

॥ શ્રી નાકોડા પાર્શ્વનાથ નમ : ॥

અહિંસા

સત્ય

જૈન ધર્મ

અચોર્ય

બ્રહ્મચર્ય

અપરિગ્રહ

# नवकार महामंत्र

नमो अरिहंताणं

नमो सिद्धाणं

नमो आयरियाणं

नमो उवज्झायाणं

नमो लोए सव्वसाहूणं

एसो पंच नमुक्कारो

सव्व पावप्पणासणो

मंगलाणं च सव्वेसिं

पढमं हवई मंगलम्

॥ શ્રી નાકોડા પાર્શ્વનાથ નમ : ॥

# જૈન ધર્મ

પ્રકાશન : ૧૯૯૯

પ્રકાશક : શ્રીમતી મરઘાભહેન ચીમનલાલ વકીલ ચેરીટેબલ ટ્રસ્ટ  
અભિવૃદ્ધિ, ગ્રાઉન્ડ ફ્લોર, અજંટા કોમર્શિયલ સેન્ટર પાછળ,  
આશ્રમ રોડ, અમદાવાદ-૧૪. ફોન : ૭૫૪૦૫૦૯, ૬૪૨૩૩૯૦

મુદ્રક : પદમાવતી પ્રિન્ટિંગ પ્રેસ  
નિર્માણ હાઉસ, ઉસ્માનપુરા, અમદાવાદ-૩૮૦ ૦૧૩.  
ફોન : ૭૫૫૦૨૬૮ / ૪૯૨



# જૈન ધર્મ

## અનુક્રમણિકા

૧. ધર્મ	૩
૨. જૈન ધર્મ	૫
૩. જૈન ધર્મના સિદ્ધાંતો	૯
૪. છ આવશ્યક	૩૪



॥ શ્રી શંખેશ્વર ભક્તિ પાર્શ્વનાથાય નમઃ ॥



સુશ્રાવક ડોલરભાઈનું આંતર મંથન જાગ્યું. તેમાંથી પ્રગટ્યો સાધર્મિક ભક્તિનો પ્રવાહ અને આંતરયક્ષુ ખૂલ્યા તેમાંથી ભાવસામાયિકનું દર્શન થયું અને હવે અભ્યંતરપુરુષાર્થ ખીલ્યો તો તેમાંથી જૈનધર્મના સિદ્ધાંતોની સરવાણી ચિંતનરૂપે વહી રહી છે સરસ. ખૂબ સરસ. જૈન ધર્મના મર્મો જૈન શ્રાવકો ઉંડાણથી નિખરવા પરખવા માંડે એના જેવો રૂડો દિવસ બીજો કયો હોઈ શકે?

દર્શનશાસ્ત્રનું યોગદાન તેનું મહત્વ સમગ્ર સમાજના ભાવી ઉત્થાન અને ઘડતર માટે ચાવીરૂપ છે.

જેવું દર્શન, તેવો સમાજ.

જૈન દર્શને અદ્ભૂત સમાજ રચના આપી. ઉત્કૃષ્ટ જીવનશૈલી જન્માવી. હવે તેનું સંવર્ધન સંપોષણ કરવા માટે જૈનોએ જૈનતત્વોને આત્મસાત્ કરી તેના પ્રચાર પ્રસાર માટે પરિશ્રમ કરવો જોઈએ.

સુશ્રાવક શ્રી ડોલરભાઈને શુભાશિષ પાઠવતાં અત્યંત આનંદ થાય છે કે તેઓ આ માર્ગે હજુ ખૂબ આગળ વધે અને કવિ ઋષભદાસ વિગેરે તત્વજ્ઞ મર્મજ્ઞ જાણકાર શ્રાવકોની ઉજ્જવળ પરંપરાને આગળ વધારે. એજ.

લી.

શ્રી ૧૦૮ પાર્શ્વનાથ ભક્તિ વિહાર

મહાપ્રાસાદ (શંખેશ્વર) પ્રેરક

આ. વિજય પ્રેમસુરિના ધર્મલાભ

ડો. જીતેન્દ્ર શાહ  
ડાયરેક્ટર, રીસર્ચ  
એલ.ડી.ઈન્સ્ટિ. ઓફ ઈન્ડોલોજી  
અમદાવાદ.  
તા. ૧૭-૪-૯૯

## ડોલરભાઈનું નવલું ચિંતન

ડોલરભાઈની મુખ્ય પ્રવૃત્તિતો સાધર્મિકોની ભક્તિ અને સેવા કરવાની છે. પણ સાથે સાથે ધાર્મિક ચિંતન પણ ચાલ્યા જ કરે. લીધેલું કામ કોઈપણ રીતે પાર પાડવું અને તેમાં આવતા વિઘ્નો દૂર કરવા. સાધર્મિકોની પ્રવૃત્તિ અને ચિંતનની યાત્રાના ફળસ્વરૂપે નિષ્પન્ન થયેલ લઘુ પુસ્તિકાઓ એટલે નવકાર મહામંત્ર, સામાયિક અને છેલ્લે જૈન ધર્મ. સામાયિક નામની પુસ્તિકા અને સાથે તેની કેસેટ પણ પ્રકાશિત કરી સારો આવકાર મળ્યો. હવે તેમણે ચિંતન કરી જૈન ધર્મ અંગે લખાણ લખ્યું અને આ પુસ્તિકા રૂપે પ્રગટ થઈ રહ્યું છે. જૈન ધર્મના તપ અને ક્રિયાઓ સાથે સાથે ઉન્નત સિદ્ધાન્તો પણ જાણવા જેવા અને સાધવા જેવા છે. તેનો ખ્યાલ બહુ ઓછા જૈનોને હોય છે. તેવા માટે આ પુસ્તિકાનું ચિંતન ઉપયોગી નિવડશે. ચિંતન માત્ર સ્વમાં સીમિત ન રહે તે માટે તેને પ્રકાશિત કરી સર્વ સુધી પહોંચાડવા માટેની વૃત્તિ આવકારવા જેવી છે. સાથે સાથે એમની મુખ્ય પ્રવૃત્તિ સાધર્મિક વાત્સલ્ય સતત વધતી રહે, વિસ્તરતી રહે તેવી શુભેચ્છા સહ.

જીતેન્દ્ર બી. શાહ

# જૈન ધર્મ

## પ્રસ્તાવના

ધર્મ એટલે શું ? જૈન ધર્મ એટલે શું ? જૈન ધર્મ શું કહે છે ? વગેરે પ્રશ્નો આપણા મનમાં નિરંતર રહ્યા કરે છે. આપણી આજની યુવાન પેઢીને પણ આવા અનેક પ્રશ્નો મૂઝવ્યા કરે છે. જૈન ધર્મ એટલે રાત્રીભોજન કરવું નહીં, કંદમૂળ ખાવાં નહીં, ઉપવાસ, એકાસણા કરવા, આ ન કરવું, તે ન કરવું વગેરે નકારાત્મક ભાવનાઓ જ છે, એવું આજની યુવાપેઢીને લાગ્યા કરે છે. જેના લીધે તેઓ ધર્મથી વિમુખ થતા જાય છે. આજે નવાં નવાં દેરાસરો, ઉપાશ્રયો તો બનતાં જાય છે. તેથી જૈન ધર્મની સંસ્કૃતિ પૂરેપૂરી જળવાઈ રહે છે. પરંતુ ધર્મના સંસ્કારો જાળવવા માટે યુવાન પેઢીને આ ધર્મ તરફથી વિમુખ થતી અટકાવવાની જરૂર છે. તે માટે તેઓને જૈન ધર્મ અને તેના સિદ્ધાંતોની સાચી સમજણ સરળ ભાષામાં આપવી જરૂરી છે. જૈન ધર્મના મોટા ભાગનાં સૂત્રો અર્ધમાગધી ભાષામાં છે. આ સૂત્રોને મોઢે' કરવા આજની યુવાપેઢીને સમય નથી. વળી, સૂત્રો ભાવાર્થ જાણ્યા વગર સમજી શકાય નહીં.

રાત્રીભોજનનો, કંદમૂળનો ત્યાગ વગેરે જૈન ધર્મના અહિંસાના સિદ્ધાંતોના ભાગ રૂપે છે. પરંતુ જૈન ધર્મના સિદ્ધાંતો અહિંસા ઉપરાંત સત્ય, અચોર્ય, બ્રહ્મચર્ય, અપરિગ્રહનું પાલન અને ક્રોધ, માન, માયા, લોભ, રાગ, દ્વેષ, વગેરેના ત્યાગ પણ છે. આ સિદ્ધાંતો બહુ જ સરળ છે. આપણે સૌ જાણીએ છીએ પરંતુ તેનું સમગ્રપણે પાલન કરવું બહુ જ મહત્ત્વનું છે અને બહુ મુશ્કેલ છે. છતાંય આંશિક પાલન કરવાથી પણ જીવન સુખમય અને શાંતિયુક્ત બની શકે તેમ છે.

ગુજરાત વિદ્યાપીઠ તરફથી શ્રી પુંજાભાઈ જૈન ગ્રંથમાળામાં ધર્મના આગમોનું ગુજરાતી ભાષાંતર કરવામાં આવેલ છે. શ્રી મહાવીર પ્રભુનો શ્રી સુધર્મ સ્વામી સાથેનો, શ્રી ગૌતમ સ્વામી વગેરે સાથેના વાર્તાલાપો બહુ જ સરળ ભાષામાં મૂકવામાં આવેલા છે. આ ગ્રંથમાળામાંથી પ્રભુએ કરેલ ઉપદેશ ઉપર સંપૂર્ણ શ્રદ્ધા રાખી



આ પુસ્તક લખવામાં આવેલ છે. આ ઉપરાંત શ્રીમદ્ રાજચંદ્ર સાધનાકેન્દ્ર દ્વારા પ્રકાશિત, સાધક સાથી, તેમ જ અન્ય પુસ્તકોમાંથી વિચારો લઈને જૈન ધર્મના સિદ્ધાંતોનું સંકલન કરવામાં આવ્યું છે.

આજે સમાજમાં, દેશમાં ચારે બાજુ ભ્રષ્ટાચાર, અનીતિ, દ્વેષ, દુશ્મનાવટ, વેરવૃત્તિ વિપુલ પ્રમાણમાં જોવા મળે છે. મહાવીર પ્રભુનો અપરિગ્રહનો સિદ્ધાંત જો દરેક વ્યક્તિ અમલમાં મૂકે અને સારા રસ્તે ઉપાર્જન કરેલ લક્ષ્મીથી સંતોષ રાખી, અન્યને મદદ કરે તો આ દુષણમાંથી મુક્તિ મેળવી શકાય. મહાવીર પ્રભુના સમયમાં હિંસાનો ફેલાવો વધારે હતો. લગ્ન અને અન્ય સામાજિક પ્રસંગોએ પશુ પક્ષીઓની હિંસા કરવામાં આવતી, એથી મહાવીર પ્રભુએ અહિંસાના સિદ્ધાંત પર ઘણો ભાર મૂકેલ છે. તેવી રીતે આજના સમયમાં અપરિગ્રહના સિદ્ધાંત પર ભાર મૂકવાની ખૂબ જ જરૂર છે.

આજે વિશ્વમાં ચારે તરફ મનની શાન્તિ માટે શોધ ચાલી રહી છે. ખાસ કરીને પશ્ચિમના દેશો જ્યાં અમાપ સમૃદ્ધિ છે, ત્યાં મનની શાન્તિ માટે પ્રજા તલસે છે. મહાવીર પ્રભુ એ આપેલ ઉપદેશ અને આ પુસ્તકમાં સંકલન કરેલ સિદ્ધાંતોનું જો સમગ્રપણે પાલન કરવામાં આવે તો પરિણામો જરૂર સારાં આવી શકે.

## ધર્મ

જીવનમાંથી મેલ અને નબળાઈઓ દૂર કરવા અને તેના સ્થાને સર્વોત્તમ સ્વચ્છતા અને નિર્મળતા લાવવી એ જીવનની સાચી સંસ્કૃતિ છે. પ્રાચીન કાળથી આ વાત દરેક દેશ અને જાતિમાં ધર્મ તરીકે ઓળખાય છે. દરેક વ્યક્તિને પોતાના વ્યક્તિગત અને સામાજિક કર્તવ્યનું ઠીક ઠીક ભાન, કર્તવ્ય પ્રત્યેની જવાબદારીમાં રસ અને રસને મૂર્ત કરી દેખાડવા જેટલા પુરુષાર્થની જાગૃતિ હોવી એ ધર્મનું ધ્યેય છે. ધર્મ એટલે સત્યની તાલાવેલી અને વિવેક, સમભાવ તેમ જ આ બે તત્ત્વોની દોરવણી નીચે ઘડાતો જીવન વ્યવહાર જેના વડે જગતના જીવો દુઃખ દર્દથી છૂટીને સુખ પામે તેને ધર્મ કહેવાય છે. જેનું પાલન કરવાથી અનેક પ્રકારનાં દૂષણો નાશ પામે, સદ્ગુણોનો વિકાસ થાય, આત્માની શુદ્ધિ વધે તેમ જ આપણે દુર્ગતિમાં જતા અટકી જઈએ અને સદ્ગતિ પામીએ અને જન્મ મરણ તથા આધિ, વ્યાધિ અને ઉપાધિથી છૂટી જઈને સતત આનંદ મળે તેવી દશાને પામીએ તે ધર્મ. જે વિચાર, વ્યવહાર અને વર્તનથી મનને શાંતિ મળે તે ધર્મ.

જગતમાં માનવીઓ અનેક માન્યતાઓ ધરાવે છે અને અનેક પ્રકારે ધર્મનું આચરણ કરે છે. કોઈ મંદિર મસ્જિદ કે ગુરુદ્વારા જવામાં, કોઈ શાસ્ત્ર વાંચનમાં, કોઈ ગુરુ કે ઈશ્વરની ભક્તિ કરવામાં, કોઈ તીર્થયાત્રા કરવામાં, કોઈ ક્રિયાકાંડ કરવામાં, કોઈ પરોપકારના કામો કરવામાં અથવા કોઈ પોતાના ફાળે આવેલ ફરજો બજાવવામાં ધર્મ માને છે.

દરેક ધર્મના પાયામાં સત્ય રહેલ છે. તેમાં દાન પરોપકાર, પ્રમાણિકતા, સંતોષ, સાદાઈ, નીતિમત્તા, દયા, ગુરુભક્તિ, પ્રાર્થના, અને ધ્યાનનો મહિમા ગાયો છે. માનવી આવા ગુણોને કેળવી ખમીરવાળો અને સદ્ગુણી બની શકે છે. પરંતુ આપણે સંસારમાં જોઈએ છીએ કે લોકોને આ બાબતમાં વિચારવાનો સમય જ નથી. પોતાનાં કાર્યોમાં આપણે એટલા બધા વ્યસ્ત થઈ ગયા છીએ કે સાચું શું અને ખરાબ શું છે, તેનો સાર કે અસાર જોવાની આપણને કુરસદ જ નથી. જે મનુષ્ય પોતાના જીવનમાં વિનય, ક્ષમા, સંતોષ આદિ

ગુણો વિકસાવે છે અને ક્રોધ, માન, માયા અને લોભ, જેવા દુર્ગુણોનો નાશ થાય તેવા પ્રયત્નો કરે છે, તેણે ધર્મની આરાધના કરી કહેવાય.

મનુષ્ય જે કુળમાં જન્મ્યો હોય, તે કુળમાં, કુટુંબ પ્રત્યે તેના કર્તવ્ય અને ફરજો હોય છે. આ કર્તવ્ય અને ફરજો બરાબર બજાવવાં તે ધર્મ છે. પોતાના માતા પિતા, ભાઈ, બહેન, સંગા સંબંધીઓ અને સમાજ માટે દરેક મનુષ્યની ઘણી ફરજો હોય છે. તેમનાં સુખ દુઃખમાં ભાગ લેવો અને પોતે જે પ્રાપ્ત કરે તેમાં તેઓનો દરેકનો હિસ્સો છે, તેમ માની વહેંચીને વાપરવાની ભાવના રાખવી જરૂરી છે. દરેક વ્યક્તિએ પોતે, માન, પ્રેમ અને નમ્રતાથી આચરણ કરવું તે ધર્મ છે. સુખ અને શાંતિ તમારા હૃદયમાં વસે છે. તમે ઇશ્વરની આરાધના ભક્તિ કરવા રોજ સવારે મંદિરમાં જાવ, પરંતુ તમો તમારા સ્વજન પ્રત્યેની ફરજો બજાવવામાં ક્ષતિ કરો તો તે આરાધના અધૂરી છે. જીવનમાં સર્વ વ્યક્તિમાં સર્વોત્તમ આત્મતત્ત્વનું દર્શન કરવું જોઈએ. આપણું કર્તવ્ય સારી રીતે બજાવવું તે ધર્મ છે.

ધર્મ ચાર ભાવનાઓમાં સમાયેલો છે. (૧) પ્રાણી માત્રમાં રહેલા આત્માઓ એક સરખા છે, એવું નિશ્ચય માની દરેક પ્રત્યે સમભાવ અને પ્રેમ રાખવો એ મૈત્રી ભાવના છે. (૨) આપણાથી જ્ઞાનમાં અને ગુણમાં કોઈ રીતે આગળ વધેલા મનુષ્યને જોઈને હૃદયમાં આનંદ થવો તે પ્રમોદ ભાવના છે. (૩) દીન દુઃખી જીવોના દુઃખે આર્દ્ર બની તેમનાં દુઃખ દૂર કરવાં એ કરુણા ભાવ છે. (૪) જો કોઈ માણસ દેવની, ગુરુની, આપણી અથવા અન્ય પુરુષની નિંદા કરતો હોય છે તો તેના તરફ દ્વેષ ન કરતાં, કર્મની ગતિ વિચિત્ર છે, એમ શ્રદ્ધા રાખી તેમની ઉપેક્ષા કરવી તે મધ્યસ્થ ભાવના છે.

ઉપર પ્રમાણે ચાર ભાવનાઓ સહિત જે અનુષ્ઠાન થાય તેમ જ રાગ દ્વેષ ઓછા થાય તેવા હર કોઈ જ્ઞાન, દર્શન તથા ચારિત્ર્ય પ્રાપ્ત કરવાનો માર્ગ તેને ધર્મ કહેવાય.



