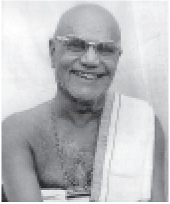
॥ હરિઃૐ ॥



શ્રીમોટા

પ્રસાદી

: સંકલન કર્તા :

શ્રી બાબુભાઈ રામી

: સંપાદક :

ડૉ. કાંતિભાઈ રામી
ડૉ. કાંતિભાઈ નાવડિયા

હરિઃૐ આશ્રમ પ્રકાશન, સુરત

❑ પ્રકાશક : **ટ્રસ્ટીમંડળ,**
હરિઃૐ આશ્રમ, સ્થાપના વર્ષ ૧૯૫૬
કુરુક્ષેત્ર મહાદેવના મંદિરની બાજુમાં,
જહાંગીરપુરા, રાંદેર, સુરત-૩૯૫ ૦૦૫.
ફોન : (૦૨૬૧) ૨૭૬૫૫૬૪,
મો. ૯૭૨૭૭૩૩૪૦૦

© હરિઃૐ આશ્રમ, સુરત, નડિયાદ.

❑

આવૃત્તિ	વર્ષ	પ્રત
પ્રથમ	૨૦૦૮	૫૦૦૦
બીજી	૨૦૦૯	૨૫૦૦૦
ત્રીજી	૨૦૧૧	૨૫૦૦૦
ચોથી	૨૦૨૦	૧૦૦૦૦

❑ પૃષ્ઠ : ૬૪

❑ કિંમત : **રૂ.** ૧૦/-

❑ **પ્રાપ્તિસ્થાન :** હરિઃૐ આશ્રમ, સુરત, નડિયાદ

❑ મુદ્રણશુદ્ધિ : **જયંતીભાઈ જાની,** ફોન : (૦૭૯) ૨૬૬૧૨૭૨૮

❑ મુદ્રક : **અર્થ કૉમ્પ્યૂટર :** ૨૦૩, મૌર્ય કૉમ્પ્લેક્સ,
સી. યુ. શાહ કૉલેજ સામે, ઇન્કમટૅક્સ,
અમદાવાદ-૩૮૦૦૧૪, મો. ૯૩૨૭૦૩૬૪૧૪

સંપાદકનું નિવેદન

આત્મોદ્ધારક, સમાજસુધારક, અનેક ભક્તોના ભાગ્યવિધાયક પૂજ્ય શ્રીમોટાએ શ્રેયાર્થીની જીવનસાધનામાં સીધા ઉપયોગી થાય એવા જે વિચારો વખતો વખત પ્રગટ કરેલા, તેનો આ તદ્દન નાનકડો અને હાથવગો સંગ્રહ, લખાણોના માર્ગદર્શન ઉપરાંત પૂજ્ય શ્રીમોટાની તસવીરોને કારણે સૌ ભાવિકોનો હાર્દિક સ્વીકાર પામશે એવી આશા-અપેક્ષાએ સુજ્ઞજનોના કરકમલમાં મૂકતાં અમે ઊંડો આનંદ અનુભવીએ છીએ.

: સંપાદક :

ડૉ. કાંતિભાઈ નાવડિયા ડૉ. કાંતિભાઈ રામી

પ્રકાશકનું નિવેદન

(પ્રથમ આવૃત્તિ)

આ પહેલાં શ્રી બાબુભાઈ રામી દ્વારા સંકલિત પુસ્તકો **'દુર્લભ દેહ મનુષ્યનો','સાધનાપથનાં શિખરો'** તથા **'બે બોલ'** પુસ્તકો પ્રકાશિત કરવામાં સર્વ શ્રી અનિલભાઈ રામી, લેખડિયા પરિવાર (કુનાલ ઑર્ગેનિક્સવાળા) તથા શ્રી પી.ટી.પટેલ પરિવાર (કુંજરાવ) તરફથી સંપૂર્ણ આર્થિક સહયોગ પ્રાપ્ત થયો હતો.

ઉપરોકત પુસ્તકોમાંથી કેટલાંક પુસ્તકો હરિઃૐ આશ્રમ, સુરત તથા નડિયાદને ભેટ સ્વરૂપે મોકલવામાં આવ્યાં હતાં. કેટલાંક પુસ્તકો પૂજ્ય શ્રીમોટાના અનુરાગીઓને ભેટસ્વરૂપે અપાયેલ હતાં. વધેલ જૂજ પુસ્તકો અડધી કિંમતે (૫૦% રાહતથી) વેચાયેલ હતાં. આમ, ઉક્ત વધેલ પુસ્તકોના વેચાણ દ્વારા મળેલ નાણાંથી તેમ જ શ્રી બાબુભાઈ રામી અને પૂજ્ય શ્રીમોટાના ૧૧૧મા જન્મદિનની ઉજવણીના યજમાન

શ્રી ગોરધનભાઈ પટેલ દ્વારા પ્રાપ્ત થયેલ આર્થિક સહયોગથી આ પુસ્તિકા પ્રકાશિત થઈ રહી છે. અહીં આ સર્વનો અંતઃકરણપૂર્વક આભાર માનીએ છીએ.

'પ્રસાદી' પુસ્તિકામાં સંગ્રહિત વિચારો પૂજ્ય શ્રીમોટા દ્વારા લિખિત 'જીવનપોકાર', 'જીવનદર્શન', 'જીવનસંદેશ', 'જીવનમંડાણ', 'જીવનપગથી', 'જીવનપગરણ', 'જીવનસોપાન', 'જીવનપ્રવેશ', 'જીવનમંથન', 'જીવનસંશોધન', 'જીવનપાથેય', 'જીવનપ્રેરણા', શેષ વિશેષ, જોડા જોડ, એકીકરણ સમીકરણ, 'અગ્રતા એકાગ્રતા', 'અન્વય સમન્વય' તથા પૂજ્ય શ્રીમોટાની ટેપરેકોર્ડેડ વાણીમાંથી લેવાયેલ છે. પ્રત્યેક વિચારકંડિકાને અંતે પુસ્તકનું નામ તથા પૃષ્ઠ નંબર લખવાનું એટલા માટે ટાળ્યું છે કે વાચકોના વિચારગ્રહણમાં ક્ષતિ ન થાય.

આશા છે કે વાચકો આ 'પ્રસાદી'ને વધાવશે !

પ્રકાશકનું નિવેદન (ચોથી આવૃત્તિ)

પૂજ્ય શ્રીમોટાના પ્રકાશિત વિવિધ સાહિત્યમાંથી અમદાવાદના શ્રી બાબુભાઈ રામીએ સંપાદન કરીને **'પ્રસાદી'**નું પ્રથમ પ્રકાશન પારિજા હરિ શૅરદલાલ દ્વારા સને ૨૦૦૮માં થયું હતું.

પૂજ્ય શ્રીમોટાએ આધ્યાત્મના વિવિધ પાસાંઓને મનુષ્યજીવન સાથે સાંકળી લેતી ખૂબ જ સુંદર સમજ, ટૂંકા અને અર્થસભર શબ્દોમાં આપી છે. જેનું સંકલન આ પુસ્તિકા-પોકેટબુકમાં રજૂ કરવામાં આવ્યું છે. આદરણીય વડીલ શ્રી ઈંદ્રવદનભાઈ શૅરદલાલ તરફથી આ પુસ્તક પ્રકાશનના હક્કો હરિઃૐ આશ્રમને આપવામાં આવ્યા છે તે બદલ અમો અંતઃકરણપૂર્વક તેઓશ્રીનો ખૂબ ખૂબ આભાર માનીએ છીએ.

અત્યાર સુધીમાં આ પુસ્તિકાની ૫૫૦૦૦ પ્રતોનું પ્રકાશન થઈ ચૂક્યું છે અને ફરીથી માંગ ઊભી થતાં અમો પુનઃપ્રકાશન કરી રહ્યાં છીએ. આ પુસ્તક પ્રકાશનમાં મદદરૂપ થનાર તમામ સ્વજનોના અમો પ્રેમ અને આદરપૂર્વક આભારી છીએ.

તા. ૫-૭-૨૦૨૦ **ટ્રસ્ટીમંડળ, હરિઃૐ આશ્રમ,**

ગુરુપૂર્ણિમા સુરત-૩૯૫૦૦૫

અનુક્રમણિકા

ક્રમ	કૃતિ	પૃષ્ઠ નંબર
૧.	શ્રીસદ્‌ગુરુ	૯
૨.	સંસ્કાર	૧૦
૩.	વિચાર	૧૧
૪.	પ્રાણ	૧૪
૫.	અહમ્	૧૬
૬.	બુદ્ધિ	૧૭
૭.	મન	૨૧
૮.	ધ્યેય	૨૪
૯.	પ્રાર્થના	૨૬
૧૦.	નામસ્મરણ	૨૮
૧૧.	મનન ચિંતવન	૩૦
૧૨.	કર્મ	૩૧
૧૩.	અંતર્મુખતા	૩૩
૧૪.	સંયમ	૩૫
૧૫.	જાગૃતિ	૩૭
૧૬.	ઝંખના	૩૯
૧૭.	નિશ્ચય	૪૦

૧૮.	સંકલ્પ	૪૧
૧૯.	તટસ્થતા	૪૨
૨૦.	આત્મવિશ્વાસ	૪૩
૨૧.	અભ્યાસ	૪૪
૨૨.	વૈરાગ્ય	૪૬
૨૩.	આત્મનિવેદન	૪૭
૨૪.	સમર્પણભાવ	૪૮
૨૫.	શરણભાવ	૪૯
૨૬.	ત્રાટક	૫૦
૨૭.	શ્રદ્ધા	૫૧
૨૮.	એકાગ્રતા	૫૨
૨૯.	ધ્યાન	૫૪
૩૦.	ભાવ	૫૫
૩૧.	પ્રેમ	૫૬
૩૨.	ગુણભાવની કદર	૫૭
૩૩.	દુર્લભ દેહ મનુષ્યનો	૫૮
૩૪.	મૃત્યુ પછી જીવાત્માની સ્થિતિ	૫૯
૩૫.	આરતી	૬૧
૩૬.	પ્રાર્થના	૬૨
૩૭.	ભજન	૬૩
૩૮.	પૂજ્ય શ્રીમોટાનો છેલ્લો પત્ર	૬૪

શ્રીસદ્‌ગુરુ

શ્રીસદ્‌ગુરુ એટલે કંઈ શરીર નહિ તેમ તેની તેજસ્વી પ્રતિભા પણ નહિ. ગુરુ એટલે વિશ્વની પ્રત્યેક વસ્તુનું કોઈ પરમ ચેતનશક્તિ સાથે શા માટે અને કેવી રીતે સંકળાવાનું બને છે, તે સમજાવનાર જ્ઞાનશક્તિ.

