

કાયાકલ્પ
મનનું

યુવાચાર્ય મહાપ્રજ્ઞ

કાયાકલ્પ મનનું

યુવાચાર્ય મહાપ્રજ્ઞ

કાયાકલ્પ મનનું

હિન્દી આવૃત્તિ

પ્રકાશક :

તુલસી અધ્યાત્મ નીડમ્

જૈન વિશ્વ ભારતી

લાડનું (રાજસ્થાન)

ગુજરાતી આવૃત્તિ

પ્રકાશક :

અનેકાન્ત ભારતી

૮/૧૫૨૬ ગોપીપુરા

સુરત

સ'પાદક : સુનિ દુલહરાય

પુસ્તક

કાયાકલ્પ મતનું

ગુજરાતી અનુવાદક

ડૉ. ધનસુખ એન. કાયસ્થ

M.A., M.Ed., Ph.D.

રેકટર્સ ક્વાર્ટર્સ

વી.ટી. ચોકસી સાર્વજનિક કોલેજ

અઠવા લાઈન્સ, સુરત

ગુજરાતી અનુવાદ કરાવનાર

ઉષાબહેન કુસુમચંદ ઝવેરી

જૈન મંદિર, અઠવા લાઈન્સ

સુરત

ગુજરાતી પ્રથમ આવૃત્તિ

૧૦૦૦ નકલ સં. ૨૦૪૧

વિતરણમૂલ્ય

રૂ. ૨૦-૦૦

પ્રાપ્તિસ્થાન

અનેકાન્ત ભારતી

૮/૧૫૨૬ ગોપીપુરા

સુરત

મુદ્રક

મોહન પરીખ

સુરુચિ છાપશાળા

બારડોલી ૩૯૪૬૦૧

આ ગ્રંથ છાપવા છપાવવા વગેરે સર્વ હક જૈન વિશ્વભારતી
લાડનું (રાજસ્થાન)ને આધીન છે.

પ્રસ્તુતિ

કાયાકલ્પની પદ્ધતિ ઘણી જૂની છે, કાયા જ્યારે જીર્ણ થાય છે, ત્યારે તેનો કલ્પ કરવામાં આવે છે. ઔષધીય ઉપચાર, રસાયણ અને ભૂગૃહની શરણમાં રહીને માનવી પોતાની જીર્ણ-શીર્ણ કોશિકાઓને નવીન બનાવી લે છે. કોશિકાઓમાં નવીન બનવાની સહજ શક્તિ છે. પ્રયોગ દ્વારા તેનું નવીનીકરણ વધુ ગતિશીલ બની જાય છે.

મન પળ ઘસાઈ-ઘસાઈને જૂનું થઈ જાય છે. તનાવ (તાણ-Tension)ને લીધે તે જીર્ણ-શીર્ણ થઈ જાય છે, તે વૃદ્ધ મનને કલ્પ દ્વારા યૌવન બક્ષી શકાય છે. કલ્પની પદ્ધતિ છે પરમ આત્મા સાથે તાદાત્મ્યનો અનુભવ અને આરાધના. જયાચાર્યે તેની પદ્ધતિ બતાવી છે. મેં તેને આજના સંદર્ભમાં પ્રસ્તુત કરી છે. આ બધું આચાર્ય તુલસીના સાન્નિધ્યમાં થયું છે. નિમિત્ત બન્યો પ્રેક્ષાધ્યાન શિબિર, તે શબ્દોનું સંકલન-સંપાદન મુનિ દુલહરાજજીએ કર્યું છે, પાઠકો માટે કાયા-કલ્પનું વિધિ-વિધાન પ્રસ્તુત થઈ ગયું છે.

૧-૧-૧૯૮૨

સરદાર શહર

રાજસ્થાન

યુવાચાર્ય મહાપ્રજ્ઞ

૨-૫-કૃષ્ટ્ય

તેરા પંચ ધર્મ-સંઘના ચોથા આચાર્ય શ્રીમદ્ જ્યાચાર્ય થયા. શ્રીમદ્ જ્યાચાર્યનું વ્યક્તિત્વ અને કર્તૃત્વ વિલક્ષણુ હતું. એમણે પોતાના જીવન-કાળમાં વિપુલ સાહિત્યનું સર્જન કર્યું. સંપૂર્ણ આગમ-સાહિત્યનો સરળ અને સરસ રાજસ્થાની ભાષામાં પદાનુવાદ એમના જેવા ધર્મજ્ઞ મનીષી યોગસાધક જ કરી શક્યા. શ્રીમદ્ જ્યાચાર્યની બે વિશિષ્ટ કૃતિઓ છે— ‘ચૌખીસી’ અને ‘આરાધના’. આ બે કૃતિઓને આધાર-સ્વરૂપ રાખીને યુવાચાર્ય શ્રીમહાપ્રજ્ઞે પ્રેક્ષા-ધ્યાન અભ્યાસ-શિળિરોમાં આત્મ-દર્શનથી લઈને મનના કાયા-કલ્પની જે વિવેચના કરી, તેનું સુવ્યવસ્થિત સંકલન સંપાદન મુનિ શ્રી દુલહરાજજીએ કુશળતાપૂર્વક આ ગ્રંથના હિન્દી સંસ્કરણમાં ઉપસ્થિત કર્યું છે.

જ્યાચાર્યકૃત ‘ચૌખીસી’ અને ‘આરાધના’—બે મહાન ગ્રંથો છે. એમાંથી ‘ચૌખીસી’ તીર્થંકરોની સ્તુતિ છે. જ્યાચાર્યે તીર્થંકરો પ્રત્યે સંપૂર્ણ સમર્પણુ કર્યું છે. તેમની એક-એક સ્તુતિથી, એક-એક પદ્યથી અને એક-એક શબ્દથી પ્રતિભાસિત થાય છે કે તેઓ સર્વાત્મના સમર્પિત હતા. તીર્થંકરો પ્રત્યે. સંપૂર્ણપણે મનને સાધી ચૂક્યા હતા, આત્મા સાથે સાક્ષાત્કાર સિદ્ધ કરી ચૂક્યા હતા. આવા સિદ્ધ પુરુષો જ મનના કાયાકલ્પનો માર્ગ દેખાડી શકે છે.