## જૈન ધર્મ

જૈન ધર્મ એ ભારતીય સંસ્કૃતિનો પ્રાચીન ધર્મ છે. સઘળાં કર્મોમાંથી મુક્ત બનાવીને, આત્માને મોક્ષ અપાવવા દ્વારા આત્મવિજેતા થવાનો માર્ગ બતાવનાર ધર્મ જૈન ધર્મ તરીકે ઓળખાય છે, કારણ કે તેનો સંબંધ જિન સાથે છે. જિનનો અર્થ વિજેતા છે. પાંચ ઇન્દ્રિયોના વિષયો અને મન ઉપર જેમણે સંપૂર્ણ વિજય પ્રાપ્ત કરેલ છે અને રાગ દ્વેષ ઉપર જેમણે સંપૂર્ણ કાબૂ મેળવેલ છે, તેને જિન કહે છે. જેમણે પોતાનાં કર્મો ખપાવવા ભયંકર તપશ્ચર્યા કરેલ છે, કષ્ટ સહન કરેલ છે, શત્રુ અને મિત્રને એક સમાન નિહાળેલ છે, આંતરશત્રુ જેવાં કર્મોને હણીને જેમણે કેવળજ્ઞાન પ્રાપ્ત કરેલ છે તેમને જિન કહેવાય છે. જિનને અરહિંત અને તીર્થંકર પણ કહેવામાં આવે છે. જૈન ધર્મમાં આવા ચોવીસ તીર્થંકરો છે. આ તીર્થંકરો જૈન ધર્મના સ્થાપકો છે અને જૈન ધર્મની સ્થાપના કરીને જગતને કલ્યાણ માટેનો માર્ગ બતાવ્યો છે.

બીજા ધર્મોની માફક આ તીર્થંકરો ઈશ્વરના અવતાર નથી કે અનાદિ સિદ્ધ નથી, પરંતુ સામાન્ય મનુષ્યરૂપે, જન્મેલા છતાં પૂર્વ સંસ્કારોને કારણે અને મનુષ્ય જન્મમાં વિશેષ પ્રકારની સાધના કરીને, તીર્થંકર પદને પામ્યા છે. એટલે કે તીર્થંકર એ આપણા મનુષ્યમાંના જ એક હતા અને તેમનો સંદેશ છે કે જે કોઈ વ્યક્તિ આત્મા ઉપર લાગેલા અનાદિકાલીન કર્મ ઉપર વિજય મેળવવા પ્રયત્ન કરે તો તે તીર્થંકર પદને પામી શકે છે. મનુષ્ય જાતિમાં આ પ્રકારની પ્રેરણા આપનાર આ તીર્થંકરો જૈન ધર્મનું શિક્ષણ આપે છે. અન્ય ધર્મમાં મનુષ્ય સાધના કરીને દેવોની પૂજ્યતા પ્રાપ્ત કરે છે. પરંતુ જૈન ધર્મમાં મનુષ્ય એવું શિક્ષણ મેળવે છે કે દેવો પણ તેમને પૂજે છે.

જૈન ધર્મ પ્રમાણે રુષભદેવ પ્રભુ પ્રથમ તીર્થંકર હતા. પાર્શ્વનાથ પ્રભુ અને મહાવીર પ્રભુનો ઇતિહાસમાં ઉલ્લેખ છે. પાર્શ્વનાથ પ્રભુ તેત્રીસમા તીર્થંકર હતા અને મહાવીર પ્રભુ એ ચોવીસમા તીર્થંકર હતા.

પાર્શ્વનાથ પ્રભુ ઈ.સ. ૮૧૭ માં જન્મેલા અને ત્રીસમા વર્ષે તેમણે સંસાર ત્યાગ કરેલો. કઠોર તપ અને ધ્યાન પછી કેવળજ્ઞાન પ્રાપ્ત કરી ૭૦ વર્ષ સુધી તેમણે ધર્મનો ઉપદેશ આપેલો. મહાવીર પ્રભુનો જન્મ વિ. સ. પૂર્વ ૫૪૨ માં થયો હતો. ૩૦ વર્ષની વયે સંસાર ત્યાગ કરેલો અને સાડા બાર વર્ષ સુધી ઘોર તપસ્યા કરી જ્ઞાન પ્રાપ્ત કરેલ. વિ. સ. પૂર્વ ૪૭૦ આસોવદ અમાસની રાત્રીએ મહાવીર પ્રભુ નિર્વાણ પામેલા.

જૈન ધર્મ કહે છે કે આત્મા અનાદિ, અનંત અને શાસ્વત તત્ત્વ છે. આત્મા અથવા જીવનું કોઈ સર્જનહાર નથી. પણ તે સ્વયં સિદ્ધ છે. ત્રિકાળ સુધી જીવંત રહેતો હોવાથી તે જીવ કહેવાય છે. આ જીવ અથવા આત્મા ચેતનામય છે. તેને રૂપ, રસ, શબ્દ, ગંધ અને સ્પર્શ નથી. તે નિરંજન અને નિરાકાર છે. આત્મામાં સંકોચ અને વિસ્તારની શક્તિ રહેલી છે. તે કીડી જેવા નાનકડા શરીરમાં પણ રહી શકે છે અને હાથી જેવા મોટા શરીરમાં પણ રહી શકે છે. આત્મા જે શરીરમાં રહે છે, તે શરીર નાશવંત છે. પરંતુ આત્મા અમર છે. શરીરમાં રહેતો હોવા છતાં શરીરથી અલગ છે. જન્મ સમયે આત્મા શરીરમાં પ્રવેશ કરી શરીર દ્વારા જે કર્મો કરે છે તે મુજબ ફળ ભોગવે છે. આત્મા શરીરનો ત્યાગ કરે છે, ત્યારે શરીર અચેતન બની જાય છે; જેને આપણે મૃત્યુ થયું તેમ કહીએ છીએ.

આ જગતમાં ધન, યૌવન, જીવન, પરિવાર એ સઘળું ક્ષણભંગુર છે. યૌવનનું જોશ સંધ્યાકાળની લાલીની જેમ ક્ષણમાં જ નાશ પામે છે. એટલા માટે આ મારું ઘર, આ મારું ધન, આ મારું કુટુંબ આવા વિચારો કરવા તે મહા મોહનો પ્રભાવ છે. જે પદાર્થો આંખથી દેખાય તે સમસ્ત નાશ પામવાના છે.

આપણી સાથે આપણાં કરેલાં કર્મો જ આવવાનાં છે. લક્ષ્મી બહુ ચંચળ છે. ક્યારે આવે અને ક્યારે જાય તેની કોઈને ખબર નથી. લક્ષ્મી મેળવવા અવશ્ય પ્રયત્ન કરવા જોઈએ પરંતુ રાત દિવસ પાપ કરીને અનીતિનું જીવન જીવીને લક્ષ્મીનું ઉપાર્જન કરવું યોગ્ય નથી. નીતિભર્યા વેપારથી અથવા પરિશ્રમથી લક્ષ્મી મેળવવામાં કોઈ હરકત

નથી. પરંતુ લક્ષ્મી મારી નથી અને તેને છોડીને એક વખત ચાલ્યા જવાનું છે તે ભાવના નિરંતર મનમાં રાખવી જરૂરી છે. અને મેળવેલ લક્ષ્મીને સારા કામમાં જેવા કે ભૂખ્યાને ભોજન આપવામાં, જરૂરિયાતવાળાને મદદ કરવામાં, એવાં સારાં કામમાં વાપરવાની ભાવના રાખવી જોઈએ.

આ સંસારમાં કોઈ એવું નથી કે જે અમર છે. મૃત્યુને વશ થયા વગર કોઈનો આરો નથી. વાસ્તવમાં વિશ્વમાં હજુ સુધી એવા કોઈ મંત્ર, જંત્ર કે ઔષધ શોધાયાં નથી કે જે આપણને મૃત્યુથી બચાવે.

આ સંસાર કર્મના સિદ્ધાંતો પર રચાયેલ છે. અશુભ કર્મનો ઉદય થતાં અમૃત વિષ બની જાય છે. મિત્ર પણ વેરી બની જાય છે. અને સંસાર દુઃખમય લાગે છે. સારા કર્મનો ઉદય થતાં સર્વ સુખરૂપ લાગે છે. પાપના ઉદયથી એટલે ગયા જન્મના કરેલા કર્મથી હાથમાં આવેલ સુખ, ધન વગેરે નાશ પામે છે. અને પુણ્યના ઉદયથી ઘણી અશક્ય વસ્તુ પણ હાથ વેંતમાં આવી જાય છે. આ સંસાર આવા પુણ્ય પાપના ઉદયથી બને છે. સારાં અને ખરાબ કર્મોના ઉદયને કોઈ રોકી શકતું નથી. માટે આપણે જીવનમાં સમભાવ અને સમતાભાવ રાખવો જોઈએ. રોગ, વિયોગ, દરિદ્રતા, મરણ વગેરેનો ભય છોડી પરમ ધીરજ રાખવી જોઈએ. સંતોષ ભાવથી અને ક્ષમા ભાવથી જીવવાનો પ્રયત્ન કરવો જોઈએ. અરહિત પ્રભુ એ સાચું શરણ છે, તેની ભાવના રાખીને જીવનની સઘળી પ્રવૃત્તિ કરવી જોઈએ. આ સંસારમાં મૃત્યુ સમયે જીવને શરણ આપનાર કોઈ નથી. માત્ર શુભ ધર્મનું શરણ તે જ સત્ય છે એવી ભાવના રાખવી જોઈએ.

આ સંસારમાં આનીતિને કારણે, મિથ્યાત્વને કારણે જીવ ચાર ગતિમાં ભ્રમણ કરે છે. અને અલગ અલગ અવસ્થાઓમાં સુખ અને દુઃખ ભોગવતો વારંવાર જન્મ અને મરણને આધીન રહે છે. આ ચાર ગતિમાં નર્ક ગતિ, તિર્યંચ ગતિ, મનુષ્ય ગતિ અને દેવ ગતિનો સમાવેશ થાય છે.

મારો આત્મા એકલો છે. તે એકલો આવ્યો છે અને તે એકલો જશે. પોતે કરેલ કર્મોના ફળ જન્મો જન્મ એકલો જ ભોગવશે.



શરીરને ભોગવવા પડતાં રોગો કે દુઃખો કોઈ સ્નેહી, કુટુંબીજન, માતા, પિતા, અથવા પુત્રથી લઈ શકાતાં નથી. આ દુઃખો પોતે જ ભોગવવાં પડે છે. તેમાં કોઈ જ ભાગીદાર થઈ શકતું નથી.

આ સંસારમાં કોઈ કોઈનું નથી. આ શરીર મારું નથી. આ રૂપ, લક્ષ્મી, પત્ની, પુત્ર, ભાઈ, નોકર, ચાકર, યૌવન, વગેરે કોઈ મારું નથી. એક વખત એ સર્વનો નાશ થવાનો છે. આ શરીર તે રોગોનું ધામ છે. અપવિત્ર છે. અને આત્મા તે શરીરથી સાવ અલગ છે. આત્મા અમર છે અને અલગ અલગ શરીરમાં અલગ અલગ અવસ્થાએ પહોંચે છે અને ચાર ગતિમાં ભ્રમણ કરે છે. સંસારની આ ચાર ગતિના ભ્રમણમાંથી મુક્તિ મેળવવી તે મોક્ષ છે. આ મોક્ષ મેળવવો બહુ જ દુર્લભ છે.

જૈન ધર્મ ત્યાગ પ્રધાન ધર્મ છે. મોક્ષ પ્રધાન ધર્મ છે. જૈન ધર્મનાં ઉપદેશિત તમામ કાર્યો, અનુષ્ઠાનો, વ્રતો, આરાધનાઓ, સાધનાઓનું અંતિમ લક્ષ મોક્ષ છે. જૈન ધર્મ મોક્ષ પ્રાપ્તિમાં માને છે.

## જૈન ધર્મના સિદ્ધાંતો

જૈન ધર્મ આ લોક લોકાન્તર અને જન્માન્તરમાં માનવાની સાથે આ જન્મ ચક્રને ધારણ કરનાર આત્મામાં માને છે. આ જન્મમાં અથવા જન્માન્તરમાં ગમે તેટલું સુખ મળે, ગમે તેટલો લાંબો સમય રહે, પરંતુ તે સુખ જો ક્યારેક નષ્ટ થવાનું હોય તો તેને બદલે એવું સુખ પ્રાપ્ત કરવું જોઈએ કે જે કદી નષ્ટ ન થાય. આત્માની પણ એવી સ્થિતિ હોવી જોઈએ કે જે પ્રાપ્ત કર્યા પછી જન્મ જન્માંતરમાં કોઈ શરીર ધારણ કરવું ન પડે. આ સિદ્ધિ તે મોક્ષ છે.

કેવળજ્ઞાન પ્રાપ્ત કરી મહાવીર પ્રભુ અપાપા નગરીમાં પધારેલ, ત્યારે ઇન્દ્રભૂતિ ગૌતમ પંડિત આ નગરીમાં યજ્ઞ કરી રહ્યા હતા. આત્માના અસ્તિત્વ વિશે ઇન્દ્રભૂતિ ગૌતમના મનમાં સંશય હતો. પંડિત ગૌતમના મનની વાત જાણીને પ્રભુએ જણાવેલ કે, “હે ઇન્દ્રભૂતિ ગૌતમ ! આત્મા કાળાન્તરે વિવિધ શરીરો ધારણ કરે છે. દરેક શરીર વિવિધ સંજ્ઞાથી ઓળખાય છે. પરંતુ આત્મા કદી નાશ પામતો નથી. આત્મા શાશ્વત અને નિત્ય રહે છે.” ઇન્દ્રભૂતિ ગૌતમને પ્રભુના ખુલાસાથી સંતોષ થયો. અને પ્રભુને ધર્મ ઉપદેશ માટે વિનંતી કરી.

પ્રભુએ આ સંસારની અસારતા સમજાવી. આત્માના પરમ લક્ષ તરીકે મોક્ષની સ્થાપના કરી. સર્વ સુખ દુઃખના કારણરૂપ મોહભાવથી વિરક્ત થવારૂપે ધર્મ માર્ગ જાહેર કર્યો. સર્વ વિરતી ધર્મનું પ્રતિપાદન કર્યું. અહિંસા પરમો ધર્મ સહિતના પંચ મહાવ્રત સહિતની પ્રવ્રજ્યા ને જ સારભૂત બતાવી. ઇન્દ્રભૂતિ ગૌતમ મહાવીર પ્રભુ વડે સંપૂર્ણપણે જિતાઈ ચૂક્યા હતા. તેમણે તથા તેમના શિષ્યોએ દીક્ષા લેવાનો સંકલ્પ જાહેર કર્યો. મહાવીર પ્રભુએ આત્માની પ્રતીતિ ઇન્દ્રભૂતિ ગૌતમ ઉપરાંત બીજા અગિયાર પંડિતોને કરાવી અને સૌને દીક્ષિત કર્યા.

કોઈ પણ માનવી દુઃખી થાય છે, શોક પામે છે, પીડાય છે. અને પરિતાપ પામે છે તે તેણે કરેલાં કર્મોનું ફળ છે. સંસારમાં રહીને કામ, ક્રોધ, મોહ, માયા, રાગ દ્વેષનો અનુભવ કરી અસંખ્ય કર્મો

બાંધે છે. આ સંચિત કર્મોને ભોગવવા વારંવાર જન્મ ધારણ કરે છે. આત્માને આ જન્મ મરણના ફેરામાંથી મુક્તિ આપવે તે મોક્ષ છે. જ્યારે આવી સ્થિતિ પ્રાપ્ત થાય કે જૂનાં કર્મોનો સંપૂર્ણ ક્ષય થાય અને નવાં કર્મો બંધાતાં સદંતર બંધ થઈ જાય, ત્યારે મોક્ષ પ્રાપ્ત થાય છે. આત્મા જ્ઞાન સ્વરૂપ છે. કર્મોના આવરણને લીધે તેની ક્ષતિઓ ઢંકાઈ ગઈ છે. પરંતુ આ પછી એ કર્મોનાં આવરણો દૂર થતાં જાય, નવાં કર્મો બંધાતાં અટકે અને જૂનાં કર્મોનો ક્ષય થાય, ત્યારે એ સ્થિતિમાં કેવળજ્ઞાન પ્રાપ્ત થાય છે. અને જીવને મુક્તિ અથવા મોક્ષ પ્રાપ્ત થાય છે. મોક્ષ એટલે મુક્તિ, સ્થિરતા. આત્માને જે સંસાર ચક્રમાં ભવોભવ જન્મ લેવો પડે છે, તેમાંથી મુક્તિ એટલે મોક્ષ.

મહાવીર પ્રભુના જણાવ્યા પ્રમાણે આ લોક ચૌદ વિભાગમાં વહેંચાયેલો છે. ચૌદ રાજલોક કહ્યા છે. દરેક રાજ લોક અબજો માઈલ કરતાં વધારે લાંબા પહોળા છે. આ લોકના મુખ્ય ત્રણ ભાગ છે. ઊર્ધ્વ લોક એટલે ઉપરનો ભાગ. જેમાં મુખ્યત્વે અનેક પ્રકારના દેવો રહે છે. અને સૌથી ઉપર સિદ્ધ શિલામાં સિદ્ધ ભગવંતો વસે છે. આ સિદ્ધ શિલામાં આત્માઓ સ્થિર રહે છે અને તેમને સિદ્ધ કહેવામાં આવે છે. તેમને જન્મ જન્માંતરના ફેરા ફરવાના હોતા નથી. મધ્યલોક એટલે વચ્ચેનો ભાગ. આ ભાગમાં આપણે મનુષ્યો, પશુઓ અને કેટલાક દેવો રહે છે. આપણે જંબુદ્વીપના ભરત ક્ષેત્રના દક્ષિણ ભાગમાં રહીએ છીએ. અધો લોક એટલે નીચેનો ભાગ. જેમાં મુખ્યત્વે સાત નારકી આવેલા છે. ભયંકર પ્રકારના પાપ કરનાર, ચોરી, જૂઠ, પશુઓની કતલ વગેરે કરનાર પાપી મનુષ્યો નારકીમાં જન્મ લે છે.

