

॥ ॐ अर्हं नमः ॥

श्री मुक्ति-कमल-केशर-चंद्र सङ्गुत्तये नमः
मुक्ति-कमल-केशर ग्रंथमाला पुष्प-३

ध्यानदीपिका

लेखकः

योगनिष्ठ आचार्य विजयकेशरसूरीश्वर
महाराज साहेब

॥

प्रेरकः

शान्तभूति प. पू० आ. विजयप्रभवचंद्रसूरीश्वर
म. सा. ना शिष्य रत्न गङ्गीवर्य श्री
हेमप्रभवविजय महाराज

॥

छपावी प्रसिद्ध करतार :

विजयचंद्रसूरीश्वर जैन ज्ञान मंदिर ट्रस्ट
नवरंगपुरा, अमदावाद-६

मूल्य : ६-५०

પ્રાપ્તિસ્થાનો :—

શ્રી વિજયચંદ્રસૂરીશ્વરજી જૈન-
જ્ઞાન મંદિર
નવરંગ કોલોની, હાઈકોર્ટ પાછળ,
નવરંગપુરા,
અમદાવાદ

卐

સોમચંદ ડી. શાહ
જીવન નિવાસ સામે,
પાલિતાણા

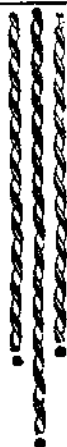
卐

સરસ્વતી પુસ્તક ભંડાર
રતનગોળ, હાથીખાના,
અમદાવાદ

卐

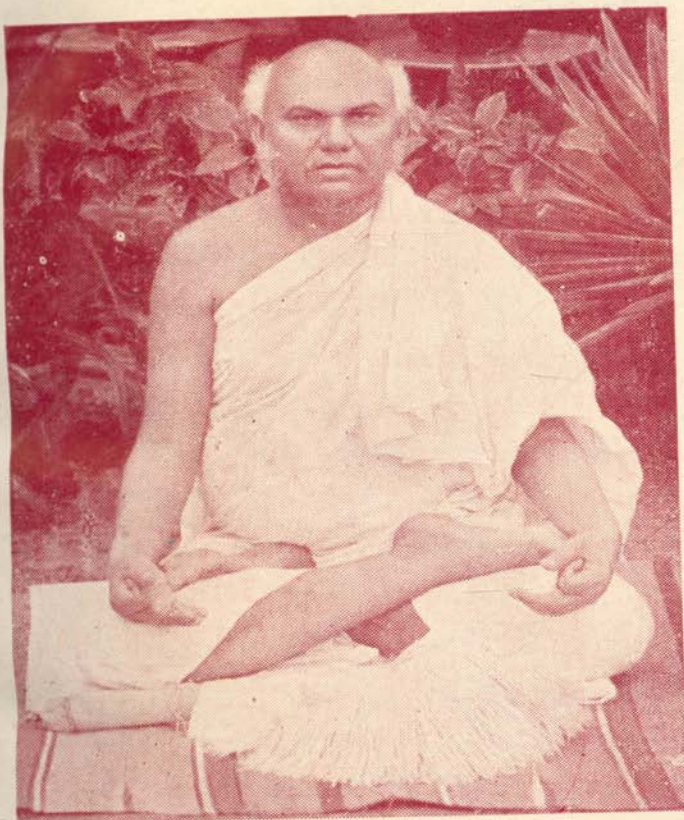
શ્રી મુક્તિ-ચંદ્ર શ્રમણ આરાધના કેન્દ્ર
ગિરિવિહાર, તલેટી રોડ,
પાલિતાણા

સં. ૨૦૩૨
વૈશાખ સુદ
અક્ષયતૃતિયા
સને ૧૯૭૬
આવૃત્તિ ૩ જી
પ્રત ૨૦૦૦



: સુદક :
કાંતિલાલ ડી. શાહ
ભરત પ્રિન્ટર્સ,
દાણાપીઠ પાછળ,
પાલિતાણા

યોગશાસ્ત્ર, ધ્યાનદીપિકા, સમ્યક્દર્શન, ગૃહસ્થધર્મ અને
 નીતિમય જીવન, આત્માનો વિકાસક્રમ અને મહામોહનો
 પરાજય, મલયસુંદરી ચરિત્ર, આનંદ અને પ્રભુ મહાવીર,
 મહાવીર તત્ત્વ પ્રકાશ, આત્મવિશુદ્ધિ વગેરે મહાન
 ગ્રંથના કર્તા—



પ. પૂ. આ. શ્રી વિજયકેશરસૂરીશ્વરજી મ. સાહેબ
 જન્મ : સં. ૧૯૩૩ પોષ સુદ ૧૫ પાલીતાણા
 દીક્ષા : સં. ૧૯૫૦ માગશર સુદ ૧૦ વડોદરા
 પંચાસપદ : સં. ૧૯૬૪ માગશર સુદ ૧૦ મુંબઈ
 આચાર્યપદ : સં. ૧૯૮૩ કારતક વદ ૬ ભાવનગર
 સ્વર્ગવાસ : સં. ૧૯૮૭ શ્રાવણ વદ ૧૫ અમદાવાદ

પ્રસ્તાવના

ૐ

આ ધ્યાનદીપિકા ગ્રંથ શ્રીમાન તપાગચાર્યીય ઉપાધ્યાયજી સકલચંદ્રજીનો કરેલો છે. આ ગ્રંથ સંસ્કૃતમાં રચેલો છે. આ ગ્રંથમાં માગધી તથા સંસ્કૃત થઈ બસો પિસ્તાળીસ ગાથા તથા પ્રલોકો છે. આ ગ્રંથના કર્તા શ્રીમદ્ ઉપાધ્યાયજી સકલચંદ્રજી, દાનવિજયજીના શિષ્ય સમજાય છે. તેઓશ્રીએ શ્રીમાન હીરવિજયજી સૂરિ પાસે અભ્યાસ કરેલો કહેવાય છે. શ્રીમાન હીરવિજયજી સૂરિનો દેહાંત વિક્રમ સં. ૧૬૫૨ માં થયો ગણાય છે. તે પહેલાં આ ગ્રંથકારનો દેહાંત થયેલો સમજાય છે. આ ગ્રંથના છેલ્લા પ્રલોક ઉપરથી આ ગ્રંથ બનાવવાનો વખત ઘણે ભાગે વિક્રમ સંવત ૧૬૨૧ નો નિર્ણય થાય છે. એટલે ઉપાધ્યાયજીની હયાતી સોળમા સદ્કામાં હતી તે વાત ચોક્કસ છે.

ઉપાધ્યાયજીની જન્મભૂમિ ચોક્કસ રીતે બાણવામાં નથી આવતી. છતાં દંતકથા તરીકે એમ સંભળાય છે કે તેઓશ્રી સુરતના નિવાસી વશ્લિક કૌભમાં જન્મ પામ્યા હતા. પોતાનું લગ્ન નજીકમાં જ થયેલું હતું. પોતે એક દિવસ સામાયિક લઈને બેઠા હતા. શિયાળાનો દિવસ હતો અને ટાઢને લઈ વસ્ત્ર ઓઢીને બેઠા હતા. તે પ્રસંગે પ્રાતઃકાળે તેમનાં નવોઢા પત્ની ગુરુવંદનાથે આંબ્યાં અને સાધુઓને વંદન કરતાં કરતાં પોતાના પતિ જે સામાયિક લઈને બેઠા હતા તેમને

પણ સાધુ જાણી વંદન કર્યું. મશકરીમાં બીજા શ્રાવકોએ તેમને પોતાની પત્નીએ સાધુ-પૂજ્ય તરીકે વંદન કર્યાં અને હવે તમે સાધુ થયા વગેરેનું જણાવ્યું. કહે છે કે ત્રિવૈરાગી એવા તેમણે ત્યારપછી થોડા જ વખતમાં ગૃહસ્થાશ્રમને ત્યાગ કરી શ્રમણપદ સ્વીકાર્યું.

ગમે તે હો, પણ તેઓશ્રી પૂર્ણ આત્માર્થી તે હતા જ. તેમના બનાવેલા અંથો વિશેષ પ્રસિદ્ધિમાં નથી. તેમણે સત્તર-લેઠી અને એકવીસપ્રકારી પૂજા બનાવેલી છે, જે છપાઈ ગયેલી છે. તથા શ્રુતાસ્વાદ નામનો એક નાનો માગધી ભાષામાં અંથ છે, જેને છેડે કૃતિમાં ‘ઉપાધ્યાયજી સકલચંદ્રજીકૃત’ એમ નામ છે, તેમ જ આ ધ્યાનદીપિકાને છેડે પણ તેવું જ નામ હોવાથી આ બન્ને અંથો તેમના કરેલા છે એમ નિર્ણય થાય છે. શ્રુતાસ્વાદ અંથની એકસો બાસડ માગધી ગાથાઓ છે અને ગુદાં બુદાં પિસ્તાળીસ દ્વાર છે. તે અંથ પણ વૈરાગ્ય ઉત્પન્ન કરે તેવો છે.

આ ધ્યાનદીપિકા અંથ તેમણે બાસ સ્વતંત્ર કરેલો હોય તેમ તો જણાતું નથી. તેમાં આવતી માગધી ગાથાઓ ઘણે ભાગે ધ્યાનશતકની છે. આ ધ્યાનશતક તે શ્રીમદ્ હરિભદ્ર સૂરિકૃત બાવીશ હજારી આવશ્યકની અંદર આવેલું છે. જેની મૂળ સો ગાથાઓ છે. તેના ઉપર એક હજાર શ્લોક પ્રમાણે ટીકા છે. શ્રમણસૂત્રના વિવરણના પ્રસંગમાં ‘ચરિત્તિ જ્ઞાણેર્હિ’ આ પદ ઉપર ધ્યાનશતક શરૂ થાય છે.

તે સિવાય કેટલોક ભાગ શ્રીમાન હેમચંદ્રાચાર્યકૃત યોગ-

શાસ્ત્રના શ્લોકોનો છે. કોઈક શ્લોકો શ્રીમદ્ શુભાચંદ્રાચાર્યકૃત જ્ઞાનાર્ણવને મળતા પણ હોવા સંભવ છે.

આક્રીના શ્લોકો નવા બતાવેલા હોય તેમ જણાય છે. એકંદર રીતે આ આખો ગ્રંથ તેઓ બતાવનાર છે તેમ કહેવા કરતાં સંકલના કરી જુદા જુદા ગ્રંથોમાંથી સંગ્રહ કરનાર તેઓશ્રી છે એમ કહીએ તો પણ અડચણ જેવું નથી.

ગમે તે હો, તથાપિ તેઓશ્રી ધ્યાનપ્રિય હતા અને તેને લઈને જ ધ્યાનના જુદા જુદા ગ્રંથોમાંથી ઉપયોગી બાબતોનો- પોતાને જે પ્રિય હતી તેનો-સંગ્રહ કરી શક્યા છે, જે સંગ્રહ તેમની પાછળનાને ઉપયોગી થઈ શકે તેમ છે.

આ ગ્રંથમાં જુદાં જુદાં નવ પ્રકરણો પાડવામાં આવ્યાં છે. પહેલા પ્રકરણમાં ઉપયોગી સૂચના-વિષય-મંગલાચરણાદિ છે. બીજા પ્રકરણમાં જ્ઞાનાદિ ચાર ભાવનાઓ છે. ત્રીજા પ્રકરણમાં અનિત્યાદિ બાર ભાવનાઓ છે. ચોથા પ્રકરણમાં કેટલીક ઉપયોગી હિતશિક્ષાઓ છે, જેમકે, ધ્યાન મોક્ષનું સાધન છે, આત્મસાધન વિના બીજું બધું નકામું છે, ધ્યાનસુધારસ પીઓ, ધ્યાન કેળવ કરી શકે? પાળંડીઓ-સાધુવેષધારીઓને ધ્યાન હોય કે? ધ્યાન કેળવે કરવું? ઇત્યાદિ વિષયો છે. પાંચમા પ્રકરણમાં આત્મધ્યાનાદિનાં લક્ષણો છે. છઠ્ઠા પ્રકરણમાં રૌદ્રધ્યાન આદિનો વિસ્તાર છે. સાતમા પ્રકરણમાં વિસ્તારથી ધર્મધ્યાન કહેલું છે, જેમાં અષ્ટાંગયોગ સંગ્રહી હકીકત છે. આઠમા પ્રકરણમાં પિંડસ્થાદિ ચાર પ્રકારના ધ્યાનનું વર્ણન છે. નવમા પ્રકરણમાં શુક્લ ધ્યાનનું સ્વરૂપ છે. છેવટે ગ્રંથની

પૂર્ણાહુતિ થાય છે. આ ગ્રંથમાં પ્રસંગોપાત્ત ઘણી ઉપયોગી બાબતોનું વિવેચન કરવામાં આવેલું છે.

આ ગ્રંથમાંથી યોગશાસ્ત્રના ૪લોકો જુદા પાડવા શરૂઆત કરી, પણ તે બાદ કરતાં ગ્રંથની શોભા ઘટવા સંભવ જણાયાથી તે બંધ રાખેલું છે.

એકંદર જોતાં જેઓ ધ્યાનપ્રિય છે, જેમને આત્મસાધન કરવું છે, પોતાનું શ્રેય સાધવું છે, કર્મનો ક્ષય કરવો છે, જેમણે સાધ્યને માટે ગૃહસ્થાશ્રમનો ત્યાગ કરી ત્યાગમાર્ગ સ્વીકાર્યો છે, અથવા જે વસ્તુ સિદ્ધ કરવા માટે ધર્મનો આશ્રય લેવાયો છે તે વસ્તુ સિદ્ધ કરવાની જેમની પ્રબળ ઇચ્છા હોય તેઓ આ ગ્રંથના અધિકારી છે. આમાં ક્રિયા તથા જ્ઞાન, બન્ને માર્ગો આવેલા છે. ક્રિયા પણ સહેતુક અને કૃણવાળી જણાવેલી છે. જ્ઞાન પણ ઉત્તમ આત્માને-શુદ્ધ આત્માને-લક્ષમાં રાખીને જ બતાવેલું છે. એકંદર સમ્યક્જ્ઞાન, દર્શન, ચારિત્ર-જે મોક્ષનો માર્ગ છે તે આ ગ્રંથમાં જણાવવામાં-બતાવવામાં આવેલ છે, જેનો બોધ આ પુસ્તક પૂર્ણ વાંચવાથી થશે અને તે પ્રમાણે વર્તન કરવાથી તેનો અનુભવ થશે એમ મારી ચોક્કસ માન્યતા છે. આ ગ્રંથ એક ગ્રંથ નથી, પણ અનેક ગ્રંથોનું અને અનુભવનું દોહન-સારરૂપ છે. અધિકારી જીવોએ જ આ ગ્રંથ વાંચવા પ્રયત્ન કરવો. બિનઅધિકારીને પણ આ ગ્રંથમાંથી અધિકારી થવાનાં ઘણાં સાધનો મળે તેમ છે. છેવટે, આ ગ્રંથના સંગ્રહકર્તા શ્રીમાન સકલચંદ્રજી ઉપાધ્યાયનો અને લાવાર્થરૂપ વિવેચન

કરનાર, લખનાર, સંગ્રહ કરનારનો શુભ પ્રયાસ, આ ગ્રંથથી અનેક જીવોને ફાયદો થવારૂપે સત્ય સમજવારૂપે, અને તેમાં પ્રવૃત્તિ થવારૂપે સફલ થાઓ. એમ ઈચ્છીને આ દુઃકી પરતાવના સમાપ્ત કરવામાં આવે છે. આ ગ્રંથની શરુઆત સં. ૧૯૭૦ ના રાજકોટના ચોમાસામાં કરવામાં આવી હતી અને તેનો ઘણો ભાગ પૂર્ણ પછી ત્યાં જ થઈ ગયો હતો, છતાં બીજાં કેટલાંક કારણોને લઈ તે અધૂરો રહેલો. ગ્રંથ ૧૯૭૨ ના ગોધાવીના ચોમાસામાં પૂર્ણ થયો છે. છેવટે ૧૯૭૩ ના કારતક સુદ પાંચમે આ ગ્રંથની પૂર્ણાહુતિ થઈ છે. સર્વ જીવોનું કલ્યાણ થાઓ. સર્વ જીવો સુખી થાઓ. સર્વ જીવો નીરોગી બનો. સર્વ જીવો આત્માના અનંત સુખનો અનુભવ કરો. આ ગ્રંથમાં મતિમાંઘથી જ્ઞાનીઓની દૃષ્ટિથી કાંઈ વિરુદ્ધ લખાયું હોય તો ત્રિકરણ થોગે ક્ષમા ઈચ્છું છું અને જ્ઞાનીઓને સવિનય પ્રાર્થના કરવામાં આવે છે કે તેમણે તેમાં સુધારો કરવો.

શાંતિ ! શાંતિ ! શાંતિ ! શાંતિ ! શાંતિ !

જન્મત ૧૯૭૨, કારતક સુદ ૧૦

પંન્યાસ કેશરવિજય ગણિ.



વિષયાનુક્રમણિકા

વિષય

પૃષ્ઠ

પ્રકરણ-૧

મંગલા ચરણ વિષય અને સૂચના	૧
ધ્યાનના અર્થો જીવોને ગ્રંથ કરનારની સૂચના	૪
આત્માને હિતકારી વસ્તુ શી છે ?	૬
ભાવનાની જરૂરિયાત	૮
ભાવનાથી હૃદયને વાસિત કરવા શુરુઉપદેશ આપે છે	૧૦
ભાવનાઓ બતાવે છે	૧૩

પ્રકરણ બીજું

જ્ઞાન ભાવના	૧૫
દર્શન ભાવના	૧૬
મોક્ષનો ઉપાય	૨૦
ચારિત્ર ભાવના	૨૫
વૈરાગ્ય ભાવના	૨૮
દર્શન ભાવના	૩૩
ચારિત્ર ભાવના	૩૩
વૈરાગ્ય ભાવના	૩૪
ભાવનાનો ઉપસંહાર	૩૪

પ્રકરણ ત્રીજું

ભાવનાની જરૂરિયાત શા માટે છે ?	૩૫
અનિત્યાદિ ભાવના	૩૫

વિષય	પૃષ્ઠ
અનિત્યભાવના	૩૬
અશરણુ (ખીજી ભાવના)	૪૩
સંસાર ભાવના (ત્રીજી ભાવના)	૪૬
એકત્વ ચોથી ભાવના	૫૩
અન્યત્વ પાંચમી ભાવના	૫૯
અશુચિ ભાવના-૬	૬૫
આશ્રય ભાવના-૭	૭૦
સંવર ભાવના-૮	૭૭
નિર્જંસ ભાવના-૯	૮૧
પુરુષાર્થની જરૂરિયાત છે તે બતાવે છે	૮૮
ધર્મની પ્રાપ્તિ દુર્લભ છે તે વિષે ધર્મ ભાવના	૧૦૨
આલોક થું છે, તે સંબંધી વિચાર લોક ભાવના	૧૦૫
સત્યક દષ્ટિ થવી દુર્લભ છે	૧૧૦
બોધિ ભાવના,	૧૧૦

પ્રકરણ ચોથું

હિત શિક્ષા	૧૧૨
ધ્યાન પ્રાપ્તિ સાધન છે	૧૧૩
આત્મ સાધન વિના બધું નકામું છે	૧૧૫
ધ્યાન સુધારસ પીઓ	૧૧૬
ધ્યાન કોણ કરી શકે ?	૧૧૬
પાખંડીઓને ધ્યાન હોય ખરું કે ?	૧૨૧
સાધુ વેશ ધારીને ધ્યાન ન હોય કે ?	૧૨૨
ધ્યાન કેને કહેવું ? કેટલા વખત સુધી ટકી રહે ?	૧૨૬

વિષય	પેજ
સારું ધ્યાન કેને કહેવું ?	૧૩૪

પ્રકરણ પાંચમું

આત્મધ્યાન	૧૩૬
આત્મધ્યાનના ચાર ભેદ	૧૩૫
અનિષ્ઠ સંયોગ પહેલું આત્મધ્યાન	૧૪૧
ઇષ્ઠ વિયોગ બીજું આત્મધ્યાન	૧૪૫
રોગાત્ વ્રીજું આત્મધ્યાન	૧૪૧
ભોગાત્ અથવા નિયાણાત્મધ્યાન	૧૪૮
આત્મધ્યાનનું ફળ	૧૫૭
મધ્યસ્થ મુનિઓને આત્મધ્યાન હોતું નથી	૧૫૭
લાલા લાલનો વિચાર કરી રોગનો પ્રતીકાર	
કરવાની જરૂર છે	૧૫૮
આત્મધ્યાનવાળાને લેશ્યા કેટલી હોય ?	૧૬૧
આત્મધ્યાનનાં ચિહ્નો-લક્ષણો બતાવે છે	૧૬૨
આ આત્મધ્યાન કેને હોય ?	૧૬૪

પ્રકરણ-૬

રૌદ્રધ્યાન	૧૬૭
હિસા રૌદ્રધ્યાન	૧૬૮
રૌદ્રધ્યાનનું સ્થાન શું છે ?	૧૭૦
બીજાં પણ કામોમાં રૌદ્રધ્યાન થાય છે	૧૭૬
અસત્યાનંદ રૌદ્રધ્યાન	૧૭૭
ચૌથાનંદ રૌદ્રધ્યાન	૧૮૩

વિષય	પૃષ્ઠ
સંરક્ષણાનુબંધી રૌદ્રધ્યાન	૧૮૬
(ધનાદિના રક્ષણ નિમિત્તે જીવો કેવા વિચારો કરે છે.)	૧૮૭
આ રૌદ્રધ્યાન કેને હોય છે ? કેટલા ગુણસ્થાનક	
સુધી હોય છે ?	૧૮૯
રૌદ્રધ્યાનનું ફળ, રૌદ્રધ્યાનની લેશ્યાઓ,	
રૌદ્રધ્યાનનાં લક્ષણો કે ચિહ્નો.	૧૯૦
રૌદ્રધ્યાનનો ઉપસંહાર કરે છે	૧૯૨
મંકરણ-૭	
ધર્મધ્યાનનું સ્વરૂપ	૧૯૩
અષ્ટકજી શ્રીમદ્ યશોવિજયજી	૧૯૬
યોગના આઠ અંગ	૧૯૮
યમાદિનું સ્વરૂપ	૧૯૯
નિશ્ચય અહિંસા	૨૦૦
વ્યવહારથી બીજી મહાવ્રત	૨૦૧
નિશ્ચયથી બીજી મહાવ્રત	૨૦૧
વ્યવહારથી ત્રીજી મહાવ્રત	૨૦૧
નિશ્ચયથી ત્રીજી મહાવ્રત	૨૦૨
વ્યવહારથી ચોથું મહાવ્રત	૨૦૩
નિશ્ચયથી ચોથું મહાવ્રત	૨૦૩
વ્યવહારથી પાંચમું મહાવ્રત	૨૦૩
નિશ્ચય પરિશ્રદ્ધ મહાવ્રત	૨૦૪
પાંચ ઇન્દ્રિયોનો નિશ્રદ્ધ કરવો.	૨૦૫
કષાયનો જય, ત્રણ હંડની વિરતિ	૨૦૫

વિષય	પૃષ્ઠ
નિયમ શૌચ	૨૦૯
સંતોષ	૨૧૦
તપ	૨૧૦
સ્વાધ્યાય	૨૧૨
ધર્મર પ્રણિધાન	૨૧૫
આસન	૨૧૫
પ્રાણાયામ	૨૧૭
પવનજય કરવાનો ઉપાય	૨૨૦
મનોજયનો અભ્યાસ	૨૨૨
પ્રાણાયામની ચાલુ રીત સ્વામિરામતીથ	
આ પ્રમાણે જણાવે છે	૨૨૪
પૂરક-કુલક-રેચક	૨૨૫
શાસ્ત્રકાર હઠયોગના પ્રાણાયામનો નિષેધ કરે છે	૨૩૧
પ્રત્યાહાર-૫	૨૩૪
ધારણા	૨૩૮
ધર્મધ્યાનાદિ વિચાર.	૨૪૫
ધર્મધ્યાનમાં ઉપયોગી સાધનો	૨૪૭
ધ્યાનને મદદગાર ભાવના	૨૪૮
મેત્રીભાવના	૨૪૯
બીજી કરુણાભાવના	૨૫૦
પ્રમોદભાવના	૨૫૩
મધ્યસ્થભાવના	૨૫૬
ભાવનાઓની જરૂરિયાત વિષે ગ્રંથાંતરમાં કહ્યું છે કે	૨૬૧

વિષય	પૃષ્ઠ
જ્ઞાન ભાવના	૨૬૧
દર્શન ભાવના	૨૬૨
આરિત્રભાવના	૨૬૨
વૈરાગ્યભાવના	૨૬૩
ભાવનાનો ઉપસંહાર	૨૬૩
ધ્યાનની સિદ્ધિ કેવા સ્થળે થાય છે ?	
સ્થિરયોગવાળા માટે તેવા સ્થાનની ખાસ જરૂર નથી	૨૭૦
ત્યારે કેવા સ્થાને રહી ધ્યાન કરવું ?	૨૭૧
ધ્યાન કરવાનો કાળ(વખત) એટલે ક્યારે ધ્યાન કરવું ?	૨૭૧
કેવા આસને બેસી ધ્યાન કરવું ?	૨૭૩
ધ્યાનમાં દિશાનો નિયમ બતાવે છે	૨૭૪
ધર્મધ્યાનના આલંબનો	૨૭૫
આલંબન લેવાનું કારણ બતાવે છે	૨૭૬
ધ્યાનનો ક્રમ	૨૭૭
ધર્મધ્યાનના ચાર લેહ	૨૭૯
આશાવિચય ધર્મધ્યાન	૨૮૦
અપાદ વિચય ધર્મધ્યાન	૨૮૪
વિપાક વિચય ધર્મધ્યાન	૨૮૭
લોક સંસ્થાન વિચય ધર્મધ્યાન	૨૯૪
આધ્યાન કરવાનું કારણ બતાવે છે	૨૯૭
ધ્યાન કરનાર કેવો હોવો જોઈએ ?	૩૦૧

પ્રકરણ-૮

ધર્મધ્યાનના આલંબનબૂત ધ્યેય બીજી રીતે કહે છે. ૩૧૭

વિષય	પેજ
આત્મસ્વરૂપ અનુભવવું તે રૂપાતીત ધ્યાન છે	૩૧૯
પિંડસ્થ ધ્યેયની પાંચ ધારણા	૩૨૦
પાર્થિવી ધારણા	૩૨૧
આગ્નેયી ધારણા	૩૨૪
ધર્મધ્યાનની વાયુસંબંધી ધારણા	૩૨૮
વાયુણી ધારણા	૩૩૦
તત્ત્વ સ્વરૂપ ધારણા	૩૩૧
પિંડસ્થધ્યાનનું અલૌકિક રૂળ	૩૩૪
ચદ્ધસ્થધ્યાન	૩૩૫
રૂપસ્થધ્યાન	૩૪૩
ધ્યાનનું રૂળ	૩૪૬
કેવીરીતે તન્મય થવું જોઈએ ?	૩૪૬
આલંબન તેવું રૂળ	૩૪૭
તે ઉપર દૃષ્ટાંત બતાવે છે.	૩૪૮
હલકી ભાવના કરવી જ નહિ.	૩૫૨
રૂપાતીતધ્યાન	૩૫૬
હવેતે ધ્યાન કેમ કરવું ?	૩૫૮
તન્મય થવાનું કારણ બતાવે છે.	૩૬૧
તે વખતની સ્થિતિ કેવી થાય છે ?	૩૬૨
મનને શિખામણ	૩૬૩
ધર્મધ્યાનનો ઉપસંહાર	૩૬૫
અનુપ્રેક્ષા	૩૬૬
તે જ બતાવે છે	૩૬૭

વિષય	પેજ
શિષ્યને શિષ્યામણુ	૩૬૭
ધર્મધ્યાનમાં કઈ અને કેટલી લેશ્યા હોય છે ?	૩૭૧
ધર્મધ્યાનની સ્થિતિ	૩૭૨
ધર્મધ્યાનનું લક્ષણ	૩૭૨
ધર્મધ્યાનનું ફળ	૩૭૩

મંકરણ-૯

શુદ્ધધ્યાન આલંબનાદિ વિભાગ	૩૭૫
શુદ્ધધ્યાન આલંબન દ્વાર-૧	૩૭૫
શુદ્ધધ્યાનનું ક્રમ દ્વાર-૨	૩૮૧
શુદ્ધધ્યાન-ધ્યાન દ્વાર-૩	૩૮૩
શુદ્ધધ્યાનનો ખીજો ભેદ	૩૮૫
પરમ સમાધિ	૩૮૮
ચોથું ધ્યાન કેને કહેવાય	૩૯૦
ઉપસંહાર	૩૯૩
સુવાક્યો	૩૯૭



શ્રીમદ્ આચાર્ય મહારાજ શ્રી વિજય- કેસરસૂરીશ્વરજી વિરચિત અપૂર્વ ગ્રંથો

પુસ્તકનું નામ

લેખક

શ્રી યોગશાસ્ત્ર (ભાષાંતર) શ્રી આ. વિ. કેસરસૂરીજી મ.	
શ્રી મલયસુંદરી ચરિત્ર	„
શ્રી શાંતિનો માર્ગ	„
શ્રી આત્મજ્ઞાન પ્રવેશીકા	„
શ્રી ધર્મોપદેશ તત્ત્વજ્ઞાન	„
શ્રી મહાવીર તત્ત્વ પ્રકાશ	„
શ્રી આનંદ અને પ્રભુ મહાવીર	„
શ્રી સમ્યગ્ દર્શન	„
શ્રી આત્માનો વિકાસક્રમ	
અને મહામોહનો પરાજય	„
શ્રી પ્રભુના પંથે જ્ઞાનનો પ્રકાશ	„
શ્રી નીતિ વિચાર રત્નમાળા	„
શ્રી રાજકુમારી સુદર્શના ચરિત્ર	„
શ્રી આત્મ વિશુદ્ધિ	„
શ્રી દશવૈકાલિક (ભાષાંતર)	„

પ. પૂ. આ. શ્રી વિજયચન્દ્રસૂરીશ્વરજી મ. સા.



જન્મ : સં. ૧૯૫૫ કારતક સુદ ૧૫ વઢવાણ.
હુંદક દીક્ષા : સં. ૧૯૬૫ માગશર સુદ ૩ અમદાવાદ
સંવેગી દીક્ષા : સં. ૧૯૭૮ વૈશાખ સુદ ૩ સીનાર (ડભોધ)
પંન્યાસ પદ : સં. ૧૯૯૩ પોષ સુદ ૨ પાલિતાણા
આચાર્ય પદ : સં. ૨૦૧૮ માગશર સુદ ૬ ખીલીમોરા
સ્વર્ગવાસ : સં. ૨૦૨૮ વૈશાખ સુદ ૩ અમદાવાદ

આધ્યાત્મનિષ્ઠ પરમ પૂજ્ય આચાર્ય
વિજયચંદ્રસૂરીશ્વરજી મ. સા. ના શિષ્ય રત્ન



શાંતમૂર્તિ પરમ પૂજ્ય આચાર્ય શ્રી
વિજયપ્રભવચંદ્રસૂરીશ્વરજી મ. સાહેબ.

પ્રાગ્કથન

દરવર્ષે હજારો પુસ્તકોનું પ્રકાશનનું કામ થાય છે. તેમાં પણ ધાર્મિક અનેક પ્રકાશનો થાય છે, છતાં ધ્યાન અને યોગના પુસ્તકો ખુબજ અલગ સંખ્યામાં પ્રકાશીત થાય છે. ધ્યાન યોગ પરિપૂર્ણ આ ગ્રંથરત્નના રચયિતા પૂ. સકલચંદ્રજી ઉપધ્યાય છે, અને અનુવાદ સાથે અનેક રીતે સાધકને ઉપયોગી બને એ માટે પોતે સાધેલી યોગ સાધનાના અનુભવો પ. પૂ. યોગનિષ્ઠ આચાર્યદેવ શ્રી વિજયકેશરસૂરીશ્વરજી મ. શ્રીએ આપેલ છે. અનેક મુમુક્ષુઓને અત્યંત ઉપયોગી બને અને સંસારની અશાંતિથી પીડાતા દરેકને જીવનમાં શાંતિ અર્પણ કરે એવી રચના કરીને મહાન ઉપકાર કર્યો છે.

પ. પૂ. આચાર્યશ્રીના સર્વ પુસ્તકો નાના મોટા સર્વને ઉપયોગી છે. જૈન કે જૈનેતર સર્વને માર્ગદર્શન આપીને માર્ગમાં સ્થીર બનાવે છે. તેમાં આ ગ્રંથનો અધ્યાત્મરસથી પરિપૂર્ણ છે.

આ ગ્રંથની બીજી આવૃત્તિ ખડગપુર નિવાસી શ્રુતપ્રેમી ધર્મપરાયણ શ્રી દેવીદાસ હેમચંદ વોરાએ સં. ૨૦૧૭ ની સાલમાં પ. પૂ. આધ્યાત્મનિષ્ઠ આચાર્યદેવ શ્રી વિજયચંદ્રસૂરીશ્વરજી મ. સા. ની આચાર્યપદવી તેમજ પૂજ્ય ગુરુદેવ

૨

શ્રી વિજયપ્રભચંદ્રસૂરીશ્વરજી મ. સા. ની પંચાસપદ્ધી નિમિત્તે બહાર પાડેલ. હાલતો મુમુક્ષુઓને ઘણી કિંમત આપવા છતાં આ ગ્રંથ અલભ્ય બનવાથી પરમ શ્રુતગ્રેભી સરળ સ્વભાવી કિર્તીકરભાઈ પાસે અનેકોએ માંગણી કરી શ્રી શંકરલાલ બેન્કરને પણ આ ગ્રંથના વાંચનનો પ્રસંગ મળ્યો તેમણે તો એટલો બધો આહવાદ ઉત્પન્ન થયો જેના કારણે ઉંચી કિંમત આપી. ૨૫ નકલો મંગાવી માત્ર, સંબંધીઓને ભેટ આપી પણ જ્યારે પ્રયત્ન કરતાં એ ગ્રંથ ન મળી શકવાથી સ્વ. પૂ. આચાર્યદેવ શ્રી વિજયચંદ્રસૂરીશ્વરજી મ. સાહેબ પાસે ધ્યાનદીપિકા પુસ્તક ફરીને છપાવવા વિનંતી કરી. અને ૧૦૦૦) નકલનો ખર્ચ એ પોતે આપવાની તૈયારી બતાવી. પૂજ્યશ્રીના બે પુસ્તકો મહાબલમલયાસુંદરી તથા ગૃહસ્થ ધર્મ નિતીમય જીવન પુસ્તક પ્રકાશીત કરીને આ ધ્યાનદીપિકા પુસ્તક હાથ ધરેલ છે. અને ગુરૂકૃપાએ કાર્ય પૂર્ણ થયેલ છે. હવે ચોથું પ્રકાશન યોગશાસ્ત્ર (ભાષાન્તર) નું કાર્ય આરંભેલ છે ટુંક સમયમાં બહાર પડશે. અલભ્ય એવા પુસ્તકોના પ્રકાશન માટે અથાગ પ્રયત્ન કરનાર પ્રવર્તીની સરલ સ્વભાવી સાધ્વીજી સૌભાગ્યશ્રીજીના શિષ્યા જ્ઞાનધ્યાન મગ્ના સાધ્વીજી જ્ઞાનશ્રીજીએ સમ્યગ્દર્શન આત્માનો વિકાસક્રમ અને મહામોહનો પરાજય, આનંદ અને પ્રભુ મહાવીર, પ્રભુના પંથે જ્ઞાનનો પ્રકાશ, નિતીવિચાર રત્નમાલા, મહાવીર તત્વ પ્રકાશ અને આત્મવિશુદ્ધિ, આત્મજ્ઞાન-પ્રવેશિકા તથા ધર્મોપદેશ તત્વજ્ઞાન વિગેરે ગ્રંથોનું પ્રકાશન તેમની પ્રેરણાથી થયેલ છે. અને સાધ્વીજી વિનયપ્રભાશ્રીજીએ

પણ આત્મજ્ઞાન પ્રવેશીકા તથા નિતિમય જીવન વિગેરે પુસ્તકો પ્રકાશીત કરવા પ્રેરણા આપેલ છે. અત્યારે પણ તેમની પ્રેરણાથી આ ગ્રંથમાં પણ પ્રકાશન માટે રકમ મળેલ છે.

હવે પછી દર વર્ષે પૂજ્ય શ્રીના પુસ્તકોનું પ્રકાશન કાર્ય કરવાનું શ્રી વિજયચંદ્રસૂરીશ્વરજી જૈન જ્ઞાન મંદિર નવરંગ-પુરા અમદાવાદના ટ્રસ્ટીઓ શ્રી કાંતીલાલ ઠાઠાભાઈ શાહ, શ્રી વનેચંદ એ. મહેતા, શ્રી કાંતીલાલ સ્તનચંદ, શ્રી વસ-નજીભાઈ રવજીભાઈ તેમજ બચુભાઈ વાડીલાલ શાહે નક્કી કરેલ છે.

સરળસ્વભાવી પૂજ્ય આચાર્યદેવ શ્રી વિજયપ્રભવચંદ્ર-સૂરીશ્વરજી મ. સા. ની શુભ નિશ્રામાં પૂજ્યોની અસિમ કૃપાથી પુસ્તક પ્રકાશનનું કાર્ય આગળ વધે અને અનેક ઉત્કૃષ્ટો શ્રદ્ધા મનનનો લાભ લે. તેજ શુભેચ્છા.

સ્થળ :-

શ્રી મુક્તિચંદ્ર શ્રમણ

લી૦

આશધના કેન્દ્ર

સુનિ હેમપ્રભવિજય ગણી

ગિરિવિહાર તળેટી રોડ,

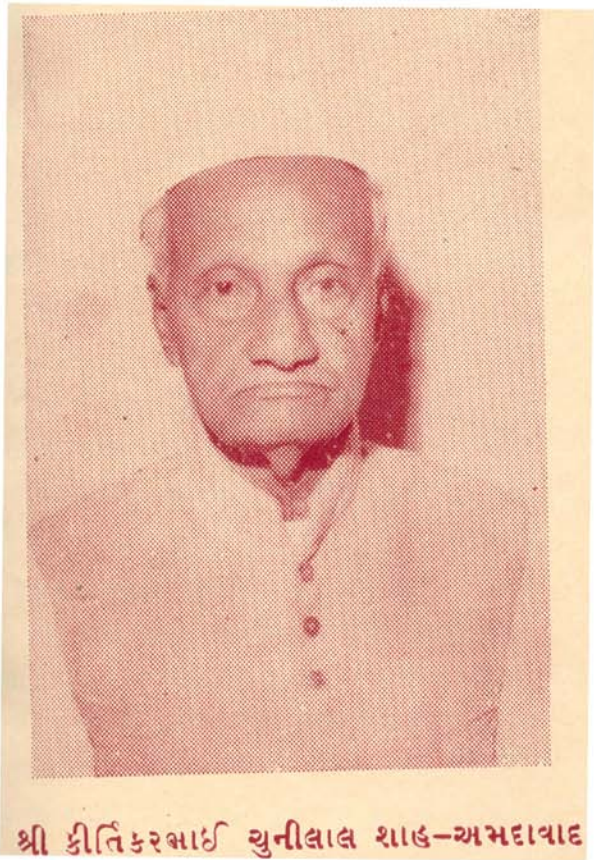
પાલીતાણા

૨૦૩૨ વૈશાખ સુદ ૩



પુસ્તક પ્રકાશન નિમિત્તે આવેલી લેટની રકમ

- ૨૮૦૦-૦૦ સંઘવી ભૂરમલજી તેજજી શ્રી ધનાપુરા જિનેન્દ્ર ભવન સં. ૨૦૩૧ ના પાલીતાણામાં ચાતુર્- માસમાં થયેલ જ્ઞાનખાતાની આવક માંથી.
- ૧૧૧૧-૦૦ સાધવીજી શ્રી જ્ઞાનશ્રીજીના સફૂંપદેશથી મુનિરાજ શ્રી હેમપ્રભવિજયજી મ. સા. ના ગણિપદની પદવીની સ્મૃતિ નિમિત્તે.
- ૫૦૧-૦૦ સુમિત્રાબહેન ચંદ્રહાસભાઈ અમદાવાદ જૈનનગર- વાળા તરફથી.
- ૫૦૧-૦૦ શ્રી વિજયચંદ્રસૂરીશ્વરજી જૈન જ્ઞાનમંદિરના જ્ઞાન ખાતામાંથી લેટ.
- ૫૦૧-૦૦ એક સફૂંહસ્થ તરફથી લેટ હસ્તે ખાણુલાલ તલકચંદ તથા લીખુભાઈ ચીમનલાલ ચોકસી.
- ૩૦૧-૦૦ શ્રી મુક્તિચંદ્ર શ્રમણ આરાધના કેન્દ્રના જ્ઞાન ખાતામાંથી લેટ.
- ૨૫૦-૦૦ શ્રી ધર્મનાથ પોપટલાલ હેમચંદ પ્રવેતાંમ્બર મૂર્તિપૂજક જૈન સંઘના જ્ઞાન ખાતામાંથી સાધવીજી વિનયપ્રભાશ્રીજીના સફૂંપદેશથી.
- ૨૦૧-૦૦ પાલનપુર મોટા ઉપાશ્રયની બહેનો તરફથી લેટ.
- ૧૦૧-૦૦ હીરાબહેન ડોસાજીભાઈ પાલનપુરવાળા.
- ૧૦૧-૦૦ આગમમંદિરના આરાધક બહેનો તરફથી.
- હ: તારાબેન નેમચંદ શાહ



શ્રી કિર્તીકરભાઈની કિર્તી ગાથા

અનાદીકાલથી સંસારમાં પરિભ્રમણ કરતાં ક્યારેકજ મહાન પુન્ય પ્રભાવે માનવ ભવ મળે છે. અને પુણ્યાત્મ ખંધી પુણ્યનો જ્યારે ઉદય હોય ત્યારે આત્મા પોતે મળેલી સામગ્રીનો સદુપયોગ કરી શકે છે આપણા કીર્તીકરભાઈનું જીવન એટલે જીવતી જાગતી પ્રેરક કથા છે.

એક નાનામાં નાની.... વ્યક્તિને અત્યંત પ્રેમથી જોલાવવી જાંઝ નીચનો ભેદ નહિ. ગરીબ તવંગરનો ભેદભાવ નહી. સરલતાનો જાણે દરિયો એઈ દરિયો જાંઝી કક્ષાતું ચરિત્ર અને સત્ય પ્રિયતા અને નિષ્કપટ ભાવ એવા અનેક ગુણોથી તેઓ શોભી રહ્યા છે....

એમના અંતરની ભાવના એ પોતે માને છે કે જન્મે જન્મના દુઃખની આત્યંતિક નિવૃત્તિ સાધી પરમ આનંદ અને શાશ્વત.... સુખને આત્મસાત્ કરવા સમય અને સાધન પ્રાપ્ત થયા છે જીવન જીવવાનો સત્ય અને વાસ્તવિક હેતુ મહાન અને ગંભીર છે, નિર્દોષ આનંદ શાંતિ અને સુખ કે જેની ગણના વિશ્વના કોઈપણ પદાર્થ અને સુખની સાથે ન થઈ શકે એ પ્રાપ્ત કરવા કમ્મરકસી દિવ્ય પ્રયત્ન કરવાનો છે. અને બહિરાત્મ દશાનો ત્યાગ કરી અંતરાત્મદશા પ્રગટાવવા શત દિવસ પ્રયત્ન કરી રહેલ છે સામાયિક, પ્રતિક્રમણ અને નમસ્કાર મંત્ર જીવસગહર લોગસ્સ વિગેરે અનેક જીવન

નિર્મળ બનાવે તેવા મંત્રો વિગેરેનું નિષ્કપટ ભાવે અગ્રમન પછે રટન ચાલુ જ છે.

એકાંતમાં કે ગમે તેની વચ્ચે બેઠેલા. હોય ત્યારે પણ જાપયોગ ચાલુ જ હોય છે, જાપનો મહિમા અપાર છે જાપ અને ધ્યાન દ્વારાજ મન એકાગ્ર....બને છે ભવસિન્ધુના અનેક વમળો. ઝંઝાવાતો અને વિષયોના ચિન્તનનું વિષ રંગેરંગમાં વ્યાપ્ત થતું અટકે છે વિષય અને કષાયોના અનેક દોષોરૂપ પાપ કર્મોથી મુક્તિ મળે છે એવા ધ્યાન માટેનો એમનો અધ્યાગ પ્રથમ ચાલુ છે. જાપ અને ધ્યાનના રસીક હોવાથી પ. પૂ. પ્રકાશક યોગનિષ્ઠ આચાર્ય દેવશ્રીની અનેક કૃતિઓ તેમના હૃદયમાં વસેલ છે તેમાં પણ જયારથી ધ્યાનદીપિકા પુસ્તક તેમના હાથમાં આવીયું અને એ વાંચ્યા બાદ એ પુસ્તક છપાયે ઘણાં વર્ષો વિત્યાં અને હાલ અલભ્ય હોવાથી પૂજ્ય સ્વર્ગસ્થ આચાર્ય વિજયચંદ્રસૂરિશ્વરજી મહારાજ સાહેબની હાજરીમાં જ આ પુસ્તક છપાવવાની ભાવના થઈ અને એ કાર્ય થોડા વિલંબે પણ પૂર્ણ થયેલ છે એનો એમને અપૂર્વ આનંદ છે. પૂણ્યનો યોગતો જુઓ એ જે કોઈ ઉત્તમ પ્રવૃત્તિઓ કરે છે. તેમાં શ્રી કીર્તીકરભાઈના ધર્મપત્ની ધર્મપરાયણ શારદાબેન તેમજ તેમના સુપુત્રો સુરેન્દ્રભાઈ, અશોકભાઈ, નિરંજનભાઈ, અતુલભાઈ વગેરે એટલા ભાવનાશાળી નર અને વિવેકી છે, નાના મોટા દરેક એમની ઈચ્છાનુસાર વર્તે છે કોઈ તેમને મન દુઃખ થાય તેમ કરવા તૈયાર નથી તે પૂર્ણ પૂણ્યોદય હોય તોજ બને આજે કીર્તીકરભાઈ તનથી મનથી અને ધનથી આત્મ સંસ્કૃત્યોરૂપી



અ. સૌ. શ્રી
શારદાબેન કીર્તિકરભાઈ શાહ-અમદાવાદ

વૈભવથી પરમ સુખી છે. સ્વસ્થ મનથી ધર્મારાધન કરે છે અને અનાસક્ત યોગી જેવું જીવન જીવવા પ્રયત્ન કરે છે. સંસારના દુર્ગુણો સ્વાર્થ ધન કે સત્તાની લાલસા વિષય લોલુપતા વિગેરે દુર્ગુણોથી પર છે.

અરેખર એમનું જીવન એમની સરળતા અને નિષ્કપટ-ભાવ અને પરના દુઃખને દૂર કરવાની ઉત્કટ ભાવનાના યોગે નાના મોટા સર્વમાં એમની કીર્તિ પ્રસરેલી છે અને આવા અનેક ભમદા કાચોથી પોતાનું નામ સાર્થક કરેલ છે એ સાધક આત્મા સાધનાના માર્ગે ખુબ આગળ વધી સ્વપરનું કલ્યાણ સાધે. આત્મીક સફળતાનું વૈભવ ભોગવનાર બનેા.

એજ દિ૦

પ્રકાશક.



સ મ પ્ણ



જેઓ મારા પરમ ઉપકારી વહીવ
સ્વજન હતા એ મારા પૂઠ ક્ષેત્રના દીકરી
થતા હતા.

બાલ્યવયમાં લગભગ તેમની સાથે
સહીને ઉછર્યો છું. તેમણે મને નાના ભાઈ
તરીકે સ્નેહપૂર્વક સંભાળ રાખીને અનેક
સુસંસ્કારોથી માફે જીવન વાસીત બનાવ્યું
છે. પૂઠ બેને મજબૂર મહાજન વિગેરેની
સ્થાપના કરીને અનેક રીતે દેશ સેવા પણ
કરેલ છે. મુરબી શ્રી અંબાલાલ સારા-
ભાઈનું અવસાન થવાથી પૂઠ બહેન
આઘાતથી વ્યતિત હતા ત્યારે મેં ધ્યાન-
દીપિકા વાંચન માટે આપેલ તેના વાંચ-
નથી અપૂર્વ શાંતિ થઈ તેમને પણ એમ
કહ્યું કે આ ગ્રંથ અમૂલ્ય છે અને તેમાં
રહેલો ઉપદેશ અત્યંત લાભદાયક છે માટે
આ ધ્યાનદીપિકા ગ્રંથ સ્વર્ગસ્થ પૂઠ શ્રી
અનસુયાબેનને અર્પણ કરું છું.

“આનંદધન”

૧૦ આદર્શ સોસાયટી,
નવરંગપુરા, અમદાવાદ ૯

} એજ લિઠ સ્નેહાધિન,
કિર્તિકર ચુનીલાલ શાહ



ધ્યાનદીપિકા

પ્રકરણ ૧.

મંગલાચરણ, વિષય, અને સૂચના

સર્વદ્વિ લબ્ધિસિદ્ધિશૈર્યોર્ગોદ્રૈર્વૃત્તમિષ્ટદમ્ ।

નિષ્પાપં પાપહં વંદે સર્વં સર્વજ્ઞમંડલમ્ ॥૧॥

સર્વ પ્રકારની ઋદ્ધિ, લબ્ધિ અને સિદ્ધિઓના સ્વામી એવા યોગીન્દ્રોથી પરવરેલા, ઇષ્ટ દેવાવાળા, પાપરહિત અને અન્યનાં પાપોનો નાશ કરનાર, સમગ્ર સર્વજ્ઞતા સમુદાયને હું વંદન કરું છું. ૧.

ભાવાર્થ:—અંતકાર શ્રીમાન સકલચંદ્રજી ઉપાધ્યાય અંધતા આદિમાં મંગલાચરણ કરે છે. મંગલાચરણમાં સર્વજ્ઞ-મંડલનો ચિતાર આપ્યો છે જાણે સાક્ષાત્ સર્વજ્ઞોતું મંડલ એક વખત આ પૃથ્વીતળ પર વિચરતું હોય છે, તે વખતે તેઓની પાસે યોગીન્દ્રો પણ હોય છે. અહીં યોગીન્દ્રોનો અર્થ તીર્થંકર દેવ થાય છે, તે લીધો નથી; પણ સાધુજીવન ગુજારનાર યોગીઓ કહેવાય છે, ત્યારે તેઓમાં શ્રેષ્ઠ, અવધિજ્ઞાનલબ્ધિ. મનઃપર્ચવલબ્ધિ વિગેરે લબ્ધિ ધારક કહેવાય છે. તે અધેક્ષાએ અહીં યોગીન્દ્રો કહ્યા હોય તેમ સમજાય છે. નાના પ્રકારની

જ્ઞાનાદિ સંપત્તિઓ ચારણ, શ્રમણ, અવધિ, મનઃપર્થવાદિ લગ્નિયો અને અણિમા, મહિમા, ગરિમાદિ અષ્ટ સિદ્ધિઓ એના ‘ઇશ’ માલિક અર્થાત્ તે જેઓને સ્વાધીન છે એવા યોગીવૃંદોથી વીંટાયેલા, સર્વજ્ઞમંડળને નમન કરે છે.

આ સર્વજ્ઞમંડળ ઇષ્ટ દેવાવાળું છે. જન્મ મરણાદિથી નિવૃત્તિ પામી પરમ શાંતિમય સ્થિતિવાળું સ્વસ્વરૂપ અનુભવવું તે ઇષ્ટ છે અને તે સ્થિતિએ આ સર્વજ્ઞમંડળ પહોંચેલું હોવાથી તે ઇષ્ટ ઉપદેશાદિદ્વારા આપે છે. તે પરમ શાંતિમય સ્થિતિએ પહોંચવાનું કારણ નિષ્પાપસ્થિતિ છે. નિષ્પાપ-પાપરહિત થયા સિવાય આત્મજીવન ઉચ્ચસ્થિતિએ પહોંચી ન શકે એ રહસ્યને બતાવવા (નિષ્પાપ) આ વિશેષણ છે.

તે સર્વજ્ઞમંડળ (પાપહ) છે. પાપનો નાશ કરનાર છે. કારણમાં કાર્યનો ઉપચાર કરવામાં આવે છે. પોતે નિષ્પાપ હોવાથી યોગ્ય જીવોને ઉપદેશ દ્વારા યોગ્ય માર્ગ બતાવે છે અને તે સ્વાનુભવસિદ્ધ માર્ગ હોવાથી જેવી રીતે પોતે નિષ્પાપ થયા છે તેવી રીતે અન્ય યોગ્ય જીવોને પણ પાપ નાશ કરનાર (પાપ વિનાના) બનાવે છે; એટલે અન્યના પાપનો નાશ કરનાર (કારણમાં કાર્ય ઉપચાર દ્વારા) આ સર્વજ્ઞમંડળ છે.

આ સર્વજ્ઞમંડળ એકસાથે હોય કે જુદે જુદે પ્રસંગે આ પૃથ્વીતળ પર થઈ ગયેલ હોય; તે સર્વ સર્વજ્ઞમંડળને હું વંદન-નમન કરું છું. સર્વ સર્વજ્ઞમંડળ કહેવાથી આ

અંશકારની સર્વ દેશકાળમાં થયેલા સર્વજો પ્રત્યે સમદષ્ટિ છે એમ સૂચવે છે.

વળી સર્વજોના મતો જુદા હોતા નથી. દ્રવ્ય, ક્ષેત્ર, કાળ, લાવની અપેક્ષાએ ઉપદેશ જુદો જુદો હોય છે, તથાપિ પ્રાપ્ત કરવા લાયક આત્મસ્થિતિ તેનું નિશાન તો—લક્ષ્યબિંદુ તો સર્વનું એક જ હોય છે. એ દષ્ટિ ધ્યાનમાં રાખી કોઈ પણ વ્યક્તિનું નામ ન આપતાં શાસ્ત્રકાર સામાન્ય રીતે જગતમાન્ય સર્વસમંવજને અંશની આદિમાં નમસ્કાર બતાવે છે.

વિશેષ મંગલાચરણ કરવા સાથે અંશનો વિષય બતાવે છે.

ब्रह्मज्ञानानंदे लीनार्हत्सिद्धसाधुसंदोहम् ।

સ્મૃત્વાધ્યાનકૃતેઽહં ધ્યાનાધ્વગદીપિકા વક્ષ્યે ॥૨॥

આત્મજ્ઞાનના આનંદમાં લીન થયેલા અરિહંત, સિદ્ધ અને સાધુઓના સમુદાયનું સ્મરણ કરીને હું ધ્યાનને ધ્યાનમાર્ગમાં ચાલનાર અર્થાત્ ધ્યાનનો માર્ગ બતાવનાર દીપિકાને કહીશ. ૨

ભાવાર્થ :—જ્ઞાન અને આનંદ એ આત્માના ગુણો છે અથવા જ્ઞાન અને આનંદ તે આત્માનું જ સ્વરૂપ છે. ‘બ્રહ્મ’ શબ્દથી શુદ્ધ નિરાવરણ પરિપૂર્ણ એવું આત્મસ્વરૂપ સમજવું.

નિરાવરણ આત્મસ્વરૂપ લેતાં, જ્ઞાન અને આનંદ પણ પરિપૂર્ણ શુદ્ધ જ સમજવાં—તેવા જ્ઞાનાનંદમાં લીન થયેલા અરિહંતદેવ, સિદ્ધપરમાત્મા અને સાધુઓનો સમૂહ તેઓનું સ્મરણ કરી, એકાગ્રચિત્તે તેઓના શુદ્ધ સ્વરૂપને મનમાં યાદ લાવી, હું—સકળચંદ્રજી ઉપાધ્યાય નામ ધારણ કરનાર દેહાધિષ્ઠિત

આત્મધ્યાનને માટે ધ્યાનમાર્ગમાં ચાલનાર દીપિકાને કહીશ.
અહીં સાધુને નમસ્કાર તથા તેમનું સ્મરણ કરવાથી
આચાર્ય તથા ઉપાધ્યાયજીનું સ્મરણ પણ સાથે જ થયું,
કારણ કે સાધુ શબ્દમાં તે બંનેનો સમાવેશ થાય છે,
'ધ્યાનને માટે' એ શબ્દથી ધ્યાન કરવાની ઈચ્છા કરવાવાળા
જીવોને સુગમતા થાય એટલા હેતુથી; ધ્યાનમાર્ગમાં સાથે
ચાલવાવાળી અથવા ધ્યાનનો માર્ગ બતાવનારી દીપિકા કહીશ
એમ અંતરે જણાવ્યું.

માર્ગ વિકટ હોય, તેમાં વળી રાત્રી અંધારી હોય અને
રસ્તો અભણ્યો હોય, આ વખતે અવશ્ય કરીને લોમિયાની
જરૂર હોય છે. લોમિયા વિના તેવા અભણ્યા વિકટ રસ્તામાં
હેરાત થવાનો, દુઃખી થવાનો, ભૂલા પડવાનો, લૂંટાવાનો
અને માર ખાવાનો સંભવ રહે છે. એવી જ રીતે આ મારી
દીપિકા (અંતર) ધ્યાનના માર્ગમાં ચાલનાર મુસાફરોને-મુમુક્ષુ-
ઓને-સાથે આવી લોમિયાનું કામ કરશે.

અજ્ઞાન અંધારામાં પ્રકાશ કરશે, ભૂલા પડેલાને માર્ગ
ચડાવશે, કામકોલાહિ ચોરાથી બચવાની યુક્તિ જણાવશે
એટલું જ નહીં, પણ નવીન મોહાદિનો પરાજય કરવાનો
રસ્તો દેખાડશે. આ ધ્યાનદીપિકા કહેવાનો મારો આ જ
ઉદ્દેશ છે.

ધ્યાનના અર્થી જીવોને અંતર કરનારની સૂચના.

જૈનાગમાર્થાનવલંબ્ય મોહ ધ્વાંતાંતકૃત્રી શમશુદ્ધિદાત્રી ।
ધ્યાનાર્થિભિઃ સ્વાંતઃગૃહે વિધેયા નિત્યં નિજોદ્યોતકૃતે કૃતીશૈઃ ॥૩॥

પોતાના હૃદયને માટે મહાન પ્રયત્ન કરનાર ધ્યાનતા અર્થાં છુવોએ જૈન આગમના અર્થનું અવલંબન કરીને મોહરૂપ અંધકારનો નાશ કરનારી અને સમભાવની વિશુદ્ધિને આપનારી આ ધ્યાનદ્વીપિકાને નિરંતર પોતાના અંતઃકરણરૂપ ઘરને વિષે ધારણ કરવી. ૩.

ભાવાર્થ :—ઈચ્છા ખરેખર આત્માનો હૃદય કરવાની જ હોય તો આ ધ્યાનદ્વીપિકાને તમારા હૃદયમંદિરમાં નિરંતર પથરાવી રાખો.

દરેક ક્ષણે તમોને યાદ આવે, નશૃતિ આપે તે માટે બીજે કયાંય નહીં પણ હૃદયરૂપ ઘરમાં જ રાખજો, આત્મ સન્મુખ જ રાખજો. આ ધ્યાનદ્વીપિકામાં જૈનઆગમના અર્થનું જ અવલંબન કરેલું છે; અર્થોત્-જિનેશ્વર ભગવાને અનુભવ કરેલ સિદ્ધાંત-નિશ્ચયનું જ વર્ણન તેમાં છે અને તે માટે જ તે મોહરૂપ અંધકારનો નાશ કરનારી છે; તથા સમભાવ કે જેમાં રાગ પણ નથી અને દ્રેષ પણ નથી, તેવી રાગદ્રેષ વિનાની, સમ-વિષમ વિનાની પરમ વિશુદ્ધિવાળી સ્થિતિને આપવાવાળી છે. મતલબ કે વીતરાગ દેવનો જે સ્વાનુભવસિદ્ધ ભાગ છે તે માગે ચાલતાં અવશ્ય તમે તે સ્થિતિને અનુભવી શકશો.

તે માગે આમાં (દ્વીપિકામાં) ખતાવવામાં આવશે, એટલા માટે જ આ ગ્રંથને હૃદયમાં સ્થાન આપજો. શોભાને માટે જેમ ઘરમાં અભરાઈ ઉપર વાસણો ગોઠવવામાં આવે છે તેમ આ ગ્રંથને પુસ્તકાલયની અભરાઈ ઉપર જ ગોઠવી ન મૂકશો. ૩.

આત્માને હિતકારી વસ્તુ શી છે ?

જીવો જ્ઞાનાદિમલિનો મોહાંધોડયં ચ હેતુના યેન ।

શુદ્ધ્યતિ તત્તસ્ય દિતં તચ્ચ તપસ્તચ્ચ વિજ્ઞાનમ્ ॥૪॥

અનાદિ કાળથી મલિન અને મોહાંધ આ જીવ જે હેતુ વડે શુદ્ધ થાય તે તેનું હિત છે, તે તપ છે અને તે વિજ્ઞાન છે. ૪.

ભાવાર્થ :—આ જીવ અનાદિ કાળથી મલિન છે. તેનામાં મલિનતા ક્યારે આવી અને શા હેતુથી આવી ? આનો જવાબ “અનાદિ કાળથી તેમ જ છે” એ સિવાય બીજો આવતો નથી.

જ્ઞાનીઓ પોતાના જ્ઞાનમાં તેમ જ દેખે છે. શાસ્ત્રકારો એમ જ જણાવે છે. દરેક સંપ્રદાયમાં પણ મોટે ભાગે આ જ માન્યતા છે. મલિન થવાના હેતુઓમાં જે ભેદ છે. પ્રથમ અનાદિ પ્રવાહની અપેક્ષાએ મૂળ અનાદિ મલિનતા થવામાં હેતુ શો ? તે હેતુ મળી શકતો નથી, શોધવા જતાં અનેક શંકાઓના વમળમાં અથડાવું પડે છે. છેવટે પણ ‘અનાદિ તેમ જ છે’ આ શબ્દોનો આશ્રય લેવો પડે છે.

બીજો હેતુ અમુક સ્થિતિથી મલિન થવાના હેતુઓ મિથ્યાત્વ કષાય (અજ્ઞાન), અવિરતિ (ઇચ્છાઓનો અનિરોધ) (ક્રોધ, માન, માયા, લોભવાળી પરિણતિ) અને યોગો (મન-વચન-કાયાની પ્રવૃત્તિ) આ હેતુઓ માનવામાં આવે છે. તે હેતુઓ નવીન મલિનતા પામવામાં અગ્રણ્ય કારણરૂપ છે. તેનું નામ જ મોહાંધ-મોહથી આંધળા થવાપણું છે.

આ મોહરૂપી પડળને લઈ આત્મજ્ઞાન-આત્મપ્રકાશ-દબાઈ ગયો છે-ઢંકાઈ ગયો છે-તેથી વસ્તુને વસ્તુસ્વરૂપે જોઈ શકાતી નથી.

આત્મસ્વરૂપ પ્રગટ થતાં આ મલિનતા કે મોહાંધતા રહેવા પામતી નથી. માટે આ આત્મા જે હેતુ વડે કરી શુદ્ધ થાય તે જ તેનું હિત છે અથવા તેમાં જ આ જીવનું હિત સમાયેલું છે; તેનું નામ જ તપ છે અને તેનું નામ જ વિજ્ઞાન છે. મતલબ કે આ જીવ ગમે તે હેતુ વડે શુદ્ધ થાય તેને માટે તમે પ્રબલ પ્રયત્ન કરો.

અમુક હેતુથી શુદ્ધ થાય અને બીજા હેતુથી શુદ્ધ ન થાય આવો કદાચરૂ ન કરો. આવા નકામા વાદવિવાદમાં ન જિતરો. અમૂલ્ય માનવજીવનને ક્ષણ પણ નકામું ન કાઢો. ત્રિનેશ્વર ભગવાને આત્માને વિશુદ્ધ થવાના અસંખ્ય માર્ગો પોતાના જ્ઞાનમાં દેખ્યા છે તેમાંથી તમારા હૃદયને જે દવા (ઉપાય) લાગુ પડે તે લાગુ પાડો. દરેક જીવની યોગ્યતા જુદી જુદી હોય છે. બાંધનો પણ જુદા જુદા હેતુઓને લીધે જુદા જુદા પ્રકારનાં હોય છે એટલે અમુક માણસ જે ઉપાય નિર્બાંધન થવા માટે કહે છે કે પોતાને લાગુ પડે છે તે જ ઉપાય સર્વને લાગુ પાડવા જાય તો તેમ બની શકતું નથી. માટે તેવા આચરૂ ન કરતાં પોતાને ગમે તેવા પણ લાગુ પડે તેવા ઉપાય શોધી કાઢી તુરત લાગુ પાડી મલિનતા ઓછી કરો બલકે તેનો તાશ કરો એ જ તત્ત્વ-જ્ઞાન છે અને એ જ તપ છે.

દુનિયામાં નાના પ્રકારના મતમતાંતર અને ઝઘડા થવાના હેતુઓ આ જ છે કે માણસ પોતાની માફક સર્વને ચલાવવા માગે છે, પોતાની યોગ્યતા પ્રમાણે સર્વની યોગ્યતા કદપે છે પોતાના વિચાર પ્રમાણે અન્યનો ન્યાય કદપે છે અને સામામાં તેમ હોતું નથી. સરખી યોગ્યતા ન હોવાને લીધે તેમના માર્ગ જુદા પડવાના જ અને તેને લીધે વિચારની ભિન્નતા તો રહેવાની જ-તથાપિ લક્ષ્યબિંદુ-સાધ્ય તો સર્વતું એક જ હોવું જોઈએ. આ લક્ષ્ય ધ્યાનમાં રાખી દુનિયા તરફ દૃષ્ટિ કરવામાં આવે તો આવા મતમતાંતરો મૂળ સાધ્યમાં લય થઈ ગયેલા જોવામાં આવશે. ૪.

ભાવનાની જરૂરિયાત

जन्मजरामरणमयैः पीडितमालोक्य विश्वमनगाराः ।

निःसंगत्वं कृत्वाध्यानार्थं भावनां जग्मुः ॥ ૫ ॥

જન્મ, જરા અને મરણના લય વડે વિશ્વને પીડાયેલું જોઈને અણગારો (સાનીઓ) નિઃસંગપણું ધારણ કરી ધ્યાનને માટે ભાવનાનો આશ્રય કરે છે. ૫.

ભાવાર્થ :—જેના હૃદયમાં વિચારદશા જાગૃત થઈ છે, તેઓ ખરેખરા મનુષ્યો છે એટલે મનન કરનારા-વિચાર કરનારા છે, કેમકે મનુષ્યોને મન મળેલું છે. સદ્ અસદનો તેનાથી વિચાર કરી શકાય છે. આવો વિચાર કરનારાઓ જ મુખ્યત્વે કરીને મનુષ્યો ગણાય; આડીનાઓ તો મનુષ્ય છતાં મનનો સન્માર્ગે ઉપયોગ ન કરતા હોવાથી અથવા અસદમાર્ગે મનને જોડતા હોવાથી અને પોતાના હિતાહિતનો

વિચાર નહિ કરતા હોવાથી, (મનુષ્ય છતાં) જીવતાં પશુઓ સમાન છે.

આવા વિચારવાન મનુષ્યો જ્યારે આ દુનિયા તરફ દષ્ટિ દોડાવે છે ત્યારે તેમને માલૂમ પડે છે કે આ આપું વિશ્વ જન્મ, મરણ, અને વૃદ્ધાવસ્થાદિનાં દુઃખોથી પીડિત છે. રોગ, શોક, આદિ, વ્યાધિ, ઉપાધિ વિગેરે દુનિયાને હેરાન કરી રહ્યા છે.

જન્મમરણનાં અનિવાર્ય એવાં ચક્રો અસ્ખલિત ગતિમાં પ્રવાણ કરી રહેલાં છે. અરે! આમાંથી બચવા માટે શો ઉપાય લેવો જોઈએ ?

આ વિચારશ્રેણિ તેમના આવરણને પડદો ખસેડી આપે છે થોડાઘણો માર્ગ કરી આપે છે ખરો નિશ્ચય કરી આપે છે કે મારે તો આ પ્રમાણે જ વર્તન કરવું જોઈએ. મારું જીવન નિરુપાધિકપણે વ્યતીત થવું જોઈએ. જેમ ઉપાધિ ઓછી તેમ વિક્ષેપ, વ્યગ્રતા, વિહ્વળતા ઓછી, કર્મબંધ ઓછા. સર્વથા ઉપાધિ દૂર કરવા માટે છેવટે અણ-માર્ગ માર્ગ, ત્યાગમાર્ગ એટલે ઇચ્છાઓ ત્યાગ કરવાનો માર્ગ તેમને શ્રેયસ્કર જણાય છે અને પરમ આત્મશાન્તિ માટે જ કાયર મનુષ્યોને દુઃખે ત્યાગ કરી શકાય તેવા ગૃહસ્થાશ્રમનો ત્યાગ કરે છે અને છેવટે શ્રમણ (સાધુ)પણું અંગીકાર કરે છે તે ગ્રહણ કર્યા પછી પણ હલકી કેટીના મનુષ્યોની સોખતમાં (સહવાસમાં) આત્મલક્ષ ન ભુલાય તે માટે નિઃસંગપણું અંગીકાર કરે છે. તેવા મનુષ્યોના પરિચયમાં (સહવાસમાં) ધ્યાન થઈ શકતું નથી તે માટે

નિઃસંગ રહી દ્રવ્યથી નિઃસંગપણું ને એકાંતવાસ અને ભાવથી વિષયવિકારોના વિચારોથી નિર્વિચાર મન આ નિઃસંગપણું તે મહાત્માઓ આત્મધ્યાન માટે સ્વીકારે છે અને તે ધ્યાનને પણ વિશેષ પોષણ મળે તે માટે અથવા ધ્યાન માટે હૃદય તૈયાર થાય (લાયક થાય) તે માટે પ્રથમ ભાવનાઓનો તેઓ આશ્રય લે છે. ૫.

ભાવનાથી હૃદયને વાસિત કરવાનો ગુરુ ઉપદેશ આપે છે

ભૂતેષુ મજ્ઞ સમત્વં ચિત્તય ચિત્તે નિજાત્મરૂપં ચ ।

મનસઃ શુદ્ધિં કૃત્વા માવય ચિત્તં ચ માવનયા ॥૬॥

જીવોને વિષે સમપણું રાખ, ચિત્તને વિષે પોતાના આત્મસ્વરૂપનું ચિત્તન કર અને મનની શુદ્ધિ કરીને ભાવના વડે ચિત્તને વાસિત કર.

ભાવાર્થ :—મન આત્માની નજીકની વસ્તુ છે, મનને વશ કર્યા સિવાય આત્મસ્વરૂપ પ્રગટ થતું નથી. વશ કરવું એટલે કેળવવું, યોગ્ય માર્ગે ગમન કરાવવું અને અયોગ્ય માર્ગથી પાછું વાળવું, નહિ કેળવાયેલ મન સુખમાં દુઃખ દેખાડે છે અને દુઃખમાં સુખ દેખાડે છે. અયોગ્યને યોગ્ય મનાવે છે, યોગ્યને અયોગ્ય મનાવે છે. ગમે તો પરિણામ ખરાબ આવનાર હોય તેમ સમજાયું હોય છતાં પણ તે જાન ભૂલી, મને માન્યું કે આમ કરવાથી મને આનંદ આવશે તો તે તે પ્રમાણે કરે છે; મતલબ કે આ સર્વ જન્મમરણાદિ જંજાળ મનને લઈને જ ઊભી થાય છે અને મનની મહેરબાનીથી જ જન્મમરણનો નાશ થાય છે. માટે

મનને કેળવવાની-ચોગ્ય માર્ગે લગાડવાની-પૂર્ણ જરૂર છે.

શુરુ મહારાજ કહે છે કે હે શિષ્ય! આ મનને તું સર્વે પ્રાણીઓ પ્રત્યે સમભાવ રાખતાં શીખવ. સમભાવ તે રાગ દ્રેષ સિવાયની નિર્લેપ સ્થિતિ છે. આ સર્વ જીવો પોતાના સરખા જ છે. આત્મસત્તાએ વિચાર કરતાં કોઈ જીવ નાનો મોટો ઓછો વધારે નથી. જેવું તને સુખ વહાલું અને દુઃખ અનિષ્ટ છે તેવું જ સર્વ જીવોને પણ છે; માટે સર્વ જીવો ઉપર સમદષ્ટિ રાખ કહ્યું છે કે—

અનિચ્છન્ કર્મ વૈષમ્યં બ્રહ્માંશેન સમં જગત્ ।

આત્માડમેદેન યઃ પર્યેદસૌ મોક્ષંગમી શમી ॥ (અટક)

કર્મના વિષમપણાનો વિચાર ન કરતાં જ્ઞાનના અંશની સાથે મેળવતાં આ વિચાર કરતાં આ જગતના સર્વ જીવો એકસરખા છે, એમ વિચાર કરી જે મનુષ્ય સર્વ આત્મા-ઓને પોતાની સાથે અભેદપણે જુએ છે, તે સમભાવની સ્થિતિવાળો મનુષ્ય મોક્ષે જ નાર છે.

આથી એમ જણાય છે કે કર્મની વિષમતાથી (વિચિત્રતાથી) ભિન્ન ભિન્ન, નાનું-મોટું, સારું-નકારું આ જગત દેખાય છે પણ તે જીવોની અંદર સત્તારૂપે રહેલ આત્મસ્વરૂપની સાથે સરખામણી કરવામાં આવે તો રાગદ્રેષની પરિણતિવાળું વિષમપણું દેખાતું નથી, કારણ કે આત્મસ્વરૂપ સર્વ જીવોનું એકસરખું જ છે એટલે દેહદષ્ટિ મૂઢી ઈ સર્વ જીવોને તું આત્મસ્વરૂપે જોયા કર તથા હે શિષ્ય! ચિત્તને વિષે તારા શુદ્ધ આત્મસ્વરૂપનો જ તું વિચાર કર.

મનમાંથી અનાત્મ જડ જગત સંબંધી વિચારો દૂર કરી તારા આત્માનું શુદ્ધ સ્વરૂપ કેવું છે તેનો વિચાર કરવાનો મનને અભ્યાસ પાડ અને મનની શુદ્ધિ કરીને ચિત્તને ભાવના વડે વાસિત કર.

સર્વ જીવો ઉપર સમભાવ રાખવાથી અને આત્મસ્વરૂપનું ચિત્તન કરવાની ટેવ પાડવાથી મન:શુદ્ધિ થઈ જ જશે; છતાં આ બે ઉપાયો ઉપરાંત બીજા પણ અનેક ઉપાયો છે કે જેથી કરીને મનની શુદ્ધિ થાય છે, એમ તારા જાણવામાં હોય તો તે, અગર કોઈ જ્ઞાની પુરુષો પાસેથી બીજા જે કોઈ ઉપાયો મળે તે ઉપાયોએ કરીને પણ તું મનની શુદ્ધિ કર અને તું કંઈક શુદ્ધ થયેલા મનને ભાવના કે જે આગળ ખતાવવામાં આવશે તે વડે તું વાસિત (સુગંધિત) કર.

સર્વ જીવોમાં સમભાવ રાખવો, આત્મસ્વરૂપનું ચિત્તન કરવું અને મનની શુદ્ધિ કરવી; તે એક એક ઉપાય એટલો બધો મજબૂત છે કે મનને આત્મસ્થિતિમાં લીન કરાવી દે તેમ છે, તો પછી ભાવના વડે ચિત્તને વાસિત (સંસ્કારિત) કરવાનું શું પ્રયોજન હશે? આ શંકા ઉત્પન્ન થવાનો સંભવ છે અને તેનું સમાધાન આમ કરી શકાય તેમ છે કે અચોક્કસ સ્થિતિવાળા અમજબૂત સંસ્કારો ગમે તે જાતના પાડો પણ તેનું સંગીન ચોક્કસ સ્થિતિવાળું પરિણામ આવતું નથી પણ એકાદ દહ મજબૂત સંસ્કાર ઘણી પ્રબળતાથી મન ઉપર પાડવામાં આવ્યો હોય તો તેની અસર કાયમને માટે મજબૂત પડી રહે છે અને તેવી સ્થિતિવાળા માટે આ સર્વમાંથી એક પણ ઉપાય મનને વિશુદ્ધ કરવા માટે

પૂરતો છે, તે સિવાયનાને માટે અનેક ઉપાયો કરતાં કાળાં-તરે કોઈ ઉપાય ચોક્કસ લાગુ પડી જાય છે.

વળી ભાવના વડે મનને સંસ્કારિત કરવાનું કારણ એમ પણ છે કે સંસારની અનિત્યતા, અશરણતા, વિષમતા વિગેરેના સંસ્કારો મજબૂત રીતે મન પર પડ્યા હોય તો વિષયો તરફથી તે મન ઘણી જ સહેલાઈથી પાછું ફરે છે અને પાછું ફર્યા પછી પણ તે વિચાર વિનાનું તો રહી શકતું નથી. કારણ કે મનને ઘણા કાળનો વિચાર કરવાનો દૃઢ અભ્યાસ પડેલો છે. એટલે તેને આત્મસ્વરૂપના ચિંતનમાં ગોઠવવાથી સંસારની વસ્તુઓથી વિરક્ત થયેલું મન ઘણી સહેલાઈથી આત્મચિંતનમાં પ્રવેશ કરશે અથવા કાંઈક સમભાવ આવવાથી અને આત્મચિંતન તરફ તેનું વલણ થયેલું હોવાથી મનની શુદ્ધિ સારી રીતે થઈ શકે છે અને તેવા મનમાં ભાવના ઘણી સહેલાઈથી દૃઢ સંસ્કાર સ્થાપિત કરે છે. આમ અન્યોન્ય આશ્રયથી પણ મનશુદ્ધિમાં વધારો થવા સંભવ છે.

આશય એવો છે કે ગમે તે પ્રકારે પણ મનની શુદ્ધિ તો કરવી જ પડવાની અને તે શુદ્ધિ જ ધ્યાનમાં વધારે ઉપયોગી થઈ પડવાની. ૬.

ભાવનાઓ ખતાવે છે.

भावना द्वादशैतास्ता अनित्यादिकताः स्मृताः ।

ज्ञानदर्शनचारित्रं वैराग्याद्यास्तथा पराः ॥ ७ ॥

અનિત્યાદિક આ ભાવનાઓ બાર કહેલી છે તેમ જ બીજી જ્ઞાન, દર્શન, ચારિત્ર અને વૈરાગ્ય આદિ ચાર ભાવનાઓ પણ કહેલી છે. ૭.

ભાવાર્થ :—ભાવના એટલે વિચારણા કેઈ પણ એક વસ્તુના સ્વભાવના સંબંધમાં વિચાર કરી તેનો નિર્ણય કરવો. મન ઉપર તેના નિશ્ચયપણાની સચોટ અસર કરવી; જેમ કે કેઈ વસ્તુના ઉપર બીજી જુદા સ્વભાવની વસ્તુના પુટ દેવામાં આવે છે અને તેની એટલી બધી અસર થાય છે કે મૂળ વસ્તુના સ્વભાવ બદલાઈ જઈ જે વસ્તુનો પુટ આપવામાં આવ્યો છે તેનો સ્વભાવ તે વસ્તુમાં દાખલ થઈ જાય છે. આનું નામ ભાવના છે.

તેવી જ રીતે અનાદિકાળથી વિવિધ પ્રકારના પુણ્યલોભા અનુભવ કરતાં રાગદ્વેષ કરવાનો સ્વભાવ મનને પડેલ છે. પુણ્યલોભાં સુખની જાંતિ થયેલી છે. તે રાગદ્વેષ કરવાનો સ્વભાવ અને સુખની જાંતિ તેમાં સત્ય શું છે, તેનો ખરો સ્વભાવ શો છે તેનો વારંવાર મન દ્વારા વિચાર કરી મન ઉપર તેની સચોટ અસર કરવી.

મનના પૂર્વના સ્વભાવને ભૂલી જઈ આ નવીન વિચાર પ્રમાણે જ પોતાનો સ્વભાવ ગ્રહણ કરે, એનું નામ ભાવના છે. આ ભાવનાઓ અનિત્યાદિ બાર છે, અને જ્ઞાનાદિક ચાર છે. જે આગળ બતાવવામાં આવે છે.

भावनाभिरसंमूढो मुनिर्ध्यानि स्थिरीभवेत् ।

જ્ઞાનદર્શનચારિત્રવૈરાગ્યોપગતાથ તાઃ ॥ ૧ ॥

ભાવના વડે દૃઢ નિશ્ચયવાળો મુનિ ધ્યાનમાં સ્થિર થાય છે. તે ભાવના જ્ઞાન, દર્શન, ચારિત્ર અને વૈરાગ્ય એમ ચાર પ્રકારની છે. ૧.

પ્રકરણ ૨

જ્ઞાન ભાવના

વાચના પૃચ્છના સામુપ્રેક્ષણં પરિવર્તનમ્

સદ્ધર્મ દર્શનં ચેતિ જ્ઞાતવ્યા જ્ઞાનભાવના ॥૮॥

વાંચવું, પૂછવું સારી રીતે મનન કરવું, પરિવર્તન કરવું, (ગણી જવું, ચાઠ કરવું) અને ધર્મ કહેવો આ જ્ઞાનભાવના ભણવી. ૮.

ભાવાર્થ :—જ્ઞાન વડે મનને વાસિત કરવું તે જ્ઞાન-ભાવના છે. આત્મઉપયોગ જાગ્રત રહે, અશુભવિકલ્પો ઓછા થાય, શુભ પ્રવૃત્તિ કે જે આત્મસ્વરૂપનો નિષ્કૃંપ કરવામાં કે સ્થિર થવામાં સહાયજૂત થાય છે તેનો વધારો થાય તેવી જાતના મન ઉપર સંસ્કારો દૃઢ થાય તે માટે આત્મજ્ઞાન સંબંધી ગુરુ પાસેથી ઉપદેશ સાંભળવો આત્મજ્ઞાનનાં સાધન-જૂત સિદ્ધાંતો (પુસ્તકો) ભણવાં, અન્યને ભણાવવાં, તેમાં જે જે જ્યાં જ્યાં શંકાઓ પડે તેનું સમાધાન ગુરુ તરફથી મેળવવું અગર આપણાથી અધિક જ્ઞાનવાન હોય તેમને પૂછવું તેનું સારી રીતે મનન કરવું, તે અર્થને વારંવાર મનમાં ઠસાવવો, વિવિધ પ્રકારના તર્કો કરી તેનું સમાધાન કરવું, તે તરફ આદરવા લાયક આપણા સ્વભાવરૂપ થઈ જાય તેવા

વિચારો દઢ કરવા તેનું વિસ્મરણ થઈ ન જાય તે માટે વારંવાર તેનું પરિશીલન કરવું, એટલે શાંતિને વેળતે તે યાદ કરી જવાં અને અન્યને સ્વપર હિત બુદ્ધિથી તેને ઉપદેશ આપવો, તે સંભળાવવાં ઇત્યાદિમાં મનને સારી રીતે પ્રવીણ કરવું જોડી દેવું તે જ્ઞાનભાવના કહેવાય છે.

દર્શનભાવના

સંવેગઃ પ્રશમઃ સ્થૈર્યમસંમૂઢત્વમસ્મયઃ ।

આસ્તિક્યમનુકંપેતિ જ્ઞેયા સમ્યક્ત્વભાવના ॥૧૧॥

સંવેગ, ઉપશમ, સ્થિરતા, દઢ નિશ્ચયતા, નિરભિમાન (અગર્વ) અથવા અનાશ્ચર્યતા આસ્થા (શ્રદ્ધા), અનુકંપા એ સમ્યક્ત્વભાવના બાળવી. ૯:

ભાવાર્થ:—દર્શનભાવનાનું બીજું નામ સમકિતભાવના છે. મોહનીય કર્મ સંબંધી દર્શન મોહનીય કર્મના ક્ષય ક્ષયોપશમ કે ઉપશમ થવાથી આ દર્શનભાવનાની પ્રાપ્તિ થાય છે આ ભાવના વડે અંતઃકરણને સંસ્કારિત કરવાથી આ ગુણ ઘણી સહેલાઈથી પ્રગટ થાય છે. દેવ અને મનુષ્યાદિના વિવિધ પ્રકારના સુખની અભિલાષા જ્યાં સુધી ઓછી ન થાય અને જ્યાં સુધી કેવળ આત્મસુખનો અભિલાષી આ જીવ ન થાય ત્યાં સુધી સંવેગ પ્રગટ થતો નથી. આ લોકનાં અને પરલોકનાં સુખની વાસના (ઇચ્છા) જ્યાં સુધી વિરામ ન પામે ત્યાં સુધી આત્મસ્થિતિ કેમ પ્રગટ થાય ?

દેહાદિ પુદ્ગલજન્ય સુખ ઘણા પ્રયાસે પ્રાપ્ત થનારું છે, ક્ષણિક છે, અસાર છે, અને તેમાં રાખેલી આસક્તિ

પરિણામે દુઃખ ઉત્પન્ન કરનારી છે; એની ઇચ્છાનો જ્યાં સુધી છેદ-નાશ ન થાય ત્યાં સુધી સમ્યક્ત્વ જે આત્મશુભ છે તેને પ્રાપ્ત કરવાની આશા સ્વપ્નામાં પણ ન રાખવી. ૧.

જ્યાં સુધી અન્યત્રું ખૂટું કરવાની આશા કે સાડું કરવાની પોતાની ભાવના, લાગણી. જે કર્મના પ્રમાણમાં થાય છે તે ભાન બૂલી જઇને અભિમાનને લઈ વેર લેવાની ભાવના હૃદયમાં પ્રગટ કરવામાં આવે છે ત્યાં સુધી આ ભાવનાને રહેવાને અવકાશ ક્યાંથી મળે? પ્રકાશ અને અંધારું સાથે ક્યાંથી રહી શકે? જે મનમાં વેર વિરોધની વાસના બળતી હોય ત્યાં આત્મસ્વરૂપની પરમ શાંતિ કેવી રીતે પ્રગટ થાય? મનમાંથી તેવી ભાવનાને તદ્દન કાઢી નાખી તેને ઠેકાણે અપરાધીઓને પણ ક્ષમા (માફી) આપનારી કોમળતાવાળી ઉપશમ ભાવનાને સ્થાપિત કરવાથી સમ્યક્ત્વ નામનો આત્મશુભ પ્રગટ થાય છે. ૨.

જ્યાં હૃદય વિવિધ પ્રકારની આશા, ઇચ્છા કે તૃષ્ણાને લીધે આકુલવ્યાકુલ થઈ રહ્યું હોય, ઘડીભર પણ પરમ શાંતિમાં બેસવાની સ્થિરતા મળતી ન હોય, મનમાં નાના પ્રકારના વિચાર કે વિતર્કો ચાલતા હોય વિષય મેળવવાની ઇચ્છાથી મન વિહ્વળ થઈ રહ્યું હોય કે તેવા અચળતાવાળા મનમાં સમ્યક્ત્વ શુભ કેવી રીતે પ્રગટ થાય? આત્મભાવમાં અને પુણ્યલોમાં આસક્તદશા આ બંનેને સૂચ અને અંધ-કારના જેટલો તક્ષાવત છે.

થોડો વખત પણ વિષયાદિકે કામનાના વિચારોથી મનને

શાંતિ આપી અર્થાત્ તેવા અન્ય વિચારોને દૂર કરી આત્મભાવમાં સ્થિરતાનો અનુભવ કરવાથી-મનને શાંત રાખવાથી સ્થિર અને નિર્મલ થયેલ પાણીમાં નીચે પડેલ વસ્તુ જેમ પ્રગટ દેખાઈ આવે છે તેમ મનને આત્મભાવમાં સ્થિરતાનો આશ્રય કરાવવાથી તેમાં સમ્યક્ત્વરૂપ આત્મગુણ પ્રગટ થઈ આવે છે. ૩.

આત્મા છે, નિત્ય છે, કર્મનો કર્તા છે, કર્મનો ભોગવનારો છે, મોક્ષ છે અને મોક્ષનો ઉપાય છે. આત્મા છે તે વાત અનુભવસિદ્ધ ચોક્કસ છે, દેહના અધ્યાસથી દેહ જેવો દોસે છે પણ તે અજ્ઞાનદશા જ છે. દેહ અને આત્મા બંને જુદાં જ છે આત્મા ચૈતન્ય લક્ષણ, જ્ઞાતા, દષ્ટા છે દેહ જડ લક્ષણ છે તલથી તેલ, દૂધથી ઘી, તલવારથી મ્યાન, વગેરે પ્રત્યક્ષ જુદાં છતાં વિચાર નહીં કરનારને એકરૂપ દેખાય છે તેમ સૂક્ષ્મદષ્ટિથી વિચાર કરનારને આત્મા દેહથી જુદો દેખાય છે, આત્માની સત્તાથી જ પાંચે ઇંદ્રિયો દેહ અને મનાદિકનું જ્ઞાન થાય છે અર્થાત્ આ સર્વને જાણનાર આત્મા જ છે. આત્મા છે કે નહિ. એવી શંકા કરનાર જ આત્મા પોતે છે.

આત્મા નિત્ય છે, દ્રવ્યની અપેક્ષાએ આત્મા નિત્ય છે દેવ, મનુષ્ય, જાનવર આદિ પર્યાયોની અપેક્ષાએ અનિત્ય છે. ખાળ, યુવાન, વૃદ્ધાદિ ત્રણે વયનું જ્ઞાન એક આત્માને જ થાય છે અથવા નેત્રાદિક ઇંદ્રિયોથી જે કાંઈ પદાર્થ જોયો હોય સાંભળ્યો હોય અનુભવ્યો હોય પછી તે નેત્રાદિમાંથી કાંઈ ઇંદ્રિયનો નાશ થાય છતાં તે ઇંદ્રિયથી અનુભવેલ

વિષયનું જ્ઞાન તો બન્યું જ રહે છે તેનો નાશ થતો નથી. આથી ચોક્કસ નિર્ણય થાય છે કે દેહનો નાશ થતાં પણ જ્ઞાતા દેહા આત્માનો નાશ થતો નથી. ૩.

આત્મા કર્મનો કર્તા છે. આત્મા જે ચૈતન્યશક્તિ તેની પ્રેરણા ન હોય તો કર્મ કેાણુ અહણુ કરે? પુદ્ગલો જડ છે, તેમાં સ્વતંત્ર કર્મ અહણુની શક્તિ કયાંથી હોય? જડ પદાર્થમાં કેાઈ પણ પ્રકારની સ્વતઃ પ્રેરણાશક્તિ નથી. જો હોય તો પ્રાણુરહિત થયેલ દેહથી ક્રિયા કેમ થતી નથી? ચૈતન ધારે છે તો પ્રવૃત્તિ કરે છે અને ધારે છે તો બધી પ્રવૃત્તિ અટકાવી પણ શકે છે.

આથી એ જ નિર્ણય થાય છે કે કર્મ કરવા ન કરવાની પ્રેરણાશક્તિ આત્મામાં જ છે આત્મા જ્યારે પોતાના સ્વભાવમાં વર્તે છે, ત્યારે કર્મનો કર્તા નથી, ત્યારે તો સ્વભાવ-રમણતા એ જ તેનું કર્તાપણું છે અને જ્યારે આત્મજ્ઞાન ભૂલી પરભાવમાં આત્માની પ્રવૃત્તિ થાય છે ત્યારે તે કર્મનો કર્તા છે.

આત્મા કર્મનો ભોક્તા છે. તે બ્રાંતિવડે જીવ વિસ્ફુરાય-માન થઈ જડ પુદ્ગલો કર્મો અહણુ કરે છે. જેર કે અમૃત પોતે બળતાં નથી કે મારે અમુક માણસને મારવો છે કે સુખી કરવો છે તથાપિ તેને ઉપભોગ કરવાથી તેને તેમ થાય છે, એવી જ રીતે શુભાશુભ કર્મ પોતે સુખદુઃખનાં હેતુરૂપ છે એમ બળતાં નથી કારણ કે તે જડ છે; તથાપિ અહણુ કરનાર જીવને સુખદુઃખનો અનુભવ તો મળે છે જ. જો કર્મનો ઉપભોગ કરનાર જીવને ન માનીએ તો સુખ,

હુઃખ, હર્ષ, શોક, માન, અપમાન વગેરે કોને થાય છે? તેનો ઉપભોગ લેનાર બીજો કોણ છે? કોઈ જ નથી માટે આત્મા જ કર્મનો ભોક્તા છે. ૪

કર્મક્ષયથી મોક્ષ થાય છે. શુભાશુભ કર્મનો ક્ષય થવાથી મોક્ષ થાય છે. કર્મ વધે છે અને ઘટે પણ છે તેમાં વધઘટ થતી રહે છે. કોઈ ક્રિયાથી થોડી ઓછાશ થાય છે, તો એક ક્રિયા એવી પણ હોવી જોઈએ કે તેનો સર્વથા નાશ કરે છે અને તેના ક્ષયથી મોક્ષ થાય છે. ૫.

મોક્ષનો ઉપાય

કર્મદશા એ અજ્ઞાન લાવથી થાય છે અને જ્ઞાનલાવમાં આવવું તે મોક્ષદશા છે. જેમ પ્રકાશ આવવાથી અંધકાર દૂર થાય છે તેમ જ્ઞાનલાવથી કર્મનો નાશ થાય છે. કર્મ-બંધનાં જે જે કારણો છે તે તે કારણોના પ્રતિપક્ષરૂપ કારણોનું સાધનોનું-સેવન કરવાથી તેને બંધનો નાશ કરી મોક્ષની પ્રાપ્તિ કરાવે છે.

રાગ, દ્વેષ અને અજ્ઞાન આ મુખ્ય રીતે કર્મબંધનાં કારણો છે. આત્મજ્ઞાનથી-આત્માના શુદ્ધ સ્વરૂપના લક્ષથી આ સર્વનો નાશ સાધી શકાય છે. જેમ ક્ષમા, નમ્રતા, સરળતા અને સંતોષથી અનુક્રમે ક્રોધ, માન, માયા અને લોભનો નાશ કરી શકાય છે, તેમ જ આત્માના શુદ્ધ સ્વરૂપના લક્ષથી મોહ અને અજ્ઞાનાદિનો નાશ થઈ શકે છે અને તેથી કર્મબંધથી મુક્ત થવાય છે અને તેને પરિણામે મોક્ષ થાય છે. માટે તે મોક્ષ છે અને મોક્ષનો ઉપાય છે. ૬.

ઉપરની છ વાતોનો દઢ નિશ્ચય થવો જોઈએ. તેના દઢ નિશ્ચયથી મનને વાસિત કરવું તેથી સમ્યક્ત્વ થાય છે. પુદ્ગલ પદાર્થો વિવિધ રંગના, વિવિધ રસવાળા, વિવિધ ગંધવાળા. વિવિધ સ્પર્શવાળા અને વિવિધ શબ્દો ઉત્પન્ન કરનારા છે. સારામાં સારો દેખાવ આપી થોડા જ વખતમાં ખરાબમાં ખરાબ સ્વરૂપ ધારણ કરે છે અને ખરાબ દેખાવ આપી તેના તે જ પુદ્ગલો સારો દેખાવ આપે છે. સુંદર દેખાવવાળા, મિષ્ટ સ્વાદવાળા અને મોહક સુગંધવાળા ભોજનાદિ પદાર્થો થોડા જ વખતમાં વિષ્ટાક્રમ થઈ ખરાબ દેખાવ આપે છે; તે જ વિષ્ટાદિ ખરાબ પદાર્થ ખાતરૂપે થઈ રૂપાંતરે પાછા સુંદર અનાજ, ફળ, ફૂલ, વૃક્ષ, છોડવા, હ્રદય, ઘી, વસ્ત્ર અને વિવિધ પ્રકારનાં ઉપભોગનાં સાધનરૂપે દેખાવ આપે છે. આ પદાર્થોની રમણીયતા કે દુર્ગંધનીયતા દેખીને કાંઈ પણ આશ્ચર્ય પામવા જેવું નથી. ઉત્પત્તિ, સ્થિતિ અને વિનાશ એ દરેક પુદ્ગલ પદાર્થની પરંપરાથી ચાલતી આવતી ગ્રણે જાતની સ્થિતિ થાય છે. તેનો જો શોક્રસ નિર્ણય મન ઉપર લાવિત કર્યો હોય તો આ દુનિયામાં પદાર્થોના વિકારવાળા ફેરફારથી કાંઈ પણ આશ્ચર્ય જેવું રહે જ નહીં. આ આશ્ચર્ય વિનાની સ્થિતિવાળું મન થાય તે પણ સમ્યક્ત્વની પ્રાપ્તિ કે દઢતાનું જ કારણ છે; તે કારણ એટલા માટે કે આત્મા પોતાની શુદ્ધ સ્થિતિમાં આવા ફેરફાર વિનાનો છે તે આ ઉપરથી નિશ્ચિત થાય છે. અથવા અસ્મયનો બીજો અર્થ 'ગર્વરહિતપણું' લઈએ તો જ્યાં ગર્વ છે, અભિમાન છે ત્યાં આત્મજ્ઞાન ક્યાંથી હોય ?

ગર્વ કોનો કરવો ? શું પુદ્ગલોનો ગર્વ, કે જે પુદ્ગલો પરદ્રવ્ય છે. પુદ્ગલપાપવાળા સ્વભાવને આધીન છે સંયોગ-વિયોગ ધર્મવાળા છે, હર્ષશોકને કરાવવાવાળા છે અને સંસારના પ્રરિભ્રમણને વધારનાર છે, તે જડ પુદ્ગલોનો ગર્વ કરનાર આત્માથી પરાડમુખ થયેલ હોવાથી અને જડમાં આસક્તિવાળો હોવાથી તેને આત્મજ્ઞાનની પ્રાપ્તિ ન થતાં જડ પદાર્થોની જ પ્રાપ્તિ થશે, કારણ કે જે જીવોની જેમાં આસક્તિ હોય છે, જેના પર પ્રેમ કે લાગણી હોય છે તે પદાર્થ તેના તરફ આકર્ષાય છે, તે તેને માટે જ પ્રવૃત્તિ કરે છે, તેની તેને પ્રાપ્તિ થાય છે. એટલે જડ પદાર્થની પ્રાપ્તિથી ગર્વ અભિમાન નહિ કરનારને સમ્યક્ત્વની પ્રાપ્તિ થાય છે.

ભારીક વિચાર કરતાં માલૂમ પડશે કે જડ પદાર્થમાં થતી આસક્તિથી જ મનુષ્યોને ગર્વ થાય છે. આત્મસ્વરૂપની પ્રાપ્તિથી તો મનુષ્ય શાંતિમય જિંદગી ભોગવે છે અને પરમશાંતિમાં જ વિશ્રાંતિ લે છે.

શરૂઆત એવી રીતે થાય છે કે કોઈ પણ પ્રામાણિક અને આત્મજ્ઞાનના અનુભવી મનુષ્યમાં (પુરુષમાં) પ્રથમ શ્રદ્ધા રાખવાની જરૂરિયાત છે તેના વચન પર શ્રદ્ધા રાખી અમુક વખત સુધી અમુક જાતની યોગ્યતા પોતામાં પ્રગટ થાય ત્યાં સુધી તેના કહ્યા પ્રમાણે આત્મવિશુદ્ધિ માટે ચાલવું જ પડે છે. આત્મસ્વરૂપ એવી વસ્તુ નથી કે પ્રત્યક્ષ રીતે દેખાડી શકાય પણ તે અનુભવગમ્ય છે.

પ્રયત્ન કરનારને પોતાને જ તેનો અનુભવ થાય છે. બીજાને અનુભવ કરવો હોય તો તેણે પણ તે અનુભવ કરનારના

કહેવા પ્રમાણે પ્રયત્ન કરવો જોઈએ. મતલબ કે શરૂઆત શ્રદ્ધાથી થાય છે. અને જેમ જેમ યોગ્યતા વધતી જાય છે તેમ તેમ અનુભવ વધતો જાય છે. માટે શરૂઆતમાં કોઈ પ્રામાણિક મહાપુરુષ આત્મજ્ઞાનનો અનુભવ કરનાર હોય તેના પર શ્રદ્ધા રાખી તેના કહ્યા મુજબ વર્તન કરવું તેણે જે કહ્યું છે તે સત્ય છે, યોગ્ય જ છે મારા હિત માટે જ છે મને તેનાથી અવશ્ય ફાયદો થશે જ આવી શ્રદ્ધા રાખી આત્મવિશુદ્ધિ માટે પ્રયત્ન કરવો; વાતોથી વડાં થતાં નથી. પ્રયત્નની ખાસ જરૂરિયાત છે યોગ્ય પ્રયત્ન અવશ્ય ફળ આપે છે. આ શ્રદ્ધા શુચ્છ શુદ્ધ સમ્યક્ત્વને પ્રગટ કરે છે અને શ્રદ્ધા પોતે જ જ્ઞાનદર્શી છે. ૫.

હૃદય કોમળતાવાળું, દયાથી આર્દ્ર થવું જ જોઈએ. દુઃખી જીવોને દેખી તેમની મદદે દોડી જવાની વૃત્તિ રોમ-રોમમાં થવી જોઈએ. પોતાની શક્તિ અનુસાર તન, મન, ધન અને વચનથી પણ મદદ કરી તેમનાં દુઃખ દૂર કરવાં જોઈએ. પોતે કદાચ ન કરી શકે તો બીજા પાસે પણ મદદ કરાવવી. દ્રવ્ય અને ભાવથી એમ બે પ્રકારે જીવો દુઃખી હોય છે. દ્રવ્યથી દુઃખી, નિર્ધન, રોગી, માનસિક પીડા-વાળા, આપત્તિમાં ઘેરાયેલા વિગેરે કહેવાય છે. ધર્મ વિનાના જીવો, કેવળ પાંચ ઇન્દ્રિયોના વિષયસુખમાં લુબ્ધ થયેલા, સારાસારનો વિચાર ન કરતાં નાના પ્રકારના આરંભ સમારંભમાં, એશઆરામમાં પ્રવૃત્તિ કરનારા, ઐહિક સુખમાં મગ્ન થયેલા, આત્મા કે પરલોકને નહિ માનનારા, પશુઓની માફક આહાર, ભય, નિદ્રા અને મૈથુનમાં જ જિંદગી ગુજારનારા

વિગેરે પુદ્ગલિક સુખમાં સુખ માનનારા જીવો, તે ભાવથી દુઃખી છે; મતલબ કે વર્તમાનમાં સુખી છે પણ તે ભવિષ્યમાં દુઃખી થનારા છે. તેઓને ધર્મોપદેશ આપી, યોગ્ય ધર્મને સ્તેરે ચડાવવા તે, તે જીવોની ભાવદયા (અનુકંપા) છે.

જ્યાં સુધી હૃદયમાં આ લોકના અને પરલોકના સુખની ઇચ્છાઓની જવાબાઓ બળતી હોય જ્યાં સુધી હૃદય નિષ્કૃસ્તા કે નિર્દયતા વાપરીને પણ સ્વાર્થ સાધવા ભણી દોડાદોડ કરતું હોય ત્યાં સુધી તે હૃદયમાં ભવદાવાનજની શાંતિ કરનાર સમ્યક્ત્વ ભાવના ક્યાંથી હોય? ક્યાંથી પ્રગટે? મનુષ્યોએ પોતાનું હૃદય અનુકંપાથી એટલું બધું આર્દ્ર, કેમળ બનાવવું જોઈએ કે દુઃખી જીવોને દેખી આંખમાંથી અશ્રુધારા છૂટવી જોઈએ અને તેના બચાવ માટે કે સહાય આપવા માટે જરા પણ વિલંબ ન કરતાં ન્યાયાર્જિત પોતાની મિલકતનો છુટથી ઉપયોગ કરવો જોઈએ કે જે પ્રામર પ્રાણી પોતાની મહેનતથી મળી શકે તેવી અને અવશ્ય નાશ પામનારી તુચ્છ વસ્તુનો પણ બીજના ભલા માટે છુટથી ઉપયોગ કરી શકતો નથી તે પોતે આત્મજ્ઞાન અને મોક્ષ જેવી અમૂલ્ય વસ્તુની પ્રાપ્તિ માટે બીજની કૃપાને પાત્ર કેવી રીતે થઈ શકશે? અથવા નિર્દયતાથી દગ્ધ થયેલા હૃદયમાં સમ્યક્ત્વનો અંકુર કેવી રીતે ઊગી નીકળશે? અર્થાત્ હૃદયને અનુકંપાથી વાસિત (ભાવિત) કરવાથી તેમાં સમ્યક્ત્વ પ્રગટ થાય છે. આ પ્રમાણે વિવિધ પ્રકારના વિચારો અને વર્તનથી મનને સારી રીતે વાસિત કરવું તેને સમ્યક્ત્વ અથવા દર્શન-ભાવના કહેવામાં આવે છે, ૩

ચારિત્ર ભાવના

इयादिविषया यत्ना मनोवाक्कायगुणयः ।

परिहृतमहिष्णुत्वमिति चारित्रभावना ॥ ૧૦ ॥

ચાલવા આદિના સંબંધમાં સંયમ નિયંત્ર કરવો, મન, વચન, કાયાની ગુપ્તિ કરવી અને પરીષદ સહન કરવા તે ચારિત્રભાવના છે. ૧૦.

ભાવાર્થ :—સારામાં સારી રીતે નિદોષ જીવન પસાર કરવું તેને ચારિત્ર કહે છે. તે સંબંધી મન ઉપર દૃઢ સંસ્કાર બેસાડવા તે ચારિત્રભાવના છે. ચારિત્રભાવનાથી નવીન કર્મ આવતાં અટકાવવાનું અને પૂર્વના સંસ્કારોને કાઢી નાખવાનું બળ મનુષ્યોમાં આવે છે આ સંસારની અંદર રહીને કર્મ ન આવવાના રસ્તાઓ જ્યાં અટકાવી શકવાનું વ્યવહારના જરૂરી પ્રસંગને લઈને બનતું નથી ત્યાં તેને જરૂરિયાત અને લાયકાત મુજબ મર્યાદામાં મૂકવાનું, અર્થાત્ સંક્ષિપ્તમાં અને ત્યાં સુધી બહુ જ થોડી પ્રવૃત્તિ કરવાનું કામ વિચારવાનોએ કરવું જોઈએ અને જ્યાં અશુભને આવવાનો માર્ગ હોય ત્યાંથી અશુભને અટકાવી શુભને આવવાનો રસ્તો ખુલ્લો કરવો જોઈએ.

એકદમ સર્વે ક્રિયાઓ અટકાવી શકાતી નથી અને તેમ એકદમ અટકાવવા જતાં તેનું પરિણામ વિપરીત આવે છે, માટે શરૂઆતમાં શુભ ક્રિયાઓનો વધારો કરી અશુભ ક્રિયાઓમાં પ્રવૃત્તિ તદ્દન અટકાવવી અને છેવટે તે શુભને પશ્ચ

આત્મબળથી અટકાવવી આ માર્ગ છે. ચારિત્રભાવના બળથી તે રસ્તો સહેલાઈથી મળી શકે છે.

ચાલવા (જવાઆવવા) સંબંધી ચતના રાખવી કે કરવી એટલે રસ્તે જતાંઆવતાં નીચી દષ્ટિ કરી કોઈ નાના મોટા જીવોને ઉપદ્રવ ન થાય તેવી રીતે ચાલવું. ૧.

બોલવાનું અને ત્યાં સુધી સામાને પ્રિય લાગે તેવું. તે અન્યને હિતકારી હોવા સાથે સત્ય હોવું જોઈએ. પૂર્વાપર વિચાર કરી જરૂરિયાત જેટલું પ્રસંગે બોલવું. ૨.

આહાર, ભોજનાદિ, નિર્દોષ સાર્વિક અને સ્વલ્પ જમવું. ૩.

કાંઈ પણ લેવું-મૂકવું હોય તો તે દષ્ટિથી તપાસી દષ્ટિનો વિષય જ્યાં ન પહોંચે તેવો હોય ત્યાં વચ્ચેથી પૂંજ પ્રમાણે લેવું-મૂકવું. ૪

ત્યાગ કરવા લાયક વસ્તુ યોગ્ય નિજંતુ ભૂમિ તપાસી કોઈ જીવને ઉપદ્રવ ન થાય તેવી રીતે ત્યાગ કરવી. ૫.

અને ત્યાં સુધી મનમાં વિકલ્પો ઉત્પન્ન થતા અટકાવી મનને શુદ્ધ આત્માકાર પરિણમાવવું. તેમ બનવું અશક્ય જણાય તો પરમાત્મસ્મરણ વસ્તુ તરવના વિચારમાં, કે તેવા જ કોઈ સાકાર ધ્યાનમાં મનને જોડી દેવું, ઇષ્ટદેવ શુરુની જીવિત કે કલ્પિત મૂર્તિમાં અગર તેમના કોઈ પ્રબળ જ્ઞાનાદિ ગુણમાં મનને લીન કરવું. ૬.

બની શકે તો બોલવું બંધ કરી દેવું અથવા જરૂરિયાત જણાય તો ધર્મોપદેશમાં કોઈના ભલામાં અને વાંચન આદિ શુભ કામમાં જોડી દેવું. ૭.

શરીરને એકાંત સ્થાનમાં આસન કરી ધ્યાનસ્થ બેસી શકાય તેવા કામમાં સ્થિર રાખવું. જરૂરી પ્રસંગે બીજા પણ શરીરથી થતા શુભ કાર્યમાં બેઠી હેવું. આહાર, વિહાર, નિહારાદિ કાર્ય પણ આત્મઉપયોગની જાગૃતિપૂર્વક કરવામાં આવે છે તો તે પણ કોઈ બંધના કારણરૂપ ન થતાં કર્મ નિર્જનના કારણભૂત મન, વચન, શરીરના યોગે. પણ આવી રીતે શુભ કે શુદ્ધ માર્ગમાં બેઠી દેવાથી કર્મ નાશ કરવામાં સહાયરૂપ થાય છે. ૮.

ટાઢ, તાપ, ક્રુધા, તૃષ્ણા ઇત્યાદિ પૂર્વ કર્મના સંયોગે પરિવહો આવી પડે તો સમભાવે સહન કરવા. કોઈ નિંદા કરે, કોઈ સ્તુતિ કરે, કોઈ આકેશ કરે, કોઈ શુભ ગાય, કોઈ પૂજન કરે ઇત્યાદિ પ્રસંગે આ વ્યવહાર માર્ગમાં પ્રારબ્ધ સંયોગે વારંવાર આવવા સંભવ છે. આવે વખતે મનને વારંવાર સાવચેતી આપવી કે હે મન! કયાં સિવાય કોઈ આવતું નથી.

જે પ્રસંગ આવી પડે છે તે આપણા કરેલ કર્મનો જાહેસો છે. જેટલો આવ્યો છે તેટલો ઓછો થાય છે. ફરીને તે આવતો નથી; તેમ કયાં વગર પણ આવતો નથી; તારા પોતાના જ કરેલ કર્મનું ફળ જો સુખ હોય તો વહાલું લાગે છે તો આ પણ તારું પોતાનું જ કર્મથી મેળવેલ ફળ હોવાથી તેની ના શા માટે પાડે છે? અને તે ભોગવવા શા માટે આનાકાની કરી દુઃખનું પ્રબળ વધારે છે? સુખ લેવું અને દુઃખની ના પાડવી તે શું ન્યાય કહેવાય? તારે દુઃખ ન લેવું હોય તને દુઃખ ગમતું ન હોય તો

હવેથી તેવું ક્ષણ પ્રાપ્ત થાય તેવી ક્રિયાઓ કરતો અટકે
ભ; પરંતુ જે બીજા વાળ્યા છે તે તો તારે પોતાને જ ખાવા
પડશે. ઇચ્છા હશે કે નહિ હોય રાજી થઈશ કે નારાજ
પણ તે ભોગવ્યા સિવાય તારો છુટકો જ નથી; તો રાજી
થઈને જે આવ્યું તેને પોતાનું ગણી આનંદથી ભોગવી
લેવું ચોખ્ખું છે; તેમ કરતાં તે દુઃખની વ્યથા કમી થશે
અને નવીન બાંધાતું અટકશે; વળી આ જ તારો ખરો
પુરુષાર્થ છે કે “પૂર્વનું ભોગવતાં નવીન ન બાંધવું.”

દુઃખને પણ સુખરૂપે માની વધાવી લેવું અને નવીન
ઇચ્છાઓને અટકાવવી.

આ સર્વ ચારિત્રભાવનાથી મનને દૃઢ સંસ્કારિત કર-
વાથી બનવું શક્ય છે. ઉદય આવતાં સુખદુઃખમાં હર્ષશોક
ન થવા દેવો તે આ ભાવનાથી પ્રબલ (દૃઢ) મજબૂત થયેલા
મન ઉપર આધાર રહેલો છે; માટે વારંવાર ચારિત્ર ભાવ-
નાનો વિચાર કરી મનને મજબૂત કરવું તે જ આ ભાવ-
નાની સફળતા છે. ૪.

વૈરાગ્યભાવના

विषयेष्वनभिध्वंगः कार्यं तच्चानुचितम् ।

जगत्स्वभावचित्तेति वैराग्यस्थैर्यभावना ॥११॥

વિષયોને વિષે આસક્તિ ન રાખવી, તત્ત્વોનું ચિંતન
કરવું, જગતના સ્વભાવનો વિચાર કરવો, આ ભાવના
વૈરાગ્યને સ્થિર કરનારી છે. ૧૧.

ભાવાર્થ:—વિષય એ સંસારનું કારણ છે. શબ્દ, રૂપ, રસ, ગંધ અને સ્પર્શ આ વિષયોથી સંસાર જુદો નથી; આવા હેતુથી આચારાંગ સૂત્રના બીજા અધ્યયનમાં કહ્યું છે કે “જે વિષયો છે તે સંસારના હેતુ છે અને જે સંસારના હેતુ છે તે વિષયો છે.” આ સર્વ દશ્ય પદાર્થો, સંભળાતા શબ્દો, ખવાતા રસો, સુગંધમાં આવતી ગંધો અને શરીર અનુભવતા સ્પર્શો તેમનો સર્વથા ત્યાગ થવો તે આ દેહ છતાં ખનવું અશક્ય છે કારણ કે આ દેહ પણ વિષય છે અને તેના ઉપભોગનાં—પોષણનાં સાધનો પણ વિષયો જ છે.

આ આખો સંસાર જ વિષયોથી ભરેલો છે; એટલે તેનો ત્યાગ કરીને દેહધારી જશે ક્યાં? આ જ કારણથી શાસ્ત્રકાર કહે છે કે “ખરો વૈરાગ્ય તે જ છે કે વિષયોમાંથી આસક્તિ કાઢી નાખવી; ખાવાપીવાના, જીવાના, સૂંધવાના, સ્પર્શવાના વિગેરે ગમે તેવા મોહક વિષયો તરફ મન આકર્ષાય નહીં તે જ અનાસક્તિ કહેવાય છે.”

આ વિષયોમાંથી આસક્તિ દૂર કરવાનું કારણ એ છે કે, ગમે તેવા ઉત્તમ વિષયોનો ગમે તેટલી વાર અનુભવ લીધો હોય છતાં પણ તેનાથી તૃપ્તિ થતી જ નથી; પરંતુ તેથી ઉલટું તે અનુભવેલ વિષયની લાલસા વધતી જાય છે. અગ્નિ જેવી રીતે જરાક સ્થાનક મળવાથી વિશેષ સ્થાનક મેળવવા અને વધારે ફેલાવા માટેનાં જરૂરનાં સાધનો શોધી કાઢે છે, તેવી રીતે વિષયનો લીધેલ અનુભવ વિષયોને શાંત નહીં પાડતાં તેમાં વિશેષ આસક્તિ રખાવે છે, અને છેવટે

તેમાં લીન કરી ભૂલી જવાને બદલે તેને તાજે જ કરે છે. વિષયોથી થોડા વખત સુધી તૃપ્તિ થયેલી જણાય છે કે પાછી તરત જ તેને માટેની ઇચ્છા બળત થાય છે અને બાજે કોઈ પણ વખત આ વિષયો મળ્યા જ ન હોય તેવી રીતે પાછો તેનો ઉપભોગ કરવામાં આવે છે. વારંવાર આમ કરવા છતાં પણ તેનું પરિણામ શૂન્ય જ આવે છે. લાલને બદલે હાનિ દેખાય છે. શરીર વિષયોથી જજ્જરિત અને બળહીન થાય છે. વિવિધ પ્રકારના રોગોની ઉત્પત્તિ થાય છે અને વિષયોમાં ઘણી આસક્તિને લીધે ઘણી ટૂંક મુદતમાં જ આ દેહનો ત્યાગ કરવો પડે છે.

અતિઆસક્તિનાં લયંકર પરિણામો અત્યારે નજરે દેખાય છે. ધનમાલથી પામમાલ થયેલાં સેંકડો કુટુંબો નજરે ભેઈએ છીએ. રોગના ભોગ થઈ પડેલા હજારો મનુષ્યો સન્મુખ દેખાય છે. આ સર્વ વિષયોમાં અતિ આસક્તિનું પરિણામ છે. આત્મસુખના અર્થો^૧ જીવોએ તો વિષયોની આસક્તિનાં લયંકર પરિણામની છાપ પોતાના મન ઉપર સચોટ પાડવી ભેઈએ કે જેથી મન તે તરફ પ્રવૃત્તિ ઓછી કરે.

મનની વિષય તરફ પ્રવૃત્તિ ઓછી થવાથી તેને બીજી ગમે તે ક્રિયા તરફ પ્રવૃત્તિ રાખવી પડશે. મનને અહર્નિશ પ્રવૃત્તિમય જ આપણે ભેઈએ છીએ તે અનુસાર વિષયોથી નિવૃત્ત થઈ આત્મજ્ઞાન અગર ઇશ્વરલક્ષિત તરફ પ્રવૃત્તિ કરશે અને તેમ થવાથી આત્મસ્વરૂપને ઓળખી ઇશ્વરના ચરણ કમળમાં પોતાનું મસ્તક નમાવી આત્મસુખની ઇચ્છા પૂર્ણ કરશે. તેમ થવાથી જ વૈરાગ્યલાવના પ્રબળ થાય છે અને

તેથી જ આત્મસ્વરૂપ પ્રગટ અનુભવાય છે. તત્ત્વોનું ચિંતન કરવાથી પણ વૈરાગ્યવૃત્તિ દઢ થાય છે.

જડ અને ચૈતન્ય એટલે પુદ્ગલ અને આત્મા આ બે તત્ત્વો છે. પ્રકાશ અને અંધારામાં જેટલો તફાવત છે તેટલો તફાવત આત્મા અને પુદ્ગલમાં છે. આ બંને તત્ત્વોના સંબંધમાં સૂક્ષ્મ દૃષ્ટિથી વિચાર કરતાં અને તેનાં પરિણામો તરફ નજર નાખતાં લાભાલાભનો ખ્યાલ લાવતાં જડ પુદ્ગલો તરફની આસક્તિ ઓછી થાય છે અને આત્મા તરફની લાગણી વધે છે તેમ થતાં પુદ્ગલો તરફ રખાતી આસક્તિમાં વૈરાગ્યવૃત્તિ મજબૂત થાય છે કે જે આત્મસ્વરૂપ પ્રાપ્ત કરવામાં મુખ્ય સાધન તરીકે પોતાનો પાઠ ભજવે છે.

જગતના સ્વભાવનો વિચાર કરવાથી પણ વૈરાગ્યવૃત્તિને પોષણ મળે છે. જડ અને ચૈતન્યથી ભરપૂર આ જગતમાં વારંવાર દરેક ક્ષણે પદાર્થો ઉત્પન્ન થાય છે અને વિનાશ પામે છે. આ જગતના દરેક પદાર્થોમાં ઉત્પત્તિ, સ્થિતિ અને લય થયા કરે છે. તે મુજબ જડ અને ચૈતન્ય પદાર્થો તે નિયમને આધિન છે અને તેને લઇને જ કોઈ આકૃતિમાં સહજ ફેરફાર થાય છે, તો કોઈમાં વિશેષ ફેરફાર થાય છે કોઈ ધીમે ધીમે પોતાની આકૃતિમાં ફેરબદલી કરે છે તો કોઈ ઘણી ઝડપથી પોતાની આકૃતિને વિખેરી નાખી રૂપાંતર ધારણ કરે છે.

વિચાર-દૃષ્ટિથી જોતાં કોઈ પણ પદાર્થ કાયમ એક પ્રકારે કે એક આકારે ટકી રહેતો નથી. મનુષ્યોનો સંબંધ

કે સ્વાર્થ પ્રાયઃ એક પર્યાય કે એક આકાર સાથે બહુજ હોય છે, મૂળ વસ્તુ સાથે તેઓનો સંબંધ હોતો નથી, કેમ કે એક વહાલો પતિ, પુત્ર કે સ્ત્રી મરણ પામી અવસ્થાને ઉત્પન્ન થાય છે. તેનો વાલી પોતાના સ્વાર્થ માટે તેના વિયોગથી રહે છે, જૂરે છે, કલ્પાંત કરે છે. હવે મરણ પામેલા મનુષ્યનો જીવ કે જે બીજા સ્થળે ઉત્પન્ન થયેલો છે, તે આવીને એમ કહે કે હું તમારો પુત્ર. પતિ કે સ્ત્રી છું, તો તેથી તે મનુષ્યને તેના કહેવા સાંભળવા કે જોવાથી શાંતિ થતી નથી. તેના પૂર્વભવના શરીરની આકૃતિ સાથે સંબંધ ધરાવતો હોવાથી મૂળ દ્રવ્ય આત્મા કે જે નિલ છે તે આ સ્થળે પૂર્વ ભવનો જ કાયમ હોવા છતાં તેના ઉપર તેવી પ્રીતિ કે લાગણી થતી નથી અને જો થતી હોય તો પુત્ર જાણી તેનો વારસો તેને આપી દેવો જોઈએ. પત્ની જાણી ઘરની માલિક કે ભાગીદાર બનાવવી જોઈએ, પતિ હોય તો આ દેહ સાથે સર્વને હકદાર ઠરાવવો જોઈએ પણ તેમાંનું કંઈ પણ બનતું નથી.

અહીં તેનો સ્વાર્થ ન હોવાથી જ તેના પર પ્રીતિ કે લાગણી થતી નથી છતાં કેટલીક વખત એમ પણ સંભળાય છે કે પૂર્વ જન્મની સ્ત્રીઓ કે પતિઓ એકબીજા પ્રત્યે મોહ ધરાવે છે. આ ઠેકાણે મોહના કે વિષયવાસનાના જોર સિવાય બીજું કંઈ કારણ જણાતું નથી અને તે પણ આ શરીર દ્વારા સ્વાર્થ સાધી શકાય તેમ હોવાથી સ્નેહ બાંધે છે; તે સિવાય તે તરફ ધ્યાન આપવામાં આવતું નથી. આથી એમ નિર્ણય થાય છે કે મનુષ્યો આત્માને કે મનુષ્યોને આહતા

નથી; પણ સ્વાર્થને ચાહે છે. તેવા સ્વાર્થને માટે જ એક-
બીજાએ સ્નેહથી બંધાય છે.

જ્યાં જ્યારે સ્વાર્થ દીલો પડે છે ત્યાં ત્યારે તેવો ગાઠ
સ્નેહ પણ જોવામાં આવતો નથી. આમ આ દુનિયાના
સ્વભાવનો વિચાર કરવાથી તેવા કેવળ સ્વાર્થી સંબંધો
તરફથી વિરક્તિ આવ્યા સિવાય રહેતી નથી. અને આ
વિરક્તિ વૈરાગ્યને પોષણ આપી શુદ્ધ આત્મસ્વરૂપ પ્રગટ
કરવા સુધી લાંબાય છે. અર્થાત્ વૈરાગ્યથી મનોવૃત્તિ કાષ્ઠમાં
આવે છે અને છેવટે આત્મસ્વરૂપમાં લય પામે છે. પ.