આ પુસ્તકના પહેલા પાના પર જ એક પંક્તિ છે. ‘ગુરુ તે નથી જે છુદ્ધિમાન છે. ગુરુ તે જે પ્રજ્ઞાવાન છે.’ પ્રજ્ઞાવાન ગુરુ જ તન-મનની બધી ગ્રંથિઓનું વિમોચન કરી શકે છે, સત્યનો સાક્ષાત્કાર કરાવી શકે છે. મનને સમજવું તથા મનથી અ-મન બનવું સહેલું નથી. મન છે સ્મૃતિઓ + કલ્પનાઓ + ચિંતન. મન અવિરામ સ્મૃતિઓના જળમાં અથવા કલ્પનાઓના તાણા-વાણામાં જ ગુંથાયેલું રહે છે, મનને સંકલ્પ -વિકલ્પના ઘેરામાંથી બહાર કાઢવું અને આત્મ-સાક્ષાત્કારના માર્ગે નિયોજિત કરવું—એ જ મનના કાયાકલ્પનો મહત્વપૂર્ણ માર્ગ છે.

યુવાચાર્ય શ્રીમહાપ્રજ્ઞે આ ગ્રંથમાં વિવેચનાપૂર્વક આત્મા, પ્રજ્ઞા, પ્રાણુ, સત્ય, મન, સ્વભાવ, વિભાવ આદિ સાથે સંબંધિત વિભિન્ન અંગોનું વિશ્લેષણુ કર્યું છે અને આપણા માટે યોગ જેવા ગૂઢ વિષયને સરળ અને સરસ ભાષામાં રજૂ કરીને આપણને ઉપકૃત કર્યા છે.

અનેકાંત ભારતી પ્રકાશન યુવાચાર્ય શ્રીમહાપ્રજ્ઞ દ્વારા રચિત હિન્દી સાહિત્યના ગુજરાતી અનુવાદ તેમ જ પ્રકાશનનો એક ઉપક્રમ છેલ્લાં કેટલાંક વર્ષોથી ચલાવી રહ્યું છે. અમારી આ યોજના હેડળ અત્યાર સુધીમાં 'સમસ્યા-સમાધાન', 'જૈન યોગ', 'સંબોધિ-સાર', 'સાસુ-મહૂ' વગેરે મહત્વનાં પુસ્તકોનું હિન્દીમાંથી ગુજરાતીમાં પ્રકાશન થઈ ચૂક્યું છે. સમસ્યા—સમાધાનની તો ખીણ આવૃત્તિ પણ અમે ગુજરાતીમાં પ્રકાશિત કરી ચૂક્યા છીએ. અમારા સુવિજ્ઞ અને શ્રદ્ધાળુ ગુજરાતી વાચકોએ અમારા આ પ્રયાસનો સાદર સ્વીકાર કર્યો છે; જૈન પરંપરાઓમાં પ્રાપ્ત યોગ-સાધનાની આ પ્રક્રિયાઓનું દરેક સ્તરે સ્વાગત કર્યું છે, અનુશીલનનો પ્રયાસ કર્યો છે, તથા ઉદાર હાથે આર્થિક સહકાર પણ પ્રાપ્ત કરાવ્યો છે. અમે એ બધાઓ પ્રત્યે આભારની લાગણી પ્રકટ કરીએ છીએ, તેમ જ આવા જ પ્રકારના સહકારની અપેક્ષા રાખીએ છીએ.

હિન્દીમાંથી ગુજરાતી અનુવાદ તેમ જ પ્રકાશનના સમગ્ર કાર્યની દેખરેખ માનનીય શ્રી કુસુમચંદલાઈ ઝવેરી પોતે કરે છે, આ અમારી પ્રેરણા તથા ઉત્સાહની મહત્વપૂર્ણ કડી છે. ભવિષ્યની પેઢીઓ પણ આને યાદ કરી ગૌરવ અનુભવશે.

‘મન કા કાયાકલ્પ’ પુસ્તકનું ગુજરાતી સંસ્કરણ આપની સમક્ષ ઉપસ્થિત કરતા અમને આત્મગૌરવનો અનુભવ થાય છે.

સુરત

૯ ઓગસ્ટ ૧૯૮૫

—રૂપચંદ સેઠિયા

કાયાકલ્પ—મનનું

લોચન

૧	આત્મદર્શનનું પહેલું કિરણુ	૧
૨	વા દશા કિણુદિન આવસી	૨૧
૩	તમે તટસ્થ નથી	૩૬
૪	પ્રેયથી શ્રેય તરફ	૫૨
૫	અનુશાસન સંહિતા	૬૫
૬	નિરાલંબનું આલંબન	૮૦
૭	જીવન દર્શન	૯૫
૮	રોગને દબાવીએ કે મટાડીએ	૧૧૦
૯	અન્તર્ગતનો વૈભવ	૧૨૬
૧૦	સ્વાસ્થ્ય અને સમાધિ	૧૩૯

આત્મલોચન

૧	નવી સૃષ્ટિ—નવી દૃષ્ટિ	૧૫૨
૨	મહાનતાની ચાવી	૧૬૮
૩	મનનો કાયાકલ્પ	૧૮૧
૪	પ્રગતિનાં સુવર્ણ સૂત્રો	૧૯૫
૫	ધર્મ સરણું ગરબામિ	૨૧૧
૬	મનની પ્રાકૃતિક ચિકિત્સા	૨૨૭
૭	મૈત્રી શક્તિનું વરદાન	૨૪૩
૮	શ્રેષ્ઠન-વોશિંગ	૨૫૭

प्रवचन : १

आत्मदर्शननुं पडेकुं किरणु

સંકેતિકા

- ૧ અનુકૂલ પ્રતિકૂલ સમ સહી, તપ વિવિધ તપંદા ।
ચેતન તન ભિન્ન લેખવી, ધ્યાન, શુક્લ ધ્યાવંદા ॥
- ૨ સંવેગ સરવર ફૂલતા, ઉપશમ રસ લીના ।
નિંદા સ્તુતિ સુસ્વ-દુઃસ્વમે સમભાવ સુચીના ॥
- ૩ વાસી ચંદન સમ પર્ણે ધિર ચિત જિન ધ્યાયા ।
હમ તન સાર તજી કરી, પ્રભુ કેવલ પાયા ॥
(ચૌબીસી ૧/૨, ૪, ૫)



