divert the mind to some other object of divine thoughts, prayer or jap. A real earnestness to drive away the evil thoughts will keep you on the alert so much so that even if they appear in dream, you will at once wakeup, you will be saved from the mal formation and the miscarriage of

સાંસારિક વ્યવહારમાં રોકાયેલાં મનને તેનાથી છૂટું પાડવું તે પર્વત ઉપર ચઢવા કરતાં પણ કપરું કાર્ય છે. જો તમે તમારી જાતે જન્મ મરણના ફેરામાંથી છુટવા માંગતા હો તો મનને એવી તાલીમ આપવી પડશે કે જે હંમેશાં ભગવાન આત્મા તરફ જ રહે. કોઈ પણ જાતના ધ્યેય વગર રખડવાની ટેવવાળા મનને અંકુશમાં રાખવા પ્રયત્ન કરો. તમારે તમારા મનને દરરોજ શિસ્તમાં રાખવા પ્રયત્ન કરવો પડશે. આંતરિક જાગૃતિ વિચારોને કાબુમાં લેવા માટે રાખવી પડશે. તમારા વિચારોના સાક્ષી બની જાવ.

જ્યારે વાસનાઓના અભાવથી મન કાર્ય કરતું ન દેખાય ત્યારે મનોનાશની સ્થિતિ ઉભી થાય છે. અથવા મનને શાંત કરવામાં આવ્યું છે અથવા બાહ્ય જગતથી છૂટું પડી ગયું છે.

(૧૫)વિચારની સંસ્કૃતિ

જ્યારે તમારા મનમાં ઈચ્છાઓ ઉભી થાય ત્યારે તેને પૂરી કરવાનો પ્રયત્ન ન કરો, તેને તરછોડી દો, છોડી દો. તો મન સૂક્ષ્મ થઈ જશે. તેની બહાર જવાની ટેવ છે તે ઘટતી જશે.

- શમ પ્રાપ્ત કરવા માટે પાંચે જ્ઞાનેન્દ્રિયો (કાન, ચામડી, આંખ, જીભ અને નાકને) પણ કાબુમાં કરવી પડશે. સતત પણે વાસના કે ઈચ્છાઓને બહાર કાઢતા રહેવું એ મનની શમ-શાંત સ્થિતિ પ્રાપ્ત કરાવે છે.

જેવા વિચારો આવે કે તરત જ તમે તમારી જાતને પુરૂષાર્થથી અથવા મનને બીજા આધ્યાત્મિક વિચારોવાળી વસ્તુમાં, પ્રાર્થનામાં કે જપમાં લઈ જાઓ. ખરેખર જો તમે ખરાબ વિચારોને બહાર કાઢી નાંખવા માંગતા હો તો સતત જાગૃતિ રાખો તેથી સ્વપ્નમાં પણ તેવા વિચારો ઉભા થાય તો જાગૃત થઈ જાશો, તો તેને મલિનતા-મલિન ભાવ અને ખોટી વસ્તુ

your mind. Mind is like a playful child. The mind must be filled with sattva (purity). Evil thought is the most dangerous thiefs, slay this thief with the sward of wisdom. Make your thought pure, strong & definite. You will gain immense spiritual strength and peace.

If you wish to attain self realisation, imagination and speculation must be stopped. Purify & control the emotions.

Beneath your conscious life, there is a very wide region of subconscious life. All habits originate from the sub conscious plane. Subconscious life is more powerful than your ordinary life of objective consciousness. Through the practice of yoga (salhana), you can modify, control and influence the subconscious depths.

If you become angry once in a month instead of once weekly, that is a Sign of progress, that is a sign of your increased will power, that is a Sign of growing spiritual strength. Be of good cheer. Keep a diary of spirittual progress.

The Substitution of spiritual thought method is very easy and effective in the destruction of evil thoughts. It is difficult to destroy the evil thoughts by attacking them directly.

તરફ જતું રોકી શકશો.

- મન છે તે રમત કરતાં બાળક જેવું છે... તેથી મનને સાત્વિક વિચારોથી ભરી દો. શુદ્ધતા તરફ લઈ જાઓ. ખરાબ વિચારો ખતરનાક ચોર છે, તેનો પ્રજ્ઞા રૂપી તરવાર વડે તેનો નાશ કરો. તમારા વિચારોને શુદ્ધ મજબુત અને ચોક્કસ બનાવો. તમે તેથી આધ્યાત્મિક શક્તિ અને શાંતિને મેળવશો.

જો તમે તમારો અનુભવ પ્રાપ્ત કરવા ઈચ્છતા હો, તો કલ્પનાઓ અને વિચારોના ઘોડા દોડાવવા બંધ કરો. લાગણીઓને શુદ્ધ અને કાબુમાં રહે તેવી બનાવો.

તમારી બાહ્ય જાગૃતિની પાછળ સૂક્ષ્મ જીવનનો મોટો પ્રદેશ છુપાયેલો હોય છે. બધી જ ટેવો આ આંતરિક છુપાયેલી જિંદગીને અનુલક્ષીને તેમાંથી જ ઉભી થાય છે. બાહ્ય જગતના પદાર્થો પ્રત્યેની જાગૃતિવાળી જિંદગી કરતાં આંતરિક છુપાયેલી જીંદગી વધારે શક્તિશાળી હોય છે (જે પ્રારબ્ધને આધિન છે) યોગની સાધના દ્વારા, તમે તમારી આંતરિક ઊંડાઈને બદલાવી શકો છો, કાબુમાં લઈ શકો છો અને તેના પર તમારી વગ વાપરી શકો છો.

જો તમે અઠવાડિયામાં એક વાર ગુસ્સે થવાને બદલે મહિનામાં એકવાર ગુંસ્સે થાવ તો તે તમારી સાધનાની પ્રગતિ છે, તે તમારી આંતરિક શક્તિનો વધારો બતાવે છે, તે તમારી આધ્યાત્મિક શક્તિ વધવાની નિશાની છે. આનંદિત બનો. આધ્યાત્મિક પ્રગતિની નોંધ રાખતા શીખો.

ખરાબ વિચારોની સામે આધ્યાત્મિક વિચારો મૂકવાની રીત ખરાબ વિચારોને અસરકારક રીતે નાશ કરવાનો સહેલો રસ્તો છે. ખરાબ વિચારો ઉપર સીધો હલ્લો કરવાથી તેને દૂર કરવાનું, નાશ કરવાનું મુશ્કેલ બને છે.

By repeating "Soham" or "Aham Brahma Asmi" thousands times daily, the idea that you are the spirit - Atman becomes stronger, the idea that you are the body becomes weaker & weaber.

If evil thoughts enter your mind don't use your will force in driving them, you will lose your energy only. The greater the efforts you make the more the evil thoughts will return with redoubled force. They will return more quickly & becomes more powerful. Be indifferent. Keep quiet. They will pass off soon.

In the beginning, there is internal fight bet' pure and impure thoughts, but atleast pure thoughts will gain victory. Positive over comes negative. The prime requisite for happiness is control over the thoughts. You must annihilate all destructive thoughts. It should not bring even the least pain and unhappiness to anyone, then you are a blessed soul on the earth. If you think of the vices and defects of another man, your mind will be charged with these vices & defects. Those who knows this psychological law will never indulge in censuing others or infinding fault in the conduct of others, will see only the good in others. This practice enables one to grow in concentration & spirituality.