આ જ્ઞાનાદિ ભાવનાના સંબંધમાં ધ્યાનશતકમાં કહ્યું
છે કે :—

દર્શનભાવના

સંકાદસલ્લરહિઓ પસમથેજ્જાદ્ગુણગણોવેઓ ।

દોદ્ધ અસંમૂઢમણો દંસણસુદ્ધિણ જ્ઞાણંમિ ॥

આત્માના અસ્તિત્વ, નિત્યત્વાદિમાં, શંકાદિક શલ્ય રહિત,
શમ, સંવેગ, નિર્વેદ, અતુકંપા, આસ્તિકચતાદિ તેમ જ
સ્થિરતાદિ ગુણોના સમૂહયુક્ત એવો મનુષ્ય દર્શનશુદ્ધિ વડે
કરી; ધ્યાનને વિષે બ્રાંતિ વિનાના મનવાળો થાય છે.

ચારિત્રભાવના

નવંકમ્માણાયાણં પોરાપવિનિજ્જરં સુમાયાણં ।

ચારિત્તભાવણાણ જ્ઞાણમપયત્તણય સમેદ્ધ ॥

આરિત્રભાવના વડે કરી નવીન કર્મનું અહણ થતું તથા પૂર્વના કર્મોની વિશેષ પ્રકારે નિર્જરા થાય છે તથા શાતા વેદનીવાળા શુભ પુણ્યનું અહણ થાય છે અને વિનાશપ્રયત્ને ધ્યાનની પ્રાપ્તિ થાય છે. (સર્વ સાવધ પાપવાળા મન, વચન કાયાદિ યોગોની નિવૃત્તિરૂપ ક્રિયાને આરિત્ર કહે છે. તેનો અભ્યાસ કરવો તે આરિત્રભાવના છે.

વૈરાગ્યભાવના

સુવિહ્યજગત્સહાયો નિઃસંગો નિઃમગ્નો નિરાસો ય ।

વેરમ્ભાવિયમણો જ્ઞાણમિ સુનિચ્છલો હોઈ ॥

સારી રીતે જગતના (જન્મ, મરણ, સંયોગ, વિયોગ, આધિ, વ્યાધિ, ઉપાધિરૂપ) સ્વભાવને જાણનાર વિષયસ્નેહાદિ સંગ રહિત, આલોક પરલોકાદિ સાત ભયથી રહિત નિર્ભય અને આ લોક કે પરલોકના સુખની આશંસા (ઈચ્છા) વિનાનો આવા પ્રકારનું વર્તન કરનાર જીવ આરિત્રભાવના વડે ભાવિત (વાસિત) મનવાળો કહેવાય છે. તે જીવ ધ્યાનને વિષે નિશ્ચલ હોય છે.

ભાવનાનો ઉપસંહાર

માવનાસ્વાસુ સંલીનં વિધાયાધ્યાત્મિકં સ્થિરં ।

કર્મ પુદ્ગલજીવાનાં સ્વરૂપં ચ વિચિત્રયેત્ ॥૧૨॥

નિત્યમાભિર્યદા વિશ્વં ભાવયત્યર્થિલં મુનિઃ ।

વિશ્વૌદાસીન્યમાપન્નશ્રત્યત્રૈવ મુક્તવત્ ॥૧૩॥

આ ભાવનાઓને વિષે મનને લીન કરી (વાસિત કરી)

આત્મભાવમાં મન સ્થિર થાય તેમ કરવું. તે માટે કર્મ પુણ્ય અને જીવના સ્વરૂપનું ચિંતન કરવું (વિચાર કરવો). મુનિ જ્યારે આ ભાવનાઓ વડે આખા વિશ્વને ભાવિત કરે છે, આખા વિશ્વને વિચાર કરે છે, આખા વિશ્વના સંબંધમાં સત્ય વસ્તુનો મનમાં દૃઢ નિશ્ચય કરે છે ત્યારે આ વિશ્વ ઉપર તેને ઉદ્દાસીનતા પ્રાપ્ત થાય છે અને તે સર્વ પદાર્થ ઉપરની ઉદ્દાસીનતાના ચોગે (કોઈ પણ પદાર્થ ઉપર રાગ, દ્વેષ રહેતો નથી ત્યારે, અહીંયાં જ (આ જન્મમાં જ) મુક્ત થયેલા જીવોની માફક વિચરે છે અર્થાત્ પછી તેને કોઈ પણ જાતનો પ્રતિબંધ કે લેપાવાપણું થતું નથી. ૧૨. ૧૩.

પ્રકરણ ૩

ભાવનાની જરૂરિયાત શા માટે છે ?

અનિત્યાદિ ભાવના

જ્ઞાનાદિ ચાર ભાવનાનું સ્વરૂપ જતાંયા પછી અનિત્યાદિ ચાર ભાવનાથી મનને વાસિત કરવા માટે અનિત્યાદિ ભાવનાનું સ્વરૂપ જતાં છે. ખેડીને સાફ કરેલા ક્ષેત્રમાં ખીજ વાવવાથી તે સારી રીતે ઉગી નીકળે છે અને તે માટે કરેલ પ્રયાસ (ચત્ન) સફળ થાય છે અથવા ઘટાદિ કોઈ વાસણ કે પદાર્થ પહેલાં હલકા ગંધવાળા જેવાં કે લસણ, મદિશદિથી વાસિત (દુર્ગંધવાળા) કરેલ હોય તેમને પાછાં સુગંધિત કરવા માટે ખટાશવાળા કોઈ પણ પદાર્થથી વાસિત કરીને તેમની પૂર્વની દુર્ગંધી કાઢી નાખવામાં આવે છે અને ત્યાર બાદ તેમાં કોઈ ઉત્તમ સુગંધવાળી અથવા અન્ય સારી ચીજ ભરવામાં આવે છે.

એવી જ રીતે આ આપણા મનમાં આપણે પહેલાં નાના પ્રકારની કામકોઠાદિ મલિન વાસના ભરી છે તેનાથી મન દુર્ગંધિત થઈ રહેલું છે. તેમાં સારો પદાર્થ (ધર્મધ્યાનાદિ) કાંઈ પણ ભરવામાં આવે તો ઊલટો તેને પૂર્વની દુર્ગંધથી ખગાડી નાખવામાં આવે છે. અર્થાત્ તેની કાંઈ પણ અસર થતી નથી.

આ મલિન વાસના ભરેલા હૃદયમાં ગમે તેટલા ધર્મના ઉત્તમ તત્ત્વો ભરો કે મહાન પુરુષોના અનુકરણ કરવા જેવાં ચરિત્રો સાંભળો તો પણ તેનું પરિણામ કાંઈ પણ પોતાના ભલા માટે આવતું નથી ! આ માટે તે મલિન વાસનાને હટાવવા ચાને તે પૂર્વની દુર્ગંધ કાઢી નાખવા માટે આ ખતાવેલી જ્ઞાનાદિ ચાર ભાવના અને હવે પછી ખતાવાતી અનિત્યાદિ ચાર ભાવના તેના વિરોધી પદાર્થની ગરજ સારશે એટલું જ નહીં પણ પોતાની સુગંધિત વાસના પણ તેમાં દાખલ કરશે અને તેમાંથી દુર્ગંધ સર્વથા કાઢી નાખશે.

આટલું થયા પછી કામ, ક્રોધાદિ ઓછા થતાં સુખોદિ તરફથી ઉત્તમ આત્મબોધ સાંભળતા કે તેમાં ધર્મધ્યાનાદિ ઉત્તમ પદાર્થો નાખવામાં આવતાં તેનું તત્કાળ જ પરિણામ ઉત્તમ આવશે. આ માટે આ ભાવનાઓની પૂર્ણ જરૂર છે.

અનિત્યભાવના

सर्वे भवसंबंधा विनश्वरा विभवदेहसुखमुरुषाः ।

अमरनरेन्द्रैश्वर्यं यौवनमपि जीवितमनित्यम् ॥૧૪॥

વૈભવસુખ અને શરીરનું સુખ, ઇત્યાદિ સર્વે સંસારના

સંબંધી વિનશ્વર (નાશ પામનારા) છે. દેવ અને મનુષ્યેન્દ્ર (ચક્રવર્તી રાજા)નું ઐશ્વર્ય, યૌવન અને જીવિતવ્ય પણ અનિત્ય છે. ૧૪.

જ્ઞાવાર્થ:—હે માનવો! તમે નિત્યાનિત્યનો વિચાર તો કરો! જે સુખની પાછળ તમે દોડો છો, અહોનિશ જેનો વિચાર કરો છો, જેને માટે નિરંતર પ્રયાસ કરો છો અને જેને ઘણી તનતોડ મહેનતે તમે મેળવો પણ છો તે સુખ કેટલા વખત માટે? જહોળું કુટુંબ હોય, વિતયવતી સુંદર સ્ત્રી હોય, આસાંકિત પુત્રો હોય, વૈભવ ઘણો હોય, નિરાગી દેહ હોય ઇંદ્રનું કે ચક્રવર્તીનું ઐશ્વર્ય હોય યુવાન અવસ્થા હોય અને લાંબું જીવિતવ્ય હોય આ સર્વ સામગ્રી મળી એટલે આ દુનિયાના સુખની અવધિ થઈ રહી. આ પ્રમાણે આ દુનિયાના વૈભવમાં સુખમાં આનંદિત થઈ રહ્યો હોય, સુખના છેલ્લા તરંગમાં ઝુલતો હોય, પોતાના સુખને માટે ગર્વે કરતો હોય, તેટલામાં કુટુંબ કોઈ અનિર્ધારિત આકસ્મિકતામાં સપડાઈ મરણ પામ્યું. સ્ત્રી અને પુત્રોએ આ દેહ મૂકી અન્ય સ્થળે નિવાસ કર્યો, વૈભવ નાશ પામ્યો, શરીર રોગથી ઘેરાયું, ઐશ્વર્ય ચાલ્યું ગયું, વૃદ્ધાવસ્થાએ આવીને ઘેરી લીધી, મરણ નજદીક આવીને ઊભું રહ્યું! આહા! આ અવસરે તે મનુષ્યની સ્થિતિ કેવી હશે? પૂર્વે અનુભવેલા સુખ કરતાં અત્યારે અનુભવાતું દુઃખ કેટલું અસહ્ય થઈ પડ્યું હશે? પણ શો ઉપાય!

મહાત્મલાવો! આ સર્વ કયાં ચાલ્યું ગયું? શા માટે ચાલ્યું ગયું? તેની પાસે કેમ ટકી ન રહ્યું? હવે પાછું

મળી શકે ખરું કે ? અને પાછું કાયમ ટકી શકે કે કેમ ! આનો ઉત્તર તમને શો મળશે તે કહો તો ખરા ? ઉત્તર એ જ કે આ સર્વ કયાંય ગયું નથી, આ દુનિયા ઉપર જ છે. તે વસ્તુના સ્વભાવ પ્રમાણે તે રૂપાંતર પામી ગયું છે. આલ્યું જવાનું કારણ એ જ કે તે પુણ્યને લઈને આવી મળ્યું હતું અને તે પુણ્ય પૂરું થઈ જતાં અન્ય પુણ્યવાન જીવની પાસે આલ્યું ગયું.

તેની પાસે નહીં ટકી રહેવાનું કારણ, એ જ કે તેણે પૂર્વના પુણ્યનો અનુભવ લઈ લીધો અને જેને લીધે તે મળી આવ્યું હતું અને જેને પ્રતાપે વધારે વખત ટકી રહે અગર ફરી મળી આવે તેવું પુણ્ય તેવાં સારાં કામ તેણે આ જિંદગીમાં કર્યાં ન હતાં; હજી પણ તે આ જિંદગીમાં સારા કામ કરે અને આ માનવદેહનો સદુપયોગ કરે તો પાછો તેવી સ્થિતિ મેળવી શકે ખરો. છતાં તે ફરી મેળવેલી સ્થિતિ પાછી કાયમ ટકી શકે કે કેમ તે એક સવાલ છે. કારણ ? કારણ એ જ કે વસ્તુઓનો સ્વભાવ જ અનિત્ય છે. એક રૂપે તે રહી શકે જ નહીં, અનિત્ય કોઈ દિવસ નિત્ય ન જ થાય.

નિત્ય આત્મસ્વરૂપ છે, ગમે તેવી સારી કે વિષમ સ્થિતિમાં તે તમારી પાસે રહે છે. વસ્તુઓના અનેક પરાવર્તનો થવા છતાં તે આત્મદ્રવ્ય કાયમનું કાયમ જ છે. માટે મહાનુભાવો ! તેને જ શુદ્ધ કરવા પ્રયત્ન કરો. અજ્ઞાન હઠાવો, તેને (આત્માને) સારી રીતે ઓળખો તેનો જ આશ્રય લો ! બીજી આળપ'પાળ મૂકી દો, ગમે તે વખતે પણ કાયમની શાંતિ તેનાથી જ મળશે.

આ પ્રમાણે નિત્યાનિત્યનો વિવેક કરી મન ઉપર તેની મજબૂત અસર કરો કે જેથી પુણ્યલોના સંયોગવિયોગથી તેમાં હર્ષ કે આસક્તિ ન થતાં શોક ન કરતાં મન મધ્યસ્થ સ્થિતિ ધારણ કરવાનું શીખે ૧૪.

અક્ષાર્થાઃ પુણ્યરૂપા યે પૂર્વસ્મૃસ્તે ક્ષણેન ચ ।

અક્ષાણામિષ્ટતાં દત્ત્વાઽનિષ્ટતાં યાન્ત્યહો ક્ષણાત્ ॥૧૫॥

પહેલાં જે સુંદર રૂપવાળા ઇન્દ્રિયોના વિષયો હતા તે ક્ષણ વારમાં ઇન્દ્રિયોને ઇષ્ટપણું આપી પાછા અહો! ખેદની વાત છે કે એક ક્ષણ વારમાં અનિષ્ટતાને પ્રાપ્ત થાય છે. ૧૫.

અહો! ખીલેલા પુષ્પોના સુંદર અગીચાઓ પ્રાતઃકાળમાં મનુષ્યોને કેવો આહ્વાદ આપે છે? વૃક્ષોની કુંજોમાં કલરવ કરતા પંખીઓના મધુર સ્વર કાનને કેવો આનંદ આપે છે? પુષ્પોના સુંદર સુગંધી પરાગ નાસિકાને કેવો તૃપ્ત કરે છે! મલયાચળને સ્પર્શીને આવતો મંદ મંદ પવન રોમેરોમમાં કેવી શાંતિ ઉત્પન્ન કરે છે? વિવિધ પ્રકારના મિષ્ટ પકવાનો તીખાતમતમતા શાકો, સ્વાદિષ્ટ ફળો અને સંસ્કારિત મધુર પાણી આદિના સ્વાદોની લહેજતની તો વાત જ શી કરવી? આ સર્વ પદાર્થો આખા શરીરને આનંદમય કરી સુખના સાગરમાં ડુબાવે છે.

અરે! તે કેટલી ઘડી સુધી? પુષ્પો કરમાઈ જાય છે, વૃક્ષો સુકાઈ જાય છે, પંખીઓ મરી જાય છે, સુગંધ તે દુર્ગંધનું રૂપ ધારણ કરે છે, શીતળ પવન તાપને લઈ ગરમ લૂનું રૂપ પકડે છે, વિવિધ પ્રકારના ભોજનપાણી વિષ્ટા અને

મૂત્રનું રૂપ ધારણ કરે છે. થઈ રહ્યું? આ આનંદની હા
આવી રહી? થોડા વખત પહેલાં તો તે પદાર્થો બાણે હસતા
રમતા, ગેલ કરતા હોય તેમ દેખાતા હતા અને ઇન્દ્રિયોને
પોતા તરફ આકર્ષી ઇચ્છાથી અધિક આનંદ આપતા હતા.
તે જ પદાર્થો થોડા વખતમાં એવી અનિષ્ટ સ્થિતિમાં આવી
પડ્યા કે મનુષ્ય તે તે પદાર્થની થયેલી વિષ્ટાને અડકીને
હાથ ધસી ધસીને ધોઇ નાખે છે તાક આગળ રૂચો આપે
છે, આંખને તો તે ગમતા ન હોવાથી પાંપણોરૂપ દરવાજા
જ તેને ફરી ન બોવા માટે બંધ કરે છે, કાનો તો તેની
સ્થિતિ કેવી થઇ પડી છે તેનું વર્ણન સાંભળવાને જ ના
કહે છે ત્યારે જીભ તો તેને પ્રવેશ કરાવવા માટે હોઠરૂપ
દરવાજા ઉઘાડે જ શા માટે?

અહાહા! કેવી પદાર્થોની અનિત્ય સ્થિતિ છે!

ખરી રીતે આ પદાર્થોની સ્થિતિ જ આવી છે કે મનની
માન્યતા તેવી છે તે બતાવે છે.

अशुभार्थः शुभार्थः स्वाच्छुभार्थोप्यशुभस्तथा ।

रागद्वेषविकल्पेन भावानामित्यनित्यता ॥ ૧૬ ॥

અશુભ પદાર્થ શુભ પદાર્થ થાય છે તેમ જ શુભ પદાર્થ
પણ અશુભ પદાર્થરૂપે થાય છે. રાગદ્વેષવાળા વિકલ્પો વડે
કરીને આ પ્રમાણે પદાર્થોની અનિત્યતા છે. ૧૬.

ભાવાર્થ :—વસ્તુતઃ દુનિયાના કોઈપણ પદાર્થનો નાશ
થતો નથી, કોઈને કોઈ પણ રૂપાંતરે આ જગતમાં તે પદાર્થ
ની હેયાતી કાયમ જ છે. અશુભ પદાર્થ શુભ થાય છે

અને શુભ અશુભ થાય છે. આ બંને સ્થળે મનની રાગ-
દ્વેષથી વિકલ્પવાળી માન્યતા જ અનિત્યતા માનવામાં કારણ-
ભૂત છે. ઈષ્ટ પદાર્થના સંયોગથી અનિષ્ટ પદાર્થના વિયોગથી
મુખ્ય થતાં માણસો ખુશી થાય છે ત્યારે ઈષ્ટ પદાર્થના
વિયોગથી કે અનિષ્ટના સંયોગથી ખેદ કે દેવ થતાં માણસો
પોતાને દુઃખ માને છે. બીજી રીતે વિચાર કરીએ તો પદાર્થ
એકના એક જ હોય છે. એક વખત પોતાની માન્યતાને
લઈ તે ઈષ્ટ હોય છે, ત્યારે તેનો તે જ પદાર્થ બીજી વખ-
તની જુદી માન્યતાને લીધે અનિષ્ટ લાગે છે; અથવા એક
પદાર્થ કોઈ હેતુને લઈ પોતાને ઈષ્ટ હોય છે તે જ જુદા
હેતુ અગર જુદી માન્યતાને લીધે બીજાને અનિષ્ટ લાગે છે
અને જે પદાર્થ કોઈ હેતુથી પોતાને અનિષ્ટ લાગે છે તે
અન્યને અન્ય કારણને લીધે ઈષ્ટ લાગે છે. આમ પદાર્થ
એક જ હોવા છતાં મનની જુદી જુદી માન્યતાને લીધે ઈષ્ટ
અને અનિષ્ટ લાગે છે.

ગૃહસ્થધર્મમાં સ્ત્રીપુત્ર ઈષ્ટ જણાતા હતા તે જ સ્ત્રીપુત્રાદિ
તેને ત્યાગમાર્ગમાં અનિષ્ટ લાગે છે અથવા પોતાના કહ્યા
મુજબ નીતિના માર્ગે ચાલનાર સ્ત્રી પુત્રાદિ ઈષ્ટ હોય છે
તે જ આજ્ઞા માન્ય ન કરતાં અનીતિના માર્ગે ચાલતાં હોવાથી
અનિષ્ટ લાગે છે. અથવા સારી રીતે કમાઈ કરનાર પુત્ર ઈષ્ટ
લાગે છે, કમાઈ ન કરનાર અનિષ્ટ લાગે છે. કામ કરનાર
મોકર ઈષ્ટ લાગે છે, કામ ન કરનાર અનિષ્ટ લાગે છે. મદદ-
ગાર માતાપિતાઓ ઈષ્ટ લાગે છે, માથે પડનાર અનિષ્ટ લાગે
છે. યુવાવસ્થામાં સ્ત્રી ઈષ્ટ લાગે છે, પણ વૃદ્ધાવસ્થામાં તે

અનિષ્ટ લાગે છે. સુંદર ખોરાક ઇષ્ટ લાગે છે, તેની જ અનેર્લ વિષ્ટા મનુષ્ય જાતિને અનિષ્ટ લાગે છે, ત્યારે તેની તે જ વિષ્ટા જાતવરને અને કીડાઓને ઇષ્ટ લાગે છે.

આ પ્રમાણે ઇષ્ટ અનિષ્ટ પદાર્થ દેખાવમાં અનેક પ્રકારે જીવોની પ્રકૃતિ રાગદ્વેષથી ભિન્ન ભિન્ન થયેલી હોય છે તે જ કારણ છે.

પદાર્થમાં શુભતા કે અશુભતા છે તે મનની માન્યતાને લીધે જ છે એમ આ ઉપરથી નિશ્ચય થઈ શકે છે મન એમ માને છે કે આ વિષયોમાં સુખ છે ત્યારે તે તરફ અહોનિશ્ય તે પ્રવૃત્તિ કર્યા કરે છે, ગમે તેવી રીતે તેને શિખામણો આપો, કે મહાત્માઓ બોધ આપે તો પણ તે દેવ મન છોડતું નથી પણ મનને જ્યારે એમ જ ખાતરી થાય છે કે મારી માન્યતામાં હું ઠગાઉં છું, આત્મ પરિણામ જરૂર ખરાબ આવશે અને મને અનેક સંકટો વેઠવાં પડશે એ નિર્ણય જ્યારે મનને મજબૂત થાય છે ત્યારે તે વિષયો તરફ તે જરા સરખી નજર પણ કરતું નથી અને જેમાં તે પોતાનું હિત પહેલાં સમજતું હતું તેને સર્વથા અહિતકારી સમજે છે.

આ ઉપરથી એ નિશ્ચય થાય છે કે મનની માન્યતામાં શુભાશુભ અને ઇષ્ટાનિષ્ટ છે, પણ વાસ્તવિક રીતે તેવું કંઈ નથી આ કલ્પના જ ભુલાવો ખવડાવનારી છે. આત્મા પોતે આ શુભાશુભની પર છે. આ સર્વ કહેવામાં અંધકારનો આશય એ છે કે પદાર્થને નિત્ય માનો કે અપેક્ષાએ અનિત્ય માનો તે તો જેમ છે તેમ જ રહેવાનો છે; તેમાં ફેરફાર કરવાનું તમારા કે મારામાં જોર કે બળ નથી.

આપણે એટલી સાવચેતી રાખવાની છે કે ઈષ્ટ અનિષ્ટ પદાર્થને દેખી કે અનુભવીને તેમાં રાગદ્વેષની પરિણતિ ન થાય એ બળ વાપરવાનું છે અથવા એટલો પુરુષાર્થ કરવાનો તમારા હાથમાં છે. પદાર્થની અનિત્યતા બતાવવાનું કષણ પણ આ જ છે કે તે પદાર્થો તરફ આસક્તિ રાખી ઈષ્ટાનિષ્ટથી તમે લેપાઓ છો. રાગ દ્વેષ કરો છો તે કરતાં અટકો. પદાર્થની અનિત્યતા બતાવવી તે તેનું બાહ્ય સ્વરૂપ છે અને રાગદ્વેષ ન કરવાનું જે કહેવું છે તે આંતરસ્વરૂપ છે અથવા પદાર્થની અનિત્યતા કહેવી તે સામાન્ય વાત છે, રાગદ્વેષ ત્યાગ કરવા સૂચના કરવી તે વિશેષ ઉપદેશ છે. ૧૬.

અશરણુ (બીજી ભાવના)

ન ત્રાણં ન हि शरणं सुरनरहस्त्रिचरकिन्नरादीनाम् ।

यमपाशपाशितानां परलोक गच्छतां नियतम् ॥૧૭॥

યમના પાસલામાં સપડાઈને પરલોકમાં જતાં દેવ, મનુષ્ય, દેવ, વિદ્યાધર અને કિન્નર આદિને નિશ્ચે કોઈ ત્રાણુ કે શરણુ કરનાર નથી. ૧૭.

ભાવાર્થ :—આ બીજી ભાવનામાં મનને અશરણુતાના પુટ આપવામાં આવશે. મનને એવી ખાતરી થવી જોઈએ કે હું કોઈનું શરણુ કરી શકું તેમ નથી અને મારું કોઈ પણ રક્ષણુ કરી શકે તેમ નથી. આ નિશ્ચય થવાથી જે પોતે ધન, માલ, ગામ, નગર, નોકર, ચાકર, સ્ત્રી, પુત્રાદિ ઉપર માલિકી ધરાવવાનો અહંકાર કરતો હતો અથવા પોતાને ધન, ધાન્યાદિકના આશ્રય આપનારને માલિક (રક્ષણુ કરનાર)

માનતો હતો તે અહંભાવની ભાવનાની નિવૃત્તિ થશે. હું કોઈનો માલિક છું કે મારો કોઈ માલિક છે હું કોઈનું રક્ષણ કરી શકું તેમ છું કે મારું કોઈ રક્ષણ કરી શકશે, આ જૂઠી ભાવનાની નિવૃત્તિ થતાં સત્ય શું છે? રક્ષણ કોણ કરી શકે છે? મારે શું કરવું? વિગેરે વિચારની શ્રેણિ સ્ફુરવા માંડશે અને તેમાંથી પોતાનું કતંબ્ય તેને સમજાશે તેથી જો આ જગતના પ્રપંચનું મુખ્ય કારણ છે તે અહંકાર નાશ પામશે. આ દુનિયામાં દેવ એ એક મહા સમર્થ ભતિ ગણાય છે, કિન્નર પણ એક નિત્ય આનંદિત દેવભતિ વિશેષ જ છે તેઓનાં આયુષ્યો મનુષ્ય ભતિ કરતાં વધારે લાંબા હોય છે. લોકોમાં કહેવત છે કે (દેવાણું મંછાણું) એટલે દેવો મનમાં ધારે તે કામ તત્કાળ સિદ્ધ કરે છે. શાસ્ત્રો તો એટલે સુધી જણાવે છે કે એક સમર્થ દેવનું બળ એવું છે આંખ મીંચીને ઉઘાડીએ તેટલા બારીક વખતમાં આ લાખ યોજનના જંબુદ્વીપને ફરતા એકવીશ વાર આંટા ફરીને પાછા આવે છે, અથવા આ પૃથ્વીને ઉપાડીને દૂર ફેંકી દેવા ધારે તો તે પ્રમાણે કરી શકે છે. આટલું બળ, લાંબું જીવન છતાં તે પોતે પોતાનું રક્ષણ કરી શકતા નથી. મરણના પાશમાં તેઓ સપડાય છે અને છેવટે ઈચ્છાએ કે અનિચ્છાએ પણ પરલોકમાં પ્રવાસ કરે છે. જ્યારે તેઓ પોતાનું રક્ષણ કરી શકતા નથી, તો પછી જેના તેઓ અધિપતિ છે એમ તેઓ માને છે તેઓનું તેઓ કેવી રીતે રક્ષણ કરી શકશે?

આ જ પ્રમાણે મનુષ્યેન્દ્ર જો ચક્રવર્તી કે સામાન્ય રાજાઓ અને વિવિધ પ્રકારની વિદ્યાની શક્તિઓને ધારણ

કરનારવિદ્યાધરો તેઓ પણ મરણના પાશમાં સપડાઈ અનાથ અશરણ થઈ પરલોકમાં ગમન કરે છે; તેમને કોઈનું શરણ નથી. કરોડો મનુષ્યો પર હુકમ ચલાવનારાઓ લાખો ગામો ઉપર અમલ કરનારાઓ હજારો શત્રુઓના જાન લેનારાઓ અને દુનિયામાં અદ્વૈત યોદ્ધા તરીકે પ્રસિદ્ધિ પામેલા મહાન ચક્રવર્તી જેવા લાખો રાજમહારાજઓ આ ચમરાજની રણભૂમિમાં એવી લાંબી શય્યા પર પોઠયા છે કે તેમના નામનિશાનનો પણ પત્તો નથી.

જેઓ મોટાં સિંહાસનો શોભવતા હતા તેવા અનેક વીરો રાણીજયાઓએ પણ છેવટે સ્મશાનભૂમિને જ શોભાવી છે. અર્થાત્ સ્મશાનભૂમિનો જ આશ્રય લીધો છે. શરણાગત વત્સલના ખિરુદો ધરાવનારા વીર પુરુષો ક્યાં ગયા? કાળના કપાટામાંથી કોણ બચ્યું છે? ‘હું તમારું’ રક્ષણ કરીશ’ આવા વચનો આપનારા વીરનરો ક્યાં છુપાઈ ગયા? એ પામર મનુષ્ય કીડાઓ તમે શું કરી શકો તેમ છો? તમારા પોતાના બચાવનો પણ ઉપાય કરી શકતા નથી તો તમે શાનો ગર્વ ધરાવો છો? આ ધન, ધરા, દારા વિગેરેએ કોઈનો બચાવ કર્યો છે ખરો કે? શા માટે તેમાં મમત્વ ધરાવો છો?

કોના આશ્રયથી નિશ્ચિત થઈને એશઆરામ કરો છો? એતો! અને તમારા બચાવના ઉપાયો શોધો!! જ્યાં આશા બાંધી છે ત્યાંથી તો અવશ્ય નિરાશા જ મળશે. મનુષ્યોથી વધારે શક્તિ ધરાવનારા ગગનગામી વિદ્યાધરો! તમારી પણ આ જ સ્થિતિ છે. તમારી ગગનગામી શક્તિરૂપ પરાવર્તન

કરનારી વિદ્યા અપ્રતિહત શક્તિવાળા શસ્ત્રો ભૂત-ભવિષ્યના સમાચાર આપનારી રોહિણીપ્રમુખ વિદ્યાદેવીઓ અનેક કળા-નિપુણ વિદ્યાધરીઓ અને ફરવાના આકાશગામી વિમાનો તેમાંથી કોઈપણ બચાવે તેમ છે? હે અનાથ અને અશક્ત જીવો! જડ માયાથી બચવા માટે તેમાંથી આસક્તિ ફરવા માટે તમારા શુદ્ધ આત્મદેવને શરણે જાઓ. ૧૭.

ઇન્દ્રિયોના વિષયોનો ઉપલોગ એ તમારો બચાવ નથી.

इन्द्रियभगानुभूतैर्दुष्टत नवस्सकरैश्च निजविषयैः ।

श्रुतदृष्टलब्धस्तુક્તैर्यदि मरणं किं ततस्तैर्मोः ॥૧૮॥

ઇન્દ્રિયના સમૂહ વડે અનુભવાતા અદ્ભુત નવરસને ઉત્તમ કરનારા સાંભળેલા, દેખેલા, મેળવેલા અને ભોગવેલા પોતાના (મેળવેલા) વિષયો વડે કરીને જે મરણ થાય તો પછી હે માનવો! તે વિષયોનું પ્રયોજન શું છે? તે વિષયોમાં અધિકતા શાની? અર્થાત્ તેમાં શો સ્વાર્થ સંધાય છે અગર કાયદો લાગે છે? ૧૮.

ભાવાર્થ :—જેનું શરણ તેનાથી જ લય ઉત્પન્ન થતો હોય તો તેનું શરણ શા કામનું? જે સોનું કાન તોડતું હોય તો પછી તેને કાને વળગાડવાનું પ્રયોજન શું? તેમ જ ઇન્દ્રિયોના સુંદર વિષયો કે જેને મેળવવા માટે મનુષ્યો અહોનિશ પ્રયત્ન કરી રહ્યા છે ભવિષ્યમાં પોતાને ઉપયોગી થશે તેમ ધારી સંયમ કરી રહ્યા છે અને વર્તમાન કાળમાં ઇચ્છાનુસાર તેનો ઉપયોગ લઈ રહ્યા છે તે વિષયોથી મરણ થતું હોય તો પછી તે ગમે તેવા દેખાવથી લલચાવનાર

હોય તોપણ તેમનું શું પ્રયોજન છે? કંઈ નહીં. આશય એવો છે કે વિષયો શરણુભૂત નથી પણ તેમાં કરાતી આસક્તિ મરણ દેવાવાળી છે. વિષયો માટે મોટી મોટી લડાઈઓમાં ક્ષિતરી હજારો મનુષ્યોના જાન લીધા છતાં પરિણામ એ આવ્યું કે તે વિષયોને અહીં મૂકી દઈ હાથ ધસતા હાથ-વોચ કરતા અને નિસાસા મૂકતા તેઓ એકલા જ ઘોર ગતિમાં શૈરવ દુઃખનો અનુભવ કરવા લાગ્યા અને જેને માટે સંઘામ કરવાની જરૂર પડી હતી તે પૃથ્વી કે પત્નીનો અંતે બીજા ઉપભોગ કરવા લાગ્યા. આ પ્રમાણે સર્વે વિષયોની સ્થિતિ છે એટલે વિષયો ઉપરનું મમત્વ એ આપણું રક્ષક નથી પણ ભક્ષક છે; તેનાથી આપણો બચાવ નથી પણ નાશ છે માટે આપણા ખરા બચાવ કરનારની શોધ કરી આશ્રય લેવાની જરૂર છે અને તે જ તમારો બચાવ કરનાર તમારો મહાન શક્તિવાન આત્મા જ છે તેને ઓળખવો તેમાં જ તમારું કલ્યાણ રહેલું છે અને તે જ કર્તવ્ય છે. ૧૮.

નીયમાનઃ કૃતાન્તેન જીવોઽત્રાણોઽમરૈરપિ

પ્રતિકારશતેનાપિ ત્રાયતે નેતિ ચિંતયેત્ ॥૧૯॥

યમ વડે લઈ જવાતા અશરણુ જીવનું સંકટો ઉપાયો વડે દેવો પણ રક્ષણ કરી શકતા નથી એમ વિચારવું ૧૯.

ભાવાર્થ:—દેવો પણ મરણને શરણુ ધાય છે છતાં તેની આગળ કાંઈ ઉપાયો હોય અને મરણને શરણુ થતા જીવોનો અગર તો પોતાનો જ કોઈપણ ઉપાયથી બચાવ કરે તો સારી વાત છે. એમ સાંભળવામાં આવે છે કે દેવોની

પાસે અમૃત છે. દેવો પોતે પણ અમર કહેવાય છે; એટલે તેમની આગળ મરણથી બચવાનો ઉપાય હોવો જોઈએ.

આનો ઉત્તર કહે છે કે દેવોની પાસે અમૃત છે તે બલે હો. પણ તે અમૃત આ મરણથી બચવા માટે ઉપયોગી થતું નથી. મરણથી બચવા માટે તે અમૃત પણ નિષ્ફળ નીવડતું છે. દેવો અમર કહેવાય છે તે પણ નામના જ અમર છે, બાકી તેમને પણ મરણું તો પડે છે. જો મરણથી તે તમારા બચાવ કરી શકતા હોય તો પહેલો પોતાનો બચાવ તેઓ કેમ ન કરે? અથવા દેવોએ મરણથી બચવા માટે સેંકડો ઉપાયો કર્યા છે પણ ન તો પોતે બચ્યા છે કે નહિ તો બીજાને બચાવી શક્યા છે. મહાત્માજી આત્મદ્યુતિ કહે છે કે-

“ઇંદ્ર, ચંદ્ર, નાગેન્દ્ર, મુર્નીંદ્ર, ચલે કોણ રાજા પતિ શાહ રાહ રે?” મહાત્મા ઇંદ્રો, ચંદ્રાધિપતિ દેવો ભુવનપતિના નાગકુમારાદિ ઇંદ્રો સમર્થ તીર્થંકરો-તેઓ આ દુનિયા ઉપર સર્વે ધારણ કરેલા દેહમાંથી જીતીને દેહને મૂકીને ચાલ્યા ગયા. કોણ રાજા? કોણ માલિક? કોણ શેઠ? અને કોણ રાંક? સર્વેની એક જ ગતિ છે.

મહાત્માભાવો! આ અશરણતા સંબંધી વિચાર કરી કોઈનો માલિક બનવાનો કે કોઈને શરણે રાખી અમર કરવાના વિચારનો કે તેવા અહંકારનો ત્યાગ કરો અને પરમાત્મપરાયણ થઈ શુદ્ધ આત્મદેવતું શરણ લો કે શુદ્ધ આત્મસ્થિતિમાં મરણનો ભય નથી. આથી પોતાને બચાવી શકાય છે અને અન્યને બચાવી લેવા માટે પણ આ જ રસ્તો કામ લેવાય છે. ૧૬.

સંસાર ભાવના ત્રીજી ભાવના

સંસારદુઃખજલધી ચતુર્ગતાવત્ર જન્મજરાવર્તે ।

મરણાર્તિવાહવાગ્નૌ ભ્રમન્તિ મસ્ત્યા ઇવાંજ્ઞમૃતઃ ॥૨૦॥

ચાર ગતિને વિષે જન્મ, જરારૂપ આવર્તવાળા, મરણની પીડારૂપ વડવાશિથી બળતા આ સંસારરૂપ દુઃખસમુદ્રમાં માછલાંઓની માફક જીવો ભર્યા કરે છે. ૨૦

ભાવાર્થ :—સંસારમાં કોઈ શરણુ રાખનાર નથી એમ ખતાવ્યા બાદ આ સંસાર સ્વરૂપનો નિશ્ચય કરવો એટલે મન ઉપર તેનો પુટ આપવો ચા મનને તેની ભાવના આપવી કે જેથી તેમાં મોહ ન પામતા પોતાના સત્ય આત્મા તરફ પ્રવૃત્તિ થાય.

સંસારને એક દુઃખમય સમુદ્રની ઉપમા આપે છે. સંસાર દેવ, મનુષ્ય, તિથંચ અને નારકી રૂપી ચાર ગતિથી ભરેલો છે અથવા ચાર ગતિ તે સંસાર છે સમુદ્ર પણ ચારે દિશામાં પાણીથી ભરેલો છે. સમુદ્રમાં જોરથી પડતી (આવતી) નદી-ઓના પાણીથી કે સમુદ્રમાં રહેલા પહાડો સાથે પાણીના અક્ષળાવાથી ભયંકર આવર્તો (ભમરીઓ-વમળો) પડે છે. ભયંકર એટલા માટે કે તેમાં સપડાયેલું કોઈ પણ વહાણ કે જીવ ઘણે ભાગે તેમાંથી બચવા પામતું નથી પણ અક્ષળાઈ અથડાઈને તેમાં જ નાશ પામે છે.

આ બાબુ સંસારમાં દુઃખરૂપ જન્મ અને વૃદ્ધાવસ્થા એ જ આવર્ત (વમળો) છે. જન્મનું દુઃખ સામાન્ય નથી.

જન્મતી વખતે ઘણી વેદના થાય છે. તે વખતે વિશેષ પ્રજ્ઞા જ્ઞાન ન હોવાથી તે થોડું અનુભવાય છે. વૃદ્ધાવસ્થાની સ્થિતિ મનુષ્યોથી અબાણી નથી ગાત્ર શિથિલ થાય છે ઈન્દ્રિયો નરમ પડે છે એટલે આંખે પૂરું દેખાતું નથી પગે ચલાતું નથી, કાને સંભળાતું મંદ થાય છે. શરીર ધૂજે છે દાંત પડી જાય છે, મોંમાંથી લાળો ચાલુ પડતી રહે છે. વિગેરે શરીરની વિવિધ સ્થિતિરૂપી વમળ દુઃખરૂપ છે.

સમુદ્રમાં વડવાનળ બળી રહ્યો છે. તે પાણીને શોષી નાખે છે, તેમ મરણ આયુષ્યરૂપ પાણીને સુકાવી નાખે છે. આવા સમુદ્રમાં માછલાંઓ-મોટા-મટ્ટો ભસ્યા કરે છે. પાણીના વમળ અને વડવાનળના અસહ્ય તાપથી દુઃખથી ઘણા હેરાન થાય છે અને વારંવાર જન્મમરણ કરે છે તેમ જ આ સંસારમાં જન્મ, જરા, મરણના સપાટાથી વારંવાર અસહ્ય દુઃખનો અનુભવ કરતા જીવો અનેક ગતિઓમાં પરિભ્રમણ કરે છે. આત્મસ્વરૂપ રૂપ ધરમાં પ્રવેશ કર્યા સિવાય શાંતિ થવાની જ નથી. ૨૦,

ઉત્પદ્યન્તે વિપદ્યન્તે ત્રસેષુ સ્થાવરેષુ ચ

સ્વકર્મપ્રેરિતા જીવાઃ સંસારસ્યેતિભાવનાઃ ॥૨૧॥

પોતાના કર્મથી પ્રેરાયેલા જીવો, ત્રસ અને સ્થાવરોમાં ઉત્પન્ન થાય છે અને મરણ પામે છે. એ સંસારભાવના છે. ૨૧.

ભાવાર્થ:—સારા કે નહારા જેવા કર્મ કર્યા હોય તેના પ્રમાણમાં તે જ કર્મપ્રેરણા વડે જીવો હાલેચાલે તેવી

અને સ્થિર રહે તેવી ત્રસસ્થાવરની જાતિઓમાં વારંવાર દ્વિપક્ષ થાય છે અને મરણ પામે છે.

આસક્તિવાળા રાગદ્વેષની લાગણીઓવાળા કર્મોની જ પ્રેરણાથી ઉત્પન્ન થવાપણું અને મરવાપણું હોય તો તે કર્મો જ બંધ કરવા જોઈએ કે કારણ વિના કાર્યની ઉત્પત્તિ જ ન થાય. આ વાત બરોબર છે પણ આ જીવે પોતાની અજ્ઞાતાવસ્થામાં કર્મના સંચાઓ ગોઠવી મૂકેલા છે, ચાવી એવી મજબૂત ચડાવી મૂકેલી છે કે ઈચ્છા હોય કે ન હોય પણ કર્મ કર્યા સિવાય તેને ચાલતું જ નથી પછી તે મનથી, વચનથી કે શરીરથી પોતે કરતા હોય કે અન્ય પાસે કરાવતા હોય અગર કોઈ કરતું હોય તો તેને સારું જાણુતા હોય તેની અનુમોદના કરતા હોય પણ તે સંચાઓ ચાલ્યા જ કરવાના, તથાપિ જે અભિમાનથી, અહંકારથી કે મમત્વની લાગણીથી કર્મ કરાય છે તે કરતાં અટકવું જોઈએ.

આપણા હાથમાં આત્મભાવને સમજ્યા પછી આટલું જ હથિયાર રહે છે કે આસક્તિ વિના તેના ફળની ઈચ્છા વિના યોગ્ય કાર્ય કરતા જ રહેવું અને જે ઉદય આવે તેને રાગ દ્વેષ કે હર્ષશોકના પરિણામ કર્યા સિવાય સમભાવે ભોગવતા રહેવું. અહંભાવ જ કર્મબંધનું મુખ્ય અને અટલ કારણ છે આ સંબંધમાં આચારાંગસૂત્રમાં કહ્યું છે કે—

અકરિસ્સં ચંદં કારાવિસ્સં ચંદં કરઓ યાવિ સમણુન્ને
મવિસ્સામિ, ઇયાવંતિ સઘ્વાવંતિ લોગંસિ કમ્મસમારંભા
પરિજ્ઞાણિયઘ્વા મવંતિ ।

હું કરીશ, હું કરાવીશ, હું બીજા કરનારને સારું માનું
અનુમોદન આપીશ એટલા જ માત્ર આખા લોકમાં કર્મ
બાંધવાના કારણરૂપ ક્રિયાઓના ભેદો જાણવાના છે.

સર્વથા આ કર્મ આવવાના રસ્તાઓ બંધ થઈ શકે
તેમ છે કે નહીં? જવાબમાં તો આટલું જ કહેવું બસ છે
કે તે બંધ થઈ શકે તેમ છે પણ અનાદિ અભ્યાસને લીધે
કામ વિકટ જેવું લાગે છે. શરૂઆત આવી રીતે સરલ થઈ
શકે કે પ્રથમ અશુભ (ખરાબ) કર્મો પ્રબળ પ્રચલન કરી
ઓછા કરવા અને તેનું સ્થાન સારા કર્મોને આપવું એટલે
સારા કર્મોનો વધારો થતાં અશુભ ઓછા થશે. પછી આત્મ-
જ્ઞાનને મુખ્ય કરી શુભ કર્મોને પણ રાજીખુશીથી રબ આપવી
અને આત્મસ્વરૂપમાં સ્થિરતા કરતા રહેવું. છેવટે બંને
જાતનાં કર્મો બંધ પડતા જન્મમરણો થતાં અટકશે અને
આત્મસ્વરૂપમાં સ્થિર થવાશે.

આ સિવાય નાના પ્રકારની જીવોની જાતિઓમાં જન્મ-
મરણ ચાલુ જ રહેશે. આ સંસારવિચારની ભાવનાની મન
ઉપર મજબૂત અસર બેસાડવી. સંસારમાં જન્મ, મરણ,
આધિ, વ્યાધિ, ઉપાધિ, સંયોગ, વિયોગથી જીવો કેવા
આકુળવ્યાકુળ થઈ રહ્યા છે! ક્ષણે ક્ષણે આયુષ્ય પૂર્ણ થતાં
જીવો મરણ કરી રહ્યા છે! દેવેન્દ્રોથી લઈ એક કીડા પર્વત
જન્મમરણનો કેવો વિષમ ઘોંઘાટ મચી રહ્યો છે! એક
આત્મજ્ઞાની સિવાય જન્મમરણને લઈ કોઈ પણ જીવોના
હૃદય શાંતિવાળા નથી. આ પ્રમાણે રાજ, રાંક, ગરીબ,
ધનાઢય, રોગી, નીરોગી, સુખી, દુઃખી, બુદ્ધિમાન, મૂર્ખ

કયાદિ હર્ષશોકની વિષમતાવાળા સંસારનું સ્વરૂપ વારંવાર દષ્ટિ આગળ લાવવાથી તેમાંથી વૈરાગ્યવૃત્તિ સ્ફુરવા સાથે તેના પ્રતિકાર તરીકે તેમાંથી બચવાના ઉપાયો તરફ મનુષ્યોનું વલણ થાય (બગૃતિ આવે) તે સંસારભાવનાનું ફળ છે. ૨૧

એકત્વ ચોથી ભાવના

શુભાશુભાનાં જીવોડ્યં કૃતાનાં કર્મણાં ફલં ।

સોઝૈવ સ્વયમેવૈકઃ પરત્રાપિ મુનક્તિ ચ ॥૨૨॥

કલત્રપુત્રાદિકૃતે દુરાત્મા કરોતિ દુઃકર્મ સ એવ એક ।

શુક્ટે ફલં શ્વમ્રગતઃ સ્વયં ચ નાયાતિ સોદું સ્વજનાસ્તદન્તે ॥૨૩॥

આ જીવ કરેલા શુભ કે અશુભ કર્મોના ફળ તે પોતે જ આ જન્મમાં અને અન્ય જન્મમાં પણ એકલો જ ભોગવે છે. ૨૨.

આ દુરાત્મા જીવ, ત્રી અને પુત્રાદિ માટે દુષ્કર્મ કરે છે. તે એકલો જ તેના ફળ નરકમાં જઈ પોતે ભોગવે છે. તેનાં સંબંધીઓ તે ફળો ભોગવવા માટે તેની પાછળ (સાથે) આવતા નથી. ૨૩.

ભાવાર્થ :—મારા સંબંધીઓ ઘણા છે, મારું કુટુંબ બહોળું છે, હું ઘણાને સંબંધી છું, હું ઘણાને પાલક છું, ઘણા જીવોનું પોષણ કરું છું. વિગેરે અહંકારવાળી ભાવનાને તોડવા માટે તેની પ્રતિપક્ષી ભાવના “હું એકલો છું, અને મારું કોઈ નથી.” એ ભાવનાની અસર મન ઉપર કરવા માટે આ ચોથી ભાવના છે. સારા કર્મ કર્યાં હોય કે ખૂરા

કર્મ કર્યાં હોય પોતાને માટે કે અન્ય સ્ત્રી, પુત્રાદિ કુટુંબને માટે કર્યાં હોય તેના સારાં કે માઠાં ફળો અહીં જીવે ભોગવે છે. અહીં ભોગવાતાં બાકી રહેલાં હોય તો અન્ય જન્મમાં જઈને પણ ભોગવે છે.

આ ફળ ભોગવવાનું તેના એકલાને જ માટે નિર્માણ થાય છે કારણ કે તે કર્મ કરવામાં તેની અભિમાનવાળી સ્વાર્થભરેલી પ્રવૃત્તિ હોય છે અને તેમાં પણ મહાન કિલ્લ પરિણામે જો દુષ્કર્મ કરવામાં આવ્યાં હોય પછી ભલેને તે પોતાને માટે ન કર્યાં હોય છતાં તેનું કિલ્લ, ભયંકર, દુઃસહ દુઃખ ભોગવવા માટે તેને નરકમાં જવું પડે છે કારણ કે આ દુનિયા ઉપર તેના કરેલ દુષ્કર્મનો બદલો મળે તેવું વિશેષ દુઃખ નથી. એટલે તે સ્થળે જવું જોઈએ. ત્યાં તે કર્મ ફળ ભોગવવામાં મદદગાર તેમાં ભાગ પડાવનાર અહીંથી એટલે તે કર્મ જેને માટે ક્યું હતું તેના ફળ તરીકે ઈત્રિ-ચોના વિષયોનો ઉપભોગ જેણે કર્યો હતો તેમાંથી ત્યાં કોઈ પણ જતું નથી. મતલબ કે તે એકલાને જ ભોગવવું પડે છે.

અહીં આ શંકા ઉત્પન્ન થાય એવી છે કે એક ઘરનો માલિક ઘન કમાઈ લાવે છે અને તેમાંથી ઘણા મનુષ્યો તેનો ઉપભોગ લે છે તે ઘણા જીવોનું પોષણ કરે છે તો આ ફળમાં જેમ ભાગીદાર બીજાઓ થાય છે તેમ પાપના ફળમાં પણ ભાગીદાર કેમ ન થાય? અને જેમ અહીં તે મદદગાર થાય છે તેમ પરલવમાં આ મદદગાર કેમ ન થાય?

એનો ઉત્તર એવો છે કે ઘરનો માલિક કે જે કુટુંબનું પોષણ કરે છે, તેમાં તેને મોહ છે, મારાપણાનું અભિમાન

છે અને સાથે તેનો સ્વાર્થ પણ રહેલો છે. આ કારણથી તે તેઓનું પોષણ કરે છે. આ મોહ કે અભિમાન ન હોય તો તેનું પરિણામ શું આવે છે તે સ્વાતુલવથી કે દુનિયામાં ખતતા દાખલાથી પ્રત્યક્ષ વિચારવા જેવું છે.

એક સ્ત્રી ઉપરથી ગમે તે કારણે મોહ ઓછો થતાં બીજી સ્ત્રી પરણે છે. તેમાં વિશેષ મોહ લાગતાં પહેલી સ્ત્રી ઉપરથી મોહ છુટી જાય છે. તે વેળાએ તેના તરફ કેવું વર્તન કરાય છે તેના પોષણને માટે શું થાય છે? પોષણ આપવાની તો વાત શી પણ તે સ્ત્રી નજરે દીઠી પણ ગમતી નથી. કદાચ લોકલાજથી અનિચ્છાએ પોષણ આપવું પડે છે કે રાજના ભયથી આપવું પડે છે તોપણ ઘણું થોડું જ. આ ઉપરથી નિશ્ચય થાય છે કે મોહથી જ પહેલાં પોષણ કરાતું હતું.

પોતાના કુટુંબના મનુષ્યો દુઃખી થતાં હોય અને તે દેખી અન્ય કોઈ જરા મેણાંટોણાં મારે કે તમે શું મોહ લઇને બોલો છો? તમારા કુટુંબીઓ તો આમ દુઃખી થાય છે. ત્યારે અભિમાનવૃત્તિથી વિચાર કરે છે કે મારા કુટુંબીઓ (મારા બેઠા મારી હયાતીમાં) દુઃખી થાય અને હું જોઈ રહું તે ઠીક નહીં. લોકોમાં પણ ખોટું દેખાય છે, ઇત્યાદિ અભિમાન કે લોકલાજના વિચારથી તેના પાલન માટે પ્રયત્ન કરે છે, સ્વાર્થને લીધે પણ પોષણ કરાય છે સ્વાર્થ પૂરો થતાં દશ વર્ષ હ્રદ્ય આપ્યું હોય કે પંદર વર્ષ ખેડ કરી કે ગાડી ખેંચી હોય તેવા વૃદ્ધ (ધરડા થયેલા) ગાય, ભેંસ, બળદ કે ઘોડાને પાંજરાપોળમાં મૂકવા દોડવા જાય છે. આનું કારણ સ્વાર્થ નહીં તો બીજું શું?

વૃદ્ધ માતાપિતાઓના બેચાર લાઇઓ વચ્ચે ખાવું પીવાના વારા કરવામાં આવે છે ત્યારે કેમ પોતાની સ્ત્રીને વારો કરવામાં નથી આવતો ? આનું કારણ કે માતાપિતામાં હવે સ્વાર્થ રહ્યો નથી સ્ત્રીમાં હજુ સ્વાર્થ છે, મોહ છે એટલે તેને રજા દેવામાં આવતી નથી ઇત્યાદિ કારણોથી વિચાર કરતાં જણાઈ આવશે કે જ્યાં મોહાધીનતા છે જ્યાં અભિમાન છે અને જ્યાં સ્વાર્થ રહેલો છે ત્યાં અન્યને માટે પોષણ કરવામાં કરાતી પ્રવૃત્તિ પોતા માટે જ હોવાથી તેનું પાપ પોતાને લાગે છે. વળી તેના આશ્રય તળે રહેલા માણસો તેનો હુકમ ઉઠાવે છે તેને માન આપે છે અને તેનું કામ કાજ પણ કરે છે. એ પ્રમાણે મહેનત કરીને-કામ કરીને પોષણ લેતા હોવાથી તેઓ તેના પાપમાં લાગ પડાવે તેવા કાંઈ પણ સંયોગ હોતા નથી; એટલે પોષણ કરનાર પોષક પણાના અભિમાનને લીધે જ તે એકલો જ પાપ માટે જવાબદાર છે. કેટલીક વખત પૂર્વનો દેણદાર હોવાથી પણ તેઓનું પોષણ કરવાની તેને માથે ફરજ આવી પડે છે, પોષણ લેનારા માણસો અભિમાનવૃત્તિથી કે પાપવૃત્તિથી લાલેલા ધનાદિના અનુમોદનમાં લાગ લે છે તો તે પણ તેમાંથી પાપ ઉપાર્જન કરે છે કે શુભના અનુમોદનથી પુણ્ય ઉપાર્જન કરે છે પણ તે પાપપુણ્ય સ્વતંત્ર તરીકે જુદું જ લે છે એટલે જે ધન કમાવામાં છળ, પ્રપંચ, વિશ્વાસઘાત, દગો, જીવોનો નાશ વિગેરે કરવામાં આવ્યું છે તે કરતી વખતે કરનારના માનસિક અધ્યવસાય-પરિણામ વિગેરે જેવા મલિન હોય તેટલા પ્રમાણમાં તેનું પાપ તે તો ઉપાર્જન કરી જ લે છે

પણ તેને અનુમોદન આપનાર તેના તરફ લાગણી ધરાવનાર પણ તેવા તેવા અધ્યવસાયથી તે તે પ્રમાણમાં નવીન પાપાદિ ઉપાર્જન કરે છે.

દષ્ટાંત તરીકે એક દીવો પ્રકાશ કરેલો હોય, તે પ્રકાશ કરનારને તો જે માટે તે પ્રગટ કરેલો હતો તે જાતનું દુળ મળી ચૂક્યું પણ તે જ દીવાથી બીજા પણ માણસો નવા નવા દીવા પ્રગટાવી શકે છે. આ જ રીતે પાપ કરનાર એક પાપપુજ પ્રગટ કરે છે તેને દેખી તેનું અનુમોદન કરનાર પણ નવું પાપ પેદા કરે છે.

જેમ દીવાથી દીવો સળગાવી લેતાં મૂળ દીવામાં ઓછાશ થતી નથી તેમ મૂળ પાપમાં ઓછાશ ન થતાં બીજાઓ તે મેળવી શકે છે.

આવી મોહાંધ, સ્વાર્થી કે અભિમાનવાળી વૃત્તિને નાશ કરવા કે બદલાવી નાખવા માટે આ એકત્વભાવનાનો ઉપયોગ કરવાનો છે, તે એમ કે હે આત્મા ! તું એકલો જ છે તારું આ જગતમાં કોઈ પણ નથી. સર્વ જીવો પોતાના શુભાશુભ કર્મોનો બદલો અનુભવે છે. તારા સારા કર્મોનો બદલો તને સારો મળશે, ખોટા કર્મોનો બદલો ખોટો મળશે. ફનિયાના જીવો કેવળ સુખદુઃખમાં નિમિત્તમાત્ર છે. તારું કર્મ સારું હોય તો કોઈ તારું ખૂરું કરી શકનાર જ નથી અને તારું કર્મ જે ખરાબ હશે તો કોઈ તારું સારું કરનાર નથી તેમ તું પણ કોઈનું સારું કે ખૂરું કરી શકનાર નથી. સામા જીવોના સારા કે નહારા કર્મના ઉદય વખતે તેના સારા કે ખૂરામાં નિમિત્તમાત્ર તમે થઈ શકો છો.

ફેગટ કર્તાપણના અભિમાનમાં પડી તમે શા માટે ફસાઓ છો? જન્મ્યો ત્યારે એકલો જ આવ્યો હતો જર્મી ત્યારે પણ એકલો જ જવાનો છે.

આ સંયોગો સંબંધીઓ કોઈ પણ સાથે આવ્યા નહોતા અને આવવાના પણ નથી. વિશાળ રાજ્યો, મોહક મહેલાતો, સુંદર સ્ત્રીઓ, મનોહર ખાગખગીયાઓ, વિતય સંપત્તિ પુત્રો અને આસાંકિત પરિવાર એમાં કંઈ તારું નથી આગળ ન હતું અને પાછળ પણ નથી. વચમાં દેખાવ આપી વિસર્જન થાય છે. તું જ તારું સ્વરૂપ છે અને તું જ તું છે. આ સિવાય જે કંઈ છે તેનો અને તારો સંબંધ સ્વપ્નાના જેવો ક્ષણિક છે. આ દેખાવો તારું સ્વસ્વરૂપનું જ્ઞાન ભુલાવનાર છે. જેને તું વિશેષ ચાહે છે (ઈચ્છે છે) એ જ તને વિશેષ પ્રકારે જ્ઞાન ભુલાવનાર હોઈ શત્રુની ગરજ સારે છે.

હે આત્મન્ ! જરાક આંખો ઉઘાડ વિવેકદૃષ્ટિથી જો. તને આ સર્વમાંથી હિત કરી, પરિણામે સુખદાયી શું દેખાય છે? પોતાના આધાર ઉપર બિલો રહેતા શીખ. તારા પોતામાં વિશ્વાસ રાખ. મનોવૃત્તિને બહારના વિષયોમાંથી ખેંચી લઈ સ્થિર થતાં તને તારું સ્વરૂપ દેખાશે.

તે સિવાય આ જ્ઞાતિ ટળનાર નથી. જેઓ સ્વરૂપમાં સ્થિર થાય છે તેમણે જ જન્મ-મરણને જલાંજલિ આપી છે, તેઓ જ પરમ સુખી છે ઈત્યાદિ વિચારો વડે મનને વાસિત કરી સંયોગવિયોગથી હર્ષશોક ન કરતાં ઉદય આવે

તે કમોને અનુભવી લેવાં અને નવા ન બાંધવા તે આ ભાવનાનો ફલિતાર્થ છે. ૨૩,

અન્યત્વ પાંચમી ભાવના

આત્મા સ્વભાવેન શરીરતોડ્યમન્યશ્ચિદાનંદમયો વિશુદ્ધઃ ।
ર્માણુમિર્યોઽસ્તિ કૃતઃ કલંકી સ્વર્ણં યથા ધાતુજકાલિકામિઃ ॥૨૪॥

આ આત્મા સ્વભાવ વડે શરીરથી જુદો છે, જ્ઞાન અને આનંદમય છે, વિશુદ્ધ છે, ધાતુથી ઉત્પન્ન થતી કાળાશ વડે જેમ સોતું મેલું (દોષવાળું) થાય છે તેમ કર્મના પરમાણુ વડે તે કલંકિત કરાયેલો છે. ૨૪.

ભાવાર્થ :—દેહ અને આત્માના ઐક્યનો જે અધ્યાસ થઈ ગયેલો છે તે દૂર કરાવવા માટે બંનેનાં ભિન્ન ભિન્ન લક્ષણો બતાવી તે બંને સ્વતંત્ર જુદા છે તેવી દઢતા કરાવવી તે આ ભાવનાનો હેતુ છે.

શરીરનો સ્વભાવ અને આત્માનો સ્વભાવ તદ્દન અલગ છે, શીર્ષતે इति શરીरम्. સડી જાય, પડી જાય, વિધ્વંસ પામે તે શરીર. અમુક પરમાણુની વૃદ્ધિહાનિથી મોટું નાતું થાય સારા ખોરાકથી તેજસ્વી અને હલકા-ખરાબ ખોરાકથી નિસ્તેજ થાય, વધારે મહેનતથી ઘસારો પહોંચે થોડી મહેનતથી પુષ્ટ થાય, જળના સંયોગથી સડી જાય, અગ્નિના સંયોગથી બળી જાય, અનુકૂળ અનાજ, પાણી આદિથી વૃદ્ધિ પામે, શોભાયમાન થાય, ટકી રહે વિગેરે અનેક અનિત્ય ધર્મો શરીરના છે.

આત્માનો સ્વભાવ જ્ઞાનસ્વરૂપ છે, આનંદમય છે એ વિશુદ્ધ છે. જાણવાનો સ્વભાવ તે આત્માનું સ્વરૂપ છે. જડમાં જાણવાનો ગુણ નથી. દેહમાંથી આત્મા જુદો થતાં દેહમાં જરા પણ જાણવાનો ગુણ દેખાતો નથી. મૃતક શરીરોની આ સ્થિતિ આપણા સર્વના જાણવામાં છે. શરીર આપણે છતાં તેમાંથી એવું શું ચાલ્યું ગયું કે બોલ્યું, ચાલ્યું, વિચાર્યું બંધ થયું? ઉત્તર એ છે કે જેની મદદથી ક્રિયા થતી હતી અને તેમાં જે જાણનાર હતો તે જ આત્મા હતો કે જેની ગેરહાજરીથી તેમ થતું અટકી પડ્યું છે.

આત્માનો સ્વભાવ આનંદમય છે. આ આનંદ સ્વભાવની પ્રતીતિ જ્યારે મન તદ્દન શાંત થઈ જાય છે વિકલ્પો બંધ પડે છે અને મન આત્મામાં ગળી જવાની તૈયારી કરે છે તે વખતે અનુભાય છે. દુનિયાનાં ઉપાધિજન્ય સુખ કે જે ઇંદ્રિયોથી અનુભવાય છે તેથી જે આનંદ થાય છે તે શુદ્ધ આનંદ નથી તે સ્વતંત્ર આત્માનો આનંદ નથી પણ પુદ્ગલોથી મિશ્રિત છે. આ શુદ્ધ આનંદ સ્વભાવ પુદ્ગલોમાં નથી. પુદ્ગલના સ્વરૂપને પણ આત્માની મદદથી જાણી શકાય છે. આત્માનો સ્વભાવ વિશુદ્ધ છે. તે વિશુદ્ધિને લઈને લોકાલોકને પણ જાણી શકે છે યાને દેખી શકે છે. તેના વિશુદ્ધ સ્વભાવ ઉપર કર્મ-અણુઓનો પડદો છે કે જેને લઈને તે કલંકિત થયો છે, મલિન થયેલો છે તેનો પૂર્ણ શુદ્ધ સ્વભાવ પ્રગટ થયેલો નથી છતાં પણ અત્યારે જેટલું દેખી શકીએ છીએ, તે તેના થોડા પણ વિશુદ્ધ સ્વભાવને આભારી છે. શાસ્ત્રકાર કહે છે કે આત્માના આઠ સુચક પ્રદેશ નિરંતર

ઉઘાડા રહે છે મતલબ કે તેના ઉપર આવરણ આવતું નથી. તે આવરાઈ જાય તો ચૈતન્ય જડની સ્થિતિને પામી જાય જુઓ કે એવું કોઈ વખત બન્યું નથી અને બને પણ નહિ.

આત્મા કર્મના પરમાણુ વડે દોષિત કરાયેલો છે. આનો અર્થ આવો નથી થઈ શકતો કે પહેલાં આત્મા નિર્મળ હતો અને પછી કર્મના આણુએ તેને મલિન કર્યો વ્યવહારની અપેક્ષાએ તેમ માનવામાં આવે છે કે અમુક વખતે અમુક મનુષ્યે આવું કર્મ બાંધ્યું અને તેના ક્ષણ તરીકે આ દશા ભોગવે છે વિગેરે પણ મૂળ સ્થિતિ કેવી હતી? શું શુદ્ધ જ હતી અને પછીથી કર્મ શરૂ થયા? આનો ખુલાસો શાએ તરફથી આવજ મળે છે કે અનાદિ કાળથી તેમ જ આદ્યો આખ્યો છે અને નિમિત્તોથી શુદ્ધ અને અશુદ્ધ થયા જ કરે છે. એક વાર સર્વથા શુદ્ધ થઈ જાય તો પછી ફરી અશુદ્ધ થવાની તેનામાં યોગ્યતા ચાલી જાય છે. શેકેલા કે સંધેલા અનાજમાં જેમ ફરી અંકુર ઉત્પન્ન થવાની યોગ્યતા રહેતી નથી તેમ ફરી બંધન પામવાની યોગ્યતા તેમાં રહેતી નથી. થોડો થોડો શુદ્ધ થતો ચાલે છે. તેમાં અશુદ્ધતા નિમિત્તોથી આવી પડે છે પણ સર્વથા રાગદ્વેષ વિગેરે કષાયોનો ક્ષય કરી શુદ્ધ થયેલામાં ફરી અશુદ્ધિ આવતી નથી. આત્મા ક્યારે અશુદ્ધ થયો તેનું મૂળ કોઈ પણ જ્ઞાનીઓ પ્રતાવતા નથી. તેઓ પોતાના જ્ઞાનમાં અનાદિ જણાવે છે. અથવા તેમના જ્ઞાનમાં કોઈ સમજવામાં આવતું હોય અને શબ્દો દ્વારા અનુભવની વાત વિના અનુભવ વાળાને સમજાવી ન શકાતી હોય તો તે જ્ઞાનીઓ જાણે, પણ એકંદર

અનેક સંપ્રદાયોમાં અનાદિ કે અનિર્વચનીય ઇત્યાદિ શબ્દો વપરાતા નજરે પડે છે એમ સમજાય છે.

અનાદિ અશુદ્ધતા જણાવવા માટે શાસ્ત્રમાં સોના અને માટીનું દષ્ટાંત આપેલું છે કે સોનાની સાથે માટી-મેલ હોય છે. ખાણમાંથી નીકળતું સોનું રેતી માટી કે પથ્થર સાથે મળેલું જ હોય છે. આ સોનું માટી કે પથ્થર સાથે ક્યારે મળ્યું અથવા તલમાં તેલ ક્યારે મળ્યું તે સમજી શકતું નથી. છતાં અમુક જાતના સાંયોગિક જાતના પદાર્થો દ્વારા સોનું અને માટી તેલ અને ઝોળ તદ્દન અલગ થઈ શકે છે. આ દષ્ટાંતે આત્મા કર્મ સાથે ક્યારે બંધનમાં આવ્યો તે સમજતું નથી છતાં તે સમ્યક્જ્ઞાનાદિ નિમિત્તોથી કર્મથી સર્વથા જુદો થઈ શકે છે.

ખાણમાં રહેલ સોનું અને તે સાથે રહેલ મેલની માફક આત્માની સાથે અશુદ્ધતાને અનાદિ સંબંધ છે. આ અશુદ્ધ સંબંધથી આત્મા પોતાના જ્ઞાનસ્વભાવને ભૂલી ઉદય આવેલ કર્મ પર્યાયમાં ઈષ્ટ-અનિષ્ટ ભાવથી રાગદ્વેષાદિ ભાવે પરિણમે છે. આ પરિણામોનું કારણ દ્રવ્ય કર્મ છે તોપણ પરિણામ એ ચૈતન્યમય આત્માની સાથે વ્યાપ્યવ્યાપક સંબંધે રહેલ હોવાથી (રાગાદિભાવ આત્માના કરવાથી થાય છે માટે તે વ્યાપ્ય છે અને તેનો કર્તા આત્મા તે વ્યાપક છે માટે) અપેક્ષાએ આત્મા જ કર્તા-લોકતા છે.

જ્યારે આ આત્મા સ્વ-પરભેદ વિજ્ઞાન દ્વારા શરીરાદિ પરદ્રવ્યોથી પોતાને પૃથક્ માને છે ત્યારે તે પુણ્યલ દ્રવ્યોમાં

થતી ઇષ્ટાનિષ્ટપણાની બુદ્ધિ મૂકી દે છે. આ ઇષ્ટ-અનિષ્ટતા પોતાના પરિણામોથી થાય છે, કાંઈ દ્રવ્યોમાં તેવા સારા-નહારાપણાની શક્તિ નથી. શુદ્ધ આત્મસ્વરૂપમાં પરિણામ લીન થઈ જાય છે ત્યારે ધ્યાતાધ્યાનનો વિકલ્પ પણ રહેતો નથી. તાદાત્મ્યવૃત્તિથી શુદ્ધ આત્મસ્વરૂપમાં નિષ્કંપપણે કાયમતું પરિણમન થાય છે ત્યારે આ આત્મા કૃતકૃત્ય થાય છે. ૨૪

(જડ-ચૈતન્ય વસ્તુના સ્વભાવ બુદ્ધ છે.)

સર્વથાઽન્યસ્વભાવાનિ, પુત્રમિત્રધનાનિ ચ ।

ચેતનેતરે વસ્તૂનિ, સ્વાત્મરૂપાદિમાવય ॥૨૫॥

વિનૈકં સ્વકમાત્માનં સર્વમન્યન્નિજાત્મનઃ ।

મત્વેતીષ્ટાન્નિનાશૅઞ્ગિન્ હર્ષશોકૌ હિ મૂઢતા ॥૨૬॥

હે આત્મન્! ચેતન અને જડ વસ્તુઓ સર્વથા બુદ્ધ સ્વભાવવાળી છે. તેમ પોતાના સ્વરૂપથી પુત્ર, મિત્ર અને ધનાદિ તે પણ બુદ્ધ જ છે એમ વિચાર કર. એક પોતાના આત્મા સિવાય પોતાના આત્માથી સર્વ બીજું બુદ્ધ છે એમ માનીને ઇષ્ટની પ્રાપ્તિથી કે ઇષ્ટના નાશથી હર્ષ શોક કરવો તે નિશ્ચય મૂઢતા-મૂર્ખતા છે. ૨૫-૨૬

ભાવાર્થ :—દેહ આત્માથી બુદ્ધ છે એમ પહેલા કહી ગયા છીએ. મતલબ કે જડચૈતન્ય બુદ્ધ સ્વભાવના છે એમ જણાવી ગયા છીએ. હવે જ્યારે અત્યંત નજીકતા ધરાવનાર દેહ એ આત્માથી બુદ્ધ છે તો પછી દેહથી વધારે દૂર રહેનારા પુત્ર, મિત્ર, સ્ત્રી, ધન, ધાન્ય, રાજ્ય, ગૃહ ઇત્યાદિ

વસ્તુઓ તો આત્માથી સર્વથા ભિન્ન હોય તે સ્વાભાવિક રીતે જ સમજી શકાય તેમ છે.

એમ દરેક જડ વસ્તુ આત્માથી જુદી છે તેમ જિનેશ્વર ભગવાનના અભિપ્રાય પ્રમાણે દરેક આત્માઓ પણ પરસ્પર ભિન્ન છે પછી તે ગમે તેવા દેહ ધરાવતો હોય કે દેહરહિત સિદ્ધ સ્વરૂપ હોય છતાં પણ પરસ્પર ભિન્ન સ્વરૂપ તે ધરાવે છે. આત્મસત્તા સર્વની સરખી ગણવામાં આવે છે. ગમે તેવા દેહમાં આત્માએ સ્થાન લીધેલું હોય છતાં સત્તા સ્વરૂપે સર્વ સરખા છે. કર્મની પ્રકૃતિના સ્વભાવને લઈને કે અધિક ઓછાશને લીધે વિચિત્રતા દેહધારી આત્માઓમાં દેખાય છે છતાં શુદ્ધ સ્વરૂપમાં સરખાપણું છે. તેમ જ દેહાતીત શુદ્ધ સ્વરૂપ સિદ્ધાત્માઓ સર્વ આત્મશક્તિમાં, સ્વરૂપમાં જ્ઞાનમાં, આત્માનંદમાં પરસ્પર સર્વ સરખા છે તેમાં કાંઈ ફેરફાર નથી. અહીં દૃષ્ટાંતથી સમજાવવામાં આવે છે કે એક ગૃહમાં એક જાતના સરખા પ્રકાશવાળા દશ દીવાઓ હોય તે સર્વની પ્રકાશશક્તિ એકસરખી છે છતાં દરેક દીવાઓ જુદા છે.

હે અંગી ! દેહધારી આત્મા ! તારા પોતાના આત્માથી બાકી બધા સર્વ પદાર્થ જુદા છે, તેનો તું વિચાર કર. બધાથી તારા આત્માને બ્યાવૃત્ત (અલગ) કર. અલગ અતુલવેલ દૃશ્ય પદાર્થ તે આત્મા નહિ, આ પણ હું નહિ, આ પણ હું નહિ આ પણ હું નહિ એમ કરતા કરતા ઘર, કુટુંબ, સ્ત્રી, પુત્ર, દેહ, વાણી, મન વિગેરેને બાદ કરતાં કરતાં છેવટે જે કાંઈ રહે તે તું છે, તે જ આત્મસ્વરૂપ છે એમ નિશ્ચય કર અને તેવા દૃશ્ય પુદ્ગલિક સંયોગોનો વિયોગ થાય, ઈષ્ટ

ચાલ્યું જાય કે આવી મળે તોપણ તેથી હર્ષશોક બિલકુલ ન થાય એવી સ્થિતિ મેળવ. જે પદાર્થો તારા નથી જે તું નથી તેના જવા-આવવાથી તને હર્ષ, શોક શા મારે થવો જોઈએ? ન થવો જોઈએ અને તે જ તારું કર્તવ્ય છે. આ ભાવનાનો ઉદ્દેશ પણ તે જ છે કે પુણ્યલ-જડપદાર્થથી વ્યવૃત્ત થઈ આત્મસ્વરૂપ અનુભવવું અને દેહ અને આત્મા વચ્ચે ઐક્ય નથી, પરંતુ ભિન્નતા છે. ૨૫-૨૬.

અશુચિ ભાવના ૬

શુક્રાદિવીજં નિઘમનેકાશુચિસંમૃતમ્ ।

મલિનં નિસર્ગનિઃસારં લજ્જાગારં ત્વિદં વપુઃ ॥૨૭॥

વીરોદ્ધિ બીજવાળું, નિદનીય, અનેક અશુચિથી ભરેલું, મલિન, સ્વભાવથી સાર વિનાનું અને લજ્જાના ગૃહ સમાન આ શરીર છે. ૨૭.

ભાવાર્થ :—આત્માથી શરીરને જુડું જાણ્યા છતાં પણ તેના ઉપર સ્નેહ બન્યો રહે છે. પોતાના દેહ ઉપર કે સામાન્ય રીતે સર્વ દેહધારી જીવોના દેહ ઉપર મોહ-મમત્વ ન થાય એટલો જ આ અશુચિ ભાવના કહેવાનો ઉદ્દેશ છે.

આ દેહનું મૂળ શું છે તે મનુષ્યોથી ભાગ્યે જ અજાણ્યું હોય છે. શુક્ર (વીર્ય) અને શોણિત (સ્ત્રીનું રક્ત) આ પ્રાણની મિલાવટથી આ દેહની ઉત્પત્તિ છે તે જ બીજ છે. જમીનમાં બીજ વાળ્યા પછી તેને વાયુ, અગ્નિ, પાણી વિગેરેની મદદથી જમીનમાં જુદી જુદી જાતની ગુદે જુદે વખતે રાસા-

ચણિક-સાંયોગિક ક્રિયા થાય છે, જેમાંથી અંકુરરૂપે તે બીજ બહાર આવી બહારનાં હવા, પાણી, પ્રકાશ વિગેરેનું પોષણ મેળવી છેવટે એક વૃક્ષાદિ રૂપમાં આવે છે નિયમિત અવધિ આયુષ્ય પ્રમાણે અહીં દેખાવ આપી પાછું તેનું રૂપાંતર થઈ જાય છે-મરણ પામે છે અને નવું થાય છે.

આવી જ કાર્મિક ક્રિયા આ દેહ માટે પણ થાય છે. તે સ્ત્રીપુરુષના સંયોગજન્ય બીજ માતા તરફથી મળતા પોષણ-માંથી વૃદ્ધિ પામે છે. તેને જોઈતી હવા, ગરમી અને આહાર તે સર્વ માતાના શરીરમાંથી મળે છે, અર્થાત્ આ ગર્ભાંત બીજની રાસાયણિક ક્રિયા માતાના ઉદરરૂપ જમીનમાં જ થાય છે અને અમુક વખતની મર્યાદા પછી શરીરથી બહાર અંકુરોની માફક આવે છે. ત્યાર પછી બહારના અતુકળ આહાર, હવા, પાણી, વિગેરેથી વૃદ્ધિ પામી આ દેખાતું શરીર યુવા-વૃદ્ધાદિ અવસ્થા પામી પાછું મરી જાય છે. તે સાથે તેમાં રહેવાવાળો જીવ પણ અન્ય સ્થળે તેમાંથી બુદ્ધો પડી ચાલ્યો જાય છે. પાછું નવું શરીર ધારણ કરે છે આ પ્રમાણે ઘટમાળ ચાલ્યા કરે છે.

આથી એમ સમજાય છે કે આ શરીર વીચોદિ બીજથી ઉત્પન્ન થયેલું છે. બીજ દેખાવમાં કેવું નિંદ્ર જેવું લાગે છે? શરીરનો અંદરનો ભાગ અનેક પ્રકારની અશુચિથી ભરપૂર છે. વારંવાર તે મલિન થયા કરે છે, ગમે તેટલી વાર ધોવા કે સાફ કરવા છતાં પણ તે મલિન જ રહે છે. જેના નવ દારોથી અશુચિ વહ્યા કરે છે, મળમૂત્રાદિકની ગટરો નિરંતર સાફ રાખે તો જ ઠીક રહે છે, વળી શરીર

સ્વભાવથી જ સાર વિનાશું છે, તેના દરેક અવયવને જુદા જુદા કરી તેમાંથી સાર તપાસવામાં આવે તો લોહી, માસ, વસા, પિત્ત, કફ, મૂત્ર, વિષ્ટા, હાડકાં અને ચામડાં ઇત્યાદિ સિવાય સારભૂત વસ્તુ કાંઈ પણ જોવામાં નહીં આવે. ખેર ! તેના કેટલાક ભાગો તો એટલા દુર્ગંધનીય જણાય છે કે મનુષ્યને નિરંતર લજ્જાને માટે તેને હાંડી રાખવાની જરૂર પડે છે. અર્થાત્ લજ્જાના સ્થાનરૂપ આ શરીરમાં સારભૂત શું જણાય છે કે હે અજ્ઞાની જીવ ! તેમાં આસક્તિ રાખી વારંવાર તેમાં મોહ પામી લપટાઈ રહે છે !

શરીરની અંદર રહેલા મળ, મૂત્રને તું આંખ ઉઘાડી સ્પષ્ટ રીતે જોવાને પણ આનાકાની કરે છે તો પછી તેવી વસ્તુથી ભરેલ આ દેહ અશુચિ હોવો જ જોઈએ એ નિશ્ચય થયા છતાં તે દેહ તરફ તું મમત્વ કેમ રાખી રહ્યો છે ? તું જો તે તરફ ધ્યાન આપી તે બાળતોનો હરવખત વિચાર આવતો રહીશ તો તારો દેહ માટેનો સ્નેહ તથા મોહ ઓછો થવાથી કષાયોને દૂર કરી સાધુપુરુષસેવિત સંયમના પ્રતાપથી તું આત્મસ્વરૂપનું યથાર્થ જ્ઞાન મેળવી શકીશ. ૨૭.

વિનશ્વરં પોષિતભૂષિતં કિં યાત્યેવ યત્તન્મિલિતં તતઃ કિમ્ ।
મૃજતિપુનઃ પતતિ તતઃ કિં જાતો મૃતો યો વિફલસ્તતઃ કિમ્ ॥૨૮॥

આ દેહ વિનાશ પામનાર છે તો પોષણ આપવાનું કે ભૂષિત કરવાનું શું પ્રયોજન છે ? જો તે જવાનો જ છે તો તે મૃત્યુ તોપણ શા કામનું છે ? બનાવો અને પાછું નાશ પામે તો બનાવવાનું પ્રયોજન શું ? જન્મ્યો અને ફોગટ મરી ગયો તો જન્મ્યાનું પ્રયોજન શું ? કાંઈ નહીં. ૨૮.

ભાવાર્થ : -આ દેહ નાશ પામવાનો છે તો તેને શ માટે પોષણ આપવું? આનો અર્થ એવો નથી કરવાનો કે તેને આહારપાણી આપ્યા વિના મારી નાખવું. આ વાત સમજવા જેવી છે કે રાફડાને તાડન કરવાથી સાપ મરવાનો નથી. પખાલને ડામ આપવાથી પાડાતું દુઃખ હૂર થવાતું નથી, તેમ દેહને ભૂખે મારી નાખવાથી આત્મા કાંઈ સિદ્ધ થઈ જવાનો નથી કે જ્ઞાનસ્વરૂપ બની જવાનો નથી. આશય એવો છે કે અવશ્ય વિનાશ પામનારા આ દેહને માટે નાના પ્રકારના પાપો કરી મમત્વભાવે મોહને લીધે તેને પોષો નહિ. જરૂરિયાતથી વધારે અને માદક પદાર્થોથી તેનું પોષણ ન કરો. તમારું મન અને ઇન્દ્રિયો કાબૂમાં ન રહે તેવો ઉન્માદ ઉત્પન્ન કરનારો ખોરાક તેને ન ખવરાવો. શરીરમાં અજીર્ણાદિ વિવિધ પ્રકારના રોગ ઉત્પન્ન થાય અને કૂરતામાં વધારો થાય તેવા વિકારી ખોરાકથી હૂર રહો. આપણે આગળ કહી ગયા તેમ દેહ અને આત્મામાં ઐક્ય નથી પરંતુ કુદરતના સંચાની માફક એટલો સંબંધ તો છે જ કે દેહને જેવા ખોરાકથી પોષીએ તેવા ખોરાકની કુદરતી અસર તમારા મન ઉપર થયા વિના રહેશે નહિ માટે ગમે તેવો ખોરાક લીધા પહેલાં તેના ગુણદોષ તપાસીને પછી જ તે આહાર ગ્રહણ કરવો. તૃષા લાગી હોય ત્યારે ગમે તે પ્રકારે ગમે તેવા પાણીથી પણ તૃષા તૃપ્ત કરવા ઇચ્છા થાય છે ત્યારે એ અશુદ્ધ, ગંદું અને પોરાવાળું પાણી પિવાય તો તે શરીરમાં વિકાર ઉત્પન્ન કરી મન ઉપર પણ અસર કરે. માટે સાત્ત્વિક ભોજન એટલો જ અને પોષક કે જેથી દેહ ટકી શકે તેવો જ

ખોરાક લેવો. જે ખોરાક લેવાથી જીવોને દુઃખ ન થાય ઇદ્રિયો કાબૂમાં રહી શકે, રોગ ઉત્પન્ન ન થાય, મનમાં શાંતિ રહે, વિકારો હેરાન ન કરે અને શરીરનો નિર્વાહ ચાલે તેવો જરૂરિયાત જેટલો સાર્વિક ખોરાક લેવો અને તેવા જ પોશાકથી દેહને ભૂષિત કરવો.

શરીર જવાનું છે તો તે મળ્યું પણ શા કામનું? આશય એવો છે કે જો જવાનું જ છે તો પછી તેના ઉપર મમત્વ શા માટે કરવું? પણ વિચાર કરવો કે આ શરીર શા કામનું છે? આ શરીરથી વિવિધ પ્રકારના પારમાર્થિક કાર્યો થઈ શકે છે. અનેક જીવોને આ દેહ દ્વારા મદદ આપી શકાય તેમ છે. અનેક જીવોનો ખચાવ આ દેહ દ્વારા કરાતા ઉપદેશથી થઈ શકે તેમ છે. આ શરીરથી અનેક વ્રત, તપ, જપ, વિનય, વૈયાવચ્ચ (ભક્તિ), આત્મચિંતન, ધ્યાન, સમાધિ વિગેરે થઈ શકે તેમ છે, ઇત્યાદિ વિચાર કરી તેને ઉપયોગી કામે લગાડવું અને તે દેહનો નાશ ન થાય તે પહેલાં તેનો સારો ઉપયોગ કરી લેવો. પુનર્જન્મ ન આવે અને ફરી ફરી આવા અશુચિવાળા દેહમાં પ્રવેશ કરવો ન પડે તેવો સ્તો સિદ્ધ કરી લેવો. ૨

ખતાવો અને પાછું નાશ પામે તો તે ખતાવ્યું પણ શા કામનું? આથી શરીરનો વિનાશી સ્વભાવ ખતાવાય છે કે વારંવાર આ શરીર પતિત થાય છે, તે ન થવા માટે કોઈ ઉપાય શોધવો જોઈએ અથવા તેનો નાશ ન થાય તે પહેલાં અવિનાશી સ્વભાવ સાધ્ય કરી લેવો અથવા તેવું શરીર ખતાવવું તે યોગ્ય નથી. એટલે તેવું વિનાશી શરીર

બનાવવું ન પડે અને તેના સિવાય રહી શકાય તેવી અલૌકિક સ્થિતિ મેળવી લેવી. ‘જન્મ્યો અને ફ્રેગટ મરી ગયો તો જન્મ્યાનું પ્રયોજન શું?’ જન્મીને ફ્રેગટ ન મરવું પણ એવું કાર્ય કરીને મરવું કે પાછું ફરી મરવું જ ન પડે. અથવા દુનિયાને ઉપયોગી થયા સિવાય મરવું નહિ. સારામાં સારા કામ કર્યા પછી આ દેહ પડે તો જ તેનું જન્મવું તે સફળ છે વળી તે કાર્ય કરતાં કીર્તિ મેળવવાની કે મનની આશા કે ઇચ્છા રાખવી નહિ પરંતુ સ્વભાવથી જ પરોપકારને અર્થે તેવી શુદ્ધ વૃત્તિ ધારણ કરીને સારું કાર્ય કરવું કે જેથી પોતાના આત્માને શાંતિ થાય અને લોકમાં સારા કાર્ય કરેલ હોવાથી ફરીને જીવતો છે તેમ જ ગણાય તથા મૃત તરીકે કોઈ ગણે જ નહિ. આ સર્વ કહેવાનો આશય એ છે કે શરીરનું અશુચિપાણું સમજી તેમાં મોહક મમત્વ ધારણ ન કરવું અને અવશ્ય નાશ પામનારું છે તેમ જાણી તેનો સારો ઉપયોગ કરવો.

આશ્રવ ભાવના ૭

મનોવચઃકાયકર્મ યોગ હત્યુચ્યતે જિનૈઃ ।

સ એવાશ્રવ હત્યુક્તઃ સોઽપ્યશુભ શુભસ્તથા ॥૨૧॥

અમ્મોઘૌ યાનપાત્રસ્ય છિદ્રં સૂતે યથા જલમ્ ।

યોગરંધ્રૈસ્તથા જીવઃ કર્માદિત્તે શુભાશુભમ્ ॥૩૦॥

મન, વચન અને શરીરની ક્રિયાને જિનેશ્વરોએ યોગ કહેલો છે અને તે જ આશ્રવ છે એમ કહેલું છે. તે પણ શુભ અને અશુભ એમ બે પ્રકારનો છે.

સમુદ્રમાં વહાણમાં પડેલું છિદ્ર. જેમ (વહાણમાં) જલ લાવે છે તેમ જીવ યોગરૂપ છિદ્રો વડે શુભાશુભ કર્મ અહણ કરે છે.

ભાવાર્થ:—આ ભાવનામાં કર્મને આવવાના કારણોનો વિચાર કરવામાં આવશે. રાગાદિ પરિણામથી મન, વચન, શરીરના યોગ દ્વારા પુદ્ગલ પરમાણુતુ આવવું તેને આશ્રવ કહે છે. આપણામાં એમ કહેવાય છે કે માંદા થયા પછી તેની દવા કરવી તેના કરતાં માંદા થવાના જે કારણો હોય તે કારણોને સમજીને મંદવાડને આવતો અટકાવવો તે વધારે સારું છે. તેવી જ રીતે આત્મસ્વરૂપ પ્રગટ કરવા માટે આવતાં કર્મ અટકાવવાની જરૂર છે. પરંતુ કર્મ કરી પછી તે કર્મના પરિણામને નિમૂળ કરવા પ્રયત્ન કરવો તેના કરતાં કર્મના કારણો સમજી તે કારણોને ખાસ દૂર રાખી કર્મ જ ન બાંધવા તે વધારે સારું છે. અને કર્મબાંધન થવા માટે તેના કારણો સમજવાની ખાસ જરૂર છે. જ્યાં સુધી કર્મને આવવાના કારણો જાણવામાં આવતાં નથી ત્યાં સુધી તેમને રોકવાને માટે મનુષ્યો કેમ સમર્થ થશે? અને તે રોકવા માટે તે તરફ પ્રવૃત્તિ પણ કેવી રીતે કરી શકશે? કદાચ બોધ સંજ્ઞાએ પ્રયત્ન કરશે તો કર્મને છોડવાને બદલે કર્મ બાંધી લેવાનો પણ ભય રહેવા સંભવ છે. માટે પ્રથમ કર્મ આવવાના કારણો સમજવાની ઘણી જરૂર છે. આ કર્મ બે પ્રકારના છે, એક શુભ અને બીજું અશુભ. જે કર્મના ઉદયથી જીવો મન તથા ઇન્દ્રિયોને અનુકૂળ લાગે તેવા ઇષ્ટ વિષયોનો ઉપભોગ લે છે, જે કર્મોના ઉદયથી મજબૂત અને

ચુંદર શરીર મેળવે છે, બોલવાની અને વિચાર કરવાની શક્તિ ધરાવે છે, સારી લાજ, આખર કે કીર્તિ મેળવે છે, દેવ મનુષ્યની ગતિ પામે છે, સારા કુળમાં જન્મ પામે છે, આયુષ્ય પૂર્ણ પામે છે દેહ નિરંતર નિરોગી રહે છે રાજ્યાદિ વૈભવ પામે છે, ઇંદ્રાદિકની પદવી પામે છે તેવા કર્મને શુભ કર્મ કહેવામાં આવે છે. શુભનું બીજું નામ પુણ્ય પણ છે.

જે કર્મોના ઉદયથી જીવો અનિષ્ટ વસ્તુ પામે છે, ઇચ્છા છતાં ઇષ્ટ વસ્તુ મળતી નથી, કુરૂપ કે કદરૂપ શરીર મળે છે. બોલવાની કે વિચારવાની શક્તિ હોતી નથી, દુનિયામાં જ્યાં જાય ત્યાં અપકીર્તિ પામે છે, પાંચ ઇન્દ્રિયો પૂર્ણ હોતી નથી, હલકી ગતિમાં કે હલકા કુળમાં જન્મ લેવો પડે છે, આયુષ્ય ઘણું ટૂંકા હોય છે, શરીર રોગથી ભરપૂર હોય છે, ભિક્ષા માગતાં પણ પેટ ભરાતું નથી અથવા ઘણી મહેનતે પેટનું પૂરું કરે છે ટૂંકામાં કહીએ તો ઇષ્ટ મળતું નથી અને અનિચ્છાએ પણ અનિષ્ટ આવીને ઊભું રહે છે, તે સર્વ કર્મને અશુભ કર્મ કહેવામાં આવે છે જેનું બીજું નામ પાપ પણ છે.

આ પાપ-પુણ્યને આવવાની ક્રિયામાં મન, વચન, શરીર પણ એક પ્રકારનો વિશેષ ભાગ ભજવે છે. તે મનાદિથી થતી ક્રિયાને યોગ કહેવામાં આવે છે. તે દ્વારા આવતાં કર્મને આશ્રવ કહેવામાં આવે છે.

આશ્રવ એટલે ચારે બાજુથી આવવું. આ શબ્દનો અર્થ સંસ્કૃતમાં આવવું થાય છે. ‘આવવું’ એ સામાન્ય અર્થ છે. શુભ અને અશુભ એ તેનાં વિશેષ વિભાગો છે. શાથી આશ્રવ આવે છે? મન, વચન અને શરીરની ક્રિયાથી મનમાં

હૃત્પન્ન થતા વિચારો, વિકલ્પો, સ્ફુરણો તે શરીરને ગતિ-
માન કરે છે.

પૂર્વના દૃઢ સંસ્કારોથી વાસનાના બળથી મન પોતે
ગતિમાં મુકાય છે. અને તેની સાથે રાગદ્વેષની ચીકાશ સામેલ
હોય છે આ રાગદ્વેષની ચીકાશથી નવીન કર્મ અહણુ થાય
છે, તેવી જ રીતે શરીર ગતિમાં મુકાઈને વિવિધ પ્રકારની
ક્રિયા કરે છે. તે શરીર બહારથી પુફ્ફગલોત્તું અહણુ કરી વચન
અને મનને ગતિમાં મૂકે છે અને પોતે પણ મુકાય છે. આ
ગતિમાં રાગદ્વેષની પરિણતિને લઈ હર્ષ, શોકની ઊર્મિઓ
જીડે છે. તે દ્વારા વિવિધ સ્વભાવવાળા કર્મબીજોનો સંચય
થઈ, સત્તામાં-કાર્મણુ શરીરમાં દૃઢ સંસ્કારરૂપે બળનો
એકઠો થાય છે, જે પાછો સ્થૂલરૂપે રૂપાંતર પામતાં જીવો
તેનો સુખદુઃખરૂપે અનુભવ કરે છે.

જો આસક્તિપૂર્વક સારા કર્મો કરી એટલે મન, વચન,
શરીરનો સારે રસ્તે ઉપયોગ કર્યો હોય તો શુભ કર્મ એકઠા
થાય છે અને તેનો જો રાગદ્વેષ અજ્ઞાન વડે ખોટું રસ્તે ઉપ-
યોગ કર્યો હોય તો અશુભ કર્મ એકઠાં થાય છે.

જેમ કે દેવની પૂજા કરવી, ગુરુની સેવા કરવી સત્પાત્રોને
દાન આપવું, ક્ષમા કરવી સરાગ સંયમ પાળવો, ગૃહસ્થ
ધર્મના મતનિયમો પાળવાં, અજ્ઞાન તપ કરવું, સ્વાભાવિક
તત્ત્વા રાખવી, સરળ થવું, ધર્મધ્યાનમાં પ્રીતિ કરવી,
સન્નિધિને સન્માન આપવું, ઉત્તમ મનુષ્યોની સોબત કરવી,
ધર્મ શ્રવણ કરવો, સંસારથી ભય રાખવો, પ્રમાદ ઓછો

કરવો, પરને ઉપકાર કરવો, ગરીબ અનાથાદિને મદદ કરવી, સર્વ જીવો ઉપર મૈત્રીભાવ રાખવો, ગુણીના ગુણો દેખી સંતોષ પામવો જીવો ઉપર દયા રાખવી, ભૂખ્યાને ભોજન આપવું, તરસ્યાઓને પાણી આપવું, વસ્ત્રરહિતને વસ્ત્ર આપવા રોગીને ઔષધ આપવા, નિરાધારને આધાર આપવો, સ્થાનરહિતને આશ્રય આપવો, પરમાત્માના નામનું સ્મરણ કરવું, દેવગુરુને નમન કરવું, તેમની સેવા કરવી, સત્ય બોલવું; હિતનો ઉપદેશ આપવો, સારા વિચારો કરવા અને વીશ સ્થાનકનું આરાધન કરવું-છત્યાદિ. આ સર્વ સારાં કામ કહેવાય છે. આ સારા કાર્યોમાં કાંઈક આશીભાવથી સુખી થવાની ઇચ્છાથી આ ભવમાં કે પરભવમાં કાંઈક ઇષ્ટ વસ્તુની પ્રાપ્તિ થાય તેવી મમત્વની લાગણીથી જો પ્રવૃત્તિ કરવામાં આવે છે તો તેનાથી પુણ્યખંધ થાય છે.

ખરાબ કામ, જેવાં કે જ્ઞાન ભણતો હોય તેમાં અંતરાય કરવો, વિદ્ય કરવું, જ્ઞાન આપનારને ઓળવવો, તેની નિંદા કરવી, જીવોનો ઘાત કરવો, મત્સર ધરવો, જીવોને દુઃખ આપવું, શોક કરવો યા કરાવવો, સંતાપ આપવો, આકંઠ કરવું યા કરાવવું, વીતરાગ શ્રુત, સંઘ અને ધર્મના અવર્ણવાદ બોલવા, અન્ય પણ દેવાદિના અવર્ણવાદ બોલવા, જીવોને આળ આપવાં, અસત્ય માર્ગની પ્રરૂપણા કરવી, જીવોને ઉન્માર્ગે ચડાવવા, ધર્મથી બ્રૂ કરવા, અનર્થનો આગ્રહ કરવો, ગુર્વાદિકનું અપમાન કરવું, તીવ્રક્રપાય, ક્રોધ, માન, માયા, લોભ કરવો, ખરાબ ચેષ્ટાઓ કરવી, મશ્કરી-ઠઠ્ઠા કરવાં, ઘણો પ્રલાપ કરવો (વગર પ્રયોજનનું) સંખંધ

વિના બોલબોલ કરવું), સહનશીલતા ન રાખવી, ઈર્ષા કરવી
 બીજના સુખનો નાશ કરવો, અન્યને ખરાબ કામમાં ઉત્સા-
 હિત કરવા (ઉત્તેજન આપવું), નાના પ્રકારની ક્રીડાઓ કરવી,
 કામણાદિ કરી અન્યના મનને સ્વાધીન કરવું, ભય આપવો,
 ત્રાસ પમાડવો, નિર્દયતા વાપરવી, સદાચારની નિંદા કરવી,
 વિષયમાં આસક્તિ રાખવી, અસત્ય બોલવું, ચોરી કરવી,
 પરબીલંપટ થવું, સતીઓનાં શિયળ ખંડવા, આરંભ કરવો
 પરિવ્રજ વધારવો, સાધુપુરુષોની નિંદા કરવી, ધર્મમાં તત્પર
 થયેલાને વિદન કરવું, સંસારની આસક્તિ ભાવે અનુમોદના
 કરવી, ઉત્તમ ચારિત્રને દૂષણરૂપે કહેવું, શાંત થયેલા કષાય-
 દિની ઉદીરણા કરવી, કલેશ જગાડવો, દારૂમાંસતું ભોજન
 કરવું, લાંબા વખત સુધી વેર વધારવું, આર્ત રોદ્ર ધ્યાન
 કરવું, મિથ્યાત્વ રાખવું, કરેલ પાપને છુપાવવું, દાંભિકતા
 રાખવી, વકપણું, અન્યને ઠગવા, માયાકપટનો પ્રયોગ કરવો
 થાડી ખાવી, ચિત્તની ચપળતા રાખવી, જૂઠી સાક્ષી ભરવી,
 દ્વેષભાવે અન્યના અંગોપાંગ કાપવાં, વિના પ્રયોજને મનુષ્ય
 તથા જનાવશે ખંદીખાને નાખવાં, પાંજરામાં પૂરવા, હિંસક
 યત્રો બનાવવા, કઠોર કે અસહ્ય વચન બોલવાં, પરના
 સૌભાગ્યનો નાશ કરવો, દાવાનળ સળગાવવો, ધર્મના સ્થાનો
 કે સાધનોનો નાશ કરવો, અન્યની અવજા કરવી સદ્ગુણનો
 નાશ કરવો, અસદ્ દોષનો આરોપ કરવો, પોતાની પ્રશંસા
 કરવી, છતાં દોષ ઢાંકવા, જાતિ આદિનો ગર્વ કરવો, અન્ય
 દાનાદિ કરતો હોય તેને ના પાડવી, અંતરાય કરવો, દેહનો
 ઘાત કરવો, ઇત્યાદિ બીજા પણ તેવાં જ ખરાબ કામ કહે-

વાય છે. રાગ, દ્રેષ કે અજ્ઞાનભાવે આસક્તિપૂર્વક તે કર્મ કરવાથી અશુભ કર્મ અંધાય છે.

વિવિધ પ્રકારની મનની વૃત્તિઓ, વચનની વીચીઓ અને શરીરની પ્રવૃત્તિઓ, તે શુભાશુભ કર્મઅંધનનાં કારણ છે. આચારાંગસૂત્રમાં પણ આ જ પ્રમાણે મન, વચન અને શરીરથી કરવા, કરાવવા અને અનુભોદવાની ક્રિયાને જ કર્મઅંધનનાં કારણભૂત કહી છે. કર્મઅંધનનાં ખીજા કારણોનો હરકોઈ રીતે આ ત્રણમાં સમાવેશ થઈ શકે છે.

આ જ વાતને દૃષ્ટાંત દ્વારા સ્પષ્ટ કરે છે. સમુદ્રની અંદર ચાલ્યા જતા વહાણને છિદ્ર પડવાથી જેમ તે છિદ્ર દ્વારા પાણી વહાણમાં ભરાઈ જાય છે અને જો હોશિયાર નાવિક-કક્ષાન તે પાણીને કાઢી ન નાખે તથા પડેલા છિદ્રને અંધ ન કરી શકે તો તે વહાણ ડૂબી જાય છે, તેમ જ આ જીવ મન, વચન, કાયાની રાગદ્રેષ અજ્ઞાનજન્ય ક્રિયાવાળાં છિદ્ર પડે શુભાશુભ કર્મ ગ્રહણ કરે છે અને જો તે જીવને ઉસ્તાદ ગુરુરૂપ કક્ષાન ન મળે તો આ જીવરૂપ વહાણ તળિયે જ ખેસી જાય છે. અર્થાત્ જીવ વિવિધ પ્રકારની દુર્ગતિઓમાં રજીળે છે. આ આશ્રવને રોકવાના રસ્તાઓ સદ્ગુરુ દ્વારા જ સમજવા જેવા છે. કારણ કે રોગોની માફક દવાઓ પણ અનેક હોય છે. પણ નાડીપરીક્ષા કરીને વૈદ્ય જો દવા આપે છે તો તરત તેની અસર થઈ શરીર નીરોગી બને છે. તે સિવાય પુસ્તકોમાં લખેલી દવા વાંચીને કરવાથી કે દવા ખાનામાં ભરેલા બાટલાઓ પીવાથી ઉપયોગી અસર થતી નથી, તેમ સદ્ગુરુ વૈદ્યે કર્મરોગની પરીક્ષા કર્યા વિના પોતાની

મેળે કરાયેલા કર્મ કાઢવાના ઉપાયો ઉપયોગી થતા નથી માટે તેવા અનુભવી ગુરુની નિશ્ચયે જ કર્મરોગની દવા કરવી, જે ભવિષ્યમાં કલ્યાણનું કારણ થાય છે.

સંવર ભાવના ૮

અશેષાશ્રવરોધો યઃ સંવરોઽસૌ નિગદ્યતે ।

દ્રવ્યતો માવતશ્ચાપિ સ દ્વિયેતિ પ્રવર્તતે ॥૩૧॥

યઃ કર્મપુદ્ગલાદાનવિચ્છેદઃ સ્યાત્તપસ્વિનામ્ ।

સ દ્રવ્યસંવરો જ્ઞેયો યોગિભિર્ભાવિતાત્મભિઃ ॥૩૨॥

યઃ સંસારનિમિત્તસ્ય ક્રિયાયા વિરતિઃ સતામ્ ।

સ માવસંવરો જ્ઞેયઃ સર્વસંવૃત્તયોગિનામ્ ॥૩૩॥

જે સર્વ આશ્રવનો રોધ કરવો તેને સંવર કહે છે. તે દ્રવ્યથી અને ભાવથી એમ પ્રકારે પ્રવર્તે છે. જે જ્ઞાનીઓને કર્મપુદ્ગલ લેવાનું બંધ થાય છે, તે ભાવિતાત્મા યોગીઓએ દ્રવ્યસંવર બાંધવો. જે સત્પુરુષોને સંસારના નિમિત્તભૂત ક્રિયાની વિરતિ (નિવૃત્તિ) થાય છે તે સર્વથા સંવૃત્તિ (નિવૃત્ત) યોગીઓને ભાવસંવર બાંધવો.

ભાવાર્થ — પૂર્વે આશ્રવભાવનામાં કર્મને આવવાના હેતુઓ-સ્ત્રતાઓ બતાવ્યા. હવે આ સંવરભાવનાની અંદર આવતા કર્મને કેવી રીતે અટકાવવા તે બતાવવામાં આવશે. રાગાદિ અશુદ્ધ પરિણામનો ત્યાગ કરવાથી કર્મ પરમાણુઓનું આગમન રોકવું તે સંવર કહેવાય છે. સંવરનો અર્થ જ એ થાય છે કે સંવરવું-એકઠું કરવું શું સંવરવું કે એકઠું

કરવું ? વિવિધ પ્રકારે રાગ, દ્વેષ, મોહ, અજ્ઞાન આદિ લાવોમાં ફેલાયેલી, વિખરાયેલી મનોવૃત્તિઓને સંવરવી, એકઠી કરવી એક ઉત્તમ સાધ્યખિન્દુ રાખી તેમાં તે વૃત્તિઓના પ્રવાહને ચલાવવો અને છેવટે તેનો આત્મામાં લય કરવો. વૃત્તિઓ મનને હોય છે. મનનો સંવર કહેવાથી તેમાં વચન અને કાયાનો પણ સમાવેશ થઈ ગયો સમજવો, કારણ કે મનમાં કોઈ પણ પ્રકારની ઈચ્છાનું સ્કુરણ થયા સિવાય વચન કે શરીરની પ્રવૃત્તિ થવી સંભવતી નથી.

દેશસંવર અને સર્વસંવર એમ સંવરના બે ભેદ થાય છે. થોડો થોડો અમુક વૃત્તિનો આશ્રવ રોકવો તે દેશસંવર કહેવાય છે. જેમ કે હિંસક સ્વભાવવાળી એકાદ ખરાબ વૃત્તિને રોકવી યાને તેમ ન કરવાની પ્રતિજ્ઞા લેવી અને તે લીધેલ પ્રતિજ્ઞા પ્રમાણે વર્તન રાખવું આ દેશસંવર છે.

સર્વથા સર્વ પ્રકારની વૃત્તિઓને મન, વચન, કાયાના યોગોને રોકી નાખવા અને પાછું તેમાંથી ફરી ઉત્થાન કોઈ પણ વખત ન થાય તેવી સ્થિતિમાં આવી રહેવું તે સર્વ સંવર કહેવાય છે.

દ્રવ્યસંવર અને લાવસંવર એમ પણ સંવર બે પ્રકારનો છે. આશ્રવ દ્વારો વડે આવતા કર્મ પુણ્યલ લેવાનું બંધ કરવું તે દ્રવ્યસંવર છે. જેમ કે અમુક વખત સુધી બોલવું બંધ કરવું કે શરીરની સ્થૂલ ક્રિયાઓ અટકાવવી, સામાન્યિકાદિ કરવું, ઈચ્છાઓ-વાસનાઓને માર્યા સિવાય મનાદિ યોગોની પ્રવૃત્તિ અટકાવવી, મહાવ્રતો કે સ્થૂલ વ્રતો લેવાં,

વગેરે આ ક્રિયા સ્થૂલ પ્રયત્નસાધ્ય છે. અમુક વખત સુધી રહે છે પણ સત્તામાં તે વાસનાનાં બીજ હોવાથી પાછું ઉત્થાન થવા સંભવ છે, અર્થાત્ પાછું ફરીને તે દ્વાર ચાલુ થવા સંભવ છે. માટે તે દ્રવ્યસંવર છે.

સંસારના કારણરૂપ ક્રિયાથી વિરમી જવું તે ભાવસંવર છે. આ સંવરની ક્રિયા ઘણા સૂક્ષ્મ પ્રયત્નસાધ્ય છે. સત્તામાંથી બીજનો સર્વથા નાશ થાય છે એટલે સંસારના નિમિત્ત-ભૂત ક્રિયા થતી અટકે છે, મનાદિ યોગોનો સર્વદા, સર્વથા રોધ કરનાર યોગીઓને-કેવલીઓને આ સંવર છેવટની સ્થિતિએ હોય છે, પૂર્વનો દ્રવ્યસંવર તે વૃદ્ધિ પામતાં ભાવ-સંવરનું સ્વરૂપ ધારણ કરે છે.

મનમાં જે જે જાતની વૃત્તિઓ ઊઠે છે તેના પ્રતિપક્ષ-ભૂત સામી તેને હઠાવનાર વૃત્તિઓ પણ હોય છે, એટલે સંવરનો ટુંકો અર્થ એવો થયો કે આશ્રવવાળી કોઈ પણ જાતની વૃત્તિ ઊઠે કે તરત જ તેને અટકાવનાર તેની વિરોધિની વૃત્તિ સામી ઊભી કરવી કે જેથી પહેલી વૃત્તિ દબાઈ જાય. મનની અશુદ્ધ ભાવનાને શુદ્ધ ભાવના વડે દબાવવી, અગર તેનો નાશ સાધવો. દષ્ટાંત તરીકે મિથ્યાત્વનાં પરિણામ થયાં તેા તેની સામે તેના વિરોધી તરીકે સમ્યક્ત્વનાં નિર્મળ પરિણામ ઊભાં કરવાં. જેમકે નિત્યમાં અનિત્યની બુદ્ધિ થવી દુઃખમાં સુખની પ્રાપ્તિ થવી, અનાત્મ પદાર્થમાં આત્મપણાની લાગણી થવી તે મિથ્યાત્વ પરિણામ કહેવાય છે. તેને ખદલે નિત્યમાં નિત્યપણાની બુદ્ધિ, સુખમાં સુખપણાની લાગણી અને આત્મામાં આત્મપણાનો નિર્ણય કરવો તે સમ્યક્ પરિણામ

કહેવાય છે. ઇચ્છા ઉત્પન્ન થઈ તો સામી અનિચ્છા, નિઃ
 સ્પૃહતા, સંતોષ, નિરાશી^૧ ભાવની ભાવના મૂકી તેનો નાશ
 કરવો. ક્રોધ, માન, માયા, લોભ, રાગ, દ્વેષ ઇત્યાદિ વૃત્તિઓ
 ઉત્પન્ન થાય તેની સામે અતુકમે ક્ષમા, નમ્રતા, સરલતા,
 સંતોષ, વિરાગ, સમપરિણામ વગેરે ભાવવાળી વૃત્તિઓથી
 તે પૂર્વની વૃત્તિઓનો નાશ કરવો, પણ આ વિરોધી શુભ
 વૃત્તિઓ એવી પ્રબળ હોવી જોઈએ કે અશુભ વૃત્તિઓને
 દૂર કરે અગર તેમ ન કરી શકે તોપણ ત્રાજવાના બે છાબ
 ડાંની અંદર એકસરખા વજનની પેઠે સરખું બળ તો હોવું
 જ જોઈએ કે જેથી અશુદ્ધ ભાવનાઓ અસર કરી શકે નહિ
 અને અંતઃકરણ ધીમે ધીમે શુદ્ધ થઈ શકે. સંકલ્પો
 નિઃસંકલ્પથી રોકવા, વચનને મૌનથી અને શરીરને સ્થિર-
 તાથી આ પ્રમાણે દેશથી કે સર્વથી જેવું પોતાતું સામર્થ્ય
 હોય તે પ્રમાણે યથાશક્તિ પ્રયત્ન કરવાથી જીવો આશ્રવને
 રોકી શકે છે. એટલું બરાબર ચાદ રાખવું જોઈએ કે દષ્ટિ
 સમ્યક્ થયા વિના સંવરની ક્રિયા એટલે આવતાં કર્મને
 રોકવાતું બળ જીવોમાં આવી શકતું નથી. સમ્યક્ દર્શન
 કહો કે સમ્યક્ દષ્ટિ કહો એ બંને એક જ વાત છે. આત્મા
 તરફ જ જેની દષ્ટિએ પ્રયાણ કર્યું છે, પુણ્યલ પદાર્થોમાં
 સત્ય સુખ નથી જ એવી જેની પૂર્ણ શ્રદ્ધા પ્રગટી છે, આત્મા
 જ સુખરૂપ છે અને તે હું સાચો હું, હું જ છું એમ જાણી
 તેના દરેક પ્રયાસો તેને શુદ્ધ કરવા માટે જ પ્રવર્તે છે,
 તેના તરફ લક્ષ રાખીને જ વર્તન થાય છે ત્યારે જ તેનાથી

૧. સર્વ વસ્તુના ત્યાગની ભાવના.

કરાતી સર્વ ક્રિયાઓ સંવરૂપ થાય છે, નહિતર સમ્યક્-
દષ્ટિ વિના કરાતી ક્રિયાઓ સંસારના કારણરૂપ થાય છે. તેમાં
સારી ક્રિયાઓ હોય તો પુણ્યનું કારણ થાય છે. પણ તેથી
સંસારના પરિભ્રમણનો નાશ કે કર્મ અટકાવવાના કારણરૂપ
તે ક્રિયા થતી નથી માટે દરેક ક્ષણે સમ્યક્દષ્ટિ મનુષ્યોએ
જાગૃતિ રાખવી જોઈએ કે અમુક ક્ષણે મારા મન, વચન,
શરીરની પ્રવૃત્તિ કંઈ તરફ છે? તેમાં મનની પ્રવૃત્તિ તપાસવા
માટે તો વારંવાર લક્ષ આપવું જોઈએ, અને આશ્રવવાળી
પ્રવૃત્તિ જણાતાં તેની વિરોધી પ્રવૃત્તિ ધારણ કરી, સાચી
સારી ભાવના ઉત્પન્ન કરી, અશુભ આશ્રવથી પાછા હટી,
શુભ પ્રવૃત્તિમાં વધારો કરવો. તે દેવ પડ્યા પછી શુભ
આશ્રવને પણ રોકી લઈ શુદ્ધ આત્મસ્થિતિમાં પ્રવેશ કરવો.
અને તે જ આ ભાવનાની વિચારણાનો મુખ્ય ઉદ્દેશ છે.

નિર્જરા ભાવના

મૂલભૂતાનિ કર્માણિ જન્માન્તાદિ યથાતરોઃ ।

વિશીર્યતે યયા સા ચ નિર્જરા પ્રોચ્યતે વુધૈઃ ॥૩૪॥

સા સકામા હ્યકામા ચ દ્વિવિધા પ્રતિપાદિતાઃ ।

નિર્ગ્રન્થાનાં સકામા સ્પાદન્યેષામિતરા તથા ॥૩૫॥

જન્મ મરણાદિ પીડારૂપ વૃક્ષનાં મૂળ સરખા કર્મો જે
વડે વીખરાઈ જાય, ખરી પડે તેને જ્ઞાની પુરુષો નિર્જરા
કહે છે.

તે નિર્જરા સકામ અને અકામ એમ બે પ્રકારે કથન

કરેલી છે. નિર્અંથાને સકામ નિર્જરા હોય છે, તેમ જ બીજાઓને અકામ નિર્જરા હોય.

ભાવાર્થ :—આવતા કર્મોને રોકવારૂપ સંવરભાવના બતાવ્યા બાદ પૂર્વના આવેલ કર્મને કાઢી નાખવા માટે નવમી નિર્જરા ભાવના કહેવામાં આવે છે. આ જીવ પોતાના શુદ્ધ ઉપયોગના બળથી પૂર્વસંચિત કર્મઅણુઓનો એક દેશથી નાશ કરે છે તે નિર્જરા કહેવાય છે. એક દેશથી એટલે અમુક ભાગનો નાશ કરે છે એમ કહેવાનો હેતુ એ છે કે સર્વથા સર્વ અણુઓનો નાશ થાય તેને મોક્ષ થાય છે, તે મોક્ષ કહેવાય છે અને આ નિર્જરા પ્રકરણ છે એટલે નિર્જરાની હકીકત જણાવી છે.

કર્મ બે પ્રકારના છે, નિકાચિત બંધવાળાં અને શિથિલ બંધવાળાં જે કર્મ અવશ્યભોગવવા જ પડવાનાં છે, જેનો બંધ મજબૂત બંધાર્થ ચૂક્યો છે, તેમાં ફેરફાર કરી શકાતો નથી તે તો અવશ્ય પ્રારબ્ધરૂપે ઉદય આવવાનાં અને તે નિકાચિત બંધવાળાં કર્મોની નિર્જરા તો ભોગવી લેવાથી જ થાય છે.

બીજી જાતનાં કર્મ કે જેનો બંધ મજબૂત-નિકાચિત પડ્યો નથી પણ વાસનારૂપે જેનાં પુફ્ફાલો એકઠાં કરેલા છે તેમાં ફેરફાર કરી શકાય છે. પશ્ચાત્તાપવાળી પણ આત્માના શુદ્ધ ઉપયોગરૂપ સદ્ભાવનાથી તે નિર્જરી શકાય છે. અથવા એક જાતની કર્મપ્રકૃતિમાંથી બીજી જાતની કર્મપ્રકૃતિમાં વિચારશક્તિ દ્વારા પલટાવી પણ શકાય છે સારા સમાગમથી જ્ઞાની પુરુષોના સહવાસથી ઘણી વખત આપણી વાસનાઓ

ઓછી થઈ જાય છે. અમુક વસ્તુનું મમત્વ ઓછું થઈ જાય છે, અને મનમાંથી પણ તેવી જાતની ઇચ્છાઓ સદાને માટે કાઢી નાખીએ છીએ. આનું કારણ એ જ છે કે તે નિકાચિત ખંધ પડ્યા વિનાની આપણી ખરાબ લાગણીઓ હોવાથી ભાવનાઓથી જે પુદ્ગલ કર્મનો જથ્થો એકઠો કરાયેલો હતો તે સફુરુના વચનામૃતોથી ભાવ વિશુદ્ધ થતાં વીખરાઈ જાય છે. આ માટે જ કહેવામાં આવ્યું છે કે જન્મમરણના બીજ-ભૂત કર્મો જે સદ્ભાવના વડે વીખરાઈ જાય છે તેનું નામ નિર્જરા છે.

આ નિર્જરા બે પ્રકારની છે. સકામ નિર્જરા અને અકામ નિર્જરા કર્મનો નાશ કરવા માટે જે જે પ્રયત્નો કરવામાં આવે છે, જે જે ક્રિયાઓ કરવામાં આવે છે અને તે પણ આત્મઉપયોગની પૂર્ણ જાગૃતિપૂર્વક કરવામાં આવે તેથી સકામ નિર્જરા થાય છે.

ટાઠ, તાપ, ક્રોધા, તૃષ્ણા, અનેક પ્રકારના અજ્ઞાનકષ્ટાદિ, સમ્યક્દષ્ટિ થયા સિવાય સહન કરવામાં આવે છે, ઇચ્છા વિના પણ વિવિધ પ્રકારના રાગાદિ સહન કરવામાં આવે છે. ઇષ્ટ વિયોગથી અનિષ્ટ સંયોગથી વિવિધ પ્રકારના અપમાનથી દુનિયામાં અપકીર્તિ ફેલાવાથી. ચક્રુ આદિ ઇન્દ્રિયોના નાશથી, મોહના ઉદયથી થતા કામાદિ વિકારોને પરાણે રોકી રાખવાથી, નીચ કુલાદિમાં ઉન્નત થવાથી, નાના પ્રકારની ઇચ્છાઓની અપૂર્ણતાથી, ટુંકામાં કહીએ તો જ્ઞાનાવરણાદિ આઠ પ્રકારના કર્મના ઉદયથી જે માનસિક, વાચિક કે કાયિક કષ્ટો સહન કરવાં પડે છે તે દુઃખ સહન કરવાથી; પછી તે ઇચ્છાથી કે

અનિચ્છાથી પણ જેટલું સહન કરવામાં આવે છે તેટલું પૂર્વે જે કર્મ બાંધેલું છે તેમાંથી ઓછું થાય છે. આ સહનતાથી અકામ નિર્જરા થાય છે, જે અકામ નિર્જરા એકેન્દ્રિય જીવોથી લઈ પંચેન્દ્રિય જીવો પર્યંત મિથ્યાદષ્ટિવાળા સર્વને કાયમને માટે હોય છે. જે જે વ્યક્તિઓને સકામ નિર્જરા કરવાની સત્તા હોતી નથી અગર તો તેવી નિર્જરાને લાયક હોતી નથી તે તે વ્યક્તિઓને અકામ નિર્જરા હોય છે, એટલે કે પૂર્વ કર્મના ઉદયે દુઃખો આવી પડે છે તે સહન કરવાથી પૂર્વ કર્મ ઓછાં થાય છે; પણ આત્મજગૃતિ ન હોવાથી અજ્ઞાન અને રાગદ્વેષપૂર્વક તે પૂર્વ કર્મ ભોગવતાં નવીન કર્મ બંધ કરે છે. આવી રીતે વિશ્વમાં દરેક મનુષ્ય બલકે પ્રાણીને માટે અકામ નિર્જરા તો છે જ.

આ સિવાય પણ જે પંચધૂણી તાપવી, અજ્ઞાન તપશ્ચર્યા ઉપવાસાદિથી કરવી, વગેરે કષ્ટદાયક ક્રિયા પોતાનું આત્મબલ જાગ્રત થયા સિવાય અજ્ઞાનભાવથી કરવામાં આવે છે, તે સર્વથી અકામ નિર્જરા થાય છે, તેમ જ તે ક્રિયાઓ ભાવિ દુનિયાના સુખની ઇચ્છાથી કે કાંઈ પણ આશાથી કરાતી હોવાથી તેમાંથી પુણ્ય પણ થાય છે. પણ આ પ્રકરણ નિર્જરાનું હોવાથી અહીં નિર્જરાને જ મુખ્ય રાખીને વિવેચન કરવામાં આવે છે. તે કર્મ જેટલું ભોગવાય છે તેટલું પૂર્વના બાંધેલ કર્મમાંથી જ બહાર આવે છે તેથી તેનો નાશ તો થાય છે જ. એટલે આ નાશ પામતા-આત્મપ્રદેશથી ઓછા થતા કર્મને અકામ નિર્જરા કહેવામાં આવે છે. અકામ નિર્જરા મિથ્યાદષ્ટિને જ હોય છે. બાકી તે કર્મ ભોગવતાં

સમ્યક્દષ્ટિના અભાવે હર્ષ, શોક, રાગદ્વેષાદિવાળાં પરિણામ થયા સિવાય રહેતાં નથી; અને આવા પરિણામથી નવીન બંધ પણ સાથે જ થાય છે સમ્યક્દષ્ટિવાળા જીવો આ કર્મ ભોગવતાં હર્ષ, શોક કે રાગદ્વેષ ન કરતા હોવાથી તેમને સકામ નિર્જરા થાય છે અને તેઓ નવીન બંધ કરતા નથી કર્મ ભોગવતાં હર્ષ, શોક ન થવાનું કારણ તેમની સમ્યક્-દષ્ટિ થયેલી છે તે જ છે. તેમનો આત્મઉપયોગ-શુદ્ધ ઉપ-યોગ ક્ષણે ક્ષણે જાગ્રત હોય છે. તેથી અજ્ઞાન, મમતા કે અભિમાન તેમને થતાં નથી અને તેના વિના નવીન બંધ થતો નથી. જેમ પહેલાં નાના પ્રકારના પ્રતિકૂળ કષ્ટો સહન કરવાથી પાપકર્મની અકામ નિર્જરા થાય છે તેમ જ પાંચ ઈન્દ્રિયનાં અનુકૂળ સુખ ભોગવવાથી પણ પૂર્વજીવં બાંધેલ શુભ કર્મ-પુણ્ય ઓછું થાય છે. એટલે તેથી પણ અકામ નિર્જરા થાય છે. આ પ્રમાણે ઇષ્ટાનિષ્ટ સુખદુઃખ ભોગવવાથી સમ્યક્-દષ્ટિ સિવાય નિર્જરા થાય છે, જે નિર્જરા સર્વ પ્રાણીને હોય છે.