સદ્‌ગુરુ કંઈ માટીનું પૂતળું નથી, પરંતુ ચેતનનું લાક્ષણિક અંગ છે

સદ્‌ગુરુને માત્ર જાણવાથી કે તેમની સાથે માત્ર રહેવાથી આપણું કશું દળદર ફીટી શકતું નથી.

સદ્‌ગુરુ કે ઉત્તમ પ્રકારના આત્મનિષ્ઠ જીવમાં સામાન્ય જીવથી એટલે કે જીવદશાવાળા માનવીથી રાગ થવો એ પણ એક દુર્ઘટ ઘટના છે.

સદ્‌ગુરુનું શરીર એ આપણું સાધન નથી. આપણું સાધન તો સદ્‌ગુરુની ભાવ-ચેતનાશક્તિ છે.

સંસ્કાર

જે જે પ્રકારનાં વિચારો, વૃત્તિઓ, વલણો આપણા મનમાં ઊગ્યાં અને તેની પરંપરા પ્રગટી તો નક્કી સમજી લેજો કે તે પ્રકારના સંસ્કાર પડી ચૂકવાના જ, તેવા સંસ્કારનું પરિણામ પણ તેવું જ છે, તે પણ નક્કી.

સંતસમાગમના સંસ્કારો આજે નહિ તો કાલે જાગ્યા વિના રહેવાના નથી. સત્સંગની સોબત ઊર્ધ્વ પ્રકારના મનન ચિંતવનમાં રખાવે, તેથી ચિત્તમાં પડેલા સંસ્કારોનું જોર ચાલતું નથી.

ચિત્ત ઓપન કૅમેરા છે, એમાં બધું સંગ્રહાઈ જાય, એને કહે છે, 'આપણા સંસ્કાર'. એ સંસ્કાર ચિત્તમાં પડ્યા, એ કાળે કરીને ઉદય વર્તમાન થાય. ઉદય વર્તમાન એટલે કે અંદરથી ઊછળીને બહાર આવે એટલે એને વૃત્તિ કહે. એ વૃત્તિ બહાર આવી એટલે ઍક્શનમાં મુકાય. એ કર્મનું મૂળ. કર્મનું મૂળ આ.

વિચાર

યોગ્ય વિચારોમાં એટલી સર્જકશક્તિ છે કે તે ધાર્યું પરિણામ લાવવા માટે અનુકૂળ પરિસ્થિતિ ઉપજાવી શકે છે. વિચારોમાં એવું પ્રાબલ્ય હોય છે કે તે જીવનમાં આચારમાં ઘણો ફેરફાર કરી મૂકે છે.

આપણે જ વિશ્વ છીએ અને આપણામાં જ સારુંય વિશ્વ વસેલું છે. આપણે જે રીતે વિચાર કરીએ છીએ તે જ રીતે તે ફરીને પાછા આપણામાં પેસતા હોય છે. એટલે નકારાત્મક વિચારો જેટલા ઓછા થાય તેટલું વધારે સારું, નહિ તો પાછા એ વિચારો બેવડા જોરથી-બેવડી ગતિથી આપણામાં પેસવાના છે, અને આપણને વધારે નુકસાન કરશે.

વિચારથી પ્રકટેલી સમજણ જુદી છે, ભાવનાથી પ્રકટેલી સમજણ જુદી છે અને વર્તનમાં મુકાયેલી સમજણ જુદી છે. વિચાર, ભાવના અને

વર્તન એ ત્રણેનો સુમેળ આપણે કરવાનો છે. વિચાર કંઈક હોય, ભાવના કંઈક હોય અને વર્તન કંઈક હોય એવું બેહૂદું અને કઢંગું જીવન લોકો તો જીવી રહ્યા છે.

કોઈ વિચારો હઠે નહિ ત્યારે તેના ઉપાયોનો માર્ગ લેવો, મોટેથી નામસ્મરણ કરવું, ભગવાનને પ્રાર્થના કરવી, કોઈ પ્રિય ભજનનું રટણ-મનન ચિંતવન કરવું કે જે સત્પુરુષમાં લગની લાગી હોય તેનું સ્મરણ કર્યા કરવું.

ગમે તેટલા જોરથી કોઈ વિચારો આવતા હોય તોપણ એને એટલા જ કે વધારે જોરથી અટકાવવાનો પ્રયત્ન કરવો નહિ. જો આપણે વિચારોના ધસારાને એવી રીતે અટકાવીશું તો એ તાત્કાલિક કદાચ અટકી જાય, કિંતુ તેથી આપણું કામ સુધરશે નહિ. આપણે તો ત્યારે એને સમજવા મથવું. એ કેમ આવે છે, શાથી આવે છે, એનું

મૂળ શું છે, તે બધું આપણે જોવું અને એમ આપણે એનામાં ઊંડું ઊતરવાનું રાખવું.

તમે માત્ર વિચારોને જોયા કરો. આપણે એટલો જ અભ્યાસ પાડીએ અને બીજું સ્ટૅપ એ છે કે તમે એની સાંકળ ન જોડો. આ તો ત્રીજું સ્ટૅપ છે, તે સાક્ષીની સ્થિતિ વધે. એ પછી તમારામાં કોઈ પણ જાતની વૃત્તિ જાગીને વહેવા માંડે ત્યારે તમે એ જોઈ શકો કે આ વિધેયાત્મક છે કે નકારાત્મક એવી વિવેકશક્તિ એમાંથી જાગે છે, પછી તમે એનો ઈન્કાર કરી શકો છો. એટલું બળ એમાંથી પ્રાપ્ત થાય છે.

કોઈ આપણા વિશે ગમે તેવું ધારે કે વિચારે તેમ છતાં, આપણે તેના વિશે ઉત્તમમાં ઉત્તમ રીતે વિચારીએ તે આપણા પોતાના જીવન વિકાસ કાજે ઉત્તમમાં ઉત્તમ છે.

પ્રાણ

આપણે વિચારીએ તો બુદ્ધિ અને પ્રાણ આ બે જ તત્ત્વ આપણામાં કામ કરે છે. વિચારવાનું કામ જે કરે તે બુદ્ધિ છે. અને જે બધી ક્રિયા થાય છે તે પ્રાણ છે.

આપણાં મન, બુદ્ધિ, ચિત્ત, પ્રાણ અને અહમ્ જે છે એમાં પ્રાણ મોખરે છે. પ્રાણતત્ત્વમાં જ આશા, ઇચ્છા, તૃષ્ણા, લોલુપતા, લોભ, મોહ છે. જે બધી ક્રિયા થાય છે તે પ્રાણ છે. કામ, ક્રોધ, મોહ, મદ, મત્સર, ખાવુંપીવું, ગમા-અણગમા, રાગદ્વેષ આ બધું પ્રાણતત્ત્વને લીધે છે. સંસારવ્યવહારમાં બુદ્ધિ કરતાં પ્રાણતત્ત્વ આગળ છે. એટલે આધ્યાત્મિક માર્ગે જવું હશે તો પ્રાણતત્ત્વને મોળું પાડવું પડશે અને બુદ્ધિને મોળી પાડવી પડશે. જીવદશામાં આપણું સંચાલન

પ્રાણથી થયા કરતું હોય છે. એટલે પ્રાણ મોખરે હોય છે. (પ્રાણને જગાડવા માટે બર્નિંગ ડિઝાયર થવી જોઈએ.) ભજન દ્વારા, સ્મરણ દ્વારા, દિવસના અમુક કલાક એકના એક વિષયમાં રોકાયેલાં રહીએ તો પ્રાણ એની મેળે ભળે છે. પ્રાણ ભળ્યા પછી મનન ચિંતવનમાં રસ પડે.

ઊર્ધ્વ બાજુનો પ્રાણ થાય ત્યારે સ્વાર્થ ઘટે, કામ, ક્રોધ, લોભ, મોહ વગેરે ઘટે. માલિકી ભાવ મોળો પડતો જાય છે. ઊર્ધ્વ પ્રકારનો પ્રાણ થાય એમ ગુણ અને ભાવ વધે. સાહસ, હિંમત, તટસ્થતા વધે. આ બધા ગુણોનો વિકાસ થાય.