- યુરુ તે નથી જે ધુદ્ધિમાન છે, યુરુ તે છે જે પ્રજ્ઞાવાન છે.
- પ્રજ્ઞાતું ઘટક છે સમર્પણ.
- યુરુ વ્યક્તિ નથી, મહાયાત્રાનો સહયાત્રી છે.
- શરણુમાં જવાનો અર્થ છે —
... તન્મય થઈ જવું.
... તદ્દરૂપ થઈ જવું.
... અભિન્ન થઈ જવું.
- ભક્તિતું રહસ્ય —
પ્રભુ ... હું તમારો અતીતકાળ છું.
... તું મારો ભવિષ્યકાળ છે.
... વર્તમાનમાં હું તારા પથનો પથિક છું.
- આત્મદર્શન અને વસ્તુદર્શન.
- કાયોત્સર્ગના ત્રણ અર્થો ...
... સહિષ્ણુતા.
... અભય.
... શિથિલીકરણ.
- અભયતું પ્રથમ પિન્દુ છે —
... શરીરની ચિંતાથી મુક્ત થઈ જવું.
- આચાર્ય સુહસ્તી અને હાર.
- કાયોત્સર્ગથી પ્રજ્ઞા જાગે છે.
પ્રજ્ઞાથી સમતા ઘટિત થઈ જાય છે.

આત્મદર્શનનું પ્રથમ કિરણ

ગુરુ તે છે જે પ્રજ્ઞા હોય

એક ભાઈએ પૂછ્યું, ‘શું આત્મા છે?’

મેં કહ્યું, ‘મેં સાંભળ્યું છે કે આત્મા છે. હું માનું છું કે આત્મા છે. હું તેને જાણવાનો પ્રયત્ન કરી રહ્યો છું.’

આત્માને જાણવાનો પ્રયત્ન ઘણો મોટો પ્રયત્ન છે. એમાં એકલાનું કામ નથી; સહારો જોઈએ; અવલંબન જોઈએ. મેં મારા ગુરુનું આલંબન લીધું છે—આત્માને જાણવા માટે...તેનો સાક્ષાત્કાર કરવા માટે. આ એક લાંબી યાત્રા છે. એમાં સહારો પણ નાનો નહિ, મોટો જોઈએ. ગુરુનો ઘણો મોટો સહારો જોઈએ. ગુરુનો સહારો ઘણો મોટો હોય છે.

શ્રીમજ્જયાચાર્ય ઘણા મોટા ગુરુ છે. તેઓ આચાર્ય છે, સાથો-સાથ ગુરુ પણ; નાના ગુરુ નહિ, મોટા ગુરુ.

ગુરુ તે હોય છે, જેમની પ્રજ્ઞા જાગી ગઈ હોય. અધ્યાત્મના ક્ષેત્રમાં તે ગુરુ નથી જે (માત્ર) અત્યંત બુદ્ધિમાન હોય. આજીવિકા-લક્ષી શિક્ષણના ક્ષેત્રમાં ગુરુ બુદ્ધિમાન થઈ શકે છે. અધ્યાપક કે પ્રાધ્યાપક ગુરુ થઈ શકે છે. પરંતુ અધ્યાત્મના ક્ષેત્રમાં માત્ર બુદ્ધિમાન માણસ ગુરુ નથી બની શકતો. આ ક્ષેત્રમાં તે જ ગુરુ બની શકે છે, જે બુદ્ધિની સીમા પાર કરીને પ્રજ્ઞાની સીમામાં પ્રવેશ કરી જાય છે. એક તરફ બુદ્ધિ છે, બીજી તરફ પ્રજ્ઞા છે. બુદ્ધિની સીમા ઉલ્લંઘીને પ્રજ્ઞાની સીમામાં ચાલ્યા જવું એ ગુરુત્વનું લક્ષણ છે. તે જ વ્યક્તિ બુદ્ધિની સીમાને ઝાળંગીને પ્રજ્ઞાની સીમામાં પ્રવેશી શકે છે, જેણે સમર્પણ સાધી લીધું છે. જેને સમર્પણનું સૂત્ર નથી મળ્યું, જેણે સમર્પણનું મૂલ્ય નથી આંક્યું, જેણે સમર્પણ સાધ્યું નથી તે વ્યક્તિ બુદ્ધિથી દૂર ખસીને પ્રજ્ઞામાં નથી જઈ શકતી; તેને માટે પ્રજ્ઞાનાં દ્વાર સર્વથા બંધ છે; પ્રજ્ઞામાં પ્રવેશ તેને માટે નિષિદ્ધ છે.

સમર્પણનું સૂત્ર

પ્રથમ પ્રશ્ન છે—સમર્પણ કોના પ્રત્યે? વાસ્તવમાં સમર્પણ ચેતન્ય પ્રત્યે જ હોઈ શકે. કોઈ વ્યક્તિ પ્રત્યે સમર્પણ નથી થઈ શકતું? વ્યક્તિનું શું? એના પ્રત્યે સમર્પણ કેવું? બ્યાં સુધી એવું લાગે છે કે વ્યક્તિ

મારા પ્રત્યે અનુકૂળ છે, ત્યાં સુધી સમર્પણ રહે છે. જે દિવસે એવું લાગે છે કે વ્યક્તિને મારા પ્રત્યે અનુકૂળતા નથી તે દિવસે એ સમર્પણ કાચના વાસણની જેમ ટુકડે ટુકડા થઈ જાય છે. કાચનું વાસણ હાથમાંથી પડે, ને તૂટે નહિ—એ કદાપિ શક્ય નથી. તેવી જ રીતે પ્રતિકૂળતા આવે અને સમર્પણભાવ તૂટે નહિ, એય કદાપિ સંભવ નથી.

સમર્પણ સત્ય પ્રત્યે હોઈ શકે છે.

સમર્પણ આત્મદર્શન પ્રત્યે થઈ શકે છે.

સમર્પણ ચૈતન્ય પ્રત્યે હોઈ શકે છે.

જે વ્યક્તિ સત્યને માટે સમર્પિત થઈ ગઈ, જે વ્યક્તિ આત્મા પ્રત્યે સમર્પિત થઈ ગઈ, જે વ્યક્તિ ચૈતન્ય પ્રત્યે સમર્પિત થઈ ગઈ—તેનું સમર્પણ કદી પણ તકલાદી સમર્પણ હોતું નથી.