અહીં આ શંકા ઉત્પન્ન થવી યોગ્ય છે કે આવી નિર્જરા સર્વ જીવો કરે જ છે તો તમે આ નિર્જરાતત્ત્વમાં નવીન થું ખતાવ્યું? વળી આવી નિર્જરાથી શું સંસારતા બીજ-ભૂત કર્મોનો નાશ થઈ શકે છે? જે સુખદુઃખ ભોગવવાથી કર્મોનો નાશ થતો હોય તો તે તો સર્વને થયા જ કરે છે; તો પછી ધર્માધર્મની વ્યવસ્થાની મનુષ્યોને શી જરૂર છે?

આનો ઉત્તર આ પ્રમાણે છે. સર્વ જીવો સુખદુઃખ અનુભવીને કર્મ ઓછાં કરે છે તે વાત ચોક્કસ તેમ જ છે.

પણ તે સુખદુઃખરૂપ શુભાશુભ કર્મનો અનુભવ કરતા હોવો રાગદ્વેષની નવીન લાગણીઓ ઉત્પન્ન કરે છે. અને જેટલી લાગણી મૃદુ કે તિવ્ર તેવું અને તેટલા પ્રમાણનું કર્મ બંધાય છે. કર્મની જાવક છતાં નવીન આવકને લઈને સંસારના બીજજૂત કર્મનો નાશ થતો નથી. મતલબ કે જેટલું કર્મ સુખદુઃખના અનુભવથી તે ઓછું કરે છે તેટલું કે તેનાથી ઓછું અગર વધારે પાછું બંધાય છે. આ કારણથી ધર્મોધર્મની વ્યવસ્થાની જરૂરિયાત સર્વ હોવને રહ્યા કરે છે.

નિર્જરા તત્ત્વમાં નવીન એ બતાવવાનું છે કે અકામ નિર્જરા તો સર્વ હોવો કરે છે, પણ સકામ નિર્જરા કરવી તે પુરુષાર્થથી સાધ્ય થઈ શકે તેમ છે, ત્યાગીઓ નિર્જરા સકામ નિર્જરા કરી શકે છે. મૂળ અંથકારના પ્રલોકમાં બતાવ્યા પ્રમાણે સકામ નિર્જરા નિર્જરાથોને હોય છે એ વાત ખરી છે, પણ નિર્જરાથનો અર્થ જે ત્યાગી થાય છે, તેટલો સાંકડો અર્થ ન લેતા નિર્જરાથ એટલે અર્થ વિનાનો—“જેની રાગદ્વેષની અર્થિ-ગાંઠ-તૂટી ગયેલી છે તેવા” એ અર્થ લેવો વધારે યોગ્ય છે મતલબ કે સંસારના પદાર્થોમાં મમત્વ કે આસક્તિભાવની લાગણીઓ જેની નાશ પામી છે તેવા સમ્યક્ દષ્ટિવાળા હોવો અહણ કરવા તે અહીં વધારે યોગ્ય લાગે છે.

આસક્તિ નાશ પામવાથી આસક્તિને લઈને થતી રાગદ્વેષની તીવ્ર પરિણતિ તે જેની સદાને માટે બંધ થઈ ગઈ છે, અનંત બંધને વિસ્તારનારી ક્રોધ, માન, માયા, લોભરૂપ અનંતાનુબંધી અજ્ઞાનપરિણતિ જેની છેદાર્ધ ગઈ છે તેવા હોવો નિર્જરા શબ્દથી અહણ કરવા. આવા હોવો ત્યાગી

હોય કે ગૃહસ્થ હોય-તેમને સકામ નિર્જરા થાય છે. આ ઉપરથી એ નિશ્ચય કરવાનો છે કે જેને સમ્યક્દષ્ટિ પ્રાપ્ત થઈ છે તેવા સમ્પૂર્ણવાન જીવોને સકામ નિર્જરા હોય છે. તે સિવાયનાને અકામ નિર્જરા હોય છે.

અનિચ્છાએ આત્મજાગૃતિ વિના સ્વાભાવિક રીતે ઉદય આવી કર્મ ઓછાં થાય છે તે અકામ નિર્જરા છે. તે જીવની આવી ઈચ્છા નથી હોતી કે સત્તામાં મારે કર્મ પડયાં હોય તે બહાર લાવું કે બહાર આવી સર્વથા નાશ પામે અને હું મુક્ત થાઉં.

અકામ નિર્જરા ઝાડના ડાળાંપાંખડાં કાપવા જેવી છે. મૂળ જમીનમાં કાયમ હોવાથી તે કાપેલા ડાળાંપાંખડાં પાછા પડકવિત થવાના જ. તેવી જ રીતે અસમ્યક્દષ્ટિમાં અજ્ઞાન દશાને લઈને ઉત્પન્ન થતા રાગદ્વેષ મોહાદિના બીજ સત્તામાં હોવાથી તેમાંથી વારંવાર નવીન કર્મ થવાના જ.

સમ્યક્દષ્ટિ જીવોને જ્ઞાનદશા બંધત થયેલી હોવાથી સકામ નિર્જરા હોય છે. આ નિર્જરા ઝાડના મૂળિયાં ઉખેડી નાખવા જેવી છે. મૂળ નાશ પામતાં તેમાંથી ફરી અંકુરો ઉત્પન્ન થવાની શક્તિ નાશ પામે છે, તેમ જ્ઞાનદષ્ટિ બંધત થતા પછીથી કરાતી ક્રિયા નવીન ફળ આપનારી થતી નથી એટલું જ નહિ પણ પૂર્વકર્મનો નાશ કરવાવાળી પણ થાય છે. જ્ઞાની પૂર્વકર્મના ધક્કાથી ચાલે છે. પૂર્વસંચિત કર્મના ઉદય અનુસાર દુનિયામાં પ્રવૃત્તિ કરે છે. તે ધક્કો બંધ થતાં તેની ક્રિયા અટકી જાય છે. અજ્ઞાની તો એ ધક્કો આપે

છે. કર્મને નવીન બળ આપે છે. તેથી જીવનચક્ર સદા ગતિ માન રહ્યા કરે છે, પરિબ્રમણ ચાલુ રહે છે.

આ ભાવનામાં ધ્યાન પર લાવવા જેવી બીજી નવીનતા એ છે કે પૂર્વકર્મનો અતુલ્ય કરતાં નવીન કર્મ ન બંધાય તે માટે પૂર્ણ સાવચેતી રાખવી. આ બાબત ઘણી જ મનન કરવા જેવી છે. એને માટે જેટલો પુરુષાર્થ કરવો ઘટે તેટલો કરવો યોગ્ય છે. પુરુષાર્થને અવકાશ પણ આ વાત માટે જ છે. બાકી તો પૂર્વનું કર્મ આશ્રય આવે છે. તે તો તમે હા કહો કે ના કહો. તમારી ઈચ્છા હોય કે ન હોય તમે રાજી થાઓ કે ન થાઓ પણ તે કર્મ તો આવવાનું જ અને તમારે ભોગવવું પડવાનું જ. તે માટે પુરુષાર્થ કરવાની જરા જેટલી પણ જરૂર નથી.

પુરુષાર્થની જરૂરિયાત છે તે બતાવે છે.

स्वयं पाक उपायाच्च फलानां स्याद्यथा तरोः ।

तथात्र कर्मणां पाक स्वयं चोपायतो भवेत् ॥ ૩૬ ॥

विशुध्यति यथा स्वर्णं सदोषमपि वह्निना ।

तद्वच्छुध्यति जीवोऽयं तप्यमानस्तपोग्निना ॥ ૩૭ ॥

જેમ વૃક્ષ ઉપર ફળોનો પાક સ્વાભાવિક થાય છે, તેમ ઉપાયથી પણ થાય છે. તેમ અહીં કર્મનો પાક (ઉદય) પોતાની મેળે થાય છે તેમ ઉપાયથી પણ થાય છે. મેલવાળું સોનું જેમ અગ્નિ વડે વિશુદ્ધ થાય છે તેમ તપરૂપ અગ્નિ વડે તપતો આ જીવ શુદ્ધ થાય છે.

ભાવાર્થ :—આંખા, કેળપ્રમુખના કૃણો આડ ઉપર કેટલીક વખત પાકે છે પણ તે પાકવા વધારે વખતની જરૂર પડે છે. જેને તે કૃણ ખાઈને આનંદ લેવાની વહેલી ઇચ્છા હોય અથવા આડ ઉપર તે કૃણો પોતાની મેળે યથાયોગ્ય પાકે ત્યાં સુધી તેની રાહ જોવાની ધીરજ ન હોય તેમણે તે કાચાં કૃણોને ઘાસ, પરાળ કે જેનાથી વધારે ગરમી મળે તેવા ખાફવાળા સ્થાનમાં રાખવાં જેથી ગરમીની મદદથી ઘણા થોડા વખતમાં તે કૃણો પાકી જશે. આ પ્રમાણે કૃણો પકવવાનો નિયમ આપણા અનુભવમાં આવે છે. વિશેષ એટલો છે કે વૃક્ષ ઉપર કૃણો સ્વાભાવિક રીતે પાકે છે તેમાં તે પકાવવા નિમિત્તે મહેનત કરવાની આપણને જરૂર રહેતી નથી. પણ તે કૃણોને તેના કુદરતી નિયમથી વહેલાં પકાવવા હોય ત્યારે તે નિમિત્તે મહેનત કરવાની જરૂરિયાત રહે છે.

આવી જ રીતે કર્મનો પાક પણ (ઉદય-અનુભવ પણ) બે પ્રકારે થાય છે. એક રીતિ તેા એ છે કે કર્મો સ્વાભાવિક રીતે યથાયોગ્ય કાળે ઉદય આવી પોતાનો સ્વભાવ બતાવી સુખદુઃખ અનુભવાવે છે, સુખદુઃખનો ભોગ આપે છે. એટલે કર્મ બાંધતી વખતે જેવા સ્વભાવવાળું કર્મ બાંધ્યું હોય જેટલા પ્રદેશ (પુદ્ગલના સમૂહવાળું બાંધ્યું) હોય છે તેવા જ સ્વભાવે, તેટલી સ્થિતિપર્યાંત, તેવા રસે, અને તેટલા પ્રદેશો સાથે ઉદય આવે છે. આ કર્મનો ઉદય વૃક્ષ ઉપર સ્વાભાવિક રીતે પાકતાં કૃણોની માફક વિના પ્રયત્ને ઉદય આવેલો કહેવાય છે. આ કર્મકૃણને ભોગવવા લાયક બતાવવામાં નવીન પુરુષાર્થ કરવાની જરૂર રહેતી નથી.

જે કર્મ ઘણા લાંબા વખતે ઉદયમાં આવવાનું હોય છે તેને ક્ષણના પાકની માફક પુરુષાર્થ કરીને ઘણા દુઃખ વખતમાં ભોગવવું, તે પુરુષાર્થ સાધ્ય કર્મ ક્ષણ વિપાક કહેવાય છે, મતલબ કે જે કર્મ સત્તામાં પડેલું છે, ઉદય આવવાને હજી વધારે વખત આડો છે તે વખતે મહાપ્રયત્નવાન જ્ઞાની પુરુષ તે કર્મ ક્ષણના ઉદયની વાટ જોવા ન બેસતાં, સત્તામાં રહેલ કર્મને ઉઠીરણા કરી ઉદય લાવી કર્મ ક્ષણ ભોગવી લઈ નવીન કર્મ ન બંધાય તેની જાગૃતિ રાખી સર્વ કર્મનો નાશ કરી નાખે છે તે પુરુષાર્થ સાધ્ય કર્મ ક્ષણપાક કહેવાય છે.

વિચાર કરતાં આમ સમજાય છે કે જે કર્મ પોતાની મેળે જ પાકીને ક્ષણ આપે છે તેનું ક્ષણ વધારે જોરવાળું હોય છે. દાખલા તરીકે આપણે પૂર્વે કર્મ સંચિત કરેલું હોય તેવું ક્ષણ જો આપણે આપણી પોતાની જાતે કાયાને કષ્ટ આપી વિચારપૂર્વક મહાત્રતો પાળી કે તપશ્ચર્યા કરીને ભોગવીએ છીએ તો તેની અસર વિશેષ દુઃખદાતા થતી નથી પરંતુ જો તે કર્મને સ્વભાવિક-કાળે જ પાકવા દઈ તેનું પરિણામ સહન કરવા ધારે તો તે ક્ષણ અનિચ્છાએ આવેલ હોવાથી મનુષ્યોને વિશેષ દુઃખરૂપ લાગે છે. મતલબ કે કુદરતી દુઃખ જે પ્રાપ્ત થાય છે તે તો તેના અંત આવે ત્યારે જ દૂર થઈ શકે છે અને તે ખરોખર પરિપક્વ થયા પછી જ આવે છે, જેથી તેની અસર ઘણી સખત થાય છે. માટે પ્રયત્ન કરી કર્મ ક્ષણને વેળાસર જાગૃતિપૂર્વક પકાવીને સ્વેચ્છાથી જ પરિણામ સહન કરવું તે ઉત્તમ છે.

પહેલું કારણ અને પછી કાર્ય. આ બંધનહાર ઘણે સ્થળે

મોઠે ભાગે લાગુ પડે છે. આ દેહ કાર્ય છે તો તેનું કારણ આ દેહ મળ્યા પહેલાના કર્મ હોવાં જ જોઈએ. અત્યારે જે દુઃખ અસુક મનુષ્ય અનુભવે છે તે કાર્ય છે, તો તેનું કારણ તે દુઃખ પહેલા હોવું જોઈએ. અત્યારે સુખ પ્રાપ્ત થયું છે તો તેનું કારણ તેના પહેલાનું શુભ કર્મ માનવું જ જોઈએ. તેવી જ રીતે વિચાર કરવાના સાધન તરીકે મન છે, બોલવા માટે વચનશક્તિ છે, તેમ જ મનુષ્યના આખા જીવનમાં જેટલા અનુકૂળ કે પ્રતિકૂળ, ઈષ્ટ કે અનિષ્ટ સંયોગો મળી આવે છે તે બધા કાર્યરૂપે હોવાથી તેનું કારણ તે મળ્યા પહેલાનું શુભ કે અશુભ કર્મ માનવું જોઈએ.

આ ઉપરથી એ નિશ્ચય થાય છે કે અત્યારે આપણને જે અનુભવ કરવો પડે છે તે પૂર્વભવનો પ્રયત્ન છે, નવું કંઈ નથી. આ પૂર્વના પ્રયત્નને જોર કરીને તરત ઉદયમાં લાવવો તેને ઉદીરણ કહે છે. દષ્ટાંત તરીકે, દુઃખથી કંટાળેલા, કોપથી ધમધમી રહેલા, વહાલાના વિયોગથી વ્યાકુળ થયેલા, કેટલાએક અજ્ઞાની જીવો તે અસહ્ય દુઃખથી મરવાને તૈયાર થાય છે, આપઘાત કરે છે, પથ્થર વડે માથું ફેડે છે, આપઘાત કરી આયુષ્યનો નાશ કરે છે. આ સ્થળે એમ સમજાય છે કે તેઓ આ નિમિત્તોને પામી સત્તામાં રહેલા અજ્ઞાતા (દુઃખમય) કર્મની ઉદીરણ કરી ઉદય બહાર લાવે છે. આયુષ્યને ટુંકું કરે છે આ ઉદીરણ છે, પણ તે ઉદીરણ તેમને ફાયદાજનક નથી. આ સ્થળે અજ્ઞાનદશા છે. આ ઉદીરણથી દુઃખ ભોગવવાનું વહેલું ઉદય તો આવ્યું પણ તેથી તેના કર્મ નાશ પામી તે નિર્બાણની શાંત સ્થિતિ ભોગવી

શકવાનો નહિ. કારણ અજ્ઞાનદશા જ્યાં સુધી જાય નહિ, બીજામાંથી ઊગવાની શક્તિ નષ્ટ ન થાય, કર્મના ઊંડાં મૂળો જમીનમાંથી મૂળથી ખોદી કઢાય નહિ ત્યાં સુધી તો કર્મના અંકુરો પાછા ફૂટવાના જ. વૃક્ષની એકાદ ડાળી કાપી નાખવાથી તે વૃક્ષની નાશ થવાની આગાહી કરવી જેમ નિરુપયોગી છે-નિષ્ફળ છે તેમ આ અજ્ઞાનજન્ય ઉદીરણા નકામી છે. આમ કરનાર મનુષ્ય પોતાના અજ્ઞાનને લીધે વધારે મજબૂત બંધન પામવાનો આ અજ્ઞાનજન્ય ઉદીરણાથી ઉત્પન્ન કરેલા દુઃખનો અનુભવ કરતાં તેને ક્વેશ, શોક, આકંદ, પશ્ચાત્તાપ વગેરે પાછળથી થવાના અને કઢાય માનેા કે તેણે આ પ્રયોગ પોતાની ઇચ્છાથી કરેલ હોવાથી શોક, આકંદ તે ન કરે કે તેને ન થાય તોપણ અજ્ઞાન દશામાં શરીરનો નાશ કરવાથી તે ઈષ્ટ સિદ્ધિ મેળવી શકવાનો નથી. શરીર કંઈ કર્મબંધનું કારણ નથી કે તેનો નાશ કરવાથી દુઃખનો નાશ થાય !

શરીર જ કર્મબંધનું કારણ હોય તો આત્મજ્ઞાની કેવલજ્ઞાની પુરુષોને પણ શરીર તો હોય છે જ. તેઓને પણ બંધ થવો જોઈએ. પણ તે શરીર તેમને કર્મબંધરૂપે થતું નથી.

બંધના ખરા કારણો અજ્ઞાન, રાગ, દ્વેષ, મમત્વ, ઇત્યાદિ છે, તેમને દૂર કર્યા સિવાય શરીરનો નાશ કરવાથી કંઈ ફાયદો થવાનો નથી. શરીર તો ઊલટું કર્મબંધ તોડવામાં મદદગાર સાધન છે.

ત્યારે આ ઉદીરણા કેણુ કરે ? અને તેથી તેને ફાયદો

પહોંચી શકે? આ પ્રશ્ન સ્વાભાવિક રીતે આગળ આવીને બ્રહ્મા રહે છે.

સમાધાન આ પ્રમાણે થવા યોગ્ય છે. જેને આત્મ-અનાત્મનો, જડ-ચૈતન્યનો વિવેક થયો હોય, ઉદય આવનાર સુખદુઃખોને સમપરિણામે સહન કરવાને સમર્થ હોય, લાભ-લાભનો વિચાર કરી શકનાર હોય-મતલબ કે દ્રવ્ય, ક્ષેત્ર, કાળ અને ભાવનો વિચાર કરી અવસરઉચિત વર્તન કરનાર, કદાચરી ન હોય, ઉદય આવતા કર્મમાં રાગદ્વેષ હર્ષશોક ન કરતાં તેવા અનેક પ્રસંગોને સમભાવે ઓળંગી ગયેલ હોય પૂર્ણ નિઃસ્પૃહ હોય, ઇત્યાદિ સામર્થ્યવાળા, આત્મજાગૃતિમાં જગૃત થયેલા પુરુષો સત્તાગત કિલ્લટ કર્મ ખપાવવા નિમિત્તે ઉદીરણ કરે છે, તેઓ ઘણે કાળે ભોગવી શકાય તેવાં કર્મો આત્મજાગૃતી થોડા વખતમાં ભોગવી લે છે.

ભગવાન મહાવીર દેવે છદ્મસ્થાવસ્થામાં વિવિધ પ્રકારની તપશ્ચર્યા કરી હતી. ઘેર રાજ્યાદિ અનુકૂળ સામગ્રી હોવા છતાં તેનો ત્યાગ કરી ઘેર પરીપહો સહન કરવાનું યોગ્ય ધાર્યું હતું. આર્થ દેશમાં ઉપસર્ગો ઓછા થવા લાગ્યા અને કિલ્લટ કર્મો હજી બાકી અધિક છે તેમ જણાતાં તે કર્મની ઉદીરણ નિમિત્તે અનાર્થ દેશમાં ગયા હતા અને જાણી જોઈને ત્યાં વિવિધ પ્રકારના ઉપસર્ગો અને કળેા સહન કર્યાં હતાં.

આવી જ રીતે અનુકૂળતાવાળી યોગ્ય સામગ્રી હોવા છતાં નાના પ્રકારની તપશ્ચર્યા કરવી, કરેલ કર્મની ગહાં કરવી, શુરની સાક્ષીએ પોતાની ભૂલનો પશ્ચાત્તાપ કરવો, મન, વચન,

શરીરનો સંચમ-નિગ્રહ કરવો, મહાન અભિગ્રહો લેવા, ધ્યાન નિમગ્ન થવું, તેમાં આવી પડતા પરીપહો કે ઉપસર્ગો સમજાવે સહન કરવા, પરોપકારના કાર્યોમાં મન, વચન, શરીરની શક્તિને ફેરવવી, પોતાના શરીરને કષ્ટ થાય છે કે મહેનત પડે છે. તેની પણ દરકાર ન રાખતાં અન્યને ઉપયોગી મદદ કરવી, ઇત્યાદિ કાર્યોમાં પોતાનું પુરુષાર્થબળ-વીર્ય ફેરવવું તે ઉદીરણા પ્રયત્ન કહેવાય છે.

આ સર્વ સહન કરતાં આત્મ, રોદ્ર પરિણામ ન થાય, કર્મક્ષય કરવા નિમિત્તે જ પ્રયત્ન હોય, આત્મદશાની જાગૃતિ-પૂર્વક પ્રવૃત્તિ થતી હોય તો આ ઉદીરણાથી પૂર્વકર્મ નિર્જન રવા-દૂર થવા સાથે નવીન બંધ પણ થતો નથી.

સ્વાભાવિક રીતે કર્મના પરિપાકકાલે જે સુખદુઃખાદિ ઉત્પન્ન થાય છે તે કર્મનો ઉદય કહેવાય છે. અને કર્મનો ક્ષય કરવા નિમિત્તે આત્મઉપયોગની જાગૃતિપૂર્વક જેટલી કષ્ટસાધ્ય કે સુસાધ્ય ક્રિયાઓ જાણી જોઈને કરવામાં આવે છે તે ઘણે ભાગે ઉદીરણરૂપે હોય છે.

દરેક જીવો ઉદય આવેલ કર્મ ભોગવે છે જેટલું ભોગવાય છે તેટલું ઓછું ધાય છે છતાં તેઓ મુક્ત થતા નથી. તથા ‘આ’ પૂર્વનું કર્મ છે અને ‘આ’ અત્યારે નવું બંધાયું છે આનો નિર્ણય કેવી રીતે થઈ શકે?

આ શંકાનું સમાધાન પ્રથમ કેટલું કહેવાઈ ગયું છે, તથાપિ વિશેષ સ્પષ્ટતા માટે તેનું સમાધાન આ પ્રમાણે થઈ શકે છે.

જીવો અત્યારે જે કર્મફળ ભોગવે છે તે પૂર્વના કર્મનું પરિણામ છે. કારણ પ્રથમ અને કાર્ય પછી-આ ન્યારે વર્તમાન કાળે જે સ્થિતિ અનુભવાય છે તે પૂર્વકૃત કર્મનું ફળ ભોગવાય છે, એટલે નવું કાંઈ નથી પણ ખધું જૂનું છે. આ જૂનું જેમ ભોગવાય છે તેમ ઓછું થયા જ કરે છે છતાં સર્વથા ખાલી ન થવાનું કારણ એ છે કે જીવો તેમાં દરેક સ્ત્રોત નવીન વધારો કરતા જ રહે છે.

એક અનાજની કોડીમાં પચીસ મણ અનાજ ભયું હોય તેમાંથી નિરંતર એક શેર અનાજ કાઢવામાં આવે તો એક હજાર દિવસે અવશ્ય તે કોડી ખાલી થવી જ જોઈએ છતાં નીચેની એક ખાનુથી નિરંતર એક શેર અનાજ કાઢીએ અને ઉપરની ખાનુથી તે કોડીમાં જેટલું અનાજ કાઢ્યું હોય તેટલું કે તેનાથી અધિક ઓછું નાખ્યા જ કરીએ તો તે કોડી ખાલી થવાનો પ્રસંગ કોઈ વખત ન જ આવે આ છાતે જીવો જ્યારે જ્યારે કર્મથી ઉત્પન્ન થતાં સુખદુઃખાદિને અનુભવ કરી કર્મ ઓછાં કરે છે, તે તે કર્મનો અનુભવ કરતી વખતે સુખદુઃખમાં રાગદ્વેષની પરિણતિથી હર્ષશોક કરે છે. રાગદ્વેષ એ ચીકાશ છે. ઇષ્ટપ્રાપ્તિથી ખુશ થવાય છે. અનિષ્ટપ્રાપ્તિથી નારાજ થવાય છે પૂર્વકર્મનો ઉદય અનુભવતી વખતે સામ્ય સ્થિતિ રહેતી નથી. સારું કે નહારું કરેલું જ ઉદય આવે છે તો પછી પોતાની મહેનતના મળેલા ખદલાથી હર્ષ, શોક, ખેદ કે આનંદ શા માટે કરવો જોઈએ ? સમ્યક્-દષ્ટિ થયા સિવાય આવી સ્થિતિ રહી શકે જ નહિ, અને તેવી સ્થિતિના અભાવે તે જીવ રાગદ્વેષવાળી જેવી અને

જેટલા પ્રમાણુવાળી લાગણીથી તે કર્મનેા અનુભવ કરે છે તેટલા પ્રમાણુમાં તે નવીન કર્મ બાંધવાનું કારણ થાય છે.

પૂર્વકર્મના ઉદયથી હાથ, પગ આદિ શારીરિક શક્તિ મળી છે પણ તેનેા ઉપયોગ અન્યને નુકસાન કરવામાં હેસાત કરવામાં કે મારવામાં, રાગદ્રવની તીવ્ર કે મંદ લાગણીથી કરવામાં આવે છે, તો આ લાગણીઓ નવીન અશુભ કર્મ બાંધ કરવામાં હેતુભૂત થાય છે.

આવી જ રીતે શારીરિક, વાચિક કે માનસિક શક્તિનેા સારી લાગણીથી કેાઈને મદદ કરવાદિ પરોપકારના કાર્યમાં ઉપયોગ કરવામાં આવે છે તો શુભકર્મનેા બાંધ થાય છે.

અહીં આ શંકા ઉત્પન્ન થવાનેા સંભવ છે કે આ શરીર સહિતના નિમિત્તથી અન્યના શરીરોદિને નુકશાન પહોંચે તેવું કર્મ બાંધેલું હોય અને તેને લઈને અન્યને નુકશાનાદિ કરવાથી તેનું પૂર્વકર્મ છૂટી જતું હોય તેમ શા માટે ન માનવું? અને જો તેમ થતું હોય તો પછી નવીન કર્મ શા માટે બાંધાય?

કદાચ આ કહેવું માન્ય કરીએ તેમ પણ સંભવે, છતાં તમારા શરીરોદિ દ્વારા અન્યને નુકશાન પહોંચાડતી વખતે પણ જો તમારા મનમાં હર્ષ, શોકની લાગણી ન હોય તો તમને કર્મથી બાંધવાનું પછી કાંઈ કારણ રહેતું નથી. તમારું પૂર્વકર્મ નિર્જરી ગયું, ભોગવાઈ ગયું, પણ તમારા હાથ, પગ, આદિથી અન્યને દુઃખ થયું તેના પ્રમાણુમાં સામા મનુષ્ય તરફથી પાછો તમને આઘાત થવાનેા જ. આ આઘાતને

સહન કરવાનું બળ તમારામાં હોવું જોઈએ. તે પોતાને લાગેલા પ્રહારથી તમને પ્રહાર કઢાય કરે, નુકશાન પહોંચાડે તે વખતે જો તમારામાં રાગદ્વેષની પરિણતિ જીડે, તેનો પ્રતિ-
કાર કરવા તમે જીડો તો તે વખતે તમે નવીન કર્મ બાંધ-
વાતા જ. આ વખતે તમારે સંતોષ માનવો જોઈએ કે મારા
હાથ, પગથી અન્યને થયેલા પ્રહારનો આ બદલો છે, છતાં
જો હું તેને સહન નહિ કરું તો મારા તરફથી કરાતા આઘા-
તનો ફરી પાછો બદલો સામા તરફથી કરાતા પ્રત્યાઘાતરૂપે
ધવાનો જ, મળવાનો જ.

આમ વિચાર કરી જો સમજાવની સ્થિતિમાં આવી જાઓ
તો નવીન કર્મબંધ થતો અટકી પડે; નહિતર આ કર્મોર્વત્તનું
વિષમયક પાછું આવી જીભું રહેવાનું જ અને એક પછી એક
આવા આઘાતપ્રત્યાઘાત થયા જ કરવાના.

આ જ પેલી કોઠીને ખાલી ન થવા દેવાનું કારણ.
સંસારપરિભ્રમણ ચાલુ રહેવાનું આ જ કારણ. નવીન બંધ
કેમ થાય છે તેને સમજવાની આ જ કૂંચી છે. સમ્યક્દષ્ટિ
થયા સિવાય નવીન બંધ થતો અટકતો નથી માટે આત્મ-
દષ્ટિ જાગૃત કરી સામ્ય સ્થિતિમાં આવી જવું જોઈએ.

કોઈ પણ જાતની ઈચ્છા કરીને, પ્રાપ્ત કરવા ચોગ્ય
વિષયને ઉદ્દેશીને ક્રિયા ચાલુ રાખશો ત્યાં સુધી તમારી
ઈચ્છાતા પ્રમાણમાં કર્મના પુહાલો ખેંચવાના જ. પણ જો
પૂર્વતા ઉદય પ્રમાણે નિરીહપણે વર્તન ચાલુ રાખો, ઇષ્ટા-
નિષ્ટમાં હર્ષશોક ન કરો, અનિચ્છાએ પણ પૂર્વકર્મના ચક્રના

વેગ પ્રમાણે તમારી પ્રવૃત્તિ ચાલુ રાખો અને જે કાળે જે આવી મળે તેમાં ખેદ કે આનંદ ન માનો તો નવીન કર્મ બંધ ન થતાં પૂર્વના કર્મ નિર્જરી જશે—ખરી પડશે.

પૂર્વકર્મનો અવશ્ય ઉદય થાય છે એમ વિચારી સામ્ય થા! મધ્યસ્થ સ્થિતિ રાખવાથી હર્ષ, શોક વિના અનુભવ કરવાથી નવીન કર્મબંધને અટકાવી શકાય છે.

આવી મધ્યસ્થ સ્થિતિએ પહોંચવા માટે કે થયેલી ઉત્તમ સ્થિતિ ટકાવી રાખવા માટે વિચારવાન મનુષ્યોએ યશઃકીર્તિની ઇચ્છા વિના કે પુદ્ગલિક સુખની લાલસા વિના શુભ કાર્યમાં પ્રવૃત્તિ, અશુભ કર્મથી નિવૃત્તિ અને સંવરભાવનો વધારો કરવો, ઇત્યાદિ રસ્તાઓ યોજવાના છે.

સારું કામ કરવાની અને ખોટું કામ ન કરવાની ટેવ પાડવાથી આ કર્મનિર્જરાનો માર્ગ સુલભ થાય છે અને વિશેષ પ્રકારે નવીન અશુભ કર્મ ન બાંધવાના માર્ગને મદદ મળે તેવું મન થાય છે.

આત્માના શુદ્ધ સ્વરૂપને સમજવાથી, વારંવાર તેનો વિચાર કરવાથી, અહંકારનો નાશ સાધવાથી, કોઈ એક એવી નવીન જાતની વિરક્તતા અને આત્મજગૃતિ પ્રાપ્ત થાય છે.

આ સર્વભાવ ઉપરની ઉદાસીનતાવાળી વિરક્તતા—સામ્ય સ્વભાવવાળી આત્મજગૃતિ—નિજરા સાથે નવીન કર્મબંધ ન થાય તેવી સ્થિતિ મેળવાવી આપે છે.

“દોષવાળું સુવર્ણ જેમ અગ્નિમાં નાખવાથી શુદ્ધ થાય છે તેમ જીવ, તપરૂપ અગ્નિ વડે શુદ્ધ થાય છે.”

કર્મને તપાવે તે તપ છે, સૂર્યના તપથી દુનિયા પર રહેલા અશુચિ, પદાર્થોમાંથી અશુચિતા. દુર્ગંધવાળા પદાર્થો-માંથી દુર્ગંધ ઉડી જાય છે, રસ્તા પર થયેલ કાદવ કે કીચડ-માંથી ચીકાશ ઉડી જાય છે અને રસ્તાઓ સ્વચ્છ થઈ રહે છે. આતુ કારણ સૂર્યમાં રહેલી શોષક શક્તિ છે. આવી જ રીતે મનમાં રહેલી રાગદ્રેષની પરિણતિરૂપી ચીકાશ-આસક્તિ તેને જેના વડે ઉડાવી દેવાય અને મનને સ્વચ્છ-નિર્મળ કરી શકાય તે તપ છે. ઉપવાસાદિ કરવાં તે શરૂઆતની પહેલી ચોપડી છે. તે પણ સમજીને પોતાની શક્તિની તુલના કરીને કરવાં જોઈએ.

જેનામાં વિષયાદિ વિકારોની પ્રબળતા હોય છે, તેને તત્કાળ શાન્ત કરવા માટે ઉપવાસ ઉપયોગી સાધન છે. પણ આ એકલા ઉપવાસની અસર ઇન્દ્રિયો ઉપર લાંબો વખત ટકી શકતી નથી ઉપવાસથી તેના શરીરના અવયવો ઢીલા થશે, ઇન્દ્રિયોના વિકારો શાંત થશે, વિકાર કરનારી વીચ-શક્તિ બળી જશે, પણ તે ઉપવાસ કરવા બંધ કર્યા એટલે પાછી વિકારાદિની સ્થિતિ પૂર્વની માફક પ્રગટ થઈ આવશે.

આ ઉપવાસની અસર શરીર સુધી પહોંચે છે; પણ મન ઉપર તેની થોડી અસર થાય છે. આ ઉપવાસો કાંઈ કાયમ કરી શકાતા નથી, લાકડાં કાઢી લીધાં એટલે અગ્નિ મંદ થશે; પાછાં લાકડાં અગ્નિમાં નાખશે એટલે અગ્નિમાં વધારો થશે. આમ જોરાક ન આપવાથી શરીર ઇન્દ્રિયો સાથે નરમ થશે; મન તો સહેજસાજ જોરાકના અભાવે નરમ પડશે; પણ પાછો જ્યાં જોરાક દેહમાં પડ્યો કે પાછો

વિકારોની જાગૃતિ તેવી ને તેવી જ થશે. આ માટે શરૂઆતમાં ઉપવાસાદિ ઉપયોગી છે, પણ આપણે કાંઈ શરીરનો નાશ કરવો નથી; શરીરનો નાશ કરવો હોય અને શરીરના નાશથી કર્મનો (રાગ, દ્વેષ, હર્ષ, ખેદની લાગણીનો) નાશ થતો હોય તો તો વિષ આદિ અનેક જાતના પ્રયોગોથી, એ ઘડીમાં દેહથી આત્માનો વિયોગ કરાવી આપનારા અને ઉપાયો દુનિયા પર તૈયાર છે, પણ તેનાથી પરમશાન્તિનું કાર્ય સિદ્ધ થતું નથી. આપણે દેહનો નાશ કરવાનો નથી પણ મનમાં રહેલ-કર્મની સત્તા જમાવી પડેલા રાગદ્વેષ અજ્ઞાનાદિનો નાશ કરવાનો છે, એટલે કે મન ઉપર અસર કરવાની છે; તો તેને માટે મનને શુદ્ધ કરવા સારું એ પવિત્ર-નવકાર મંત્રનો-પરમાત્માના નામના વાચક શબ્દનો અખંડ જાપ કરવો. આ ઉપવાસ પછીનો બીજો માર્ગ છે બીજી ભૂમિકા છે.

લોકો ઉપવાસાદિ ઘણા કરે છે; તે સંબંધી તેઓ ઘણું જાણે છે. એટલે તે સંબંધી અહીં વિશેષ લખવું યોગ્ય ધાર્યું નથી.

આ જાપનામની બીજી ભૂમિકા તે તપનો જ લેદ છે. મનને તપાવે છે-મલિનતા ઓછી કરાવે છે. નહીના ઊંડાણમાં પડેલા પાણીના ઘરામાં પાણી ભરાઈ રહે છે, ઉનાળામાં પણ તે ઊંડા ઘરામાંથી પાણી સુકાતું નથી છતાં નવીન આવક ન હોવાથી તે પાણી ગંધાઈ જાય છે, લીલ ફૂલ ઉપર છાઈ જાય છે આ ગંધાયેલ પાણીના ઘરામાં જ્યારે નવીન પાણી ભરેલું આવે ત્યારે તે જૂનું પાણી કયાં જાય

છે તમે જાણતા હશે કે તે પાણીના ઘઝાથી બહાર નીકળી શક્યું જાય છે અને તેની જગ્યા આ નવીન આવેલું પાણી લે છે. અર્થાત્ જૂનું પાણી નીકળી જઈ નવીન પાણી-સ્વચ્છ પાણી તેમાં રહે છે. આ જ દષ્ટાંતે જૂના પાણીરૂપ-મલિન વિચાર-પાપિષ્ઠ-ગંધાઈ ગયેલ અને તેથી જ અપકીર્તિ અને દુઃખની દુર્ગંધ ઉછાળનાર પાપક્રમાં આ નવીન પરમેશ્વરપદનો વાચક મહામંત્ર ઐર્હં નમઃ તેનો અર્ખંડ જાપ કરો. તમારામાં બળ હોય તેટલા પુરજોસથી જાપ કરો. એક શ્વાસોચ્છવાસ પણ મહામંત્રના ઉચ્ચારણ કર્યા સિવાય ખાલી ન જવા દો. જોઈલો પછી મજા. આ નવું પાણી એટલા જોસથી વહેવા માંડશે કે તેના ઘઝાથી પૂર્વનું જૂનું ગંધાયેલું પાપરૂપ પાણી-મલિન વાસનારૂપ પાણી-તદન ખાલી થઈ જશે. તેની ખાતરી તમારા મનમાં ખરાબ વિચારો પ્રગટ થાય તે છે. અને આ મંત્રના તાપથી (કારણ કે તેથી તપ થાય છે એટલે તેના તાપથી) ઉત્તમ વિચારની ધારા પ્રગટ થશે. આ આવરણ જવાથી-આ જાપના ઘર્ષણથી-ઉત્પન્ન થતી વીજળીના તાપથી તમારી મલિનતા બળી જવાથી અનેક સુવિચારની ધારાઓ સ્ફુરવા માંડશે આ અજ્ઞાનાવરણ ઓઢ્યું થવાથી ખરું જ્ઞાન જેમાંથી થવાનું છે તેવી વિચારશ્રેણી ચાલુ થશે આટલું થયા પછી અજ્ઞાનાવરણ તોડવાનું કામ શરૂ થશે એટલે ત્રીજી ભૂમિકા શરૂ થશે.

પૂર્વે કહી આવ્યા તે ઉપવાસ એ પહેલી ભૂમિકા છે. બપ જીજી ભૂમિકા છે. વિચાર ત્રીજી ભૂમિકા છે. આ સ્થળે તપનો વિષય ચાલુ છે માટે જાપથી તપ થાય છે. પરમાત્માનું

નામસ્મરણ કરવું તે તપ છે. તે સાથે આ તપ ધ્યાનપૂર્ણ કરવું એટલે અભ્યંતર તપ પણ સાથે થશે. ધ્યાનપૂર્ણ જાપ એટલે હૃદયમાં અંતરદષ્ટિ રાખી જે ઇષ્ટદેવ પોતાનો હોય તેની કે પોતાના સદ્ગુણની મૂર્તિ હૃદયમાં રાખી, અંતરદષ્ટિથી તે જોયા કરવી અને મનથી તે મંત્રનો જાપ કરવો, તે મૂર્તિ ધ્યાનમાં ન આવી શકે તો જે ઇષ્ટદેવનો જાપ કરાતો હોય તે અક્ષરોની આકૃતિ હૃદયમાં પડે તેવી રીતે તે જાપ કરવો અને અંતરદષ્ટિથી તે અક્ષરો જોયા કરવા, મનથી તે ઇષ્ટદેવનો જાપ ચાલુ રાખવો. આ તપ છે. સૌત્રું જેમ અગ્નિથી શુદ્ધ થાય છે, તેમ મન આ તપથી શુદ્ધ થયું, તો પછી તે મન દ્વારા આત્માનાં શુદ્ધ સ્વરૂપનો અનુભવ કરવો એટલે શુદ્ધ આત્મસ્વભાવ પ્રગટ કરવો તે કઠિન નથી. ૩૬-૩૭.

ધર્મની પ્રાપ્તિ દુર્લભ છે તે વિષે

ધર્મભાવના

जगदाधारो धर्मो दयान्वितो दशविधश्च पूत जगत् ।

स्वर्गापवर्गसुखदः सुदुर्लभो भाव्यते भव्यैः ॥ ૩૮ ॥

यस्यांशमेवमुपसेव्य भजन्ति भव्या

मुक्तिं वृषस्य शुचिदानदयादिज्ञातैः ।

शक्यं स्वरूपमतुलं गदितुं हि सम्यक्

किं तस्य नास्तिकनरैश्च कुशास्त्रवादैः ॥ ૩૯ ॥

દયા સહિત ધર્મ જગતનો આધાર છે. તેના દશ ભેદ છે. તે જગતને પવિત્ર કરનાર છે, સ્વર્ગ અને મોક્ષને આપ

નાર છે. તેની પ્રાપ્તિ ઘણી દુર્લભ છે એમ ભવ્ય જીવોએ વિચાર કરવો.

ધર્મના પવિત્ર દાન-દયાદિ માર્ગો જાણવા, સાથે તેના એક અંશને પણ સેવી-પાળીને ભવ્યજીવો મુક્તિને ભજે છે; તે ધર્મના મહાન સ્વરૂપને સારી રીતે કહેવાને, કુશાસ્ત્રના વાદો વડે શું નાસ્તિકો સમર્થ થશે કે? નહિ જ.

ભાવાર્થ :—ધર્મની દુર્લભતા વિષે મનુષ્યોએ વિચાર કરવો કે દુનિયામાં બીજી સર્વ વસ્તુ મળવી સુલભ છે, પણ ધર્મની પ્રાપ્તિ દુર્લભ છે, ચાને દુઃખે પામી શકાય છે. મહાન પુણ્યરાશિ એકઠી થતાં આ મનુષ્યજીવન મળે છે. તેમાં પણ આર્થદેશ, ઉત્તમ જાતિમાં જન્મ, પાંચે ઇન્દ્રિયની પૂર્ણતા, નીરોગી શરીર, દીર્ઘ આયુષ્ય અને ધર્મપ્રાપ્તિ ઇત્યદિ દુર્લભ છે. ધર્મ સિવાય આર્થ દેશાદિ પ્રાપ્ત થાય છે તોપણ નિર્ચયક થાય છે, માટે ધર્મપ્રાપ્તિ તે સર્વથી ઉત્તમ છે. આર્થદેશાદિ નિમિત્તો ધર્મપ્રાપ્તિમાં સુલભ કારણરૂપે છે, છતાં પણ ધર્મપ્રાપ્તિ થાય તો તે સફળ છે.

આ ધર્મ જ જગતમાં રહેલા જીવોને આધારભૂત છે. ધર્મ વિના અનેક જીવન વ્યતીત થયાં પણ તેનું પરિણામ કંઈ સારું આવ્યું જ નથી. ધર્મ વિના જીવન ઉચ્ચ થઈ શકે જ નહીં તેમાં પણ સર્વ જીવોને શાન્તિ આપનાર, અલય આપનાર, આત્મસ્વરૂપે જોનાર ધર્મ તે જ ધર્મ નામને યોગ્ય છે, બાકી ધર્મના મધારક બીજા ધર્મ સમજવા.

ધર્મ દસ પ્રકારના છે.

ક્ષમા—રાખવી અન્યને ક્ષમા આપવી. ૧

અભિમાન રહિત થવું—અહંવૃત્તિનો નાશ સાધવો. ૨
હૃદય ક્રોધ, સરસ, માયારહિત રાખવું—છગ પ્રપંચ
દિને હૃદયથી રજા આપવી. ૩

જે મળે તેમાં સંતોષ માનવો—સંતોષમય જીવન
ગુણરવું. ૪

બાહ્ય અભ્યંતર તપ કરવું—ઈચ્છાનો નાશ સાધવો-
ઈચ્છા રહિત થવું. ૫

મન અને ઇન્દ્રિયોનો નિગ્રહ કરવો—સંયમ સાધવો. ૬
પ્રિય, પથ્ય, સત્ય અને હિતકારી બોલવું—સત્ય શોધવું.
સત્ય સ્વરૂપ થવું. ૭

મન, વચન, શરીરને અશુભ સંકલ્પ, અશુભ ઉચ્ચાર
અને અશુભ—વિરુદ્ધ—આચરણથી અગાં રાખવાં અને શુભ
સંકલ્પ, શુભઉચ્ચાર અને શુભઆચરણથી પવિત્ર રાખવાં. ૮
નવ પ્રકારે બ્રહ્મચર્ય પાળવું—આત્મજ્ઞાનમાં—બ્રહ્મમાં
રમણતા કરવી. ૯

સર્વ પરિગ્રહનો ત્યાગ કરવો, શુભાશુભ કર્મો ઉપરથી
પણ મમત્વ કાઢી નાખી આત્મસ્વરૂપે થઈ રહેવું. ૧૦

આ દસ પ્રકારે ધર્મ છે.

આ ધર્મ જગતને પવિત્ર કરનાર છે, શાન્તિ આપનાર
છે, સ્વર્ગના ઇચ્છુકને સ્વર્ગસુખ પણ આપનાર છે. ઇચ્છા-
પૂર્વક ધર્મનું સેવન કરવાથી સ્વર્ગોદિ પ્રાપ્તિ થાય છે અને
મોક્ષના ઇચ્છુકને મોક્ષ પણ આપનાર છે. આવો પવિત્ર

ધર્મ મળવો દુર્લભ છે, તેનો વિચાર કરી અનુકૂળ અવસર મળ્યા છતાં પ્રમાદ ન કરતા યથાયોગ્ય પ્રવૃત્તિ કરવી.

આ ધર્મના અમુક પવિત્ર અંશો-ભાગો (જેવા કે સર્વ જીવને આત્મસ્વરૂપે જોવા, સર્વ જીવોની દયા કરવી, જીવોને અભય આપવું વગેરે) તેનો આશ્રય કરીને ઘણા જીવો મોક્ષ પામ્યા છે અને પામશે. તાસ્તિક લોકો જોયો ધર્મધર્મ જેવું કંઈ માનતા નથી, આત્માને પણ નિત્ય સ્વરૂપે સ્વીકારતા નથી, તેઓ આ ધર્મના રહસ્યને શું સમજે? તેમના કૃતકવાળા વાદો, આ ધર્મનું મહાન સ્વરૂપ કેવી રીતે પ્રતિપાદન કરી શકે? કારણ કે ધર્મ અનુભવગમ્ય છે. વ્યવહારમાં જો તેવું તેનું સ્વરૂપ કથન કરો, તથાપિ તેનો અનુભવ ક્યો વિના તેનાથી ઉત્પન્ન થતી મુખશાન્તિ મળી શકતી નથી.

હે ભગ્ય જીવો! આવી ઉત્તમ અનુકૂળતા તમને મળી છે, તો તેનો દુરુપયોગ ન કરતા તેને સફળ કરો. ધર્મનો અનુભવ મેળવવા માટે પ્રમાદ ન કરતાં સાવધ થવું તે આ ભાવનાની વિચારશ્રેણીનો ઉદ્દેશ છે. ૪૦-૪૧.

આ લોક શું છે, તે સંખંધી વિચાર

લોકભાવના

जीवादयो यत्र समस्तभावा जिनैर्विलोकयन्त इतीह लोकः ।

उक्तस्त्रिधासौ स्वयमेव सिद्धो स्वामी च नित्यो निधनश्च चिन्त्यः॥४२॥

उत्पद्यन्ते विपद्यन्ते यत्रैते जीवराशयः ।

कर्मणाशाधिसंचद्धाः नानायोनिषु संस्थिताः ॥ ४३ ॥

જિનેશ્વરો, જેમાં જીવ આદિ સમસ્ત પદાર્થો જીએ છે તે આ લોક સમજવો. તે લોક ત્રણ પ્રકારે કહ્યો છે. તે સ્વયંસિદ્ધ છે, પોતે જ માલિક છે, નિત્ય છે અને નાશ પામનાર નથી, એમ વિચાર કરવો. ૪૩.

કર્મપાશથી અતિ બંધાયેલી અને નાના પ્રકારની ચેતિ એમાં રહેલી જીવની રાશિઓ જેમાં ઉત્પન્ન થાય છે અને મરણ પામે છે તે લોક છે.

ભાવાર્થ :—ધર્મભાવનામાં ધર્મસ્વરૂપ સમજાવ્યું. હવે લોકભાવના એટલે આ લોક સંબંધી વિચાર કરવો. આ વિચાર કરવાનો હેતુ એવો છે કે મનનો ચંચળતાવાળો સ્વભાવ છે. ગમે તેવા ઠેકાણે તેને ગોઠવો પણ પૂર્વના સંસ્કારને પ્રબોધક સહજ નિમિત્ત મળ્યું કે તેમાંથી છટકી જઈ અન્ય વિચારોમાં ગોઠવાઈ જશે. આ લોકભાવનાના વિચારો કરાવવા તે તેની ચંચળતાને વધારે ચંચળ કરાવીને શાન્તિ આપવાનો ઉપાય છે. ઘોડો ઘણો ચપળ અને ઉદ્વિગ્ન તોફાની હોય, જિભો રાખવા છતાં દોડવાની ઈચ્છા કરતો હોય, પણ તેને એક વાર રેતીના ઊભા રણમાં પ્રવેશ કરાવી, તેની ઈચ્છાથી પણ વધારે દોડાવવાથી, છેવટે થાકી જઈ ચલાવવા પ્રયત્ન કરવા છતાં પણ તે જિભો રડી જશે. આ ન્યાયે મનના ચપળ સ્વભાવને વધારે ચપળતા કરાવી આખા લોકમાં ફેલાવી મનને શાન્ત કરવાનો આ ઉપાય છે. આમાં મનને પોતાની ઈચ્છાનુસાર વિચાર કરવા નહિ દેતાં આપણી ઈચ્છાનુસાર—આપણા કહ્યા મુજબ, કહ્યા તેટલા વખત સુધી વિચાર કરાવવાની ટેવ પાડવામાં આવે છે; મતલબ કે મરણ

મુજબ વિચાર કરાવીએ અને મરણ મુજબ વિચાર બંધ કરાવીએ. હાંએ કાળે આ ટેવથી સારો ફાયદો થાય છે. મન કાબૂમાં આવે છે અને પછી જે જાતના વિચાર કરવાની ટેવ પડાવીએ છીએ તે સિવાય આપણી ઇચ્છાવિરુદ્ધ જુદી જાતના વિચારો કરતું તે અટકે છે. આપણે કહીએ તે જ જાતના વિચાર મન કરે અને ફરી આપણે તેને શી આજ્ઞા કરીએ તે સાંભળવાની રાહ જોતું મન બેસે. આ કાંઈ એવો ફાયદો થયો ન કહેવાય.

વિશેષમાં આ લોક સ્વરૂપના વિચારો એવા સૂકા છે કે તેમાં રાગદ્વેષ ઉત્પન્ન થવા જેવા નિમિત્તો નથી; તેથી મન પણ સૂકું-લૂણું એટલે મધ્યસ્થ-રાગદ્વેષ વિનાનું બનવાનો સંભવ છે.

જિનેશ્વર ભગવાન જેમાં જડ, ચૈતન્યભાવો રહેલા જુએ છે તેનું નામ લોક કહે છે. ઉપાધિ ભેદથી તે ત્રણ પ્રકારે ભૂલોક, અધોલોક અને તિર્યછોલોક. ઉપરનો ભાગ ભૂલોક કહેવાય છે, નીચેનો ભાગ અધોલોક ગણાય છે અને આપણે જે ભૂમિ ઉપર રહ્યા છીએ, તે તિર્યછોલોક કહેવાય છે. શબ્દની વ્યાખ્યામાં ત્રણે ભાગોનો સમાવેશ થાય છે. ધર્મ, અધર્મ. આકાશ, કાળ, પુદ્ગલ અને આત્મા આ છ દ્રવ્યો-પદાર્થો જેમાં રહેલા છે તે લોક કહેવાય છે; અને તે સિવાયનો ભાગ અલોક ગણાય છે. અલોકમાં આ છ દ્રવ્ય માંહેલું એક આકાશ દ્રવ્ય જ છે. આ લોક સ્વયંસિદ્ધ છે. તેને બનાવનાર કોઈ નથી, તેમ તેનો માલિક-સ્વામી પણ કોઈ નથી, અર્થાત્ પોતે જ માલિક છે.

આ લોક નિત્ય છે, કોઈ કાળે નાશ થવાનો નથી, તે માંડીલા એક પણ અણુનો કે એક પણ જીવનો કોઈ પણ કાળે નાશ થવાનો નથી, એટલે અંત વિનાનો છે.

આ જીવોની રાશિ-સમુદાય કર્મના પાશથી બંધાઈને નાના પ્રકારની ચોરાશી લાખ જીવયોનિ (જીવોને ઉત્પન્ન થવાના સ્થાનો) માં ઉત્પન્ન થાય છે. જે ઉત્પન્ન થવાના સ્થાન વિશેષતા રૂપ, રસ, ગંધ એકસરખાં મળતાં આવતાં હોય તેવાં અનેક સ્થાનોને એક ગણવામાં આવે, તેવા અનેક સ્થાનોના સમુદાયને જાતિ કહેવાય છે. આવી જીવોને ઉત્પન્ન થવાની ચોરાશી લાખ જીવયોનિ કહેવાય છે, એટલે જીવોને ઉત્પન્ન થવાના ઠેકાણાં છે.

તે સર્વ સ્થાનોમાં અજ્ઞાન અને અહંકાર વૃત્તિથી કરાતાં શુભાશુભ કર્મના બંધનોથી બંદીવાન થઈ જીવો તેમાં ઉત્પન્ન થાય છે અને મરણ પામે છે. પાછા જન્મે છે અને પાછા મરે છે. આવી રીતે આ સંસારપરિબ્રમણનું ચક્ર ચાલ્યા કરે છે એવી કોઈ પણ જાતિ પ્રાયઃ નહીં હોય કે આ જીવે તેનો અનુભવ લીધો ન હોય. જન્મમરણની માળાના મણકા આ રીતે ફરતા જાય છે. પણ જીવ (આત્મા) સૂત્ર તો એકનું એક જ છે, માટે તે નિત્ય વસ્તુને જ વળગી રહેવું બેઠંએ.

આ લોકભાવનાની વિચારણા વખતે શાસ્ત્રમાં વિસ્તારથી ત્રણે લોકમાં રહેલા સ્થાનો, પદાર્થો, જીવો વગેરેનું વર્ણન આપ્યું છે તેનો વિચાર કરવો.

અધોલોકમાં ઘનવાત, તનવાત, ઘનોદધિ, તનોદધિ, સાત

લોક, તેનાં જુદાં જુદાં સ્થાનો, પાથડાઓ, તેમાં રહેલ
કુંભીઓ, નારકીઓ, તેને થતી ચાતનાઓ (પીડાઓ), પરમા-
ધાર્મીના પ્રહારો, અન્યોન્ય થતી ઉદીરણાઓ, ત્યાંનો સખત
તાપ, સખત શીત, શાદમલી આદિ વૃક્ષોના કરવત જેવાં
પ્રભો અસહ્ય વેદનાઓ, જરા પણ શાન્તિ-સુખનો અભાવ
તેનો વિચાર કરવો.

ભુવનપતિ, વ્યંતર, વાણવ્યંતર, આદિ દેવોના ભવનો-
હેવાનાં નિવાસસ્થાનો, તેમની રમણતા, તેઓનું આનંદિત
જીવન વગેરેનો વિચાર કરવો.

તિર્યંગલોકમાં કર્મભૂમિ અકર્મભૂમિ, યુગલિક મનુષ્યો,
તથા અસંખ્યાત ક્ષીપ. સમુદ્રો, સૂર્ય, ચંદ્ર, જંબુદ્વીપ, ભરત-
ક્ષેત્ર, માતૃષોત્તર, મેરુ આદિ પર્વતો, નંદન આદિ વનો,
વિદ્યાધરના નિવાસની શ્રેણીઓ, સીતાદિ મહાનદીઓ, દેવોની
મીડા કરવાની રાજધાનીઓ, ઉત્પાત પર્વત ઇત્યાદિનો વિચાર
કરવો.

ઉર્ધ્વલોકમાં દેવવિમાનો, કલ્પવાળા દેવો, ઇંદ્રો, ઐવેચક,
અનુત્તર વિમાન, વિમાનોની સંખ્યા, વિસ્તાર, તેમાં રહેતા
દેવો, ઇંદ્રો, તેઓની રિદ્ધિ, શક્તિ. આનંદ-ઉપભોગનાં સાધન,
વનો, વાવો, આરામો (ખાગખગીયાઓ), વગેરેનો ચિતાર
પોતાના સન્મુખ વિચાર દ્વારા ખડો કરવો. અને છેવટે
તેમાંથી મનને વૈરાગ્યવૃત્તિમાં ખેંચી લાવવું કે આ સર્વે
સ્થળે એક વાર નહિ પણ અનેક વાર મેં જન્મ, મરણ
અનુભવ્યું છે, આ સર્વ વસ્તુનો ઉપભોગ મેં અનેકવાર
કર્યો છે, પણ મારી તૃપ્તિ તેથી થઈ નથી અને થવાની પણ

નથી. અનંત કાળથી આવી સ્થિતિઓ ભોગવ્યા કરું છું, આવી ગતિ-જાતિઓમાં પરિભ્રમણ કર્યા જ કરું છું, છતાં તે પદ્ધતિથી ખરી યા સાચી શાન્તિ મળી નથી, મળવાની આશા પણ નથી; ઊલટો સંતાપ, વિયોગ, દાહ, આત્મસ્થિતિ મળી છે અને હજી પણ જો તેમાં જ આસક્તિ રાખીશ તો મારી આ દુઃખમય સ્થિતિ ચાલુ જ રહેશે ઇત્યાદિ વિચાર કરી મનને તેના ઉપભોગથી-તે તરફના સ્નેહથી પાછું હટાવી, નિરાશ કરી, ઇચ્છા રહિત કરી, આત્મસ્થિતિ તરફ વાળવું. આવી રીતે મનને આંખા લોકમાં ફેરવવાની ટેવ પડ્યાથી મનને લોકમાં વ્યાપ્ત કરી દેવાની શક્તિ આવશે અને તેમ કરી તે સ્થિતિમાં ખેદ રહિત આત્માનંદને અનુભવ લેવાશે. છેવટે લોકતું જ્ઞાન થઈ રહ્યા પછી અલોકની સ્થિતિનું પણ જ્ઞાન થશે અને આત્મા પૂર્ણ સ્વરૂપમાં આવી રહેશે. આવી સ્થિતિ લાવવા માટે આ લાવનાને ઉપયોગ કરવાનો છે.

સમ્યક્ દૃષ્ટિ થવી દુર્લભ છે.

બોધિ ભાવના

જીવાનાં યોનિલક્ષેષુ ભ્રમતામતિદુર્લભમ્ ।

માનુષ્યં ધર્મસામગ્રીં બોધિરત્નં ચ દુર્લભમ્ ॥૪૪॥

લાખો જીવજીનિમાં ભ્રમણ કરતાં, મનુષ્યપણું મળવું ઘણું દુર્લભ છે; તેમાં પણ ધર્મની સામગ્રી અને બોધિરત્ન (સમ્યક્જ્ઞાન)ની પ્રાપ્તિ તો વધારે દુર્લભ છે.

ભાવાર્થ :—માનવો ! ચોક્કસ સમજજો. વારંવાર આ

માનવ જિંદગી મળવી દુર્લભ છે. અનેક જિંદગીઓના પરિ-
ભ્રમણ પછી ઘણે કાળે, અને કોઈ જ વાર સર્વ સાધનસંપન્ન
આ જિંદગી મળી છે. તેમાં પણ ધર્મ-આત્મસ્વભાવ-પ્રગટ
કરવામાં મદદગાર આર્યદેશ, ઉત્તમ કુળ, નીરોગી શરીર,
તીક્ષ્ણબુદ્ધિ, લાંબુ આયુષ્ય, સત્સમાગમ અને સ્વરૂપ પ્રગટ
કરવાની ઇચ્છા એ ઉત્તરોત્તર દુર્લભ છે. આ સ્થિતિ પામ્યા
પછી તત્ત્વ સ્વરૂપ જાણવું પામવું, એ વધારે દુર્લભ ન
ગણાય, છતાં તેવી સ્થિતિ પામ્યા છતાં પણ સમ્યક્દષ્ટિ અને
તત્ત્વજ્ઞાન જેવી અમૂલ્ય વસ્તુની પ્રાપ્તિ થવી તે ઘણી જ
દુર્લભ છે એવી સ્થિતિમાંથી પતિત પણ થઈ જવાય છે. એ
અનુકૂળ સંયોગો ઘણી વાર નિષ્ફળ નીવડે છે એમ જ્ઞાની
પુરુષોએ ઘણીવાર જોયેલું છે માટે આપણને તેઓ વારંવાર
ચેતાવે છે.

મહાનુભાવો ! જાગો ! ઊઠો ! પ્રયત્ન કરો, નહિતર વખત
મયા પછી પશ્ચાત્તાપ નકામો છે.

આ પ્રમાણે સમભાવ લાવવા માટે-રાગદ્વેષની પરિણતિ
હાવવા માટે આ ખાર લાવનાથી અંતઃકરણને વારંવાર
વાસિત કરવું.

આ ખાર લાવના સંબંધી વિચાર કરશે તો જ જણાશે
કે તે લાવનાઓ પાપરૂપ મળ કે મલિન વાસનારૂપ મળ
સાફ કરવા માટે જીલાખની ગરજ સારે છે.

શાસ્ત્રકાર તો આગળ વધીને એટલું પણ કહે છે કે આ
લાવનાઓ તો રસાયણ છે. ધ્યાનરૂપ શરીરને પોષણ આપ-
વાને ખરેખર રસાયણ છે.

આ ભાવનાથી જેણે હૃદય વાસિત ન કર્યું હોય તે ધ્યાનને લાયક થતો જ નથી. મતલબ કે ધ્યાનને લાયક થવા માટે આ ભાવનાનો પ્રથમ પ્રયોગ કરવો. રસાયણ બાવા માટે કોડો સાફ કરવા આ જુલાબ પ્રથમ લઈ લેવો. ત્યાર પછી ધર્મરસાયણનું સેવન કરવું.

પ્રકરણ ૪

હિતશિક્ષા

ગુણોપેતં નરત્વં ચેત્ કાકતાલીયનીતિત્તઃ ।

યદ્યાપ્તં સફલં કુર્યાત્ નિત્યં મોક્ષાર્થસાધનૈઃ ॥૪૫॥

હે માનવ ! આ ગુણોવાળું તે કાકતાલીય ન્યાયથી જો પ્રાપ્ત કર્યું છે તો મોક્ષપ્રાપ્તિ થાય તેવા સાધનો નિત્ય સેવીને તારે તે સફલ કરવું.

ભાવાર્થ :—ગુણવાળું-ગુણ, શાંતિ, સમતા, સ્વભાવ-રમણતા ઇત્યાદિવાળું અર્થાત્ ઇત્યાદિ ગુણો જેમાં ઉત્પન્ન કરી શકાય તેવું છે મનુષ્યપણું તે તને કાકતાલીય ન્યાયથી પ્રાપ્ત થયું છે. કહેવત છે કે ‘કાગડાનું તાડપર બેસવું અને તાડનું પડવું’ આવું તો કોઈક વાર જ બને છે. કાગડો તાડ પર બેસે એટલે તાડ પડી જાય આવું કાંઈ નિત્ય બનતું નથી. તેમ મનુષ્યપણું પણ કાયમ મળતું નથી. પણ કોઈક કાકતાલીય ન્યાય જેવા પ્રસંગે જ મળી આવે છે. તો હે મનુષ્ય ! નિરંતર મોક્ષ એ જ અર્થ સિદ્ધ થાય તેવા ઉત્તમ સાધનોના સેવન વડે તેને સફલ કરી લે.

સોનાના થાળમાં ધૂળ ભરવી, અમૃતથી પગ ધોવા, ઐશ્વર્ય જેવા હાથી ઉપર લાકડાનો ભાર ભરવો અને ચિંતા-મણિ રત્ન કાગડાને ઉડાવવા માટે ફેંકવું, એ જેમ મૂર્ખતા છે. તેમ આવા ઉત્તમ માનવ દેહનો, વિષયાદિ વાસના તૃપ્ત કરવામાં દુરુપયોગ કરવો તે મૂર્ખતા છે. તેમ ન કરતાં મોક્ષનાં સાધનો પ્રાપ્ત કરવામાં જીવન સફલ કરી લે.

ધ્યાન મોક્ષનું સાધન છે.

મોક્ષોત્તિકર્મક્ષયતઃ પ્રણીતઃ કર્મક્ષયો જ્ઞાનચારિત્ર્યતથ્થ ।
જ્ઞાનસ્ફુરદ્ધ્યાનતઃ એવ ચાસ્તિ ધ્યાનં દિતં તેન શિવાધ્વમાનામ્ ॥૪૬॥

સર્વથા કર્મક્ષય થવાથી મોક્ષ કહેલો છે. કર્મનો ક્ષય જ્ઞાન અને ચારિત્રથી થાય છે; જ્ઞાન ઉન્નવળ ધ્યાનથી જ પ્રાપ્ત થાય છે. આ કારણથી નિર્વાણ માર્ગના પંથીઓને ધ્યાન હિતકારી છે.

યત્ઃ ઉક્તં કલ્યું છે કે.

મોક્ષઃ કર્મક્ષયાદેવ સમ્યગ્જ્ઞાનતો મયેન્ ।

ધ્યાનસાધ્યં મતં તદ્વિ તસ્માત્તદ્વિતમાન્મનઃ ॥૪૭॥

મોક્ષ કર્મ ક્ષયથી જ થાય છે. કર્મક્ષય સમ્યક્જ્ઞાનથી જ થાય છે, સમ્યક્જ્ઞાન ધ્યાનથી સાધ્ય થાય છે તેમ જ્ઞાની-ઓએ માનેલું છે માટે આત્માને ધ્યાન હિતકારી છે;

અતઃ સ્વાત્માર્થસિદ્ધયર્થ ધર્મધ્યાનં મુનિઃ શ્રયેન્ ।

પ્રતિજ્ઞાં પ્રતિપદ્યેતિ ચિન્ત્યતે ધ્યાનદીપિકા ॥૪૮॥

આ કારણથી પોતાના આત્મસ્વરૂપની સિદ્ધિને માટે મુનિ ધર્મધ્યાનનો આશ્રય કરે. આ પ્રતિજ્ઞા અંગીકાર કરીને ધ્યાનદીપિકાનું ચિંતન કરીએ છીએ.

ભાવાર્થ :—આ અંગિકાર પોતાનો આશય પ્રગટ કરે છે કે ઉપર ખતાવેલ હેતુઓ વડે સિદ્ધ થાય છે કે આત્મસ્વરૂપ પ્રગટ કરવાને ધ્યાન એ જ મુખ્ય ઉપાય છે અને તે માટે મુનિઓએ તેનો અવશ્ય આશ્રય કરવો જ. આ વાત ધ્યાનમાં રાખીને અથવા આ પ્રમાણે ચોક્કસ પ્રતિજ્ઞાપૂર્વક કહું છું કે ધ્યાન વિના જ્ઞાન ન જ થાય અને જ્ઞાન વિના કર્મક્ષય ન જ થાય અને કર્મક્ષય વિના મોક્ષ ન જ થાય; માટે આ ધ્યાન સંબંધી હકીકત જણાવવા માટે હું ધ્યાનદીપિકા કહું છું અર્થાત્ જેમ મકાન ચણતાં પહેલાં તેના પ્રમાણમાં તે મકાનના પાયાને મજબૂત કરવાનો વિચાર કરવો જોઈએ અને જો પાયો તેના પ્રમાણમાં ઊંડો ન હોય તો તે મકાન ચણતાં અગર તો ચણાઈ રહ્યા બાદ વિશેષ વખત ટકાવી રાખી તેનો લાભ લેતાં ઘણાં વિઘ્નો નડે છે, ખલકે તેનો લાભ લઈ જ શકાતો નથી, તે જ મુજબ ધ્યાન તે મોક્ષનો મૂળ પાયો છે, તો જો મૂળ પાયો ખરાબર સમજી પુખ્ત વિચાર કરી હાથ ધરવામાં ન આવે તો મોક્ષરૂપી મકાનના છેલ્લા માળ સુધી પહોંચવું બહુ જ મુશ્કેલ થઈ પડે. માટે તેની હકીકત જણાવવા માટે ધ્યાનદીપિકા સમજવાની ખાસ જરૂર છે. આ પાયાને ઠેકાણે ખાર ભાવનાના મજબૂત સંસ્કાર દઢ કર્યા પછી હવે તેના ઉપર અણતર ચણાવવાની માફક ધ્યાનના વિચારો સમજવાની ખાસ

જરૂર છે. આ કારણથી આ સ્થળે હવે હું ધ્યાન સંખંધી વિચાર કરું છું.

આત્મસાધન વિના બધું નકામું છે.

અંતેઽસ્તિ મૃત્યુર્યદિ યસ્ય તસ્ય ચિતામણિર્હસ્તમિતસ્તતઃ કિમ્ ।
 સુવર્ણસિદ્ધિસ્ત્રવમવત્તતઃ કિં જ્ઞાતં પ્રમુત્ત્વં ક્ષણિકં તતઃ કિમ્ ॥૪૯॥
 પ્રમા ચ ગુર્વી પદવી તતઃ કિં ગિતં યશોઽન્યૈર્ન હિ વા તતઃ કિમ્ ।
 શુક્તાશ્ચ મોગાઃ સુરસાસ્તતઃ કિં લઙ્ઘા ચ વિદ્યાધરતા તતઃ કિમ્ ॥૫૦॥
 શ્વદાદિમિર્તા લલિતં તતઃ કિં શ્રિયોઽર્જિતા કોટિમિતાસ્તતઃ કિમ્ ।
 નતં શ્રુતજ્ઞૈર્મહિતં તતઃ કિં ન સ્વીકૃતં ચેચ નિજાર્થસાધ્યમ્ ॥૫૧॥

જેને તેને પણ જો છેવટે મરણ છે. તો ચિતામણિ રત્ન હાથમાં આવ્યું પણ શા કામનું ? સુવર્ણ સિદ્ધિની પ્રાપ્તિ થઈ તોપણ શું ? ક્ષણિક પ્રભુતા-મોટાઈ પ્રાપ્ત થઈ તેથી પણ શું ? મહાન પદવી પ્રાપ્ત થાય તેનાથી પણ શું ? બીજાઓએ યશોગત કર્યું અગર ન કર્યું તેથી પણ શું ? સરસ ભોગોનો ઉપભોગ કર્યો તોપણ શું ? વિદ્યાધરપણું પ્રાપ્ત થાય તોપણ શા કામનું ! શબ્દાદિ વિષયો વડે લીલાઓ-વિવિધ કીડાઓ ફરી તોપણ શું થયું ? કરોડોની સંખ્યા પ્રમાણે લક્ષ્મી ક્રોધ ઉપાર્જન કર્યું તોપણ શું ! શ્રુત જ્ઞાનીઓએ નમન કર્યું તોપણ શું ? જો પોતાનું પ્રયોજન સિદ્ધ ન કર્યું- પોતાનું સાધ્ય-પ્રયોજન ન સ્વીકાર્યું તો સર્વ વૃથા છે.

ભાવાર્થ :—દુનિયાની તમામ મન તથા ઈંદ્રિયોને અનુ-
 કૂળ સામગ્રી પ્રાપ્ત થાય તથાપિ જન્મમરણ માથે ફર્યા

કરતાં હોય તો તે અનુકૂળતા શા કામની છે? અર્થાત તે નિરૂપયોગી છે તે અનુકૂળતા નિરંતરના આનંદને માટે નથી. ક્ષણિક આનંદ પરિણામે ભયંકર વિપત્તિઓ આપે છે, માનસિક અસહ્ય દુઃખો ઉત્પન્ન કરે છે અને આવી અનુકૂળ સામગ્રીઓ મળી હોય કે ન મળી હોય પણ જોયે પોતાનું પ્રયોજન-આત્મસ્વરૂપ પ્રગટ કરી લીધું હોય છે, તો તેને આ સામગ્રી મળી હોય તોપણ ઠીક છે અને ન મળી હોય તોપણ ઠીક છે. તેનો જન્મ તેનું જીવિતજી અને તેનો પ્રયાસ સર્વ સફળ છે,

ધ્યાન સુધારસ પીઓ.

અતોઽસત્કલ્પનામાર્જં હિત્વાર્થં મોક્ષમિચ્છુમિઃ ।

સમસ્તગુણસંસ્થાનં ધર્મધ્યાનં સમાશ્રિતમ્ ॥૫૨॥

નિર્વિળ્ળોસિ યદિ ભ્રાતર્જન્માદિકલેશયોગતઃ ।

નિઃસંગત્વં સમાસૃત્ય ધર્મધ્યાનરતો ભવ ॥૫૩॥

અવિદ્યાતામસં ત્યક્ત્વા, મોહનિદ્રામપાસ્ય ચ ।

નિર્દોષોઽથ સ્થિરીભૂય પિવ ધ્યાનસુધારસમ્ ॥૫૪॥

આ કારણથી અસત્કલ્પનાવાળા અર્થનો ત્યાગ કરી, મોક્ષના ઇચ્છુક જીવોએ સર્વ ગુણના સ્થાનતુલ્ય ધર્મધ્યાનનો આશ્રય કર્યો છે.

હે ભાઈ! જો તું જન્માદિ કલેશના યોગથી ખેદ પામ્યો છે તો સર્વ સંગનો ત્યાગ કરીને ધર્મધ્યાનમાં આસક્ત થા.

અજ્ઞાનઅધકારનો ત્યાગ કરી, મોહનિદ્રાને દૂર કરી,

નિર્દોષપણે સ્થિર થઈ ધ્યાનરૂપ અમૃતરસનું પાન કર.

ભાવાર્થ : - પૂર્વે કહી આંચા તેમ અનુકૂળ સંયોગો છતાં પણ જન્મમરણ દૂર કરવા અને આત્મસ્વરૂપ પ્રગટ કરવા, આ માનસિક કલ્પનાથી જ રમણીય દેખાતા પદાર્થોનો ત્યાગ કરી સર્વ ગુણોના સંસ્થાન-ગૃહતુલ્ય ધર્મધ્યાનનો જ આશ્રય પૂર્વે અનેક મુમુક્ષુ જીવોએ લીધો છે, વર્તમાનમાં પણ લે છે અને ભવિષ્યમાં પણ તે ધ્યાનનો જ આશ્રય લેશે.

હે પ્રિયબન્ધુ ! જન્મ, મરણ, આધિ, વ્યાધિ અને ઉપાધિથી ઉત્પન્ન થતા કલેશથી તને જરા પણ નિર્વેદ આંચો હોય-કંટાળો આંચો હોય, ફરી તેવા કલેશો સહન કરવાની તારી ઈચ્છા ન હોય તો જ સર્વ સંગનો-સર્વ આસક્તિનો ત્યાગ કર.

જો હજી પણ આ દુનિયાના માયિક-દેખાવે માત્ર રમણીય વિષયો પ્રિય લાગતા હોય તો આ બાહ્ય ત્યાગના કલેશમાં પડીશ નહિ. મનથી ત્યાગ થયો હોય તો આ ત્યાગમાર્ગ કલેશવાળો નથી પણ સુખરૂપ છે. પણ તે સિવાય તો કલેશરૂપ છે. ઉપરનો ત્યાગ તે ત્યાગ નથી, કાંચળી કાઢી નાખવાથી સર્પ નિર્વિષ થતો નથી; માટે વિષયોની ઈચ્છા દૂર કરી હોય તો જ ત્યાગમાર્ગમાં પ્રવેશ કરજે, પ્રવેશ કરીને પણ આળસુ બની ઉભયબ્રહ્મ ન થજે, પણ ધર્મધ્યાનમાં આસક્ત થજે. ધર્મધ્યાન કરજે એમ નહિ પણ તેમાં આસક્ત થજે એટલે તેને માટે જ અવશેષ રહેલું તારું જીવન તદ્દાકાર કરી દેજે, તારું મૂળ નિશાન ચૂકીશ નહિ.

આ ધર્મધ્યાતામૃતનું પાન કરવા પહેલાં અજ્ઞાનને દૂર કરજે, જડચૈતન્યનું વિવેકજ્ઞાન પહેલું કરજે. તે સિવાય તારો ત્યાગ નિષ્કળ થશે એટલું જ નહિ, પણ તે ત્યાગ ભલેટો સંસારપરિભ્રમણનું કારણ થશે. આત્મા એ જ પ્રાપ્તવ્ય સમ જજે, તેને માટે જ તારી સર્વ પ્રવૃત્તિ હોવી જોઈએ. ક્ષણભર પણ તારું લક્ષ્યખિદુ-મૂળ કર્તવ્ય-પ્રાપ્તવ્યથી વિમુખ હોવું ન જોઈએ. આ સ્થિતિ મેળવવા માટે મોહનિદ્રાનો સદ્ધાને માટે ત્યાગ કરજે. ચાલુ નિદ્રા જેટલી દુઃખરૂપ નથી, તેથી હબરો ગણી મોહનિદ્રા દુઃખરૂપ છે, આત્મધ્યાનમાં વિધનભૂત છે. આત્માની નજીક પહોંચવા આવેલાઓને પણ વિશેષ દૂર ખેંચી જનારી છે. નિદ્રા ત્યાગ કરવી એટલે જાગૃત રહેવું-જાગતા રહેવું, ક્યાં? શેમાં જાગતા રહેવું? પોતાના કર્તવ્યમાં-આત્માના ઉપયોગમાં. સ્વરૂપમાં જે જાગતો છે તે જ તાત્ત્વિક રીતે જાગતો છે.

નિર્દોષ થજે. રાગદ્વેષાદિ દોષો, મલિન વિચારો. તેનો ત્યાગ કરી, સ્થિર થજે. અસ્થિર અંતઃકરણને ધર્મધ્યાનમાં સ્થિર કરજે. ચાલુ સાધ્ય સિવાય અંતઃકરણને બીજા કામમાં વાપરીશ નહીં-જવા દઈશ નહિ તો જ ધર્મધ્યાનરૂપ અમૃત-રસનું પાન થશે. તો જ અજરામરપદ પ્રાપ્ત થશે. તે સિવાય ઊંચી સ્થિતિએ પહોંચવાની આશા સરખી પણ ન રાખીશ.

ધ્યાતા ધ્યાનં ચ તદ્ધ્યેયં ફલં ચેતિ ચતુર્વિધમ્ ।

સર્વં સંક્ષેપતો મત્વા સ્વાર્ત્તધ્યાનાદિકં ત્યજેત્ ॥૫૫॥

ધ્યાન કરનાર, ધ્યાન, ધ્યાન કરવા લાયક ધ્યેય અને

તેનું ફળ, આ ચાર પ્રકાર છે; તે સર્વને સંક્ષેપમાં સમજીને આત્મધ્યાનાદિકનો સારી રીતે ત્યાગ કરવો.

ભાવાર્થ :—ધ્યાન જ ઉપયોગી કર્તવ્ય છે એમ સમજ્યા પછી તેને માટે પ્રયત્ન કરનારાઓએ તે ધ્યાનનાં અંગો-વિભાગો સારી રીતે સમજવાં જોઈએ. પહેલી વાત એ છે કે ધ્યાતા એટલે ધ્યાન કરનાર કોણ હોવા જોઈએ? શુદ્ધ કે ત્યાગી? ધ્યાન કરનારમાં કેવી યોગ્યતા હોવી જોઈએ? બીજી વાત, ધ્યાન એટલે શું અને તે કેવું-કેટલી જાતનું છે? ત્રીજી વાત, ધ્યાન કરવાનું છે તે ક્ષેત્ર કેવું હોવું જોઈએ? ચોથી વાત તેનું ફળ શું પ્રાપ્ત થશે? આ ચારે બાબતને પ્રથમ ટુંકામાં પણ સમજીને પછી ધ્યાન કરવા માટે પ્રવૃત્તિ કરવી. ખરું ધ્યાન સમજ્યાથી આત્મ-ધ્યાન અને રૌદ્રધ્યાનનો સારી રીતે મજબૂતાઈથી ત્યાગ કરી શકાય છે.

ધ્યાન કોણ કરી શકે?

निर्ग्रथो हि भवेद्ध्याता प्रायो ध्याता गृही न च ।

परिग्रहादि मग्नत्वात् तस्य चेतो यतश्चलम् ॥ ૫૬ ॥

નિર્ગ્રંથ-ત્યાગી મનુષ્યો નિર્ગ્રંથ ધ્યાન કરનાર હોય છે પ્રાયઃ શુદ્ધ ધ્યાન કરી શકતો નથી કેમ કે તે પરિગ્રહાદિમાં રૂબેરૂ છે-તેનું ચિત્ત ચપલ છે. ૫૬.

ભાવાર્થ :—બહારથી તેમ અંતરમાંથી ત્યાગ કરનાર કામકોધાદિને હઠાવનાર, ત્યાગી, નિર્ગ્રંથ-રાગદ્વેષની અશિને તોડનાર-ઢીલી કરનાર, એવા મુનિઓ જ ધ્યાન કરવાના

અધિકારી છે. ગૃહસ્થાશ્રમમાં રહેલો મનુષ્ય પ્રાયઃ ધ્યાનનો અધિકારી નથી. ધ્યાન શબ્દથી અહીં ઉત્તમ ધર્મધ્યાનાદિ ધ્યાન સમજવું. આર્તધ્યાનાદિ તો ગૃહસ્થને પણ હોય છે.

પ્રાયઃ શબ્દ અહીં મૂકેલો હોવાથી, પૂર્વ જન્મનો સંસ્કારી અને ગૃહસ્થાશ્રમમાં પણ વિરક્તાતા ધારણ કરનાર કોઈ યોગ્ય જીવ હોય અને તે કોઈ વિશેષ કારણથી ત્યાગ કરી ન શકતો હોય છતાં તેનું હૃદય ધ્યાનાદિ માટે અધિકારી થયું હોય અને તેવી અનુકૂળતાવાળી ઘરમાં સગવડ હોય તો તે કરી શકે પણ ખરો. આ માટે અહીં પ્રાયઃ શબ્દ મૂકેલો છે.

મુખ્યત્વે, ગૃહસ્થ શા માટે ધ્યાનનો અધિકારી નથી, તેનો હેતુ બતાવે છે. તે પરિગ્રહાદિમાં મગ્ન-આસક્ત હોય છે, માટે અધિકારી નથી. ધનધાન્ય, જમીન, રાજ્યવૈભવાદિ, સ્ત્રી, પુત્ર, પુત્રી આદિ સંબંધીઓ વિગેરેના પાલણપોષણાદિમાં તેનું ચિત્ત વ્યગ્ર હોય છે. વ્યવહારના પ્રસંગોમાં, મન પર થતા આઘાતો અને તેના હૃદય પર પડતા સંસ્કારો એવા વિશેષ ઉપબળનારા હોય છે કે તે કાર્યનો નિશ્ચય કે સમાપ્તિ ન થાય ત્યાં સુધી મન વિચાર કરતું અટકતું નથી. આવું વિશેષવાળું મન ધ્યાનમાં જરા પણ ઉપયોગી થતું નથી. મનને એક જ ધ્યેયમાં પ્રવાહિત કરવું, અગર સ્થિર કરી દેવું, આ ધ્યાનની સ્થિતિ છે. તે મન નાના પ્રકારની આશા કે ઈચ્છાઓથી દુર્ગંધિત થયેલું-ખરડાયેલું કે ભ્રમણ કરતું હોય ત્યાં સુધી ધ્યાનમાં ઉપયોગી કેમ થઈ શકે ?

મન સ્વચ્છ અને સ્થિર હોય ત્યારે જ તે ધ્યાનમાં ઉપયોગી છે. પરમ વૈરાગ્ય વિના મન સ્વચ્છ-નિર્મળ કે સ્થિર થતું નથી. ગૃહસ્થાશ્રમમાં પ્રાયઃ શબ્દ મુકાયેલો છે. કદાચ કોઈ વિરલ જીવ ગૃહસ્થાશ્રમમાં પણ પરમ વૈરાગ્યવાન હોઈ પણ શકે. તથાપિ તે રાજમાર્ગ નથી, એટલે એમ ખતાવ્યું છે કે ધ્યાનના મુખ્ય અધિકારી ગૃહસ્થો નથી. તે જ વાત વિસ્તારથી કહે છે.

સ્વસ્થાપિ हि किं शृङ्गं स्वपुष्पमथवा भवेत् ।

તથાંગનાદિસક્તનાં નરાણાં ક્વ સ્થિરં મનઃ ॥૫૭॥

ગધેડાને પણ શું શિંગડું હોય? અથવા આકાશને પુષ્પ થાય ખરા કે? (તે બનવું અસંભવિત છે) તેમ સ્ત્રી આદિમાં આસક્ત થયેલા મનુષ્યોનું મન ક્યાંથી સ્થિર હોય?

પાખંડીઓને ધ્યાન હોય ખરું કે?

તથા પાસ્વંડીમુખવાનાં નાસ્તિકાનાં કુચ્છુષામ્ ।

તેષાં ધ્યાનં ન શુદ્ધં યદ્વસ્તુતત્ત્વાજ્ઞતા યતઃ ॥૫૮॥

તેમ જ પાખંડીઓમાં મુખ્ય નાસ્તિકો-કુદ્દષ્ટિવાળાઓને શુદ્ધ ધ્યાન ન હોય કારણ કે તેઓને વસ્તુતત્ત્વનું અજ્ઞાન છે.

ભાવાર્થ :—પાખંડી શબ્દ સામાન્ય પ્રકારે ત્યાગમાર્ગના વેશ ધારણ કરવાવાળાને કહે છે. અહીં તે સામાન્ય અર્થ ન લેતાં પાખંડી આદિક જેઓ નાસ્તિકોમાં મુખ્ય છે, ધર્મધર્મની વ્યવસ્થાને માનનાર નથી. અથવા નિશ્ચય, વ્યવહાર વ્યવસ્થા ક્યાં સિવાય અપેક્ષા રાખ્યા સિવાય—આત્માને

એકાંત નિત્યમુક્ત માનનાર છે કે અનિત્ય અને બદ્ધ માનનાર છે, તેઓને તથા કુદૃષ્ટિવાળાને-એટલે જેઓની આંતરદૃષ્ટિ મલિન છે અથવા ખુલ્લી થઈ નથી, આત્મા તરફ જેઓનું વલણ થયું નથી, કેવળ ભવિષ્યના સુખ માટે દેવાદિક કે રાજ્યાદિકની પ્રાપ્તિ માટે ત્યાગ બ્રહ્મણ કરે છે, અજ્ઞાન તપશ્ચરણ કરે છે અને જેઓ કામનાપૂર્વક મલિન ઇરાદા પાર પાડવાની આશાથી ધ્યાનાદિ પણ કરે છે તેઓનું ધ્યાન શુદ્ધ હોતું નથી કારણ કે તેઓને વસ્તુતત્ત્વનું જ્ઞાન હોતું નથી. સાધ્યની અજ્ઞાનતા કે સાધનની અજ્ઞાનતાને લઈ તેઓ યોગાનું કર્તવ્ય સિદ્ધ કરી શકતા નથી. જેમ લગ્ન વિના ફેંકેલું બાણ કે યોગ્ય સામગ્રી સિવાય કરેલો પ્રયાસ નિરર્થક બને છે તેમ તેઓનું ધ્યાન મુખ્ય ક્ષણ દેવાવાળું થતું નથી.

સાધુ વેશધારીને ધ્યાન હોય કે ?

સદાચારાચ્ચ બ્રહ્માનાં કુર્વતાં લોકવંચનમ્ ।

વિબ્રતાં સાધુલિંગં ચ તેષાં ધ્યાનં ન શુદ્ધિદમ્ ॥૫૯॥

નિત્યં વિબ્રાન્તચિત્તાનાં પશ્યત્વેષાં કુચેષ્ટિતમ્ ।

સંસારાર્થં યતિત્વેઽપિ તેષાં યાત્યફલા જનિઃ ॥૬૦॥

સાધુના વેશને ધારણ કરનારા (કરવા છતાં) સદાચારથી બ્રહ્મ થયેલા અને લોકોને ઠગનારાઓને ધ્યાન શુદ્ધિ આપતું નથી.

નિરંતર વિબ્રાંત ચિત્તવાળાઓના દુરાચારને તમે જુઓ.

પતિપણને વિષે પણ સંસારને નિમિત્તે તેઓનો જન્મ નિષ્કળ જાય છે.

ભાવાર્થ :—ભલે ઉત્તમ સાધુઓનો વેષ ધારણ કર્યો હોય તો તેથી શું થયું? ક્ષય નહિ આપનારી ગાયને ગળે ટોકરો વળગાડવાથી શું તેની ખરી કિંમત કોઈ આપશે કે? નહિ જ. વેશ તો એક ટોકરો વળગાડવા જેવો છે. બાકી ખરી રીતે તો તે સદાચારી હોવો જ જોઈએ. સદાચારના ગુણ વિના સાધુવેશની કિંમત કાંઈ નથી. છાપ સારી હોય પણ રૂપિયો તાંબાનો હોય તો તેની કિંમત રૂપા જેટલી થવાની જ નહિ. છાપ અને રૂપું બન્નેની જરૂર છે. પણ એકલી છાપની કિંમત નથી. એકલા રૂપાની તો ઓછી પણ કિંમત તો થવાની, તેમ કદાચ વેશ ન હોય પણ સદાચારી હોય તો ફાયદો તો થવાનો જ. બન્ને સાથે હોય તે તો સોનું અને સુગંધ સાથે મળ્યું જ કહેવાય. તેમ વેશ અને ગુણ બન્ને સાથે હોવાથી તેનાથી સ્વપર ઉપકાર સારી રીતે થઈ શકશે. એકલા ગુણથી તે પોતાનો ઉદ્ધાર કરશે.

સદાચારથી બ્રહ્મ થઈ, લોકોને ઠગનારાઓ-કેવળ વેષ-ધારીઓમાં ધ્યાન ક્યાંથી હોય? કદાચ તેઓ ધ્યાન કરતા પણ હોય તો તે ધ્યાન તેને કેવી રીતે શુદ્ધિ આપશે? જો શુદ્ધિને માટે જ ધ્યાન કરાતું હોય તો પછી સદાચારથી બ્રહ્મ થવાનું અને લોકોને ઠગવાનું કારણ શું? સદાચારથી બ્રહ્મ થઈ લોકોને ઠગવા અને સાધુવેષ ધારણ કરવો તે પરસ્પર વિરુદ્ધ છે અને સાથે ધ્યાન કરવું તે તો વિશેષ પ્રકારે વિરુદ્ધ છે. મતલબ કે ચિત્તની મલિનતા કે અપલતા જ્યાં

સુધી હોય ત્યાં સુધી ધ્યાન સ્થિર ન થાય. તે મલિનતા દૂર કરવા માટે પ્રયત્ન કરવાની જરૂર છે. તે ન થાય ત્યાં સુધી ધ્યાનના ઉમેદવાર થવું જોઈએ.

ધ્યાનમેવાત્મધર્મસ્ય મૂલં મોક્ષસ્ય સાધનમ્ ।

અસદ્ધ્યાનં તતો હેયં યત્ કુતીર્થિકદર્શિતમ્ ॥૬૧॥

ધ્યાન જ આત્મધર્મનું મૂળ છે. ધ્યાન જ મોક્ષનું સાધન છે. માટે જે કુતીર્થિકોએ બતાવેલું અસદ્-મલિન-ધ્યાન છે તેનો ત્યાગ કરવો.

બાવાર્થ :—તીર્થ એટલે સરલ માર્ગ-સત્યમાર્ગ. તેને બતાવનાર તે તીર્થિક કહેવાય છે. તેથી વિપરીત-અસત્યમાર્ગ બતાવનાર પામર જીવોને લાયક વિષયકષાયમાં ખૂંચી રહેલાઓ, રાગદ્વેષને વિવશ થયેલાઓ, પાંચ ઇન્દ્રિયોના વિષયોને પરવશ થયેલાઓ, વિવિધ પ્રકારના માનાપમાનથી ઘેરાયેલાઓ અને આ લોક તથા પરલોકની આશાઓથી જકડાયેલાઓ, તે સર્વ કુતીર્થિક કહેવાય છે. જે આત્મધર્મનું મૂલ કારણ નથી અને મોક્ષના સાધનભૂત પણ નથી તેવા મારણ, ઉચ્ચાટન, મોહન, વશીકરણ, ઇત્યાદિને માટે ચિત્તની એકાગ્રતા-પૂર્વક જાપ કે ધ્યાન કરવાનું જેણે ઉપદેશેલું છે તે મિથ્યા મલિન ધ્યાન છે; તેવા કુર્થિકોએ બતાવેલા અસત્ ધ્યાનનો અવશ્ય ત્યાગ કરવો તે જ બતાવે છે.

કશ્ચિન્મૂઢાત્મગિર્ધ્યાનમન્યૈઃ સ્વપરવંચકૈઃ ।

સપાપં તત્પ્રણીતં ચ દુઃસ્વદુર્ગતિદાયકમ્ ॥ ૬૨ ॥

ધનાર્થે સ્વચ્છાદિવિચાર્ય, જન્તુષાતાદિકારકમ્ ।

શત્રુચ્ચારાદિક્રુદ્ધ્યાનં ક્રિયતે દુષ્ટબુદ્ધિભિઃ ॥ ૬૩ ॥

પોતાને અને પરને ઠગવાવાળા કોઈક અન્ય મૂઢ જીવોએ દુઃખ અને દુર્ગતિને આપવાવાળું પાપવાળું ધ્યાન કથન કરેલું છે.

દુષ્ટ બુદ્ધિવાળા જીવો, ધનને અર્થે સ્ત્રીઆદિ વશ કરવા અર્થે, શત્રુને ઉચ્ચાટન આદિ કરવા માટે અને જન્તુઓના ઘાત આદિ કરવા માટે ધ્યાન કરે છે.

ભાવાર્થ :—આ કુતીર્થિકો એટલે જોટે રસ્તે જનારા અને અન્યને લઈ જનારા, પોતાને અને પરને ઠગનારા મૂઢ અજ્ઞાની જીવોને, આર્ત્તરૌદ્રાદિ ધ્યાન કરનારા સમજવા, જે મલિનતાવાળા ધ્યાને કરી પોતે દુઃખી થાય છે અને બીજાને દુઃખી કરે છે. પોતે દુર્ગતિમાં જાય છે અને બીજાને લઈ જાય છે. તેઓ જોટા ધ્યાન શા માટે કરે છે ? ધનને માટે શત્રુઓને ઉચ્ચાટન કરવા માટે આવા જોટા ધ્યાન કરે છે. કોઈ ધનાઢ્ય કે રાજા પ્રમુખને વશ કરી તેની પાસેથી ધન મેળવે છે. સ્ત્રીઓને સ્વાધીન કરી કામી વિષયવાસના સંતોષે છે. શત્રુ આદિને ઉચ્ચાટ થાય, તેને દુઃખ થાય, મરણાંત કષ્ટ થાય, તેવા પ્રયોગો કરી પોતાનું વેર વાળે છે અગર અન્યને ઘતા દુઃખથી પોતાને શાન્તિ માને છે. આ તેઓની દુષ્ટ બુદ્ધિ છે. અન્યને દુઃખ દેવાની માન્યતામાં તેઓ ઠગાયા છે. સામા મનુષ્યનું પુણ્ય બળવાન હોય તો આ માણસથી કરતા મલિન મારણ, ઉચ્ચાટન, વશીકરણાદિ પ્રયોગો નિષ્ફળ

નીવડે છે. જો તેઓનું પોતાનું પુણ્ય બળવાન હોય તો આવી અધોગતિ આપનારી આત્મશક્તિનો દુરુપયોગ કરનારી ક્રિયા કર્યા સિવાય પણ તેઓને પોતાની ઇચ્છાપૂર્ણ થાય તેવા પ્રયોગો મળી આવે છે. કદાચ સામાનું પુણ્ય ઓછું થયેલું હોય અને આ નિમિત્તે આ ક્રિયા કરનાર કોઈ વખત તેવા પ્રયોગોમાં વિજયી નીવડે છે, તોપણ આ આર્ત અને રૌદ્ર અધ્યવસાયથી અન્યને મરણાંત કષ્ટ આપવા માટે કરાયેલી ક્રિયાનું ખરાબ પરિણામ તેને મળ્યા સિવાય રહેતું જ નથી. એટલું જ નહિ પણ મહા મોહકર્મ બાંધી ઘણા વખત સુધી દુર્ગતિનો અનુભવ કરવો પડે છે; માટે આત્મ-વિશુદ્ધિને ઇચ્છનારા મુમુક્ષુ જીવોએ અસત્ ધ્યાનને રસ્તે કદાપિ પણ જવું નહિ અને તેવા લોકોની સોખતમાં પણ ફસાવું નહિ. જો માટે ઘણી સાવચેતી રાખવી. લાલચો ખૂટી ચીજ છે, ગમે તેવા મહાત્માઓને પણ ફસાવે છે, માટે તેવા સંગથી સદાને માટે દૂર રહેવું.

ધ્યાન કોને કહેવું? કેટલા વખત મુધી ટકી રહે?

દ્વસંહનનસ્યાપિ મુનેરાન્તર્મુહર્તિકમ્ ।

ધ્યાનમાહુરથૈકાગ્રચિંતારોધો જિનોત્તમાઃ ॥ ૬૪ ॥

છદ્રસ્થાનાં તુ યદ્ધ્યાન્નં ભવેદાન્તર્મુહર્તિકમ્ ।

યોગરોધો જિનેન્દ્રાણાં ધ્યાનં કર્મૌઘવાતકમ્ ॥ ૬૫ ॥

અકચિંતાનિરોધો યસ્તદ્ધ્યાનં ભાવનાઃ પરાઃ ।

અનુપ્રેક્ષાર્થચિંતા વા ધ્યાનસંતાનમુચ્યતે ॥ ૬૬ ॥

એક વસ્તુના ઉપર ચિત્તનો નિરોધ કરવો તેને જિનેશ્વરો ધ્યાન કહે છે. દૃઢ સંહનનવાળા મુનિને પણ તે અંતરમુદ્ધૂત સુધી હોય છે.

છદ્મસ્થોનું જે ધ્યાન છે તે અંતરમુદ્ધૂત પ્રમાણે હોય છે, કર્મોના સમૂહનો નાશ કરનાર યોગના નિરોધરૂપ ધ્યાન જિનેશ્વરોને હોય છે.

જે એક ચિંતારૂપ નિરોધ છે તે ધ્યાન કહેવાય છે. તે સિવાયની મનની અવસ્થાને ભાવના અથવા અનુપ્રેક્ષા અથવા પદાર્થ ચિંતારૂપ ધ્યાન સંતાન કહે છે.

ભાવાર્થ :—એક વસ્તુના ઉપર ચિત્તનો નિરોધ કરવો એટલે મનને એક વસ્તુ ઉપર જ રોકી રાખવું તેનું નામ ધ્યાન કહેવાય છે.

જેમાં ગુણપર્યાય તે વસ્તુ કહેવાય છે. આત્મા કે જડ કોઈ પણ વસ્તુ ઉપર મનને રોકી શકાય છે, બહાર કોઈ પણ જડ વસ્તુ કે તેની આકૃતિ, ભગવાનની પ્રતિમાજી વગેરે વસ્તુ ઉપર દૃષ્ટિ સ્થાપન કરી, દૃષ્ટિ સાથે મનને રોકી રાખવું. અંતરમાં કોઈ પણ આત્માનો ગુણ ધ્યેય તરીકે લેવો. જેમ કે હું આનંદસ્વરૂપ છું કે જ્ઞાનસ્વરૂપ છું, અથવા આખા આત્માને ધ્યેય તરીકે લેવો એટલે તેના ગુણ કે આત્મા તરફ મનને ટેરીને તેના ઉપર જ ચોંટાડી રાખવું. વ્યભાંતે તે ગુણતા લક્ષ સિવાય બીજો કાંઈપણ સંકલ્પ ઉત્પન્ન થવા ન દેતાં તે ગુણ તરફ મનનો અખંડ પ્રવાહ ચલાવવો મનને તિઃપ્રકંપ (નિશ્ચલ) રીતે તેના ઉપર સ્થાપન કરવું (ધારી રાખવું). વાયુ વિનાના સ્થાનમાં રહેલા દીપકની

શિખાની માફક અડોલ રાખવું. વિકલ્પરૂપ વાયુ વડે ચલાવ-
માન ન થાય તેવી રીતે સ્થિર કરવું. આનું નામ ધ્યાન
કહેવાય છે. શરૂઆતમાં મન કાંઈ આવી રીતે સ્થિર રહેતું
નથી, માટે બહાર કોઈ ચીજ ઉપર પ્રથમ દષ્ટિ સાથે મનને
સ્થિર કરવાનો અભ્યાસ પાડવો.

આ સંબંધી ભગવાન મહાવીરસ્વામીજીએ ગૌતમ
સ્વામીને એક વખત પોતાનો વૃત્તાંત જણાવતાં કહ્યું હતું
તે સંબંધી હકીકત આ પ્રમાણે ભગવતી સૂત્રમાં છે કે, હે
ગૌતમ ! એક વખત હું એક માટીના ઢેફા ઉપર દષ્ટિ સ્થાપન
કરી એક અહોરાત્રી પર્યાંતની મહાપડિમા (અભિચર) કરી
રહ્યો હતો. મતલબ કે તે મહાપ્રભુએ અનિમેષ દષ્ટિએ એક
અહોરાત્રી પર્યાંત મનને એક જ નિશાન કે લક્ષ ઉપર રોકી
રાખવા સુધી પ્રયત્ન કર્યો હતો.

બહારદષ્ટિ અસુક લક્ષ ઉપર રાખવી તે એક નિશાન છે
તે બહારદષ્ટિ સાથે આંતરદષ્ટિ હૃદયમાં કે બ્રહ્મી આદિ
સ્થાનોમાં રાખવામાં આવે છે અને તે સ્થળે જેમ એકાદ ચપળ
સ્વભાવવાળી નાસલાગ કરવાવાળી ગાય કે ભેંસને ખીલે
બાંધવામાં આવે છે તેમ આંતરહૃદયમાં શુદ્ધ આત્મસ્વરૂપ
પ્રગટ કરનાર સિદ્ધ પરમાત્મા કે જીવન્ત દેહધારી અરિહંતા-
દિની સાક્ષાત મૂર્તિની સ્થાપના કરી, આ શુદ્ધ સ્વરૂપ પર-
માત્મા હું છું, મારું તેવું જ શુદ્ધ સ્વરૂપ છે વિગેરે ભાવના-
વાળી વૃત્તિ કરી, તે સ્થાનમાં મનને તે મહાપ્રભુના સ્વરૂપરૂપી
ખીલા સાથે બાંધી મૂકવામાં-રોકવામાં આવે છે, જેથી
મનની તે વૃત્તિઓ પોતાની ચપલતાને મૂકી દઈ શુદ્ધ આત્મ-
સ્વરૂપમાં પોતાનું જ્ઞાન બૂલી લય થઈ જાય છે.

એક નિશાન ઉપર બાહ્યદષ્ટિને રોકી રાખી અંતરમાં અંતર્દષ્ટિનું સચોટ નિશાન બાંધવું એ આશય, ભગવાન મહાવીર દેવનેા જૌતમ સ્વામીને જણાવવાનેા હોય તેમ એ સ્થળે સમજાય છે. આ તે મહાપ્રભુની અભ્યાસદશા હતી. શરૂઆતમાં મનને સ્થિર રહેવાનું શીખવવા માટે દેવની કેશુરુની શાંતમૂર્તિ સન્મુખ સ્થાપન કરી તેના ઉપર એકાગ્રતા કરી શકાય છે. આ અભ્યાસની શરૂઆત ધીમે ધીમે કરાય છે. તે ઉપર દષ્ટિ સ્થાપ્યા બાદ તે ધ્યેય સિવાય બીજે કોઈ વિચાર મનમાં આવવા ન દેવો. દષ્ટિ નિમેષોન્મેષ રહિત ખુદ્દી રાખવી. એક બે મિનિટ જેટલા થોડા વખતથી શરૂઆત નિયમિત રીતે કરવી અને તેને ધીમે ધીમે લંબાવવી વધારવી. પછી તે મૂર્તિને હૃદયમાં સ્થાપન કરી, આંખો બંધ કરી, મનમાં તે ધ્યેય સિવાય બીજે કોઈ વિચાર આવવા ન દેવો એટલે તેને જ વિચાર કરવો. તેને વિચાર કરવો એટલે આત્માના શુદ્ધપદનેા વાચક કોઈપણ શબ્દ, જેમ કે સોહં, અહં, ઈ વગેરે લઈ તેનેા મનથી જાપ કરવો. હૃદયમાં તે મૂર્તિને આંતર્દષ્ટિથી જોયા કરવી. આ વખતે વચમાં કોઈ પણ વિચાર આવી જાય તો તે વિચારને મૂકી ન દેવો પણ તરત જ જાપ બંધ કરી તે વિચારને પકડવો અને વિવેકજ્ઞાનથી તે વિચારને છિન્નભિન્ન કરીને કાઢી નાખવો. વિચાર કોઈ પણ વાસનાને લઈને ઊઠે છે. તેવું અનિત્યપણું, અસારપણું, દુઃખદપણું વિચારી, અનાત્મપણું, ક્ષણભંગુરપણું નિર્ણીત કરી, તે વિચારને કાઢી નાંખવો

અને પાછો તે જાપ મૂર્તિમાં ધ્યાન આપવાપૂર્વક શરૂ કરવો જો વિચારોને દબાવવામાં આવે છે તો તે વિચારો તેટલો વખત દબાય છે, પણ પાછો તેનાથી ખમણા જોરથી જીખે છે અને હોરાન કરે છે. માટે વિચારોને નહિ દાખતાં વિચાર દ્વારા વિચારને વિખેરી નાખવા વચમાં થોડો વખત જાપ તથા વિચારને ખંધ પણ કરી દેવાની ટેવ પાડવી અને ‘શુદ્ધઆત્મસ્વરૂપ હું છું’ તે ભાવનાને મુખ્ય રાખી તે સ્થિતિમાં સ્થિર થવું-મનને તે સ્થિતિમાં ગાળી નાખવું પણ વિચારાંતર કે આલંબનેતરનું વ્યવધાન-આંતરું અલુ પ્રવાહની વચમાં આવવા ન જ દેવું. તેમ થાય ત્યારે ધ્યાન સિદ્ધ થયું ગણાય છે. જમી તેવા મજબૂત ખાંધાના શરીર વાળા મુનિને પણ આ સ્થિતિ અંતર્મુદૂર્ત એટલે અઠતાળીસ મિનિટ કે તેની અંદરના વખત સુધી ટકે છે તેથી વધારે ટકી શકતી નથી.

શરૂઆતમાં આવી સ્થિતિ વધારે વખત સુધી ટકતી નથી પણ લાંબા અભ્યાસથી તે સ્થિતિ સિદ્ધ થાય છે. આ ધ્યાન છદ્મસ્થાનું છે. છદ્મસ્થ એટલે જ્ઞાનાવરણાદિકના આવરણવાળો જીવ. તે મન, વચન, કાયાના યોગોનો-વ્યાપારોનો સર્વથા નિરોધ કરી શકતો નથી. તેથી કોઈ પણ એક પદાર્થના આલંબન ઉપર મનને સ્થિર કરવારૂપ ધ્યાન તેને કહેવામાં કે બતાવવામાં આવ્યું છે.

સર્વ યોગોનો સર્વથા નિરોધ કરવારૂપ ધ્યાન જિનેશ્વરોને હોય છે. જિનેશ્વરનો સામાન્ય અર્થ અહીં કેવળજ્ઞાનની સ્થિતિ પામેલા આત્માઓનો થાય છે. છતાં તે દેહધારી

હોય છે. દેહ વિનાના શુદ્ધાત્માઓને તો યોગના વ્યાપારો રોધવાની જરૂર રહેતી નથી.

કેવળજ્ઞાન પામ્યા પછી જ યોગોનો સર્વથા નિરોધ કરવાનું બળ આવે છે. જૈન પરિભાષામાં યોગો કેને કહે છે, તેનો ખુલાસો આ પ્રસંગે કરવો જરૂરનો છે. ઔદારિક આદિ શરીરના સંયોગથી ઉત્પન્ન થયેલા આત્મપરિણામ વિશેષ વ્યાપાર તેને યોગો કહે છે. ધ્યાનશતકમાં કહ્યું છે કે—

ઔદારિક આદિ (આ દેખાતું આપણું સ્થૂલ શરીર—આદિ શબ્દથી વૈકિય-આહારક શરીર લેવાં) શરીરયુક્ત આત્માની વીર્યશક્તિવાળી પરિણતિવિશેષ તે કાયયોગ.

તેમ જ ઔદારિક-વૈકિય આહારક શરીરના વ્યાપાર વડે ખેંચેલા વચનવર્ગજ્ઞાના દ્રવ્યોનો સમૂહ તેની સહાયથી થતો જીવનો વ્યાપાર-ક્રિયાવિશેષ તે વચનયોગ.

તથા ઔદારિક, વૈકિય, આહારક, શરીરના વ્યાપાર વડે, ખેંચેલ મનોવર્ગજ્ઞા દ્રવ્યનો સમૂહ તેની સહાયથી જીવનો વ્યાપાર (ક્રિયાવિશેષ) તે મનોયોગ.

આ સર્વ વ્યાપારોને (ક્રિયાઓને) સદાને માટે અટકાવવી-રોકવી તેનો લય કરવો તે જિનોતુ' છેવટનું ઉત્તમોત્તમ ધ્યાન કહેવાય છે. આ ધ્યાન પછી તરત તેઓ આ દેહથી સદાને માટે સર્વ કર્મોનો નાશ કરી મુક્ત થાય છે.

આ ઠેકાણે આશંકા ઉત્પન્ન થાય છે કે છદ્મસ્ય મુનિ-ઓને અંતર્મુદ્ધર્ત પર્યાંત જ ધ્યાન હોય છે એમ અહીં જણાવ્યું. પણ શાસ્ત્રમાં સાંભળવામાં આવે છે અને કોઈ

કોઈ પ્રસંગો દેખવામાં પણ આવે છે કે અમુક મહાત્મા-
કલાકોના કલાકો સુધી ધ્યાન કરે છે તેનું કેમ સમજવું?

આનો ઉત્તર આ પ્રમાણે છે કે એક દ્રવ્યમાં કે ગુણમાં
મનનો નિરોધ કરવો-એકરસ અખંડ પ્રવાહ ચલાવવો તે
ધ્યાન તો અતર્મુદ્ધૂર્તથી અધિક છદ્મસ્થાને હોઈ શકે નહિ.
યોગીની ચપળતા રોકવી ઘણી મુશ્કેલી ભરેલી છે, તથાપિ
તે ધ્યાતા મુનિ, એક પછી એક એમ અતર્મુદ્ધૂર્ત પછી
પોતાના ધ્યેયોને પલટાવતો જાય અગર મનોયોગની સ્થિતિની
વિકળતા થઈ જાય કે તરત જ પાછી તેને ઉપયોગની જાતિથી
તેની સાથે જોડી દે-અનુસંધાન કરી દે તો તે ધ્યાનની
સંતતિ લાંબા વખત સુધી પણ લાંબાય છે, પણ અતર્મુદ્ધૂર્ત
પછી એકાગ્ર થયેલું મન નિરોધ સ્થિતિમાં રહી શકતું નથી
તેનો પ્રવાહ ધ્યેયાંતરમાં-પછી તે આત્મગત મનાદિકમાં કે
પરગત દ્રવ્યાંતરમાં સંક્રમણ કરે છે તેથી ધ્યાનનો પ્રવાહ
લાંબો વખત ચાલુ રહે છે. કલાકો સુધી ધ્યાન કરવાનું જે
કહેવા કે સાંભળવામાં આવે છે તે આ અપેક્ષાએ બરોબર છે.

એકાગ્રતામાંથી ખસી ગયેલા ચિત્તની ત્રણ અવસ્થા થાય
છે તેને ભાવના, અનુપ્રેક્ષા અને પદાર્થચિંતા કહેવામાં આવે છે.

શરૂઆતમાં મનને એક જ ધ્યેયમાં જોડવાનું હોય છે.
આપણે ધ્યેય તરીકે એક આત્મગુણ લઈએ, જેમ કે ‘આત્મા
આનંદસ્વરૂપ છે.’ આત્મા આનંદસ્વરૂપ છે તેનો મનને
વારંવાર સંસ્કાર પાડવો. મનમાં તે પદનો-શબ્દનો પ્રતિ-
ધ્વનિ થયા કરે. આ એકાગ્રતા નથી, પણ એકાગ્રતાનો
અભ્યાસ થાય છે. યીજ સંસ્કારો કે વિચારાંતરોને હટાવીને

આ એક જ વિચારને મુખ્ય કરવાનો પ્રયત્ન ચાલુ છે. મનની આવી સ્થિતિને ભાવના કહે છે. આવી ભાવના ચાલુ રાખવા પછી તે અભ્યાસને મૂકી દઈ મન તદ્દન સ્થિર થાય છે. 'હું' આનંદસ્વરૂપ છું' તેને પણ ચાદ કરતું નથી. મનનો કેવળ લય થઈ જાય છે તે એકાગ્રતાવાળી ધ્યાનની સ્થિતિ કહેવાય છે.

આ ભાવનાની હયાતી ધ્યાનના અભ્યાસકાળમાં એટલે ધ્યાન કરવાની શરૂઆતમાં અને અંતમુંદૂત પછી એકાગ્રતાની સ્થિતિ વીખરાતાં હોય છે. મનની આવી સ્થિતિ તે ભાવના છે.

મનની ખીણ સ્થિતિ અનુપ્રેક્ષાની છે. અનુપ્રેક્ષા એટલે પાછળ તપાસ કરવી જોવું. અર્થાત્ ધ્યાનની સ્થિતિ ખસી જવા પછી પાછું તે સ્થિતિ મેળવવા પૂર્વે અનુભવાયેલી ધ્યાન-સ્થિતિનું સ્મરણ કરવું, સ્મૃતિ લાવવી, પૂર્વની સ્થિતિને શાદ કરવી તે છે.

મનની ત્રીજી સ્થિતિ ચિંતા નામની છે. આ બે સ્થિતિથી જુદી એટલે મનની આ બે સ્થિતિ ઉંચા પ્રકારની છે, તેનાથી આ ત્રીજી નીચા પ્રકારની છે. કોઈ પણ પદાર્થની ચિંતા કરવી એટલે અનેક વિચારાંતરોમાં ચાલ્યા જવું. જીવાજીવાદિ અનેક પદાર્થોના વિચાર કરવા તે પદાર્થચિંતા નામની મનની ત્રીજી સ્થિતિ છે. આગમમાં કહ્યું છે કે-

જં ચિરમજ્ઞવસાણં તં જ્ઞાણં જં ચલં તયં ચિત્તં ।

તં દ્વજ્જ ભાવણા વાણપેદા વા અહવ ચિંતા ॥૧॥

અંતો મુહુત્તપરઓ ચિંતા જ્ઞાણંતરં ચ હુજ્જાવા ।
 સુચિરંપિ હુજ્જ બહુવચ્ચુસંકમે જ્ઞાણસંતાણં ॥ ૨ ॥
 અંતો મુહુત્ત મિત્તં ચિંતા વચ્ચાણ મેગ વચ્ચુમિ ।
 છઠમચ્ચાણં જ્ઞાણં જોગ નિરોહો જિણાણં ચ ॥ ૩ ॥

જે સ્થિર અધ્યવસાય છે તેને ધ્યાન કહે છે. જે ચપલ અધ્યવસાય છે તેને ચિત્ત કહે છે. તે ચપલ અધ્યવસાયને ભાવના, અનુપ્રેક્ષા અને ચિંતા કહે છે.

અંતર્મુહૂર્ત (એકાગ્રતા રહ્યા) પછી (ધ્યાન હોતું નથી), ચિંતા હોય છે. અથવા ધ્યાનાંતર હોય છે (ભાવના કે અનુપ્રેક્ષા હોય છે). ઘણી વસ્તુમાં મન સંક્રમણ કરે (સ્થિરતા વાળું ક્ષેત્રાંતર ચાલુ રાખે) તો ઘણા વખત સુધી પણ ધ્યાનનો પ્રવાહ હોય છે. અંતર્મુહૂર્ત પ્રમાણે એક વસ્તુમાં ચિત્ત સ્થિર કરી રાખવું તે છદ્મસ્થોતું ધ્યાન છે અને યોગોનો નિરોધ કરી દેવો તે જિનોતું ધ્યાન છે.

સારું ધ્યાન કેવું કહેવું ?

રાગદ્વેષૌ શમી મુક્ત્વા યદ્યદ્વસ્તુ વિચિંતયેત્ ।
 તત્પ્રશસ્તં મતં ધ્યાનં રૌદ્રાદ્યં ચાપ્રશસ્તકમ્ ॥ ૬૭ ॥

રાગ અને દ્વેષ મૂકીને, સમતાવાન મુનિ જે જે વસ્તુનું ચિંતન કરે—ધ્યાન કરે તે તે ધ્યાન સારું માનેલું છે. રૌદ્ર આદિ ધ્યાન તે ખરાબ માનેલાં છે.

શાસ્ત્રાંતરમાં કહ્યું છે કે—

વીતરાગો ભવેત્ યોગી યત્કિંચિદપિ ચિંતયન્ ।

તદેવ ધ્યાનમામ્નાતમતોઽન્યે ગ્રંથવિસ્તરાઃ ॥ ૬૮ ॥

યોગી, ગમે તેનું પણ ચિંતવન કરતાં (જે) વીતરાગ થાય તો તેને જ ધ્યાન માનેલું છે (તેને જ ધ્યાન કહેવું) એ સિવાય બીજા અંથના વિસ્તાર સમજવા. મતલબ કે જે ધ્યાન કરવાથી-જેનું ચિંતન કરવાથી વીતરાગ થવાય-રાગ-દ્વેષ રહિત સ્થિતિ પમાય તે જ ધ્યાન છે; એ સિવાય બીજાં પોશાં તે ખાલી થાયાં સમજવાં.

પ્રકરણ ૫

આર્તધ્યાન

આર્ત રૌદ્રં ચ દુઃખ્યાનિ પ્રત્યેકં તત્તત્તુર્વિધમ્ ।

અર્તે ભવમથાર્ત સ્યાત્ રૌદ્રં પ્રાણાત્પાતજમ્ ॥૬૯॥

આર્ત અને રૌદ્ર એ બે દુઃખ્યાન છે. તે દરેકના ચાર ચાર ભેદ છે. પીડાથી ઉત્પન્ન થયેલું આર્તધ્યાન કહેવાય છે અને પ્રાણનો નાશ કરવાથી ઉત્પન્ન થયેલું રૌદ્રધ્યાન કહેવાય છે.

ભાવાર્થ :—રાગદ્વેષની પરિણતિથી કોઈ પણ જીવને દુઃખ ઉત્પન્ન કરવું કે દુઃખ ઉત્પન્ન કરવાના વિચારો કરવા તે દુઃખ્યાન છે. તેને આર્તધ્યાન કહે છે. બીજા જીવોને આર્ત-પીડિત દુઃખિત કરવાના વિચારોથી તે ધ્યાનની ઉત્પત્તિ છે.

જીવોને પ્રાણોથી સર્વથા જુદા કરવાથી કે કરવાના વિચારોથી ઉત્પન્ન થયેલું દુઃખ્યાન તેને રૌદ્રધ્યાન કહે છે.

આ બંને બતાના દુર્ધ્યાનની ઉત્પત્તિ વિચાર દ્વારા થાય છે અને પછી વચન કે શરીર દ્વારા તેને ક્રિયામાં મૂકવામાં આવે છે. આ આર્ત્ત તથા રૌદ્ર દુર્ધ્યાનના ચાર ચાર ભેદ છે. જે અનુક્રમે આગળ બતાવે છે.

આર્ત્તધ્યાનના ચાર ભેદ

અનિષ્ઠયોગજં ચાદ્યં પરં ચેષ્ટવિયોગજમ્ ।

રોગાર્ત્તં ચ તૃતીયં સ્યાત્ નિદાનાર્ત્તં ચતુર્થકમ્ ॥૭૦॥

મનને ન ગમે તેવી વસ્તુના સંયોગથી, વહાલી વસ્તુનો વિયોગ થવાથી, રોગ થવાથી અને નિયાણું કરવાથી ઉત્પન્ન થતું એમ આર્ત્ત ધ્યાન ચાર પ્રકારે છે.

અનિષ્ઠસંયોગ પહેલું આર્ત્તધ્યાન

વિષદહનવનમુજંગમહરિશિસ્ત્રારાતિમુખ્યદુર્જીવૈઃ ।

સ્વજનતનુઘાતકૃદ્ભિઃ સહ યોગેનાર્ત્તમાદ્યં ચ ॥૭૧॥

શ્રુતૈર્દૃષ્ટૈઃ સ્મૃતૈર્જ્ઞાતૈઃ પ્રત્યાસત્તિસમાગતૈઃ ।

અનિષ્ઠાર્થેર્મનઃક્લેશે પૂર્વમાર્ત્તં ભવેત્તદા ॥ ૭૨ ॥

પોતાના સંબંધીઓનો અને પોતાના શરીરનો ઘાત (નાશ) કરવાવાળા ઝેર, અગ્નિ, વન (અથવા સળગતું વન), સાપ, સિંહ, શસ્ત્ર અને શત્રુપ્રમુખ દુષ્ટ જીવોની સાથે મેળાપ થવો, તેથી ઉત્પન્ન થનારું પહેલું આર્ત્તધ્યાન છે. તેમ જ અનિષ્ઠ પદાર્થોને સાંભળવા વડે, દેખવા વડે, સ્મરણ કરવા વડે, જાણવા વડે, નજીક આવવા વડે, જે મનમાં ક્લેશ થાય, તે તેથી પહેલું અનિષ્ઠસંયોગ નામનું આર્ત્તધ્યાન થાય છે.