જૈન ધર્મ પ્રમાણે મનુષ્યભવનો સારામાં સારો ઉપયોગ મોક્ષ પ્રાપ્ત કરવા માટે છે. મોક્ષ પ્રાપ્તિ એટલે નવા કર્મોના ઉદ્ભવનો અંત અને જૂના કર્મોનો ક્ષય. હવે આ સ્થિતિ પ્રાપ્ત કરવા માટેનો ઉપાય શું? મહાવીર પ્રભુએ મોક્ષ પ્રાપ્ત કરવા માટે પાંચ મહા વ્રતનું પાલન અને કષાયોનો ત્યાગ કરવો એમ ઉપદેશ આપેલો છે. અહિંસા, સત્ય, અચોર્ય, બ્રહ્મચર્ય, અપરિગ્રહ વ્રતોનું પાલન અને



કષાયો જેવા કે કામ, ક્રોધ, મોહ, માયા, લોભ, રાગ, દ્વેષ, અહંકાર વગેરનો ત્યાગ. આ વ્રતોનું ચુસ્તપણે પાલન કરવાથી અને કષાયોનો સંપૂર્ણ ત્યાગ કરવાથી નવાં કર્મો બંધાતાં નથી અને સંચિત કર્મોનો ક્ષય કરવાથી મોક્ષ પ્રાપ્ત થાય છે.

મોક્ષ પ્રાપ્ત કરવા માટે સંસાર ત્યાગ અનિવાર્ય છે. જ્યાં સુધી સંસારમાં મનુષ્યો રહે છે, ત્યાં સુધી કર્મો બંધાયા વગર રહેતાં નથી. અને કર્મોનાં બંધન તૂટે નહીં, ત્યાં સુધી મોક્ષ પ્રાપ્ત થઈ શકે નહીં. પરંતુ મોક્ષ માર્ગ તરફ પ્રયાણ કરવું હોય એટલે આ ભાવમાં મનને સ્થિર કરવું હોય તો ઉપરનાં વ્રતોનું પાલન અને કષાયોના ત્યાગથી તે શક્ય બનાવી શકાય છે. મહાવીર પ્રભુએ ઉપદેશ આપેલ જૈન ધર્મના સિદ્ધાંતો નીચે મુજબ છે.

## અહિંસા

હિંસાથી નિવૃત્ત થવું તે અહિંસા છે. પ્રત્યેક આત્મા પછી, તે પૃથ્વીનો હોય, પાણીનો હોય, વનસ્પતિનો હોય, કીટ, પતંગ કે પશુ, પક્ષી રૂપે હોય કે પછી મનુષ્ય રૂપે હોય તે બધા તાત્વિક સમાન છે. જૈન ધર્મનો આ જ સાર છે. સમાનતાના સિદ્ધાંતોનો અમલ કરવો અને જીવનના પ્રત્યેક ક્ષેત્રમાં ઉદારતાથી પ્રયત્નો કરવા તે જ સાચી અહિંસા છે. જેવી રીતે આત્મા પોતાનાં દુઃખોનો અનુભવ કરે છે, તેવી જ રીતે બીજાનાં દુઃખોનો અનુભવ કરે અર્થાત્ બીજાના દુઃખની પોતાના દુઃખ રૂપે સંવેદના થાય તે પણ અહિંસા છે.

બાવીસમા તીર્થંકર નેમીનાથ પ્રભુના લગ્ન પ્રસંગે અનેક પશુઓનો વધ કરવાનો છે તે જાણી તેમનું દિલ દયા અને અનુકંપાથી ભરાઈ ગયેલ. સંસાર તરફ અણગમો થવાથી લગ્ન કરવાનું માંડીવાળી, સંસાર ત્યાગ કરી સાધુ જીવન સ્વીકારેલ.

ત્રેવીસમા તીર્થંકર શ્રી પાર્શ્વનાથ પ્રભુ પણ સંપૂર્ણ અહિંસામાં માનતા હતા. વારાણસી નગરમાં તપસ્વી કામઠ જ્યારે પંચાગ્નિ તપ કરી રહ્યા હતા, ત્યારે સળગતા લાકડામાંથી નાગ-નાગણીને ઉગારીને પ્રભુએ નવકાર મંત્રના જાપ સંભળાવેલ. જેના પ્રભાવથી બન્ને દેવ ગતિને પ્રાપ્ત થયેલ.

પાર્શ્વનાથ પ્રભુએ પુષ્ટ કરેલ અહિંસાભાવના મહાવીર પ્રભુએ આગળ વધારી. તેમણે પણ યજ્ઞ, પૂજા જેવા ધર્મના જુદા જુદા ક્ષેત્રોમાં થતી હિંસાનો વિરોધ કર્યો. અને જીવનમાં અહિંસાની પ્રતિષ્ઠા વધારી.

અહિંસાના બે પ્રકાર છે. એક નકારાત્મક. એટલે જીવોની હિંસા ન કરવી. બીજો ભાવનાત્મક. એટલે બીજાના દુઃખમાં ભાગીદાર થવું. પોતાના સુખ સગવડનો લાભ બીજાને આપવો. અહિંસા એટલે દયા અથવા પ્રેમ કહેવાય. જીવની અહિંસા કોઈના મનને પણ ન દુભવવું તે સૂક્ષ્મ અહિંસા છે. આપણા વર્તન વ્યવહાર કોઈનાં મનને દુઃખ ન થાય તેવાં હોવાં જોઈએ. દરેક જીવ માટે અખૂટ પ્રેમ રાખવો તે પણ અહિંસાનો એક પ્રકાર છે.

જીવ બે પ્રકારના છે. સૂક્ષ્મ જીવ અને સ્થૂળ જીવ. સૂક્ષ્મ જીવમાં પૃથ્વીકાયિક, જળકાયિક, અગ્નિકાયિક, વાયુકાયિક, અને વનસ્પતિકાયિક જીવો છે. જ્યારે સ્થૂળ જીવોમાં એકેન્દ્રિય, બેઈન્દ્રિય, ત્રણ ઈન્દ્રિય, ચાર ઈન્દ્રિય અને પાંચ ઈન્દ્રિયવાળાં મનુષ્યો, પશુ-પક્ષીઓ, હાથી, ઘોડા વગેરે છે. ઉપરોક્ત બધા જ જીવો સુખાભિલાષી છે. માટે તે સર્વ જીવોને કદી દુઃખ ન આપવું, બીજા પાસે ન અપાવવું અને કોઈ દુઃખ આપતો હોય તો તેને અનુમોદન ન કરવું. એવો નિશ્ચય કરવો કે મૃત્યુ સુધી મન, વાણી અને કાયા એ ત્રણથી જીવહિંસા કરવી નહીં, કરાવવી નહીં અને કોઈ કરતા હોય તો તેને અનુમોદન આપવું નહીં. ભૂતકાળમાં કરેલ હિંસામાંથી પણ પશ્ચાત્તાપ કરી પાછા ફરવાની પ્રતિજ્ઞા કરવી. ઉપર મુજબ મહાવીર પ્રભુએ મોક્ષ માર્ગના પ્રથમ પગથિયા તરીકે કોઈ પણ પ્રકારની હિંસામાંથી બચવા માટેનો ઉપદેશ આપેલો છે.

અહિંસાના સિદ્ધાંતોમાં પ્રભુ મહાવીરને એટલી શ્રદ્ધા હતી કે પ્રભુ સ્પષ્ટપણે આચારંગ સૂત્રમાં ભાવપૂર્વક જણાવે છે કે પ્રબળ ઈચ્છાથી જે અહિંસાના માર્ગ ઉપર ચાલે છે અને ઈચ્છાને કાયમ રાખીને હિંસાત્મક વિચારોનો ત્યાગ કરી આગળ કદમ રાખે જાય તે જ સાચો મુનિ છે, સાચો જ્ઞાની છે અને મોક્ષ માર્ગનો અધિકારી છે.

ઉપરના સિદ્ધાંતોને અનુલક્ષીને જ પ્રભુએ પાણી ઉકાળીને

પીવાનો નિયમ રાખવા જણાવેલ છે. પાણીમાં અસંખ્ય સૂક્ષ્મ જીવો હોય છે અને પ્રતિક્ષણે અસંખ્ય જીવો જન્મે છે અને મરે છે. પાણી ઉકાળવાથી એકવાર જીવો મરી જાય છે, પરંતુ ફરીથી અમુક સમય સુધી ઉત્પન્ન થતા નથી. અને ઉકાળેલું પાણી અહિંસક બની જાય છે.

આ ઉપરાંત રાત્રી ભોજનનો પણ પ્રભુએ નિષેધ કરેલ છે. સૂર્યના પ્રકાશ વગર રાત્રે અસંખ્ય જીવોની ઉત્પત્તિ થાય છે. નરી આંખે ન દેખાતા જીવો પેટમાં જવાથી આ જીવોની હિંસા થાય છે. ઉપરાંત અજીર્ણ અને અપચો થાય છે. રાત્રે સૂર્યનો પ્રકાશ ન મળવાથી પાચન તંત્ર પણ તદ્દન નિષ્ક્રિય બની જાય છે. માટે રાત્રી ભોજનનો ત્યાગ કરવો જરૂરી છે. આજનું રાંધેલું ભોજન બીજા દિવસે ખાવું જોઈએ નહીં. કારણ કે વાસી ભોજનમાં અસંખ્ય જીવો ઉત્પન્ન થાય છે. અને તેની સાત્ત્વિકતા નષ્ટ પામે છે. ખાવું વાસી ભોજન ખાવાથી મન વિકૃત બને છે. માટે તેનો ત્યાગ કરવો જોઈએ. દ્વિદળ તથા વિરુદ્ધ આહારનો ત્યાગ શાસ્ત્ર પ્રમાણે કરવો જોઈએ. કાચા દૂધ અથવા દહીં સાથે કઠોળ, અનાજ મેળવીને ખાવું તે દ્વિદળ કહેવાય છે. વિજ્ઞાન સ્પષ્ટપણે જણાવે છે કે આવા પદાર્થો ભેગા મળવાથી તેમાં રાસાયણિક સંયોજનાત્મક દ્રવ્યો પેદા થાય છે. અને ઝેર બનીને શરીરમાં પ્રસરીને લોહીનો બગાડ કરે છે. માટે દ્વિદળનો ત્યાગ કરવો જોઈએ. પર્વ તિથિએ લીલાં શાકભાજીનો પણ ત્યાગ કરવાનો શાસ્ત્રમાં ઉલ્લેખ છે. પૃથ્વી અને ચંદ્ર વચ્ચે આકર્ષણનો સંબંધ છે. પૃથ્વી ઉપરના પાણી ઉપર ચંદ્રની વિશેષ અસર પડે છે. અને ચંદ્રની વધઘટ સાથે ભરતી અને ઓટનો સમય બદલાતો રહે છે.

ચંદ્રના પરિભ્રમણ મુજબ સુદ અને વદના પાંચમ, આઠમ, અગિયારસ, ચૌદશ, અને અમાસના દિવસોએ ચંદ્ર, પૃથ્વી અને શરીર એ ત્રણે એક સીધી હરોળમાં આવી જાય છે. આ સમયે દરિયાના પાણીમાં અને શરીરમાં રહેલા પાણીમાં ફેરફાર થાય છે. શરીરમાં પાણીનું તત્ત્વ વધે છે અને તેનાથી શરદી વગેરે રોગ ઉત્પન્ન થાય છે. આ કારણે આ દિવસોએ લીલાં શાકભાજી જેમાં પાણીનું તત્ત્વ વધારે હોય છે તે ન ખાવાં જોઈએ. આ દિવસોએ એકાસણા, આંબેલ કે ઉપવાસ કરવા હિતાવહ છે. ચોમાસામાં પણ લીલાં શાકભાજી ન

ખાવાની આ કારણને લીધે જ શાસ્ત્રમાં સલાહ આપવામાં આવેલી છે. બટાટા, કાંદા, આદુ વગેરે કંદમૂળ ખાવા માટે પણ ધર્મમાં નિષેધ કરવામાં આવેલ છે. આ કંદમૂળો જમીનમાં થતાં હોવાથી તેમાં અસંખ્ય સૂક્ષ્મ જીવો ઉત્પન્ન થાય છે અને તેમની હિંસા થાય છે. આ ઉપરાંત શાસ્ત્ર અને આરોગ્યની દૃષ્ટિએ આ પદાર્થો ખાવાથી વિકાર વાસના અને ક્રોધના આવેગને ઉત્તેજિત કરે છે. માટે કંદમૂળોને સાવ વર્જ્ય ગણવામાં આવેલ છે. જૈન ધર્મમાં માંસાહાર કરવાની સ્પષ્ટ મનાઈ ફરમાવેલ છે. અહિંસાના સિદ્ધાંતો મુજબ સર્વ જીવો સમાન છે. માટે આ જીવોની હિંસા કરી તેનો ઉપયોગ કરવાનો કોઈને હક્ક નથી. અને તે મહા પાપ છે. આ ઉપરાંત આરોગ્યની દૃષ્ટિએ પણ માંસાહાર એ હિતકર નથી. અને શરીરમાં સંખ્યાબંધ રોગો ઉત્પન્ન કરે છે.

શરાબ પીવાથી માનસિક સમતુલા ગુમાવી બેસવાથી ગુસ્સો આવે, ચિંતા, ભય, શોક, અને ઉદાસિનતાનો શિકાર બની જવાય છે. માનસિક તણાવ વધ્યા કરે છે અને મનુષ્ય મગજની સમતુલા ગુમાવી બેસે છે, માટે જૈન ધર્મમાં શરાબના સેવનનો નિષેધ છે.

ઉપર મુજબ મહાવીર પ્રભુએ મોક્ષ માર્ગના પ્રથમ પગથિયા તરીકે કોઈ પણ પ્રકારની હિંસામાંથી બચવા માટે ઉપદેશ આપેલ છે. દીક્ષા લેતી વખતે સાધુ ભગવંતે સ્થૂળ તેમ જ સૂક્ષ્મ બધા જ જીવોની આજીવન સંપૂર્ણપણે રક્ષા કરવાની અને દયાનું પાલન કરવાની પ્રતિજ્ઞા લેવાની હોય છે. તેને મહાવ્રત કહેવાય છે. સાધુ ભગવંતને આ પ્રતિજ્ઞા મન, વચન અને કાયાથી કોઈ જીવની હિંસા કરશે નહીં, કરાવશે નહીં અને અનુમોદન કરશે નહીં તે મુજબની લેવાની હોય છે અને ચુસ્તપણે પાલન કરવાની હોય છે. શ્રાવક તો ગૃહસ્થી છે, સંસારી છે, પુત્ર પરિવારવાળો છે. ખાવું, પીવું, રસોઈ બનાવવી, વેપાર કરવો, વગેરે પ્રવૃત્તિઓથી ઘેરાયેલો છે, માટે સૂક્ષ્મ જીવોની સંપૂર્ણપણે રક્ષા કરવી તેના માટે શક્ય નથી. પરંતુ સ્થૂળ જીવોની રક્ષા કરવી જરૂરી છે. આ વ્રતને શ્રાવક માટે સ્થૂળ પ્રાણાતિપાત કહેવામાં આવે છે. આને અણુવ્રત કહેવાય છે.

ઉપર પ્રમાણે અહિંસા એ જૈન ધર્મનો પ્રાણ છે અને આ સિદ્ધાંતોનું સંપૂર્ણપણે પાલન તે મોક્ષ પ્રાપ્તિનું પ્રથમ પગથિયું છે.

## સત્ય

ધર્મ એટલે સત્ય. સત્યના આધારે સૃષ્ટિ રહેલ છે. જીવનમાં દરેક ક્ષેત્રે સત્યનો ઉપયોગ બહુ જ જરૂરી છે. આપણે જીવનમાં નાના પ્રસંગોએ કારણ વગર, વિચાર્યા વગર અસત્ય બોલતા હોઈએ છીએ. અસત્ય બોલવાથી કદાચ ક્ષણિક લાભ થાય છે. પરંતુ લાંબા સમયે નુકસાન થાય છે અને મનની સ્થિરતા રહેતી નથી. વિશ્વાસઘાત કરવાથી, ખોટી જુબાની આપવાથી, વેપાર ધંધામાં દગાબાજી કરવાથી, પાપ કર્મ બંધાય છે. અને સુખ, શાંતિ તેમ જ માનસિક સ્વાસ્થ્ય જળવાતું નથી. માટે સત્યનું આચરણ કરવું બહુ જરૂરી છે. જે વસ્તુ જે સમયે, જેવી રીતે, જે સંજોગોમાં દેખી કે જાણી હોય તેવી રીતે તે સંજોગોમાં હતી, તે કહેવું વ્યવહારુ સત્ય છે.

સત્ય એ ધર્મ છે. અસત્ય કદાપિ ધર્મ રૂપે હોઈ શકતું નથી. જ્યાં અસત્યનો આશ્રય લેવામાં આવે છે, ત્યાં ધર્મ ઢંકાઈ જાય છે. જે અસત્યને ઓળખે છે, મનથી, વાણીથી અને કાયાથી સત્યનું આચરણ કરે છે. તેને આત્મસાક્ષાત્કાર થાય છે. સત્યને જીવનમાં વણી લેવાથી શાંતિનો અનુભવ થાય છે. પોતે નિર્ભય રહે છે, અને જગતમાં યશ પ્રાપ્ત થાય છે. સત્યનો જ આગ્રહ રાખવાથી સંપૂર્ણ વિદ્યાની પ્રાપ્તિ થાય છે અને વિશ્વસનીયતા, પૂજ્યપણું અને લોક પ્રિયતા પ્રાપ્ત થાય છે. જપ, તપ, સંયમ આદિ ધર્મ સાધનાની સફળતા પણ સત્ય વડે થાય છે.

## અચોર્ય

કોઈપણ વ્યક્તિ પાસેથી કોઈપણ વસ્તુ તેના માલિકની પૂર્વ પરવાનગી લીધા સિવાય લેવી નહીં અથવા વાપરવી નહીં એ અચોર્ય વ્રતની આરાધના છે.

સાધારણ સંજોગોમાં માનવીની સહજ વૃત્તિ છે કે બીજાની વસ્તુ હંમેશાં સારી લાગે છે. અન્ય વ્યક્તિનો બંગલો ગાડી કપડાં વગેરે

સંસારના ઉપભોગનાં સાધનોમાં માનવીને સહજ રીતે અન્યની વસ્તુ વધુ સારી લાગે છે, અને આવી વસ્તુ મેળવવાની ભાવના જાગે છે. ઘણી વખત મનની ચંચળતા એટલી બધી વધી જાય છે કે ગમે તે ભોગે પણ પ્રાપ્ત કરવાની લાલસા જાગે છે અને એથી ચોરી કરીને પણ મેળવવાની ઝંખના થાય છે. કોઈ ની વસ્તુ વાપરવાનો વિચાર પણ કરવો જોઈએ નહીં અને એવી વસ્તુ મેળવવાની ઇચ્છા થાય તો નિષ્ઠાપૂર્વક પ્રમાણિકતાથી મેળવવાનો પ્રયત્ન કરવો જોઈએ. પ્રમાણિકપણે પ્રયત્ન કરીને મેળવેલ વસ્તુનો ઉપભોગ આનંદ અને શાન્તિથી થઈ શકે છે. ચોરી કરવી અથવા તેમાં સહભાગી થવું તે મહા પાપ છે.

