'હસ્તાક્ષરનું અક્ષયપાત્ર'નાં ૬૮ ગ્રંથોમાંથી ઉદ્ધૃત કરેલ

પરમ ભદ્રંકર અનાહત નાદનો મહિમા

|| ૫ ||

પ. પૂ. પંન્યાસ શ્રી ભદ્રંકરવિજયજી ગણિવર્ય

સંકલન : પંન્યાસ વજસેનવિજય ❋ આચાર્ય હેમપ્રભસૂરિ

અનાહત નાદ - નાદ - બિંદુ - કલા - કુંડલિની - સોહં

પરમ પૂજ્ય સકલાગમરહસ્યવેદી

આચાર્યદેવ શ્રીમદ્‌વિજય દાનસૂરીશ્વરજી મહારાજાના શિષ્યરત્ન

પરમ પૂજ્ય કર્મસાહિત્ય નિષ્ણાંત

આચાર્યદેવ શ્રીમદ્‌વિજય પ્રેમસૂરીશ્વરજી મહારાજાના શિષ્યરત્ન

પરમ પૂજ્ય કલિકાલકલ્પતરૂ

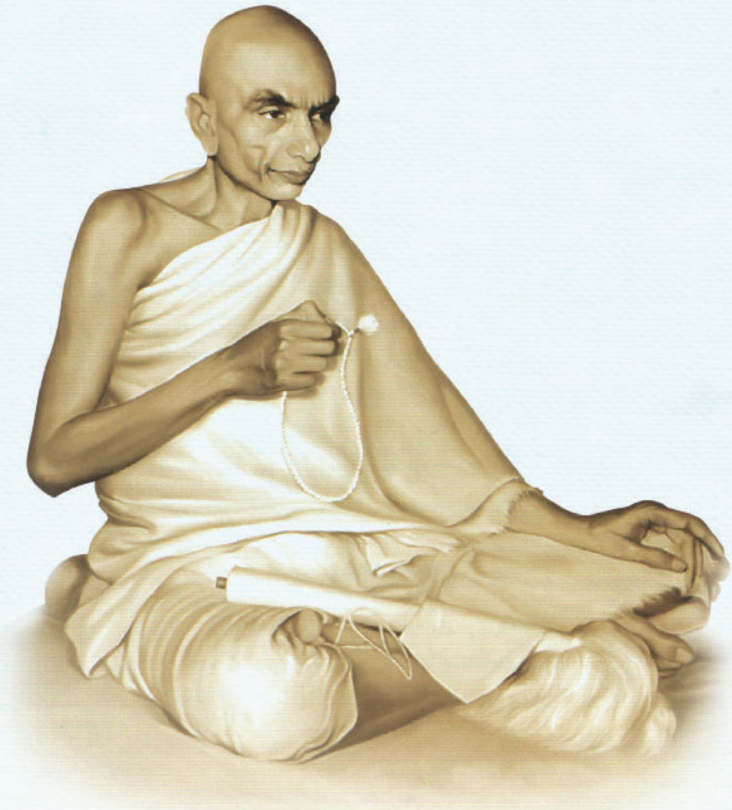
આચાર્યદેવ શ્રીમદ્‌વિજય રામચંદ્રસૂરીશ્વરજી મહારાજાના શિષ્યરત્ન

પરમ પૂજ્ય અધ્યાત્મયોગી

પંન્યાસપ્રવરશ્રી ભદ્રંકરવિજયજી ગણિવર્ય

॥ श्री शिवंकराय भद्रंकराय नमोनमः ॥

પરમ પૂજ્ય પંન્યાસશ્રી ભદ્રંકરવિજયજી ગણિવર્ય મહારાજા



मयि तद्रुपं सोऽहं ।

પરમાત્માનું રૂપ મારામાં છે અને તે જ હું છું.

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

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

શ્રી શત્રુંજયા આદિનાથાય નમઃ

શ્રી ગીરનારજી નેમીનાથાય નમઃ

શ્રી શંખેશ્વરા પાર્શ્વનાથાય નમઃ

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

'હસ્તાક્ષરનું અક્ષયપાત્ર'નાં ૬૮ ગ્રંથોમાંથી ઉદ્ધૃત કરેલ

પરમ ભદ્રંકર અનાહત નાદનો મહિમા

॥ ૫ ॥

પ. પૂ. પંન્યાસ શ્રી ભદ્રંકરવિજયજી ગણિવર્ય

સંકલન : પંન્યાસ વજ્રસેનવિજય * આચાર્ય હેમપ્રભસૂરિ

અનાહત નાદ - નાદ - બિંદુ - કલા - કુંડલિની - સોહં

- **PARAM BHADRANKAR ANAHAT NAAD NO MAHIMA**

  Personal Diaries comprising of Divine thoughts regarding Anahat Naad
  by Pujya Panyashshri Bhadrankar Vijayji Maharaj.

- **VOLUME - 5 / 7**

  Year 2024 • સંવત્ ૨૦૮૦ • 500 Copies / 120 Pages • For Private Circulation only.

- **PUBLISHER**

© Shri Bhadrankar Gyandeepak Public Charitable Trust - Rajkot

team@mindfiesta.com

- **SPONSOR**

  Smt. Jayaben Chunilal Dodhiya (Parasbhai)
  Halar | London

- **ENHANCED & DESIGNED BY**

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

- **eBOOKS AVAILABLE AT**

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

પૂજ્ય પંન્યાસજી મહારાજની લેખિની કહે છે તેમ મંત્રો આત્માને તો ઉપકારક છે જ પણ સહયોગી એવા શરીરને ય ઉપકારક છે. જેમ શરીરના રોગ ઉપર મંત્રાક્ષરોની અસર થાય છે, તેમ અંતરના આનંદના શ્રોતને અનાહત નાદની અસર થાય છે.

જ્યારે સાધક અંતર્મુખ બને, ઈંદ્રિયો પોતાના ધર્મ છોડી દે, આંખો વડે દેખે નહીં, મુખ વડે બોલે કે ખાય નહીં, કાન વડે સાંભળે નહીં, બુદ્ધિ વડે વિચારે નહીં અર્થાત્ એનું મન, હૃદય, બુદ્ધિ વગેરે આત્મામાં વિલીન થઈ જાય, ત્યારે સાધકને આનંદ જ આનંદનો અનુભવ થાય છે. એ અવસ્થામાં એને વિશેષ નાદ સંભળાય છે, તે જ છે **‘અનાહત નાદ’**. યોગસાધનામાં આગળ વધતાં સૌ પ્રથમ સમુદ્ર-મેઘ ગર્જન, ભેરી-ઝલ્લરી-શંખ-મર્દલ-ઘંટા-કાહલ-કિંકીણી-વંશીનાદ અને છેલ્લે વીણા ઝંકારનો નાદ યોગસાધકને સુણાયે ચિત્તસ્થિર થતાં નાદશ્રવણ બંધ થઈ આત્મા સ્વરૂપલીન થઈ જાય છે. આવા આંતરસ્વરૂપને પ્રગટ કરનાર પૂજ્ય પંન્યાસશ્રી ભદ્રંકરવિજયજી ગણિવર્યશ્રીનો, આ પદાર્થોનાં સંગ્રહને આપનાર આચાર્યશ્રી કુંદકુંદસૂરિજીનો તથા પંન્યાસશ્રી વજ્રસેનવિજયજીનો ઉપકાર કદી વિસરાય તેમ નથી.

લંડનસ્થિત શ્રીજયાબેન ચુનીલાલ દોઢિયા પરિવારના પરમગુરૂભકતશ્રી **પારસભાઈની** આંતર ગુરૂભક્તિ તથા સુશ્રાવકરત્ન શશીકાંતભાઈના પુત્રવધૂ ભાગ્યવંતા **ભારતીબેન દિપકભાઈ મહેતા**ના ભાવસ્વરૂપને આ માટે યાદ કરવા જ રહે. આ. મનમોહનસૂરિ

હેમપ્રભ વિ.

નમો અરિહંતાણં । નમો સિદ્ધાણં । નમો આયરિયાણં । નમો ઉવજ્ઝાયાણં । નમો લોએ સવ્વસાહૂણં । એસો પંચ નમુક્કારો સવ્વ પાવપ્પણાસણો । મંગલાણં ચ સવ્વેસિં પઢમં હવઇ મંગલં ॥

અનાહત નાદ કોને કહેવાય?

જ્યારે કોઈ સાધક અંતર્મુખ થઈ જાય છે અર્થાત્ ઈંદ્રિયો પોતાના ધર્મ છોડી દે, આંખો વડે દેખાતો નથી, મુખ વડે બોલતો કે ખાતો નથી, કાન વડે કંઈ સાંભળતો નથી અને બુદ્ધિ વડે વિચારતો નથી અથવા એનું મન, હૃદય, બુદ્ધિ વગેરે બધું આત્મામાં વિલીન થઈ જાય છે, ત્યારે તે સાધકને આનંદ જ આનંદનો અનુભવ થાય છે.

એ અવસ્થામાં એને વિશિષ્ટ નાદ સંભળાય છે,
તેને જ યોગ - શાસ્ત્રાદિ 'અનાહત નાદ' કહે છે.

કાનના પડદાની શક્તિથી વધુ ઊંચો અવાજ સંભળાતો નથી,
તે Supersonic કહેવાય છે.

કાનના પડદાની શક્તિથી અલ્પ અવાજો ય સંભળાતો નથી,
તેને ultrasonic કહેવાય છે.

સંક્ષેપમાં પરા - પશ્યંતીરૂપ માનસજાપ એ નાદ છે.
બિંદુ એ પરમ ચૈતન્યશક્તિનું શિવાત્મકસ્વરૂપ અને કળા એનો અંશવિશિષ્ટ - બ્રહ્મા, વિષ્ણુ, મહેશ કહી શકાય.

'અનાહત નાદ' એટલે Sound octave.

ધ્યાનાત્મક નાદનો અનુભવ માત્ર યોગીઓને હોય છે.
જ્યારે યોગીઓનો પ્રાણ સુષુમ્નામાં પ્રવેશ કરી અને
મૂલાધારની ઉપર ઉઠે છે, ત્યારે અન્ય અનુભૂતિઓની
સાથે સાથે દિવ્ય નાદની પણ અનુભૂતિ તેને થાય છે.
એના માર્ગમાં જે મુખ્ય સ્થાન આવે છે, તેને 'ચક્ર' કહે છે.

પ્રત્યેક ચક્રમાં નાદનું એક વિશિષ્ટ રૂપ છે.

આ નાદોને સામૂહિક રૂપથી 'અનહદ' કે 'અનાહત' કહે છે.

પ્રણવ = સત્સ્વરમાં નાદના સૂક્ષ્મતમ રૂપનો અનુભવ.

અહીં સંપ્રજ્ઞાત સમાધિની અસ્મિતા ભૂમિકા રહે છે.

અસ્મિતા સમાધિમાં યોગીઓ ઈશ્વર સાક્ષાત્કાર કરી શકે છે.

એની ઉપર અસ્મિતાનો પણ લય થાય પછી
અને સંપ્રજ્ઞાત સમાધિનો ઉદય થતાં
જીવ અને ઈશ્વરનો સૂક્ષ્મ ભેદ પણ રહેતો નથી.

જે ભૂમિકામાં ઈશ્વરનો સાક્ષાત્કાર થાય છે, તેના સાથે
સંબંધ હોવાના કારણે પ્રણવ ઈશ્વરનો વાચક ગણાય છે,

અનાહત નાદ એટલે શું ?

'નાડી-પવન-સંયોગ-પરિત્યાગ-વિકલ્પેન બહુક્લિશ્યતાઽપિ
યોગઃ સાધયિતું ન શક્યત ઇતિ ભાવઃ ।'

અગ્નિ અને પવનના સંયોગથી જે નાદ ઉત્પન્ન થાય, તેને 'અનાહત' કહે છે, તે નાદ બિંદુનો ભેદક છે. 'અ' અને 'હ' અનાહત ધ્વન્યાત્મક છે. બધાં વર્ણો 'હ' રૂપ નાદમાંથી જ ઉત્પન્ન થાય છે. બાળ વર્ણોની સહાય વિના 'હ'ના ઉચ્ચારણ - ધ્યાન થઈ શકતાં નથી.

અનાહત નાદનું અધિષ્ઠાન સુષુમ્ણા નાડી છે.

મૂલાધારમાં રહેલ અધોશક્તિથી ઉત્થિત થઈ પ્રહ્લાદાત્મક ઊર્ધ્વશક્તિ વડે નાભિકંદાદિ ગ્રન્થિઓને ભેદતો તે અનાહત નાદ પ્રાંતે બ્રહ્મરન્ધ્રમાં લીન થાય છે. મેરૂ પર્વતની જેમ અત્યંત ઉન્નત હોવાથી સુષુમ્ણા નાડીને 'મેરૂ' કહેવામાં આવે છે. તે નાડીના અત્યંત ઉપરના ભાગમાં, જે વિવર છે, તેમાં સોમકલા રૂપી અમૃતજલ રહેલું છે, તેને 'પ્રાલેય' પણ કહે છે.

વિવર અથવા બ્રહ્મરન્ધ્રમાં

સત્ત્વશીલ બુદ્ધિ આત્મતત્ત્વનો સાક્ષાત્કાર કરે છે.
ઇંદ્રિયોના વિષયો અને મનના સર્વ કષાયો ત્યાં શુદ્ધ
જ છે કે જ્યાં શુદ્ધ યોગીનું મન અનાહત નાદમાં
લીન થયું નથી. તેનું અનુસંધાન ભ્રૂમધ્યમાં થાય છે.
તે સૌને અનુભવાય છે પણ લક્ષિત વિરલને થાય છે.

નાદના ત્રણ પ્રકાર : નાદ, નાદાન્ત અને નિરોધિની.
નાદના આ ત્રણે પ્રકાર રૂપવાચક છે.
નાદ એ શક્તિનું સૂક્ષ્મરૂપ છે, તેનાથી મંત્રની ઉત્પત્તિ થાય.
વાક્યને પ્રગટ થવાનું પ્રથમ સ્ફુરણ, તે અર્ધચંદ્ર છે.
અર્ધચંદ્રનો નિવાસ બિંદુમાં છે.
બિંદુ અને અર્ધચંદ્રનો નિવાસ ઈશ્વરતત્ત્વમાં છે.

શબ્દબ્રહ્મની ભિન્ન ભિન્ન ત્રણ શક્તિઓ છે:
ઇચ્છા, ક્રિયા, જ્ઞાન અથવા સત્ત્વ, રજસ્, તમસ્ અથવા
સૂર્ય, ચંદ્ર, અગ્નિ અથવા બ્રહ્મા, વિષ્ણુ, મહેશ.
ઉત્પત્તિમાં પ્રકાશ અને વિમર્શ મળીને કાર્ય કરે છે.

V. Imp.

નાદ - બિંદુ અને કલાનું સ્પષ્ટીકરણ

પ્રથમ મોટેથી નાદ સંભળાય છે, તેમાં મનને
એકાગ્ર કરવાથી તે નાદ ધીમે ધીમે ઝીણો થતો જાય છે.
ત્યાર પછી એક નીલ બિંદુ દેખાય છે,
તે ચક્ષુની અંદર હોય છે પણ બહાર દેખાય છે.
અભ્યાસ કરતાં કરતાં તે બિન્દુ ફાટે છે.
તેમાં એક ચિન્મય ચિત્કલા પ્રગટ થાય છે.
એમાં જ સાક્ષાત્કારનો અનુભવ સમાયેલો છે. આ છે
નાદ - બિંદુ અને કલાનું સ્પષ્ટીકરણ. - શ્રી મુક્તાનંદજી

* મંત્ર એ વર્ણોનો સમૂહ છે.
મૂર્તિ એ આકૃતિ રૂપ હોવાથી મંત્રસ્વરૂપ છે.
મંત્રનો જાપ, યંત્રનું ધ્યાન અને તે બે વડે
ઇષ્ટની પૂજા એ તંત્રનું સાધન છે.
નવ પ્રકારે ભક્તિ = પ્રથમની ત્રણ ભક્તિ મંત્ર વડે થાય,
પછીની ત્રણ મૂર્તિ દ્વારા થાય છે અને છેલ્લી ત્રણ
ભક્તિ સાક્ષાત પ્રભુની પૂર્વાપર અવસ્થા વડે થાય છે.

નાદ - બિન્દુ - કલા

30/9/1964

(૧) નાદમાંથી બિંદુની ઉત્પત્તિ થવી, તે સૃષ્ટિનો ક્રમ છે, એટલે કે ઉત્પત્તિ વખતે જીવ બ્રહ્મમાંથી નાદમાં આવે એ પછી જ સર્વ જીવ નાદમાંથી બિંદુમાં આવે છે.

આ સૃષ્ટિક્રમ નીચે મુજબ છે:

પરબ્રહ્મમાંથી ઉન્મના, સમના, વ્યાપિની, શક્તિ, નાદાંત, નાદ, નિરોધિની, અર્ધચન્દ્ર, બિન્દુ, મ, ઉ અને અ. અહીં છેલ્લા ત્રણ - એ ૐકારનું વ્યક્ત સ્વરૂપ છે. સંહારક્રમ અ થી ઉન્મના સુધી ઊંધા ક્રમમાં સમજવો.

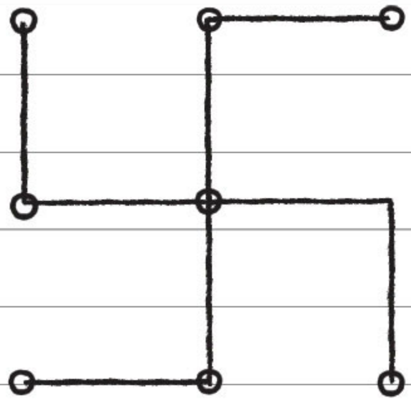
(નાદમાંથી બિન્દુની વાત પૂરી, હવે બિંદુમાંથી કલાની વાત.)

(૨) બિંદુમાંથી જે કલા છે, ત્યાં કલાનો અર્થ જીવની ૩ અશુદ્ધ કલાઓ લેવી. તે ત્રણ કલાઓ અનુક્રમે મ (સુષુપ્તિ), ઉ (સ્વપ્ન) અને અ (જાગ્રત) છે. અહીં કલા = વ્યક્ત - અવ્યક્ત ૐકારનો ૧ અંશ. બિન્દુથી સમના સુધી અવ્યક્ત ૐકાર, જ્યારે તે પૂર્વે વ્યક્ત ૐકાર છે.

બીજી અપેક્ષા એ છે કે:

ચૌદ પૂર્વ રૂપી શ્રુત અને સર્વવિરતિરૂપ સામાયિકના
સંબંધ જેવો સંબંધ નાદ અને લય વચ્ચે છે.
લયથી દેશવિરતિ અને સર્વવિરતિ સામાયિકનો લાભ થાય છે.
ત્યાં સુધી જે સાધના છે, તે અભેદ પ્રણિધાનરૂપ છે.
તેનું ફળ ઉન્મના છે. તેમાં અર્હત્ ભાવનો સાક્ષાત્કાર છે.
નામમાં મનનો લય થવાથી નાદબ્રહ્મ પ્રગટે છે.
શ્રી જિનમંડનગણિ કૃત 'કુમારપાલ પ્રતિબોધ'માં
નાદનું સુંદર સ્વરૂપ વર્ણવેલું છે.
યોગશાસ્ત્ર અષ્ટમ પ્રકાશગત વિદ્યા અને મંત્રો
વિદ્યાપ્રવાદ પૂર્વગત છે અને તે સાક્ષાત
સરસ્વતી દેવી દ્વારા શ્રી હેમચંદ્રસૂરિજીને પ્રાપ્ત થયેલ છે.
શબ્દબ્રહ્મ એ નામ નહિ અને જ્યોતિબ્રહ્મ એ રૂપ નહિ,
પરન્તુ નામ - રૂપથી પર એવું એક ચૈતન્યસ્વરૂપ છે.
અનાહત એ આદિ શબ્દ છે અને તે દરિયો છે.
તમે એમાંથી ઉગેલું વાદળ છો. એ વાદળ તરીકે વિલય
થયાં વિના તમોને સાચા દરિયાનું દર્શન કેમ થાય?

સ્વસ્તિકમાં બિન્દુધ્યાન ॐ 15-3-71, Rajkot



બિન્દુના ધ્યાનમાં સ્વસ્તિકથી
રોજ 2000 નવકાર.
જો સાધારણ જપ બાદ ધ્યાન.
બિન્દુ સમગ્ર શરીરવ્યાપી
બનીને તેજસ્વી વર્તુલમાં
નિર્વિચાર રહી શકાય છે.

'હું એક પરિપૂર્ણ દ્રવ્ય છું' તેવું લાગે છે.
વિચારો એ 'હું' નહિ અને સર્વ વિચારો
આ વર્તુલના પરિઘ ઉપર અથડાઈને ચાલ્યા જાય છે.
આ શરીર એ બંદૂકની નાળ છે, શ્વાસોચ્છ્વાસ દારૂ છે.
અજપાજાપથી પ્રગટતાં યોગાગ્નિનો પલીતો ચાંપવાથી
અનાહત નાદરૂપી ધડાકો થાય છે અને
બુંદરૂપી ગોળો બ્રહ્મરન્ધ્રમાં પહોંચી જાય છે.
ઉન્મની મુદ્રા = પ્રભુને વશ કરી નાસાગ્રે સ્થિર દૃષ્ટિ.
આ મુદ્રા સિદ્ધ થતાં બ્રહ્મની અનુભૂતિ થાય છે.

દસ પ્રકારનાં થતાં નાદશ્રવણ

બંને હાથની તર્જની આંગળીઓથી બંને કાનના છિદ્રોને બંધ કરીને શરીરની અંદર થવાવાળાં અનાહત નાદને એકાંત સ્થળમાં શ્રવણ કરી તો નીચે મુજબ નાદો સંભળાશે:

(૧) ચિણી ચિણી શબ્દ - ઝણઝણાટ.

(૨) ચિંચિણી સ્વર - અંગસ્ફુરે : અંગ સ્ફૂરણ.

(૩) ઘંટાનાદ - પરિશ્રમ : થકાટ.

(૪) શંખનાદ - શિરઃકંપ.

(૫) વીણાનાદ - તાળુમાંથી અમૃતસ્રાવ.

(૬) તાલ શબ્દ - ધ્વનિ : અમૃતાસ્વાદ.

(૭) બંસીનાદ - ગુપ્ત વસ્તુનું જ્ઞાન : ગુહ્ય જ્ઞાન.

(૮) મૃદંગ ધ્વનિ - પરાવાણી : પરાવાચા.

(૯) દુંદુભિસ્વન : અંતર્ધાન.

(૧૦) મેઘનાદ - મેઘગર્જન : બ્રહ્મલીનતા, પરબ્રહ્મલીનતા.

નાદાનુભવ દ્વારા આત્મજ્ઞાન થવાથી નિશ્ચે મોક્ષ મળે છે, નાદશ્રવણ તેનો ઉપાય છે.

(૧) બિંદુ - નાદ = નાદમાં અર્ધચંદ્રાદિ ૮ અંશો જાણવા.

(૨) બિંદુ - નાદ - કલા = બિંદુમાં અઢી અંશ,
નાદમાં બે અંશ અને કલામાં સાડા અંશ જાણવા.

(૩) નાદ - બિંદુ = બિંદુમાં અઢી, નાદમાં પાંચ અંશો.

(૪) કલા - બિંદુ = કલામાં બધા અંશો આવી જાય છે.

(૫) નાદ = નવે અંશોનો સમાવેશ થઈ જાય છે.

ઉત્પત્તિ ક્રમમાં પરામાંથી પશ્યંતી - મધ્યમા - વૈખરી - અષ્ટવર્ગો અને સર્વ માતૃકાક્ષરો ઉત્પન્ન થાય છે. લય ક્રમમાં ૫૦ વર્ણો ૮ વર્ગોમાં તથા તે ય અભિન્નપણે સ્ફૂરે, ત્યારે અનાહતનાદ ફેલાય છે. આને જ મંત્ર-ચૈતન્ય કે પ્રબુદ્ધ નાદશક્તિનો આવિર્ભાવ કરે છે. ઉન્મનાવસ્થામાં મન, માયા, કાળ, દેશાદિ કશું જ નહિ, કેવળ પરમાનંદની જ તૃપ્તિ છે.