ભાવાર્થ :—ધ્યાન એ મનનો વિષય છે. નિમિત્તો મળવાથી વાસનારૂપે રહેલા સંસ્કારો પ્રગટ થઈ આવે છે અને તેથી જેવા જેવા વિચારમાં લીન થવાય છે તેવી તેવી જાતનું તે ધ્યાન કહેવાય છે. અહીં આત્મધ્યાનનો પ્રસંગ છે. અનિષ્ટ વસ્તુનો સંયોગ જીવને ઠીક લાગતો નથી. ન લાગવાનું કારણ, આત્મા પોતે આનંદરૂપ છે, સુખસ્વરૂપ છે, તેથી તેને સારું જ-ઉત્તમ જ ગમે છે. ત્યારે આ અનિષ્ટનો મેળાપ શા માટે થાય છે? આત્મા પોતે પોતાનું ભાન ભૂલી જઈ પોતે માની લીધેલા ઈષ્ટ વિષયો તરફ આકર્ષાય છે, તેને નિમંત્રણ આપે છે, અહોનિશ તેનું ચિંતન કર્યા કરે છે, તેને માટે લગીરથ પ્રયત્નો નિરંતર કર્યા કરે છે, મનમાં દૃઢ સંસ્કાર પાડે છે, વચનથી તેને અનુમોદે છે- ‘ઈષ્ટ છે’ તેમ બોલે છે, શરીર દ્વારા તે મેળવવા પ્રયત્ન કરે છે અને તેને ભોગવતાં રાગ, દ્વેષ, હર્ષ શોક કરે છે. વિષયો પોતાનો સ્વભાવ પ્રગટ કરે છે, વસ્તુમાં જે જે જાતના સ્વભાવો રહેલા છે તે તે જાતના સ્વભાવો તો પ્રકાશિત થવાના જ. અગ્નિનો સ્વભાવ બાળવાનો છે, પાણીનો સ્વભાવ ઠારવાનો-ઠંડા પાડવાનો છે. તે બદલાવવો મુશ્કેલ છે. તેઓનો આવો સ્વભાવ શા માટે? આ કાંઈ પ્રશ્ન નથી. તે તો કહે છે કે જેવા અમે છીએ તેવા તમારી સન્મુખ જિલ્લા જ છીએ, તમને ઠીક લાગે તો અમને સ્વીકારો. યોગ્ય લાગે તો આમંત્રણ આપો, તમારી ઈચ્છા વિના અમે ક્યાં તમારી પાસે આવીએ છીએ? તમે અમારા સ્વભાવની તપાસ કર્યા પછી જ આમંત્રણ કરો પણ યાદ રાખજો, એક

વાર આમંત્રણ આપ્યા પછી અને તે આમંત્રણને માત્ર આપીને અમે તમારી આગળ આવ્યા પછી, અમે તો અમારા સ્વભાવ પ્રમાણે તમારી આગળ ઊભા રહીશું તે વેળાએ તમે આવા કેમ, ને તેવા કેમ? આ પ્રશ્ન કરી અમારો અનાદર કરશો-તિરસ્કાર કરશો. અમને રજા આપશો, તો અમે ખિલકુલ તમારી પાસેથી જવાના જ નહિ. ઊલટા અમારા અપમાનના બદલા ખાતર તમારી આગળ રહેવાની અમારી જે મુદત છે, તમે જેટલા દિવસ ખાતર તમારું આત્મભાન ભૂલી અમને ખરીદ્યા છે તે મુદતમાં વધારો કરીશું; તેથી વધારે વખત તમારી આગળ રહીશું અને એક વાર આમંત્રણ આપ્યા પછી જેટલો અમારો તિરસ્કાર કરશો તેટલા વધારે દિવસ અમે તમને છોડશું નહિ. જો અમે તમને ગમતા ન હોઈએ તો જેટલા દિવસનું અમને તમે આમંત્રણ આપ્યું છે તેટલા દિવસ રાજીબુશી થઈ અમને ભોગવી લો-સ્વીકારી લો એટલે અમે અમારી મુદત પૂરી થતાં સ્વાભાવિક રીતે જ તમારી પાસેથી ચાલ્યા જઈશું અને ફરી તમારા નિમંત્રણ સિવાય નહીં આવીએ. મતલબ કે શુભાશુભ કર્મના ઉદય વખતે તેના તરફ રાગદ્વેષ ન કરતાં સમભાવે તે કર્મો ભોગવી લેવાં એ જ આપણો તે વખત માટેનો પુરુષાર્થ છે.

દેહ અને સ્વજન સંબંધીઓને હેરાન કરે, ઘાત કરે, તેવા અનિષ્ટ સંયોગો આવી મળતાં તેથી નારાજ થવું, તેના વિયોગ ચિંતવવો એ આત્મધ્યાન છે. તેનાથી બચવાનો ઉપાય ન શોધવો એમ કહેવાનો અહીં આશય નથી. પણ મનમાં

તે સંબંધી વિચારો કર્યા જ કરવા, મનમાં કલેશ પામવો, ખેદ કરવો, તેનો વિયોગ ચિંતવવો તે કાંઈ તેથી અથવાનો ઉપાય નથી.

તમે જેવા વિચારોને પોષણ આપ્યું છે, અન્યને જેવી રીતે, જેવા આશયથી સંતાપ્યા છે, હેરાન કર્યા છે, જેવાં જેવાં બીજાં વાળ્યાં છે, તે માટે તમે ઇચ્છા કરો કે ન કરો, તે બીજાં જીવવાનાં જ અને ફળ આપવાનાં જ અને તે જેને માટે નિર્માણ થયાં છે તેને ખાવા પડવાનાં જ. કર્મનો બદલો કાળાંતરે પણ મળ્યા સિવાય રહેતો નથી આ અનિષ્ટ વસ્તુઓનો સંયોગ તે તમારા કર્મનો બદલો છે. હવે તમે તેનાથી નાસી છૂટીને જવાના ક્યાં છો? બળાકારે પણ તેવા કલેશી માણસનો સહવાસ થવાનો જ. અન્યનું સુખ નષ્ટ કર્યું છે તે માટે તમારું પણ સુખ નષ્ટ થવાનું જ. અન્યને હેરાન કર્યો છે તે માટે તમારે હેરાન થવું જ પડશે. તેને કાઢવાના પ્રયાસો કર્યા જ કરો ને પણ તે તમારી પાસે આવવાના જ.

તમારા સુખના ઉપભોગ માટે ઘણાંનાં સુખ તમે લૂંટ્યા છે, તો તમારા સુખ પણ અન્યના ઉપભોગ માટે લૂંટાવાના જ. તમારો સ્વાર્થ સિદ્ધ કરવા તમે ‘અન્યને દુઃખ થશે’ તેની ક્યાં દરકાર કરી છે? તો બીજાઓ પણ તમને દુઃખ થાય છે તેની શા માટે દરકાર કરશે?

આવા અનિષ્ટ સંયોગોથી નારાજ ન થાઓ વિચાર કરશો તો તમને આ જન્મ સંબંધી પણ એવા દાખલાઓ મળી આવશે કે કર્મનો બદલો જ મનુષ્યોને મળે છે, બીજાઓ

નિમિત્તમાત્ર છે. નિમિત્તો ઉપર દ્રેષ ન કરો, તેમના ઉપર ઈર્ષા ન કરો. આવા અનિષ્ટ સંબંધો શા માટે મળે છે તેનું ખરું કારણ શોધી કાઢો અને તે મૂળને જ સુધારો. તેવાં કર્તાંઓ કરતાં અટકો, સુખી કરો, તો સુખ મળશે; ઇષ્ટ આપો તો ઇષ્ટ મળશે; શાંતિ આપો, તો શાંતિ પામશે; અભય આપો તો નિર્ભય થશે. આ ઉપાય લાગુ પાડ્યા વિના કેવળ મનોરથો કરવા તે મૂર્ખતા છે.

ધ્યાનશતકમાં કહ્યું છે કે,

અમણુન્નાણં સદાઽવિસયવધ્યુળ દોસમાલિણસ્મ ।

ધર્ણિયં વિઓગચિંતણમસંપયોગાણુસરણં ચ ॥ ૧ ॥

મનને તહિ ગમે તેવા શબ્દાદિ વિષયો તથા વસ્તુઓનો, દ્રેષથી મલિન મન વડે અત્યંત વિયોગ ચિંતવવો અને ફરીને તેનો મેળાપ ન થાય તેવું ઇચ્છવું-ચિંતવવું, તે અનિષ્ટ સંયોગ આર્તધ્યાન છે.

ભાવાર્થ :—શબ્દ, રૂપ, રસ, ગંધ અને સ્પર્શ આ પાંચ ઇન્દ્રિયોના વિષયો છે અને તે જેમાં રહે છે તે વસ્તુ છે. આવા અનિષ્ટ શબ્દાદિ વિષયો અને તેના આધારભૂત સંજ્ઞવ-નિર્જ્વ વસ્તુઓ, જેવાં કે કૂતરાં ગધેડાપ્રમુખના શબ્દો કુરૂપાં-કદરૂપા મનુષ્યો તથા પ્રાણીઓ અને કાળી-કાળરી વસ્તુઓ, ખરાબ દુર્ગંધ અને દુર્ગંધવાળા મળ, વિષ્ટાદિ પદાર્થો, કડવા કષાયેલા રસો, અને તેવી કાંઠેલી વસ્તુઓ, કાંટાકાંકરા વગેરેના કઠોર સ્પર્શવાળા અને તેવા કઠોર સ્પર્શવાળા મનુષ્ય, જનાવર, જમીન, આદિ, પદાર્થો

આ વિષય અને વસ્તુઓનો અત્યંત વિયોગ ચિંતવવો, જેમ કે તમે ચાહ્યા બચ્ચો, તમારો ખપ નથી અને કોઈ પણ વખત આવા વિપરીત વિષયો કે પદાર્થોનો મેળાપ પણ મને થશે નહિ, ઇત્યાદિ ચિંતવવું તે આત્મધ્યાન છે.

આત્મધ્યાન શા માટે? ઉત્તર એ છે કે તે વિષયો નિમિત્તે મનમાં ઉદ્વેગ થાય છે-દ્રેષ થાય છે દ્રેષથી જીવ મલિન થાય છે. આ મલિનતા ઉત્પન્ન થવી તે જ આત્માને કર્મથી દબાવી દેવાનો કે ઉજ્જવલ ન થવા દેવાનો પ્રયાસ છે. આત્મા કર્મથી મલિન થાય તેમાં આપણને મોટું નુકશાન છે. આત્મા ખરા સત્ય સુખથી વેગળો બચ છે, માટે જ તે ખરાબ ધ્યાન છે. જેમ બને તેમ તેવા વિચારોનો ત્યાગ કરી કરેલું જે ઉદય આવે તે સમભાવે ભોગવી લઈ બોધ કરી નાખવું તે જ સમજી વિચારવાનોતું કર્તવ્ય છે.

ઇષ્ટવિયોગ બીજું આત્મધ્યાન

ગર્જ્યશ્વર્યકલત્રપુત્રવિભવક્ષેત્રસ્વમોગાત્યયે

ચિત્તપ્રીતિકરપ્રશસ્તવિષયપ્રધ્વંસભાવેઽથવા ।

સત્રાસત્રમશોકમોહવિવશૈર્યં ચિંત્યતેઽહર્નિશમ્

તત્સ્યાદિષ્ટવિયોગજં તનુમતાં ધ્યાનં મનોદુઃસ્વદમ્ ॥૭૩॥

દૃષ્ટશ્રુતાનુભૂતૈસ્તૈઃ પદાર્થૈશ્ચિત્તરંજકૈઃ ।

વિયોગે યન્મનઃક્લેશઃ સ્યાદાર્ત્તં ચેષ્ટહાનિજમ્ ॥૭૪॥

મનોજ્ઞવસ્તુ વિધ્વંસે પુનસ્તત્સંગમાર્થિભિઃ ।

વિલયંતે યત્ તદેતત્સ્યાત્ દ્વિતીયાર્ત્તસ્ય લક્ષણમ્ ॥૭૫॥

રાજ્ય, ઐશ્વર્ય, સ્ત્રી, પુત્ર, વૈભવ, ક્ષેત્ર ઇત્યાદિ પોતાના ઉપભોગના સાધનો ચાલ્યા જવાથી અથવા ચિત્તને પ્રીતિ કરવાવાળા સુંદર વિષયોનો નાશ થતાં, જીવો ત્રાસ પામીને અમિત થઈને, શોક કરીને, મોહથી પરાધીન થઈને, રાતદિવસ તેને માટે જે ચિંતન કરે છે તે મનને દુઃખ દેવાવાળું ઈષ્ટ વિયોગ નામનું આત્મધ્યાન છે.

ચિત્તને રંજન કરવાવાળા દેખેલા, સાંભળેલા અને અનુભવેલા પદાર્થોની સાથેનો વિયોગ થતાં મનમાં જે કલેશ થાય તે ઈષ્ટવિયોગથી ઉત્પન્ન થયેલું આત્મધ્યાન છે.

મનોરૂ વસ્તુનો નાશ થતાં ફરી તેના સમાગમના અર્થો જીવો જે કલેશ પામે છે તે આ ખીજા આત્મધ્યાનનું લક્ષણ છે.

ભાવાર્થ :—ઈષ્ટ-વહાલા મનુષ્યો કે દેહાદિ નિર્વાહના સાધનભૂત પદાર્થોનો નાશ થતાં અજ્ઞાની જીવો વિવિધ પ્રકારનાં કલ્યાણ, શોક, આકંઠ કરે છે-અહોનિશ ઝુરે છે. તેમના વિયોગથી આ સંસારને શૂન્ય માને છે. જીવિતવ્ય નિષ્ફળ ગયું સમજે છે, તેમના મેળાપ માટે દેહનો વિયોગ પણ સુખરૂપ માને છે. તેમનો પાછો સમાગમ મળી આવે તે માટે નિરંતર વિચારો કર્યો કરે છે. આ સર્વનું પરિણામ શું સમજવું? કંઈ નહિ. આત્મસ્વરૂપનું આ અજ્ઞાન છે અથવા કર્મના કાયદાની અજાણતા છે. અચાનક કંઈ આવી મળતું નથી કે આવેલું ચાલ્યું જતું નથી. આવવામાં અને જવામાં હેતુઓ છે. હેતુ વિનાનું કંઈ નથી. જે હેતુ વિના આવવુંજવું, સંયોગવિયોગ થતાં જ હોય તો આ વિશ્વની વ્યવસ્થા બની ન જ રહે.

પુણ્ય એ પોતાના સારા આચરણોનું પરિણામ છે. સારાં કર્તવ્યોનો ખદલો આપનારાં બીજાં તેમાં છે. તેનાથી અનુકૂળ સંયોગો આવી મળે છે. તે પૂરાં થઈ જતાં, જેમાં નકારા કર્તવ્યના ખદલાનાં બીજાં રહેલાં છે, તેમાંથી પાપોનાં ફળો ખહાર આવે છે તેને લઈને જીવો દુઃખનો અનુભવ કરે છે. મુખનાં સાધનો નાશ પામે છે. આ અન્ય સ્થળે તે જ રૂપાંતરે ચાલ્યાં જાય છે. આથી જીવો દુઃખી થાય છે.

હવે જો મનુષ્ય વિચારવાન જ હોય તો, ગઈ વસ્તુનો શોય ન કરતાં સમજીને મનને શાંતિ વાળે કે જે કારણથી તેઓ આવ્યા હતા તે કારણ મારી પાસે પૂરું થઈ રહ્યું છે. ફરી તે જ કે તેવી વસ્તુની જરૂરિયાત જ હોય તો પાછાં તેવાં સારા કર્તવ્યો કરી પુણ્ય ઉપાર્જન કરું કે તે વસ્તુઓ પાછી મને આવી મળે. ગઈ વસ્તુનો શોય કરવાથી તે પાછી આવવાની નથી તો કેવળ કલ્પાંત કરી વખત નકામો કાઢી આત્મધ્યાન કરી, નવીન કર્મબંધ કરવો તેના કરતાં તે જ વખતનો યોગ્ય રસ્તો સારો ઉપયોગ કરી લઈ કે ફરીને પાછો આવી સ્થિતિમાં આવી ન પડું. ખરેખર, આ જ્ઞાન કે વિચાર માણસોમાં ઘણો ઓછો હોવાથી, આ સીધે રસ્તે માણસો આવી શકતા નથી; તેથી જ તેમને આ સંસાર દુઃખમય ભાસે છે. તેમ ભાસવા છતાં પણ પાછા તે વાતને ભૂલી જાય છે. કાંઈક અનુકૂળ સંયોગો મળી આવતાં થયેલ વિયોગનાં દુઃખ વિસારે પડે છે અને આ અનુકૂળ સંયોગમાં આનંદ માને છે, પણ વખત જતાં આ અનુકૂળતા પણ વીખરાઈ જાય છે ત્યારે ફરી પણ પૂર્વની માફક શોક-આકંઠ

કરતા રહે છે. કોઈક વીર પુરુષો જ આ વિષમ સંયોગ-વિયોગના ચક્રમાંથી બચી જાય છે. ફરી તે ચક્રમાં આવવું ન પડે માટે આત્મસ્વરૂપમાં પ્રવેશ કરે છે અને વિનય મેળવે છે.

ઈષ્ટ વસ્તુ કાયમ બની રહો, તેનો વિયોગ ન જ થાઓ વિયોગ થયો હોય તો પાછો સંયોગ થઈ આવો વિગેરે વિચારો તેમાં થયેલી એકાગ્રતા-તન્મયપણું, આ સર્વ રાગનું પરિણામ છે. રાગ છે તે આત્માને આવરણકર્તા છે. આત્મા ઉપર આવરણ આવવું તે શુદ્ધતાને દબાવી નાખનાર છે. તે દબાતાં અજ્ઞાનતામાં વધારો થાય છે. આ અજ્ઞાનતા અનેક ભુલાવાઓ ખવરાવી સંસારમાં પરિભ્રમણ કરાવે છે. માટે આત્મા ઉપર આવરણ ન આવે તે માટે વારંવાર સાવચેતી રાખી નિરાવરણ થવા માટે પ્રયત્ન કરવો એ યોગ્ય માર્ગ છે.

અન્ય સ્થળે કહ્યું છે કે—

इष्टाणं विसयाइणं वेयणएय रागरत्तस्स ।

अविओगज्जवसाणं तह संजोगाभिलासो य ॥

રાગમાં રંગાયેલો-રાગમાં આસક્ત થયેલો જીવ ઈષ્ટ એટલે મનને ગમે તેવા વિષયો મેળવીને આદિ શબ્દથી ઈષ્ટ વસ્તુઓને અનુકૂળપણે અનુભવીને તેનો વિયોગ ફરી ન થાય તે માટે વિચારો કર્યા કરે તથા તેવી ઈષ્ટ વસ્તુ અને વિષયો જે ન મળ્યા હોય તેવાઓને મેળવવાની ઈચ્છા રાખ્યા કરે તે ઈષ્ટવિયોગ આર્તધ્યાનનો ખીલે ભેદ છે.

રોગાત્ત્રીજી આત્મધ્યાન

અવ્યાનામપિરોગાણાં મા ભૂત્સ્વપ્નેઽપિ સંગમઃ ।

મમેતિ યા નૃણાં ચિંતાં સ્યાદાત્તં તત્ત્વતીયકમ્ ॥૭૬॥

થોડા પણ રોગોનો મને સ્વપ્નવિષે પણ સમાગમ ન થાઓ એ પ્રમાણે મનુષ્યોને જે ચિંતા થાય છે તે ત્રીજી આત્મધ્યાન છે.

ભાવાર્થ :—અનિષ્ટ સંયોગમાં આ ત્રીજા લેહને સમાવેશ થાય છે. તથાપિ મનુષ્યજીવનથી બધી ચિંતાઓમાં દેહની ચિંતા-દેહ ઉપરનું મમત્વ એ ચિંતા મોટામાં મોટી છે. તેથી બીજી સામાન્ય ચિંતાની બરોબરીમાં એટલે એક બાજુ બીજી સર્વ ચિંતા અને એક બાજુ દેહરક્ષણની ચિંતા એ સરખી છે, અથવા તેથી પણ અધિક ચિંતા છે તે બતાવવા આત્મર આ લેહ જીવો ગણવામાં આવ્યો છે. મનુષ્યો કે સામાન્ય રીતે બધા જીવો પોતાના દેહના રક્ષણ માટે બીજી બધી વસ્તુને જતી કરીને પણ દેહનો બચાવ કરે છે. વહાલામાં વહાલી ચીજોનો પણ દેહરક્ષણ અર્થે ત્યાગ કરે છે. એ ઉપરથી સમજી શકાય છે કે દેહ ઉપર મનુષ્યોને કેટલું બધું મમત્વ છે ?

આથી એમ કહેવાનો આશય નથી કે દેહનું રક્ષણ ન કરતાં તેને પાડી નાખવું. દેહ એ ધર્મનું સાધન છે. પણ તેના ઉપર એટલું બધું મમત્વ કરવાનું નથી કે અહોનિશ તેનું રક્ષણ કર્યા જ કરવું રાતદિવસ તેની જ ચિંતા કર્યા

કરવી. શરીર હોવાથી તેમાં રોગાદિક ઉત્પન્ન થવાનો સંભવ છે. આ રોગોમાં કેટલાક ક્લિષ્ટ કર્મના વિપાકથી ઉત્પન્ન થાય છે અને કેટલાક પોતાની ખાવાપીવાની બેદરકારીથી ઉત્પન્ન થાય છે. કેટલાક ચેપી રોગો એકબીજાના સહવાસમાં આવવાથી એકુંબુકું ખાવાથી અને અસ્વચ્છતાથી ઉત્પન્ન થાય છે. ઘણી ઠંડી-સિતાશવાળી કે દુર્ગંધિત હવા વિગેરેના કારણથી પણ ઉત્પન્ન છે.

મનુષ્યોએ અને તેટલી સાવચેતી રાખી યોગ્ય ખાવાપીવાની, સ્વચ્છતાના અને ખુલ્લી શુદ્ધ હવા વિગેરેના નિયમે પાલન કરવા છતાં કોઈ કર્મસંયોગથી રોગોની ઉત્પત્તિ થઈ આવી, તો આકુલબ્યાકુલ ન થતાં યોગ્ય ઉપચાર કરવા પણ તેના માટે આર્તધ્યાનવાળા વિચારો ન કરવા. તેને માટે અહોનિશ ઝુરવું નહિ. અરે! “આ મારો રોગ ક્યારે જશે? સ્વપ્નમાં પણ કોઈ વખત આ રોગનો સમાગમ મને ન થાઓ,” ઇત્યાદિ વિચારો કરવાનું પરિણામ શું છે? કાંઈ જ નહિ. રોગના જ વિચારોમાં તલ્લીનતા રાખવી-તેમાં જ એકકાર થઈ જવું એ રોગચિંતા નામનું આર્તધ્યાન છે-દૃઢ દેહાધ્યાસ છે.

ભૂલોનો બદલો મળવો જ જોઈએ. કાંઈ પણ કાર્ય વિના થતું નથી, તો પછી આ રોગ માટે તમે શું એમ ધારો છો કે તે તમારા કાર્ય વિના થયો છે? નહિ જ. તમારી ભૂલની તપાસ કરો. ખાવાપીવાના નિયમો તમે સાચવ્યા નહિ હોય જરૂરિયાતથી અધિક પ્રયત્ન કર્યો હશે, પ્રહસ્યર્થના નિયમોથી વિરુદ્ધ વર્તન થયું હશે કોઈની ઇર્ષા કરી હશે,

નહિ કરવા યોગ્ય વિચારો કયા હશે. આ વિચારોની પાત્રન શક્તિપર અસર થઈ તેમાંથી રોગો ઉત્પન્ન થાય છે માટે પોતાની ભૂલો સુધારવી એ જ આપણું કર્તવ્ય છે. ભૂલો ન સુધારવી અને કેવળ આર્તવિચારો જ કર્યા કરવા, તે વિચારોથી તે રોગો ચાલ્યા જતા નથી, પણ તેમાં જ દૃઢ ધ્યાન કે અધ્યવસાયથી-દેહાધ્યાસ, દેહમમત્વ મજબૂત થાય છે. તેવા અધ્યવસાયથી કર્મબંધ વધારે થાય છે મતલબ કે આર્તધ્યાન ન થાય તેવી રીતે રોગને સહન કરવો. યથા યોગ્ય ઉપચાર કરતા રહેવું. તેમ છતાં ન મટે તો સમભાવે સહન કરવું. પણ હાયવોચવાળી, વિહ્વળતા થવા ન દેવી.

ખીજી રીતે વિચાર કરીએ તો રોગ એ આપણી ભૂલની શિક્ષા છે, લવિષ્યમાં વધારે મોટા રોગો ન થવાની એ ચેતવણી છે, અથવા શરીર સુધારવાનું સાધન છે. અર્થાત્ તે રોગ આપણા ભલાને માટે થયેલ છે.

આવા, પીવા, હરવા, ફરવાદિમાં સાવચેતી ન રાખવાથી થયેલી ભૂલનો ખદલો મળવો જોઈએ અને તે ખદલો જ આ રોગ છે. આ ખદલો મળ્યાથી માણસ વિચાર કરશે કે આ રોગ શા કારણથી થયો? વિચારવાન તે કારણ શોધી કાઢશે અને ફરીને રોગ ન આવવા ખદલ તે ભૂલ કરતાં અટકશે.

લવિષ્યમાં મોટા રોગો ન થાય તે માટે રોગ એ ચેતવણી છે. આ નાના રોગો થતાં જ, એટલે સહેજસાજ માથું કે પેટ દુઃખવું ઇત્યાદિથી ચેતી જઈને માણસ એકાદ જુલાબ કે તેવો જ ઉપાય કરી લે તો તે રોગ આગળ વધતો ત્યાં જ અટકી જાય છે. અને થોડોઘણો હોય તો તે ઉપાયથી નાબૂદ થાય છે.

શરીરમાં પ્રલેખ, બિલટી, ઝાડો કે તાવ થઈ આવે છે. આ રોગો થવાનું કારણ જરૂરિયાતથી વધારે ક્યરો શરીરમાં એકઠો થયેલો છે, તેને બહાર કાઢી નાખી શરીર શુદ્ધ કરવાનું છે, હલથી વધારે મગજમાં મળેલ ભરાવાથી ખોટી ગરમી પ્રલેખ દ્વારા બહાર નીકળી જવા સાથે, મળને બહાર ફેંકી દે છે અને તેથી મગજ સાફ થઈ જાય છે. તાવ આવવાથી ખોટી ગરમી બહાર નીકળી જઈ શરીરમાં નિયમિત કામ પાછું ચાલુ થાય છે.

જઠરની આસપાસ મળ વધવાથી જઠર કામ કરતું અટકે છે. તે છતાં આહાર નાખવામાં આવે છે તો ઝાડા થાય છે. આ ઝાડા થતાં ખોરાક ઓછો લેવાતાં ઝાડા દ્વારા મળ નીકળી જાય છે અને ખોરાક ઓછો લેવાથી જઠરા પ્રક્રિયા થાય છે; એટલે મળ-ક્યરો સાફ થતાં શરીર હલકું થાય છે. જઠરને પોતાના કામમાં નડતો ક્યરો દૂર થતાં તે પણ પોતાનું પાચનનું કામ નિયમિત શરૂ કરે છે. આમ એકંદરે વિચાર કરતાં જે પોતાના ભલાને માટે રોગ થાય છે તેને અજ્ઞાનતાને લીધે લોકો ખૂબ માની તેને માટે આત્મધ્યાન હાયવોચ કરે છે કાયદાને ગેરકાયદા સમજે છે અને વિના પ્રયોજનની મહેનત કરી થાકે છે.

મહાન પુરુષો કહે છે કે જે થાય છે તે સારા માટે. પણ આની કસોટી કરવાનો વખત કે આની સત્યતા સમજવા જેટલી ધીરજ મનુષ્યો પાસે ક્યાં છે? નહિતર આ માનસિક દુઃખો ઉત્પન્ન જ ન થાય (આ દિશામાં પણ વિચારો કરવાની જરૂર છે.) કહ્યું છે કે--

તદ સ્વલસીસરોગાહવેયણાણં વિ પણિદ્વાણં ।

તદસંપઞ્ચોગચિંતા તપ્પહિયારાગુલમણસ્મ ॥ ૧ ॥

તેમ જ શૂલ, મસ્તકનો રોગ આદિ વેદના ઉત્પન્ન થયે તેના વિયોગ સંબંધી એકાગ્રતા કરવી તે ફરીને પ્રાપ્ત ન થાય તેવી ચિંતા કરવી અને તેના પ્રતિકાર માટે (તે રોગ દૂર કરવાના ઉપાય માટે) મન આકુલ વ્યાકુલ કરવું. આ રોગ ચિંતા-આત્ત્ધ્યાન છે.

ભોગ આત્ત્ અથવા નિયાણાં આત્ત્ધ્યાન

ગજ્યં સુરેન્દ્રતા મોગાઃ સ્વમેન્દ્રત્વં જયશ્રિયઃ ।

કદા મેડમી મવિષ્યન્તિ મોગાત્ત્ ચેતિ સંમતમ્ ॥૭૭॥

પુષ્પાનુષ્ઠાનજાતૈરભિલષતિ પદં યજ્જિનેન્દ્રામરાણામ્ ।

યદ્વા તૈરેવ વાંછત્યદિતજનકુલચ્છેદમત્યંતક્રોપાત્ ।

પૂજાસત્કારલાભાદિકસુખમથવા યાચતે યદ્વિકલ્પૈઃ

સ્વાદાત્ત્ તન્નિદાનપ્રભવમિદં નૃણાં દુઃસ્વદં ધ્યાનમાત્ત્મમ્

(દુઃસ્વદાવોગ્રધામ) ॥ ૭૮ ॥

રાજ્યની પ્રાપ્તિ, ઇંદ્રપદવી ભોગોની અનુકૂળતા, વિદ્યા-ધરેણુ આધિપત્ય અને રાજ્યલક્ષ્મી આ સર્વ મને ક્યારે પ્રાપ્ત થશે, ઇત્યાદિ વિચારોવાળું ધ્યાન ભોગાત્ત્ માનેણું છે.

પુણ્યવાળાં અનુષ્ઠાન (ક્રિયા) કરી તેના ફળ તરીકે તીર્થ'કર અને દેવોના પદની અભિલાષા કરે અથવા તે જ પુણ્ય વડે, અત્યંત ક્રોધથી શત્રુઓના કુલનો ઉચ્છેદ (નાશ)

થાય તેવી ઈચ્છા કરે; અથવા નાના પ્રકારના વિકલ્પો વડે પૂજા-સત્કાર અને લાભાદિક સુખની યાચના કરે. આ સર્વ નિચાણાથી ઉત્પન્ન થનારું આર્તધ્યાન મનુષ્યોને દુઃખરૂપી દાવાનળના ભયંકર સ્થાન સમાન થાય છે.

ભાવાર્થ :—આતુ' નામ તે મનની શક્તિને દુરપયોગ ખરાબમાર્ગ સમજવો. મહેનતથી કંટાળેલા કે આગસુના આગેવાને આને જ સમજવા મહેનત ક્યાં વિતા માફ ખાવાની ઈચ્છા રાખનારાઓ તમને કોઈ ન મળ્યા હોય તો આ વિચાર કરનારાને યોગખી લેજો એકાંતમાં બેસી મનને કોઈ પણ વિચારમાં લીન કરી દીધું કે તે વખતે ભરખબર હોય તોપણ એકાંત જ સમજી લેવું. વિચાર કરે કે મને આ આખા ભારતવર્ષનું કે જેટલા દેશો છે તે ખધાઈ રાજ્ય મળે તો ઠીક થાય હો. અથવા આ રાજ્ય તો મળે પણ પાછું આયુષ્ય થોડું એટલે તે મૂકીને તો જવું જ પડે ને ત્યારે ઇંદ્રની પદવી મળે તો કેવું સારું? દેવો ઉપર મનમાં ધારીએ તેવી આજ્ઞાઓ કરીએ, હુકમો ચલાવીએ, સુંદર અપ્સરાઓ કે ઇંદ્રાણીઓ આવી મળે. આપણી આગળ વિવિધ પ્રકારના નાટારંભો થઈ રહ્યા હોય. અહા! આ સુખની તો વાત જ શી કરવી? પણ અરે! એવાં સુખ તે મારા ભાગ્યમાં ક્યાંથી હોય? આ દુનિયાના જ નાના પ્રકારના ભોગો મળે તોપણ કેવું સારું થાય? ગાડી, વાડી ને લાડીની મજા મારીએ. હવાવાળા મથકો ઉપર બંગલાઓ ખાંધી અમનચમન ઉડાવીએ. એના કરતાં પણ વિદ્યાધરના રાજપણાની પ્રાપ્તિ થાય તો તો પછી પૂછવું જ શું? સુંદર

વિમાનોમાં બેસી, વિદ્યાધરીઓની સંગાતે, સુંદર આરામો, ગ્રાગબગીચાઓ, નંદનવન, આદિ સુંદર સ્થળોમાં વિહાર કરીએ. કલ્પવૃક્ષાદિ ઝાડોની સુંદર ઘટાઓમાં, સહેલગાહ થતી હોય, મલયાચળ જેવો મંદમંદ પવન આવતો હોય, કિર્તિરોના ગાયનોના મધુર શબ્દો કાને પડતા હોય, અહા! આ મનની તો વાત જ શી કરવી? આવામાં કોઈ શત્રુ વિદ્યાધર કે બીજો કોઈ મારી પત્નીને હપાડી નય-મારા મુખમાં વિદ્ધ કરે કે મારુ રાજ્ય લઈ લેવા ચડી આવે તો, ખરેખર હું સામે થઈ જાઉં અને મારામાં એવું બળ હોય કે મને કોઈ જીતી શકે જ નહિ. શત્રુઓનો નાશ કરી તેમની લક્ષ્મી લૂંટી લઉં, આખી દુનિયા મારે આધીન થઈ જાય, સર્વ ઠેકાણે મારો જ વિજય થાય, ઇત્યાદિ વિચારો કરતાં, જરા પવનનો ઝપાટો આવતાં આંખ ખૂલી નય કે કોઈના શબ્દોથી તે વિચારધારા તૂટી જતાં, સાવચેત થઈ આવતાં, તપાસ કરતાં આ જે પાયા વિનાનો મહેલ જિલો ક્યો હતો તે માંડીલું કાંઈ પણ દેખાય ખરું કે? ધુમાડાના જ ખાચકા કે બીજું કાંઈ? સ્વપ્નામાં દેખેલ બતાવોથી આમાં કાંઈ અધિકતા ખરી કે? કાંઈ જ નહિ.

અરે મૂર્ખતા! અહો અજ્ઞાન દશા! કેવી ભયંકર ભૂલ! માતવો! અમૂલ્ય માનવજીવનનો કેવો અસાધારણ દુરુપયોગ! આટલા વિચારો કર્યા તેમાંથી કાંઈ મળ્યું ખરું કે? વખત પણ નકામો ગયો, તેટલું આયુષ્ય ઓછું થયું, મન પણ તેટલું ચંચળ થયું અને પરિણામે (શૂન્ય) મીડું.

આના કરતાં તેટલા વખત માટે પરમાત્માનું સ્મરણ

કયું હોત, કે ઉત્તમ વિચારો કયાં હોત, કે કાંઈ પણ સારુ કામ કયું હોત તો? મન મેલું થવાને બદલે સુધરત. ઉજ્જવલ-નિર્મળ થાત, સારું પુણ્ય બંધાત કે જે વસ્તુની જરૂરિયાત કે ઇચ્છા હતી તે મેળવી આપવામાં મદદગાર થાત. માટે હે મનુષ્યો! આવા હવાઈ કિલ્લા બાંધવાનું બંધ કરી જેની જરૂરિયાત હોય તેને માટે મહેનત કરો.

મનુષ્યો! તમારા નિરંતરના વ્યવહાર સંબંધમાં તપાસ તો કરો કે મહેનત વિના કાંઈ મળે છે ખરું કે? અરે મોઢામાં મૂક્યા પછી પણ ચાવવાની મહેનત કર્યા પછી જ પેટ ભરાય છે, તો આ તમારા મનોરથો કાંઈ એકલી લૂખી ઇચ્છાથી જ પૂરણ થવાના છે કે? નહિ જ.

કેટલાએક વિચારવાન મનુષ્યોને ઉપરની હકીકત ખરી લાગવાથી તે મનઃસ્થિત વસ્તુ મેળવવા માટે નાના પ્રકારનાં પુણ્ય, દાન, તપ, જપ, વ્રત, ઇત્યાદિ શુભ કાર્યો કરે છે, અજ્ઞાન કષ્ટો સહન કરે છે, માખીની પાંખ ન દુઃખાય ત્યાં સુધી જીવોતું રક્ષણ કરે છે, ઓઘ સંજ્ઞાએ ચારિત્ર પણ જીવ્યું પાળે છે, આટલું કર્યા પછી તેમની આ માનસિક વિષયોની ઇચ્છા તેમને ફસાવે છે. મહેનત કરીને તેનો બદલો લેવાને તે તૈયાર થાય છે. તેનો બદલો સ્વાભાવિક વખતે પોતાની મેળે મળી આવે તેટલા વખત સુધી પણ તેઓ ધીરજ ધરી શકતા નથી. તેમના સારા કર્મો કદાચ તેમની ઇચ્છા વિરુદ્ધ ફળ આપી દેશે, કે ફળ આપવાનું ભૂલી જશે, તેવી તેમને શંકા થતી હોય તેમ તેઓ પોતાનાં કરેલા શુભ કર્મોનો બદલો આગળથી માંગી લે છે. તેઓ નિયાણું કરે

છે, નિયાણાનો અર્થ કરેલ મહેનતનો બદલો ફળ મળવાના વખત આગાઉથી માગી લેવો. જેમ કે મેં મારી જિંદગીમાં અમુક અમુક સારાં કામ કર્યાં છે, તપશ્ચર્યા કરી છે, બ્રહ્મ-ચર્ચા પાળ્યું છે, બીજાં વ્રતો વગેરે કિલ્લ, મન, વચન કે શરીરને કષ્ટ થાય તેવાં કે ત્યાં સુધી કર્યો કર્યો છે કે ધન ખર્ચી મંદિર બંધાવ્યા છે, દાન આપ્યું છે, ધર્મશાળાઓ બંધાવી છે કે પરોપકારનાં કાર્ય કર્યાં છે તેના ફળ તરીકે બદલા તરીકે મારી ધારેલી ઇચ્છા પ્રમાણે ફળની પ્રાપ્તિ થશે, મને તીર્થંકર પદવી પ્રાપ્ત થશે, દેવગતિ મળી આવશે, અમુક સ્નેહી કે પતિપુત્રાદિકની પ્રાપ્તિ થશે.

આ વેળાએ કદાચ કોઈના ઉપરતું વૈરભાવ ચાદ આવી બંધ કોઈ આવેશમાં એમ પણ નિશ્ચય કરી નાખે કે મારા તપશ્ચર્યાદિ પુણ્યની શક્તિથી મારા શત્રુના કુળનો-વંશનો સર્વથા ઉચ્છેદ કરી શકું તેવું બળ કે શક્તિ મને પ્રાપ્ત થશે.

અથવા મનાવા, પૂજવાની ઇચ્છાથી, સત્કાર, માન પાનની ઇચ્છાથી, કે તેવા જ પાંચ ઇન્દ્રિયોના વિષયને અનુકૂળ વિષયોની ઇચ્છાથી, તેવી તેવી વસ્તુ પ્રાપ્ત થવાની માગણીઓ કરે છે. આવી માગણીઓનું પરિણામ તેમને માટે ભયંકર દાવાનળના વચમાં રહેલા નિવાસસ્થાન તુલ્ય દુઃખરૂપ થાય છે.

પુણ્યાદિક ક્રિયાઓ કરી એટલે તેમના ધાર્યો પ્રમાણે ફળ તો મળે છે, તેમાં પણ વિશેષ એટલો છે કે તેમની ઇચ્છા જે વસ્તુ મેળવવાની હોય છે તે મળી શકે તેટલા પ્રમાણથી અધિક પુણ્ય હોય તો તે વસ્તુ મળે છે, તેટલું પુણ્ય ન હોય તો તે પ્રમાણે મળતું નથી.

તેમને દુઃખી થવાનું કારણ એ છે જે, નિયાણું કરી માગી લીધેલા ક્ષણનું પરિણામ સુખરૂપ થતું નથી. એક ઇચ્છા બીજી ઇચ્છા ઉત્પન્ન કરે છે, બીજી પૂરી થઈ ન થઈ ત્યાં ત્રીજી ઇચ્છાભરે છે. જ્ઞાનદશા જાગૃત થયેલી ન હોવાથી આ ઇચ્છાનો નાશ બીજા કોઈ ઉપાયથી થતો નથી, કેમ કે ઇચ્છાઓનાં બીજ અજ્ઞાન દશામાં રહેલા હોય છે. ઇચ્છાઓ પણ પૂર્ણ થતાં હર્ષ થાય છે. પૂર્ણ થવામાં અનેક આરંભો કરવા પડે છે. તેમાં કોઈ અડચણ કરે, વિઘ્ન કરે તો દ્રેષ થાય છે. ઇચ્છા પૂરી ન થાય, તો ખેદ થાય છે. આ રાગ-દ્રેષની પરિણતિ નવીન કર્મો ઉપાર્જન કરાવે છે અને પરિણામે જન્મમરણનું ગાડું વગર અટકયે આલ્યા જ કરે છે.

અહીં વિચારદશાની પૂર્ણ જરૂર છે. જો બીજ સારી જમીનમાં વાળ્યું છે, તો ક્ષણ થશે જ. તેને માટે દીનતા કરવી તે કેવળ કલેશને જ માટે છે. તેમ જ જો જીવે સત્કર્મ કર્યો છે, તો તેનાં સારાં ફળો મળવાના જ; તો તેને માટે આવી દીનતાવાળી અને પરિણામે દુઃખરૂપ નિયાણાની માગણી કરવી તે નકામી છે. આત્મદૃષ્ટિ થયા સિવાય ઇચ્છાના બીજનો નાશ થતો નથી.

અહીં એ શંકા થશે કે મહેનત વિના મળતું નથી, મહેનત કરી ક્ષણની માગણી કરતાં પરિણામ આવું બતાવો છો, ત્યારે ઇચ્છાઓને તૃપ્ત કેમ કરવી ?

ઉત્તર એ છે કે ઉત્તમ વિચારબળ વિના-જ્ઞાનશક્તિ પ્રગટ થયા સિવાય-ઇચ્છાઓનો નાશ થઈ શકતો નથી.

ઈચ્છાની તૃપ્તિ કોઈ વખત થઈ નથી અને સદાને માટે થવાની નથી, એ તો બળતા અગ્નિમાં લાકડાં હોમ્યા જ કરો, અગ્નિ શાંત ન થતાં વધતો જ થવાનો. ઈચ્છા પ્રમાણે ભોગોનો ઉપભોગ કરવો એ કાંઈ અગ્નિ શાંત કરવાનો ઉપાય નથી, તેમ વિષયોની પ્રાપ્તિથી ઈચ્છા શાંત થાય તે વાત સ્વપ્ને પણ સાચી ન માનવી. મારા આ કથનથી ખાતરી ન થતી હોય તો અનુભવ કરી જોવાથી નિર્ણય થશે.

હા ! તૃપ્તિ થશે, જરા વાર શાંતિ આવશે, વૈરાગ્ય પણ પ્રગટ થશે અને હવે આ રસ્તે જવું જ નહિ એમ નિર્ણય પણ થશે. છતાં તે થોડીવાર જ. જરા વખત જવા દો, ફરી અનુકૂળ સંયોગો મળવા દો, તો સમજશે કે આ વસ્તુ તો દુનિયામાં કોઈ વખત મળી જ નથી તેટલી તીવ્ર ઈચ્છાથી પાછી તેના તરફ પ્રવૃત્તિ થશે અને થોડી વાર પહેલાં ઉત્પન્ન થયેલ તૃપ્તિ, કે શાંતિ કે વિરક્તતા નાશ જ પામી જશે.

માટે વિચારદશા ખૂટ્યા સિવાય, વિવેકજ્ઞાન પ્રગટ થયા સિવાય, કે જ્ઞાનગર્ભિત વૈરાગ્ય થયા સિવાય, તૃપ્તિ કે શાંતિની આશા તમારે રાખવી જ નહિ.

“ત્યારે ઇષ્ટ વસ્તુ મેળવવા માટે અમે શુભ ક્રિયાઓ કરી, તે વ્યર્થ જશે કે ? આનો ઉત્તર એ જ છે કે તમારી ઈચ્છા તે વસ્તુ તરફથી પાછી વળતી ન જ હોય, તેને મેળવવા માટે ઉત્કટ જિજ્ઞાસા બની રહેતી હોય તો તમે શુભ ક્રિયા ઘણી ખુશીથી કરો; પણ તમારું નિશાન બદલો, સુકાન ફેરવો. વિષયોપભોગને મુખ્ય પદવી ન આપો, તમારા આત્મ-દેવને મોઢા આગળ કરો. તે મેળવવાનું એટલે તેનો અનુ-

ભવ કરવાનું લક્ષ રાખો, સર્વ ક્રિયાઓ તેને ઉદ્દેશીને કરો. કૃષિકારો ધાન્યને માટે જ ખેતી કરે છે, છતાં ઘાસ, કડબ, વિગેરે તો પ્રાસંગિક-ઇચ્છા કર્યા વિના જ તેની સાથે પ્રગટ થાય છે, તેમ જ તે આત્મદેવની જ ઉત્કંઠા તમે કરો તો રસ્તામાં આવા ઘાસ જેવા વિષયોપભોગો તો સત્તાગત ઇચ્છાનુસાર સ્વાભાવિક જ તમને આવી મળશે. એક રાત્રને તમે મળશો તો પહેરેદાર સિપાઈઓ તો અનિચ્છાએ પણ તમારી ગુલામી કરશે.

મત, તપ, જપ, ઇત્યાદિ કર્યા કરો. પણ સાથે તેના કૃળની ઇચ્છા ન રાખો. ઇચ્છા સિવાય દરેક શુભ કામ કર્યા કરો. આનું પરિણામ એ આવશે કે જે ક્રિયા કરો છો તેમાં જે સ્વભાવ છે તે કાળાંતરે બહાર આવશે અને તમારી આસક્તિ તેમાં ઓછી થયેલી હશે તો આ અનુકૂળ સામગ્રી કે વિષયોપભોગના સાધનો તમને હેરાન ન કરતાં કાંઈક ઇચ્છાઓને શાંતિ આપી તેમાંથી જ વિચાર દ્વારા વિરક્તતા મેળવી આવશે. જેને માટે અત્યારે ઇચ્છા કરતા હતા તે સંયોગો મળી આવતાં પણ તમને તેનાથી વિરક્તદશા પ્રગટ કરવાની ઇચ્છા રહેશે.

વસ્તુ કે ક્રિયા એકની એક છે. પણ તમે જેમ જેમ તેને વળગતા જશો તેમ તેમ તે તમારાથી દૂર ભાગશે અને જ્યારે તમે તેને ત્યાગવા ઇચ્છશો એટલે તે તમને વળગતી આવશે. આ પ્રમાણે વસ્તુના સ્વભાવને સમજી તેની ઇચ્છા કાઢી નાખો, એટલે તે તમને મળશે એટલું જ નહિ, પણ તે તમારી ઇચ્છાને શાંત કરી, તમને હેરાન ન કરતાં ઊલટી

વિરક્તતાને પ્રગટાવી જશે. વસ્તુસ્થિતિ આ પ્રમાણે છે માટે ભવિષ્યની ચિંતારૂપ આર્તધ્યાન મૂકી દઈ પ્રયત્ન કરતા રહો. આત્મપરાયણ થાઓ.

અન્ય સ્થળે કહ્યું છે કે—

દેવિંદ્ર ચક્રવર્તિનાં ગુણરિદ્ધિપથ્યનામર્કયં ।

અહમં નિયાણ ચિંતણ મન્નાણાણુગય મચ્ચં તં ॥૧॥

દેવેન્દ્ર અને ચક્રવર્તી આદિના ગુણ (રૂપાદિક) તથા રિદ્ધિની પ્રાર્થના (ચાચના)વાળું નિયાણાનું ચિંતન કરવું તે અધમ છે. અત્યંત અજ્ઞાનની મદદથી તે (અધ્યવસાય) ઉત્પન્ન થાય છે.

આર્તધ્યાનનું ફળ

एयं चउव्विहं रागदोसमोहं कियस्स जीवस्स ।

अद्वृझ्माणं संसारवद्धणं तिरियगइमूलं ॥ २ ॥

રાગ, દ્રેષ અને મોહના ચિહ્નવાળું (રાગદ્રેષ અને મોહથી ઝોળખાતું) આ ચાર પ્રકારનું આર્તધ્યાન જીવને સંસાર વધારનારું છે અને તિરિયંચ (જનાવર)ની ગતિનું મૂળ છે (આર્તધ્યાન કરનારા જીવો વિશેષ પ્રકારે જનાવરની ગતિમાં બદલે છે).

મધ્યસ્થ મુનિઓને આર્તધ્યાન હોતું નથી

मज्झथस्स य मुणिणो सकम्मपरिणामं जणिय मेयंति ।

वध्युणस्सभावचित्तण परस्स सम्मं सहंतस्स ॥ ३ ॥

પોતાના કર્મ પરિણામથી આ (રોગાદિ અનિષ્ટ સંયોગો) ઉત્પન્ન થયેલા છે (ઈત્યાદિ) વસ્તુ સ્વભાવના ચિંતન કરવામાં તત્પર થયેલા અને સમ્યક્ રીતે (રાગદ્વેષ વિના) રોગાદિ સહન કરતા એવા મધ્યસ્થ મુનિને આર્તધ્યાન હોતું નથી.

ભાવાર્થ:—અહીંયાં શંકા થાય છે કે મુનિઓ કે જેમણે સંસાર-ત્યાગ કર્યો છે અને મુખ્ય રીતે આત્મસાધન કરવામાં ચિત્તને લગાડ્યું છે તેવા મુનિઓને પણ ઘણી વાર પૂર્વ કર્મ સંયોગથી નાના પ્રકારના રોગાદિનો ઉપદ્રવ થઈ આવે છે, કેમકે કર્મ કોઈને ક્ષણ આપ્યા વિના રહેતું નથી. આ મહાપુરુષોનો સિદ્ધાંત છે, તો આ રોગની અસમાધાનીથી, તેનો પ્રતીકાર-ઉપાય કરવા તેઓ પ્રયત્ન કરે છે અને મનમાં એથી એમ પણ થાય છે કે આ રોગ શાંત થઈ જાય તો ઠીક. આમ રોગના શમનનો ઉપાય કરવો અને મનથી રોગનો નાશ થાય તેમ ચિંતવવું તેથી મુનિઓને આર્તધ્યાન થવું જ જોઈએ ?

વળી તપ, સંયમ, આદિ અંગીકાર કરવાથી તેમના મનમાં ચોક્કસ નિશ્ચય હોય છે કે સાંસારિક દુઃખનો વિયોગ થાય તો ઠીક. તેથી પણ તેમને આર્તધ્યાનની પ્રાપ્તિ છે એમ સમજી શકાય છે ?

આનો ઉત્તર એ છે કે જો રાગદ્વેષાદિને પરવશ થયેલ તે મુનિ હોય તો અવશ્ય તેમને પણ આર્તધ્યાન હોય, પણ જેઓ રાગદ્વેષને આધીન ન થતાં મધ્યસ્થ સ્થિતિ ધારણ કરી વિચાર કરે છે કે આ વિવિધ પ્રકારના રોગો જે મારા દેહમાં ઉત્પન્ન થયા છે તે પૂર્વજન્મમાં કરેલ અશુભ કર્મોનો

વિપાક (ફળ) છે. માટે મારે પરિતાપ કરવો એ યોગ્ય નથી. હું મનમાં ખેદ કરીશ તોપણ તેથી આ રોગ ઓછો થવાનો નથી. મહાન પુરુષેને પણ કરેલા કર્મ લોગબ્યા સિવાય છૂટકો થતો નથી, ઈત્યાદિ વસ્તુ સ્વભાવના ચિંતનમાં વિચારમાં તત્પર થઈ સારા અધ્યવસાયે-મધ્યસ્થ પરિણામે તે રોગાદિને સહન કરતાં તેમને આત્મધ્યાન હોતું કે થતું નથી પણ કર્મની નિર્જરા થાય છે.

લાભાલાભનો વિચાર કરી રોગનો પ્રતીકાર કરવાની જરૂર છે.

કુળત વ પસથ્યાલંઘણસ્મ પઢિયાસ્મપ્પસાવજ્ઞં ।

તવસંયમપઢિયારં સેવત ધમ્મ-મણિયાણં ॥ ૪ ॥

પ્રશસ્ત આત્મજ્ઞાનના સાધનભૂત આલંબન માટે અદ્ય સાધવાળા પ્રતીકાર-ઉપાયો કરવાની જરૂર છે અને નિયાળા વિના કર્મક્ષયના હેતુભૂત તપ, સંયમરૂપ ઉપાયો સેવવા પણ જરૂરના છે. મતલબ કે તેથી આત્મધ્યાન થતું નથી, પણ તે ઉપાયો ધર્મધ્યાન છે, અથવા ધર્મધ્યાનનું કારણ છે.

ભાવાર્થ :—જ્ઞાનાદિ ઉત્તમ આલંબનને માટે અદ્ય સાધવાળાં કે નિર્દોષ ઔષધાદિનો ઉપચાર કરવાથી ધર્મ-ધ્યાનને હાનિ પહોંચતી નથી. શરીર સારું હશે તો જ્ઞાન ભણાશે, ગુર્વાદિકની કે ગ્લાન, બાળ તપસ્વી આદિની ભક્તિ થશે. નાના પ્રકારની તપશ્ચર્યા થશે. ગચ્છની અને ગચ્છની નિશ્રાયે રહેલા સાધુઓની સારણા વારણાદિ સંભાળ લેવાશે, અને ધ્યાનાદિક કરી આત્મસ્વરૂપ પ્રગટ કરી શકાશે ઈત્યાદિ

આલંબનો-કારણોને લઈ નિર્દોષ ઔષધ કરાવવાની જરૂર છે. અથવા અદ્ય દોષવાળા, પણ પરિણામે મહાન લાભ આપનારા ઔષધોથી ધર્મધ્યાનની વૃદ્ધિ થાય છે.

શાસ્ત્રમાં પણ કહ્યું છે. કે ગીતાર્થ મુનિ ચતનાર્ણવ કારણે અદ્ય સાવધ ઔષધાદિ કરતા છતાં પણ નિર્દોષ છે. ગીતાર્થ એ શબ્દ કહેવાનો હેતુ એ છે કે દ્રવ્ય, ક્ષેત્ર, કાલ, લાવના બધાનાર ગીતાર્થ મુનિ હોય છે. તે જે અવસરે જેની જરૂરિયાત હોય તેવી પ્રવૃત્તિ આગ્રહ વિના તેઓ કરે છે. તેથી લાભાલાભનો વિચાર કરી યોગ્ય અવસરે કોઈ કામમાં પ્રવૃત્તિ કે નિવૃત્તિ કરવી ઘટે ત્યાં તે તેવી પ્રવૃત્તિ કરી શકે છે.

તપ, સંયમ, આદિ કરવાં છે તે પણ સાંસારિક દુઃખોનો પ્રતીકાર-ઉપાય છે માટે તપ, સંયમાદિની વૃદ્ધિ થતી હોય તેવા નિમિત્તે ઔષધાદિ કરવાં પડે તે પણ ધર્મધ્યાનનો હેતુ હોવાથી ધર્મધ્યાન છે વિશેષ એટલો છે કે તે તપ સંયમાદિ નિચાણા વિનાના હોવા જોઈએ-સાંસારિક સુખની અભિલાષા-ઈચ્છા વિનાના હોવા જોઈએ.

અહીં કોઈ શંકા કરે કે કર્મનો ક્ષય કરવા માટે તપ સંયમાદિ કરવા છે તે પણ એક જાતનું નિચાણું જ છે ને? કેમકે નિચાણાનો અર્થ એ જ થાય છે કે મારી આ સંયમ તપશ્ચર્યાદિ ક્રિયાનું અમુક ફળ મને પ્રાપ્ત થાઓ અને તે પ્રમાણે કર્મનો ક્ષય કરી મોક્ષ પ્રાપ્ત કરવા માટે તપશ્ચર્યાદિ કરવા તે પણ નિચાણું જ છે ને?

આનો ઉત્તર આ પ્રમાણે છે કે તે વાત ખરી છે.

નિશ્ચયથી મોક્ષની ઇચ્છા કરવી, તેનો પણ નિષેધ કરેલો છે મોક્ષ મને ચ સર્વત્ર નિઃસ્પૃહો મુનિસત્તમઃ । ઉત્તમમુનિઓ મોક્ષમાં અને ભવમાં-સંસારમાં-સર્વ સ્થળે સ્પૃહા-ઇચ્છા કરતા નથી. તોપણ આવી ઉત્તમ કોટિની ભાવનામાં જેમનું મન પરિણમ્યું નથી તેવા જીવોની અપેક્ષાએ વ્યવહારમાર્ગે મોક્ષની ઇચ્છા કરવી, તે દોષવાળી નથી. આ પ્રકારે પણ તેમના ક્રિયામાર્ગમાં પ્રવૃત્તિ થવાથી તેઓના ચિત્તની શુદ્ધિ થાય છે અને ત્યારપછી છેવટે તેઓ સર્વત્ર નિઃસ્પૃહ થવાની કોટિમાં પ્રવેશ કરી શકે છે.

આર્તધ્યાનવાળાને લેશ્યા કેટલી હોય ?

લેશ્યાત્રયં ચ કૃષ્ણાદિ નાતિસંકલ્પિકં ભવેત ।

આર્તધ્યાનગતસ્યાષ્વ લિંગાન્યેતાનિ ચિંતયેત ॥ ૭૯ ॥

આ આર્તધ્યાનવાળાને કૃષ્ણ આદિ ત્રણ લેશ્યા, ઘણી સંકલ્પ (મલિન-કલુષિત) ન હોય તેવી (ત્રણ લેશ્યા) હોય. હવે આર્તધ્યાનવાળાનાં આગળ કહેવામાં આવશે તે લિંગો ચિહ્નો-નિશાનીઓનો વિચાર કરવો.

ભાવાર્થ :—જેના ઉદય વડે આત્મા લેપાય છે, જુદા જુદા અધ્યવસાયો-પરિણામો ધારણ કરે છે તેને લેશ્યા કહે છે. જેમ સ્ફટિક રત્ન સ્વાભાવિક રીતે અત્યંત નિર્મલ-સ્વચ્છ અને શ્વેત હોય છે. તથાપિ કાળા, પીળા, લીલા, રાતા, ફિગેરે રંગવાળા પદાર્થો તેની પાછળ મૂકવામાં આવે છે. તો આ પદાર્થોના ઉપાધિને લઈ સ્ફટિક પણ લાલ, પીળું,

કાણું કે લીલું દેખાય છે. આ ઠેકાણે વિચાર કરો કે સ્ફટિક રત્ન વસ્તુતઃ તેવું નથી પણ આ પદાર્થોની નજીકતાને લઈને જ વિપરીત લાન, થાય છે. જુદી જુદી રીતે તે સ્ફટિક દેખાય છે; એવી જ રીતે કર્મના અણુઓ જે ઉદયમાં આવ્યા છે તેમની સમીપતાથી અથવા આત્મા પોતાનું લાન ભૂટી જાય તેવા સગ્રેષ્ઠ મોહ ઉત્પન્ન કરનારા પદાર્થોની સમીપતાના નિમિત્તથી આત્મા જુદા જુદા પરિણામે પરિણમે છે. સ્વચ્છ કે મલિન, કિલ્લ કે મંદ જેવાં નિમિત્તાં કે કર્મ અણુઓનો ઉદય થાય છે તેવા જીવના અદ્યવસાય થાય છે તેને લેશ્યા કહે છે.

આત્મધ્યાનના જીવોને, કૃષ્ણ, નીલ અને કાપોત આ ત્રણ લેશ્યાઓ હોય છે. તથાપિ તે ત્રણે ઘણી કિલ્લ, મલિન યા નિવિડ હોતી નથી પણ થોડી મલિન, થોડી નિવિડ (વિરલ) હોય છે. આત્મધ્યાનના ઉદયથી જીવના પરિણામે કાળાં, લીલાં અને કાંઈક પારેવાના રંગ જેવા થાય છે છતાં તેનો રસ ઘણો મંદ, ઓછો અને ઘણી ઓથી કિલ્લતાવાળો કડવાશવાળો હોય છે.

આત્મધ્યાનનાં ચિહ્નો-લક્ષણો બતાવે છે.

शोकाक्रंदौ मूर्च्छा मस्तकहृदयादिताडनं चित्ता ।

आर्त्तगतस्य नरस्य हि लिङ्गान्येतानि बाह्यानि ॥૮૦॥

શોક કરવો, આક્રંદ કરવું (રડવું), મૂર્ચ્છા આવવી, માથું અને હૃદય આદિ પછાડવાં-તાડવાં, ચિંતા કરવી ઇત્યાદિ આત્મધ્યાનને પામેલા પુરુષનાં આ બાહ્ય ચિહ્ને નિશ્ચય સમજવાં.

ભાવાર્થ—આર્તધ્યાન કરવાવાળા જીવોનાં આંતરનાં લક્ષણો તો તે આર્તધ્યાન કરનાર જીવ વિચારવાન હોય તો તે પોતાના મનની કલ્પનાઓનો પોતે જ નિર્ણય કરી શકે છે. છતાં બહારના ઓલવા, ચાલવાનાં કે તાડના તજના, આકંઠ, રુદન, માથું, હૃદય, ફૂટવા વગેરે લક્ષણોથી બીજા મનુષ્યો પણ સમજી શકે છે, કે આ માણસનું મન આર્ત છે, સંયોગ, વિયોગ કે રોગાદિથી પીડિત છે, સમભાવે વેદી શકતો નથી. આત્મદૃષ્ટિ જુલાઈ ગઈ છે, વિવેકજ્ઞાન નાશ પામ્યું છે, દેહાધ્યાસ થયેલો છે.

અજ્ઞાનદશાને લઈ આત્માથી ભિન્ન વસ્તુ ઉપર મમત્વ-ભાવ વધેલો છે. તેને લઈને જ તેના વચનની કે શરીરની આ પ્રવૃત્તિ છે.

મૂળ સ્ત્રોતમાં આર્તધ્યાનવાળા નરના-પુરુષનાં આ લક્ષણો છે તે સામાન્ય રીતે પુરુષની મુખ્યતા સમી લખ્યું છે. બાકી આ લક્ષણોથી દરેક જીવોનાં-સ્ત્રી કે પુરુષના આર્તધ્યાનનો નિશ્ચય કરી શકાય છે.

તસ્માકંદળસોયર્ણં પરિદેવણતાહણાદિ લિંગાઈ ।

ઠ્ઠાણિકું વિયોગાવિઓગ વેયણાનિમિત્તાઈ ॥ ૧ ॥

ઈષ્ટના વિયોગથી, અનિષ્ટના સંયોગથી અને વેદનાના નિમિત્તથી તે આર્તધ્યાનવાળાનાં આકંઠ, શોચન, પરિદેવન અને તાડન આદિ ચિહ્નો થાય છે.

ભાવાર્થ— આકંઠન એટલે મોટા મોટા શબ્દો વડે વિલાપ કરી કરીને વિશેષ પ્રકારે રોવું ચાને સહન કરવું,

શોચન એટલે આંખમાંથી આંસુ ચાલ્યા જતાં હોય તેવી રીતે ઓરતો કરવો-પશ્ચાત્તાપ કરવો-જેનો વિચાર થયો છે તેની સાથેનો પોતાનો સ્વાર્થ યાદ કરવો, યા ગુણ યાદ કરવા-ખીજને કહી સંભળાવવા.

પરિદેવન એટલે દીનતા કરવી-દયામણો અહોરો કરવો, ખીજને દયા ઉત્પન્ન થાય તેવી રીતે બોલવું અથવા વારંવાર કિલ્લ લાપણ કરવું.

તાડન એટલે છાતી ફૂટવી, માથું ફૂટવું, વાળ ખેંચવા, પછાડિયાં ખાવા, ઇત્યાદિ બાહ્ય ક્રિયા-લક્ષણો ઇષ્ટના વિચારથી, અનિષ્ટના સંયોગથી અને વેદના-રોગાદિક વ્યાધિના નિમિત્તથી કરાય છે તે સર્વે આત્મધ્યાનના ચિન્હો બાહ્ય-ખીજ આગળ દેખાવ કરી શકાય તેવા અથવા ખીજઓ બાજી દેખી શકે તેવા છે.

આ આત્મધ્યાન કેને હોય ?

તદવિરય દેસવિરયા વમાયપરસંજયાણુયં જ્ઞાણં ।

સન્વપમાયમૂલં વજ્જેયન્વં જતિજણેણં ॥ ૨ ॥

અવિરત, દેશવિરતિ અને પ્રમાદમાં તત્પર સંયતિ (સાધુ)ઓને તે આત્મધ્યાન હોય છે. આ ધ્યાન સર્વ પ્રમાદનું મૂળ છે. યતિજનોએ તેનો ત્યાગ કરવો.

ભાવાર્થ—આ આત્મધ્યાન કેટલા ગુણકાણા સુધી હોય છે, તે બતાવે છે. અવિરતિના બે લેહ છે. પહેલાથી ત્રીજા ગુણકાણા સુધીના મિથ્યાદૃષ્ટિ જીવો તે અવિરતિ છે, અને ચોથા ગુણકાણાવાળા સમ્યક્દૃષ્ટિ જીવો પણ અવિરતિ કહેવાય છે.

ગુણોત્તમું સ્થાન તે ગુણસ્થાન આ ગુણઠાણું. તદ્દન અંધારી ગાઠ કાલી રાત્રી જેવી, અજ્ઞાનતાવાળી નિજોઠ અવસ્થામાંથી (અવ્યવહાર રાશિમાંથી) વ્યવહાર રાશિમાં આવવું થાય, સૂક્ષ્મ શરીર ધારણ કરવામાંથી કાંઈક સ્ફૂળ શરીર ધારણ કરવાપણું હોય, ઓઘ સંજ્ઞાએ પણ ધર્મ જેવી વસ્તુ તરફ લાગણી હોય. પછી બલે ને તે અધર્મ હોય, તથાપિ કાંઈક સારી આશાથી ધર્મ તરફ વલણ થયેલું હોય ઈત્યાદિ જરા-તરા ઓઘ સંજ્ઞાએ પણ (ખરી સમજ ન પડે તેવી રીતે પણ) તેટલો ગુણ પ્રકટ થયેલો હોય તેને પ્રથમ ગુણસ્થાન (શરૂઆતનો ગુણ) કહે છે. આ ગુણ આગળ આગળની ભૂમિકામાં વિકાસ પામતો જાય છે. ચોથું ગુણઠાણું-ચોથી ભૂમિકામાં આત્માને આત્માપણે જાણવારૂપે સમ્યક્જ્ઞાન થાય છે, જડચૈતન્યનું ભિન્ન ભિન્ન જ્ઞાન થાય છે તેને વિવેકજ્ઞાન પણ કહે છે. આત્માનું પૂર્ણ શુદ્ધ સ્વરૂપ અહીં પ્રગટ થતું નથી છતાં થોડે અંશે પણ શુદ્ધતાની શરૂઆત આ ભૂમિકામાં થાય છે. એટલે અંશે સ્વસંવેદનગુણ અનુભવરૂપે અહીં પ્રગટ થાય છે, તથાપિ મોટો ભાગ જાણના સફળતા (શ્રદ્ધા) રૂપે હોય છે, જે તેરમા ગુણસ્થાને પૂર્ણ પ્રગટ થાય છે.

આ ચોથા ગુણસ્થાનકવાળા સમ્યક્દષ્ટિ છવેા કહેવાય છે, છતાં તેઓ અવિરતિ હોય છે. અવિરતિ એટલે વ્રત-નિયમો ન કરવા.

ઇચ્છાઓ અનંત છે. તે ઇચ્છાઓને અમુક રીતે મર્યાદામાં રાખવી. ઇચ્છાઓનો નિરોધ કરવો, થોડે અંશે પણ ઇચ્છાઓને કાળૂમાં રાખવી તે વિરતિ કહેવાય છે. આત્માનું

સ્વરૂપ જેવી રીતે જાણવામાં આવ્યું છે (સ્વઅનુભવ સિદ્ધ પ્રત્યક્ષ અનુભવ થયેલ નથી) તેવી રીતે પ્રત્યક્ષ કરવામાં સહાય ભૂત કર્મ મલિનતાનો નાશ કરનાર-તે આ આવરણને હટાકનાર જે ક્રિયામાર્ગ છે તે માર્ગનો આશ્રય હજી કર્યો નથી તેટલો ઉત્સાહ હજી પ્રગટ થયો નથી, કેવળ જાણવા-સંકલ્પવારૂપે તે માર્ગે હૃદયમાં જાગૃતિ લીધેલી છે તે અવિરતિ કહેવાય છે.

પહેલાથી ત્રીજા ગુણ સ્થાનક સુધીના જીવો પણ અવિરતિ કહેવાય છે. તથાપિ તેમાં અને આ ચોથા ગુણ સ્થાનવાળા જીવોમાં જે તફાવત છે તે એ છે કે તે ભૂમિકાવાળાઓને તો આત્માને જાણવા-સંકલ્પવાપણું પણ નથી. આત્માના શુદ્ધ સ્વરૂપને સમજી જડથી ભિન્ન માનવા જેટલું આવરણ પણ ઓછું થયેલું નથી. પુદ્ગલના ઉપભોગથી વિરામ પામવાની ઇચ્છા પણ થતી નથી એટલું જ નહિ પણ પુદ્ગલોના ઉપભોગ લેવા એ જ કાર્ય કે કર્તવ્ય મનાયેલું હોય છે અને ઓછ સજ્જાએ ધર્મ તરફ વલણ થયેલું હોય તો પણ વ્યવહારના પ્રસંગોમાં સુખી થવાય કે અન્ય જન્મમાં અનુકૂલ ઉપભોગો મળે તેટલા પૂરતું હોય છે. ત્યારે આ ભૂમિકાવાળાને આત્માનો નિશ્ચય થયેલો હોય છે. જેવે રૂપે જાણ્યું છે, તેવે રૂપે અનુભવ નથી પણ તે તરફ હવે તેને પ્રયાસ કરવાતું હોય છે. એટલે આત્મજ્ઞાન જ હોય છે.

અવિરતિવાળા જન્મેને આર્તધ્યાન હોય છે, છતાં યત્નેના આર્તધ્યાનમાં તફાવત ઘણો હોય છે.

દેશવિરતિ-દેશથકી થોડા ભાગની વિરતિ કરનાર-આત્મા

તરફ લક્ષ રાખી ઇચ્છાઓનો નિરોધ કરનાર-પાંચમી ભૂમિકા
યા ગુણસ્થાનવાળા જીવો, તેને પણ આર્તધ્યાન અમુક ભાગે
ઘટ વિયોગાદિ સંબંધી હોય છે.

છટ્ટા ગુણસ્થાનવાળા-સર્વ વિરતિધારી મુનિઓ, ત્યાગીઓ
પ્રમાદમાં પડતાં તેમને પણ આર્તધ્યાન થઈ આવે છે, છતાં
પૂર્વના ગુણસ્થાનક કરતાં ઘણું જ મંદ મંદ આર્તધ્યાન
હોય છે. તેના કારણો પૂર્વે જતાવી આવ્યા છીએ.

પહેલાથી છટ્ટા ગુણસ્થાન સુધી આર્તધ્યાન હોય છે;
તથાપિ પહેલા ગુણસ્થાનમાં રહેલા જીવોનું આર્તધ્યાન,
તેનાથી જેમ જેમ આગળ વધતા જઈએ તેમ તેમ આર્ત-
ધ્યાન ઘણું મંદ મંદ હોય છે. અને તેના કારણો પણ
ચડતાં ચડતાં ઘણા સામાન્ય, નિર્માલ્ય ચાને નજીવા જેવાં
હોય છે. તથાપિ આર્તધ્યાન પ્રમાદનું મૂળ છે. મૂળ સજીવન
હોય તો વૃક્ષ ફરી પશ્ચવિત થવાનો સંભવ છે. માટે થોડા
નજીવા પણ આર્તધ્યાનને અવકાશ આપવો નહિ અપ્રમત્ત
દશાવાળા મુનિઓમાં આર્તધ્યાનને અવકાશ નથી.

પ્રકરણ ૬

રૌદ્રધ્યાન

દુષ્ટ ક્રૂરાશયો જંતુ રૌદ્રકર્મકરો યતઃ ।

તતો રૌદ્રં મતં ધ્યાનં તત્તતુર્ધાં કુર્ધેઃ સ્મૃતમ્ ॥૮૧॥

જે કારણથી લઈ દુષ્ટ દૂર આશયવાળો જીવ રૌદ્રકર્મ
કરે છે તે કારણથી તેને રૌદ્રધ્યાન માનેલું છે. તે રૌદ્રધ્યાન
જ્ઞાની પુરુષોએ ચાર પ્રકારે કહેલું છે.

તે ચાર ભેદ બતાવે છે :—

હિંસાનંદાન્મૃષાનંદાન્ચૌર્ધ્વત્સંરક્ષણાત્તથા ।

રૌદ્રધ્યાનં ચતુર્ધાં સ્યાદેદિનાં નિર્દયાત્મનામ્ ॥૮૨॥

નિર્દય સ્વભાવવાળા જીવોને હિંસામાં થતા આનંદથી, અસત્યથી થતા આનંદથી, ચોરીથી થતા આનંદથી અને ધનાદિ રક્ષણના કારણથી થતા રૌદ્ર પરિણામથી રૌદ્રધ્યાન ચાર પ્રકારે થાય છે. તેને હિંસાનંદ, અસત્યાનંદ, ચૌર્ધાનંદ અને રક્ષણાનંદ અથવા હિંસાનુબંધી, અસત્યાનુબંધી, ચૌર્ધાનુબંધી અને રક્ષણાનુબંધી રૌદ્રધ્યાન કહે છે.

હિંસા રૌદ્રધ્યાન

પીડિતે ચ તથા ધ્વસ્તે જીવૌઘેડ્યં કદર્થિતે ।

સ્વેન વાન્યેન યો હર્ષસ્તદ્ હિંસારૌદ્રમુચ્યતે ॥૮૩॥

પોતાને હાથે કે પરની પાસે જીવોના સમુદાયને પીડા કરવી, કદર્થના કરવી, કે નાશ કરવો અને તેમ કરીને હર્ષ પામવો તેને હિંસારૌદ્ર ધ્યાન કહે છે.

ભાવાર્થ—રૌદ્રતા, ભયંકરતા, ક્રૂરતા, કઠોરતા, દુષ્ટતા, નિષ્કુરતા, ઈત્યાદિ પર્યાયો એકસરખી રીતે ખરાબ પરિણામને સૂચવે છે. આવા ખરાબ પરિણામ જીવના થવા તેને રૌદ્ર ધ્યાન કહે છે. આ રૌદ્રધ્યાનની પરિણતિ મનની વૃત્તિઓ અનેક પ્રકારે અનેક રીતે થાય છે છતાં તે સર્વનો સામાન્ય રીતે ચાર ભેદોમાં સમાવેશ કરવામાં આવે છે. એટલે તે અપેક્ષાએ રૌદ્ર ધ્યાનના ચાર ભેદ કહે છે. તે સર્વમાં જીવના ક્રૂર પરિણામ થાય છે. ક્રૂર પરિણામ વિના દુષ્ટ કામ થતાં નથી.

પોતે બાણી બોધને જીવોને પીડા કરે છે, સામા જીવો સારી રીતે રિબાય-દુઃખી થાય તેવી કદર્થના કરે છે, અને છેવટે તે જીવોને મારી પથ નાખે છે. મારી નાખીને દુઃખી કરીને પાછો તે રાજી થાય છે, ખુશી થાય છે, હર્ષ પામે છે કે કેવો હું બળવાન ! એક તડાકે જ અમુકને આવા બળવાનને મેં એકલાએ મારી નાખ્યો. પોતે આ પ્રમાણે જીવોને મારી નાખીને રાજી થાય છે તેમ જ બીજા પાસે જીવોને પીડા કરાવે છે. કદર્થના પમાડાવે છે અને મારી મંખાવે છે, અથવા કોઈ અન્ય જીવે જીવોને માર્યા હોય-પીડા કરી હોય-કદર્થના કરી હોય, તે દેખીને, સાંભળીને, વાંચીને પોતે રાજી થાય છે આ રૌદ્રધ્યાન છે.

ઓ મહાન ઇચ્છાવાળા જીવો ! તમે પોતે સુખી થવાને, નીરોગી થવાને, કલેશરહિત જીવન ગુચ્છવાને કે લાંબું જીવન ટકાવવા માટે ઇચ્છાઓ કરો છો; તો બીજા જીવોની ઇચ્છાઓનો બીજાના આરોગ્યનો, બીજાના સુખોનો કે બીજાના જીવનનો તમે શા માટે નાશ કરો છો ? શું તમે એકલા જ આ દુનિયામાં સુખી થવાને કે જીવવાને લાયક છો ? તમોને જ તમારું જીવન વહાલું છે ? બીજાને શું વહાલું નહિ જ હોય ?

ઓ અજ્ઞ જીવો ! વિચાર તો કરો. પગમાં એક કાંટો વાગે છે, સહજ ઠોકર વાગે છે, કે થોડો નાનો સરખો શસ્ત્રાદિનો ઘા વાગે છે તેટલામાં તમે આકુલવ્યાકુલ થાઓ છો, તમારી સારવાર માટે બીજાની મદદ માગો છો તો શું બીજાને દુઃખ નહિ થતું હોય ? બીજાઓ અન્યની મદદની

આશા શું નહિ રાખતા હોય. તમે પોતે બીજને મદદ આપવાની વાત તો દૂર રાખો, પણ બીજના જીવ લેવાથી કે હેરાન કરવાથી પણ જ્યાં સુધી પાછા ન હોય ત્યાં સુધી તમારે પોતાને પણ સુખી થવાની ઇચ્છા શા માટે રાખવી જોઈએ ?

બીજની પાસેથી મદદ લેવાની આશા શા માટે રાખવી જોઈએ અને તમને મદદ પણ શા માટે મળી શકે ?

સમજીઓ ! સમજો. લો અને દો, આપો અને મેળવો, કરો અને પામો. નિઃશયથી વિરુદ્ધ વર્તન ન રાખો. અત્યારે બળવાન થઈ છૂટશો, પણ છેવટે તમે પણ અપાટામાં આવશો. કોણ અમર રહ્યું છે ? અભય આપનારાઓ જ નિર્ભય થયા છે. શાંતિ આપો અને પછી શાંતિ ભોગવો.

રૌદ્રધ્યાનનું સ્થાન શું છે ?

નિરંતરં નિર્દયતામ્ભાવઃ સ્વભાવતઃ સર્વકપાયદીપ્તઃ ।

મદોદ્વતઃ પાપમપિઃ કુશીલઃ સ્યાન્નાસ્તિકો યઃ સદિરૌદ્રગેહમ્ ॥૮૪॥

નિરંતર નિર્દયતાવાળો સ્વભાવ, તે સ્વભાવથી સર્વ કોષાદિની પ્રતીક્ષિ. મદથી ઉદ્વતપણું, પાપમાં બુદ્ધિ, કુશીલતા અને નાસ્તિકતા તે રૌદ્ર ધ્યાનની ઉત્પત્તિનું સ્થાન છે.

ભાવાર્થ—એક જાતનો અભ્યાસ લાંબા વખત સુધી કરવામાં આવે છે, ત્યારે તે અભ્યાસ મચ્છૂત થઈ સ્વભાવનું પરિણામ ધારણ કરે છે. એક માણસ સહજ વાતમાં પોતાનો મિજબજ ખોઈ બેસે છે; ત્યારે બીજો માણસ કહે છે કે એને છેડશો નહિ, તેનો સ્વભાવ જ એવો છે. કોપીલો છે, ચીડિયો

છે. સહજ વાતમાં ચિડાઈ જાય છે (તપી જાય છે). મતલબ કે સારોખોટો કોઈપણ જાતનો અભ્યાસ કેટલાક વખત પછી સ્વભાવ જેવો થઈ જાય છે-તેવી ટેવ પડી જાય છે.

તેમ જે માણસ નિરંતર નિર્દયતા વાપરે છે, સહેજ-સાજના અપરાધમાં પણ મોટો હાંડ આપે છે, નિર્દયતાથી માર મારે છે, દયા, અનુકંપા કે અરેકારો જેના હૃદયમાં આવતો નથી, દુઃખી જીવોને દેખીને, કે પોતાના પ્રહારથી પીડાતા, રિખાતા, રડતા, ત્રાસ પામતા જીવોને દેખીને પણ જેને દયા આવતી નથી, જેનું હૃદય દયાર્થી આર્દ્ર (ભીતું) થતું નથી, આવા જીવોનું હૃદય કાળાંતરે નિર્દયતાવાળું થઈ જાય છે. તેમનો સ્વભાવ જ તેવો થઈ જાય છે. તે નિર્દયતાવાળા સ્વભાવને ધારણ કરનાર જીવોમાં, સ્વાભાવિક રીતે જ રૌદ્ર ધ્યાન નિવાસ કરે છે, કારણ કે; જે જેને આદર આપે, તે તેને ત્યાં આદરથી રહે છે. આવા જીવો નજીવા કારણસર જીવોનો ઘાત કરી નાખે છે. સામાન્ય કારણમાં પણ તેઓના હૃદયમાં રૌદ્રધ્યાન સ્ફુરી આવે છે.

જેઓના મનમાં સ્વભાવથી જ સઘળા ક્રોધ, માન, માયા અને લોભરૂપ કષાયો દીપ્ત થઈ રહેલા હોય છે, તેઓ પણ રૌદ્રધ્યાનનાં જ ઘર છે. ક્રોધવાળો જેનો સ્વભાવ થઈ રહેલો હોય છે, વારંવાર નજીવા કારણે પણ ક્રોધ કરવાની ટેવ પાડ્યાર્થી ક્રોધવાળો જ સ્વભાવ બની રહે છે. આવા માણસો સહેજસાજના કારણે પણ મરવા કે મારવા તૈયાર થઈ જાય છે. બીજાનું ખૂન કરતાં વાર લગાડતા નથી. જ્યાં પોતાનું ભોર અન્યને શિક્ષા કરવાનું ચાલતું હોય છે ત્યાં તો તેને

શિક્ષા કરે છે જ પણ જ્યાં તેવું જોર ચાલતું નથી હોતું ત્યાં પોતે જ તે કોધનો ભોગ થઈ પડે છે. એટલે કોધના આવેશમાં પોતે પણ આપઘાત કરે છે. આ રીતે જેઓ મહા અભિમાની છે, દરેક કંઠાણે હુંપદ કરી પોતે જ ખુદ માન લેવા ઈચ્છે છે, થોડાંઘણાં સારાં કામો કરી લોકોમાં પોતાનું મહત્ત્વ ગાયા કરે છે, પોતાનું મહત્ત્વ વધારવા માટે જ પૈસાનો ઉપયોગ કરે છે, આવા માણસો માનને વારંવાર આવકાર આપવાની ટેવ પાડે છે. આ ટેવ કાળાંતરે સ્વભાવનું રૂપ પકડે છે. તેનું પરિણામ એ આવે છે કે સર્વ સ્થળે તે માનની જ ઈચ્છા કરે છે. દેવ-ગુર્વાદિ કે અધિકારી વગેરે પાસેથી પણ માન ઈચ્છે છે, જ્યારે તેને માન મળતું નથી, અગર કોઈ તેનું અપમાન કરે છે ત્યારે તે પોતાના થયેલા અપમાનના ઝદલામાં પોતાના પ્રાણને પણ હલકા ગણે છે. કાં તો તેને મારે છે, અને કાં તો પોતે મરે છે. આ રીતે આ માન પણ રૌદ્ર ધ્યાનને નિવાસ કરવાનું ઘર જ છે.

માયા, કપટ, પ્રપંચ એ પણ શરૂઆતમાં નજીવાં દેખાય છે. સામાન્ય જાગૃતથી તેમની શરૂઆત થાય છે. તેની ટેવ વધતાં છેવટે તે સ્વભાવનું રૂપ ધારણ કરે છે. મોટા મોટા પ્રપંચો રચે છે, કાવતરાં ગોઠવે છે, અનેક જીવોને તે જાળમાં ફસાવે છે. તેમાં જો પોતાનો પ્રપંચ ખુલ્લો કરનાર મળી આવે તો રૌદ્રધ્યાન ઊછળી આવે છે. તેનો જાન લેશે તેમ કરતાં જો પોતાને સપડાઈ જવાનો પ્રસંગ આવ્યો તો પોતે આપઘાત કરી મરે છે. આમ માયા, પ્રપંચ, કપટજાળ પણ રૌદ્રધ્યાનની ઉત્પત્તિનું સ્થાન જ છે.

લોભની શરૂઆત પણ પોતાની ચાલુ સ્થિતિથી કાંઈક અધિકતા પ્રાપ્ત કરવી આટલાથી શરૂ થઈને છેવટે ભયંકર રૂપ ધારણ કરે છે, આખી દુનિયાની રિદ્ધિ કે હકૂમત મેળવી લેવા સુધી વૃદ્ધિ પામે છે.

લોભથી પિતાપુત્રો લડે છે, ભાઈઓ આપસમાં લડે છે, કુટુંબોમાં કલેશ થાય છે, સંબંધીઓના સગપણો મુકાય છે અને એકબીજાના લોહી રેડાય ત્યાં સુધી પણ આ લોભ શાંતિ પામતો નથી.

લોભી જીવો ધનને માટે અન્યતા પ્રાણ લેતાં પણ પાણું વાળી જોતા નથી. તેમ પોતાનું ધન લૂંટાઈ જતાં-ચોરાઈ જતાં કે તાશ પામતાં ઘણા માણસો ગાંડા થઈ ગયેલા કે આપઘાત કરી મરણ પામેલા અત્યારે નજરે પણ દેખાય છે. હકૂમતના લોભને માટે અનેક લડાઈઓ થયેલી તમે સાંભળી હશે અને અત્યારે પણ અનેક રાજ્યો લડતાં તમે સાંભળો છો, દેખો છો. અહા! કેવું રૌદ્રધ્યાન! કેવી ભયંકર ખૂન-રેખ! પોતાની લોભાંધતાને લીધે લાખો માણસોની કતલ થતી અત્યારની કહેવાતી, સુધરેલી દુનિયામાં પણ નજર દેખાય છે. મારો! મારો! કાપો કાપોના પોકારો જ્યાં થઈ રહેલા છે, જીવતાં ને જીવતાં માણસોને સળગાવી દેવા-ચીરી તાખવા કે ગોળીબાર કરવા તેવાં કામો પણ એક લોભને માટે જ! કોઈની શાંતિને માટે જ! વેર લેવાને માટે જ! માત્ર સાચવવાને માટે જ!

અહા! લોભની લોભાંધતા કે કૂરતા માટે શું વર્ણન કરવું? ભગવાન ઋષભદેવના પુત્રો ભરત ને બાહુબળી જેવા

ખન્ને ભાઈઓ પણ આવી રૌદ્ર ભયંકરતા સુધી પહોંચ્યા હતા કે જે તે જ ભવમાં નિર્વાણ પામનાર હતા. તે ખીલ-ઓને માટે તો કહેવું જ શું? બધા કરતાં લોભ તો વિશેષ પ્રકારે રૌદ્રધ્યાનનું મુખ્ય મથક તરીકે પ્રખ્યાતિ પામેલું સ્થળ છે. આ ચારે કષાયો નિરંતર જેના હૃદયમાં સળગતા જ હોય છે, જન્યવદ્યમાન થઈ રહેલા હોય છે, તેઓને રૌદ્ર-ધ્યાન આવતાં વાર લાગતી નથી.

મદથી ઉદ્ધત થયેલા મનુષ્યો કે જીવોમાં પણ રૌદ્રધ્યાન કારણ મળતાં બહાર નીકળી આવે છે. ધનનો મદ, બળનો મદ, કુળનો મદ, અધિકારનો મદ, વિદ્યાનો મદ, ઇત્યાદિ મદથી જેનો ઉદ્ધત સ્વભાવ થઈ રહ્યો હોય છે, વિદ્યા કે કળા, ધન કે અધિકાર ઇત્યાદિનું જેને અજીર્ણ થયું છે, પાત્ર ઓછું હોય અને તેમાં વસ્તુ વધારે મૂકવામાં આવતાં તે બહાર નીકળી પડે છે તેવી રીતે સામાન્ય મનુષ્ય કરતાં મળી આવેલી કાંઈ પણ અધિકતાને, પોતાની અયોગ્યતાને લઈ જીરવી ન શકવાથી ઉદ્ધતાઈથી બહાર છઠ્ઠકી વળે છે. આવા મદથી ઉન્મત્ત થયેલા ઉદ્ધત જીવોમાં રૌદ્રધ્યાન સ્વાભાવિક રીતે નિવાસ કરીને રહે છે;

પાપમતિ—જેઓની બુદ્ધિ નિરંતર પાપમાર્ગમાં વર્તી કરે છે, પાપના વિચારો અહોનિશ કરતો હોવાથી તે વિચારો ઘર કરી વાસનારૂપે કે સંસ્કારરૂપે ચા સ્વભાવભૂત થઈ રહે છે અને જેમ કેઈ આસાંકિત સેવક હોય તેને હાક મારતાં બધા કામ પડતાં મૂકી તત્કાળ તે પોતાના માલિક પાસે હાજર થાય છે, તેવી રીતે આ પાપ બુદ્ધિના સંસ્કારો સહેજ-

સાજનું નિમિત્ત મળતાં દઢ સંસ્કારરૂપ થયેલા હોવાથી સમજી કરતાંની સાથે જ હાજર થાય છે અને પોતાને કરવા લાયક હિંસાદિ કાર્યમાં તત્કાળ જોડાઈ જાય છે. મતલબ કે રૌદ્રધ્યાન તત્કાલ ઉત્પન્ન કરે છે.

કુશીલ—ખરાબ આચરવિચારવાળા, અથવા વ્યભિચારી, પરસ્ત્રીલંપટ, પરપુરુષ લંપટ સ્ત્રી વિગેરે જીવો : આ સ્થાવવાળા જીવોમાં પણ રૌદ્રધ્યાન નિવાસ કરીને રહે છે.

વ્યભિચારી જીવો પોતાની ઇચ્છા તૃપ્ત કરવા માટે નિરંતર આથડાયા કરે છે, વિચારો કર્યા કરે છે અને અવસર શોધતા રહે છે. તેમના આ કામમાં ખલેલ પહોંચાડનાર ઘણા હોય છે. તેમની ઇચ્છાના તોપની આડે આવનાર માણસો તરફ તેઓ ક્રૂર દૃષ્ટિથી જુએ છે. તેમના તરફ દ્રેષ રાખે છે-ઇર્ષ્યા કરે છે. છતાં પણ જો તેઓ વિદ્ય કરતા રહે તો પછી જો પોતાનું જોર ચાલતું હોય તો રૌદ્ર પરિણામે ઘાત કરવા પણ ચૂકતા નથી, અથવા તો સ્ત્રીને માલિક કે સંખંધી આ વ્યભિચારીના પ્રાણ લેવા સુધી પણ પ્રયત્ન કરે છે અને તે દ્વારા પણ રૌદ્રધ્યાન થવા સંભવ છે. અથવા પોતાની લાજઆખર જવાના કારણથી લોકાપવાદના ભયથી પણ રૌદ્ર પરિણામે પોતાના પ્રાણનો ઘાત કરવા પણ ચૂકતા નથી. ઇત્યાદિ કારણોથી પણ આ કુશીલતા રૌદ્રધ્યાનનું કારણ બને છે.

નાસ્તિકોમાં રૌદ્રધ્યાનનો નિવાસ છે. ધર્માંધર્મને નહિ માનનાર તથા પરલોકની ગતિ આ-ગતિનો ઇન્કાર કરનાર જીવો નાસ્તિક કહેવાય છે. તેઓ એમ માને છે કે “ આ

લોક સિવાય બીજું કાંઈ નથી. મરણ નથી અને પુનર્જન્મ પણ નથી, તો પછી અમુક વિધિ-નિષેધ (કરવું અને ન કરવું) વિગેરે હોય જ ક્યાંથી ? ત્યારે આ જિંદગીમાં ઇચ્છાનુસાર આનંદ કરવો એ સિવાય બીજું કાંઈ કર્તવ્ય નથી. એ આનંદના સાધનો ગમે તેવી રીતે મેળવવા જ. તેમાં આડે આવે તેને શિક્ષા કરવી.” અન્ય જન્મનો ભય ન હોવાથી કરેલ કર્મનો બહારો મળશે તેનો નિર્ભય તેમને ન હોવાથી નિરંકુશપણે તેઓનું વર્તન ચાલુ રહે છે. આ વર્તનમાં આડે આવનારને દૂર કરવા માટે રૌદ્રધ્યાન પ્રયોગવામાં જરા પણ શંકા રહેતી નથી. આ જ કારણથી અત્યાર સુધી બતાવેલા રૌદ્રધ્યાનના સર્વ નિમિત્તોનો જેમ અને તેમ ત્યાગ કરવો.

બીજાં પણ કામોમાં રૌદ્રધ્યાન થાય છે.

जीवानां मारणोपायान् चिंतयेत् पूजनं तथा ।

गोत्रद्वेषीद्विजादीनां मेपादिप्राणघातनैः ॥ ८५ ॥

जलस्थलखगादीनां गलनेत्रादिकर्त्तनम् ।

जीवानां प्राणघातादि कुर्वन् रौद्रं गतो भवेत् ॥ ८६ ॥

જીવોને મારવાના ઉપાયો ચિંતવે, ગોત્રદેવી અને બ્રાહ્મણ-દિની બકરાદિ પ્રાણીઓનો ઘાત કરીને પૂજા કરે, જળચારી, સ્થળચારી અને આકાશગામી ઇત્યાદિ પ્રાણીઓનાં ગળા અને નેત્રાદિ કાપે, જીવોના પ્રાણોનો ઘાત કરે, ઇત્યાદિ કરતાં રૌદ્રધ્યાન પ્રાપ્ત થાય છે.

ભાવાર્થ—ઉદરનિર્વાહના કારણે જીવોને મારવાના ઉપાયો સ્થિતવવા અથવા ગોત્રદેવી આગળ પોતે સુખી થાય તે માટે બકરાપ્રમુખ જીવોનાં બલિદાન આપવાં, જીવોને મારીને ચડાવવાની માનતા માનવી અથવા બ્રાહ્મણાદિની પૂજા કરવાના નિમિત્તે કે ચક્ષુ-ચાણાદિમાં શાંતિ આદિના કારણે જીવોનો ઘાત કરવો (અત્યારના વખતમાં બ્રાહ્મણોની પૂજા કરવાના નિમિત્તે બકરાંપ્રમુખની હિંસા કરવાનો રિવાજ આ દેશમાં જણાતો નથી. મૂળમાં તેમ લખ્યું છે તેવા પ્રસંગો કદાચ તે લખનારના વખતમાં બનતા હોય તો ના ન કહેવાય), પાણીમાં ફરનારાં, જમીન ઉપર ચાલનારાં અને આકાશમાં ઉડનારાં પ્રાણીઓનાં ગળાં મરડવાં, નેત્રાદિ ફેડવાં, વગેરે પ્રાણીઓનો ઘાત કરવો તે રોદ્ર, લયંકર પરિણામ થયા સિવાય બનતું નથી. આ લયંકર પરિણામ તે રોદ્રધ્યાન છે, સામા જીવોને લય આપનાર છે. અને પોતાને પણ તેથી લવિચ્ચમાં આવી લયંકર સ્થિતિમાં આવી પડવું પડે છે માટે વિચારવાન મનુષ્યોએ આવા ઘોર કર્તવ્યોથી પાછા હઠવું.

અસત્યાનંદ રોદ્રધ્યાન

વિધાય વંચકં શાસ્ત્રં માર્ગમુદિશ્ય દ્વિસકમ્ ।

પ્રપાત્ય વ્યસને લોકં મોક્ષ્યઽહં વાંછિતં સુતમ્ ॥૮૭॥

અસત્યકલ્પનાકોટિકમ્લીકૃતમાનસઃ ।

ચેષ્ટે યત્ જનસ્તદ્દિ સ્થાનંદં દિ રોદ્રકમ્ ॥ ૮૮ ॥

અન્યને ઠગવાવાળા શાસ્ત્ર બનાવી, હિંસકમાર્ગે જજીવી,
લોકોને કષ્ટમાં પાડી, હું વાંછિત સુખ ભોગવીશ.

અસત્ય કલ્પનાના વાદ કે પૂર્વપક્ષ વડે અથવા કરોડો
ગમે તેવી અસત્ કલ્પનાઓ વડે મનને મલિન કરી મનુષ્ય
જે ચેષ્ટા કરે છે (વર્તન કરે છે) તેને નિશ્ચ કરી મૃધાનંદ
(અસત્યાનંદ) નામનું રૌદ્રધ્યાન કહે છે.

ભાવાર્થ:—પૂર્વે રૌદ્રધ્યાન કહેવાયું તેમાં હિંસાની
પ્રધાનતા (મુખ્યતા) હતી. આ બીજા રૌદ્રધ્યાનના ભેદમાં
અસત્ય (જૂઠું) બોલવું, તેની પ્રધાનતા છે. ઇદ્રિયોની તથા
મનની તૃપ્તિ કરવારુપ સ્વાર્થ સાધવા માટે મુખ્ય કરી
સામા જીવોનો નાશ થાય ત્યાં સુધી અસત્ય વચનની પ્રવૃત્તિ
કરવામાં આવે છે, તેને (અસત્યમાં આનંદ મનાતો હોવાથી)
અસત્યાનંદ રૌદ્રધ્યાન કહે છે.

લોકોને ઠગવા સારુ જૂઠાં શાસ્ત્રો બનાવવા—લોકો ધર્મને
બહાને જેટલા ઠગાય છે તેટલા બીજા વ્યવહારમાં ભાગ્યે
જ ઠગાતા હશે. કેટલાકો મોક્ષના પરવાના રાખે છે કે
અમારા સિવાય બીજાને મોક્ષ મળે જ નહિ. અમારા ધર્મમાં
આવે ત્યારે જ મોક્ષ મળે છે. કેટલાક સ્વર્ગની ચિઠ્ઠીઓ
આપે છે. અમુક રકમ અમને આપો એટલે ચિઠ્ઠી લાખી
દેવામાં આવશે, કે તમને ત્યાં (પરલવમાં) બધી અનુકૂળતા
કરી દેવામાં આવશે. કેટલાએકનું સર્વસ્વ અમુક દેવને નામે
અર્પણ કરી દેવાથી (તન, મન, ધન સ્વામીને શરણે મૂકી
દેવાથી) વિમાન લઈ તેડવા આવવાનું બતાવે છે. આ સર્વ

ઠગાર્થ છે. આવી વાતો શાસ્ત્રમાં લખવાનું કારણ અન્યના પૈસા પૂતી પેદતાના ઉદ્ધરનો નિર્વાહ કરવાનું છે.

કેટલાએક પોતે ઇશ્વરનો અવતાર છે કે ઇશ્વરનો અંશ છે, એવો હક ધરાવી સેવકોની સ્ત્રીઓ અને પૈસાનો છૂટથી ઉપભોગ કરે છે. જિયારા ભોળા લોકો પણ ઇશ્વરને નામે કે ઇશ્વરના અંશને નામે અર્પણ કરતાં જરા પણ વિલંબ કરતા નથી અને તે ઠગારા ધર્મગુરુઓ સાક્ષાત ઇશ્વર બની થઈ ગયેલા ઇશ્વરનું અનુકરણ કરતા હોય તેમ વિવિધ પ્રકારની લીલાઓ (ક્રીડાઓ) અન્ય સેવકોની સ્ત્રીઓ સાથે કરવાને પણ ચૂકતા કે શરમાતા નથી.

મનુષ્યોએ સમજવું બોધ્યું કે કોઈ પણ મત કે પક્ષ-વાળાને મોક્ષનો અધિકાર મળ્યો નથી કે તે તેમના હાથમાં પણ નથી કે કોઈએ રજિસ્ટર પણ કરાવ્યું નથી કે તેમને જ મોક્ષ મળે. તેમના સંપ્રદાય સિવાય બીજાને ન જ મળે તેવું કાંઈ નથી. મારે તેની તરવાર છે, બાંધે તેની નહિ. તેમ જ પોતાંઓમાં ‘અમારા મતમાં જ મોક્ષ છે બીજાને અધિકાર નથી’ તેમ લખી મારવાથી મોક્ષ મળતો નથી પણ શૂરવીર થાયો, દેહ અને ધનાદિના મમત્વનો ભોગ આપો, આત્માને ઝોળાજો. અને તેનો સાક્ષાત અનુભવ લેવાને માટે પ્રયત્ન કરો. પ્રયત્ન કરનારને જ મોક્ષનો અધિકાર છે. ગમે તે પ્રયત્ન કરે તેને પરમશાંતિ મળી શકે તેમ છે. આ સિવાય દૂધ વિનાની ગાયને ગળે ટોકરો કે ઘંટ બાંધવાથી જેમ તેવું વધારે મૂલ્ય આવતું નથી, તેમ બાહ્યાડ-બરી અને વાચાળતાવાળા ધર્મની કિંમત કાંઈ નથી. કિંમત

તો તે જ ધર્મની છે જે પરમશાંતિ આપે, જન્મમરણાદિની આગ ખુલાવે, આત્માનું સત્ય સ્વરૂપ અનુભવાવે.

આવા અત્યાચારી, લોકોને ઠગનારાઓ, ઠગવા નિમિત્તે શાસ્ત્રો બનાવનારાઓ, અનેક જીવોને ખોટે માર્ગે દોરનારાઓ પોતે દુર્ગતિમાં જાય છે અને અન્યને દુર્ગતિમાં લઈ જવાના પ્રવાહવાળો માર્ગ ખુલ્લો મૂકતા જાય છે. આ શાસ્ત્રો રૌદ્ર ધ્યાન ને પોષણ કરનારા હોવાથી તે રૌદ્રધ્યાન જ છે.

તેવી જ રીતે હિંસાને પોષણ આપનારા શાસ્ત્રો બનાવનારાઓ તે પણ પોતાના એક થોડા વખતના જીવનનિર્વાહ માટે સદાને માટે પાપનો પ્રવાહ ચાલુ કરી જાય છે.

ઓ માનવો ! દેહ મળ્યો છે તે તેનો નિર્વાહ પણ મળી રહેશે. પણ તેવા નજીવા કારણે તમે અન્યને પાપનો ઉપદેશ આપી, તેની ઈચ્છાનુસાર હાજી હા કરી અથવા શાસ્ત્રના અર્થને ઊલટાવીને જીવહિંસાને પોષણ ન આપો. તમારી વાણીથી આંખા વાવો; સદા ફળ નહિ મળે તો છાયા તો મળશે જ. પણ કાંટાવાળા થોર કે બાવળ ન વાવો; છાયા પણ ન મળતાં ઊલટા તમને અને બીજાને કાંટા વાગશે.

ઉદરના નિર્વાહ માટે મનુષ્ય કેવી કેવી અસત્ય કલ્પનાઓથી પોતાના મનને મેલું કરે છે, સ્વાર્થ સિદ્ધ કરવા માટે મનુષ્યોને કેવે ખોટે રસ્તે દોરે છે, તે આ એક નાનાસરખા દૃષ્ટાંતથી સમજાશે.

એક રાજા પાસે ગ્રાહણ કથા વાંચતો હતો. રાજાએ તેના બદલામાં અમુક વર્ષોસન બાંધી આપ્યું હતું. ગ્રાહણ

પણ વર્ષાસન વધવાની લાલચથી રાજાને અનુકૂળ ઉપદેશ આપતો રહેતો. એક વખતે કોઈ જરૂરી કામપ્રસંગે તેને બહારગામ જવું પડ્યું. વખતે રાજા બીજા કામમાં ગૂંથાઈ જઈ કથા સાંભળવી બંધ કરી દે, અથવા કોઈ બીજા પ્રાહ્મણ પાસે વંચાવે આ શંકાથી તેણે ભણેલા પણ પ્રપંચ નહિ કરતાશ પોતાના છોકરાને તેટલા દિવસ પોતાની ગેરહાજરીમાં કથા વાંચવા જવા સૂચવ્યું હતું. નિયમ પ્રમાણે છોકરો કથા વાંચવા રાજા પાસે ગયો. વાંચવામાં તે જ દિવસે એક એવો શ્લોક આગ્યો કે:—

તિલતુષમાત્રમપિ યો માંસં મક્ષતે નરઃ ।

સ યાતિ નરકં ધોરં યાવચ્ચંદ્રદિવાકરૌ ॥૧॥

જે મનુષ્ય તલના દાણા જેટલું પણ માંસ ભક્ષણ કરે છે તે ધોર નરકમાં જાય છે અને જ્યાં સુધી સૂર્યચંદ્ર આ દુનિયા પર રહે ત્યાં સુધી તે નરકમાં રહે છે, અર્થાત્ ધણાં લાંબા વખત સુધી નરકમાં દુઃખ ભોગવે છે.

આ છોકરો સરલ સ્વભાવનો હોવાથી શ્લોકનો અર્થ અર્થ કરી આગળ વાંચવા લાગ્યો. રાજાએ તે શ્લોકનો અર્થ સાંભળી વિચાર કર્યો કે થોડું પણ માંસ ખાવાથી નરકે જવું પડે છે, તો અમારાથી માંસનો ત્યાગ બની શકે તેમ નથી. નરકે તો જવું જ પડશે. તો પછી કથા સાંભળવાથી શું ફાયદો થવાનો છે? ફોગટ વખત ગુમાવવો અને વર્ષાસન ભરવું; ઇત્યાદિ વિચાર કરી કથા બંધ કરાવી. પ્રાહ્મણને પોતાનો અભિપ્રાય જણાવી, હવેથી કથા વાંચવા ન આવવા

જણાવી દીધું. છોકરો ઘેર આવ્યો. બ્રાહ્મણ પરગામથી ઘેર આવ્યો. કથા સંબંધી સમાચાર છોકરે જણાવ્યા. બ્રાહ્મણને ખેદ થયો. છોકરાને ઠપકો આપ્યો. મૂખ! એવી તે કથા રાજા આગળ વંચાય કે? તેને અનુકૂળ પડતી જ વાતો કરવી જોઈએ વિગેરે. છોકરો લાચાર થયો. બાપા! મને તેવી સમજ ન પડી તેથી જે પુસ્તકમાં આવ્યું તે વાંચી દીધું. બ્રાહ્મણ પોથી લઈ રાજા પાસે આવ્યો. કથા સાંભળવા જણાવ્યું. રાજાએ પોતાનેા પૂર્વે નિશ્ચય કરેલ અભિપ્રાય જણાવ્યો. બ્રાહ્મણે કહ્યું, “મહારાજા! છોકરાને કથા વાંચતા આવડતી ન હતી, તેથી તે શ્લોકના તાત્પર્યને ન સમજતાં હિપરનો અર્થ આપને સમજાવ્યો છે (સંભળાવ્યો છે). બાપી તેનું રહસ્ય ઊંડું છે.” રાજાએ તે રહસ્ય જણાવવા કહ્યું. બ્રાહ્મણે પોતાના સ્વાર્થને ખાતર, પ્રપંચ કરી જવાબ આપ્યો અને તેમાં તે વિજયી થયો.

“મહારાજા! તલ કે તુષના જેટલું માંસ ખાનાર માણસની ઈચ્છા કાયમ બની રહે છે. ઈચ્છાની તૃપ્તિ થવા સિવાય ચિત્ત તેમાં જ ફ્યાં કરે છે. પણ જે પેટ ભરીને ખાતા હોય તેમને નરકે જવું પડતું નથી, કારણ કે તે તરફની તેમની ઈચ્છા નિવૃત્ત થયેલી હોય છે. આપને ઘેર કયાં તોટો છે? પેટ ભરીને ખાવાથી પછી ઈચ્છા તે તરફ રહેતી નથી.”

આ ખુલાસાથી રાજાની નરક તરફની ભીતિ ઓછી થઈ. તે દિવસથી કથા ચાલુ થઈ પ્રથમ તો થોડું કોઈ વખત માંસ ખાતો હતો અને પછીથી તો કાયમ ખાતે ચાલુ કર્યું.

અહા ! પાપી પેટને માટે આમ અધોગતિને માર્ગ ખુલ્લો કરનારાઓ ! ઉન્માર્ગને ઉપદેશ દેનારાઓ ! તેવાં જ શાસો બનાવી જીવોને ઉન્માર્ગે દોરનારાઓ ! તમારું પાપી પેટ ન ભરાય તો ભિક્ષા માગીને ખાઓ. પણ નિર્દોષ જીવોના આમ અકાળે અંત શા માટે લાવો છો ? અને તમોને આધાર આશ્રય આપનારાઓને ખોટી સલાહ આપી દુર્ગતિમાં નાખી વિશ્વાસઘાતક શા માટે બનેા છો ?

લોકોને અસત ઉપદેશથી કષ્ટમાં નાખી તમે કેટલા દિવસ સુધી વાંછિત સુખ ભોગવી શકવાના છો ? આ જીવન ક્યાં શાશ્વત છે ? આ અસત્ય બોલવાનો ત્યાગ કરી પોતાને અને પરને રૌદ્રધ્યાનથી બચાવો.

ચૌર્યાનંદ રૌદ્રધ્યાન

चौर्यार्थं जीवघातादि चिन्तार्त्तं यस्य मानसम् ।
 कृत्वा तच्चिन्तितार्थं यत् हृष्टं तच्चौर्यमुदितम् ॥८९॥
 द्विपदचतुष्पदसारं धनधान्यवरांगनासमाकीर्णम् ।
 वस्तु परकीयमपि मे स्वाधीनं चौर्यसामर्थ्यात् ॥९०॥
 चौर्यं बहुप्रकारं ग्रामध्वगदेशघातकरणेच्छा ।
 सततमिति चौर्यगૌદ્રં भवत्यवश्यं श्वभ्रगमनम् ॥९१॥

ચોરી કરવા માટે, જીવોના ઘાત આદિની ચિંતા વડે કરી જેનું મન વિશ્લેષવાળું રહે છે, તે ચોરી કરવારૂપ ચિંતિત વેશ અર્ધને માટે (ચોરી માટે જીવોનો નાશ કરીને) જે શાંત થવું-હર્ષ પામવો તેને ચૌર્યાનંદ રૌદ્રધ્યાન કહેવું છે.

મનમાં વિચાર કરે કે સારભૂત જે પગવાળાં કે ચાર પગવાળાં જનાવરો (જીવો) તથા ધન, ધાન્ય અને ઉત્તમ સ્ત્રીઓથી ભરપૂર જે અન્યની વસ્તુઓ છે છતાં પણ ચોરીના સામર્થ્યથી તે વસ્તુઓ મારી પોતાની છે.

ચોરી કરવા લાયક વસ્તુ ઘણા પ્રકારની છે. નિરંતર ગામ, દેશ અને રસ્તાઓનો નાશ કરવાની ઇચ્છા રહ્યા કરે તેને ચૌધાનંદ રૌદ્રધ્યાન કહે છે. તે જીવ અવશ્ય નરકે જાય છે.

ભાવાર્થ—આ ત્રીજા પ્રકારના રૌદ્રધ્યાનમાં ચોરી એ મુખ્ય વિષય છે. ચોરી કરવાના સંજ્ઞામાં ભયંકર રીતે જીવોના ઘાત કરવા સુધીના વિચારો કરવા, અહોનિશ તે ચિંતામાં મનને વિદ્યેપવાણું રાખવું, પોતાનું ચોરી કરવાનું કામ સિદ્ધ કરીને કે તેમાં વિઘ્ન કરનાર જીવોનો નાશ કરીને આનંદ પામવો તે ચૌધાનંદ નામનું રૌદ્રધ્યાન છે.

દુનિયામાં સારામાં સારી કોઈ પણ વસ્તુ દેખવા કે સાંભળવામાં આવે પછી ગમે તેવે ઠેકાણે હોય કે ગમે તેવી હોય પણ મનમાં એમ જ વિચારો કરે કે મારામાં ચોરી કરવાનું ખળ છે, એટલે તે વસ્તુ મારે સ્વાધીન જ છે. કદાચ તેમાં કોઈ વિઘ્ન કરવા આવશે, તો તેનો નાશ કરીને પણ તે મેળવ્યા સિવાય રહીશ જ નહીં. આ સંકલ્પો કરીને જ બેસી રહેતો નથી. સંકલ્પો કરવા તે પણ રૌદ્રધ્યાન છે, તથાપિ સંકલ્પોથી આગળ વધીને તે વસ્તુ મેળવવા પણ પ્રયત્ન કરે છે. કોઈનું ધન દેખી, કોઈ દુર્લભ અનાજ દેખી, કોઈ સુંદર જે પગવાળા પંખીઓ દેખી અથવા ચાર પગવાળા જનાવરો દેખી અથવા સુંદર સ્ત્રીઓ પ્રમુખને દેખીને

તે મેળવવા પ્રયત્ન કરે છે. તેમના માલિકો તેમનું રક્ષણ કરવા નિમિત્તે આડે આવે તો તેમનો ઘાત કરવા પણ તે ચૂકતો નથી.

કોઈ વખતે લૂંટારો થઈ રસ્તો રોકી, વટેમાગુંઓને લૂંટે છે. પોતાના જેવા સ્વભાવના મનુષ્યોની ટોળી એકઠી કરી ગામો ભાંગે છે. (લૂંટે છે) અથવા વધારે બળ મેળવી દેશે. ઉજ્જડ કરે છે-લૂંટે છે-સ્વાધીન કરે છે. સ્વબળથી અન્યના દેશે સ્વાધીન કરવા, લડાઈઓ કરી હાથે જીતેલા બનેા લઈ, પોતાના રાજ્યનો વિસ્તાર વધારવો ઇત્યાદિ પણ મોટા લૂંટારાઓ કે ચોરો જ કહેવાય છે. થોડી ચોરી કરે કે વાટ લૂંટે તે ચોર કહેવાય, એકાદ ગામ લૂંટે તે ધાડપાડુ અગર લૂંટારા કહેવાય, અને અન્યના દેશે કે ગામો પડાવી લે તે મોટા ચોરો કે મોટા લૂંટારાઓ ગણાય વાત એકની એક જ છે.

આ સર્વમાં રૌદ્ર પરિણામ હોય છે. ભયંકર રીતે-નિર્દય રીતે હાથે જીતેલા સંહાર કરવો પડે છે. અન્યની વસ્તુ પોતાની કરતાં વિવિધ પ્રકારના છળપ્રત્યે કરવા પડે છે. તે વસ્તુઓનો ઉપભોગ કરવો તે ઠીક લાગે છે. પણ થોડા જ વખતમાં તે પ્રિય વસ્તુઓને અનિચ્છાએ પણ અહીં મૂકીને અન્ય જન્મમાં પ્રયાણ કરવું પડે છે. આ રૌદ્ર પરિણામનાં ફળ ભોગવવા માટે જીવોને નરક સિવાય બીજું શોધ્ય સ્થાન હોતું નથી.

બસ થઈ રહ્યું? મારું મારું કરી, જીવોને ત્રાસ આપી, જીવોનો તાશ કરી મેળવેલું ધન, પૃથ્વી અને સુંદર સ્ત્રીઓ,

આમાંથી થોડું તો સાથે લેતા જાઓ ! ના શા માટે ખાડો છે ? ઇચ્છા તો ઘણી છે પણ તે લઈ શકાય તેમ છે જ નહિ. ત્યારે હવે શું કરશો ? માગીની માફક હાથ ઘસતા જ જવાના ? પણ એટલાથી પતવતું નથી. આગળ તો ચાલો. તમારી રાહ જોઈને પેલા માણસો બેઠા છે. શા માટે ? બદલો લેવા માટે. શાનો બદલો ? તેનો જ તો. બાપાનો માલ તો ન જ હતો ને ? આવા અનેક અનુભવો કરતો, મનના સંકલ્પોથી રોદ્ર રૂપેને બાંધી કરતો છેવટે નરકગતિમાં આ પાપોનો બદલો અનુભવે છે. હે માનવો ! રોદ્રધ્યાન અવશ્ય ત્યાગ કરવા યોગ્ય છે.

સંરક્ષણાનુબંધી રોદ્રધ્યાન

बहवारंभपरिग्रहसंग्रामैर्जतुघाततो रक्षाम् ।

कुर्वन् परिग्रहादेः रक्षारौद्रिति विज्ञेयम् ॥૧૨॥

ઘણો આરંભ કરીને, ઘણો પરિગ્રહ મેળવીને, સંગ્રામ (લડાઈઓ) કરીને, અને જીવોનો ઘાત કરીને, પરિગ્રહાદિની રક્ષા કરતાં (રક્ષણુ નિમિત્તે થતું રોદ્રધ્યાન) તે રક્ષારોદ્ર બાણવું.

ભાવાર્થ—મેળવેલા ધન, ધાન્ય, પૃથ્વી, સ્ત્રી આદિના રક્ષણ કરવા નિમિત્તે જીવોનો સંહાર કરવા સુધીના વિચારો કરવા તે રક્ષારોદ્રધ્યાન કહેવાય છે. જીવોનું ધાર્યું કાંઈ થતું નથી. જીવ ધારે છે કાંઈ અને બને છે કાંઈ જુદું જ. પુણ્યને આધીન લક્ષ્મી આદિ લોભ્ય પદાર્થો રહેલા છે, પુણ્ય ઓછું થતાં હાથ તે પણ વસ્તુ, રક્ષણ કરવા માટે

અનેક ઉપાયો કરવા છતાં રહેતી નથી અને પુણ્યની પ્રબળતા થતાં, ન હોય તે પણ વસ્તુ અનિચ્છાએ આવી મળે છે. તેને ફેંકી દો, અન્યને આપી દો. તોપણ તે જુદી રીતે પાછી તમારી પાસે આવ્યા વિના રહેતી જ નથી. રક્ષણ કરો કે ન કરો, પરિણામ તો જે આવવાનું છે તે આવ્યા વિના રહેતું જ નથી. છતાં તે પરિશ્રદ્ધાદિનું રક્ષણ કરવા માટે આરંભ કરો, અનેક ગુપ્ત મુકામોમાં રક્ષણ કરો, મોટા મોટા કિલ્લા બાંધી તેમાં પૂરી રાખો, તેના રક્ષણ નિમિત્તે અનેક પ્રકારની સામગ્રીમાં વધારો કરો, વિર યોદ્ધાઓને રાખી તેનું રક્ષણ કરાવો, છેવટે તેના બચાવ માટે હબરો ભૂવોના પ્રાણ બચ તેવા સંઘામો-લડાઈઓ કરો, પણ આનું પરિણામ તમારા પોતાના સંબંધમાં અહિતકારી આવશે. રૌદ્ર પરિણામનો વધારો થશે. વાયુના ઝપાટામાં હીપક સ્થિર રહી શકતો જ નથી. લક્ષ્મી આદિ વૈભવ પુણ્યને જ આધીન છે. જરૂર હોય તો તેનો જ વધારો કરો, ડાળને પાણી ન સીંચો. મૂળને પાણી પાઓ.

(ધનાદિના રક્ષણ નિમિત્તે ભૂવો કેવા ચિચારો કરે છે.)

શ્વૈરરીણાં हि शिरांसि भित्त्वा दग्ध्वा पुरग्रामगृहारिदेशान् ।
प्राप्येहमैश्वर्यमनन्यसाध्यं स्वगृह्णतां वाथ तथा करिष्ये ॥૯૩॥

શસ્ત્રો વડે શત્રુઓનાં મસ્તકો કાપીને, શત્રુઓના શહેર, ગ્રામ, ઘર અને દેશેને બાળી નાખીને કોઈ સાધ્ય (સ્વાધીન) ન કરી શકે તેવું ઐશ્વર્ય હું અહીં પ્રાપ્ત કરીશ. અથવા મારું પોતાનું ઘન કોઈ લઈ કોશે તોપણ તેમ જ કરીશ.

(તેનાં મસ્તકો કાપી, તેનાં શૃંગાદિ ખાલી નાખી મારું ધન પાશુ મેળવીશ.)

સત્તવદ્વેદંધનં હઠ્ઠનં કળમારણાઃ પણિહાણં ।

અતિક્રોધગદ્ગદ્ધ્યં નિગ્ધિવમણસોઽહમ વિવાગં ॥૧॥

જીવોનો વધ કરવો, કર્કશ રીતે તાડના કરવી, નાસકાદિ વીંધી નાખવાં, ખીલાપ્રમુખ સાથે બાંધી રાખવા, અથવા દોરડા કે બેડીપ્રમુખથી શેડી રાખવા, દહન-ખાળી દેવાં, લોઢાપ્રમુખના સળિયાથી આંકવાં અને જીવથી મારી નાખવાં, એટલે પ્રાણથી જીવંત કરવાં, ઇત્યાદિ કરવામાં એકાગ્રતા, તક્ષીનતા, વિચાર દ્વારા કરવી. જીવોનો નાશ ઇત્યાદિ કાંઈ કયું ન હોય, તથાપિ અતિશય ક્રોધ, રૂપ ગ્રહથી પરાભૂત થઈ અર્થાત્ અતિ ક્રોધ વડે નિર્દય મન કરી તેવા વિચારો કરવા તે પણ અધમ-નરકાદિ ગતિ આપનાર પરિણામોવાળું રૌદ્રધ્યાન છે.

વિસુણા સમ્ભાસમ્ભૂય, ભૂતઘાયાદિવ્યણપણિહાણં

માયાવિણોઽહસંધનપરસ્સ, પચ્છન્નપાવસ્સ ॥ ૨ ॥

ચાલીયુગલી કરવી, અનિષ્ટ સૂચક વચન બોલવાં, મકાર ચક્રાદિ, અસત્ય બોલવું, અસહ્યુત બોલવું, એટલે ન હોય તેને હોય કહેવું, હોય તેને છુપાવવું, અથવા જીવી રીતે કહેવું, જીવોનો ઘાત થાય તેવા (છેદો, ભેદો, કાપો, મારો વગેરે) વચન દહ અધ્યવસાયથી બોલવાં, તથા માયાવી કપટી-ઓમાં-પરને ઠગવામાં પ્રવૃત્તિ કરનારાઓમાં અને ગુપ્ત રીતે-છૂપી રીતે પણ પાપ કરનારાઓમાં તથા કપટપ્રપંચના કૂટ પ્રયોગ કરનારાઓમાં આ રૌદ્રધ્યાન હોય છે.

તહ તિવ્વ કોહ્લોહાઝલ્સસ ભૂઓ વ ઘાયણમણ્ઝંજં ।

પરદવ્વહરણચિત્તં પરલોયાવાયનિરવેસં ॥ ૩ ॥

તેમ જ તીવ્ર ક્રોધ અને લોભથી વ્યાકુલ થઈ પરલોકમાં નરકાદિ કષ્ટોથી નિરપેક્ષ બની જીવોનો ઘાત કરીને અન્યતું દ્રવ્ય હરણ કરવાનું મન કરવું યા મનમાં લાવવું તે અનાર્થ કામ છે-રૌદ્રધ્યાન છે.

સદાહવિસયસાહનં ધનસંત્વણપરાયણમણિદ્વં ।

સધ્વામિ-સંકળપરો વઘાતકલુસાઝલં ચિત્તં ॥૪॥

શબ્દાદિ પાંચ ઇન્દ્રિયોના વિષયો મેળવવામાં સાધનરૂપ ધનના રક્ષણ કરવામાં તત્પર રહેવું તેમાં પણ સર્વ મનુષ્યોથી શંકા પામતા રહેવું એટલે કોઈનો વિશ્વાસ ન કરતાં સર્વથી શંકા કરવી કે રખે ને આ મારું ધનાદિ લઈ જશે અને તે શંકાને લઈ પરનો (શંકાવાળા સર્વ જીવોનો) ઉપઘાત કરવા માટે કલુષિત-મલિન અને વ્યાકુલ ચિત્ત કરવું (મનમાં તેવા વિચારો કર્યા કરવા) તે અનિષ્ટ છે-રૌદ્રધ્યાન છે. તેનું પરિણામ ખરાબ છે.

આ રૌદ્રધ્યાન કેને હોય છે ?

કેટલા ગુણસ્થાનક સુધી હોય છે ?