## બ્રહ્મચર્ય

ચેતના અને પુરુષાર્થ એ આત્માનાં મુખ્ય બળો છે. તે બળોનો દુરુપયોગ અટકાવવામાં આવે તો જ તેમને સદુપયોગની દિશામાં વાળી શકાય. બ્રહ્મચર્ય એટલે કામ ક્રોધ વગેરે દરેક અસદ્વૃત્તિ જીવનમાં ઉદ્ભવતી અટકાવવી અને શ્રદ્ધા, ચેતના, નિર્ભયતા સદ્વૃત્તિઓને જીવનમાં પ્રગટાવવી.

મન બહુ ચંચળ છે. મનની અસ્થિરતા વધારનારા સઘળા વિકારોમાં કામ વિકાર બહુ જ અગ્રેસર છે. કામનો આવેગ ભલભલા ઋષિ મુનિઓના મનને પણ ચંચળ બનાવી દે છે. જો કે આ આવેગને લીધે જ સંસારની ઉત્પત્તિ થાય છે. આ આવેગને કાબુમાં રાખવો બહુ કઠિન છે. પરંતુ મનને સ્થિર કરી આ આવેગ ઉપર કાબૂ રાખી બ્રહ્મચર્ય પાળવામાં આવે તો તે અતિ શાંતિકારક બને છે. આ આવેગ ઉપર કાબૂ રાખવા સંપૂર્ણ બ્રહ્મચર્ય પાળવું શક્ય ન હોય તો પણ એક પત્ની વ્રત પાળવાનો નિશ્ચય કરવો અને તેનું અનુકરણ કરવું તે ખૂબ જ અગત્યનું છે. ધર્મ પ્રવૃત્તિમાં, સ્વાધ્યાયમાં, ભક્તિમાં અને ધ્યાનમાં, બ્રહ્મચર્યનું પાલન ખૂબ જ જરૂરી છે. બ્રહ્મચર્ય એક ધાર્મિક પ્રક્રિયા ઉપરાંત આત્મજાગૃતિની સતત સાધના છે. જેઓ અલ્પ શક્તિવાળા છે, શીલ રહિત છે, તેઓ ઇન્દ્રિયોના ગુલામ બની જાય છે અને બ્રહ્મચર્ય પાળી શકતા નથી. આ માટે દ્રઢ સંકલ્પ અને મજબૂત

મનોબળ જોઈએ. બ્રહ્મચર્ય પાળવાથી દીર્ઘાયુની પ્રાપ્તિ થાય છે. મન પ્રસન્ન રહે છે. શરીરમાં સ્ફૂર્તિનો અનુભવ થાય છે. બુદ્ધિ અને શક્તિ વધે છે. વાણી સમૃદ્ધ અને પ્રભાવશાળી થાય છે. અને આત્મસંયમ વધવાથી સાચા આનંદની પ્રાપ્તિ થાય છે.

## અપરિગ્રહ

મનની સ્થિરતા પામવા અપરિગ્રહ એ ઉત્તમ સાધન છે. પરિગ્રહ એટલે તૃષ્ણા. તૃષ્ણાની કદી મર્યાદા હોતી નથી. જે મળ્યું તે હંમેશાં ઓછું લાગે છે. વધારે મેળવવામાં જીવ સર્વ શક્તિ ખર્ચે છે. અને જેમ વધારે મેળવે તેમ જે મેળવેલ છે તેનું સુખ ભોગવવાને બદલે નવું મેળવવા માટે ફાંફાં મારે છે. પરંતુ જે મળ્યું છે તેમાં સંતોષ રાખીએ તો મેળવવાનો આનંદ ભોગવી શકાય છે. મનની સંપૂર્ણ સ્થિરતા માટે અપરિગ્રહ બહુ જરૂરી છે. પરંતુ સંપૂર્ણ અપરિગ્રહ તો મુનિશ્વરો જ જાળવી શકે. પરંતુ શ્રાવકે મર્યાદા રાખવી અને પોતાની મર્યાદા મુજબ પ્રાપ્તિ થાય તેનાથી સંતોષ રાખી આનંદ રાખવો જોઈએ. લક્ષ્મી બહુ ચંચળ છે. તેના લીધે સંસારમાં ખાન, પાન, માન, અધિકાર, વૈભવ વગેરે મળે છે. પરંતુ આ સ્થાયી નથી. ક્યારે આવે અને ક્યારે જતું રહે તે સમજ પડતી નથી. લક્ષ્મી આવ્યા પછી અભિમાન, અહંકાર અને વ્યસનો વધવા લાગે છે. પરંતુ પુણ્યથી મેળવેલ લક્ષ્મી સુખ આપી શકે છે. આવી લક્ષ્મીનો મોહ રાખ્યા વગર તેનો પોતાના તેમ જ અન્ય દુઃખી લોકોના ભલા માટે વાપરવાથી તેનો સાચો ઉપયોગ થયો ગણાય. લક્ષ્મી ચિરકાળ રહેતી નથી માટે તેને પ્રાપ્ત કરવી અને ભોગવવી પરંતુ અપરિગ્રહની ભાવના રાખીએ તો જ સ્થિરતાથી તે ભોગવી શકાય છે.

આગમોમાં પ્રભુએ ગુરુભગવંતો માટે જે આચાર સંહિતા બતાવેલ છે તે મોટા ભાગે અપરિગ્રહના સિદ્ધાંત પર બનેલી છે. આજે સમાજમાં ચારે બાજુ ભ્રષ્ટાચાર અસંતોષ, અનીતિ, ચોરી વગેરે વ્યાપકપણે જોવા મળે છે. લોકો લક્ષ્મી પાછળ ગાંડા થયા છે તેનું મૂળ કારણ વધુ પડતો પરિગ્રહ છે. જો પ્રભુએ દર્શાવેલ અપરિગ્રહનો સિદ્ધાંત મનુષ્ય જીવનમાં ઉતારે તો આ પ્રશ્ન સહેલાઈથી ઊકલી જાય.



## કષાય

રાગ અને દ્વેષ ઉત્પન્ન કરનાર કર્મને કષાય કહેવાય છે. કર્મો ઉત્પન્ન થવાનું મુખ્ય કારણ કષાય છે. કષાયના શબ્દો છે કષ અને આય. કષ એટલે જન્મ જન્માંતર અને આય એટલે કરાવનાર. જન્મ જન્માંતર જે કરાવે છે તે કષાય કહેવાય છે. કામ, ક્રોધ, માન, માયા, લોભ, અહંકાર વગેરે કષાયથી વિવિધ પ્રકારનાં કર્મો બંધાય છે. આ કષાયો તે મનના આવેગ છે. ગમો, અણગમો, ભય, શોક, જુગુપ્સા ઘૃણા વગેરે ભાવો કષાયથી જન્મે છે. કષાયથી આત્મા દોષિત બને છે. કર્મોથી બંધાય છે. અને જન્મ જન્માંતર કરાવે છે. કષાય સંપૂર્ણપણે ખતમ થઈ જાય ત્યારે જ મોક્ષની પ્રાપ્તિ થાય છે. મોક્ષ એટલે મનની શાંતિ-અપૂર્વ શાંતિ-શાશ્વત શાંતિ. મનની અશાંતિનું મૂળ કામના અથવા ઈચ્છા છે. મનુષ્ય જ્યાં સુધી જીવંત છે, ત્યાં સુધી મનના સંકલ્પો બંધ થતા નથી. આ સંકલ્પો બે પ્રકારના હોય છે. શુદ્ધ અને અશુદ્ધ. શુદ્ધ સંકલ્પોથી શુદ્ધ કામના ઉત્પન્ન થાય છે. અને શુદ્ધ કામનાની પ્રાપ્તિથી મનુષ્ય દેવતા કહેવાય છે. અને અશુદ્ધ કામનાને કારણે અસુર બની જાય છે. આ અશુદ્ધ કામનાના મૂળમાં ઉપર જણાવેલ કષાય છે. કામ, ક્રોધ, લોભ, મોહ, અહંકાર વગેરે અશુદ્ધ કામનાના મુખ્ય વિકારો છે. આ વિકારો મનને ચંચળ બનાવે છે. આ વિકારો જો અનિયંત્રિત બની જાય તો મન ચારેબાજુ ભટક્યા કરે છે. અને તેને ક્યાંય સંતોષ અને શાંતિ મળતી નથી અને જાત જાતનાં અશુભ કર્મો કરવા પ્રેરાય છે. જૈન ધર્મ સિવાય અન્ય ધર્મો પણ આ પાંચ શત્રુઓ ઉપર વિજય મેળવવા પર ભાર મૂકે છે. રાગ, દ્વેષ, ઈર્ષા વગેરે દુર્ગુણો ઉપર વિજય મેળવવાથી આપમેળે જ જીવને સદ્ગુણો જેવા કે, નમ્રતા, સમભાવ વગેરે નો અનુભવ થાય છે. અને મનુષ્ય સારાં કર્મો કરવા પ્રેરાય છે.

## કામ

કામ એક આવેગ છે. શરીરમાં ભૂખ અને તરસ મિટાવવી એ શારીરિક જરૂરિયાત છે. તેમ કામની તૃપ્તિ તે પણ એક શારીરિક જરૂરિયાત છે. આ આવેગની તીવ્રતા એટલી છે કે તેને કાબૂમાં રાખવો

બહુ મુશ્કેલ છે. જો કે આ આવેગની આટલી તીવ્રતાને લીધે જ આ વિશ્વમાં સર્જનની પ્રવૃત્તિ ચાલુ રહે છે. પરંતુ આ તૃપ્તિને મર્યાદિત રાખવામાં ન આવે તો અંકુશ બહાર બની જાય છે અને સંસારની વ્યવસ્થા જળવાતી નથી. વ્યવહારમાં જે લગ્નની પ્રથા અપનાવેલ છે, તે પ્રથાથી આ આવેગ ઉપર સારો એવો અંકુશ રહે છે.

કામનો આવેગ એ શારીરિક અને માનસિક છે. આ આવેગમાં શરીર અને મન બન્નેની સંગતિ છે. બન્ને સાથે જ ચાલે છે. આપણી ઈચ્છાનું અને ઉત્તેજનાનું ચક્ર તેની આસપાસ ફર્યા કરે છે.

કામના આવેગને ખાળવા માટે મનને બીજી અન્ય પ્રવૃત્તિમાં વાળવું જોઈએ. મનથી શુભ અને અશુભ બન્ને પ્રવૃત્તિ થાય છે. અશુભ પ્રવૃત્તિથી આત્મા મલિન થાય છે. જ્યારે શુભ પ્રવૃત્તિથી આત્મા વિમલ અને વિશુદ્ધ બને છે. કામના આવેગને ખાળવા માટે મનને શુભ પ્રવૃત્તિમાં રાખવાથી આવેગ ઉપર સંયમ આવે છે. અને શુભ કાર્યો માટે વધુ બળ મળે છે.

કામવાસના ઉપર જો સંયમ ન રાખવામાં આવે તો માણસની શક્તિનો ક્ષય થાય છે. તેના મનમાં ક્રોધ અને ઈર્ષ્યા ઉત્પન્ન થાય છે. બુદ્ધિ ભ્રષ્ટ થાય છે. કામવાસનાના અતિરેકથી મનુષ્ય નિર્બળ, અવિવેકી, અસમર્થ અને અધર્મી બને છે. માટે આ કામના આવેગને ખાળવો ખૂબ જ જરૂરી બને છે, અને તેની ઉપર સંયમની લગામ રાખવી તેટલી જ જરૂરી છે. કામવાસનાનો નશો ભાંગ, ચરસ અને દારૂ જેવા માદક પદાર્થોથી પણ વધારે ખરાબ છે. કામવાસના ઉપર સંયમ ન રાખવામાં આવે તો મનની સ્થિરતા રહેતી નથી અને મનને કાયમી અશાંતિ અને અજંપો રહ્યા કરે છે. વ્યવહારુ જીવનને ઉચ્ચ બનાવવા માટે મન, વચન અને કાયાથી પવિત્ર બનવું બહુ જરૂરી છે. ઈશ્વર સાથે એકતા સાધવામાં, ધ્યાનમાં મગ્ન બનવા માટે આ વાસના ઉપર સંયમ રાખવો અત્યંત જરૂરી છે. મનને શુભ પ્રવૃત્તિમાં, શાસ્ત્ર વાંચનમાં, અને સત્સંગ વગેરેની પ્રવૃત્તિમાં પ્રવૃત્ત રાખવામાં આવે તો આ વૃત્તિ ઉપર જરૂરથી સંયમ રાખી શકાય છે.

## ક્રોધ

મોક્ષ એટલે મનની પરમ શાંતિ, મનની પરમ સ્થિરતા. જ્યારે મન સંપૂર્ણ સ્થિર બને છે, ત્યારે તેનામાં કોઈ જાતની તૃષ્ણા, ચંચળતાને સ્થાન રહેતું નથી.

જ્યારે મન ચંચળ બને છે, ત્યારે અશાંતિની સમસ્યા ઊભી થાય છે. મનમાં જાત જાતના વિકલ્પો ઉદ્ભવે છે. જેથી અશાંતિ ઊભી થાય છે. મન જ્યારે અશાંત બને છે, ત્યારે કામ, અણગમો, ક્રોધ તથા દુઃખની લાગણી થવા લાગે છે. અને સારા અને નરસાં કર્મો આપણે કરવા લાગીએ છીએ. આ કર્મોની વણજાર ચાલુ રહેવાથી સંસારમાંથી મુક્તિ મળતી નથી.

મનને અસ્થિર બનાવવામાં ક્રોધનો ફાળો મુખ્ય છે. ક્રોધ ભાવાત્મક વૃત્તિ છે. માણસને ખરેખર થયેલ કે માની લીધેલ અન્યાયનો બદલો વેરવૃત્તિથી લેવાની જે ઉત્કટ ઇચ્છા ધરાવે છે, તેવા પ્રકારના ચિત્ત વિકારને ક્રોધ કહે છે.

ક્રોધ મનુષ્યને વિવેકબુદ્ધિ અને સભ્યતાની બહાર ધકેલી દે છે. મનુષ્યને હિંસાવૃત્તિ તરફ ઘસડી જાય છે. ક્રોધથી માનવમાં અન્યાય, અવિવેક, નિંદા, હિંસા, નિષ્ઠુરતા, વગેરે આવેગ ઉત્પન્ન થાય છે. ક્રોધ એ મનુષ્યનો મહાન શત્રુ છે. વારંવાર ક્રોધ કરવાથી મનુષ્ય પોતાના ક્રોધમાં વધારો કરે છે. ક્રોધ ભભુકવાથી માનવીની ચેતના છિન્નભિન્ન થઈ જાય છે. આવા દાખલા પણ નોંધાયેલા છે કે ક્રોધમાં આવેલી સ્ત્રીનું દૂધ પીવાથી તેમના બાળકો મૃત્યુ પામ્યાં છે. જ્યારે મનુષ્ય ગુસ્સે થાય છે, ત્યારે તેના લોહીમાં વિવિધ પ્રકારના વિષજન્ય પ્રવાહો વહે છે. ક્રોધ ઘણા રોગોનું મૂળ છે.

ક્રોધ આવવાથી મનુષ્ય મનનું સંતુલન ગુમાવી બેસે છે. અને વારંવાર આવેશમાં આવી જઈને એવા પ્રકારનાં કર્મોને આવાહન આપે છે કે એ સંચિત કર્મોનું ફળ ભોગવવા માટે મનની સ્થિરતા પ્રાપ્ત કરી શકતો નથી. અને સંસારના ચક્રમાંથી મુક્ત થઈ શકતો

નથી. ક્ષમા, પ્રેમ, શાંતિ, કરુણા, મૈત્રી વગેરે ગુણોથી ક્રોધ કાબૂમાં આવી શકે છે.

ક્રોધ તે આખાય તન મનને સળગાવનાર, ભાગ્યને દગ્ધ કરનાર અને પુણ્યોને ભસ્મીભૂત કરનાર અગ્નિ છે, જે મનુષ્યના મનને અશાંત કરી મૂકે છે. આથી “હું ક્રોધ કરીશ નહીં, અને સર્વ જીવોને પ્રેમ દષ્ટિથી જોઈશ” તેવો સંકલ્પ કરીએ તો જ આ વૃત્તિ ઉપર કાબૂ રાખી શકાય.