રોજ હજારો વાર ''સોહમ'' કે ''અહં બ્રહ્માસ્મિ'' નો જાપ કરવા પાછળનો હેતુ એ છે કે જેથી તમે આત્મા છો તે મજબુત બનતું જાય. તેમજ તમે શરીર છો તે માન્યતા નબળી અને નબળી પડતી જાય.

જો ખરાબ વિચારો તમારા મનમાં દાખલ થાય તો તો તમારી આંતરિક શક્તિ તેને હાંકી કાઢવામાં વાપરો નહીં. જો તેમ કરશો તો તમે તમારી શક્તિ જ ગુમાવશો. જેટલી વધારે મહેનત કરશો તેટલા વધારે પ્રમાણમાં ખરાબ વિચારો બમણી શક્તિથી પાછા ફરશે. તે વધારે ઝડપથી પાછા ફરશે અને વધારે શક્તિશાળી બની જશે. માટે તે પ્રત્યે ઉદાસીન બની જાવ. શાંત રહો, તેઓ જલ્દીથી પસાર થઈ જશે.

શરૂઆતમાં અંદરમાં પવિત્ર અને અપવિત્ર વિચારો વચ્ચે લડાઈ થશે. પણ છેવટે શુભ-શુદ્ધ વિચારો વિજયી બનશે. હકારાત્મક નકારાત્મક વાતને દૂર કરી શકે છે. સુખી થવાની પ્રાથમિક જરૂરીઆત છે કે વિચારો પર કાબુ મેળવવો. નુકસાન કર્તા વિચારોને બહાર કાઢી નાખો. તે (મન) જરા પણ દુ:ખ અને અશાંતિ બીજામાં ન ઉભી કરે તો સમજવું કે તમે આ પૃથ્વી ઉપર સુખી આત્મા છો, ઉલ્લાસવાળા છો. જો તમે બીજાના દુર્ગુણો અને ખામીઓ શોધવાનો વિચાર કરશો તો તમારૂં મન તેવા જ દુર્ગુણો કે ખામીઓનો શિકાર બની જશે. જે આ માનસિક નિયમને જાણે છે, તે ક્યારેય બીજાને દુ:ખ થાય તેવું કરતા નથી અથવા બીજાની ભૂલો શોધવામાં પડતા નથી અને બીજામાં સારૂં જ જુએ છે.

જે આવી પ્રેકટીસ કરે છે તે એકાગ્રતા અને આધ્યાત્મિકતામાં પ્રગતિ કરે છે.

આ વાતને સમજવા માટે ઋષિ ભરતની એક કથા છે જે નીચે પ્રમાણે છે.

Rushi Bharat nursed a dear out of mercy and become attached to it. His last thought was the thought of that dear, hence he had to take the birth of deer, but he had memory of his last birth as he was an advanced soul and therefore in next birth he remained maun (મૌન). He has not spoken any word during that life, so he was known as ``Jad Bharat''. He remain in Silence during whole life to avoid affection with any body in the world. By doing so, he had achieved total pure soul and avoided death & birth for ever.

The last thought determines the next birth. The last predominent thought of one's life occupies the mind at the time of death. The predominent idea at the time of death is what in normal life has occupied his attention most. The last thought determines the nature of character of the body to be attained next. As a man thinketh, so shall he become. Therefore you must train the mind properly and give it proper Sattvic food for assimilation. You must have sattvic background of thought to take you to the good-salvation.

It is a pity that vast majority of persons have no idea, no programme of life at all and no sattvic back ground of thought. They are doomed to failure.

Just as gramophone-needle cuts a small groove in the plate, sattvic thinking will cut new healthy grooves in the

ઋષિ ભરતે દયા ભાવનાથી ઘાયલ થયેલા હરણને બચાવી તેની સુશ્રૂષા કરી અને તેના પ્રત્યે મોહભાવ જાગી ગયો. તેમનો છેલ્લો વિચાર તે હરણનો જ હતો. તેથી તેમને હરણ યોનિમાં જન્મ લેવો પડ્યો. પણ તેમની આધ્યાત્મિક પ્રગતિને કારણે તેમનો આત્મા ઉચ્ચ સ્થિતિ પામેલો હોવાથી તેમને પૂર્વનો ભવ યાદ હતો અને તેથી તે પછીના ભવમાં - જન્મમાં તે મૌન જ રહ્યા, તે આ આખી જીંદગીમાં એકપણ શબ્દ બોલ્યા જ ન હતા. તેથી તે ''જડ ભરત'' તરીકે ઓળખાયા. તેઓ આખી જીંદગી શાંત-મૌન રહ્યા. કે જેથી જગતમાં કોઈની સાથે લાગણી જન્મે નહીં. આમ કરવાથી સંપૂર્ણ આત્મશુદ્ધિને પામ્યા અને જન્મ મરણના ફેરા ટાળી દીધા.

(આ જન્મનો) છેલ્લો વિચાર હવે પછીનો જન્મ ક્યાં થશે તે નક્કી કરે છે. પોતાની જીંદગીમાં મુખ્યતાએ જેના વિચાર રહ્યા હોય તે વિચાર જ મૃત્યુ વખતે મનમાં ઉભો થાય છે. મૃત્યુ વખતે આવતો મુખ્ય વિચાર એ હોય છે કે જેને તેની જીંદગીમાં મુખ્ય ભાગ ભજવ્યો હોય. મૃત્યુ વખતનો છેલ્લો વિચાર હવે પછી શરીરનું બંધારણ કેવું મળશે તે નક્કી કરે છે. કહેવત છે કે ''માણસ જેવું વિચારે છે તેવો બને છે''. તેથી તમે તમારા મનને યોગ્ય રીતે અને યોગ્ય સાત્ત્વિક ખોરાક આપો જેથી ઉચ્ચ સ્થિતિ મેળવી શકાય. સાત્ત્વિક વિચારોનું પીઠબળ તમારી પાસે હોવું જોઈએ કે જે તમને ઉચ્ચ સ્થિતિએ પહોંચાડવામાં મદદ કરે. પણ જગતમાં એ દયા જનક સ્થિતિ છે કે, મોટા ભાગના માણસો પાસે જીંદગી જીવવા માટેના વિચારો કે કાર્યક્રમો હોતા નથી અને સાત્ત્વિક વિચાર ધારાનું પીઠબળ હોતું નથી. તેઓ નિશ્ચયથી નિષ્ફળતાને જ પામે છે.

જેમ ગ્રામોફોનની સોય પ્લેટમાં નાનો ખાડો કાપે છે તેમ સાત્ત્વિક વિચારણા મન તથા મગજમાં નવા તંદુરસ્ત વિચારોની

mind and brain, new Sankaras will be formed. Then you will have concentration without much effort. If the senses (Indriyas) are withdrawn and the mind is stilled, there comes a stage where there is no touch with any sense object. It is the state of bliss and pure consciousness or Nirvikalpa Samadhi which burns all sanskaras that give rise to birth & death. Attachment is death where ever there is attachment, there is anger, fear & vasanas. Attachment leads to bondage. If we want to attain self realisation, we must get rid of all sorts of attachment. The first step in detachment is to be dêtached from the body with which you feel so much identified.