ગુરુ પ્રત્યે એટલા માટે સમર્પણ થઈ શકે છે કે ગુરુ કોઈ વ્યક્તિ નથી હોતા; તે આત્મદર્શન અને ચૈતન્યની મહાયાત્રાના સહયાત્રી હોય છે, સહયોગી હોય છે; તેઓ કોઈ વ્યક્તિ નથી હોતા. જો તેઓ કોઈ વ્યક્તિ હોય, છુદ્ધિના સ્તર પર જીવનાર મનુષ્ય હોય, તો કદાપિ તેમના પ્રત્યે સમર્પણ નથી થઈ શકતું; પછી ભલે ને તે ગુરુના આસન પર વિરાજમાન કેમ ન હોય! ગુરુ પ્રત્યે સમર્પણ ત્યારે જ સમર્પણ થઈ શકે છે, જ્યારે ગુરુ સ્વયં આત્મદર્શન અથવા અધ્યાત્મની યાત્રા કરતા હોય છે. ચૈતન્યના મહાપથ પર પ્રસ્થિત થયા હોય છે અને આત્મા પ્રત્યે સર્વાત્મના સમર્પિત થયા હોય છે. એટલા માટે ગુરુ પ્રત્યે સમર્પણ, સત્ય પ્રત્યે સમર્પણ, આત્મદર્શન પ્રત્યે સમર્પણ અથવા ચૈતન્ય પ્રત્યે સમર્પણ—આ બધા પર્યાયવાચી બની જાય છે; એમાં કોઈ ભેદ રહેતો નથી.

શરણુમાં જવાનો અર્થ

જ્યાંયાથે તીર્થંકર પ્રત્યે, આત્મા પ્રત્યે ઘણું મોટું સમર્પણ કર્યું. એટલું મોટું સમર્પણ કે જે એક અધ્યાત્મપુરુષમાં હોવું જોઈએ, જે એક પ્રતા-પુરુષમાં હોવું જોઈએ. તેમણે અનેક ગ્રન્થો લખ્યા. એક ગ્રન્થનું નામ છે 'ચોવીસી'. એમાં ચોવીસ તીર્થંકરોની સ્તુતિ છે. ગ્રન્થમાં દરેક સ્થાને જાણ્યે-અજાણ્યે તેમના મુખમાંથી એ સ્વર ગુંજાયમાન થતો રહ્યો છે કે—'હું પ્રભુની શરણુમાં જઈ રહ્યો છું.' તેઓ પ્રભુની શરણુમાં

ગયા છે. પ્રભુની શરણુમાં ગયા વગર કોઈપણ વ્યક્તિ આ મહાયાત્રાના મહાપથને પાર કરી શકતી નથી. શરણુગતિનું રહસ્ય ધણું મોટું છે :

‘શરણુમાં જવા’નો અર્થ છે—‘તન્મય થઈ જવું.’

‘શરણુમાં જવા’નો અર્થ છે—‘તદ્દરૂપ થઈ જવું.’

‘શરણુમાં જવા’નો અર્થ છે—‘દ્વૈતમાંથી અદ્વૈત સાધી લેવું.’

‘શરણુમાં જવા’નો અર્થ છે—‘અભિન્ન થઈ જવું’;

ભેદને સમાપ્ત કરી અભેદને સાધી લેવો.’

એક ‘શરણુ’ અને બીજા ‘શરણુગત’—બંનેમાં કોઈ અન્તર રહેતું નથી. એક ‘શરણુ આપનાર’ અને એક ‘શરણુ લેનાર’—એવો ભેદ સમાપ્ત થઈ જાય છે. સંપૂર્ણ પારિણામિક ભાવ ઘટિત થાય છે.

આપણું સમગ્ર જીવન પરિણમનને આધારે ચાલે છે. જેવું પરિણમન થાય છે, વ્યક્તિ તેવી જ બનતી જાય છે. જે વારંવાર ભયનું પરિણમન થાય તો વ્યક્તિ ડરપોક, લીડુ અને કાયર બની જાય છે. જે અભયનું પરિણમન થાય તો વ્યક્તિ પરાક્રમી બની જાય. બૂરાઈનું પરિણમન થાય તો માણસ બૂરા બની જાય; અને સારાશનું પરિણમન થાય તો માણસ સારો બની જાય. માણસ તે બને છે, જે અંતરાલમાં પરિણમન થાય છે. પરિણમનનું ચક્ર નિરંતર ચાલી રહ્યું છે. એક પણ ક્ષણ એવી નથી વીતતી, જેમાં પરિણમન થતું ન હોય. સૂતાં-જગતાં, ખાતાં-પીતાં, હરતાં-ફરતાં—એમ હરેક ક્ષણે એ ચક્ર નિરંતર અબાધિત ગતિથી ચાલ્યા જ કરે છે. એમાં વચમાં કોઈ જ પ્રકારની અડચણ નથી આવતી—કોઈ વિઘ્ન નથી આવતું. પ્રતિક્ષણ પરિણમન ચાલ્યા જ કરે છે.

શરણુની પરિણતિ

આંતરિક પરિણમનને આધારે બાહ્ય વ્યક્તિત્વ સારું-નરસું બને છે. બાહ્ય વ્યક્તિત્વ સમજવા માટે આંતરિક પરિણમન સમજવું અત્યંત આવશ્યક છે. જે વ્યક્તિનું પરિણમન શરણુની દિશામાં છે, જે સત્યની દિશામાં જાય છે, એ સ્વયં સત્ય બની જાય છે.

જ્યાંયાર્યે સમર્પણનો સ્વીકાર કર્યો. સમર્પણમાં ભક્તિનો સ્વરૂપ મુખરિત થાય છે અને સ્તુતિ પણ પ્રસ્ફુટિત થાય છે. સમર્પણમાં આત્મનિવેદન પણ થાય છે; અને સમર્પણમાં સાક્ષાત્કારની ઉત્કટ આકાંક્ષા

પણ પરિલક્ષિત થાય છે. આ બધું સમર્પણ સાથે જોડાયેલું છે. શરણુમાં જવું એ કંઈ મામૂલી બાબત નથી. જે વ્યક્તિ પરાજિત થાય છે, તે કાં તો શરણુમાં જાય છે, તે વિજયીનું શરણુ લે છે, જેથી મુક્તિ મળી જાય; અથવા તો શરણુમાં તે વ્યક્તિ જાય છે, જેના મનમાં સ્વયંને જાણવાની અદમ્ય આકાંક્ષા જાગી જાય છે. એવી વ્યક્તિ પરાજિત થઈને નહિ, પણ પરાજિત થવાની સ્થિતિને સમાપ્ત કરીને વિજેતા બનવા માટે શરણુમાં જાય છે.