## મોહ

મોહ એટલે વિષાલુ સુખની ઈચ્છા. પારકી વસ્તુ પરથી સુખ મેળવવાની વૃત્તિ તે મોહ. મોહથી જીવ પરના સુખની ઝંખના કરે છે અને પરનો સંયોગ ઈચ્છે છે. આ સુખ મેળવવા તે ગાંડોતૂર બને છે અને પોતાના સ્વભાવ અને સ્વરૂપ પ્રત્યે અજાણ અને બેધ્યાન રહે છે. આવા મોહમાં અંધ બનેલો જીવ પ્રત્યેક વસ્તુ, વ્યક્તિ અને પરિસ્થિતિને પોતાને અનુકૂળ અને પ્રતિકૂળ એમ બે વિભાગમાં વહેંચે છે. પોતાને અનુકૂળ હોય તેને આવકારે છે, તેને રાગ કહે છે. પોતાને પ્રતિકૂળ હોય તેને ધિક્કારે છે અને તેને દ્વેષ કહે છે. રાગમાંથી મોહ અને લોભની વૃત્તિ પેદા થાય છે. જ્યારે દ્વેષમાંથી ક્રોધ અને અહંકાર ઉત્પન્ન થાય છે. પરિણામે જીવ હિંસા, જૂઠ અને ચોરી કરતાં અચકાતો નથી. જો તેમાં સફળ થાય તો માયા અને લોભનું સેવન કરે છે. અને જો તેમાં અસફળ બને તો ક્રોધ અને અહંકારનું શરણું લે છે. શોકાતુર બને છે અને દ્વેષથી ઘેરાઈ જાય છે. વિષય સુખની પ્રાપ્તિ થયા બાદ જીવની આવા સુખની માંગ ઓર વધી જાય છે. જેને તૃષ્ણા કહે છે. મોહમાંથી તૃષ્ણા જન્મે છે. અને તૃષ્ણામાંથી મોહ એમ મોહ અને તૃષ્ણાના ચક્કરમાં જીવ ફસાઈ જાય છે. અને સમગ્ર જીવન એમાં વેડફી નાંખે છે. આ મોહ ઉપર વિજય મેળવવા માટે સંસારના મૂળભૂત મોહને જાણવો જોઈએ અને ઈન્દ્રિયો ઉપર કાબૂ રાખવો જોઈએ. ઈન્દ્રિયો ઉપર કાબૂ મેળવવાથી મોહ ઉપર અંકુશ રાખી શકાય છે. મોહની જાળમાં એક વખત આપણે ફસાઈએ પછી બહાર નીકળવું

બહુ મુશ્કેલ છે. જો કે મોહ વગર જીવન શક્ય પણ નથી. આ સંસારમાં બધા જીવો એક બીજા માટેના મોહનો ત્યાગ કરે તો સંસારની વૃદ્ધિ થઈ શકે નહીં. પરંતુ મોહમાં મર્યાદા હોવી જોઈએ. મોહમાં સાર અને અસારનો ભેદભાવ હોવો જોઈ. આપણા મોહને લીધે બીજાના હિતને નુકસાન પહોંચે, અન્યના દિલને દુઃખ પહોંચે એવો મોહ હોવો જોઈએ નહીં. મોહને બદલે પ્રેમનો ભાવ રાખવો જોઈએ. મોહ રાખવાથી મોહેલી વસ્તુ પ્રાપ્ત ન થાય તો દુઃખ થાય છે. જ્યારે પ્રેમ નિષ્કામ છે. પ્રેમ એ એટલી સરળ ભાવના છે કે તેનાથી કદી દુઃખ થતું નથી. સ્વજન હોય કે પરજન હોય દરેક માટે પ્રેમ રાખવાથી કદી બદલાની ભાવના રહેતી નથી. શોક અથવા દુઃખ થતું નથી. મોહ હંમેશાં મનુષ્યને પરાધીન બનાવે છે. જે વ્યક્તિ કે વસ્તુમાં જીવને મોહ હોય તે તેની નજરે ન ચઢે અથવા પ્રાપ્ત ન થાય તો દુઃખ અને ચિંતા અનુભવે છે અને છેવટે મન અસ્થિર બની જાય છે અને જીવનની અને મનની શાંતિ હણાઈ જાય છે.

## લોભ

જીવનમાં અનેક પ્રસંગોએ ઉત્પન્ન થતી વિવિધ પ્રકારની તૃષ્ણાઓને લોભ કહેવાય છે. કોઈપણ ચીજ માટે આશક્તિ વધે છે, ત્યારે લોભની માત્રા વધે છે. માણસની ઈચ્છા અને લાલસા અનંત છે. તે કદી તૃપ્ત કે પરિપૂર્ણ થતી નથી. લોભ એ એવા પ્રકારનો વિકાર છે કે જે માણસને મીઠો લાગે છે અને પોતે કંઈ પ્રાપ્ત કર્યું હોય તેમ જણાય છે. પરંતુ આ લોભની માયા જાળમાં એ એવો ફસાતો જાય છે કે છેવટે પરિણામ ખરાબ આવે છે. અને તેનું મન હંમેશાં અસંતુષ્ટ અને અશાંત રહે છે. લોભથી મનુષ્યમાં ઈર્ષ્યા અને અધિકારની ભાવના ઉત્પન્ન થાય છે. લોભી માણસમાં અનાસક્તિ, સેવા ભાવ વગેરે ગુણો હોતા નથી. અને તેથી હંમેશાં ઉદ્વેગથી તેનું મન ઉચાટવાળું રહ્યા કરે છે. તૃપ્તિ અને સંતોષનો આનંદ માણી શકતો નથી.

લક્ષ્મી ઉપાર્જન કરવી તે કોઈ ખરાબ પ્રવૃત્તિ નથી, પરંતુ જે મળે છે અને મેળવવાનું છે તેમાં સંતોષ રાખવાના બદલે તેનું વધુને

વધુ ઉપાર્જન કરવા માટે સારા નરસાનો વિચાર કર્યા વગર ગમે તે ભોગે મરણિયા પ્રયત્નો કરવા તે લોભ છે. આપણે પ્રાપ્ત કરેલ લક્ષ્મી આપણા માટે જ વાપરવી તેનો ઉપયોગ અન્ય માટે શા માટે કરવો? આવો વિચાર તે લોભની ભાવના છે. લોભ કરવાથી મનની ચંચળતા વધે છે અને સ્થિરતાનો લોપ થાય છે. આપણે પ્રાપ્ત કરેલ વસ્તુ આપણી છે અને જ્યારે તે જતી રહે ત્યારે દુઃખ થાય છે. આમ લોભની ભાવનાથી દુઃખનો જન્મ થાય છે. આ વૃત્તિથી મન હંમેશાં ભટક્યા જ કરે છે અને શાંતિનો અનુભવ કરી શકાતો નથી. લોભની ભાવનાથી જીવ ખરાબ કર્મો કરવા પ્રેરાય છે અને કર્મોનું ફળ ભોગવવા તેને નિરંતર જન્મ લેવા પડે છે.

લોભને જીતવો બહુ કઠિન છે. તૃષ્ણા અસીમ અને અનંત છે. ઈચ્છા દુઃખનું મૂળ છે. લોભથી અંધ થયેલ મનુષ્ય વસ્તુને પ્રાપ્ત કરવા માટે છળકપટ, વિશ્વાસઘાત અને અન્યાયનો આશ્રય લે છે. આવાં અધમ કાર્યો લોભને કારણે થાય છે.

પૂર્ણ સત્યની પ્રાપ્તિ માટે, મનની સંપૂર્ણ સ્થિરતા માટે સર્વ પ્રકારના સાંસારિક લોભો છોડવા આવશ્યક છે. લોભને જો રોકવામાં ન આવે તો તે વધતો જ જાય છે. આ સંસાર સાગરને તરવો બહુ જ મુશ્કેલ બની જાય છે.

### અહંકાર

અહમ્ અને મમ, હું અને મારું, આ બે ભાવના જીવનમાં અહંકારનો ભાવ ઉત્પન્ન કરે છે. હું જ કાંઈ છું, બીજા અન્ય મારા કરતાં ઊંચા છે, એવી ભાવનાને અહંકાર અથવા અભિમાન કહે છે. આવી અહંકારની લાગણીમાં સપડાયા પછી જીવનમાં શાંતિનો અનુભવ થતો નથી. પોતે ઉચ્ચ છે, એમ માનવાથી પોતાના કરતાં ઉચ્ચ ગુણવાળા મનુષ્યને જોઈને તેનું મન દુઃખી થાય છે. અને તે બધાની પ્રાપ્તિ માટે મનમાં નિરંતર આયોજન કરવામાં જે મેળવ્યું છે તેને પણ ભોગવી શકતો નથી. અનેક પ્રકારનાં સાંસારિક સુખો મેળવવા, અઢળક લક્ષ્મીની પ્રાપ્તિ થવાથી અને પોતાની કીર્તિ સર્વત્ર

ફેલાયેલ હોવાથી, બીજા કરતાં પોતે ઉચ્ચ છે, એવી લાગણીથી મનુષ્ય અહંકાર અને અભિમાન અનુભવે છે. પોતે ઉચ્ચ કુળમાં જન્મ્યો હોય તો બીજા કરતાં પોતે ઉચ્ચ છે, એવી અભિમાનની લાગણીનો અનુભવ કરે છે. ઘણી વખત સદ્ગુરુ, બોધ દ્વારા સત્સંગ અને યોગમાં રહી, શાસ્ત્રોના અભ્યાસથી પોતાને પ્રાપ્ત થયેલ જ્ઞાનને કારણે પણ મનુષ્ય પોતાને મહાન અને બીજા કરતાં ઉચ્ચ ગણે છે તે પણ એક જાતનું અભિમાન છે. અભિમાન રાજ્યનું, સંપત્તિનું, બળનું, રૂપનું, કુળનું, વિદ્વત્તાનું અને ખુદ પોતે નિરભિમાની હોવાનું પણ હોઈ શકે છે. આપણે જાણીએ છીએ કે આવા અહંકાર અને અભિમાનને કારણે રામાયણ અને મહાભારત સર્જાયા છે.

અહંકાર અને અભિમાન જીવનમાં સમભાવનો અભાવ દર્શાવે છે. જીવે જો મનની સ્થિરતા અને શાંતિનો અનુભવ કરવો હોય તો અભિમાન અને અહંકારની ભાવનાનો ત્યાગ કરી શાંતિ અને સમભાવની ભાવના કેળવવી જોઈએ. આ જગતમાં સર્વ જીવો સમાન છે. અત્યારે હું જે ભોગવું છું તે મારા પૂણ્યને પ્રતાપે છે. હું કોઈનાથી તુચ્છ નથી અને કોઈ મારાથી તુચ્છ નથી. આવો સમભાવ કેળવવામાં આવે તો અહંકાર અને અભિમાનનો નાશ થાય છે. અને જીવ શાંતિ અને સ્થિરતાનો અનુભવ કરે છે. અહંકારમાંથી ક્રોધ પેદા થાય છે. અહંકારથી માણસની નિર્ણય શક્તિ, વિચાર શક્તિ, સમજ શક્તિ વગેરે નાશ પામે છે. અહંકાર માણસમાં જ્ઞાન અને બીજા સદ્ગુણો સ્થિર થવા દેતો નથી. આવા માણસને બીજાઓનો પ્રેમ અને આદર પ્રાપ્ત થઈ શકતો નથી. અહંકારનો નાશ કરવા જીવનમાં નમ્રતા, અને મધુરતાને દાખલ કરવી જોઈએ. આ કંઈ મારું નથી, બધું છોડીને જવાનું છે. અને લોકોનાં પ્રેમ અને શુભેચ્છાઓ સિવાય મારી સાથે કંઈ આવવાનું નથી. આવી ભાવના રાખવાથી અહંકારનો ધીરે ધીરે નાશ અને મનને અલૌકિક આનંદ અને શાંતિની પ્રાપ્તિ થશે.

## કર્મ

મહાવીર પ્રભુએ સુત્રકૃતાંગમાં કહ્યું છે કે માણસ જે દુઃખી થાય છે, શોક પામે છે, પરિતાપ પામે છે, તે બધું તેનાં કરેલાં કર્મોનું



ફળ છે. સુખ અને દુઃખ પોતાનાં કરેલાં કર્મોથી થાય છે. બીજાનું કરેલું થતું નથી. તે મુજબ મોક્ષ પણ જ્ઞાન અને તદ્દનુસાર ચારિત્રથી પ્રાપ્ત થાય છે. વિવિધ પ્રાણીઓ પોતપોતાના કર્મનું ફળ પૂરેપૂરું ભોગવી રહે ત્યાં સુધી તે શાશ્વત સંસારમાં વારંવાર જન્મ પામ્યા કરે છે. આ જન્મ-મરણ ચક્ર વિષમ છે અને કામ, ક્રોધ વગેરે વિષયોમાં ખૂંપી ગયેલા જીવો તેમાંથી સહેલાઈથી છૂટી શકતા નથી.

અપાપા નગરીમાં સોમીલ નામના વિપ્રે યોજેલ મહાયજ્ઞમાં મોટા મોટા પંડિતોની સાથે સુધર્મા પંડિત પણ પધારેલ હતા. તે સમયે ભગવાન મહાવીર કેવળજ્ઞાન પ્રાપ્ત કરી દેશના આપવા આ નગરીમાં પધારેલ. જીવ આ ભવમાં હોય છે તેવો જ પરભવમાં થાય કે નહીં? તે શંકા સુધર્માના મનમાં હતી. જેનું સમાધાન કરવા પ્રભુને વિનંતી કરતાં મહાવીર ભગવાને તર્કથી સમજાવ્યું કે મનુષ્ય મરીને પણ જો તેનામાં સરળતા, મૃદુતા, સદાચાર આદિ સદ્ગુણો હોય તો તે આગામી ભવમાં મનુષ્ય થઈ શકે છે. અને ઉપરોક્ત સદ્ગુણો ન હોય તો મનુષ્ય તિર્યંચ કે નર્કમાં જન્મે છે. જીવનની ગતિ કર્મ અનુસાર છે. ભગવાન મહાવીરના મુખે પોતાની શંકાનું સમાધાન પામતાં સુધર્મા પંડિતનો વિદ્યામદ અને આવેગ શમી ગયા અને પ્રભુ મહાવીરને સર્વસ્વ માની પોતાના પાંચસો શિષ્યો સાથે દીક્ષા અંગીકાર કરી.

આત્મા અને કર્મનો સંબંધ અનાદિ છે, પરંતુ અનંત નથી. આ અનાદિ સંબંધનો કાયમ માટે અંત લાવી શકાય છે. જેમ અનાદિ કાળથી માટીની સાથે મળેલ સુવર્ણનો ઉજ્જવળ ચક્રચકાટ થવાનો સ્વભાવ ઢંકાયેલ છે, તે પ્રમાણે આત્મા પણ કર્મ પ્રભાવના આવરણથી ઢંકાયેલ છે. મલિન દર્પણને સાફ કરવાથી તે ઉજ્જવળ બને છે તેમ આત્મા ઉપરનો કર્મમળ ધોવાઈ જવાથી તે ઉજ્જવળ બને છે અને સ્વરૂપમાં પ્રકાશમાન થાય છે.

જૈન ધર્મ પ્રમાણે કર્મ આઠ પ્રકારનાં છે.

### જ્ઞાનાવરણીય કર્મ

જ્ઞાન અને જ્ઞાનીની નિંદા કરવાથી, દ્વેષ કરવાથી અને અપમાન કરવાથી અને જ્ઞાનીનો દ્વેષ કરવાથી અથવા અકારણ ઝઘડા કરવાથી જ્ઞાનાવરણીય કર્મ બંધાય છે. આ કર્મને લીધે જીવ બહેરો, મૂંગો, મંદ બુદ્ધિનો બને છે અને આત્માનું જ્ઞાન પામી શકતો નથી.

### દર્શનાવરણીય કર્મ

મુનિજનોની નિંદા કરવાથી, જ્ઞાની જનોની અવહેલના કરવાથી, ભગવાનના વચનોમાં શંકા કુશંકા કરવાથી અથવા ધર્મ સાધનામાં અવરોધ ઊભો કરવાથી દર્શનાવરણીય કર્મ બંધાય છે. આ કર્મના લીધે જીવાત્માને અંધાપો આવે, અનિદ્રાનો ભોગ બને, અને આત્માનું દર્શન કરી શકે નહીં વગેરે ફળ ભોગવે છે.

### વેદનીય કર્મ

જીવમાત્ર ઉપર દયા, કરુણા, કરવાથી દુઃખીઓના દુઃખમાં સહભાગી બની તેમનાં દુઃખો હળવાં કરવાથી શાતાવેદનીય કર્મ બંધાય છે. જીવોને ત્રાસ, સંતાપ આપવાથી તેમના દુઃખથી રાજી થવાથી અશાતા વેદનીય કર્મ બંધાય છે. શાતાવેદનીય કર્મના ફળ રૂપે જીવાત્માને મન ગમતા અને મન ભાવતા ઉપભોગ મળે છે. અશાતાવેદનીય કર્મને લીધે ગરીબાઈ, રોગ વગેરે દુઃખો મળે છે.

### મોહનીય કર્મ

તીવ્ર ક્રોધ, માન, માયા અને લોભ કરવાથી, અનાચાર, વ્યભિચાર કરવાથી મોહનીય કર્મ બંધાય છે. આ કર્મફળથી જીવાત્મા મોહાંધ, રાગાંધ, અને વિષયલુબ્ધ બને છે. ઈર્ષાળુ, ઝઘડાખોર, માયાવી અને દંભી બની અકારણ ભયભીત અને શોકાતુર રહે છે.

### આયુષ્ય કર્મ

જીવોની પ્રતિપળ હિંસા થતી હોય તેવા કામ-ધંધા કરવાથી, સંગ્રહખોરી કરવાથી, માંસાહાર કરવાથી કે જીવની હત્યા કરવાથી

જીવાત્મા નર્ક ગતિમાં જાય છે. કપટ સહિત જૂઠ બોલવાથી વિશ્વાસઘાત કરવાથી, ખોટા તોલમાપ કરવાથી જીવાત્મા તિર્યંચ ગતિમાં જાય છે. એટલે કે પશુ પક્ષીનો અવતાર પામે છે. જે જીવાત્મા સ્વભાવથી નિષ્કપટી, વિનયવાળો, સરળ, સદાચારી, દયાળુ, અને ઈર્ષા રહિત હોય તો તે મનુષ્ય ભવ પામે છે. દીક્ષા લઈને સંયમ પાળવાથી, ગૃહાસ્થાશ્રમમાં બાર વ્રતોનું પાલન કરવાથી, તપ કરવાથી, સમતાભાવે દુઃખ સહન કરવાથી જીવાત્મા દેવગતિમાં જાય છે.

### નામ કર્મ

મન, વચન, અને કાયાને સરળ અને પવિત્ર રાખવાથી તેમ જ સૌ સાથે પ્રેમ અને મિત્ર ભાવથી વ્યવહાર કરવાથી શુભ નામ કર્મ બંધાય છે અને મન, વચન અને કાયાને વક્ર અને અપવિત્ર રાખવાથી તેમ જ સૌ સાથે કલેશ, કંકાસ કરવાથી અશુભ નામ કર્મ બંધાય છે. શુભનામ કર્મથી મન ગમતા ભોગ, ઉપભોગ મળે છે. યશ, મળે છે, આરોગ્ય વગેરેનું સુખ મળે છે. અશુભ નામ કર્મથી અભાવ, પીડા, બદનામી, બીમારી વગેરે અનેક દુઃખો ભોગવવાં પડે છે.

### ગોત્ર કર્મ

જાતિ, કુળ, બળ, રૂપ, તપ, જ્ઞાન અને લાભ વગેરેનું કોઈ એકનું કે એકથી વધુનું અભિમાન કરવાથી નીચ ગોત્ર બંધાય છે. અને એવું અભિમાન ન કરવાથી ઉચ્ચ ગોત્ર કર્મ બંધાય છે. ઉચ્ચ ગોત્ર કર્મથી સુખ સંપત્તિ અને સંસ્કારી કુટુંબમાં જન્મ મળે છે. અને રૂપ, બળ, સમૃદ્ધિ વગેરે ઉત્તમ સામગ્રી મળે છે. જ્યારે નીચ ગોત્ર કર્મથી હલકી જાતિ અથવા કુળમાં જન્મ મળે છે. અને ગરીબાઈ રોગ, કુરૂપતા વગેરે પ્રાપ્ત થાય છે.