Through constant and intense practice of yoga and Jnan sadhana you can become waveless, thought free.

The name of waveless Jnanis such as Jad Bharat & Vamdev, are still remembered. They never published books, never made disciples, yet, these waveless Jnanis had produced tremendous influence on the mind of the people. We can also attain Jnana only if we are free from sensuous derires & immoral mental status.

When a desire arises in the mind a worlds young people welcomes it and tries to fulfil it, but an aspirant renounces it immediately through viveka. They will not entertain any Kind of desire. They will be ever delightful in Atman only. Stop thinking through Vairagya, and

અસર ઊભી કરે છે અને નવા સંસ્કારો ઉત્પન્ન કરે છે. તો પછી તમે વધારે મહેનત વગર એકાગ્રતા મેળવી શકશો.

જો ઈન્દ્રિયોને (વિષય તરફથી) પાછી ખેંચી લેવામાં આવે અને મન શાંત હોય તો, એક એવી સ્થિતિ આવે છે કે ઈન્દ્રિયોના વિષયો સાથેનો સંબંધ રહેતો નથી. આ જ આનંદની સ્થિતિ છે અને શુદ્ધ આત્મા અથવા નિર્વિકલ્પ સમાધિ છે કે જે જન્મ મરણના ફેરા કરાવનાર સંસ્કારોને બાળી નાખે છે, ક્ષય કરી નાખે છે. આસક્તિ એજ મૃત્યુ છે. જ્યારે પણ આસક્તિ હોય ત્યારે તેની સાથે ક્રોધ, ભય, ઈચ્છાઓ હોય છે. આસક્તિ કર્મ બંધ કરાવે છે. જો આપણે આત્મા પ્રાપ્ત કરવા ઈચ્છતા હોઈએ તો આપણે બધા જ પ્રકારના આસક્તિના ભાવોને તોડવા પડશે. સૌથી પ્રથમ પગથીયું આસક્તિભાવ તોડવાનું છે તે એ છે કે ''જે શરીર વડે તમે ઓળખાઓ છો તે શરીરથી જ છુટા પડો.

સતત તેમજ તીવ્ર યોગ સાધના અને જ્ઞાન સાધનાથી તમે વિચારોના તરંગોથી તમે મુક્ત થઈ શકશો. આવા વિચારોના તરંગોથી-વિકલ્પોથી મુક્ત થયેલા જ્ઞાનીઓને, જેવા કે જડ ભરત વામદેવ - અત્યારે પણ યાદ કરવામાં આવે છે. તેઓએ ક્યારેય ચોપડી લખી નથી, કોઈ શિષ્યો બનાવ્યા નથી. છતાં આ વિકલ્પોથી રહિત જ્ઞાનીઓએ માણસના મન ઉપર જબરજસ્ત અસર ઉભી કરેલી છે. આપણે પણ જ્ઞાન મેળવી શકીએ. જો આપણે ઈન્દ્રિયોના વિષયોની ઈચ્છાઓ અને ખરાબ મગજની સ્થિતિમાંથી મુક્ત બનીએ તો.

જ્યારે મનમાં ઈચ્છાઓ ઉત્પન્ન થાય છે ત્યારે જગતમાં રાચનારા માણસો તેને આવકારે છે અને પૂરી કરવા પ્રયત્ન કરે છે. પણ જે સાધક છે તે તેને તરત જ પોતાના વિવેક દ્વારા બહાર કાઢી નાખે છે. તેઓ કોઈ જાતની ઈચ્છાને માન આપતા નથી. તેઓ હંમેશાં આત્મામાં જ આનંદિતી થઈને રહે છે... વૈરાગ્ય અને અભ્યાસ

consciousness. Where there is no thinking or Sankalpa there is Absolution or Jivan Mukti.

Attachment comes from thinking, from attachment desire is born, when desire is frusteted by some or other cause anger arises, from angur arises delusion, from delusion failure of memory, from failure of memory loss of intellect, from loss of intellect man is totally rained. If you want to attain everlasting peace, do not think of objects, but think always of the immortal blissful Atman alone.

Desires by themselves are harmless. They are galvanised by power of thought, then only they do much havoc. Thoughts are bircks with which character is built. (character is not born, it is formed). A man of good character enjoys life here in and here after. Strong character is formed by strong and noble thinking. A good character is the fruition of personal exertion. It is the result of one's own endeavours.

If you reduce your wants, do not try to fulfill desires and if you try to eradicate your desires one by one, your thoughts will diminish in frequency and length. Fewer the thoughts, greater the peace. Remember this always. A sadhu who lives in the cave and who is practising thought control is very happy inspite of his poverty in terms of wealth.

દ્વારા વિચારોને (ચિંતનને) રોકી દો અને તમારી જાતને શુદ્ધ જાગૃત અવસ્થામાં લાવો, જ્યાં વિચારો અથવા સંકલ્પ નથી ત્યાં શુદ્ધ દશા છે અથવા જીવન મુક્ત દશા છે.

(પદાર્થના) વિચારોથી આકર્ષણ ઉભુ થાય છે. આકર્ષણથી તેની ઈચ્છા જન્મે છે. જ્યારે ઈચ્છા પૂરી થતી નથી ત્યારે ક્રોધ ઉત્પન્ન થાય છે, ક્રોધમાંથી હતાશા જન્મે છે, હતાશાથી યાદશક્તિ જવાબ દઈ જાય છે. (યાદ રહેતું નથી), યાદ શક્તિ ઘટવાથી બુદ્ધિ ચાતુર્ય ઘટે છે. બુદ્ધિના ઘટવાથી માણસ બરબાદ થાય છે. (જીવન હારી જાય છે). જો તમે ક્યારેય નાશ ન પામે તેવી શાંતિ મેળવવા માંગતા હો તો પદાર્થોનો વિચાર ન કરો પણ હમેશાં અમર, શાશ્વત અને સુખરૂપ એવા આત્માનો જ વિચાર કરો.

ઈચ્છાઓ જાતે કાંઈ નુકસાન કર્તા નથી. તેઓ વિચારોની શક્તિ વડે શક્તિશાળી બને છે. ત્યારે જ તે વધારે મોટો ઉલ્કાપાત સર્જે છે વિચારો છે તે ઈંટો છે. જેના દ્વારા આંતરિક ચારિત્ર ઘડી શકાય છે. (ચારિત્ર જન્મતું નથી તેને બનાવવું પડે છે). સારો ચારિત્રશીલ માણસ અત્યારે પણ સુખી જિંદગી માણે છે અને પછી પણ સુખી જીંદગી મેળવે છે. બળવાન ઉમદા ચારિત્ર મજબૂત અને ઉમદા વિચારો દ્વારા મેળવાય છે. સારૂં ચારિત્ર એ યથાર્થ પુરૂષાર્થનું ફળ છે. તે પોતાના સાહસ દ્વારા ઉભું કરેલું પરિણામ છે.