નાદાન્તના ભેદન પછી દેહાત્મભાવ નાશ પામે છે.

શક્તિસ્થાનમાં દેહાત્મભાવ બિલકુલ ન રહેવાથી આત્માની મહાન શક્તિઓનો અનુભવ થાય છે.

નાદ અને જ્યોતિ આખરે છે શું?

નાદ એ યોગક્રિયા છે, જ્યોતિ એ ઉપયોગક્રિયા છે.

નાદ એ ધ્વનિ છે, જ્યોતિ એ પ્રકાશ છે.

નાદ એ શબ્દ છે, જ્યોતિ એ અર્થ છે.

નાદમાં નિર્વિકલ્પતા છે, જ્યોતિમાં સ્વપ્રકાશકતા છે.

નાદ એ નામ છે, જ્યોતિ એ રૂપ છે.

નાદમાં દયા છે, જ્યોતિમાં ક્ષમા છે.

દયા માટે આત્મૌપમ્ય અને ક્ષમા માટે ઔદાર્ય અપેક્ષિત છે.

નિર્વિકલ્પતા ક્રિયાસાધ્ય છે અને એકતા ભાવસાધ્ય છે.

નિર્વિકલ્પ સમાધિ એટલે જીવ તથા બ્રહ્મની એકતાનો અનુભવ, તે મોક્ષનું સાક્ષાત્ કારણ છે.

નાદ - બિન્દુ - કલા

नादः = कांस्य घंटानिह्रादवदनुरणनं नादः ।

बिन्दुः = अनुस्वारोत्तर भावी ध्वनिः ।

कलाः = नादैक देशः ।

નાદ = Life, જ્યોતિ = light (બિંદુ), કલા = Love.

શબ્દોનું પોતાનું આગવું મહત્ત્વ નથી, પરન્તુ શબ્દોની
પાછળ જે અનુસંધાન ક્રિયા થાય છે અને તેનાથી જે
જ્યોતિ કે આત્માનુભૂતિ પ્રગટે છે, તેનું મહત્ત્વ છે.
નામ વડે નાદ અને નાભી વડે જ્યોતિ પ્રગટે છે.
સંસારહેતુક અર્થ અને કામની વાસના જેમ
નામ અને રૂપના આલંબનથી પ્રગટે છે, તેમ
મોક્ષહેતુક ધર્મની ભાવના પણ નામરૂપથી જ જાગે છે.
નામ એ મંત્રરૂપ છે અને રૂપ એ મૂર્તિરૂપે સ્થૂલ
રૂપથી અને જ્યોતિરૂપે સૂક્ષ્મ રૂપથી પ્રગટ થાય છે.
અરિહંતની શક્તિ, અરિહંતનું નામ અને
અરિહંતની આજ્ઞા - ત્રણે લોકમાં સનાતન છે.
આ ત્રણેનું સામ્રાજ્ય અપરાજિત છે.
સનાતન - ન હણી શકાય તેવી તીર્થંકરોની આજ્ઞા છે,
તેથી તે 'સનાતન' કહેવાય છે.
'સનાતન'નું પૂજન એ અર્થમાં કરવાનું છે.
સનાતન નાદ પણ પ્રભુનો સાંભળવો.

અનાહત નાદ આત્માના વિશુદ્ધ સ્વરૂપનો દ્યોતક છે.
એ જાગ્રત થાય એટલે બસ! એ નાદ જાગ્રત થવાથી
આત્મા દિવ્ય બની જાય છે, માટે જ
અનાહતને દેવ સ્વરૂપે ઓળખવામાં આવે છે.
લબ્ધિ પદોમાં મૂકેલો આઠ અનાહતનો પણ
અર્થ સૂચવે છે કે: લબ્ધિઓની પ્રાપ્તિ થવા છતાં
જાગ્રત થઈને અનાહત નાદ કાયમ રહે છે.
મંત્રશાસ્ત્રમાં શબ્દને 'નાદ'ની ઉપમા છે,
અર્થ અને તેના જ્ઞાનને 'બિંદુ'ની ઉપમા છે અને
મંત્રના લાભને 'કલા'ની ઉપમા છે.
શબ્દ એ વૈખરી, અર્થ એ મધ્યમા અને
લાભ એ પશ્યન્તી વાણી રૂપ છે, તેથી નમસ્કાર એ
નાદ, બિન્દુ અને કલા રૂપ પણ કહેવાય છે.
नाद = साधुपद, बिन्दु = उपाध्यायपद, कला = आचार्यपद,
अमृत = सिद्धपद, ज्योति = अरिहंतपद ।
नमः स्वरूपोऽहं । नमः पद पंचपरमेष्ठि રૂપ છે.

નાદના પ્રકાર કેટલા? સહસ્ત્ર કોટિ.

નાદ સૂક્ષ્મ થવાના આરંભ થવાની સાથે પશ્યન્તી અવસ્થામાં જ્યોતિનો આવિર્ભાવ થાય છે. દર્શનની ઈચ્છા અતિ પ્રબળ થાય, ત્યારે ભગવાન દર્શન દે છે અર્થાત્ મંત્ર દેવતામાં લીન થઈ જાય છે. દેવતામાં મંત્રની લય થઈ જાય છે, સુષુમ્ણાનું દ્વાર ખૂલી જાય અને નાદમય ૐકાર સુષુમ્ણામાં ક્રીડા કરવા લાગે છે, ત્યારે પ્રભુ દર્શન દે છે. પ્રથમ માનસક્રિયામાં, પછી બુદ્ધિના ક્રિયામાં. એ દર્શનમાં વિરહ રહે છે. નાદમય ઓંકાર સુષુમ્ણામાં લીલા કરવા લાગે, ત્યારે નામરૂપ લીલાગુણના ક્ષર આત્મા આનંદ પારાવારમાં નિમગ્ન થઈ જઈને નિત્ય ચિન્મય ધામને પ્રાપ્ત કરે છે.

બંસીવાદન અને નાદાત્મક ઓંકારનો ખેલ

લીલાનું મનન કરતાં કરતાં પ્રભુ કૃપા કરી દર્શન દે છે, બંસી વાગે છે, નાદાત્મક ઓંકારનો ખેલ ચાલે છે અને અંતમાં નિત્ય ચિન્મય લીલામાં મળી જાય છે.

નાદ અને બિન્દુ શેના દ્યોતક ?

નમસ્કાર મન્ત્ર સ્થગિત થવાની સાથે નાદની અવસ્થામાં રૂપાંતર પામ્યા કરે છે. બિન્દુ એ જ્ઞાનના વાચ્યોના અને નાદ એ જ્ઞાનના વાચક એકીભૂત સમષ્ટિનું દ્યોતક છે. ઉન્મના અમાત્રા છે. એની માત્રા નથી, કેમકે ત્યાં મન નથી. માત્રા મનની રહે, વિશુદ્ધ ચૈતન્યની નહીં.

નવકારમંત્રથી અનાહત નાદ ભણી...

માતૃકાના ૪૮ અક્ષર સાથે ગણવાનું ચાલુ રાખતાં અક્ષરો સાથે સીધું અભેદ પ્રણિધાન થાય - નાદ છૂટી જાય. અનાહત નાદ પણ આત્મામાં જ લય પામ્યા કરે છે. આમ માતૃકાના ૪૮ અક્ષરો જ નિર્વિચાર - નિર્વિકલ્પ દશામાં સીધા ધ્યાનમાં લઈ જતા અમોઘ સાધન બને છે. માતૃકાના પ્રત્યેક અક્ષરની સાથે અભેદ પ્રણિધાન સાધી તે આત્મામાં જ લય પામે, ત્યાં સુધી ધબકારા બાંધીને ધ્યાન થવું જોઈએ. 'નમો' પદ પણ પુણ્યની માળા સાથે સાથે ધ્યાનની માળા પણ બની શકે છે.

નામબ્રહ્મ અને નાદબ્રહ્મ

જપ કઈ રીતે શીઘ્ર ફળીભૂત થાય?

પછી કીર્તન - મન સ્વચ્છ અને આંખો દર્શન કરે તો.
જપ કરતાં તન્મયતા થતાં સંસારના દુઃખદાવાગ્નિ દૂર થાય.
શબ્દબ્રહ્મના ચિન્તનથી અંતઃકરણની વાસનાઓ શમે છે.

નેત્રની સફળતા એ પ્રભુદર્શનથી છે, તેમ
તમામ ઈંદ્રિયોની સાર્થકતા પ્રભુઆજ્ઞાના પાલનથી છે.
નાદબ્રહ્મ અને નામબ્રહ્મની એકતા થાય, ત્યારે આનંદરસનો
ઉદ્ભવ થાય. નામમાં મનનો લય થવાથી નાદબ્રહ્મ પ્રગટે.
લય, તન્મયતા, એકાગ્રતા - એ સર્વ શબ્દો એકાર્થક છે.

લય ત્રિપુટી

સેવા - સેવ્ય - સેવક, જ્ઞાતા - જ્ઞેય - જ્ઞાન, દ્રષ્ટા - દૃશ્ય -
દર્શન, ધ્યાતા - ધ્યેય - ધ્યાન, પૂજા - પૂજ્ય - પૂજક ઈત્યાદિ
ત્રિપુટીની એકતા તે 'લય' છે.

લય વખતે પ્રભુનો જે નાદ સંભળાય છે,
તેને જ શાસ્ત્રોમાં 'નાદબ્રહ્મ' કહેવાયો છે.

નાદયોગ - અંદરના શબ્દનું સ્વરૂપ

નાદની શક્તિને લીધે સૃષ્ટિનું સર્જન થયું છે. સર્જનની શરૂઆતમાં પહેલી પ્રવૃત્તિ નાદપ્રવાહ પેદા કરવાની હોય છે. એ દૈવી નાદને ધ્યાનથી ઝીલી શકાય છે. તે નાદ અર્થનો આવિર્ભાવ કરનાર શક્તિની છાપ લઈને આવે છે.

એ શક્તિ સાથે અર્થનો સંબંધ છે.

શરીર, મન અને ઇચ્છાશક્તિને સંયમમાં રાખી જે કોઈ એ દૈવીનાદને પોતાની અંદર આતુરતાપૂર્વક સાંભળે છે, ત્યારે તેને સાંભળતાંવેંત જ ધ્યાની સાધકની વૃત્તિઓ પરમાત્માના પ્રફુલ્લિત તથા કલ્યાણ તરફ ઉપર ઉઠે છે. ધોરી નસોમાં વહેતાં લોહીના ધબકારાનો શબ્દ તો સૃષ્ટિનો આવિર્ભાવ કરનાર સૂક્ષ્મતર શક્તિનો માત્ર પડઘો જ છે. ભૌતિક ભૂમિકા પર સંભળાતી શક્તિને વધારેને વધારે ઊંડા ઉતરીને નાદના રૂપમાં પકડી તથા અનુભવી શકીએ છીએ. નાદ જે પ્રદેશમાંથી પેદા થાય છે, તે પ્રદેશની અસરવાળો હોય છે, તેથી ધ્યાનને અંદર એકાગ્ર કરવામાં આવે, તો

એક દિવસ એ રહસ્યમય શબ્દોને સાંભળી શકો
કે જે સર્જનહાર પરમાત્માનું સાચું નામ રજૂ કરે છે.
સાધનાનો શ્રદ્ધાપૂર્વક આધાર લઈ સાધક આગળ વધે,
ત્યારે એના અંદરના કાન સાથે દૈવી નાદ અથડાતાં તે
ઊંડા આનંદમાં ડૂબીને પોતાની જાતને ય ભૂલી જાય છે.

સંગીત એ નાદનો જ એક પ્રકાર છે.

એના શ્રવણથી એક જાતની ભાવસમાધિમાં ડૂબી જવાય,
તો પછી એ સમજી શકાય એવું છે કે અંદરથી સુણાતાં
સ્વર્ગીય નાદની અસર તો કેટલી બધી વિશેષ જ થાય?

અનાહત અને આજ્ઞાચક્રના વેધથી
તેની નીચેના પાંચે ચક્રોનો સ્વયં વેધ થઈ જાય છે.

કામ - વાસનાના ઉદ્દીપનથી બચવા માટે
અનાહતચક્રનો અને આજ્ઞાચક્રનો તથા
નાદાનુસંધાનનો આશ્રય લેવો શ્રેયસ્કર છે.

વિના મૌનં વિના સંખ્યાં વિના ચિત્તનિરોધનમ્ ।
વિના સ્નાનં વિના ધ્યાનં જપન્નેવ જાયતે જપઃ ॥

૯ પ્રકારના નાદ ક્યારે સંભળાય ?

જેમ જેમ સત્વગુણનો ઉદ્રેક થતો જાય,
તેમ તેમ તે ૯ પ્રકારના નાદ સંભળાવા માંડે છે.
તે એક પ્રકારના પ્રાણવાયુના સંચાલનરૂપ છે.
તેના સૂક્ષ્મ, સૂક્ષ્મતર અવસ્થા તે બિંદુ અને કલારૂપ છે.
તે બધું પ્રકૃતિ તત્વનું જ સ્થૂલ પરિણામ છે.
આત્મા તો કૂટસ્થ-અપરિણામી નિત્ય, શુદ્ધ, બુદ્ધરૂપ છે.
ઔદારિકમાંથી ચિત્તવૃત્તિનો પ્રવાહ તૈજસ સુધી
પહોંચતા ૐકાર ધ્વનિની અનુભૂતિ થાય છે.
અંતર્દૃષ્ટિ વડે આ ધ્વનિ સંભળાય છે.
પ્રાણ, વહ્નિ અને રસ વડે અવાજ વધતાં
ભિન્ન ભિન્ન ધ્વનિઓનું શ્રવણ થાય છે.
જ્યારે વૃત્તિઓ અંતર્મુખ બને છે અને
શ્વાસાનુસંધાન દ્વારા મંત્રજાપ થાય છે,
ત્યારે અનાહત નાદ સંભળાય છે. તેના પ્રતીકરૂપે
મંદિરોમાં ઘંટ, નોબત, શંખ આદિ રાખવામાં આવેલાં છે.

મંત્રશાસ્ત્રમાં નાદ અને બિન્દુ શેની અવસ્થા ?

મંત્રશાસ્ત્રનું બિન્દુ એ

રેખાગણિતનું બિન્દુ નથી અને શૂન્ય પણ નથી.

બિન્દુને સ્થાન પણ નથી અને પરિમાણ પણ નથી.

એમાં પ્રકાશ અને અંધકાર બંને છે.

એકમાં અનેક છે.

નાદ અને બિન્દુએ શક્તિની અવસ્થાઓ છે.

તેમાં ક્રિયાશક્તિનો ભાવ નિહિત છે.

જ્ઞાનને આ શક્તિથી અભિન્ન સમજે, તે ઈશ્વર છે.

જે ભિન્ન સમજે, તે જીવ છે.

બિન્દુ એ શક્તિની ઘનીભૂત અવસ્થા છે.

'ચણકાકાર રૂપા સા ।' કહીને સ્વરૂપ વર્ણવ્યું છે,

તેના બે દાળ શિવ અને શક્તિ છે,

તેનું છિલકું માયા છે, તે શિવશક્તિને આવૃત્ત કરે છે.

પરમાત્મસ્વરૂપ જેમ ગહન તેમ સર્વવ્યાપી છે,

તેમ પરમાત્મવાચક પ્રણવ પણ સર્વવ્યાપી છે.

મૂલાધારસ્થ કુંડલિની શક્તિ અધ્યાત્મ ભાવ છે.
કુંડલિનીનું પરિશીલન એ તંત્રનો મુખ્ય પ્રતિપાદ્ય વિષય છે.
એ જ પરાવાક્ અને બિન્દુતત્ત્વનું અધ્યાત્મરૂપ છે.
જ્યારે આ બિન્દુ પશ્યંતિ આદિ
કાર્યબિન્દુઓના સર્જનમાં પ્રવૃત્ત થાય છે, ત્યારે
અવ્યક્ત કારણ 'રવ' શબ્દથી પોકારાય છે.
એ રવને જ 'શબ્દ' કહેવાય છે.
નાદ સદાશિવ તત્ત્વ છે, બિન્દુ ઈશ્વર તત્ત્વ છે.
નાદ એ શબ્દનો સૂક્ષ્મભાવ છે.
તે ક્રિયાશક્તિનો પ્રથમ વિકાસ છે.
તેને પરાનાદ યા પરાવાક્ કહે છે.
તેને શબ્દબ્રહ્મ કહે છે અને તે શબ્દાર્થનું કારણ છે.
શબ્દબ્રહ્મ તે સમસ્ત ભૂતોનો ચૈતન્યભાવ છે.
સમસ્ત પ્રાણીઓના શરીરમાં તે કુંડલિની રૂપે અવસ્થિત છે.
નાદ જ્યારે બિન્દુભાવ ધારણ કરે છે,
ત્યારે તે ચૈતન્ય અને શક્તિ ઉભયરૂપ છે.

બિંદુ, નાદ અને કલા - એ ત્રણ વિભાગોમાં

બિંદુમાં બિંદુ, અર્ધચંદ્ર અને રોધિનીનો સમાવેશ થાય છે.

નાદમાં નાદ અને નાદાંતનો સમાવેશ થાય છે.

કલામાં શક્તિ, વ્યાપિની, સમના, ઉન્મના સમાવિષ્ટ છે.

ઉન્મનામાં મન, માત્રા, દિશા, કાલ વગેરે કશું જ નથી.

ઉન્મના એ પરમાનંદની ભૂમિ છે.

ઉન્મના અને તે પછીની અવસ્થામાં કાળનો સ્પર્શ નથી.

હૃદયથી શરૂ કરીને ઉન્મના સુધીના સૌ સ્થાનોને ભેદવામાં

સુસૂક્ષ્મ ધ્વનિ સહિત ૐ અક્ષરમંત્ર 'વજ્રશૂલ' સમાન છે,

તેથી તેને 'મંત્રશૂલ' પણ કહે છે.

વ્યાપિનીને ભેદ્યા પછી સમનામાં મનનો ત્યાગ થાય છે.

તે પછી આત્મા નિર્વિકલ્પ અવસ્થાને પ્રાપ્ત થાય છે.

નાદાન્તના ભેદન પછી દેહાત્મભાવ, દેહાધ્યાસ નાશ પામે,

તેથી જ નાદાનુસંધાનનું અવલંબન મહત્ત્વનું છે.

તે પછી શક્તિસ્થાન આવે છે. અહીં દેહાત્મભાવ

બિલકુલ ન હોવાથી આત્માની શક્તિઓનો અનુભવ થાય છે.

બિંદુથી સમના પ્રયત્નનો કાળ અર્ધમાત્રાનો છે,
તેથી તે અવસ્થાને 'અર્ધમાત્ર અવસ્થા' કહેવામાં આવે છે.
અર્ધચંદ્રનો ઉચ્ચાર કુટિલ ધ્વનિરૂપ છે.
તેનો ઉચ્ચારણ કાળ ૧/૪ માત્રા છે.
નિરોધિનીનો ઉચ્ચારણ કાળ ૧/૮ માત્રા છે.
તેનો ઉચ્ચાર લલાટના અંતભાગમાં છે.
તે પછી નાદ ૧/૧૬ માત્રા છે, તેનો ઉચ્ચાર મૂર્ધાંત સુધી છે.
નાદના જ પલ્લવરૂપ નાદાંત છે, તેની માત્રા ૧/૩૨ છે.
મૂર્ધાંત સુધી તેનો ઉચ્ચાર નાદની સાથે જ થઈ જાય છે.
શક્તિનો ઉચ્ચાર ૧/૬૪ છે, એથી અહીં
ધ્વનિરૂપ ઉચ્ચાર નહિ, સ્પર્શમાત્રાનુભવરૂપ ઉચ્ચાર છે.
નાદાંતમાં લય થયાં પછી કેટલાક કંપનો રહે છે.
એ કંપનોનો ફક્ત સ્પર્શાત્મક-આનંદાત્મક અનુભવ થાય છે.
એને 'સુસૂક્ષ્મતમ ધ્વનિ' કહેવાય છે.
વ્યાપિનીનું સ્થાન ત્વક્ દેશ, સમનાનું સ્થાન કેશ દેશ છે.
ઉચ્ચારણ કાળ અનુક્રમે ૧/૧૨૮ અને ૧/૨૫૬ માત્રા છે.

ઈશત્વની પ્રાપ્તિ કઈ રીતે થાય ?

નાદ = વિશ્વમાતા, સર્વોત્કૃષ્ટતા, જગતજનની.

બિંદુ = દુઃખહરણ, સુખકરણ.

બિંદુના ધ્યાનથી વાણીનો મળ જાય છે.

સમતામાં મનનો મળ જાય છે.

'मलं असत्त्वं, अतद्रूपतामानं ।'

'निरन्तरयोगाभ्यासबलेन विषयानुराग-
रूपमलरहितत्वं प्रजायते ।'

તદ્રૂપતા વિષે શંકા વાણીથી ઉચ્ચારાય, તે વાણીનો મળ છે અને મનથી વિચારાય, તે મનનો મળ છે.

સાધક જ્યારે વાણી અને મનના મળથી મુક્ત થાય, ત્યારે તેનો આધ્યાત્મિક વિકાસ થાય છે અને તે વિકાસ થવાથી ઈશત્વની પ્રાપ્તિ થાય છે.

ઉભય પ્રકારના મળ દૂર થવાથી વિષયાનુરાગના સ્થાને ગુણાનુરાગ આવે છે અને જ્યાં ગુણાનુરાગ હોય, ત્યાં ગુણપ્રશંસા આપોઆપ થાય છે.

(૧) ચૌદ પૂર્વનો સાર = નાદ, નાદનો લય = ચારિત્ર.

સર્વ ધર્મનો સાર તે પ્રશસ્ત ચિત્ત છે. પ્રશસ્ત ચિત્તનું આલંબન નાદ છે. નાદ લયરૂપ ચારિત્ર માટે છે. લય તે નમસ્કાર છે અને તે અભેદ પ્રણિધાનરૂપ સાધના છે. સાધનાનો સાર ઉન્મના છે. તે લયનું ફળ છે. ઉન્મના તે નમસ્કારનો સાક્ષાત્કાર છે અને તે જ અર્હત્ લક્ષ્ય છે.

સર્વજ્ઞત્વાદિ ગુણસહિત ઉપાસના તે સગુણઉપાસના.

શબ્દાદિ ગુણરહિત પ્રભુઉપાસના તે નિર્ગુણ ઉપાસના.

શબ્દથી પ્રભુની શુદ્ધિ - સદનુષ્ઠાનથી ચિત્તની શુદ્ધિ થાય.

ચિત્તની શુદ્ધિ માટે પ્રભુશુદ્ધિ આવશ્યક છે તથા

પ્રભુની શુદ્ધિ માટે નાદ એ આલંબન છે.

નાદ શબ્દબ્રહ્મરૂપ છે, તેનાથી પરબ્રહ્મની પ્રાપ્તિ થાય છે.

(૨) નમસ્કાર શબ્દબ્રહ્મરૂપ છે તેથી નાદસ્વરૂપ છે.

નાદથી લય અને લયથી પરબ્રહ્મનો લાભ થાય છે.

લય, શૂન્ય, મૂર્છા, સામ વગેરે એકાર્થક છે.

નાદથી શ્રુત અને સમકીત સામાયિકનો લાભ થાય છે.

(3) શક્તિ, વ્યાપિની, સમના અને ઉન્મના જ 'કલા' છે.
વળી નાદાંત એ જ 'નાદ' છે અને નિરોધિની,
અર્ધચંદ્ર અને બિંદુને જ 'બિન્દુ' કહેવામાં આવે છે.
આ અપેક્ષાથી વર્ણન ઘણું સ્થળોમાં છે, તેથી બહુમાન્ય છે.
એ અપેક્ષાએ સંહારક્રમમાં બિંદુમાંથી કલા ઘટે.

(૪) સૃષ્ટિક્રમ = કલામાંથી બિંદુ. સંહારક્રમ = બિંદુમાંથી નાદ.