પ્રજ્ઞાની શરણુમાં જનાર સ્વયં પ્રજ્ઞા બની જાય છે.

અહંતની શરણુમાં જનાર સ્વયં અહંત બની છે.

તીર્થંકરની શરણુમાં જનાર સ્વયં તીર્થંકર બની જાય છે.

આજ પર્યાંત જેમણે પોતાના પૂર્વવર્તી અહંતની શરણુ લીધી છે. તે જ અહંત થયા છે. અહંતની શરણુમાં જઈને તેઓ સ્વયં અહંત બની ગયા. તીર્થંકરની શરણુમાં જઈને તેઓ સ્વયં તીર્થંકર બની ગયા. જે વ્યક્તિએ અહંતની શરણુ લીધી નથી, તે કદી પણ અહંત બની શકતી નથી જે વ્યક્તિએ તીર્થંકરની શરણુ લીધી નથી તે કદીય તીર્થંકર બની શકતી નથી.

લક્ષિતનું સ્વરૂપ

એક ભાઈએ આચાર્ય વિનોબાને પૂછ્યું: આપની લક્ષિતનું સ્વરૂપ શું છે? વિનોબાએ અત્યંત માર્મિક ઉત્તર આપ્યો. તેમણે કહ્યું: મારી લક્ષિતનું સ્વરૂપ છે... 'પ્રભુ'. હું તમારો અતીત છું અને તમે મારા ભવિષ્યકાળ છે. વર્તમાનમાં હું તમારો અનુભવ કરું, એ જ મારી લક્ષિત છે; એ જ મારી લક્ષિતનું લક્ષ્ય છે.

અત્યંત માર્મિક કથન છે. હજારો વર્ષો પહેલાં એક ભક્તે કહ્યું: 'અદ્યં પઙ્કમમામિ, પઙ્કપુણં સંવરેમિ,—અનાગયં પન્ચકક્ષામિ—ભગવાન ! હું અતીતનું પ્રતિક્રમણ કરું છું, વર્તમાનમાં આત્માભિમુખ થાઉં છું અને ભવિષ્યનું પ્રત્યાખ્યાન કરું છું.

આચાર્ય વિનોબાના જવાબમાં એનું જ પુનરુચ્ચારણ જોઈ' છું. શબ્દોનું રૂપાંતરણ થઈ શકે છે. તાત્પર્યમાં કોઈ અન્તર નથી. વિનોબા કહે છે, પ્રભુ ! હું તમારો અતીત છું; કારણ કે તમે પણ એક દિવસ મારા જેવા હતા. અતીતમાં તમે જેવા હતા તેવો હું આજે છું. પ્રભુ !

તમે મારા ભવિષ્યકાળ છો; કેમ કે ભવિષ્યમાં હું પણ તમારો જેવે. બનીશ; આજે સાધારણ સ્તર પર છું ભવિષ્યમાં તમારા સ્તર— પરમાત્મા-પદ—સુધી પહોંચી જઈશ. પ્રભુ! વર્તમાનમાં હું તે જ રસ્તે ચાલું જે રસ્તે ચાલીને તમે ‘પ્રભુ’ બન્યા છો. પ્રભુ! આ જ મારી ભક્તિ છે. મારી ભક્તિતું આ જ રહસ્ય છે.

અતીતનું પ્રતિક્રમણ, વર્તમાનનો સંવર અને અનાગતનું પ્રત્યાખ્યાન. અનાગતમાં થવાનું છે, અતીતને છોડવાનો છે અને વર્તમાનમાં એવા જ રહેવાનું છે.

વર્તમાનનો સંવર હશે તો અતીતનું પ્રતિક્રમણ થઈ જશે અને અનાગત (ભવિષ્ય)માં જે થવાનું છે, તે સ્થિતિ આપમેળે જ ઘટિત થઈ રહેશે. આપણે વર્તમાનનો સંવર કરવાનો છે.

અહત્ત બનવાની પ્રક્રિયા

મરુડતું ધ્યાન ધરનાર સ્વયં મરુડ બની જાય છે. હાથીના બળની ભાવના કરનાર હાથીના જેટલું બળ પ્રાપ્ત કરે છે. અહત્તની ભાવના કરનાર-રાખનાર, એની શરણમાં જનાર સ્વયં ‘અહત્ત’ બની જાય છે.

જ્યાચાર્યે અહત્તનું શરણું લીધું. તેમણે યુદ્ધિની સીમા પાર કરી અને પ્રજાની ભૂમિકામાં પહોંચી ગયા. તેઓ એમાં પ્રતિષ્ઠિત થઈ ગયા. પછી એમણે ‘ચોવીસી’નું પ્રણયન કર્યું—ચોવીસ તીર્થંકરોની સ્તુતિ કરી—અહત્તોની સ્તવના કરી. ‘અહત્ત’ તે વ્યક્તિ હોય છે, જે લક્ષ્ય સુધી પહોંચી જાય છે, આત્મદર્શન કરી લે છે, આત્મ-સાક્ષાત્કાર કરી લે છે; અને તે જ વ્યક્તિ તીર્થંકર હોય છે, અન્ય નહિ. જેને આત્મસાક્ષાત્કાર નથી થયો તે કદી પણ ‘અહત્ત’ નથી બની શકતો.