જો તમારી ઈચ્છા ઘટાડો તો, ઈચ્છાઓને પૂરી કરવા પ્રયત્ન ન કરો તો અને તમારી ઈચ્છાઓને એક પછી એક કાઢી નાખો તો તમારા વિચારોની તીવ્રતા અને ટકવાપણાની શક્તિ ઘટતી જશે. ''ઓછા વિચારો, વધારે શાંતિ.'' આ હમેશાં યાદ રાખો. સાધક જે ગુફામાં રહે છે અને જે વિચારોની શક્તિને રોકવામાં પ્રયેત્નશીલ છે તે ખૂબ જ સુખી છે. તેની પાસે બાહ્ય સંપત્તિ

Fewer the thoughts, greater the mental strength and concentration. Suppose that the average no of thoughts that pass through your mind within one hour is one hundred, if you successed in reducing it, by constant practice of concentration and meidtation to ninety, you have gained 10 % of power of concentration of mind.

Thought makes a Saint or a sinner.

The expansion of the mind's thoughts towards sensual objects is bondage. The attachment is due to the force of Rajas. Sattva brings non-attachment and infuses in the mind discrimination and renuciation. It is the Rajasic mind that causes the ideas "I" & "Mine" and the difference of body, caste, creed, colour, order of life etc.

The poisonous tree of the Mayaic illusion grows more and more out of the minds modification or expanded thoughts in the soil of the multifarious enjoyments of the world.

Impure thoughts should be destroyed by the increase of pure thoughts and pure thoughts also should be given up in the end. Rajas & Tamas can be removed by Sadhana or by purificatory practices such as Tapas, selfless service, Dama, Sama, Japa, worship etc.

If you develop divine qualities Rajas & Tamas will perish. Then the mind will be pure, steady and one pointed. Then it will melt in invisible homogonous

નહીં હોવા છતાં જેટલા ઓછા વિચારો, તેટલી માનસિક મજબૂતાઈ અને એકાગ્રતા વધારે. ધારો કે એક કલાકમાં તમારા મનમાંથી એકસો વિચારો પસાર થાય છે. તેમાંથી જો તમો સતત એકાગ્રતા અને ધ્યાનની પ્રક્રિયા દ્વારા નેવું વિચારો સુધી પહોંચી શકો તો તમે ૧૦ ટકા મનની એકાગ્રતાની શક્તિ પ્રાપ્ત કરી છે, તેમ કહેવાય.

વિચારો જ વ્યક્તિને સાધુ અથવા પાપી બનાવે છે.

મનના વિચારોનો ફેલાવો ઈન્દ્રિયોના વિષયો તરફ થાય છે તે બંધન છે. આ આકર્ષણ રજસ વૃત્તિના આકર્ષણથી થાય છે. સત્વ ગુણ આકર્ષણથી વિરુદ્ધમાં લઈ જાય છે અને સારૂં કે ખોટું નક્કી કરી મનને સાચા તરફ લઈ જાય છે. રાજસિક મન 'હું'' અને ''મારું'' ના વિચારો ઉભા કરે છે. તેનાથી શરીર, જાતિ, રંગ અને જીવન જીવવાની રીતોમાં ફેર ઉભો કરે છે. તેમાં ભેદ પાડે છે.

માયાનું આભાસી વિષમય વૃક્ષ મનમાં થતા ફેરફારોને કારણે મોટુંને મોટું થતું જાય છે. અથવા તો જગતની વસ્તુઓમાંથી આનંદ મેળવવાના પ્રયત્નથી માયાનું વૃક્ષ વિસ્તર્યા કરે છે.

શુભ વિચારો વડે અશુદ્ધ વિચારોનો નાશ કરો અને શુભ વિચારોને પણ છેલ્લે છોડી દેવાના છે. રજસ્ અને તમસ્ ને સાધના દ્વારા (મનમાંથી) દૂર કરવાના છે. અથવા શુદ્ધતાની પ્રેકટીસ વડે જેવી કે તપ, નિસ્પૃહ સેવા, દમ, શમ જન અને ભક્તિ વડે રજસ તમસને દૂર કરો.

જો તમે આધ્યાત્મિક શક્તિ ઉત્પન્ન કરો તો રજસ અને તમસ્ નો નાશ થઈ જશે. પછી મન શુદ્ધ થઈ જશે, એકાગ્ર થશે અને

Brahman and Nirvikalpa Samadhi will result.

You must rise above pure thoughts and attain the supreme state of thoughtlessness. Only then can you rest in your on Svarupa.

When ever stay thoughts arise, the one thought `Who am I', will destroy all other thoughts of worldly nature and Ego will vanish. Balance left is Asti (અસ્તિ), chin matra keval sudhdha chaitany, free from all names & forms, vyavahara rahit, Malvasana rahit, Niskriy Niravayava. Which is siva. That is Atman. That is to be known.

(16) Thought Power & Practical Idealism

Train yourself for that truth which knows no partiality, no sex, no wandering gleam. Raise your sight to right direction and use right laws set in motion positive thoughts.

A holy thought is a voice. It speaks when the tongue is silent. It Struggles and comes out of all obstructins serenely and no power on the earth can supress it for a long period. O Man ! do not trade in unrealities. The present state of your experience is due to the thinking, feeling and acting of incalculable past lives. It can not be easily got rid of without prolonged process of thinking of and practice.

એક જગ્યાએ રાખી શકાય તેવું થશે. ત્યાર પછી તે અરૂપી એવા એકરૂપ બ્રહ્મની સાથે મળી જશે અને નિર્વિકલ્પ સમાધિ પ્રાપ્ત થશે.

તમે શુભ વિચારોથી ઉપર ઉઠો અને વિચાર વિહીન ઉચ્ચ સ્થિતિને પ્રાપ્ત કરો ત્યારે તમે તમારા સ્વરૂપમાં રહી શકશો.

જ્યારે વિચિત્ર વિચારો ઉભા થાય ત્યારે એક વિચાર ''હું કોણ છું'' તે જગતના બધા જ વિચારોનો નાશ કરી નાખશે અને અહંમપણું નાશ પામશે. બાકી રહેશે પોતાનું અસ્તિપણું, ચિન્માત્ર કેવળ શુદ્ધ ચૈતન્ય, બધા જ પ્રકારના નામ અને આકારથી જુદો વ્યવહાર રહિત, મળ - વાસના રહિત, નિષ્ક્રિય, નિરૂઅવયવ જે શિવ છે, તે આત્મા છે. તેને જ જાણવાનો છે.

(૧૬)વિચાર શક્તિ અને કાર્યરત આદર્શવાદ

તમારી જાતને સત્ય માટે તૈયાર કરો કે જે કોઈ પણ પ્રત્યે ભેદભાવ ન રાખે, લિંગ તરફ દૃષ્ટિ ન કરે. ભટક્યા ન કરે તમારી જોવાની શક્તિને સાચી દિશામાં વાળો. સાચા નિયમોનો આધાર લઈ સારા વિચારોમાં રહો.