અહમ્

આપણામાં રહેલા અહમ્તત્ત્વના ઊર્ધ્વીકરણ માટે, તેને સાત્ત્વિક બનાવવા માટે આપણે એને જબરજસ્ત આઘાતો આપવા જ પડશે. તે માટે આપણને જે ન ગમતા હોય તેવાને પ્રેમથી મળવું, એમનું કામ કરી આપવું અને એમનો પ્રેમ સંપાદન કરવાનો રાખવો. આપણને જેની સૂગ હોય એને પહેલું ભેટવું અને તે પણ અંતઃકરણના ઉમળકાથી. જેને જેને ખરાબ ગણતા હોઈએ, પછીથી તે માણસ હોય કે એની વૃત્તિ હોય, એનો કદી તિરસ્કાર કરવો નહિ. એને માટે દિલમાં પ્રેમ રાખી, જો પ્રસંગ આવે તો તટસ્થતા અને સહાનુભૂતિની વૃત્તિથી તથા આપણને પડેલી ટેવને સુધારવાને કાજે સાધન તરીકે તે તકનો ઉપયોગ આપણે કરવાનો છે.

બુદ્ધિ

ઉત્કટ જિજ્ઞાસા એ પહેલી હકીકત, બીજી હકીકત સદ્‌ગુરુ, ત્રીજી હકીકત છે, આપણા પોતાના ચકોર અને મુક્ત થતાં જતાં બુદ્ધિ અને ભાવ. સાધકની મુક્ત થતી જતી બુદ્ધિ એટલે શું ? એમ પ્રશ્ન થાય, બુદ્ધિ બે પ્રકારની છે એક બુદ્ધિ તો અનેક પ્રકારની સમજણો, ટેવ-કુટેવોથી યુક્ત અને અનેક જાતના પાસાથી રંગાયેલી એ તદન જીવ પ્રકારની નિમ્ન પ્રકારની બુદ્ધિ છે. બીજા પ્રકારની બુદ્ધિ, જેમાં સત અસતનો વિવેક જાગેલો છે અને જેનો જુદી જુદી અનેક પ્રકારની સમજણોથી છુટકારો થતો જાય છે. એવી બુદ્ધિ એ બીજા પ્રકારની બુદ્ધિ જ-આ માર્ગમાં ઉપયોગી છે. પહેલા પ્રકારની બુદ્ધિ જીવને આ માર્ગમાં ઘણી ઘણી નડતરરૂપ છે.

સ્વભાવના પૃથક્કરણની પણ ઘણી જરૂર છે. બુદ્ધિમાં સ્વતંત્રતા છે એમ જે માનીએ છીએ તે પણ એક પ્રકારનો ભ્રમ છે. અનેક પ્રકારના જુદા જુદા પૂર્વગ્રહોથી બુદ્ધિ રંગાયેલી છે. બુદ્ધિમાં અનેક પ્રકારના સંસ્કારોની સમજણો, માન્યતાઓ વગેરે પડેલું છે.

શુદ્ધ, સાત્ત્વિક થયેલી બુદ્ધિ સંપૂર્ણપણે પક્ષપાત વિનાની થઈ ગયેલી હોય છે, જે પૂરેપૂરી નિષ્પક્ષપાતપણાની હોય છે અને સંપૂર્ણ સમત્વયુક્ત હોય છે. શાંતિની દશા તે વેળા જીવતી થયેલી બુદ્ધિમાં પ્રવર્ત્યા કરતી હોય છે. પોતાનાથી પરદશામાં જે પ્રેરણાત્મક સમજણો પ્રકટ્યા કરે છે, તેને તે અસલ મૂળ ધર્મના સ્વરૂપમાં સ્વીકારી શકતી હોય છે, એટલે આવા પ્રકારની બુદ્ધિ મન દ્વારા પ્રાણને સંપૂર્ણ શુદ્ધ

કરાવવાને શક્તિમાન બની શકતી હોય છે.

બુદ્ધિનો ઉપયોગ આપણી તમન્ના કેમ વધુ વધે એ તરફ તેને દોડાવવામાં, આપણી આગળ પાછળના વાતાવરણમાં જે કંઈ બનતું હોય તેમાંથી પણ જીવનધ્યેયના માર્ગને અનુકૂળ સાર ખેંચી કાઢવામાં, પ્રેરણા મેળવવામાં તે બધાનું નિરીક્ષણ કરી તેનું પૃથક્કરણ કરી જે કંઈ પ્રતિકૂળ હોય તેનો ત્યાગ કરી આપણી બુદ્ધિનો જ્ઞાનપૂર્વક ઉપયોગ કર્યા કરવાનો છે.

બુદ્ધિમાં સમતા પ્રગટે એનું નામ યોગ છે.

આપણા આધારમાં ચેતનનું કોઈ નજીકમાં નજીક અંગ હોય તો તે બુદ્ધિ છે.

જેની બુદ્ધિમાં શરણાગતપણું પ્રગટ્યું છે તેને પછી તો જીવનના સર્વ કોઈ ક્ષેત્રમાં પ્રભુનો ભાવ જીવતો રાખ્યા કરવાનું શક્ય બનતું હોય છે.

દલીલબાજી બુદ્ધિની એક જાતની ખંજવાળ છે. અનેક પ્રકારનાં આવરણોથી આપણી બુદ્ધિ આચ્છાદિત થયેલી છે.

બુદ્ધિ મદદકર્તા છે અને અકલ્યાણકર્તા પણ છે. બુદ્ધિ જ્યાં દેખી શકતી નથી ત્યાં પણ તે બોધ કરવાને પ્રેરાય છે.

મન

સંસારને છોડ્યો છોડી શકાતો નથી. સંસાર આપણને વળગેલો નથી, કિંતુ આપણે સંસારને વળગેલા છીએ અને તેથી કરીને આપણે મનની સ્થિતિને જ ત્યાં માત્ર પલટાવવાની રહે છે. મન એની મેળે પલટી જઈ શકતું નથી, એટલા કાજે જ સાધનાની જરૂર છે. મારી તમને હૃદયની પ્રાર્થના છે કે મનને પલટાવવા કાજે પ્રભુના નામનું પ્રેમભક્તિજ્ઞાનપૂર્વકનું સતત એકધારું સ્મરણ એ એક મુખ્ય સાધન. બીજું સાધન તે રોજબરોજનાં થતાં સકળ કર્મોમાં શ્રીભગવાનની ભાવના અને ધારણા જીવતી રહે તે કાજેનો દૃઢતાભર્યો અભ્યાસ અને ત્રીજું સાધન તે જીવનમાં મળતા સર્વ પ્રસંગોમાં સમતા, શાંતિ, ધીરજ, તટસ્થતા, બીજાઓ પરત્વેની સહાનુભૂતિ વગેરે ગુણો આપણે કેળવતા રહેવાનું છે.

મનમાં વિચાર ઊઠે તે વિચારના સ્વરૂપને અને તેના મૂળને ઓળખતા આપણે શીખવું પડશે અને તેમ જાણીને તેનું જ્યાં જ્યાં નકારાત્મક સ્વરૂપ હોય એટલે કે જીવ સ્વભાવવાળું વલણ હોય તેને ત્યજવાનાં ભારેમાં ભારે હિંમત અને સાહસ આપણે કેળવવાં પડવાનાં છે. એમ પ્રત્યેક વિચારના સ્વરૂપને અને તેના મૂળને જો પારખવાની હૃદયની કળા પ્રાપ્ત થઈ ગઈ તો તેમાંથી આપણને ઘણું ઘણું મળવાનું છે, બળ અને પ્રેરણા પણ. આપણે આપણા મનની સાથે ખેલ કરવાનો છે અને સાથે સાથે એની મદદ પણ લીધા કરવાની છે.

મન અને એની શક્તિ અપાર છે અને એની કુશળતા પણ, જો આપણે ચાહીએ અને નિશ્ચિત ને નિશ્ચિંત થઈ જઈને રચનાત્મકપણે તેની મદદ લીધા કરીએ તો મન આપણું મિત્ર છે. મનની

શક્તિ એ કંઈ જેવી તેવી નથી. સર્વ કંઈ જીતી લઈને એના મય થઈ જવાની એનામાં શક્તિ છે.

નકામી નકામી વાતોમાં કદાપિ મનને પરોવવું નહિ. કોઈ તેવી વાતો કરતું હોય તો તે ભલે કરે. આપણે તેમાં રસ લેવો નહિ.

જે કોઈ પોતાના મનને ટકોરે છે, એને વારંવાર સંકોરે છે તે એકની એક દશામાં પડી ન રહી શકે, તેને નવું ને નવું સૂઝ્યા કરે, તેને ઉકેલ પણ જડે અને તે પ્રમાણે વર્તવાની સૂઝ પણ પડે.

મનની સાથે ઝઘડ્યા વિના સાધકનો કદી આરો આવવાનો નથી. સ્વભાવને પલટાવવાનો છે અને તેમ કર્યા વિના યમુનાની ગતિ ઊલટી થઈ શકવાની નથી.

ધ્યેય

તમારી સામે એક ધ્યેય હોવું જોઈએ. એ ધ્યેય દૃઢતાપૂર્વકનું, મક્કમતાપૂર્વકનું, નિશ્ચયપૂર્વકનું, મરણિયા ટેક જેવું હોવું જોઈએ, ગમે તે થાય, પણ આ તો કરવું, કરવું ને કરવું જ છે એવું પાકું ધ્યેય થતું નથી ત્યાં સુધી કંઈ કશું આપણામાંથી જવું અશક્ય.

ધ્યેય બહુ ઓછા માણસોમાં હોય છે. માણસોને ઐહિક જીવન વિશે પણ ધ્યેય હોતું નથી. લોકો રગશિયા ગાડાની પેઠે ગમે તેમ જીવે છે. એટલે ગમે તે કોઈ પ્રકારનું જીવનમાં ધ્યેય રાખો. ધ્યેય વિનાનું જીવન નકામું છે. ધ્યેયને કારણે તમને જે એકાગ્રતા થશે તે એકાગ્રતા તમને ઊર્ધ્વમાં લઈ ગયા સિવાય રહેશે નહિ.