હય કરણકારણાણુમહવિસયમણુચિત્તણં ચઝમ્મેયં ।

અવિરય દેસા સંજય, જણમણસં સેવિયમહન્નં ॥૫॥

આ પ્રમાણે (જીવોની હિંસાદિ) કરવા, કરાવવા અને અનુમોદન કરવારૂપ વિષયના ચિત્તનવાળું રૌદ્રધ્યાન ચાર

પ્રકારનું છે. આ (રૌદ્ર ધ્યાનના માલિક) અવિરતિ, અવિરતિસમ્યક્દષ્ટિ અને દેશવિરતિ (પાંચમા ગુણસ્થાન સુધીના જીવો છે) તે જીવોના મનથી ચિંતન કરાયેલું રૌદ્રધ્યાન અધ્યન્ય છે, અકલ્યાણ કરવાવાળું છે, પાપકારી અને નિંદનીય છે. ધ્યાનનો પ્રસંગ હોવાથી મનથી સેવાયેલું કે ચિંતન કરાયેલું, એમ મૂળમાં લખવામાં આવ્યું છે કેમ કે ધ્યાનના ચિંતનમાં મનની પ્રધાનતા છે.

રૌદ્રધ્યાનનું ફળ .

एयं चउच्चिहं रागदोसमोहंकिंयस्त जीवस्त ।

रुदं ज्ञाणं संसारवद्भणं नरयगङ्गमूलं ॥ ૬ ॥

રાગ, દ્રેષ અને મોહના લક્ષણ (ચિહ્ન)વાળા જીવને આ ચાર પ્રકારનું રૌદ્રધ્યાન સંસારની વૃદ્ધિ કરનાર અનેક નરક ગતિના મૂળ સમાન છે (ઓઘથી સંસાર વધારનાર છે, અને વિશેષથી નરકગતિ આપનાર છે.)

રૌદ્રધ્યાનની લેશ્યાઓ

कापोतनीलकाला अतिसंक्लिष्टा भवंति दुर्लेश्या ।

રૌદ્રધ્યાનપરસ્ય તુ નરસ્ય નરકાતિથેર્મોદ્ઘાત્ ॥૧૪॥

રૌદ્રધ્યાનમાં તત્પર અને નરક ગતિના અતિથિ પરોણા થનારા મનુષ્યને મોહના કારણથી ઘણી ક્લિષ્ટ અને ખરાબ કાપોત, નીલ અને કૃષ્ણ લેશ્યા હોય છે.

રૌદ્રધ્યાનનાં લક્ષણો કે ચિહ્નો

क्रूरता चित्तकाठिन्यं वंचकत्वं कुदंडता ।

નિસ્તંશત્વં ચ લિંગાનિ રૌદ્રસ્યોક્તાનિ સ્થરિભિઃ ॥૧૫॥

કૂંતા, હૃદયની કઠિનતા (કઠોરતા), ઠગવાપણું, અસહ્ય દંડ આપવાપણું, નિર્દયપણું આ સર્વ રૌદ્રધ્યાનવાળા જીવોના ચિહ્નો આચાર્યોએ કહ્યા છે.

ભાવાર્થ—જેના રોમેરોમમાં કૂરતા વ્યાપી રહેલી હોય છે, વિના અપરાધે કે થોડા અપરાધે જીવોને રિખાવી રિખાવીને મારે છે, પશ્ચાત્તાપ વિના અસહ્ય દંડ આપે છે, પાપ કરીને જેને પશ્ચાત્તાપ થતો નથી, જીવોને દુઃખી કરીને કે મારીને આનંદ પામે છે, હૃદય પીગળી જાય તેવા અન્યના વિલાપ કે તેવી આજીજી કરવા છતાં પણ પથ્થર જેવું જેનું હૃદય હોય છે એટલે જેના હૃદય ઉપર તેની કાંઈ પણ અસર થતી નથી. બીજાને ઠગવામાં જ પોતાની બુદ્ધિનું સાર્થકપણું માને છે, અયોગ્ય રીતે જીવોને દંડે છે. અન્યનો નાશ કરીને અન્યના ભોગે પોતાનું કામ સાધી લે છે, અનેક જીવોનો સંહાર કરીને પણ પોતે સુખી થવા પ્રયત્ન કરે છે. આ સર્વ રૌદ્રધ્યાનવાળા જીવોનાં લક્ષણ છે.

પરવસણે અભિર્ણદઈ, નિરવિકલો નિહઓ નિરણુતાવો ।

દરિસિઝ્જઈ કયપાવો, રૂદ્ધજ્ઞાણો-વગયચિત્તો ॥ ૧ ॥

પરને સંકટમાં પડેલો જોઈને આનંદ પામનાર. આ લોકમાં તથા પરલોકમાં દુઃખ ભોગવવાં પડશે તેની અપેક્ષા દરકાર નહિ રાખનાર, દયાહીન-નિર્દયતા વાપરનાર, અકાર્ય કરીને પશ્ચાત્તાપ નહિ કરનાર, પાપ કરીને હર્ષ પામનાર આ સર્વ રૌદ્રધ્યાનવાળાના મનના લક્ષણો છે. આ લક્ષણોથી રૌદ્રધ્યાનવાળા જીવને ઓળખી શકાય છે અથવા આ લક્ષણો જેમાં હોય તેને રૌદ્રધ્યાન વતે છે એમ સમજવું.

રૌદ્રધ્યાનનો ઉપસંહાર કરે છે.

क्वचिक्वचिदमी भावाः प्रवर्त्तन्ते पुनरपि ।

प्रागर्कमगौवात्तुचित्रं प्रायः संसारहेतवः ॥ ૧૬ ॥

પૂર્વકર્મની અધિકતાથી કોઈ કોઈ વખત આ રૌદ્રધ્યાનનાં પરિણામો ફરી ફરીને પણ જીવમાં પ્રગટ થઈ આવે છે. આશ્ચર્ય છે કે તે ભાવો પ્રાયઃ સંસારના હેતુભૂત થાય છે.

ભાવાર્થ—આ શ્લોકમાં પ્રાયઃ શબ્દ મૂક્યો છે, તે એમ સૂચવે છે કે કોઈ વખત તેવાં પરિણામો સંસારના હેતુભૂત થાય છે, તેા કોઈ વખત સંસારના હેતુભૂત નથી થતાં. આવા રૌદ્રધ્યાનના વિચારો અને કર્તવ્યો સંસારના હેતુભૂત નથી થતા એમ કહેવામાં એ તાત્પર્ય રહેલું છે કે કેટલાક મનુષ્યોમાં પૂર્વકર્મ એવી ગૌરવતાથી રહેલું હોય છે કે તે ખરાબની સાથે સારા કર્મનાં બીજો પણ હોય છે. આવાં નિમિત્તોથી—ખરાબ ભોગવાઈ ગયું હોય અને હવે સારાં કર્મનો ઉદય થવાનો હોય એ નિમિત્તથી તેની વિચારશક્તિ બદલાય છે. આ બાજુ પોતાના ખરાબ કર્તવ્યનો બદલો જે પોતાને અસહ્ય દુઃખરૂપ મળેલો હોય છે એટલે તે નિમિત્તે પણ વિચારશક્તિ બદલાય છે કે અહો! જેમ મને આ દુઃખ ખરાબ લાગે છે, સહન થતું નથી, મારા ઉપર બળવાન મનુષ્યો ત્રાસ વર્તાવે છે તે જેમ મને ઠીક નથી લાગતું, તેમ મારું વર્તન બીજાને કેમ ઠીક લાગતું હશે? મને જે દુઃખ થાય છે તે ઠીક નથી લાગતું તેા અન્યને કેમ લાગતું હશે? મારા કર્તવ્યનો બદલો મને કેમ

નહિ મળે ? ઇત્યાદિ વિચાર દ્વારા કે કોઈ પૂર્વજન્મના સારા સંસ્કારના ઉદયને લઈ મહાત્મા પુરુષોનો સત્સંગ થવાથી આ વિચારો પલટાઈ પણ જાય છે, એટલે સંસારના હેતુ-ભૂત રૌદ્રપરિણામને વિષેરી પણ નાખે છે. તેથી તે ભાવો-પરિણામો સંસારના હેતુભૂત થતા નથી. આથી એમ જણાવવામાં આવે છે કે સંસારના હેતુભૂત કારણો પણ કોઈ મુંદર નિમિત્ત વડે પરાવર્તન પામી સંસારથી છૂટવાના નિમિત્તરૂપ બને છે. પણ આવા પ્રસંગો કોઈ કોઈ વખત જ બને છે. એટલે આર્તધ્યાન કે રૌદ્રધ્યાનનાં નિમિત્તોત્તર પોષણ ન મળે તે માટે સાવચેતી રાખી, તેનાથી વિપરીત રીતે કોઈ એવા ઉત્તમ નિમિત્તરૂપ સદ્ગુરુ કે સત્સંગનું સેવન કરવું કે જેથી પૂર્વના ખરાબ પરિણામો પલટાઈ જઈ તેની જગ્યા ઉત્તમ પરિણામોને મળે. આ કહેવાથી રૌદ્રધ્યાન પ્રકરણ સમાપ્ત થયું.

પ્રકરણ ૭

ધર્મધ્યાનનું સ્વરૂપ

પ્રવિશ્યાથ શમામ્મોધિ યોગાષ્ટાંગાનિ ચિત્તયેત્ ।

દુષ્ટાનુષ્ઠાનતો મગ્નો મનઃશુદ્ધિકૃતે મુનિઃ ॥ ૧૭॥

હુઃખદાયી અનુષ્ઠાનથી વિરામ પામી-પાછા હઠી, મનની શુદ્ધિ કરવાને માટે મુનિએ સમભાવના સાગરમાં પ્રવેશ કરીને યોગના આઠ અંગનો વિચાર કરવો.

ભાવાર્થ—ઉત્તમ ધ્યાનમાં મનઃશુદ્ધિની પૂર્ણ જરૂર છે.

મન શુદ્ધ થયા વિના ધ્યાન થઈ શકતું નથી અથવા મન શુદ્ધ કરવા માટે ધ્યાનની જરૂર છે. મન શુદ્ધ હોય તો ધ્યાન થાય અને ધ્યાન હોય તો મન:શુદ્ધિ થાય. આ પ્રમાણે બંને અન્યોન્ય કારણ છે. મન જેમ શુદ્ધ થતું ચાલે છે, તેમ ધ્યાન સ્થિરતા પામતું જાય છે; જેમ ધ્યાનમાં સ્થિરતા અનુભવાય છે, તેમ મન શુદ્ધ થતું ચાલે છે. ધીમે ધીમે બંને સાથે વૃદ્ધિ પામી, પૂર્ણ સ્થિતિએ પહોંચે છે.

આ મન:શુદ્ધિ માટે ખરાબ-આત્મ, રૌદ્રધ્યાનવાળા વિચાર કે અનુષ્ઠાનથી તો અવશ્ય પાછા હઠવું જ જોઈશે, પણ સાથે સમભાવમાં પણ પ્રવેશ કરવો પડશે. સમભાવ વિના સ્વભાવથી ચપળતાવાળું મન સ્થિરતા પામતું નથી કે વિશુદ્ધ બનતું નથી.

વિષમ ભાવવાળા મનમાં વિષમ-વિપરીત ભાવના થાય છે. તેથી મન વધારે મલિન થાય છે.

સમભાવ માટે શ્રીમાન યશોવિજયજી લખે છે કે વિકલ્પો એ જ વિષય છે; તેથી પાછા હઠવું અને આત્માના શુદ્ધ સ્વભાવનું આલંબન કરવું. જ્ઞાનની આવી મહાન પરિપાક અવસ્થા તેને સમભાવ કહે છે.

આ મારા-તારાપણાને ઉત્પન્ન કરનાર વિકલ્પોને હઠાવવા માટે વિષમભાવને દૂર કરવા માટે તેઓશ્રી લખે છે કે કર્મની વિષમતાથી ભિન્ન ભિન્ન આકૃતિઓ, સુખી, દુઃખી, રાગી, દ્વેષી વિગેરે પરિણતિઓ ઉત્પન્ન થયેલ છે. તે કર્મની વિષમતાનો તમે વિચાર ન કરો, પણ જ્ઞાનાંશ વડે આ

આખા વિશ્વને સરખું જુઓ. દરેક આત્માઓમાં-જીવોમાં આત્મસ્વરૂપનો-જ્ઞાનનો સ્વભાવ રહેલ છે. તે જ્ઞાન સ્વભાવથી સર્વ જીવો સર્વ આત્માઓ એકસરખા છે. તેમાં જરા પણ ભિન્નતા તમે જોઈ નહિ શકો. જ્ઞાનગુણ જે પૂર્ણતા પામેલ આત્મામાં છે. તે જ જ્ઞાનગુણ આપણા જેવા અપૂર્ણ સ્થિતિ ભોગવતા જીવોમાં પણ છે. માટે જ્ઞાનગુણ સર્વમાં સરખો છે. તેમાં વિષમતા નથી. તે જ જ્ઞાનગુણની સાથે સર્વ આત્માઓને અભેદરૂપે જુઓ, એટલે તમારો આત્મા જ્ઞાન ગુણ વડે બીજા સર્વ આત્મામાં રહેલા જ્ઞાન ગુણ સાથે અભેદ-એકરસ જેવો અનુભવ કરશે. આથી રાગદ્વેષની પરિણતિ વડે મારા-તારાપણાના ભેદથી જે વિષમતા ઉત્પન્ન થતી હતી તે થતી અટકશે. કારણ તે પણ જ્ઞાનસ્વરૂપ આત્મા અને હું પણ જ્ઞાનસ્વરૂપ આત્મા. આવી રીતે આખું વિશ્વ પણ (સર્વ-જીવો) જ્ઞાનસ્વરૂપ આત્મા છે તો કોની સાથે ભેદભાવ રાખવો મારું તારું કરવું? વિષમતા માત્ર કર્મની ઉપાધિમાં રહેલી છે. જુદાં જુદાં કર્મને લઈ. જુદાં જુદાં શરીરો, જુદા જુદા વિચારો અને જુદા જુદા અનુભવો થાય છે. આ સર્વ કર્મની ઉપાધિ છે. તે ઉપાધિને માટે એમ માનો કે ઘડી-ભર તે ઉપાધિ સર્વ આત્માથી અલગ બિલી રહી છે. તો તે વખતે તમે સર્વમાં શુદ્ધ આત્મસ્વરૂપ-તમારા શુદ્ધ સ્વરૂપથી જરા પણ ભિન્નતા ધારણ નહિ કરનાર આત્મસ્વરૂપ-સિવાય બીજું શું દેખી શકાશે? કશું જ નહિ. શુદ્ધ આત્મા જ. આથી નિર્ણય થાય છે કે ઉપાધિ માત્ર કર્મની વિષમતાની છે અને તેને લઈને જ મનની ચંચળતા છે, આ સમભાવ

આત્માના મૂલ સત્તાસ્વરૂપ તરફ સર્વની દૃષ્ટિ થાય અથવા સર્વ જીવોમાં રહેલ સત્તાસ્વરૂપ તરફ લક્ષ થાય તો સહજ પ્રાપ્ત થાય છે. વિકલ્પો રહેતા નથી. આત્માના સ્વરૂપ સાથે અભેદતા થઈ રહે છે. આ જ સમભાવ છે. આ સમભાવ-વાળો જ મોક્ષ પામે છે. બીજાને મોક્ષ પ્રાપ્તિનો અધિકાર જ નથી.

અષ્ટકજ્ઞ શ્રીમદ્ યશોવિજયજ્ઞ

વિકલ્પવિષયોત્તીર્ણઃ સ્વભાવાલંબનઃ સદા ।

જ્ઞાનસ્ય પરિપાકો યઃ સ શમઃ પરિકીર્તિતઃ ।૧।

અનિચ્છન્ કર્મવૈષમ્યં બ્રહ્માંશિન સમં જગત્ ।

આત્મામેદેન યઃ પશ્યેદસૌ મોક્ષંગમી શમી ।૨।

સમભાવથી સમ્યક્દૃષ્ટિ થાય છે અને તેથી આવતાં કર્મ અટકી જાય છે, તથા પૂર્વકર્મની નિર્જરા થાય છે. કર્મનાં આવરણો આત્માની આડેથી ખરી પડે છે—સમભાવના તાપથી પીગળી જાય છે.

વિચારવાનો! તમે વિચાર કરી જોશો તો જરૂર તમને ખાતરી થશે કે તમારા મનમાં જે જે સંકલ્પવિકલ્પો હોય છે તે બહારના સજીવ કે નિજીવ પદાર્થની રાગદ્વેષવાળી જે છાપ તમારા અંતઃકરણમાં પડી છે તેનું જ પરિણામ છે. જેવું આલંબન સાચું રાખશો તેવી જ છાપ—તેવું જ પ્રતિબિંબ તમારા હૃદયમાં પડશે. સામાને તમે જેટલે દરજ્જે હલકો માનશો તેને જેતાં તમારું મન તેવા જ હલકા આકારે પરિણમશે. તમારો ઉપયોગ તેવા આકારે પરિણમ્યા

વિના તેનો તમને ઝોધ નહિ જ થાય. તમે તમારા મનને સામી વસ્તુને જેવી માનવાને માટે નિશ્ચિત કરી આપ્યું છે, તે તો તેવી જ રીતે તેને માનશે અને તેવે પ્રકારે તેના તરફ વર્તન રાખી, ગુણ-અવગુણ ગ્રહણ કરશે એક સ્ત્રી સન્મુખ જિભી છે તેને તમે જો બહેનપણે માનશો તો તરત જ મન તે તરફ વિકારલાવથી જોતું અટકી જશે અને બહેન તરફના પ્રેમથી તે તરફ વર્તન કરશે. અને તેને પોતાની સ્ત્રી તરીકે માનશો તો બહેનનો ભાવ સમૂળગો ચાલ્યો જઈ સ્ત્રીપણના ભાવને ઉચિતતાવાળું તમારું આચરણ તેના તરફ થશે. આવી જ રીતે તમે જ્યારે તમારા પોતાના બચાવને માટે-આત્માની ઉન્નત ગુણશ્રેણી તરફ ચડવા માટે શ્રીમાન ધર્મો વિજયજી મહારાજના શબ્દોમાં કહીએ તો તમારા અંતરમાં સર્વ આત્માઓને કે જેઓ અત્યારે કર્મોધીન સ્થિતિમાં દેહાશ્રિત થઈ રહેલા છે તેઓને સત્તાગત શુદ્ધ સ્વરૂપે જોવાની દેવ પાડશો. જે જે દેહધારી તરફ તમારી દષ્ટિ પડે તે તે શુદ્ધ આત્મસ્વરૂપ છે, એમ તમારા હૃદયમાં ઠસાવશો તો તમારી તેટલે તેટલે દરજ્જે આત્મદષ્ટિ થશે, તમારું મન વારંવાર તેવા તેવા પ્રસંગે આત્માકારે પરિણામ પામશે-દેહભાવ ભુલાતો જશે અને શુદ્ધ આત્મદષ્ટિ-શુદ્ધ-આત્મ-સંસ્કાર જાગ્રત થતા જશે-હૃદયમાં સચોટ થતા જશે. આત્મ પરિણામ એ આવશે કે રાગ, દ્વેષ, અભિમાન આદિની પરિણતિ મંદ પડી જશે અને નિર્વિકાર આત્મદષ્ટિ મજબૂત થતી જશે. આ સમભાવની પ્રાપ્તિ થતાં મન નિર્મળ થશે. એટલે પછી તમારું કર્તવ્ય નિર્વિઘ્ન થશે. તેમાં વિકલ્પો

આવી અંતરાય પાડે છે, તે બંધ થશે અને આવરણ દૂર થતાં જીવન આનંદમય થશે. વધારે શું કહેવું? જેણે આ અભ્યાસ કરેલો છે તે જ તેનો અનુભવ જાણે છે. આ સમભાવપૂર્વક કોઈ પણ આત્મિક માર્ગમાં પ્રવેશ કરાશે તો જરૂર તેમાં વિજય થયા વિના રહેશે જ નહિ.

આ સમભાવરૂપ સમુદ્રમાં ડૂબકી મારીને-સારી રીતે પ્રવેશ કરીને યોગના આઠ અંગ સંબંધી વિચાર કરવો.

આ સમભાવમાં પૂર્ણ પ્રવેશ થઈ જ જાય તો પછી કાંઈ જરૂર રહેતી નથી. પણ શરૂઆતમાં સામાન્ય રીતે અને થોડા વખત માટે જ પ્રવેશ થઈ શકે છે. એટલે થોડો પણ સમભાવમાં પ્રવેશ કરીને તે સ્થિતિ કાયમ ટકાવવા માટે યોગનાં આઠ અંગ છે. તેમનો વિચાર કરવો. યોગનાં આઠ અંગો પણ મનઃશુદ્ધિ માટે જ આદરવા કે વિચાર કરવા યોગ્ય છે. પૂર્વે કહેલ સમભાવમાં મનની જે શુદ્ધિ થાય છે તેવી બીજા કશાયથી થતી નથી. છતાં શરૂઆતમાં તે સમભાવ આવતો નથી. આવે તો ટકી રહેતો નથી એટલે યોગનાં અંગોની જરૂરિયાત પહેલી સ્વીકારવામાં આવી છે.

યોગનાં આઠ અંગ

યમનિયમાસનવંધં પ્રાણાયામેન્દ્રિયાર્થસંવરણમ્ ।

ધ્યાનં ધ્યેયસમાધિ યોગાષ્ટાંગાનિ ચેતિ મજઃ ॥૧૯॥

યમ, નિયમ, આસન, પ્રાણાયામ, પ્રત્યાહાર (ઇન્દ્રિયોને વિષયોથી રોકવી) ધારણા, ધ્યાન અને સમાધિ આ યોગનાં આઠ અંગો છે, તેમનું સેવન કરો.

યમાદિનું સ્વરૂપ

સપ્તદશમેદસંયમધરો યમી શૌચતાદિયુત નિયમી ।

પદ્માસનાદિસુસ્થઃ પ્રાણાયામપ્રયાસી ચ ॥ ૯૯ ॥

સત્તર પ્રકારે સંયમ ધારણ કરનાર યમી, શૌચ આદિ-યુક્ત સંયમી, પદ્માસન આદિ આસને સારી રીતે બેસનાર આસની, પ્રાણાયામનો અભ્યાસ કરનાર પ્રાણાયામી કહેવાય છે.

ભાવાર્થ—પાંચ મહાવ્રત પાળવાં, પાંચ ઇન્દ્રિયોનો જય કરવો, ચાર કષાય ઉપર વિજય મેળવવો અને ત્રણ યોગોની શુદ્ધિ કે વિરતિ રાખવી, આ સત્તર પ્રકારનો સંયમ છે.

અહિંસા, સત્ય, અચોર્ય, બ્રહ્મચર્ય અને અપરિચ્છ આ પાંચ પ્રકારનાં મહાવ્રત છે, તેને યમ પણ કહે છે.

જેમાં હલન, ચલન, વેદન સ્વભાવ હોય છે તેને જીવ કહે છે. તે જીવો શરીરની ઉપાધિભેદથી અનેક પ્રકારના છે. તે સર્વ જાતના જીવોની હિંસા મનથી, વચનથી અને શરીરથી ન કરવી, ન કરાવવવી, અને કરનારાઓને અનુમોદન ન આપવું—સારું ન માનવું તે અહિંસા નામનું મહાવ્રત કહેવાય છે.

આ અહિંસા મહાવ્રત દ્રવ્યથી, ક્ષેત્રથી, કાળથી અને ભાવથી એમ ચાર પ્રકારે સમજીને પાળવું જોઈએ.

દ્રવ્યથી કોઈપણ જીવોનો નાશ ન કરવો, ક્ષેત્રથી સર્વ કોઈની અંદર રહેલા જીવોનો નાશ ન કરવો, કાળથી—દિવસ

હોય કે રાત્રિ હોય તોપણ કોઈ જીવોનો નાશ ન કરવો, ભાવથી-રાગના કારણે કે દ્રેષના કારણે કોઈપણ જીવોની હિંસા ન કરવી.

કષાયના યોગથી (રાગદ્વેષના યોગથી) કષાયરૂપે પરિણમન થયેલા મન, વચન, કાયાના યોગથી પોતાના કે પરના દ્રવ્ય તથા ભાવપ્રાણનો ઘાત કરવો તે હિંસા છે.

નિશ્ચય અહિંસા

રાગ, દ્રેષ, મોહ, કામ, ક્રોધ, લોભ, ભય, હાસ્ય, પ્રમાદ, આદિ ભાવોનું પ્રગટ ન થવું તે અહિંસા છે. રાગાદિ ભાવોની ઉત્પત્તિ થવી તે હિંસા છે.

રાગાદિ વિના કદાચ પ્રાણનો નાશ થાય તોપણ હિંસા લાગતી નથી. રાગાદિભાવને વશ થઈ, પ્રમાદથી વર્તન કરનારને જીવનો ઘાત થાય કે ન થાય. તોપણ નિશ્ચય હિંસા લાગે છે, કેમ કે આત્મા કષાય ભાવવાળો થઈ પ્રથમ પોતાના આત્માને હણે છે (કર્મથી આવરિત કરે છે). પછી બીજા જીવોની હિંસા થાઓ કે ન થાઓ પણ આત્મઘાત તો અવશ્ય થાય છે. માટે આત્મપ્રદેશ ઉપર કર્મરજ લાગવા ન દેવી, તેવા પરિણામ થવા ન દેવા, તે નિશ્ચયથી અહિંસા છે.

વ્યવહારથી બીજું મહાવ્રત

કોઈ પણ પ્રકારનું અસત્ય જૂઠું ન બોલવું, પણ પ્રિય હિતકારી સત્ય વચન બોલવું.

ક્રોધથી, લોભથી, ભયથી અને હાસ્ય કરવારૂપ કારણથી એમ અસત્ય ચાર પ્રકારે બોલાય છે, તેનો ત્યાગ કરવો.

દ્રવ્યથી સર્વ વસ્તુઓના સંબંધમાં અસત્ય ન બોલવું.
ક્ષેત્રથી લોક અને અલોકના સંબંધમાં અથવા લોકના કોઈ
પણ ભાગમાં રહી અસત્ય ન બોલવું.

કાળથી દિવસે અગર રાત્રિએ અસત્ય ન બોલવું.

ભાવથી રાગ કે દ્વેષના કારણે અસત્ય ન બોલવું.

મનથી, વચનથી કે શરીરથી અસત્ય બોલવું નહીં,
બોલાવવું નહિ,

અને બોલનારને અનુમોદન ન આપવું. આ બીજું મહા-
વ્રત છે.

નિશ્ચયથી બીજું મહાવ્રત

આત્મા એ જ આપણે છીએ, અથવા આત્મા એ જ
આપણી વસ્તુ છે. તેનાથી પર જે પુદ્ગલ-જડ વસ્તુ છે તે
અન્ય છે, પર છે, પારકી છે. પર વસ્તુને પોતાની ન માનવી
ન કહેવી. પુદ્ગલિક, દેહને આત્મા ન કહેવો, આત્માને
જ આત્મા કહેવો પરવસ્તુને પર કહેવી કાંઈ પણ વ્યાવહાર-
રિક વચન બોલતાં પોતે આત્મા છે એમ માની વ્યવહારને
ખાતર માસતારાપણાના શબ્દનો ઉપયોગ જાગૃત રહીને કરવો,
તે નિશ્ચયથી બીજું મહાવ્રત છે.

વ્યવહારથી ત્રીજું મહાવ્રત

કોઈની કાંઈ પણ વસ્તુની ચોરી કરવી નહીં, માલિકની
રજા સિવાય વસ્તુ ગ્રહણ ન કરવી, કોઈ પાસે લેવરાવવી
નહિ, લેનારને અનુમોદન ન આપવું તે ત્રીજું મહાવ્રત છે.

તે મહાવ્રતમાં દ્રવ્યની લઈ શકાય કે રાખી શકાય તેવી કોઈ વસ્તુની ચોરી કરવી નહિ. ક્ષેત્રથી ગ્રામમાં, નગરમાં કે અરણ્યમાં, ઇત્યાદિ કોઈ પણ સ્થળે ચોરી કરવી નહિ. કાળથી રાત્રિએ કે દિવસે કોઈ પણ વખતે ચોરી કરવી નહિ. ભાવથી રાગ કે દ્વેષના પરિણામથી ચોરી ન કરતાં આ મહાવ્રતનું પાલન કરવું.

નિશ્ચયથી ત્રીજું મહાવ્રત

પાંચ ઇંદ્રિયોના ત્રેવીસ વિષયો છે. તેના મુખની ઇચ્છાએ જીવ આઠ કર્મની વર્ગણાઓ એકઠી કરે છે. આત્મા સિવાય કોઈ પણ વસ્તુ પોતાની નથી, છતાં તે કર્મની વર્ગણાઓ, જે આત્મા ઉપર લાગેલી છે તે શુભાશુભ કર્મને પોતાનાં માનવા, શુભ પુણ્યના પુણ્યલો તરફ પ્રીતિ રાખવી, તેને મેળવવા પ્રયત્ન કરવો આ કર્મ વર્ગણાના પુણ્યલો આત્માથી પર છે. પર વસ્તુ છે તેને પોતાના કરી તેનો સંગ્રહ કરવો. કર્મનો સંગ્રહ થાય-આવાગમન થાય તેવી પ્રવૃત્તિ કરવી તે પણ એક જાતની ભાવચોરી છે, આત્માના શુદ્ધ સ્વરૂપ ઉપર જેટલું આવરણ આવે તે પારકી વસ્તુ હોવાથી ભાવચોરી છે. આ અંતરંગ પુણ્યાદિના અભિલાષાની-ઇચ્છાની નિવૃત્તિ કરવી તે ત્રીજું નિશ્ચય મહાવ્રત છે.

વ્યવહારથી ચોથું મહાવ્રત

ઔદારિક અને વૈક્રિય એમ બે જાતના વિષયો છે. દેવીઓ કે દેવો સંબંધી વિષયસેવન તે વૈક્રિય કહેવાય છે અને મનુષ્ય તથા જનાવર સંબંધી વિષય સેવન તે ઔદારિક

કહેવાય છે. આ જન્મે જાતિના વિષયોનો મનથી, વચનથી અને શરીરથી કરવા, કરાવવા અને અનુભોદન કરવારૂપે ત્યાગ કરવો તે યોથુ' મૈથુનવિરમણ અર્થાત્ પ્રહ્લચર્ય' નામનું મહાવ્રત છે.

આ મહાવ્રત પાળવામાં દ્રવ્યથી, દેવ, મનુષ્ય અને જના-
વર સંબંધી વિષયોનો ત્યાગ કરવો, ક્ષેત્રથી જીર્વ' લોકમા
અધોલોકમાં અને તિર્યક્' લોકમાં (સ્વર્ગ, મૃત્યુ અને પાતા-
જાદિ સ્થાનોમાં) આ મહાવ્રત પાળવું, કાળથી દિવસ હોય
કે રાત્રિ હોય, સર્વ કાળે લીધેલ પ્રતિજ્ઞાનો નિર્વાહ કરવો
ભાવથી-રાગના કારણે કે દ્વેષના કારણે પણ વિષયસેવન ન
કરતાં યાવત્ જીવપર્યંત આ મહાવ્રતનું પાલન કરવું.

નિશ્ચયથી યોથુ' મહાવ્રત

આત્મા શુદ્ધ જ્ઞાનસ્વરૂપ છે, દેહાદિ ભાવથી તદ્દન અલગ
છે તે દૃષ્ટિ ધ્યાનમાં રાખી. અંતરંગ વિષયાભિલાષનો ત્યાગ
કરી પોતાની આત્મપરિણતિમાં રમણ કરવું. પરપરિણતિમાં
પ્રવેશ ન કરતાં એટલે પરભાવનું ચિંતન ન કરતાં આત્મિક
પરિણતિનું ચિંતન કરવું. સ્વભાવરૂપ ઘર મૂકી વિભાવરૂપ
ઘરમાં પ્રવેશ ન કરવો તે પ્રહ્લચર્ય'વ્રત છે. વ્યુત્પત્તિ અર્થ
પણ એવો જ છે કે પ્રહ્લભાવમાં ચાલવું-રહેવું તે પ્રહ્લચર્ય' છે.

આત્મભાવમાં રમણ કરવું, પર ભાવથી વિરામ પામવું
તે ભાવપ્રહ્લચર્ય' છે.

વ્યવહારે પાંચમું મહાવ્રત

ધન, ધાન્ય, ક્ષેત્ર, રૂપું, સોનું, બે પગવાળા અને ચાર
પગવાળા જીવો આદિ વસ્તુઓનો સર્વથા ત્યાગ કરવો તે

અપરિગ્રહ મહાન્ત છે. ધર્મના સાધનભૂત કે દેહરક્ષણના હેતુભૂત, ઉપકરણો-વસ્તુઓ વસ્ત્ર પાત્રાદિ, શાસ્ત્રઆશા મુજબ રાખવાં પડે તે પણ મોહ, મમત્વાદિ વિના રાખવાં. તે સિવાય મન, વચન, શરીરથી પરિગ્રહનો સ્વીકાર કરવા. કરાવવા કે અનુમોદિત કરવાનો આવતી જીવ પર્યાંત ત્યાગ કરવો.

દ્રવ્યથી સજીવ, નિર્જીવ સર્વ વસ્તુઓનો ત્યાગ કરવો. ક્ષેત્રથી સર્વ લોકમાં પરિગ્રહસ્વીકારનો ત્યાગ કરવો.

કાળથી દિવસે અને રાત્રિએ પરિગ્રહ ગ્રહણનો ત્યાગ કરવો.

ભાવથી અલ્પ મૂલ્યવાળી કે વિશેષ મૂલ્યવાળી વસ્તુઓનો રાગદ્વેષની પરિણતિથી સ્વીકાર ન કરવો.

નિશ્ચય પરિગ્રહ મહાન્ત

મારાપણની મમતાનો ત્યાગ કરવો, કોઈ પણ સજીવ કે નિર્જીવ વસ્તુ ઉપર મૂર્છો-આસક્તિ કે મમત્વભાવ ન રાખવો તે અપરિગ્રહ સ્થિતિ છે, ત્યાગ દશા છે. બાહ્ય ત્યાગ એ સાધન છે. અંતરંગ ઇચ્છાનો-મમત્વનો ત્યાગ કરવો તે સાધ્ય છે. આત્મા શુદ્ધસ્વરૂપ છે. કર્મની કે રાગ-દ્વેષાદિની પરિણતિથી મુક્ત છે, નિર્મળ છે. તેના ઉપર આ કર્મોદિની ઉપાધિ, આવરણ કે કર્મબળનો તદ્દન અભાવ છે, તે લક્ષ ધ્યાનમાં રાખી આત્માને નિરાવરણ સ્વરૂપે જાણવો અનુભવવો તે અપરિગ્રહ સ્થિતિનું સાધ્ય છે.

રાગ, દ્વેષ અને અજ્ઞાન-ભાવકર્મ તેની ચીકાશે કરી જ્ઞાનાવરણીય આદિ આઠ કર્મ બંધાય છે, તેનો ત્યાગ કરવો,

દેહ ઇન્દ્રિયાદિ ઉપરથી મૂઝાઈ ઉતારી શુભાશુભ કર્મવિકાર તે પણ આત્માથી પર છે એમ જાણી તેનો ત્યાગ કરવો.

પાંચ ઇન્દ્રિયોનો નિગ્રહ કરવો.

ઇન્દ્રિયોનો નિગ્રહ કરવો એટલે તેમને નિયમમાં રાખવી. ઈષ્ટ વિષયોમાં રાગ કરવો અને અનિષ્ટ વિષયોમાં દ્વેષ કે ખેદ કરવો; એ સ્વભાવને અટકાવીને-ખંધ કરીને-અનુકૂળ કે પ્રતિકૂળ જે ઉદય પ્રાપ્ત થાય-પ્રસંગે આવી મળે તેને આનંદથી વધાવી લેવો-હર્ષ કે ખેદ વિના ભોગવી લેવો તે ઇન્દ્રિયોનો નિગ્રહ છે. ઇન્દ્રિયો પાંચ છે. સ્પર્શના, રસના, શ્રાવ્ય, નેત્રો અને કાન આ પાંચે ઇન્દ્રિયોના વિષયોમાં રાગ-દ્વેષ ન કરતાં સમભાવે રહેવાની ટેવ પાડવી.

કષાયોનો જય

ક્રોધ, માન, માયા (કપટ) અને લોભ, આ-ચાર કષાય કહેવાય છે. ક્ષમા, નમ્રતા, સરલતા અને સંતોષ-આ ચાર કષાયપ્રતિરુપધીઓ-શત્રુઓ છે. જ્યારે જે જે કષાયોના ઉદય થાય, ત્યારે ત્યારે તેનો જય મેળવવા માટે તે તે કષાયના પ્રતિરુપધીને સન્મુખ ભેલો કરી દેવો. જેમ ટાઢ વધારે પડતી હોય તો તેના પ્રતિરુપધી તરીકે અગ્નિ સામે સળગાવવાથી ટાઢ નાસી જાય છે. તેમ આ ચાર ક્ષમાદિને કષાયોના સન્મુખ રાખવાથી, તેમનું ખળ ઘટી જાય છે. મતલબ કે તેની સામે ક્રોધાદિ ટકી શકતા નથી. તે રીતે ચારે કષાયોનો જય થઈ જાય છે.

ત્રણ દંડની વિરતિ

જે વડે આત્મા દંડાય તે દંડ. મનદંડ, વચનદંડ અને

કાયદંડ, આ ત્રણ દંડ છે. મનની, વચનની અને શરીરની અમુક જાતની હલકી પ્રવૃત્તિથી આત્મા દંડાય છે. દંડાય છે એટલે આત્માના ગુણો દબાઈ જાય છે. નવીન કર્મો તેના ઉપર ચડી બેસે છે, આત્માની અનંત શક્તિનું દબાઈ જવું તેના ઉપર આવરણ આવવું તે જ દંડાવું અહીં સમજવું. તેવી પ્રવૃત્તિથી વિરમવું-પાછા હઠવું-તેવું કામ ન કરવું તે, તે તે દંડોની વિરતિ કહેવાય છે.

ક્રમ એવો છે કે પ્રથમ શરીર દ્વારા ખોટી પ્રવૃત્તિ અટકાવવી, પછી વચન દ્વારા થતી ખરાબ પ્રવૃત્તિ અટકાવવી અને છેવટે મનને પણ ખરાબ વિચારો કરતાં અટકાવવું. શરીરને અમુક પ્રવૃત્તિથી અટકાવવું તે કામ પ્રથમ મનને અટકાવવા કરતાં સહેલું છે. જ્યાં સુધી શરીર પ્રવૃત્તિ નહિ કરે ત્યાં સુધી એકલા વિચારો તે કાર્ય સાધી નહિ જ શકે.

પ્રથમ મન જ અટકી જાય તો વચન અને શરીર સ્વાભાવિક રીતે જ અટકી પડે છે એ વાત ખરેખર સત્ય છે. તથાપિ મન ઉપર પ્રથમ જ કાબૂ મેળવી લેવો એ જેને અશક્ય જેવું લાગે છે તેમને માટે પ્રથમ શરીરાદિ ઉપર કાબૂ મેળવવો એ કાંઈક સહેલું થાય તેમ છે.

મુખથી બોલવું બંધ કરવું, તે આપણે આધીન જેવું છે મન કોઈના સંબંધમાં બોલવાનો વિચાર કરે તથાપિ જ્યાં સુધી વચન તે શબ્દોને બહાર લાવી મૂકતું નથી ત્યાં સુધી તે બોલવાના વિચારોથી જે ગેરફાયદાઓ થવાના હતા તે અટકી પડે છે.

જ્યારે વચન અને શરીર ઉપર કાબૂ મેળવાય છે ત્યારે ધીમે ધીમે મન ઉપર પણ કાબૂ મેળવી શકાય છે. એટલે નિરંતરની આવા વિચારો કરવા અને આવા વિચારો ન કરવા એવા વિભાગ કરવાની ટેવ છેવટે મનને પણ કાબૂમાં લે છે.

અથવા બીજો કમ આ ત્રણ દંડથી વિરમવા માટેનો એ છે કે મનને સારા વિચારો કરવાની ટેવ પડાવવી. પૂર્વ જન્મમાં મન, વચન અને શરીરની શક્તિવાળું નામકર્મ બાંધેલું હોવાથી એ ત્રણે શક્તિઓ આપણને મળી છે. તેથી મન વિચાર કયાં વિના રહેવાનું નથી અને વચન બોલ્યા સિવાય ચાલશે નહિ, તથા શરીરથી પણ હલન ચલનાદિ ક્રિયા થયા સિવાય રહી શકશે નહિ. આ ક્રિયાઓ અવશ્ય થવાની છે અને થાય છે જ. આપણા અનુભવમાં પણ એમ જ આવે છે કે વિચાર થાય છે, વચન બોલાય છે અને શરીરથી ક્રિયા પણ થાય છે. ત્યારે આ ત્રણે ક્રિયામાં આપણે એટલો સુધારો કરી શકીએ તેમ છીએ કે મનથી સારા વિચારો કરવા, મહાન પુરુષોના ગુણોનું મનન કરવું, આત્મ-ગુણોનું સ્મરણ કરવું, સદ્-અસદ્ વસ્તુઓનો વિચાર કરવો. પરમાત્માના પવિત્ર નામનો જાપ કરવો વિગેરે સારા સારા વિચારોમાં, તે મનને જોડી દેવામાં આબ્યાથી મન ખરાબ વિચારો કરતું અટકશે. અહોનિશ અનેક અશુભ વિચારો—સંકલ્પો-મનોરથો, મનોરાજ્યો ખડાં કરવામાં જે ફ્રેગટ મનની શક્તિનો નાશ થાય છે તેનો બચાવ થઈ મનનો આ સારા માર્ગે ઉપયોગ થશે. આ સારી ટેવનો વધારો

થવાથી ખરાબ હલકા વિચાર કરવાની ટેવ ધીમે ધીમે સદંતર નાશ પામશે, મન સ્વાધીન થશે. છેવટે આત્માના પૂર્ણ સ્વરૂપમાં ગળી જશે, માટે પ્રથમ સારા વિચારો કરવાની ટેવ મનને પાડવી એ મુખ્ય કર્તવ્ય છે.

આવી જ રીતે અન્યની નિંદા કુથલી કરતાં વચનને અટકાવીને પરમાત્માના ગુણકીર્તનમાં, મહાન પુરુષોના ગુણાનુભોદનમાં ધાર્મિક ઉપદેશમાં કે કોઈને સન્માર્ગે ચડાવવામાં કે તેવાં જ કોઈ પરમાર્થના કામમાં વચનનો વ્યય કરવાથી વચન બોલવાથી થતા અનેક અપરાધો અટકે છે, પોતાથી આગળ વધી શકાય છે અને અન્યને ઉપયોગી રીતે મદદગાર પણ થઈ શકાય છે.

તેવી જ રીતે શરીરને પણ ઉપયોગી કાર્યમાં, મહાન પુરુષોની સેવામાં, દેવાદિના પૂજનમાં, ધાર્મિક અભ્યાસમાં ધાર્મિક ક્રિયાઓમાં, ઉત્તમ પુસ્તકાદિ લખવામાં, કોઈને મદદ કરવામાં તપશ્ચરણ બ્રહ્મચર્યોદિ પાલનમાં, (કાદિ લખવામાં, કોઈને મદદ કરવામાં તપશ્ચરણમાં, બ્રહ્મચર્યોદિ પાલનમાં.) અને ઉપયોગી જીવોની સેવામાં, જોડી દેવામાં આવે તો અશુભ પ્રવૃત્તિ અટકી જાય છે. શુભમાં વધારો થાય છે અને છેવટે તે શુભમાંથી પણ શુદ્ધમાં પ્રવેશ કરી શકાય છે.

આ પ્રમાણે સત્તર પ્રકારનો સંયમ કહેલો છે- શરૂઆતમાં આ સંયમનો આદર કરવાની પૂર્ણ જરૂર છે. આ સિવાય મનની મલિનતા ઓછી થતી નથી અને તે ઓછી થયા સિવાય આપણી યોગ્યતામાં વધારો થતો નથી અને યોગ્યતા

સિવાય આપણાથી આગળની ભૂમિમાં પ્રવેશ થઈ શકતો નથી. આ સત્તર પ્રકારના સંયમને ધારણ કરનાર ચમી કહેવાય છે. આ ચમ તે યોગનું પ્રથમ અંગ છે.

નિયમ

શૌચ, સંતોષ, તપ, સ્વાધ્યાય અને ઇશ્વર પ્રણિધાન આ પાંચ નિયમો કહેવાય છે.

શૌચ

શૌચ એટલે પવિત્રતા. બહારથી પવિત્રપણું, શરીર શુદ્ધ સ્વચ્છ રાખવું, વસ્ત્રો સ્વચ્છ પહેરવાં, રહેવાનો મુકામ સ્વચ્છ અને ખુલ્લી હવાવાળો હોવો જોઈએ, આભુખાનુના પદાર્થો એવા હોવા જોઈએ કે મનમાં સ્વાભાવિક જ શાંતિ ઉત્પન્ન થાય.

આંતરશૌચ, મન, વચન, શરીરનું પવિત્રપણું રાખવું, મનમાં કોઈ અશુભ સંકલ્પ ઉત્પન્ન થવા ન દેવો, વચન સત્ય, પ્રિય અને હિતકર બોલવું. કઠોરતાવાળું, નિર્દયતા-ભરેલું કે અન્યને અપમાન લાગે, નુકસાન થાય કે સંતાપ થાય તેવું ન બોલવું. શરીરને શુભ વિચારોથી, શુરુસેવાથી અને તેવાં જ ધાર્મિક ક્રિયાવાળા કર્તવ્યોથી એવું પવિત્ર કરી નાખવું કે તેના દરેક પરમાણુઓ ધાર્મિક ભાવનાથી, દયાની કોમળ લાગણીથી કે પરમાત્માના સ્મરણથી પવિત્ર તેજોમય અને શાંતિમય થઈ જાય. તમને જોતાં જ ગમે તેવા કઠોર હૃદયવાળા મનુષ્યના હૃદયમાં પણ દયાની કે કોમળતાની લાગણી અથવા પ્રેમ ઉત્પન્ન થાય. આ સર્વ શૌચની પવિ-
૧૪

ત્રતા છે. અભ્યાસીઓએ નિરંતર આવી પવિત્રતામાં વધારે કરતા રહેવું જોઈએ.

સંતોષ

ધર્મોર્થોર્થ ઉપર કે કર્મ ઉપર વિશ્વાસ રાખનારા શ્રદ્ધાળુ લોકોને પોતાના ઉદરનિર્વાહ કે વ્યવહારના નિર્વાહ માટે પૂર્ણ ભરોસો હોય છે અને સંતોષ પણ તેઓને જ આવી શકે છે. પૂર્વકર્મના પ્રમાણમાં પ્રારબ્ધ યોગે જે આવી મળે તેમાં સંતોષ માનવો. માણસ જાત ગમે તેટલી ઇચ્છા કરે પણ પ્રારબ્ધથી અધિક મળતું નથી, અને પ્રારબ્ધમાં હોય છે તો કોઈ લઈ જતું નથી. ન હોય તો કોઈ આપી દેતું નથી. આ જન્મ થયા પહેલાં પ્રારબ્ધ બંધાઈ જાય છે અને ધીમે ધીમે તે બહાર નીકળતું આવે છે. માટે પોતાના કર્મ ઉપર વિશ્વાસ રાખી પ્રયત્ન કરવો અને તેથી જે આવી મળે તેમાં સંતોષ માનવો. કયાં સિવાય કાંઈ આવતું કે મળતું નથી એટલે પ્રયત્નની જરૂર તો છે જ, પણ જરૂરિયાત જેટલી જ. સંતોષ આવતાં ઇચ્છાઓ ઓછી થાય છે, મનની વિહ્વળતા મટે છે, હૃદય વિશુદ્ધ થતું ચાલે છે, આત્મ રૈદ્રધ્યાન થતું નથી. છતાં વ્યાવહારિક પ્રસંગોમાં સંતોષની જેટલી જરૂર છે તેટલી કે તેથી અધિક આત્મસ્વરૂપ પ્રગટ કરવા માટે અસંતોષ વધારવાની જરૂર છે. અર્થાત્ તેને માટે પ્રયત્નની પૂર્ણ જરૂર છે, નિરંતર ઉત્સાહ અને લાગણીપૂર્વક તે અભ્યાસ વધારતા જ રહેવું.

તપ

મનની શુદ્ધિ માટે તપની પણ જરૂર છે. નિકાચિત કર્મો

પણ તપથી નિર્જરે છે. તપ કરવાથી જેમ શરીર દુર્બળ થાય છે તેમ મનને પણ દુર્બળ કરતા જવું જોઈએ. ઇચ્છાઓ મરવાથી જ મન દુર્બળ થાય છે. ઇચ્છાઓને હંકારવી તે ખરેખર તપ છે, ઘણી વખત માણસો ઘણા દિવસો સુધી શરીરને ખોરાક આપતા નથી પણ સાથે ઇચ્છાઓનો નાશ કરતા ન હોવાથી દુર્બળ થયેલ શરીર પાછું ખોરાક લેવાથી મજબૂત થાય છે. અને ઇચ્છાઓ પહેલાં કરતાં પણ એક ડગલું આગળ વધે છે. અમુક વખત સુધી ખાવાની ઇચ્છા રોકી તે સાથે શરીર દુર્બળ થતાં મનના કે શરીરના વિકારો પણ દુર્બળ થાય છે પણ વખત જતાં પાછું પૂર્વતું રૂપ ધારણ કરે છે, કેમકે તેમાં આશાઓનાં-ઇચ્છાઓનાં બીજ રહેલાં છે. માટે તપશ્ચર્યા એવી કરવી જોઈએ કે ઇચ્છાઓનો પણ સાથે નાશ થઈ જાય. ઘણી વખત અજ્ઞાન દશામાં આ તપશ્ચર્યા જ ઇચ્છાની વૃદ્ધિનું કારણ બને છે, એટલે કોઈ પણ પ્રકારના, પછી તે આ ભવનું હોય કે પરભવનું હોય, પણ કોઈ જાતના સુખની આશાથી તપ કરવામાં આવે છે. તપ કરવાથી આપણને પુત્ર, પુત્રાદિની ધનની કે બીજી કોઈ પણ જાતની પ્રાપ્તિ થશે અથવા અન્ય જન્મમાં, દેવપણની, રાજ્યની કે વહાલા મનુષ્યના મેળાપની પ્રાપ્તિ થશે. આવી ઇચ્છાવાળા તપો કરવાથી કર્મ ખપતાં નથી, પણ ઊલટા શુભ કર્મમાં વધારો થાય છે.

તપ એવી રીતે કરવું જોઈએ કે ઇન્દ્રિયોની હાનિ ન થાય, જ્ઞાનધ્યાનમાં ઝોછાશ ન થાય પણ મનની શાંતિ સાથે વિષયોની ઇચ્છાઓનો નાશ થતો રહે. અમુક વસ્તુ

ખાવાપીવાની કે ભોગવવાની ઇચ્છા થઈ કે તરત જ તેનો ત્યાગ કરવો અને તે ત્યાગથી મનમાં જરામાત્ર પણ ખેદ ન થાય, પણ ઇચ્છાનો રોધ થાય : આ તપ વધારે ઉત્તમ છે. વિકાર કરે તેવા રસોનો ત્યાગ કરવો. સાત્ત્વિક ખોરાક લેવો, થોડો ખોરાક ખાવો, સારી રીતે પાચન થાય તેવો હલકો ખોરાક લેવો વિગેરે ધ્યાનમાં વિશેષ ઉપયોગી થઈ પડે છે. અને આહાર સિવાય રહી શકાય તે દિવસોમાં તો વિશેષ પ્રકારે ધ્યાનમાં સ્થિરતા થાય છે. પણ આહાર વિના રહી શકવામાં અમુક મર્યાદા-હદ છે. તે પ્રમાણે તપશ્ચરણ કરવાથી જ્ઞાન-ધ્યાનમાં વધારો થતો રહે છે. આહાર વિના રહી શકવાની મર્યાદા પોતાના શરીરની પ્રકૃતિ અને મનો-બળ ઉપર વિશેષ આધાર રાખે છે.

સ્વાધ્યાય

આત્મસ્વભાવની જાગૃતિ આપે તેવાં આધ્યાત્મિક પુસ્તકોનું વાંચન, શ્રવણ, પરાવર્તન કરવું (ભણેલું ગણી જવું-વારંવાર યાદ કરવું), આત્મસ્વરૂપને પ્રાપ્ત થયેલ મહાન પુરુષોનાં જીવનચરિત્રો યાદ કરવાં, તેમણે જે માર્ગે ગમન કરેલું છે તે માર્ગે ખરોખર સમજવો, જડચૈતન્યની ભિન્નતા કરી બતાવનારાં પુસ્તકો વાંચવાં-સાંભળવાં, આત્મસ્વરૂપ પ્રાપ્તિના માર્ગના ભોમિયા સમાન આધ્યાત્મિક પુસ્તકો છે માટે વારંવાર તેમનું વાંચન કરવું, પોતાને જે માર્ગે પ્રયાણ કરવું છે તે માર્ગની માહિતી આપનાર, તે માર્ગમાં જાગૃતિ આપનાર-તે માર્ગમાં ઉત્તમ વિચારોની મદદ આપનાર

વાક્યોની ટુંકી નોંધ રાખી વારંવાર (નિરંતર) તેનું વાંચન અને મનન કરવું ઇત્યાદિ સ્વાધ્યાય કહેવાય છે.

તેમ જ મનની વિશુદ્ધિ કરવા માટે, સ્વાધ્યાય તરીકે પોતાના કોઈ પણ એક ઇષ્ટ દેવનો મંત્ર લઈ તેનો જાપ કરવો. ગમે તે જાતનો મંત્ર લો, પણ તેના ઉપર આપણને પૂર્ણ વિશ્વાસ-શ્રદ્ધા હોવી જોઈએ કે તે મંત્ર પરમાત્માના નામને જણાવનાર છે. આ મંત્ર ઘણો ટુંકો એટલે થોડા અક્ષરનો હોવો જોઈએ, કારણ તેનું વારંવાર રટણ-સ્મરણ કરવાનું છે. તેમ જ તેના ટુંકા અર્થ ઉપર પણ ધ્યાન આપવાનું છે, તે લાંબા મંત્રમાં જનવું કઠિન પડે છે. આંખો ખુલ્લી રાખી, મન હૃદયમાં રાખી-એટલે અંતરદષ્ટિ હૃદયમાં રાખી જાપ કરવો. જાપ કરતી વખતે બીજા વિચારો અંદર ન આવી જાય તે માટે બહુ સાવચેતી રાખવી. જાપના અખંડ પ્રવાહ વચ્ચે બીજા વિચારો મનમાં આવી તે પ્રવાહને તોડી નાખે છે. તેથી તે જાપનો જે મજબૂત સંસ્કાર મન ઉપર થવો જોઈએ તે થતો નથી. આપણે જાણીએ છીએ કે એતરમાં અનાજ વાગ્યું હોય તે છોડવાને જમીનમાંથી પોષણ મળે છે; પણ તે છોડવાની સાથે બીજા ક્ષણે ઘાસના કે તેવા જ બીજા જાતિના અંકુરો કે છોડવાઓ ઊગી નીકળ્યા હોય તો તે છોડવાઓ, અનાજના છોડવાને જે રસ મળતો હોય તેમાંથી ભાગ પડાવે છે અને પોતે પણ વધવા માંડે છે, આ વેળાએ તે છોડવાઓને ખેડૂતો નીંદી નાખે છે-કાઢી નાખે છે. જો તેમ ન કરે તો અનાજના છોડવાને પૂરતું પોષણ ન મળવાથી તે જોઈએ તેવું અનાજ આપી શકતા

નથી કે ફળતા નથી આ જ પ્રમાણે ચાલતા પરમાત્મસ્મરણના પ્રવાહને તોડી નાખનાર-આહું પોષણ મેળવી જતાર અંકુરો સમાન અન્ય વિચારોને કાઢી નાખવા જોઈએ-મૂળથી ઉખેડી નાખવા જોઈએ; તેથી પરમાત્મસ્મરણની આખાદ અસર મન ઉપર થાય છે.

મન વિચારાંતરમાં ન જાય તે માટે જે મંત્રનો જાપ ચાલુ છે તેના અર્થ ઉપર લક્ષ સાથે જ આપતા રહેવું. એટલે તે મંત્ર જેના નામનો છે તેના સ્વરૂપનો ભાસ સાથે જ મનમાં થયા કરે અને તે સ્વરૂપને જ નમસ્કાર કરીએ છીએ તેવી મનમાં જાગૃતિ રાખતા રહેવું.

મંત્ર તરીકે ટુંકા અક્ષરનો મંત્ર જેમ કે ઓમ્ અહં નમઃ આ મંત્ર ગંભીર અર્થ સાથે, પરમાત્માના સત્ય સ્વરૂપનો બોધક છે. અહં એટલે લાયક અર્થ થાય છે. જેઓ સંપૂર્ણ રીતે લાયક છે, જેનાથી આગળ લાયકાત જેવું કંઈ છે જ નહિ તેવું આત્માનું શુદ્ધ સ્વરૂપ તેને નમસ્કાર કરું છું. અથવા જેઓ પૂર્ણ સ્વરૂપને પ્રાપ્ત થયેલા છે તે સર્વે અહંનું છે તેને નમસ્કાર કરું છું.

આ મંત્રનો જાપ ઓછામાં ઓછો નિરંતર દશ હજારનો થવો જોઈએ. તેથી મનની વિશુદ્ધિમાં ઘણી સારી મદદ મળે છે. પરિણામની વિશુદ્ધિ વિના મનની વિશુદ્ધિ થતી નથી અને મનની વિશુદ્ધિ તે આત્માની જ વિશુદ્ધિ છે. તે સિવાય પણ નિરંતર હાલતાં, ચાલતાં જાપ ચાલુ રાખવો. દશ હજાર ન બની શકે તો પછી જેટલો બને તેટલો જાપ કરવો, પણ

તે કયાં સિવાય છૂટકો નથી. આ જાપને પણ સ્વાધ્યાય કહેવામાં આવે છે. ખન્ને જાતના સ્વાધ્યાયની જરૂર છે.

ઇશ્વરપ્રભુધાન

જે જે ક્રિયાઓ કરવામાં આવે તેના ફળની ઇચ્છા-અભિલાષા ન રાખવી. કેમ કે જ્યાં ઇચ્છા છે ત્યાં ફરી જન્મ થવા લાયક કર્મનો સંચય થાય છે. ઇચ્છાથી જ નવીન બંધ થાય છે. અથવા સર્વ ક્રિયાઓ ઇશ્વરને અર્પણ કરવી, એટલે તે ક્રિયાના ફળ તરફનો હાથ ઉઠાવી લેવો અને ઇશ્વરતા પ્રગટ થાય-આત્માતું શુદ્ધ સ્વરૂપ પ્રગટ થાય-તેવા એક માર્ગે જ તેનો વ્યય કરવો. અથવા સર્વ ક્રિયા યોગની શક્તિતું બળ-પરમાત્મસ્વરૂપમાં એકરસ-એકાગ્ર થવા માટે જ અર્પણ કરવું. અથવા ઇશ્વરસ્વરૂપની પ્રાપ્તિ માટે જ મહેનત કરવી. (સત્યસ્વરૂપ પ્રાપ્ત થાય તેને માટે જ-તે સક્ષ રાખીને જ-તે તરફ પ્રવૃત્તિ કરવી) તે ઇશ્વરપ્રભુધાન કહેવાય છે.

આસન

સિદ્ધાસન, પદ્માસન આદિ અનેક પ્રકારના આસનો છે. હાથા પગની એડી શીવનીમાં દબાવવી (લિંગ અને ગુદા-વચ્ચેનો ભાગ જ્યાં એક મોટી નસ છે તેને શીવની કહે છે) અને જમણો પગ લિંગના ઉપરના ભાગ ઉપર દબાવવો. ખન્ને હાથો ચત્તા પગ ઉપર રાખવા તે સિદ્ધાસન કહેવાય છે.

હાથો પગ જમણા પગના સાથળ ઉપર સાથળના મૂળ પાસે રાખવો અને જમણો પગ તેના ઉપર હાથા સાથળના

મૂળ પાસે ઉપર રાખવો. ખન્ને હાથ ચત્તા પગ ઉપર રાખવા તે પદ્મઆસન કહેવાય છે. દષ્ટિ નાસિકાના અગ્રભાગ પર રાખવી.

આસનો ઘણાં છે તથાપિ આ બે આસનો યોગમાં મુખ્ય ઉપયોગી તરીકે ગણવામાં આવે છે.

અથવા સામાન્ય રીતે બેસીને કે બિલા રહીને કાયે-ત્સર્ગ મુદ્રામાં રહેવું. (બિલા રહીને પગના આગળના ભાગમાં બે પગ વચ્ચે ચાર આંગળ ભાગે રાખવો. પગના પાછળના ભાગમાં ત્રણ આંગળ ભાગે રાખી હાથ લટકતા રાખી સીધા બિલા રહેવું. નેત્ર નાસિકાના અગ્રભાગ પર રાખવાં આને કાયેત્સર્ગ, અથવા કાઉસગ્ગ મુદ્રા કહે છે.) લાંબા વખત સુધી સ્થિર બેસી કે બિલા રહી શકાય તેને આસન કહેવામાં આવે છે.

ટાઢ, તાપ આદિ સહન કરવાનું બળ આસન સ્થિર થયાથી આવે છે. ધ્યાનમાં સ્થિરતા વધે છે. જેમ જેમ શરીરની નિશ્ચળતા, તેમ તેમ મન પણ ઓછું ચપળતાવાળું થતું જાય છે. પગ દુઃખી આવવાથી શરીર અકડાઈ જવાથી અથવા કેડ કે વાંસાનો ભાગ દુઃખવાથી કે ફાટવાથી સ્થિર થયેલું ધ્યાન વિખરાઈ જાય છે. આ સર્વ ન થાય તે માટે આસનસ્થિરતાની જરૂરિયાત છે. શરૂઆતમાં આસન સ્થિર કરવાની જરૂરિયાત વિશેષ છે. જ્ઞાનયોગની પ્રાપ્તિ થયા પછી આસનાદિની કાંઈ જરૂર રહેતી નથી. પછી તો હાલતાં ચાલતાં, સૂતાં બેસતાં સર્વ સ્થળે તેનું ધ્યાન બળ્યું રહે છે. આત્મ-

અગૃતિ અખંડ જળવાઈ રહે છે તે સ્થિતિવાળાને આસ-
નાદિની કાંઈ જરૂર નથી.

પ્રાણાયામ

શ્વાસોચ્છવાસની ગતિનો નિરોધ કરવો (ગતિ બંધ કરવી) તેને પ્રાણાયામ કહે છે. શ્વાસોચ્છવાસની ગતિ કાયમને માટે બંધ થતી નથી. જેટલા વખત સુધી શ્વાસમાં આવે તેટલા વખત સુધી બંધ થાય છે અને પછી ચાલુ થાય છે. લાંબા કાળના અભ્યાસે શ્વાસોચ્છવાસની ગતિ ઘણી મંદ થાય છે, શરીરની અંદર ગતિ ચાલુ જ રહે છે. તથાપિ અમુક વખતને માટે શ્વાસોચ્છવાસની ગતિને સ્થિર કરી શકાય છે. જેમ જેમ તે શ્વાસોચ્છવાસની ગતિ સ્થિર થાય છે, તેમ તેમ મન પણ જેટલા વખતને માટે સ્થિર થાય છે. આ શ્વાસોચ્છવાસની ગતિ નાભિ આગળ થઈને નાસિકાના દ્વાર સુધી લાંબાચેલી છે. પ્રાણાયામના પ્રયોગથી આ ગતિને નાસિકાના દ્વાર આગળથી બહાર જતી અટકાવીને ઊંચે ધ્રુવરંધ્રમાં લાવવામાં આવે છે, અને ત્યાં પવનની સાથે મનને સ્થિર કરવામાં આવે છે. લાંબા કાળના અભ્યાસે તેમ બને છે. તેથી પવનની ગતિ નાસિકા આગળ ઘણી મંદ ચાલતી રહે છે. લાંબી ગતિ ટુંકી થાય છે. મન સ્થિર થતાં આનંદ થાય છે. આ સર્વ ઉત્તમ હઠયોગની ક્રિયા છે. જે યોગ્યતાવાળા મનુષ્યને આત્મધ્યાન સહજ પ્રાપ્ત થાય છે, જેના મનની મલિનતા નાશ પામી છે, તેને તો જ્ઞાનયોગના માર્ગે જ શુરુએ આગળ ચડાવે છે. તેને આ પ્રાણાયામાદિ કરવાની જરૂર પડતી નથી. આ હઠયોગનો ઉત્તમ પ્રયોગ છે

અને તેથી ગુરુ પાસેથી શીખવા યોગ્ય છે. અથવા નાસિકાના અગ્રભાગ ઉપર દૃષ્ટિ સ્થિર કરવામાં આવે છે. લગભગ અરધી કલાક ત્યાં દૃષ્ટિ (અરધી ખુલ્લી આંખે) સ્થિર કર્યા પછી, બહારની દૃષ્ટિ નાસિકાના અગ્રભાગ ઉપર જ રાખવી અને આંતરદૃષ્ટિ (મન) નાભિની અંદર તે જ વખતે રાખવી. આમ કેટલાક વખતના અભ્યાસથી પવન ઉપર ચડીને બ્રહ્મરંધ્રમાં જાય છે. પવન ઉપર ચડે છે, એવી ધારણા ત્યાં રાખવી પડે છે. અને બ્રહ્મરંધ્રમાં ગયા પછી ત્યાં પવન સ્થિર થાયો તેવી ધારણા સતત ભાવના કરવાથી, પવન ત્યાં સ્થિર થાય છે. તે સાથે મન પણ સ્થિર થાય છે. પહેલા પ્રયોગથી આ પ્રયોગ વધારે સહેલો છે.

આ અભ્યાસનું પ્રયોજન માત્ર શરીર નીરોગી રાખવા સાથે પવનની મદદથી મનને સ્થિર કરવાનું છે. પછી ગમે તે જાતના અભ્યાસથી મનને સ્થિર કરવું તેમાં કોઈ જાતનો આગ્રહ કરવા જેવું નથી.

નાસિકાના એક છિદ્રને અંગૂઠાથી બંધ કરી બીજા છિદ્રથી કે બંધ કર્યા સિવાય બન્ને છિદ્રોથી ધીમે ધીમે પવનને બહાર કાઢી નાખવો તે રેચક કહેવાય છે. બહારના પવનને નાસિકાના એક છિદ્રથી ધીમે ધીમે અંદર પૂરવો-ખેંચવો તે પૂરક કહેવાય છે. અને તે અંદર ખેંચેલા પવનને અકળામણ ન આવે ત્યાં સુધી નાભિમાં કે હૃદય આગળ રોકી રાખવો તે કુંભક કહેવાય છે. કુંભક થયેલ પવનને નાસિકાના એક છિદ્રથી ધીમે ધીમે બહાર કાઢી નાખવો તેને પણ રેચક કહેવામાં આવે છે. આ અભ્યાસની શરૂઆતમાં કુંભક થોડા

વખત સુધી રોકવો. તેમ કરવાથી રેચક કરવામાં ઉતાવળ થતી નથી, નહિતર અકળાળણ થતાં એકદમ પવન છોડી દેવાથી શરીરનું બળ ઘટે છે. પૂરવામાં જે વખત લાગ્યો હોય તેથી અનુક્રમે ચડતાં બમણો, ત્રણ ગણો અને ચાર ગણો વખત રોકવો. અને બમણા વખતમાં બહાર કાઢવો. શરૂઆતમાં થોડો રોકાય તોપણ હરકત નથી. આ પવન બહારથી અંદર લેતી વખતે-ખેંચતી વખતે એવો સંકલ્પ કરવો કે સૂર્યમાંથી આ એક મહાન શક્તિને હું અંદર ખેંચું છું જે મને નીરોગી થવામાં મહાન મદદગાર થશે. પવનને સ્થિર કરતી વખતે એવો સંકલ્પ કરવો કે નીરોગીપણાના સત્ત્વવાળી શક્તિ મારા શરીરમાં મજબૂત રીતે દૃઢ થાઓ અને પવનને બહાર કાઢતી વખતે એવો સંકલ્પ કરવો કે મારા રોગનાં ખરાબ તત્ત્વો બધા બહાર નીકળી જાય છે અને શરીર નીરોગી બન્યું છે, મારું મન નિર્મળ થયું છે, ઈત્યાદિ વિચારો ત્રણ વખત કરવાથી મન ખીજ વિચારોમાં જાય નહિ આ સંકલ્પ દ્વારા શરીર નીરોગી થવા સાથે મન નિર્મળ થાય. પવન લેતી વખતે-સ્થિર કરતી વખતે અને બહાર કાઢતી વખતે ઠંકારનો અથવા પરમેશ્વરીમંત્ર ઐં અર્હ નમઃ આ મંત્રનો પણ જાપ કરવામાં આવે છે.

રેચક, પૂરક, કુંભક અને તે સિવાય પણ ઘણી જાતના પ્રાણાયામો છે, પણ તે સર્વમાં લાંબા કાળના અભ્યાસની જરૂર છે. છતાં તે સર્વ કરીને પ્રાપ્ત કરવા લાયક જે છે તે એ જ કે મનને સ્થિર કરવું. કેટલાક પ્રાણાયામો શરીર-

નીરોગતા માટે ઉપયોગી છે. પવનનો જય કરવા પછી જ તે પ્રાણાયામો રોગ મટાડવાને ઉપયોગી થાય છે,

પવન જય કરવાનો ઉપાય

પવન તો એકનો એક જ છે પણ જુદા જુદા સ્થાને તે રહેતો હોવાથી તેનાં નામો જુદાં જુદાં પાડવામાં આવે છે, જેમ કે પ્રાણ, અપાન, સમાન, ઉદાન અને વ્યાન : આ પાંચ પવન છે.

શ્વાસોચ્છવાસનો વ્યાપાર કરનાર પ્રાણ પવન છે. મૂત્ર વિદ્યુતપ્રમુખને શરીરની ખહાર કાઢનાર અપાન વાયુ છે. અન્ન પાણીથી ઉત્પન્ન થતા રસોને યોગ્ય સ્થાને પહોંચાડનાર સમાન વાયુ છે. રસાદિને ઊંચે લઈ જનાર ઉદાન વાયુ છે અને આખા શરીરમાં વ્યાપીને રહેલો વ્યાન વાયુ છે.

પ્રાણવાયુ હૃદયના ભાગમાં રહે છે, અપાનવાયુ શુદ્ધાના ભાગમાં રહે છે, સમાનવાયુ નાભિ આગળ રહે છે, ઉદાન વાયુ કંઠના ભાગમાં રહે છે, વ્યાન વાયુ ચામડીના તમામ ભાગોમાં રહે છે.

આ પાંચે વાયુનો જય કરવા માટે પાંચ બીજ મંત્રો છે. 'યૌ', 'પૌ', 'વૌ', 'રૌ', 'લૌ', અનુક્રમે પ્રાણ, અપાન, સમાન, ઉદાન અને વ્યાન તે એક એકનો એક એક બીજમંત્ર છે.

સિદ્ધાસન કરી બેસવું, ખહારથી નાસિકા દ્વારા પવન અંદર ખેંચવો, જે પવન સિદ્ધ કરવો હોય તે પવનના સ્થાન ઉપર તે પવનને રોકવો, હડપચી નીચી નમાવી છાતીના ભાગ પર રાખવી, જેથી પવન માથા ઉપર ચડી ન જાય કે

બહાર તરત નીકળી ન જાય. પછી તે પવન રોકેલા સ્થાન પર તેના મંત્રબીજનો જાપ કરવો.

તે મંત્રનો જાપ મનથી કરવો અને આંતરદૃષ્ટિથી તે મંત્ર-અક્ષરની આકૃતિ-અંદર દેખાય તેમ જોયા કરવું. પવન ન રોકી શકાય ત્યારે ધીમે ધીમે પાછો છોડી દેવો. ફરી પાછો તે જ રીતે પૂરવો. અને તે જ સ્થાન પર રોકવો. ત્યાં પાછો મંત્ર બીજનો જાપ કરવો. અને તેની આકૃતિ તે તે સ્થાનમાં જોયા કરવી. અકળામણ થતાં ધીમે ધીમે પવન છોડી દેવો. આ પ્રમાણે તેતે પવનના સ્થાનમાં અનુક્રમે અભ્યાસ કરવાથી પાંચે પવનનો જય થાય છે.

પવનજય ક્યારે થઈ રહે છે, તેના વખતનું માપ આપી શકાતું નથી કોઈ સંસ્કારી જીવને થોડા વખતમાં જય થાય છે. કોઈને વધારે વખત લાગે છે. તથાપિ તેના ફળની પ્રાપ્તિ થાય ત્યારે જય થયો સમજવો.

પ્રાણવાયુનો જય થવાથી જઠરાગ્નિ પ્રગળ થાય છે, શુરિર હલકું લાગે છે. દમ ચડતો નથી.

સમાન અને અપાન બે નજીક આવેલા છે. એકની હદ પૂરી થતાં બીજાની હદ શરૂ થાય છે. બધા પવન માટે તેમ જ સમજાય છે. સમાન વાયુનો જય થવાથી ગડગૂમડ અને ઘા આદિના પ્રશ્નો ઝુઝાઈ જાય છે, હાડ ભાંગેલું પણ સંધાઈ જાય છે અને ઉદરનો અગ્નિ પ્રદીપ્ત થાય છે.

અપાનના જયથી મળમૂત્રાદિ ઘણા અદ્ય થાય છે. ખાધેલ ખોરાકનો બધો રસ શરીરના પોષણમાં ઉપયોગી

ચાય છે, અને ખાકીના ડૂચા તરીકે મળ થોડો જ રહે છે, તથા ગુદાના રોગોનો નાશ થાય છે.

ઉદાનવાયુના જયથી પ્રાણને બહાર કાઢી શકાય છે, દશમા દ્વારથી પ્રાણ ત્યાગ કરી શકાય છે, પાણી તથા કાઠ વથી શરીરને બાધ થતો નથી.

વ્યાનવાયુના જયથી ટાઢ કે તાપ લાગતાં નથી. ગમે તેવો તાપ હોય કે ગમે તેવી ટાઢ હોય તેને સહન કરવાનું બળ આવે છે. શરીરનું તેજ વધે છે, અને ચામડીના રોગો થતા નથી.

ટૂંકામાં વાયુ જય ધ્યાની નિશાની એ છે કે શરીરના કોઈ પણ ભાગમાં પીડાકારક રોગ કે દુઃખ થતું હોય ત્યાં ત્યાં તે તે ભાગ ઉપર પવનને કુંભક કરી સ્થિર કરવો. થોડા જ વખતમાં તે રોગ કે દુઃખ નિવૃત્ત થાય ત્યારે સમ-જવું કે પવન જિતાર્થ ગયેલ છે.

પવન જયનો અભ્યાસ કર્યા પછી મનનો જય કરવા માટે પ્રયત્ન કરવો.

મનોજયનો અભ્યાસ

સિદ્ધાસન કરી સ્થિર ટટાર બેસવું. પ્રથમ રેચક કરી અંદરના તમામ મલિન વાયુને બહાર કાઢી નાખવો. પછી નાસિકાના ડાબા છિદ્રથી ધીમે ધીમે પવનને અંદર ખેંચી, પુરાય તેટલો પૂરવો. મનથી ધારણા કરવી કે પગના અંગૂઠા સુધી પવન પુરાયેલો છે. પવનની સાથે મન પણ ધારણાથી ધારેલા સ્થળે રહે છે. એટલે પ્રથમ ધારણા કરવી અને તે

બહારથી પૂરેલો પવન શરીરમાં અકળામણ આળ્યા વિના રોકાઈ રહે તેટલા વખતમાં એક પછી એક ધારણાના સ્થાનને ઝડપથી બદલાવતાં જવા. ૧. પ્રથમ ડાબા પગના અંગૂઠા ઉપર, ૨. પછી પગના તળિયાં ઉપર, ૩. પાનીમાં. ૪. પગની પૂંદીમાં, ૫. પગની પિંડીમાં, ૬. ઢીંચણમાં, ૭. સાથળમાં, ૮. ગુદામાં, ૯. લિંગમાં, ૧૦. નાભિમાં, ૧૧. પેટમાં, ૧૨. હૃદયમાં, ૧૩. કંઠમાં, ૧૪. જીભ ઉપર, ૧૫. તાલુમાં, ૧૬. નાકના અગ્રભાગ ઉપર, ૧૭. નેત્રમાં, ૧૮. બ્રહ્મકુટિમાં, ૧૯. કપાળમાં અને ૨૦. માથામાં એમ એક પછી એક સ્થાનમાં આગળ વધતાં પવન સાથે મનને બ્રહ્મરંધ્રમાં લઈ જવું. ત્યાર પછી પાછા અનુક્રમે જમણી બાજુના ભાગથી નીચા ક્રિતરતા મનને પવન સાથે અંગૂઠા ઉપર લાવવું અને ત્યાંથી નાભિમાં લાવી પવનને ધીમે ધીમે બહાર કાઢી નાખવો. આ પ્રમાણે અભ્યાસ ચાલુ રાખવો.

આ અભ્યાસથી મનને પવન સાથે આખા શરીરમાં ફેલાવવાનું બળ આવશે. પછી આ અભ્યાસની જરૂર રહેશે નહિ, પણ મનને આખા શરીરમાં એકીકાળે ફેલાવી-શરીરમાં બાંધત કરી-સ્થિર બેસવાની લાંબા વખત સુધી ટેવ પાડવી. આ પ્રમાણે સ્થિર બેસી રહેવાથી મન સ્થિર થશે, વિકલ્પો ચાલ્યા જશે મન સ્થિર થાય, વિકલ્પો આવતા અટકે કે તરત જ પરમાત્માના શુદ્ધ સ્વરૂપની ધારણા હૃદયમાં કરી તેમાં તે સ્થિર મનોવૃત્તિને બેસી દેવી અને તે શુદ્ધસ્વરૂપમાં ભક્તિ સાથે મન ગળી ભય અને તે પરમાત્મા સ્વરૂપે જ મન લીન થઈ રહે તેવો અભ્યાસ વધારતા રહેવું. આત્મના

શુદ્ધ સ્વરૂપની ધારણા કરવાથી આત્મસ્વરૂપમાં સ્થિર થવાશે. આનંદ ઊછળશે અને પરમશાન્તિ અનુભવાશે.

આ સર્વ પ્રાણાયામનું કૃણ છે અને પ્રાણાયામ કરવાનું પ્રયોજન છે. છતાં આ સર્વ હઠયોગ છે. મન ઉપર બળા. ત્કાર કરવા જેવું છે. હઠયોગમાં મુખ્ય પવનને વશ કરી મનને વશ કરવાનું છે. રાજયોગમાં મનને વશ કરવાથી પવન સ્વાભાવિક રીતે વશ થઈ જાય છે.

પ્રાણાયામની ચાલુ રીત સ્વામી રામતીર્થ
આ પ્રમાણે જણાવે છે.

પ્રાણાયામ કરવાથી લાભ શો ? આ પ્રશ્નનો ઉત્તર એટલો જ આપી શકાય છે કે પ્રાણાયામ કરવાની રીત શીખો અને તે રીતે જાતોજાત પ્રાણાયામનો અભ્યાસ કરી જુઓ, એટલે તે કેટલો ઉપયોગી-ઉપકારક અને લાભકર્તા છે એ તમે તમારી મેળે જ અનુભવથી જાણી શકશો. માથું લમતું હોય, ચકરી આવતી હોય, મનમાં જેએની જણાતી હોય ત્યારે ત્યારે ખતાવેલી રીતિ મુજબ પ્રાણાયામ કરવાથી તમારા મનને તે જ સમયે શાંતિ મળશે અને પ્રાણાયામની આ રીતિનો ઉપયોગ તમારા સમજવામાં આવશે. જ્યારે તમારે કોઈ વિષય ઉપર નિબંધ લખવાનો કે વિચાર કરવાનો હોય અને તેમાં વ્યવસ્થાસર વિચાર ન આવતા હોય મનની એકાગ્રતા ન થઈ શકતી હોય ત્યારે પ્રાણાયામ કરો અને જુઓ કે કેવો ચમત્કાર થાય છે. જે વિષયનો નિબંધ તમે લખતા હશો તે વિષયમાં તમે એવા તો તદ્દીન થઈ જશો અને વિચારો એવા તો

સંકલનામાં બરાબ ગોઠવાયેલા સુસંબદ્ધ આવશે કે તે બોધને તમને માટેો અચંબો લાગશે. પેટની પીડ, માથાનું કળતર, ફેફસાં અને હૃદયનો રોગ તેમજ તેવા બીજા રોગો પણ પ્રાણાયામના અભ્યાસથી મટી જાય છે. હવે પ્રાણાયામ કરવાની રીતિ તપાસીશું.

પ્રાણાયામ કરવાની અનેક પદ્ધતિઓ છે. પણ હું જે પદ્ધતિ બતાવું છું તે અનેક વર્ષોથી કસોટીએ ચઢીને ઉત્તમ ઠરેલી છે. પ્રાણાયામનો અભ્યાસ આ પદ્ધતિસર જેણે કર્યો છે તેને બહુ સારો લાભ મળ્યો છે એમાં શંકા નથી.

પૂરક-કુંભક-રેચક

પ્રાણાયામનો અભ્યાસ કરવા બેસવું હોય ત્યારે તમારે સુખરૂપ, સહજ અને સ્થિર આસનથી એકાગ્ર મને બેસવું બોધ્યું. જમણા પગને ડાબા પગના સાથળ ઉપર અને ડાબા પગને જમણા પગના સાથળ ઉપર એમ ઉલટસૂલટ પગ ચડાવીને પદ્મઆસન કરીને બેસવું. આ આસન પ્રાણાયામના અભ્યાસકેને બહુ સુખકારક છે. શરીર, મસ્તક અને ડોકને નિશ્ચળ અને સીધા રાખી, સ્થિર થઈ, આડુંઅવળું જોયા વિના ટટાર પોતાની નાસિકા સન્મુખ દૃષ્ટિ કરી દિશાઓ તરફ તજર નહિ કરતાં પ્રસન્ન ચિત્તથી આસન વાળી બેસવું બોધ્યું.

આ રીતે તૈયાર થઈ પછી જમણા હાથના અંગૂઠા વડે જમણું નસકોરું ઢાળીને બંધ કરવું અને ડાબે નસકોરેથી

શ્વાસને ધીરે ધીરે અંદર લેવો. આ શ્વાસ અંદર લેવાની ક્રિયાને પૂરક કહે છે. આ પૂરક ક્રિયા મન શાંત અને સ્વસ્થ થાયત્યાં લગી કર્યા જવી. આ ક્રિયા વખતે મનને શૂન્ય કે નકામું રાખવું નહિ. આ પૂરક ક્રિયા ચાલતી હોય ત્યારે ચિત્તને એકાગ્ર કરવું અને ચિત્તન કરવું કે એક મહાન શક્તિને હું મારા શરીરમાં લઉં છું, પૂરું છું, હું એક મહાન અમૃત તત્ત્વનું પાન કરું છું. શ્વાસ પૂરો માંહી લઈ રહ્યા એમ તમોને જણાય ત્યારે કનિષ્ઠકા અને અનામિકા આંગળીઓ વડે ડાબુ નસકોરું દાબીને બંધ કરી દેવું. આ પ્રમાણે શ્વાસ લઈને બંધ કર્યા પછી સુખ દ્વારા તેને નીકળવા દેવો નહિ અને કુંભક ક્રિયા કહે છે.

આમ માંહે લઈ બંધ કરેલા વાયુને ફેફસાં, પેટ અને હોઝરી વગેરેમાં ભરી દેવો.

શરીર અંદરની સઘળી ખાલી જગ્યાઓ આ વાયુથી ભરી નાખવી. ઉપર પ્રમાણે આ વાયુ શરીરમાં લઈ ભરી રાખતી વખતે પણ મનને નકામું રહેવા દેવું જોઈએ નહીં, પણ હું આત્મા છું, પૂર્ણ શુદ્ધ સ્વરૂપ. અનંત શક્તિમાન, જ્ઞાનસ્વરૂપ હું છું એવી ભાવનાનું એકાગ્ર મને ધ્યાન ધરવું તમારી સર્વ શક્તિઓ અને તમારું સઘળું મનોબળ વાપરીને આ ભાવનાના ધ્યાનને સજ્જડ, મજબૂત અને અચળ કરવું-શુદ્ધ સ્વરૂપ પ્રાપ્ત કરવું. તમે જ સત્ય છો, દિવ્ય અને અલૌકિક સત્તા તમે છો. આ પરમેશ્વરનું ધ્યાન તમારે ચાલુ રાખ્યા કરવું. પછી તમોને જણાય કે વાયુ-શ્વાસ, માંહી બહુ વખત સુધી રોકી શકાય તેમ નથી. એટલે ડાબું

નસકોરૂં ઉઘાડી નાખવું અને તે વાટે માંહે લઈ, બંધ કરેલો શ્વાસ હળવે હળવે બહાર કાઢવો. આને રેચક ક્રિયા કહે છે. આ રેચક ક્રિયા કરતી વખતે મનની વૃત્તિને આત્માકાર કરી નાખવી અને દંઠ લાવના કરવી કે આ બહાર જતા વાયુ સાથે જ મારા મનને મેલમાત્ર, સંઘર્ષી અશુદ્ધિઓ કુવિચાર, અજ્ઞાન, દુષ્ટપણું અને પાપરૂપ મળ નીકળી જાય છે-ધોવાઈ જાય છે. એ બહાર જતા વાયુ સાથે નબળાઈ અને દુબળાઈમાત્ર ચાલી જાય છે. એ પછી દુર્બળતા કે અજ્ઞાન રહેતાં નથી. જાય કે કલેશ પણ નથી રહેતા. ખેદ, ઉદ્વેગ, ઉદાસી, વિગેરે પાપો પછી રહી શકતાં જ નથી. ઉપાધિમાત્ર-તાપમાત્ર-નાશ પામે છે.

માંહે પૂરેલો વાયુ આમ નીકળી જાય એટલે બંને નસકોરાં ઉઘાડી નાખવાં. પણ વાયુને-શ્વાસને અંદર લેવો નહિ. નાક ઉપરથી હાથ ઉઠાવી લેવો. તમારાથી બનતા બધા ચત્નોથી વાયુને અંદર આવવા દેવો નહિ. શ્વાસને બહાર રાખવાની અને અંદર નહિ આવવા દેવાની આ ક્રિયા બ્યારે ચાલતી હોય ત્યારે મનને નકામું રહેવા દેવું નહિ અને એકાગ્ર ચિત્તથી સંપૂર્ણ મનોબળ-આત્મબળ વાપરીને ‘આ ઉપાધિ રહિત કેવળ શુદ્ધ સિદ્ધસ્વરૂપ હું પોતે છું.’ એવા અવિચળ ધ્યાનમાં મગ્ન રહેવું. દેશકાળનો મને બાંધ નથી, મારું આત્મસ્વરૂપ દેશ, કાળ, કારણ અને પુરુગણોથી પર છે. જગતની કોઈ પણ ઉપાધી અથવા જગતનું કોઈ પણ બંધન મને નડતર કરી શકે તેમ છે નહિ, ઇત્યાદિ ધ્યાનમાં મગ્ન રહેવું.

અહીં સુધી કહેલા પ્રાણાયામની પદ્ધતિના ચાર ભાગ પડેલા છે. દરેક ભાગમાં શારીરિક અને માનસિક એવા બે ભાગ છે. આ વાત લક્ષ્યમાં આવી જ હશે. ડાબા નસકોરાથી પવન પૂરવો—માંહી ખેંચવો આ પૂરક પ્રાણાયામનો પ્રથમ ભાગ છે. આ ભાગમાં પ્રાણને અંદર લેવાની ક્રિયા તે શારીરિક ક્રિયા છે અને હું શુદ્ધ પરમાત્મસ્વરૂપ છું એ મનોભાવને ધ્યાનમાં પ્રવાસક્રિયા સાથે સ્થિર કરવો તે માનસિક ક્રિયા થઈ.

તે પૂરેલા વાયુને અંદર કેટલાક વખત સુધી પેટ, હોઝરી, ફેફસાં વિગેરેમાં રાખી મૂકવો તે કુંભક, શારીરિક બીજી ક્રિયા થઈ, તે સાથે અનંત શક્તિમાન જ્ઞાનસ્વરૂપ હું છું એ દૃઢ મનોભાવનો વિચાર કરવાની માનસિક બીજી ક્રિયા થઈ.

જમણા નસકોરાથી પ્રવાસ છોડી મૂકવાની ક્રિયા ધીમે ધીમે કરવી તે ત્રીજા ભાગની શારીરિક રચના ક્રિયા થઈ અને પ્રવાસ સાથે સર્વ મલિન વાસના અને દુર્બળતા અંતઃકરણમાંથી કાઢી નાખવી એ માનસિક ત્રીજી ક્રિયા થઈ કહેવાય છે.

શ્વાસને અંદર આવતો અટકાવી બહાર રહેવા દેવાની પ્રાણાયામના ચોથા ભાગની ક્રિયા છે. આ ક્રિયા સિદ્ધ થાય એટલે અરધો પ્રાણાયામ થયો. (આ સ્થળે જરૂર જણાય તો થોડીકવાર થોભવું, વિશ્રાંતિ લેવી, વિશ્રાંતિ લેતી વખતે શ્વાસોચ્છવાસ સ્વાભાવિક ગતિમાં ચલાવવો. પછી પ્રાણાયામની ક્રિયા શરૂ કરવી.)

હવે ડાખાને બદલે જમણા નસકોરાથી પવન પૂરવો. માનસિક ક્રિયા પણ પહેલાંની માફક કરવી. પૂર્વની માફક શરીરથી ચાર ક્રિયા અને માનસિક ચાર ક્રિયા આ પૂરી થાય ત્યારે એક પ્રાણાયામ થયો. દરેક ક્રિયાના અભ્યાસમાં વખતને હળવે હળવે વધારતા જવું, ઉતાવળ કરવી નહિ. દરેક ક્રિયા, પ્રમાણ સહિત અને યથાયોગ્ય રીતિથી થવી જોઈએ. શ્વાસને સારી પેઠે અંદર ખેંચ્યા પછી એકદમ છોડી દેવો નહિ.

આ પ્રમાણે જો પ્રાણાયામ શીખશે-અભ્યાસ કરશે, તો તમારામાં અપૂર્વ બળ આવશે. રોગમાત્ર દૂર જશે. લોહીખગાડથી થતાં સઘળાં દર્દો તેમજ ક્ષય રોગ સુદ્ધાં પ્રાણાયામના અભ્યાસથી નાશ પામશે.

પ્રાણાયામ કરનાર કેટલાક માંઢા થાય છે. આનું કારણ એ છે કે તેઓ કુદરતનો નિયમ બળતા નથી. આટલી પળોમાં શ્વાસ લેવો, અને આટલી પળો પછી છોડવો બાંધે એ તેઓની ખોટી હઠથી મંદવાડ થાય છે. દરેક ક્રિયા, દરેક લાગ અને દરેક ભેદના વખતને વધારવાનો અવશ્ય પ્રયત્ન કરવો. પણ થાક લાગે, કંટાળો ઉપજે એવું તો કદી કરવું જ નહિ. એકદમ શ્વાસને ખેંચવાનો કે રોકી રાખવાનો પ્રયત્ન કરવો નહિ. ધીરે ધીરે સ્વાભાવિક રીતે જ અભ્યાસ વધારવો. શ્વાસને માંહી લેવાની અને ધારણ કરી રાખવાની બે ક્રિયાથી થાક લાગ્યો જણાય કે કંટાળો આવે તો તરત જ આરામ લેવો. એક દિવસમાં આઠેય કરવી. બીજો દિવસે

પાછી આડેય કરવી. થાકી જતો તો પહેલી ચાર ન કરવી. તેથી બીજી ચાર સુગમતાથી પૂરી થશે.

પ્રાણનો આયામ તે પ્રાણાયામ-પ્રાણની કસરત અથવા પ્રાણનો નિરોધ. આ રીતે કરવાથી ઘણો જ લાભ થાય છે. શરીરની શક્તિ વધારવાની એક જાતની પ્રાણની કસરત તેવું નામ પ્રાણાયામ છે. પ્રાણાયામમાં કોઈ ગુપ્ત લેહ કે અભયબી જેવું કંઈ નથી. તેમાં ગુપ્ત રહસ્ય માનનારા ભૂલ ખાય છે. પ્રાણાયામનો અર્થ આત્મજ્ઞાન કે ઇશ્વરજ્ઞાન એવો થતો જ નથી.

પ્રાણાયામ કરવાથી અધિક કલ્યાણ કંઈ છે જ નહિ. પ્રાણાયામથી આત્માનુભવ થાય છે એ માન્યતા જૂઠી અને ભૂલભરેલી છે. પ્રાણાયામમાં લેશમાત્ર પણ પરમાર્થ કે આશ્રય જેવું નથી. એ તો જેવી શરીરની કસરત તેવી જ પ્રાણની કસરત છે. ફેફસા તેમ જ હૃદયને સાફ તેમ જ મજબૂત રાખવા માટે તથા મનને સ્થિર કરવાને પ્રાણાયામ એ પ્રાણની કસરત જ છે. પ્રાણાયામ આત્મજ્ઞાન નથી પણ આત્મજ્ઞાન પામવાનું એક સાધન પ્રાણાયામ છે.

પ્રાણાયામમાં એક વાત ધ્યાન રાખવા જેવી છે. તે એ કે જ્યારે તમે શ્વાસ બહાર કાઢો ત્યારે પેટને સંકોચી નાખો એટલે પાછું પીઠ ભણી એવો. આનાથી બહુ લાભ થશે. બીજું એ કે પ્રાણ અંદર લેતી વખતે આખા પેટને તેનાથી ભરી નાખવાનું ચૂકતા નહિ. પ્રાણવાયુ છાતી સુધી જઈને અટકી જાય નહિ. પણ ઠેઠ પેટના તળિયા સુધી પહોંચી

જય તેમ કરવું જોઈએ. ધ્યાન-ધારણાદિના અભ્યાસમાં પ્રાણા-યામ ખડું હિતકારી છે.

શાસ્ત્રકાર હઠયોગના પ્રાણયામનો નિષેધ કરે છે.

કિમનેન પ્રપંચેન પ્રાણાયામેન ચિન્મતામ્ ।

કાયદૃત્ક્લેશકારિણ નાદતસ્તેન સ્પર્શિભિઃ ॥ ૧૦૦ ॥

પૂરકૈઃ કુંભકૈશ્ચ રેચકૈઃ કિં પ્રયોજનમ્ ।

વિમૃશ્યેતિ તદાદેયં યન્મુક્તેર્વીજમગ્નિમમ્ ॥ ૧૦૧ ॥

શુદ્ધ અંતઃકરણવાળા મનુષ્યોને આ પ્રપંચવાળા પ્રાણા-યામોની શી જરૂર છે? તેનાથી કાયાને તથા મનને કલેશ થાય છે. આ કારણથી આચાર્યોએ આવા પ્રાણાયામને અંગીકાર કયો નથી.

પૂરક, કુંભક અને રેચકો વડે શું પ્રયોજન છે? એ પ્રમાણે વિચાર કરીને જે મોક્ષના મુખ્ય બીજરૂપ કારણ હોય તેનો આદર કરવો.

ભાવાર્થ—જેનું અંતઃકરણ શુદ્ધ થયું છે. તેને આ પ્રાણાયામોની કાંઈ જરૂર નથી. કેાઈ પણ આલંબનમાં મન ઠરતું ન હોય-વધારે મલિન સંસ્કારો મનમાં ભર્યા હોય તો આ પ્રાણાયામોની જરૂર છે. ઘરમાં એકદમ ઘણો કચરો એકઠો થયેલો હોય તો પાવડાઓ લાવી, ખાંપીને કચરો કાઢવાની જરૂર છે, ત્યાં સાવરણીનું વિશેષ પ્રયોજન તે વખતે નથી. પણ જ્યાં થોડી રજ હોય ત્યાં તે મુકામ સાવરણીથી સારો થાય છે, ત્યાં પાવડા વગેરેની જરૂર નથી.

જેવું હૃદય પવિત્ર થયેલું છે તેને પ્રાણાયામનો અભ્યાસ કર્યા સિવાય તેવું મન વિચારોથી જ સ્વાધીન થઈ જાય છે. વિચારો કરતાં કે વસ્તુતત્ત્વનું—પરમાત્મસ્વરૂપનું લક્ષ લઈ તેમાં ધ્યાન આપતાં જ મન સાથે પવન પણ સ્થિર થઈ જાય છે. હઠયોગના કાયાને કલેશ આપનારા લાંબાં કાળના અભ્યાસે જે પવનનો જય થાય છે, તે આ રાજયોગના આત્મ સંખંધી વિચારોથી જ—આત્મસ્વરૂપમાં જાગૃતિ પામવાથી જ મન જિતાવા સાથે પવન પણ સ્થિર થઈ પરમ સમાધિદશા પામી શકે છે તેમાં જરા પણ સંશય જેવું નથી. પૂર્વે જે પવનની ધારણા બતાવી છે તે ક્રમ કર્યા સિવાય પણ શાંત વિચારો કરી મનને આખા શરીરમાં વ્યાપ્ત કરી દેવાની ટેવ પાડવામાં આવે છે, તોપણ મન સાથે પવનનો જય થઈ જાય છે. વિશેષ એટલો છે કે તે સાધકનું મન વિશુદ્ધ થયેલું હોવું જોઈએ. લોકપરલોકના ભોગરૂપ મળતી વાસના ઊડી જવી જોઈએ. જેમ જેમ ઈચ્છાનો ત્યાગ થાય છે, પરમ પ્રબળ વૈરાગ્યભાવ પ્રગટ થાય છે, તેમ તેમ મન શુદ્ધ થતું ચાલે છે.

વૈરાગ્યનો અર્થ અહીં એ લેવાનો નથી કે ઘરખાર, બેરી, છોકરાં, કુટુંબને રજળતાંરવડતાં મૂકી સાધુ થઈ જવું ત્યાગીનો વેષ પહેરી લેવો. આવા ઘરખારના ત્યાગ કરનાર ત્યાગીઓની આ દુનિયા ઉપર કાંઈ પણ ખોટ નથી—ઓછી સંખ્યા નથી. પણ તેમનાથી સ્વપરતું કાંઈ પણ સાધી શકાતું નથી, ત્યાગ નામ એ છે કે આસક્તિને ઉડાવી દેવી, મમતાને મારી નાખવી, ઈચ્છાઓને વીંધી નાખવી, આશાને બાળી

મૂકવી. આમ કરનારને જ વૈરાગ્ય કહેવાય છે. પછી તે શુદ્ધસ્થા-
શ્રમમાં પોતાની ફરજ અદા કરવા રહ્યો હોય કે તેવા પ્રતિ-
બંધના અભાવે ત્યાગી થયો હોય, તે જ ખરેખર વૈરાગી છે.
પોતાની ફરજ બળવવાની શક્તિ ન હોય, કોઈ કારણથી
સંસારવ્યવહાર ચલાવતાં કંટાળેલો હોય અને મનમાં અનેક
પ્રકારની કામનાઓ-ઈચ્છાઓ ભરી હોય, આવો માણસ ત્યાગી
થઈ સ્વપરતુ' શું ઉકાળશે? માણસ પોતે કેાણ છે? પોતાની
ફરજ શું છે? કર્તવ્ય અને પ્રાપ્તવ્ય શું છે? તેના શા
ઉપાયો છે તે સમજવા નથી, ફરજ બળવી શકતો નથી,
અભિમાન ત્યાગી શકતો નથી, તેનો ખાલ્ય ત્યાગ શા કામનો
છે? તે ત્યાગ બિલટો અભિમાન વધારનાર થાય છે. આંતર-
વાસના ત્યાગી શકતો ન હોવાથી તે ઉભયબ્રષ્ટ થાય છે.
વાસનાનો ત્યાગ-સર્વ ઈચ્છાઓનો ત્યાગ એ જ ઉત્તમ ત્યાગ
છે. આ ત્યાગવાળાનું જ અંતઃકરણ શુદ્ધ હોય છે અને તે
જ આગળ શાંતિન! માર્ગમાં જવાનો અધિકારી છે. બિડા
હૃદયમાંથી જ્યાં સુધી ત્યાગ ન થાય ત્યાં સુધી તે ત્યાગ જ
બિલટો ફસાવનાર થાય છે.

આવા વિશુદ્ધ મનવાળા પ્રાણાયામાદિ ક્રિયા કર્યા વિના
પણ તે ફળ મેળવી શકે છે.

પ્રાણાયામથી શરીરને કલેશ થાય છે. નિયમપૂર્વક તે
કરવામાં નથી આવતો, તો ઘણી વખતે રોગ પણ ઉત્પન્ન
થવાનો ભય રહે છે. આ કારણથી જૈનાચાર્યોએ પ્રાણાયામ
તરફ વધારે લક્ષ આપ્યું નથી, પણ મોક્ષના બીજરૂપ જે
કારણો છે, તેમાં રાજયોગને મુખ્ય સ્થાન આપ્યું છે. જડ,

ચેતન્યનો વિવેક કરી, આત્મજ્ઞાન વડે પુફગલની વાસનાનો ઈચ્છાનો બાધ સાધ્ય કર્યો છે. આથી ફલિતાર્થ એ થયે કે જેનું અંતઃકરણ શુદ્ધ છે, તેને રેચક, કુંભક, આદિ પ્રાણ-યામોની જરૂર નથી.

પ્રત્યાહાર ૫

ઇન્દ્રિયાર્થનિરોધો યઃ સ પ્રત્યાહાર ઉચ્યતે ।

પ્રત્યાહારં વિધાયથ ધારણા ક્રિયતે બુધૈઃ ॥ ૧૦૨ ॥

ઇન્દ્રિયોના વિષયોનો નિરોધ કરવો તેને પ્રત્યાહાર કહીએ છીએ. પ્રત્યાહાર કર્યા પછી વિદ્વાનો ધારણા કરે છે.

આવાર્થ—ધ્યાનનો મુખ્ય આધાર મન ઉપર છે. મન જુદા જુદા વિષયોમાં વિખરાયેલું હોય તો તેનું બળ એક પ્રવાહમાં મળખૂત રહેતું નથી. મનને ઇન્દ્રિયો ખોરાક પૂરો પાડે છે. આંખ દેખવાના પદાર્થો મન આગળ રજૂ કરે છે. નાક સૂંઘવાના પદાર્થો તરફ મનનું ધ્યાન ખેંચે છે. જીભ સ્વાદના પદાર્થોનું ભેટણું મનને કરે છે. કાન સાંભળવાના શબ્દો તરફ મનને ચંચળ કરે છે. અને સ્પર્શ ઇન્દ્રિય વિવિધ પ્રકારના સ્પર્શો તરફ મનને લલચાવે છે. ઇન્દ્રિયો પાંચ છે. જુદા જુદા દરવાજાથી તે તે પદાર્થોની તરફ ઇન્દ્રિયો મનનું ધ્યાન ખેંચે છે. જેમ એક પુરુષને પાંચ સ્ત્રીઓ હોય અને તે સર્વે પોતાના પતિનું ધ્યાન પોતા તરફ ખેંચવા માટે પોતાથી બનતું કરે છે. સારામાં સારા પદાર્થો ભેટ કરીને પતિનું મન રંજન કરે છે, પતિનું મન ખુશી કરવા માટે તેને સારુ વિવિધ પ્રકારની અનુકૂળ સામગ્રીઓ તૈયાર કરી

અર્પણ કરે છે. પતિ પશુ તેમની લક્ષિતથી સંતોષ પામી તેમને ત્યાં વારંવાર જાય છે અને નિઃશંકપણે તેમની લક્ષિતો સ્વાદ અનુભવે છે. આ જ પ્રમાણે મનને પતિ માનીને પાંચ ઇંદ્રિયોને સ્ત્રીઓ સમજવી. તેઓ મનને સંતોષ આપવા માટે પોતે પોતાની શક્તિ પ્રમાણે વિષયો અનુકૂળ સામગ્રીઓ જોવાની, ખાવાની, સાંભળવાની અને સુંઘવાનીરૂપર્શ કરવાની પતિની સેવામાં હાજર કરે છે. મન પશુ તે ઇંદ્રિયોમાં પ્રવેશ કરીને તેનો અનુભવ કરે છે. જે ઇંદ્રિય મનનું વધારે જોગ્યાણ થાય તેવો અનુકૂળ પદાર્થ હાજર કરે છે, તે તરફ મન વધારે જોગ્યા છે. તેના તરફ વધારે લાગણી ધરાવે છે અને વારંવાર તેને ઘેર આવળા કરી, તે સ્ત્રીને-ઇંદ્રિયને પોષણ આપે છે, વધારે માન આપે છે.

આ ઇંદ્રિયો તરફથી મળતા વિષયમાં મન પશુ આસક્ત બને છે અને તેના ઉપલોગ માટે વારંવાર તે ઇંદ્રિયોરૂપ સ્ત્રીઓના ઘરમાં પ્રવેશ કરે છે, અનુકૂળ વિષયોથી ખુશ થાય છે. કોઈ વખત પ્રતિકૂળ વિષયો હોય તો નારાજ થાય છે. અને તેની આ પ્રવૃત્તિથી રાગદ્વેષ, હર્ષશોક, કરીને તે આ શરીરમાં કે આવાં જ શરીરોમાં વધારે બંધન પામી દુઃખી થયા કરે છે.

આત્મારૂપી રાજના પ્રધાન તરીકે મનને માનવું જોઈએ. આ પ્રધાનના દોષથી રાજા-આત્મા પોતે પશુ આવા અશુચિથી ભરેલા દેહમાં વારંવાર આવળા કરે છે, બંધન પામે છે અને જૂના દેહ મૂકવા તથા નવા ધારણ કરવારૂપ જન્મ-મરણ પામ્યા કરે છે.

મન પ્રધાન બહુ બળવાન છે. તે જો આ ઇદ્રિયોરૂપી સ્ત્રીઓની મિજબાની-લક્ષિત આખવાથી હર રહે તો તે આત્મારૂપ રાજનું ધણું હિત કરી શકે તેમ છે. તેને આવા દેહરૂપ મલિન બંદીખાનામાંથી છોડાવી શકે તેમ છે અને તે આત્મારૂપ રાજની સાથે અલેદ થઈ રહે તેમ છે. પણ આ ઇદ્રિયોરૂપ સ્ત્રીઓના કબજામાંથી તે છૂટે, તો આ સર્વ વાત બની આવે તેમ છે.

માટે જ શાસ્ત્રકાર કહે છે કે વિષયો થકી ઇદ્રિયોને વ્યાવૃત્ત કરવી-પાછી હઠાવવી. કાં તો ઇદ્રિયોએ મનની આગળ વિષયો હાજર કરવા નહિ અગર તો મને ઇદ્રિયો પાસે જવું બંધ કરવું. આ ઉપાયોને પ્રત્યાહાર કહે છે.

આપણે ઇદ્રિયોને વિનંતી કરીશું કે તમારે વધારે વખત નહિ, તો જેટલી વખત મન આત્માની સમીપ જવાની ઇચ્છા કરે તેટલા વખતને માટે મનને વિષયો હાજર ન કરવા. અથવા આત્માના ભલા માટે મનને વિનંતી કરીએ છીએ કે તેણે આત્માની નજીક જવાની ઇચ્છા હોય ત્યારે અગર આત્માની હજૂરમાં દાખલ થવા અગાઉ જ પોતાની આ સ્ત્રીઓને યાદ ન કરવી-તે તરફ પોતાનું ધ્યાન ખેંચવું નહિ. અને તે સિવાયના વખતમાં કદાચ ઇદ્રિયોની પાસે જવું પડે તો તે જે અનુકૂળ કે પ્રતિકૂળ વિષયો આપે તેમાં હર્ષ, શોક, રાગ કે ક્રોધ ન કરતાં મધ્યસ્થ રીતે તેના અનુભવ કરી લેવો. આમ કરવાથી તે મનના માલિક-મનને શક્તિ આપનાર આત્મારૂપ રાજને જરા પણ હુ:ખ થવાનો સંભવ નથી. પોતાના માલિકના ભલા માટે મન અને

ઈદ્રિયોએ આ વાત ઉપર ખાસ ધ્યાન આપવું. જો તેમ કરવામાં નહિ આવે તો પછી બળાત્કારે પણ આ આશા તે મન તથા ઈદ્રિયોને મનાવવી પડશે. દ્વંદ્વામાં પ્રત્યાહારનું લક્ષણ એવું છે કે ઈદ્રિયોના વિષયોમાંથી મનને ખેંચી લેવું. તેમ થતાં ઈદ્રિયો પોતાની મેળે જ વિશ્રાંતિ લેશે, કારણ કે મનની મદદ વિના ઈદ્રિયો કાંઈ પણ કરી શકતી નથી.

નિરંતરનો પ્રત્યાહાર એ છે કે, ગમે તેવા ઈષ્ટ કે અનિષ્ટ વિષયો આવી મેળે તો તેમાં રાગ, ક્રેષ ન કરતાં-કાંઈ પણ આસક્તિ ન રાખતાં સમભાવે તેમનો અનુભવ કરી લેવો. ફરી તેમને યાદ પણ ન કરવા. મનને પરમાત્મ ભાવ તરફ એટલું બધું વાળી દેવું કે તે ખાવાપીવાનો અનુભવ કરતાં તેમાં કેવો સ્વાદ કે કેવી સુગંધ હતી, કેવું રૂપ હતું તેનું ભાન પણ ન રહે અને ભાન થાય તોપણ તેમાં જરા પણ આસક્તિ કે રાગક્રેષની લાગણી ઉત્પન્ન ન થાય. આમ થાય તો ખરો જ્ઞાનમાર્ગનો પ્રત્યાહાર સિદ્ધ થયો ગણાય. આમ ન બની શકે તો વિચારશક્તિ દ્વારા તેના સ્વરૂપનો વિચાર કરી વિવેક દ્વારા આસક્તિ હટાવવી. તેમ પણ ન બની શકે તો શરૂઆતમાં હઠયોગના પ્રયોગથી એટલે બળાત્કારથી તેને રોકવાનો પ્રયત્ન ઠીક લાગે તેણે કરવો. ઉપરના પ્રયોગો સાત્ત્વિક છે. હઠનો પ્રયોગ તામસી છે. કેટલીક વખત તામસિક શુષ્ક થયેા ઉપયોગી થઈ પડે છે.

પ્રત્યાહાર સિદ્ધ થયા પછી ધારણા કરવી. ગમે તેવા લલચાવનારા વિષયો તરફ પણ ઈદ્રિયો તેનો અનુભવ લેવા ખેંચાય નહિ ત્યારે સમજવું કે પ્રત્યાહાર સિદ્ધ થયો છે.

ધારણા

ધ્યેયવસ્તુનિ સંલીનં યન્મનોર્જિર્વિધીયતે ।

પરબ્રહ્માત્મરૂપે વા ગુણિનાં સદ્ગુણેષ્વપિ ॥ ૧૦૩ ॥

અર્હદાદ્યંગરૂપે વા, માલે નેત્રે મુખે તથા ।

લયે લગ્નં મનો યસ્ય, ધારણા તસ્ય સંમતા ॥ ૧૦૪ ॥

ધ્યાન કરવા લાયક વસ્તુ પરબ્રહ્મ, આત્મસ્વરૂપ અને શુભી પુરુષોના સદ્ગુણો તેને વિષે બુદ્ધિમાનોએ મનને લીન કરવું, તેમ જ અરિહંત આદિના શરીરના રૂપને વિષે અથવા પોતાના કપાળ, નેત્ર અને મુખ ઉપર જેનું મન લય થવું છે તેને ધારણા માનેલી છે. (ધારણા કહે છે.)

બાવાર્થ—પ્રત્યાહાર કરવા માટે મનને ઇન્દ્રિયોના વિષયોમાંથી જેથી લીધા બાદ તે મનને કોઈ પણ સ્થળે જોડવું જોઈએ. કોઈ પણ ધ્યાન કરવા લાયક એક વસ્તુમાં જોડી દેવું તેનું નામ ધારણા છે. એક વસ્તુમાં લાંબા વખત સુધી મનને સ્થિર રાખવાથી, તે મન ધ્યાન કરવા લાયક પદાર્થ કે વસ્તુમાં એકાગ્ર થાય છે, મનમાં ઉત્પન્ન થતી અનેક સ્ફુરણો કે વૃત્તિઓ તેનો નિષેધ કરી એક જ સંજ્ઞાતીય પ્રવાહ ચલાવવાનું કામ, ધારણા મજબૂત થવાથી થાય છે. ધારણાનો ટુંકો અર્થ એટલો જ છે કે કોઈ પણ ઉત્તમ ધ્યેયમાં મનને ચોંટાડી દેવું, ત્યાંથી ઉખડે નહીં—તે સ્થાન મૂકી અન્ય સ્થાનનો આશ્રય ન કરે, તે જ છે.

ગાય કે અશ્વ વિગેરે જાનવર એક સ્થળે સ્થિર ન રહેતાં

ફરતાં ફરી કાંઈ નુકશાન કરતાં હોય ત્યારે તેમને એક મજ-
બૂત ખીલા સાથે બાંધવામાં આવે છે, તેથી તેમની ચપળતા
સર્વથા બંધ થતી નથી, પણ ખીલાની આગુબાણુ તેઓ
ફર્યા કરે છે આવી જ રીતે આ ચપળ મનને એક ધ્યેયરૂપ
ખીલા સાથે બાંધવામાં આવે છે, તેથી તે પવિત્ર ધ્યેયરૂપ
ખીલાને મૂકીને બીજે ખસી શકતું નથી. આથી મન સર્વથા
સ્થિર થતું નથી, છતાં એનેક સ્થળે ફરવારૂપ ચપળતા મૂકી
હઇ આ ઉત્તમ ધ્યેયના ખીલા સાથે બંધાઈ તેની જ આગુ-
બાણુ ફર્યા કરે છે. તેના મજબૂત અભ્યાસથી મન ત્યાં જ
સ્થિર થઈ જાય છે. મન જ્યારે અન્ય સ્થાનનો કે અન્ય
આલંબનનો આશ્રય કરે છે ત્યારે તે ધારણા તૂટી જાય છે.

આ ધારણા સ્થિર કરવા માટે એક જ ધ્યેયમાં મન
લાગી રહે તે માટે કેટલાક અભ્યાસીઓ શરૂઆતમાં બહાર
ગાટક કરે છે. ગોળ બિન્દુ ઉપર કે તેવા જ પદાર્થ ઉપર
દષ્ટિને સ્થાપન કરીને ખુદ્દી આંખે તે પદાર્થ તરફ જોયા
કરે છે. દષ્ટિને ત્યાંથી જરા પણ ખસવા દેતા નથી. એકાદ
મિનિટથી શરૂઆત કરી ધીમે ધીમે તેમાં વધારો કરી
એકાદ કલાક કે તેથી પણ વધારે વાર દષ્ટિ સ્થિર કરે છે.
દષ્ટિ બહાર સ્થિર થાય, ત્યાર પછી અંદરના ભાગમાં મનને
સ્થિર કરવાની શક્તિ આવે છે. ધ્યાનનો અખંડ પ્રવાહ એક
ધ્યેયમાં ચાલુ રાખવાનું બળ આવે છે.

પરબ્રહ્મ જે સિદ્ધ સ્વરૂપ-આત્મસ્વરૂપ છે તેમાં કે એકાદ
અણુમાં મનને સ્થિર કરવાનું કે જોડી આપવાનું કામ
યદુઆતમાં કંઠણ થઈ પડે તેમ છે માટે પ્રથમ સાકાર

અરિહંતાદિની મૂર્તિ-છબી ઉપર ધારણા કરવી. સિદ્ધચક્રોત્ત્વા ગદ્દા ઉપર બાહ્ય ત્રાટક સિદ્ધ કરવું. અગર અરિહંત ભગવાનની મૂર્તિના શરીર ઉપર-કપાળ ઉપર, નેત્ર ઉપર, કે મુખ ઉપર ઇત્યાદિ કોઈ પણ સ્થાનમાં બીજા કોઈ પણ વિચારો ન કરતાં-વિચારો આવવા ન દેતાં બરોબર દષ્ટિ સ્થિર કરવી. બાહ્ય દષ્ટિ સ્થિર કરવાની સાથે મનને તે ધ્યેયમાં જ ચોંટાડી રાખવું. જો મન બહાર ફરતું હોય, વિચારો કરતું હોય તો બાહ્ય દષ્ટિ જોડી રાખેલી નકામી છે. તેનાથી ધારણાનો ફાયદો મેળવી શકાતો નથી. ત્યાં મન લયલીન થઈ જવું જોઈએ. મન એકરસ થઈ જાય તેથી ધારણા સિદ્ધ થાય છે.

બાણ, બંદૂક કે તીર વડે કોઈ પણ વસ્તુને પહેલે જ તડાકે આબાદ વીંધી નાખવામાં ફતેહ પામવા માટે, તે અભ્યાસીઓ જેમ કોઈ સ્થૂળ મોટું અને નજીકનું લક્ષ વીંધવાને પ્રથમ અભ્યાસ પાડે છે, ત્યાર પછી તેનાથી નાનું અને વધારે છેટું લક્ષ વીંધવાનો અભ્યાસ કરે છે. તેમાં ફતેહ પામતાં વળી તેનાથી નાનું અને છેટું લક્ષ વીંધવા અભ્યાસ કરે છે. આ અભ્યાસના પરિણામે છેવટે ગમે તેવું નાનું, ચપળ કે દૂર લક્ષ હોય તે પણ વીંધી શકે છે. આ જ પ્રમાણે આ ધારણા પણ તેવું જ લક્ષ છે અને તે જ ક્રમે સિદ્ધ કરવી જોઈએ.

ઊગતા અને આથમતા સૂર્ય ઉપર કે ચંદ્ર ઉપર દષ્ટિ સાથે મન સ્થિર કરવાનો અભ્યાસ સાધકો કરે છે. ભગવતીસૂત્રમાં તામલિ તાપસના અધિકારમાં પણ આવી જ કંઈક વાત આવે છે. સૂર્યના સામી દષ્ટિ રાખીને આતાપના

લે છે વગરે હકીકત છે. ભગવાન મહાવીરદેવના સંબંધમાં પણ તેવી જ વાત આવે છે કે એક અહોરાત્ર પર્વત એક વસ્તુમાં-ધૂળના ઢેફા ઉપર દષ્ટિ રાખી તેઓ મહાપડિમામાં (અભિગ્રહ વિશેષ) રહ્યા હતા.

લક્ષ ગમે તેવું હોય પણ મનને કે નેત્રને વિકાર ઉત્પન્ન કરે કે રોગ ઉત્પન્ન કરે તેવું હોવું ન જોઈએ. તેના પર દષ્ટિ અને મનને સ્થાપન કરવાનો હેતુ માત્ર દષ્ટિને સ્થિર કરવા અને મનની એકાગ્રતા કરવા સિવાય બીજો હોતો નથી. અને બાહ્ય પદાર્થમાં દષ્ટિ તથા મન સ્થિરતા ન પામે તો પછી જે આ આંખે જોઈ શકાતી નથી તેવી આંતરવસ્તુ કે પદાર્થમાં તે મન કેવી રીતે સ્થિરતા પામશે ? આંતરસ્થિરતા પામવાનો મુખ્ય હેતુ આ અભ્યાસમાં રહેલો છે.

આ પદાર્થ ઉપર દષ્ટિને મન સાથે સ્થિર કરવામાં જેને ઠીક ન લાગે તેમણે ભગવાનની કે ગુરુની મૂર્તિ લેવી અને તેના ઉપર એકાગ્રતા કરવી. તે સિદ્ધ થયા બાદ, એટલે કોઈ પણ જાતનો સંકલ્પવિકલ્પ ન કરતાં દષ્ટિ સાથે મન સ્થિર રહી શકે તે પછી તે દષ્ટિને આંતરલક્ષ તરફ વાળવી, એટલે આંખો બંધ કરી આંતરના લક્ષો સિદ્ધ કરવા તરફ પ્રવૃત્તિ કરવી.

આંખો બંધ કરીને કે નેત્ર અર્ધપ્રલ્લાં રાખીને પોતાના હૃદયમાં ભૂકુટિમાં, નાભિમાં અને બ્રહ્મરંધ્રાદિ સ્થાનોમાં મનને નિરાકાર આત્માની કલ્પના કરી આત્માના શુદ્ધ ઉપયોગની

જાગૃતિ બની રહે તે સાથે રોકવું-સ્થિર કરવું. નિરાધાર નિરાકારમાં ધારણા ન રહી શકે તો હૃદયમાં કે જૂકુટિમાં ઇષ્ટદેવની કે ગુરુની મૂર્તિને મનથી કલ્પીને તેના ઉપર ધારણા રાખવી. શરૂઆતમાં આખી મૂર્તિની ધારણા થઈ શકતી નથી. તેથી પ્રથમ તે મૂર્તિના અંગૂઠા ઉપર મન ઠરે એટલે તે આંખો બંધ કર્યા છતાં દેખાય ત્યારે હાથ, આંખો પગ, હાથ, હૃદયનો ભાગ અને છેવટે મસ્તક પર્યંત એક પછી એક સિદ્ધ થતાં ધારણા કરતાં જવી, જેથી આખી મૂર્તિની ધારણા સિદ્ધ થાય છે.

આ સાકાર રૂપવાળી ધારણા સિદ્ધ થયા પછી નિરાકાર કેઈ પણ જ્ઞાન, આનંદ કે તેવા જ સદ્ગુણની અરૂપધારણા કરવી. આત્માના શુદ્ધ સ્વરૂપની માનસિક ધારણા કરવી અથવા સિદ્ધસ્વરૂપ પરમાત્માની ધારણા કરવી.

ધારણાનો અર્થ એટલો જ થાય છે કે બીજા બધા વિષયોમાંથી મનને ખેંચી લઈ એક વિષયમાં પરોવવું-લગાડવું. જે પૂર્વે કહી આવ્યા છીએ.

આ ધારણાના પ્રવાહને વિચારાંતર કે ધ્યેયાંતરથી તોડી ન નાખતાં તે જ ધ્યેયમાં તેના અખંડ પ્રવાહ ચલાવ્યા કરવો. એવો એક જાતનો જ પ્રવાહ ચાલવો શરૂ થયો કે તેને ધ્યાન કહેવામાં આવે છે. ધારણા સિદ્ધ થાય તો ધ્યાન સહેલું છે. ધ્યાન અને ધારણામાં તફાવત માત્ર એટલો જ છે કે બીજાં લક્ષ્યોથી મનને પાછું હટાવી એક જ લક્ષ્યમાં પરોવવું તે ધારણા અને તેમાં મન સ્થિર થતું ચાલે-બીજા વિચારો ન

કરે તે ધ્યાન અને આ ધ્યાન જ વધારે વખત લાંબાતાં જે લક્ષ આપણે ધ્યાન કરવા માટે લીધું છે તેના જ આકારે મન પરિણમી જાય. પોતાના દેહ સુદ્ધાંતું ભાન ભૂલી જઈ તદાકાર-ધ્યેયાકાર થઈ રહેવું તે સમાધિ કહેવાય છે,

આવી ધારણા અને ધ્યાન કરવાની ટેવ દરેક મનુષ્યને કે જીવને પડેલી હોય છે, પણ વિશેષ એટલો છે કે તે ટેવ દુનિયાના વિષયોની આસક્તિ તરફની હોય છે-અજ્ઞાન દશાની હોય છે. તેથી કર્મનો ક્ષય થવો કે આત્મસ્વરૂપની પ્રાપ્તિ થવાનું બનતું નથી પણ તે ક્રિયા બિલટી વધારે બંધન કરનારી થાય છે.