પવિત્ર વિચારો તે અવાજ છે. તે ત્યારે બોલે છે જ્યારે જીભ બોલવાનું બંધ કરે છે. તે બધા જ પ્રકારની મુશ્કેલીઓ સામે ઝઝુમે છે અને તેનાથી બહાર આવી જાય છે. (મુશ્કેલી પાર કરી જાય છે) જેને લાંબા સમય સુધી કોઈ શક્તિ દબાવી શકતી નથી. હે માનવ ! તું આભાસી વસ્તુનો વેપાર ન કર, (તેની સાથે સંબંધ ન રાખ). વર્તમાન અનુભવ છે તે પૂર્વે કરેલા વિચારો, લાગણીઓ અને કાર્યને કારણે છે. તેનાથી સહેલાઈથી

Become a staunch beliver in self reliance and self effort. The control of one's own thoughts is the Source of durable prosperity. You are your self your own friend or enemy. If you will not save yourself by cherishing good thoughts, there is no other remedy.

Mind is the only creater, every thing is created through the mind. The real God lives in your heart and the only way to worship the real God residing within the temple of your body, is by your own sublime thoughts.

The thought determine the destiny. The world around you is the reflex of your thoughts. Your own imagination plays havoc with you. You are born with what you have thought upon and your present character is an index of your previous thoughts. You creates your future by thought now. If you think nobly, you will be noble in conduct.

The thoughts and actions are interdependent. Be vigilant and allow only good thoughts in your mental field.

Your present life has three aspects (1) Physical, (2) Mental & (3) Spiritual.

Be above Physical sensations by cherishing the thoughts that "Your are not body." "You are residing in

દૂર થઈ શકાતું નથી તે બહુ જ લાંબા સમય સુધી વિચારો અને કાર્ય કરવાથી દૂર થઈ શકે છે.

પોતાના જ પર આધાર રાખનાર, પોતાની જાતે પ્રયત્ન કરનાર હિંમતવાન-મજબૂત બની જાવ. જે પોતાના વિચારો ઉપર કાબુ મેળવી શકે છે તે જ લાંબા ગાળા સુધી ટકી શકે. તેવી સુખદ સ્થિતિ મેળવી શકે છે. તમે તમારી જાતે જ તમારા મિત્ર કે દુશ્મન છો. જો તમે તમારી જાતને આનંદ દાયક સારા વિચારો વડે બચાવશો નહીં તો પછી બીજો કોઈ ઉપાય નથી.

મન જ બધુ ઉભું કરનાર છે. મન દ્વારા જ બધી વસ્તુઓ ઉભી થઈ છે. સત્ય ભગવાન તમારા હૃદયમાં જ વસી રહ્યો છે અને તમારા શરીર રૂપી મંદિરમાં બિરાજેલ ભગવાનની ભક્તિ કરવી હોય તો તે તમારા પોતાના ઉચ્ચ (આધ્યાત્મિક) વિચારો દ્વારા જ થઈ શકે તે જ રસ્તો છે. વિચાર પ્રારબ્ધ નક્કી કરે છે. તમારી આજુબાજુનું જગત તમારા વિચારોનું જ પ્રતિબિંબ છે. તમારી પોતાની કલ્પના તમારી સાથે ભયંકરતા ઉભી કરે છે. તમારો જન્મ તમે શું વિચાર્યું હતું તે પ્રમાણે થયો છે અને તમારૂં અત્યારનું ચારિત્ર એ પૂર્વના વિચારોનું જ માપ બતાવે છે. તમારૂં ભવિષ્ય હાલના વિચારોથી ઉભું કરો છો. જો તમે ઉમદા વિચારો કરશો તો ઉમદા બનવાના છો.

વિચારો અને કાર્ય એકબીજા સાથે સંકળાયેલા છે. જાગૃત બનો અને ફક્ત તમારા મનોમય જગતમાં સારા વિચારોને જ પ્રવેશવા દો.

તમારી હાલની જીંદગીના ત્રણ હેતુ (મુદ્દા) છે. (૧) શારીરિક (૨) માનસિક અને (૩) આધ્યાત્મિક.

ઉત્સાહિત વિચારો દ્વારા, જેવાં કે ''તમે શરીર નથી.'' ''તમે આ શરીરમાં થોડો સમય રહેવાના છો'' તમે શારીરિક

this body for a short period of time." Do not try to put on an artificial personality. Be genuine and clean in your thoughts.

The stream of thought flows in both directions - towards good or towards evil. The spiritual goal is held before you. How quickly or how slowly you move towards it will depend on your thoughts. Death will not easily come near you, if you will not wear on your bosom the necklace of vicious thoughts. What ever is intensely thought by your mind, that comes to be materialised and effected.

The cause of whatever comes to you in life, is within you. i.e. comes from your past thoughts. There is nothing in the world which you can not achieve. You are living in an infinite ocean of power and cheerfulness, but you appropriate only so much from it as you think, believe and imagine. Your thoughts are powerful in proportion to your intensity, depth and wormth. They become so when they are being constantly cherished over and over again. Develop a pure mind.

The mind creates the body from the material of your own thoughts. Thought is a force that can change, transform or at least modify, almost anything in the human system. The disorder and disharmony of physical body is called a physical disease and the conflict of the mind is called a mental disease. Both of them have their ultimate root in

આવેગોની ઉપર ઉઠો. આભાસી વ્યક્તિત્વનું મહોરૂં તમારી ઉપર ચઢાવો નહીં. સાચા બનો અને તમારા વિચારો પ્રત્યે જાગૃત - સાચા બનો.

વિચારોનું ઝરણું બે તરફ વહે છે. - સારી તરફ અથવા ખરાબ તરફ. આધ્યાત્મિક ધ્યેય તમારી સામે છે. તમે કેટલી ઝડપથી કે કેટલા ધીરેથી તેના તરફ વળો છો તે તમારા વિચારો ઉપર આધાર રાખે છે. મૃત્યુ તમારી સહેલાઈથી નજીક નહીં આવે, જો તમે તમારા ગળામાં વિષમય વિચારોનો હાર નહીં પહેરો તો. જે કાંઈ તીવ્રતાથી તમારા મનથી વિચારશો તે જ બનવાનું છે અને તેની અસર થવાની છે.

તમારી જિંદગીમાં જે કાંઈ બને છે તે તમારી અંદર જે રહેલું છે તેમાંથી જ આવે છે એટલે કે પૂર્વના વિચારોનું જ પરિણામ છે. આ જગતમાં એવી કોઈ વસ્તુ નથી જે આપણે ન મેળવી શકીએ. તમે અનંત શક્તિથી અને ઉત્સાહથી ભરપુર એવા સમુદ્રમાં જીવી રહ્યા છો. પણ તેનો તેટલો જ લાભ તમને મળે છે કે જેટલા પ્રમાણમાં તમે તેને માનો છો અને કલ્પના કરી શકો છો. તમારા વિચારો તેટલા જ પ્રમાણમાં શક્તિશાળી બને છે. જેટલા પ્રમાણમાં તમારી તે માટેની ધગશ, ઊંડાઈ અને ઉત્સાહ હશે. તે તે પ્રમાણે બનશે જ્યારે તેનો સતત પણે આનંદ સાથે વારંવાર પીછો કરવામાં આવશે. શુદ્ધ મનને વિકસીત કરો.