ધ્યેય હોય એની એકાગ્રતા આવે. એ એકાગ્રતા પછી સ્ટેટિક (સ્થગિત) નથી રહેતી. એ પ્રસરે છે. એ તમને ઊર્ધ્વમાં લઈ જાય છે.

ઊર્ધ્વ જીવન તરફ એકાગ્રતા જ્યારે વળવા લાગે છે ત્યારે જરા ઊંચે જતાં જતાં એ સભાનતા જાગે છે, પછી એ તલપાપડ થાય છે, તલસાટ થાય છે. એ તલસાટ કરતાંય પણ વધારે તલસાટ એને બીજા કોઈ વિષયમાં જવા જ ના દઈ શકે, પણ તે જીરવી શકાય તેવો નથી હોતો. આપણું શરીર એને માટે લાયક બનેલું નથી હોતું, એ તલસાટમાં કેટલાકનું શરીર તૂટી પડે છે એવો તલસાટ હોય છે.

જીવન કોઈ ધ્યેવાળું જીવીએ છીએ, તેનું પ્રત્યક્ષ લક્ષણ પ્રસન્નતા છે. અને પ્રસન્નતા જીવનમાં પ્રકટે છે ત્યારે જીવનમાં મુશ્કેલી લાગતી નથી. મુશ્કેલી સરળતાથી ઊકલે છે.

પ્રાર્થના

મનને સ્વચ્છ, શુદ્ધ રાખવા માટે પ્રાર્થના એ એક ઉત્તમ સાધન છે, જેમ પાણીમાં કપડાં અને શરીર ધોવાથી તેનો મેલ જતો રહે તેમ ઈશ્વરને અંતઃકરણથી પ્રાર્થના કરવાથી મનનો મેલ જતો રહે છે.

કંઈક કશું થતાં પ્રાર્થના કરવી. પ્રાર્થના તો કામ કરતાં કરતાં પણ થઈ શકે છે. જગતને સ્વપ્ને પણ ખ્યાલ નથી તેના કરતાં ઘણું બધું પ્રાર્થનાથી સધાય છે.

સવારસાંજ નિયમિત પ્રાર્થના કરવાનું રાખવું. ઓછામાં ઓછી ત્રણ વખત-રાત્રે સૂતી વખતે અને સવારે ઊઠતી વખતે તથા બીજો એક સમય એમ પ્રાર્થનાના સમય નક્કી કરી રાખવા.

ખાલી ખાલી મોઢેથી પ્રાર્થના બોલવાથી તેવી પ્રાર્થનાનો ઉઠાવ અને રણકાર કદી પણ ઊઠી

શકતો નથી. ભારોભાર વેદના પ્રકટ્યા વિના પ્રાર્થનામાં આર્તનાદ ક્યાંથી પ્રકટે ?

પ્રાર્થના વખતે ચિત્ત કે લક્ષ હૃદય પર રાખવું.

પ્રાર્થના પાછળનો હેતુ શો છે ? તો કે આવી રીતે વારંવાર નિવેદન કરીએ, પ્રાર્થના કરીએ તો એની સાથે સાઈકીક કોન્ટેક્ટ (ચૈતસિક સંબંધ) જોડાય છે. હવે દિવસમાં પચાસ સાઠ વાર થાય. એનો અભ્યાસ થતાં તો ઘણી વાર થાય છે. એની સાથે એક લિંક (કડી) જોડાવાને માટે પ્રાર્થના તો બહુ જ મોટું સાધન છે. પ્રાર્થનામાં ધીરે ધીરે ઊંડાણ થાય છે અને ભાવ વધે છે. ત્યારે એ પ્રાર્થના કરવાથી ઘણા બધા હળવા થઈ જઈએ છીએ.

નામસ્મરણ

જપ ટૂંકામાં ટૂંકો હોવો જોઈએ. શબ્દ ત્રણ ઠેકાણેથી ઉદ્‌ભવે-નાભિ, કંઠ, મૂર્ધન્ય. આ ત્રણેયને ભેદે એવો શબ્દ 'ૐ'. ૐકારમાં એકલી પૃથ્વી નહિ, પણ સમસ્ત નભોમંડળ સમાયેલું છે.

જપ કે મંત્ર એકધારો હૃદયથી લેવાયા કરાતો હોય તો તેથી જ્ઞાનતંતુઓ પ્રાણવાન TONE-UP બને છે, તેથી સમતા-શાંતિ-સમતોલપણું પ્રગટે છે, જ્યારે એવી શાંતિ ટોચ પર પહોંચે છે ત્યારે શરીરના રોગ પણ નિવારી શકવાની શક્યતામાં પ્રગટે છે.

નામસ્મરણ ભલે શુષ્કતાથી થતું લાગે તોપણ લીધા કરવું. સંતોષકારક ન થતું લાગે ત્યારે આપણું મન બીજી કોઈ બાબતમાં ભેરવાઈ પડેલું છે એમ સમજવું.

નામસ્મરણનો હેતુ જ્ઞાનપૂર્વક હૃદયમાં હૃદયથી જીવતો રહ્યા કરે તો જ તેનો અર્થ સરી શકે. બાકી ખાલી નામ લીધા કર્યે કે ભજન-કીર્તન ગાયા કર્યે કશો જ દહાડો ન વળે.

હરિ કરતાંય હરિનું નામ ચડિયાતું છે. નામથી કરીને નામીનો પરિચય થાય છે. પહેલાં કંઈ નામ લેવાથી પરિચય થતો નથી. નામ જેમ વધારે ને વધારે ઘૂંટાય પછી રસ પ્રગટતો અનુભવાય. મૂળ નામી છે એ તો ઍબ્સ્ટ્રેક્ટ છે. નામ જ ઘૂંટાવું જોઈએ એવું કંઈ નથી. સામાન્ય માણસને આશરો લેવા માટે નામ છે. પણ નામનો ભાવ પ્રગટ્યો એ ભાવ જાગે તો એ ભાવ સાતત્ય વડે કરીને એ નામીનો પરિચય આપણને થાય છે. માટે નામ મોટું કહેલું.

મનનચિંતવન

સત્પુરુષનું કે સદાત્માનું ચિંતવન કે મનન તે આપણને તેની ચેતનાની તો કોઈ કંઈ કશી ગતાગમ હોતી નથી, પણ તેના અંગેના વિચારો, તેના લખાણનું વારંવાર વાંચન અને તેનું મનન જો મનમાં થયા કરે તો તે બીજા પ્રકારના સ્થૂળ વિચારો કરતાં વધુ ઉત્તમ છે.

મનન એટલે મનમાં મન વડે કરીને પ્રભુની સ્મરણભાવનામાં જ્ઞાનપૂર્વક એકાકાર રહેવાય એમ સતત એકધારું મથ્યા કરવું તે. ચિંતવન એટલે પળેપળ જીવનવિકાસના આદર્શની સામે જ નજર રહ્યા કરે એવી માનસિક એકાગ્રતા, માનસિક પ્રવૃત્તિમાં આમથી તેમ ફેંકાવાનું થતાં પાછું મનને સ્થિર કરીને એને આદર્શના કેંદ્રમાં પાછું ખેંચી આણવું તે. આવી પ્રક્રિયા સાધકે જાગૃતિ સેવીને વારંવાર કરવાની છે.

કર્મ

જીવ પોતાને કર્મનો કર્તા માને છે, પરંતુ વાસ્તવિક રીતે તો કર્મ થવાને કાજે જીવ એ તો ગૌણ કારણ અને કરણ છે. કર્મ બનવાનાં કે થવાનાં ઘણાં કારણો અને કરણ છે, તેથી કર્મનો આધાર એકલા જીવ પર રહેલો નથી.

જીવન તેના ઉત્તમ પ્રકારના વિકાસમાં પ્રકટે એના કાજે કર્મ એ તેના ઘડતર કાજે ઘણું મહત્ત્વનું અંગ છે. કર્મ વડે જ માનવીનું જીવન ઘડાતું હોય છે. કર્મ વડે જ અનેક જીવોની સાથે સંબંધમાં અવાય છે. કર્મથી જ ગુણ, ભાવ, શક્તિ, સમજણ, આવડત, કૌશલ્ય વગેરે વગેરે ખીલે છે.

કર્મની ભૂમિકા પર ભક્તિ થાય તો બરોબર. કર્મ અનિવાર્ય છે. જો માણસ એકલી ભક્તિ કર્યા કરતો હોય તે બરાબર નથી. ભજન કર્યા કરે અને સાંસારિક જવાબદારી સ્વીકારે નહિ તો

એ બરાબર નહિ કહેવાય. મળેલું કર્મ હોય તો તેની જવાબદારી તો એણે સ્વીકારવી જ જોઈએ.

અજ્ઞાનમાં રહીને થતાં જતાં કર્મ તે કર્મ જ ન કહેવાય, તેમ જ અહમ્‌તાથી કરીને જે કર્મ થતાં જતાં હોય તે પણ કર્મ ન ગણાય.

કર્મ કરતી વખતે આપણને મોહ ન રહે. પ્રભુ પ્રીત્યર્થે કરીએ. એટલે કે અહમ્‌ભાવ ધીરેધીરે ઓછો થાય એ આપણું ધ્યેય રહેવું જોઈએ. સંસારનાં કર્મ કરવાનાં ખરાં. જે ભાગે આવ્યાં હોય એ ઉત્તમમાં ઉત્તમ રીતે કરવાનાં ખરાં. એમાં અહમ્‌ભાવ ન રહેવો જોઈએ. એ ઈન્ટેલેકચ્યુઅલ કન્સેપ્શનમાં અને એઝવેલ એઝ ઈન ઍક્શન હોવું જોઈએ. એમાં મમત્વ, કામના, ઝંખના ન રહેવાં જોઈએ.