(૫) સૃષ્ટિક્રમ = નાદમાંથી બિંદુ. સંહારક્રમ = બિંદુમાંથી નાદ.

(૬) નાદ અને બિંદુ એ બંને જીવની અવસ્થાઓ છે.
જીવની બિંદુ અવસ્થા ભ્રૂમધ્યમાં પ્રાપ્ત થાય છે અને
જીવની નાદ અવસ્થા લલાટાંતમાં પ્રાપ્ત થતી હોય છે.

(૭) સંહારક્રમથી જીવનું જે ગુણસ્થાનક બિંદુ અવસ્થામાં
હોય, તેના કરતાં તે નાદ અવસ્થામાં ચઢીયાતું હોય છે.

(૮) સૃષ્ટિક્રમનો સંબંધ ગુણસ્થાનકો સાથે નહિ પણ જીવની
ઉત્પત્ત્યાદિ અવસ્થાઓને લગતો છે. ક્ષાયોપશમિકભાવમાં
નિરોધિની સુધી ચઢીને જીવ જ્યારે પાછો પડે, ત્યારે
પતનની અપેક્ષાએ ગુણસ્થાનોનો ઉલ્ટો ક્રમ કહેવાય છે.

(૯) 'કલા' શબ્દ તો ઘણું બધા અર્થોમાં વપરાય છે પણ સાધનાને લગતા અર્થ પ્રણવની ૧૨ કલાઓ છે, તે આ રીતે:

'નયચક્ર સાર'માં જણાવ્યા પ્રમાણે:

	અ	હ્રસ્વ	જાગ્રત	દર્શન	ચેતન કલાઓ
	ઉ	દીર્ઘ	સ્વપ્ન	ચારિત્ર	
	મ	પ્લુત	સુષુપ્તિ	અપ્રમત્ત	
બિંદુ	બિંદુ		સૂક્ષ્મ		
	અર્ધચંદ્ર		સૂક્ષ્મ		
	નિરોધિની		સૂક્ષ્મ		
નાદ	નાદ		અતિસૂક્ષ્મ	તુર્ય	અચેતન કલાઓ
	નાદાંત		અતિસૂક્ષ્મ	તુર્ય	
કલા	શક્તિ		અતિસૂક્ષ્મ	તુર્ય	
	વ્યાપિની		અતિસૂક્ષ્મ	તુર્ય	
	સમના		અતિસૂક્ષ્મ	તુર્ય	

નિષ્કલ → ઉન્મના પર તુર્યાતીત.

કેટલાક ઉન્મનાને કલા નહીં પણ અચેતન કલામાં ગણે છે.

(૧૦)કેટલાક સ્થળોમાં ઉન્મનીને 'મહાબિંદુ' કહે છે, તે
અપેક્ષાએ સુષિરકમલમાં મહાબિંદુથી નાદ ઉત્પન્ન થાય છે.
કેટલાક સંપૂર્ણ બિંદુવલયને 'નાદ' કહે છે,
કેટલાક બિંદુ વિસ્તારના ભાગને 'નાદ' કહે છે અને
કેટલાક બિંદુને માત્ર 'બિંદુ' કહે છે.

(૧૧)જાગ્રત, સ્વપ્ન આદિ કક્ષાઓ જૈનોની અપેક્ષાએ:

સુષુપ્તિ (ગાઢશયન)	-	મિથ્યાત્વ કક્ષા
સ્વપ્ન અવસ્થા	-	સમ્યક્ત્વ કક્ષા
જાગ્રત અવસ્થા	-	સર્વવિરતિ-સુપ્ત કક્ષા
તુર્ય અવસ્થા	-	કેવળી કક્ષા ગણાય છે.

(૧૨)બિંદુને શક્તિસ્વરૂપ કહેલ છે, તે બહુ અપેક્ષાએ છે.
બધા જ (અગિયાર) પદોને 'શક્તિ' કહેવામાં આવે છે,
કારણકે ૐ સ્વયં કુંડલિની શક્તિ સ્વરૂપ છે.

(૧૩)પરમાત્માની બે શક્તિ: બિંદુશક્તિ-વિસર્ગશક્તિ.
વિસર્ગશક્તિથી સંસારનું સર્જન થાય છે, જ્યારે
બિંદુશક્તિથી મોક્ષમાર્ગનું સર્જન થાય છે.

(૨૪) બિંદુને મૂળશક્તિ કરે છે. પરમાત્મા જ્યારે સર્જનની ઇચ્છાથી 'એકોઽહં બહુસ્યામ્' વડે પોતે જ પોતા તરફ જુએ, ત્યારે બિંદુશક્તિમાંથી વિસર્ગશક્તિ ઉત્પન્ન થાય છે.

અદ્વૈતની અંદરથી જ દ્વૈત સર્જાય છે.

વિસર્ગમાં જે ઉપર છે, તે સૂર્ય અથવા પ્રાણવાયુ અને વિસર્ગમાં જે નીચે છે, તે ચંદ્ર અથવા અપાનવાયુ છે. મોક્ષમાર્ગ માટે આ બન્ને વાયુનું સામરસ્ય જરૂરી છે.

સંસારનું સર્જન એ બંનેના વૈપુલ્યથી થાય છે.

ઇડા અને પિંગલામાં પ્રાણોનું વહન એ સંસારનું કારણ તથા સુષુમ્ણા નાડીમાં પ્રાણોનું વહન તે મોક્ષનું કારણ બને છે. સુષુમ્ણામાં વહન થતાં પછી સાધના કરવી પડતી નથી, સ્વયં થતાં કરે છે. સુષુમ્ણાનો સ્વભાવ જ એવો છે કે તે સાધકને બ્રહ્મ તરફ ઊંચે (બ્રહ્મરંધ્ર) લઈ જાય છે.

(૨૫) નાદ - બિંદુ તે સૃષ્ટિક્રમમાં શક્તિનું રૂપાંતર છે. શક્તિ તે નાદ - બિંદુનું રૂપાંતર છે પણ સંહારક્રમમાં. સાધનામાં અગિયારે માત્રાઓ અથવા કલાઓ સ્વરૂપે

જે પિંડિતરૂપે પડેલા હોય છે, એમ દરેક કળામાં ઉત્તર-કળાઓ બધી પિંડિત હોય છે. દા.ત. બિંદુમાં અ, ઉ, મ પિંડિત છે. સંહારક્રમમાં અને સમનાદિ અર્ધચંદ્ર સુધી બીજરૂપે પિંડિત છે. પ્રત્યેક અવસ્થામાં બધી અવસ્થા ગૌણ રીતે હોય છે. અ ની અંદર ઉ માં અને મ માં પણ અગાધારે કળાઓ છે, કારણકે બધામાં નિશ્ચયથી તો 'સર્વ શિવમય |' જ છે. વ્યવહારથી નીચેની દશા તે અશિવમય (હેય) અને ઉપરની શિવમય (ઉપાદેય) છે. દા.ત. બિંદુની અપેક્ષાએ મ (સુષુપ્તિ) હેય છે અને ઉન્મનાદિ - અર્ધચંદ્રપર્યંત ઉપાદેય છે.

(૨૬) સેતુબંધ = ઉન્મના, સમના, વ્યાપિની અને શક્તિ એ ચારનો મિશ્ર સમૂહ. એ શબ્દ પરમ શ્રેષ્ઠ એવા મોક્ષમાર્ગના અર્થમાં વપરાય છે અને તેને સૌ માર્ગો ઉપર રહેલ ચઢીયાતો માર્ગ જે 'સર્વાધિકો પરિવર્તિ' કહેવાય છે.

સંસારી જીવમાં નાદ - કળા - બિન્દુ એટલે?

તેમાં નાદ તે દ્રવ્ય, કળા તે ગુણ અને બિન્દુ તે પર્યાય.

સંસારી અવસ્થામાં આત્મદ્રવ્ય સદા જે કંપમાન હોવાથી
તે સૂક્ષ્મ નાદરૂપ છે, ઇશ્વરસ્વરૂપ નથી. ઉન્મના, સમના,
વ્યાપિની અને શક્તિરૂપ કલાઓ ગુરુના સ્થાને છે.
બાકીના બધા બિંદુરૂપ પર્યાયો સમજવા.

સિદ્ધ અવસ્થામાં નાદ - બિંદુ - કલાનો સંભવ જ નથી.

નાદરૂપ સૃષ્ટિ ગુરુપરંપરાથી - બિંદુરૂપ જન્મપરંપરાથી છે.
પરમશિવથી લઈને પરમ ગુરુપર્યંત ચાલી આવતી શાખ
પરંપરાપ્રધાનતા હોવાથી વિધાક્રમને 'કુલ' કે જાતિ કહે છે.
ઉપાસ્ય પણ ચેતન છે અને ઉપાસક પણ ચેતન છે.
બંનેને એક બતાવવાવાળું શાસ્ત્ર એ 'કુલ શાસ્ત્ર' છે.
કુ = પૃથ્વી, લ = લીન થવું. પૃથ્વી તત્ત્વ મૂલાધારમાં છે.
મૂલાધારચક્રને જ કુલ કહે છે. મૂલાધારથી સુષુમ્ણાનાડી મળી.
તેમાંથી ઉઠીને કુંડલીની સહસ્રારમાં પરમ શિવથી સામરસ્ય
પ્રાપ્ત કરે છે. લક્ષણાથી સુષુમ્ણાને પણ 'કુલ' કહેવાય છે.
કુંડલીની શક્તિરૂપ છે. શક્તિ એ સૃષ્ટિ છે, તેથી સૃષ્ટિ એ
જ કુંડલી છે. એ ઉપરથી કુંડલીને પણ 'કુલકુંડલી' કહે છે.

શ્રુત = અનાહતનાદનું સ્વરૂપ.

તેમાં ઉપયોગયુક્ત આત્મા = શ્રુતોપયોગ અર્થાત્
આત્માનો ધ્વનિ તે અનાહત નાદ, જે સતત ચાલુ છે.
તેમાં ઉપયોગને જોડી રાખવો.

આ સ્વરૂપ પદાર્થ એવો શ્રુતોપયોગ બહુ મહત્ત્વવાન છે.
તેનું એક કારણ એ છે કે શ્રુત દ્વારા
શ્રુતને કહેનારા વીતરાગ પુરુષોમાં સુરતા પરોવાય છે.
શ્રુતના કથક સર્વજ્ઞ - સર્વદર્શી છે,
સાંભળનાર સર્વજ્ઞતાના અર્થી જીવાત્મા છે અને
કથનીય તત્ત્વ સાક્ષાત્ અથવા પરંપરા વિશુદ્ધ આત્મા છે.
શ્રોતાનું ચિત્ત શ્રુતના કથક અને શ્રુત દ્વારા કથનીય
તત્ત્વમાં લીન થયે 'સુરતાયોગ' કે મંત્રયોગ ગણાય છે.

શબ્દબ્રહ્મના રસ્તે જતાં મળે નાદબ્રહ્મ.

બ્રહ્મનું પરમ અને મહાન રૂપ નાદ છે.
'નાદબ્રહ્મ' એટલે નાદરૂપી પરમાત્મા - નાદબ્રહ્મ પરમેશ્વર.
જપયોગ વડે નાદનો આશ્રય સૌથી વધુ સુલભ છે.

બ્રહ્મના બે પ્રકાર છે : શબ્દબ્રહ્મ અને પરબ્રહ્મ.
શબ્દબ્રહ્મ સગુણ છે અને પરબ્રહ્મ નિર્ગુણ છે.

શબ્દબ્રહ્મને જાણીને, તેને ઓળંગીને,
પરબ્રહ્મને પામવું, એ મુમુક્ષુમાત્રનું લક્ષ્ય છે.

શબ્દબ્રહ્મને 'પરાવાણી' કહેવામાં આવે છે. એમાંથી જ
અનુક્રમે પશ્યંતી, મધ્યમા અને વૈખરી ઉત્પન્ન થાય છે.

યોગશાસ્ત્ર મુજબ 'શબ્દબ્રહ્મ' અર્થાત્ નાદ.
'अ' જેની આદિમાં તથા 'ह' જેના અંતે છે,
તે માતૃકા પણ શબ્દબ્રહ્મ છે, જેનું બીજ अर्हं છે.
સ્થૂલ વર્ણો આધેય અને નાદરૂપ શબ્દબ્રહ્મ તે આધાર છે.

આધેયાત્મક ક્ષર અંશના ત્યાગથી
આધારાત્મક પરમાક્ષરની સિદ્ધિ થાય છે.

પ્રપંચની શાંતિને ઇચ્છતો વિદ્વાન પુરુષ
'તે જે પરમાક્ષર છે, તે જ હું છું' એવું ધ્યાન કરે.

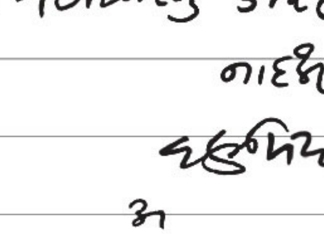
શબ્દબ્રહ્મના જ્ઞાનથી સ્થૂલભૂત શબ્દપ્રપંચનો નિરાસ થાય
અને તેના અર્થભૂત પરબ્રહ્મની પ્રાપ્તિ થાય છે.

'મન્ત્રાણાં પ્રણવઃ સેતુઃ ।'

શબ્દબ્રહ્મરૂપ જ્યોતિર્મય ૐ સમસ્ત વર્ણોનું નિદાન છે.

પ્રણવ, જે વેદનું આદિબીજ છે, તે સમસ્ત
મંત્રબીજોનું કારણ પણ છે અને સેતુસ્વરૂપ પણ છે.

નાદથી વર્ણોની ઉત્પત્તિ થઈને,
વર્ણમય ત્રિકોણરૂપમાં પરિણત થઈને



અકથ આદિ ત્રય રેખાવાળો 'હ્લક્ષ'
કોણથી ભૂષિત થઈને સહસ્ત્રદલમાં
અવસ્થિત થાય છે.

તેના મધ્યમાં 'હંસ' પીઠ ઉપર ગુરુદેવનું ધ્યાન થાય છે.
નિષ્કલ બ્રહ્મસ્વરૂપ ગુરુદેવમાં જે શક્તિ તલ્લીન રહે છે,
તે વાગ્દેવી યા સરસ્વતી છે.

સરસ્ + વતી = સંચરણવાળી શક્તિ.
તેનું વાહન હંસ છે.
'હં' એ શિવ યા પુરુષતત્ત્વ છે અને
'સઃ' એ શક્તિ યા પ્રકૃતિતત્ત્વ છે.

'હં' થી 'સઃ' ની તરફ સંસરણથી શક્તિ
વિપરીતલક્ષે પ્રપંચાભિમુખા થાય છે.
'હં' અહંનો તથા 'સઃ' ઈદંનો પર્યાય છે.
એ પ્રવાહને ઉલટાવી દેવાથી 'સોઽહં' બને છે,
તે પ્રપંચથી પરાવાક્ યા પરબ્રહ્મની તરફ લઈ જાય છે.
સોઽહં ધ્યાન યા અજપાજપની એ જ મહત્તા છે.
એ દ્વારા સહજ પ્રાપંચિક સંસરણમાં વાક્ અથવા
શક્તિના પ્રવાહને વાળી, તેના અખંડ ઉદ્ગમ સ્થાન
નિષ્કલ બ્રહ્મસ્વરૂપ શ્રી ગુરુદેવ તરફ લઈ જવો પડે છે.
પ્રવાહને વિપરીત દિશામાં લઈ જવાનો હોવાથી
સોઽહં સાધન શ્રમસાધ્ય બનાય છે.
આ ક્રિયામાં જ્યાં દ્રષ્ટા - દૃશ્ય, શિવ - શક્તિ અને
અહં - ઈદંનું એકીકરણ થાય છે,
ત્યાં સાધકને નાદની અનુભૂતિ થાય છે.
બિન્દુરૂપ પરાવાક્ 'કારણ બિન્દુ' છે અને
પશ્યંતિ આદિ ત્રણ 'કાર્ય બિન્દુ' છે.

અનાહત ધ્વનિ - અધ્યાત્મ શબ્દ

તંત્રગ્રંથોમાં અનાહત ધ્વનિની કિંમત મોટી છે.
કુંડલિની પ્રગટે, ત્યારે કુંડલિનાદનો ધ્વનિ પ્રગટે છે,
તે પાછળ અનાહત ધ્વનિનું સૂચન સંભવે છે.
નાડી એટલે સુષુમ્ણા અને પવન એટલે પ્રાણ.
નાડી - પવન સંયોગના પરિણામ વિના યોગચર્ચા નિરર્થક.
તે વિના ઘણું ક્લેશે પણ યોગ સાધી શકાતો નથી.
પ્રાણ જ્યારે સુષુમ્ણા નાડીમાં વહન થવા લાગે, ત્યારે
મંત્રસિદ્ધિ થાય છે, તે પહેલાં ઈડા - પિંગલામાં
પવનની ગતિ હોય, ત્યાં સુધી ચિત્તમાં ચંચળતા અને
જડતા અનુભવાય છે. જેમ જેમ મંત્રજાપ વધે છે,
તેમ તેમ પવનની ગતિ બદલાય છે અને
અંતે જ્યારે સુષુમ્ણામાં મંત્રજાપ ચાલવા લાગે, ત્યારે
મનઃસ્થિરતા અને શુદ્ધિ અનુભવાય છે.
કુંડલિ સ્પંદન કુંડલિનીની નિશાની છે.
'अध्यात्म शब्दः'। अनाहत ध्वनिस्तत्परमार्थः।

અનાહત એ આત્મા જ છે.

અનાહત એ ઉત્તરોત્તર વિશુદ્ધ થતી ચૈતન્યશક્તિ જ છે,
પ્રથમ તે નાદરૂપે અનુભવાય છે,
પછી તે અનુક્રમે તૈલધારાવત્ (અવિચ્છિન્ન) પ્રવાહરૂપે
બની બ્રહ્મરંધ્રમાં વિલીન થઈ જાય છે, એટલે
'શુદ્ધ થયેલા આત્માથી અભિન્ન હોઈ
અનાહત એ આત્મા જ છે'
આ રહસ્ય બતાવવાં જ ત્રીજા વલયમાં
લબ્ધિધર મુનિઓ સાથે અનાહતની સ્વતંત્ર સ્થાપના થઈ છે.
સૂરિમંત્રકલ્પમાં 'અર્હમાં રહેલો બિંદુકલા -
અનાહત (નાદ) તે અરિહંત છે' એમ કહ્યું છે.
એ ગ્રન્થથી પણ આ વાતની પુષ્ટિ મળે છે.

- કલાપૂર્ણ વિ. - કા.વ.૮

ઈશ્વરના સ્વરૂપનું ધ્યાન કરવાથી
જે અનાહત શબ્દરૂપે અનુભવમાં આવે છે, તે પ્રભાવ છે.
તે અપાર અને અનંત છે.

અનાહતના ચાર મંડળો

સર્વ લાભોમાં શ્રેષ્ઠ લાભ નમસ્કારનો લાભ છે, તેમાં
નમસ્કાર્ય પ્રત્યે સર્વસ્વનું દાન છે, તેથી અગણિત ફળ છે.
સર્વ પાપ છેદવા સમર્થ - મંગળોને લાવવા અમોઘ છે.

અનાહતના ચાર મંડળો કે અઢી આંટા -
સાડા ત્રણ આંટા વગેરે લાભના ગુંચળાકારને જણાવે છે.
તે દરેક આંટા ઉત્તરોત્તર લાભની વૃદ્ધિના સૂચક છે.
આગમનો સાર નમોલાભ છે, જે સમતાલાભ વધારે છે.
મંત્ર - યંત્રનો સાર અનાહત છે, તે સમતા અનાહત છે.

તેને સૂચવવા સાડા ચાર આંટાનું આલેખન છે.
એમ અનાહત ધ્વનિ પણ અટક્યાં વિના ચાલ્યા કરે છે,
તે જણાવવા માટે ત્રીજું આલેખન વર્તુળથી ન કરતાં
સ્પાઈરલ કે ગુંચળામાં કરેલું છે.

અંગતમાંથી બિનઅંગતમાં જવા માટે તથા
વ્યક્તિમાંથી સમષ્ટિમાં જવા માટે માત્ર લાભ જ સમર્થ છે,
દાન કે ક્રિયામાં તે સામર્થ્ય નથી.

અર્થભાવનાપૂર્વક થતો મંત્રજાપ

સાધકને શબ્દ ફલીભૂત થતો હોય છે, કેમકે મંત્રના અર્થ અને ભાવને શરીર તથા મનના સર્વ તત્ત્વોમાં સંચારિત કરવું કાર્ય પુરશ્ચરણાદિ થાય છે. અનાહતનો જે શબ્દ, તે શબ્દનો જે ધ્વનિ, તે ધ્વનિની અંદરનું તેજ, તે તેજની અંદર મન રહે, તો તે મન વિલય પામે. ધ્યાન અત્યંત ચિંતાદિ સાધ્ય છે, તેથી તે કરવું મનુષ્ય માટે સુકર નથી. માટે જ મનને સુખેથી સાધવાનો ઉપાય આ અનાહત નાદ છે.

મંત્રરાજથી ઉત્પન્ન થયેલાં અનાહત નાદમાં જેનું ચિત્ત રહેલું છે, તેવા સાધુ ભગવંતોને અણિમા વગેરે સર્વ સિદ્ધિઓ સ્વયં સિદ્ધ થાય છે.

'યોગપ્રદીપ'માં કહ્યું છે કે:

સમાધિ = અનાહત નાદના લયથી ઉત્પન્ન થયેલું સુખ.

જીવમાં કર્મનિમિત્તક વિવિધતા નજરમાં ન આવે, ત્યારે શુદ્ધ નયે અનાહત સામ્ય પ્રાપ્ત થાય છે.

અનાહતનું અષ્ટમંગલ

(૧) આ સિદ્ધચક્રનું બીજ 'અર્હં', તેની સાથે 'અનાહત'. એ 'સમ્યગ્દર્શન' અને 'વિનય' સમાધિનું બીજ છે.

(૨) અષ્ટવર્ગની સાથે તે અનાહત સમ્યગ્જ્ઞાન અને શ્રુતસમાધિનું બીજ છે.

(૩) ૪૮ લબ્ધિપદોના મધ્યમાં આઠ અનાહતોનું આલેખન સમ્યક્ચારિત્ર, શીલસમાધિ તથા તપસમાધિનું બીજ છે.

(૪) અભેદરૂપ સાધના અનાહત દ્વારા જ ફળે છે.

(૫) અનાહત શુદ્ધ ધ્વનિ, સમતા અથવા સમાધિરૂપ છે.

(૬) ધ્યાનથી થતી ઉત્તરોત્તર શુદ્ધિ અનાહતથી આલેખાય.

(૭) Anahata is a symbol of pure soul and its meditative state.

(૮) 'અનાહત'નું ઉચ્ચારણ અને આલેખન એ અનક્ષર શ્રુતનો જ એક પ્રકાર છે. તેનું સ્મરણ, ચિન્તન અને ધ્યાન એ આભ્યંતર તપનો જ એક પ્રકાર છે.

સુરત શબ્દયોગ એટલે...

અનાહત શબ્દમાં સુરત (ધ્યાન)ને જોડવાની ક્રિયા.
પ્રત્યેક શક્તિના બે રૂપ હોય છે : ગુપ્ત અને પ્રકટ.
ગુપ્તશક્તિનું ભાન હોતું નથી, તે અરૂપ - અનામ હોય.
ક્રિયારૂપમાં પરિણત થવાથી તેનું ભાન થાય છે.
સક્રિય શક્તિનો વિસ્તાર ધારારૂપમાં થાય છે, ત્યારે
ચારે દિશામાં ફેલાઈને તે પોતાનું મંડળ રચે છે.
ક્રિયાશીલ શક્તિની સાથે ધ્વનિ અવશ્ય હોય છે.
શરીરમાં વિદ્યમાન એવા આત્મશક્તિઓની
બાહર ધારાઓથી પણ અનેક ધ્વનિઓ થાય છે.

સુરત યોગનું પ્રયોજન એ છે કે...

