



THE FREE INDOLOGICAL COLLECTION

WWW.SANSKRITDOCUMENTS.ORG/TFIC

FAIR USE DECLARATION

This book is sourced from another online repository and provided to you at this site under the TFIC collection. It is provided under commonly held Fair Use guidelines for individual educational or research use. We believe that the book is in the public domain and public dissemination was the intent of the original repository. We applaud and support their work wholeheartedly and only provide this version of this book at this site to make it available to even more readers. We believe that cataloging plays a big part in finding valuable books and try to facilitate that, through our TFIC group efforts. In some cases, the original sources are no longer online or are very hard to access, or marked up in or provided in Indian languages, rather than the more widely used English language. TFIC tries to address these needs too. Our intent is to aid all these repositories and digitization projects and is in no way to undercut them. For more information about our mission and our fair use guidelines, please visit our website.

Note that we provide this book and others because, to the best of our knowledge, they are in the public domain, in our jurisdiction. However, before downloading and using it, you must verify that it is legal for you, in your jurisdiction, to access and use this copy of the book. Please do not download this book in error. We may not be held responsible for any copyright or other legal violations. Placing this notice in the front of every book, serves to both alert you, and to relieve us of any responsibility.

If you are the intellectual property owner of this or any other book in our collection, please email us, if you have any objections to how we present or provide this book here, or to our providing this book at all. We shall work with you immediately.

-The TFIC Team.

ओं

तत्सत् परमात्मने नमः॥

सत्यमेव जयते.

मुमुक्षु नित्य कर्म.

जेने अमुल्य सत्य वस्तु प्राप्त करवानी छे, तेने नित्य कर्म करवानी अल्प सूचना, उत्तम संस्कारी बंधुद्वारा, महा समर्थ अने परोपकारी पुज्ये, प्रसादीरुप आपी छे, तेनो भावार्थ मुमुक्षु जनोना साधन सारु प्रगट करिये छईये.

हे कृपासिंधु हुं सत्यमार्गे रही सत्यनेज इच्छतो होऊतो मारा ऊपर पूर्ण कृपा करो.

कदापी मारुं कांडक असत्य
 वलण होय तो, मारा अंतः
 करणने त्यांथी पाळुं फेरवी
 उत्तम मार्गे वाळो.

प्रति दिवसे प्रातःकाळे चार
 वागता ऊठ. निंद्रामांथी जागे
 एटले पथारीमां आमतेम नहीं
 आळोटतां, तात्काळ ऊठ. प-
 छी मनपूर्वक एथी शुभ इच्छा
 अथवा प्रार्थना कर, के सघळा-
 मनुष्य प्राणीना जीवात्मानी
 ऊन्नति थवा सारु, तेमने अ-
 नादिकाळना सनातन धर्मनी
 मर्यादामां रहेवाने, प्रिति ऊ-
 त्पन्न थाओ, एवा अभ्यासथी

जे संस्कारी जननुं बलण स-
त्यता ऊपर छे, तेने आ तारी
शुभ प्रार्थनाथी विशेष बळ प्रा-
प्त थइ, ते पण शुभ कार्य आ-
तुरताथी करी, तेमा जय मे-
ळवशे; अने तेथी तने पण
अधिक बळ आवी, तारा पंच
विषयोनी स्फुर्णाने तुं आधिन
थइश नहीं.

बनी शके तो तारा घरथी
कांडक अंतरे, निर्मळ जगाये
नदी अथवा तळाव होय तो,
त्यां जई शौचादिक क्रिया क-
री, मुख मार्जन कर. त्यार
पछी तारा घरमां कांडक एकां-

त स्थान होय, त्यां आसन
 करी गणाधिपती अथवा पो-
 ताना सत्य आत्मिक गुरुने
 प्रणाम करी, राजयोगनी रीत
 प्रमाणे मानसिकवृत्तिथी पो-
 ताना इष्ट गुरुनी समाधिनिष्ठ,
 आकृतिनु ध्यान तारी मान-
 सिक द्रष्टिये कर. अथवा जे
 देवने वारेवारे जाया होय ते-
 नु ध्यान कर, अने सघळा ते-
 ना सुबोधनी कल्पना कर.
 त्यार पळी त्रणवार साष्टांग प्र-
 णाम करी, जे प्रमाणे तारा घ-
 रना देवनी पूजा करतो होय,
 ते प्रमाणे ते गुरुदेवनी करी,