આવી પ્રત્યાહાર ધારણા અને ધ્યાનની ટેવ મનુષ્યોને કેવી રીતે પડેલી હોય છે, તે શંકા કરવા જેવું નથી, તમારા અને મારા અનુભવની આ વાત છે. અને વિચાર કરશો તો અવશ્ય તે વાત તમને તમારા જીવનમાં પણ મળી આવશે. દષ્ટાંત તરીકે કોઈ વખત પોતાના બહાલા માણસનો વિયોગ થયો હોય કે કોઈ પૈસા સંબંધી નુકશાન થયું હોય કે ભવિષ્યમાં કોઈ વિપત્તિ આવી પડવાની હોય તેનો ઉપાય ચિંતવવાના વિચારમાં માણસ એટલો બધો ગરકાવ થઈ જાય છે કે પાસે કોણ આવ્યું, અગર અમુક માણસ શું બોલ્યો, તેનું તેને ભાન સુદ્ધાં રહેતું નથી. આ ઠેકાણે વિચાર કરો કે બધી ઇદ્રિયોમાંથી તેણે પોતાનું મન કાઢી લીધું હોય છે, કારણ કે ઇદ્રિયોના વિષયોને અત્યારે તેનું મન બિલકુલ ગ્રહણ કરતું નથી તે પ્રત્યાહાર થયો. તેનું મન કોઈ એક બહાલા માણસ તરફ, કે પૈસા તરફ કે વિપત્તિના પ્રતીકારરૂપ ઉપા-

યમાં લાગ્યું છે તે ધારણા થઈ અને તેમાં જ-તે વિચારમાં. તે એટલો લીન થઈ ગયો છે કે વિચારના પ્રવાહ સિવાય બીજો વિચાર પણ તે વખતે હોતો નથી. આ ધ્યાન થયું અને આ સ્થિતિમાં જો દેહનું જ્ઞાન જીલ્દાર તદાકાર થઈ જાય તો સમાધિ પણ થઈ જાય. છતાં સમાધિ પર્યંત ન પહોંચે તોપણ ધ્યાન સુધી તો ઘણાં માણસો પહોંચી જાય છે. જુઓ કે આ ધ્યાનને પહેલાં આર્તધ્યાન કે રૌદ્રધ્યાન તરીકે ઓળખાવી આવ્યા છીએ અને તેનો ત્યાગ કરવાનું પણ સૂચવી આવ્યા છીએ, તથાપિ અહીં કહેવાનો આશય એ છે કે હલકાં ધ્યાન-ધારણા તો મનુષ્યો નિરંતર કરે છે, પણ તે કાંઈ કલ્યાણનો માર્ગ નથી.

એ જ પ્રત્યાહાર, ધારણા, ધ્યાનનો માર્ગ બદલાવી નાખવો જોઈએ. જે પ્રવાહ નીચો વહે છે, તે જ પ્રવાહને તેની સામેની બાજુ તરફ ગતિ આપવી એટલે બસ થયું. આટલું જો સિદ્ધ કરવામાં આવે તો જે હલકા પ્રકારની ધ્યાનાદિ ક્રિયા અધોગતિ આપનારી થાય છે, તે જ ક્રિયા શક્તિનું સુકાન-નિશાન બદલાવાથી તમને ઊંચી સ્થિતિ-આત્માની શુદ્ધ સ્થિતિ પ્રાપ્ત કરવામાં મદદગાર થશે.

પ્રત્યાહાર પછીનો વિષય પોતાના અનુભવનો છે. તેથી આ સંબંધમાં કાંઈ વધારે બોલવું તેના કરતાં અનુભવ કરવાથી જ વધારે સમજાય તેવું છે. આ આત્માના શુષ્ક કે શુદ્ધ સ્વરૂપનું ધ્યાન કેમ કરવું તે બાબતમાં તો ઇશારો કરવો તેટલું જ બસ છે. કારણ જ્યાં વસ્તુસ્થિતિ જ આંતર-ક્રિયાથી સિદ્ધ થાય તેમ છે ત્યાં બાહ્ય વાણી શું કહી શકે!

માટે આ એક સામાન્ય ઈશારા તરફ દૃષ્ટિ રાખી-નિશાન રાખી-આગળ વધવાથી આગળ શું છે, કેમ છે, તે સર્વ સમજાશે.

વચનોથી કહી શકાય, અન્યને સમજાવી શકે (શકાય) તેવા ધ્યાન સંખંધી વિચારો અથવા કેવા વિચારો કરવાથી ધર્મધ્યાન થાય છે તે વિષે ગ્રંથકાર ધર્મધ્યાનાદિતું સ્વરૂપ ખતાવે છે.

ધર્મધ્યાનાદિ વિચાર.

ધ્યાનં ચતુર્વિધં જ્ઞેયં ધર્મ શુક્લં ચ નામતઃ ।

પ્રત્યેકં તત્ક્રમેત્ યોગી વિરક્તઃ પાપમયોતઃ ॥૧૦૫॥

ધર્મધ્યાન અને શુક્લધ્યાન તે દરેકના ચાર ભેદ છે. પાપ-યોગથી વિરક્ત થઈ યોગીએ બંને ધ્યાનનો આશ્રય કરવો.

ભાવાર્થ—ધર્મધ્યાન અને શુક્લધ્યાન તે રાજયોગ છે. જેમ રાજમાર્ગમાં કાંટાકાંકરા, ખાડાટોકરા ન હોવાથી, રસ્તે ચાલનારાઓ ઓછા પરિશ્રમે અને હેરાનગતિ વિના (દુઃખી થયા સિવાય) સુખેસમાધે ચાલી શકે છે, તેમ ધર્મધ્યાન કે શુક્લધ્યાનમાં, શરીરે કષ્ટ કે દુઃખ વેઠવું પડતું નથી, પણ કેવળ મનની નિર્મળતામાં વધારો કરવાથી આ માર્ગ ઘણો સરલ અને ઉપદ્રવ વિનાનો બને છે. આ ઉત્તમ સ્થાનોમાં હૃદયને પરમ આર્દ્ર બનાવી આત્મિક પ્રેમથી ભરવું પડે છે. સર્વ જીવોને આત્મસ્વરૂપે અનુભવવા પડે છે.

મલિન ઇચ્છાઓનો મૂળથી ત્યાગ કરવો પડે છે. સુખ-દુઃખને સમાન અનુભવવા પડે છે. પ્રિયઅપ્રિય કે શત્રુમિત્ર

કોઇને ગણવાનો નથી. દૂકામાં કહીએ તો કેવળ વિચાર દ્વારા જ મનને દૃઢ મજબૂત બનાવીને દુર્ગુણો કે કર્મોનો નાશ સાધવાનો છે. જે સત્ય છે તેનો ખરો અનુભવ-ખરો નિર્ણય મનને પ્રતીત કરવાનો છે. તેવા મનની લાંબા વખતની સ્થિતિથી આવરણનો નાશ થાય છે. ખરી પ્રતીતિવાળા વિશુદ્ધ મન દ્વારા જ નિર્વાણ સાધી શકાય છે. ધર્મ કે શુદ્ધધ્યાનો કેવળ વિચારરૂપ જ છે. ધર્મધ્યાનમાં કેવળ મનને જ કેળવવું પડે છે. આ આમ જ છે, આ સત્ય છે, આમાં જ સ્થિર થવું, આને યાદ પણ ન કરવું, આ જ સુખરૂપ છે, આ જ દુઃખનું કારણ છે વિગેરે નિર્ણયોથી મનને દૃઢ સંસ્કારી બનાવવાનું કામ ધર્મધ્યાનમાં છે, મને નિર્ણય કયો એટલે આ જગત સાચું ભાસે છે, મને નિર્ણય કયો કે આ જગત દુઃખરૂપ છે તો દુઃખરૂપ જ અનુભવવાનું એટલે વીતરાગ પુરુષોનો જે નિર્ણય તે નિર્ણયનો અનુભવ મનને કરાવવાથી તેવી જ પ્રવૃત્તિવાળું તે મન બની જાય છે. આ સર્વ વાતો આ ધર્મધ્યાનમાં આવશે, તે ધર્મ અને શુદ્ધધ્યાનના પ્રત્યેકના ચાર ચાર ભેદ છે, જે આગળ બતાવવામાં આવશે. પાપ-યોગથી વિરક્ત થઈ આ ધ્યાનનો આશ્રય કરવો. બાહ્ય તપશ્ચર્યા અને ક્રિયાદિ હઠયોગમાં શરીરને તથા ઇન્દ્રિયોને કેવળ વિશેષ દમવી પડે છે. અને તેમ કરીને મનને સ્વાધીન કરવાનો પ્રયત્ન કરવામાં આવે છે. રાજયોગમાં કેવળ વિચાર દ્વારા મનને મુખ્યતાએ દમવાનું છે, નિર્મળ કે શુદ્ધ બનાવવાનું છે, આત્માને આધીન કરવાનું છે. અને તે મન દ્વારા ઇન્દ્રિયો કે શરીર પર શુદ્ધ વર્તનની અસર કરવામાં આવે છે.

ધર્મધ્યાનમાં ઉપયોગી સાધનો

ભાવનાદીની ધર્મસ્ય સ્થાનાદ્યાસનકાનિ વા ।

કાલશ્ચાલંબનાદીનિ જ્ઞાતવ્યાનિ મનીષિભિઃ ॥૧૦૬॥

ધર્મધ્યાનની સિદ્ધિ માટે ભાવના, સ્થાન, આસન, કાળ, અને આલંબનાદિ બુદ્ધિમાનોએ જાણવાં.

ભાવાર્થ—કોઈ પણ એક કાર્ય સિદ્ધ કરવા માટે તેના અંગરૂપ કે મદદગારરૂપ કારણો એકઠાં કરવાની પ્રથમ જરૂર પડે છે. તે કારણો હોય તો જ કાર્ય સિદ્ધ થાય છે, નહિતર કાર્ય સિદ્ધ થતું નથી. ધર્મધ્યાન કે શુદ્ધધ્યાન તે પણ એક કાર્ય છે, તો તેનાં કારણો એકઠાં કરવાં જ જોઈએ. તે કારણોમાં ભાવના કે જેનાથી મનને વાસિત કરવામાં આવે છે તે તથા ધર્મધ્યાન માટે કેવું સ્થાન હોવું જોઈએ, કેવે આસને જેસી ધ્યાન (ધર્મધ્યાન) કરવું કયા કાળમાં ધ્યાન કરવું અને કેવાં આલંબનો લેવાં આદિ શબ્દથી ધર્મધ્યાનના અધિકારી, લેશ્યા, ચિહ્ન, રૂપ વિગેરે જાણવાં, જેમાંથી કેટલાંક પૂર્વે કહેવાઈ ગયાં છે. બાકી જે રહ્યા છે તે અહીં અનુક્રમે બતાવવામાં આવશે.

ધર્મધ્યાનમાં કઈ કઈ બાબતો મદદગાર તરીકે ઉપયોગી છે તે વિષે ધ્યાનશતકમાં કહ્યું છે કે :

જ્ઞાણસ્ત ભાવણાઓ દેસં કાલં તદ્વાસનવિસેસં ।

આલંબણં કમં પુણ જ્ઞાઇયવ્વં જૈયજ્ઞાયારો ॥૧॥

તત્તોણુપ્પેહાઓ લેસ્સાં લિંગં ફલં ચ નાઝણં ।

ધમ્મં જ્ઞાઇજ્જં મુણી તમ્મયજોગો તઓ સુકં ॥૨॥

ધ્યાનને પોષણ આપનારી ભાવનાઓ, ધ્યાનને ઉચિત સ્થાન, ધ્યાનને યોગ્ય કાળ (વખત), ધ્યાન માટે આસન, આલંબન (વાચનાપૃચ્છનાદિ), ક્રમ (મનનો નિરોધ આદિ), ધ્યાન કરવા લાયક, ધ્યેય (આજ્ઞા વિચયાદિ), ધ્યાન કરવાને લાયક અપ્રમત્તાદિ ગુણ, ત્યાર પછી અનુપ્રેક્ષા (ધ્યાન પૂર્ણ થયા પછી અનિત્યાદિ ભાવનાઓના વિચારરૂપ), લેશ્યા (શુક્લાદિ), લિંગ (શ્રદ્ધાન આદિ), ફલ (દેવલોકાદિ) ઇત્યાદિ ધ્યાનનાં સાધનોને જાણ્યા પછી મુનિએ ધ્યાનનો અભ્યાસ કરવો.

ધ્યાનને મદદગાર ભાવના

ચત્ત્વો ભાવના મવ્યા ઉક્તા ધ્યાનસ્ય સ્વરિમિઃ ।

મૈત્ર્યાદયશ્ચિરં ચિત્તે વિધેયા ધર્મસિદ્ધયે ॥ ૧૦૭ ॥

ધર્મધ્યાનની, મૈત્રી આદિ સુદંર ચાર ભાવનાઓ આચાર્યોએ કહી છે. ધર્મધ્યાનની કે આત્મધર્મની સિદ્ધિને માટે ઘણા કાળ પર્યંત આ ભાવનાઓને ચિત્તમાં ધારણ કરવી.

ભાવાર્થ—આ મૈત્રી, પ્રમોદ, કરુણા અને માધ્યસ્થ ચાર ભાવનાઓ ધર્મધ્યાનને પોષણ કરનારી છે. દુર્જાળ થયેલા શરીરને પુષ્ટ કરવા માટે મનુષ્યો જેમ રસાવણનો ઉપયોગ કરે છે. તેમ દુર્જાળ થયેલા ધર્મધ્યાનરૂપ શરીરને સુધારીને પોષણ આપનાર-પુષ્ટ કરનાર-વૃદ્ધિ પમાડનાર આ ચાર ભાવનાઓ છે. આ ભાવનાઓ ઘણી સુદંર છે, કારણ કે પોતાને અને પરને-અન્ય જીવોને સર્વને સુખદાયી છે, ધર્મધ્યાનને જિવાડનાર જીવન છે, ગયેલું ધર્મધ્યાન પણ આ ભાવનાથી હૃદયવાસિત થતાં પાછું આવે છે

અને સદાને માટે ટકાવી રાખે છે. માટે આ ભાવનાઓથી ઘણા કાળ પર્યંત ચિત્તને વાસિત કરવું.

મૈત્રી ભાવના

પ્રાણભૂતેષુ સર્વેષુ સુખદુઃખ સ્થિતેષુ ચ ।

વૈમિત્રવ જીવેષુ મૈત્રીસ્યાદ્વિતઘ્નીઃ સતાં ॥ ૧૦૮ ॥

પ્રાણને ધારણ કરનાર સર્વ જીવોને વિષે-સુખમાં રહ્યાં હોય કે દુઃખમાં રહેલાં હોય-તેમને વિષે તે જીવો શત્રુ હોય કે મિત્ર હોય તે સર્વ ઉપર હિતની બુદ્ધિ રાખવી તે સત્યુદ્ધોની મૈત્રીભાવના છે.

ભાવાર્થ—દુનિયાના સર્વ જીવો ઉપર મિત્રતા રાખવી મિત્ર સમાન પ્રીતિ રાખવી. આ વખતે આવો વિચાર કરવાનો નથી કે “આ જીવો સુખી છે? નિરોગી છે? ધનાઢય છે? બળવાન છે? કે કોઈ પણ સત્તા ધરાવનાર છે? આવા ધનાઢય કે બળવાન જીવો તરફ તો પ્રીતિ રાખવી, કારણ કે તેમના તરફથી ભવિષ્યમાં કોઈ પણ પ્રસંગે આપણને સહાય મળશે, દુઃખી સ્થિતિમાં મદદગાર થશે, અગર આપણે બચાવ કરશે અને આ જીવો તો દુઃખી છે, નિર્બળ છે, નિર્ધન છે, તેમની સાથે પ્રીતિ રાખવાની શી જરૂર છે? તે આપણને શી મદદ આપવાના છે? શા ઉપયોગી થવાના છે?” આ વિચાર આ ઠેકાણે કરવાનો નથી. વળી આ આપણા વૈરી છે, શત્રુઓ છે, અન્ય દેશના છે, તેમની સાથે શા માટે મિત્રતા રાખવી? અને આ તો આપણા મિત્રો છે, કુટુંબીઓ છે, સંબંધીઓ છે, બોળબીતા છે, આપણા દેશના છે, આપણી નાતના છે,

આપણો ધર્મ પાળનારા છે, તેમની સાથે તો મિત્રતા કરવી તે વ્યાજબી છે. ઇત્યાદિ વિચારો કરવા તે યોગ્ય નથી, આ મિત્રતા કરવી કાંઈ સ્વાર્થ સાધવા માટે નથી, કે દુનિયાનાં સુખ મેળવવા માટે નથી, કે કાંઈ કોઈ જાતનો સંબંધ વધારવા માટે નથી કે જેને લઈ અમુક સાથે મિત્રતા કરવી અને અમુક સાથે તો ન કરવી.

નાતજાતના, દેશકાળના, ધર્મવિધર્મના. ઊંચાનીચાના, નાનામોટાના, કાંઈ પણ તફાવત રાખ્યા વિના સર્વ જીવો ઉપર મિત્રભાવના રાખવી. તેથી પહેલો કાયદો તો આપણને એ જ થાય છે કે કોઈ જીવો સાથે વેરવિરોધ રહેતો નથી. બીજા જીવોને હલકા માની તેમના તરફ અપ્રીતિ કે અભાવની લાગણી રહેતી હતી તે નાબૂદ થાય છે. સામાને મિત્રરૂપ માન્યો કે મન તેને પોતાના સમાનપણે જોવાનો પ્રયત્ન કરશે. તેટલું મન ઉચ્ચ જનશે. મન હવે કોઈ પણ જીવને જોઈ સમાન ભાવનો આકાર ધારણ કરશે. એટલે તે મનમાં જે હલકાપણાનો દુર્ગંધ હતો તે ચાલ્યો જશે. વારંવાર હૃદય શાંતિ મેળવશે, મનની મલિનતા ચાલી જઈ પવિત્રતા વધશે, આત્મસ્વરૂપ પ્રાપ્ત થવાની યોગ્યતા વધશે. માટે દુનિયાના દરેક પ્રસંગમાં જાગૃત રહી, સર્વ જીવો તરફ મૈત્રીભાવના રાખવી. આથી પવિત્ર થયેલા હૃદયમાં ધર્મધ્યાન સ્થિરતા પામશે.

બીજી કરુણા ભાવના

વધ વંધનરુદ્ધેષુ નિસ્ત્રિષૈઃ પીડિતેષુ ચ ।

જીવિતં યાચમાનેષુ દયાઘીઃ કરુણા મતા ॥૧૦૯॥

નિર્દય જીવો વડે વધ કરાતા કે બંધન માટે રોકેલા કે પિડા અપાતા તથા પોતાના જીવિતના રક્ષણ માટે ચાચના કરતા, જીવોને વિષે જે દયાની ખુદ્ધિ કરવી તેને કરુણા માનેલી (કહેલી) છે.

સાવાર્થ—હુઃખી જીવોને દેખી તેમના તરફ દયાની લાગણી કરી તેમને બચાવવા કે મદદ આપવા માટે પોતાથી ખનતો પ્રયત્ન કરવો તે કરુણા કહેવાય છે. આત્મસ્વરૂપનું જ્ઞાન બૂલેલા અને તે માટે જ કર્મોધીન-રાગ દ્વેષોધીન, થયેલા જીવો આ દુનિયામાં વિવિધ પ્રકારની વિપત્તિઓ પામે છે. છતાં દયાળુ કે કૌમળ હૃદયનાં મનુષ્યોએ તેમની ઉપેક્ષા ન કરતાં તેમને અથાશક્તિ મદદ આપવી. કર્મનાં ફળો જીવો ભોગવ્યા સિવાય રહેવાના નથી, ગમે તે પ્રયોગે તે પોતાના કર્મનો ખદલો મેળવવાના જ છે. વહેલા કે મોડા, હમણાં કે પછી કર્મોનુસાર તેઓ ફળ મેળવશે જ. તોપણ જેઓ આવા કિલ્લ કર્મવિપાકથી વેગળા છે તેઓએ તો તેમની દયા લાવવી જ નોંધ્યો. જે તેમ કરવામાં ન આવે, છતી શક્તિએ તેમની ઉપેક્ષા કરવામાં આવે; નિર્દય જીવો પીડા આપે, કદર્થના કરે, વધ કરે, બંધન કરે અને તે હુઃખી થનાર જીવ પોતાનું જીવન બચાવવા માટે પ્રાર્થના કરે, આજીજી કરે, છતાં પણ તેના તરફ છતી શક્તિએ ધ્યાન આપવામાં ન આવે તો તે માણસના મનમાં નિર્દયતા, કઠોરતા કે નિર્ધ્વંસ પરિણામતા આવવાની જ. આવી નિષ્કુર આત્મપ્રાપ્તિથી કે ધર્મધ્યાનની પ્રાપ્તિથી મનુષ્યને વિશેષ દૂર ખેંચી બાંધ છે. ધર્મધ્યાનને લાયક જીવોના હૃદયો ઘણાં

કોમળ અને દયાર્દ્ર હોય છે. તેઓ કોઈનાં દુઃખો દેખી ઉપેક્ષા કરી શકતા નથી. પણ બનતા પ્રયત્ને તેમને મદદ આપે છે. જ્યાં પોતાનો ઉપાય ચાલે તેવું ન હોય ત્યાં તેમણે લાચારી સાથે મૌન ધારણ કરવું જ પડે છે, છતાં તેના પરિણામો ઘણાં જ દયાળુ હોય છે. દુઃખી જીવોને દેખી તેમનાં નેત્રોમાંથી આંસુ ઝરે છે. આવી કોમળ લાગણીથી જ તેઓ ધર્મધ્યાનના અધિકારી થાય છે. પોતે અન્ય ઉપર કરુણા કરતા હોવાથી જ તેઓ પણ મહાન પુરુષોના કરુણા-પાત્ર બની, આત્મસ્વરૂપ પ્રાપ્ત કરી શકે છે. આપ્યા વિના પ્રાપ્તિ કેવી રીતે થાય? આપો અને લો. આ ન્યાય સર્વને લાગુ પડે છે. અન્યની દયા કરશો તો અન્ય તમારાથી અધિક સ્થિતિવાળા મહાત્માઓ તમારી ઉપર દયા કરશે.

દ્રવ્ય અને ભાવ એમ બે પ્રકારની કરુણા છે. દ્રવ્ય-કરુણા-ધનથી, ધાન્યથી, શરીરથી, વિયોગથી કોઈ પણ દુઃખી હોય તેને તે તે જાતની મદદ કરો ભૂખ્યાને આપો, તરસ્યાને પાઓ; રોગીને દવા આપો, વિયોગીને ધીરજ-દિલાસો આપો.

ભાવથી કરુણા અજ્ઞાન દશાવાળાને જાગૃત કરી જ્ઞાન આપો. અજ્ઞાન હટાવવા માટે ધાર્મિક સત્ય તત્ત્વનો બોધ આપવો. આત્મસ્વરૂપ પ્રાપ્તિનો માર્ગ બતાવવો તે ભાવ-કરુણા છે. મતલબ કે જેવી જાતની કરુણા કરવાની પોતાની શક્તિ હોય તેવી જાતની કરુણા કરી, અન્યને મદદ આપી, પોતે આનંદિત થવું તે કરુણાભાવનાથી જીવો ઉપર દ્રેષ અટકે છે અને અંતઃકરણ પવિત્ર થાય છે. આ નિમિત્તે પોતાની આત્મશક્તિ બહાર આવે છે, પોતાની આર્થિક

સંપત્તિ, શારીરિક બળ, મનોબળ, વચનબળ, જ્ઞાનબળ બહાર હિમ્મત, ઇત્યાદિ શક્તિઓને વિકાસ પામવાનો વખત મળે છે. મળેલી શક્તિઓનો ઉપયોગ કરવાનું સાધન-પાત્ર આપણને મળી આવે છે અને કરાયેલા પરોપકાર દ્વારા અંતઃકરણ પવિત્ર થાય છે. વળી સામા પાત્રોને જેટલા આપણે સુધારીએ છીએ તેટલા આપણે સુધરીએ છીએ અને તેના પ્રમાણમાં આપણને સુધારનાર મહાત્માઓનો સમાગમ થાય છે. આપણા હૃદયની પવિત્રતાનો પ્રમાણમાં આપણે સુધરી શકીએ છીએ, એટલે કરુણા કરવી તેમાં ખરી રીતે તપાસીએ તો આપણો જ પહેલો સ્વાર્થ છે.

પ્રમોદભાવના

જિનધર્મજુષાં જ્ઞાનચક્ષુષાં ચ તપસ્વિનામ્ ।

નિઃકષાયજિતાક્ષાણાં ગુણે મોદઃ પ્રમોદતા ॥૧૧૦॥

જિન ધર્મવાળા, જ્ઞાન ચક્ષુવાળા, તપશ્ચર્યા કરનારા, કષાયવિનાશી, ઇન્દ્રિયોનો જય કરનારાના ગુણોને વિષે આનંદ પામવો-તેની અનુમોદના કરવી તે પ્રમોદભાવના છે.

ભાવાર્થ—ગુણવાન જીવોના ગુણની અનુમોદના કરવી, તે ગુણોને લીધે તેઓના ઉપર પ્રેમભાવ ધારણ કરવો, ગુણનો પક્ષપાત રાખવો, અન્યમાં સદ્ગુણો જોઈને ખુશી થવું, લોકોની આગળ અન્યના ગુણોની તારીફ કરવી-પ્રશંસા કરવી, ઇત્યાદિને પ્રમોદભાવના કહે છે.

વિચાર કરતાં તમને માલૂમ પડશે કે કોઈમાં કોઈને કોઈ પણ ગુણ તો હોય છે જ. સર્વગુણી તો વીતરાગ દેવ

છે તે સિવાય પણ માણસ જાત કે જીવ જાત સર્વથા નિર્ગુણી જ હોય છે એમ તો ન જ કહી શકાય. ગમે તેવી વસ્તુમાંથી કે જીવોમાંથી ગુણ શોધનારને કાંઈને કાંઈ ગુણ મળ્યા સિવાય રહેતો નથી. પણ એટલે દરજ્જે તેની દૃષ્ટિ ખૂલવી જોઈએ. નિરંતરની દેવથી તેવી દૃષ્ટિ સહજ થઈ જાય છે અને છેવટે ગમે તેવી અન્યને હલકી લાગતી બાબતોમાંથી પણ શીખવાનું મળે છે. પોતાને સુધારવાની કે સફ્ફગુણી બનવાની ઈચ્છાવાળા મનુષ્યોએ આ દુનિયાને ગુરુ બનાવીને, કે શીખવાની શાળા સમજીને તેમાંથી દરેક ક્ષણે, દરેક પ્રસંગે સફ્ફગુણ કે શિખામણ શોધતાં જ રહેવું. જે બોધ પુસ્તકોમાંથી નથી મળતો તે બોધ આ દુનિયામાંથી મળી શકે છે. મારું-તારું મૂકી દઈ દૃષ્ટિ ખદલવી જોઈએ તો જ ગુણો મળે છે.

તેવી દૃષ્ટિ ન થાય ત્યાં સુધી અમુક મર્યાદા કે જે સફ્ફગુણવાળા ધર્મગુરુઓ કે દેવાધિદેવ વગેરેમાં હોય છે. તેમાં રહેવું. પોતે જે સંપ્રદાયમાં રહેલો હોય છે, તે સંપ્રદાયના ધાર્મિક મનુષ્યો. ગુરુઓ, ઇત્યાદિના જ્ઞાનાદિ ગુણોની, ઉત્તમ જીવનની, તપશ્ચરણાદિની, ક્ષમા, નમ્રતા, સરલતા, સંતોષ, જિતેન્દ્રિયતા, નિઃસ્પૃહતા પરોપકારિતા, આત્મપરાચરણતા, ઇત્યાદિ સફ્ફગુણો જેમાં હોય તેઓના ગુણો જોવાની દેવ રાખવી, તેઓના ગુણોની પ્રશંસા કરવી, તેઓની ભક્તિ કરવી, તેમનું બહુમાન કરવું. તેઓના ગુણો દેખી રાજી થવું, અન્યની આગળ તેઓના ગુણો બોલવા વિગેરેથી પ્રમોદિત થવું. આ પ્રમોદભાવના છે.

ગુણ જોનાર માણસ સફ્ફગુણી થાય છે, દોષ જોનાર

માણસ દુર્ગુણી બને છે. કારણ કે એકની ભાવના ગુણ જોવાની છે, તેનું અંતઃકરણ ગુણોનું જ મનન કરે છે, ગુણોનું જ શોધન કરે છે અને તેની મજબૂત ભાવનાની અસર મન ઉપર દૃઢ થતાં તેમાં સદ્ગુણો જ નિવાસ કરીને રહે છે.

જે માણસ અન્યના દોષો શોધ્યા કરે છે, છિદ્રો તપાસ્યા કરે છે, તેની ભાવના દોષો જોવાની જ હોય છે, તેનું મન નિરંતર દોષો જ શોધ્યા કરે છે, દોષોનું જ મનન કરે છે અને દોષોના જ સંસ્કાર દૃઢ કરે છે, તે દોષમાત્ર થાય છે.

જે ભાવનામાં જેનું મન વાસિત થાય છે તેમાંથી તે જ ભાવનાની સુગંધ કે દુર્ગંધ નીકળવાની જ. માટે મનુષ્યોને ખરેખર યોગ્ય તો તે જ છે કે ગુણોની તપાસ રાખવી. ચાળણી જેવા ન થવું, પણ કીડીનું અનુકરણ કરવું. અનાજમાં કાંકરા હોય છે ત્યારે ચાળણીથી ચાળવામાં આવે છે પોતે અનાજ નીચું ઊતરી જાય છે. છિદ્રો દ્વારા દાણા નીચે જરી જાય છે અને ચાળણીની અંદર તો કાંકરા જ રહે છે. આવી જ રીતે મનુષ્યો ગુણરૂપી અનાજને તો મૂકી દે છે અને દોષરૂપી કાંકરાઓ ચક્રણ કરે છે, આનું પરિણામ એ આવે છે કે માણસના હાથમાં ચાળણીની માફક કાંકરા જ રહે છે, અને ગુણરૂપ અનાજ તો નીચે ફેંકી દેવાય છે.

કીડીનું અનુકરણ આ પ્રમાણે છે કે ગમે તેવી ઝીણી રેતી કે પથરીની અંદર અથવા ધૂળમાં, ખાંડ વેરવામાં આવી હોય તોપણ કીડીઓ ખાંડ વીણીને ખાઈ જાય છે અને કાંકરી, રેતી કે ધૂળને તેમ જ રહેવા દે છે.

આ જ પ્રમાણે ગુણચાલી જીવો, પથરા, રેતી, કાંકરી કે ધૂળ સમાન દુર્ગુણોની ઉપેક્ષા કરી, સદ્ગુણરૂપી ખાંડ તેમાંથી પણ વીણી લે છે. તેવી ધૂળમાંથી પણ ખાંડ વીણી ખાતાં કીડીનું પેટ ભરાય છે અને તે તૃપ્ત બને છે. તેમ જ દુર્ગુણોમાંથી પણ સદ્ગુણને ચૂંટી લેનાર માણસ સદ્ગુણી બને છે અને શાંતિ અનુભવે છે.

આ પ્રમોદ ભાવનાથી આપણે સદ્ગુણી થઈએ છીએ. અંતઃકરણ ધર્મધ્યાન કે શુદ્ધધ્યાનને લાયક બને છે. હૃદયમાંથી દ્રેષની લાગણીઓ ચાલી જાય છે. ઇર્ષ્યા કે દોષદંડિ નાસી જાય છે. મન શાંતિ પામે છે, માટે દુનિયાના દરેક પ્રસંગમાં ગુણો જોવાની ટેવ વધારવી અને ગુણીઓનું બહુમાન કરવા સાથે પોતે સદ્ગુણી થવા પ્રયત્ન કરવો.

મધ્યસ્થ ભાવના

દેવગુર્વામાચાર નિન્દકેષ્વાત્મસંસિષ્ઠુ ।

પાપિષ્ઠેષુ ચ માધ્યસ્થાં સોપેક્ષા ચ પ્રકીર્તિતા ॥૧૧૧॥

દેવની, ગુરુની, આગમની (શાસ્ત્રની, સિદ્ધાંતની) તથા આચારની નિંદા કરનાર અને પોતાની પ્રશંસા કરનાર પાપિષ્ઠ જીવોને વિષે (રાગ કે દ્રેષ ન કરતાં) મધ્યસ્થ રહેવું તેને ઉપેક્ષા કહેલી છે.

ભાવાર્થ—રાગદ્રેષની પરિણતિમાં ન પાડવા માટે આ ચોથી મધ્યસ્થ ભાવનાથી હૃદયને વાસિત કરવું. મધ્યસ્થ એટલે ઉપેક્ષા “ તે જાણે અને તેનાં કર્મ જાણે ” આપણે શું ? તેનાં કર્યાં તેને જોગવવાં પડશે. આપણે નકામો તેને માટે

ખેદ શા સારુ કરવો? આ ઉપેક્ષા કહેવાય છે. આ ઉપેક્ષાને પ્રસંગ બે કારણે આવે છે, એક તો કોઈ માણસ ખરાબ વર્તન કરતો હોય દેવની, ગુરુની, આગમની કે આચાર-વિચારની કે તેવા કોઈ પણ કારણસર અન્યની નિંદા કરતો હોય, પોતાની પ્રશંસા-મોટાઈ ગાતો હોય ત્યારે લાગતા-વળગતા કે કોઈ દયાળુ લાગણીવાળાઓ તેને સમજાવે છે બોધ આપે છે શિખામણ આપે છે કે આ પ્રમાણે બોલાય નહિ, આ પ્રમાણે વર્તન કરાય નહિ, આથી તને નુકસાન થશે, કર્મબંધન થશે, લોકો માર મારશે, આથી દુર્ગતિમાં જવાય, વિગેરે શિખામણો આપ્યા છતાં પણ તે શિક્ષા માન્ય કરે નહિ, તેઓનું અપમાન કરે અને તે વર્તન સુધારે નહિ ત્યારે તેને શિક્ષાને યોગ્ય સમજી, હજી તેના શુભ ઉદ્દયને વાર છે એમ ધારી અથવા કર્મની ગહન ગતિ છે, આપણે શું કરીએ, ઈત્યાદિ વિચારો કરી તેની ઉપેક્ષા કરવામાં આવે. એટલે તેનાં કર્મ તેને ભોગવવાં પડશે, અત્યારે આપણું કહ્યું નહિ માને પણ તેના આ કર્તવ્યને બદલો ત્યારે મળશે, એક વખત જ્યારે તે સારી રીતે હેરાન થશે ત્યારે તેની મેળે જ ઠેકાણે આવશે. ઋતુ વિના ઝાડ ફળતાં નથી તેમ તેના વિપાક-ઉદ્દય હજી થયો નથી, થશે ત્યારે ઠેકાણે આવશે, તેનું કર્તવ્ય તેને સમજાઈ જશે, એમ વિચાર કરી, મૈત્રી, કરુણા કે પ્રમોદ ત્રણમાંથી એકને લાયક તે ન જણાય ત્યારે આ ચોથી લાવનાનો પ્રયોગ કરવામાં આવે છે. તેમાં પણ બન્નેને ફાયદો છે. કારણ તેને સુધરવાને

હજી વધારે વખતની જરૂર છે તે પહેલાં તેને સમજાવતાં કે સારે રસ્તે દોરતાં જિલટો તેને કંટાળો આવે છે એટલું જ નહીં, પણ જિલટું ધર્મ ઉપર કે શિખામણુ આપનાર ઉપર તેને દ્રેષ થાય છે. આ દ્રેષની લાગણી ઉત્પન્ન કરાવી તેને વધારે પાછો હડસેલવો, વધારે અધોગતિમાં જાય તેવી સ્થિતિમાં લાવી મૂકવો તેના કરતાં તો તેની ઉપેક્ષા કરવી તે જ અત્યારે તેના માટે લાભકર્તા છે.

શિખામણુ કે ઉપદેશ આપનારાએ પણ પોતાના ભલા માટે તેની ઉપેક્ષા કરવી તે યોગ્ય છે. કારણુ જ્યારે ઘણી શિખામણુ આપતાં, ઘણી વાર સમજાવવાં છતાં અને તે પણ તેના ભલા માટે જ આપણુ જ્ઞાન, ધ્યાન, અને વખતનો ભોગ આપી તેને સુધારવા પ્રયત્ન કરવા છતાં પણ જ્યારે તે માનતો નથી, સુધરતો નથી, કે સમજતો નથી ત્યારે તે ઉપદેશકને કે શિક્ષકને ક્રોધ થઈ છે; ગુસ્સો આવે છે, કંટાળો વધે છે. કંટાળાથી નારાજ થઈ ફરી અન્યને શિક્ષા દેવાનું બંધ કરે તો અન્યાય કે અનર્થ થાય છે. એકને દોષે સર્વને સરખા ગણવા તે અયોગ્ય ગણાય. જો તેના ઉપર દ્રેષ કરે તો પોતાને ધર્મ કરતાં ધાડ આવી તે ન્યાયે નવીન કર્મ-બંધ થાય છે અને પરિજ્ઞમણુમાં વધારો થાય છે એમ જાણી તેવા પ્રસંગે તેવાઓની ઉપેક્ષા કરવી તે યોગ્ય છે.

જેમ આ ઉપેક્ષા કરવાનું કારણુ ખન્નેને દ્રેષ થતો અટકાવવાનું છે તેમ જ ઉપેક્ષા કરવાનું બીજું કારણુ રાગને અટકાવવા માટેનું છે. સાંસારની મલિન વાસનાને-ઈચ્છાઓને વધારે પોષણુ મળે, દબાઈ ગયેલી કામાદિ વાસનાઓને ઉત્ત-

જન મળે તે માટે અમુક સંયોગોમાં તેવા રાગના કારણભૂત મનુષ્યોની ઉપેક્ષા કરવી પડે છે. મનુષ્યોના એકબીજા સાથે દેખીતા સ્વાર્થ રહેલા હોવાથી આ ઉપેક્ષાથી અમુક મનુષ્યને ઓછું આવે છે. દુઃખ લાગે છે. તથાપિ ભાવિ પરિણામ બંનેના લાભમાં આવવાનું હોય તો આ ઉપેક્ષા કરવી તે પણ યોગ્ય છે. આ ઉપેક્ષા કરવાનો પ્રસંગ ત્યારે જ અમલમાં મૂકવાનો છે કે સામા મનુષ્યને સુધારી શકવાનું પોતામાં બળ ન હોય અને તેને સુધારવા જતાં પોતાને અભિમાન કે રાગદ્વેષની પરિણતિ થવાનો સંભવ હોય, વળી ઉપરની ત્રણ ભાવનાઓમાંથી એક પણ લાગુ થતી ન હોય તો પછી ચોથી ભાવના અમલમાં મૂકવી. આ મધ્યસ્થ ભાવનાથી રાગ-દ્વેષનાં કારણો ઓછાં થઈ જાય છે.

આત્મસ્વરૂપમાં આગળ વધેલા કે વધવાને પ્રયત્ન કરતાં મનુષ્યોએ આ ભાવનાના બળથી મલિન-સ્વાર્થી વાસનાઓને એકદમ નાશ કરવા માટે સર્વ ઇચ્છાઓની ઉપેક્ષા કરવી પ્રારબ્ધયોગે જે પ્રાપ્ત થાય તેમાં મધ્યસ્થપણું રાખી-રાગ-દ્વેષ વિના તેનો ઉપભોગ કરી, નહિ થાપ કે નહિ ઉથાપ તેવી રીતે સમભાવમાં રહેવાનો પ્રયત્ન રાખવો. આ સર્વ જાતની ઉપેક્ષામાં આત્મસ્વરૂપ પ્રગટ થાય છે, કેમ કે જ્યાં સુધી સારી કે બોટી લાગણીઓ છે ત્યાં સુધી શુભ કે અશુભ બંધન છે. તે સર્વ લાગણીઓની ઉપેક્ષા કરવી. તે આત્મ-સ્વરૂપમાં રહેવા-સ્થિરતા કરવા બરોબર છે તેમ જાણી જે અવસરે જે જાતની ઉપેક્ષા-મધ્યસ્થતા ઉપયોગી જણાય તે અવસરે તે જાતની મધ્યસ્થતાનો આશ્રય કરવો.

આ ઠેકાણે એટલી વાત ખાસ ધ્યાનમાં રાખવાની છે કે ગૃહસ્થે ગૃહસ્થને લાયક ઉપેક્ષા કરવી અને ત્યાગીઓએ ત્યાગપણને લાયકની ઉપેક્ષા કરવી. તે સિવાય વિપરીત ઉપેક્ષા કરવામાં આવતાં અનર્થ થવાનો સંભવ છે, જેમ કે ગૃહસ્થના ઘરમાં કેાઇએ પ્રવેશ કર્યો છે સાધુની માફક ઉપેક્ષા કરશે તો તેનો દુનિયામાંથી-વ્યવહારમાંથી નાશ થશે.

વળી ઘરની સ્ત્રી, પુત્ર, પુત્રી કે પુત્રવધૂ આદિ કેાઇ અવળે રસ્તે ચાલતાં હોય તો તેમને શિખામણ આપવામાં તે શિક્ષા કરવામાં ઉપેક્ષા કરવામાં આવે તો અવશ્ય તેઓને ઉન્માર્ગે ચડાવવામાં ઊલટો ઘરનો માલિક મદદગાર કે કારણભૂત થાય છે.

તેવી ઉપેક્ષાથી ગૃહસ્થાશ્રમનો અને પોતાની ફરજનો નાશ થાય છે. સાથે ધર્મનો પણ નાશ થાય. આ ઠેકાણે તેઓને સન્માર્ગે ચલાવવા માટે સારી શિખામણ આપવી તે છતાં ન માને તો કડિત શિક્ષા પણ કરવી,

આવી જ રીતે ધર્મની, દેવની કે ગુરુની નિંદા કરનાર આશાતના કરનારની પણ ઉપેક્ષા ન કરવી. તેની આવી ઉપેક્ષાનો લાભ લઈ એક વખત એવો પણ આવી લાગશે કે તે ધર્મનો દુનિયામાંથી નાશ થશે. માટે જ કહેવામાં આવ્યું છે કે પોતાની ભૂમિકાને ઓળખી, જ્યાં જેવી અને જેટલી જરૂરિયાત હોય, ત્યાં તેવી અને તેટલી ઉપેક્ષા કરવી અને જ્યાં તે માટે બીજા પ્રતીકાર ઉપાય કરવા યોગ્ય હોય ત્યાં તેવા ઉપાયો યોજવા.

ભાવનાઓની જરૂરિયાત વિષે અંતરાતરમાં કહ્યું છે કે

પુવ્વકયમ્ભાસો ભાવનાર્હિ જ્ઞાણસ્સ જગયમુવેદ ।

તાઓ ય નાણદંસણચરિત્તવેગ્ગજણિયાઓ ॥ ૧ ॥

ધ્યાન કર્યા પહેલાં આ ભાવનાઓનો આદર કરવારૂપ અભ્યાસ કરવો; તેથી આ ધર્મધ્યાન અને શુદ્ધધ્યાન કરવાની યોગ્યતા પ્રાપ્ત થાય છે. તે ભાવનાઓ જ્ઞાન, દર્શન, ચારિત્ર અને વૈરાગ્યરૂપ છે. તેથી તે જ્ઞાનાદિની ઉત્પત્તિ-પ્રાપ્તિ થાય છે.

જ્ઞાનાદિ ચાર ભાવનાનું સ્વરૂપ પહેલા કહેવાઈ ગયું છે તથાપિ આ પ્રસંગે ફરી તેને યાદ કરવામાં આવી છે તો તેનું સ્વરૂપ અંતરાતરથી સંક્ષેપમાં બતાવે છે.

જ્ઞાનભાવના

નાણે નિચ્ચમ્ભાસો કુણ્ઠ મળોધારણં વિશુદ્ધં ચ ।

નાણગુણમુણિપસારો દ્વજાદ્વજસુ નિચ્ચલમર્દઓ ॥ ૨ ॥

શ્રુત જ્ઞાનનો નિરંતર અભ્યાસ કરવો, તે અભ્યાસ અંતઃકરણના અશુભ વ્યાપારનો નિરોધ કરી, ચિત્તને શુદ્ધ બતાવે છે. જ્ઞાન ગુણ વડે કરીને, જીવાજીવ આદિ વિશ્વના તરવનો કે પોતાના કર્તાવ્યનો સાર જાણીને, પરમાર્થને સમજીને, બુદ્ધિને નિશ્ચલ કરી જ્ઞાનથી અન્ય રીતે પ્રવૃત્તિ ન થાય તેવી રીતે બુદ્ધિને નિશ્ચળ કરી, પછી ધ્યાન કરે-આત્માદિનું ચિંતન કરે.

દર્શનભાવના

સંકાદસહ્યરહિઓ પસમથિજ્ઞાદગુણગણોવેડ ।

દોદ્ધ અસંમૂઢમણો દંસણસુદ્ધિદ્ધિદ્ધિદ્ધિદ્ધિ ॥ ૩ ॥

આત્માના અસ્તિત્વ-નિત્યતાદિમાં શંકાદિક શત્થરહિત શમ, સંમત્તેગ, નિર્વેદ અતુકંપા, આસ્તિકત્વાદિ તેમજ સ્થિરતાદિ ગુણોના સમૂહયુક્ત એવો મનુષ્ય દર્શનશુદ્ધિ વડે કરી ધ્યાનને વિષે બ્રાંતિ વિનાના મનવાળો થાય છે.

ચારિત્રભાવના

નવકમ્માણાયાણં પોરાણવિનિજ્જરં સુમાયાણં ।

ચારિત્તભાવણાદ્દિજ્ઞાણમયત્તેણય સમેદ ॥ ૪ ॥

ચારિત્રભાવના વડે કરી નવીન કર્મનું બહુ થતું નથી. પુર્વનાં કર્મોની વિશેષ પ્રકારે નિર્જરા થાય છે, તથા શાતા વેદનીવાળા શુભ પુણ્યનું બહુ થાય છે અને વિનાશ્યત્ને ધ્યાનની પ્રાપ્તિ થાય છે. (સર્વ સાવત્ર-પાપવાળા-મનવચન કાચાદિ યોગોની નિવૃત્તિરૂપ ક્રિયાને ચારિત્ર કહે છે. તેને અભ્યાસ કરવો તે ચારિત્રભાવના છે.)

વૈરાગ્યભાવના

સુવિદ્યજગત્સહાવો નિઃસંગો નિમ્મઓ નિરાસો ય ।

વેરગ્ગમાવિયમણો દિજ્ઞાણંમિ સુનિચ્ચલો દોદ્ધ ॥ ૫ ॥

સારી રીતે જગતના (જન્મ, મરણ, સંયોગ, વિયોગ, આધિ, વ્યાધિ, ઉપાધિ રૂપ) સ્વભાવને જાણનાર વિષય દોહાદિ સંગરહિત, આલોક પરલોકાદિ સાત ભયથી રહિત

નિર્ભય અને આ લોક કે પરલોકના સુખની આશંસા-ઈચ્છા વિનાનો-આવા પ્રકારનું વર્તન કરનાર જીવ, ચારિત્ર વડે ભાવિત-વાસિત મનવાળો કહેવાય છે. તે જીવધ્યાનને વિષે નિશ્ચલ હોય છે.

ભાવનાનો ઉપસંહાર

માવનાસ્વાસુ સંલીનં વિધ્યાયાધ્યાત્મિકં સ્થિરમ્ ।

કર્મણુદ્ગલજીવાનાં સ્વરૂપં ચ ચિત્તયેત્ ॥ ૧૧૨ ॥

નિત્યમામિર્યદા વિશ્વં ભાવયત્યસ્થિલં મુનિઃ ।

વિશ્વૌદાસીન્યમાપન્નશ્ચરત્યત્રૈવ મુક્તવત્ ॥ ૧૧૩ ॥

આ ભાવનાઓને વિષે મનને લીન કરી-વાસિત કરી આત્મભાવમાં મન સ્થિર થાય તેમ કરવું. તે માટે કર્મ, પુણ્ય અને જીવના સ્વરૂપનું ચિંતન કરવું-વિચાર કરવો. મુનિ જ્યારે આ ભાવનાઓ વડે આખા વિશ્વને ભાવિત કરે છે, આખા વિશ્વનો વિચાર કરે છે, આખા વિશ્વના સંખ્યામાં સત્ય વસ્તુનો મનમાં દૃઢ નિશ્ચય કરે છે ત્યારે આ વિશ્વ ઉપર તેને ઉદાસીનતા પ્રાપ્ત થાય છે. અને તે સર્વ પદાર્થ ઉપરની ઉદાસીનતાને યોગે (કોઈ પણ પદાર્થ ઉપર સંગ્રહેષ રહેતો નથી ત્યારે) અહીં જ-આ જ-મમાં જ મુક્ત થયેલા જીવોની માફક વિચરે છે અર્થાત્ પછી તેને કોઈ પણ જાતનો પ્રતિબંધ કે લેવાવવાપણું થતું નથી.

ધ્યાનની સિદ્ધિ કેવા સ્થળે થાય છે?

સિદ્ધતીર્થાદિકે ક્ષેત્રે શુભસ્થાને નિરંજને ।

મનઃપ્રીતિપ્રદે દેશે ધ્યાનસિદ્ધિર્ભવેન્મુનેઃ ॥ ૧૧૪ ॥

જે સ્થળે જીવો સિદ્ધ દશા પામેલા હોય તેવા તીર્થ આદિક ક્ષેત્રમાં, સારા સ્થાનોમાં, મનુષ્યોની વસ્તી વિનાનાં સ્થાનોમાં અથવા મનને પ્રીતિ આપવાવાળા પ્રદેશોમાં મુનિ-જ્ઞોને ધ્યાનની સિદ્ધિ થાય છે.

ભાવાર્થ—મનને આત્મામાં લીન કરી દેવાની કે આત્મામાં ગાળી દેવાની મજબૂત અભ્યાસ કે ટેવ પાડવામાં નથી આવી ત્યાં સુધી મન વારંવાર નિમિત્તોને પામી તેવા આકારે પરિણામ પામે છે. ધ્યાન વખતે આનુબાનુના હલકા સંયો-જોને લઈ નિમિત્તોને પામી મન ધ્યાનને મૂકી દઈ બીજા ભાવમાં પરિણામ ન પામે તે માટે સ્થાન સાફ હોવાની જરૂરિયાત છે. આનુબાનુનું વાતાવરણ જેમ ઊંચા વિચારનું અને પવિત્ર હોય તેમ મન જલ્દી શાંત થાય છે. સારા અને નકારા વાતાવરણની પણ અસર મન ઉપર થયા સિવાય રહેતી નથી. તે માટે ઉત્તમ સ્થાનની ધ્યાન માટે જરૂરિયાત છે.

વાતાવરણ બે પ્રકારે બંધાય છે. એક અન્ય મનુષ્યાદિના વિચારો તથા જે સ્થાને તેઓ લાંબો વખત રહી જે પ્રવૃત્તિ કરે છે તેથી બંધાય છે, તથા બીજું પોતાના વિચારોને લઈને બંધાય છે.

પ્રથમ વાતાવરણ આ પ્રમાણે છે કે અમુક સ્થળે બેસી પોતાના જીવન સંબંધી કે પ્રવૃત્તિ-નિવૃત્તિ સંબંધી અનેક વિચારો તેઓ કરે અને પછી તેઓ ત્યાં ચાલ્યા જાય. આ વાતાવરણ ઘણા થોડા વખત સુધી ટકી રહે છે, કારણ કે તેમણે અહીં જે વિચારો કર્યા છે, વચનથી તેઓ જે કાંઈ

ખોલ્યા છે અને શરીર દ્વારા જે વર્તન કયું છે તે થોડા વખત માટેનું છે. છતાં તેટલા વખતમાં પણ તેમના મન દ્વારા, વચન દ્વારા અને શરીર દ્વારા જે અણુઓની આપ-લે ત્યાં થઈ છે, એટલે બહારથી જે અણુઓ, (અહીં અણુ શબ્દથી તે તે વર્ગણને લાયક પુદ્ગલ સ્કંધો લેવા મૂકવાનું સમજવું) તેમણે બહુ કયાં છે અને મન, વચન અને શરીરની પ્રવૃત્તિ દ્વારા જે પુદ્ગલો મૂક્યાં છે તે પોતાના વિચારપણે પરિણામીને, વચનપણે પરિણામીને અને શરીરનો સંબંધ કરાવીને મૂકી દીધાં છે તે અણુઓ તે મૂકનારના બળ પ્રમાણે અને તેના મજબૂત જશ્વાના પ્રમાણમાં ત્યાં ટકી રહે છે. તેનું વાતાવરણ બંધાય છે.

તે સ્થળે જે મનુષ્યાદિ લાંબા કાળ સુધી રહેલ છે તેના મન, વચન, શરીરની પ્રવૃત્તિ, નિવૃત્તિ-પછી તે શુભ હોય કે અશુભ હોય તેના પ્રમાણમાં તેનું વાતાવરણ બંધાય છે અને તે વાતાવરણની થોડીઘણી અસર ત્યાં બેસનાર કે આવનારના મન ઉપર થયા સિવાય રહેતી નથી. દાખલા તરીકે એક વેશ્યાના ઘરનું વાતાવરણ ને એક ધર્મસ્થાનનું વાતાવરણ લો. વેશ્યાના ઘરમાં પ્રવેશ કર્યા પછીના અને તે પહેલાના તમારા વિચારોને તપાસી જોશો તો અવશ્ય તેમાં કાંઈ ફેરફાર થયેલો તમને માલૂમ પડશે. આવી જ રીતે જે ધર્મસ્થાનમાં તમે પ્રવેશ કર્યો છે તે પછીના અને તે પહેલાંના તમારા વિચારોને તપાસી જોશો તો જરૂર તેમાં આગળના વિચારોમાં ફેરફાર થયેલો માલૂમ પડશે.

પોતાના વિચારોથી જે વાતાવરણ બંધાય છે, તેની

પણ અસર પોતાના ઉપર થયા સિવાય રહેતી નથી. તેમ તમે એક જ સ્થળે બેસીને નિરંતર જે વખતે પરમાત્માનું ધ્યાન કરતા હોશો તે સ્થળે જ્યારે જ્યારે આવશો-બેસશો ત્યારે ત્યારે તમારા વિચાર પર ત્યાંના વાતાવરણની અસર થયા કરશે. એટલો વિશેષ છે કે તે સ્થળે લાંબા કાળ સુખી સારા કે નકારા જે વિચારો કર્યા હશે તથા સારા કે માઠા બનાવો અનુભવ્યા હશે તે સ્થળને બેતાં જ પૂર્વના સંસ્કારો સ્ફુરી આવીને તમારા વિચારોમાં એકદમ સુધારો કે ખગાડો, હર્ષ કે ખેદ, શાંતિ કે ક્રોધ ઉત્પન્ન કર્યા સિવાય નહિ રહે છતાં આ વાતાવરણ તમે જાણી બેઠાં બેઠાં બેઠાં નથી, એ તો સ્વાભાવિક તમારા વિચારોમાં ક્રિયા-અનુષ્ઠાનથી બંધાયેલું છે. પણ જે વાતાવરણ બંધાયેલું છે તેમાં ફેરફાર કરી નાખી, જૂના વાતાવરણને વિખેરી નાખી નવું વાતાવરણ તે જ સ્થળે બંધાયું તે બળ કે શક્તિ પણ મનુષ્યના હાથમાં છે. અને તેમ કરી પોતાના જીવનને ઉચ્ચ ભૂમિકામાં લાવી શકાય છે. દાખલા તરીકે જે સ્થળે મલિન વાતાવરણ બંધાયેલું છે એમ પોતાને જણાય અથવા અનુમાન કરી શકાય કે આ સ્થળે અમુક વિચારના મનુષ્યો રહેતા હતા તેથી વાતાવરણ મધ્યમ કે અધમ હોવું બેઠાં, અને ત્યાં બેસવાની જરૂર જણાય તો તે સ્થળે ઘણા જ લાંબા સ્વરે ઝંકારતો ધ્વનિ અનેકવાર કરવો. અને તે એટલી બધી પ્રબળ ભાવનાથી-લાગણીથી કરવો કે આ ઝંકારના ધ્વનિથી મલિન વાતાવરણને હું શુદ્ધ કરી દઉં છું, તો જરૂર તેમાં ફેરફાર થશે. આ વખતે આત્મજગૃતિ પ્રબળ રાખવી કે જેથી તે

વિચારાંતરેની અસર પોતાના ઉપર થવા ન પામે.

બ્રીહ રીતે પોતાના અંતરનું વાતાવરણ સુધારવું. બહારનું વાતાવરણ ગમે તેવું હોય તથાપિ અંતરનું વાતાવરણ જેનું પવિત્ર હોય છે તેને બહારનું વાતાવરણ જરા પણ અસર કરી શકતું નથી. ખરી રીતે તો અંતરના વાતાવરણને સુધારવાની જરૂર છે. જેનું અંતરનું વાતાવરણ મજબૂત નથી તેને બહારના વાતાવરણની શુદ્ધતાની જરૂર છે, કારણકે તે અભ્યાસી છે, નવીન છે.

અંતરનું વાતાવરણ સુધારવાને હેતુ એ છે કે મન ઉપર જે અસર થાય છે તે પોતાની માન્યતાની જ વધારે અસર થાય છે. એટલે હું શુદ્ધ આત્મા છું, અનંતશક્તિમાન છું, કર્મ મને નુકશાન કરી શકે તેમ જ નથી, કારણ કે કર્મને બાંધવાનું કે બનાવવાનું પણ બળ મારામાં છે, તેને વિખેરી નાખવાની સત્તા મારામાં છે. તેના દરેક સ્વભાવને બાંધવાનું બળ મારામાં છે, હું હોઈને જ તે કર્મની હયાતી છે મારા સિવાય તેની હયાતી જ નથી, મારા આધારે જ તે કર્મો ટકી શકે છે (રહે છે) ઇત્યાદિ પ્રબળતાના વિચારો મજબૂતી પામ્યા હોય તો બાહ્ય વાતાવરણ અસર કરી શકતું નથી.

ત્રીજી રીતે બહારનું વાતાવરણ શુદ્ધ રાખવું એટલે પોતાથી લિપ્ત જે જે જીવો દેખાય છે તેમની શુદ્ધ સત્તા સામી દૃષ્ટિ આપવી કે જે સન્મુખ દેખાય છે તે સર્વે શુદ્ધ આત્માઓ છે, કર્મની ઉપાધિને લઈને બધા વિવિધ પ્રકારના દેખાવ આપે છે, પણ તાત્ત્વિક રીતે સર્વે આત્મસ્વરૂપ છે તો જેમ તે આત્મસ્વરૂપ છે, તેમ હું પણ આત્મસ્વરૂપ છું.

ત્યારે તેમના સંબંધમાં મને કાંઈ વિચાર કરવાનું રહેતું જ નથી નાના-મોટા, સારા-નહારા વગેરે કહેવાપણું રહેતું જ નથી. તે સર્વ વાતો તો કર્મની વિવિધતામાં છે. તેને કાંઈ જ છે, પણ આત્મ દૃષ્ટિથી સત્ય સ્વરૂપે તપાસતાં તો સર્વ સરખા છે. તો કેના ઉપર રાગ કે દ્વેષ કરવો, હર્ષ કે શોક કરવો. ઇત્યાદિ વિચારો દ્વારા, બહારના વાતાવરણને ઉત્પન્ન કરનાર જીવોને જ શુદ્ધ માનવામાં આવે તો તેમના નિમિત્તે જે રાગદ્વેષ, હર્ષશોક કે વિચારો ઊઠે છે તે ઊઠતા બંધ થાય અને આપણું ધ્યાન કે વર્તન શુદ્ધ થાય, રાગ-દ્વેષ વિનાનું બને અને તેમ બને તો સંવર થાય, નવીન બંધ અટકે, આત્મબળ વધે, કર્મ નિર્જરા પામે, ધ્યાનમાં પણ આ જ કરવાનું છે. વાતાવરણ સુધારવાનો હેતુ પણ આ જ છે. માટે ધ્યાનનું સ્થળ બાહ્ય અને અંતરથી બંને રીતે ઉત્તમ રાખવું જોઈએ.

જે સ્થળે અનેક મહાપુરુષો તીર્થંકરાદિ કે સામાન્ય કેવળીપ્રમુખ સિદ્ધ દશાને પ્રાપ્ત થયા હોય તેવું સ્થાન ધ્યાનને માટે વધારે પસંદ કરવા યોગ્ય છે, કેમ તે સ્થળે તેવા જ ઉત્તમ વિચારોનું સ્ફુરણ સહજ વિચાર કરતાં જ થવા વધારે સંભવ છે. અહા! આ સ્થળે ભગવાન મહાવીર દેવે ધ્યાન કર્યું હતું! આ સ્થળે કાર્યોત્સર્ગ મુદ્રામાં અમુક વખત રહ્યા હતા! આ સ્થળે પરમ શાંતિ અનુભવી હતી! આ સ્થળે કેવળજ્ઞાન પામ્યા હતા! આ સ્થળે નિર્વાણ પામ્યા છે! વગેરે વિચારો આવતાં ધ્યાન કરનારના ઉત્સાહમાં કોઈ અલૌકિક વધારો થાય છે. ધ્યાન માટે તીર્થસ્થાનો વધારે

પસંદ કરવા યોગ્ય છે. છતાં પણ આજકાલ જ્યાં ત્યાં ઉપર ઉપરની બાહ્ય ધમાલ વધી પડી હોય તેવાં તીર્થસ્થાનો તો જિલ્લાનાં નિવૃત્તિને બદલે પ્રવૃત્તિ વધારનારાં થઈ પડે છે. માટે કોઈક નિવૃત્તિવાળાં તીર્થસ્થાન હોય ત્યાં ધ્યાનની સિદ્ધિ ઘણી વહેલી થાય છે.

અથવા કોઈ સારાં સ્થાનો કે જ્યાં અનેક મુનિઓ અત્યારે પણ ધ્યાન કરી રહેલા હોય તેમના ઉત્તમ વિચારોના વાતાવરણથી તે સ્થાન અને આભુખાભુનો પ્રદેશ શાંતિમય થઈ રહેલો હોય હિસક કે ફરાચારી પશુઓ કે મનુષ્યો જ્યાં થોડા હોય કે સર્વથા ન જ હોય તેવા શાંત અને મનુષ્યોના અભાવવાળા નિર્જનપ્રદેશ વિચારવાળા પરમ વૈરાગ્યવાન જીવોને ધ્યાન કરવા માટે વધારે અનુકૂળ થઈ પડે છે.

અથવા જે સ્થાને બેસવાથી મનને પ્રીતિ ઉત્પન્ન થાય, વૃક્ષોની ઘટાઓથી જે સ્થાન આનંદ આપતું હોય, આભુખાભુનો પ્રદેશ નાની નાની ટેકરીઓવાળો હોય તેના ઉપર વિવિધ પ્રકારની હરી વનસ્પતિ ઊગી નીકળી હોય, પાણીના જરણો ખળખળાટ કરતા વહન થઈ રહ્યાં હોય, પક્ષીઓ ક્લરવ કરી રહ્યાં હોય, સુંદર અને સ્વચ્છ શિલાપટો આવી રહેલાં હોય, દેખીતી રીતે સ્થાન સર્વથી ઊંચું હોય, ડાંસ, મચ્છરાદિનો ઉપદ્રવ ન હોય અને જ્યાં કુદરતી દેખાવો જ મનને આહ્લાદ ઉત્પન્ન કરનારા હોય તેવા શાંત, પવિત્ર, નિર્જન અને રણિયામણા પ્રદેશોમાં ધ્યાન કરવાથી મન ઉપર

ઘણી સારી અસર થાય છે. ઘણી સહેલાઈથી મન સ્થિરતા પકડે છે.

ધ્યાનને માટે કેવું સ્થાન જોઈએ તે માટે ધ્યાનશતકમાં કહ્યું છે કે :-

નિર્ઞનં ચિય જુવદ્વસુનપુંસગકુસીલવજ્જિયં ।

જહ્ણો ઠાળં વિજળં મણિયં વિસેસઑ દ્ઙ્ઙાણકાલંમિ ॥૧॥

નિરંતરને માટે સાધુઓનું સ્થાન-રહેવાનો મુકામ, સ્ત્રી, પશુ, નયુંસક અને કુશીલ દુરાચારીના સંગથી રહિત જ હોય છે. અને તે કારણથી તે સ્થાન (સ્ત્રી આદિ મનવિક્ષેપના કારણના અભાવવાળું હોવાથી) નિર્ઞન કહેલું છે. છતાં પણ ધ્યાન કરવાના વખતે તો વિશેષ પ્રકારે નિર્ઞન હોવું જોઈએ. જેનું મન આત્મભાવમાં પરિચ્છેદ્યું નથી તેવાઓને આવાં નિમિત્તો વચ્ચે ધ્યાનનું આરાધન કરવું તે અશક્ય જેવું છે. માટે તે નિર્ઞન પ્રદેશ શરૂઆતના અભ્યાસી માટે ધ્યાન સારુ હોવો જોઈએ.

સ્થિર યોગવાળા માટે તેવા સ્થાનની ખાસ જરૂર નથી.

થિરકયજોગાળં પુણ મુળીણ દ્ઙ્ઙાણેસુ નિચ્ચલમણાળં ।

ગામંમિ જણાદ્ઙ્ઙને સુન્ને રન્ને વ ન વિસેસો ॥ ૨ ॥

યોગીને સ્થિર કરવાના અભ્યાસ કરવાવાળા અને ધ્યાનને વિષે નિશ્ચલ મનવાળા મુનિઓને મનુષ્યોથી ભરેલા ગામમાં કે શૂન્ય અરણ્યમાં રહેવામાં કાંઈ વિશેષ નથી.

ભાવાર્થ—ધીરજ અને સંઘયણમાં બળવાન શરીરવાળા,

જ્ઞાનાદિ લાવનાઓના વ્યાપારનો જેણે સારી રીતે અભ્યાસ કરેલો હોય તેવા વળી મહાસરવવાળા, સૂત્ર અર્થોદિના અનુભવવાળા અને તપશ્ચરણાદિમાં શરીરને સારી રીતે જેણે કસેલું હોય તેવા અભ્યાસવાળા તથા ધર્મધ્યાનને વિષે સારી રીતે નિઃપ્રકંપ નિશ્ચલ મનવાળા મુનિઓ, વસ્તીથી ભરેલા ગામમાં રહે અથવા નિર્જન પ્રદેશવાળા સૂતા અરણ્યમાં બંધને રહે તો તે બંને તેઓને મન સરખું છે. મતલબ કે આટલી સ્થિતિ સુધી જેઓનું મન સ્વાધીન થયું છે, તેઓને ગામમાં રહેતાં પણ વિશ્લેષ થતો નથી અને અટવીમાં બંધને રહે તો પણ કંઈ વિશેષ નથી. જેનું મન કાળુમાં આવ્યું હોય તેને મન તો સર્વ સ્થાનો સરખાં જ છે.

ત્યારે કેવા સ્થાને રહી ધ્યાન કરવું ?

તો જથ્થ સમાધાનં હોજ્જ મળોવયણકાયયોગાણં ।

મૂઝવરોહરહિઓ સો દેસો ઇજ્ઞાયમાણસ્સ ॥ ૧ ॥

માટે જ્યાં જે સ્થળે ધ્યાન કરતાં મન, વચન, કાયાના યોગોનું સમાધાન રહે (તેમાં વિકૃતિ ઉત્પન્ન ન થાય) અને જે સ્થળે પૃથ્વી કાયાદિ જીવોને સંઘટન આદિ ઉપદ્રવ ન થાય તે દેશ (સ્થળ) ધ્યાન કરવાવાળાને યોગ્ય છે.

ધ્યાન કરવાનો કાળ(વખત) એટલો ક્યારે ધ્યાન કરવું ?

યત્ર કાલે સમાધાનં યોગાનાં યોગિનો ભવેત્ ।

ધ્યાનકાલઃ સ વિજ્ઞેયો દિનાદેર્નિયમોઽસ્તિ નઃ ॥૧૧૫॥

જે કાલને વિષે યોગીઓના મન, વચન, કાયાના યોગોનું

સમાધાન હોય (યોગોત્તુ' સ્વસ્થપલુ' હોય વિશેષ ન હોય) તે ધ્યાન કરવાનો કાળ જાણવો. દિવસાદિકનો નિયમ નથી.

ભાવાર્થ—ધ્યાન કરવાનો સમય અમુક જ હોય એટલે રાત્રિએ જ ધ્યાન કરવું, ત્રણ સંધ્યાના વખતમાં કરવું, દિવસે ન કરવું, ઇત્યાદિ કંઈ નિયમ જ નથી. પણ જ્યારે શરીર સ્વસ્થ-સારું હોય, મનમાં કંઈ પણ જાતનો વિશેષ કે ચિંતા ન હોય તેવા વખતે ધ્યાન કરવા બેસવું. પછી તે દિવસ હોય, કે રાત્રી હોય, પહેલો પહોર હોય કે છેલ્લો પહોર હોય તેનો કંઈ નિયમ જ નથી, મનમાં વિચાર થયો કે અત્યારે ધ્યાન કરું તો ઠીક, તો તરત જ ધ્યાન કરવા બેસી જવું. આથી એ નિર્ણય થાય છે કે જ્યારે મનમાં કંઈક ચિંતા હોય કે વિશેષતા કારણો આવ્યાં હોય કે આવવાનાં હોય તે વખત ધ્યાન કરવાનાં નિષેધવાળો સમજવો બાકીના સર્વ વખતે ધ્યાન કરવું.

ધ્યાનશતકમાં કહ્યું છે કે :-

કાલો વિ સોચ્ચય જદિ જોગસમાહાનમુત્તમ લહ્
ન ડ દિવસનિસાવેલાદિનિયમણં ઇજ્ઞાઈઓ મણિયં ॥૩॥

ધ્યાનને લાયક પણ તે જ કાલ ઉચિત છે કે જે કાલમાં, મન, વચન, કાયાના 'યોગોત્તુ' ઉત્તમ સ્વસ્થપલુ' પામીએ; પણ દિવસ, રાત્રી, વેલા, મુહૂર્તાદિ, આદિ શબ્દથી આગવો પહોર, પાછલો પહોર, ઇત્યાદિનો નિયમ ધ્યાન કરવાવાળાને તીર્થંકર ગણધરાદિકોએ કહ્યો નથી.

કેવા આસને બેસી ધ્યાન કરવું ?

યજ્ઞાસનાદિના યેનાસનેનૈવ સુખી ભવેત્ ।

ધ્યાનં તેનાસનેન સ્યાત્ ધ્યાનિનાં ધ્યાનસિદ્ધયે ॥૧૧૬॥

પદ્માસન આદિ હરકોઈ આસને બેસવા વડે સુખી થવાય ધ્યાની મનુષ્યોને ધ્યાનસિદ્ધિ માટે તે આસને બેસીને ધ્યાન થાય.

બાવાર્થ—પદ્માસન, સિદ્ધાસન, સ્વસ્તિકાસન આદિ આસનો ધ્યાન કરવામાં વધારે અનુકૂળ પડે છે, કેમ કે તેથી પવન સુખપૂર્વક વહન થાય છે. શરીર સીધું ટટ્ટાર રહે છે. શરીરને લાંબો વખત ધ્યાનમાં રોકતાં થાક લાગતો નથી. લોહીનું ફરવું, ગતિ નિયમિત થાય છે, તથાપિ જોને તે આસને બેસવું અનુકૂળ ન પડે તો તેણે ગમે તે આસને બેસવું. જે આસને બેસવાથી સુખપૂર્વક લાંબા વખત સુખી બેસી શકાય, શરીરને કે મનને કલેશ-ખેદ ન થાય, ધ્યાન-સિદ્ધિ માટે ધ્યાન કરવાવાળાને તે આસન જ યોગ્ય છે એટલે તે આસને બેસી ધ્યાન કરવું.

અન્ય સ્થળે કહ્યું છે—

જ ચ્ચિય દેહાવથ્યા જેણ ન દ્વજાણોવ્રોહિણી હોઈ ।

જ્ઞાઈજ્ઞા તદવથ્યો દ્વિત નિસન્નો નિવિન્નો વા ॥૧॥

સત્વાસુ વદ્વમાણાસુ, મુણત્ત જં દેસકાલચેદ્દાસુ ।

વરકેવલાહ્લામં પત્તા ચહુસો સમિયપાવા ॥ ૨ ॥

તો દેશકાલચિદ્ધા, નિયમો જ્ઞાણસ્સ નચ્ચિ સમયંમિ ।

જોગાણ સમાદાણં, જહ હોઈ તદ્દા પયત્તવ્વં ॥ ૩ ॥

હરકોઈ બેસવા, ઊભા રહેવા આદિ, દેહની અવસ્થા, ચાલતા અનુદાનમાં-ધર્મધ્યાનમાં પીડાકારી ન થાય તે અવસ્થાએ (આસને) બેસીને, કાયોત્સર્ગ મુદ્રાએ ઊભા રહીને નીચા બેસીને, કે દંડાસને કે શવાસને સૂતાં સૂતાં પણ ધ્યાન કરવું.

આસનનો કાંઈ નિયમ નથી તેનું કારણ બતાવે છે. સર્વ દેશ, કાલ, અને આસનાદિ અવસ્થામાં વર્તતાં-રહેતાં, મુનિઓ ઉત્તમ કેવળજ્ઞાન આદિ, આદિ શબ્દથી અવધિ. મનઃપર્યાવાદિ લાભોને પાપ રહિત થઈને-પાપને શમાવીને (કેવળજ્ઞાનને મૂકીને બાકીના ભાવો) અનેક વાર પામ્યા છે. આ જ કારણથી અમુક દેશમાં ધ્યાન કરવું. અમુક કાલમાં ધ્યાન કરવું, કે અમુક આસને બેસીને ધ્યાન કરવું ઇત્યાદિનો નિયમ આગમમાં જૈન સિદ્ધાંતમાં-નથી જે નિયમ છે તે એટલો છે કે મન, વચન, કાયાના યોગોનું સમાધાન-વિશ્લેષ રહિતપણું-જેમ જે પ્રકારે રહી શકે તે પ્રમાણે પ્રયત્ન કરવા.

ધ્યાનમાં દિશાનો નિયમ બતાવે છે.

પૂર્વાભિમુલ્લો ધ્યાની ચોત્તરાભિમુલ્લોઽથવા ।

પ્રસન્નવદનો ધીરો ધ્યાનકાલે પ્રશસ્યતે ॥ ૧૧૭ ॥

ધૈર્ય રાખી પ્રસન્ન મુખે ધ્યાન કરવાવાળાએ પૂર્વની

સન્મુખ કે ઉત્તર દિશા સન્મુખ ધ્યાન વેળાએ બેસવું તે વધારે સારું છે. છતાં આ પણ નિયમ ચોક્કસ નથી. શરૂઆતમાં તો આ સર્વ નિયમો બરોબર પાળવા બોધ્યો. જેઓના મન ઉપર કાબૂ આવી ગયો છે તેઓ આ નિયમો ન પાળતાં ગમે તેવી રીતે ધ્યાન કરે તો પણ હરકત નથી.

ધર્મધ્યાનનાં આલંબનો

આલંબનાનિ ધર્મસ્ય વાચનાપૃચ્છનાદિકઃ ।

સ્વાધ્યાયઃ પંચત્રા જ્ઞેયો ધર્માનુષ્ઠાનસેવયા ॥ ૧૧૮ ॥

વાચના દેવી-પ્રજ્ઞ શંકાદિક પૂછવું ઇત્યાદિ પાંચ પ્રકારનો સ્વાધ્યાય કરવો તે ધર્મધ્યાનનાં આલંબનો છે. તેમ જ ધર્મ અનુષ્ઠાનનું સેવન કરવું તે પણ ધર્મધ્યાનનું આલંબન છે.

ભાવાર્થ—ધર્મધ્યાનરૂપ મહેલ ઉપર ચડવામાં મદદગાર સહાયક દાદરો અને દોરડાંરૂપ વાચનાદિ આલંબન છે. આલંબનની મદદથી ઘણી ઝડપથી તેમ જ સહેલાઈથી ધારેલા સ્થાન ઉપર પહોંચી શકાય છે. વાચનાદિ ધર્મ અનુષ્ઠાન ધર્મધ્યાનમાં મદદગાર આલંબનો છે.

વાચનાદિ-શિષ્યાદિકને નિર્જરા હેતુ બહુ સૂત્રાદિક ભણાવવાં કોઈ પણ સૂત્રાદિના સ્થળોમાં શંકા પડે તો તે સંશયો દૂર કરવા માટે ગુરુદિકને પૂછવું તે પૃચ્છના છે. પૂર્વે ભણેલા સૂત્રાદિ ભૂલી ન જવાય તે માટે તથા નિર્જરાને માટે યાદ કરવાનો અભ્યાસ કરવો તે પરાવર્તના છે.

અનુપ્રેક્ષા એટલે વિચારણા કરવી. આત્મલાભમાં ઉપ-

યોગી બાબતોનો વિચાર કરવો, નિરુપયોગી અથવા આત્મ-
લાભમાં વિઘ્નભૂત વિચારોને હઠાવી ઉપયોગી બાબતોની
મન ઉપર મજબૂત અસર કરવી તે વિચારણા છે. નિર્જ્ઞાને
માટે તથા યોતાને તે બાબતોનો મજબૂત સંસ્કાર પડે તે
માટે અન્ય મનુષ્યોને તે બાબતનો ઉપદેશ આપવો. અથવા
આપસમાં ધર્મકથા કરવી એ પાંચ પ્રકારનો દ્વાધ્યાય કહે-
વાય છે. તથા આત્મસ્વરૂપનું વિસ્મરણ ન થાય-ભ્રૂતિમાં
વધારો થાય-સ્વરૂપનું સ્મરણ બન્યું રહે-તેવી ઉપયોગી
ક્રિયાઓ કરવી, જેથી વિશુદ્ધિ વિશેષ પ્રકારે બની રહે
અથવા વૃદ્ધિ પામે તે સર્વ ધર્મઅનુષ્ઠાન, ધર્મધ્યાનમાં આલં-
બનભૂત કહેવાય છે.

શાસ્ત્રમાં કહ્યું છે કે :—

આલંબણાઈ વાયળપુલ્લુળપરિયદ્વગાળ ચિતાઓ ।

સામાદ્યાદ્યાઈ સદ્દમ્મા વસસ્યાઈ ચ ॥ ૧ ॥

વાચના, પ્રશ્ન કરવા, સૂત્રાદિ પરાવર્તન કરવાં (બણવાં),
ચિંતન કરવું, તથા સામાયિક અને આવશ્યકાદિ ઉત્તમ ધર્મ-
ધ્યાનતાં આલંબનો છે.

આલંબન લેવાનું કારણ બતાવે છે.

વિસમંમિ સમારોહઈ, દન્નદવાલંબણે જદા પુસિસો ।

સુતાઈકપાલંબો, તદ્દ દ્વિગ્ગણવરં સમારુહઈ ॥ ૨ ॥

જેમ દંઢ આલંબન પકડનાર પુરુષ વિષમ સ્થાન ઉપર
પણ ચડી બાય છે, તેમ સૂત્રાદિનું આલંબન પકડનાર-લેનાર
ઉત્તમ ધ્યાનમાં આરૂઢ થાય છે.

ભાવાર્થ—વિષમ, નીચું, ઊંચું, દુઃખે આરોહણ અપ-
રોહણ (ચડવું ઊતરવું) થઈ શકે તેવાં સ્થાનોમાં પણ મજબૂત
આલંબન પકડવાથી વિના કલેશે પહોંચી શકાય છે, તેમ જ
કોઈ મનુષ્ય સૂચનું આલંબન લઈને, કોઈ વાચનાનું આલંબન
લઈને કોઈ વિચારશ્રેણીનું આલંબન લઈને ઈત્યાદિ વિવિધ
પ્રકારનાં પણ મજબૂત આલંબનો લઈને મનુષ્યો ઉત્તમ ધર્મ-
ધ્યાનમાં આરૂઢ થઈ શકે છે, માટે આલંબનની જરૂરિયાત
શરૂઆતમાં વિશેષ પ્રકારે છે, અને તે આલંબનો જ્યારે
સ્થલાવ જેવાં થઈ રહે છે, તથા તેમાં પૂર્ણ દૃઢતા આવે છે
ત્યારે માણસો વિના આલંબને પણ આત્મસ્વરૂપમાં પ્રવેશ
કરી શકે છે. પણ શરૂઆત તો ઉત્તમ આલંબનથી જ કર-
વાની છે.

ધ્યાનનો ક્રમ

ધ્યાનાનુક્રમ ઉક્તઃ કેવલિનાં ચિત્તયોગરોધાદિ ।

ભવકાલે ત્વિતરેપાં યથા સમાધિ ચ વિજ્ઞેયઃ ॥૧૧૧॥

મન આદિ યોગોનો નિરોધ કરવારૂપ ધ્યાનનો અનુ-
ક્રમ કેવળ જ્ઞાનીઓને મોક્ષ જવાના અવસરે કહ્યો છે. ખીજા-
ઓને તો જેવી રીતે સમાધિ થાય તેવી રીતે યોગ નિરો-
ધાદિનો ક્રમ જાણવો.

ભાવાર્થ—ધ્યાનની શરૂઆતમાં મન, વચન, કાયાના
યોગોનો કેવા ક્રમથી નિરોધ કરવો તે વિષે વિચારો અહીં
જણાવવામાં આવે છે. આ ક્રમનો વિધિ કેવળ જ્ઞાનીઓને
માટે છે, પણ ધર્મધ્યાનવાળા છદ્મસ્થ જ્ઞાનીઓને માટે નથી.

કેવળ જ્ઞાનીઓ મોક્ષે જવાના વખત પહેલાં અંતર મુક્ત કાલ રહે ત્યારે શુદ્ધધ્યાનના ત્રીજા ચોથા ભેદની (પાયાની) શરૂઆત કરે છે. તેઓ પ્રથમ મનોયોગનો નિગ્રહ કરે છે. પછી વચનયોગનો નિગ્રહ કરે છે અને પછી સૂક્ષ્મ કાય-યોગનો નિગ્રહ કરે છે, આ નિયમ શુદ્ધધ્યાનવાળા કેવળ-જ્ઞાનીઓ માટે જ છે. ધર્મધ્યાન કરવાવાળાને આ નિયમો લાગુ પડતા નથી. તેઓ તો જેમ અનુકૂળતા પડે, જેમ સરળતા થાય. જેમ વિક્ષેપ શાંત થાય તેમ ગમે તે જાતનો અનુક્રમ લે છે. ધર્મધ્યાનમાં મનાદિનો સર્વથા નિગ્રહ થતો નથી, પણ એક પ્રવાહ કોઈ એક ઉત્તમ આદાંજનમાં-ધ્યેયમાં ચલાવે છે. કોઈ વખતે મનાદિકનો નિરોધ (ઉપશમ) કરે છે. આ નિરોધમાંથી પાછું વ્યુત્થાન દશામાં એટલે મનાદિની જાગૃતિમાં-મનની વિચાર આદિ પ્રવૃત્તિમાં આવવાનું ચાલુ રહે છે.

સર્વથા નિગ્રહ થવા પછી પાછું વ્યુત્થાન થતું જ નથી. તેઓને તો આ દેહાદિમાંથી સદાને માટે છૂટા થવાનું જ રહે છે. એટલે મનાદિના નિગ્રહનો ક્રમ શુદ્ધ ધ્યાનમાં જ છે. ધર્મધ્યાન માટે તો અનુકૂળતા પ્રમાણે સહવિચારો કરવાથી કે મનાદિનો રોધ કરવાથી સ્વાસ્થ્યપણું-નિશ્ચલપણું પમાય, તેવો તે તે વખતે ઉપયોગ કરવાનો છે.

આ જ જાગત અન્ય સ્થળે કહ્યું છે કે :-

દ્વિજ્ઞાનપરિવર્તિક્રમો હોઈ મળોજોગનિર્ગમહાદીડ ।

ભવકાલે કેવલિણો સૈસતસ્સ જહા સમાહીય ॥ ૧ ॥

મનોયોગાદિના નિઝહરૂપ ધ્યાન અંગીકાર કરવાનો ક્રમ મોક્ષ જવાના અવસરે કેવળ જ્ઞાનીઓને હોય છે. બાકી અધિકારીઓ તેા જેમ સમાધિ ઊપજે તેમ કરી લે છે.

ધર્મધ્યાનના ચાર ભેદ

આજ્ઞાપાયવિપાકસ્ય ક્રમશઃ સંસ્થિતેસ્તથા ।

વિચયાય પૃથગ્ જ્ઞેયં ધર્મધ્યાનં ચતુર્વિધમ્ ॥૧૨૦॥

આજ્ઞા સંખંધી, અપાય સંખંધી, વિપાક સંખંધી અને સસ્થાન સંખંધી વિચાર કરવા માટે અતુક્રમે ધર્મ-ધ્યાન ચાર પ્રકારે જુદું જુદું જાણવું.

ભાવાર્થ—વસ્તુનો સ્વભાવ-આત્મસ્વરૂપ-તે ધર્મ છે. વધ્યુ સહાવો ધમ્મો વસ્તુનો સ્વભાવ તે ધર્મ છે. આત્મા એક વસ્તુ છે, તેથી આત્માનો સ્વભાવ તે આત્મધર્મ કહેવાય છે. તે સંખંધી ધ્યાન-વિચારણા તે ધર્મધ્યાન કહેવાય છે. આત્મસ્વરૂપમાં પ્રવેશ કરવા કે આત્મસ્વરૂપ પ્રાપ્ત કરવા માટે જે જે વિચારો કરવા, જે જે નિષ્ક્રિયા કરવા મન ઉપર તે તે સ્વભાવને લગતા સંસ્કારો પાડવા તે ધર્મધ્યાન છે.

ધર્મધ્યાનથી વસ્તુસ્વભાવમાં પ્રવેશ કરવાની લાચકાત આવે છે અને શુદ્ધધ્યાનથી આત્મસ્વરૂપ યર્થ રહેવાય છે. શરૂઆત ધર્મધ્યાનથી થાય છે, જેમાં મુખ્યતાએ વિચારણા કરીને અશુભ ભાવના કે વાસનાથી મનને પાછું હાંપવું અને શુભ વિચારણા કે વાસના વડે મનને પોષિત કરવાનું છે.

૧ આજ્ઞા સંખંધી વિચારો કરવા, ૨ દુઃખનાં કારણોના વિચારો કરવા, ૩ દુઃખનાં ફળોનો વિચાર કરી તેથી પાછા

હકલું. ૪ અને લોકસંસ્થાન-લોકસ્થિતિનો વિચાર કરવો. એમ ધર્મધ્યાન જુદી જુદી પંક્તિની વિચારણાના-નિશ્ચયના ભેદને લઈને ચાર પ્રકારે વર્ણવવામાં આવ્યું છે. ખાસી સામાન્ય વિચારણાની અપેક્ષાએ તો તેના ભેદો થઈ શકતા નથી. તે ધર્મધ્યાનના ભેદો અનુક્રમે બતાવવામાં આવે છે.

આજ્ઞાવિચય ધર્મધ્યાન.

સ્વસિદ્ધાંતપ્રસિદ્ધં યત્ વસ્તુતત્ત્વં વિચાર્યતે ।

સર્વજ્ઞાનુસારેણ તદાજ્ઞાવિચયો મતઃ ॥ ૧૨૧ ॥

જૈન સિદ્ધાંતમાં પ્રસિદ્ધ જે વસ્તુતત્ત્વ છે તેનો સર્વજ્ઞની આજ્ઞાનુસાર વિચાર કરવો તે આજ્ઞાવિચય ધર્મધ્યાન કહેવાય છે.

ભાવાર્થ—સર્વજ્ઞની આજ્ઞા એટલે સર્વજ્ઞનો નિશ્ચય-યથાતથ્ય, જેમ છે તેમ તે વસ્તુના સ્વરૂપનો વિચાર કરવો. એક જ્ઞાનીનો નિશ્ચય તે સર્વ જ્ઞાનીઓનો નિશ્ચય છે અને સર્વ જ્ઞાનીઓનો નિશ્ચય તે એક જ્ઞાનીનો નિશ્ચય છે, તેમાં જરામાત્ર ફેરફાર નથી. સર્વજ્ઞનો નિશ્ચય એવો છે કે કોઈ વસ્તુ આમ જ છે એમ એકાંતે તેનો નિશ્ચય તમે કરી શકો જ નહિ, પરંતુ અપેક્ષાએ જ તે વસ્તુતત્ત્વ સંબંધે તમે કહી શકો. આત્મા એકાંતે નિત્ય કે અનિત્ય ન જ કહેવાય પણ દ્રવ્ય અપેક્ષાએ વસ્તુ નિત્ય છે અને પર્યાય અપેક્ષાએ તે અનિત્ય છે. વિભાવપર્યાયો લાગુ પડે ત્યાં સુધી તે આત્મા શુદ્ધ થઈ શકે નહિ. જુદા જુદા દેહ ધારણ કરવા, ભિન્ન ભિન્ન વસ્તુઓમાં ઉપયોગને તે તે આકારે પરિણમાવે,

રાગદ્વેષના પરિણામે પરિણામ પામવું, ઈત્યાદિ વિલાવપર્યાયો કહેવાય છે આત્મા સ્વરૂપનું જ્ઞાન ભૂલાવાથી વિલાવપર્યાયો શ્રદ્ધા કરે છે. આત્માનો અખંડ ઉપયોગ આત્મસ્વરૂપમાં જ વિરામ પામે તો વિલાવપર્યાયો પરિણમવામાં સહાયભૂત કે નિમિત્તભૂત કર્મબીજો બળીને ભસ્મ થઈ જાય છે. તેમ થવાથી ફરી વિલાવપર્યાયોમાં પરિણમવાની શક્તિનો નાશ થતાં નિર્વાણ કે મોક્ષની પ્રાપ્તિ થાય છે.

આત્મા અને જડ એમ બે વસ્તુઓ છે. તેમાં જડ વસ્તુ નિઃસાર છે તેમાં આસક્તિ કરવાથી જ્ઞાન ભુલાય છે. ચૈતન્ય વસ્તુ જ સારભૂત છે. આત્મઉપયોગનું જડ વિલાવ વસ્તુ સાથે પરિણમવું તે ભેદ છે અને સ્વરૂપમાં જ પરિણમવું-સ્થિર થવું-તે અભેદ છે. આત્મસ્વરૂપમાં અભેદ-એકરસ થઈ રહેવું તે સર્વજ્ઞની આજ્ઞા છે. નિર્વાણ પ્રાપ્તિ માટે આ જ છેવટનો ઉપાય છે, એ સર્વજ્ઞનો નિશ્ચય છે. તે સિવાય નય, પ્રમાણ, ભંગ, નિષ્કેપાદિ અનેક વિચારો તેમણે ચર્ચા છે, અનેક રીતે વસ્તુતત્ત્વનો નિર્ણય કર્યો છે, પરંતુ તે સર્વનું છેવટ આ જ છે કે આત્મસ્વરૂપમાં જ સ્થિરતા કરવી; તે સિવાયના સર્વ પદાર્થો-પર્યાયો તે વિલાવ છે, આત્માથી છૂટા પાડનાર છે, એટલે આત્મસ્વરૂપના યોધમાં વિજભૂત છે તેનો નિશ્ચય કરવો, તે વીતરાગની આજ્ઞાનો નિશ્ચય કરવા બરોબર છે. આવા પ્રકારના વિચાર કરવા તે ધર્મધ્યાન છે. તેટલા સમય માટે અન્ય વિચારોનું જ્ઞાન ભુલાય છે. તેટલી આત્મસમાધિ રહે છે તેટલા વખત માટે કર્મઆગમન રોકાય છે, ચા અશુભ કર્મ આવતાં નથી.

ધર્મધ્યાનના દૃઢ વિચારથી આપણું ચરિત્ર બંધાય છે. અર્થાત્ તે પ્રમાણે વર્તન કરવાનું—આત્મસ્થિરતા અનુભવવાનું બળ પ્રાપ્ત થાય છે.

આ સંબંધે યોગશાસ્ત્રમાં કહ્યું છે કે—

આજ્ઞાં યત્ર પુરમ્કૃત્ય સર્વજ્ઞાનામવાધિતામ્ ।

તત્તત્તશ્ચિત્તયેદર્થાસ્તદાજ્ઞાબ્જાનમુચ્યતે ॥ ૧૨૨ ॥

કેઈ હેતુથી કે યુક્તિથી બાધા ન પામે અથવા પૂર્વ પર વિરોધ ન પામે તેવી સર્વજ્ઞ પુરુષની આજ્ઞાને—સર્વજ્ઞના નિશ્ચયને—મુખ્ય કરીને અથવા સર્વજ્ઞના નિશ્ચયની મદદ લઈને તત્ત્વથી વસ્તુસ્વરૂપે પદાર્થોનું ચિંતન કરવું એટલે પદાર્થોના પૃથક્કરણથી તત્ત્વસ્વરૂપે આત્મસ્વભાવને તેના વિરોધી પુદ્ગલોથી ભુદો પાડવો—વિચારવો તેને આશાધ્યાન કહીએ.

ધ્યાનશતકમાં પણ કહ્યું છે કે,

જ્ઞાઈજ્ઞા નિર્ગવ્જ્ઞં જિણાણમાણં જગપ્પઈવાણમ્ ।

અનિઝ્ઞ મહ્દુન્નેયં નયમંગપમાણમમગહણમ્ । ॥ ૧ ॥

તથ્થય મહ્દોબ્હેલ્લેણ તન્વિહાયરિય વિરહ્ઞોયાવિ ।

ખેયમહ્ણત્તખેણય ણાણાવરણો દણં ચ ॥ ૨ ॥

હેજ્ઞદાહરણા સંભવેય સતિ સુદ્ધ જં ન બુઝ્ઞેજ્ઞા ।

સવન્નુમયમવિતહ તદાવિ તં ચિંતણ મહ્મં ॥ ૩ ॥

નૈગમ સંબ્રહ્મદિ સાત નય, એકાદી સંયોગી કે ચતુર્ભંગીવાળા ભાંગાઓ, જેય પદાર્થોન નિર્ણય કરનાર પ્રત્ય-

ક્ષાદિ પ્રમાણે અને એવીસ હંડક આદિ ગમાઓ ઇત્યાદિથી ગહન, નિપુણ બુદ્ધિ વિનાનાઓથી દુઃખે ખાણી શકાય તેવી, કેવળજ્ઞાનરૂપ દીપકથી સમગ્ર સંશયરૂપ અંધકારનો નાશ કરનાર હોવાથી જગતના દીપક સમાન, નિદોષ, પાપરહિત અથવા આ લોક કે પરલોકના મુખની આશંસા-મંચલા વિનાની જિનેશ્વરની આજ્ઞાનું ચિતન કરવું. અહીં કોઈ શંકા કરે કે આવા વિશેષણોવાળી જિનેશ્વરની આજ્ઞા મંદબુદ્ધિ-જીવો સમજી શકે નહિ તો પછી તેનું ધ્યાન કે તત્સંબંધી વિચાર તો કેમ કરી શકે જ? આનો ઉત્તર એ છે કે ૧ બુદ્ધિની દુર્બળતાથી સમ્યક્ રીતે પદાર્થોનો નિશ્ચય ન કરી શકાય તથા ૨ સારી રીતે તત્ત્વનું પ્રતિપાદન કરી શકે તેવા આચાર્યોના અભાવથી તથા ૩ જ્ઞાનાવરણીય કર્મના ઉદયથી તથા ૪ જાણવા લાયક પદાર્થના ગહનપણાથી તેમ જ ૫ જાણવા લાયક ધર્મના વિશેષ અર્થનો ભ્રમ કરાવી શકે તેવા હેતુઓના અભાવથી વળી સત્ય કે કલ્પિત ઉદાહરણોના અસંભવથી વિદ્યમાન છતાં, કેટલીએક વસ્તુઓ સમજી શકાતી નથી. આ વાત ખરી છે તોપણ સર્વજ્ઞના સત્યવચન સંબંધીનો વિચાર તો બુદ્ધિમાનોએ કરવો જોઈએ અને તે એવી રીતે વિચાર કરવો કે સર્વજ્ઞ-વીતરાગદેવ ઉપકાર કે બદલાની આજ્ઞા રાખ્યા વિના જ પરને ધર્મોપદેશ આપી અનુચક કરવાને તત્પર થયેલ હોય છે.

તેઓ જગતમાં સર્વથી શ્રેષ્ઠ જ્ઞાની પુરુષો છે, તેમ જ તેઓ રાગદ્વેષ અને અજ્ઞાનથી રહિત હોય છે એટલે તેમને અસત્ય બોલવાનું કાંઈ પણ કારણ હોતું નથી. આ પ્રમાણે

જેમની બુદ્ધિ તીક્ષ્ણ હોતી નથી તેઓએ પણ આવો વિચાર કરીને તેમના વચન ઉપર શ્રદ્ધા રાખીને, પોતાની ધ્યાનાદિક્રિયા શરૂ જ રાખવી. આજળ આલ્પતાં જેમ નિર્મળતા વધે તેમ તેમ સત્ય વસ્તુ પોતાની મેળે જ અનુભવાય છે. છતાં શરૂઆતમાં આટલી શ્રદ્ધાની જરૂર તો રહે છે જ.

અપાયવિચય ધર્મધ્યાન

અપાયવિચયં જ્ઞેયં ધ્યાનં તત્ત્વ વિચક્ષણેઃ ।

અપાયઃ કર્મણાં યત્ર સોઽપાયઃ પ્રોચ્યતે વુધૈઃ ॥૧૨૩॥

રાગદ્વેષક્રુપાયાશ્રવક્રિયા વર્તમાનજીવાનામ્ ।

इह परलोकापायानपायमीहः स्मरेत् साधुः ॥૧૨૪॥

તે અપાયવિચય ધ્યાન વિચક્ષણોએ જાણવું કે જેમાં કર્મથી થતા અપાય કષ્ટોનું ચિંતન કે વિચાર કરાય છે. વિદ્વાનો તેને અપાય ધ્યાન કહે છે.

રાગદ્વેષ ક્રુપાય અને આશ્રવની ક્રિયામાં વર્તતા જીવોને આ લોક સંબંધી તેમ જ પરલોક સંબંધી કષ્ટ-દુઃખ પ્રાપ્ત થાય છે, તેનો સંસારના પરિશ્રમભુથી ભય પામતા સાધુઓએ વિચાર કરવો.

ભાવાર્થ—કોઈ પણ કાર્ય કરવાની ઇચ્છા થાય કે તરત જ તે કાર્ય પહેલાં તેનું ભાવિ પરિણામ શું આવશે તેનો વિચાર કરવો, અથવા કોઈ કાર્ય કરવાની હાલ તરત જરૂરિયાત ન હોય તથાપિ કોઈ તેવા પ્રસંગમાં પોતાથી કોઈ તેવી જાતની હલકી જાતની પ્રવૃત્તિ થઈ ન જાય તે માટે

આગળથી જ મન ઉપર તેવા કાર્યનું પરિણામ શું આવે છે કે આવશે તેનો મજબૂત સંસ્કાર સ્થાપન કરી દેવો કે જેથી તેવા કાર્યમાં પ્રવૃત્તિ કરતાં મનને અટકાવી શકાય, અગર તેવી પ્રવૃત્તિ કરવાના પ્રસંગે તેનાં ભાવિ ફળો તજ્જર આગળ તરતાં હોવાથી અને મન ઉપર પણ તેના ભાવિ પરિણામની ચોક્કસ અસર થયેલી હોવાથી પૂર્વાપર વિચાર કર્યા વિના કરાતી પ્રવૃત્તિ અટકાવી શકાય. આ માટે અપાય-સંબંધી વિચાર કરવો તેનું નામ અપાયવિચય ધ્યાન છે.

રાગ, દ્વેષ, કપાય અને આશ્રવની ક્રિયાઓમાં વર્તતા આ જીવોને આ લોક અને પરલોકમાં નાનાપ્રકારના કષ્ટો થાય છે, મજ્જકની માફક રાગી જીવો વિવિધ પ્રકારના કષ્ટો સહન કરે છે. મહાન વ્યાધિથી ઘેરાયેલા મનુષ્ય કુપથ્ય અજ્ઞાના અભિલાષથી જેમ રોગમાં વધારો કરે છે, તેમ રાગી મનુષ્ય દીર્ઘ સંસાર પરિભ્રમણમાં વધારો કરે છે. દ્રેષરૂપ દાવાનળ જ્ઞાનાદિ ગુણરૂપ વૃક્ષોને ખાળીને ભસ્મીભૂત કરી નાખે છે. વૃક્ષના મૂળમાં-કોટરમાં-રહેલો અગ્નિ જેમ વૃક્ષને નવપલ્લવિત થવા દેતો નથી તેમ દ્રેષરૂપ અગ્નિ જેમના હૃદયમાં વસે છે તેઓના સમ્યક્ત્વાદિ ગુણો કોઈ પણ રીતે વિકાસ પામતા નથી. દ્રેષરૂપ અગ્નિથી તપ્ત થયેલા જીવો આ લોકમાં તો દુઃખી થાય છે એટલું જ નહિ પરંતુ પરલોકમાં તરકાદિ ગતિ પામી મહા દુઃખનો તેમને અનુભવ કરવો પડે છે. જ્યાં સુધી દ્રેષનો તાપ હૃદયમાં હોય છે ત્યાં સુધી જ્ઞાનાદિ ગુણોની શાંતિ-શીતળતા પાસે પણ આવતી નથી.

કોધાદિ કષાયો મહા દુઃખના કારણબૂત છે. કોધ પ્રિતિનો નાશ કરે છે, માયા મૈત્રીનો નાશ કરે છે, માત્ર વિનયનો અને લોભ પ્રીતિ, મૈત્રી વિનયાદિ સર્વ ગુણોનો નાશ કરે છે. નહિનિગ્રહ કરેલ કોધ, માત્ર, માયા, લોભ સંસારરૂપ વૃક્ષના મૂલને પાણી સીંચીને પલ્લવિત કરે છે, જેનાં ફળો તરીકે ચારે ગતિનું પરિબ્રમણ ચાલુ રહે છે.

મિથ્યાત્વ, અવિરતિ અને યોગરૂપ બાકી રહેલ આશ્રયો તે પણ દુઃખનાં જ કારણરૂપ છે. મિથ્યાત્વથી મોહિત થયેલ આ જીવઆ લોકમાં જ અનેક પ્રકારનાં માનસિક દુઃખો અનુભવે છે, શાંતિપ્રમુખ ગુણોના અભાવે અનેક પ્રકારે તે વિહ્વળ બને છે, કોધાદિથી પણ અજ્ઞાન એ મોટું દુઃખ છે. અજ્ઞાનથી જેનાં અંતર્યામુ અંધ છે તેને કર્તવ્યકર્તાવ્યવહાર લાન હોતું નથી.

પાપથી નહિ પાછા હઠેલ ઇચ્છાઓનો નિરોધ નહિ કરનારા ઇચ્છાનુસાર મનાદિ યોગોને પ્રવર્તાવનાર જીવો ઘણાં દુષ્ટકર્મો કરી પાપનો સંચય કરે છે, જેને લઇને શાંતિથી વિશ્રાંતિ લેવાનો વખત તે જીવોને મળતો નથી, ઇત્યાદિ વિવિધ પ્રકારે રાગાદિ ક્રિયામાં પ્રવૃત્તિ કરનાર જીવોને આવી પડતાં સંકટોનો વિચાર કરવો તે અપાયવિચય ધર્મ-ધ્યાન કહેવાય છે.

કલ્પું છે કે—

રાગદોષક્રસાયા સ્વાઈકિરિયાસુ વદ્વમાણાણં ।

ઇહ પરલોભાપાણ્ણાઈજ્ઞાવજ્જ પરિવજ્જી ॥ ૧ ॥

રાગ, દ્વેષ, કષાય અને આશ્રવાદિ ક્રિયામાં વર્તતા જીવોના સંબંધમાં પ્રાપ્ત થતા આ લોક અને પરલોક સંબંધી દુઃખોનો નિર્દોષ જીવન ગુજરનારાએ વિના પ્રમાદે વિચાર કરવો.

વિપાકવિચય ધ્યાન.

चतुर्धा कर्मवन्धेन शुभेनाप्यशुभेन वा ।

विपाकः कर्मणां जीर्वैभुज्यमानो विचिंत्यते ॥૧૨૫॥

શુભ અથવા અશુભ ચાર પ્રકારના કર્મબંધ વડે કરીને જીવે કર્મનો વિપાક ભોગવી રહ્યા છે તેનો વિચાર કરવો.

ભાવાર્થ—પ્રકૃતિ, સ્થિતિ, રસ અને પ્રદેશ એમ કર્મનો બંધ, સારો કે નહારો ચાર પ્રકારે થાય છે. જીવોના સારા કે નરસા અધ્યવસાય અનુસાર કર્મનો સારો કે નરસો બંધ થાય છે. મન, વચન, કાયાના યોગની પ્રવૃત્તિ અને તે સાથે અભિમાન ક્રોધાદિ કષાયોનું મિશ્રણ થવાથી શુભાશુભ કર્મ-બંધન થાય છે. કષાયની પરિણતિ ભાગ્યા સિવાય કર્મબંધ થતો નથી. કષાય ક્રોધાદિ પ્રશસ્ત અને અપ્રશસ્ત એમ બે પ્રકારે છે. પ્રશસ્તથી શુભ કર્મબંધ થાય છે અને અપ્રશસ્તથી અશુભ બંધન થાય છે. મન, વચન, કાયાના યોગની પ્રખળતાથી પ્રદેશબંધ અને પ્રકૃતિબંધ થાય છે અને ક્રોધાદિ કષાયની પ્રખળતાથી સ્થિતિબંધ અને રસબંધ થાય છે.

પ્રકૃતિબંધ એટલે સ્વભાવ સંબંધી બંધ જેમ કે કોઈ કર્મનો જ્ઞાનને દબાવવાનો સ્વભાવ છે, કોઈને દર્શનને શંકાનો સ્વભાવ છે, કોઈનો આત્મસ્થિરતા ન થવા દેવાનો,

કોઈનો સુખદુઃખ આપવાનો, કોઈનો નિદ્રવાનો, કોઈનો પ્રસંશવાનો, કોઈનો હલકા કુળમાં જન્મ આપવાનો કોઈનો અમુક ગતિમાં ફેરવવાનો, કોઈનો ઈષ્ટ પ્રાપ્ત ન થવા દેવાનો, ઇત્યાદિ આઠ કર્મની ૧૫૮ પ્રકૃતિઓના સ્વભાવો બુદ્ધા બુદ્ધા છે. તેનો તેવા ફળની પ્રાપ્તિ કરાવનારો કર્મબંધ, તે પ્રકૃતિ બંધ કહેવાય છે.

સ્થિતિબંધ એટલે અમુક સ્થિતિ પર્થત-વખત સુધી જીવને તે તે જાતના બંધનમાં રોકી રાખવો તે સ્થિતિબંધ કહેવાય છે.

રસબંધ એટલે મધુર કે કડવો રસ જેમ સુખ કે દુઃખ રૂપ અનુભવાય છે તેમ તે તે કર્મના સારા કે નહારા રસો અનુભવવા-સુખ કે દુઃખનો અનુભવ કરવો તે શેરડીના રસ કે લીમડાના રસની માફક કર્મવિપાકનો અનુભવ કરવો. તેમાં પશુ થોડો મીઠો, વધારે મીઠો તેથી વધારે મીઠો એમ સુખનો અનુભવ વિવિધ પ્રકારના તારતમ્યથી થાય છે. તેમ જ કડવો રસ કે તેથી વધારે કડવાશવાળો એમ અનેક પ્રકારની ન્યૂનાધિકતાવાળો દુઃખરૂપ કર્મવિપાક અનુભવવો પડે છે તે રસબંધથી થાય છે.

પ્રદેશબંધ એટલે કર્મના અણુઓનો બંધ. કર્મના જેમ વધારે અણુઓ હોય છે તેમ વધારે વખત સુધી તે કર્મવિપાક સુખદુઃખ આપવા માટે લાંબાય છે. કોઈ વખતે વધારે કર્મનાં દળિયા હોય છે, તથાપિ તેમાં રસ થોડો હોય છે, તો વખત વધારે લાગે છતાં તે કર્મમાં રસ વધારે

ન હોવાથી સુખ કે દુઃખ વધારે તીવ્રતાથી ભોગવવું પડતું નથી. આ પ્રદેશબંધ છે. આ વાત સ્પષ્ટ કરવા માટે શાસ્ત્રમાં એક લાડુનું દષ્ટાંત આપ્યું છે. લાડુમાં લોટ હોય છે તે પ્રમાણે પ્રદેશબંધ છે. ઘી કે સાકરાદિક મીઠાશ હોય છે તે પ્રમાણે રસબંધ છે. લાડુમાં સૂંઠ મરી કે તેવી બીજાં મસાલો હોય છે તેમાં જેમ વાયુ હરવાનો કે કફ મટાડવાનો ગુણ હોય છે તેમ પ્રકૃતિબંધ હોય છે. અને તે લાડુ મહિનો કે પંદર દિવસથી વધારે વખત રહી શકતો નથી બગડી જાય છે અથવા અમુક દિવસમાં તે ખાઈ જવાનો હોય છે એ પ્રમાણે, સ્થિતિબંધ હોય છે, ચાર એકઠા મળવાથી જ લાડુ થાય છે તેમ આ ચાર પ્રકારની બંધન શક્તિઓ-કારણો એકઠાં મળવાથી તે શુભાશુભ કર્મબંધ તૈયાર થાય છે. પછી અવસરે તેનો અનુભવ થાય છે. આ કર્મના વિપાક જીવો અનુભવ કરે છે. તેમાં કોઈ સુખી છે, કોઈ થોડો સુખી છે, કોઈ તેથી વધારે સુખી છે, અથવા કોઈ દુઃખી છે, કોઈ થોડો દુઃખી છે, કોઈ વધારે દુઃખી છે, કોઈ તેથી પણ વધારે દુઃખી છે, ઈત્યાદિ કર્મફળભોગ અનુભવ સંબંધી-વિચાર કરવો. આ કર્મબંધનું કારણ પોતે જ છે. આત્મભાન ભૂલીને પ્રવૃત્તિ કરવાથી બંધ થાય છે. જેવો બંધ તેવો જ અનુભવ છે. આ કર્મ બાંધનાર પોતે છે. તો તે બંધ છોડનાર પણ પોતે છે. બાંધવાની શક્તિ છે. તો છોડવાની શક્તિ પોતામાં હોવી જ જોઈએ, એ વિચાર કરી જે અજ્ઞાનદશામાં બંધ કર્યો છે તે જ બંધ જ્ઞાનદશાએ

તોડી નાખવા માટે સાવધાન થવું અને બીજા બંધો ફરી ન બંધાય તે માટે જાગૃત રહેવું ઇત્યાદિ વિચાર કરવો તે આ ધ્યાનના વિચારનું સાધ્યબિદુ છે. આ પ્રકારના શુભા-શુભ બંધનોનો અનુભવ કરનારા જીવો તે તે કર્મના ઉદયથી કે અનુભવથી કેવા રિખાય છે, દુઃખી થાય છે, સુખી થાય છે, વગેરે તરફ દૃષ્ટિ નાખી તે સમયે એ જ વિચાર કરવો કે આ તેમના અજ્ઞાનજન્ય કે અભિમાનજન્ય વિચારનું કે કર્તવ્યનું પરિણામ છે. મારે પણ આવો અનુભવ કરવાનો વખત આવે તે પહેલાં તે અન્યના અનુભવ ઉપરથી હું અનુભવ કયાં સિવાય પણ શિક્ષા-શિખામણ કે ઘડો લઈ મારું વર્તન સુધારું એમ વિચારી પોતે તેવાં કર્મબંધ કરતાં અટકવું તે પણ આ વિચારનું પરિણામ ઉપજાવનાર ફળ છે.

યોગશાસ્ત્રમાં કહ્યું છે કે—

પ્રતિક્ષણસમુદ્ભૂતો યત્ર કર્મફલોદયઃ ।

ચિંત્યતે ચિત્રરૂપઃ સ વિપાકવિચયો મતઃ ॥૧૨૬॥

યા સંપદાર્હતો યા ચ વિપદા નારકાત્મનઃ ।

एकातपत्रता तत्र पुण्यापुण्यस्य कर्मणः ॥ १२७ ॥

જ્યાં વિવિધ પ્રકારે કર્મના ફળોનો ઉદય પ્રતિક્ષણે ઉત્પન્ન થાય છે તેનો વિચાર કરવો તેને વિપાકવિચય માનેલો છે.

જે અરિહંત દેવની સંપત્તિ અને જે નારકી જીવોની વિપત્તિ, આ બંને સ્થળે પુણ્ય અને પાપકર્મનું સામ્રાજ્ય

(સ્વતંત્ર સત્તા) વર્તે છે અર્થાત્ આ જીવની પોતાની જ કરેલી શુભાશુભ કર્મફળની જ મહેનત છે, તેનું જ પરિણામ છે.

ભાવાર્થ—કર્મફળની ઉત્પત્તિ અને તેના નાશનું સામર્થ્ય કેની અંદર છે તેનો વિચાર અવશ્ય કરવો જ જોઈએ. જે અરિહંત પરમાત્માની સંપત્તિ અનુભવવી અને નરકનાં અસહ્ય દુઃખો અનુભવવા આ જે કહેવાથી દુનિયાનાં સર્વોત્કૃષ્ટ સુખ-દુઃખની સીમા આવી રહી; આવી ઉત્તમ કે અધમ સંપત્તિ કે વિપત્તિ કોણ આપે છે? કોઈના તરફથી તે આવે છે, સ્વાભાવિક આવે છે, કે પોતે જ તેને ઉત્પન્ન કરેલ છે? આ સર્વનો વિચાર કરતાં આનું કારણ સમજાયા વિના રહેતું નથી. કેટલાએક મનુષ્યોની માન્યતા એવી હોય છે કે “આ શરીરથી તે ઉત્પન્ન થાય છે.” કોઈ કહે છે કે “કર્મથી ઉત્પન્ન ઉત્પન્ન થાય છે.” કોઈ કહે છે કે “આત્મશક્તિથી ઉત્પન્ન થાય છે.” આ વિચારોનો નિર્ણય કરવા માટે એક દષ્ટાંત લઈએ. ધારો કે પૂતળાંનો નાચ દેખાડનારાઓ પૂતળાંને મનુષ્યની માફક હાલતાંચાલતાં અનેક પ્રકારનાં ચેનચાળા કરતાં પ્રેક્ષકોને બતાવે છે. આ પૂતળાંની પાછળ ઝીણો તાર તે પૂતળાંનાં શરીર સાથે જોડેલો હોય છે અને એક માણસ પડદાની પાછળ બેસી રહી આ તારને મરજી માફક પણ નિયમિત રીતે ચલાવે છે તેને લઈને પૂતળાંઓ નાચે, ફરે વગેરે ક્રિયાઓ કરે છે. પૂતળાંને ચલાવનાર પડદા પાછળ રહેલા માણસને કે તારને લોકો જોઈ શકતા નથી તેવી ગોઠવણ કરવામાં આવે છે.

આ નાચ જોનારામાં ત્રણ પ્રકારના જીવો હોય છે. કેટ-

લાક અલ્પ બુદ્ધિવાળા તો એમ સમજે છે કે પૂતળાં પોતાની મેળે નાચે છે. તેથી વધારે વિચારની ખિલવણી પામેલા જીવો તે તારોને હાલવાચાલવાની ક્રિયા કરનારરૂપે જુએ છે અને તે વિચારોથી પાર ગયેલા જીવો તો આ પૂતળાંનો નાચ તે તારનાં દોરડાને ખેંચનાર-ચલાવનાર મનુષ્યસત્તાને આધીન થતો જુએ છે.

આવી રીતે સ્થૂળ બુદ્ધિવાળા જીવો આ સ્થૂળ પૂતળાં જેવા શરીરને જ કાર્ય કરનાર ગણે છે. તેઓને આત્મશક્તિની ખબર ન હોવાથી શરીરને સ્વતંત્ર ક્રિયા કરનાર સમજે છે. તેને લઈને જ તેના સગાંવહાલાં કે ઇતર મનુષ્યો તેની સેવા કરે છે તેમના ઉપર તે પ્રસન્ન થાય છે, અને પ્રતિકૂળ વર્તન કરે છે તો તેમને ધિક્કારે છે, તુકસાન કરે છે. આવા વર્ગના લોકો દેહને આત્મા માનનારા અજ્ઞાની જીવો છે. આથી ઊંચા દરજ્જાના લોકો એ બીજા વર્ગના છે. તેઓ પેલા ઝીણા તારના દોરા સમાન કર્મોને કર્તા તરીકે મહત્ત્વ આપે છે. પહેલા વર્ગના કરતા બીજા વર્ગના લોકો વધારે બુદ્ધિમાન અને વિચાર કરનાર છે. આ લોકો બધું મહત્ત્વ તે તારના દોરા સમાન કર્મને જ આપે છે. તેઓ કર્મને જ ચેતન્ય માને છે. આટલે સુધી લોકો ખરા છે કે ઝીણા તારની અસર દેહ ઉપર થતી જુએ છે.

ત્રીજા વર્ગના ઉત્તમ પંક્તિના લોકો તો આ પૂતળાં જે સ્થૂળ શરીર અને આ તારના ઝીણા દોરા સમાન કર્મને મૂકીને એ તારને ખેંચનાર-તારને ગતિ આપનાર પુરુષ સમાન આત્માને જ આ દેહના કે કાર્યના નિયામક સમાન

ગણે છે, એની શક્તિથી જ બધો કાર્યવ્યવહાર ચાલતો સમજે છે. તારને ઠેકાણે રહેલાં કર્મ તેમાં મદદગાર છે, તેમ છતાં આત્મા જ સુખરૂપ છે—આત્મ સ્વરૂપ છે. આ વાત વધારે સ્પષ્ટ અનુભવવા માટે તે પડદાને ચીરી નાખે છે ત્યારે સ્પષ્ટ અનુભવ થાય છે કે આ સર્વ શક્તિ તે પુરૂષની કે આત્માની છે. તે આત્મશક્તિનો થતો દુરુપયોગ દુઃખ કે વિપત્તિજનક છે. અને તે શક્તિથી થતી સારી પ્રવૃત્તિ સુખ કે સંપત્તિ માટે થાય છે. તે શક્તિની પોતાની છાયામાં પોતાના સ્વરૂપમાં વિશ્રાંતિ થવી તે નિર્વાણ ચા મોક્ષને માટે છે.

આ પ્રમાણે પુણ્યપાપરૂપ કર્મ કે જે આત્માના મૂળ જીવનના આધારે ઉત્પન્ન થાય છે અથવા આત્માની એક પ્રકારની શુભાશુભ પ્રવૃત્તિ તેને આધારે ઉત્પન્ન થાય છે તેનો જ આ સર્વ દુનિયામાં અનુભવાતો વિકાસ છે. તે આત્મશક્તિ કેવા રૂપમાં ચોજવી એ આપણા પોતાના જ હાથમાં છે, કારણ કે આપણે પોતે જ તે સ્વરૂપ છીએ.

ધ્યાનશતકમાં કહ્યું છે કે—

પયઙ્ઠિદ્વિપણુભાવમિન્નં સુહાસુહવિમત્તં ।

જોમાણુભાવજણિયં કમ્મ વિવાગં વિચિત્તિદ્વિજ્ઞા ॥૧॥

પ્રકૃતિ, સ્થિતિ, પ્રદેશ અને અનુભવાવના ભેદવાળા તથા શુભાશુભના ભેદમાં વહેંચાયેલા મનાદિ યોગ અને અનુભાવથી ઉત્પન્ન થનારાં કર્મવિપાકનો વિચાર કરવો.

ભાવાર્થ—પ્રકૃતિ એટલે જ્ઞાનવરણીય આદિ આઠ કર્મોના ભેદો. જે ભેદો શુભાશુભ અગર શાતાઅશાતા, સુખદુઃખ,

આદિ ભાગોમાં વહેંચાયેલા છે તે ભેદો વડે કર્મવિપાકનો વિચાર કરવો.

તે આઠ કર્મની સ્થિતિ જ્ઞાન્ય, મધ્યમ, ઉત્કૃષ્ટાદિ કાળના અવસ્થાનરૂપ છે તેનો વિચાર કરવો.

પ્રદેશ-જીવોના પ્રદેશો સૂક્ષ્મ રીતે કર્મ પ્રદેશોની સાથે એક ક્ષેત્રમાં અવગાઠ પામીને રહેલા છે તે કારણથી અનુભવાતા કર્મવિપાકનો વિચાર કરવો.

અનુભાવ-તે જ આઠ કર્મ પ્રકૃતિઓનાં ઉદયનો અનુભવ કરવો. આ કર્મવિપાક મન, વચન, કાયાના યોગો અને અનુભાવથી ઉત્પન્ન થાય છે એમ વિચાર કરવો. અનુભાવ એ જીવનો વિપરીત ગુણ છે. તે મિથ્યાત્વ, અવિરતિ, પ્રમાદ અને કષાયરૂપ છે. આ યોગ અને અનુભાવ બંને વડે જીવને કર્મ ઉત્પન્ન થાય છે. તેનો વિપાક એટલે ઉદય તે સંબંધમાં વિચાર કરવો.

લોકસંસ્થાન વિચય ધર્મધ્યાન

અનંતાનંતમાકાશં સર્વતઃ સુપ્રતિષ્ઠિતમ્ ।

તન્મધ્યે યઃ સ્થિતો લોકો નિત્યો દૃષ્ટો જિનોત્તમઃ ॥૧૨૮॥

સ્થિત્યુત્પત્તિવ્યયોપેતૈઃ પદાર્થેષ્વેતનેતરૈઃ ।

સંપૂર્ણોઽનાદિસંસિદ્ધઃ સ્થિતં યત્ર જગત્ત્રયમ્ ॥૧૨૯॥

અનંતાનંત આકાશ જેની સર્વ બાજુએ આવી રહેલું છે તે લોક છે. જિનેશ્વરે તે લોકને પોતાના જ્ઞાનમાં 'નિત્ય છે' તેમ જાણેલો છે. આ લોક, સ્થિતિ ઉત્પત્તિ અને વિનાશ

પામનારા, ચૈતન્ય અને જડ પદાર્થોથી સંપૂર્ણ છે. તે અનાદિ સિદ્ધ છે, અને તે લોકમાં ગણુ જગત રહેલું છે.

ભાવાર્થ—સ્વાવિક-વિનાપ્રયોગે-ઇચ્છા વિના પણ ઉત્પન્ન થતા વિકાસને હઠાવવા માટે આ લોકસંસ્થાનનો વિચાર કરવાનો છે. લોકમાં પણ કહેવત છે કે ગરમી ગરમીનું ઔષધ થાય છે, તેમ વિચાર એ વિચારનું ઔષધ છે. વિચારથી વિચારો પાછા હઠાવાય છે. વિશેષ એટલો છે કે આ વિચારો પોતે જાગૃતિપૂર્વક કે જાણી જોઇને કરાયેલા હોવા જોઇએ. તેવા વિચારો પણ રાગદ્વેષની ઉત્પત્તિ કરાવનારા ન હોવા જોઇએ પણ મનને સમાધાન-સમતોલ સ્થિતિમાં રાખનાર હોવા જોઇએ અથવા મનને વિરક્તિ પમાડી વિશેષ વિકાસોપરામ કરનારા હોવા જોઇએ અથવા વિચાર કરતાં આ લોક સ્થિતિમાં એક પણ પદાર્થ મનને આકર્ષણ કરી શકે તેવો નથી એવો નિર્ણય કરવા માટે પણ આ જ ધ્યાન ઉપયોગી છે.