અભ્યાસની સુરત (આત્મા અથવા ઉપયોગ)
ક્રમશ: ઊંચે ચઢીને મસ્તકના ક્રિયાશીલ કેન્દ્રો ઉપરાંત
ગુપ્તચક્રો, કમળો, પદ્મોને ચૈતન્યવંત કરી,
સૂક્ષ્મ ગગન મંડળોની રચનાઓનો અનુભવ કરાવી,
અંતે સાચા માલિકના દર્શન કરાવે.

एको नादात्मको वर्णः सर्ववर्णाविभागवान् ।
सोऽनस्तमितरूपत्वात् अनाहत इहोदितः ॥१॥

હૃદયદેશમાં સર્વ વર્ણોના અવિભાગાત્મક એક અખંડ વર્ણ
સતત ઉચ્ચરિત થાય છે, તેને 'અનાહત' કહે છે.
એ નાદાત્મક વર્ણ સદા ઉદિત રહે છે, કદી અસ્ત થતો નથી.
એને ભૈરવ સદ્ભાવ, માતૃ સદ્ભાવ અને પરા એકાક્ષરા
દેવી કહે છે, જેમાં સંપૂર્ણ ચરાચર જગત લીન રહે છે.
અહંરૂપ અદ્વૈત તત્ત્વ છે, તે પ્રકાશની આત્મવિશ્રાન્તિ છે.
હૃદય દેશમાં અકાર - દ્વાદશાંતમાં હકારનો ઉદય થાય છે.

નાદાનુસંધાન દ્વારા અનાહત નાદની ખોજ
એ સંતસાધનાનો મુખ્ય વિષય છે.
ઓંકારથી જગતની ઉત્પત્તિ અને
અનાહતની ઝંકારથી તે ગગનમાં વ્યાપ્ત થયેલ છે.

અનાહતના સેંકડો અર્થો છે, તેમાં 'ધ્વનિ' એક અર્થ છે.
સુસૂક્ષ્મધ્વનિ = અવ્યક્ત ધ્વનિ, અનાહત નાદ. અક્ષરની
તાત્ત્વિક અક્ષરમયતા બ્રહ્મરંધ્રમાં પહેલાં ઉપચારથી હોય છે.

<u>અનાહત નાદાત્મક ધ્વનિ</u>

દરેક વર્ણની અંદર એક અનાહત નાદાત્મક ધ્વનિ છે, જે વર્ણોનો આત્મા છે. વ્યંજનોમાં તેને સ્વરના માધ્યમે ઓળખી શકાય છે અને સ્વરોમાં નાદાત્મક ધ્વનિના તરંગોથી સાક્ષાત્ અનુભવમાં લાવી શકાય છે.

નાદને ઉત્પન્ન કરનાર પ્રાણ છે, જેનું સ્વરૂપ સ્પંદ છે. સ્પન્દનાકાર વર્તુળ તરંગોમાં પ્રવાહિત થતી પ્રાણવાયુની નિગ્રહિત શક્તિ એ જ મૂલાધારમાં ઓંકારરૂપ પરાવાક્ છે. આ ઓંકારની આકૃતિ જ કુંડલિનીના ૩।। વલયરૂપ છે. સૂર્ય, અગ્નિ અને સોમસ્વરૂપ વિભિન્ન ગ્રન્થિસ્થાન છે. એના વ્યક્ત અને અવ્યક્ત એવા બે સ્વરૂપ છે. આ પરાવાણી જ પશ્યંતી અને મધ્યમારૂપે થઈ વૈખરીના માધ્યમથી ઉચ્ચાર્યમાણ વાણીનું સ્વરૂપ ગ્રહણ કરે છે.

<u>પ્રણવનું ધ્યાન અભેદ પ્રણિધાનથી અજાપ વર્ણને માત્ર ધ્વનિમાં - પરમ આનંદ સ્વરૂપ અનાહતમાં ઠીક ઠીક સમય સ્ફુરી રહે છે. આ અદ્ભુત અનુભવ છે.</u>

અનાહતનું તાત્પર્ય

નવપદના કેન્દ્રમાં રહેલ અનાહત સૂચવે છે કે
નવપદમાંથી અનાહતમાં જવાનું છે.
નવેપદો સાપેક્ષ છે, જ્યારે અનાહત નિરપેક્ષ છે.
સંસારચક્રમાંથી ગણાતાં માતૃકા - વર્ણાક્ષરોમાંથી નવપદોમાં
અને નવપદોમાંથી અનાહતમાં આવવાનું છે.
લબ્ધિપદો સાપેક્ષ છે, તેમાંથી અનાહતમાં આવવું સરળ
કોઈપણ લબ્ધિપદનું સ્મરણ નાદ સુધી લઈ જવું જોઈએ.
લબ્ધિપદના આલંબનથી પ્રાપ્ત થયેલ નાદ કરતાં
માતૃકાના આલંબનથી પ્રાપ્ત થયેલ નાદ બળવાન છે
અને તેથી પણ વધુ બળવાન અર્હંથી થયેલ નાદ છે.
લબ્ધિપદોમાંના અનાહત વૈખરીના,
માતૃકાના અનાહત મધ્યમાના તથા અર્હંનો અનાહત
પશ્યંતી - પરાનો સૂચક સમજવો જોઈએ.
પશ્યંતી દ્વારા અનાહત જ્યારે સૂક્ષ્મને પ્રાપ્ત થાય,
ત્યારે જ તેની 'દેવ' સંજ્ઞા છે.

દેહ = યોગ - ક્ષેમને વહન કરનાર દિવ્ય આત્મશક્તિ.

અનાહત પૂજાઓ કરતાં વધુ પૂજ્ય છે,
કારણકે અનાહતો આત્માની પોતાની પશ્યંતી-પરા છે,
તેથી તે બધા પૂજ્યપદોમાં અનુગત છે. પૂજ્ય પદોમાં
અનુસંધેય જે આત્મશક્તિ, તે સર્વત્ર અનુગત હોય જ.
ઘંટનાદ વગેરે સાધનાની સાચી દિશાનાં પ્રત્યક્ષરૂપ છે.

અનાહત નાદ તે બિન્દુનવકની સાધના છે,
તેમાં છેલ્લી ભૂમિકા ઉન્મની ભાવની છે.

મન સ્થિર થતાં શ્વાસોચ્છ્વાસની ક્રિયા કુદરતી મંદ પડે છે.
તે વધુ સ્થિર થતાં તેટલો વખત કુદરતી રીતે કુંભક થાય છે.
તે માટે પ્રાણાયામના જુદા પ્રયોગની જરૂર રહેતી નથી.
મનને શાંત કરવા મૂર્તિ કે ચિત્રનું અવલંબન લેવું.
ચક્ષુ અગર ભાલસ્થલ ઉપર
નેત્રને સ્થિર કરવાનો અભ્યાસ પાડવો જોઈએ.
ઘણી વખત તે રીતે કરવાથી નિમેષોન્મેષ વર્જિત સ્થિતિ
થતાં મન આપોઆપ સંકલ્પ-વિકલ્પરહિત થાય છે.

આઠ વર્ગ એ વર્ણમાતૃકા છે.

અક્ષરમાંથી અનક્ષર - અનાહતમાં જવાનું છે,

એટલે આઠ વર્ગોને વેષ્ટન કરવું આવશ્યક છે.

ઘણા વખત ૐ યુક્ત મંત્રમાં અક્ષરોની ગણત્રીમાં તેને
ગણવામાં આવતો નથી. લબ્ધિ પદો એ સ્તુતિ પદો છે.
સૂરિમંત્ર, વર્ધમાનવિદ્યાદિમાં ય તે પદોનો ઉપયોગ થાય છે.

૮ અનાહતોથી તેના ૮ ભાગ પડી જાય છે.

અનાહત નાદ એ આત્માના વિશુદ્ધસ્વરૂપનો દ્યોતક છે.
એ જાગૃત થાય એટલે આત્મા દેવ-દિવ્ય બની જાય છે,
માટે જ તેને દેવ સ્વરૂપે ઓળખાવવામાં આવે છે.
લબ્ધિઓ મળ્યાં પછી એ અનાહત નાદ કાયમ રહે છે.

બિંદુ આદિ ૯ વસ્તુને એકી સાથે કહેવા હોય,
તો તે 'નાદ' કહેવાય છે.

અનાહત નાદ ક્યારે બને? મનની નિષ્પંદ અવસ્થામાં.

અક્ષર માતૃકાના ધ્યાન કરતાં પણ
અનાહત ધ્યાનની શક્તિ તો અનેક ગુણા અધિક છે.

પ્રણવ એ મૂળ નાદ છે.

અનાહત તરફ લઈ જનાર આહત નાદ સાધન છે.

નાદના ૮ પ્રકારમાં ૪ ઉગ્ર - ઘન નાદ

(૧) સમુદ્ર (૨) મેઘ (૩) ઝરણા (૪) ભેરી.

નાદના ૮ પ્રકારમાં ૪ મંદ - મધુર - સૂક્ષ્મ નાદ

(૫) ભમર (૬) વીણા (૭) વંશી (૮) કિંકિણી.

ઉગ્રથી મધુર તથા મધુરથી ઉગ્ર - એમ સાંભળવા જોઈએ.
નામ, સત્યનામ, ઉદ્દગીથ, રારંકાર આદિ પ્રણવવાચક છે.
અનહદનાદ = પીંડ અને બ્રહ્માંડથી પર એવો અનાહતનાદ.

નાદ = મંત્રજાપ, કલા = પૂજા - સ્તોત્ર,

બિંદુ = જ્યોતિ ઉપર ધારણા - ધ્યાન.

ચિત્ત પર નાડીઓનો પ્રભાવ છે. નાડી બહુ ચંચળ છે.
પ્રભુ અને ધ્યાનની સતત જાગૃતિથી નાડીઓની શુદ્ધિ
થાય છે, ચંચળ વૃત્તિઓને કાબુમાં રાખી શકાય છે.
પ્રભુ સ્થિર થાય છે, ત્યારે જે નાદ સંભળાય છે,

તે નાદને 'અનાહત નાદ' કહે છે.

ચિત્તની ક્ષિપ્ત, મૂઢ તથા વિક્ષિપ્ત અવસ્થાઓમાં નાદ સંભળાતો નથી, એકાગ્રાવસ્થામાં સંભળાય છે. જ્યારે નાદશ્રવણ સ્થગિત થઈ જાય છે, ત્યારે '<u>નિરુદ્ધાવસ્થા</u>' પ્રાપ્ત થાય છે.

આગમ - આરાની જેને '<u>શૂન્યાવસ્થા</u>' કહે છે,

વેદાન્તીઓ જેને '<u>તન્મયભાવ</u>' કહે છે,

તેને જ હઠયોગીઓ '<u>અનાહત નાદ</u>'ની પ્રાપ્તિ કહે છે.

સાધક જીવન કર્મ કે ક્રિયાપ્રધાન છે. પુસ્તકનું જ્ઞાન એ શુષ્ક જ્ઞાન છે. વાસ્તવિક જ્ઞાન અને ભક્તિ કર્મના પ્રભાવે આપોઆપ થાય છે. કૃપા નિરંતર વરસી રહી છે. કૃપા વિના જીવની ગતિ અશક્ય છે, પરન્તુ કર્મ વિના કૃપા ગ્રહણ કરી શકાતી નથી. કર્મથી અસાધ્ય સાધ્ય બને. સ્વયં દેવત્વનો લાભ કર્યા વિના જ જે દેવદર્શન થાય, તે બાહ્ય દેવદર્શનનું મૂલ્ય વાસ્તવિક રીતે નગણ્ય છે. જે જે પોતે નથી હોતો, તેનું જ્ઞાન તેને થતું નથી, તેથી દેવત્વને જાણવા પોતે જ દેવ બનવું જોઈએ. '<u>શનૈઃ પર્વતલંઘનમ્ ।' ધીરે ધીરે જે થાય તે જ ઠીક.</u>

'અનાહત નામે દેવ' = લબ્ધિ અક્ષરરૂપી વિભૂતિ. તે જ પદમયી દેવતા + પદસ્થ ધ્યેયનું લક્ષ્ય. પછી અવ્યક્ત અવસ્થા અને પરા-સ્થિતિ આપોઆપ જ પ્રગટે છે.

<u>અનાહત નાદ = ક્રિયા. જ્ઞાનજ્યોતિ = જ્ઞાન.</u>

હ્રીં મંત્રના શબ્દોનું આલંબન લેવાથી આત્મામાં રહેલ શક્તિ - ગતિ - ક્રિયા જાગૃત થાય છે. એ નાદશક્તિ જ્યોતિની સાથે સંબંધ ધરાવે છે, તેથી મંત્રજાપના નાદના પ્રભાવે જ્યોતિ - જ્ઞાન - પ્રકાશ, કે જે પરમ આત્મગુણ છે, તે પ્રકટે છે.

નાદશક્તિથી વાર્યાંતરાય કર્મો નાશ પામે છે, જ્યોતિ પ્રકટવાથી જ્ઞાનાવરણીયાદિ કર્મોનો છેદ થાય છે.

नाद - बिन्दु - कलाऽभ्यासात् द्योतिस्तत्पद्यते पुनः ।
तत्प्राप्तौ च मनुष्याणां जायेत परमं पदम् ॥१॥

<u>નાદની સાધના માટે વૈખરીનું મૌન,</u>
<u>બિન્દુની સાધના માટે ચક્ષુનું મૌન અને</u>
<u>કળાની સાધના માટે લેખિનીનું મૌન આવશ્યક છે.</u>

<u>નાદબ્રહ્મ</u>

મંત્ર એ મનન માને ત્રાણ કરે છે.

'મનન' એટલે પરમાત્માભેદનું અનુસંધાન.

ૐનો અનાહત નાદ નિખિલ બ્રહ્માંડમાં નિરંતર ધ્વનિત થઈ રહ્યો છે. યોગસાધનામાં આગળ વધતાં-વધતાં સૌ પ્રથમ સમુદ્રગર્જન, મેઘગર્જન, ભેરીનાદ, ઝલ્લરીનાદ, શંખનાદ, મર્દલનાદ, ઘંટાનાદ, કાહલનાદ, કિંકિણીનાદ, વંશનાદ અને છેલ્લે વાણ્યોંકારનો નાદ યોગસાધકને સુણાય. ચિત્તસ્થિર થતાં નાદબ્રહ્મ બંધ થઈ આત્મા સ્વરૂપલીન થઈ જાય છે.

<u>Namaskar</u>

નાભિ = centre, આરા = Process lines,

નેમિ = circle - circumferance, સેતુ = Bridge.

3 lines = That △ Thus (How)

This

માયારૂપી પ્રતિકમાં બિન્દુ એ મેરૂ, નાદ એ સેતુ કે દોરી નદી, કલા કે સંધિ તે મહાકા છે.

નાદ = શ્રુત - બીજું શ્રવણ, જ્યોતિ = કૈવલ્ય - બીજું દર્શન.

શ્રુત વડે કૈવલ્યની પ્રાપ્તિ - નાદશ્રવણ વડે જ્યોતિનું દર્શન કરવું, તે ઉપાસનાનું તત્ત્વ છે, પરમ રહસ્ય છે.

અનાહત અને લયસમાધિનું સાયુજ્ય

અનાહત એ ધર્મધ્યાનરૂપ છે.

ધર્મધ્યાન વડે આત્મા સમ્યગ્દર્શનાત્મક સ્વસ્વરૂપમાં સ્થિર બને છે, માટે તે લયસમાધિ છે.

જે સાધક દર્શન, જ્ઞાન, ચારિત્ર અને તપરૂપ લયસમાધિમાં સ્થિત બને, તે ચારિત્રમાં સ્થિત હોય અને જે ચારિત્રમાં સ્થિત રહે, તે સમાધિમાં સ્થિર બને.

આકુલવ્યાકુલ રહિત, ચિત્તનાં તરંગ વિનાનું, સમભાવમાં સ્થિત અને સહજ અવસ્થાને પ્રાપ્ત થયેલ ચિત્તમાં અનાહત ઉત્પન્ન થાય છે.

અનાહતનો જ્યારે બ્રહ્મરન્ધ્રમાં લય થાય, ત્યારે પરતત્ત્વ સમાપત્તિ રૂપ સમાધિ પ્રકટે છે.

અનાહતના 3 આલેખન શેની માટે?

અનાહતનું પ્રથમ આલેખન વિનયસમાધિ માટે,
બીજું શ્રુતસમાધિ માટે અને
ત્રીજું તપ અને આચારસમાધિ માટે છે.

પ્રથમ વલયમાં અર્હં સાથે અનાહતનું સ્થાપન
એ દર્શનસમાધિનું સૂચક છે કારણ કે
અર્હંના ધ્યાન વડે સમ્યગ્દર્શન પ્રાપ્ત થાય અને પ્રાપ્ત
દર્શન નિર્મળ બને છે, તેથી દર્શનસમાધિ સિદ્ધ થાય છે.

બીજા વલયમાં સ્વરાદિ અષ્ટવર્ગ સાથે
અનાહતનું સ્થાપન જ્ઞાનસમાધિને સૂચવે છે.

ત્રીજા વલયમાં લબ્ધિધારી મહર્ષિઓ સાથે
અનાહતનું સ્થાપન તપ અને ચારિત્રસમાધિને સૂચવે છે.

સત્યં શિવં સુંદરં = દર્શન - જ્ઞાન - ચારિત્ર.
સત્ય = પોતાના આત્માને ઓળખવો.
શિવ = પોતાના આત્મા માટે પુરુષાર્થ કરવો.
સુંદર = પોતાના આત્માને પ્રાપ્ત કરવો.

'અનાહત દેહ' કોને કહેવાય ?

અનાહત નાદ આત્માના વિશુદ્ધ સ્વરૂપનો અભિવ્યંજક છે.
એને જાગૃત કરવાથી આત્મા દિવ્ય બની જાય છે,
તેથી તેને 'અનાહત દેહ' કહેવાય છે.
આત્મા સચ્ચિદાનંદઘન છે. સકલ અવસ્થામાં તેની શક્તિ
નાદ - બિન્દુ - કલા અને અમૃતરૂપે પ્રગટ થાય છે.
અરૂપી ગુણનો વિકાસ તે નાદ,
અગુરુ - લઘુ ગુણની વિકૃતિ તે બિન્દુ,
અવ્યાબાધ સુખનો વિકાસ તે કલા અને
અક્ષય સ્થિતિની અભિવ્યક્તિ તે અમૃત સ્વરૂપ છે.
કર્મના ચાર શુભ વિપાકના ચાર નામ છે:
નાદ એ નામકર્મ, બિન્દુ એ ગોત્રકર્મ,
કલા એ વેદનીયકર્મ અને અમૃત એ આયુષ્યકર્મ,
એમ અનુક્રમે ચાર શુભ વિપાકના ચાર નામ છે.
તેમાંથી જે જ્યોતિ પ્રકટે છે,
તે આત્માના શુદ્ધ જ્ઞાનમય સ્વરૂપનું પ્રતીક છે.

અનાહત નાદના પાંચ વિભાગ છે:

સગર્ભક, નિગર્ભક, નિરંજન, ચિદ્બોધ અને સદાનંદ.

અનાહતનું શ્રવણ તત્ત્વરુચિ પ્રકટાવે છે, ધ્યાન તત્ત્વબોધ કરાવે છે અને તે વડે પ્રકટતી સમતા તત્ત્વ-પરિણતિરૂપ છે. એ રીતે દર્શન, જ્ઞાન, ચારિત્ર - એમ ત્રણે ગુણોની પ્રાપ્તિનો હેતુ અનાહત નાદ બને છે.

નાદ = સુષુપ્તાવસ્થા = સ્વરરૂપ = અવ્યક્ત બ્રહ્મ.

બિન્દુ = સ્વપ્નાવસ્થા = વ્યંજનરૂપ = પરિવર્તિત વિષ્ણુ.

કલા = જાગ્રતાવસ્થા = વર્ણરૂપ = અંતિમ શિવરૂપ.

નાદ, બિન્દુ, કલા અનુક્રમે ઉત્પાદ - વ્યય - ધ્રૌવ્યરૂપ છે.

નાદ = સામ્યાવસ્થા, બિંદુ = વિચલન, કલા = પ્રકટન અવસ્થા.

સરલ રેખા = નાદ તથા બિંદુ અને વક્રરેખા = કલા.

નાદમાંથી બિંદુ અને બિન્દુમાંથી કલા એ સૃષ્ટિક્રમ અને કલામાંથી બિંદુ અને બિન્દુમાંથી નાદ એ સંહારક્રમ છે.

અનાહત નાદના શાન્ત, વરદ, આનંદ, શુદ્ધ, બુદ્ધ, પ્રકાશક સ્વરૂપનું વિચિંતન કરવાથી વાક્સિદ્ધિ થાય છે.

કયા બિંદુને 'અનાહત' કહે છે ?

જ્યાંથી અમૃતપ્રવાહ નીચે ઝરે છે, તેવા અમૃતબિંદુને 'અનાહત' કહે છે, તે સ્વયં ઉદિત હોઈ ઈચ્છાધીન નથી, જ્યારે અન્ય શબ્દો સ્થાન તથા કરણના અભિઘાતથી વ્યક્ત થતાં હોઈ ઈચ્છાધીન છે.

'અનાહત' સર્વ વર્ણોનું સામાન્ય સ્વરૂપ છે.

સતત ઉચ્ચારણને લીધે તે નિરતિશય પ્રત્યે ઓંકારનિષ્ઠ છે, તેમાં વાચકનો ભેદ નથી પણ વિમર્શની પ્રધાનતા છે, અનાહત એ અર્હંના ધ્યાન વડે અર્હંસ્વરૂપ બનેલ આત્માનું જ સ્વરૂપ બતાવે છે.

ઓંકાર = ઓંકારની સાધના = નાદ-બિંદુ સાધના.

આ સાધનાથી શિવત્વ પ્રાપ્ત થાય છે.

નાદ વ્યક્ત અને બિંદુ અવ્યક્ત અવસ્થાનું નામ છે. પરબ્રહ્મ અને શબ્દબ્રહ્મમાં કોઈ ભેદ નથી. પરમ પદનો પ્રથમ વિસ્તાર નાદ અને બિંદુ દ્વારા થાય, આથી તેના સાક્ષાત્કાર વખતે નાદ, ધ્વનિ, શુદ્ધ જ્યોતિ અનુભવાય છે.

સર્વ મંત્રોનું ધ્યેય એક જ છે કે...

કુંડલિનીની શક્તિને જાગ્રત કરી, સમ્યગ્‌દર્શનથી તેને
સહસ્રાર - બ્રહ્મરન્ધ્ર ચક્રમાં લઈ જઈ શક્તિરૂપ જીવ
અને બ્રહ્મરૂપ શિવની એકતા સિદ્ધ કરી લેવી.
એનું ફળ સિદ્ધત્વ - સ્વયં તે સ્વરૂપ બની જવું તે છે.
સુષુપ્ત કુંડલિની = personal self, સ્વાર્થ તથા અહં.
જાગૃત કુંડલિની = selfless self - ભેદવિજ્ઞાન, નમ્રતા.
બહિરાત્મભાવ કે અહંભાવ તે કુંડલિનીનો દુરુપયોગ છે.
અંતરાત્મભાવ કે નમસ્કારભાવ એ તેનો સદુપયોગ છે.

ષટ્‌દલ ચક્રભેદ એટલે અશુદ્ધ વૃત્તિઓનો છેદ.

શૂન્યમાં શક્તિનું નિર્ગુણત્વ થાય છે.
બ્રહ્મરંધ્રમાં શિવ - શક્તિનું મિલન થાય છે.
પોતે શિવરૂપ બન્યાં વિના જગતરૂપ થઈ શકાતું નથી.

Japa of ॐ or Soham is regarded as a great aid to concentration.

ભ્રમર, ત્રિકુટી અને કુંડલિની જાગરણ

રુદ્રગ્રંથિના અધોભાગમાં બોરના ઠળીયાની માફક એક સૂક્ષ્મ ખાડો હોય છે, તેને ભ્રમર કહે છે. બ્રહ્મગ્રન્થિના મૂળમાં શ્રીં ભ્રમર હોય છે. વિષ્ણુગ્રંથિના મૂળમાં હ્રીં તત્ત્વનું સ્થાન નિશ્ચિત છે.