साष्टांग प्रणाम कर, अने अजा-
णमां कांड जे भूल थई होय,
तेनी क्षमा माग; ए सघळुं मन
द्वारा करवानुं छे. एवी रीतनो
नित्य अभ्यास राख्याथी, तारुं
अंतःकरण उत्तरोत्तर अधिक-
निर्मळ थइ, तारी एकाग्रता-
द्रढ थवा माडशे एटलुज नहीं;
पण एथी बीजा विशेष लाभ
थशे. वळी ध्यान समये तारा
पोताना जे दोषो अने दुर्गण
होय, तेनो विचार करी तेथी
थती हानी अथवा काइंक ला-
भ थवानो होय तो, तेनु सु-
ख केहवुं अल्प अने क्षण भं-

गुर छे, तेनो विचार प्रबळ ई-
च्छा शक्तिथी करी, तेवा वि-
चार अथवा कल्पना फरी नहीं
थवाने आग्रहराख-एवी रीते
स्वपुरुषार्थ करवाथी, तुं तारा
सत्यज्ञानना वारणा आगळ
आवीश; अने तेथी आगळ
जे ऊन्नति थई छे, तेना कर-
तां अधिक आत्मज्ञाननी ऊन्न-
ति थती जशे.

एवी रीते निर्मळ वृत्ति थया
पळी, स्नान यथार्थ रीते कर;
अने स्नान करवाना सघळा
समये एवी कल्पना करजे,
मारा सघळा शरीरना मळनी

साथे सघळा मनना विकाररु-
 पी मळ धोवाइ जई निर्मळ
 थाऊं. एवी निर्मळता ब्राह्मण-
 ने स्नान करवानी पूर्वे एकाग्र
 वृत्तिथी गुप्त मंत्रद्वारा शुद्ध क-
 रेला जळथी प्रोक्षण करवाथी,
 अने स्नान करती वेळा पुरुष
 सुक्त, अने सन्मार्ग दर्शकमा
 जणावेला मंत्रोनु अर्थ सहित,
 उच्चारण करवाथी थई शके छे;
 त्यार पळी धोयलुं सोळुं, जेने
 कोइनो स्पर्ष थयलो नहीं होय,
 ते पेहेरी, ब्राह्मणे संध्यावंदन
 करवुं. एनो मूळ गुह्यार्थ, य-
 थार्थ रीते जाणवाथी, सत्य

आत्मज्ञान जणाई, राजयोग-
नो अनुभव थवा मांडे छे,
त्यार पछी व्यवहारिक कार्यो
करवामां पडवुं; पण ते कार्य-
ना संबंधमा आवेला मनुष्य
प्राणीओ साथे निचे प्रमाणे
वर्तवु.

१ जेटलुं तारा धंधाना सं-
बंधमा कार्य करवानुं होय ते-
टलुंज करवुं, पण ते विना नि-
रुपयोगी बातनो विचार पण
करवो नहीं; तेने माटे कांड-
पण कार्य कर्यानी पूर्वे विचा-
र करजे, ते काम करवाने तुं
बंधायो छे के नहीं.

२ एक शब्द पण निरुपयोगी कोइ दिवश बोलबो नहीं; शब्दको उच्चार करवानी पूर्वते कार्य केहेवुं करशे तेको विचार कर, जन समोहना समागमथी तारा द्रढ थयला सत्य विचारो फरवा देतो नहीं.

३ तारुं मन कोइ पण रीतनी निरुपयोगी कल्पना करवामां कड़ापी घालतो नहीं. ए करवा करतां केहेवुं सेहेलुं छे. तुं तारु मन तात्काल कल्पना विनानु करी शकवानो नथी, माटे प्रारंभमा निरुपयोगी अने भुंडी कल्पना करवाने ता-

रा मनने प्रतिबंध करवाने प्र-
यत्न कर; ए करवानो स्वल्प
उपाय एवो छे जे, सनातन
धर्मनी योग्यतानी कल्पना क-
री, पोताना दुर्गणना दोषथी
केटली हानी थाय छे तेनो वि-
चार करवानो अभ्यास राखवो.