મન, તમારા વિચારોને અનુરૂપ શરીર મેળવે છે. વિચાર એક એવી શક્તિ છે કે જે માણસની અંદરની ક્રિયાઓને બદલાવે છે, ફેરફાર કરે છે. સુધારે છે. ઔદારિક શરીરની અનવ્યવસ્થિતિ અને બિનકાર્યદક્ષતા એ શારીરિક રોગ કહેવાય છે અને મનમાં થતો સંઘર્ષ માનસિક રોગ છે. આ બન્નેનું મૂળ અજ્ઞાનતા છે

ignorance and can be cured only by the knowledge of reality. When you worry about the experiences of the world, a depressing mental disturbance take place.

Every depressing & disturbing thought that enters your brain, has a depressing effect on every cell of your body and tends to produce disease. All negative thoughts are forerunners of disease and they are messengers of death. Practically all diseases with their sufferings have their origin in perverted mental & emotional states and conditions.

Every good thought stimuletes the heart, improves the digestive system and promotes the normal action of every gland.

When your thoughts do not wander to this or that object and when you feel self satisfied; you are in a state of joy which is unique. If you are happy within, everything appears good and pleasing to you. Purify your thought, all troubles will be cured.

As the beauty of a tree increases immensely in the spring season, so also your strength, your intellect and the lustre will increase in proportion to your positive thoughts of indifference to the world. When thoughts of purity emanate around you, eternal low begins to support you.

True knowledge is spiritual consciousness. It is awareness of one's real nature. Right thought results in right action and right life. The body is not everything. There is something which is vitally important, which

અને તેને સાચા જ્ઞાન દ્વારા જ સુધારી શકાય છે. જ્યારે તમે જગતના અનુભવથી ચિંતા કરો છો, ત્યારે માનસિક હતાશાથી મનની શાંતિમાં ખલેલ પડે છે.

દરેક હતાશાવાળા અને શાંતિનો ભંગ કરનારા વિચારો તમારા મગજમાં ઘૂસે છે તેની અસર શરીરની પેશીઓ ઉપર થાય છે અને રોગ ઉત્પન્ન કરે છે. બધા જ ખોટા વિચારો રોગ ઉત્પન્ન થવાના કારણો છે અને તે શરીરના મૃત્યુની ખબર આપનાર છે. હકીકતમાં બધા જ રોગો અને તેના ભોગવટાનું મૂળ કારણ અશાંત માનસિક તથા લાગણીશીલ સ્વભાવ અને સ્થિતિ છે.

દરેક સારો વિચાર હૃદયને બરાબર કાર્ય કરતું કરે છે, પાચન તંત્રને સુધારે છે અને રસ ઝરવાની જે ગ્રંથીઓ છે તે બરાબર કામ કરે છે.

જ્યારે તમારા વિચારો આ કે તે વસ્તુઓ તરફ ભટકતા નથી અને જ્યારે તમને પોતાનામાં સંતોષ જણાય છે, ત્યારે તમે આનંદની સ્થિતિમાં છો. જે એક અનઉપમેય સ્થિતિ છે. જો તમે આંતરિક રીતે સુખમાં છો તો બધું જ સારૂં અને ઉત્સાહ પ્રેરનારૂં લાગશે. (માટે) વિચારોને પવિત્ર બનાવો. (જેથી) બધી જ મુશ્કેલીઓનો નાશ થઈ જશે.

ઝાડની સુંદરતા જેમ વસંત ઋતુમાં વધે છે, તે જ રીતે તમારી શક્તિ, તમારી આંતરિક પ્રજ્ઞા અને પ્રકાશ તમારા સારા વિચારો-સાચી દિશાના વિચારોના ઉદાસીનતાના પ્રમાણમાં વધે છે. જ્યારે શુભ કે શુદ્ધ વિચારો તમારી આજુબાજુ સ્ફુરાયમાન થાય છે, ત્યારે આધ્યાત્મિક નિયમો તમને મદદ રૂપ થવા માંડે છે.

સાચું જ્ઞાન - સમ્યક્ જ્ઞાન એ આત્મજાગૃતિ રૂપ છે. તે તેની સાચી પ્રકૃતિની જાગૃતિ છે. સુવિચારણાથી સાચું કાર્ય (સાધના)

dwells in the body. It is the spirit of man (Human being). The body passes away, the spirit lives. Nothing ever is to accompany the atma, except his Karmas. *Hence as long* as man lives, he should live amicably, with love and goodwill towards all. Take shelter in great and noble thoughts and obtain perfections.

Guru's grace is always with the disciple unreserved and unconditioned. It depends however on the self disciplined purity of the Guru within is the best asset of the disciple.

(17) Thought Power for God Realisation

The thought that you hold, will manifest in your life. If you are courageous, cheerful, compassionate, tolerant and kind, then these qualities will manifest in your physical life. The only impurity of the mind is base thought and desire. Guard your good thought.

Where there is not the `I' thought then there will be no other thought. Life is an inter play of thoughts. Duality ceases when the mind stops its function. Thinking must cease. Than alone you will attain the timeless still. Be still In that stillness, when the mind melts, then shines the self effulgent ``ATMAN", the pure consciousness.

અને યથાયોગ્ય જીવન બને છે. શરીર જ બધું નથી. એવી પણ વસ્તુ છે જે ખૂબ જ અગત્યની છે, કે જે શરીરમાં પ્રકાશી રહી છે, તે દરેક શરીર ધારી જીવનો આત્મા છે. શરીરનું મૃત્યુ થાય છે. (શરીર નાશ પામે છે), આત્માનું અસ્તિત્વ જેમનું તેમ રહે છે. જગતનો કોઈ પણ પદાર્થ જીવ સાથે જતો નથી, ફક્ત તે પોતાની સાથે પોતાના કરેલાં કર્મોને જ લઈ જાય છે. તેથી જ્યાં સુધી માનવ જીવે ત્યાં સુધી તેણે જાગૃતિ, મૈત્રી ભાવ રૂપી પ્રેમ અને બધા જ તરફ શુભેચ્છા રાખીને જીવે. હમેશાં મહાન અને ઉમદા વિચારોના આશ્રયમાં રહો અને સંપૂર્ણ બનો.

ગુરૂની કૃપા હંમેશાં કોઈપણ જાતની શરત વિના કે અપેક્ષા વિના શિષ્ય સાથે રહેતી જ હોય છે. છતાં પણ તે શિષ્યની પોતાની શિસ્ત અને પવિત્રતા જે ગુરુની હાજરીને પોતાની અંદર અનુભવે છે. તે શિષ્યને માટે મોટી મૂડી છે.

(૧૭) વિચાર શક્તિ - આત્માની અનુભૂતિ માટે

જે વચારોને તમે પકડશો તે તમારી જિંદગીમાં સહાયક થશે. જો તમે હિંમતવાન, આનંદિત, શાંતિપ્રિય, સહનશીલ અને દયાવાન છો, તો આ ગુણો (હકીકત) તમારી ભૌતિક જીંદગીમાં પણ સહાયક નિવડશે. જે વિચારો પૂર્વના અનુસંધાને આવે છે તથા ઈચ્છાઓ થાય છે તે જ મનની મલિનતા - મનની અશુદ્ધિ છે. સાચા વિચારોનું રક્ષણ કરો.

