ચૈતન્ય જ્ઞાન

VAJAWAT

Date

સામાન્યરીતે જ્યારે ધ્યાન કરીએ તો કોઈ વસ્તુ
વિચાર પર ધ્યાન કરીએ છીએ.
આ ધ્યાન આપણે વિષય ઓબ્જેક્ટ પર ધ્યાન કરશું

	Subject	object	Knowledge
કશ્મીર શૈવ સિદ્ધાંત મુજબ	પ્રમાતા	પ્રમેય	પ્રમાણ
	જ્ઞાતા	જ્ઞેય	જ્ઞાન
	~~ક્રિયા~~		

અલગ છે. શું આ સત્ય છે?

હવે મન પ્રત્યે બેધ્યાન બનો. અલગ થાવ

કોઈપણ ધ્યાન નો આધાર અનુભવ કરવો જોઈએ
ના મન અને વિચાર. શું અનુભવ થાય છે તે
જ સત્ય છે.

પ્રથમ પ્રશ્ન તમામ અનુભવો ક્યાં અનુભવાય છે?

- તમારી આંખો ને હળવેથી બંધ કરો... તો અંધકાર
દેખાય, અનુભવાય છે. આ અંધકાર ક્યાં છે.?
તેની સ્થિતિ શું છે?
જણાશે કે આ અંધકાર અંદર દેખાય છે.
- આ અંધકાર ને ધ્યાન થી નિહાળો.
- શું આનો કોઈ જગ્યાઆકાર આરંભ કે અંત જણાય છે?
કોઈ અવાજ પર ધ્યાન લાવો.
તમારા અનુભવ પ્રમાણે આ અવાજ ક્યાં સંભળાય છે.

- કોઈ જગ્યાએ - - - - અંદર.
મન ના એકદમ બાજુ પર ...
તમને જણાશે કે તમામ અવાજો (તમારી) અંદર જ
સંભળાય છે.
આ અંધકાર પરથી ધ્યાન અવાજ પર પાછા ફરતી
લઈ જાવ.

અંધકાર - અવાજ (૫)

આ અંધકાર થી અવાજ અને અવાજ થી અંધકાર
તરફ જવામાં શું કોઈ હદ રેખા જણાય છે?
જાણે કે એક અવકાશ માંથી બીજા નવા અવકાશ માં?

શું આ અંધકાર અલગ આકાશ છે અને અવાજ
બીજા કોઈ આકાશ માં?
કે પછી આ બન્ને એકજ જગ્યાએ... એકજ
આકાશ માં છે?
જવાબ છે આ બન્ને એકજ જગ્યાએ
અનુભવાય છે.
આ જગ્યા ને ચિદાકાશ કહેવાય છે.

જો સાંભળનાર ને નિહાળો અવાજ ને નિહાળો.
બન્ને જુદા પાડી શકાતા નથી.

ધ્યાન થી જોતા આ અવાજ, તેને સાંભળનાર તથા
અને જ્યાં સંભળાય છે તે અલગ અલગ નથી. એકજ છે.

આ ચિદાકાશ માં જ બધું એક સાથે જ છે.
આજ રીતે જોશો કે પ્રમાતા, પ્રમેય, પ્રમાણ. એક જ
જ્ઞાતા જ્ઞેય જ્ઞાન
જ જગ્યાએ જણાશે...

હવે એક વિચાર લો અને ધ્યાન તેના પ્રત્યે લાવો...
ફરીવાર આ વિચાર, આ અંધકાર અને આ આકાશ અલગ અલગ છે? કે એક જ છે?

અનુભવાશે કે આ ત્રણે એક જ જગ્યાએ છે. વિચાર કે અવાજ પર અંધકાર તરફ કે પાછા માંગ્યું ફરતાં કોઈ ભેદરેખા, સરહદ જણાતી નથી. અલગ દિશાઓ બધું એક જ છે. - placeless place.

આપણાં પ્રાચીન ઋષિમુનિઓ એ આને ઓમ અથવા ૐ કહેલ છે.
ઉચ્ચાર્યું કરી છે. અ + ઉ + મ.