અંતર્મુખતા

અંતર્મુખતા કેળવવાનું કર્યા કરીએ કે કર્યા કરતા હોઈએ તો આપણે આપણામાં જ બસ ગુલતાન રહ્યા કરીએ. બીજા જીવમાં મન તણાયા કરવાનું ઓછામાં ઓછું બને. જે જે પળે જેમ જેમ જે જે પ્રકારનું મનમાં ઊઠે તે તે બધું આપણા અસલ સ્વરૂપનું નથી એમ દૃઢ વિચારી વિચારીને પણ મનથી તે તે પળે આપણે અલગ બનતા રહેવાનું છે.

અંતર્મુખતામાંથી સ્વશક્તિનું જ્ઞાન આપણી ઇંદ્રિયો, વૃત્તિઓ, મનાદિકરણ વગેરેને જેમ જેમ જાગ્રતપણે સમજવા મથ્યા કરીશું તેમ તેમ આપણને આપણું સ્વરૂપ કેવું છે તે સમજાયા વિના રહેવાનું નથી.

જીવનની દૃષ્ટિ અને વૃત્તિ જગતમાં બહિર્મુખપણે સંકળાયેલી રહેલી છે. તે બધી સંકેલી લઈને અંતર્મુખપણામાં વાળવાની રહે છે.

અંતર્મુખ જેણે થવું છે અને ભગવાનને શરણે રહેવું છે તેણે ચેતનાનિષ્ઠ સાથે સંપર્ક રાખવો જરૂરી છે અને વધારે ને વધારે અંતર્મુખતા પ્રગટાવવાની છે.

અંતર્મુખ થવાને સત્પુરુષનો માર્ગ સર્વ દુઃખ ક્ષયનો ઉપાય છે. તે સમજવાનો અવસર એકમાત્ર આ મનુષ્યદેહ છે.

અંતર્મુખ દૃષ્ટિ રાખીશું અને મનનો જે હેતુ રાખીશું તે પ્રમાણે આપણા પર કાર્યની અસર થશે. પોતાનું સ્વરૂપ કેવું છે તે જાણવાનું છે. ત્યાં બધું પલટાવવામાં કશુંયે બાકી ન રાખો.

આત્મનિવેદનનો અભ્યાસ જેમ જેમ દૃઢપણે કેળવાતો જાય તેમ તેમ તે વધારે ને વધારે અંતર્મુખ બનતો જાય છે.

સંયમ

સંયમ એટલે પોતાના જીવનનું સંપૂર્ણપણે રક્ષણ કરવા યોજાયેલી આચારની દીવાલ, સંયમમાં પોતાની પ્રત્યે કઠોરમાં કઠોર થવાનું હોય છે, સાચો સંયમ અંતરમાં જ સમાઈને રહે છે. તે સાથે સાથે અંતરમાંથી બળ પ્રકટાવીને જીવનના પ્રત્યેક આચાર વિચારની તે ચોકી પણ કરે છે.

સંયમ એ તો સાધુપુરુષનો, સજ્જનનો શણગાર છે અને સંસારીઓનો તો તારણહાર છે.

પ્રાણવાન ચેતનવાળો સંયમ મથતાં મથતાં પ્રકટે છે. આવો સંયમ નીતિ કે સદાચારના 'સંયમ' કરતાં ક્યાંય ચઢિયાતો અને ઘણા ઊંચા પ્રકારનો છે. એને 'સંયમ' કરતાં કોઈ બીજા શબ્દથી ઓળખાવવો ઘટે.

સંયમનું કવચ અત્યંત આવશ્યક છે. તેવાના જીવનના બાહ્યાચારમાં એના અંતરના સંયમની છાપ સરખી પણ તે નહિ પડવા દે એવો એ સાચો સંયમી છે, જે સંયમને વારંવાર વ્યક્ત થવાપણું હોય છે, તે સંયમ જ નથી.

પાર્થિવ સંયમની ભૂમિકાને હજુ આપણે વટાવી શકયાં નથી, પરંતુ આપણી સમજમાં રહે ખરી કે સંયમની કસોટી તો આગળ છે. સ્થૂળ જેવી વાસનાઓને આપણે વધારે જલદીથી જીતી લઈને આપણા સંયમને આપણે વધારે સૂક્ષ્મ બનાવ્યા કરવાનો છે.

જાગૃતિ

જાગૃતિની પણ ઘણી જરૂર છે. આને હું ‘જાગૃતિયોગ’ એવું નામ પણ આપું. જેને જે પ્રકારની જાગૃતિ જેમાં જેમાં પ્રગટે તેમાં તેમાંથી તેને તેવી તેવી સમજણ પ્રગટે છે.

જાગૃતિ વિશેષ ને વિશેષ ચેતનવંતી અને સતેજ બન્યા કરે છે તેમ તેમ એવા પ્રકારની ભાવાત્મક ચેતનવંતી જાગૃતિ આપણો શ્રીસદ્‌ગુરુ બની જતી હોય છે.

જાગૃતિ જ્યારે બુદ્ધિમાં જ્ઞાનપૂર્વકની પ્રગટે છે ત્યારે જીવનમાં ઊપજતા અનેક જાતના પ્રશ્નોના ઉકેલને તે તુરત સુઝાડી દે છે. જાગૃતિની ભાવના વધારે ને વધારે સતેજ બનતી જતી હોય છે તેમતેમ બુદ્ધિમાં સમતા પણ પ્રકટતી અનુભવાય છે.

આપણામાં જાગૃતિ આપોઆપ કે સહજ નથી તેવું જો સમજાય તો બીજા પ્રકારે તે મેળવવી

રહી અને તે પણ બની શકતું ન હોય તો કોઈ અનુભવી ઉચ્ચાત્મા (શ્રીસદ્‌ગુરુ)નું પ્રેમભક્તિ અને શ્રદ્ધાવિશ્વાસથી શરણું પકડવું.

જાગૃતિ રાખ્યા વિના આપણે એક ડગલું પણ આગળ ભરી શકવાનાં નથી. જાગૃતિ રાખ્યા વિના કરેલાં કામોની આપણને કશી ખબર પણ પડવાની નથી.

જાગૃતિપૂર્વક પ્રભુકૃપાથી મથાયા જવાય. જે જે કંઈ જીવદશાનું હોય કે પ્રગટે તેનો જો જાગૃતિથી તેને તે પળે ઈન્કાર થયા જાય અને મનાદિકરણ ભાવનામાં એકાગ્રતાથી રમ્યા કરતાં અનુભવાય, કંઈ કશા વમળમાં મનાદિકરણ ડૂબેલાં ન રહે અથવા ડૂબતાં હોય તે વેળા જાગૃતિથી ચેતી જવાય. તે વેળાથી સાચી સાધનાની શરૂઆત થાય.

ઝંખના

જે ભગવાનને ઝંખે છે અને એવા ઝંખવાપણામાં જેનું હૃદય ભળેલું છે, તેના જીવનના સર્વ પ્રસંગોમાં તેનો ભગવાન નવનિર્માણ પ્રગટાવે છે. આવી વેળાએ જે જીવ શ્રીભગવાનનો વરદ હસ્ત હૃદયમાં પ્રેમભક્તિથી કરીને પકડી રાખે છે, એવા જીવનું ઊંચા આવવાપણું જરૂર બને છે.

આપણે ઝંખનાને સચેત અને સજીવન રાખવા પ્રાણની વાસનાઓની આહુતિઓ આપ્પા જ કરવાની છે. જેમ જેમ આપણી પ્રાણશુદ્ધિ થતી જશે અને એવા પ્રકારના ખરેખરા સાચા હૃદયના એકધારા પ્રયત્નમાં આપણે પૂરેપૂરા પ્રેમથી જેમ જેમ મંડ્યા કરીશું તેમ તેમ તેવી તો ગગનચુંબિત ઝંખના પ્રગટવાની છે.

નિશ્ચય

જીવનવિકાસ પરત્વેના સંકલ્પને દઢ કરતાં જ રહેવું. જેનો નિશ્ચય દઢ અને જીવંત હોય તેનું મન કશે આમ કે તેમ ફેંકાઈ ના શકે. નિશ્ચયી હોય કે રહે તે તો સદાય જીવતો રહી શકે. તે કદી ચળી કે ડગી પણ ન શકે. નિશ્ચય એટલે જીવનધ્યેય પરત્વેનાં દષ્ટિ, વૃત્તિ, વલણ આદિને તેની ગતિમાં એકાગ્ર, કેંદ્રિત અને ભાવમય રહ્યા કરવાની દશા જેમાં પાક્યા કરે છે તે. જીવનના રચનાત્મક વલણ માટે કરેલા નિર્ણયને તો મૃત્યુ આવે છતાં વળગી જ રહેવાનું.

સાધના પરત્વેનો મક્કમ નિશ્ચયાત્મક મન-બુદ્ધિ-પ્રાણથી થયેલો નિર્ધાર હોય તો તેથી સાધનામાં વધારે વેગ મળે છે. નિશ્ચય દઢ અને જીવંત હોય કે રહે તો તે (નિશ્ચય) સદાય જીવતો રહી શકે.

સંકલ્પ

દૃઢ સંકલ્પબળ કેટલું કામ કરે છે અને જીવનને તે કેટલું અને કેવું ઘડે છે તે તો એવો દૃઢ સંકલ્પ જે જીવે કેળવ્યો છે તે જાણે છે. જેણે જીવનના ઉચ્ચ માર્ગે પ્રયાણ કરવાનું છે એવા જીવે એવો દૃઢ સંકલ્પ કરવો તે જરૂરી છે.