ચૈતન્ય-દર્શન અને વસ્તુદર્શન

જીવનની બે વૃત્તિઓ છે: એક છે ‘આત્મદર્શન’ અથવા ‘ચૈતન્યદર્શન’ની; બીજી છે ‘વસ્તુદર્શન’ની. વસ્તુદર્શન પ્રત્યેક વ્યક્તિ કરે છે; પરંતુ આત્મદર્શન દરેક વ્યક્તિ નથી કરી શકતી. કેટલીક વ્યક્તિઓમાં આ ભાવના જાગે છે—આત્માને જોઈને આત્માને જાણે. તેઓ આત્મદર્શનની ભાવનાથી તે દિશામાં પ્રસ્થાન કરે છે. આ એક અતિ સૂક્ષ્મ વાત છે. એ છે: અમૂર્ત તત્ત્વનું દર્શન કરવું, સૂક્ષ્મ તત્ત્વને પેખવું,

સ્થૂળની બધી જ મર્યાદાઓને તોડીને સૂક્ષ્મ જગતમાં પ્રવેશ કરવો. આ એક અતિ મૂંઝવણ ભરેલી સમસ્યા છે; પરંતુ ડોઈપણ સમસ્યા સમાધાનથી મુક્ત નથી હોતી. સમસ્યા હોય એટલે સમાધાન હોય જ. બ્યારે પણ સમાધાનની વાત આવે છે, ત્યારે અધ્યાત્મદર્શન આપણી સમક્ષ આવે છે. આપણે એ અધ્યાત્મને સમજીએ; અને તેને અર્હતના માધ્યમથી જ સમજીએ.

અધ્યાત્મ-યાત્રા : ભગવાન ઋષભનેા પરિચય

‘ચોવીસી’માં પહેલું સ્તવન ભગવાન ઋષભનું છે. ભગવાન આ યુગના પ્રથમ અર્હત અને પ્રથમ તીર્થંકર હતા. તેઓ ‘યોગી’ના સ્વરૂપે ઓળખાય છે. બધા તીર્થંકરો યોગીઓ હોય છે; પરંતુ ભગવાન ઋષભનું વ્યક્તિત્વ એટલું બધું વિરાટ હતું કે માત્ર જૈન પરંપરાએ જ નહિ, વૈષ્ણવ પરંપરાએ પણ તેમને યોગીના રૂપમાં માન્યતા આપી. ભક્તિ પરંપરાએ, ભાગવત પરંપરાએ ભગવાન ઋષભદેવને એક ‘અવતાર’ માન્યા અને યોગીના સ્વરૂપમાં પ્રતિષ્ઠિત કર્યા. યોગીના માધ્યમથી, અર્હત ઋષભના માધ્યમથી આત્મદર્શનની યાત્રામાં આવનારી મુશ્કેલીઓને પાર કરવાની છે. ભગવાન ઋષભને સમજી લો. એટલે અધ્યાત્મની યાત્રા આપમેળે સમજમાં આવી જશે. આપણે પાણી પીવા માટે અલગ અલગ ખાડાઓ ખોદવાનો પ્રયત્ન ન કરીએ. એક બાણકાર માણસે બતાવ્યું; આ સ્થળે એક સો હાથ નીચે પાણી છે. ખોદવાનું શરૂ થયું; વીસ હાથ ખાડો ખોદ્યો; પણ પાણી નહિ મળ્યું. તે ખાડાને ત્યાં રહેવા દઈને બીજો ખાડો બીજા વીસ હાથ ખોદી નાખ્યો. વીસ-વીસ હાથના પાંચ ખાડાઓ ખોદ્યા; બધા મળીને સૌ હાથ જેટલું ખોદકામ થઈ ગયું; છતાંય પાણી નહિ મળ્યું. ગણિતને આધારે પાણી મળવું જોઈએ, પણ ન મળ્યું. એક જ સ્થાને સો હાથ ખોદકામ કરવાથી પાણી મળી આવ્યું.

ગણિત બધે ચાલતું નથી. ખોદકામ એક સાથે થવું જોઈએ; જોડાણ હોવું જોઈએ; ત્યારે પાણી નીકળી શકે છે; નહિતર પાણી નહિ નીકળી શકે.

માણસ આત્મદર્શનની યાત્રામાં આવું જ કરે છે. તે અનેક ખાડાઓ ખોદી વળે છે; પરંતુ એક પણ ખાડો એવો નથી ખોદતો કે જે જોડો હોય—સંપૂર્ણ હોય. તે ક્યારેક કંઈક જુદું કરે છે. તે વળી

કચારેક અન્ય કંઈક કરે છે; પણ તેથી સફળતા મળતી નથી. એથી એમાં નિરાશાય ઉત્પન્ન થાય છે; ને એવો ભાસ થાય છે કે ગણિત સાચું નથી; વિચાર બરાબર નથી. સૂત્રકારો, ગ્રંથકારો અને શાસ્ત્રકારોએ એવી જ કપોળ-કલ્પિત બાબતો પ્રસ્તુત કરી દીધી. એમાં વાસ્તવિકતા નથી.

આ આરોપ એવા લોકો પર છે, જે જ્ઞાનને આધારે સચ્ચાઈને પ્રસ્તુત કરે છે, પરંતુ ક્રિયાત્મક રૂપે તેનું પાલન કરતા નથી. તેઓ ગણિતના ચક્રમાં ફસાઈ બચ છે.

અધ્યાત્મના યાત્રી આ ગણિતીય પ્રક્રિયાથી અનેક ખાડા ખોદવાની વાત છોડી દે અને એક એવો ખાડો ખોદે, જે જીડો હોય, પાણીના સ્રોતને ઉપર લાવી દેતો હોય. એનાથી આત્મદર્શનની અમિટ ત્યાસ છિપાવી શકાય છે.

કાયોત્સર્ગનાં ત્રણ તત્ત્વો

પ્રશ્ન છે—શું ખાડો છે? કટલો મોટો? કટલો જીડો? કાયોત્સર્ગનો એક ખાડો ખોદવો છે. તે અત્યન્ત વિશાળ અને જીડો હોવો જોઈએ. એ સિવાયના અન્ય ખાડાઓ ખોદવાની કોઈ જ આવશ્યકતા નથી રહેતી. જે પ્રાપ્ય છે, તે આપોઆપ પ્રાપ્ત થઈ રહેશે.

કાયોત્સર્ગના ત્રણ અર્થો છે—સહિષ્ણુતા, અભય અને શિથિલીકરણ. લોકો કાયોત્સર્ગને ખૂબ જ સીમિત અર્થમાં સમજ્યા છે. કાયોત્સર્ગ અર્થાત્ શરીરનું શિથિલીકરણ, શરીરને સંપૂર્ણ શિથિલ કરી દે...કાયોત્સર્ગ થઈ ગયો. આ સંપૂર્ણ અર્થ નથી. આ માત્ર પચીસ ટકા અર્થ છે. કાયોત્સર્ગનો પચીસ ટકા અર્થ છે: સહિષ્ણુતા; અને પચાસ ટકા અર્થ છે: અભય; કાયોત્સર્ગ ત્રિમૂર્તિ છે. એ ત્રણ પ્રતિભાઓનો બનેલો છે.