લોકનો વિચાર આ પ્રમાણે છે કે જેની સર્વ બાજુ અનંત આકાશ આવી રહેલું છે તેની વચમાં લોક રહેલો છે. લોકસંસ્થાનનો આકાર એ પગ પહોળા કરી દહીં વલોવવા ઊભા રહેલા પુરુષોની માફક, પણ હાથ એ કેડ ઉપર કોણીઓ બહાર પડતી રહે તેમ વાળી રાખેલા હોય તેવો છે. અને તેની ચારે બાજુ સઘળે આકાશ છે. તે લોક આકૃતિની અંદર ચૈતન્ય અને જડ પદાર્થો રહેલા છે. ધર્માસ્તિકાય, અધર્માસ્તિકાય, આકાશાસ્તિકાય, કાળ, પુદ્ગલા-

સ્તિકાય અને આત્મા એ છ પદાર્થોથી ભરપૂર છે. તેમાં કાળ ઔપચારિક હોવાથી અઢી દ્રીપની અંદર હાલતાચાલતા સૂર્યાદિની અપેક્ષાએ છે, બાકી પાંચ દ્રવ્યોથી પૂર્ણ ભરેલા છે. પદાર્થોના મૂળ દ્રવ્યો નિત્ય છે, પર્યાયરૂપે તે અનિત્ય છે, એટલે તેમાં ઉત્પત્તિ, સ્થિતિ અને વિનાશ થયા કરે છે. પાણીમાં પરપોટાઓ, તરંગો ઉત્પન્ન થાય છે અને વિનાશ પામે છે છતાં પાણી તો કાયમ છે. આ પ્રમાણે દરેક દ્રવ્યોમાં ઉત્પન્ન થવાપણું નાશ પામવાપણું અને મૂળ દ્રવ્યે કાયમ રહેવાપણું છે એટલે જડ પુદ્ગલ, દ્રવ્યના અનેક આકારો-ઘાટો અને છે તે તેની ઉત્પત્તિ માનીએ, ઘાટો કે આકારો ભાગી જતાં અન્ય આકારો ધારણ કરે છે તે તેનો નાશ થયો, પરંતુ મૂળ દ્રવ્ય તો કાયમ જ રહ્યું. વળી રૂપાંતર પામી પાછા આકારો શરૂ થાય છે, ટકી રહે છે અને પાછા વિનાશ પામે છે. આવી રીતે સર્વ પદાર્થોમાં ફેરફાર થયા કરે છે. તેવા પદાર્થોથી ભરપૂર આ લોક છે. આ લોક નિત્ય શાશ્વત છે, તેને કોઇએ બનાવ્યો નથી. સંપૂર્ણ છે, અનાદિ-સિદ્ધ છે, તેમાં સ્વર્ગ, મૃત્યુ અને પાતાળરૂપ ત્રણે લોક રહેલા છે. તે પુરુષાકાર આકૃતિવાળા લોકમાં પણ આકાશ છે, તેને લોકાકાશ કહે છે. તેની બહાર આ પાંચ દ્રવ્ય નથી, કેવળ આકાશ જ છે, તેને અલોકાકાશ કહે છે. તે લોકાકાશમાં ચૌદ રાજ લોકની ગણતરી કરવામાં આવે છે ઈત્યાદિ લોકસંસ્થાનનો વિચાર કરવો તે લોકસંસ્થાન ધ્યાન છે.

યોગશાસ્ત્રમાં કહ્યું છે કે—

અનાદ્યનંતલોકસ્ય સ્થિત્યુત્પત્તિવ્યયાત્મનઃ ।

આકૃતિં ચિંતયેદ્યત્ર સંસ્થાનવિચયઃ સ તુ ॥ ૧ ।

આ લોક આદિ અને અંત વિનાનો છે. તેમાં રહેલા પદાર્થ અથવા તે પદાર્થ રૂપ લોક, તે (સ્થિતિ કાયમ રહેનાર) ઉત્પન્ન થનાર અને નાશ પામવાના સ્વભાવનો છે. તેની આકૃતિનો વિચાર જેમાં થાય છે તે સંસ્થાનવિચયધ્યાન કહેવાય છે.

આ ધ્યાન કરવાનું કારણ બતાવે છે.

નાનાદ્રવ્યગતાનંત પર્યાયપરિવર્તને ।

સદાસક્તં મનોનૈવ રાગાદ્યાકુલતાં વ્રજેત્ ॥ ૧ ॥

અનેક દ્રવ્યમાં રહેલા અનંત પર્યાયના પરાવર્તનમાં (ફેરફાર થતા પર્યાયોમાં) નિરંતર બેડાઈ રહેલું મન રાગ-દ્વેષાદિથી બ્યાકુળ થતું નથી.

ભાવાર્થ—પુદ્ગલ કે ચેતન દ્રવ્યના પર્યાયાદિનો જાગૃતિ પૂર્વક વિચાર કરતાં મન વિશ્રાંતિ પામે છે. અથવા રાગદ્વેષ હર્ષખેદથી બ્યાકુળબ્યાકુળ થતું નથી. કોઈ એક મનુષ્ય કે પદાર્થ ઉપર સ્નેહ હોય અને તેનો વિયોગ થતાં સામાન્ય રીતે મનુષ્યને ખેદ થાય છે અથવા તેવા પદાર્થો આવી મળતાં હર્ષ થાય છે. આ હર્ષ કે ખેદ, દ્રવ્ય પર્યાયનો પૂર્વોપર વિચાર કરનારને સંભવ નથી. ન હોવાનું કારણ એ છે કે તેની દૃષ્ટિ અસુક એક પદાર્થ નિયમિત સ્થળમાં રહેલામાં સંકેતિયેલી રહેતી નથી, પણ સર્વ પદાર્થમાં, સર્વ કાળમાં

સર્વ સ્થળમાં વિકાસ પામેલી, વિસ્તારાયેલી હોય છે. તેથી તેવા હર્ષખેદના પ્રસંગમાં તેને તો આ વિચાર થાય છે કે તે પદાર્થનો તો નાશ જ થતો નથી, ફક્ત તેણે આકૃતિ અને સ્થળ બદલ્યું છે. આ પદાર્થ આ સ્થળમાંથી, આ કાળમાંથી તેની આકૃતિને બદલીને બીજા સ્થળમાં, બીજા કાળમાં બીજી આકૃતિરૂપે તો કાયમ જ છે, તો હર્ષ શોક શા માટે કરવો? જે પ્રસંગે જે વસ્તુ મળે છે તે પ્રસંગે પણ તેને હર્ષ નહિ થાય, કારણ કે તેની દૃષ્ટિ સર્વ દેશ, કાળ તરફ કે પદાર્થ તરફ વિકાસ પામી છે તેથી તે એમ જ સમજે છે કે આ પદાર્થ અમુક સ્થળ, અમુક કાળ અને અમુક આકૃતિને બદલાવીને અન્ય સ્થળેથી અહીં આંચો છે અને અહીંથી પણ આ આકૃતિને અમુક વખત પછી બદલાવશે જ. તે સાથે કોઈ પણ સ્થળ કે કાળમાં તેના મૂળ દ્રવ્યનો-અણુનો કે જીવનો નાશ તો થવાનો જ નથી આમ કોઈ પણ વસ્તુની પ્રાપ્તિ કે વિયોગ વખતે ત્રણે કાળમાં દૃષ્ટિ લાંબાવવામાં આવે તો તે વસ્તુના નિત્યપણા વિષે કે વિયોગવાળા અનિત્ય પણા વિષે (દ્રવ્ય કે પર્યાયની અપેક્ષાએ) મનની વિક્ષિપ્ત સ્થિતિ રહેશે નહિ.

તે સાથે એક પોતાના અજ્ઞાન સિવાય આત્મા પણ સ્થળ કે કાળના પ્રતિબંધમાં આવી શકે તેવો છે નહિ. બે પોતાનું અજ્ઞાન હઠાવવામાં આવે તો આત્માને પણ કોઈ દ્રવ્ય, સ્થળ કે કાળનું બંધન નડવાનું નથી. આ સંસ્થાન-વિચયના વિચારથી અનેક ક્ષાયદાઓ થવા સંભવ છે.

આગમમાં કહ્યું છે કે :—

જિણ્ણદેસિયાઈં લઠ્ઠલ્લણસંઠાણાસણવિહાણમાણાઈં ।

ઉપાયઠિઠ્ઠંગાઈં પજ્જયા જેયદઘ્વાણં ॥ ૧ ॥

પંચથ્થિકાયમહ્યં લોગમણાઈંનિધણં જિણ્ણકવાયં ।

નામાઈંમેયવિહિયં નિવિહમહો લોગમેયાઈં ॥ ૨ ॥

જિનેશ્વરે કથન કરેલાં ધર્મોસ્તિકાયાદિ દ્રવ્યોનાં લક્ષણ, સંસ્થાન, આસન (આધાર), ભેદ, પ્રમાણ, ઉત્પત્તિ સ્થિતિ, નાશ ઇત્યાદિ પર્યાયોનો વિચાર કરવો તેમ જ પંચ અસ્તિકાયમય, આદિઅંત વિનાનો લોક છે એમ જિનેશ્વર ભગવાને કહ્યું છે તેના નામાદિ ભેદનો તથા અધોલોકાદિ ત્રણ પ્રકારના ભેદનો વિચાર કરવો.

ભાવાર્થ—ધર્મોસ્તિકાય, અધર્મોસ્તિકાય, આકાશ, કાળ, પુદ્ગલ અને આત્મા-આ છ દ્રવ્યો છે. તેનાં લક્ષણોનો વિચાર કરવો. તેમાં ધર્મોસ્તિકાય જીવોને ચાલવાને મદદ આપે છે. જેમ અધારામાં ચાલવાવાળા દેખતા માણસને દીવો મદદ આપે છે. અધર્મોસ્તિકાય પૃથ્વીની માફક જીવ પુદ્ગલોનો સ્થિર રહેવાની મદદ આપે છે. ખાલી ઘડામાં પાણી આદિ પદાર્થોને જેમ અવકાશ મળે છે, તેમ જીવ પુદ્ગલોને જતાંઆવતાં આકાશ અવકાશ આપે છે. કાળ તબાંજૂનાં બનાવે છે. પુદ્ગલ વૃદ્ધિહાનિ પામે છે. આત્મા એ તત્ત્વસ્વરૂપ-સર્વ પદાર્થોનો જોનાર-જાણનાર છે, ઇત્યાદિ લક્ષણોનો વિચાર કરવો.

સંસ્થાનનો વિચાર કરવો છએ દ્રવ્યની આકૃતિઓનો વિચાર કરવો. દશ્ય જડ પદાર્થની આકૃતિ બને છે. તેના

સમચોરસ, લાંબા, ગોળ આદિ અનેક આકારો છે. ધર્મોસ્તિકાયાદિ અરૂપી વસ્તુઓ આખા લોકમાં વ્યાપી રહેલી છે તેવી તેની આકૃતિ કલ્પવી. આ લોક નીચે ઊંધા વાળેલા રામપાત્રને આકારે છે, વચમાં ઝાલરને આકારે છે અને અંતમાં મૃદંગને આકારે રહેલો છે. તેમાં વ્યાપી રહેલા ધર્મોસ્તિકાયાદિ તે તે આકારે ચિતવવા, અથવા ગૃહાદિમાં રહેલા તે ધર્મોસ્તિકાયાદિનો ગૃહાદિ આકાર પ્રમાણે વિચાર કરવો. આત્મા દેહમાં રહેલો હોય ત્યાં સુધી તેનો આકાર દેહ પ્રમાણે છે એટલે દેહવ્યાપી સમજવો. દેહરહિત આત્મા જ્ઞાનસ્વરૂપે લોકાલોકના સંસ્થાન આકારે કલ્પવો. કાળ ઔપચારિક વસ્તુ હોવાથી તેનો આકાર નથી.

આસન—આધારરૂપે છે. ધર્મોસ્તિકાયાદિનાં આસન તરીકે આધારરૂપે સર્વ પદાર્થોનું રહેવું તે તેનાં આસન છે. તે તેની સ્થિતિ છે.

ભેદ—ધર્મોસ્તિકાય, અધર્મોસ્તિકાય, આકાશ, આત્મા, તેઓના ભેદો અંધ, દેશ, પ્રદેશ અને પરમાણુ ઈત્યાદિ ભેદો સમજવા.

માન—એટલે પ્રમાણ (અમુક લાગની લાંબાઈ-પહોળાઈમાં રહેવાપણું). ધર્મોસ્તિકાયનું પ્રમાણ પોતપોતાના સ્વરૂપ પ્રમાણે સમજવું જેનો ભાવાર્થ ઉપર આવી ગયો છે. તે દ્રવ્યોની ઉત્પત્તિ. સ્થિતિ અને નાશ તે સંબંધી વિચાર કરવો. દ્રવ્યપણે સર્વ નિત્ય છે, પર્યાયપણે અનિત્ય છે. સર્વથા કોઈ વસ્તુનો નાશ થતો નથી. પર્યાયો બદલાયા કરે છે જે પૂર્વે કહેવાઈ ગયું છે.

આ પાંચ અસ્તિકાય સ્વરૂપ લોક (છ દ્રવ્યોમાંથી કાળ-કલ્પિત હોવાથી તેને બાદ કરતાં પાંચ રહે છે તે પંચાસ્તિકાય) છે. તેની આદિ પણ નથી અને અંત પણ નથી. તેનો નામ, સ્થાપના, દ્રવ્ય, ક્ષેત્ર, કાળ, ભાવ, પર્યાય ઇત્યાદિ અનેક પ્રકારે વિચાર કરવો. અથવા તિર્યછોલોક, અધોલોક ઇત્યાદિ અનેક ભેદે વિચાર કરી મનને તેમાં થકવી નાખવું વિચારમાં પલોટવું અને રાગદ્વેષરહિત રહી શકે તેવી રીતે વર્તન કરાવવું ઇત્યાદિ સંસ્થાનવિચય ધર્મધ્યાનનો હેતુ છે.

ધ્યાન કરનાર કેવો હોવો જોઈએ ?

જ્ઞાનવૈરાગ્યસંપન્નઃ સંવૃતાત્મા સ્થિરાશયઃ ।

ક્ષીણોપશાંતમોહશ્ચાઽપ્રમાદી ધ્યાનકારકઃ ॥૧૩૦॥

શુદ્ધસમ્યક્ત્વદર્શી ચ શ્રુતજ્ઞાનોપયોગવાન ।

દૃઢસંહનનો ધીરઃ સર્વષટ્ત્વીવપાલકઃ ॥ ૧૩૧ ॥

સત્યવાક્ દત્તમોજી ચ ચારી બ્રહ્મવિપ્રહૃત્ ।

સીકામચ્છેદ્યાસ્પૃષ્ઠો નિઃસંગો વૃદ્ધસેવકઃ ॥૧૩૨॥

નિરાશો નિષ્ક્રપાયી ચ જિતાશ્વો નિષ્પ્રિગ્રહી ।

નિર્મમ સમતાલીનો ધ્યાતા સ્યાત્ શુદ્ધમાનસઃ ॥૧૩૩॥

જ્ઞાનસંપન્ન, વૈરાગ્યવાન, મનને રોકનાર, સ્થિર ચિત્ત-વાળો, ક્ષીણ મોહવાળો, ઉપશાંત મોહવાળો, અપ્રમાદિ તે ધ્યાન કરવાવાળાનાં લક્ષણો છે. શુદ્ધ સમ્યક્ત્વવાન, સમ્યક્દર્શી, શ્રુતજ્ઞાનના ઉપયોગવાળો, મજબૂત સંહનનવાળો, ધીરજવાન, છ જીવની કાચાતું પાલન કરનાર. સત્ય બોલનાર, આપેલું

ભોજન કરનાર, ઔદ્યાયર્થ ધારણ કરનાર, પવિત્ર હૃદયવાળો, સ્ત્રી અને કામની ચેષ્ટાનો સ્પર્શ નહિ કરનાર, નિઃસંગ, વૃદ્ધસેવા કરનાર, આશા ઈચ્છારહિત, કષાય વિનાનો, ઈન્દ્રિયોને જીતવાવાળો, પરિવ્રજરહિત, મમત્વરહિત. સમતામાં લીન થયેલો, આવા શુદ્ધ મનવાળો ધ્યાન કરવાને યોગ્ય હોય છે.

ભાવાર્થ—ધ્યાન કરવાવાળા જીવોનાં ઉપર જે લક્ષણો જતાવવામાં આવ્યાં છે તે સંપૂર્ણ લક્ષણો જે જીવમાં હોય તો પછી ધ્યાન કરવાની જરૂરિયાત જ રહેતી નથી. ત્યારે આ લક્ષણો શા માટે જતાવ્યાં છે? આ શંકાનું સમાધાન આ પ્રમાણે છે કે બીજામાં શક્તિ છે તે કરતાં અંકુરો કૂટયા હોય તે અધિક ગણાય છે. બીજામાં રહેલી વૃક્ષ થવાની શક્તિની શરૂઆત અંકુરો કૂટયાથી થયેલી ગણાય છે. આ ઠેકાણે પૂર્ણ ગુણો ઝાડ સમાન છે. તેટલા સંપૂર્ણ નહિ. પણ અંકુરો જેટલા જ્ઞાનાદિ ગુણો તો બહાર આવવા જોઈએ જ. આટલી યોગ્યતા આવ્યા પછી અનુકૂળ હવા, પાણી, તાપ, રક્ષણ, ઇત્યાદિની સહાયથી અંકુરો વૃક્ષનું રૂપ ધારણ કરે છે. તેવી જ રીતે અંકુરો જેટલા પણ જ્ઞાન-વૈરાગ્યાદિ ગુણો જીવોમાં પ્રગટ થયા હોય તો પછી ધ્યાનાદિની મદદથી તે ગુણો અનુક્રમે સંપૂર્ણ સ્વરૂપમાં પ્રગટી શકે છે. અર્થાત્ પ્રથમ યોગ્યતાના ગુણ આવ્યા પછી આત્મગુણો ઘણી સહેલાઈથી પ્રગટ થાય છે.

૧. પ્રથમ જ્ઞાન ગુણ જોઈએ. સામાન્ય રીતે પોતે કેણ

છે? પોતાને શું પ્રાપ્ત કરવું છે? તે પ્રાપ્ત કરવા લાયક વસ્તુ ક્યાં છે? કેવાં કારણો મેળવવાથી તે પ્રાપ્ત થઈ શકે છે? તે પ્રાપ્ત ન થવામાં શાં શાં અંતરાયભૂત કારણો છે? આજ સુધી તે વસ્તુ પ્રાપ્ત નથી થઈ તેનું કારણ શું છે? વગેરે ખાખતોનું જ્ઞાન પ્રથમ મેળવી લેવું જ જોઈએ. આટલી જ્ઞાનપ્રાપ્તિરૂપ યોગ્યતા પ્રાપ્ત થઈ હોય તો પછી તે મનુષ્ય ધ્યાન ઉપયોગી થઈ શકે છે.

૨. વૈરાગ્ય—જે વસ્તુ મેળવવી છે તેના તરફ પૂર્ણ પ્રીતિ થવી જોઈએ. અને તે સિવાયની વસ્તુઓમાં વિરક્ત દશા મેળવવી જોઈએ. તેમ ન હોય તો પછી તે વસ્તુ મેળવવાની યોગ્યતા હજી આવી નથી તેમ જ સમજવું જોઈએ. વ્યવહારમાં પણ એવો નિયમ અનુભવાય છે કે જે વસ્તુની ઈચ્છા હોય છે તે વસ્તુ મેળવવા માટે મનુષ્યો પોતાનાં બીજાં બધાં કાર્યોને ભોગ આપી દે છે અને અહોનિશ તે વસ્તુ મેળવવા માટે વિચાર તથા પ્રવૃત્તિ રાખ્યા જ કરે છે, તે વસ્તુને જ મુખ્ય કર્તવ્ય તરીકે સમજી બીજાં બધાં કર્તવ્યોને ગૌણ સમજે છે ત્યારે જ તે વસ્તુ પ્રાપ્ત કરે છે. આ જ પ્રમાણે જે વસ્તુ મેળવવી છે તે જ મુખ્ય કાર્ય માની અહોનિશ દરેક ક્ષણે તેનું જ રટણ રાખવું. તેના ઉપર જ પ્રીતિ રાખવી. સંપૂર્ણ લાગણી તેમાં જ હોવી જોઈએ. તે સિવાયનાં બધાં કાર્યો અસાર, નિર્માદ્ય સમજવાં જોઈએ. તેનું નામ જ વૈરાગ્ય છે. લૂગડાં બદલાવવાં કે અમુક ઈંદનનો વેશ પહેરવો તે વૈરાગ્ય નથી. આ લાગણી હોય તો જ વેષ પ્રમાણુ છે, નહિતર વેષની વિડંબના જ સમજવી

એટલે આવા વૈરાગ્યરૂપ યોગ્યતાની પૂર્ણ જરૂર ધ્યાન કરવાવાળામાં હોવાની જરૂર છે.

૩. સંવૃતાત્મા—ખીજાં બધાં કાર્યોમાંથી ઉઠાવીને એક જ કાર્યમાં મનને રોકી રાખવાની શક્તિ ધ્યાન કરવાવાળામાં પ્રથમ ખીલેલી હોવી જોઈએ. એક જ કાર્યમાં મનની શક્તિનો પ્રવાહ વહેવરાવવાનું બળ આવ્યાથી જમે તેવા ધ્યાનમાં તે સહેલાઈથી પ્રવેશ કરી શકે છે. તે સિવાય અનેક વિકલ્પો મનમાં ઊઠતી વિવિધ વૃત્તિઓ, મનના પ્રવાહનું મહાન બળ ગુદા ગુદા ભાગમાં વહેંચી લઈ ધ્યાનતા પ્રવાહને નબળો પાડી નાખે છે. આ માટે પહેલેથી જ હરકોઈ કામ કરતા હોઈએ તે વખતે તે જ કામમાં પોતાના મનને બરાબર નિયમિત રીતે પરોવીને કામ કરવાની ટેવ વધારવી, જેથી તે ટેવ ધ્યાનમાં વધારે ઉપયોગી થઈ પડશે.

૪. સ્થિર આશય—ધ્યાન કરનારમાં સ્થિરતાનો ગુણ હોવો જોઈએ. ઘડીકમાં આ કરવું અને ઘડીકમાં પેલું કરવું આવા અસ્થિર આશયવાળા જીવો કોઈ પણ કામ સિદ્ધ કરી શકતા નથી. એક ખીજ વાળ્યા પછી પણ અંકુરો ફૂટતાં પાંચ, સાત કે તેથી વધારે દિવસોની વાર લાગે છે અને તેનાં ફળ મેળવવા માટે તો મહિનાઓ કે વર્ષો સુધી રાહ જોવી પડે છે; તેમ જ ધ્યાન કરીને તેના ફળ માટેની તત્કાળ ઇચ્છા કરવી અને તરત ફળ ન મળે તો ખીજા ખીજા ઉપાયો યોજવા તેમ કરવાથી એક પણ અભ્યાસ સિદ્ધ ન થવા દેતાં ફળથી બેનસીબ રહેવા જેવું થાય છે. માટે ચાલુ અભ્યાસમાં

મનને સ્થિર કરી લાંબા વખત સુધી નિયમિત રીતે ઉત્સાહ-
પૂર્વક વળગી રહેવું જોઈએ.

૫. ૬. ક્ષીણ મોહ અને ઉપશાન્ત મોહવાળા ધ્યાન
કરી શકે. આ કહેવાનો આશય એવો છે કે મોહની પ્રબળ
સત્તાનો ક્ષય થયો હોય અગર ઉપશમ થયો હોય તો જ
ધ્યાન બની શકે છે, જ્યાં મોહની પ્રબળતા હોય ત્યાં ધ્યાનનું
નામ પણ સંભવતું નથી. જ્યારે મોહ મંદ થાય છે સંસારનાં
સાધનોથી વિરક્તતા આવે છે, ત્યારે આત્મસ્વરૂપ જ પ્રાપ્તવ્ય
છે, એ જ ખરું કર્તવ્ય છે તેમ સમજાઈને તે મિળવવા માટે
પ્રબળ ઇચ્છા થાય છે ત્યારે જ ધ્યાન સંભવે છે. માટે
મોહનો ક્ષય કે ઉપશમ થવો જ જોઈએ. આ ક્ષય કે ઉપ-
શમ જે કહેવામાં આવ્યો છે તે, તે ગુણ સ્થાનકની
ભૂમિકામાં શરૂઆતમાં જેટલો થવો જોઈએ તેટલા માટે જ
કહેવામાં આવ્યું છે, પણ સર્વથા ક્ષય થયો હોય એમ
કહેવાનો આશય નથી. જો સર્વથા ક્ષય થયો હોય તો પછી
ધ્યાનની જરૂરિયાત જ રહેતી નથી. સર્વથા ઉપશમ અગિ-
યારમે ગુણઠાણે હોય છે અને ક્ષય બારમા ગુણઠાણે થાય
છે. પછી તરત જ તેરમે ગુણઠાણે કેવળજ્ઞાન થાય છે. માટે
જે જે ગુણઠાણે જે જે બતાવું ધ્યાન ઉપયોગી છે તે તે
ગુણસ્થાનકની ભૂમિકા પ્રમાણે મોહનો ક્ષય કે ક્ષયોપશમ
હોવો જોઈએ.

૭. અપ્રાદી—પ્રમાદ વિનાના મનુષ્યો ધ્યાન કરી શકે
છે. મદ (અહંકાર), વિષય, કપાય, નિદ્રા, આગસ, ઈત્યાદિ

પ્રમાદ છે. તેનાથી જે અલગ થયેલ હોય અગર નિદ્રાપ્રમુખને અમુક મર્યાદામાં રોકી શકનાર હોય તે ધ્યાન કરી શકે છે.

૮. શુદ્ધસમ્યક્ત્વવાન—સમ્યગ્દષ્ટિવાળા જીવને ઉત્તમ ધ્યાન હોય છે. આત્માના અસ્તિત્વના હોવાપણા વિષે દૃઢ નિશ્ચયવાળાને શુદ્ધ સમ્યગ્દર્શન હોય છે. પરોક્ષ રીતે પણ જ્યાં સુધી આત્માની પ્રતીતિ થતી નથી ત્યાં સુધી ધ્યાન માટે તેની પ્રવૃત્તિ કેવી રીતે થશે! આત્મા હોય તો પછી જ તે બંધાયેલો છે અને તેને છોડાવવા માટે ધ્યાન કરવું ઇત્યાદિ ઉપાયો લાગુ પડી શકે છે, અથવા સમ્યગ્દર્શી એટલે સારી રીતે અર્થાત્ જડચૈતન્યના વિવેકવાળો જ્યાં સુધી જડચૈતન્યનો વિવેક-ભિન્નતા વિચાર દ્વારા થઈ શકે. પ્રથમ નિર્ણીત થયો નથી ત્યાં સુધી ધ્યાન માટે તે ઉપયોગી નહિ વ્યવહારથી જડચૈતન્યની ભિન્નતા થાય છે. પછી તેના અનુભવ માટે ધ્યાનાદિની આવશ્યકતા છે એટલે સમ્યક્ત્વવાન અથવા સમ્યગ્દર્શી જીવ ધ્યાનને યોગ્ય છે.

૯. શ્રુતજ્ઞાન ઉપયોગ—શ્રુતજ્ઞાન ઉપયોગવાળો જીવ ધ્યાનને યોગ્ય છે. સાંભળવાથી થયેલું જ્ઞાન તે શ્રુતજ્ઞાન. અથવા સિદ્ધાંતથી-શાસ્ત્રોથી થયેલું આત્માદિ પદાર્થોનું જ્ઞાન તે શ્રુતજ્ઞાન. ધ્યાનમાં વિચારવા લાગ્યે જે પદાર્થો શ્રુતજ્ઞાનથી જાણી શકાય છે તે જાણ્યા હોય તો જ શ્રુતજ્ઞાનનો ઉપયોગ રહે છે. અર્થાત્ 'પોતાનું' કર્તવ્ય સ્મરણમાં રહે છે. નહિતર આડે રસ્તે જતરી જવાનો ભય વધારે રહે છે. ઘણી વખત સિદ્ધિઓ આદિ ચમત્કારો તરફ દોરવાઈ જવાનો ભય રહે

છે અને શ્રુતજ્ઞાનથી સિદ્ધિ આદિઓના વિપાકો-ભાવિ પરિણામો-જાણવામાં હોય તો તેવી દુઃખદાયક લાલચોમાં ફસાતાં અટકી શકાય છે, માટે શ્રુતજ્ઞાનનો સારો પરિચય ધ્યાનીએ કરવો યોગ્ય છે.

૧૦. દૃઢસંઘચણુ—શરીરની દૃઢતા કે મજબૂતતા સિવાય ધ્યાન પાર પડતું નથી. ધ્યાન કરવાવાળાને શરીરનો મોટો આધાર છે. શરીર નખળું પડ્યું કે મન નખળું પડવાનું જ, સ્થિરતા ચાલી જવાની જ, આળસ અને પ્રમાદ વગર તેડયાં આવવાનાં જ. એટલા માટે શરીર નીરોગી અને મજબૂત હોવું જોઈએ. શરીરની નખળાઈને લીધે જામેલું ધ્યાન પણ છોડી દેવું પડે છે, અથવા હૃદ ઉપરાંત શ્રમ લાગવાથી શરીર વહેલું ખપી જાય છે. અથવા લથડી પડે છે વજ્જ-રિપસ નારાય સંઘચણુવાળાને મોક્ષ થાય એમ શાસ્ત્રમાં કહેલું છે તે વિચારપૂર્વક કહેલું છે. એવી મજબૂતાઈ વિનાનાં શરીરો લાંબા વખતના ધ્યાનમાં તદ્દન નિરુપયોગી થઈ લાયક થઈ પડે છે.

૧૧. ધીર—વૈર્યાવાન મનુષ્ય સહેલાઈથી ધ્યાન સિદ્ધ કરે છે. હું કરીશ જ, પાર પામીશ જ, ગમે તેમ થાય પણ આત્મલાલ થયા વિના પાછો નહિ જ હડું, આવી ધીરજવાળો, આવો ઉત્સાહી માણસ કાર્ય સિદ્ધ કરે છે. એક વાર ફતેહ-મંદ ન થયે તો બીજી વાર, ત્રીજી વાર, ચોથી વાર પણ ધીરજવાન મનુષ્ય પાછો ન હઠતાં આખરે વિજય મેળવે છે.

૧૨. સર્વ જીવોનો પાલક-પૃથ્વી, પાણી, અગ્નિ, વાયુ, વનસ્પતિ, વસ (મોટા સર્વ જીવ) આ છ જીવનિકાય છે

જીવોનો સમુદાય છે. તેનું રક્ષણ કરનાર જીવ ધ્યાનને માટે યોગ્ય છે. જીવો તરફ વેર-નવરોધ રાખનારનું મન કેવી રીતે શાંત રહી ધ્યાન કરી શકશે? અથવા બેઠરકારીથી, અનુપયોગે કે અજ્ઞાનદશામાં આ જીવોનો વધ-સંહાર-જે જીવથી થતો હોય તે જીવમાં વિશુદ્ધિ ક્યાંથી હોય? અજ્ઞાની, બિનઉપયોગીનું ધ્યાન શા કામનું? પોતાના ભક્ત માટે કે બચાવ માટે અનેક જીવોનું ખૂડું ઇચ્છનાર જીવોનું હૃદય પવિત્ર ક્યાંથી હોઈ શકે? સર્વ જીવો આત્મસ્વરૂપ, આત્મતુલ્ય જ્યાં સુધી ન માન્યા હોય ત્યાં સુધી તેમના હૃદયમાંથી વિક્ષેપ કદાપિ ઘટનાર-ઓછો થનાર નથી. ત્યાં સુધી તે જીવો પ્રત્યે રાગદ્વેષની બિંમિઓ બિડતી જ રહેવાની. માટે સર્વ જીવો તરફ આત્મબુદ્ધિ કરી તેમને જરા પણ પોતાના તરફથી નુકસાન ન થાય તેમ વર્તવું.

૧૩. સત્ય બોલનાર—ધ્યાન કરનાર સત્યવક્તા હોયો બેઠંએ. આત્મસ્વરૂપ પ્રગટ કરવા ઇચ્છતા જીવોમાં અસત્ય, છળ, પ્રપંચ, દંભ, ઇત્યાદિ દુર્ગુણો હોવા ન જ બેઠંએ અને હોય તો પછી તે ધ્યાન શા માટે કરે છે? અથવા તે ધ્યાન કરીને શું મેળવવા ઇચ્છે છે? કારણ, તેનો પ્રયાસ કેવળ પરિશ્રમમાત્ર જ છે.

૧૪. દત્તભોજ—આપેલું ભોજન કરનાર. આ વચન ત્યાગીઓને ઉદ્દેશીને કહેલું છે. પ્રથમ જ કહેવામાં આવ્યું છે કે ગૃહસ્થાશ્રમમાં ધ્યાન અપવાદ તરીકે હોય. બાકી તો ત્યાગમાર્ગમાં જ વિશેષ પ્રકારે ધ્યાન હોય છે, એટલે તે ત્યાગી વ્યવહારના પ્રપંચમાં ફસાયેલો ન હોવો બેઠંએ.

મધુકરી વૃત્તિથી ગૃહસ્થનાં ગૃહોથી આહાર લાવી, યથેચ્છાએ તેઓએ આપેલો હોય તે લાવી, નહિ કે તેને રંભડી, ભાંડી, દુઃખી કરીને લાવેલો હોય, તેવા આહારથી શરીરનું પોષણ કરનાર હોવો જોઈએ. આ કહેવાથી આહાર માટે પણ નિશ્ચિતતા ધારણ કરનાર, આટલો પણ વિશ્લેષ નહિ ધરાવનાર મનુષ્ય સહેલાઈથી ધ્યાન કરી શકે છે. તે સિવાય બીજી કેટલીક મુશ્કેલી જિભી થવા સંભવ છે.

૧૫. પ્રહારચારી—ધ્યાન કરનાર જીવ પ્રહારચર ધારણ કરનાર હોવો જોઈએ. પ્રહારચારી એટલે બદ્ધવીર્યવાળો હોવો જોઈએ. વીર્ય એ શરીરનો રાજા છે. તે જેટલું મજબૂત અને કબજામાં હોય છે તેટલું જ ધ્યાન મજબૂત અને વધારે થાય છે. વીર્યના ક્ષયવાળા જીવોનાં શરીરો નિર્મોલ્ક હોય છે. તેઓ પ્રહારચારી હોય છતાં પણ ધ્યાનને લાયક નથી. વીર્યનું રક્ષણ કરવું એ જ ખરી રીતે પ્રહારચર છે. તેનાથી ઉપયોગની નાગૃતિ પ્રબળ રહે છે. શરીર નીરોગી રહે છે. લાંબા વખત સુધી એક સ્થળે ધ્યાનમાં બેસી રહેવાનું કામ તેને સહેલું થાય છે, બુદ્ધિ વિકાસ પામે છે, અને તે વીર્યનો બધા ધ્યાનની ગરમીમાં થાય છે. વીર્યબદ્ધતા વિનાના જીવો ધ્યાનની ગરમીથી કે વધારે વિચાર કરવાથી મગજશક્તિ જોઈ બેસે છે. વિચારોની અસર મગજ ઉપર મજબૂત થાય છે. તે બે બદ્ધવીર્ય હોય તો તે વિચારોની અસર હદથી વધારે મગજ ઉપર થતી નથી મગજના માવાનો જે ક્ષય થાય છે તેની જગા આ વીર્યની ઘટ્ટતા પૂરે છે એટલે મગજ બગડતું કે લથડતું નથી નહિતર મગજનો દુખાવો, ચક્રી

કે મગજની નબળાઈ માલૂમ પડ્યા વિના રહેતી નથી. માટે બ્રહ્મચર્યના રક્ષણની ધ્યાનમાં ખાસ જરૂર છે.

૧૬. પવિત્ર હૃદય—ધ્યાનમાં હૃદયની પવિત્રતા ઉપયોગી છે. વિષયવાસનાની અપવિત્રતા કે કોઈનું યૂરુ કરવાની ઈચ્છા અથવા બદલો લેવાની કે વ્યવહારિક માન-પાનાદિકની ઈચ્છા ઇત્યાદિ કારણોથી થતી હૃદયની અપવિત્રતા ચિત્તને ધ્યાનમાં ઠરવા દેતી નથી. પણ ઊંચટું દુધ્યાન વધારે છે. મનની એકાગ્રતાનો પ્રવાહ કર્મક્ષય કરવાને બદલે, હૃદયની અપવિત્રતાને લીધે ઊંચટો દુધ્યાન વધારી મૂકવા તરફ ફેલાય છે, જેના પરિણામે મનમાં આત્મરોદ્રધ્યાન સ્કુરવા માંડે છે માટે હૃદયપવિત્રતાની ખાસ જરૂરિયાત છે.

૧૭ સ્ત્રી અને કામચેટાનો સ્પર્શ નહિ કરનાર—સ્ત્રીનો સ્પર્શ કરવો તે કામઉત્પત્તિનું કારણ છે. ત્યાગમાર્ગમાં સ્ત્રીનો સ્પર્શ ન કરવાનો મજબૂત પ્રતિબંધ મૂકવામાં આવ્યો છે અને તે સકારણ છે તથા ઉપયોગી પણ છે. શરૂઆતની સ્થિતિમાં તેો વિશેષ ઉપયોગી છે. પૂર્વેના સંસ્કારોને લઈ પ્રસંગે ભાન ભુલાવવાનો ઘણો સંભવ છે. વ્યવહાર પ્રસંગને વધારવાનું નિમિત્ત છે. કામચેટાનો સ્પર્શ પણ આત્મસ્થિતિનો પ્રતિબંધક છે. ખરી આત્મસ્થિતિ તેો અકામ થવાથી જ થઈ શકે છે. કામની સ્થિતિને ભોગથી નાખવાથી એટલે તેને ઓળંગી જવા પછીથી જ આત્મશાંતિ મળી શકે છે. ઉત્તમ ધ્યાનની શરૂઆત કરવા ઈચ્છનાર જીવોમાં આ કામની સ્થિતિ મંદ થઈ જવી જ જોઈએ. કામની પ્રયત્ન વાસના હોય ત્યાં સુધી નંદિષેષ અને આર્દ્રકુમારાદિની માફક

હિતમ આત્મશાંતિ મળી શકતી નથી, તેનો પ્રબળ વેગ ભોગવી લીધા પછી જ આ માર્ગમાં પ્રવેશ થઈ શકે છે. અને સહેજસાજ અનિકાચિત ઉદય હોય તો તે સત્સંગથી તથા આત્મધ્યાનથી નાશ પામે છે.

૧૮. નિઃસંગ—ધ્યાન કરનારે મનુષ્યોના વિશેષ સંસર્ગમાં—સંબંધમાં ન આવવું જોઈએ. જ્ઞાની પુરુષોના સમાગમમાં તો અવશ્ય રહેવું જોઈએ. પણ અહીં જે નિષેધ કરવામાં આવ્યો છે તે કુસંગનો નિષેધ કયો છે. જેનો સંગ કરવાથી સંસારની ભાવના ઉત્પન્ન થાય, આત્મઉપયોગ બુલ્લાય તે કુસંગ છે. સત્સંગ ન મળે તો એકલા રહેવું, નિર્જન પ્રદેશમાં રહેવું, પણ કુસંગમાં તો ન જ રહેવું અથવા પોતે ગમે તેવા મનુષ્યના સંબંધમાંથી ગુણ ગ્રહણ કરી શકે છે, કે નવું શીખી શકે છે તેવી જાગૃતિમાં આવ્યો હોય, એટલો આત્મગુણ પ્રગટ થયો હોય, પોતે ન લેપાતાં આગ્રહ જ વધી શકે તેમ છે તેવી ખાતરી થતી હોય તો પછી તેને બાધ નડતો નથી તથાપિ શરૂઆતમાં તો કુસંગથી તદ્દન અજાણ રહેવું તે જ યોગ્ય છે. કેટલાક પ્રસંગોમાં કર્મના ઉદયને લઈ, જ્ઞાનદશાવાળાને પણ બુલાવો ખવરાવી જાગૃતિ બુલાવી દે તેવું પ્રબળ બળ કુસંગનું થઈ પડે છે. એટલે અસંગ રહેવાનો ગુણ ધ્યાન કરનારમાં હોવાની જરૂરિયાત છે.

૧૯. વૃદ્ધની સેવા કરનાર—વૃદ્ધ મનુષ્યો ઘણા અનુભવી હોય છે. તેઓ આ દુનિયામાં-આ જન્મમાં-વહેલા આપેલા હોવાથી તેમણે ઘણો અનુભવ મેળવેલો હોય છે. ઘણી આફતો કે વિપત્તિઓમાંથી તે પસાર થયેલા હોય છે

તેમના પહેલાંના મનુષ્યો તરફથી પણ તેમને ઉપયોગી સૂચનાઓનો વારસો મળેલો હોય છે. એટલે તેમની સેવા કરનાર માણસને એ ઉપયોગી શીખામણો કે સારી સલાહો તે આપી શકે છે. વિશેષ એટલો છે કે એકલા વયોવૃદ્ધ માણસમાં આ સર્વ શુભ હોતા નથી પણ સાથે તેઓ જ્ઞાનવૃદ્ધ હોવા જોઈએ, પોતાનું ભલું કરવાની લાગણી છે ત્યાંથી આગળ વધવાની અને સત્ય મેળવવાની લાગણીવાળા તે હોવા જોઈએ. તે પણ એકલી લાગણી કરીને બેસી રહેનારા ન હોવા જોઈએ, પણ સાથે જાતમહેનતથી અનુભવ લેનારા હોવા જોઈએ. એકલા ઉંમરમાં વૃદ્ધ માણસો તો એવા પણ હાલ દેખાય છે કે છોકરાં કરતાં પણ તુચ્છ બુદ્ધિવાળા અને “સાઠે બુદ્ધિ નાહી”—આ કહેવતને ધારણ કરનારા હોય છે. તેમની સોજતથી તો કાંઈ મળતું નથી, પણ વયોવૃદ્ધ સાથે જ્ઞાનવૃદ્ધ, વિચારવૃદ્ધ અને અનુભવવૃદ્ધ હોય તેવાઓની સેવા કરનાર મનુષ્ય ઘણી અગત્યની ઉપયોગી બાબતોની માહિતી ધરાવતો હોવાથી ધ્યાનમાં તેને સરળતા થવા સારો ફાયદો થાય છે.

૨૦. નિરાશ—ધ્યાન કરનાર કોઈ પણ પ્રકારની આ લોક કે પરલોક સંબંધી આશા-ઈચ્છા-રહિત હોવો જોઈએ. આશા એ જ બંધન છે. એ જ વિક્ષેપ ઉત્પન્ન કરાવનારી છે. મન સ્થિર ન થવા દેનાર આ આશા જ છે. સર્વ આશાઓના ત્યાગ કરનારને આત્મજ્ઞાન ઉત્પન્ન ન થાય તો પરમાત્મા તેનો સાક્ષી છે. મતલબ કે સર્વ પ્રકારની આશાનો ત્યાગ કરનાર અવશ્ય આત્મજ્ઞાન પામે છે. કેટલાએક મનુષ્યો નાનાપ્રકારના ચમત્કાર કે સિદ્ધિઓ મેળવવાની આશાએ

ધ્યાનમાર્ગમાં પ્રવેશ કરે છે, પણ તે સાધકને ખબર નથી હોતી કે આ આશા એ જ મલિનતા છે. આશાના વિચારથી અનેક પ્રકારના વિક્ષેપો મનમાં ઘોળાયા કરે છે. જ્યાં સુધી આટલી કે આવી પણ આશા મનમાં છે ત્યાં સુધી મન સ્થિર થતું નથી. અને તે સ્થિરતાના અભાવે આગળ વધી શકતું નથી. તેમ થતાં, નથી થતું આત્મધ્યાન, કે નથી મળતી સિદ્ધિઓ. એટલે ઉભયબ્રહ્મ થવાય છે. સિદ્ધિ, ઓની આશા રાખવી તે તે નકામી છે, તેમનો સ્વભાવ જ એવો છે કે ઇચ્છા કરશે. એટલે તે દૂર ભાગશે. લાયકાત આપ્યા સિવાય ઉત્તમ શક્તિ આવતી નથી, માટે ઇચ્છારહિત થઈ જવાની જરૂર છે. કોઈ પણ પ્રકારની ઊંડા અંતરમાં પણ આશા કે ઇચ્છા છુપાયેલી ન હોય તે જ લાયકાત મેળવવાનો માર્ગ છે. માનપાનની, મત-પંથ ચલાવવાની પણ ઇચ્છાઓ છોડવાથી જ આત્માના માર્ગમાં પ્રવેશ થાય છે. જ્યાં સુધી ઇચ્છા, આશારૂપી દુર્ગંધ હૃદયમાં ઉછળ્યા કરે છે ત્યાં સુધી આત્મારૂપ મહારાજના મહેલમાં તો શું પણ તેના આંગણમાં પણ પ્રવેશ કરવાનો અધિકાર નથી. સર્વ ઇચ્છાઓનો ત્યાગ એ જ આત્મમહેલમાં પ્રવેશ કરવાનું મૂળ દ્વાર છે. આ સિવાય બીજું કોઈ સાધન આત્મશુભ પ્રગટ કરવાનું નથી એ ચોક્કસ ધ્યાનમાં રાખશો.

૨૧. કષાયરહિત થવું—આત્મધ્યાન કરનાર મનુષ્યે ક્રોધ, માન, માયા, લોભરૂપી કષાયોને જરા પણ સ્થાન કે આદર ન આપવો, પણ આત્મશુભમાં મદદ કરનાર ક્ષમા, નમ્રતા, સરળતા અને સંતોષરૂપ મિત્રોને બોલાવીને સદા

પાસે રાખવા- સર્વ જીવો આત્મા સમાન છે ત્યાં કોઈ શાનો? માન કેનાથી? માયા શા માટે? અને લોભ જી બાબતનો કરવાનો બાકી રહે છે? આત્મસ્વરૂપ સિવાય બીજું કંઈ પણ પ્રાપ્તવ્ય રહેતું નથી, ત્યાં કષાયોને નિમ્ન-ત્રણ આપવાનો અવકાશ ક્યાં છે? તે પ્રદેશમાં તેમનો પ્રવેશ જ નથી. અને જ્યાં તેમનો પ્રવેશ છે ત્યાં આત્મ-જ્ઞાન જ નથી. પ્રકાશ અને અંધકાર સમાન આત્મજ્ઞાન અને કોષાદિક કષાય પરસ્પર વિરુદ્ધ સ્વભાવવાળા છે, ત્યાં એકની હયાતીમાં બીજાની પ્રાપ્તિની વાત જ શા માટે કરવી જોઈએ?

૨૨. જિતેન્દ્રિય થવું—ઇન્દ્રિયોના વિષયો તરફ ઈષ્ટ આપનાર-મન દોડાવનાર-આત્મધ્યાન કરી શકે નહિ. મન ઇન્દ્રિયોને પ્રેરે છે, ઇન્દ્રિયો બહારના વિષયોનો પ્રકાશ મનને પહોંચાડે છે: એમ અન્યોન્ય વિશ્લેષ પામેલાં મન ઇન્દ્રિયો બહારના ઈષ્ટ અનિષ્ટ પુદ્ગલોનો ગ્રહણ-ત્યાગ કરી, તેમાં રાગદ્વેષ ઉત્પન્ન કરીને આત્મા ઉપર વધારે આવરણ ચડાવે છે. ધ્યાનથી આવરણ ઓછાં કરવાનાં છે, તેને બદલે આથી વધારો થાય છે. એટલે ઇન્દ્રિયોના વિષયો ધ્યાનમાં મદદગાર નથી, પણ વિઘ્ન કરનાર છે તેમ સમજી ઇષ્ટાનિષ્ટ ઇન્દ્રિયોના વિષયો તરફ લક્ષ ન આપવું. અર્થાત્ ઇષ્ટાનિષ્ટ વિષયોમાં રાગદ્વેષ ન થાય તે રૂપ જિતેન્દ્રિય થવું. તેથી જ ધ્યાનમાં સ્થિરતા થાય છે.

૨૩. નિષ્પરિગ્રહી—બાહ્ય દેખાતો પરિગ્રહ ધન, ધાન્ય, ગૃહ, પશુ, સ્ત્રી, રાજ, કુટુંબાદિ અને આંતરપરિગ્રહ-કામ-ક્રોધાદિ-તેનો ત્યાગ કરનાર મનુષ્ય ધ્યાનને યોગ્ય થઈ શકે

છે. પરિગ્રહ એટલે વસ્તુઓ ઉપર આસક્તિ. આ આસક્તિ કે મમતા જીવને બંધનમાં બેડનાર છે. મન તે તે વસ્તુમાં ભગ્યા કરે છે. તે તે વસ્તુના વિચારો કરી વિશ્લેષ પામે છે. તે ઈષ્ટ વસ્તુનો નાશ થવાથી દુઃખી થાય છે. તેને ઉપાર્જન કરવામાં કલેશ સહન કરવો પડે છે. ઉપાર્જન કરેલાના રક્ષણ માટે અનેક વિકલ્પો કરવા પડે છે. વ્યવહારદશામાં ધન-ધાન્યાદિ પરિગ્રહ ઉપયોગી છે પણ ત્યાગમાર્ગમાં અને વિશેષ કરી ધ્યાનમાર્ગમાં પ્રવેશ કરનાર માટે તો આ પરિગ્રહ દુઃખરૂપ છે; ધ્યાનનો વિદ્વાત કરનારો છે. માટે પરિગ્રહરહિત મનુષ્ય ધ્યાનને યોગ્ય છે એમ જે કહ્યું છે તે યોગ્ય જ છે.

૨૪. નિર્મમ—મમત્વરહિત થવું તે ધ્યાનમાર્ગની યોગ્યતા વધારનાર છે. કોઈ પણ વસ્તુ ઉપર મારાપણનો આગ્રહ બંધાવો તે મમત્વ છે. આ વસ્તુ મારી છે, હું તેનો માલિક છું—આ મમત્વ અહંકારને પોષણ આપે છે. અહંકાર સંસારમાર્ગનું બીજ છે. અહંકાર હોય તો જ મંસાર હોય, અને અહંકારનો નાશ થાય તો, જન્મમરણાદિથી થતા દુઃખરૂપ સંસારની નિવૃત્તિ થાય, હું અને મારું એ મોહરાયના ગુપ્ત મંત્રો છે. હું એ શબ્દથી સૂચિત જે પુણ્યલિક સર્વ પદાર્થો તે મારા નથી. આ હું તે હું નથી અને આ મારા તે મારા નથી, એ સિવાયની જે સ્થિતિ પાછળ રહે છે તે આત્મસ્થિતિ છે. એ મેળવવા માટે અહં-ભાવનો નાશ સાધવો તે નિર્મમતા છે. અથવા તે આત્મ ધ્યાનની યોગ્યતા મેળવવા માટે નિર્મમપણની ભાવના દઢ કરવી.

૨૫. સમતામાં લીન થવું—સર્વ જીવોને પોતાની સમાન જોવા, શુભાશુભ કર્મની અપેક્ષાએ જે વિષમતા કે વિવિધતા આપણા જોવામાં આવે છે તેના તરફ દૃષ્ટિ ન આપતાં આત્માના મૂળ સ્વરૂપ ઉપર લક્ષ આપવું, તે આંતર-સ્વરૂપ તરફ દૃષ્ટિ થતાં સર્વ જીવો જરા પણ તફાવત વગરના અનુભાવમાં આવશે. આત્મા સ્વભાવે જોવો છે તેવો ને તેવો જ છે. અનંતકાલથી જે સ્વભાવ છે તે અત્યારે પણ છે ને અનંતકાલે પણ તેવો જ રહેશે. જે સિદ્ધ પરમાત્માનો આત્મા છે તેવો જ આપણો આત્મા અત્યારે પણ છે. સત્તા એટલે આત્માના મૂળ સ્વભાવ તરફ દૃષ્ટિ આપતાં સર્વ જીવો તરફ સમતા લાવવાનું કામ સહેલું થાય છે. વિષમતા એટલે રાગદ્વેષની પરિણતિથી ઉત્પન્ન થયેલી વિવિધતા. એ સર્વ વિષમતા શુભાશુભ કર્મનાં પરિણામો તરફ જોતાં જ દેખાવ આપે છે. આવી સમતામાં લીન થનાર જીવને આત્મ-ધ્યાન પ્રાપ્ત થવામાં જરા પણ વિલંબ લાગતો નથી. ખરેખર ધ્યાનની યોગ્યતા આ લક્ષણવાળામાં હોય છે. આવા લક્ષણોથી જેનું મન શુદ્ધ થયેલું છે, તે ધ્યાન કરવાને યોગ્ય અધિકારી મનુષ્ય છે. આ સર્વ ગુણો ખડું જ મનન કરવા જેવા છે. દરેક ગુણ પોતાની અંદર પ્રગટ થાય તે માટે ઘણા જ આગ્રહપૂર્વક પ્રયત્ન રાખતા જે આત્મસ્વરૂપ પ્રાપ્ત કરવું અત્યારે વિષમ જેવું થઈ પડેલું જણાય છે, તે એવું તો સરલ થઈ પડશે કે સહેજ વખતમાં આત્મસ્વરૂપ અનુભવી શકાશે.

ધ્યાનશતકમાં કહ્યું છે કે—

સવ્વપમાયરહિયા મુણિણો સ્ત્રીણોવસંતમોહા ય ।

જ્ઞાયાસો નાળવ્રજા ધમ્મજ્ઞાણત્સ નિદ્દિઢ્ઠા ॥ ૧ ॥

સર્વ પ્રમાદરહિત, જ્ઞાનરૂપ ધનવાળા, ક્ષીણ મોહવાળા અથવા ઉપશાંત મોહવાળા (અનંતાનુબંધીની ચોકડી તથા સમકિત મોહની, મિશ્રમોહની અને મિથ્યાત્વ મોહનીએ સાત પ્રકૃતિનો ક્ષય કરનાર તે ક્ષપક-અથવા ઉપશમ કરનાર તે ઉપશામક) મુનિઓ ધર્મધ્યાનના ધ્યાનવાળા કહ્યા છે.

અપ્રમત્તપ્રમત્તારુપૌ મુલ્યતઃ સ્વામિનો મતૌ ।

ચત્વારઃ સ્વામિનઃ કૈશ્વિત્ ઉક્તા ધર્મસ્ય સૂરિમિઃ ॥૧૩૬॥

પ્રમત્ત છઠ્ઠા ગુણસ્થાનકવાળા અને અપ્રમત્ત સાતમા ગુણસ્થાનકવાળા મુખ્ય વૃત્તિએ ધર્મધ્યાનના સ્વામી-અધિકારી (કરવાવાળા) માનેલા છે. કોઈ એક આચાર્યે ધર્મધ્યાન કરનારા ચાર ગુણસ્થાનકવાળાને (ચોથું, પાંચમું, છઠું અને સાતમું) એમ ચાર ગુણ સ્થાનકવાળાને) કહ્યા છે. મતલબ કે કોઈ છઠ્ઠા ગુણસ્થાનકથી ધર્મધ્યાનની શરૂઆત કહે છે. કોઈ આચાર્યનું કહેવું એમ છે કે ચોથે ગુણસ્થાનકે તે સમ્યક્ત્વ ગુણ પ્રગટ થાય છે, તો જે અંશે આત્મગુણ પ્રકટ થાય છે તે અંશે ત્યાંથી ધર્મધ્યાનની શરૂઆત માનવી જોઈએ. અપેક્ષા દષ્ટિએ બન્ને વાત બરાબર છે.

પ્રકરણ ૮

ધર્મધ્યાનના આલંબનભૂત ધ્યેય બીજી રીતે કહે છે.

પિંડસ્થ ચ પદસ્થં ચ રૂપસ્થં રૂપવર્જિતમ્ ।

ઇત્યન્યચ્ચાપિ સદ્ધ્યાનં તે ધ્યાયન્તિ ચતુર્વિધમ્ ॥૧૩૭॥

પિંડસ્થ, પદસ્થ, રૂપસ્થ ને રૂપાતીત એમ બીજી રીતે પણ તે મુનિઓ, આર પ્રકારે ધ્યાવે છે, વિચારે છે.

ભાવાર્થ—ધ્યાતા એટલે ધ્યાન કરનાર, ધ્યેય એટલે ધ્યાન કરવા લાયક આલંબન. ધ્યાન એટલે ધ્યાતા અને ધ્યેયને સાથે જોડનાર ધ્યાતા તરફથી થતી સજાતીય પ્રવાહવાળી અખંડ ક્રિયા, એટલે જે આલંબનરૂપ ધ્યેય છે તેમાં અગર તે તરફ અંતરદષ્ટિ કરી, તે લક્ષ સિવાય મન બીજું કંઈ પણ ચિંતવન ન કરતાં એકરસ સતત તે વિચારની એક જાતની એક વૃત્તિનો અખંડ પ્રવાહ ચલાવ્યા કરે તે.

પિંડસ્થ, પદસ્થ, રૂપસ્થ અને રૂપાતીત, આ આર પ્રકારનાં ધ્યેય, એટલે ધ્યાન કરવા લાયક આલંબનો છે. પિંડમાં રહે તે પિંડસ્થ. પિંડ એટલે શરીર અને તેમાં રહેનાર આત્મા તેનું ધ્યાન કરવું તે પિંડસ્થ ધ્યાન છે. શરીરનાં અમુક અમુક ભાગેમાં જુદી જુદી માનસિક કલ્પના કરી મનને તે તે આકારે સ્વેચ્છાથી જાગૃતિપૂર્વક પરિણુમાવવું અથવા આત્મઉપયોગને તે તે પ્રકારે પરિણુમાવવો તે પિંડસ્થ ધ્યાન છે. આંતરમન અને આત્મઉપયોગ એ કંઈ પણ રીતે જુદાં સંભવતાં નથી દ્રવ્ય મન જેવા જેવા આકારો ધારણ કરે છે આત્મઉપયોગ તેવા તેવા આકારે પરિણુમે છે. ખરી રીતે આત્મસ્વરૂપે (કંઈ પણ પ્રકારના વિકારી આકાર વિના) આત્મઉપયોગને સ્થિર કરવો, તે આત્મસ્વરૂપ છે. આવી સ્થિતિ અનાદિકાલના અભ્યાસને લીધે એકદમ ન થાય તે માટે આ બધી જુદી જુદી કલ્પનાઓ છે, તે તે કલ્પના પ્રમાણે સ્વેચ્છાનુસાર પરિણુમાવાની ટેવ પાડ્યા પછી મૂળ

સ્થિર સ્વરૂપે સ્થિર રહેવાનું સુગમ પડે માટે આ કલ્પનાઓ ફરી પડે છે જેમ બાણુવાળી કે ગોળીબાર કરનાર બાણ કે ગોળીથી લક્ષ લેઈ કરવાની ટેવ પાડવા માટે પ્રથમ ગમે તે સ્થળ વસ્તુ લક્ષ તરીકે રાખી તેને વીંધવાની ટેવ પાડે છે. આ પ્રથમની લક્ષ વીંધવાની ટેવ તે કાંઈ સાચો શત્રુ નથી, પણ મહ્યાસ છે. આ અહ્યાસમાં વિજય મેળવ્યા પછી જ તે બાણ કે ગોળીથી સાચા શત્રુને વીંધી કે ભેઠી નાખે છે. આ જ પ્રમાણે આ મનોકલ્પિત ધ્યેય સંબંધે સમજવું. રૂપાતીત ધ્યાન છે તે આત્મધ્યાન છે. તેમાં પહોંચવા માટે પ્રથમ રૂપ-વાળાં-સ્થૂળ ધ્યાન કરવાં તે ઉપયોગી છે. સ્થૂળ સિદ્ધ કર્યા વગર સૂક્ષ્મ-નિરાકાર રૂપાતીત-આત્મસ્વરૂપનું ધ્યાન થઈ શકે જ નહિ આટલી પ્રસ્તુત ઉપયોગી વાત જણાવી હવે મૂળ પ્રસંગ ફર આવીએ. પદસ્થ ધ્યાનમાં કેટલાએક પવિત્ર પદોનું ધ્યાન કરવાનું છે. પવિત્ર મંત્રો એટલે પરમાત્માના નામ સાથે સંબંધ ધરાવનાર મંત્રો. તેમનું ધ્યાન કરવું તે ધ્યાનને પદસ્થ કહેવામાં આવ્યું છે.

સ્થૂળ રૂપવાળાં અને સમોવસરજીમાં રહેલા સાક્ષાત્ શબ્દવત્ત્વમૂર્તિ તીર્થ-કરોનાં શરીરો કે તેમની ધાતુ-પાષાણાદિની મૂર્તિઓ, તેઓને ધ્યેય તરીકે રાખી, મનની તેમાં એકાગ્રતા ફરી તે રૂપસ્થ ધ્યાન છે. અને જેમાં કોઈ પણ પ્રકારનાં સ્થૂળ રૂપાદિ લક્ષણો નથી એવા આત્માના શુદ્ધ સ્વરૂપનું લક્ષ્ય તેમાં મનોવૃત્તિના અખંડ પ્રવાહને ગાળી દઈ આત્મસ્વરૂપ અનુભવવું તે રૂપાતીત ધ્યાન છે.

હવે તે પિંડસ્થાદિ ધ્યાનનું સ્વરૂપ અનુક્રમે બતાવે છે.

પિંડસ્થ દ્યેયની પાંચ ધારણા

પિંડસ્થે પંચ વિજ્ઞેયા ધારણા તત્ર પાર્થિવી ।

આગ્નેયી મારુતી ચાપિ વારુણી તત્ત્વભૂસ્તથા ॥૧૩૮॥

પાર્થિવી, આગ્નેયી, મારુતી, વારુણી અને તત્ત્વભૂ-પિંડસ્થ દ્યેયની આ પાંચ ધારણા બાણવી.

ભાવાર્થ—આપણા લાંબા વખતના પરિચયવાળા પાંચ સ્થૂલ ભૂતોના સંબંધમાં (આ પિંડસ્થ દ્યેયમાં) ધારણા કરીને પછી આત્મસ્વરૂપની ધારણા કરવાની છે. સ્થૂલ ભૂતો જે પૃથ્વી, પાણી, અગ્નિ, વાયુ, અને આકાશરૂપ છે, જેનો પરિચય આપણને લાંબા વખતનો છે, તેથી તેની સાથે આત્મામાં મનને સ્થિર કરવું. તેના બુદ્ધિ બુદ્ધિ આકારો પ્રમાણે મનની સાથે આત્મઉપયોગને પરિણામવાની ટેવ આપણી મરજી અનુસાર પાડવી તે વધારે અનુકૂળ પડશે એમ ધારી શાસ્ત્રકાર પિંડસ્થ દ્યેય પાંચ ધારણાએ કરી બતાવે છે. પાર્થિવી એટલે પૃથ્વી સંબંધી વિકારવાળી ધારણા, આગ્નેયી એટલે અગ્નિ સંબંધી ધારણા, મારુતી એટલે વાયુ સંબંધી ધારણા, વારુણી એટલે પાણી સંબંધી ધારણા, આ ધારણાના પ્રસંગમાં આકાશની ધારણા આવી જશે, પહેલી પૃથ્વી સંબંધી ધારણા સાથે સમુદ્રના પાણી સંબંધી ધારણા કરવામાં આવી છે અને છેલ્લી ધારણા તત્ત્વભૂ છે, એટલે તત્ત્વસ્વરૂપે-આત્મસ્વરૂપે-થઈ રહેવાની છે. આત્મા એ જ પરમાત્મા છે. આત્માથી પરમાત્મા બુદ્ધો નથી એ વિષયને જણાવવાવાળી આ ધારણા છે.

પિંડસ્થ-પિંડ-દેહ તેમાં રહેલ તે પિંડસ્થ. તેનું ધ્યાન તે પિંડસ્થ ધ્યાન. પિંડમાં પાંચ ભૂત છે, તથા આત્મા છે. તેથી પ્રથમ પાંચ ભૂતની સ્થૂળ ધારણા બતાવી છે અને તેમાં મન સ્થિર થતાં જે સાધ્ય પિંડમાં રહેલ આત્મા છે તે પિંડસ્થનું ધ્યાન બતાવેલ છે. પિંડસ્થ ધારણાનો ખરો અર્થ આ જ છે કે પિંડ એટલે શરીર અને તેમાં રહેલ આત્મા તે જ પરમાત્મા છે. તેનું ધ્યાન કરવું તે પિંડસ્થ ધ્યાન છે. આ વાત પાંચમી ધારણા વખતે પ્રગટ કહેવામાં આવશે.

પાર્થિવી ધારણા

તિર્યગ્લોકસમં ધ્યાયેત્ ક્ષીરાદિં તત્ર ચાંબુજમ્ ।

સહસ્રપત્રં સ્વર્ણમં જંબુદ્વીપસમં સ્મરેત્ ॥ ૧૩૯ ॥

તત્કેસરતેરંતઃસ્ફુરત્પિંગપ્રમાઞ્જિતામ્ ।

સ્વર્ણચલપ્રમાણાં ચ કર્ણિકાં પરિચિતયેત્ ॥ ૧૪૦ ॥

શ્વતસિંહાસનાસીનં કર્મનિર્મૂલનોદયતમ્ ।

આત્માનં ચિતયેત્તત્ર પાર્થિવી ધારણેત્યસૌ ॥ ૧૪૧ ॥

તિર્યંગલોકના જેવડો એક ક્ષીરસમુદ્ર ચિતવવો. તેમાં જંબુદ્વીપ જેટલા પ્રમાણનું, સોના સરળી હળાર પાંખડીવાળું એક કમળ ચિતવવું. તે કમળનાં કેસરોની પંક્તિની અંદર ચળકતી પીળી કાંતિવાળી મેરુ પર્વતના જેવડી કર્ણિકા ચિતવવી. તેના ઉપર ઘોળા સિંહાસન ઉપર બેઠેલા, કર્મને મૂળથી ઉખેડી નાખવાને તત્પર થયેલા પોતાના આત્માને ચિતવવો. આ પાર્થિવી ધારણા છે.

ભાવાર્થ—શાંત પ્રદેશમાં પત્તાસનાદિ સ્થિર આસને બેસી, મનને વિશ્લેષરહિત કરી, ઈષ્ટ દેવ ગુરુનું સ્મરણ કર્યા પછી, મનમાં કલ્પના કરવી કે એક રાજલોક જેવડો મહાન વિસ્તારવાળો એક સમુદ્ર છે. તે સમુદ્રના આકારે મનને પરિણમાવયું; અર્થાત્ તે સ્થળે સમુદ્ર દેખવા પ્રયત્ન કરવો અને તે સમુદ્ર દેખાવો જોઈએ. જેમ આપણે કોઈ નિયમિત ગામ કે સ્થળ પહેલાં ઘણી વાર જોયું હોય અને પછી તેને યાદ કરતા હોઈએ તે વખતે તે સ્થળનો ભાગ તે સ્થળની ઝાંખી નજર આગળ તરી આવે છે, અને મન વધારે લીન થાય તો સાક્ષાત્ નજરે નજર જોતા હોઈએ તેવો ભાગ દેખવામાં આવે છે, તેવી રીતે આ સમુદ્રને જોવો. આ વિચાર વખતે આંખો મીચેલી રાખવી. પછી તે સમુદ્ર દ્વિધથી ભરેલો છે. સમુદ્રનું પાણી દ્વિધ જેવું છે, એમ ચિંતવવું, દ્વિધ જેવું પાણી દેખાયા પછી, તેમાં હજાર પાંખડીઓવાળું એક મોટું જંબુદ્વીપ જેવડું (લાખ યોજનના વિસ્તારવાળું) કમળ તે સમુદ્રની વચમાં છે એમ વિચારવું. આ કમળનાં પત્રો સોનાના જેવાં છે એમ ચિંતવવાં. તે કમળના વચલા ભાગમાં સુંદર ચળકતા પીળા વર્ણની કેસરો-કર્ણિકા ચિંતવવાં. આ કેસરો કમળના પ્રમાણમાં મોટાં ચિંતવવાં; એટલે લાખ યોજનની લંબાઈવાળા મેરુ પર્વતને તે કમળના કેસરોને સ્થળે ચિંતવવો. આ વિસ્તારવાળા મેરુ પર્વતના ભાગ ઉપર કલ્પવૃક્ષોની સુંદર ઘટાઓ પંક્તિબંધ આવી રહેલી છે. તેના વચલા ભાગમાં એક સુંદર શિલા આવી રહેલી છે. તેના ઉપર સ્ફટિક રતનનું ધોળું સિંહાસન છે એમ ચિંતવવું.

તે સિંહાસન ઉપર હું પોતે બેઠો છું અને કર્મોને મૂળથી ઉખેડી ફેંકી દઉં છું, આવી કલ્પના કરવી-મન એવે આકારે પરિણમી શકે. આ વખતે આ ચિંતનમાં આત્મઉપયોગ એકરસ થઈ જવો જોઈએ. અર્થાત્ આપણે જે આ કલ્પના કરી છે તે સાક્ષાત્ અનુભવતા હોઈએ તેમ અનુભવ થવો જોઈએ.

એ વાતની આપણને ખબર છે કે કલ્પનાથી કર્મબંધ થાય છે. અનેક વાર જીવો માનસિક કલ્પનાઓ એવી કરે છે કે તે નિરુપયોગી કર્મબંધ કરાવનારી અને હલકા પ્રકારની હોય છે. તો જેમ નઠારી કલ્પનાથી કર્મબંધ થાય છે તેમ સારી કલ્પનાથી આપણને સારું ફળ પણ થવું જ જોઈએ. ન્યાય બંને ઠેકાણે સરખો છે. વળી આ કલ્પનાઓમાં ઉપયોગ લઠાકારપણે પરિણમે છે, એટલે આ કલ્પના પણ સાચું રૂપ પકડે છે. અર્થાત્ કલ્પનાના પ્રમાણમાં શુભાશુભ ફળની પ્રાપ્તિ થાય છે. આ કલ્પનામાં નિર્મળ આત્મ-ઉપયોગી ધારણા હોવાથી નિર્જરા પણ થાય છે. કેવળ શુદ્ધ આત્મસ્વરૂપ પ્રગટ કરવાની જ ધારણા હોવાથી આ કલ્પનાનું ફલ કર્મનિર્જરાના રૂપમાં આવે છે.

હું મારા કર્મોનો સર્વથા નાશ કરું છું. આ કલ્પનાની સાથે ને કલ્પનારૂપે એકરસ થવાનું હોવાથી તે ચાલુ પ્રવાહને બીજા વિકલ્પોથી ખંડિત થવા ન દેતાં તેની અખંડ ધારણા રાખવી. તેમ કરવાથી આત્મબળમાં વધારો થાય છે, મન નિર્મળ થાય છે, ધારણા દૃઢ થાય છે, અને વાસનારૂપ કર્મનો નાશ થાય છે. આ પાર્થિવી ધારણા છે. આ ધારણા પછી આગળ વધવું.

आग्नेयी धारणा

ततोऽसौ निश्चलाभ्यासात् कमलं नाभिमंडले ।
 स्मस्त्यतिमनोहारि षोडशोन्नतपत्रकम् ॥ १४२ ॥
 प्रतिपत्रसमासीनस्वरमालाविराजितम् ।
 कर्णिकायां महामंत्रं विस्फुरन्तं विचितयेत् ॥ १४३ ॥
 रेफरुद्धं कलाविंदुर्लाघितशून्यमक्षरम् ।
 लसद्विदुल्लटाकोटीकातिव्याप्तहरिन्मुखम् ॥ १४४ ॥
 (अहं) तस्य रेफाद्विनिर्यान्तीं शनैर्धूमशिखां स्मरेत् ।
 स्फुलिगसंतति पश्चात् ज्वालालीं तदनंतरम् ॥ १४५ ॥
 तेन ज्वालाकलापेन वर्धमानेन संततम् ।
 दहत्यविरतं धीरः पुंडरीकं हृदि स्थितम् ॥ १४६ ॥
 तदष्टकर्मनिर्माणमष्टपत्रमधोमुखम् ।
 दहत्येव महामंत्रध्यानोत्थ प्रबलानलः ॥ १४७ ॥
 ततो देहाद्वह्निर्ध्यायेत् त्रिकोणं वह्निमंडलम् ।
 ज्वलत्स्वस्तिकसंयुक्तं वह्निबीजसमन्वितम् ॥ १४८ ॥
 देहं पद्मं च मंत्रार्चिरंतर्वह्निपुरं वह्निः ।
 कृत्वाशु भस्मसाच्छाम्येत्स्यादाग्नेयीति धारणा ॥ १४९ ॥
 पार्थिवी धारणानो निश्चल अभ्यास यथा पृथी ध्यान
 करनाराज्ये ओं क सुंदर कमल ओं या सोम पत्रोपाणु नाभि-
 मंडलमां चितवयुं. द्वरेक पत्र उपर जेठेदी स्वरनी भावाथी

શોભતી કૃષ્ણિકામાં સ્કુરાચમાન થતા મહામંત્ર અર્જનું ચિંતન કરવું. આ મહામંત્ર રેફથી રૂંધાયેલો, કલા અને બિંદુના ચિહ્નવાળો, આકાશ અક્ષર (આકાશ બીજ) દ્વારા કરને ચળકતા બિંદુના તેજની કોટિ કાંતિ વડે દિશાના મુખને વ્યાપ્ત કરતો ચિંતવવો. તે રેફમાંથી ધીમે ધીમે નીકળતી ધુમાડાની શિખાનું ચિંતન કરવું. પછી તેમાં અગ્નિના તણુખાની સંતતિ નીકળતી અને પછી જ્વાલાની પંક્તિ નીકળતી ચિંતવવી. નિરંતર વૃદ્ધિ પામતા તે જ્વાલાના સમૂહ વડે ધીર પુરુષે હૃદયમાં રહેલા કમળને તત્કાળ બાળી નાખવું. તે આઠ કમલના બનેલા આઠ પત્રોવાળા અધોમુખ કમલને મહામંત્રના ધ્યાનથી ઉત્પન્ન થયેલો અગ્નિ બાળી જ નાખે છે એમ કલ્પવું. ત્યાર પછી દેહની બહાર ત્રિકોણ અગ્નિમંડલનું ચિંતન કરવું. તે ત્રિકોણ અગ્નિમંડલ અગ્નિબીજ તથા ચક્રચક્રતા સ્વસ્તિક સહિત છે એમ ધ્યાવું. પછી દેહને કમળને તથા મંત્રમાંથી નીકળતા અગ્નિની જ્વાળાવાળા અંતરના અગ્નિને અને બહારનું અગ્નિમંડલ તે સર્વને તત્કાળ સખરૂપ કરી નાખીને શાન્ત થઈ રહેવું તે આગ્નેયી ધારણા છે.

ભાવાર્થ—પાર્થિવી ધારણાને અભ્યાસ કેટલાક દિવસ કરતાં તે અભ્યાસ દંઠ થયા પછી આગળ અભ્યાસ ચલાવવો દંઠ ધારણા એટલે જ્યારે જે ઠેકાણે તે ધારણાનું ચિંતન કરીએ ત્યારે તે સ્થળે તરત જ વિલંબ વિના તે દેખાવ ખડો થાય એટલે દંઠ અભ્યાસ થયો કહેવાય ત્યારપછી નાભિની અંદર એક સુંદર સોળ પાંખડીનું કમળ ચિંતવવું. તેના પાંદડાઓ ખુલ્લાં, ઊંચાં, ઊભા હોય, અર્થાત્ નાભિના નીચલા

ભાગ તરફ તેની ડાંડલીવાળો (ડી'ટિયાવાળો) છેડાનો ભાગ હોય અને મુખનો ભાગ હૃદય તરફ ખુલ્લો હોય તેવું ચિત્તવવું. તે દરેક પત્ર ઉપર એક સ્વર બેઠેલો હોય તેમ ચિત્તવવું. તે સ્વર અનુક્રમે (અ, આ, ઇ, ઈ, ડ, ડ, ઝ, ઞ, ટ, ઠ, ડ, ઢ, ણ, ણ, ઓ, ઔ, અં, અઃ) આ પ્રમાણે છે. તે સ્વરોને કમળના પત્ર પ્રમાણે ગોળાકારમાં ગોઠવી દેવા. તે કમળની વચલી કર્ણિકા કેસરના ભાગમાં દેહીખ્યમાન મહામંત્ર અર્હેને સ્થાપન કરવો, આ મંત્રમાં આકાશ ળીજ 'હ' કાર છે તેના ઉપર રેફ, ખિંડુ અને કળા મૂકતાં 'ર્હે' થાય છે છતાં મૂળ મંત્ર અર્હે છે, એટલે અ આગળ વધારતાં અર્હે થાય છે. આ મૂળ મંત્ર એટલો બધો તેજસ્વી ચિત્તવવો કે તેની સુંદર ચળકતી પ્રભાથી દિશાનાં મુખો પણ વ્યાપ્ત થયાં હોય, પ્રકાશમાન થતાં હોય, એવો ચિત્તવવો; અને ધ્યાન ધરવું એટલે તે તરફ થોડો વખત મનને અંતર ઉપયોગ સાથે સ્થિર કરીને બેસા કરવું.

આ પ્રમાણે તે મૂળ મંત્ર અર્હેનું ધ્યાન કરવા પછી તેના રેફમાંથી ધીમે ધીમે ધુમાડાની એક શિખા-ધારા નીકળતી હોય તેમ ચિત્તવવું. તે ધુમાડાની શિખા દેખવામાં આવે ત્યાર પછી તે મૂળ મંત્રના રેફમાંથી અગ્નિના તણખાઓ ઊઠતા નીકળતા ચિત્તવવા. આ અગ્નિના તણખા નીકળતા થાય એટલે ધુમાડાની શિખા ઓછી થતી હોય તેમ ધારવું. તણખા નીકળ્યા પછી તે મૂળ મંત્રના રેફમાંથી અગ્નિની જ્વાળાઓ નીકળતી ચિત્તવવી.

આ વખતે હૃદયમાં એક આઠ પાંખડીનું કમળ ચિંતવવું આ કમળ સોળ પાંખડીવાળા નાભિના કમળની ઉપર ઊંધું અર્થાત નીચું મુખ રાખી તે સોળ પાંખડીવાળા કમળ ઉપર લટકવું હોય તેમ પણ કેટલાએક આંતરે (છેટે) રહેલું ચિંતવવું. આ આઠ પાંખડીવાળા કમળના દરેક પાંદડાં ઉપર એક એક કર્મ (૧ જ્ઞાનાવરણીય, ૨ દર્શનાવરણીય, ૩ વેદનીય, ૪ મોહનીય, ૫ આયુષ્ય, ૬ નામ, ૭ ગોત્ર, ૮ અંતરાય-એ પ્રમાણે) ગોઠવી દેવાં. ત્યાર પછી નાભિકમળની કર્ણિકામાં રહેલા મૂળમંત્ર અહં ના રેકુમાંથી જે જવાળાઓ નીકળતી હતી, તે જવાળાઓ વધારે વૃદ્ધિ પામીને આઠ પાંખડીવાળા ઊંધા મુખવાળા કમળ ઉપર પડી અને તે કમળમાં રહેલાં આઠે કર્મને તે બાળી નાંખે છે. આ મહામંત્રમાંથી નીકળતી અગ્નિજવાળા અવશ્ય તે કમળ સાથે કર્મોને બાળી જ નાંખે છે એમ મજબૂતાઈથી ચિંતવવું અને તદ્દાકાર થઈ જવું.

ત્યાર પછી શરીરની બહાર એક ત્રણ ખૂણવાળો અગ્નિનો કુંડ છે, જેની અંદર લડલડાટ કરતો અગ્નિ બળી રહેલો છે; ધુમાડા વિનાની અગ્નિની જવાળાઓ-લડકાઓ થઈ રહેલા છે એમ ચિંતવવું. તે ત્રિકોણ અગ્નિકુંડના ઉપરના એક ભાગમાં એક તેજસ્વી સાથિયો છે, તથા બીજી તરફ અગ્નિબીજ (દ્વ)કાર છે એમ ચિંતવવું. એવી દૃઢતાથી ચિંતન કરવું કે તે અગ્નિકુંડ, તેમાંથી નીકળતી જવાળાઓ, લડકાઓ, સાથિયો (દ્વ)કાર વગેરે દેખાઈ આવે.

ત્યાર પછી આ દેહ કે જેનાથી આત્મા અત્યંત જુદો છે, તે આત્મા આ દેહનો પણ જોતાર છે, દ્રષ્ટા છે, તેનો

ખરો અનુભવ કરવા માટે અર્થાત તે ભિન્નતા વિચારદૃષ્ટિથી. ખરોખર અનુભવવા માટે તે અગ્નિકુંડની અંદર આ પોતાના દેહને નાખી દેવો. અને પોતે તો દૂર ઊભા રહીને શરીર બળ્યા કરે છે તેમ જોયા કરવું. તે શરીર બાળીને રાખ થઈ ગયું, આઠ અને સોળ પાંખડીનાં કમળો બાળીને રાખ થઈ ગયાં, મંત્રમાંથી નીકળતી અગ્નિની જ્વાળાઓ હતી તેની રાખ થઈ ગઈ, અને છેવટે બહારના કુંડમા જે અગ્નિ બળતો હતો તે પણ રાખરૂપ થઈને શાંત થઈ ગયો. આ પ્રમાણે સર્વ શાન્ત થઈ ગયું. એક રાખનો ઢગલો થઈ ગયો એમ ચિંતવી શાંતિ લેવી; કાંઈ વિચાર કર્યા વગર શાન્ત બેસી રહેવું. આ બીજી અગ્નિ સંખંધી ધારણા છે.

ધર્મધ્યાનની વાયુ સંખંધી ધારણા

તતસ્ત્રિભુવનાભોગં પૂર્યન્તં સમીરણમ્ ।

ચાલયન્તં મિરીનબ્ધીન્ ક્ષોમયન્તં વિચિન્તયેત્ ॥૧૫૦॥

તત્ત્વ મસ્મરજસ્તેન શીઘ્રમુદ્ભૂય વાયુના ।

દૃઢભ્યાસઃ પ્રશાન્તિં તમાનયેદિતિ મારુતી ॥૧૫૧॥

ત્યાર પછી પરિપૂર્ણ ત્રણે ભુવનને ભરી દેતા, પહાડોને ચલાયમાન કરતા, સમુદ્રોને ક્ષોભ પમાડતા, વાયુને ચિંતવવો તે વાયરા વડે રાખના ઢગલાને તત્કાલ હલાવીને ઉડાડી દઈને દૃઢ અભ્યાસવાળા ધ્યાતાએ તે વાયુને શાન્તિમાં લાવવો એ મારુતી ધારણા છે.

સાવાર્થ—આ બીજી ધારણામાં સારી રીતે પ્રવેશ થયા

પછી ત્રીજી વાચવી ધારણાનો અભ્યાસ કરવો. મન બાળક જેવું છે. જેમ કેળવીએ, જે ટેવ પડાવીએ તે પ્રમાણે કેળવાય છે-ટેવ પાડે છે. આપણા કહ્યા મુજબ મન કરે તે એક રીતે મન આપણને સ્વાધીન થાય છે એમ કહેવામાં જરા પણ અડચણ નથી. આપણી ઇચ્છા વિરુદ્ધ, જાગૃતિ વિના, એક સંજ્ઞાએ મન જે દોડધામ કરી મૂકે છે, એક વિચારમાં રોક્યા છતાં વચમાં બીજા વિચારો કરી મૂકીને જે મૂંઝવણો ઊભી કરી મૂકે છે, તેના કરતાં આપણે બતાવીએ તે વિચારો કરે-તે આકારો પકડે તે ઘણું જ ઉત્તમ છે. જુઓ કે હજી તે મનની ખરી નિર્મળતા તો રૂપાતીત ધ્યાનમાં જ થાય છે, તથાપિ આપણા મનની ધારણા નીચલી અપેક્ષા એ ઘણી ઉત્તમ છે. હવે મનથી એવી કલ્પના કરો કે, વાયુ ઘણો પ્રચંડ વાવો શરૂ થાય છે. તત્કાળ તેવી કલ્પના સિદ્ધ ન થાય તો પહેલાં કેઈ વખત વધારે વાયરો ચાલુ થયેલો તમારા જોવામાં આવ્યો હોય તેવી કલ્પના કરો કે તેની સ્મૃતિ અહીં કરો અને ધીમે ધીમે તેમાં વધારો કરતા રહો. તે એટલે સુધી કે આખાં ત્રણ ભુવન પવનથી વ્યાપ્ત થઈ ગયાં છે અને તે એવા ઝપાટાથી વાયરો વાય છે કે મોટા મોટા પહાડો પણ ચલિત થઈ ગયા છે તથા સમુદ્રો ફોલા પામીને મચાંદા મૂકવા માંડ્યા છે, પાણીનાં મોટાં મોજાંઓ સમુદ્રમાં ઊછળી રહ્યા છે. આ વિચારોથી તેવો દેખાવ દેખાયા પછી પૂર્વે અગ્નેયી ધારણામાં જે શરીર તથા કર્મ આદિનો રાખનો ઢગલો થયેલો પડ્યો હતો તે આ વાયુના ઝપાટાથી આકાશમાં ઊડી ગયો છે તેમ ચિંત-

વવું. ત્યાર બાદ માનસિક કલ્પનાને બદલાવવી એટલે જે પ્રચંડ વાયુ વાઈ રહ્યો હતો તેને તદ્દન શાંત કરી દેવો, એટલે જરા પણ વાયુ વાતો નથી તેવી સ્થિતિ મનથી કલ્પવી આ વાયવી ધારણા છે.

વારુણી ધારણા

સ્મરેદ્વર્ષતુધાસારૈઃ ઘનમાલાકુલં નમઃ ।

તતોઽર્ધેન્દુસમં કાન્તં મંડલં વારુણાક્ષિતમ્ ॥૧૫૨॥

નમસ્તલં સુધામ્ભોમિઃ પ્લાવયેત્તપુરં તતઃ ।

તદ્રજઃ કાયસંભૂતં ક્ષાલયેદિતિ વારુણી ॥૧૫૩॥

મેઘની માળા વડે ઘેરાયેલા અને અમૃતના પાણી વડે વર્ષતા આકાશનું ચિત્રન કરવું. ત્યાર પછી અર્ધઅંદ્ર સમાન સુંદર અને વરુણ બીજ (વ)ના ચિહ્નવાળું વરુણમંડળ ચિત્રવવું. ત્યાર પછી તે વરુણપુર અમૃતના પાણી વડે આકાશ તળે પલાળી દે છે એમ ચિત્રવવું. અને શરીરની ઉપજ થયેલી તે રજને ધોઈ નાખે છે એમ વિચારવું તે વારુણી (પાણીની) ધારણા છે.

ભાવાર્થ—વાયુની ધારણા સ્થિર થયા પછી પાણીની ધારણા કરવી. તે ધારણામાં પ્રથમ આકાશ ચિત્રવવું. આ આકાશ વાદળાંઓની ઘટાથી ઘેરાયેલું છે અને તેમાંથી અમૃતના પાણીનો વરસાદ વરસી રહ્યો છે. એ ભાવના દઢ થયા પછી, વરુણપુર કે વરુણમંડલનું ચિત્રવન કરવું. આ વરુણપુર અર્ધ અંદ્ર સમાન સુંદર ચળકતું છે અને તેના

ઉપર વરુણ ળીજ (વં)તું ચિહ્ન છે, એમ ચિંતવવું. ત્યાર પછી આ વરુણમંડલમાંથી અમૃતનો વરસાદ વરસતો ચિંતવવો અને તેથી આખું આકાશ પલળી જાય છે એમ ચિંતવવું. તે સાથે પ્રથમ શરીરની ભરમ જે આકાશમાં ઉડાડી નાંખી હતી તેથી મલિન થયેલું આકાશ આ અમૃતના પાણીથી સાફ ધોઈ નાંખવું અને તેથી નિર્મળ શુદ્ધ આકાશ થઈ જાય છે, એમ ચિંતવન કરવું તે વારુણી (પાણીની) ધારણા છે.

તત્ત્વ સ્વરૂપ ધારણા

સપ્તધાતુવિના ભૂતં પૂર્ણેન્દુવિશદદ્યુતિમ્ ।

સર્વજ્ઞકલ્પમાત્માનં શુદ્ધબુદ્ધિઃ સ્મરેત્તતઃ ॥૧૫૪॥

તતઃ સિંહાસનાસીનં સર્વાતિશયભાસુમ્ ।

વિધ્વસ્તાશેષકર્માણં કલ્યાણમહિમાન્વિતમ્ ॥૧૫૫॥

સ્વાંગમર્મે નિરાકારં સ્વં સ્મરેદિતિ તત્ત્વભૂઃ ।

સામ્યાસ ઇતિ પિંડસ્થે યોગી શિવસુખં મજેત્ ॥૧૫૬॥

ત્યાર પછી સાત ધાતુ વિનાના પૂર્ણચંદ્ર સમાન નિર્મળ કાંતિવાળા, સર્વજ્ઞ સરખા પોતાના આત્માને શુદ્ધ બુદ્ધિવાળા ધ્યાતાએ ચિંતવવો. ત્યાર પછી સિંહાસન પર બેઠેલા, સર્વ અતિશયથી દેહીયમાન સર્વ કર્મોનો નાશ કરનાર, માંગલિક મહિમાવાળા, નિરાકાર આત્માને પોતાના શરીરની અંદર ચિંતવવો તે તત્ત્વ સ્વરૂપ ધારણા છે. આ પ્રમાણે પિંડસ્થ ધ્યાનમાં સતત અભ્યાસવાળો યોગી મોક્ષસુખ પામે છે.

ભાત્રાર્થ—વારુણી ધારણા સિદ્ધ થયા બાદ શુદ્ધ બુદ્ધિ વાળા ધ્યાતા યોગીએ, સાત ધાતુ વિનાના સ્વરૂપવાળો એટલે લોહી, માંસ, હાડ, ચામ આદિ શરીરની અંદર રહેલી ધાતુ સિવાયના સ્વરૂપવાળા અને પૂર્ણચંદ્ર સમાન નિર્મળ કાંતિને ધારણ કરનારા પોતાના આત્માને સર્વજ્ઞના સરખો ચિંતવવો. એટલે જે સર્વજ્ઞ તેજ હું છું, મારામાં અને સર્વજ્ઞમાં જરા પણ તફાવત નથી. આ વિચાર મનની કલ્પના-માત્રજ નહિ કે બોલવા માત્રજ નહિ; પણ જાણે સાક્ષાત્ સર્વજ્ઞપણાનો અનુભવ કરતા હોઈએ તેમ, બીજાં બધું જ્ઞાન ભૂલી જઈ, હું સર્વજ્ઞ જ છું, આ જ જ્ઞાન જાગ્રત રહે તેવી રીતે પોતાના આત્માને સર્વજ્ઞ સ્વરૂપ ચિંતવવો.

જેવી રીતે આ દેહનું અમુક નામ રાખવામાં આવ્યું છે, તે નામવાળો કે નામધારી હું જ છું, એમ તમે માને છો અને સૂઈ ગયા હો તે વખતે તમારું નામ લઈ કોઈ બોલાવે તો ઊંઘમાંથી ઊઠતાં વેંતજ તે નામધારી તમેજ હો છું કહો છો? તેવો જવાબ આપો છો અને બીજા જાગતા કે ઊંઘતા તે નામથી જવાબ આપતા નથી. આ જેવો અભ્યાસ થઈ ગયો છે, તમારું મન તે નામ પ્રમાણે પોતાને જ માને છે, આવી રીતે જો તમારું મન એમ માને કે, હું જ સર્વજ્ઞ છું; તેમાં આરોપ-આરોપ કાંઈજ નહિ. જેમ તમારું નામ લઈ કોઈએ બોલાવતાંજ જરા પણ ખંચકાયા સિવાય તમે જવાબ આપો છો તેવીજ રીતે તમારું મન તમને પોતાને સર્વજ્ઞ માને તો પછી ત્યાં સર્વજ્ઞપણું પૂર્ણ રીતે પ્રગટ થાય છે. અને વાત પણ ખરી છે કે

તેવી સ્થિતિ કે નિર્મળતાની દશા પ્રગટ થઈ હોય તો જ મન કબૂલ કરે કે હું ‘ સર્વજ્ઞ છું ’! નહિતર મન એમ જ માનવાનું કે હું તો અમુક છું, આ તો ધ્યાન કરું છું એટલે તેટલો વખત એમ ચિંતવવાનું છે, બાકી સર્વજ્ઞ હું ક્યાંથી હોઈ શકું? આ ભાવના મન કરવાનું જ. એટલે દરજ્જે તે ભાવના સિદ્ધ નથી થઈ એમ માનવું જ બોધએ આ ભાવના અનુક્રમે સિદ્ધ થતી ચાલે છે. અથવા લાંબા વખતના અભ્યાસે આ જાતનો સંસ્કાર પડી જાય છે. જેમ કોઈ ગૃહસ્થપણનો ત્યાગ કરી ત્યાગી થયો, તે ત્યાગીપણનો સંસ્કાર તેના મનમાં મજબૂત થતો ચાલે છે કે હું સાધુ છું, ત્યાગી છું. એ સંસ્કાર કાળે કરી એવો દંઢ થઈ જાય છે કે તે ત્યાગીપણનો અનુભવ મેળવે છે; બહારથી પણ મન તેમ માને છે કે હું ત્યાગી છું, અંદરખાનેથી પણ ત્યાગીપણના ગુણો નિઃસ્પૃહતા, મમત્વરહિતપણું, વૈરાગ્યવૃત્તિ, પૂર્ણ ત્યાગ વિગેરે અનુભવ કરતો જાય છે. આ પ્રમાણે આ અભ્યાસનું પણ પરિણામ છે.

ત્યાર પછી એક સુંદર સિંહાસન ત્યાં આવેલું છે, તેના ઉપર હું બેઠો છું. એમ ચિંતવવું. સર્વજ્ઞપણના કે તીર્થંકર દેવતા જે ઓત્રીસ અતિશયો છે તે સર્વ અતિશયો પોતા તરફથી અને પર તરફથી પ્રગટ થઈ રહેલા છે, મેં સર્વ કર્મોનો નાશ કરી દીધો છે, મંગલકારી મહાન મહિમાવાળો હું છું, આમ પોતાના શરીરની અંદર ચિંતવવું. છેવટે આ દેહની અંદર હું નિરાકાર, શુદ્ધ સ્વરૂપ, નિર્લેપ, વિશુદ્ધ આત્મસ્વરૂપ હું જ રહેલો છું એમ ચિંતવવું અને

તે પ્રવાહને-તેવી વૃત્તિને-લાંબાવા દેવી અને ધીમે ધીમે તે વૃત્તિનું પણ ભાન ભૂલી જઈ શુદ્ધ સ્વરૂપનો અનુભવ કરવો. આ તત્ત્વ સ્વરૂપ ધારણ છે. એટલે આ દેહની અંદર રહેલ તત્ત્વ સ્વરૂપ હું જ છું અને તે જ પરમાત્મા છે, સર્વજ છે એ તત્ત્વ સ્વરૂપ ભાવના સિદ્ધ કરવાની છે. કહેવાનો ઉદ્દેશ પણ તે જ છે.

આ પિંડસ્થ ધ્યાનના લાંબા વતખના અભ્યાસે યોગી-ધ્યાન કરનાર-મોક્ષસુખ પામે છે. એટલે આ કલ્પનાનો અભ્યાસ આ કલ્પનાની લાંબા વખતની ટેવ કલ્પિત નહિ પણ તાત્ત્વિક રીતે જ કલ્પના કરી છે, તે પોતાના શુદ્ધ સ્વરૂપને પહોંચાડે છે. આ પિંડસ્થ ધ્યાન છે.

પિંડસ્થ ધ્યાનનું અલૌકિક ફળ

અશ્રાંતમિતિ પિંડસ્થે કૃતાભ્યાસસ્ય યોગિનઃ ।

પ્રભવન્તિ ન દુર્વિદ્યામંત્રમંડલશક્તયઃ ॥ ૧૫૭ ॥

શાકિન્યઃ ક્ષુદ્રયોગિન્યઃ પિશાચાઃ પિશિતાશનાઃ ।

ત્રસ્યન્તિ તત્ક્ષણાદેવ તસ્ય તેજોઽસહિષ્ણવઃ ॥૧૫૮॥

દુષ્ટાઃ કરટિનઃ સિંહાઃ શલભાઃ પન્નગા અપિ ।

જિઘાંસવોઽપિ તિષ્ઠાન્તિ સ્તંભિતા ઇવ દૂરતઃ ॥૧૫૯॥

વિશ્રાંતિ લીધા વગર અર્થાત્ વચમાં આંતરે પાડ્યા વિના નિરંતર આ પિંડસ્થ ધ્યાનના અભ્યાસ કરનાર યોગીને મારણ, મોહન, ઉચ્ચાટન, સ્તંભન, વિદ્રેષણાદિ દુષ્ટ વિદ્યાઓ પરાભવ કરી શકતી નથી. દુષ્ટ મંત્રોની અસર તેના ઉપર

થતી નથી. કુષ્ઠાદિ રોગ નડતા નથી. અથવા મંડલ એટલે યુદ્ધમાં તેનો પરાલવ થતો નથી. શસ્ત્રાદિ શક્તિઓની અસર પણ તેના ઉપર થતી નથી. શાકિનીઓ, હલકી યોગણીઓ, માંસાહારી પિશાચો તે આ યોગીના તેજને સહન નહિ કરી શકતાં તત્કાળજ ત્રાસ પામી નાસી જાય છે. દુષ્ટ હાથીઓ, સિંહો; જંગલી પાડાઓ અને સર્પો પણ મારવાની ઇચ્છાવાળા છતાં પણ થંભી ગયા હોય તેમ દૂર જિભા રહે છે, અર્થાત તેની પાસે પણ આવી શકતા નથી.

પદસ્થ ધ્યાન

પુણ્યમંત્રપદાન્યેવ તથાગમપદાનિ વા ।

ધ્યાયન્તે યદ્વુર્ધનિત્યં તત્પદસ્થં મતમ્ વુધૈઃ ॥૧૬૦॥

ઓમહ્રીદિકમંત્રાણાં માયાત્રીજનુષાં તતિમ્ ।

પરમેષ્ઠ્યાદિપદત્રાતં પદસ્થ-ધ્યાનગઃ સ્મરેત્ ॥૧૬૧॥

પવિત્ર મંત્રપદોતું અથવા આગમતાં પદોતું જે બુદ્ધિ-માનો વડે નિરંતર ધ્યાન કરાય છે તેને વિદ્વાનો પદસ્થ ધ્યાન કહે છે. પરસ્થ ધ્યાન કરનારે ઝઞ્ઞ અર્હે ઇત્યાદિ મંત્રોતું માયાળીજ સહિત અક્ષરોની પંક્તિતું અને પરમેષ્ઠી ઇત્યાદિ પદના સમૂહતું સ્મરણ-ચિંતન કરવું.

ભાવાર્થ—પદ એટલે અધિકાર-પદવી. તેમાં રહેલા તે પદસ્થ. અરિહંત, સિદ્ધ, આચાર્ય ઉપાધ્યાય અને મુનિ આ પાંચ પદવીઓ છે. તે પદવીધરોતું ધ્યાન કરવું તે પદસ્થ ધ્યાન છે. આ દેહ ધારણ કરનાર પદવીધરોમાં રૂપની મુખ્યતા

હોવાથી તે પદ્મીધરોના ધ્યાન સંખંધી વાતનો રૂપસ્થ ધ્યાનમાં સમાવેશ કરવામાં આવે છે. માટે અહીં તે પદસ્થ મહાપુરુષોના નામનું સ્મરણ કરવું અથવા તે મહાપુરુષોના પવિત્ર નામસૂચક અક્ષરોનું-શબ્દોનું ધ્યાન કરવું, તે આ પદસ્થ ધ્યાનમાં કહેવામાં આવશે. સિદ્ધમાં રૂપ નથી પણ તેનું ધ્યાન રૂપાતીતમાં આવવાનું છે એટલે અહીં પદસ્થનો અર્થ તેના પવિત્ર પદ્મ-શબ્દ-અક્ષરનું ધ્યાન કરવું તે થાય છે.

મંત્ર અને પદ એનું ધ્યાન આ પ્રમાણે છે : ઐર્જનમઃ આ બીજા મંત્ર છે તેનો હૃદયકમળમાં અખંડ જાપ શરૂ કરવો તે જાપ શાંતિવાળા સ્થળે બેસી, આંખો મીંચી, હૃદયમાં દૃષ્ટિ રાખી તે જાપના અક્ષરોનો ભાસ થતો રહે, સાથે તેના અર્થનું ભાન થતું રહે તેવી રીતે જાપ કરવો.

અથવા સ્ફટિક રત્ન જેવા ધોળા વર્ણના ઐકારનો એકલો જાપ કુંભક કરીને કરવો. પવનને હૃદયમાં રોકી તે સ્થળે જેટલો વખત કુંભક ટકી શકે-એટલે પવન રોકી શકાય તેટલા વખતમાં હૃદયમાં ત્યાં જાપ કરવો. અથવા ધોળા વર્ણનો ઐકાર ત્યાં કદપીને તેનું ધ્યાન કરવું. ધ્યાન કરવું એટલે તે ઐકારને સ્થિરતાપૂર્વક જોયા કરવો અથવા જાપ કરવો. મન અકળાય એટલે પવનને મૂકી દઈ પાછો રોકી કુંભક કરી ધ્યાન કે જાપ કરવો. પાછો મૂકી દઈ ફરી પવનને રોકી જાપ કે ધ્યાન કરવું આ પ્રમાણે જેટલી સ્થિરતા હોય તેટલા પ્રમાણમાં શરૂઆતમાં આવી રીતે જાપ

કરવો અગર ઝેંકારતું ધ્યાન કરવું. અથવા એકલા અહું-મંત્રનો હૃદયમાં જાપ કરવો કે ધ્યાન કરવું. આ પણ કુંભક સાથે જ કરવો. મનની વિક્ષેપતા અથવા ચપળતા મટાડવા માટે આ જાપ વખતે કુંભક કર્યા પછી તે કુંભકમાં જ આ અર્હ મંત્રને જુદા જુદા શરીરાદિના ભાગોમાં ફેરવવો-ચિંતવવો. જેમ કે પ્રથમ કુંભક કરી અર્હ એ મંત્રને હૃદયમાં જોવો પછી તરત જ તે સ્થાન બદલી બ્રૂકુટિમાંજોવો. ત્યાંથી મુખમાં, તાલુમાં, નેત્રમાં કમે જોવો. ત્યાંથી મનની કલ્પના વડે શરીરની બહાર કાઢી જ્યોતિષચક્રમાં લઈ જવો. ત્યાંથી ચારે દિશાઓમાં, આકાશના મધ્યમાં અને છેવટે મોક્ષ-સ્થાનમાં લઈ જવો. આ પ્રમાણે ફેરવ્યા પછી કુંભક મૂકી દેવો. પાછો કુંભક કરી તે પ્રમાણે જ ધ્યાન કરવું. આવી રીતે વારંવાર કરવાથી મન પવિત્ર અને શાંત થવા સાથે એકાગ્ર થાય છે. અથવા ચંદ્રની કળાતું ધ્યાન કરવું એટલે આઠમના ચંદ્ર જેવી સ્વચ્છ અને પ્રકાશિત આકૃતિ કલ્પી તેતું ધ્યાન કરવું. આ ચંદ્રની કળાને હૃદયમાં કે બ્રૂકુટિમાં જોયા કરવી. તેમાં જ લક્ષ રાખી આ ચંદ્રકળાની માફક નિર્મળ અને પ્રકાશ સ્વરૂપ, પરમ શાંતિમય શુદ્ધ સ્વરૂપ હું આત્મા છું આ વિચાર કર્યો કરવો. આ સિવાય બીજું કંઈ પણ ચિંતન ન કરવું તે તેતું ધ્યાન છે. આ સ્થળે કુંભકની જરૂર નથી. જેમ લાંબા વખત સુધી ધ્યાન થાય, સ્થિરતા-પૂર્વક બીજા વિકલ્પો સિવાય રહી શકાય ત્યાં સુધી તે ચંદ્ર કળામાં સ્થિર થવું, ત્યારપછી તે ચંદ્રકળાને ધીમે ધીમે પાતળી

ચિંતવતા જવું. છેવટે વાળના જેવી ચંદ્રકળા રહે ત્યાં મુધી ધ્યાન કરવું. આ ધ્યાનથી એકાગ્રતા સાથે મન નિશ્ચળ અને નિર્મળ થાય છે. આથી વિવિધ પ્રકારની સિદ્ધિઓ પણ થાય છતાં સાધકે તેમાં ન લોભાતાં પોતાનો અભ્યાસ આગળ ચાલુ રાખવો, નહિતર પતિત થવાનો પ્રસંગ આવે છે. સિદ્ધિ તે કાંઈ કર્તવ્ય કે છેવટનું પ્રાપ્તવ્ય નથી ત્યાર પછી તે લક્ષ મૂકી દઈ નિરાકારનું લક્ષ રાખી નિરાકારનું ધ્યાન કરવું કે જે નિરાકાર, નિર્વિચાર લક્ષ વિનાની અથવા આત્માના શુદ્ધ સ્વરૂપના લક્ષવાળી સ્થિતિ છે તેનું ધ્યાન કરવું; તે સ્થિતિમાં કમોનો ક્ષય થઈ આત્મસ્થિતિ પ્રાપ્ત થાય છે.

અથવા ઐ નમો અરિહંતાણં આ આઠ અક્ષરના પદનું ધ્યાન કરવું. આ ધ્યાન એવી રીતે કરવું કે ઓં ને પૂર્વ દિશામાં મૂકવો ત્યાર પછી અનુક્રમે બીજા અક્ષરો દિશા વિદિશામાં મૂકી જોળ કુંડાળાના આકારમાં જોડવી તે અક્ષરો પર લક્ષ રાખી બોધા કરવું એટલે તે અક્ષરોનું ધ્યાન કરવું.

આ પ્રમાણે ધ્યાન કરવું. અથવા પૂર્વ દિશામાં રહેલા ઓં ઉપર દષ્ટિ આપી મનમાં ઓં બોલવો પછી ન ઉપર પછી મો ઉપર એમ અનુક્રમે આઠે અક્ષરો ઉપર દષ્ટિ આપી ઓં નમો અરિહંતાણં એ જાપ પૂરો કરવો. આ એક જાપ થયો. આવી રીતે દરેક અક્ષર ઉપર દષ્ટિ રાખી હૃદય-કમળમાં તે મંત્રનો અગિયારસો વાર જાપ કરવો. આવો જાપ આઠ દિવસ કરતાં તેના અક્ષરો ચંદ્ર જેવા નિર્મળ બોવામાં આવશે. તે બોવાથી ધ્યાન કરનારમાં એવું બળ

આવે છે કે ભૂત, પ્રેત, સર્પ, વાઘ, સિંહાદિ જીવો તેને કોઈ વિદ્યન કરી શકતા નથી, આત્મભળ વૃદ્ધિ પામે છે, સર્વ સ્થળે શાંતિ ફેલાય છે. છતાં તે ધ્યાન કરી તેટલાથી ન અટકતાં આગળ અભ્યાસ ચાલુ રાખી તે અરિહંત તે હું છું આ અર્થના ભાનપૂર્વક જાપ કરવો. જાપ કરતાં આ જાપ, તેનો અર્થ અને અરિહંત તે હું છું ઇત્યાદિનું પણ ભાન ભૂલી જઈને છેવટના નિર્વિકલ્પ ધ્યાન સુધી પહોંચવું અને વચમાં આ લોકનાં વિવિધ પ્રકારનાં સુખમાં લોભાવે તેવા ચમત્કારોમાં ફસાઈ ન જતાં તે ધ્યાન કાયમ લાંબા વખત સુધી લાંબાવતાં રહેવું.

અથવા હૃદયમાં આઠ પાખડીનું કમળ તેની દરેક પાંખડીમાં એક નવપદજીનું પદ મૂકવું. એટલે વચમાં-કર્ણિકામાં અરિહંત પછી તેના માથા ઉપર સિદ્ધ, પડખે આચાર્ય, નીચે ઉપાધ્યાયજી, પડખે સાધુ અને વિદિશાઓમાં દર્શન, જ્ઞાન ચારિત્ર અને તપ આ પદોને મૂકી તેનો જાપ કરવો અથવા તે એક એક પદોમાં લક્ષ રાખી ધ્યાન કરવું. તે સિદ્ધ ચક્રપદનું મંડળ સિદ્ધચક્રજીના ગટા ઉપરથી ધારી લેવું. એ પ્રમાણે હૃદયમાં સિદ્ધચક્ર ચિતલી જાપ કે ધ્યાન કરવું આ અપરાજિત નામનો મહામંત્ર છે. બને તેટલો વધારે વખત આમાં રોકવો. જે પદનું ધ્યાન કરતા હોઈએ તે પદમાં આત્મઉપયોગ તદાકારે પરિણમતાં જેટલા વખત સુધી તેમાં ઉપયોગની સ્થિરતા રહે છે તેટલા વખત સુધી આપણે તે પદને ધારણ કરનાર મહાન પુરુષની સ્થિતિનો અનુભવ કરીએ છીએ. આ ધ્યાનને વધારે મજબૂત કરવા

માટે જ્યારે જ્યારે જે જે પદના ધ્યાનમાં આપણું લક્ષ્ય પડેવાયું હોય તે તે વખતે તે પદવાચક હું છું તેવી ભાવના મનથી દઢ કરતા રહેવું. સાધુપદમાં મન તદાકારે પરિણમ્યું એટલે સાધુ તે હું છું. સિદ્ધપદમાં મન પરિણમે ત્યારે તે સિદ્ધ તે હું છું અને જ્ઞાનપદમાં મન પરિણમે ત્યારે જ્ઞાનપદ તે હું છું આ ધ્યાન સાથે રાખતા જવું. ઉપયોગ તદાકારે પરિણમે છે ત્યારે “આ હું દેહધારી મનુષ્ય, શ્રાવક, સાધુ, વિગેરે છું” તે જ્ઞાન ભુલાઈ તો જાય છે અને સામાન્ય (ધ્યાન કરવા લાયક જે છે તેના) આકારે પરિણમાય છે; છતાં તે સંસ્કારને વધારે દઢ કરવા અને ચાલુ લક્ષ્ય, વિચારાંતરોથી ભૂલી ન જવાય તે માટે ‘તે હું છું’ એવા વિચારો ચાલુ રાખવા. આ પ્રમાણે નવપદજીવું કે ગમે તે પદનું ધ્યાન કરાતું હોય તે સર્વ સ્થળે આ લક્ષ્ય ધ્યાનમાં રાખી પ્રવૃત્તિ કરવી અને છેવટે તે પદમાં મનને વિરમાવી દેવું.

અથવા માત્રિકાપદ એટલે મૂળ અક્ષરોનું ધ્યાન જેને અક્ષરપ્રહ્લ કહેવામાં આવે છે, તેનું ધ્યાન કરવું તે આ પ્રમાણે છે.

નાભિમાં સોળ પાંખડીવાળા કમળની ભાવના કરવી. અને દરેક પાંખડી ઉપર એક એક સ્વર મૂકવો. અ, આ, ઇ, ઈ, ઉ, ઊ, ઋ, ૠ, ૡ, ૢ, ૣ, ૤, ૥, ૦, ૧, ૨, ૩, ૪, ૭, ૮, ૯, ૰, ૱, ૲, ૳, ૴, ૵, ૶, ૷, ૸, ૹ, ૺ, ૻ, ૼ, ૽, ૾, ૿.

આ અક્ષરો તે પાંખડીઓમાં ફરતા હોય એમ ચિંતવવા એટલે એક અ આઠ્યો, એક પાંખડી ઉપર દેખાવ દીધો અને બીજી પાંખડી તરફ ચાલ્યો ગયો. તે પાંખડી ઉપર

આ આવી બિભો રહ્યો. તે દેખાયો કે તરત ચાલતો થયો અને તેને સ્થળે જ આવી બિભો રહ્યો. આવી રીતે વારંવાર તે કમળો ઉપર સ્વરોનું પરાવર્તન થતું જાય છે તેમાં મન પરોવી દેવું અને એકાગ્ર કરવું.

ત્યાર પછી હૃદયમાં ચોવીસ પાંખડીનું કમળ ચિતવવું અને અનુક્રમે તેમાં એક એક વ્યંજન ગોઠવવો તથા કર્ણિકામાં પચીસમો વ્યંજન ગોઠવવો અને તેમાં પણ એક એક વ્યંજન ઉપર લક્ષ રાખી તે વ્યંજનનો ઝાંખો પણ દેખાવ થાય કે બીજી પાંખડીના બીજા વ્યંજન તરફ લક્ષ આપવું; ત્યાં તે વ્યંજનનો દેખાવ થાય કે ત્રીજી પાંખડીના ત્રીજા વ્યંજન તરફ ધ્યાન આપવું આ પ્રમાણે પચીસે વ્યંજનનું ધ્યાન કરવું.

ત્યાર પછી મુખ ઉપર આઠ પાંખડીનું કમળ ચિતવવું અને તેમાં બાકી રહેલા આઠ વ્યંજન ગોઠવવા અને તે સોળ પાંખડીવાળા કમળની માફક એક એક પાંખડી ઉપર ફર્યા કરે છે તેમ ચિંતવી જોયા કરવું.

આ પ્રમાણે અક્ષરોનું ધ્યાન કરવું તે માત્રિકા ધ્યાન છે. આ ધ્યાનથી જ્ઞાનાવરણ ઓછું થાય છે. શ્રુતજ્ઞાનનો તે પારખામી થાય છે અને બીજું પણ જૂત ભવિષ્યાદિનું જ્ઞાન થાય છે.

આ સર્વ જુદા જુદા પ્રકારો બતાવ્યા છે તે સર્વ પદસ્થ ધ્યાનના ભેદો છે. આ સિવાય અનેક પ્રકારે આવી રીતે જુદાં જુદાં પદો કે મંત્રો લઈને આ ધ્યાન કરી શકાય છે.

આમાંથી કોઈ પણ એક મંત્ર કે પદ લઈ તેનું લાંબા વખત સુધી ધ્યાન કરવું જોઈએ. આ સારું હશે કે તે સારું હશે! આવા વિચારોથી થોડો વખત આ ક્યું તેમાં હજી પરિપક્વતા ન થઈ હોય તેટલામાં તેને પડતું મૂકી ખીણું પદ કે મંત્ર લેવો એમ વારંવાર બદલાવવાથી એકે પાકું કે સિદ્ધ થતું નથી. માટે કોઈ એક ગમે તે પદ કે મંત્ર લો પણ તેનો પાર પામો. કોઈ પણ પદ કે મંત્ર હો તથાપિ તમારું લક્ષ્ય તે પ્રત્યે એટલા પૂરતું હોવું જોઈએ કે આ પદ કે મંત્રના જાપ કે ધ્યાનથી વિશુદ્ધિ મેળવવી છે, મનને એકાગ્ર અને નિશ્ચલ કરવું છે, તે વાત ધ્યાનમાં રાખી પછી અભ્યાસ શરૂ કરશો તો પછી કયા પદનું ધ્યાન કે જાપ કરવો તે સંબંધી જરા પણ બુદ્ધા વિચારો રહેશે નહિ. આ સર્વ પદ કે મંત્રમાં જે શક્તિ છે તે શક્તિ તમારા ખત કે પ્રયત્ન ઉપર અથવા સચોટ લાગણી ઉપર આધાર રાખે છે. તે નહિ હોય તો કોઈ ગમે તેવું સારું પદ કે મંત્ર હશે છતાં પણ તમે તેનાથી ફાયદો મેળવી શકશો નહિ. આ તો આલંબનો છે. શક્તિ તો તમારામાં જ છે. આલંબનમાંથી તે પ્રગટ કરવાની નથી. તે તો તમારામાંથી જ પ્રગટ થશે. આલંબન તો નિમિત્તમાત્ર છે, માટે તમારામાં તેવી મહાન શક્તિની શ્રદ્ધા રાખી, આલંબનનો આધાર લઈ તેમાં એકાગ્રતા મેળવો કે પછી પાછળનો રસ્તો તમારા માટે ઘણો જ સહેલો છે.

આગમના પદોનું આલંબન લઈ તેનું ધ્યાન કરવું-જાપ કરવો તે પણ પોતાના સ્વરૂપની થયેલી વિસ્મૃતિની ભગૃતિ દાવવી તે માટે જ છે.

અપ્પા સો પરમપ્પા । આત્મા જ પરમાત્મા છે. આ જીવ જ પરમાત્મા થઈ શકે છે. ‘સોહ’ હું તે જ સિદ્ધસ્વરૂપ પરમાત્મા છું. આ સર્વ આગમપદોનું વિચારપૂર્વક મનન કરવું તેવા સ્વરૂપે પરિણમવા માટે અન્ય વિચારોને દૂર રાખી આ જ વિચારને મુખ્ય રાખવો. નિરંતર તેનું જ શ્રવણ, તેનું જ મનન અને તેવા રૂપે જ પરિણમવું—આ પણ પદ્ધતિ ધ્યાન છે. જુઓ કે રૂપાતીત ધ્યાન તરફ આ ધ્યાન પ્રયાણ કરતું જણાય છે. તથાપિ અહીં પદની—આગમના પદની મુખ્યતા રાખી તે ધ્યાન કરાતું હોવાથી પદ્ધતિ ધ્યાનમાં સમાવેશ પામે છે.

રૂપસ્થ ધ્યાન

સર્વાતિશયયુક્તસ્ય કેવલજ્ઞાનભાસ્વતઃ ।

અર્હતો રૂપમાલંબ્ય ધ્યાનં રૂપસ્થમુચ્યતે ॥૧૬૨॥

રાગદ્વેષમહામોહવિકારૈરકલંકિતમ્ ।

શાંતકાંતં મનોહારિ સર્વલક્ષણલક્ષિતમ્ ॥૧૬૩॥

સર્વ અતિશયોથી યુક્ત, કેવળજ્ઞાનના સૂર્યસ્વરૂપ, રાગ-દ્વેષરૂપ મહાન મોહના વિકારો વડે નહિ કલંકિત થયેલા, શાંત, શોભનીય, મનહરણ કરનારા ઇત્યાદિ સર્વ લક્ષણોથી ઓળખાયેલા અરિહંતના રૂપનું આલંબન કરીને ધ્યાન કરવું તેને રૂપસ્થ ધ્યાન કહે છે.

ભાવાર્થ—દેહધારી સાક્ષાત્ સ્વરૂપે વિચરતા અરિહંત ભગવાનના સ્વરૂપનું અવલંબન કરીને ધ્યાન કરવું તે રૂપસ્થ

ધ્યાન કહેવાય છે. અરિહંત=અરિ જે રાગદ્વેષાદિ શત્રુઓ તેઓને હંત હણનાર તેનો-નાશ કરનાર તે અરિહંત છે. રાગદ્વેષનો સર્વથા નાશ કરનાર તે સર્વ સામાન્ય રીતે અરિ હંત કહેવાય છે. છતાં ‘સર્વ અતિશયોથી યુક્ત’ એ વાક્યથી વિશેષ સ્વરૂપવાળા તીર્થંકરરૂપ અરિહંતનું અહીં લક્ષ કહ્યું છે એમ સમજવું. અતિશય વિનાના અરિહંતો પણ આત્મ-સ્વરૂપ થયેલા જ છે તથાપિ તેનું સ્વરૂપ વિશેષ પ્રકારની બુદ્ધિવાળા જ ગ્રહણ કરી શકે તેમ છે અહીં તો સામાન્ય રીતે સર્વ અધિકારી પરત્વે વાત ચાલતી હોવાથી, અતિશય ધારણ કરનાર, યોગબળ અને આત્મબળ બન્ને પ્રાપ્ત કરનાર, અતિશય બળ અને જ્ઞાનબળ બન્ને સત્તાને ધારણ કરનાર અને તેને લઈને બાળકથી માંડી સર્વ જીવોને ઉપકારી અને ઉપયોગી બાણી, વિશેષ ગુણધારક, અરિહંત તીર્થંકરના સ્વરૂપનું ધ્યાન કરવાનું અહીં કથન કરેલું છે.

યોગબળથી એકલા ચમત્કાર કે તેવા જ અતિશય ધારણ કરનારનું ધ્યાન નહિ પણ કેવળજ્ઞાન-પૂર્ણજ્ઞાનરૂપ સૂર્યવાળા, તેમ જ રાગદ્વેષાદિ મહામોહ વિકારોથી રહિત, દુઃકામાં કહીએ તો સર્વ લક્ષણોથી પૂર્ણ એવા જ્ઞાનીના સ્વરૂપનું ધ્યાન કરવું. ધ્યાન કરવું એટલે બહારથી તો તેમના દેહને સ્પર્શમાં લાવી સાક્ષાત્ તેમનું દર્શન કરતા હોઈએ તેમ તેમના સન્મુખ દષ્ટિને જોડી દેવી. પણ આંતરદષ્ટિથી તો તેમના આત્મિક ગુણો પર લક્ષ ચોંટાડી મનને તેમાં સ્થિર કરી દેવું.

અથવા સમવસરણની રચનાનો ચિતાર ખડો કરી તેમાં

ધર્મોપદેશ આપતા તીર્થંકર દેવતું ધ્યાન કરવું. આ ધ્યાનને રૂપસ્થ ધ્યાન કહે છે.

આ પ્રમાણે સાક્ષાત્ તીર્થંકરના અભાવે તેમના સ્વરૂપની કલ્પના જે કરી ન શકે અને તેને લઈને તે ધ્યાન ન કરી શકે તેને માટે તીર્થંકર દેવની પ્રતિમાજીતું ધ્યાન કરવા માટે કહે છે.

જિનેન્દ્રપ્રતિમારૂપમપિ નિર્મલમાનસઃ ।

નિર્નિમેષદશા ધ્યાયન્ રૂપસ્થ ધ્યાનવાન્મમેત્ ॥૧૬૪॥

જિનેશ્વર ભગવાનની પ્રતિમાના રૂપતું પણ, નિર્મળ મનની ખુદ્દરી દૃષ્ટિ વડે ધ્યાન કરતાં રૂપસ્થ ધ્યાનવાન થાય છે.

ભાવાર્થ—જિનેશ્વર ભગવાનની પ્રતિમાની સન્નિધિ આંખો મીંચાવા દીધા સિવાયની ખુદ્દરી દૃષ્ટિ વડે જોયા કરવું. તે એટલે સુધી કે પોતાતું ભાન ભુલાઈ જાય અને એકાકાર તન્મય થઈ જવાય ત્યાં સુધી જોયા કરવું. તે સાથે આંતર-દૃષ્ટિ પ્રતિમાજી ઉપર નહિ પણ આ પ્રતિમાજી જે તીર્થંકર દેવની છે તેના આત્મા સાથે તન્મય પામતા જવું કારણ કે આપણે પ્રતિમાજી જેવા થવું નથી પણ જે દેવની પ્રતિમાજી છે તે તીર્થંકર દેવના આત્માના જેવા પવિત્ર પૂર્ણ સ્વરૂપ થવાતું છે એટલે જે ચૈતન્ય સ્વરૂપ પરમાત્મા છે તેમના આત્મા સાથે આંતરદૃષ્ટિથી એકતા પામતા જવું પોતાતું (મનુષ્યપણાદિતું) તુચ્છ સ્વરૂપ ભૂલી જઈ પરમાત્માના પૂર્ણ સ્વરૂપમાં એકાકારતા પામવી, પરમાત્મસ્વરૂપ સાથે એકરસ થવું, અર્થાત્ પોતામાં રહેલા પરમાત્મસ્વરૂપમાં વિશ્રાંતિ

પામવી-આ રૂપસ્થ ધ્યાન છે. પરમાત્માના સ્વરૂપ સાથે એકાગ્રતા મેળવવી એ ખરી રીતે પોતાના શુદ્ધ સ્વરૂપમાં પ્રવેશ કરવો કે આત્મસ્વરૂપ પ્રગટ કરવું અથવા સર્વ કર્મોના નાશ સાધવો તે કરવા ખરોખર છે. આલંબનો તો સાધન રૂપ છે. તે આલંબનો પકડીને બેસી રહેવું તે કર્તવ્ય નથી પણ આલંબનોની મદદથી કાર્ય કરવું. આત્માનું શુદ્ધ સ્વરૂપ જોતલે અંશે પ્રગટ થાય તે રૂપ કાર્ય કરવાનું છે. આ વાત ધ્યાન કરનારના લક્ષ બહાર જરા પણ જવી ન જોઈએ.

ધ્યાનનું ફળ

ધ્યાની ચામ્યાસયોમેન તન્મયત્વમુપાગતઃ ।

સર્વજ્ઞીભૂતમાત્માનમવલોકયતિ સ્ફુટમ્ ॥૧૬૫॥

આ આલંબનની મદદ વડે ધ્યાનનો અભ્યાસ કરનાર તન્મયપણાને પામીને પોતાના આત્માને સર્વશયણાને પામેલો પ્રગટપણે જુએ છે.

કેવી રીતે તન્મય થવું જોઈએ ?