આપણે જે નવું જીવન નિર્માણ કરવા માગીએ છીએ તેમાં સંકલ્પનું બળ તેવા પ્રકારનું જન્માવતાં રહીશું તો જે તે બધું તે પ્રકારનું થયા કરતું રહેશે.

આપણા વિચારોની અસર, આપણી વાસનાઓની અસર પણ આપણામાં તો બધે ફેલાય છે જ તેમ બીજે પણ ફેલાય છે. કોઈ પણ વિચાર કે લાગણી સંકલ્પ વિના ઊઠવી સંભવિત નથી એટલે સંકલ્પશુદ્ધિ એ પણ આપણી એક મહાન સાધના છે.

તટસ્થતા

જે વિચાર, વૃત્તિ, લાગણી, ભાવના વગેરેના હુમલા પ્રગટે ત્યારે તેની સાથે તદાકાર અને તદ્રૂપ ન થઈ જવાય અને જેના વડે કરીને તે બધાંમાંથી અળગા રહી શકાય તેનું નામ તટસ્થતા અને સમતા.

આપણામાં ઊઠતી માલિકી હકની વૃત્તિમાંથી આપણે આપણું મન વિતરાગ કરવું જ પડશે. જે જે કંઈ કોમળ લાગણીઓ, વૃત્તિઓ, વિચારો, ભાવનાઓ, રસવૃત્તિઓ, વાસનાઓ, ઇચ્છાઓ, આશાઓ આપણામાં રહેલાં હોય કે જાગ્યા કરે એ બધાંને આપણે આપણાથી જુદાં ગણવાનું અને તે પ્રત્યે તેમ વર્તવાનું કરાવવું પડશે.

તટસ્થતાનો ગુણધર્મ આપણને બુદ્ધિથી સમજાવે કે 'આમાં ભેળવાઈ ગયા. આ બરાબર ના કર્યું.'

આત્મવિશ્વાસ

આત્મવિશ્વાસ નથી તેવો જીવ કશું કરી શકવાનો નથી. જેણે ઊર્ધ્વમાર્ગે જવાનું છે તેવા જીવે જો લાચારીની વાત કરી તો જાણવું કે એમાં કશો આત્મવિશ્વાસ પ્રગટ્યો નથી.આત્મવિશ્વાસ તો લાચારીને ક્યાંયે ફગાવી દે છે. જીવની લાચારી એ તો એના મનની એક પ્રકારની છેતરામણ છે.

આત્મવિશ્વાસ કે શ્રદ્ધા પ્રગટતાં લાચારી ટકી શકતી નથી. શ્રદ્ધાનાં બળશક્તિ વડે જ જીવનનો વિકાસ થવાની શક્યતા છે.

આત્મવિશ્વાસના બળથી જ માણસ જે તે યોગ્ય કરી શકે છે. એટલે આપણે તો જે સાધન લઈને બેઠાં છીએ એમાંથી જ્યાં સુધી આત્મવિશ્વાસ ન પ્રગટી શકે ત્યાં સુધી તે સાધનનો અભ્યાસ ઘણો ઘણા જરૂરનો છે.

અભ્યાસ

અભ્યાસ એટલે કે આપણે જે ધ્યેય ધાર્યું છે તેનું સતત ચિંતન-અતિશય ભાવભરી રીતે અને વેગપૂર્વક આપણામાં જાગૃત રહ્યા કરે તે.

જીવ પ્રકારની આપણી પ્રકૃતિ છે તે એની મેળે ઊર્ધ્વ પ્રકારની નહિ થાય. એનો અભ્યાસ પાડવો પડશે.

જે તે કંઈ અભ્યાસથી આવડે છે. અભ્યાસ વિના સાધનામાં પ્રાણ પણ ન પ્રગટે. અભ્યાસ દૃઢ થતાં તેમાં હૃદય પણ રેડાય અને સામેલ થાય. અભ્યાસથી કરીને એક પ્રકારની લઢણ જાગે છે.

પરમ તત્ત્વની અવેરનેસ કોઈ માણસને રહે નહિ. અભ્યાસ કરતાં કરતાં જ્યારે અમુક દિવસોનો વધારે ગાળામાં એ અભ્યાસ થાય ત્યારે એની અવેરનેસ આવે એ સિવાય ના આવે.

અભ્યાસથી જે લઢણ જાગે તેમાં એક પ્રકારની ઘરેડ પણ થઈ જવા સંભવ ખરો. તેથી અભ્યાસમાં વારંવાર આપણે બુદ્ધિ વડે કરીને, કલ્પના વડે કરીને હૃદયની લાગણીઓ વડે કરીને ભાવનાનું ઉદ્દીપન વારંવાર કર્યા કરવાનું રહે છે.

અભ્યાસ રાખશો અને જો તે ચાલુ જીવંત રહેશે, તો ભલે કશું ન બને પણ માત્ર જો જપ એકલો જ હૃદયમાં હૃદયથી પૂરા ભાવ સાથે કર્યા કરવાનો અભ્યાસ રાખશો તો તેવા સાધનથી પણ પરિણામ તો તે જ આવવાનું છે, પરંતુ 'આ થતું નથી અને તે થતું નથી' એમ દુ:ખી થયા કરીએ તે તો મુદ્દલે યોગ્ય નથી.

વૈરાગ્ય વિનાનો અભ્યાસ હોય તોપણ અભ્યાસ થતાં વૈરાગ્ય જન્મી જાય છે અને વૈરાગ્યની ભૂમિકા પાકી થતાં અભ્યાસમાં ચેતન પ્રગટે છે. એટલે અભ્યાસ એ એક મુખ્ય ચાવી છે.

વૈરાગ્ય

વૈરાગ્ય એટલે સંસાર સાર વગરનો છે, નકામો છે, આડે આવે છે, આ બધું મિથ્યા છે, ખોટું છે, સંસાર કચરો છે વગેરે વગેરે વિચારો નહિ. આવા વિચારો ખોટા છે. કોઈ પણ બાબતની આપણને આસક્તિ ન રહે, રાગ ન રહે, મન કોઈ પણ વાતમાં ચોંટી રહે નહિ એનું નામ વૈરાગ્ય.

વૈરાગ્ય વિનાનો અભ્યાસ હોય તોપણ અભ્યાસ થતાં થતાં વૈરાગ્ય જન્મી જાય છે. મનને એકદમ થાળે પાડવું એ કામ અઘરું છે. ભગવાન કહે છે, મનને 'અભ્યાસ' અને 'વૈરાગ્ય' એ બેથી વશમાં લાવી શકાશે.

વૈરાગ્ય એટલે દરેકમાં જ્યારે જ્યારે મન જાય ત્યારે ત્યારે એને એમાંથી પાછું ખેંચી આણવું તે.

આત્મનિવેદન

આત્મનિવેદનથી તો સમજણની નવી અંતરની આંખ જન્મે છે. જીવનવિકાસની સદ્‌ભાવના પ્રકટે છે. મન તદ્દન હળવું, શાંત, નિરાંતવાળું અને નિશ્ચિત બને છે. પ્રેમલક્ષણા ભક્તિમાં જેને આત્મનિવેદન કહે છે. આત્મનિવેદન કર્યા પછી મનનો ભાર હળવો થઈ જાય છે.

આત્મનિવેદનનો જીવતો અભ્યાસ કેળવ્યા કરવાથી પરસ્પર હૃદયનો સંબંધ જીવતો થતો હોય છે.

આત્મનિવેદન આપણે જે કંઈ કહેવું હોય અથવા વ્યક્ત કરવું હોય તે આપણી જ ભાષામાં આપણે તેવો ભાવ ધારણ કરીને કહ્યા કરીએ. એ વધારે ઠીક છે.

આત્મનિવેદનથી ભગવાન સાથેનો આપણો સંબંધ વ્યક્તિગત કરી નાખવાનો છે.

સમર્પણભાવ

જીવનસંગ્રામમાંથી મુક્ત થવાનો એકમાત્ર રામબાણ ઉપાય અંતરથી અંતરમાં શ્રીભગવાનને આપણા જીવનરથનો સારથિ બનાવી દઈ, તેનું ભાવનાથી દઢપણે સ્થાપન કરી જીવનનાં સર્વ કર્મોના આદિ, મધ્ય અને અંતમાં તેને તેના સંચાલકના ભાવમાં અને રૂપમાં નીરખ્યા કરી તેનાં ચરણકમળમાં સર્વ ભાવે અને સર્વ રીતે આત્મસમર્પણ કરવામાં જ રહેલો છે.

સમર્પણની ભાવના પૂરેપૂરી કેળવાયા વિના અહમ્ કદી પણ ઓગળી શકતું નથી.

જીવનવિકાસના સાધકે તો તેવો પળેપળનો સમર્પણ યજ્ઞ એકધારો ચલાવ્યા કરવાનો છે. જે કંઈ થાય તે વખતે જ તરત તેને યાદ કરી ચરણે ધરી દેવું.

શરણભાવ

શરણભાવ કેળવાતો જાય છે અને આપણી જ રીતથી કામ લેવાવાના આગ્રહો ઘટતા જાય છે. ભગવાનના શરણથી ગમે તેવો દુષ્ટ માણસ પણ સુધરી જાય છે. જે કંઈ આપો તે અડધું ન આપશો. આપો તો પૂરેપૂરું એને ચરણે ધરી દેશો. एनामां લેવાની અને આપવાની અખૂટ શક્તિ છે. એની શક્તિને કોઈ હદ નથી.