આ ધારા છે શિવ, શક્તિ અને જ્ઞાનની.

શું તમારા શરીરનો અનુભવ તમે કરી રહ્યા છો? જ્યારે તમારી આંખો બંધ છે. ત્યારે શું તમે તમારા શરીરનો અનુભવ કરી શકો છો?
દોરડા તરીકે, બંધ આંખે તમારું ધ્યાન.
તમારા શ્વાસમાં પણ તરફ લઈ જાઓ

VAJAWAT

પ્ર. તમને કોઈક પ્રકારનું સંવેદન અનુભવાશે.
આ જ રીતે તમારા હાથ, તમારા હૃદય માં
અલગ અલગ સંવેદનો શું તમે પારખી
શક્યા છો?
કયા ભાગમાં?
આ અસીમ અંધકાર ની અંદર તમને
શારીરિક અવયવોના, વિચારોના અને
લાગણીઓના તરંગો અનુભવાય છે?
આ જ પ્રમાણે કેટલાક સંવેદનાઓ છે જેને
આપણે હૃદય ગતિ, તાવ, સ્પંદન, કીડની
વગેરે કહીએ છીએ. પણ આ બધુ અંદર
તરંગરૂપે તમે આ અંધકારરૂપી આકાશની
અંદર જ અનુભવી શક્યા છો.
જે પ્રમાણે તમે અવાજો સાંભળો છો
જે પ્રમાણે તમે વિચારો જુઓ છો, સુગંધ
અનુભવો છો, સ્પર્શ અનુભવો છો આ બધુ જ
તમને શું તરંગરૂપે જ જણાય રહ્યુ છે. એવું
તમે અનુભવી શક્યા છો?
આ સંવેદનાઓ વારંવાર આપણે અનુભવ્યા
જ કરીએ છીએ. એ સતત બદલાતી રહેતી
પ્રક્રિયા છે. એ કાયમી નથી રહેતું પણ. એ
નિરંતર બદલાયા જ કરે છે. તો આ જગ્યા છે
આકાશ, ચિદાકાશ, કેટલાક તરંગો છે જેને
આપણે અવાજ કહીએ છે. કેટલાક તરંગો છે

VAJAWAT Date

જેને જાણો વિચાર કરીને જોશો આવ્યુ જ આપશો એકજ જગ્યાએ અનુભવીને જોશો એને સ્પેશ ઓફ અવેરનેસ કહી શકાય.

જો એ આ બધી જ સંવેદનાઓને હું નીકાળી દઉં તો શું? આ આકાશ રહેશે? તમારા અનુભવને તમે પ્રમાણ માનો.
આ સ્પેસ ઓફ અવેરનેસ જેને જાણો I અથવા હું કહીએ છીએ બધા જ અનુભવો આવ્યા જાય છે આ ચિદાકાશ હંમેશા હતું ને હતું જ રહે છે. વળી તમારા બધા જ અનુભવો ચાહે ભૂતકાળ હોય કે ભવિષ્યકાળ પ્રત્યેકનો અનુભવ તો આજે થાય છે. તે વર્તમાન જ રહે છે. તો આ જે છે એ અરૂપ તે હંમેશા વર્તમાન જ રહે છે. આ અનંત છે અને હંમેશા રહે જ છે. આ આકાશ જેવું છે. અને તમામ અનુભવોની આદિ અને અંત છે. આ જગ્યા શિવનું હૃદય છે. તમારે આ આકાશ બનવા માટે કોઈ જ પ્રેક્ટીસની, અભ્યાસની જરૂર પડતી નથી
તમે સ્વયં ચિદાકાશ જ છો
તમે ખુદ સ્વયં ચૈતન્ય સ્વરૂપ જ છો
તમારે કંઈ બનવાનું હોતુ નથી
તમારે ક્યાંય આવવા કે જવાનું હોતુ જ નથી
તમે ખુદ આ આત્મા છો.
પરમાત્મા જ છો અનંત છો અસીમ છો
અવિનાશી છો તમે જ છો