

## सामायिक साधन



जीवन उन्नत करना चाहो तो  
सामायिक साधन कर लो  
आकुलता से बचना चाहो तो  
सामायिक साधन कर लो  
चेतन निज धर को भूल रहा  
पर घर माया में झूल रहा  
सद्ब्रचित आनन्द को पाना हो तो  
सामायिक साधन कर लो।



## सामायिक महिमा

समय का सदुपयोग करना सामायिक है। समताभाव में रमण करना सामायिक है। निज में निज का रमण होना सामायिक है। सामायिक एक ऐसी कसौटि हैं जिस पर कसकर आत्मा पवित्र होती है। कर्मरुपी पहाड़ को हिलाने में कोई समर्थ है तो वह सामायिक है। सामायिक जैन धर्म का प्राण है। सामायिक एक ऐसी साधना है जिस साधना से साध्य की प्राप्ति सहज होती है।

## सामायिक - विधि

हे भगवन् ! उर्ध्वलोक में अनन्तानन्त सिद्ध परमेष्ठि विराजमान हैं उनके चरणकमलो में हमारा मन से वचन से काय से अत्यन्त भक्ति भाव से, महाभक्ति भाव से सबको एक साथ प्रत्येक को अलग अलग बारम्बार बारम्बार नमस्कार हो।

हे भगवन् ! पूर्व दिशा में विदिशाओं में, जितने भी अरिहन्त, सिद्ध, साधु विराजमान हैं, जितने भी कृत्रिमाकृत्रिम जिन चैत्य चैत्यालय हैं, जितने भी सिद्ध क्षेत्र हैं अतिशय क्षेत्र हैं उन सबको हमारा मन से, वचन से, काय से, अत्यन्त भक्ति भाव से, महा भक्ति भाव से, सबको एक साथ, प्रत्येक को अलग अलग बारम्बार बारम्बार नमस्कार हो।

इस प्रकार चारों दिशाओं में खड़े होकर नमस्कार करें। तत्पश्चात पद्मासन मुद्रा में बैठकर इस प्रकार संकल्प करें। हे भगवन् ! जब तक मैं सामायिक अवस्था में रहूंगा तब तक संपूर्ण सांसारिक आरंभ का त्याग करता हूँ।

जब तक मैं सामायिक अवस्था में रहूंगा तब तक इस शरीर पर जितना परिग्रह है उसे छोड़ अन्य संपूर्ण परिग्रह का त्याग करता हूँ। सामायिक शब्दों को छोड़ अन्य सांसारिक चर्चाओं का त्याग कर मौनपूर्वक सामायिक ग्रहण करता हूँ। नौ बार णमोकार मंत्र का स्मरण करें।