લગવાન ઋષભ પ્રવ્રજિત થયા. તેમણે અધ્યાત્મની યાત્રા શરૂ કરી. સર્વપ્રથમ એમણે કાયોત્સર્ગ કર્યો. તેઓ કાયોત્સર્ગમાં જીલા થઈ ગયા. બંને પગ થોડા ફેલાવી દીધા. પગની એડીઓ બરાબર એક ખીબ સાથે અડાડી દીધી—ભીસી દીધી. પંજઓમાં ચાર આંગળાંઓનું અંતર રાખ્યું. બંને હાથોને નીચે લટકાવી દીધા. કરોડરજ્જુ ટટાર રાખી જીલા થઈ ગયા. ડોક સીધી રાખી. આંખો અર્ધો મીચી દીધી—કાયોત્સર્ગની મુદ્રા.

એ રીતે એક દિવસ નહિ, બે દિવસ નહિ, પૂરા બાર માસ—ત્રણસે સાઠ દિવસ એ ને એ જ મુદ્રામાં બિભા રહ્યા. શરીર સ્થિર, એક જ મુદ્રા, એક જ સ્થાન...બાર માસ વીતી ગયા. જે થવાનું હતું, તે થઈ ગયું; જે પ્રાપ્ત થવાનું હતું—કરવાનું હતું—તે મળી ગયું.

કાયોત્સર્ગનું પહેલું તત્ત્વ છે—શરીરની શન્યતા, શરીરનું શિથિલીકરણ.

સહિષ્ણુતા

કાયોત્સર્ગનું બીજું તત્ત્વ છે: સહિષ્ણુતા; ધર્મનાં ચાર દ્વારોમાં પ્રથમ દ્વાર છે: 'ક્ષાન્તિ.' 'ક્ષાન્તિ'નો અર્થ છે 'સહન કરવું', 'સહિષ્ણુતા.' કાયોત્સર્ગમાં પણ એવું મહત્ત્વ છે. સાધક કાયોત્સર્ગની મુદ્રામાં બિભો છે. જે કંઈ થઈ રહ્યું છે તે થવા દો. પગને પીડા થઈ રહી છે, થવા દો. શરીર દુખી રહ્યું છે, દુખવા દો. પાણી વરસી રહ્યું છે, વરસવા દો. આંધી અને તોફાન આવી રહ્યાં છે, આવવા દો. કંઈક બહારથી (અંદર) આવી રહ્યું છે, એનેય આવવા દો. અંદરથી કંઈક (બહાર) આવી રહ્યું છે, તેનેય આવવા દો. સહિષ્ણુતા—સહન કરવું અને સહન કરતા રહેવું. તથાતા તથાતાની પ્રતિક્ષણ સ્મૃતિ અને આચરણ. જે થવાનું હોય તે થવા દો—કોઈ ચિંતા નથી આ ચિંતાથી મુક્ત થઈ જવું—એ જ કાયોત્સર્ગ છે.

જેનામાં સહિષ્ણુતાનો ભાવ વિકસિત નથી, તે કદી પણ કાયોત્સર્ગ કરી શકતો નથી. શરીરમાં દર્દ થતાં જ સ્થિરતા તૂટી જાય છે, આસન બદલી નાખવામાં આવે છે. માખી કે મચ્છરનો સ્પર્શ થતાં જ હાથ બિડી જાય છે. સમગ્ર શરીર અસ્થિર થઈ જાય છે—ચંચળ થઈ જાય છે. કાયોત્સર્ગ નથી સધાતો. અવાજ થતાં જ મસ્તક તે તરફ ફરી જાય છે. આગળ-પાછળ, ડાબે-જમણે જોવાનો પ્રયત્ન થાય છે.

સહિષ્ણુતા વગર કાયોત્સર્ગ નથી થઈ શકતો. ક્ષાન્તિ વિના કાયોત્સર્ગ કદીય સંભવી શકતો નથી. સહિષ્ણુતા વિના કાયોત્સર્ગ થઈ શકતો નથી—કાયાનો ત્યાગ થઈ શકતો નથી.

અભય, અભય અને અભય

જ્યારે સહિષ્ણુતા સધાય છે ત્યારે અભય ઘટિત થાય છે. સમગ્ર ધર્મનું રહસ્ય છે... 'અભય.' સમગ્ર ધર્મનું આદિ બિન્દુ છે... 'અભય,' અને

અન્તિમ િન્દુ પણ છે...‘અભય,’ ધર્મનો અથ અને ધતિ છે...‘અભય.’ ધર્મ અભયથી પ્રારંભ થાય છે; અને અભયને નિષ્પન્ન કરી કૃતકૃત્ય થઈ જાય છે. વીતરાગતાનો પ્રારંભ અભયથી થાય છે; અને વીતરાગતાની પૂર્ણતા પણ અભયમાં જ થાય છે.

જે વ્યક્તિ ભયમુક્ત નથી હોતી, તે કદીય ધાર્મિક નથી બની શકતી—કાયોત્સર્ગ નથી કરી શકતી.

કાયોત્સર્ગનો અર્થ છે—‘અભય.’

કાયોત્સર્ગનો અર્થ છે—શરીરની ચિંતાથી મુક્ત થઈ જવું; અભયનું એ પહેલું િન્દુ છે.

‘શરીરની ચિંતાથી મુક્ત થઈ જવું’—એ વાત આમ સરળ લાગે છે; પરન્તુ તે એટલી બધી સરળ વાત નથી; શરીર પ્રત્યે બનેલા ભયથી છુટકારો પ્રાપ્ત કરી લેવો—એ સરળ વાત નથી. ‘મમેદં શરીરમ્’—આ શરીર મારું છે. જે ક્ષણે આ સ્વીકૃતિ થાય છે, તે જ ક્ષણે ભય પેદા થઈ જાય છે. ભયની ઉત્પત્તિનું મૂળ કારણ આ છે. શરીર પ્રત્યેનું મમત્વ ભય ઉત્પન્ન કરે છે. મમત્વ અને ભય એમ બે નથી. જ્યાં મમત્વ છે. ત્યાં ભય છે. અને જ્યાં ભય છે ત્યાં મમત્વ છે. મમત્વને છોડવું ભયમુક્ત થવા બરાબર છે, અને ભયમુક્ત થવું એટલે મમત્વ છોડવા બરાબર—મમત્વહીન થવા બરાબર—છે.