શરણભાવનાને સમજવી અને અનુભવવી એ બહુ મુશ્કેલ કામ છે. જીવનવિકાસને માર્ગે આપણી આંગળી પકડીને દોરી જનાર એવો સદ્‌ગુરુ મળ્યો હોય અને જેના વિશે શ્રદ્ધા, વિશ્વાસ, ભક્તિ જીવતાં જાગતાં થયા હોય એવા જ્ઞાનથી શરણાગત રહ્યા કરવું, એના જેવી કોઈ ઉત્તમ સાધના નથી.

ત્રાટક

ત્રાટકના શિક્ષણ માટે વચમાં લીલું વર્તુળ અને તેની આસપાસ વધતા જતા કંકણાકારના રંગોવાળું ચિત્ર લેશો. ફક્ત આંખો મિટમિટાવા દેવી નહિ. પાંપણો પણ ફરકવા દેવી નહિ. તદ્દન સ્થિર દૃષ્ટિ કરવી અને રાખવી.

આંખ ફરકતી હોય તો મનથી દૃઢ નિશ્ચયનું બળ ત્યાં લગાડવું. એમ કરી કરીને આપણે સંકલ્પશક્તિને જન્માવવાની છે અને એને સર્વોપરી કરવાની છે.

નિર્ણયમાં મક્કમતા કેળવવા માટે જીવનું દ્વિધાપણું મિટાવવા માટે અને ભાવમાં તલ્લીનતા પ્રકટાવવા માટે પણ આ સાધન મદદકર્તા નીવડે છે. ત્રાટકની સાધનામાં પૂરેપૂરું પરિપક્વપણું પ્રકટતાં જીવતો 'સંયમ' પ્રકટે છે.

શ્રદ્ધા

શ્રદ્ધા એ તો નગદ નાણું છે. જેમ નગદ નાણાં વડે કરીને ખપની ચીજ બજારમાંથી લઈ શકાય છે. તેમ ભગવાન પર શ્રદ્ધા પ્રસંગ પડ્યે આપણને જો ટટ્ટાર ન બનાવી શકે તો એ શ્રદ્ધા શ્રદ્ધા નથી.

ભગવાનની શ્રદ્ધા કંઈ એકદમ કોઈ જીવમાં સોએ સો ટકા જીવતી થઈ શકતી નથી.

શ્રદ્ધામાંથી તો પરાક્રમ પ્રગટવું ઘટે છે. જે વિષયમાં જેને શ્રદ્ધા પ્રગટેલી હોય છે, તે વિષયમાં શ્રદ્ધા તે જીવને ચોંટાડી રખાવે છે. એવું છે શ્રદ્ધાનું લક્ષણ. આત્મવિશ્વાસ પ્રગટતાં એનામાં ધીરજ, સાહસ, હિંમત, બળ, સહાનુભૂતિ, સહનશીલતા, વિવેક આદિ ગુણો એનામાં પ્રગટતાં અનુભવી શકે છે.

એકાગ્રતા

નિર્ણયાત્મક અને નિશ્ચયાત્મક તથા એકાગ્રતાભર્યું દૃઢ વલણ જ્યાં સુધી જીવનમાં પ્રકટતું નથી ત્યાં સુધી સાધનાના માર્ગમાં પ્રગતિ થઈ શકવાની નથી તે નક્કી જાણશો. ઘડીમાં આમ કે ઘડીમાં તેમ એ જાતની વૃત્તિથી મુક્ત થઈ શકાતું નથી. એ વૃત્તિ સાધનાના માર્ગમાં વિકાસ માટે ઘણી બાધક છે.

મૌનએકાંત લેવાનો હેતુ તો લગની લગાડવાનો છે અને સાધનામાં વિશેષ એકાગ્રતા, કેંદ્રિતતા પ્રાપ્ત થાય તે કાજેનો છે. તે હેતુ તો આપણે મૌન લીધા સિવાય પણ ખંત, કાળજી, ધીરજ અને ઉત્સાહ રાખીને કરી શકીએ એમ છીએ.

એકાગ્રતા થાય એટલે માણસ ગભરાય નહિ, નિશ્ચિંત થાય. જ્યારે એકાગ્રતા થાય ત્યારે માણસ બહુ નિશ્ચિંત થાય અને એકાગ્રતા થવાને લીધે એ વસ્તુસ્થિતિનો ઉકેલ પણ આપમેળે જલદી

મળી જાય. એકાગ્રતામાંથી ગુણ અને શક્તિનું ભાન પ્રકટે છે અને કેમ યોગ્ય વર્તવું તેની પણ સૂઝ પ્રકટે છે.

ચિંતવનના વિષયમાં જોડી દેવાની કળા જે જીવને સાંપડે છે, તેને ચિંતવનના વિષયનું હાર્દ હાથમાં આવી જાય છે. ચિંતવનનો વિષય સદાય સન્મુખ રહ્યા કરે છે. એમાં ને એમાં તેનું મન એકાગ્ર બન્યા કરે છે.

આપણે અંતર્મુખ થવાના પ્રયત્નો આદરીએ છીએ અને તેમાં જ્યારે એકાગ્રપણું પ્રકટે છે ત્યારે તે એકાગ્રતાનો પણ એક પ્રકારનો આનંદ હોય છે. ભાવ અને આનંદ પ્રકટે છે. એટલે જેમ જેમ એકાગ્રતા કેળવાતી જાય તેમ તેમ ભાવ વધારે ને વધારે ખીલતો જાય છે.

એકાગ્રતાનું મહત્ત્વ કેટલું છે, તે તેનો અભ્યાસ પાડવાથી સમજાય છે.

ધ્યાન

જીવનવિકાસ પરત્વેની સાધનાનો ભાવ પ્રગટાવવામાં અને તેને જીવતો રાખવામાં અનેક પ્રકારનાં જેમ સાધન છે તેમ ધ્યાન પણ એક સાધન છે.

ભ્રૂકુટીની વચ્ચે ધ્યાન કરવાથી વિચારો આવતા અટકે છે અને હૃદય ઉપર લક્ષ રાખ્યા કરવાથી હૃદયની ભાવનાશક્તિ અને ગુણ વિકસે છે.

ધ્યાન વખતે આસન બદલવું ન જોઈએ. ધ્યાન સમયે તંદ્રા આવવા લાગે ત્યારે મોં પર પાણીથી છાલકો મારવી. ધ્યાન વખતે મનને હળવું જ રાખવું.

પ્રાર્થનામાં ઉત્કટપણે ઉત્તમ પ્રગટેલો ભાવ તે પણ એક પ્રકારનું ધ્યાન છે. તે ભાવાત્મક ધ્યાન છે.

દિલમાં દિલની એકાગ્રતાથી પ્રગટેલી પ્રાર્થના એ પણ એક પ્રકારનું ધ્યાન છે.

ધ્યાન સિવાયના સમયમાં યદ્વાતદ્વા વર્તીએ તે બરાબર નહિ.

ભાવ

જીવનવિકાસ સાધતાં સાધતાં જે ભાવ આંતરિકપણે સિદ્ધ થતો જાય તેને પ્રાપ્ત કર્મોમાં અવતારવાનો હોય છે. ઊર્ધ્વ જીવનનો ભાવ જો કર્મમાં પ્રતિષ્ઠા ન પામે તો એ ભાવનું અવતરણ નક્કર બનતું નથી.

માત્ર દેવદર્શન, સેવાપૂજા, કથાવાર્તા કે ભજન કીર્તનમાંથી ભક્તિ પરાયણ જીવન જીવાય છે એવી ભારે ભ્રમણામાં આપણો સમાજ જીવે છે. સમાજનું આ પ્રકારનું જીવન એ તો નર્યું અજ્ઞાનમય અને તમસયુક્ત છે. જો એ બધાં સાધનોનો ભાવ રોજિંદા વ્યવહાર-કર્મમાં ઊતરે નહિ તો એ પ્રકારનું ઘરેડયુક્ત પરંપરા પ્રાપ્ત જીવન ‘જીવન’ જ ન ગણાય.

પ્રેમ

ઉદાર માનસ એ તો પ્રેમનું પહેલું પગથિયું માત્ર છે. પરિસ્થિતિ અનુસાર સંબંધમાં આવતી અનેક પ્રકારના સ્વભાવવાળી વ્યક્તિઓને સહન કરી લેવી એ તો પ્રેમનો પ્રારંભ કહેવાય અને ગેરસમજૂતી, મર્મછેદી વાક્યોના ઘા, અન્યાયી વર્તન, કેવળ તુમાખીભર્યો કે કેવળ નીરસ કે ઉદાસીન અથવા વિરોધી વૃત્તિવાળો ભાવ, અનેક જાતના ખોટા આક્ષેપો, દુઃખ દેવા ફેંકાયેલાં લોહબાણથી પણ કઠણ ગણાતાં વાગ્બાણ-એ બધું જ મૂંગે મોઢે સહી લેવું એટલે માનસિક ઉદારતા, પણ સાચા પ્રેમને તો એવું દુઃખ નથી. અનેક શારીરિક કે માનસિક અડચણો પ્રેમ એક રૂંવાડું પણ ફરકવા દીધા વિના શાંતિથી સ્વીકારી લે છે.

ગુણભાવની કદર

ગુણભાવની કદરભક્તિ પ્રકટ્યા વિના આપણા પોતાનામાં જીવન પરત્વેના સદ્‌ગુણના સ્વીકારની ભૂમિકા અને એને ટકાવવાની ભૂમિકા કદાપિ પ્રાપ્ત થઈ શકતી નથી. જીવનવિકાસના ગુણોનું પ્રાકટ્ય થવું, તે આધ્યાત્મિક જીવનનું એક મોટામાં મોટું લક્ષણ છે.