४ भोजन समये तारी इच्छा
शक्ति एवी प्रबळ कर के, जे भो-
जन हुं करु छुं, ते यथायोग्य
पाचन थइ, शरीर एवी रीते
वृद्धिने पामे जे, मारा आत्म-
ज्ञाननी ऊन्नति थवाना विचा-
रोनी वृद्धि थइ विषइतृष्णा
अने दुर्गुणी विचारो ए सघ-

लानो नाश थाओ; भोजन सा-
 त्विक करवानुं छे, अने ते क-
 रवानी पूर्वे पंचग्रासनी आहु-
 ति पंचप्राणने आप; अने व-
 नता सुधी भोजन समये मु-
 न्य रेहेवाने प्रयत्न कर. खरी
 क्षुधा अने तृषा लागी होय
 त्यारेज भोजन अने जळपान
 कर. कदापी कोइपण रीतना
 उत्तम रसना भोजननी ईच्छा
 थाय तो, ते मात्र तृष्णाने शां-
 त पमाडवा सारु, तेनो उप-
 योग करुं ह्युं एवो विचार म-
 नमा करवो नहीं, अथवा व-
 खाण करी खावुं नहीं, पण ते

समये एवो विचार करवो जे,
 आवां भोजन करवार्थी, मने जे
 आनंद हमणा थयो छे, ते थो-
 डा समय पूर्वे न हतो, अने
 ए आनंद थोडा समय पछी
 रेहेवानो पण नथी; ए आनंद
 क्षणभंगुर छे, तेथी जो एनु
 अधिक भोजन करवामां आ-
 वशे तो, ए आनंद फेरवाइ
 जई दुःख रूप थशे, ए तो मा-
 त्र जीभनेज स्वाद आपे छे,
 पण एने सारु अति मोटी ख-
 टपट अने दुःख सहन करी,
 द्रव्य पण अधिक वापरबुं पडे
 छे; माटे आ समये जेा हूं ए-

वी तृष्णाने स्वाधीन थईश
 तो, बीजी तेहेवी वस्तु अयो-
 ग्य रीते ग्रहण करवाने पण
 लज्जा पाभीश नहीं, माटे म-
 ने अनादि सुख आपनार प-
 दार्थनी प्राप्ती थवानो संभव
 छे, तो आवा क्षणभंगुर नाश-
 वंत पदार्थमा प्रिति करवी, ए
 केवळ भ्रामितपणुं अने अज्ञान
 छे. वळी एवो विचार करवो
 जे, हुं देह तथा इंद्रि आदिकं-
 ना सुख दुःखनो भोक्ता नथी,
 तेथी मने एवां सुख दुखो वि-
 क्षेप करी शकवाना नथी. ए-
 वी रीते बीजा पंच विषयनी

तृष्णा उत्पन्न थाय तो, तेने
 पण एवा सत्य ज्ञानथी निर्मू-
 ल करता जवुं. एवो अभ्यास
 करवामां घणी वेळा कदापी नि-
 ष्फळ थाय, ते छतां तेथी का-
 यर नहीं थतां, सत्य आग्रह
 राखशे तो, अंते निश्चय जय
 थया विना रेहेशे नहीं. अधि-
 क वांचवानी टेव राखतो न-
 हीं, जे अति ऊपयोगी तें जे-
 टला पळ वांच्युं होय, तेनुं ए-
 काग्र चित्तथी आसरे तेटली
 घटिका सुधी मनन कर-
 घणु करी प्रति दिवशे थो-
 डो समय, एकांतमा रही ता-

री शुभ कल्पना द्रढ करवानो अभ्यास कर. निरंतर एवा विचार करवानो अभ्यास करजे, सघळां असत्य अने क्षणभंगुर सुख अने दुःखना पदार्थोमांथी धीमे धीमे तृष्णा काढी नाखवाने, तारेज सत्य पुरुषार्थ करवानो छे; एमा बीजो कोई सहाय करी शकवानो नथी. प्रकृतिने अनुकुळ आवे तो संध्याकाले व्यवहारिक कार्य करी, घेर आव्या पछी स्नान करवुं. निद्रा वश थवानी पूर्वे ऊपर कह्या प्रमाणे शुभ इच्छा अथवा प्रार्थना करवी; अने

सघळा दिवशमा ऊठती कल्प-
ना अने विचार एनु गणित रा-
खी, तेमा तारी जे खोड अने
दोष जणाया होय ते खोड अ-
ने दोष फरी आवती काले ता-
रा अंतःकरणमां आववा दइश
नहीं एवी द्रढ इच्छा राख.

सुरत सनातन धर्म सभा

श्रावण वद्य ११

संवत् १९४५.

शान्ति. शान्ति. शान्ति.

(इतिराजऋषि वचनात्.)

मूल्य रु ०-०-६

सुरत "विक्टोरिया" प्रेस.