ત્રિકુટી એટલે શું? તે ક્યાં હોય?

એક કાનથી બીજા કાન સુધી માથા પરથી એક રેખા કલ્પવી. બીજી રેખા ભ્રમરોની વચમાંથી મસ્તકના મધ્યભાગ સુધી ખેંચી જવી. બંને જ્યાં મળે, તેમાં તેને 'ત્રિકુટી' કહે છે. મંત્રજાપનું ત્યાં પ્રકાશમય જ્યોતિરૂપે ધ્યાન કરાય છે.

મસ્તકના મધ્યભાગમાં ત્રિકુટી છે.

બ્રહ્મનાડી મેરુદંડથી ઉપર વધીને ત્રિકુટીમાં થઈને સહસ્રાર સુધી પહોંચે છે. આ બ્રહ્મનાડીમાં તેજ સ્વરૂપ મનને પ્રવેશ કરાવીને આજ્ઞાચક્રમાં લાવવામાં આવે છે. અહીં તે તેજરૂપ પ્રકાશ સ્થિર થયાં પછીથી ચક્રનાં જે લક્ષણો વર્ણવ્યાં છે, તે બધાનો અનુભવ થાય છે.

ત્રિકુટી ભેદાઈ = પિંડ - બ્રહ્માંડનો પડદો ટૂટી ગયો, સમસ્ત
બ્રહ્માંડને ચલાવતી મહાશક્તિનો સીધો સ્પર્શ થઈ ગયો.

पिंडमध्ये चराचरं यो जानाति स योगी पिण्डसंवित्तिर्भवति।

અર્થાત્ : પીંડમાં જે ચરાચર જગતને જાણે છે,
તે યોગી પીંડને જાણનાર થાય છે.

યોગી માટે જ્યારે આ વસુધા જ વેદ બની જાય, પછી તેને પોથી કે પુરાણોની જરૂર રહેતી નથી. તેના અંતરમાં સ્વયં સરસ્વતી જ બ્રહ્મજ્ઞાનનું ઉચ્ચારણ કરવા લાગે છે.

'કાચે ભાંડે પાની ન રહે' તેના જેમ

પહેલાં સંયમ અને સાધનાથી કાયાનું શોધન કરવું જોઈએ તથા મન રૂપી પવનને વશ કરવો જોઈએ, તો જ મહાશક્તિ-પરમ શિવનું પ્રત્યક્ષ મિલન આ દેહમાં અનુભવાય અને સ્વતંત્રતા - સ્વાનંદ - સહજભાવની સ્ફૂર્તિ થાય. સચ્ચિદાનંદના અનુભવમાં સાધ્ય, સાધક અને સાધનની ત્રિપુટી અદૃશ્ય થાય છે. ત્યાં એક અદ્વૈતમાં વિલીન થાય અને 'સત્યોઽહં, શિવોઽહં'નો અનુભવ થાય છે.

ચક્રોનું જાગરણ થઈ રહ્યું છે, એનાં લક્ષણો ક્યાં?

ચક્રના દળો, આકૃતી, તત્ત્વનાં બીજો, દેવશક્તિ, યંત્ર, લિંગ, વાહન, ગુણ, રંગ વગેરે સર્વ અનુભવો મનને થાય છે. શરૂમાં તે અનુભવો ઘણાં અધૂરા, ઝાંખા, અસ્પષ્ટ અને વિકૃત જેવા પણ જણાય છે. ધીમે-ધીમે એ અધિક સ્પષ્ટ થતાં જાય છે. સ્વસ્થ ચિત્તથી સાવધાન થઈને લાગલગાટ સાધના કરવાથી સફળ થવાય છે. ધ્યાનમાં એનાં લક્ષણો અધિક સ્પષ્ટ થતાં જાય છે. ચક્રોનાં સ્થાન પર એની સાથે સંબંધ ધરાવતી માતૃકાઓ, જ્ઞાનેન્દ્રિયો, કર્મેન્દ્રિયો વગેરેમાં અચાનક કંપ, રોમાંચ, સ્ફૂરણ, ઉત્તેજનાદિ અનુભવાય છે. ત્રિકુટી સ્થિત જપ દ્વારા મંત્રજ્યોતિમાં મનને થોડી વખત રાખી મૂકવાથી મન સ્વયં જ્યોતિર્મય-તેજસ્વરૂપ બની જાય છે. જેમ કોઈ તપાવેલી લાલ વસ્તુ હોય, તેમ આપણા મનને જ્યોતિર્લિંગના મધ્યમાં તપાવવા માટે મૂકવું. થોડી વખત રાખી મૂકવાથી સ્વયં જ્યોતિર્મય બની જશે.

તે જ રીતે આપણા મનને આજ્ઞાચક્રમાં લાવવું.

અમુક કાળ દરમ્યાન મંત્રજપ ચાલુ રાખવાથી મનનો નાશ થઈ જશે, અનિત્ય ભૂલાઈ જશે, વ્યાપક એવો ચિદ્ઘન સ્થિર થશે અને વિલક્ષણ આનંદનો જ અનુભવ થશે.

મંત્રજપ ચાલુ રહેશે, તે જ વખતે કુંડલિની જાગ્રત થશે.

સમુદ્ર ગગનને સ્પર્શે છે કે પૃથ્વી સમુદ્રમાં ભુસકો મારે છે એવો ભાસ થશે. આમ વિશિષ્ટ વખત ધ્યાન કરવાથી જે વધારે પડતી ગરમી પેદા થાય, તે અસહ્ય હોય છે.

કુંડલિનીને જગાડવા માટે...

એને પીડિત કરવી, છેડવી તેમ જ છંછેડવી પડે છે.

જેમ પરમાણુને વિસ્ફોટ કરવા - ફોડવા એને વચ્ચેથી ઘા મારવા પડે છે, તેવી રીતે સુતેલી કુંડલિનીને જાગૃત કરી ગતિશીલ બનાવવા એના ઉપર આઘાત કરવો પડે છે.

આ ક્રિયાને 'કુંડલિની પીડન' કહે છે.

આથી પીડા પામી છંછેડાયેલી તે ફૂંફાડા મારતી જાગી જાય છે. એનું સૌથી પ્રથમ આક્રમણ આપણા મનમાં સંચિત થયેલા જન્મ - જન્માન્તરોના સંસ્કારો ઉપર થાય છે.

એ સંસ્કારોને તે ચાવી જાય છે અને મનના મર્મ-સ્થળ ઉપર સૂક્ષ્મશક્તિ સાથે ચઢી બેસી, એની સ્થૂલતા-માયાપરાયણતા - મમતાને નષ્ટ કરીને બ્રહ્મભાવમાં જોડે છે. ષટ્ચક્રોનું વેધન અને કુંડલિની જાગરણથી બ્રહ્મરંધ્રમાં ઈશ્વરીય દિવ્યજ્યોતિ - પ્રકાશનાં દર્શન થાય છે અને અનેક સિદ્ધિઓ પ્રગટે છે. અન્ય ધર્મો માને છે કે: વિશ્વમાં મનુષ્ય એ પરમેશ્વરની સર્વોત્કૃષ્ટ કૃતિ છે. મનુષ્યને તેણે આત્મા - મન - શરીર આપ્યાં છે. સૃષ્ટિના અત્યંત શુદ્ધ ભાગમાંથી દોહન કરેલા સત્વમાંથી મનુષ્યનું સ્થૂલ શરીર બનાવ્યું છે. અત્યંત શુદ્ધ ભાગમાંથી મન બનાવ્યું છે અને પોતાના જ સ્વરૂપમાંથી મનુષ્યનો આત્મા બનાવ્યો છે. સ્થૂલતા પ્રકાશના પ્રવેશની પ્રતિબંધક - સૂક્ષ્મતા અવિરોધિની છે. ઘી સ્થૂલ રહે છે, ત્યારે તેમાં પ્રકાશ પ્રવેશી શકતો નથી. તેને અગ્નિ પર ગરમ કરી પ્રવાહીરૂપમાં રૂપાંતર કરવામાં આવે છે, ત્યારે તેમાં પ્રકાશ પ્રવેશતાં તળિયા સુધી જોઈ શકાય છે.

ઉષ્ણતા - શીતળતાદિ એક જ દ્રવ્ય વિવિધ રૂપો પામે છે.

દ્રવ્યની અત્યંત સૂક્ષ્મતા એ વાયુ છે,

એથી સૂક્ષ્મતા એ જળ છે તથા સ્થૂળતા એ પૃથ્વી છે.

યોગીપુરૂષો અણિમા, લઘિમા, મહિમા વગેરે ક્રિયાઓ
સ્થૂળ - સૂક્ષ્મરૂપે રૂપાંતર કરીને કરી શકે છે.
'આત્મા જ સત્ય છે,' એવી ભાવના રાખી મંત્રજાપ
જપવાથી લાભ મળે છે. મંત્રજાપ તેજની ઉપાસના છે.
જેવી રીતે રેડીયોમાં સાંભળવાની ઇચ્છા થાય,
ત્યારે પહેલાં લાઈટ કરાય, તેના પ્રભાવે તે ગરમ થાય.
પછી એ તેજમાંથી જે જે સાંભળવું હોય, તે તરંગો વડે
મૂકી - સાંભળી શકાય છે, તેમ ચિત્ત કે મનની એકાગ્રતા
હૃદય તરફ લક્ષ્ય કરવાથી એક પ્રકારનો આત્મિક
પ્રકાશ અનુભવાય છે. તેની મદદથી જે કાંઈ જોવું,
સાંભળવું કે મેળવવું હોય, તે મેળવી શકાય છે.
સત્યનો અર્થ વિશાળ થાય છે અને
સોમનો અર્થ મનોમય ચૈતન્યની ઉચ્ચ ભૂમિકાઓ.

कुण्डलिनी प्रणव स्वरूपिणी।

ॐ = ૐ = અ તમોગુણ + ઉ રજોગુણ + મ સત્વગુણ

ં = અર્ધમાત્રાથી ઉત્પન્ન થતી આ બિંદીનો અનુનાસિક ધ્વનિ આત્માના શુદ્ધ સ્વરૂપનો દ્યોતક છે.

કુંડલિની શક્તિના આ ૩॥ કુંડળ છે.

Kundalini shakti lies in the static form. When it lies in dynamic form, આ કુંડલિની શક્તિ ત્યારે વિશુદ્ધિચક્રમાં બિરાજે છે. ગુરુકૃપાથી યોગાભ્યાસ, તીવ્ર વૈરાગ્ય, જ્ઞાન - ભક્તિ, પ્રાણાયામ, શક્તિપાત આદિથી જ્ઞાનવતી, ક્રિયાવતી દ્વારા પ્રસુપ્ત Stateથી - Kinetic Stateમાં લઈ જઈ કુંડલિની જાગૃત થાય છે. ગુરુકૃપા વંદનીય છે.

કુંડલિની સ્વાધિષ્ઠાને ક્રિયારહિત હોય છે,
વિશુદ્ધિચક્રમાં ક્રિયાશીલ હોય છે તથા
આજ્ઞાચક્રથી બ્રહ્મરંધ્રચક્રમાં પહોંચતા - પહોંચતા
કુંડલિની લયાવસ્થા પ્રાપ્ત કરે છે.

'मूलाधारे सर्पवत्कुंडली भूता नाडी वर्तते तन्मध्ये
स्थापित्यात् इदं कुण्डली ।' - <u>शारदातिलक टीका</u>

धा + रा = रा + धा

કુંડલિની શક્તિ મેઘની વચ્ચે રહેલા નવીન
વિદ્યુત્માલાની જેમ વિરાજમાન છે.

ऊर्ध्वशक्तिर्भवेत् कंठं अधःशक्तिर्भवेद् गुदः
मध्यशक्तिर्भवेद् नाभिः शक्त्यातीतं निरंजनः ।

મૂલાધારથી નાભિચક્ર પર્યંત ઇચ્છાશક્તિરૂપ બ્રાહ્મી,
એને <u>અધઃશક્તિ</u> કહે છે.

નાભિથી કંઠચક્ર પર્યંત ક્રિયાશક્તિરૂપ વિષ્ણુશક્તિને
વૈષ્ણવીશક્તિ યા <u>મધ્યશક્તિ</u> કહે છે.

કંઠચક્રથી આજ્ઞાચક્ર પર્યંત જ્ઞાનશક્તિરૂપ
શિવશક્તિને <u>ઊર્ધ્વશક્તિ</u> કહે છે.

એની અભાવ શક્તિથી પર
નિરંજન - નિર્ગુણ બ્રહ્મનું સ્થાન છે.

ત્રિકુટી = ત્રિવેણી, ઇડા - પિંગલા - સુષુમ્ણા ત્રણેની એકતા.

કુંડલિની = આત્મગત કરૂણા.

તે જ્યારે મધ્યમાર્ગ (સુષુમ્ણા = ભિનારસા) દ્વારા ચક્રોને
ભેદીને ઉપર પરમાત્મગત કરૂણા સાથે એકાકાર થાય,
ત્યારે ત્રીજું સાચું સ્વરૂપ + પરમ માધ્યસ્થ્ય પ્રગટે છે.

મૈત્રી અને મુદિતા તે ઇડા અને પિંગલા.

ચક્રો તે કાર્મિક ગ્રન્થિઓ છે,
જે ભેદીને કરૂણા ઉપર જાય છે.

સવળાં થયેલાં આઠ કમળો (ચક્રો) તે અષ્ટપ્રવચન માતા છે.

બૌદ્ધો કુંડલીની શક્તિને 'ચાંડાલી' પણ કહે છે.

સર્વ મંત્રોનું ધ્યેય કુંડલિની શક્તિ જાગૃત કરીને તેને
સહસ્રાર - બ્રહ્મરંધ્રચક્રમાં લઈ જઈ શક્તિરૂપ જીવ અને
આત્મા ના બ્રહ્મરૂપ શિવની એકતા સિદ્ધ કરી લેવાનો છે.

કુંડલિની ત્રિકોણાકારે છે. △ = દર્શન, જ્ઞાન, ચારિત્ર.

ઇડા = રાગ, પીંગલા = દ્વેષ, સુષુમ્ણા = સમતા.

મિથ્યાત્વદશામાં કુંડલિની અધોમુખ રહે, સમ્યક્ત્વદશામાં
ગ્રન્થિભેદથી ઉર્ધ્વમુખ અથવા પરમાત્મસન્મુખ થાય છે.

કુંડલિની જાગ્રત કઈ રીતે થાય ?

નાભિકમળમાં ઇષ્ટદેવની આરાધના કરો, કુંડલિની જાગ્રત થાય.

નાભિગત મહાતેજની સાથે મણિપુરનો યોગ થવાથી
મણિપુરની શક્તિ વધતાં ઇચ્છા સફળ થઈ જાય છે,
તેથી કુપ્રવૃત્તિ ઇચ્છાને વશ કરી શકતી નથી.
કુપ્રવૃત્તિ દ્વારા ચલિત ઇચ્છા તે કુઇચ્છા છે.
કુઇચ્છાને વશવર્તી થવાથી
આપણા જીવનનો વિનાશ - સર્વનાશ થાય છે.
જ્યારે જીવ પૂર્ણ બ્રહ્મ જોડે એક થાય છે, ત્યારે ઇચ્છા-વાસના અને લાલસાયુક્ત જીવનનો અંત આવે છે તથા જીવ પૂર્ણ સુખ - પૂર્ણ આનંદનો અનુભવ કરે છે.

બ્રહ્મનાદ એટલે...

મેરુદંડમાંના સાતે ચક્રોમાંથી કુંડલિનીનો સંચાર. ઉચ્ચસ્થનો સંસ્કારનાદ છોડાવી કુંડલિની નામક આત્માને બ્રહ્મરંધ્રની પાર ઊર્ધ્વ અનાહત આત્માનંદમાં અને ૐકાર રૂપી કુંડલિનીના ગૂંચળાને જગાડી કોશાતીતમાં લઈ જાય, તે બ્રહ્મનાદ.

સિદ્ધ યોગીના શક્તિપાતથી સાધકને સાધનામાં
જે વેગ મળે છે, તેથી સાધકની પોતાની જે આંતરિક
અવસ્થા હોય છે, તેમાં ગડબડ ઊભી થાય છે.
તે શક્તિપ્રપાત ચાલુ રહે, ત્યાં સુધી સારું લાગે છે,
પછી તેના અસરરૂપ ગમાં બાદ તકલીફ ઊભી થાય છે.

પ્રાણ અને મનનું અધિષ્ઠાન હૃદય છે.
હૃદયના ભાવો સાથે પ્રાણ - મન - બુદ્ધિના ધર્મો જોડવા,
એ મૈત્રી આદિ ભાવનાઓના અભ્યાસથી જ શક્ય બને.
એથી મન, પ્રાણ, બુદ્ધિ અને હૃદયની એકતા સધાય છે.

મનનું વિસર્જન એટલે જ મુક્તિનું સર્જન.

મનને આત્મામાં લીન કરવાનો અભ્યાસ જેમ - જેમ
વધતો જાય, તેમ - તેમ મનની શક્તિ પણ વધતી જાય.

શ્રદ્ધાપૂર્વકના ધ્યાનથી ચિત્તમાં વસેલી મૂર્તિ
Visualise થાય છે.

યોગ્ય પૂર્વતૈયારી વગર બાબાના શક્તિપાતથી
થતી કુંડલિનીનું જાગરણ મુશ્કેલીનું કારણ બને છે.

कुंडलिनी ज्ञानशक्तिर्गृहम् ।

અર્થાત્: કુંડલિની એ જ્ઞાનશક્તિનું ઘર છે.

તંત્રવિદ્યા માહાત્મ્યના મૂલાધાર ચક્રમાં રહેલી

કુંડલિની શક્તિને જાગ્રત કરવામાં માને છે.

પરબ્રહ્મ પોતે જ શબ્દબ્રહ્મ યા સગુણ બ્રહ્મના રૂપમાં જીવાત્માની અંદર નિવાસ કરે છે, એમ વિશ્વ સારતંત્રના બીજા અધ્યાયમાં કહ્યું છે: મંત્રશબ્દ બ્રહ્મનું શરીર છે. કુંડલિની શક્તિ શબ્દબ્રહ્મનું જ સ્વરૂપ છે અને તે પ્રત્યેક વ્યક્તિના શરીરમાં વિદ્યમાન છે. - શારદાતિલક અ. ૧

આ શબ્દબ્રહ્મથી જ વર્ણો અને અર્થના રૂપમાં સમસ્ત જગતની સૃષ્ટિ થાય છે, તેને અક્ષર અને શબ્દો દ્વારા પ્રગટ કરાય છે. એ રૂપથી દેવતા અને સમસ્ત વિશ્વ શબ્દરૂપ કહેવાય. સિદ્ધિ જપનું અવશ્યંભાવી પરિણામ છે એની નાદ સર્જન શક્તિરૂપ છે, તે બ્રહ્મ યા ઈશ્વર છે.

अकारादि क्षकारांत - અર્થ

૫૦ વર્ણો કુંડલિની રૂપ છે, તેથી પરાશક્તિ થાય છે.

ભક્ત તે છે કે જે ભક્તિની સંચારી અવસ્થામાં પહોંચી શકે.

શ્રી વીરજિનં નત્વા યશોદેવં ગુરું વિબુધચન્દ્રમ્ ।
શ્રી વર્ધમાન-વિદ્યા-કલ્પં વક્ષ્યામિ જિનભક્ત્યા ॥૧॥

'શ્રી વર્ધમાન વિદ્યાકલ્પ'ના
ઉપરના શ્લોકમાં જે જિનભક્તિ દર્શાવી છે,
તેનો ઉત્તમ સંચારી ભાવ તે આહ્લાદ દેનાર છે.
તે આહ્લાદ દેનાર મનને ઉજ્જ્વળ તથા વિશદ રાખે છે.
જેથી કુંડલિની દેવી કે શક્તિનો પ્રસાદ બોધી - જાગૃતિ છે,
તે મુક્ત દેહ અને ગહનના કર્મપુદ્ગલને આહ્લાદ દેનારથી
વધે છે, અધિ સ્વીકારે છે. આ ઉપરથી આહ્લાદ દેનાર
અને કુંડલિની દેવી બે એક નથી, તે સાબિત થાય છે.
ભક્તિસાધનાની ચરમ પરિણતિમાં રસની અભિવ્યક્તિ
અને મહાભાવનો વિસ્તાર થાય છે, જેથી રસની વિશુદ્ધિ
અથવા પ્રકૃતિમ સ્વરૂપની પ્રાપ્તિ થાય છે.
શાંતરસની માધુર્યમાં પરિણતિ કે મધુરભાવ સ્વભાવ
સિદ્ધ થયાં વિના મહાભાવનો માર્ગ પ્રાપ્ત થતો નથી.

કુંડલિની મૂલાધારમાં સુષુપ્ત હોય, ત્યારે સંસાર તરફ હોય.
બીજમાં વૃક્ષ નિહિત છે, તેમ સમસ્ત ચૈતન્યમાં શિવ
નિહિત છે અને સમસ્ત તત્ત્વોમાં વિકસિત થાય છે.
શિવચૈતન્યનો પૂર્ણ અનુભવ નિરાલંબપુરીમાં થાય છે.
તે વખતે વિષયોની સાથેનો સંબંધ વિચ્છેદ થાય છે.
કુંડલિની જ્યોતિર્મયી સૂક્ષ્મરૂપ અને મંત્રમયી સ્થૂલરૂપ છે.
સમષ્ટિ ચૈતન્ય પરાવાક્‌રૂપ છે. પરાવાક્ ભાવ અને
ભાષાદિ રહિત છે, છતાં ભાવ અને ભાષામાં પરિણત
થાય છે. તે જ અર્થરૂપમાં ઇંદ્રિયોના અનુભવમાં આવે છે,
પરાદિ વૈખરી પર્યંત ક્રમશઃ વિકાસ થાય છે.

કુંડલિનીથી ધ્વનિ, ધ્વનિથી નાદ, નાદાન્ત,
નિરોધિકા, અર્ધેન્દુ, બિન્દુ આદિનો આવિર્ભાવ થાય છે.

કુંડલિની ઇચ્છા, જ્ઞાન તથા ક્રિયારૂપ છે.
તે તેજોરૂપ, ચિદ્રૂપ અને ત્રિગુણાત્મિકા છે.
ચિત્તનો પ્રવેશ સત્ત્વમાં છે, નાદનો રજમાં.
ચિત્તનો તમોગુણમાં પ્રવેશ થાય, ત્યારે અવ્યક્ત બને છે.

વાણીના ચાર પ્રકારમાં...

પરા વાણી મૂળાધારમાં છે, પશ્યંતિ સ્વાધિષ્ઠાનમાં છે, મધ્યમા અનાહતમાં છે અને વૈખરી વાણી કંઠમાં છે.

કુંડલિની જ્યોતિર્મયી અને અશ્રોત્રવિષયા છે.

તે ઊર્ધ્વગામિની થાય છે, ત્યારે

પશ્યંતિ રૂપથી સુષુમ્ણા નાડીમાં સ્વયં પ્રકાશ બને છે. હૃદયકમળમાં જે નાદરૂપિણી થાય છે, તે જ હૃદય, કંઠ, દંત, નાસિકા, જીહ્વા તથા મસ્તકમાં વર્ણરૂપને ધારણ કરે છે. જ્યારે જીહ્વા અને હોઠની બહાર નીકળે છે, ત્યારે તે વૈખરી બની જાય છે. મંત્રયોગના અભ્યાસથી માત્ર વિચાર જ નહીં, કિન્તુ ભાવ સુધરે છે. ચિત્તની શુદ્ધિ વિના વેદાંતનો વિચારમાત્ર યથાર્થ ફલપ્રદ બનતો નથી.

'विश्वमात्रार्थको नादः ।'

'बिन्दुर्दुःख हरार्थकः ।'

બિંદુરૂપ બ્રહ્મનો સાક્ષાત્કાર કરવા માટે

યોગશાસ્ત્રમાં શાંભવ મુદ્રાનો અભ્યાસ કહ્યો છે.

