

# બાબા મુક્તાનંદના પુસ્તક 'ધ્યાન સોપાન'માંથી શિખામણો

એ બોધ સાથે ધ્યાન કરો કે તમે મનના સાક્ષી છો.

~ સ્વામી મુક્તાનંદ



© ૨૦૨૨ એસ.વાય.ડી.એ. ફાઉન્ડેશન®. સર્વાધિકાર સુરક્ષિત.

સ્વામી મુક્તાનંદ, ધ્યાન સોપાન : અંતરસ્થ આનંદ પ્રતિ (ચિત્શક્તિ પબ્લિકેશન્સ, ચેન્નઈ, ૨૦૧૨), પૃષ્ઠ ૩૬.