જ્યાં 'હું' પણાની ભાવના નથી, ત્યાં પછી બીજા વિચારો આવતા નથી, ઉભાં થતા નથી. જુદા જુદા વિચારો વચ્ચેનું નાટક એનું નામ જીવન (જીંદગી) છે. મન જ્યારે કાર્ય કરતું બંધ થાય છે ત્યારે દ્વૈતપણું - અટકે છે. (બાહ્ય) વિચારો અટકવા જોઈએ. તો પછી તમે સમયથી પર એવી શાંતિને પામશો. શાંત થાઓ. આ શાંત ભાવમાં મન ઓગળી જશે ત્યારે તમે તમારા પ્રકાશમાન આત્માને પ્રકાશતો અનુભવી

The mind assumes the shape of any object it intensely thinks upon. Watch your Bhavana, ideas and feelings always. Your Bhavana should always be sattvic. You should always entertain Brahma Bhavana.

Watch the Bhavana during the meditation. You need not watch the breath. Your mind must be empty of all worldly thoughts. Keep your mind filled with good, divine, sublime lofty thoughts, so that there will be no room for evil thoughts. Never speak any unnecessary word. Never allow any unnecessary or vain thought to occupy your mind.

The best medicine, for all diseases and for keeping good health, is the entertaining of divine thoughts and regular meditation. Another cheap drug is to keep oneself always joyful and cheerful. Study spiritual books daily for one or two hours with meaning, which keep you away from worldly thoughts.

Fill the mind with sattva and enjoy wonderful health and peace. Allow the mind to run in the spiritual direction, in divine grooves, your mind will be peaceful. You will enjoy excellent mental health.

શકશો, જે શુદ્ધ જાગૃત આત્મા છે.

જે વસ્તુ પર મન તીવ્રતાથી વિચારે છે તે રૂપ મન બની જાય છે (એટલે કે જે રૂપે મન વિચારે છે તે રૂપે આત્મા બની જાય છે.)

તમારી ભાવનાઓ, વિચારો અને લાગણીઓને હંમેશાં જોયા કરો. તમારી ભાવના હમેશાં સાત્ત્વિક હોવી જોઈએ. તમારે હંમેશાં 'હું આત્મા છું'' એ ભાવનાને મહત્વ આપવું જોઈએ.

ધ્યાન દરમ્યાન ભાવોનું ધ્યાન રાખો. તમારે શ્વાસનું ધ્યાન રાખવાનું નથી. તમારૂં મન જગતના વિચારોથી ખાલી રહેવું જોઈએ. તમારા મનને સારા આધ્યાત્મિક અને ઉચ્ચ વિચારોથી ભરેલું રાખો કે જેથી નુકસાન કર્તા વિચારોને આવવાની જગ્યા જ ન મળે. ક્યારેય પણ જરૂરીયાત સિવાયનો એક શબ્દ બોલો નથી. ક્યારેય પણ જરૂરીયાત વગરના કે નકામા વિચારોને તમારા મનમાં જગ્યા લેવા ન દો.

બધા જ પ્રકારના રોગો તથા તંદુરસ્તી સારી રાખવાની ઉત્તમ દવા આધ્યાત્મિક વિચારોને જ મહત્વ આપવું અને નિયમિત ધ્યાન કરવું એ છે. બીજી સસ્તી દવા છે કે પોતાની જાતને હંમેશાં આનંદિત અને ઉતસાહિત રાખવી.

દરરોજ આધ્યાત્મિક પુસ્તકનું વાંચન એક અથવા બે કલાક માટે તેના અર્થ ભાવ સાથે કરો, કે જે તમને જગતના વિચારોથી દૂર રાખશે.

સાત્વિક ભાવોથી મનને ભરી દો અને આશ્ચર્ય પમાડે તેવી તંદુરસ્તી તથા શાંતિનો અનુભવ કરો. મનને આધ્યાત્મિક માર્ગમાં જવા દો, દિવ્ય ભાવોમાં જવા દો તો તમારૂં મન શાંત થઈ જશે. તમે ઉચ્ચ પ્રકારની માનસિક શાંતિનો અનુભવ કરી શકશો.

Sit in a solitary place and watch your thoughts carefully. Allow the monkey mind to jump in its own way for some time. After some time it will climb down. It will become quiet. Be a sakshi or witness of various thoughts in the eternal circus or show. Become a spectator of the mental bioscopic film. Take an indifferent attitude. All thoughts will die by themselves one by one.

you should annihilate the vasana first. Without Vasana Kshaya, no mental quietness or annihilation of the mind is possible. Through the practice of yoga, you can overcome all difficulties and can eradicate all weaknesses. Through the practice of yoga, pain can be transmitted into bliss, death into immorality, sorrow into perfect health.

Generally there is no genuine spiritual awakening in sadhak. There is mere curiosity for getting some psychic or yogic powers. The sadhak is far from pure atman as long as he retains some hidden desires for sidhhis.

Transform the worldly nature first. If you become absolutely desireless, absolutely thoughtless absolutely vrittiless, you will experience your soul during meditation.

Sattvic thought is intense activity. The wheel that revolves rapidly appeared to be at rest, so is sattva, so is a sattvic man.

શાંત એકાંત જગ્યામાં બેસો અને તમારા વિચારોને ચોક્કસતાથી જોયા કરો. થોડા સમય માટે કુદકા મારતા વાંદરા જેવા મનને ફાવે તેમ ફરવા દો. થોડા સમય બાદ તે રખડપટ્ટી ઓછી કરશે. તે શાંત થઈ જશે. આંતરિક રીતે ચાલતા વિચારોના સાક્ષી બનો. તમારા મનમાં ચાલતા માનસિક રંગ પટના જોનારા બની જાઓ. ઉદાસીન ભાવને ધારણ કરો. (તો) બધા જ વિચારો એક પછી એક નાશ પામી જશે.

પ્રથમ વાસના-ઈચ્છાનો નાશ કરો. વાસના-ઈચ્છાનો નાશ કર્યા વિના માનસિક શાંતિ અથવા મનનો ક્ષય શક્ય નહીં થાય.

યોગની સાધના દ્વારા તમે બધી જ મુશ્કેલીઓ ઉપર કાબુ મેળવી શકશો અને બધી જ નબળાઈનો નાશ કરી શકશો. યોગની સાધના દ્વારા દર્દને આનંદમાં, મૃત્યુને અમરતામાં, દિલગીરીને સંપર્ણ તંદુરસ્તીમાં ફેરવી શકશો.

સામાન્યપણે સાધકમાં મૂળભૂત આધ્યાત્મિક જાગૃતિ જ નથી હોતી. કેટલીક માનસિક શાંતિ અને યોગની શક્તિ મેળવવા માટેની આતુરતા કે ઈચ્છા જ જોવામાં આવે છે. જ્યાં સુધી સાધક આંતરિક રીતે સિદ્ધિ માટેની ઈચ્છા રાખીને ફરે છે ત્યાં સુધી તે શુદ્ધ આત્માથી ઘણો દૂર છે.

