



ગુવનની દરેક પરિસ્થિતિ પોતાની જાણી વ્યવસ્થા રચાયે જ પ્રગટ થાય છે. જાણી પરિસ્થિતિ કેવલી ભગવંતના જ્ઞાનનો જરાય અનાદર નથી કરતી. મારે ભવિષ્યની પરિસ્થિતિ મારે ચિંતાનુર થવું નહીં.

લીલી ગયેલા ભૂતકાળને જાદલવાની તાકાત કોઈનામાં નથી. ભૂતકાળ ની સુખ - દુઃખ ની ઘરનાઓ યાદ કરવાની કોઈ સાર્થક પરિણામ આવતું નથી.

ભૂત અને ભવિષ્ય બંને પૂર્ણ કાલ્પનિક છે, વર્તમાનમાં તે રાજર તો નથી જ અને વર્તમાનમાં તે બંનેમાં કોઈ ફેરફાર પણ શક્ય નથી.

ભૂત-ભવિષ્યના વિચારો-ફલ્પનાઓ દોડીને વર્તમાનમાં રહેવું તે વર્તમાન યોગ છે.

*



જેમાં વિચાર નો સ્પર્શ ન હોય તેવું જ્ઞાન નિરૂપાધિક જ્ઞાન છે. વિચાર જ્ઞાનની ઉપાધિ છે.

પાંચ ઇન્દ્રિય વી કોઈપણ વસ્તુનો અનુભવ થાય ત્યારે તરત વિચારો શરૂ થઈ જાય છે. પરંતુ જો વસ્તુ અને તેના અનુભવ ઉપર જ દયાન ને કેન્દ્રિત કરીએ તો વિચારો મંદ પડવાના શરૂ થાય છે. જો શ્વાસ જેવા સૂક્ષ્મ વિષય પર દયાન કેન્દ્રિત કરીએ તો વિચારો અત્યંત શિથિલ થઈ શકે છે.

વિચાર રહિત દશાનો અનુભવ તે સાચું "જ્ઞાન."

વિચાર વગર ઇન્દ્રિયના વિષયો નું જ્ઞાન તે "ઉપયોગ".

" " ક્રિયાઓમાં દયાન તે "ઉપયોગ".

જ્યારે વિચાર પણ નથી અને ઇન્દ્રિય ના વિષયો પર દયાન પણ નથી હતાં માત્ર જ્ઞાન છે તે દશા "નિર્વિકલ્પ અનુભવ."



ભૂત-ભવિષ્ય ના વિચારો - કલ્પનાઓ નો અભાવ = વર્તમાન યોગ

વર્તમાન યોગ + વર્તમાન ના ઇન્દ્રિય વિષયોનું જ્ઞાન

હોવા છતાં તે વિશે વિચારો નો અભાવ = ઉપયોગ

ભૂત-ભવિષ્ય ના વિચાર - કલ્પના નો અભાવ +

વર્તમાન ના વિચારો નો અભાવ +

વર્તમાન ના ઇન્દ્રિય વિષય ના જ્ઞાન ઉપર = નિર્વિફલ અનુભવ.

પણ ધ્યાન ન હોય

માત્ર સ્વયં ના શુદ્ધ હોવાપણા - અસ્તિત્વ નો

આભાસ = જ્ઞાન હોવું તે નિર્વિફલ અનુભવ.



1. સર્વપ્રથમ ભૂત-ભવિષ્ય વિચારો - કલ્પનાઓ વી મુક્ત થાયો.

2. વર્તમાન કાળે વર્તમાન સ્થૂળ માં જ આસપાસ ના અનુભવો પર કેન્દ્રિત થઈને રહો. જુઓ, સાંભળો, અડો, સુંઘો - પરંતુ આ અનુભવોના વિચારો કે રાગ દ્વેષ ન કરો.

3. જ્યારે વર્તમાન ઇન્દ્રિય અનુભવો પર ધ્યાન કેન્દ્રિત હોય, વિચારો શિથિલ હોય ત્યારે તે અનુભવો ઉપરથી પણ રસ છોડી દો - ધ્યાન છોડી દો. હવે રહેશે માત્ર સ્વયં ના હોવાપણા નો જ માત્ર અનુભવ.



વિચાર કતાં વિચારક છે.

વિચાર રહિત ખલાનાર જ્ઞાની છે.

વિચાર રહિત અનુભવો ને જોનાર પ્રજ્ઞા છે.

વિચાર અને ઇન્દ્રિય વિષયો બંને પરથી ધ્યાન હારીને માત્ર હોવાપણા નો જોને અનુભવ છે તે અનુભવી છે.