વૈખરીને ક્ષર વાણી, મધ્યમાને ક્ષરા - ક્ષર,
પશ્યંતીને અક્ષર અને
પરાને પરમ અક્ષર વાણી કહેવાય છે.
વૈખરીમાં શબ્દ અને અર્થ વચ્ચે પરસ્પર ભેદ છે,
મધ્યમા વાણીમાં ભેદાભેદ છે.
પશ્યંતીમાં જે અભેદ છે, એને મંત્ર સાક્ષાત્કાર કહે છે.
પછી બધા વિકલ્પોનો ઉપરામ થાય છે અને
પરાવાણીની પ્રાપ્તિ થાય છે.
ચિત્તની વિક્ષિપ્તાદિ ત્રણ અવસ્થાઓમાં નાદ સંભળાતો નથી,
કિન્તુ એકાગ્ર અવસ્થામાં જ સંભળાય છે.
નિરુદ્ધ અવસ્થામાં તેના શ્રવણ સ્થગિત થઈ જાય છે.
મન નિરુદ્ધ થવાથી અંદર નાદ હોવા છતાં
શ્રવણગોચર થતો નથી. પરતત્ત્વનું પ્રતીક બિંદુ છે અને
જાગ્રત કુંડલિની શક્તિનું પ્રતીક કલા છે.
અનન્ય શ્રદ્ધા, ભક્તિ, અધ્યયન, શરણાગતિ તથા
નામસ્મરણાદિથી પણ કુંડલિની જાગે છે.

કુંડલિની જાગરણ પ્રવેશ...

Entrance of universal purpose.

આજ્ઞાચક્ર અને સહસ્રારચક્ર -

આ બે સ્થળો ઉપર વિધિપૂર્વક ધ્યાન કરવાથી

કુંડલિની જાગ્રત થઈ શકે છે.

સંપ્રજ્ઞાતની સિદ્ધિ માટે આજ્ઞાચક્ર અને અસંપ્રજ્ઞાતની
સિદ્ધિ માટે બ્રહ્મરંધ્ર ધ્યાન માટે સર્વોત્તમ સ્થળ છે.

કાયોત્સર્ગમાં પાંચે પરમેષ્ઠિ ભગવંતોનો
અવશ્ય શક્તિપાત થાય છે, તેથી
છ એ ચક્રોને ભેદીને મહાશક્તિ કુંડલિની
બ્રહ્મરંધ્રમાં સામરસ્યને અનુભવે છે,
તેથી બાહ્યથી સંસારમાં રહેવા છતાં જીવને ભાવથી
મોક્ષસુખની પ્રાપ્તિનો વાસ્તવિક અનુભવ થાય છે.

મંત્રાણાં માતૃભૂતા ચ, માતૃકા પરમેશ્વરી ।

મૂલાધારમાં અગ્નિ કુંડલિની, હૃદયમાં સૂર્ય કુંડલિની અને
ભ્રૂમધ્યમાં સોમ કુંડલિનીના સ્થાન છે.

કુંડલિની જાગ્રત કરવાનો ઉપાય

વિશિષ્ટતાથી શરીરની શુદ્ધિ અને સૂક્ષ્મતા થવાથી તથા સાત્ત્વિક વિચાર, શુદ્ધ અંતઃકરણ, પ્રભુની સાચી ભક્તિ અને પરિપક્વ વૈરાગ્યની અવસ્થામાં એકાગ્રતા અને નિશ્ચલ ધ્યાનથી કુંડલિની શક્તિ જાગ્રત થાય છે. કોઈક જગ્યાએ અકસ્માત કોઈ મનુષ્યમાં અલૌકિક શક્તિ, અદ્‌ભુત ચમત્કાર તથા અસાધારણ લક્ષણો વિકાસ દેખાવામાં આવે, તો સમજવું જોઈએ કે પૂર્વ જન્મના કોઈ સાત્ત્વિક સંસ્કારનો ઉદય અથવા હૃદય પર સાત્ત્વિક પ્રભાવ નાંખવાવાળી કોઈ ઘટનાથી કુંડલિની શક્તિ જાગ્રત થઈને સુષુમ્ણાના મુખમાં ચાલી ગઈ છે. *કુંડલિની જાગ્રત કરવાનો ઉત્તમ ઉપાય મૂલાધારથી લઈને સહસ્રાર સુધીના ચક્રોનું ભેદન કરવું, તે છે.* મુખ્ય વસ્તુ ઈશ્વરપ્રણિધાન અને તીવ્ર વૈરાગ્ય છે. મન - શરીરની સ્વસ્થ અવસ્થા, નિર્મલતા, વિચારોની પવિત્રતા અને વૈરાગ્ય ચાલુ જળવાઈ રહેવી જોઈએ.

ભગવતીના પાંચ રૂપ

(૧) વર્ણમાળા – શબ્દબ્રહ્મ, પરબ્રહ્મ – શબ્દાતીત.

(૨) પંચમહાભૂતાદિ ૩૬ તત્ત્વો. (૩) શ્રી યંત્ર – મૂળ યંત્ર.

(૪) દેહધારી રૂપ, શ્રી ચક્ર સહિત.

(૫) શ્રી મંત્ર – કુંડલિની – શિવ – શક્તિ – શુદ્ધ – વિદ્યા.

હંસ એ શિવમાંથી જીવ બનવાનો સૃષ્ટિક્રમ છે,
સોઽહં એ જીવમાંથી શિવ બનવાનો લયક્રમ છે.

મંત્ર એટલે તેના વર્ણો એ દેવનું સૂક્ષ્મ શરીર છે.
કામ – કલા – વિલાસ એ ગ્રંથ છે. આ દિન પર્યંત અને સરળવડ વર્ણોનો ઉપયોગ શરીરસ્વાસ્થ્ય માટે થઈ શકે. જન્મ વખતે પાંચ ભૂત normal હોય છે. જ્યારે abnormal થાય, ત્યારે જે તત્ત્વમાં ફેરફાર હોય, તે પૂર્ણ કરવા માટે વર્ણમાળાનું આલંબન લેવાય છે.

કુંડલિની એ ભગવતીનું રૂપ છે.

અશુભ વૃત્તિઓ છેદાય, ત્યારે ચક્રભેદ થાય છે.

વૃત્તિઓનાં સૂચક દળો દરેક ચક્રમાં છે.

સ્મરણ કુંડલિનીને જાગ્રત કરે છે.

કુંડલિની જાગ્રત થવાથી ચિત્તશુદ્ધિ થાય છે.

ચિત્તશુદ્ધિ થવાથી જીવ તથા બ્રહ્મનો

અભેદાનુભવ હૃદયમાં થાય છે.

જેમાં સુખપૂર્વક ચિન્તન થાય એટલે કે

કાર્યાકાર્યની ચિંતાથી રહિત, નિરન્તર બ્રહ્મનું ચિંતન થાય,

તે બ્રહ્મના નિશ્ચયને તાત્ત્વિક સ્મરણ જાણવું.

બ્રહ્મ કે જે જગતનું અધિષ્ઠાન રૂપે આવેલ છે,

જેમાં સિદ્ધો સારી રીતે પ્રવેશ પામેલા છે,

તે બ્રહ્મને જ તત્ત્વસત્પુરુષો 'સિદ્ધાસન' કહે છે.

કુંડલિની શક્તિ વિદ્યુતની કાંતિ સમાન અને

કમલનાલ ગત સૂક્ષ્મ સર્પાકાર છે.

તેને ધ્યાન દ્વારા જાગ્રત કરવાથી 'હંસ' મંત્ર દ્વારા

જીવાત્માની સાથે જ પરમાત્મામાં વિલીન થાય છે.

ભાવનારૂપે કુંડલિની શક્તિ દ્વારા

જીવ અને શિવનું મિલન થાય છે.

શંકર છ રૂપમાં પરિણામ પામી પોતાને મર્યાદિત કરે છે:

માયા, અવિદ્યારાગ, કાલ, કલા, નિયતિ, જીવ.

સાંખ્યના ૨૪ તત્ત્વો અને ૧૨ મળીને ૩૬ની વર્ણમાળા.

ક્ષ = માયા, અવિદ્યારાગ.

ર - લ - વ = કાલ, કલા, નિયતિ.

શ - ષ - સ = શુદ્ધિ, વિદ્યા, ઈશ્વર, સદાશિવ.

હ = ગગનમંડળ - અંતઃસ્થ.

ક - ઠ + પ = પૃથ્વીમંડળ અને સદાશિવ.

ઉત્ક્રાંતિમાં પ્રથમ સદાશિવ, છેલ્લું પૃથ્વી તત્ત્વ છે.

આ મંત્ર અને કુંડલિની અર્ધ પ્રકારે ભગવતીનું રૂપ છે.

વાગ ભવકૂટ = મસ્તક, કામ રાજકૂટ = કંઠથી કટિ સુધી,

શક્તિકૂટ = કટિથી નીચેનો ભાગ.

પરબ્રહ્મ એટલે જેનું શબ્દથી વર્ણન થઈ શકે નહીં,

શબ્દબ્રહ્મ એટલે જેનું શબ્દથી વર્ણન થઈ શકે.

'વિવર્તતે અર્થ ભાવેન સ શબ્દ: ।' - ભર્તૃહરિ

પ્રકૃતિ પદાર્થના અસ્તિત્વરૂપે પરિણામ પામે, તે 'શબ્દ' છે.

શ્રી નવકાર મંત્ર દ્વારા કુંડલિની જાગૃતિ

માત્ર કાયક્લેશ રૂપ બાહ્ય ઉગ્ર તપ કરવાથી
'કુંડલિની' કે જે સર્વ જીવોની પ્રભુશક્તિ છે,
તે જ માત્ર જાગે છે, સળવળ્યાં કરે છે,
બહિરાત્મદશાનું અંતિમ ફળ છે.

દેહના નામ-રૂપાદિમાં અધ્યાસ-અસ્તિત્વને ધારણ કરનાર
જીવો તેમાં જ રાચે છે, તે જીવોને અંતરાત્મદશામાં લાવી
પરમાત્મદશાની સન્મુખ કરવાનું કાર્ય
શ્રી નમસ્કાર મહામંત્ર દ્વારા થાય છે.

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

હ્રીંના ૩ ક્રોડના જાપથી શરીરમાં ક્ષુધા અકુળાવા લાગે.

જળનું વિરોધી અગ્નિ, તેથી હ્રીંનો જપ અગ્નિને વધારે છે.

વાયુના આઘાતે અગ્નિ બ્રહ્મરંધ્રથી નીચે આવે, તે વૈખરી.

હ્રીંના ઉચ્ચારણનો કાળ ૩॥ થી ૪ માત્રા છે.

હ્રીં ૩॥ માત્રા = વ્યંજન ૧ માત્રા, હ્રસ્વ સ્વરની ૧ માત્રા, દીર્ઘ સ્વરની ૧ માત્રા, મની ૦॥ માત્રા.

હ્ + ર + ઈ + મ = સાડા ત્રણ માત્રાથી આધારચક્રની ઉપર

આવા નવ સ્થાનોનો ભેદ કરીને

કુંડલિનીને ઉપર લઈ જવાય છે.

ષટ્દલ ચક્રભેદ એટલે અશુદ્ધ વૃત્તિઓનો છેદ.

બિન્દુ - ૧/૨,	અર્ધચન્દ્ર - ૧/૪,	રોધિની - ૧/૮
નાદ - ૧/૧૬,	નાદાન્ત - ૧/૩૨,	શક્તિ - ૧/૬૪
વ્યાપિની - ૧/૧૨૮,	સમના - ૧/૨૫૬,	ઉન્મના - શૂન્ય

શૂન્યમાં શક્તિનું નિર્ગુણત્વ થાય છે.

બ્રહ્મરંધ્રમાં શિવ - શક્તિનું મિલન થાય છે.

પોતે શિવરૂપ બન્યા વિના જગતરૂપ થઈ શકાતું નથી.

कुण्डलिनी प्रणव स्वरूपिणी ।
महाकुण्डलिनी प्रोक्ता परब्रह्मस्वरूपिणी ।
शब्दब्रह्ममयी देवी एकानेकाक्षराकृतिः ॥

કુંડલિની ચૈતન્ય કરવાના ઘણાં માર્ગ છે:

કોઈને ભગવત્ પ્રેમથી, કોઈને સિદ્ધ પુરુષોની કૃપાથી, કોઈને સૂક્ષ્મ વિચાર યા સાધનથી તે જાગ્રત થાય છે. કુંડલિનીને જાગ્રત કરી પ્રાણવાયુને સુષુમ્ણામાં લઈ જવાની વિધિથી અનાહતનું શ્રવણ સુલભ બને છે.

પ્રાણ અને મન આ નાદમાં લય પામે છે.

પ્રેમભાવના વધારી ભાવાવેશની સ્થિતિમાં જવ નહીં, ઈશ્વરની એકતા સિદ્ધ કરવી, તે સુફી સિદ્ધાંત છે.

અર્હં = કુંડલિની શક્તિનું પ્રતીક.

કળા = મંત્રોચ્ચારણ માટેના મંત્રના અવયવો.

પદમયી દેવતા અર્હં = શબ્દ.

મંત્ર પોતે મંત્રવાચ્ય દેવતાથી થતાં સર્વ કાર્યો કરી શકે. વાચ્યનું મંત્રાત્મક શરીર વાચ્ય સમાન કાર્ય કરે છે.

શિવરૂપ બનવા માટે શું કરવું?

મધ્યરાત્રીએ શ્રી વિદ્યા (ત્રિપુરા) ઉપાસના કરવી.
રાત્રે ૧૨ થી ૩નો સમય શ્રેષ્ઠ. બાદ નંબરે ઉષઃકાલ.
સૂર્યોદય પહેલાં પાંચ ઘડી 'ગુરુ' શબ્દના
કોટી જાપથી એક લાઈએ કુંડલીનીનું ઉત્થાન કર્યું હતું.
ગુરુ = ગ + ર અગ્નિબીજ, ઉ - રાજબીજ.
કામ્ય પ્રયોગ ગુરુ વિના પણ ફળે,
નિષ્કામ પ્રયોગ માટે ગુરુની જરૂર છે.
શિષ્ય મુક્ત ન થાય, ત્યાં સુધી ગુરુને મુક્તિ ન મળે.
શ્રી ચક્રદર્શન પણ અનધિકારીને દોષરૂપ છે. મંત્રજપ
વિના ભક્તિભાવ આવતો નથી. મંત્રજપથી અવિદ્યા
નાશ થાય છે. વહ્નિજપમાં અર્થભાવના વધુ બળ પ્રેરે.
મૂલાધારાદિથી ઊંચે મુગટ સુધી કુંડલિનીને ચઢાવવાને
તાળવું ગરમ થઈ જાય, નાડી અને હૃદયનાં ધબકારા બંધ પડે,
છતાં તેથી આત્મસાક્ષાત્કાર થઈ શકતો નથી.
તે માટે તો રાજયોગની જરૂર છે.

'કુંડલિની' એટલે ગૂંચળું વળીને સૂતેલી સુષુમ્ણા.

તે ચાલે, ત્યારે કુંડલિની શક્તિમાં સ્પંદ થાય છે અને
જ્ઞાનનો અદ્ભુત ચમત્કાર થાય છે.

જે અરણિ તે ઈડા અને પિંગલા.

તેના ઘર્ષણે સુષુમ્ણાની અંદરનો ચૈતન્યાગ્નિ પ્રદીપ્ત થાય
પછી મનુષ્ય ચૈતન્યનાં મહાસાગરમાં તરતો થાય છે.
ઉપાસનાની મદદથી અનુભવ મેળવવો, તે જ્ઞાન છે.
જ્ઞાન જો Theory છે, તો ઉપાસના Practice છે.

તેને 'તંત્ર' પણ કહેવાય.

તંત્રશાસ્ત્ર = સાધનશાસ્ત્ર.

બિંદુમાંથી સ્પંદ અને તેમાંથી સૃષ્ટિ - એ સવળો ક્રમ છે.
અવળાક્રમથી વિસ્તાર સંકેલાઈને પાછું બિંદુ થાય છે.

કુંડલિની - ચૈતન્યસ્વરૂપી મહાપ્રભુના ભિન્ન ભિન્ન કાર્યો:

પ્રસુપ્ત કુંડલિની દેહધારણનું કાર્ય કરે તથા જાગૃત
કુંડલિની ષટ્ચક્રો દ્વારા ભિન્ન ભિન્ન કાર્યો કરે છે.

કુંડલિની જાગૃત થવાથી શક્તિ ઉત્પન્ન થાય છે.

કુંડલિની યોગમાં નીચેના સાત અંગો આવે છે:
યમ - નિયમાદિ અષ્ટાંગ સાધન, ધૃતિ, શોધન, સ્થિરતા,
ધૈર્ય, લાઘવ તથા પ્રત્યક્ષ (નિર્વિકલ્પ સમાધિ).

મંત્રયોગનું રહસ્ય શું છે?

પરમાત્માના ભાવગ્રાહી સ્વરૂપમાં
ચિત્તવૃત્તિઓનો લય કરી દેવો, તે મંત્રયોગનું રહસ્ય છે.
લયયોગમાં કુંડલિની જાગરણની મુખ્યતા છે,
તેમાં ષટ્ચક્રભેદનાદિનો આશ્રય લેવાય છે.
રાજયોગમાં પ્રત્યાહાર - ધારણા - ધ્યાન મુખ્ય છે.
સમાધિ તો બધા યોગોનું લક્ષ્ય છે.
લક્ષ્યથી અલક્ષ્ય ઉપર જવાય, અપરાથી પરામાં જવાય.
મંથનથી નવનીત પ્રકટ થાય છે.
કુંડલિની જાગરણ સહજ ભાવે થાય, તે બરોબર છે.
એને પ્રબુદ્ધ કરવાનો પ્રયત્ન થાય છે, તે યોગ્ય નથી.
જાગરણ એ જુદી વાત છે, પ્રબુદ્ધ થવું એ જુદી વાત છે
અને મનથી પર થવું, એ સાચો માર્ગ છે.

સિદ્ધ એ પ્રકાશ છે, નિગોદ એ અંધકાર છે.

V. Imp. મોક્ષ ઉપર છે, સંસાર નીચે છે.

જો માથું સીધું - મેરૂદંડ સીધો, તો
સિદ્ધોનું magnetism work કરશે.

'સીધુ' શબ્દનો સંબંધ પણ સિદ્ધ અથવા સાધુ સાથે છે.

જો માથું ઊંધુ - મેરૂદંડ ઊંધો, તો
નિગોદનું magnetism અસર કરશે.

સુષુપ્ત કુંડલિની એ ઊંધુ માથું છે,
જાગ્રત કુંડલિની એ સીધું માથું છે.

અંગ્રેજી ભાષામાં 9નો અંક જાગ્રત કુંડલિની સૂચવે છે
અને 6નો અંક સુષુપ્ત કુંડલિની સૂચવે છે.
9માં માથું ઊંચે છે, 6માં માથું નીચે છે.

સુતેલી કુંડલિનીને જગાડવા માટે
6 અને 9 વચ્ચે જે ત્રણનો તફાવત છે,
તે સમ્યગ્દર્શન, સમ્યગ્જ્ઞાન અને સમ્યક્ચારિત્ર -
એ ત્રણ વડે - તત્ત્વત્રયી વડે તે તફાવત પૂરાય છે.

સિંહલદ્વીપ - લંકા કોને કહેવાય ?

મૂલાધારમાંથી સુષુમ્ણા માર્ગે બ્રહ્મશક્તિ ઊંચે ચડે છે,
ત્યાં બ્રહ્મશક્તિનો અખૂટ ભંડાર ભર્યો છે,
તેને જ સિંહલદ્વીપ - લંકા કહે છે. મૂલાધારની શક્તિ
સહસ્ત્રારમાં લઈ જવી, તે લંકાથી પરલંકામાં જવાનું છે.
કુંડલિની શક્તિને સિંહલની રાજકન્યા પદ્મા કહેવાય છે.
જીવનની આવી અનુપમ સુંદરીને
કાળનો મૂષક ક્ષણે ક્ષણે કોરી ખાય છે.
જે જાગવાવાળા હશે, તે આ નાદ સાંભળીને
મૂળ માર્ગ ઉપર અવશ્ય ધસી જવાના. જાગતાં સાધક
સારા જગતને ઢોલ વગાડીને જગાડતાં રહે છે.

ફલશ્રુતિ

જેઓએ દેહની કુંડલિની સાધી હતી અને
જેઓને મેં મન - વચન - કાયાથી સ્તવ્યાં છે,
તેઓ મારી કુંડલિની જાગ્રત થવાથી જે આરોગ્ય,
શાંતિ અને સમાધિ સાંપડવા જોઈએ, તે પ્રાપ્ત કરાવો.

કુંડલિની જાગરણનું સાધન શું ?

કુંડલિની જાગરણથી જ્યારે નાદ અનુભૂત થાય છે,
તે વખતે સર્વ કર્મ સમાપ્ત થાય છે અને
સહજાવસ્થા આપોઆપ ઉત્પન્ન થાય છે.
કુંડલિની સમગ્ર બ્રહ્માંડનું સંચાલન કરતી મહાશક્તિ છે,
જે પ્રત્યેક પિંડ અને અણુ-પરમાણુમાં વિચરે છે.
આ પિંડ = શરીરમાં મુખ્ય કાર્યકારિણી કુંડલિની શક્તિ.
તેની પ્રાપ્તિ માટે અન્ય કોઈ સ્થળે જવાની જરૂર નથી,
શરીર જ એની પ્રાપ્તિનું સાધન છે.
શરીરમાં જ શિવ - શક્તિની એકયતા સાધવાની છે.
શરીર જ શક્તિનું વાહન હોવાથી અસત્નો ત્યાગ અને
સત્ - શબ્દની સાધના એ મુખ્ય લક્ષ્ય બને છે.
સાધક જો નિયમિત સાધના કરતો અટકી જાય,
Imp પ્રમાદિ બનીને વિલંબ કરતો અટકી જાય,
તો તેના જાગ્રત થયેલા કુંડલિની વળી પાછી
તે ઉત્થાનથી જરૂર શાંત બની જાય, તેવું બની શકે છે.

શરીર એ સમગ્ર બ્રહ્માંડની કાર્યકારિણી એવી
કુંડલિની મહાશક્તિની પ્રાપ્તિનું સાધન છે,
તેમાં જ શિવ - શક્તિનું ઐક્ય સાધી શકાય.
પિંડ જ શક્તિનું વાહન હોવાથી અસતનો ત્યાગ નથી,
શરીરની સાધના - એ મુખ્ય લક્ષ્ય બનવું જોઈએ,
વિઘ્નકર્તા મનને ધ્યાન - પ્રાણાયામ વડે જીતવાથી અંતે
આત્મશોધન - સચ્ચિદાનંદ પૂર્ણ સ્થિતિ પ્રાપ્તિ થાય છે.
એ જ નાદ - જ્યોતિ - રસાદિ શબ્દોથી ઓળખાવાય છે.

કુંડલિની એટલે...

જેમાં શુદ્ધ સ્વરૂપમાં સદા જાગ્રત વિશ્વશક્તિ છે તે.

આપણે આ શરીરની વક્રતા ઉપર
કુંડલિની બનાવી બેઠાં છીએ,
આ વક્રતા દેહના અહંભાવમાં, મનની ઇચ્છાઓમાં અને
બુદ્ધિના દુરાગ્રહોમાં ત્રણ આંટા મારીને બેઠી છે,
ઉપરાંત ચિત્ત ઉપર પૂર્વજન્મના સંસ્કારોનો
અડધો આંટો એ કુંડલિનીમાં આવેલો છે.

જાગ્રત કુંડલિનીની સેવા કે સુષુમ્ણામાં પ્રાણનો પ્રવેશ અથવા સહસ્રારની સાથે કુંડલિનીનું મિલન, તે મૈથુન છે.