### અંતરાય કર્મ

કોઈ દાન દેતુ હોય તેમાં આડ ખીલીરૂપ બનવાથી કોઈ લાભ મળતો હોય, તો તે લાભ મળતો રોકવાથી કોઈને ખાન, પાન કરતા અટકાવવાથી, કોઈને ધર્મ ધ્યાન કરતા રોકવાથી વગેરેથી અંતરાય

કર્મ બંધાય છે. આ કર્મને લીધે જીવાત્મા દાન લઈ શકતો નથી, લાભ મેળવી શકતો નથી. ભોગ અને ઉપભોગ ભોગવી શકતો નથી તેમ જ ધર્મની આરાધના કરી શકતો નથી. ઉપરનાં આઠ કર્મોથી આત્મા જ્યાં સુધી સંયુક્ત અને સંબંધી રહે છે, ત્યાં સુધી જીવાત્માનો પુનઃ જન્મ થતો રહે છે.

### તપ-સંયમ

મહાવીર પ્રભુએ ઉપદેશ આપેલ છે કે સંયમ અને તપથી મોક્ષ પ્રાપ્તિ ઝડપથી થઈ શકે છે. જીવનના દરેક કાર્યમાં સંયમ રાખવાથી નવા કર્મો બંધાતાં અટકે છે. અને તપ કરવાથી જૂનાં કર્મોનો ક્ષય થાય છે. જ્યારે આત્મા એવી કક્ષાએ પહોંચે કે નવાં કર્મો બંધાતાં બંધ થાય અને સંચિત કર્મોનો ક્ષય થાય ત્યારે મોક્ષ પ્રાપ્ત થાય છે. અગાઉ દર્શાવેલ કષાયો જેવાં કે કામ, ક્રોધ, લાભ, માન, મોહ વગેરેને દૂર કર્યા વગર મુક્તિ થતી નથી. આ કષાયો દૂર કરવા બહુ મુશ્કેલ છે. આ માટે મનને સ્થિર કરવું બહુ જરૂરી છે. મન બહુ ચંચળ છે. ચારે દિશામાં ઝડપથી ફરી રહ્યું છે. મનની ચંચળતાને લીધે ક્રોધ, લોભ, મોહ, વગેરેના આવેગ ઉત્પન્ન થાય છે. આ આવેગોને કાબૂમાં રાખવા માટે મનને સ્થિર કરવું બહુ જરૂરી છે. મનની આ પ્રવૃત્તિ ઉપર સંયમ રાખવા માટે તપ બહુ જરૂરી છે. તપ કરવાથી સંયમનો અનુભવ થાય છે. સંયમજ મનને સ્થિર કરવામાં મદદ કરે છે. ઉપવાસ, એકાસણું, આયંબીલ વગેરેનો તપ કરવામાં સમાવેશ થાય છે. આ ઉપરાંત પશ્ચાત્તાપ, વિનય, ધ્યાન, ગુરુભક્તિ, સાધર્મિક ભક્તિ વગેરે ભાવનામાં પણ તપની ભાવનાનો સમાવેશ થાય છે. તપ એ સાધન છે અને સંયમ એ સાધ્ય છે. તપ કરવાથી મન ઉપર સંયમ આવે છે. જેથી મનનાં કામ, ક્રોધ, મોહ, માયા, લોભ વગેરે આવેગો ઓછાં થતાં જાય છે. અને ધીરે ધીરે નાશ પામે છે. તપ કર્યા પછી જો મન ઉપર સંયમ ન આવી શકે તો આ તપનો કોઈ અર્થ નથી. એકલા ઉપવાસ કરવાથી મુક્તિ મળતી નથી. પરંતુ આ સાધન દ્વારા ઉપર દર્શાવેલ કષાયો ઉપર કાબૂ મેળવી શકાય તો

જ તે સાર્થક ગણાય. તપથી ઈન્દ્રિયો અને મન ઉપર સહજપણે સંયમ પ્રાપ્ત થાય છે અને વિનય, નમ્રતા વગેરેનો ભાવ પ્રગટ થાય છે.

ઉપરના સિદ્ધાંતો પૂરેપૂરા સમજવાથી અને તેનું સમગ્રપણે પાલન કરવાથી મનુષ્યમાં સદ્ગુણો જેવા કે ક્ષમાપના, વિનય, નમ્રતા, સંતોષ, અનાસક્તિ, દાન કરવાની ભાવના વગેરેનો સંચાર થાય છે. અને ધીરે ધીરે મન નિર્મળ બનતું જાય છે. અને મોક્ષ માર્ગ તરફ પ્રયાણ કરી શકે છે.

મોક્ષ એટલે સર્વ કર્મોનો ક્ષય. સર્વ કર્મોનો ક્ષય થતાં ઉર્ધ્વગમન થવું તે આત્માનો સ્વભાવ છે. આમ થતાં આત્મા લોકના અગ્ર ભાગે પહોંચી અને અટકી જાય છે. અને ત્યાં સ્થિર થઈ જાય છે અને જન્મ મરણના ફેરામાંથી મુક્ત થઈ જાય છે. દેવો પણ દેવગતિમાંથી મોક્ષનું પરમ ધામ પામી શકતા નથી.

મોક્ષ પ્રાપ્તિ માટે સંસારનો ત્યાગ કરી સાધુ ધર્મ સ્વીકારવો અનિવાર્ય છે. જૈન દીક્ષા લે છે તેમને ઉપર દર્શાવેલ પાંચ વ્રતો પૂરેપૂરાં પાર્ણવાની પ્રતિજ્ઞા લેવાની હોય છે. આ પ્રતિજ્ઞાને મહાવ્રત કહેવાય છે. પુરુષ હોય કે સ્ત્રી હોય જે પણ જૈન દીક્ષા લે છે તે દરેક જીવનની છેલ્લી ઘડી સુધી પાંચ મહાવ્રતનું ચુસ્તપણે પાલન કરે છે. નિર્મળ જીવન જીવે છે અને આત્માને સર્વ કર્મોથી મુક્ત કરી મોક્ષમાં જવાની તીવ્ર ઇચ્છા રાખે છે. જૈન સાધુ ભગવંતને પાંચ મહાવ્રત ઉપરાંત અન્ય આચારસંહિતાનું પાલન કરવાનું હોય છે. તેઓ સિલાઈ વિનાના સફેદ કપડાં પહેરે છે. તે બુટ ચંપલ કે વાહનનો ઉપયોગ કરતા નથી. પોતાની માલિકીનું ઘર કે ધન દોલત ધરાવતા નથી. સૂર્યોદય પહેલાં અને સૂર્યાસ્ત પછી આહાર પાણી લેતા નથી. પોતે જીવનભર ઉકાળેલું પાણી પીવે છે. અને ભિક્ષા માગીને પોતાનો જીવન વ્યવહાર ચલાવે છે. તેઓ સ્વાધ્યાય, ધ્યાન, જપ, ધર્મ વાંચન અને ઉપદેશ આપવામાં રાત દિવસ વ્યસ્ત રહે છે.

દરેક માણસ માટે સંસાર ત્યાગ શક્ય નથી. માટે સંસારમાં રહીને ધર્મ પાલન કરવું તેને શ્રાવક ધર્મ કહે છે. મહાવીર પ્રભુએ શ્રાવક

માટે ૧૨ વ્રતોની આચાર સંહિતા બતાવી છે. આ ૧૨ વ્રતમાં પાંચ અણુવ્રત, ત્રણ ગુણ વ્રત અને ચાર શિક્ષાવ્રતનો સમાવેશ થાય છે. શ્રાવકે પણ અગાઉ જણાવેલ પાંચ વ્રતોનું પાલન કરવાનું છે. ગૃહસ્થ જીવનમાં રહીને આ પાંચ વ્રતોનું સંપૂર્ણ પાલન શક્ય નથી, પરંતુ મર્યાદિત પાલન કરવાનું છે. જેથી આ વ્રતને અણુવ્રત કહેવાય છે. આ વ્રતનાં ઉપકારક વ્રતો જેવાં કે દિગ્વ્રત, ભોગ ઉપભોગ પરિમાણ, અને અનર્થ દંડ, વિરમણ વ્રતોને ગુણવ્રત કહેવાય છે. ઉપરનાં આઠ વ્રતોનું પાલન કરીને શ્રાવકે સાધુ જીવનનો સતત અભ્યાસ કરવાનો છે. આ વ્રતોને શિક્ષાવ્રતો કહેવાય છે. ઉપરનાં વ્રતો અને ધાર્મિક, ક્રિયાઓનું મુખ્ય ધ્યેય સમગ્રપણે ઉપર દર્શાવેલ સિદ્ધાંતોનું પાલન કરવામાં મદદરૂપ થવા માટે છે.

આ સિદ્ધાંતો સાવ સાદા અને સરળ છે. પરંતુ તેનું સંપૂર્ણ પણે પાલન કરવું અત્યંત મુશ્કેલ છે અને સમગ્રપણે જેટલા પ્રમાણમાં આ સિદ્ધાંતોનું પાલન થઈ શકે તેટલા પ્રમાણમાં લાભ મળે છે.

આજના માનસિક તણાવના યુગમાં ચારે બાજુ સત્તા અને સંપત્તિ એકઠી કરવાની દોટ ચાલે છે. રાગ દ્વેષ, વેર-ઝેરની ભાવનાથી માનવ જીવન બદબદી રહ્યું છે, ત્યારે પ્રભુએ દર્શાવેલ ઉપરના સાદા અને સરળ સિદ્ધાંતોનું સમગ્રપણે પાલન કરવામાં આવે તો માનવ જીવનમાં મનની શાંતિ, સુખ અને સ્થિરતાનો અનુભવ થઈ શકે છે. તેમાં કોઈ શંકાને સ્થાન નથી. અને વિવાદ નથી. મનની શાંતિ માટે અત્યારે યોગ, ધ્યાન, સાધના ચિંતન, મનન વગેરેના વર્ગો ચાલે છે. પરંતુ મહાવીર પ્રભુએ દર્શાવેલ આ સિદ્ધાંતોને જો જીવનમાં સમગ્રપણે ઉતારવામાં આવે તો મનની શાંતિ જરૂરથી મળે. તે એક વત્તા એક બરાબર બે એમ ગણિતના દાખલા જેવું સત્ય છે. આ સિદ્ધાંતો સમગ્રપણે જીવનમાં ઉતારીને તેનો અમલ કર્યા પછી જ યોગ, ધ્યાન, વગેરેની સાધના કરવામાં આવે તો પુષ્કળ લાભ મળે છે. પરંતુ સિદ્ધાંતોનું પાલન કર્યા વગર ઉપરનાં કાર્યો કરવામાં આવે તો સંપૂર્ણ શાંતિ અને સંતોષ મળતાં નથી.

મહાવીર પ્રભુએ આ સિદ્ધાંતોને નીચે મુજબ કહી સંભળાવ્યા છે.

(૧) સર્વભૂત પ્રાણીની હિંસાનો આજીવન ત્યાગ. સ્થૂળ, સૂક્ષ્મ, સ્થાવર, જંગમ કોઈ પણ પ્રાણીની મન, વચન, કર્મથી હિંસાનો ત્યાગ કરવો તેમ જ કોઈના પણ મનને દુઃખ ન પહોંચે તેવો વ્યવહાર કરવો.

(૨) સર્વ પ્રકારની અસત્ય વાણીનો આજીવન ત્યાગ કરવો. ક્રોધથી, લોભથી, ભયથી, હાસ્યથી, મનથી, વાણીથી અને કાયાથી અસત્ય આચરવું નહીં.

(૩) સર્વ પ્રકારની ચોરીનો આજીવન ત્યાગ કરવો. બીજાએ આપ્યા વગરનું લઈ લેવું નહીં અને કોઈના હક્કની વસ્તુ તેમની પાસેથી જૂંટવી લેવી નહીં.

(૪) સર્વ પ્રકારના કામ, ભોગ, મૈથુનનો આજીવન ત્યાગ કરવો.

(૫) સર્વ પ્રકારના પરિગ્રહનો આજીવન ત્યાગ કરવો. જીવનની જરૂરિયાત જેમ બને તેમ ઘટાડવી અને સંપત્તિમાં આસક્તિ રાખવી નહીં.

(૬) સર્વ પ્રકાર ના માન, માયા, લોભ, મોહ, ક્રોધ, રાગ, દ્વેષ, અને અંહકારનો ત્યાગ કરવો.

ઉપરના સિદ્ધાંતો જીવનમાં સમગ્રપણે પાલન કરવામાં આવે તો મોક્ષ માર્ગ એટલે શાંતિ અને સ્થિરતાનો માર્ગ પ્રાપ્ત થાય છે. આચારંગ સૂત્રમાં મહાવીર પ્રભુએ જે ઉપદેશ આપેલો છે, તે સર્વ ઉપદેશ ઉપર જણાવેલ સિદ્ધાંતો ઉપર રચાયેલ છે. જીવનના દરેક તબક્કે આ સિદ્ધાંતોના સમગ્રપણે પાલન માટે જાગૃતિ રાખવી બહુ જરૂરી છે અને દરેક તબક્કે સિદ્ધાંતોના પાલનમાં કોઈ ક્ષતિ રહી ગઈ હોય તો તેની વિચારણા કરી પશ્ચાત્તાપ કરી ફરીથી નહીં કરવાની તકેદારી રાખવામાં આવે તો મનુષ્યને આ ભવમાં શાંતિ અને સ્થિરતા અવશ્ય પ્રાપ્ત થશે અને મોક્ષ માર્ગ તરફ પ્રયાણ થશે.

કોઈ પણ ધર્મનો અનુયાયી, વિશ્વનો કોઈપણ માનવી, કોઈપણ દેશમાં ઉપરોક્ત સિદ્ધાંતોનું સમગ્રપણે પાલન કરે તો તે જરૂરથી શાંતિ અને સ્થિરતાનો અનુભવ કરશે. આજે વિપુલ ભૌતિક સમાગ્રી વિશ્વમાં ઉપલબ્ધ થઈ છે, ત્યારે માનવી ધીરે ધીરે આધ્યાત્મિક અને



મનની શાંતિ માટે પ્રયત્નો કરતો જોવા મળે છે. આપણા દેશમાં અને વિશ્વમાં ચારે તરફ હિંસા, ભ્રષ્ટાચાર, વેરવૃત્તિ વગેરેનો પુષ્કળ ફેલાવો થયો છે, ત્યારે ઉપરના સિદ્ધાંતોને સમગ્રપણે અમલમાં મૂકવામાં આવે તો સાચા મનની શાંતિ એટલે કે આ ભવનો મોક્ષ માનવીને અવશ્ય પ્રાપ્ત થશે.

આ સિદ્ધાંતોનું સમગ્રપણે પાલન કરવામાં આવે તો જ સંપૂર્ણ ફળ મળે છે. દા. ત. તમો કંદમૂળ ન ખાતા હો, રાત્રિ ભોજન ન કરતા હો પરંતુ ક્રોધ, રાગ, દ્વેષ વગેરેને છોડી ન શકો તો પરિણામ અધૂરું આવશે. રોજના જમવામાં ચાર વસ્તુ ખાવાનો નિયમ લઈને જો તમો તમારી પાસે એકઠી થયેલ સંપત્તિમાંથી બીજા દુઃખી સાધર્મિકને મદદરૂપ ન થાવ તો આ અપરિગ્રહ અધૂરો છે. ધર્મની કોઈપણ પ્રકારની ક્રિયા જેવી કે દેવ દર્શન, પૂજા, વિવિધ પ્રકારનાં પૂજનો, પ્રતિક્રમણ, પૌષ્ઠ વગેરે કાર્યો દરમ્યાન ઉપરના સિદ્ધાંતોના સમગ્રપણે પાલન માટેની તીવ્ર ભાવના મનમાં સતત રાખવાથી સુંદર પરિણામ આવે છે.

આ સિદ્ધાંતોનું પાલન કરવા માટે પ્રભુએ આવશ્યક ક્રિયાનો ઉપદેશ આપેલ છે. સામાયિક કરવાથી જીવનમાં સમતાભાવ ઉત્પન્ન થાય છે. અને પાપજનક પ્રવૃત્તિમાંથી મનુષ્ય નિવૃત્ત બને છે. ચતુર્વિંશતી સ્તવનનો ઉદ્દેશ પ્રભુના ગુણો જીવનમાં ઉતારવા માટેનો પ્રયત્ન છે. ગુરુવંદનથી જીવનમાં વિનયની પ્રાપ્તિ થાય છે, અને અહંકારનો નાશ થાય છે.

ઉપર દર્શાવેલ સિદ્ધાંતોનું પાલન બરોબર કરવા માટે સતત જાગૃતિ રાખવાની જરૂર છે અને રોજ સવારે અને સાંજે આ સિદ્ધાંતોનું પાલન કરવામાં કાંઈ ભૂલ થઈ છે કે નહીં તેની સમીક્ષા કરવા માટે પ્રભુએ પ્રતિક્રમણ કરવાનો ઉપદેશ આપેલ છે. પ્રતિક્રમણ કરી કરેલ ભૂલોનો પ્રશ્નાત્તાપ કરી ફરીથી આવી ભૂલ નહીં કરવાનો નિર્ણય કરવાનો હોય છે. કાઉસગ્ગ કરવાથી મન એકાગ્ર બને છે અને આત્માના સાચા સ્વરૂપનો વિચાર કરવાનો સમય મળે છે. પ્રત્યાખાન કરવાથી સંયમની આરાધના થાય છે.

પ્રભુએ ઉપદેશ આપેલ આવશ્યક ક્રિયાઓ ઉપરાંત દરેક ધર્મ ક્રિયાઓ આચારોનું પાલન વગેરે પ્રભુએ દર્શાવેલ સિદ્ધાંતોનું પાલન કરવામાં મદદરૂપ થવા માટે છે. મોક્ષમાર્ગ તરફ પ્રયાણ કરવા અને મનની સાચી શાન્તિ પ્રાપ્ત કરવા પ્રભુએ ઉપર મુજબ આદર્શ અને સાવ સરળ ફોર્મ્યુલા બતાવેલ છે.