પ્રથમ જગત તરફની દૃષ્ટિને ફેરવો. જો તમે પૂર્ણ રીતે ઈચ્છા રહિત, વિચાર રહીત અને વૃત્તિ રહિત થશો તો તમે ધ્યાનમાં તમારા આત્માને અનુભવી શકશો.

સાત્વિક (સુવિચારો) એ જોરદાર કાર્ય શક્તિ છે. જેમ ચક્ર ખૂબ જ ઝડપથી ફરતું હોય તો તે ઊભેલું જણાય છે. તેમ સત્વ છે. તેમજ સાત્વિક માનવ છે. એટલે કે સાત્ત્વિક વિચારોવાળો માનવ સ્થિરતાવાળો હોય છે.

Life is journey from impurity to purity, from hatred to consmic love, from death to immorality, from imperfection to perfection, from slavery to freedom, from diversity to units, from ignorance to eternal bliss, from weakness to infinite strength.

Let every thought take you nearer to the Atman. Every thought further do your evolution.

ॐ

જીંદગી છે તે મલિનતાથી શુદ્ધતા તરફની, ધિક્કારથી વિશ્વ પ્રેમ તરફની, મૃત્યુથી અમરતા તરફની, અધુરાપણાથી પૂર્ણ પણા તરફની, ગુલામીમાંથી મુક્તિ તરફની, ભેદાભેદથી અભેદતા પ્રત્યેની, અજ્ઞાનથી આંતરિક શાંતિ (જ્ઞાન) પ્રત્યેની, નબળાઈથી અનંત શક્તિ તરફની મુસાફરી છે.

દરેક વિચારો તમને તમારા આત્માની નજીક લઈ જાઓ, દરેક વિચાર તમને તમારા ઉત્થાનમાં ઉપયોગી થાઓ. અસ્તુ.

ૐ

પ.કૃ. દેવ વિચારશક્તિ વિષે - સુવિચારણા વિષે શું કહે છે તેના પર નજર નાખીએ.

કષાયની ઉપશાંતતા, માત્ર મોક્ષ અભિલાષ,
ભવે ખેદ પ્રાણીદયા, ત્યાં આત્માર્થ નિવાસ... ૩૮

દશા ન એવી જ્યાં સુધી, જીવ લહે નહિ જોગ,
મોક્ષમાર્ગ પામે નહીં, મટે ન અંતર રોગ... ૩૯

આવે જ્યાં એવી દશા, સદ્‌ગુરુ બોધ સુહાય,
તે બોધે સુવિચારણા, ત્યાં પ્રગટે સુખદાય... ૪૦

જ્યાં પ્રગટે સુવિચારણા, ત્યાં પ્રગટે નિજ જ્ઞાન,
જે જ્ઞાને ક્ષય મોહ થઈ, પામે પદ નિર્વાણ... ૪૧

ઉપજે તે સુવિચારણા, મોક્ષમાર્ગ સમજાય,
ગુરુશિષ્ય સંવાદથી, ભાખું ષટપદ આંહી... ૪૨

(આ.સિ. શાસ્ત્ર-૭૧૮)

સર્વ જીવને અપ્રિય છતાં જે દુઃખનો અનુભવ કરવો પડે છે, તે દુઃખ સકારણ હોવું જોઈએ, એ ભૂમિથી મુખ્ય કરીને વિચારવાનની વિચાર શ્રેણી ઉદય પામે છે અને તે પરથી અનુક્રમે આત્મા, કર્મ, પરલોક, મોક્ષ આદિ ભાવોનું સ્વરૂપ સિદ્ધ થયું હોય એમ જણાય છે.

જેમ જેમ ચિત્તનું શુધ્ધિપણું અને સ્થિરત્વ હોય છે, તેમ તેમ જ્ઞાનીના વચનોનો વિચાર યથાયોગ્ય થઈ શકે છે. (૬૪૬)

દુર્લભ એવો મનુષ્યદેહ પણ પૂર્વે અનંત વાર પ્રાપ્ત થવા છતાં કંઈ પણ સફળપણું થયું નહીં, પણ આ મનુષ્યદેહને કૃતાર્થતા છે, કે જે મનુષ્ય દેહે આ જીવે જ્ઞાની પુરૂષને ઓળખ્યા, તથા તે મહાભાગ્યનો આશ્રય કર્યો, જે પુરૂષના આશ્રયે અનેક પ્રકારના મિથ્યા આગ્રહાદિની

મંદતા થઈ, તે પુરૂષને આશ્રયે આ દેહ છૂટે એ જ સાર્થક છે. જન્મ જરા મરણાદિને નાશ કરવાવાળું આત્મજ્ઞાન જેમને વિષે વર્તે છે, તે પુરૂષનો આશ્રય જ જીવને જન્મ જરા મરણાદિનો નાશ કરી શકે, કેમકે તે યથાસંભવ ઉપાય છે. સંયોગ સંબંધે આ દેહ પ્રત્યે આ જીવને જે પ્રારબ્ધ હશે તે વ્યતીત થયે તે દેહનો પ્રસંગ નિવૃત્ત થશે. તેનો ગમે ત્યારે વિયોગ નિશ્ચયે છે, પણ આશ્રયપૂર્વક દેહ છૂટે એ જ જન્મ સાર્થક છે, કે જે આશ્રયને પામીને જીવ તે ભવે અથવા ભાવિ એવા થોડા કાળે પણ સ્વસ્વરૂપમાં સ્થિતિ કરે...

શ્રી સદ્ગુરુએ કહ્યો છે એવા નિર્ગ્રંથ માર્ગનો સદાય આશ્રય રહો.

હું દેહાદિ સ્વરૂપ નથી અને દેહ સ્ત્રી પુત્રાદિ કોઈ પણ મારાં નથી. શુદ્ધ ચૈતન્ય સ્વરૂપ અવિનાશી એવો હું આત્મા છું, એમ આત્મભાવના કરતાં રાગ દ્વેષનો ક્ષય થાય. (૬૯૨)

ક્રિયામાર્ગે અસદ્ અભિમાન, વ્યવહાર આગ્રહ, સિધ્ધિમોહ, પૂજાસત્કારાદિ યોગ અને દૈહિક ક્રિયામાં આત્મનિષ્ઠા આદિ દોષોનો સંભવ રહ્યો છે. કોઈક મહાત્માને બાદ કરતાં ઘણાં વિચારવાન જીવોએ ભક્તિમાર્ગનો આશ્રય ગ્રહણ કર્યો છે અને આજ્ઞાશ્રિતપણું અથવા પરમપુરૂષ સદ્ગુરુને વિષે સર્વાર્પણ સ્વાધીનપણું શિર સાવંદ્ય દીઠું છે અને તેમ જ વર્ત્યા છે, તથાપિ તેવો યોગ પ્રાપ્ત થવો જોઈએ, નહીં તો ચિંતામણિ જેવો જેનો એક સમય છે એવો મનુષ્ય દેહ ઊલટો પરિભ્રમણ વૃધ્ધિનો હેતુ થાય. (૬૯૩)

DUNDUBHI PRINTERS AHMEDABAD-9 0272-404186