સુષુમ્ણાશક્તિસંદિષ્ટા જીવોઽયં પરઃ શિવઃ। અર્થાત્: સુષુમ્ણામાં શક્તિ ઊઠે, તે જીવ શિવ બની જાય છે. કુંડલિનીનું ધ્યાન તે મૈથુન છે. બ્રહ્મરંધ્રથી ઝરિત અમૃત તે મદ્ય છે. વાણીસંયમકારી યોગી તે મદ્યસાધક છે. ઈડા-પિંગલામાં ગમનાગમન કરનાર શ્વાસ-પ્રશ્વાસના નિરોધક યોગી તે મત્સ્યસાધક છે. સહસ્રારપદ્મમાં મુદ્રિત કર્ણિકામાં શુદ્ધ પારદ સમાન અવસ્થિત પરમાત્માની પ્રભા કોટિ સૂર્ય સમાન તેજસ્વી તથા કોટિ ચન્દ્ર સમાન સુશીતલ તથા અતીવ કમનીય મહાકુંડલિની યુક્ત છે.

જેનો ત્યાં જ્ઞાનોદય થાય છે, તે મુદ્રાસાધક છે. કુંડલિનીચૈતન્ય અને મંત્રચૈતન્યનું ગૂઢ રહસ્ય એ છે કે વાણીનો મન સાથે, મનનો વ્યક્તિગત પ્રાણ સાથે તથા વ્યક્તિગત પ્રાણનો સમષ્ટિ પ્રાણ સાથે ઉત્તરોત્તર સીધો સંબંધ છે.

કુંડલિની યોગ

'જીવો બ્રહ્મૈવ નાઽપરઃ ।'

જે બ્રહ્માંડમાં છે, તે પિંડમાં છે.

કુંડલિની શક્તિ જે બ્રહ્માંડમાં છે, તે જ પિંડમાં છે.
તે શક્તિ શરીરમાં જ્યારે જાગ્રત થાય,
ત્યારે દેહના સઘળાં ત્યાજ્ય પદાર્થો ઉપરાંત
કફ - પિત્ત વગેરે સર્વે દોષો નષ્ટ થાય છે.
કુંડલિની શક્તિ દેહમાં જ્યારે ઉર્ધ્વગામી થાય,
ત્યારે દેહના હલનચલનાદિ વ્યાપારો બંધ થઈ જાય છે
અને સહસ્રારમાં સ્થિત શિવ સાથે શિવત્વ ગ્રહણ કરે છે.
જે સાધનાથી પ્રાણશક્તિ, કુંડલિની શક્તિ, મનની વૃત્તિ
વગેરે લય થાય છે, તે સાધનાને 'લયયોગ' કહેવાય છે.

'લય' એટલે શું ?

લય = મંત્રદેવતાના સ્વરૂપમાં ચિત્તવૃત્તિઓનું લીન થવું.
તે વખતે મંત્ર, દેવતા અને મંત્રસાધકનો ભેદ દૂર થઈ
અને સાધક પોતે જ મંત્રદેવતામય બની જાય છે.

કુંડલિની યોગમાં ષટ્ચક્રોના જ્ઞાન - માહિતીની જરૂર છે.
કુંડલિનીનું ઉત્થાન થાય, ત્યારે ઉપરના ચક્રો પ્રકાશિત
થાય છે, જે મેરૂદંડમાં સુષુમ્ણા નાડીની અંદર વજ્રિણી,
ચિત્રિણી તથા બ્રહ્મ નાડીની સાથે લાગેલા છે.
સુષુમ્ણા નાડી કાલભક્ષક અથવા કાલવેધક છે.
આ શક્તિનું ઉત્થાન બે પ્રકારે: હઠ અને ભાવનાયોગથી.
કુંડલિનીઉત્થાન માટે પ્રયાસ નહીં, માત્ર ભાવના જ કરવી.
ભાવનાથી, ઇષ્ટદેવના પ્રસાદથી અને
ગુરુકૃપાથી કુંડલિનીયોગ સિદ્ધ થાય. કુંડલિની જાગ્રત
કરવાની પ્રક્રિયા કેવળ ગુરુપ્રસાદથી જ સિદ્ધ થાય છે.
કુંડલિનીનું જ્યારે વિદ્યુત રૂપ થાય છે, ત્યારે
પ્રકાશનો સાક્ષાત્કાર થાય છે. શક્તિનું રૂપ ગૌર છે.
મહાભાવયોગથી શુક્લ પક્ષમાં આવી ભાવના કરવી કે:
આ શક્તિ મૂલાધારથી ઉઠી સહસ્રાર સુધી ગતિમાન છે.
કૃષ્ણ પક્ષમાં એવી ભાવના કરવી કે: કુંડલિની શક્તિ
સહસ્રારચક્રથી ગતિમાન થઈને મૂલાધાર ચક્રમાં આવે છે.

મંત્રના અવયવભૂત અક્ષરોનો અર્થ એ જ ભાવાર્થ છે.
તે પહેલાં ત્રણ આંટા મનન કરવાથી પાર કરી શકાય છે.
પછીનો અડધો આંટો ચિત્તની શુદ્ધિ થતાં ખૂલી જાય છે.
ચિત્તની આ પૂર્ણ વિશુદ્ધિ એટલે જ કુંડલિનીની જાગૃતિ.

આ મહાશક્તિ જાગ્રત થતાં જ
એક નવી દૃષ્ટિ ઉઘડી જાય છે અને
માનવજન્મની ખરી કમાણી કહીએ, તો તે આ દૃષ્ટિ છે.
ત્યારે અંતરમાં માત્ર હરિસ્મરણ જ નથી રહેતું, કિન્તુ
નજર સામે હરિની નિત્ય લીલા પ્રગટ થાય છે.
આંતરિક સ્મરણનો જેમ મહિમા છે, તેમ
બાહ્ય લીલા વિસ્તારના દર્શનનો પણ અદ્ભુત મહિમા છે.
કુંડલિની જાગૃતિના ઉપાયો: શીર્ષાસન, સર્વાંગાસન તથા
પશ્ચિમોત્તાનાસન જેવા કેટલાંક આસનોથી, ભસ્ત્રીકા
જેવા પ્રાણાયામથી તથા જપથી હૃદયની શુદ્ધિ થાય છે.
તે ઉપરાંત મુદ્રાઓમાં તડાગી મુદ્રા તથા ષણ્મુખી મુદ્રા
ભારે ઉપયોગી નીવડે છે - મહત્ત્વનો ભાગ ભજવે છે.

હઠયોગ - રાજયોગ - મંત્રયોગ - લયયોગાદિ સમત્વયોગ

મંત્રયોગ, હઠયોગ અને લયયોગ જેવા જ
અદ્વૈતની અંતિમ અનુભૂતિ થાય છે.

આજ રીતે નાથ યોગીઓ મનુષ્યના દેહમાં રહેલાં ચાર ચંચળ તત્વો અનુક્રમે વાયુ, પ્રાણ, બુંદ અને મનને વશ કરવાની સાધના બતાવે છે. મંત્રથી વાયુ, હઠથી પ્રાણ, લયયોગથી બુંદ અને રાજયોગથી મન વશ થાય છે. એક યોગની સાધના દૃઢ થતાં બાકી યોગની સિદ્ધિ આપમેળે થાય છે. 'રજ્જૌ રૂદ્ધ પરિબદ્ધ રજ્જા ।' એ ન્યાયે એક દોરને બરાબર પકડી રાખી ખેંચતાં બાકી દોર પણ ખેંચાઈ આવે છે. એ ચારે વશ થતાં 'સમત્વ યોગ'માં નિશ્ચળ બેઠેલો યોગી અપારશાંતિ અનુભવે છે.

અમૃતપદની પ્રાપ્તિ કઈ રીતે ?

હઠયોગમાં જેને 'સાર્ધ ત્રિવલ્લી' સાડા ત્રણ ગૂંચળા વળેલા 'કુંડલિની' કહેવામાં આવે છે, તેના જગ્યાએ લયયોગમાં સાડા ત્રણ માત્રાના ઓંકારનું સ્થાન છે.

કુંડલિની એ જ ઓંકાર એ સૃષ્ટિનું આદિ મૂળ છે અને
સકળ સંસારમાં તે કુંડલિની વ્યાપ્ત છે.
ઓંકાર - એકાક્ષર મંત્ર છે. તેનો અનુભવ કરતાં જ
પિંડ - બ્રહ્માંડનું, સમસ્ત વિશ્વનું રહસ્ય ખૂલી જાય છે
અને અમૃતપદની પ્રાપ્તિ થાય છે.
'ઓં' અક્ષરને હૃદયમાં ઉતારતાં અ-ક્ષર થવાય છે.
ઓંકારના જપથી સાધનાની ગતિ આભ્યંતર થતી જાય છે.
મહાનાદમાં અહંનો લય થઈ જાય છે.
મૂળ એક જ સ્વરૂપમાં વિવિધ સ્વરૂપો વિલીન થાય છે.
'ૐ'ની જેમ 'સોઽહં' મંત્રને પણ મૂળ મંત્ર કહે છે.
સામાન્યતયા મનુષ્યના શ્વાસોચ્છ્વાસ સાથે
'હંસ' 'હંસ' - એમ સતત જપ ચાલતો રહે છે.
'હંસ' એટલે પોતે એક નામધારી વ્યક્તિ,
તેમાં અહંવૃત્તિ કાયમ રહે છે.
ગુરુવાક્ય યા મંત્રદીક્ષાથી એ શ્વાસ અને વૃત્તિ -
સોઽહં રૂપે પરિવર્તિત થઈ અને સુષુમ્ણામાં પ્રવેશે છે.

'ગોરક્ષનાથ પદ્ધતિ'માં મંત્ર - હઠ - લય - રાજયોગ
- એ ચારેને સમાવતો મહાયોગ કહ્યો છે.

'ઈક્કીસ સહસ ષટસૌ આઠૂ પવન પુરિષ જપિમાલી'
'યહ દમ હીરાલાલ હૈ, ગિનિ ગિનિ ગુરુ કી સૌંપ'

રોજના ૨૧,૬૦૦ શ્વાસની ચિંતા સમજાય,
ત્યારે એક પણ શ્વાસ વૃથા ખોવાની ઇચ્છા ન થાય.

'શરીરેણ જિતાઃ સર્વે, શરીરં યોગિભિર્જિતં ।'
શરીરનો આધાર શ્વાસ - પ્રાણ છે.
પ્રાણની સાથે ચિત્ત જોડાયેલું છે.
પ્રાણ વશ થતાં ચિત્તવૃત્તિનિરોધ આપમેળે સધાય છે.
પ્રાણનિરોધ માટે નાડીશુદ્ધિ અને
તે માટે નેતિ, ધોતિ, બસ્તી વગેરે ષટ્કર્મ છે.
તે વડે હઠયોગી પ્રાણાયામથી નાડી શુદ્ધ કરી
સુષુમ્ણા નાડીના માર્ગને ખોલી દે છે.
બ્રહ્માંડમાં મહાકુંડલિની તરીકે જે શક્તિ વ્યાપ્ત છે,
એ અહીં પીંડમાં આવીને વસેલી છે.

મહાકુંડલિની શક્તિને જાગ્રત કરી,
સુષુમ્ણાનું બ્રહ્મદ્વાર ખોલી તેને મસ્તકમાં શિવ સાથે સાયુજ્ય
પમાડવા માટે યોગીઓની તમામ સાધના કામે લાગી છે.
કરોડરજ્જુ - બ્રહ્મદંડમાં મુખ્ય ત્રણ નાડી છે:
તેમાં ડાબી ઈડા, જમણી પિંગલા અને મધ્યમાં સુષુમ્ણા છે.
મનુષ્યના પ્રાણાપાનની ગતિ સ્વાભાવતઃ ઈડા - પિંગલા
દ્વારા થતી રહેય છે. યોગી ઈડા - પિંગલા નાડીને રોકી
પ્રાણવાયુને સુષુમ્ણામાં સંચારિત કરે છે.
ભ્રમર વચ્ચે એ ત્રણેનું મિલનસ્થાન છે.
આ ત્રિકુટિ એ ત્રિગુણમયી પ્રકૃતિનું છેલ્લું પાણું છે.
મંત્રની કરામતથી નીચે જવાના સ્વભાવવાળું
પાણી પણ ઊંચે જવા લાગે છે, તો મંત્ર શું ન કરી શકે?
પાંચે ઇંદ્રિયોને અંકુશમાં રાખી પ્રભુ તરફ જવા મંત્ર
મહત્વનું કાર્ય કરે છે. મંત્રથી ચિત્તએકાગ્રતા વધે તથા
ઇંદ્રિયોની વેરવિખેર શક્તિ શુભ તરફ શીઘ્ર પ્રયાણ કરે છે.
મંત્રનું રટણ પરમાત્મસાક્ષાત્કારનું કારણ બને છે.

મંત્રની શક્તિ, હેતુ તથા કારણો

મહાન પછી, શાસ્ત્રો અને મંત્રોનાં રચનારાઓ
જેટલા સંયમ - સત્યતાના પાલક હોય છે,
તેટલી અધિક શક્તિ મંત્રમાં આવે છે.
વળી કોઈ મંત્રો યોગસાધના, રોગશાંતિ,
કોઈ લક્ષ્મીપ્રાપ્તિ, કોઈ શત્રુનાશ, કોઈ વિદ્યાસિદ્ધિ,
તો કોઈ મંત્રો કામણ કે વશીકરણ માટે હોય છે.

મંત્રજાપ કરતાં ફળ ન મળે કે વિલંબે મળે, ત્યારે પોતાની ભૂલ કબુલ નહીં કરતાં મંત્રને દૂષિત ઠરાવવો,
તે ચોર કોટવાળને દંડે, તેના જેવો ન્યાય છે.

મંત્ર એ સર્વ સમ્યગ્દૃષ્ટિ જીવની સમાપત્તિના વિષયભૂત પરમાત્માના સ્મરણનું આલંબન છે, તેથી મંત્રસ્મરણ વખતે કેવળ શબ્દનું ઉચ્ચારણ નહિ, કિન્તુ શબ્દવાચ્ય સમાપત્તિ - અંગભૂત પરમાત્માનું સ્મરણ થાય છે. સર્વ સમ્યગ્દૃષ્ટિ જીવોના વિશુદ્ધ આત્મા સાથે પોતાના અંતરાત્માનું ગુપ્ત સંભાષણ થાય છે, તેથી પરસ્પર ધર્મસ્નેહ વધે છે.

મંત્રજાપ માટે સર્વશ્રેષ્ઠ દિવસો કયા ?

સૂર્ય - ચંદ્ર અને સૂર્યાદિ ગ્રહણના સ્પર્શથી ગ્રહણની મુક્તિ પર્યન્તનો સમય તથા આસો માસના કૃષ્ણપક્ષની અષ્ટમી - ચતુર્દશીના દિવસો મંત્રજાપ માટે સર્વશ્રેષ્ઠ છે. મનમુહૂર્ત અથવા ઉત્સાહમુહૂર્ત પણ શ્રેષ્ઠ ગણાય છે.

શબ્દશક્તિ એટલે મંત્રશક્તિ.

મંત્ર જ્યારે સકલ અવસ્થામાંથી પસાર થઈ
નિષ્કલ અવસ્થાને પ્રાપ્ત કરે છે, ત્યારે
તેને અભેદનયથી 'દેવતા' કહેવામાં આવે છે.

નિષ્કલ = નિર્વિકલ્પ, અનિર્વચનીય તેજોમય સમજવું.

પ્રાણશક્તિથી શુદ્ધ થયેલ મંત્રશક્તિ કુંડલિની રૂપ મધ્યમાર્ગનો આશ્રય લઈ ક્રમશઃ ઊર્ધ્વગમન કરે છે.

મુદ્રાશક્તિ બે પ્રકારની : મંડલ - મુદ્રા વગેરે બાહ્ય અને નાદ, બિંદુ, કલા વગેરે આભ્યંતર પરિકરરૂપ.

મંત્રમાં ચૈતન્યનો અનુભવ કરવો, એનું નામ 'ભક્તિ' છે.
મૂર્તિ અને મંત્રમાં મન રાખશો, તો તે કદી બગડશે નહીં.

મંત્રગ્રહણ સંબંધી માર્ગદર્શન

(૧) મંત્રગ્રહણ માટે વૈશાખ - શ્રાવણ - આશ્વિન - કાર્તિક - મૃગશીર્ષ - માઘ - ફાલ્ગુન માસ ઉત્તમ છે, મલ(અધિક) માસ સર્વદા વર્જ્ય છે. અપવાદ - આષાઢ માસ ફક્ત શ્રી વિદ્યા માટે વર્જ્ય છે, અન્ય માટે નહીં.

(૨) માસમાં પણ શુક્લ પક્ષ ઉત્તમ છે, કેટલાંકના મતે વદ પાંચમ સુધી પણ ચંદ્રબળ રહેતું હોવાના કારણે ઉત્તમ ગણાય છે, સંપત્તિ (સાંસારિક ફળ) ઇચ્છનારે સુદ - મોક્ષાભિલાષુકે કૃષ્ણપક્ષમાં મંત્રગ્રહણ કરવું ઉચિત છે.

(૩) ૨ - ૩ - ૫ - ૭ - ૧૦ - ૧૧ - ૧૨ - ૧૫ તિથિ મંત્રગ્રહણ માટે ગ્રાહ્ય છે. અપવાદ - પૂર્વોક્ત નિયમની પણ વિશિષ્ટ પર્વ તરીકે પ્રસિદ્ધ તિથિઓએ જ મંત્રગ્રહણ થઈ શકે અને વધુ ફળદાઈ પણ બને, જેમકે:

ચૈત્ર (ગુજરાતી ફાગણ) વદ ૮, દિવાળીની ૦)) તથા ચૈત્ર સુદ ૧૩ આદિ તિથિઓ ગ્રાહ્ય જાણવા, છતાં મુખ્ય વિશિષ્ટ કાર્યોમાં જ આ તિથિઓ લેવા.

(૪) શનિ - મંગળ સિવાયના બધા વાર સારા,
તેમાં પણ ગુરૂ ઉત્તમોત્તમ, તેથી ઉતરતાં બુધ - સોમ
અને તેથી ઉતરતાં રવિ - શુક્ર જાણવા.
(૫) નક્ષત્રોમાં અશ્વિની, રોહિણી, મૃગશીર્ષ, પુનર્વસુ, પુષ્ય,
મઘા, પૂ.ફા., સ્વાતિ, અનુરાધા, મૂળ, પૂ.ષા., ઉ.ષા.,
શતભિષા, પૂ.ભા., ઉ.ભા. તથા રેવતી ઉત્તમ છે.
(૬) યોગોમાં શુભ, સિદ્ધ, આયુષ્માન આદિ ઉત્તમ યોગો
૧ - ૬ - ૯ - ૧૦ - ૧૩ - ૧૫ - ૧૭ - ૧૯ - ૨૭ વિના.
(૭) કરણમાં ભદ્રા કરણ વિના બધા સારા.
(૮) લગ્નમાં વૃષ, સિંહ, કન્યા, ધન, મીન લગ્ન ઉત્તમ છે.
(૯) ગ્રહોમાં લગ્નથી ૩ - ૬ - ૧૧માં સ્થાને પાપ ગ્રહો તથા
૧ - ૪ - ૭ - ૧૦ - ૯ - ૫માં સ્થાને શુભ ગ્રહો ઉત્તમ છે.
(૧૦) સૂર્ય + ચંદ્રગ્રહણ અવસરે અન્ય યોગોની અપેક્ષા નથી.
(૧૧) આ સિવાય સંયોગજન્ય શુભ યોગો પુષ્યાર્ક -
રસાર્ક - મૂલાર્ક - સિદ્ધિ - અમૃતસિદ્ધિ - કુમાર -
રવિ - સ્થિર આદિ યોગો પણ તપાસવા જરૂરી છે.

સોઽહં શબ્દનો અર્થ...

એક સૃષ્ટિબીજ 'સ' અને બીજું સંહારબીજ 'હ'. એમાં 'હ'ને જ્યારે બિંદુથી યુક્ત કરવામાં આવે, ત્યારે તે પરમ પુરુષનું વાચક થાય છે અને 'સ'ને જ્યારે વિસર્ગથી યુક્ત કરવામાં આવે, ત્યારે તે પરા પ્રકૃતિનું વાચક બને છે. એ બે બીજોનાં અનુસંધાનથી યોગીઓ નિષ્પંદ - નિષ્કલ એવા પરમાત્મતત્ત્વને સંપ્રાપ્ત કરે છે.

હંસઃ એ વાસ્તવિક રીતે સોઽહં જ છે.

શ્રોતાના ભ્રમદોષથી હંસઃ એવી પ્રતીતિ થાય છે.

'ૐ' એ આત્માનું સાંકેતિકરૂપ નામ છે અને 'સોઽહં' એ બ્રહ્મનું સાંકેતિકરૂપ નામ છે.

'સોઽહં' એ સત્ય છે, ઉપચાર નહિ. પરમાત્માની ઉપાસના એ સમર્થ, શુદ્ધ અને સત્યની જ ઉપાસના છે.

વ્યક્તિરૂપે પરમાત્મા અનંત હોવા છતાં શક્તિરૂપે એક જ છે.

તેની સાથે કથંચિત્ એકતાનો સંબંધ આત્માને રહેલો છે.

'હ્રાંસોઽહં'માંથી 'હ્રાં' કાઢી લેવામાં આવે, તો 'સોઽહં' રહે.

'હ્રાં' દાન અર્થમાં છે એટલે પોતાની વસ્તુ
દાનમાર્ગે આપી દેવાથી 'સોઽહં' પદના અધિકારી થવાય.
દાનથી પુણ્ય બંધાય અને પુણ્યથી સુંદર પ્રકૃતિ મળે.
પ્રકૃતિના ધર્મોથી પણ મુક્ત થવા માટે 'સોઽહં'માંથી
વ્યંજન, અંત્ય અને ઉપાંત્ય જો કાઢી લેવામાં આવે,
તો 'ૐ' એટલે શુદ્ધાત્મ સ્વરૂપ રહે છે.

'હ્રાંસોઽહં' મંત્રનો અર્થ એ નીકળે કે:

'પહેલાં દાન, પછી પ્રકૃતિનું સમર્પણ,
પછી આત્માનું શુદ્ધ સ્વરૂપ પ્રાપ્ત થાય છે.'

'સોઽહં' લક્ષ તથા 'સોઽહં' લક્ષ

સિદ્ધાનુસરણથી 'સોઽહં' લક્ષ અને તેનું
બિંબમાં સ્થાપન થયું હોવાથી 'સોઽહં' લક્ષ બને છે,
પછી 'આ બિંબ વિધિપૂર્વક પ્રતિષ્ઠિત છે' એવા
અનુસંધાનપૂર્વક દર્શન કરનારને 'સોઽહં' લક્ષ જાગે
અને એ લક્ષ વડે 'સોઽહં' લક્ષ સ્થિર થાય છે.

'સોઽહં'નો જાપ કઈ રીતે કરવો ?

પ્રાણ ઉપર આવતી વેળા 'સો' અને
અપાન એટલે કે નીચે જતી વેળા 'હં'નું રટણ કરવું.
પ્રાણ અને અપાન - ઉભયનો મેળાપ થતી વખતે
સહજ 'સોઽહં' આમ જપ થતો રહે છે,
તે 'અજપાજપ' કહેવાય છે.
પ્રાતઃકાળે તેનો સંકલ્પ કરવાથી
૨૧૬૦૦ જપનો લાભ મળે છે,
અર્થાત્ તેટલાં જપનું શ્રેય પ્રાપ્ત થાય છે.
જપ, તપ, કર્મ, ક્રિયા, નિયમ અને ધર્મ -
ઇત્યાદિ સર્વ સાધનો, સર્વ ભૂતોમાં
અભિન્નતાથી પરમાત્માના સ્વરૂપને જોવું,
એ શુદ્ધ ભાવનાના પાયા પર જ ઊભા થયેલાં છે આ
એવા પ્રકારનો શુદ્ધભાવ તે સાધનાદિક વડે સાધ્ય છે.
આ સરળ વિષય પ્રતિ દુર્લક્ષ થાય,
તે જીવનમાં કામનું નહિ.