## છ આવશ્યક

વૈદિક સમાજમાં સંધ્યાનું, પારસીઓમાં ખોરદેહઅવસ્તા નું કિશ્ચિયનોમાં પ્રાર્થનાનું અને મુસલમાનોમાં નમાજનું જેવું મહત્વ છે એવું જ મહત્વ જૈન ધર્મમાં છ આવશ્યકનું છે.

સાધુ ભગવંતોને તો સવાર સાંજ બન્ને વખત છ આવશ્યક અનિવાર્ય રીતે કરવા પડે છે. શાસ્ત્રની એવી આજ્ઞા છે કે છ આવશ્યક અચૂક નિયમ પૂર્વક કરે નહીંતર તેમને સાધુ પદના અધિકારી જ ન લેખી શકાય.

શ્રાવકો પણ આ ક્રિયાઓ પોતાની મરજીથી કરે છે. ઘણા શ્રાવકો રોજ આ ક્રિયા ના કરતા હોય. પરંતુ અઠવાડિયે કે પખવાડિયે, ચાર મહીને છેવટે પર્યુષણમાં તો અવશ્ય આ ક્રિયા કરે છે.

છ આવશ્યક એટલે અચૂક કરવા યોગ્ય કર્તવ્ય કે આરાધના આત્મ શુદ્ધિ માટે અચૂક કરવા યોગ્ય ક્રિયાને આવશ્યક કહેવાય છે. મોક્ષ માર્ગ પર પ્રયાણ કરવા માટે પ્રભુએ જે સિદ્ધાંતોનું પાલન કરવા ઉપદેશ આપેલ છે. તે ક્રિયામાં મદદરૂપ થવા પ્રભુએ આવશ્યક ક્રિયા કરવાનો ઉપદેશ આપેલ છે. આ આવશ્યક ક્રિયાઓ કરવાથી મનમાં શ્રદ્ધા, નિર્મળતા અને સમતાભાવ, ઉત્પન્ન થાય છે. જેનાથી પ્રભુએ દર્શાવેલ સિદ્ધાંતોનું પાલન કરવામાં સરળતા રહે છે. આ ક્રિયાના છ પ્રકાર છે.

(૧) સામાયિક (૨) ચતુર્વિશતી સ્તવન (૩) વંદન (૪) પ્રતિક્રમણ (૫) કાયોત્સર્ગ (૬) પ્રત્યાખ્યાન

### સામાયિક

આ બહુ જ અનેરું વ્રત છે. રાગ અને દ્વેષને તાબે ન થતાં સમભાવમાં રહેવું અર્થાત બધા સાથે આત્મતુલ્ય વ્યવહાર કરવો એ સામાયિક કહેવાય છે. સમ એટલે રાગદ્વેષ રહિત મધ્યસ્થ પરિણામ. આય એટલે સમભાવથી ઉત્પન્ન થતો મોક્ષ માર્ગનો લાભ અને ઈ

એટલે ભાવ. સામાયિક એટલે જે વડે કરીને મોક્ષના માર્ગનો લાભદાયક ભાવ ઊપજે તે સામાયિક, સાચો શ્રાવક મન, વચન કાયાના પાપ ભાવને રોકી સામાયિક કરે છે.

મન બહુ ચંચળ છે. ભૂત, વર્તમાન અને ભવિષ્યના સ્વપ્નમાં રાગ્યા કરે છે. તેને સ્થિર કરવું તે બહુ જ દુર્લભ છે. આ સંસારના મોહ, માયા, રાગ, દ્વેષ, કામ, ક્રોધ વગેરે કષાયોનો ત્યાગ કરી મનને મોક્ષ તરફ વાળવાનો આ આદર્શ પ્રયોગ છે. આ બે ઘડી માટે આ સંસારનાં સર્વ સુખ, દુઃખોમાંથી મનને મુક્ત કરી પરમાત્માના ધ્યાનમાં મનને ઉતારવું એ સામાયિકનું ધ્યેય છે. સામાયિક દરમ્યાન સમભાવ કેળવવાનો છે. શત્રુ અને મિત્ર પ્રત્યે, દરેક જીવ પ્રત્યે સુખ અને દુઃખમાં સમભાવ રાખવા ધ્યાન કરવું એ સામાયિક નો ઉદ્દેશ છે.

સામાયિક દરમ્યાન મનને સ્થિર કરવાનું છે અને પરમાત્મામાં લીન થવાનું છે. આ સંસારના સર્વ પ્રકારનાં રાગ, દ્વેષ, મોહ માયા વગેરેમાંથી મુક્ત થઈને પરમાત્મામાં લીન થઈ મોક્ષ માર્ગ તરફ પ્રયાણ કરવાનો આ પ્રયોગ છે.

વૈજ્ઞાનિક પ્રગતિ થવાથી અનેક ભૌતિક સુખ સુવિધાઓ ઊભી થઈ છે. જેના કારણે માનવ અનેક દુઃખોનો શિકાર બન્યો છે. ખાસ તો માનસિક રોગોએ માઝા મૂકી છે. આવી પરિસ્થિતિમાં ધર્મ એક શરણરૂપ છે. અનેક સમસ્યામાં સમાધાન રૂપે સામાયિકની ભાવના છે. વિધિપૂર્વક સામાયિક કરવાથી સમત્વની પ્રાપ્તિ થાય છે. સામાયિક એ ૪૮ મિનિટ સુધી આત્માને પોતાનાં ઘરમાં લાવી સ્થિર કરવો અને એ સમય સુધી સંસારની આ જાળમાંથી મુક્તિ તેમ જ કોઈપણ પ્રકારનું પાપ કર્યા વગર સાધુ થઈને રહેવાનો પ્રયોગ છે.

સામાયિક ભાવના ઉપર એક નાની પુસ્તિકા ટ્રસ્ટ દ્વારા તૈયાર કરવામાં આવેલ છે. આ પુસ્તિકામાં સામાયિક દરમ્યાન પ્રભુને કરવાની સ્તુતિ મૂકવામાં આવેલ છે જે એકચિત્તે વાંચવાથી ઘણો લાભ થાય છે.

## ચતુર્વિંશતી સ્તવન

ચોવીસ તીર્થકરોના નામ, જપ, સ્તુતિ કરવાની ક્રિયાને જિન ભક્તિ અર્થાત્ પરમાત્માની ભક્તિ કહેવાય છે.

સંસારમાં દરેક મનુષ્ય કોઈને કોઈ ભગવાનનાં દર્શન અને સ્તુતિ કરે છે. ભગવાનની સ્તુતિ મનની સ્થિરતા અને શાન્તિ માટે કરવામાં આવે છે. આપણો આત્મા અનંત કર્મોથી ઘેરાયેલ છે. અજ્ઞાન, મોહ, માયા, રાગ, દ્વેષ, વગેરેથી અંધ બનેલ છે. તેમાંથી મુક્તિ માટે ખૂબજ પુરુષાર્થ ની જરૂર છે. સર્વે કર્મોનો કાય કરી અનંત વૈરાગ્ય, તપ, જ્ઞાન અને દર્શનથી કેવળ જ્ઞાન પામેલ જિનેશ્વરના ગુણોનું ચિંતન કરવાથી મોક્ષ માર્ગ સરળ બને છે.

જિનેશ્વરની મૂર્તિના દર્શનથી આપણને આપણા આત્માના દર્શન થવાં જોઈએ. પરમાત્માના સ્મરણથી તેઓ જે મહાન તપ, વૈરાગ્ય, જ્ઞાન અને ધ્યાનથી કેવળજ્ઞાન પામ્યા છે તે આપણે યાદ કરવાનું છે. આપણે પણ તેઓના જેવી આકરી તપસ્યા શરૂ કરી આપણા જીવનમાં તેમના જેવી ઉત્તમ ભાવના ઉત્પન્ન થાય એવા પ્રયત્નશીલ બનવાની સ્તુતિ કરવાની છે. પ્રભુએ જે ધર્મનાં પાંચ મહાવ્રતનું પાલન અને કષાયોનો ત્યાગ એ માર્ગ બતાવેલ છે તે માર્ગ પર રહેવા સતત જાગૃતિ માટે પ્રભુ ભક્તિ કરવાની છે.

સવાર સાંજ દેરાસરમાં પ્રભુના દર્શન કરી પછી સંસારની આંટી ઘૂંટી છળકપટ રાગ દ્વેષમાં પડી જઈએ તો એવા દર્શનનો કાઈ અર્થ નથી. પરંતુ પરમાત્માના દર્શન કરતી વખતે તેમનું દૃષ્ટાંત આપણી સામે રાખીને તેમના જેવા ગુણોનો સંચાર આપણામાં થાય એવી પ્રાર્થના કરવાની છે.

ભક્તિ એટલે પ્રભુનું ભજન કરવું, પ્રભુનું સ્મરણ કરવું. સાચો ભક્ત, પ્રેમ, પ્રીતિવાળો અને નિષ્ઠાવાળો હોય છે. પરમાત્માના અનંત ગુણોની ભાવનાઓનો ખ્યાલ તેમની ભક્તિ કરતાં આપણે કરવાનો છે. અને ભગવાનનાં દર્શન અને પૂજા કરતી વખતે એવો ભાવ મનમાં રાખવાનો હોય છે.

ભગવાનની પૂજા અષ્ટ પ્રકારથી તેમ જ ઘણા પ્રકારથી થાય છે. સર્વે પૂજાનું ધ્યેય આપણા ચિત્તની શુદ્ધિ કરવી તે જ છે. અષ્ટ પ્રકારની પૂજા કરતી વખતે મનમાં વિવિધ પ્રકારના શુદ્ધ ભાવ રાખવાના હોય છે. ભગવાનને શુદ્ધ જલથી પક્ષાલ કરીએ ત્યારે આત્માની મલિનતા ધોવાય તેવી ભાવના કરવાની છે. ચંદન ચડાવતી વખતે સંસારના સૌ તાપની શાન્તિ થાય અને શીતળતા પ્રગટે તેવી ભાવના કરવાની છે. ભગવાનને અક્ષત પૂજા કરતી વખતે મોક્ષપદ (અક્ષય)ની પ્રાપ્તિ કરવાની ભાવના રાખવાની છે. ભગવાનની ફૂલ પૂજા કરતી વખતે કામ અને અન્ય વિકારોનો નાશ કરવાની ભાવના રાખવાની છે. ભગવાનની દિપકથી પૂજા કરતી વખતે મોહ માયા વગેરે અહંકારનો નાશ કરવાની ભાવના મનમાં રાખવાની છે. ભગવાનની ધૂપ પૂજા કરતી વખતે કર્મોનો નાશ કરવાની ભાવના કરવાની છે. ફળથી પૂજા કરતી વખતે ઉત્તમ ફળ-મોક્ષ પ્રાપ્ત કરવાની ભાવના રાખવાની છે.

ભગવાનના દર્શન કરતી વખતે પ્રભુએ દર્શાવેલ પાંચ મહાવ્રતનું પાલન અને કંષાયોનો ત્યાગ એ સિદ્ધાંતોનું આપણા જીવનમાં જેમ બને તેમ વધારે પાલન થાય એવી પ્રાર્થના કરવાની છે. જીવ માત્ર માટે સમભાવ, ક્ષમા, પ્રેમની લાગણી થાય એ ભાવથી પ્રભુની ભક્તિ કરવાની છે.

### વંદન

પૂજ્ય સાધુભગવંત, સાધ્વીજી આદિ ગુરુજનોનો વિધિપૂર્વક વિનય કરવો તેમનું બહુમાન કરવું, ઉલ્લસિત હૈયે તેમને વંદન કરવું, એ આવશ્યક ક્રિયા છે. આત્મ સાધનામાં સહાયક ચીજ વસ્તુઓ આપવી વસ્ત્ર-પાત્ર આહાર પાણી આદિ આપીને તેમની ભક્તિ કરવી અને સેવા સુશ્રુષા કરવી, તેમ જ તેમની પાસેથી ધર્મોપદેશ સાંભળવો અને આત્મસાધના માટે માર્ગદર્શન મેળવવું, એ આ ક્રિયાના ભાગ રૂપે છે.

દેવ અને ધર્મ તત્ત્વની જેમ જૈન શાસનમાં ગુરુત્વની પણ ખૂબ જ મહત્તા છે. દેવને ઓળખનાર અને ધર્મને સમજાવનાર આ જગતમાં

એક માત્ર ગુરુ જ છે. આપણું મિથ્યાત્વ મિટાવી આપણામાં સમ્યક્ત્વનું બીજ રોપનાર ગુરુના ઉપકારનો બદલો આપણે કોઈ દિવસ વાળી શકવાના નથી.

મંદિરમાં વિરાજમાન દેવાધિદેવ તીર્થંકર પરમાત્મા જે રાગદ્વેષથી રહિત છે અને આપણી કાંઈ ભૂલ થતી હોય તો સામેથી આપણને બોલાવી ઉપદેશ આપવાના નથી. જ્યારે ગુરુદેવ તો પળે પળે આપણી ભૂલ સુધારવા પ્રયત્ન કરે છે. ગુરુની આજ્ઞા વગર શાસ્ત્રો વાંચવાનો પણ આપણને અધિકાર નથી. કુમાર્ગે જતાં આપણને અટકાવી સાચું શું છે તે જ્ઞાન ગુરુ વગર મળી શકે નહીં. આવા સુયોગ્ય ગુરુને તેમ જ અન્ય સાધુ ભગવંતોને વંદન કરવું અને તેમની યથાસેવા કરવી એ બહુ જ આવશ્યક ક્રિયા છે.

ગુરુ વંદનથી જીવનમાં નમ્રતા આવે છે અને અહંકારનો નાશ થાય છે. તેનાથી પ્રભુએ દર્શાવેલ સિદ્ધાંતોના પાલનમાં બહુ જ મદદ થાય છે.

### પ્રતિક્રમણ

પ્રભુએ દર્શાવેલ ધર્મના સિદ્ધાંતોનું પાલન નાં કર્યું હોય તો તેનો પશ્ચાત્તાપ કરી આ સિદ્ધાંતોનું પાલન કરવાની પ્રતિજ્ઞા કરવી તેને પ્રતિક્રમણ કહે છે. દિવસ કે રાત દરમિયાન જાણતાં કે અજાણતાં જે ભૂલો થઈ હોય, પાપનું સેવન થયું હોય તેની નિંદા આલોચના કરવી અને ફરીથી આવી ભૂલ નહીં કરવાનો નિશ્ચય કરવો તે પ્રતિક્રમણ છે. સવારમાં કરાતા પ્રતિક્રમણને રાઈ પ્રતિક્રમણ, સાંજે કરાતા પ્રતિક્રમણને દેવસિક પ્રતિક્રમણ, ચાર મહીને કરાતા પ્રતિક્રમણને ચોમાસી પ્રતિક્રમણ અને દર વરસે સંવતસરીના દિવસે કરાતા પ્રતિક્રમણને સંવત્સરી પ્રતિક્રમણ કહે છે.

પ્રભુએ દર્શાવેલ સિદ્ધાંતોનું પાલન કરવાથી પુણ્ય બંધાય છે. વિરુદ્ધ વર્તન કરવાથી પાપ બંધાય છે.

અહિંસા, સત્ય, અયૌર્ય, બ્રહ્મચર્ય, અને અપરિગ્રહ આ સિદ્ધાંતોનું પાલન કરવાથી પુણ્ય બંધાય છે. અને આ સિદ્ધાંતોની વિરુદ્ધ વર્તન

કરવાથી પાપ બંધાય છે. આ સિવાય ક્રોધ, માન, માયા, લોભ અને રાગ-દ્વેષ નો ત્યાગ કરવાથી પુણ્ય બંધાય છે. અને તેના વિરુદ્ધ વર્તન કરવાથી પાપ બંધાય છે. ઉપરનાં સિદ્ધાંતોના પાલનમાં ક્ષતિ ના થાય એ માટે સતત જાગૃત રહેવું બહુ જ જરૂરી છે. અને રોજ સાંજે અને સવારે આ સિદ્ધાંતોના પાલનમાં જે કાંઈ ક્ષતિ થતી હોય, થઈ હોય તે માટે પશ્ચાત્તાપ કરી ફરીથી આ ભૂલો નહીં કરવાની પ્રતિજ્ઞા લેવાની ક્રિયાને પ્રતિક્રમણ કહેવામાં આવે છે.

પ્રતિક્રમણમાં છએ આવશ્યક ક્રિયાનો સમાવેશ થઈ જાય છે. સૌ પ્રથમ સમભાવ કેળવવા માટે સામાયિકથી શરૂઆત કરવાની છે. ત્યાર પછી પ્રભુને તથા ગુરુને વંદન કરી પ્રભુએ દર્શાવેલ સિદ્ધાંતોના પાલનમાં જે કાંઈ ભૂલો થઈ હોય તેની ક્ષમા માંગવાની છે. અને ત્યાર બાદ કાઉસગ્ગ એટલે ધ્યાન કરવાનું છે અને છેલ્લે દ્રવ્ય અને ભાવ એ બન્ને વસ્તુઓનો ત્યાગ કરવા પ્રભાવના એટલે પરચ્ચક્રમણ કરવાના છે.

પ્રતિક્રમણ એટલે પાછા ફરવું અને પ્રભુએ દર્શાવેલ સિદ્ધાંતોના પાલન માટે સતત જાગૃતિ રાખવી પ્રતિક્રમણ કરવાનો ઉદ્દેશ પહેલાના દોષોને દૂર કરવાનો અને ફરી એવા દોષો ના થઈ જાય તે માટે આત્માને સાવધાન કરી દેવાનો છે.

### કાર્યોત્સર્ગ

ધર્મ અથવા શુકલ ધ્યાન માટે એકાગ્ર થઈને શરીર પરની મમતાનો ત્યાગ કરવો તે કાર્યોત્સર્ગ - કાઉસગ્ગ કહેવાય છે.