ગુણોની સાથે તેની શક્તિ પણ આપોઆપ તેમાં રહેલી જ હોય છે. તે તે જીવોના જીવનમાંના સદ્‌ગુણથી સહજપણે આકર્ષાતા રહીએ તો જાણવું કે આપણામાં સદ્‌ભાવની અભિરુચિ પ્રગટી ગઈ છે. સદ્‌ગુણ પરત્વેનું આકર્ષણ અને તેની કદરભક્તિ જીવનમાં જો વ્યક્ત થતાં ન અનુભવાય તો તેની (સાધકની) દિશા ખોટી છે.

દુર્લભ દેહ મનુષ્યનો

આપણો મનુષ્યદેહ એ જ પરમાત્મા જ્ઞાન પ્રાપ્તિ માટેનું એકમાત્ર સાધન છે. માનવદેહ વિના તેવું જ્ઞાન પ્રાપ્ત કરવાની શકયતા કોઈ પણ યોનિમાં નથી.

મનુષ્ય શરીર વડે કરીને ચેતન શોધી શકાય છે. બીજી કોઈ પણ યોનિના શરીરથી તેમ બની શકતું નથી. દ્વંદ્વ અને ગુણનું આ શરીર બનેલું છે. સામસામાં પાસાંઓ વચ્ચે જીવન હોય છે. આ સામસામાં પાસાંઓ વચ્ચે સંઘર્ષ થાય છે. એટલે ચેતનનું હાર્દ મેળવવા, જ્ઞાન મેળવવા માટે મનુષ્ય શરીરમાં આવી રચના કરી છે. દેવયોનિમાં આનંદ છે, એ વાત સાચી, પણ ત્યાં વિકાસ નથી. દેવો માટે પણ મુક્તિ દુર્લભ છે. દેવોને પણ મુક્તિ મેળવવા માટે મનુષ્ય જીવન ધારણ કરવું પડે.

મૃત્યુ પછી જીવાત્માની સ્થિતિ

માણસ શરીર છોડે છે ત્યાર પછી એનું એના શરીર સાથે તાદાત્મ્યપણું વળગેલું હોવાથી શરીરની આગળપાછળ એનો જીવ રહ્યા કરતો હોય છે. તેર દિવસ સુધી તે જીવ જેની સાથે એને કામ છે, લોભ છે, મોહ છે, જે જે લોકોની સાથે જીવદશાથી, એના ઉત્કટપણાથી વળગેલો છે તેવા વાતાવરણમાં રહેતો હોય છે. તે બોલી ચાલી શકતો નથી, પણ સાંભળે છે, જુએ છે પણ ખરો, માટે આ તેર દિવસ દરમિયાન શોક તો બિલકુલ ના કરવો જોઈએ, રડવું તો જોઈએ જ નહિ, પણ એ દિવસો, એ જીવનું શાંતિ-કલ્યાણ થાય એ પ્રાર્થનાના ભાવમાં ગાળીએ તો એને વધારે શાંતિ લાગે છે.

મરણ વખતે, શરીર છૂટતી વખતે, શરીરમાંથી ચેતન જ્યારે નીકળી જાય, જીવ નીકળી જાય

ત્યારે જો ભગવાનનું નામ લેવાય તો ઉત્તમ પ્રકારની ગતિ થાય છે.

મનુષ્ય શરીર ધારણ કર્યા પછી બીજી કોઈ નિમ્ન યોનિમાં જવાય જ નહિ. હા, એના ગુણધર્મ આવે, પણ ખોળિયું તો માણસનું જ રહે.

મનુષ્યના દેહાવસાન પછી તેર દિવસની અંદર મરનારની સ્મૃતિ સતેજ રખાઈને જો કાંઈ પુણ્ય, સત્કાર્ય થાય તો તેની સભાનતા ગત જીવને થાય ખરી.

જો જીવનવિકાસ કરવો હોય તો જીવિત દશામાં પોતે જાતે જ તેવું દાન હેતુના ભાવ સાથે કરવું.

'માતૃપિતૃદોષ' માટે નારાયણબલિ એ તૂત છે. જો એવા માતૃપિતૃદોષના વિચારો આવ્યા જ કરે તો તે વખતે ખરા દિલથી પ્રાર્થના કર્યા કરવી તે ઉપાય ઉત્તમ છે.

હરિ:ૐ

સ્વજનના મૃત્યુ બાદ કરવાની શાંતિ પ્રાર્થના

સદ્‌ગત આત્માના શ્રેય અને કલ્યાણ માટે પૂજ્ય શ્રીમોટાએ નીચે મુજબની પ્રાર્થના, ઓછામાં ઓછા ૧૩ દિવસ સુધી રોજ સવારસાંજ કુટુંબીઓ સાથે કે વ્યક્તિગત રીતે કરવાનું સૂચવેલ છે.

(શિખરિણી-મંદાક્રાંતા)

ગયેલા આત્માને મનહૃદયથી આપજે શાંતિ પૂરી,
બધી રીતે એનું પ્રભુ ! કરવજે સર્વ કલ્યાણ શ્રીજી !
બધા જીવો સાથે ગત જીવનમાં જે થયેલો સંબંધ,
કરાવી દ્યો એને સહુ તરફથી સાવ નિશ્ચિંત મુક્ત.

'જીવનરંગત', પૃ.૧૧, આ.૧ **–શ્રીમોટા**

પ્રાર્થના

‘પ્રભુ, શરણચરણમાં રાખો રે...’

પ્રભુ, શરણચરણમાં રાખો રે, પાવલે લાગું.
રસિયાજી અંતરયામી ! મારા હૃદયકમળના સ્વામી !
અલબેલા પ્રેમીનામી રે, પાવલે લાગું.
...પ્રભુ.

શરણાગતવત્સલ જાણી, તને જણાવી અંતર ક્હાણી
તોયે મન રહ્યું હજુ માની રે, પાવલે લાગું.
...પ્રભુ.

અડવું બધું એનું ટાળી, હેળાવી દઈ ગિરિધારી !
પદ લગાડી દોની તાળી રે, પાવલે લાગું.
...પ્રભુ.

વ્હાલાજી સાધન કંઈ ના, દિલ-પ્રેમ-ભાવનાં ફૂલડાં,
વેરું છું નિત તમ પદમાં રે, પાવલે લાગું.
...પ્રભુ.

બાળકનું જોર કશું શું ! જો હોય કશું, તો રડવું,
એ જોરે મારે તરવું રે, પાવલે લાગું.
...પ્રભુ.

‘જીવનસંશોધન’, આ.૫, પૃ.૪૦૯ **–શ્રીમોટા**

ભજન

હરિને ભજતાં

હરિને ભજતાં હજી કોઈની લાજ જતી નથી જાણી રે,
જેની સુરતા શામળિયા સાથ, વદે વેદવાણી રે ટેક.

વહાલે ઉગાર્યો પ્રહ્‌લાદ, હિરણ્યાકશિપુ માર્યો રે,
વિભીષણને આપ્યું રાજ, રાવણ સંહાર્યો રે.

વહાલે નરસિંહ મહેતાને હાર હાથોહાથ આપ્યો રે,
ધ્રુવને આપ્યું અવિચળ રાજ, પોતાનો કરી સ્થાપ્યો રે.

વહાલે મીરાં તે બાઈનાં ઝેર, હળાહળ પીધાં રે,
પાંચાળીનાં પૂર્યાં ચીર પાંડવ કામ કીધાં રે.

આવો હરિ ભજવાનો લહાવો, ભજન કોઈ કરશે રે,
કર જોડી કહે પ્રેમળદાસ, ભક્તોનાં દુઃખ હરશે રે.

–શ્રી પ્રેમળદાસ

આરતી

ૐ શરણચરણ લેજો, પ્રભુ શરણચરણ લેજો,
પતિત ઉગારી લેજો (૨) કર ગ્રહી ઉર લેજો. ...ૐ શરણ.
મનવાણીના ભાવો, કર્મ વિશે ઊતરો, પ્રભુ (૨)
મન, વાણી ને દિલને (૨) કૃપાથી એક કરો. ...ૐ શરણ.
સર્વ મળેલાં સાથે, દિલ સદ્‌ભાવ ઊગો, પ્રભુ (૨)
છો અપમાન થયાં હો (૨) ત્યાંયે ભાવ બઢો. ...ૐ શરણ.
નિમ્ન પ્રકારની વૃત્તિ, ઊર્ધ્વગમન કરવા, પ્રભુ (૨)
પ્રભુકૃપાથી મથાજો (૨) ચરણશરણ ગ્રહવા. ...ૐ શરણ.
મનના સકળ વિચારો, પ્રાણતણી વૃત્તિ, પ્રભુ (૨)
બુદ્ધિતણી સૌ શંકા (૨) ચરણકમળ ગળજો. ...ૐ શરણ.
જેવા દિલ હોઈએ પ્રભુ, તેવા દેખાવા, પ્રભુ (૨)
મતિ મુજ ખુલ્લી રે'જો (૨) સ્પષ્ટ જ પરખાવા. ...ૐ શરણ.
દિલમાં કંઈક ભર્યું હો, તે થકી બીજું ઊલટું, પ્રભુ (૨)
કદી પણ મુજથી ન બનજો (૨) એવી મતિ દેજો. ...ૐ શરણ.
જ્યાં જ્યાં ગુણ ને ભાવ, દિલ ત્યાં મુજ ઠરજો, પ્રભુ (૨)
ગુણ ને ભાવની ભક્તિ (૨) દિલ મુજ સંચરજો. ...ૐ શરણ.
મન,મતિ,પ્રાણ પ્રભુ ! તુજ ભાવ થકી ગળજો, પ્રભુ (૨)
દિલમાં તુજ ભક્તિની (૨) છોળો ઊછળજો. ...ૐ શરણ.

કિંમત : રૂ. ૧૦/-