સર્વજ્ઞો ભગવાન્ યોજ્યમહમેવાસ્મિ સ ધ્રુવમ્ ।

એવં તન્મયતાં યાતઃ સર્વવેદીતિ મન્યતે ॥૧૬૬॥

જે આ સર્વજ્ઞ ભગવાન છે તે હું જ નિશ્ચય છું. આવી તન્મયતાને પ્રાપ્ત થયેલો 'સર્વજ્ઞ' એમ મનાય છે.

ભાવાર્થ—નિરંતરતા આત્મઅભ્યાસથી આત્મસ્વરૂપ થવાય તેમાં કાંઈ આશ્ચર્ય નથી. અભ્યાસ અભ્યાસનું કાર્ય સિદ્ધ કરે છે. એક નાતું સરખું બીજ જમીનમાં વાવવામાં

આબુ' હોય છે અને નિરંતર તેને અનુકૂળ સામગ્રીનું પોષણ આપ્યું હોય છે તો કાળાંતરે એક મહાન ગંભીર ઘટાવાળું મજબૂત ઝાડ થઈ રહે છે. તે આત્મશક્તિ તે પોતાની પાસે જ છે. પોતે જ તદ્દરૂપ છે. અજ્ઞાન દશાથી ભાન બુલા-યેલું છે. કર્મ લાગેલાં છે. બાકી કંઈ ફેરફાર થયેલો નથી. નિરંતર આત્મા એ જ હું છું એ સ્મૃતિમાં રખાતું હોય, હું જ સર્વજ્ઞ છું જ સર્વજ્ઞ છું આ મહાવાક્યનો પટ મન ઉપર નિત્ય અપાતો હોય અને તે બોલવામાત્રથી નહિ પણ તનમય થઈને એ સિવાય બીજું કંઈ નથી, એટલે સુધી વ્યવહારનું ભાન ભૂલીને, એટલે હું જ પરમાત્મા છું તે ભાવનામાં જ તદ્દાકાર થવાનો અહોનિશ પ્રયાસ કરાતો હોય તો તે સર્વજ્ઞપણાને અવશ્ય પામે છે જેવી ભાવના તેવી સિદ્ધિ. વિશેષ એટલો છે કે સર્વ પ્રકારની અનુકૂળતા મેળવી, અહોનિશ આ ભાવનામાં લીન થવું એકાએક, આ જ આંતર-ચારિત્ર છે. આ જ મુખ્ય શ્રદ્ધાન છે અને આ જ મુખ્ય જ્ઞાન છે. વધારે શું કહેવું? આવી રોમેરોમની લાગણીથી આવા નિત્યના અનુસંધાનથી અને આવા આંતરિક જીવનથી જ આત્મજ્ઞાન પ્રગટ થાય છે. આત્મ લક્ષ થયા સિવાય નિર્વાણ કોઈને પ્રાપ્ત થાય જ નહિ. એ લક્ષ જાગ્યા સિવાયનો અભ્યાસ લક્ષ વિનાનાં ફેંકેલાં ખાણુની માફક ઉપયોગી થતો જ નથી.

આલંબન તેષું ફળ

વીતરાગો વિમુચ્ચેત વીતરાગં વિચિન્તયન્ ।

રાગિણં તુ સમાલંબ્ય રાગી સ્યાત્કોમળાદિકૃત્ ॥૧૬૭॥

વીતરાગનું ચિતન કરતાં વીતરાગ થઈને કર્મથી મુક્ત થવાય છે. અને સરાગીઓનું આલંબન લેતાં, કામાદિને ઉત્પન્ન કરનાર સરાગીપણું પ્રાપ્ત થાય છે.

ભાવાર્થ—હું સર્વજ્ઞ છું, હું પરમાત્મા છું આવા વીતરાગ ભાવને સૂચક (કારણ કે પરમાત્મા રાગદ્વેષાદિથી રહિત-વીતરાગ જ હોય છે) પદોનું ચિતન કરવાથી વીતરાગના સત્ય સ્વરૂપનું, તેના ખરા જીવનનું આલંબન લઈને તેની તેવી ભાવના પ્રમાણે મનને અહોનિશ પરિણામવાથી પોતામાં તે વીતરાગપણું પ્રગટ થાય છે અને કર્મબંધનોથી મુક્ત થવાય છે. જે આ જીવ તેવા ઉત્તમ આલંબનોનું ધ્યાન ભૂલી જઈને રાગી માણસોનું આલંબન લેશે, તે તેના હૃદયમાં રાગની લાગણીઓ પ્રગટ થશે. નાનાપ્રકારના વિકારો પ્રગટ થશે અને છેવટે તે મર્યાદાનું ઉલ્લંઘન કરશે. કારણ કે તેણે પોતાના મનોબળને ઉપયોગ સરાગી આલંબન સાથે જોડ્યો છે. સામું આલંબન વિકારી છે તે તો એક શિક્ષક જેવું છે. તેમાં જે શુભ હશે, જે જે ભાવો હશે, તે તે શુભ, તે તે ભાવ આ હૃદયમાં પ્રગટ થશે જ. માટે તેવું ક્ષણ મળે છે, એ વાત નિર્વિવાદ સિદ્ધ છે.

તે ઉપર દૃષ્ટાંત બતાવે છે.

येन येन हि भावेन युज्यते यंत्रवाहकः ।

तेन तन्मयतां याति विश्वरूपो मणिर्यथा ॥૧૬૮॥

જે જે ભાવનાઓ સાથે આત્માને જોડવામાં આવે છે

તેની સાથે સ્ફટિક મણિની માફક તે આત્મા તન્મયતાને પામે છે.

ભાવાર્થ—કામની, ક્રોધની, લોભની, ઇર્ષ્યાની, શાંતિની સમતાની, ભયની, મોહની, વિરાગતાની, જ્ઞાનની કે તેવી જ કોઈ પણ ભાવના સાથે આત્માને જોડતાં અર્થાત્ મનમાં તેવી કોઈ પણ ભાવના ઉત્પન્ન કરતાં મન કે આત્મા તે તે આકારે પરિણમે છે; તન્મયપણાને પામે છે. ક્રોધની ભાવના હૃદયમાં ઉત્પન્ન થતાં ક્રોધરૂપ ઉપયોગે તત્કાળ પરિણમાય છે. કામની ભાવના ઉત્પન્ન કરતાં કામ ઉત્પન્ન થાય છે. લોભની ભાવના ઉત્પન્ન કરતાં દાતારપણું સંકેત્યાઈ જઈ કંજૂસાઈ કરતો જણાય છે. ઇર્ષ્યાની ભાવના ઉત્પન્ન થતાં શુષ્કાનુરાગીપણું નાસી જાય છે. તેમ જ શાંતિ, સમતા કે ક્ષમાની ભાવના હૃદયમાં પ્રગટ થતાં પરમશાંતિ અનુભવાય છે. અને તેટલા વખત સુધી તેની વિરુદ્ધ લાગણીઓ છુપાઈ જાય છે. ભયની ભાવના થતાં એટલે અમુક સ્થળે ભય છે, ભૂત છે વગેરે ભાવના થતાં હૃદયમાં ભય પ્રગટ થાય છે. અને ત્યાં સુધી તેવા સ્થળે જવાનું બંધ જ કરી દે છે. મોહની ભાવનાથી વિરાગ નાસી જાય છે અને હૃદયમાં તેનું જ સામ્રાજ્ય સ્થપાય છે. પછી જ્યાં વીતરાગની ભાવનાએ હૃદયમાં સ્થાન લીધું કે મોહને ઉચાળા ભરવા જ પડે છે. જ્ઞાનની ભાવનાથી હૃદયમાં વિવિધ વિચારો અને જ્ઞાન પ્રગટ થાય છે. આ જ પ્રમાણે હું સર્વજ્ઞ છું આ ભાવના પ્રબળ રૂપ ધારણ કરી બીજી બધી ભાવનાઓને સદાને માટે દેશવટેા આપે તો સર્વજ્ઞ પણ થવાય છે.

એ તો સ્ફટિક મણિ જેવી સ્થિતિ છે. સ્ફટિક મણિની પાછળ ગમે તે જાતના રંગનો પટ લગાડો કે પાછળ તેવા રંગનો કાગળ કે કાંઈ તેવું જ મૂકો તો તે સ્ફટિક તેવા જ રંગનો દેખાશે, તેવું જ રૂપ ધારણ કરશે. આ વખતે સ્ફટિક રત્ને પોતાના ધોળાપણાનું કે સ્વચ્છપણાનું રૂપ બદલાવ્યું નથી પણ જ્યાં સુધી તે ભાવનાનો પટ તેની આગળ રહેશે ત્યાં સુધી તો તે તેવું જ દેખાવાનું, તેમ આ આત્માનું સ્વાભાવિક સ્વરૂપ છે તે તો તેવું ને તેવું જ રહેવાનું. તેમાં જરા પણ ફેરફાર થવાનો નથી, પણ જે ભાવનાનો પાસ લગાડવામા આવશે તે તે રૂપ તે દેખાવ આપશે.

અહીં એક શંકા ઉત્પન્ન થાય છે અને તે એ છે કે આત્મા, ભાવના પ્રમાણે પરિણમ્યા જ કરે છે, તો સર્વજ્ઞપણાની ભાવના બુલાર્ધ અને કોઈ બીજી વિકારી ભાવના ઉત્પન્ન થઈ તો પછી સર્વજ્ઞપણું તો આદ્યું જ બાક ને ?

આનું સમાધાન આ પ્રમાણે છે કે જ્યાં સુધી આત્માનો શુદ્ધ સ્વભાવ પ્રગટ ન થાય ત્યાં સુધી તો ભાવનાઓના બદલાવા સાથે આત્મા તે તે આકારે ચા ભાવના પ્રમાણે પરિણમવાનો જ; કારણ પરિણમન ધર્મ તેમાં રહેલો છે. પણ જ્યારે સર્વથા વિશુદ્ધ સ્વભાવ પ્રગટ થાય થાય છે પછી તે સર્વજ્ઞપણાની ભાવનાથી કે પરમાત્મભાવનાથી અથવા ગમે તે જાતની ક્રિયાથી પણ જ્યારે સર્વથા શુદ્ધ સ્વભાવ પ્રગટ થાય છે ત્યારે આ પરિણમનધર્મ-જુદા જુદા આકારે પરિણમવાની યોગ્યતા તેની સાથે જ નાશ પામે છે. અને તે કારણથી ત્યાર પછીથી જુદી જુદી ભાવના કે આકારપણે

તે પરિણમવાનું બંધ થાય છે. સ્થિતિ પ્રાપ્ત ન થાય ત્યાં સુધી જાંયામાં જાંચી ભાવના પ્રમાણે મનને પરિણમવાવાની નિરંતર ટેવ પાડવી. અને તે ટેવ પાડવી એ સહેલું કામ છે, ફક્ત પોતાની જાગૃતિ અને ઉત્તમ નિમિત્તોની મદદની તેમાં જરૂર છે. તે નિમિત્તો પુણ્યયોગે પોતાને મળી જાય તો મોક્ષ પોતાની પાસે જ છે. તે સિવાય પરિભ્રમણ ચાલુ જ રહેવાનું.

આ જ બાબતને બીજી રીતે (નિશ્ચયનયની અપેક્ષાએ) વિચારીએ તો આત્મા તદ્દન શુદ્ધ નિર્લેપ છે. તે કોઈ દિવસ મલિન થયેલો નથી. તે તો જેમ જેવો છે તેમ તેવો જ કાયમ છે. પરિણમનધર્મ ભાવ મનમાં થયા કરે છે, એટલે તે ભાવનાના પુટ મનને આપવા પડે છે અને મનને શુદ્ધ કરવામાં આવે અથવા મનને એમ મનાવવામાં આવે કે હું શુદ્ધ થયો છું એટલે તે શુદ્ધ થાય છે. ભાવ મનને શુદ્ધ કરવા માટે જ પ્રયાસ કરવાનો છે, કેમ કે આત્મા તો પરિણામ પામતો નથી. તે તો શુદ્ધ સ્વરૂપ છે, તે પ્રકાશ સ્વરૂપ છે. જ્ઞાન સ્વરૂપ છે તેનો પ્રકાશ મન ઉપર પડે છે. મન મલિન હોવાથી તેમાં સ્પષ્ટ-પૂર્ણ પ્રકાશ પડતો નથી. તે મન આ ભાવના તથા ધ્યાનાદિ ક્રિયાથી જેમ જેમ સ્વચ્છ નિર્મળ થતું જાય છે તેમ તેમ આત્માનો પૂર્ણ પ્રકાશ તેમાં પડે છે અને તેથી તે પોતાને પૂર્ણ શુદ્ધ માને છે. આ અપેક્ષાએ મનને શુદ્ધ કરવાની જરૂર છે. આત્માને મલિન અને પરિણમનધર્મવાળો માનનાર વ્યવહારનયે, આત્માને શુદ્ધ કરવા ચમ, નિયમ, ભાવના, ધ્યાનાદિ કરવાનાં છે.

ગમે તે રીતે માનો પણ પ્રયત્ન બન્ને સ્થળે કરવાની જરૂર છે. શ્રીમદ્ યશોવિજય ઉપાધ્યાયજી અષ્ટકજીમાં લખે છે કે

“અલિપ્તો નિશ્ચયેનાત્મા લિપ્તથ વ્યવહારતઃ ।

શુદ્ધત્યલિપ્તયા જ્ઞાની ક્રિયાવાન્ લિપ્તયા દશા ॥”

નિશ્ચયનયના અભિપ્રાયે આત્મા લેપાયેલો નથી. વ્યવહારનયની અપેક્ષાએ આત્મા લેપાયેલો છે. જ્ઞાની, ‘હું લેપાયેલો નથી, શુદ્ધ છું’ એ દષ્ટિની ભાવના વડે શુદ્ધ થાય છે. અને ક્રિયાવાન ‘હું લેપાયેલો છું’ એ દષ્ટિ વડે એટલે ક્રિયાની મદદથી શુદ્ધ થાય છે.

અહીં નિશ્ચયનયવાળાની નહિ લેપાયા સંબંધી દલીલો અને વ્યવહારનયવાળાની આત્મા લેપાયેલો છે તે સંબંધી દલીલો ઘણી છે અને એકબીજાની દલીલો કોઈ પણ રીતે પાછી ન હોતે તેવી મજબૂત છે છતાં તેવા ઝઘડામાં ન પડતાં પોતાને શાંતિ મળે તે, બેમાંથી કોઈ પણ એક માર્ગ ગ્રહણ કરી તે દ્વારા આત્મશાંતિ મેળવવી. એકને સાચો અને બીજોને ખોટો એમ કહી શકાય તેમ નથી.

હલકી ભાવના કરવી જ નહિ

નાસદ્ધ્યાનાનિ સેવ્યાનિ કૌતુકેનાપિ કિંત્વિહ ।

સ્વનાશાયૈવ જાયન્તે સેવ્યમાનાનિ તાનિ યત્ ॥૧૬૯॥

પરંતુ અહીં કૌતુક વડે પણ અસદ્ધ્યાનતું સેવન ન કરવું, કેમ કે તેતું સેવન કરવું તે પોતાના નાશને માટે જ થાય છે.

ભાવાર્થ—સૂર્યનાં કિરણો જુદા જુદા પૃથ્વીના ભાગ ઉપર પડે છે, ત્યારે તેમાં રહેલી ગરમીનું બળ બધા ભાગમાં વહેંચાઈ જતું હોવાથી સર્વ સ્થળે વધારે તાપ લાગતો નથી, પણ તેનાં તે જ સૂર્યનાં કિરણોને એક કાચ ઉપર એકઠાં કરવામાં આવે છે ત્યારે તેની નીચે મૂકેલી વસ્તુને પણ બાળી નાંખે છે. આ બળ ક્યાંથી આવ્યું? મૂળ સૂર્યનાં કિરણોમાં જ તે બળ હતું, પણ જુદું વિખરાઈ જતું હોવાથી તેનું બળ જણાતું નહોતું કે જે એકત્ર કરવાથી પ્રગટ થયેલું જણાય છે.

આવી જ રીતે મનમાં પણ મહાન સામર્થ્ય છે. આ સર્વ સામર્થ્ય આત્મારૂપ સૂર્યમાંથી આવે છે. મનમાં અનેક વૃત્તિઓ ઉત્પન્ન થતાં તે મનમાં આવેલું બળ જુદા જુદા કામોમાં, વિચારોમાં વિખરાઈ જાય છે. તે જ મનોબળ જો એક વસ્તુ ઉપર જ એકઠું કરવામાં આવ્યું હોય તો તે પ્રબળ મનથી ધારીએ તે કામ સિદ્ધ કરી શકાય છે. સંકલ્પ કરે તે પ્રમાણે જ કાર્ય સિદ્ધ થાય છે. હજારો મનુષ્યોથી જે કામ ન થાય તે એકત્ર થયેલી મનોશક્તિના એક સંકલ્પથી સિદ્ધ થાય છે. ટુંકમાં કહીએ તો પૃથ્વી, પાણી, વાયુ અને અગ્નિ જેવાં મહાબૂતોના ઉપર પણ સામ્રાજ્ય સ્વતંત્ર સત્તા મેળવી શકાય છે, તો પછી મનુષ્યો કે તેવાં જ જાનવરો ઉપર સત્તા મેળવવી તે કાંઈ મુશ્કેલ જેવું છે જ નહિ.

આ સર્વ સત્તા, શક્તિ, એકાગ્રતાવાળા ધ્યાનથી આવે

છે. આવી શક્તિવાળા મનુષ્યેને જ્ઞાની પુરુષો ભલામણ કરે છે કે કૌતુકને ખાતર પણ અસદ્ધ્યાનને જરા જોડલો અવકાશ ન આપવો. તેને અસદ્ધ્યાન એટલા માટે કહેવામાં આવે છે કે મનોશક્તિનો આ દુરુપયોગ છે. મનોશક્તિ એકત્ર કરવાનું મુખ્ય કારણ એ છે કે તેના મજબૂત બળથી ખરાબ વાસનાઓ ઉપર વિજય મેળવવો. અનાદિ કાળના ઘર કરીને રહેલા મલિન સંસ્કારો કે કર્મોને મારી હઠાવવાં; અને આવા પ્રબળ મનોબળથી કર્મોનો નાશ કરી શકાય છે જ. તે ઉત્તમ અને મહાન ઉપયોગી કાર્ય આત્મવિશુદ્ધિ મેળવવાનું મૂકી દઈ જ્યારે મનુષ્યો આ દુનિયાનાં ક્ષણિક અને માધિક સુખ માટે, અધિકાર માટે અને તેવા જ પ્રકારનાં મનને થોડો વખત આનંદ આપનારાં પણ અન્યને હાનિ પહોંચાડનારાં અથવા પરિણામે દુઃખ ઉત્પન્ન કરનારાં સુખ માટે તે મહાન શક્તિનો ઉપયોગ કરે તો તેનો તેને ખરાબ બદલો મળ્યા સિવાય રહેતો નથી. આત્મશક્તિમાંથી તે પતિત થાય છે.

શાસ્ત્રકાર કહે છે કે આવો ધ્યાનનો અસદ્બય અથવા આવું અસદ્ધ્યાન જો તમે કરશો તો તે ધ્યાન તમારા પોતાના જ નાશને માટે થશે. અન્યને આધીન કરવાની ઇચ્છા તે તમને જ અન્યને આધીન બનાવશે. અન્ય ઉપર સામ્રાજ્ય લોગવવાની ઇચ્છા તમારા ઉપર અન્યને સામ્રાજ્ય કર્તા બનાવશે. સિદ્ધિઓની ઇચ્છા આત્મમાર્ગથી તમને નીચે પટકશે, અને ફરી તેવી સ્થિતિ પ્રાપ્ત કરવાનું ઘણું છેટું જશે. માટે ભૂલેચૂકે કૌતુક માટે પણ તે શક્તિનો આત્મલાભ

સિવાય કે અન્યને લાલ કરવા રૂપ પરોપકાર સિવાય ઉપ-
યોગ ન થાય તે માટે સાવચેત રહેશો.

અહીં કોઈને શંકા થાય કે ત્યારે તેવી સિદ્ધિઓરૂપી
ઐશ્વર્યનો લાભ અમને નહિ જ મળે? અને તે ન મળે તો
આત્મધ્યાનનું ફળ શું? તેનો ઉત્તર આપે છે કે:—

સિદ્ધ્યન્તિ સિદ્ધયઃ સર્વાઃ સ્વયં મોક્ષાવલંબિનામ્ ।

સંદિગ્ધા સિદ્ધિરન્યેવા સ્વાર્થઞ્જશ્ચ નિશ્ચિતઃ ॥ ૧૭૦ ॥

મોક્ષનું અવલંબન કરનારા મનુષ્યને બધી ભતની સિદ્ધિઓ
પોતાની મેળે (ઈચ્છા કર્યા સિવાય પણ) સિદ્ધ થાય છે
અને આ લોકના સુખની ઈચ્છાવાળા મનુષ્યને તો સિદ્ધિઓ
પ્રાપ્ત થાય કે ન પણ થાય અથવા તેમાં સંદેહ છે, છતાં
સ્વાર્થની હાનિ તો થાય જ તે વાત નિશ્ચિત છે.

બાવાર્થ—ઈચ્છા છે ત્યાં આર્તધ્યાન છે, વિશ્લેષ છે.
મન કલુષિત ચાને મેલવાળું અથવા અપવિત્ર છે. કોઈના
ખૂરાને માટે કે વિષયલોહુપતાથી કે એવા જ કોઈ મલિન
આશયથી કોઈ પણ આત્મધ્યાનમાં પ્રયત્ન કરનારનો વિજય
થતો જ નથી. અને કદાચ તેમાં તેનો વિજેય થાય તો સમ-
જવું કે તે વિજય તેના પોતાના જ નાશ માટે થયો છે.
કારણ કે બાળકના હાથમાં શસ્ત્ર અપાય જ નહિ અને કદાચ
કોઈએ આપ્યું, અગર તેણે હઠ કરીને લીધું, તો જરૂર
સમજવું બેઠએ કે તે શસ્ત્ર બાળકનો નાશ કરશે, કારણ કે
તેને તે શસ્ત્રનો ઉપયોગ કેમ કરવો તેનું જ્ઞાન નથી, તેમ
સિદ્ધિઓરૂપી શસ્ત્ર બાળક સમાન આ લોકની વાસના કે

ઐશ્વર્ય ભોગવવાની ઇચ્છાવાળાના હાથમાં અપાય જ નહિ. કેમ કે તેનો શો ઉપયોગ કરવો તેનું આ મલિન વાસનાવાળાને જ્ઞાન જ નથી. આ જ્ઞાન ન હોવાનું મુખ્ય કારણ તેની વાસના અને આત્મસ્થિતિનું અજ્ઞાન તે જ છે. તેનાથી લોભ, તૃષ્ણા કે કામવાસના તેનું જ તે પોષણ કરવાનો પણ તેનાથી પરોપકારનું કામ લાગ્યે જ બનશે. ન બનવાનું કારણ તેની મલિન ઇચ્છાઓ. પ્રથમ પોતાની તૃપ્તિ કરવા માટે જ પ્રાર્થના કરશે અને તેના ખેંચાણને લઈ તે બીજાં કામોને ભૂલી જશે, યા ગૌણ કરી દેશે, એટલે તે સિદ્ધિઓથી તેનો નાશ જ થવાનો. ‘ત્યાગે તેની આગે’ આ કહેવત પ્રમાણે સર્વ ઇચ્છારહિત થયેલા, ઇચ્છાશક્તિ પર કાળૂ મેળવનારા નિઃસ્પૃહ પુરુષોમાં જ મહાન શક્તિ પ્રગટ થાય છે. પરોપકાર કરવાનું તેવા મહાન પુરુષોના લાગ્યમાં જ લખાયેલું હોય છે. શક્તિને જીરવી શકનાર પુરુષોમાં જ તેવી શક્તિઓ પ્રાયઃ ઉત્પન્ન થાય છે.

મોક્ષનું અવલંબન કરનારા નીરોગી પુરુષોને ઇચ્છારહિત છતાં પણ સર્વ સાનુકૂળ થઈ રહે છે, સિદ્ધિઓની ઇચ્છા કરવી તે આત્મસ્થિતિમાંથી હેઠા પડવા બરોબર છે. અને ઇચ્છાઓનો સર્વથા ત્યાગ કરવો તે આત્મમાર્ગમાં પ્રવેશ કરવાનો રાજમાર્ગ છે. માટે મનને આત્મધ્યાનમાં બેસી, ધ્યાનની શક્તિનો સારો ઉપયોગ કરવો.

૩૫૫૧૧૧ ધ્યાન

લોકાગ્રસ્થં પરાત્માનમમૂર્તે ક્લેશવર્જિતમ્ ।

ચિદાનંદમયં સિદ્ધમનંતાનંદમં સ્મરેત્ ॥ ૧૭૧ ॥

લોકના અગ્રભાગ ઉપર રહેલા અમૂર્ત, કલેશરહિત, ચિદા-
નંદમય, સિદ્ધ અને અનંત આનંદને પ્રાપ્ત થયેલા પર-
માત્માનું સ્મરણ કરવું તે રૂપાતીત ધ્યાન છે.

ભાવાર્થ—લોક શબ્દ વડે ચૌદ રાજલોક. તેના ઉપરના
ભાગ ઉપર રહેલા, તેના વ્યવહારને ઝોળાંગી ગયેલા પર-
માત્માનું ધ્યાન કરવું. અથવા લોક શબ્દ વડે ધર્માસ્તિકાય,
અધર્માસ્તિકાય, આકાશ, કાળ, પુદ્ગલ અને કર્મોધીન જીવો
આ સર્વની પર આવેલા સ્થાન ઉપર અથવા સ્થાનમાં રહેલા
પરમાત્મા-તેનું ધ્યાન કરવું. આ સ્થાન સર્વથી પર આવેલું
છે તેનું કારણ એ છે કે આ સર્વને તે પરમાત્મા જાણી
શકે છે, પણ સર્વ તે પરમાત્માને જાણી શકતા નથી. બીજા
અર્થમાં કહીએ તો આ ચૌદ રાજલોકના ઉપરના ભાગમાં
સિદ્ધના જીવો રહે છે, તેઓ અમૂર્ત છે. તેમાં આ પ્રત્યક્ષ
પુદ્ગલોમાં દેખાતું કોઈ પણ જાતનું રૂપ નથી, તેમને જન્મ-
મરણાદિ કોઈ પણ પ્રકારનો કલેશ નથી. તેઓ જ્ઞાન અને
આનંદમય છે અથવા જ્ઞાન એ જ આનંદ તેમને છે. તેઓ
શુદ્ધસ્વરૂપ થયેલા હોવાથી સિદ્ધ છે. હવે કાંઈ પણ કર્તવ્ય
તેમને બાકી રહેતું નથી અને અનંત આનંદમાં લીન થયેલા
છે. તેમના એ સ્વરૂપાનંદનો પાર નથી. એવા પરમાત્માનું
ઉત્કૃષ્ટ આત્માનું ચિત્તન કરવું, હૃદયમાં સ્મરણ કરવું, ધ્યાન
કરવું, તે રૂપાતીત ધ્યાન છે. તેનું ધ્યાન શા માટે કરવું ?

यस्यात्र ध्यानमात्रेण क्षीयन्ते जन्ममृत्यवः ।

उत्पद्यते च विज्ञानं स ध्येयो नित्यमात्मना ॥૧૭૨॥

જેના અહીં ધ્યાન કરવા માત્ર વડે કરીને જન્મમરણનો ક્ષય થાય છે અને આત્મજ્ઞાન ઉત્પન્ન થાય છે તેનું આત્માએ નિરંતર ધ્યાન કરવું.

ભાવાર્થ—તે સિદ્ધ પરમાત્માનું—આત્માનું શુદ્ધ સ્વરૂપ છે. તેનું ધ્યાન કરવા વડે તે શુદ્ધ સ્વરૂપ પ્રગટ થાય છે. તે શુદ્ધ સ્વરૂપ પ્રાપ્ત થતાં આ વિભાવદશાથી ઉત્પન્ન તથા જન્મમરણાદિનો નાશ થાય છે અને આત્મજ્ઞાન ઉત્પન્ન થાય છે. સત્તામાં રહેલ આત્મજ્ઞાન પ્રગટ થાય છે. માટે આત્માએ પોતાના શુદ્ધ સ્વરૂપને પ્રાપ્ત કરવા માટે તે શુદ્ધ આત્માનું કે સિદ્ધાત્માનું નિરંતર ધ્યાન કરવું.

હવે તે ધ્યાન કેમ કરવું?

તત્સ્વરૂપાહિતં સ્વાન્તં તદ્ગુણશ્ચામરંજિતમ્ ।

યોજયત્યાત્મનાત્માનં સ્વસ્મિન્ તદ્રૂપસિદ્ધયે ॥૧૭૩॥

પોતાની અંદર તે સ્વરૂપ સિદ્ધ કરવા માટે તે સિદ્ધ પરમાત્માના સ્વરૂપમાં પોતાના અંતઃકરણને સ્થાપન કરવું, તેના ગુણગ્રામમાં રંજિત કરવું. અને આત્મા વડે આત્માને તેના સ્વરૂપમાં જોડવો. (રૂપાતીતનું ધ્યાન આવી રીતે થાય.)

ભાવાર્થ—અરૂપી સિદ્ધ પરમાત્માનું ધ્યાન કેવી રીતે થઈ શકે? આનો ઉત્તર વિધિ આ શાસ્ત્રકાર આ પ્રમાણે બતાવે છે, કે સિદ્ધનું સ્વરૂપ પૂર્વે બતાવી ગયા છે તે સ્વરૂપમાં પોતાના અંતઃકરણને ચારે બાજુથી સ્થાપી દેવું વ્યાપ્ત કરી દેવું. જેવું સામું આલંબન હોય તેવા આકારે ઉપયોગ પરિણમી રહે છે. સામો ઘડો પડ્યો હોય તેો

આત્મઉપયોગ તે આકારે જ્યારે પરિણમશે ત્યારે જ ખરે-ખર ઘડાનો બોધ થશે. કોઈ મનુષ્ય જીજ્ઞાસુ હશે તો તેના આકારે મન અથવા આત્મઉપયોગ પરિણમશે ત્યારે તેનો બોધ થશે જે વસ્તુનો બોધ કરવો હોય તે વસ્તુમાં તદ્દાકારે પરિણમવાથી તેનો બોધ થાય છે. તેમ જ વધારે વખત પરિણમી રહેવાથી અને બીજા કોઈ આકારે મન પરિણા-માંતર ન પામે તેવી સ્થિતિને ધ્યાન કહે છે. આ જ પ્રમાણે અરૂપી આત્મસ્વરૂપનું કોઈ પણ વર્ણન પ્રથમ ધારણ કરવું. રૂપી પદાર્થમાં તો આપણને નિરંતરની ટેવ હોવાથી તેમાં કોઈ વિશેષ પ્રયત્ન કર્યા વિના તે આકારે પરિણમી શકીએ છીએ, છતાં તેમાં એકાકારે અંતઃકરણ પરિણમ્યા પછી વચમાં બીજા આકારે પરિણમાઈ ન જવાય, બીજી વૃત્તિઓ ઉત્થાન ન પામે તેટલું સાવધાનપણું રાખવાની જરૂર છે, તેનાથી પણ આ રૂપાતીત ધ્યાન વિશેષ કઠિન છે. આમાં તો આલં-બન જ રૂપ-આકૃતિ વિનાનું છે, તોપણ રૂપ વિનાના જ્ઞાના-નંદ સ્વરૂપ વિગેરે જે ગુણો છે, તે પ્રથમ અંતઃકરણમાં ખરોખર સ્થાપન કરવા, તેના બંને તેટલો માનસિક વિચાર કરવો-ચયવો અને પછી મનને તેમાં જોડી દેવું. આથી એવો અનુભવ મળશે કે જેવું આલંબન તેવું પરિણમન. સામું આલંબન રૂપ-આકૃતિ વિનાનું હશે તો તમારું મન પણ તે સ્વરૂપમાં રૂપ કે આકૃતિનું સ્વરૂપ ધારણ નહીં કરતાં જેમ છે તેમ નિરાકાર સ્થિતિમાં સ્થિરતા પામશે; અર્થાત્ વધારે સ્પષ્ટ કહીએ તો મનને કોઈ પણ આકાર ધારણ કર્યા વિનાની સ્થિતિમાં ધારણ કરી શુદ્ધ આત્માના લક્ષ તરફ

નિર્વિચાર કે નિરાકાર સ્થિતિનો પ્રવાહ વહેવરાવવો તે રૂપા-
તીત ધ્યાન છે.

અથવા સિદ્ધ પરમાત્માના ગુણગ્રામમાં, તેમના આત્મ-
સ્વરૂપના વિચારમાં, આઠ કર્મ જવાથી ઉત્પન્ન થયેલા આઠ
ગુણમાં-વિચારોમાં મનને આનંદિત કરવું-લીન કરવું. તે
રૂપાતીત ધ્યાન છે. પહેલા કરતાં આ ધ્યાનનો પ્રકાર સહેલો
છે, તેમ જ ગુણપ્રાપ્તિમાં હલકો પણ છે.

અથવા પોતાની અંદર તે સિદ્ધ પરમાત્માનું સ્વરૂપ
પ્રગટ કરવા માટે પોતાના આત્મા વડે પોતાના આત્માને
સિદ્ધ સ્વરૂપમાં જોડી દેવો. સિદ્ધનું જે સ્વરૂપ છે જે સ્થિતિ
છે. તે જોઈને પોતાની સ્થિતિ તેવી કરી દેવી. પોતે પોતા
વડે પોતામાં તેવું સ્વરૂપ અનુભવવું તેવી રીતે સ્થિર થવું,
આ રૂપાતીત ધ્યાન છે. શબ્દોમાં ફેર છે, બાકી પહેલી અને
ત્રીજી વાત એક છે. આ પ્રમાણે સિદ્ધ પરમાત્મા-અરૂપીનું
ધ્યાન કરી શકાય છે.

इत्यजस्रं स्मरन् योगी तत्स्वरूपावलंबितः ।

तन्मयत्वमवाप्नोति ग्राह्यग्राहकवर्जितः ॥ ૧૭૪ ॥

તે સ્વરૂપનું અવલંબન લઈને એ પ્રમાણે નિરંતર સ્મરણ
કરનાર-ધ્યાન કરનાર યોગી ગ્રાહ્યગ્રાહક વિનાનું તન્મયપણું
પામે છે.

બાવાર્થ—નિરંજન પરમાત્મા સિદ્ધ સ્વરૂપનું અવ-
લંબન લઈ નિરંતર લાંબા વખત સુધી સ્મરણ કરતાં-તે
સિદ્ધતા સ્વરૂપમાં આત્માને મગ્ન કરતાં અથવા આત્મામાં

સિદ્ધ સ્વરૂપને અનુભવતાં તદાકાર સ્થિતિ થઈ જાય છે આ સ્થિતિમાં ગ્રાહ્ય-ગ્રહણ કરવા લાયક અને ગ્રહણ કરનાર આવો ભેદ રહેતો નથી પણ તે સ્મરણ કે ધ્યાનના વખતમાં એકરસ-તદાકાર-તન્મયપણું યોગીને પ્રાપ્ત થાય છે.

તન્મય થવાનું કારણ બતાવે છે.

अनन्यशरणीभूय स तस्मिन् लीयते तथा ।

ध्यातृध्यानोभयामावे ध्येयेनैक्यं तथा व्रजेत् ॥૧૭૫॥

પૂર્ણ શુદ્ધ સ્વરૂપ આત્મા સિવાય બીજું કોઈ શરણ આલંબન જેને રહેલ નથી તેવો (નિરાલંબન થયેલો) યોગી તે સિદ્ધ સ્વરૂપમાં તેવી રીતે લીન થાય છે કે ધ્યાતા અને ધ્યાન બંનેના અભાવે ધ્યેયની સાથે એકલાવને પામે છે.

ભાવાર્થ—ત્યારે તે સિદ્ધ સ્વરૂપના ધ્યાનમાં યોગી મગ્ન થાય છે-એકરૂપ થાય છે-ગ્રહણ કરનાર અને ગ્રહણ કરવા લાયક આવા ભેદો પણ લય પામી જાય છે-ધ્યાન કરનાર ને ધ્યાની એ બંનેનો અભાવ થઈ જાય છે ત્યારે તે તદ્દન નિરાલંબન થઈ જાય છે. લીધેલું આલંબન અને ‘હું ધ્યાન કરનાર’ આવી વૃત્તિઓનો પણ વિલય થઈ જાય છે-આત્મામાં લય થઈ જાય છે, ત્યારે તે ધ્યાન કરનાર આત્મા-યોગી પોતાનું ધ્યેય જે સિદ્ધ પરમાત્મા તેની સાથે એકલાવ પામી જાય છે તેનાથી કોઈ પણ રીતે જુદો પડી શકતો નથી અથવા ધ્યાતા પોતે ધ્યેય સ્વરૂપ બની જાય છે.

તે વખતની સ્થિતિ કેવી થાય છે ?

યઃ પરાત્મા પરં સોઽહં યોઽહં સ પરમેશ્વરઃ ।

મદન્યો ન મયોપાસ્યઃ મદન્યેન ચ નાપ્યહમ્ ॥૧૭૬॥

જે પરમાત્મા છે તે હું છું અને જે હું છું તે પરમેશ્વર છે. મારા વડે ઉપાસના (ધ્યાન) કરવા લાયક મારાથી બીજો કોઈ નથી અને મારાથી અન્ય વડે હું પણ ઉપાસના કરવા યોગ્ય જુદો નથી (મારાથી બીજો મારો ઉપાસ્ય નથી અથવા મારાથી બીજા વડે ઉપાસના કરવામાં હું જુદો નથી).

ભાવાર્થ—ધ્યાન કરનાર જ્યારે જેનું ધ્યાન કરે છે ત્યારે તે, તે સ્વરૂપ થઈ રહે છે, એટલે ધ્યાતા જ્યારે ધ્યેય થઈ રહે છે ત્યારે તે પોતાની સ્થિતિનો જે અનુભવ કરે છે તે આ છે કે જે પરમાત્મા છે, જેનું હું ધ્યાન કરતો હતો તે પરમાત્મા તો હું પોતે જ છું અને હું છું તે પરમાત્મા જ છે. હું જેનું ધ્યાન કરતો હતો તેમાં અને મારામાં કોઈ જાતનો તફાવત નથી. અમે કોઈ પણ આત્મ-સ્થિતિમાં જુદા પડી શકતા નથી. મારે ઉપાસના કરવા લાયક મારાથી જુદો બીજો કોઈ નથી અને મારાથી બીજા વડે હું પણ કોઈ રીતે જુદો નથી એટલે મારાથી અન્ય મારી ઉપાસના કરે તેવું પણ કાંઈ નથી, કારણ કે તે પણ મારી માફક પૂર્ણ સ્વરૂપ છે. પોતાના મૂળ સ્વરૂપના અજ્ઞાનથી જ આ ઉપાસ્ય-ઉપાસક ભાવ પ્રગટ થાય છે. સર્વ જીવાત્માઓ પોતાના જ સ્વરૂપને જાણે-અનુભવે તો પછી ઉપાસ્ય-ઉપાસક જેવી સ્થિતિ કે જરૂરિયાત રહેતી નથી. આત્મા પોતાના

મૂળ સ્વરૂપમાં આવી રહે છે ત્યારે આ જગતના સર્વ જીવો સત્તાસ્વરૂપે તેને પોતાના જેવા શુદ્ધ ભાસે છે, અર્થાત્ મૂળ સ્વરૂપમાં આવી પહોંચ્યા પછી ઉપાસ્ય કે ઉપાસક બુદ્ધા રહેતા નથી. ઉપાસ્ય તે જ ઉપાસક બની રહે છે. આત્માની આ પરમ ઉત્કૃષ્ટ અથવા પૂર્ણ દશા છે.

મનને શિખામણુ

અંતઃકરણાકર્ણય સ્વાત્માધીશં વિદાય માન્યચ્ચમ્ ।

ધ્યાને વસ્ત્વતારય યતસ્તદન્યચ્ચ બંધકરમ્ ॥૧૭૭॥

હે અંતઃકરણુ ! તું સાંભળ. તારા આત્મારૂપ માલિકને મૂકીને અન્ય કોઈ પણ વસ્તુને તું ધ્યાનને વિષે અવતારીશ નહીં—ધ્યાનમાં લાવીશ નહીં, કેમ કે આત્માથી અન્ય સર્વ વસ્તુ કર્મબંધ કરનારી છે, અર્થાત્ બંધમાં ફસાવનારી છે.

ભાવાર્થ—શરૂઆતમાં રૂપાતીત ધ્યાનમાં કોઈ કોઈ વખત અપૂર્વ, આનંદ આવી જાય છે. પાછા વિક્ષેપો થેરી લે છે. જેમ જેમ આત્મધ્યાનતું બળ વધતું જાય છે, નિરાકાર ધ્યાન વૃદ્ધિ પામતું જાય છે, તેમ તેમ વિક્ષેપોને હઠાવવાનું અપૂર્વ બળ વધતું જાય છે. તથાપિ અનાદિ કાળના અભ્યાસને લઈ વિક્ષેપમાં ફસાઈ જનારા અંતઃકરણને બુદ્ધિ શિખામણુ આપે છે કે હે મન ! તું સાંભળ મારી વાત પર લક્ષ આપ. જો, આ તારો માલિક આત્મા છે. તેને મૂકીને તું તારા મનમાં બીજી વસ્તુને ઉતારીશ નહિ. તારા હૃદયમાં તેથી અન્ય કોઈ પણ વસ્તુને સ્થાન આપીશ નહીં. તારા મનમાં કોઈ પણ જાતના વિકલ્પોને પ્રવેશ કરવા દઈશ

નહિ. કેમ કે આ આત્મા સિવાય બીજી કંઈ પણ વસ્તુ એવી નથી કે તેમાં આસક્તિ રાખવાથી તે બંધનકર્તા ન થતી હોય. શુભ કાર્યમાં આસક્તિ રાખવાથી પુણ્યબંધ થાય છે. અશુભ કાર્યમાં આસક્તિપૂર્વક પ્રવૃત્તિ કરવાથી પાપબંધ થાય છે. પુણ્ય સુખ આપનાર હોવાથી સોનાની બેડી જેવું છે, પાપ દુઃખ આપનાર હોવાથી લોઢાની બેડી જેવું છે. સોના લોઢામાં તફાવત ઘણો છે છતાં બંધન તરીકે તો બન્ને સરખું કામ કામ કરે છે. આસક્તિ છે ત્યાં બંધ છે. આથી મનને એમ સમજાવવાનું છે કે હે મન! આત્મા સિવાય અન્ય વસ્તુનું ધ્યાન-અન્ય વસ્તુના વિચારો આસક્તિથી-(સ્વરૂપના અજ્ઞાનથી) બંધનકર્તા થાય છે. માટે અંતઃકરણ તું જાગૃત થા અને આ અભ્યાસમાં જ-આ ધ્યાનમાં જ લીન થા. તારા મનના મનત્વનો તેમાં જ લય કરી દે.

સ્વબોધાદપરં કિચિન્ન સ્વાંતે ક્રિયતે પરમ્ ।

કુર્યાન્ત્ કાર્યવશાત્ કિંચિત્ વાગ્કાયાભ્યામનાદૃતઃ ॥૧૭૮॥

આત્મજ્ઞાન વિના બીજું કંઈ પણ અંતઃકરણમાં ઢાખલ કરવું નહિ, કંઈ કારણસર કંઈ કરવું પડે તો વચન અને કાયા વડે કરવું અને તે પણ આસક્તિ વિના કરવું.

ભાવાર્થ—દેહાદિક સાધનના વ્યવહારરૂપ કાર્ય કરવાની કે તેવી જ પારમાર્થિક કાર્ય કરવાની જરૂર પડે તો કેમ કરવું? તે માટે કહે છે કે આ ચાલુ કથન સાધના કરનાર નવીન અભ્યાસીને માટે છે. તેણે તો આત્મજ્ઞાન-આત્મધ્યાન

આત્મવિચાર સિવાય કાંઈ પણ કાર્ય કે વિચાર માટે અંતઃ-
કરણમાં જગ્યા રાખવી જ નહિ. અહોનિશ તેનું શ્રવણ-મનન
અને તેવે આકારે પરિણમવા જ પ્રયત્ન ચાલુ રાખવો બીજાં
અર્થાં કાર્યને હાલ તુરત આત્મભળપ્રાપ્તિ થાય ત્યાં સુધી
મુલતવી રાખવાં. છતાં જરૂરી પ્રસંગે તેમ કરવું પડે તો
મનને તેમાં જોઈએ તેવું પરોવવું જ નહિ. તેમાં તો પર-
માત્માને જ ખિરાજમાન કરી રાખવા; બાકી વચન અને
શરીર વડે જ કાર્ય કરવું. તેમાં પણ આસક્તિ રાખ્યા સિવાય
પ્રવૃત્તિ કરવી. કયાં સિવાય ચાલે તેમ નથી એટલે કરવું
જોઈએ તેટલા ખાતર જ કરવું; પણ આસક્તિ રાખી ન કરવું.
આમ કરવાથી ચાલુ કાર્ય જલદી સિદ્ધ થશે.

ધર્મધ્યાનનો ઉપસંહાર

एवं चतुर्विधध्यानामृतमग्नं मुनेर्मनः ।

साक्षात्कृतजगत्तत्वं विधत्ते शुद्धिमात्मनः ॥૧૭૯॥

આ પ્રમાણે ચાર પ્રકારના ધ્યાન રૂપ અમૃતમાં મગ્ન
થયેલું મુનિનું મન, જગતના તત્ત્વનો સાક્ષાત્કાર કરીને
આત્માની શુદ્ધિ કરે છે.

ભાવાર્થ—પિંડસ્થ, પદસ્થ, રૂપસ્થ અને રૂપાતીત એમ
આ ચાર પ્રકારના ધ્યાનમાં ધ્યાનરૂપ અમૃતમાં મુનિઓએ મનને
મગ્ન કરી દેવું; અથવા આસક્ત કરી દેવું—લય પમાડી દેવું.
તેનું પરિણામ એ આવશે કે જગતમાં તત્ત્વ શું છે? પ્રાપ્ત
કરવા લાયક કે સારજૂત કંઈ વસ્તુ છે? તેનો નિશ્ચય આ
ધ્યાનમાં મગ્ન થયેલું મન કરી આપશે. નિર્મળ થયેલું

મન-પવિત્ર થયેલું' મન જગત તત્વનો સાક્ષાત્કાર કરી બતાવશે, કેમ કે નિર્મળ થયેલા મનમાં આ સામર્થ્ય છે. મન મલિનતા પામી આ જીવને ચાર ગતિમાં રાખે છે, અજ્ઞાનમાં ડુબાવે છે, આત્મજ્ઞાન ભૂલાવે છે, અકર્તવ્યને કર્તવ્ય મનાવી ગૂંચવાડો ઊભો કરે છે. તે જ પવિત્ર નિર્મળ થયેલું' મન આ જીવને ચાર ગતિના દરવાજા બંધ કરાવે છે,

આત્મજ્ઞાન કરાવે છે, અજ્ઞાન દૂર કરાવે છે. કર્તવ્યને કર્તવ્ય તરીકે સમજાવે છે. છેવટે આ નિર્મળ મન આત્માની શુદ્ધતા પ્રગટ કરે છે શાશ્વત પદ-આત્મસ્વરૂપમાં સદાનો સમાગમ કરાવી આપે છે, સ્થિર સ્વરૂપસ્થ બનાવે છે. આથી એ નિર્ણય થયો કે નિર્મળ મનથી આત્મપ્રવેશ સુગમ બને છે. ધ્યાનથી નિર્મળતા આવે છે. આત્મમાં સદા શાંતિ છે.

અનુપ્રેક્ષા

ધ્યાનોપસ્તોઽપિ મુનિર્વિવિધાનિત્યાદિભાવચિન્તનતઃ ।

યોઽનુપ્રેક્ષાં ધત્તે इति शाश्वत् सोऽतुलो ध्यानी ॥૧૮૦॥

ધ્યાન કરી રહ્યા પછીથી જે મુનિ વિવિધ પ્રકારની અનિત્ય આદિ ભાવનાનું ચિંતન કરવા રૂપ અનુપ્રેક્ષાને (વિચારણાને) નિરંતર ધારણ કરે છે, તે મહાધ્યાની થઈ શકે છે.

ભાવાર્થ—ધ્યાન પૂર્ણ થઈ રહ્યા પછી મુનિએ અનિત્ય અશરણ્યાદિ ભાવનાઓની વિચારણા કરવાનો અભ્યાસ ચાલુ રાખવો. ભાવના એ રસાયણ જેવી ગુણકર્તા છે, ધ્યાનના અંગને પોષણકર્તા છે. તૂટેલી ધ્યાનની સંતતિ-ધ્યાનના પ્રવા-

હને ઝેડી આપનારી છે. ધ્યાન પૂર્ણ થયા પછી એટલે જે કલાક કે બેચાર કલાકનો નિત્યનો ધ્યાનનો નિયમ ચાલુ રાખ્યો હોય તે પૂર્ણ થયા પછી નિરંતર થોડા વખત સુધી આ ભાવનાની વિચારણા કરવાથી અનુક્રમે મહાન ધ્યાનની સ્થિતિ પ્રાપ્ત થાય છે.

તે જ બતાવે છે

અનુપ્રેક્ષાઽર્ધમસ્ય સ્પાદતો દ્વિ નિબન્ધનમ્ ।

ચિત્તં તતઃ સ્થિરીકૃત્ય તાસાં રૂપં નિરૂપયેત્ ॥૧૮૧॥

આ સ્થાને અનુપ્રેક્ષા (ધ્યાન કરી રહ્યા પછી કરાતી ઉત્તમ વિચારણા) ધર્મધ્યાનનું મજબૂત કારણ થાય છે. માટે ચિત્તને સ્થિર કરીને તે ભાવનાના સ્વરૂપનું પોતે પોતાનું નિરૂપણ કરવું. (આ ભાવના સંબંધી વિશેષ હકીકત અંત્રની શરૂઆતમાં આવી ગઈ છે.)

શિષ્યને શિષ્યાભણુ

પ્રાણઘાત્યુપસર્ગોઽપિ ધન્યૈર્ધ્યાનં ન ચાલિતમ્ ।

નિર્વાઘેષ્વપિ યોગેષુ સત્સુ ધત્સે ન કિં સ્થિરમ્ ॥૧૮૨॥

પ્રાણનો નાશ થાય એવા ઉપસર્ગના પ્રસંગમાં પણ ધન્ય પુરુષોએ પોતાનું ધ્યાન ચલાવમાન કયું નથી, તો આ વખતે તને તો કોઈ પણ પ્રકારની બાધા ન થાય-પીડા ન થાય તેવો પ્રસંગ પ્રાપ્ત થયો છે; છતાં તું મનને કેમ સ્થિર ધારણ કરી શકતો નથી ?

ભાવાર્થ—ગુરુનો શિષ્ય પ્રત્યે અથવા સુમતિનો મન પ્રત્યે આ ઉપદેશ છે કે જોર ઉપસર્ગોના પ્રસંગમાં અને

તેમાં પણ પ્રાણનો નાશ થાય, આવા ભયંકર સ્થિતિના પ્રસંગમાં પણ મહાત્મા પુરુષો ધ્યાનથી જરા પણ ચળાય-માન થયા નથી. તો અત્યારે તે સંબંધી તને જરા પણ દુઃખ કે પીડા થાય તેવો પ્રસંગ નથી. આવા અનુકૂળ સંયોગો છતાં પણ તું મનને સ્થિર કેમ રાખી શકતો નથી અર્થાત્ અનુકૂળ પ્રસંગ મળ્યો છે તો મનને સ્થિર કરી આગળ ચાલવા માંડ, થોડા વખતમાં શાશ્વત સુખની પ્રાપ્તિ રૂપ તારી મુસાફરી પૂર્ણ થશે, અત્યારની થોડા વખતની મહેનત તને નિરંતરના સુખને માટે થશે. આ માયિક આશાઓમાં ફસાઈશ નહિ. ભાવિ પરિણામની પણ ફરકાર રાખ્યા સિવાય માથે ઉપાડેલા કામના ઝોળનો પાર પામી શાંતિ મેળવ અને તે સિવાય સર્વ કર્તવ્યને ગૌણ કરી દે.

સ્વાક્ષર્યસ્ય રતિ ચ દોષં વિદાય યત્કિંચન વસ્તુજાતમ્ ।

મનોઘ સર્વં ભવતીહ તદ્વિ ॥૧૮૩॥

(આ શ્લોક મૂળ પુસ્તકમાં તૂટક છે.)

રમ્યારામાદિરૂપાદીન્ કામાર્થાનપિ ચિતયન્ ।

રુદ્ધસ્વાક્ષર્યરાગાદિઃ શુભધ્યાની હ્રસાવપિ ॥૧૮૪॥

સુંદર સ્ત્રી આદિના રૂપાદિરૂપ કામના વિષયોના ચિંતન કરવામાંથી પોતાની ઇદ્રિયોના વિષયભૂત રાગાદિનો જેણે નિરોધ કર્યો છે તે પણ શુભ ધ્યાની કહેવાય છે.

યદ્યાત્તાર્તનીંદ્રિયાણ્યંગિન્ ત્વયા તદ્વિષયાન્ વિના ।

તાનિ તિષ્ઠાન્તિ નોત્ત્વં તત્ નિર્દોષાન્ વિષયાન્ ભજ ॥૧૮૫॥

હે શિષ્ય ! જો તે અહણુ કરેલી ઇદ્રિયો તે તે વિષયો વિના રહી શકતી ન હોય તો તું નિદોષ વિષયોનું સેવન કર.

વિના સ્વાન્યત્ર નો જીવો વિનાજીવં ન સ્વાન્યપિ ।

પંચાક્ષવિષયૈઃ પૂર્યૈર્વિના સિદ્ધિર્ન સાધ્યતે ॥૧૮૬॥

ઇદ્રિયો વિના અહીં જીવ નથી અને જીવ વિના ઇદ્રિયો પણ ન હોય પાંચ ઇદ્રિયોના વિષયોની પવિત્રતા વિના (વિષયોની શાંતિ થયા વિના) સિદ્ધિ સાધી શકાતી નથી.

અંતઃકરણનિઃસંગી બહિઃસંગીવ ચેષ્ટતે ।

છાયાવત્ નિર્વિકલ્પોઽસૌ કર્મણા નોપલિપ્યતે ॥ ૧૮૭ ॥

જે મનુષ્ય-જે યોગી-ખહારથી સંગી-રાગીની માફક ચેષ્ટા કરે છે; પણ જેનું અંતઃકરણ સંગ વિનાનું-રાગદ્વેષ વિનાનું છે, તે વૃક્ષની છાયાની માફક નિર્વિકલ્પ સ્થિતિવાળો વિદ્વેષ વિનાની સ્થિતિવાળો જ્ઞાની કર્મથી લેપાતો નથી. જેમ વૃક્ષની છાંયા કેઈ પણ પ્રકારના કચરા, ધૂળ કે છાણ વગેરેથી લેપાતી નથી. તેમ આસક્તિ રાજ્યા વિના પ્રવૃત્તિ કરનાર યોગી કર્મથી લેપાતો નથી.

બહિઃસંસારદેહાક્ષસ્થિત્યા ગત્યા વિનાંગિનઃ ।

ન કિંચિચ્છલતીતિ ત્વં મત્વા તામમના મજ ॥ ૧૮૮ ॥

આ સંસારવ્યવહારમાં દેહ, ઇદ્રિય આદિથી કરાતી જવા, આવવા, ખેસવા, વગેરેની ક્રિયા કર્યા સિવાય જીવોને જરા પણ ચાલતું નથી, એમ માનીને હે જીવ ! આ દેહ

દ્વિત્રિયો આદિની ક્રિયાને તું મન વિના કર. અર્થાત્, મનની આસક્તિ રાખ્યા વિના નિર્લેપ રહીને કર.

આત્મન્ સિદ્ધાત્મલગ્નોઽહં યદા સ્યાં ગોસ્તદા ત્વયા ।
ન ગન્તવ્યમિતીઞ્છામિ ગન્તવ્યં ચૈત્તદૈવ વા ॥૧૮૯॥

હે મન ! જ્યારે હું ધ્યાનાવસ્થામાં સિદ્ધાત્માની સાથે (આત્માના શુદ્ધ સ્વરૂપમાં) એકરસ થાઉં ત્યાં સુધી તો મારી પાસેથી જરા પણ દૂર ન જવું એમ હું ઇચ્છું છું. છતાં જો તારે બહાર જવું હોય તો જ્યારે હું આત્મામાં એકરસ થયો હોઉં ત્યારે તારે જવું, આશય એવો છે કે આત્મસ્વરૂપમાં લીન થયા પછી બીજે સ્થળે મન જઈ શકતું નથી, એટલે તેનું જવું કે ન જવું બન્ને સરખું છે.

इति ते ध्यान समीपे याचे मे मा भवन्तु व्याधिरुजः ।
अन्ते मरणसमाधिः शुभगतिर्भवतु परलोके ॥१९०॥

હે ધ્યાન ! આ પ્રમાણે તારી પાસે યાચના કરું છું કે મને વ્યાધિ કે રોગ ન થાઓ, અને અંતે મરણ સમાધિ તથા પરલોકમાં સુખ પ્રાપ્ત થાઓ. કહેવાનો આશય એવો છે કે ધ્યાન કરવાવાળો તો સર્વ પ્રકારની વાસના-ઈચ્છા વિનાનો જ હોય છે, પણ ધર્મધ્યાનનું ફળ એ થાય છે કે સર્વથા કર્મનો ક્ષય થયો હોવાથી મોક્ષ થતો નથી. તથાપિ તે સાધકને વ્યાધિ કે રોગ થતો નથી, સમાધિપૂર્વક મરણ થાય છે, અને પરલોકમાં સારી ગતિ પ્રાપ્ત થાય છે અને ઇચ્છા થતાં સર્વ અનુકૂળ સંયોજો ધર્મધ્યાનથી મળી આવે છે.

જ્ઞાણોવરમે વિ સુણી નિચ્ચમણિચ્ચાદિચિત્તાપરમો ।

દોઢ સુમાવિયચિતો ધમ્મદ્ધાણેણ જો પુલ્લિ ॥૧॥

જે મુનિએ પોતાના અંતઃકરણને ધર્મધ્યાનના વખત પહેલાં સારી રીતે ધર્મધ્યાન વડે વાસિત કરેલું હોય છે, તે મુનિએ ધ્યાન પૂર્ણ થયા પછી પણ બાકીના બધા વખતમાં અનિત્યાદિ ભાવનાના ચિંતનમાં તત્પર રહેવું.

ધર્મધ્યાનમાં કંઈ અને કેટલી લેશ્યા હોય છે ?

પીતા પદ્મા ચ શુક્લા ચ લેશ્યાત્રયમિતિ સ્મૃતમ્ ।

ધર્મસ્ય ક્રમશઃ શુદ્ધં કૈશ્ચિજ્જુલૈવ કેવલા ॥૧૧૧॥

ધર્મધ્યાન કરવાવાળા મનુષ્યને અનુક્રમે શુદ્ધતાવાળી તેને લેશ્યા, પદ્મ લેશ્યા અને શુક્લ લેશ્યા (વિશુદ્ધ પરિણામવિશેષ) જ્ઞાની પુરુષોએ કહેલી છે. કોઈ આચાર્ય એમ કહે છે, ધર્મધ્યાનવાળા અધિકારીને એક શુક્લ લેશ્યા જ હોય છે. અધિકારી અને અપેક્ષા પરત્વે બન્ને વાતો યોગ્ય છે.

કહ્યું છે કે,

હુંતિ કમ્મવિસુદ્ધાઓ લેસાઓ પીયપમ્હસુકાઓ ।

ધમ્મદ્ધાણોવગયસ્સ તિવ્વમંદાદિમેયાઓ ॥૧॥

ધર્મધ્યાનને પ્રાપ્ત થયેલ યોગીને અનુક્રમે વિશુદ્ધતાવાળી તેનેલેશ્યા, પદ્મલેશ્યા અને શુક્લલેશ્યા આ ત્રણે હોય છે. છતાં અધિકારી પરત્વે કોઈને તિવ્વ, કોઈને મધ્યમ તો કોઈ ને મંદ એમ અનેક લેશ્યાવાળી વિશુદ્ધતા હોય છે.

ધર્મધ્યાનની સ્થિતિ.

ધર્મધ્યાનસ્ય વિજ્ઞેયા સ્થિતિશ્ચાન્તર્મુહૂર્તિકી ।

ધ્યાયોપશમિકો ભાવો લેખ્યા શુક્લૈવ કેવલા ॥૧૧૨॥

ધર્મધ્યાનની સ્થિતિ અંતરમૂહૂર્ત પ્રમાણની જાણવી. ધર્મધ્યાનમાં ધ્યાયોપશમિક ભાવ હોય છે અને શુક્લ એક જ લેખ્યા હોય છે.

ધર્મધ્યાનીનું લક્ષણ.

અર્હદાદિગુણીશાનાં નતિ મક્તિ સ્તુતિ સ્મૃતિષ્ ।

ધર્માનુષ્ઠાનદાનાદિ કુર્વન્ ધર્મીતિ લિંગતઃ ॥૧૧૩॥

અરિહંત, સિદ્ધ, આચાર્ય, ઉપાધ્યાય તથા મુનિઓ ઇત્યાદિ શુભવાન મહાપુરુષોને નમસ્કાર કરવો, તેમની ભક્તિ કરવી, તેમની સ્તુતિ કરવી, તેમનું સ્મરણ કરવું, ધર્મ-અનુષ્ઠાન કરવાં, દાન આપવું, શિષ્યાનાદિ વ્રતો પાળવાં, તપ-શ્રેય કરવું, ઉત્તમભાવના રાખવી, ઇત્યાદિ કર્તવ્યો કરનાર બાહ્ય ચિહ્નથી ધર્મી છે, ધર્મધ્યાન કરનાર છે એમ જાણી શકાય.

કહ્યું છે કે,

જિણસાહુગુણકિત્તણપસંસગાદાણવિણયસંપન્નો ।

સુયસીલસંજમરઓ ધમ્મજ્ઞાણી મુણેઅવ્વો ॥૧॥

જિનેશ્વર તથા સાધુના શુભ બોલવા, નિરતિચાર સમ્યક્ દર્શનાદિ ધારણ કરવાં, તેની પ્રશંસા કરવી, વિશેષ પ્રતાપ કરવી, ભક્તિપૂર્વક સ્તુતિ કરવી, અભ્યુત્થાનાદિ વિનય કરવો, અશનાદિ દાન આપવું, શ્રૂતજ્ઞાન ભણવું, જાણવું, શીલ-

નતાદિ ધારવાં, પ્રાણાતિપાતાદિની વિરતિરૂપ સંયમમાં રક્ત થવું, ઇત્યાદિ લક્ષણોથી આ ધર્મધ્યાની છે તેમ જાણી શકાય છે.

ધર્મધ્યાનનું ફળ

અસ્મિન્નિતાન્તર્વૈગમ્યવ્યત્તિષંગતરંગિતે ।

જાયતે દેહિનાં સૌખ્યં સ્વસંવેદ્યમતીન્દ્રિયમ્ ॥૧૯૪॥

ત્યક્તસંગાસ્તનું ત્યક્ત્વા ધર્મધ્યાનેન યોગિનઃ ।

ત્રૈવેયકાદિસ્વર્ગેષુ ભવન્તિ ત્રિદશોત્તમાઃ ॥૧૯૫॥

આ ચાર પ્રકારના ધર્મધ્યાનમાં અત્યંત વૈરાગ્ય રસના સંયોગથી તરંગિત થયેલા દેહધારીઓને પોતે અનુભવ કરી શકે તેવું અને ઇન્દ્રિયોના વિષયોને પણ ઓળંગી ગયેલું મહાન સુખ અહીં જ પ્રાપ્ત થાય છે અને સર્વ સંગનો ત્યાગ કરનારા તેઓ ધર્મધ્યાનમાં-દેહનો ત્યાગ કરી પર-લોકમાં ઐવેચક નામની દેવ ભૂમિમાં—આદિ શબ્દથી બીજાં પણ સ્થળોમાં ઉત્તમ દેવપણે ઉત્પન્ન થાય છે. રૂપાતીત નામનો ધર્મધ્યાનમાં ગણવામાં આવેલો ચોથો લેહ તેને શુદ્ધ ધ્યાનમાં પણ ગણવામાં આવે છે, ધર્મધ્યાનની ઊંચામાં જીંવી સ્થિતિ અને શુદ્ધ ધ્યાનની શરૂઆત એવી રીતે રૂપાતીત ધ્યાનને ગણી શકાય તેમ છે. શુદ્ધધ્યાનનું ફળ મોક્ષ છે.

કહ્યું છે કે,

હુંતિ સુમાસવસંવરવિણિજરામરસુદાઈં વિઝ્ઞાઈં ।

જ્ઞાણવરસ્સ ફલાઈં સુદાણુવંધીણિ ધમ્મસ્સ ॥૧૧॥

ધર્મધ્યાન કરવાથી શુભ આશ્રવરૂપ પુણ્ય બંધાય છે. આવતા કર્મને રોકવારૂપ સંવર થાય છે અને પૂર્વ કર્મના નાશરૂપ નિર્જરા પ્રાપ્ત થાય છે, તથા વિસ્તારવાળાં દેવોનાં સુખ મળે છે. આ સર્વ સુખના કારણરૂપ ઉત્તમ ધર્મધ્યાનનાં ફળો છે.

પ્રકરણ ૯

શુક્લધ્યાન.

શુક્લં ચતુર્વિધં ધ્યાનં તત્રાદ્યે દ્વે ય શુક્લકે ।

છદ્મસ્થયોગિનાં જ્ઞેયે દ્વે ચાન્ત્યે સર્વવેદિનામ્ ॥૧૯૬॥

શુક્લધ્યાન ચાર પ્રકારે છે. તેમાં આદિનાં બે શુક્લ-ધ્યાનના ભેદો છદ્મસ્થ યોગીઓને હોય છે. પાછલનાં બે સર્વજ્ઞોને હોય છે.

આલંબનાદિ વિભાગ.

શ્રુતજ્ઞાનાર્થસંબન્ધાત્ શ્રુતાલંબનપૂર્વકે ।

પૂર્વેષ્વરે જિનેન્દ્રસ્ય નિઃશેષાલંબનચ્યુતેઃ ॥૧૯૭॥

શ્રુતજ્ઞાનથી બોધિત થતા અર્થ (પદાર્થ) નો આ શુક્લ ધ્યાનમાં મન સાથે સંબંધ થતો હોવાથી શ્રુતજ્ઞાનના આલંબનવાળા શુક્લધ્યાનના પહેલા બે ભેદો હોય છે. અર્થાત્ શુક્લધ્યાનના પહેલા બે ભેદોમાં શ્રુતજ્ઞાનનું આલંબન હોય છે. અને પાછલના શુક્લધ્યાનના બે ભેદો કેાઈ પણ જાતનાં આલંબન વિનાના છે. તેના અધિકારી જિનેશ્વરો કેવળ-જ્ઞાનીઓ હોય છે.

શુદ્ધધ્યાન-આલંબનદ્વાર-૧

ક્રોધ, માન, માયા, અને લોભના ત્યાગ કરવારૂપ ક્ષમા, નમ્રતા, સરલતા, અને સંતોષઃ આ ચાર શુદ્ધ ધ્યાનનાં આલંબનો છે. અપરાધીઓના અપરાધના બદલા તરીકે તેમના ઉપર ક્ષમા વરસાવતી, ચંદનને બાળવાથી બાળનારને ચંદન તરફથી સુવાસ-સુગંધ મળે છે, તેવી જ રીતે અપરાધીને પણ અપરાધના બદલામાં ઉપકાર કરવો. આટલી પ્રબળ ક્ષમા લાવવી જોઈએ. સર્વ જીવોને સત્તાએ શુદ્ધસ્વરૂપ જોવાની ટેવ પાડવાથી આવી શુદ્ધધ્યાનના આલંબન-ભૂત ક્ષમા આવી શકે છે.

દુનિયાના સર્વ જીવો, વિચારવાનને કાંઈ ને કાંઈ બોધ આપે છે. આ દુનિયા એ બોધ મેળવવા માટેની જીવંત પાઠશાળા છે, અથવા વિચારશક્તિ પ્રગટ થયેલા જીવોને માટે તે એક જીવતા ગુરુની ગરજ સારે છે. દુનિયાને ગુરુ તુલ્ય માની પોતે શિષ્યરૂપે રહેવાથી, અને દરેક પ્રસંગે કુદરતમાં થતા ફેરફારો ઉપરથી શિક્ષણ લેવાની ટેવ પાડવાથી કુદરતના છૂપા લેહોમાંથી અખૂટ જ્ઞાનભંડાર મળી શકે છે. એક પણ એવો પદાર્થ નહિ હોય કે જે વિચારવાનને છૂપું શિક્ષણ આપતો ન હોય. સત્તામાં રહેલા શુદ્ધ સ્વરૂપને ઉદ્દેશીને સર્વ જીવોને પરમાત્માતુલ્ય માની, પોતામાં દાસ-ભાવ રાખી, ગુણગ્રાહકતાનું આંતરવર્તન રાખવાથી અભિ-માનની વૃત્તિને સહેલાઈથી નાશ સાધી શકાય છે, આ રથને એટલું ચાઢ રાખવાનું છે કે બ્યવહાર તો જે જાતના

વર્તન કે બોલવાથી ચાલતો હોય તેવો જ રાખવો, પણ આંતરગુપ્ત વર્તનથી સામાને પરમાત્માતુલ્ય સમજી તેના તરફ કરાતી અભિમાનવૃત્તિને, પોતામાં ગુપ્ત રીતે—સામાને ખબર ન પડે તેવી રીતે—દાસભાવની વૃત્તિ રાખીને તોડી નાખવી. અભિમાન તોડવા માટે આ પ્રયોગ ઘણો અકસીર જણાયો છે.

ગમે તેવા ગુપ્ત સ્થળે કાર્ય કરો, કોઈને ખબર ન પડે એવી રીતે છાતું કામ કરો. પણ તેનાં ફળો ઉદય પામ્યા વિના રહેવાનાં જ નથી. જેટલું છાતું કે ગુપ્ત કરાય છે તેટલું જ તે કાર્ય વધારે ફળેતો મેળવનાર કે પ્રગટતામાં વહેલું બહાર આવનાર થાય છે. જ્યાં નિયમસર મર્યાદા-પૂર્વક કાર્યક્રમ ચાલે છે, કોઈના પણ પક્ષપાત વિના કર્મોનુસાર યોગ્ય બદલો મળે છે, ત્યાં માયા, પ્રપંચ, કપટને અવકાશ જ ક્યાં છે ?

મનુષ્યો એમ જાણતા હોય છે કે અમુક કાર્ય છાતું કરી અમે બીજાને ઠગીએ છીએ, પણ તેઓની માન્યતા ભૂલભરેલી છે. તેમાં તેઓ પોતે જ ઠગાય છે. કુદરત આ રીતે નહિ, તો બીજી રીતે, આ હાથે નહિ, તો પેલા હાથે, આજ નહિ તો કાલે, પણ તેનાં માઠાં ફળોરૂપ બદલો આપ્યા વિના રહેતી જ નથી. જો આમ જ છે તો સરલ જીવન શા માટે ન બનાવવું ? જેવા છીએ તેવા શા માટે ન દેખાવું ? સર્વ જીવોને પરમાત્માતુલ્ય અંતરદૃષ્ટિથી લેખવામાં આવે તો પછી આ માયા-કપટને રહેવાનું સ્થાન જ

આ માનસિક દુનિયામાં નથી. એ નાનો અને હું (પોતાને) મોટો. આ વિષમદષ્ટિ થાય છે ત્યારે જ આ કપટનો પ્રયોગ પ્રયોજાય છે. આત્મદષ્ટિથી સર્વને સરખા-અથવા સત્તાગત પરમાત્મદષ્ટિથી અન્યને મોટો જોવો; અને વ્યવહારદષ્ટિથી પોતાને નાનો જોવો, આવી માયાને જીતવા માટે માયા કરાય તો આ માયાકષાય સહેલાઈથી જીતી શકાય છે.

જ્યાં આ દેહ અને શુભાશુભ કર્મ એ સર્વનો ત્યાગ કરવાનો છે, ત્યાં લોભને અવકાશ જ ક્યાં છે ? જ્યાં સુધી કોઈ પણ પુદ્ગલિક પદાર્થ ઉપર મોહ કે મમત્વ છે, તેને મેળવવાની ઈચ્છા થાય છે, ત્યાં સુધી તે તેટલો જ આત્મ-સ્વરૂપથી દૂર છે. જેના ઉપર તમને પ્રીતિ હોય તેને જ તમે નિમંત્રણ કરો. પણ બીજા ઉપર અપ્રીતિ રાખી બીજોના તિરસ્કાર કરશો તો આત્મા જરૂર તેટલો જ તમારાથી વેગળો રહેશે. મતલબ કે તેટલો જ આંતરો કે આવરણ તમારા શુદ્ધ સ્વરૂપની આડે બન્યું રહેશે.

દેહના નિર્વાહ માટે તો પ્રારબ્ધ પ્રમાણે આવી મળશે જ. જાગૃતિ પૂર્વક તેટલો જ પ્રયત્ન કરાય તો તે કાંઈ વિદ્વ-રૂપ થવાનો નથી, પણ ઉલટો મદદગાર થશે. દેહની મદદથી તો કાર્ય સિદ્ધ કરવાનું છે; વિશેષ એટલો છે કે આત્મભાન ભૂલી તેમાં આસક્ત ન થવાય તે માટે સાવચેત રહેવાની પૂર્ણ જરૂરિયાત છે અને જે પ્રારબ્ધયોગે આવી મળે તેમાં સંતોષ માનવાનો છે. અમુક જ જોઈએ અને અમુક ન જ જોઈએ એમ ન થવું જોઈએ, કેમ કે તે પણ મમત્વ છે.

જ્ઞાન ભુલાવનાર એક જાતનો આગ્રહ છે પ્રારબ્ધ કર્મમાંથી શરીરને જે પુદ્ગળોની જરૂરિયાત હોય છે તે આવી મળે છે. તે માટે હર્ષ-શોક કરાય જ નહિ. અને તેમ કરાય તો આત્મજ્ઞાન ભૂલવાનો પ્રસંગ આવે છે.

પુદ્ગલિક વસ્તુ પોતાને જરૂરિયાતની હોય તેનાથી અધિક તમારી પાસે હોય તો તે, જરૂરિયાતવાળા બીજાને આપી દેવી, પણ મમત્વ ભાવથી સંચય ન કરવો. આવી જ રીતે તમારી પાસે અધિક જ્ઞાન હોય, તો તે પણ યોગ્ય અધિકારીને આપવું. તમે અન્ય પાસેથી લીધું છે, તમને ખહારથી મળ્યું છે તે તમે અન્યને આપી દેશો તો જ તમને શાંતિ થશે. નહિ આપો તો અભિમાન વધશે અને નવું મળતું અટકશે. અન્યને આપ્યા પછી તેનું અભિમાન થતું નથી, કારણ કે તે એમ માને છે કે હવે તે મારા એકલા પાસે નથી, અન્ય પાસે પણ તે જ્ઞાન છે, નહિતર જ્ઞાનનું પણ અભિમાન થાય છે કે “હું જ જ્ઞાની છું, અને આ જ્ઞાન બીજા કોઈ પાસે નથી.” માટે યોગ્ય લેનાર મળી આવે તો આપવાને પણ ચૂકવું નહિ.

અવસર ચૂક્યા તો પછી પણ આપવું તો પડશે, પણ તે બિનઅધિકારી આગળ હલવાશે. તો તે લઈ શકશે નહિ અથવા સહઉપયોગ લાગ્યે જ થશે. માટે અન્યને આપવું તેમાં જ સંતોષ માની યોગ્ય અધિકારી આગળ પોતાનો ખજાનો ખાલી કરવો. વ્યવહારમાં પણ આવા પ્રસંગો બનતા નજરે દેખાય છે કે એક મનુષ્ય પોતાની મિલકતનો

યોગ્ય સ્થળે પોતાને હાથે સદુપયોગ કરતો નથી; અંતે તે મિલકત અહીં મૂકી જાય છે, એટલે તે કોઈના હાથમાં તો જાય છે જ. પણ તે લાચક મનુષ્ય હોય તો તેનો સદુપયોગ કરે છે, નહિતર અસદ્ ઉપયોગ તો થાય છે જ, માટે લોભ ન કરતાં યોગ્ય અધિકારી આગળ જ્ઞાનનો સદુપયોગ કરવો.

શુદ્ધ ધ્યાનનાં આ ચાર આલંબનો છે: ક્રોધ, માન, માયા, અને લોભ. એમનો ઘણી જ ખારીકાઈથી વિચાર કરી, સૂક્ષ્મમાં સૂક્ષ્મ કોષાદિનો પણ ત્યાગ કરવો તેનો જરા પણ વિશ્વાસ ન કરવો, કારણ તે અગ્નિના તણખા જેવા છે. એક જરા જેટલા પણ અગ્નિના તણખાની-કણીની ઉપેક્ષા કરી હોય તો હજારો ઘરોનાં ઘરો ખાળીને ભસ્મ કરી નાખે છે. તેમ આ ક્રોધ લોભાદિનો સૂક્ષ્મ પણ ઉદય ધીમે ધીમે વૃદ્ધિ પામી આત્માના અનંત ગુણોને ખાળી નાખે છે. અર્થાત્, તેના ઉપર આવરણ લાવી તેને દખાવી દે છે.

ક્રોધાદિના ઉદયને રોકવા. તેનાં પરિણામોનો વિચાર કરી વિવેકજ્ઞાન દ્વારા તેઓને નિષ્ક્ર્ણ કરવા-વિખેરી નાખવા. આત્માના શુદ્ધ સ્વભાવનો અરીસો સન્મુખ રાખી, આ આત્માના ગુણો છે કે અજ્ઞાન દશાવાળી વિભાવદશાના ગુણો છે તેનો નિર્ણય કરી, વિભાવદશાવાળા, આત્માને આવરણ કરનારા તે ક્રોધાદિનો ત્યાગ કરવો. ક્ષમા, નમ્રતા, સરલતા, અને સંતોષથી ક્રોધ, માન, માયા, લોભનો પરાજય કરી શકાય છે. આ ક્ષમાદિવાળી પરિણતિ કર્મક્ષયમાં પ્રધાન હેતુ છે. અકષાયવાળી પરિણતિ જ ઉત્તમ આરિચ્છ છે. એ

હોય તો જ ચારિત્ર હોય છે. ક્ષમાદિ ગુણો જ ચારિત્રનું જીવન છે. તે જો ચાલ્યા ગયા હોય તો ચારિત્ર, જીવ વિનાનું કલેવર-મડકું જ છે. આ ક્ષમાદિના આલંબન દ્વારા સૂક્ષ્મ ધ્યાનમાં પ્રવેશ કરાય છે અને શુદ્ધ ધ્યાન પ્રાપ્ત થાય છે.

આ કોષાદિ ક્ષાયને જીતવા માટે સર્વત્ર સત્તાગત શુદ્ધ આત્મદષ્ટિ રાખવી વગેરે જે કાંઈ કહેવામાં આવ્યું છે તે એક સાધન છે-શત્રુને મારવાનું હથિયાર છે. 'કયા મનુષ્યે કયું હથિયાર વાપરવું', એ કાંઈ ચોક્કસ નિર્ણયથી કહી શકાય નહિ. બધા મનુષ્યો કે અધિકારીઓએ એકસરખી જાતનાં જ હથિયાર કે સાધનો વાપરવાં એવો પ્રતિબંધ કોઈ પણ જ્ઞાનીએ કર્યો જ નથી. કર્મક્ષય કરી, નિર્વાણ-મોક્ષ પ્રાપ્ત કરવાના અસંખ્યાત માર્ગો છે એમ જ્ઞાની પુરુષોએ પોતાના જ્ઞાનમાં દીકું છે. તેથી અમુક જ માર્ગ લેવાથી મોક્ષ થાય અને બીજે રસ્તે ન જ થાય એમ કહેવું તે મિથ્યા છે, ભ્રમણા છે. પણ એટલું જ ધ્યાન આપવાનું છે કે ગમે તે પ્રયોગથી, સાધનથી, વિચારથી, આલંબનથી, કે પ્રવૃત્તિથી કર્મનો ક્ષય થાય છે કે નહિ, કર્મ શત્રુ મરે છે કે કેમ, તે જોવાનું છે. અને જો તે સાધનથી કર્મ ઓછાં થતાં હોય, પરમશાંતિ અનુભવાતી હોય તો તે સાધન તેને પોતાને માટે ઉપયોગી છે એમ માનવું પણ આ જ સાધન બધાને ઉપયોગી છે. બધાએ આ પ્રમાણે જ કરવું, એવો આગ્રહ ન કરવો. કારણ, દરેકનાં કર્મ એકસરખાં નથી હોતાં.

દરેકની પ્રકૃતિ એકસરખી હોતી નથી. દરેકના રોગ એક-સરખા નથી હોતા. માટે ઔષધ-દવા-પણ દરેકને જુદી જુદી જ હોય છે.

શુદ્ધ ધ્યાનનું ક્રમ દ્વાર-૨

મનનો વિષય ત્રણ લોક છે : ભિર્વલોક, અધોલોક અને તિર્યગ્લોક. એ ત્રણ લોકની અંદર રહેલા પદાર્થો તે સર્વનું આલંબન-અવલંબન કરીને મન જીવે છે. અર્થાત્, ત્રણ જગતના તમામ પદાર્થો એ મનનો ખોરાક છે. અમર આત્માનો આશ્રય અને અખૂટ ખોરાકનું પોષણ આ જ આલંબનોથી મન, જીવને વિવિધ પ્રકારની આકૃતિઓ ધારણ કરાવી ત્રણ જગતમાં અનેક સ્થાને ફેરવે છે.

આ વિસ્તારવાળા મનના વિષયનો; અનુક્રમે દરેક વસ્તુનો ત્યાગ કરાવીને અર્થાત્ મનથી તે તે પદાર્થોનું ચિંતન નહિ કરવારૂપે મનને સંશ્લેષીને-સંકોચીને અનુક્રમે એક પરમાણુ ઉપર લાવી મૂકવું. ત્યાર પછી પણ પ્રયત્નવિશેષથી મનને પરમાણુ ઉપરથી પણ દૂર કરી અંતઃકરણ વિનાની સ્થિતિ પ્રાપ્ત કરવી. શુદ્ધધ્યાનના પહેલા જો પાયામાં મનની આવી સ્થિતિ કરી શકાય છે.

અહીં કોઈ શંકા કરે તેમ છે કે, ત્રણ જીવનમાં ફરતાર-વ્યાપ્ત થનાર મનને સંશ્લેષીને ધ્યાન કરનાર એક અણુ ઉપર તેને કેવી રીતે લાવી શકે? અથવા કેવલજ્ઞાની તે અણુ ઉપરથી પણ મનને હઠાવીને અંતઃકરણ વિનાની સ્થિતિ કેવી રીતે પ્રાપ્ત કરી શકે?

સમાધાન આ પ્રમાણે છે કે આખા શરીરમાં ઝેર વ્યાપ્ત થઈ ગયું હોય છે તો પણ મંત્રના બલ વડે તે ઝેરના અણુ-ઓને રોકીને, પાછા ખેંચીને ડાંખ ઉપર લાવી શકાય છે. અને વિશેષ મંત્રપદો વડે ડાંખમાંથી પણ ઝેર દૂર કરી શકાય છે, તેમ ત્રણ ભુવનરૂપ શરીરના અવલંબનવાળું મન તે જન્મમરણચક્ર કારણ હોવાથી ઝેર તુલ્ય છે. તે વિષને ત્રિતવચનરૂપ ધ્યાનના સામર્થ્યવાળા મંત્રબળથી પરમાણુ ઉપર રોકી શકાય છે અને આત્માની અનંતશક્તિ-અચિત્ત શક્તિ-હોવાથી પ્રયત્ન વડે તે પરમાણુ ઉપરથી પણ દૂર કરી આત્મસ્વરૂપે થઈ રહેવાય છે.

અથવા જેમ બળતા લાકડાના ઢગલામાંથી લાકડાં કાઢી લેતાં અગ્નિ મંદ થઈ જાય છે અને જે લાકડાં બળતાં હતાં તે, અગ્નિ હવે બાળવા લાયક પદાર્થ જ ન હોવાથી અનુક્રમે ખુઝાઈ જાય છે. આ જ દષ્ટાંતે મન એ જ દુઃખરૂપ દાહક કારણ હોવાથી અગ્નિ, વિષયરૂપ લાકડાં વિનાનો થતાં-રહેતાં-થોડા વિષયરૂપ પરમાણુ ઉપર આવી રહે છે, અને તેટલો પણ વિષય લઈ લેવાથી મન-અગ્નિ શાંત થઈ જાય છે.

અથવા પાણીની ભરેલી ટાંકી કે ઘડામાંથી પાણી ધીમે ધીમે ઓછું થતું ચાલે છે, અથવા તપાવેલા લોઢાના વાસણમાં રહેલું પાણી ધીમે ધીમે ઓછું થતું જાય છે તેમ જ અપ્રમાદ અથવા આત્મજાગૃતિરૂપ અગ્નિથી તપેલું જીવરૂપ વાસણમાં-વાસણના આધારે રહેલું, યોગીઓના મનરૂપ પાણી અનુક્રમે શોષાઈ-સુકાઈને નાશ પામે છે. આવી રીતે

યોગીઓ મનોયોગને સર્વથા શેકે છે-શાંત કરે છે. તે જ પ્રમાણે વચનયોગ અને કાયયોગને પણ જ્ઞાનીઓ શેકે છે.

યોગોત્તુ' સ્વરૂપ આ પ્રમાણે છે.

ઔદારિકાદિ શરીરની સાથે મળેલી આત્માની વીચ્ પચિષ્ઠિ-શક્તિ-વિશેષ તે કાયયોગ છે. તેમ જ ઔદારિક, વૈકિચ અને આહારક, શરીરના વ્યાપાર વડે બહારથી ખેંચેલા વચન વર્ગજ્ઞાના દ્રવ્યના સમૂહની મદદથી ચાલતો જીવનનો વ્યાપાર તે વાચ્યોગ છે.

ઔદારિકાદિ શરીરના વ્યાપાર-ક્રિયા વડે-ખેંચેલા-બહારથી આકર્ષેલા મનોવર્ગજ્ઞાને યોગ્ય દ્રવ્યની મદદથી ચાલતો જીવનનો વ્યાપાર તે મનોયોગ છે. આ સર્વનો જ્ઞાનપૂર્વક નિરોધ કરનાર અંતરમુદૂર્તમાં નિર્વાણપદ પામે છે. આ ક્રમદ્વાર ખતાબ્યું.

શુદ્ધધ્યાન-ધ્યાનદ્વાર-૩

સવિતર્કસવિચારં પૃથક્ત્વં ચ પ્રકીર્તિતમ્ ।

શુક્લમાદ્યં દ્વિતીયં ચ વિપર્યસ્તમતઃ પરમ્ ॥૧૯૮॥

પૃથક્ત્વ વિતર્ક સવિચાર પહેલું શુદ્ધધ્યાન કહેલું છે, અને બીજું એકત્વવિતર્ક અવિચાર તેનાથી વિપરીત છે.

શુદ્ધ એટલે શુદ્ધ નિર્મલ, વિભાવ આલંબન વિના, તન્મયરૂપે આત્મસ્વરૂપનો વિચાર તે શુદ્ધધ્યાન કહેવાય છે. આત્મસ્વરૂપને વિષેરમણતા કરનાર આ ધ્યાન કરી શકે છે. જેવો સિદ્ધનો સ્વભાવ છે તેવો સાધકનો સ્વભાવ થતાં આ

શુદ્ધધ્યાન સિદ્ધ થાય છે.

તે શુદ્ધધ્યાનના ચાર ભેદ છે. ૧ પૃથક્ત્વવિતર્ક સમ્ર-
વિચાર. ૨ એકત્વવિતર્ક અપ્રવિચાર, ૩ સૂક્ષ્મક્રિયા અપ્રતિ-
પાતિ. ૪ ઉચ્છિન્નક્રિયા અનિવૃત્તિ.

પૃથક્ત્વ-લિન્ન-લિન્ન-ભુદ્ધી વહેંચણી કરી નાખવી. જીવથી
અજીવને ભુદો પાડવો, વિભાવથી સ્વભાવને ભુદો પાડવો,
આત્મદ્રવ્ય અને તેના પર્યાયો તેના પૃથક્ વિચાર કરવો,
પર્યાયને ગુણથી ભુદો કરવો, ગુણને પર્યાયથી ભુદો કરવો,
ગુણ પર્યાયને દ્રવ્યથી ભુદો કરવા, સ્વધર્મથી ધર્માત્મરનો ભેદ
કરવો તેને પૃથક્ત્વ કહે છે.

વિતર્ક એટલે શ્રુતજ્ઞાનાદિ ઉપયોગ. તે વડે નાના પ્રકા-
રના સાત નય દ્વારા આત્માનો વિચાર કરવા. રૂપ શ્રુતજ્ઞાન
ચિંતવણું. દ્રવ્યાર્થિક નય દ્વારા આત્મસ્વરૂપનો ઊઠાપોઠ
કરવો. સાતે નયે લિન્ન લિન્ન આત્મ-સ્વરૂપ વિચારણું વિચાર
દ્વારા તે તે નયની ભૂમિકાનો અનુભવ કરવો.

સમ્રવિચાર-વિચાર એટલે અર્થ, વ્યંજન અને યોગમાં
સંકેમ-પ્રવેશ કરવો. અર્થ એટલે દ્રવ્ય વ્યંજન એટલે શબ્દ
અને યોગ એટલે મન, વચન, કાયા એ ભેદવાળું ધ્યાન તે
સવિચાર ધ્યાન.

જેમ કે આત્મા એ અર્થ-દ્રવ્ય છે, આત્મા દ્રવ્યના વાયક
અક્ષરો તે વ્યંજનો છે, અને જેના વડે, જેમાં ઉચ્ચારણ
કરાય કે ચિંતન કરાય છે તે મનવચનાદિ યોગ છે. અથવા
હું શુદ્ધ આત્મા છું આ અક્ષરો. તે અક્ષરો જેના વડે

ચિંતવાચા-ખોલાચા કે આકાષાચા તે મનાદિ યોગો. અને તે શબ્દનો વાચક અર્થ-વસ્તુ-આત્મા ઇત્યાદિનો ભિન્ન ભિન્ન વિચાર કરવો. અથવા શુષ્કપર્યાય વિનાનાં છ મૂળ દ્રવ્ય તેમાં આત્મ દ્રવ્ય ગણાયું છે. તેમાંથી આત્મદ્રવ્યને ભિન્ન કરી-પર પાંચ દ્રવ્યને અપ્રવિચાર બાણી દુર કરવાં-તે સવિકલ્પ, અર્થોત્ આત્મ ઉપયોગે પરિણમવું. અથવા ગાય એ દ્રવ્ય પ્રાણી ગાયવાચક શબ્દો અને ગાયનું જ્ઞાન. ગાય એ શબ્દ સ્મૃતિમાં લાવતાં જ, ગાય દ્રવ્ય, ગાયવાચક શબ્દ અને ગાયનું જ્ઞાન. એ જેમ થઈ આવે છે તેમ આત્મદ્રવ્ય, આત્માવાચક શબ્દો, અને આત્માકાર પરિણમવા રુપ આત્માનું જ્ઞાન એ ત્રણેનો વિચાર કરવો. દ્રવ્યમાં સ્થિરતા કરી વ્યંજનમાં પ્રવેશ કરવો. વ્યંજનમાંથી દ્રવ્યમાં આવવું અથવા મનો-યોગથી કાચયોગમાં, કાચયોગથી વચનયોગમાં, વચનયોગથી મનોયોગમાં એમ દ્રવ્ય, શબ્દ અને યોગોમાં સંક્રમણ કરવું જુદી જુદી રીતે પરિણમવું વિચરવું. એ શુદ્ધ ધ્યાનનો પહેલો પાયો-લેદ છે.

શુકલ ધ્યાનનો બીજો લેદ

એકત્વ વિતર્ક અપ્રવિચાર

એકત્વ. પાંચ ધર્માસ્તિકાચાદિ તેના શુષ્કપર્યાય વિગેરેનો વિચાર ન કરવો, અનંત જીવો છે તેમનો પણ વિચાર ન કરવો, આત્માના જ્ઞાન, દર્શન ચારિત્રાદિ શુણે તેનો પણ જુદો વિચાર ન કરવો પણ તે સર્વનો સમાવેશ—એકતા-

કરતા જવું, જેમ કે અનેક દ્રવ્યોની વિશેષ ભતિને સામાન્ય એક દ્રવ્યમાં સમાવવી. આત્માના અનંત ગુણોનો એક આત્મામાં સમાવેશ કરવો, અનંત આત્માઓનો એક સત્તા સામાન્ય આત્મામાં સમાવેશ કરવો, અને અનેક દ્રવ્યની સામાન્ય ભતિઓનો એક મહાસત્તા-સામાન્યમાં સમાવેશ કરવો.

અથવા પર્યાયોનો ગુણુ વિષે સમાવેશ કરવો, ગુણુનો પર્યાય વિષે અને ગુણુપર્યાયોનો દ્રવ્ય વિષે સમાવેશ કરવો. ગુણુપર્યાયોની વિવિધતા હું જ છું, તે આત્માના ગુણુપર્યાયો મારાથી ભિન્ન નથી, જે શુદ્ધ આત્મા સિદ્ધ પરમાત્મત્વું સ્વરૂપ છે તે જ મારું સ્વરૂપ છે, એમ કરી ખત્તેની એકતા સાધવી. અથવા મહાસત્તાસામાન્યની અપેક્ષાએ એક સત્ છે. અને તે હું છું. આ ધ્યાન એકત્વપણે, સ્વરૂપતન્મયપણે કરવું.

વિતર્ક એટલે શ્રુતજ્ઞાનના અવલંબનપણે સર્વનો મહા-સત્તા-સામાન્યમાં સમાવેશ કરવો,

અગ્રવિચાર. વિકલ્પરહિત-સમયાંતરવાળા દર્શન, જ્ઞાન જેટલું પણ અંતર-કે વિકલ્પ ન કરતાં એકરસ-નિર્વિકલ્પ-સ્થિતિનો અનુભવ કરવો. દર્શન, જ્ઞાન, ચારિત્ર એ ત્રણેને પણ એક જ આત્મામાં સમાવેશ કરી હઈ સ્વરૂપ સ્થિરતામાં જ વિશ્રાંતિ લેવી. આ ધ્યાનમાં ત્રણે યોગો વિશુદ્ધ હોય. વિચાર પણ ઘણો જ મંદ હોય, મનનું

અન્યથાપણું ન હોય પણ પ્રબળ સ્થિરતા હોય, પવન વિનાના સ્થાનમાં રહેલ દીપક કે સમુદ્રની માફક સ્થિરતા હોય, અહીં વિચાર છે પણ તે સૂક્ષ્મ છે; તથા અનંત વિચારોનો સમાવેશ એકમાં કરાતો હોય તેવો નહિ જેવો વિચાર હોય.

અવધિ તથા મનઃપચંવ જ્ઞાનનો ઉપયોગ છે તે પરાતુ-ચાચી છે. કેમ કે તેનો વિષય રૂપી દ્રવ્યનો છે પણ આ ધ્યાન તો આત્માનુચાચી છે. વિષય અરુપિ આત્મદ્રવ્ય છે. આ ધ્યાનથી નિર્મલ કેવળજ્ઞાન થાય. આ ધ્યાન સ્થિરપરિ-ણામી છે. તેમાં મન સંકલ્પ વિકલ્પ વિનાતું હોય છે. આ ધ્યાન અત્યારે લલે ન હોય પણ તેની ઉમેદવારી-પ્રેક્ટિસ કરવામાં કાંઈ અડચણ નથી.

આ શુદ્ધધ્યાન પૂર્વગત શ્રુતવાળાને જ હોય છે તેવો કાંઈ નિયમ નથી. શ્રીમતિ માડુદેવાજી માતા, માસતુષ અને ગૌતમ સ્વામીએ પ્રતિબોધેલા પંદરસો તાપસો ઇત્યાદિને પૂર્વે તો શું, પણ તેના નામની પણ ખબર ન હતી છતાં કેવલજ્ઞાન પામેલા છે. એટલે ખાસ પૂર્વના જ્ઞાનવાળાને જ શુદ્ધ ધ્યાન હોય તેવો કાંઈ આગ્રહ કરવા જેવું નથી. કેવળ આત્માની શુદ્ધ શ્રદ્ધા, આત્મલાગણી, આત્મધ્યાન, ઇત્યાદિની મુખ્ય જરૂર છે. વિષય કષાયો શાંત થવા જોઈએ, સમભાવ આવવો જોઈએ અને સ્વરૂપસ્થિરતા જાણતાં કે અજાણતાં થવી જોઈએ.

પરમ સમાધિ.

ત્રીભું, ચોથું શુદ્ધ ધ્યાન

સૂક્ષ્મક્રિયાપ્રતિપાતિ તૃતીયં સર્વવેદિનામ્ ।

સમુચ્છિન્નક્રિયં ધ્યાનં તુર્યમાયૈઃ પ્રવેદિતમ્ ॥૧૧૯॥

સૂક્ષ્મ ક્રિયા અપ્રતિપાતી ત્રીભું ધ્યાન તે સર્વજ્ઞને હોય છે, અને આર્થ પુરુષોએ ચોથું ધ્યાન ક્રિયારહિત કહેલું છે.

બાવાર્થ—મોક્ષ જવાના નજીકના સમયે કેવલી-સર્વજ્ઞને આ ધ્યાન હોય છે પ્રથમ તેઓ મનોયોગ અને વચનયોગને રોકે છે, અને અરધો કાયાનો યોગ રોકતાં સૂક્ષ્મક્રિયા અનિવૃત્તિ નામનું ત્રીભું શુદ્ધ ધ્યાન હોય છે. આ પ્રસંગે સૂક્ષ્મ ક્રિયા અને પ્રવર્ધમાન પરિણામ એ બન્નેથી પાછા નહિ હઠવારૂપ સ્થિતિ હોય છે. ઉચ્છ્વાસ-નિઃશ્વાસરૂપ શરીરની ક્રિયા તદ્દન સૂક્ષ્મ હોય છે અને તે સ્થિતિથી તે પાછા પડતા ન હોવાથી એ ભેદને સૂક્ષ્મક્રિયા અનિવૃત્તિ કહે છે.

મન, વચન, કાયાના બાહર અને સૂક્ષ્મ યોગોનો સર્વથા આ ચોથા ભેદમાં રોધ કરવામાં આવે છે. મેરુ પર્વતની માફક તેના યોગ અને પરિણામની સ્થિતિ નિશ્ચળ અને કંપાવી ન શકાય તેવી હોય છે. આ ક્રિયાને શેલેશી ક્રિયા કહે છે. અહીં સર્વ ક્રિયાનો સર્વથા વિચ્છેદ થાય છે અને

તે સ્થિતિમાંથી પાછું ઉત્થાન થતું નથી એટલે આ લેહને વ્યુન્નિષ્ઠન ક્રિયા અપ્રતિપાતી શુદ્ધ ધ્યાન કહે છે.

તત્ર ત્રિયોગિનામાયં દ્વિતીયં ત્વેકયોગિનામ્ ।

સર્વજ્ઞઃ ક્ષીણકર્માસૌ કેવલજ્ઞાનમાસ્કરઃ ॥ ૨૦૦ ॥

મનાદિ ત્રણ યોગવાળાને પહેલું શુદ્ધ ધ્યાન હોય, એક યોગવાળા યોગીને બીજું શુદ્ધ ધ્યાન હોય. તે બીજા શુદ્ધ ધ્યાનમાં સર્વજ્ઞ, ક્ષીણકર્મા અને કેવલજ્ઞાનરૂપ સૂર્ય સમાન થાય છે.

પહેલા પૃથક્ત્વ વિતર્ક સવિચાર શુદ્ધ ધ્યાનમાં મન, વચન, કાયાના ત્રણે યોગ હોય છે, બીજા શુદ્ધ ધ્યાનના લેહમાં મનાદિ ત્રણ યોગમાંથી કોઈ એક યોગની મુખ્યતા હોય છે. કેમ કે બીજા લેહમાં સંક્રમ-યોગથી યોગાંતર પ્રવેશ-કરવાનો અભાવ કહેલો છે. ત્રીજા શુદ્ધ ધ્યાનમાં એક કાયયોગ હોય છે. અને ચોથું શુદ્ધ ધ્યાન અયોગી-યોગરહિત હોય છે.

ત્રીજા ચોથા શુદ્ધ ધ્યાનનો વખત

અન્તર્મુહૂર્તશેષાયુસ્ત્વતીયં ધ્યાતુમર્હતિ ।

શૈલેશીકર્મતો ધ્યાનં સમુન્નિષ્ઠનક્રિયં મવેત્ ॥૨૦૧॥

અંતર મુહૂર્ત આયુષ્ય બાકી હોય ત્યારે ત્રીજું શુદ્ધ ધ્યાન ધ્યાવાલે યોગ્ય થવાય છે અને શૈલેશીકર્મથી સર્વ ક્રિયાની નિવૃત્તિ-ઉરછેદ થવા રૂપ ચોથું ધ્યાન હોય છે.

ચોથું ધ્યાન કેને હોય ? અધિકારીદ્વાર-૪

અયોગયોગિનાં તુર્યં વિજ્ઞેયં પરમાત્મનામ્ ।

તેન તે નિર્મલાજાતાઃ નિક્ષ્ણંકા નિરામયાઃ ॥૨૦૨॥

મનાદિ યોગ વિનાના યોગી પરમાત્માને ચોથું શુદ્ધ-ધ્યાન જાણવું, કારણ કે તેઓ નિર્મળ થયા છે-કર્મ કલંક અને કર્મ રોગથી રહિત છે.

જે ધર્મધ્યાનના અધિકારી છે તેઓ જ આગળ વધતાં શુદ્ધ ધ્યાનના અધિકારી થાય છે. સર્વ પ્રમાદરહિત મુનિઓ, ક્ષીણભાઈ-ઉપશાંત-ભાઈની સ્થિતિવાળા મહાત્માઓ જ્ઞાનરૂપ ધનવાળા પુદ્ગિમાન મનુષ્યો શુદ્ધ ધ્યાનના સામાન્ય રીતે અધિકારી છે.

અનુપ્રેક્ષા દ્વાર-૫

શુદ્ધ ધ્યાનથી ભાવિત ચિત્તવાળાઓએ શુદ્ધ ધ્યાનથી વિરામ પામ્યા પછી આ અનુપ્રેક્ષાનો વિચાર કરવો. આ વિચારણા ૧ અપાય, ૨ અશુભ, ૩ અનંત અને ૪ વિપ-રિણામ નામની અનુપ્રેક્ષા કહેવાય છે.

૧ આશ્રવને આવવાનાં મિથ્યાત્વાદિ દ્વારો અને તેનાથી ઉત્પન્ન થતા દુઃખરૂપ અપાયોનો વિચાર કરવો તે અપાય અનુપ્રેક્ષા છે.

૨ સંસારના સ્વભાવનો વિચાર કરવો. અથવા સંસારના વિષમ રસની વિચારણા કરવી તે અશુભ અનુપ્રેક્ષા છે.

૩ ભાવિ નરકાદિ અનંત ભવની પરંપરાની વિચારણા કરવી તે અનંત અનુપ્રેક્ષા છે.

૪ વસ્તુના વિપરિણામનો વિચાર કરવો, સચેતન અચેતનાદિ સર્વ સ્થાનો પર્યાયો અશાશ્વત છે તે સંબંધી વિચારણા કરવી.

આ ચારેય અનુપ્રેક્ષા શુદ્ધ ધ્યાનના પહેલા બે ભેદમાં કરવા યોગ્ય છે.

લેશ્યા દ્વાર-૬

પહેલા બીજા શુદ્ધ ધ્યાનમાં શુદ્ધલેશ્યા હોય છે ત્રીજા શુદ્ધ ધ્યાનના ભેદમાં પરમ શુદ્ધલેશ્યા મૈત્રુની માત્રક નિશ્ચળ હોય છે. ચોથો ભેદ લેશ્યાતીત છે. તેમાં લેશ્યાને અવકાશ નથી.

લિંગ દ્વાર-૭

૧ અવધ ૨ અસંમોહ, ૩ વિવેક, ૪ વ્યુત્સર્ગ. શુદ્ધ ધ્યાનમાં આ ચાર લિંગ-ચિહ્ન છે. આ ચાર લક્ષણોથી પોતે શુદ્ધ ધ્યાનવાન છે એમ જાણી શકાય છે.

૧ લીપણ ઉપસર્ગ કે પરીવહો આવતાં ધ્યાનથી ચલાયમાન ન થાય, કોઈથી પણ ભય ન પામે, કારણ કે સર્વત્ર આત્મસમાન વૃત્તિ થઈ રહેલી હોય છે. મહાન ખીરતાવાન-ખુદિમાન અને સ્થિરતાવાન તે હોય છે.

૨ સૂક્ષ્મ અને અત્યંત ગહનભાવો-પદોષોને-વિશે પણ

મોહ ન પામે, મૂંઝાય નહિ, વ્યાકુળતા ન પામે તેમ જ વિવિધ પ્રકારની દેવમાયાને વિષે પણ સંમોહ ન પામે, કારણ કે ચૈતન્યાનંદનો અનુભવ જોણે ચાખેલો છે તે ક્ષણિક વિષયાનંદમાં રતિ કેમ પામે ?

૩ દેહ તથા સર્વ સંયોગોથી આત્માને નિરંતર જુદો દેખે. દેહની વ્યથા કે પુલ્કલસંયોગોથી આત્મજ્ઞાન ભૂલી ન જાય, સર્વદા વિવેકદષ્ટિ જાગ્રત હોય.

૪ દેહ અને ઉપાધિનો પણ ત્યાગ કરે. દેહ અને ઉપાધિ-ઉપયોગી સાધનો-ઉપર પણ મમત્વ ન કરે. જરૂરી પ્રસંગે ખન્નેનો ત્યાગ કરતાં અચકાય નહિ. સર્વથા નિઃસંગ રહે તે વ્યુત્સર્ગ લિંગ છે.

ફળ દ્વાર-૮

શુદ્ધ ધ્યાનના પહેલા બે લેદોમાં શુભ આશ્રવ હોય છે અને તેથી અનુત્તર વિમાન પચતના સુખની પ્રાપ્તિ થાય છે. નિર્વાણના માર્ગભૂત સંવર અને કર્મની નિર્જરા પણ થાય છે.

મલિન વસ્ત્ર જેમ પાણીથી શુદ્ધ થાય છે, લોહું જેમ અગ્નિથી શુદ્ધ થાય છે અને મેલું પાણી જેમ સૂર્યના તાપથી શોષાઈ જાય છે તેમ શુદ્ધ ધ્યાનથી કર્મો નાશ પામે છે- જીવ શુદ્ધ થાય છે.

જેમ જુલાબ લેવાથી, ઔષધોપચારથી અને ભૂખ્યા

રહેવાથી કેટલાક રોગ શમી જાય છે, નાશ પામે છે તેમ ધ્યાનથી કર્મરોગ નાશ પામે છે.

જેમ ઘણા વખતનાં સંચય કરેલાં ઈંધણાં પવન સહિત અગ્નિની મદદથી થોડા વખતમાં બળીને બરમ થાય છે તેમ કર્મરૂપ ઈંધણાંઓ ધ્યાનાગ્નિથી નાશ પામે છે, બળી જાય છે.

જેમ આકાશમાં ચડી આવેલી મેઘની ઘટાને પ્રચંડ વાયુ વિખેરી નાખે છે, તેમ ધ્યાનરૂપ પ્રબળ પવન વડે કર્મરૂપ મેઘઘટાને વિખેરી નાખાય છે. શુદ્ધ ધ્યાન કરનાર યોગીને ક્રોધ, ઈર્ષ્યા, વિષાદ, શોક, હર્ષ ઇત્યાદિ બાધા પીડા કરી શકતી નથી, અર્થાત્ તેને માનસિક સંતાપ જરા પણ હોતો નથી. શીત, તાપ, ક્ષુધા, તૃષ્ણા-ઇત્યાદિ આ શુદ્ધ ધ્યાનીને બાધા, પીડા કરી શકતા નથી. હિંસક પશુ, પક્ષી, મનુષ્ય, દેવ અને દાનવાદિ તેની દૃષ્ટિથી જ નિર્વિષ થઈ જાય છે. વૈરવિરોધ બૂલી જઈ શાંત સ્થિતિ અનુભવે છે કેમ કે તે યોગી આ સર્વ જગતનો મિત્ર છે, પ્રભુ છે. આ સર્વ શુદ્ધ ધ્યાનના પહેલા બે પાયાનું કૃણ છે છેલ્લા બે ભેદોનું કૃણ નિર્વાણપ્રાપ્તિ છે.

ઉપસંહાર

જન્મજાનેકદુર્વાસંબંધનવ્યેસનોજિજ્ઞતાઃ ।

સિદ્ધા બુદ્ધાશ્ચ મુક્તાશ્ચ યે તેમ્બો નમો નમઃ ॥૨૦૩॥

જન્મમરણાદિથી ઉત્પન્ન થનારા અનેક અનિવાર્ય બંધનરૂપ વ્યસનથી મુક્ત થયેલા, જેઓ સિદ્ધ, બુદ્ધ અને મુક્તસ્વરૂપ છે તેમને નમસ્કાર થાઓ, નમસ્કાર થાઓ.

શાશ્વતાનન્દમુક્તેભ્યો રૂપાતીતેભ્ય એવ ચ ।

ત્રૈલોક્યમસ્તકસ્થેભ્યઃ સિદ્ધેભ્યો મે નમો નમઃ ॥૨૦૪॥

શાશ્વત આનંદવાળા મુક્તોને, રૂપાતીતોને અને ત્રણ લોકના મસ્તક ઉપર રહેલા સિદ્ધોને મારા નમસ્કાર થાઓ.

અધુના શુક્લધ્યાનં યતશ્ચતુર્ધાપિ નાસ્તિ સાધૂનામ્ ।

પૂર્વિકેવલિવિરહાત્તદગમ્યં તેન તે તદગુઃ (જગદ્ગુઃ) ॥૨૦૫॥

હમણાં ચાર પ્રકારનું પણ શુદ્ધધ્યાન સાધુઓને નથી, કારણ કે પૂર્વધર અને કેવલીના વિરહથી તે અગમ્ય થયું છે. તે કારણથી તે તેમની પાછળ ગયું. અથવા તેઓએ તેમ કહેલું છે.

શુદ્ધ ધ્યાન અત્યારે ભલે ન હોય તથાપિ ભાવના-ઉમેદવારી-કરનારાઓએ નિરાશ ન થવું. શુદ્ધ ધ્યાનની ઉમેદવારી કરતાં ઉત્કૃષ્ટ ધર્મધ્યાનની પ્રાપ્તિ થશે તોપણ આનંદદાયક જ છે. શુદ્ધ ધ્યાન અત્યારે નથી એ વચન કાંઈ ઉત્સાહનો નાશ કરવા માટે નથી, પણ પોતાના વીર્યને પ્રોત્સાહિત કરી બનતો પુરુષાર્થ કરવા પ્રેરવાનો છે એ વાત ખાસ લક્ષમાં રાખી યથા શક્તિ પ્રયત્નવાન થવું.

ચન્દ્રાર્કદીપાલિમણિપ્રભાભિઃ કિં યસ્યચિત્તેઽસ્તિ તમોઽસ્તવોધમ્ ।
તદન્તકર્ત્રી ક્રિયતાં સ્વચિત્તે જ્ઞાન્યંગિનઃ

ધ્યાનસુદીપિકેયમ્ ॥ ૨૦૬ ॥

જેના હૃદયમાં અજ્ઞાનરૂપ અંધકાર રહેલો છે, તેવા મનુષ્યને ચંદ્ર, સૂર્ય, દીપકની શ્રેણી અને મણિની પ્રભા વડે શો ફાયદો થવાનો છે? અર્થાત્ જેનું હૃદય અજ્ઞાનઅંધકારથી ઘેરાયેલું છે તેને બાહ્ય વસ્તુના પ્રકાશક સૂર્યચંદ્રાદિથી આંતરઅજ્ઞાનને હઠાવવાનો-દૂર કરનારો કાંઈ પણ ફાયદો થવાનો નથી. આ કારણથી, હે જ્ઞાનીને વલ્લભ મનુષ્યો! અંધકારનો અંત કરનારી-નાશ કરનારી-આ ઉત્તમ ધ્યાનદીપિકાને તમારા હૃદયમાં સ્થાપિત કરો.

પૂર્વે ધ્યાનદીપિકાના પ્રારંભમાં કરેલી પ્રતિજ્ઞા અહીં પૂર્ણ થાય છે. આ ધ્યાનદીપિકા આંતરઅજ્ઞાનાંધકારનો નાશ કરનારી છે અને તેથી જ્ઞાનપ્રિય, આત્મપ્રિય, સુખપ્રિય મનુષ્યોએ નિરંતર પોતાના હૃદયમાં સ્થાપન કરવી, અર્થાત્ આ અંતમાં જે જે ઉપાયો આત્મજ્ઞાન માટે કહેવામાં આવ્યા છે તે તે પ્રમાણે વર્તન કરવું.

આ પ્રલોકના શરૂઆતના ચંદ્ર પદ્ધતી સકલચંદ્ર ઉપાધ્યાય આ અંતના કર્તા છે તે નામ પણ પ્રગટ થાય છે, કેમ કે પૂર્ણિમાનો ચંદ્ર સકલ-આખો-પૂર્ણ હોય છે અને તે ઉપરથી ‘સકલચંદ્ર’ કર્તાએ પોતાનું ગુપ્ત નામ તેમાં છુપાવેલું છે. અને અર્ક, દીપાલિ અને મણિના સંખ્યા-

વાચક આંકોની ગણતરી ઉપરથી આ ગ્રંથ ૧૬૨૧ ના સંવતમાં બનાવાયેલો હોય તે પણ સૂચન થાય છે.

આ પ્રમાણે આ ગ્રંથ ૧૯૭૩ ના કારતક સુદ પાંચમને દિવસે ગોધાવી ગામમાં સવિસ્તર ભાવાર્થ સાથે સમાપ્ત થાય છે.

इति श्री तपामच्छीयश्रीमद्सकलचन्द्रउपाध्यायकृता ध्यान-
दीपिका समाप्ता ।

श्री रस्तु

इति श्री तपामच्छीयश्रीमान् मुक्तिविजयगणिशिष्यश्रीमद्-
पन्यास कमलविजयगणिस्तच्छिष्य आचार्य विजयकेसरधारी-
श्वरजी महाराजकृत ध्यानदीपिकाग्रंथस्य भाषांतरं समावार्थ
विक्रमादित्यसंवत्सर एकोनविंशतिशतव्युत्तरसप्ततौ कार्तिक-
शुक्लपंचम्यां समाप्तम् ।

शुभं भूयात् ।

संभूषु

ક્ર મુ વા ક્યો ક્ર

વાંચનનો શોખ આનંદનાં દ્વાર ખુલ્લાં મુકવાની મહાન સત્તા ધરાવે છે મંદવાડ અને નખળાઈને લીધે ઐકાંત-વાસમાં સડતા આજ્ઞરીના મનને રંજન કરવાનું તે મુખ્ય સાધન છે. નિદ્રા વગરની રાત્રિના શૂન્ય પહોરને તે પ્રકાશીત કરે છે. મનમાં સુખદાયી વિચારોનો સંચાર કરે છે. વિષાદ અને ગ્તાની મટાડે છે. ક્રિયામાં અશક્ત અથવા વ્યવસાયી જીવનના કામ વગરના અવકાશને અંગે રહેલી બેચેનીને તે ખસેડે છે. કાંઈ નહીં તો થોડા વખતને માટે પણ મનુષ્યની ક્રીકર ચિંતાનો નાશ કરે છે. આ વાંચનના શોખનું વિવેક-પૂર્વક પોષણ કરવામાં આવે તો ચારિત્રને કેળવવાનું વિચારને ઉમદા અને વ્યવસ્થિત બનાવવાનું તે અત્યંત બળવાન સાધન થઈ શકે છે વાંચનનો શોખ બીજી જાતના આનંદને પણ પુષ્ટી આપે છે. જ્ઞાનની મર્યાદા વિસ્તૃત થાય છે. સહાનુભાવની તથા ગુણની કદર કરવાની વૃત્તિ તેથી બળવાન થાય છે. સોબત, પ્રવાસ, કળા, કૌશલ્ય ઇત્યાદિ મારફતે મળતા આનંદમાં અને સંસારરૂપી નાટ્ય ભૂમી ઉપર બનતા અનેક બનાવોમાં હિત ધરાવતા શીખવાના ગુણોમાં બેસુમાર સુધારો વાંચનથી થાય છે. ૧

શુકાનીના અંકુશમાં નહિં રહેનારું વહાણ, પવન અને ભરતીની અનુકુળતા છતાં પણ, સહી સલામત ધારેલે બંદરે પહોંચતુ નથી. તેવી જ રીતે માણસનો સ્વભાવ ગમે તેટલો માયાળુ, પ્રેમાળ અને પવિત્ર હશે પણ, જો તેના ઉપર આત્મસંયમનો અંકુશ નહિ હોય અને તે મનોવિકારના

આવેશમાં આમ તેમ ઘસડાઈ જતો હશે તો તેનાથી કોઈ દિવસ ઉત્તમ કાર્ય બની શકનાર નથી. ૨

રાત્રિનો સમય દિવસ કરતાં વધારે રમણીય અને વિશ્રાન્તિદાયક હોઈ, દિવ્ય વિચારનો પોષક છે. પુરાતન કાળમાં જે રૂપી, મહર્ષી, મહાત્માઓએ પરમાત્માનો સાક્ષાત્કાર મેળવેલો હતો તે સૂર્યના પ્રચંડ તેજસ્વી પ્રકાશમાં નહિ પણ રાત્રીના શાંતિપ્રદ પ્રદેશમાંજ મેળવ્યો હતો. ૩

આપણે આપણા મનને શુદ્ધ અને આનંદદાયક વિચારોમાં રોકવું જોઈએ, અથવા વર્તમાન કાળની સાથે જેને સંબંધ નથી એવી પુરાતન કાળની કોઈ કથા, શૈય કે પ્રવાસની વાર્તા, ઉત્તમ જીવન ચરિત્ર ઇત્યાદિ વાંચવામાં મનને રોકવાથી નિત્યની જંગળોત્તું વિસ્મરણ રાત્રે થઈ શકશે. આવે પ્રસંગે કલ્પનાની પાંખો ઉપર એસી અનંત દેશ કાળના પ્રદેશમાં મોજથી ઉડ્યા કરવાથી પ્રસ્તુત કામની દુગ્ધાઓત્તું વિસ્મરણ થઈ મન આનંદમાં મગ્ન થશે. વળી આગ્રહપૂર્વક પરમાત્માત્તું સ્મરણ કરવામાં મનને જોડવામાં આવે તો ઘણી જ થોડીવારમાં ઉંઘ આવી જશે. ૪

શરીરને વૃદ્ધાવસ્થા આવવા ન દેવી એ આપણા હાથમાં નથી, પણ શોક અને સંતાપને લીધે મનને જ વૃદ્ધાવસ્થા પ્રાપ્ત થાય છે તે આવવા ન દેવી, એ આપણી સત્તાની વાત છે. મન જ્યાં સુધી જીર્ણ થયું નથી, ત્યાં સુધી શરીર ગમે તેટલું જીર્ણ થાય તો પણ હાની નથી. ૫

બીજી જાતનાં સંકટ આપણા ધૈર્યની તથા આપણા

દેવતાની પરીક્ષા કરે છે. પ્રલહાદ, ધ્રુવ, હરિશ્ચંદ્ર, નળ, મહા-
વીર ઇત્યાદિ પુરૂષો પર સંકટ ગુજ્યાં ન હોત તો તેમની
ખરી કિંમત કરી શકત નહિ જે મુસીખતો મૂખ લોકોને
હેરાન કરી નાંખે છે. તેજ મુસીખતો શાશ્વાપુરૂષને ચડતીનાં
સાધનરૂપે થાય છે. ૬

જે મનુષ્યને આત્મશક્તિમાં (પોતામાં) વિશ્વાસ નથી
તે મનુષ્ય ધર્મના ઉંચા પગથીઆ ઉપર ચડવાને લાયક
નથી. આત્મશક્તિ અનંત છે. એક સ્થાનમાં અનંત કર્મોનો
નાશ કરી શકે છે, માટે ગમે તેવી આકૃત કે વિઘ્નો આવે
તો પણ તેનો પાર તેથી જ પામી શકાય છે. જેને આત્મ
સામર્થ્યમાં વિશ્વાસ નથી તે કદાપિ કોઈ મહત્વનું કાર્ય
સિદ્ધ કરી શકવાનો નથી. ૭

પ્રથમ પ્રયત્ને જ તમે કદી નિષ્ફળ જાઓ તો પણ
આરંભેલું કાર્ય મૂકી દેશો નહિ, ફરીથી તે કાર્યનો પ્રારંભ
કરજો આ પ્રમાણે એકવાર નહિ, પણ હજાર વાર નિરાશ
થવું પડે છતાં પણ ગભરાશો કે હિંમત હારશો નહિ
જે કે તમને હમણાં વિજય દેખાતો નથી છતાં દરેક વખતે
તમે વિજય સમીપમાં જતા જાઓ છો અને અંતે તમારો
પવિત્ર આત્મા વિજયી જ નિવડશે. ૮

સવારનાં ચાર વાગે ઉઠો. કોઈ પણ જીવોના શબ્દ ન
સંભળાય ત્યાં પઞ્ચાસન કરીને બેસો. શરીરને બીલકુલ
હલાવો નહિ, મનને એકાગ્રતા કરવા આંખોને બે પાંપણોની

વચ્ચે, યા નાસીકાની ડાંડી ઉપર સ્થાપન કરો. ખડખડાટ થાય કે મચ્છરાદિ જંતુ શરીર ઉપર આવી ખેસે તો પણ શરીરને હલાવો નહિ. શ્વસોશ્વાસની ક્રિયા ઘણીજ શાંતિથી હળવે હળવે કરો. વધારે વખતના અભ્યાસે મન ઘણીજ શાંતિમાં આવશે. ૯

કોઈ કાર્યને માટે પોતે અશક્ત છે એમ કદી પણ માનવું નહિ. બીજાના વિચારોના ગુલામ નહિ થવું. દરેક કાર્યનેા મુખ્ય ઉદ્દેશ લક્ષમાં રાખવો. હાર થયા છતાં પણ નિરાશ ન થવું. પ્રબળ ઉત્સાહ રાખવો. આત્મવિશ્વાસ કદિ ખોવો નહિ. આગસ અને પ્રમાદને તો દેશવટો જ આપવો. કાર્ય સિદ્ધિ માટે સતત અભ્યાસની જરૂર છે. નાના નાના છોડવાઓ, વૃક્ષો, જનાવરો અને મનુષ્યો દરેક સતત અભ્યાસથી કેવી રીતે આગળ વધ્યા છે? અને વધે છે? તેનો વિચાર કરો, દરેક જીવો આગળ વધવાની શક્તિ ધરાવે છે. ૧૦

આત્માની શક્તિ આત્મામાં હોવા છતાં આત્મિક શુષ્કો માટે બહાર ફાંફા મારવામાં આવે છે. આ કેટલું બધું પ્રબળ અજ્ઞાન? પૂર્ણ સુખ આત્મામાં હોવા છતાં તે માટે પુદ્ગલ (જડ વસ્તુઓ) ના ચુંથણા ચુંથવાનો પ્રયત્ન કરવો તે પ્રકાશને અંધકારમાંથી શોધી કાઢવાના પ્રયત્નની માફક નિષ્ફળ છે. ૧૧

—નીતિ વિચાર રત્નમાળામાંથી

લે૦ ૨૫૦ પૂ૦ આચાર્ય વિજયકેશરસૂરિજી મહારાજ.