કાઉસગ્ગથી દેહ અને બુદ્ધિની જડતા અને વિષમતા દૂર થાય છે, અને બુદ્ધિની મંદતા દૂર થવાથી વિચાર શક્તિનો વિકાસ થાય છે. કાર્યોત્સર્ગથી સુખ અને દુઃખ એટલે કે અનુકૂળ અને પ્રતિકૂળ બન્ને પ્રકારનાં સંયોગોમાં સમભાવ રાખવાની શક્તિ પ્રગટે છે. ભાવના અને ધ્યાનનો આ અભ્યાસ કાર્યોત્સર્ગથી પરિપુષ્ટ થાય છે. આતિયારનું ચિંતન પણ કાઉસગ્ગમાં સારી રીતે થઈ શકે છે. કાર્યોત્સર્ગથી શરીર અને ચૈતન્યના અલગપણાનો સ્પષ્ટ અનુભવ થાય



છે. કાયોત્સર્ગ એ આત્મા સુધી પહોંચવાનું દ્વાર છે. ભાવપૂર્વક કરેલ કાઉસગ્ગથી આપણી ચેતનાનું તીર્થકર અને સિદ્ધ પરમાત્માઓની ચેતના સાથે અનુસંધાન થાય છે.

### પ્રત્યાખ્યાન

ત્યાગ કરવાની ભાવનાને પ્રત્યાખ્યાન-પચ્ચખાણ કહે છે. પચ્ચખાણ એટલે પ્રતિજ્ઞા દ્વારા જીવનને સંયમિત બનાવવું. જીવનને સંયમિત બનાવવા માટે બે જાતની વસ્તુઓનો ત્યાગ કરવાનો હોય છે: દ્રવ્ય અને ભાવ. અન્ન, વસ્ત્ર વગેરે બાહ્ય વસ્તુઓ દ્રવ્યરૂપ છે અને અજ્ઞાન અસંયમ, વગેરે ભાવરૂપ છે. સંયમ અને તપ એ બન્નેનો સંગમ થાય એ જ સાચો મોક્ષ માર્ગ છે. અને તે માટે પ્રત્યાખ્યાન બહુ જ જરૂરી છે. બાહ્ય તપ જેવાં કે ઉપવાસ, એકાસણું, આયંબીલ, વગેરેનો પ્રયોગ સમજણપૂર્વક અને પ્રભુએ દર્શાવેલ સિદ્ધાંતોના પાલન માટે સાધનરૂપ હોવા જોઈએ. શારીરિક તપ કર્યા પછી જો ક્રોધ, રાગ દ્વેષનો ત્યાગ ના થાય તો તે તપની કોઈ કિંમત નથી. અન્ન, વસ્ત્ર, વગેરે બાહ્ય વસ્તુઓનો ત્યાગ, સમજણપૂર્વક અને મનની દરેક વૃત્તિઓ પર સંયમ પ્રાપ્ત કરવાના હેતુથી થવો જોઈએ. જો પચ્ચખાણ, શ્રદ્ધા, જ્ઞાન, વિનય પૂર્વક અને ભાવપૂર્વક કરવામાં આવે તો તે શુદ્ધ પચ્ચખાણ છે.

પ્રભુએ દર્શાવેલ સિદ્ધાંતોનું પાલન નહીં કરવાથી જે પાપ કર્મ બંધાય છે તેનું પ્રાયશ્ચિત્ત પ્રતિક્રમણથી થાય છે. પરંતુ પછી એ કર્મો ફરીથી ન બંધાય તે માટે પ્રતિજ્ઞા અર્થાત્ પ્રત્યાખ્યાન કરવાનું જરૂરી છે. નહીંતર પ્રતિક્રમણનો પણ અર્થ સરતો નથી.

આવશ્યક ક્રિયા આત્માના વિકાસને અનુલક્ષીને જ પ્રભુએ સૂચવેલ છે. મોક્ષ અને મોક્ષમાર્ગની પ્રાપ્તિ તેમ જ મનની સ્થિરતા પામવા માટે આ આવશ્યક ક્રિયાઓ સચોટ સાધન છે. આ સ્થિરતા પ્રાપ્ત કરવા પ્રભુએ જે સિદ્ધાંતોનું પાલન કરવાનું દર્શાવેલ છે એ સિદ્ધાંતોનું પાલન કરવામાં આ ક્રિયાઓ બહુ જ મદદ કરે છે. સામાયિક કરવાથી જીવનમાં સમભાવની ભાવનાનો સંચાર થાય છે. તેનું ફળ પાપજનક પ્રવૃત્તિની નિવૃત્તિ છે.

ચતુર્વિંશતી સ્તવનોનો ઉદ્દેશ પ્રભુના ગુણો જીવનમાં ઉતારવાનો પ્રયત્ન છે. ગુરુવંદનથી જીવનમાં વિનયની પ્રાપ્તિ થાય છે. અહંકારનો નાશ થાય છે. ગુરુજનોની પૂજા અને ભક્તિ થાય છે. તિર્થંકરોની આજ્ઞાનું પાલન થાય છે અને ધર્મની આરાધના થાય છે અને શાસ્ત્ર શ્રવણનો લાભ મળે છે.

આત્મા પૂર્ણ શુદ્ધ અને બળવાન છે. પરંતુ જુદી જુદી વાસનાઓના પ્રવાહમાં પડવાને લીધે એ દોષોનાં અનેક પડો નીચે દબાઈ જાય છે. અને જ્યારે ઊંચે ચડવાનો પ્રયત્ન કરે છે. ત્યારે ભૂલો થઈ જવી સ્વાભાવિક છે અને જ્યાં સુધી એ ભૂલોનું પ્રાયશ્ચિત્ત ના કરે ત્યાં સુધી ઈષ્ટ સિદ્ધિ ના મળી શકે. માટે સતત જાગૃત રહીને થયેલ ભૂલોનો એકરાર કરી ફરીથી એ ભૂલો નહીં કરવાનો પ્રતિક્રમણનો ઉદ્દેશ છે.

કાઉસગ્ગથી મન એકાગ્ર થાય છે. અને આત્માને પોતાના સ્વરૂપનો વિચાર કરવાનો સમય મળે છે. દુનિયામાં જેટલો બધો ભોગો છે તે બધો ભોગવી શકાતા નથી. અને મનની ખરી શાન્તિ પાર વગરના ભોગો ભોગવીએ તો પણ મળતી નથી. પ્રત્યાખાનથી આપણે આવા નિરર્થક ભોગવિલાસમાંથી આપણી જાતને ઉગારી લઈએ છીએ અને શાશ્વત શાન્તિ માટે પ્રસ્થાન કરીએ છીએ.

ઉપર મુજબ આવશ્યક ક્રિયાઓ પ્રભુએ દર્શાવેલ સિદ્ધાંતો ના પાલન માટે બહુ જ ઉપયોગી છે અને આ ક્રિયા મારફત આ સિદ્ધાંતોનું પાલન કરી મોક્ષમાર્ગ તરફ પ્રયાણ કરી શકાય છે.

## સાધર્મિક ભક્તિ અભિયાન

આચારાંગ સૂત્રના બીજા અધ્યાયના સૂત્રમાં કહેવામાં આવ્યું છે કે જેવી રીતે તમો પોતાના દુઃખનો અનુભવ કરો છો, એવી રીતે બીજાના દુઃખનો અનુભવ કરો અને બીજાને તેના દુઃખમાં રાહત થાય તેવા પ્રયત્ન કરો.

આપણી આજુબાજુ દુઃખી અને નબળી આર્થિક પરિસ્થિતિવાળા અનેક સાધર્મિક ભાઈઓને જોઈએ છીએ. આ દુઃખી ભાઈઓનું દુઃખ હળવા કરવા તેમને શક્ય તેટલી મદદ કરવાનો પ્રયત્ન કરવો તે સાધર્મિક ભક્તિ છે. આવા સાધર્મિક ભાઈઓને મદદ રૂપ થવા માટે શ્રીમતી મરઘાબેન ચીમનલાલ વકીલ ચેરીટેબલ ટ્રસ્ટ તરફથી સાધર્મિક ભક્તિ અભિયાન શરૂ કરવામાં આવેલ છે.

### અભિયાનની વિગત અને કુટુંબની પસંદગી :-

૧. અમદાવાદના વિવિધ વિસ્તારના દેરાસરમાં સાધર્મિક ભક્તિ અભિયાન અંગેનું બોર્ડ મૂકવામાં આવે છે. નક્કી કરેલી વિગતોવાળા ફોર્મમાં જરૂરિયાતવાળા કુટુંબો ની વિગત મંગાવવામાં આવે છે.
૨. આ ફોર્મની યોગ્ય ચકાસણી ટ્રસ્ટ પોતાના કર્મચારી દ્વારા કરાવે છે, અને વિધવા બહેનોને પ્રથમ પસંદગી, માસિક ૧૦૦૦ થી વધુ ઓછી આવક વાળાને બીજા અને ૧૫૦૦ થી ઓછી આવકવાળાને ત્રીજા પસંદગી આપી યાદી બનાવવામાં આવે છે.

જે સાધર્મિક કુટુંબોને પસંદ કરવામાં આવ્યા હોય છે તે કુટુંબોને વાર્ષિક રૂપિયા ૧૦૦૦-૦૦ ની મર્યાદામાં રહીને અનાજ મોકલી ભક્તિ કરવામાં આવે છે.

### સાધર્મિક બંધુઓની ભક્તિ માટે નાણાંનું આયોજન :-

શ્રીમતી મરઘાબેન ચીમનલાલ વકીલ ચેરીટેબલ ટ્રસ્ટ પોતાના ફંડ માંથી દર વર્ષે રૂ. એક લાખના ખર્ચે એકસો કુટુંબની ભક્તિ કરે છે. આ ઉપરાંત શ્રી અનિલભાઈ બકેરી તથા રૂબી ઈન્ડસ્ટ્રીઝ વાળા ધીરુભાઈ કપાસી પરિવાર તથા શ્રી હસમુખલાલ કસ્તુરચંદ શાહ ચે. ટ્રસ્ટ તરફથી ૫૦ કુટુંબને ભેટ મોકલવાનું નક્કી કરવામાં આવેલ છે. બાકી મિત્રો અને અન્ય સુખી શ્રાવક કુટુંબો તરફથી એક થી દસ કુટુંબ અપનાવી ૪૦૦ કુટુંબની ભક્તિ કરવામાં આવી છે.

આ અભિયાનમાં કુલ એક હજાર કુટુંબની ભક્તિ કરવાનું આયોજન છે.

### રોજગાર માર્ગદર્શન કેન્દ્ર :-

અનાજની મદદ ઉપરાંત કાયમી ધોરણે મદદ થાય એ ઉદ્દેશ થી ટ્રસ્ટ તરફથી શ્રી નાકોડા પાર્શ્વનાથ રોજગાર માર્ગદર્શન કેન્દ્ર શરૂ કરવામાં આવેલ છે. સમગ્ર જૈન કુટુંબોના સભ્યને જેમને રોજગારી ની જરૂરીયાત હોય તેઓએ ટ્રસ્ટની કચેરીમાંથી રજીસ્ટ્રેશન ફોર્મ મેળવી રજીસ્ટ્રેશન કરાવવું. જેથી તેમને રોજગારી મેળવવા કેન્દ્ર મદદ કરશે.

### સાધર્મિક ભક્તિની આવશ્યકતા :-

અમદાવાદ શહેરમાં જરૂરીયાત વાળા આશરે ૨૦૦૦ કુટુંબો એવા છે કે જેના બાળકો બે વખત પુરતું ભોજન લઈ શકતા નથી. અનાજ ભરવા માટે તેમની પાસે સાધનો પણ હોતા નથી. ક્યારેક નાની ઉંમરમાં જ પતિનું મૃત્યુ થયું હોવાથી માતા માટે બાળકોને ઉછેરવાની જવાબદારી ઘણી મુશ્કેલી વાળી બની જાય છે.

સમગ્ર જૈન સમાજે આ દિશામાં વિચારવાની ખાસ જરૂરિયાત છે. શહેરના સુખી ૫૦૦ જૈન કુટુંબો જો દર વર્ષે રૂા. બે હજાર આપી બે કુટુંબોને અપનાવે તો હજાર કુટુંબોને સહેલાઈ થી રાહત આપી શકાય.

### અભિયાનની વિશિષ્ટતા :-

વર્ષે રૂા. એક હજાર આપી એક કુટુંબને અપનાવી આપ અભિયાનના દાતા સભ્ય બની શકો છો.

આપે આપેલ રકમનો પ્રમાણિક પણે વહીવટ કરવામાં આવશે અને વર્ષના અંતે સઘળો હિસાબ મોકલવામાં આવશે.

આપ જે રકમ આપશો તે રકમનું પુરેપુરું અનાજ સાધર્મિક ભાઈને મોકલી આપવામાં આવશે. તેમાંથી વહીવટી કોઈ ખર્ચ કરવામાં આવશે નહીં.

આપે આપેલ રકમમાંથી જે તે સાધર્મિક કુટુંબ ની ભક્તિ તમારા તરફથી કરવામાં આવશે અને કુટુંબનું નામ તથા અનાજ મળ્યાની પહોંચ આપને મોકલી આપવામાં આવશે.

જે ભાગ્યશાળીને સાધર્મિક ભક્તિ કરવાની ભાવના થાય તેમને આ સાથેનું ફોર્મ ભરી મોકલી આપવા વિનંતી છે. અથવા નીચે દર્શાવેલ સ્થળે સંપર્ક કરવા વિનંતી છે.

### શ્રીમતી મરઘાબેન ચીમનલાલ વકીલ ચેરિટેબલ ટ્રસ્ટ

અભિવૃદ્ધિ, ગ્રાઉન્ડ ફ્લોર, અજંટા કોમર્શિયલ સેન્ટર પાછળ, આશ્રમ રોડ, અમદાવાદ-૧૪. ફોન : ૭૫૪૦૫૦૮, ૬૪૨૩૩૮૦

## સાધર્મિક ભક્તિ અભિયાન

દાતા સભ્યનું નામ : \_\_\_\_\_

રહેઠાણનું સરનામું : \_\_\_\_\_

ઓફિસનું સરનામું : \_\_\_\_\_

ટેલીફોન નંબર રહેણાંક : \_\_\_\_\_

ટેલીફોન નંબર ઓફિસ : \_\_\_\_\_

હું અભિયાનના દાતા સભ્ય બનવાની ભાવના રાખું છું.

અને વાર્ષિક રૂા. \_\_\_\_\_ અંકે

રૂા. \_\_\_\_\_

સાધર્મિક સેવા માટે આપવા સંમતિ આપું છું. ચાલુ વર્ષ માટે

રૂા. \_\_\_\_\_ નો ચેક આ સાથે મોકલી આપું છું.

દાતા સભ્યની સહી

**પ્રતિ, શ્રીમતી મરઘાબેન ચીમનલાલ વકીલ ચેરીટેબલ ટ્રસ્ટ**

અભિવૃદ્ધિ, ગ્રાઉન્ડ ફ્લોર, અજંટા કોમર્શિયલ સેન્ટર પાછળ,

આશ્રમ રોડ, અમદાવાદ-૧૪. ફોન : ૭૫૪૦૫૦૯, ૬૪૨૩૩૮૦

Income-Tax Exemption No. HQ III/3-144/78 U/S 80-G of the Income-Tax Act. 1961

Registration No. E 3378 dt. 7-12-19788

## તૃષ્ણા

તૃષ્ણા મૃત્યુ કરતાં પણ બળવાન છે. જગતની કોઈ પણ વસ્તુને તપાસીએ તો સમય જતાં આકર્ષકમાં આકર્ષક વસ્તુ અનાકર્ષક બની જાય છે. વસંત પાછળ પાનખર છે. યુવાની પાછળ વૃધ્ધાવસ્થા છે. જન્મ પાછળ મરણ છે. શરીર પાછળ રાખ છે. વસ્ત્ર પાછળ ચીથરાં છે. વાસણ પાછળ ભંગાર છે. પરંતુ આશ્ચર્યની વાત એ છે કે નિત્ય યુવાન દેખાતી તૃષ્ણાને સમય કાંઈ કરી શકતો નથી.

તૃષ્ણા ડાકણ સમાન છે. પરંતુ એનું રૂપ આકર્ષક છે. તૃષ્ણા આગ છે. પરંતુ એનું સ્વરૂપ મોહક છે. એ ઝેર છે પરંતુ પ્રારંભિક સ્વાદ મીઠો છે અને આ જ કારણથી અગણિત દુઃખો, જાલિમ ઝઘડા, અને દુર્ગતિની કારણભૂત એવી તૃષ્ણાને આપણે છોડી શકતા નથી. તૃષ્ણા છોડવી દુષ્કર છે. અપૂર્ણ રહેવાનો એનો સ્વભાવ છે.

સર્પના ડંખીલા સ્વભાવને સમજીને જેમ સર્પથી દૂર રહીને આપણે આપણી જાતને બચાવી લઈએ છીએ તેમ અપૂર્ણ રહેવાના તૃષ્ણાના સ્વભાવને સમજીને તૃષ્ણાથી દૂર રહીને આપણી જાતને આપણે બચાવી લેવાની જરૂર છે.

જીવનમાં જે મળ્યું છે તેનો સંતોષ રાખી તૃષ્ણા પર કાબૂ મેળવવામાં આવે તો જીવનમાં એક નવી તાજગીનો અનુભવ થાય છે અને સાથે સાથે જે મળ્યું છે તે પરમાત્માની મહેરબાનીથી પામેલ છે અને તેમાં તેના સર્વે સંતાનોનો હક્ક છે એ ભાવના કેળવીએ તો જીવનમાં શાશ્વત આનંદનો અનુભવ થાય.



## સાચો શ્રાવક

“સાચો શ્રાવક તેને રે કહીએ,  
જે સત્ય, અહિંસામાં માને રે.  
બ્રહ્મચર્ય અને અપરિગ્રહના સિદ્ધાંતો,  
જે હરહંમેશ મનમાં રાખે રે.  
કામ, ક્રોધ, લોભ અને માયા ત્યાગે,  
ક્ષમા અને સંતોષ જેના મનમાં રે.  
કર્મના સિદ્ધાંતો જીવનમાં ઉતારે,  
પુણ્ય કર્મનું ભાથું જે બાંધે રે.  
તપ, સંયમ અને યૈરાગ્યના ભાવો,  
જે નિત દિન મનમાં ભાવે રે.  
પર દુઃખે તે ઉપકાર કરે ને,  
નિર્મળતા મનમાં રાખે રે.  
અહંકાર, મમકારને ત્યાગીને,  
સમભાવ જે મનમાં રાખે રે.  
સર્વ જીવ પ્રત્યે પ્રેમ ધરીને,  
પ્રભુ ભક્તિ જે રોજ ભાવે રે.  
સમ્યક્ જ્ઞાન, દર્શન, ચરિત્રને  
સમ્યક્ તપ જે આચરે રે.  
જ્ઞાન દર્શનના આ ભાવોથી,  
મોક્ષ માર્ગને પામે રે.”