રોજ ૨ થી ૪ કલાક અખંડાકાર 'સોઽહં'ની
સતત ભાવના, તેના સ્મરણ-મનન-નિદિધ્યાસન વગર
પોતાના આત્માના ઉદ્ધારની આશા રાખવી બહુ ફોકટ છે.
સોઽહંની ભાવનાનું સ્મરણ એક દિવસ કીટ-ભ્રમર ન્યાયે
આત્મામાં બ્રહ્મભાવનો આપોઆપ ઉદય કરશે-કરાવશે.
સોઽહંની સાધના ૫ વસ્તુ માગે છે: તપ, શુદ્ધ અંતઃકરણ,
સંપૂર્ણ શ્રદ્ધા, અહંકારની નિવૃત્તિ અને દૃઢ નિશ્ચય.
'યઃ પરાત્મા પરં જ્યોતિઃ ।' 'નમઃ શાન્તાય તેજસે ।'
એવા સ્વરૂપવાળા પરમાત્માની સાથે ક્ષોભરહિત થઈને
'સોઽહં । સોઽહં । ॐ અર્હં ।'
એ મંત્રના ધ્યાનાવેશપૂર્વક આત્મધ્યાનમાં
ત્યાં સુધી લીન થવું કે જે વડે
પરમાત્માની સાથે એકતાનું અનુસંધાન ટકી રહે.
ક્ષણ-જો ક્ષણ બહુ આ રીતે ઘણું ઐક્યનું અનુસંધાન
અનેક ભવસંચિત દુષ્ટ અષ્ટકર્મોનું છેદન કરવા માટે
તિક્ષ્ણ કુઠારની ધાર સમાન બની જાય છે.

સોહમવાસી = શુદ્ધ આત્મસ્વરૂપમાં રહેનારી.

'સ એવ અહં' સોઽહંની ભાવના એ તાત્ત્વિક પ્રતિષ્ઠા.
'સોઽહં' મંત્ર દ્વારા જડ શરીર મહીં ચૈતન્યસત્તાનો
અનુભવ કરે છે. યોગક્રિયા તથા મંત્રક્રિયાથી આત્મબળ
તથા શક્તિસંચય - બંને ક્રિયાથી હસ્તગત થાય છે.

સોઽહં - બે અક્ષરીનો ટૂંકો મંત્ર

કાષ્ઠમાં વહ્નિ, તલમાં તેલ, દૂધમાં ઘૃત જે રીતે રહેલું છે,
તેવી રીતે સમસ્ત દેહમાં ચૈતન્ય વ્યાપીને રહેલું છે,
તેને જાણનાર મનુષ્ય સંસારસમુદ્રને તરી જાય છે,
જન્મ - મરણરહિત બની જાય છે.
તે જાણવાનું સાધન 'સોઽહં' બે અક્ષરીનો ટૂંકો મંત્ર છે.
'તે (પરમાત્મા) હું છું' એનો વિશેષાર્થ એ છે કે
જે પરમતત્ત્વ અખિલ બ્રહ્માંડમાં વિલસી રહ્યું છે,
તે જ પરમતત્ત્વ મારામાં વ્યાપી રહ્યું છે.
જપમાં સુરતા લાગી જવા લાગશે,
તો ચિત્તવૃત્તિઓ શાંત અને સ્થિર થઈ જાય છે.

'કોઽહં?' એ પદની વિચારણાથી
'સોઽહં' એવો જવાબ મળશે.
પછી જે અહં રહેશે, તે અહં નહીં પણ અર્હં હશે.

સોઽહં સિદ્ધિ...

સ્વરૂપાલંબન, ગ્રાહ્ય-ગ્રાહક વર્જિત ધ્યાતૃ-ધ્યાનભાવનો નાશ, ધ્યેયૈકત્વભાવ, સમરસીભાવ, ચિદ્રૂપતા, રાગાદિ ઉગ્ર શત્રુઓનો વિનાશ, સૂક્ષ્મ શબ્દબ્રહ્મ, વિશુદ્ધતમ ઉપયોગ, ચિદાનંદમયતા, જીવન્મુક્તતા.

'અહં' અને 'મમ' એ મોહરાજાના મંત્ર છે.
તેના પ્રતિપક્ષી મંત્ર 'સોઽહં' અને 'ન મમ।' છે.
'નમો'નો તાત્પર્યાર્થ પણ
'નાઽહં' 'ન મમ।' તથા 'સોઽહં' 'સ મમ।' છે.

'સોઽહં' સિવાયના અન્ય કોઈપણ ભાવનું રહસ્ય જેને નથી, એવો તે યોગી તે પદમાં એવી રીતે લીન થાય છે કે જેથી ધ્યાતૃભાવ અને ધ્યાનભાવ નાશ પામે છે અને યોગી ધ્યેયની સાથે પરમ એકતાને અનુભવે છે.

સોઽહં પરમાત્મસ્વરૂપ સાથેની એકતાનો સાક્ષાત્કાર છે.
'તે હું' એટલે પરમતત્ત્વ સાથે અભેદભાવની પ્રાપ્તિ.
સોઽહં મંત્રને 'પવનમંત્ર' પણ કહે છે.
શ્વાસોચ્છ્વાસ સાથે એને સીધો સંબંધ છે. અન્ય મતે
આખી યે સૃષ્ટિની ઉત્પત્તિ ૐથી જ થઈ છે અને
એના નાદના અનુસંધાનથી સર્વ મનુષ્ય પોતાની મલિન
વાસનાઓ ત્યાગીને પોતાના શુદ્ધ સ્વરૂપને ફરી પામે છે.
અહર્નિશ અને અનાયાસ આ પરમપદમાં સ્થિતિ રહે,
ત્યારે મંત્રયોગ સિદ્ધ થયો કહેવાય.
આપણા મતે તો ૐ પ્રણવ મંત્ર તરીકે સ્વીકારેલ છે.
મંત્રયોગમાં શ્વાસોચ્છ્વાસ સાથે 'હંસ - હંસ'નો જાપ
ચાલતો હોય છે, એટલે પોતે એક નામધારી જીવ
- પ્રાણી છે, એવી અહંવૃત્તિ કાયમ રહે છે.
મંત્રદીક્ષાથી એ શ્વાસ અને 'સોઽહં - સોઽહં' વૃત્તિરૂપે
પરિવર્તિત થઈ સુષુમ્ણામાં પ્રવેશે છે. સોઽહંને 'પવનમંત્ર'
કહે છે, કેમકે તેનો સીધો જ સંબંધ શ્વાસ સાથે છે.

'સોઽહં' ભાવ એ ધ્યાનાવેશ છે.

'સોઽહં'માંથી તત્ પદ (સઃ પદ)નો ઉલ્લેખ નીકળી જઈને ધ્યાતા, ધ્યાન, ધ્યેય - એ ત્રણે એકતાને પ્રાપ્ત થાય છે. તે પછી અનિર્વચનીય - ચિન્મય એવા 'પરબ્રહ્મ' નામની જ્યોતિ સ્ફુરે છે, તેના સ્ફુરણથી જ સર્વ ક્રિયાઓની સફળતા થાય છે. ઈડા, પિંગળા અને સુષુમ્ણાને સાધીને કુંડલિની શક્તિને જાગ્રત કરવી. તે પછી ષટ્ચક્રભેદન પ્રક્રિયા વડે તે દશમ દ્વારે લઈ જવી, જ્યાં એ શક્તિ જ્યોતિરૂપતાને ધારણ કરે છે. તે પછીથી બ્રહ્મરન્ધ્રમાં 'સોઽહં' 'સોઽહં' એવા રટણ કરવી, તેથી કપાટ ખૂલે છે, કર્મો નાશ પામે છે અને નિજસ્વરૂપની પ્રાપ્તિ થાય છે. ધ્યાનાવેશ એટલે 'સોઽહં' ભાવ અર્થાત્ ધ્યાતાને પોતામાં રહેલ જે 'પરમાત્મરૂપ' - તેનું નિઃશંક ભાન કરાવે છે.

'સોઽહં' પદના નિરન્તર સ્મરણ વડે સ્વરૂપનું આલંબન લેતો યોગી - જેમાં ગ્રાહ્ય - ગ્રાહકભાવ નહિ, એવા તન્મય ભાવને પામે છે.

ॐ કે સોઽહંનો ઉચ્ચાર એ
પરમ સત્યના અનુભવની સાધના છે.

'अहं ब्रह्मास्मि ।' વાક્યમાં મોક્ષનો ઉપાય રહેલો છે.

પરમેષ્ઠિની ઉપાસના એ શુદ્ધ - સમર્થ એવા સ્વની
જ ઉપાસના છે. આપણા સૌનું ચૈતન્ય એક જ છે,
માટે 'સોઽહં' એ ઉપચાર નહિ પણ સત્ય છે.

ॐ એ શરણાગમન છે, 'अर्हं' એ અધિમાત્મા છે અને
'સોઽહં' એ સુકૃતાનુમોદન છે.

'દાસોઽહં' શબ્દથી દુષ્કૃતગર્હા છે, તેથી ઉત્પન્ન થયેલો
મંત્ર 'दासोऽहं सोऽहं ओं अर्हं ।' આઠ અક્ષરનો બને છે.

શ્રી અરિહંત પરમાત્મા કહે છે તે મને સર્વાંશ માન્ય છે:
'આત્મતત્ત્વનો હું દાસ છું, અંશ છું, તેનાથી અભિન્ન છું.'

જિનપ્રતિમા = ધ્યાનનું આલંબન, સ્વરૂપનું દર્પણ છે.

જે કોઈ અદ્વૈત પરમાનંદસ્વરૂપ પોતાના આત્માની
'સોઽહં' એવા મંત્રથી પૂજા કરે, તે મૃત્યુંજય થાય છે
અથવા સમાધિનો અભ્યાસ કરીને કાળને જીતવો.

आत्ममंत्रस्य हंसस्य परस्परसमन्वयात् ।
योगेन गतकामानां भावना ब्रह्म चक्षते ॥२॥ સદ્ગિરઃ

'હંસ:' એ બે અક્ષર અભેદરૂપથી પરસ્પર સમન્વિત થઈને રહે છે. યોગ દ્વારા કામના સમષ્ટિગત બને છે.

તે જ તત્ત્વજ્ઞાનીઓનો બ્રહ્મભાવ છે.

જપરૂપી 'હં સ' મંત્ર જ્યારે સુષુમ્ણા નાડીમાં
વિપરીત ભાવથી 'સોઽહં' રૂપે જપાય છે,
ત્યારે તે મંત્રયોગ બને છે.

શ્વાસોચ્છ્વાસ દ્વારા પ્રત્યેક જીવ
પરમ મંત્ર 'હં સ' મંત્રનો સર્વદા જાપ કરે છે.

આ જપ જ જીવનનું કારણ છે.

જો રોકાઈ જાય તો કોઈ બાહ્ય કાર્ય થઈ શકે નહીં.

'સોઽહં'માંથી સકાર અને હકારનો લોપ થાય, ત્યારે ઓંકાર નિષ્પન્ન થાય છે અને એ જ બ્રહ્મમંત્ર છે.

આ મંત્રયોગના અભ્યાસથી
જીવ અને બ્રહ્મની એકતા અનુભવાય છે.

દરેક આત્મામાં ઈશ્વરની જે હાજરી છે, તે 'હું' જ છું,
એમ 'સોઽહં' મંત્ર દ્વારા પ્રભુ આપણને કહે છે.
તેથી આપણા મનમાં છે - આત્મામાં છે. સો = તે અને
અહમ્ = હું છું. 'હું તે છું' તે તેનો સરલ અર્થ થશે.
આત્મા - પરમાત્માનો સમન્વય એટલે 'સોઽહં'.
સોહમ્‌ની સાધના સર્વોપરી હોવા છતાં સરલ છે.
બંધનથી મુક્ત થવા તેની આરાધના ઉત્તમ ગણાય છે.
ચેતનાને ઉચ્ચતમ સ્તરે જાગૃત કરવી છે?
તો સોઽહંના જાપ કરો. આત્મા અને બ્રહ્મ એક થતાં
'સોઽહં' એ વિમર્શ પ્રત્યભિજ્ઞાસ્વરૂપ છે,
તેને 'પરતત્ત્વ સમાપત્તિ' પણ કહે છે.
સોઽહંમાં સુરતા મેળવી દેવાથી આનંદનો લય થાય છે.
સોહં = હું - જીવ, સોઽહં = હું - બ્રહ્મ.
એ બંને વડે પ્રાણીમાત્રની રચના થઈ છે.
સોઽહં લય તે ધ્યાનાવેશ - ૐ લય તે ધ્યેયાવેશ.
ૐકાર = પરબ્રહ્મને પ્રાપ્ત કરવાનું પરમ આલંબન.

૯ કાંકરીની રમત = ૪ અંતઃકરણ + ૫ ઇંદ્રિયો.

પહેલી કાંકરી મનને સ્થિર કરવાની છે.

બીજી સ્થિર ચિત્તે શબ્દને - સોઽહંને ગ્રહણ કરવાની છે.

ત્રીજી અને ચોથી કાંકરી નિત્યાનિત્યનો વિવેક કરીને

આપણા અંદરના અહંકારને ઉખેડવાની છે.

છેલ્લા પાંચ ઇંદ્રિયોને વશ કરી,

કામ - ક્રોધાદિ સર્વ ષડ્રિપુઓનો નાશ કરવાની છે.

આમ અનાસક્તપણે ખેલનારા અને પોતાની જાતને

જીતનારા જ જીવનની અઘરી બાજી જીતી જાય છે.

જેને મન વશ છે, પ્રાણ વશ છે, એવું આ-કારને

જેણે પામી ગયાં છે અને જેણે એવું

અવિનાશી તત્ત્વને પિછાન્યું છે, તેને મૃત્યુ શું કરે?

લોખંડના કટકા જેવા કઠણ અહંકાર - મમકારને પણ

'સોઽહં'ના જાપરૂપી અગ્નિ પીગળાવીને નાશ કરી શકાય

નહીં, શબ્દના ઘણથી ટીપી શકાય છે. જીવભાવનો નાશ

થયાં પછી આત્મા ઉપર કાળ કે કર્મનો પ્રભાવ ન પડે.

ભક્તજનો તરફથી પ્રભુને પ્રાર્થના

હે નાથ!

હજુ સુધી 'હું તે તું' અને

'તું તે હું' ભાવ મને પરિણમ્યો નહિ!

હજુ સુધી 'ત્વમેવાહં' 'ત્વમેવાહં'ની રટ લાગી નહિ!

હે કૃપાળુ!

હજુ સુધી 'સોઽહં' 'સોઽહં'ની લય લાગી નહિ!

પ્રભુ હે દયાના સાગર! મને સંપૂર્ણ વિશ્વાસ છે કે

એક દિવસ એવો અવશ્ય આવવાનો છે,

જે દિવસે...

'તુજ મુજ અંતર ભાંગશે, વાગશે મંગળતૂર.'

એ ધન્ય દિવસ, ધન્ય ઘડીની હું રોજ પ્રતિક્ષા કરું છું.

પરન્તુ હે નાથ!

તે ધન્ય દિવસ, ધન્ય ઘડી ન મળે,

ત્યાં સુધી આપની સેવા મને ભવોભવ અખંડ મળજો,

એ જ ઇચ્છા, અભિલાષા અને અભ્યર્થના.

भगवती शारदा स्तुति

या कुन्देन्दु तुषार हार धवला या श्वेतवस्त्रावृता
या वीणा वरदण्डमण्डितकरा या श्वेत पद्मासना ।
या ब्रह्माऽच्युतशंकरप्रभृतिभिर्देवैः सदा वंदिता
सा मां पातु सरस्वती भगवती निःशेषजाड्यापहा ॥

❖

ज्योतिस्नाडिद्दण्डवती सुषुम्णा,
कादंबिनी मूर्धनि सदाऽभ्युदेति ।
विशारदानां रसना प्रणाली,
तदा कवित्वामृतमुद् गृणाति ॥

❖

सकलमानससंशयहारिणी, भवभवोर्जितपापनिवारिणी ।
सकलसद्गुणसन्ततिधारिणी, हरतु मे दुरिता सरस्वती ॥

❖

'ॐ अर्हंमुख कमलवासिनी पापात्मक्षयंकारी
वद वद वाग्वादिनी सरस्वती ऐं ह्रीं नमः स्वाहा ॥'

નમસ્તે શારદે ! દેવી ! કાશ્મીર-પુરવાસિનિ !
ત્વામહં પ્રાર્થયે માતર્ ! વિદ્યાદાનં પ્રદેહિ મે ॥

❖

પ્રથમં ભારતી નામ, દ્વિતીયં ચ સરસ્વતી;
તૃતીયં શારદાદેવી, ચતુર્થ હંસગામિની ॥

❖

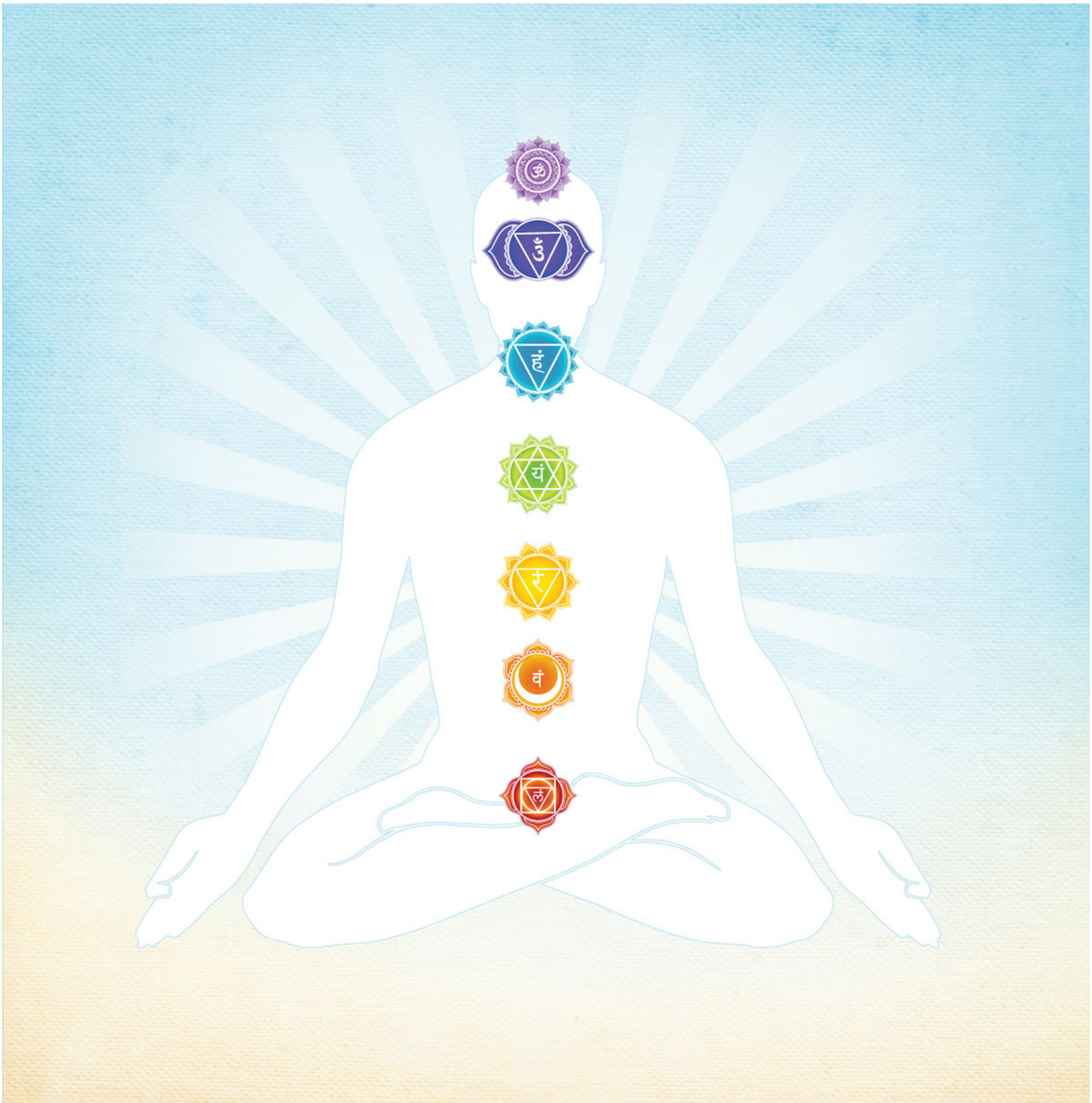
શારદા સુપ્રસાદેન, કાવ્યં કુર્વન્તિ માનવાઃ ।
તસ્માન્નિશ્ચલભાવેન, પૂજનીયા સરસ્વતી ॥

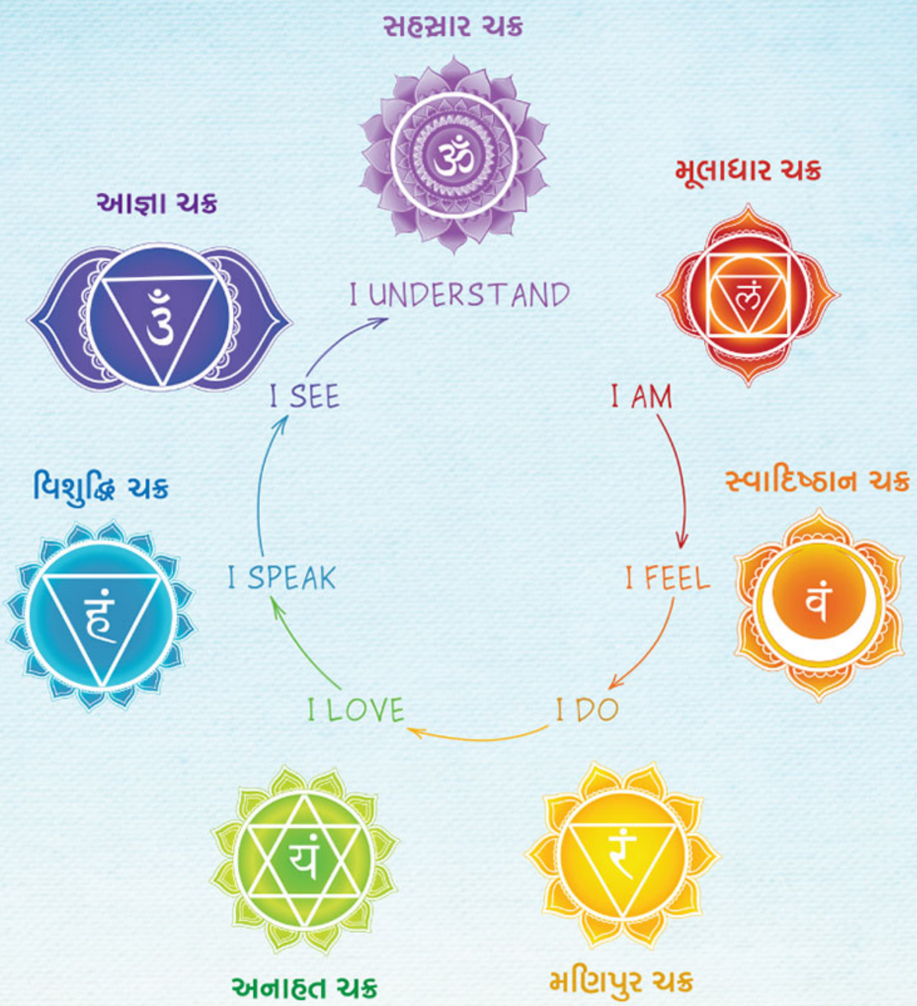
❖

સરસ્વતી મયા દૃષ્ટા, દેવી કમલલોચના ।
હંસયાન સમારૂઢા, વીણાપુસ્તકધારિણી ॥

❖

હે ભારતી, હે ભગવતી, હે જયવતી શ્રુતદેવતા,
વિનમ્ર બનતી અંજુધનનતા, ત્રિવિધે તુજને સેવતા;
શ્વેતાંબરી - વાગેશ્વરી, કરી મહેર દૂર તમ મૂઢતા,
સકલ વિદ્યા દક્ષતાની, આપજે પારંગતા.


ॐ
ॐ
हं
यं
रं
वं
लं



આકાશતત્ત્વનો રંગ શ્યામ છે, તેનો બીજમંત્ર हं છે,
તેના ધ્યાનથી ત્રિકાળજ્ઞાન તથા અષ્ટ મહાસિદ્ધિ મળે છે.

www.fiestadesigns.in