મમત્વને છોડવું ચૈતન્ય પ્રતિ જાગ્રત થવાનું છે. શરીર પ્રત્યે જે જાગૃતિ છે, એનાથી છુટકારો પ્રાપ્ત કરવો એ ઘણી મોટી સિદ્ધિ છે.

જે વ્યક્તિએ અધ્યાત્મને માર્ગે ચરણ મૂક્યા છે, જે અધ્યાત્મ તરફ જાગ્રત થવા ઇચ્છે છે, તેણે સર્વ પ્રથમ ભયમુક્તિની પ્રક્રિયા શરૂ કરવાની રહેશે. બે રેખાઓ છે : એક છે ભયની રેખા. બીજી છે અભયની રેખા. બંને સમાન્તર રેખાઓની જેમ સાથે સાથે ચાલે છે. બધાં જ દુઃખોની જડ છે આ ભયની રેખા. જે વ્યક્તિએ ભયની રેખા સાથે યાત્રા શરૂ કરી છે, એના અન્તર્મનમાં ભય પળાતો જશે. ભય તનાવ (તાણ) પેદા કરે છે. બધા પ્રકારની તાણોનું મૂળ આ જ છે. મનુષ્ય તાણમાંથી મુક્તિ પ્રાપ્ત કરવા ઇચ્છે છે; પરન્તુ ભયની રેખા પર ચાલનાર માનવી કદી પણ તાણથી મુક્ત થઈ શકતો નથી. મમત્વની રેખા પર યાત્રા કરનાર યાત્રી તાણથી મુક્ત થવા ઇચ્છે—એ ન ભૂતં ન ભવિષ્યતિ—કદી બન્યું

નથી, કદી બનશે નહિ—ક્યારેય સંભવ નથી. ભય અને મમત્વની ઉપસ્થિતિમાં તાણુની ખીમારી અસાધ્ય બની રહે છે. તેનો કોઈ જ ઇલાજ થઈ શકતો નથી.

યાત્રા-પથનું પરિવર્તન

તાણુથી મુક્ત થવા માટે, આ સર્વ વ્યાપક ખીમારીઓથી છુટકારો મેળવવા માટે માનવીએ પોતાનો યાત્રાનો માર્ગ બદલવો પડશે. ધર્મ ખીજું શું કરે છે? તે માત્ર રસ્તો બદલે છે. ધર્મ કહે છે : આટલા દિવસ તમે ભયની સાથે ને સાથે ચાલી રહ્યા હતા; હવે અભયની સાથે ચાલો. ભયની રેખાથી દૂર રહીને અભયની રેખા પર ચાલો. જે થવાનું હશે તે થશે. પુરુષાર્થ કરવો હોય તો પુરુષાર્થ પણ કરો. બદલવાનો પ્રયત્ન કરો. માથે હાથ દઈને, નકામા થઈને, નિરાશ થઈને બેસી ન રહો. ધર્મને સિદ્ધાન્ત પુરુષાર્થ-હીનતાનો સિદ્ધાન્ત નથી; તે પરમ પુરુષાર્થનો સિદ્ધાન્ત છે. તે કહે છે : અટકો નહિ, પુરુષાર્થ કરતા રહો. પરિસ્થિતિ બદલવાનો ઉપક્રમ કરતા રહો, પરંતુ અંતરમનમાં ભયનું પાલન-પોષણ ન કરો. ભયનું પોષણ કરશો તો પરિસ્થિતિ વધુ વિકટ બનશે; શક્તિ વધુ નષ્ટ થશે. પરિસ્થિતિને પહોંચી વળવાનું સૌથી મોટું સૂત્ર છે—સમયની સાધના અને પરાક્રમની સાધના. અભય અને પરાક્રમ—બંને સાથે સાથે ચાલો. ભયની સાથે પરાક્રમને નહિ જોડો. જ્યાં ભય સાથે પરાક્રમ જોડાય છે, ત્યાં ખીબને મારવા, ખીબને પ્રતાડિત કરવા, ખીબને ફેંકી દેવાની વાત પ્રસ્તુત થાય છે કે જ્યાં અભય સાથે પરાક્રમ જોડાય છે, ત્યાં માત્ર પોતાની શક્તિ પ્રગટ કરવાની વાત આવે છે; ખીબની ચિંતા સમાપ્ત થાય છે.

અભયનો માર્ગ ઘણો વિશાળ છે. આચાર્ય સુહસ્તી કાયોત્સર્ગની મુદ્રામાં એક વૃક્ષ નીચે જીભા હતા. તેમણે સંકલ્પ કર્યો કે આખી રાત કાયોત્સર્ગની મુદ્રામાં રહીશ. તેઓ મોટા શક્તિશાળી આચાર્ય હતા. આખી રાત, ચાર પ્રહર સુધી કાયોત્સર્ગ મુદ્રાનો અભ્યાસ કરવો એ ‘કાયોત્સર્ગ પ્રતિમા’ કહેવાય છે. આચાર્ય સ્થિર જીભા છે; શિષ્યો આવે છે; સંભાળ લઈને ચાલ્યા બંધ છે.

આચાર્યના ગળામાં હાર

સંયોગની વાત છે. મહારાજ શ્રેણિકની રાણી ચિદ્ધના તળાવ પર સ્નાન કરવા ગઈ. બધાં જ આબૂપણો કિનારા પર મૂકી દીધાં. ગળાનો

હાર પણ બહાર કાઢીને કિનારે મૂકી દીધો. તે રાણી પોતાની સખીઓ જોડે જલક્રીડામાં મગ્ન હતી. એટલામાં એક વાનર ત્યાં આવ્યો. એની દષ્ટિ હાર પર પડી ને એ હાર લઈને ચાલ્યો ગયો. કોઈને પણ આ બાબતની ખબર પડી નહિ. પેલો વાનર હારને લઈને એક વૃક્ષથી ખીબ વૃક્ષ પર કૂદતો-ઓળંગતો રમત કરવા લાગ્યો. તે એ વૃક્ષ ઉપર આવીને ખેઠો જ્યાં આચાર્ય સુહસ્તી કાયોત્સર્ગ પ્રતિભામાં જિભા રહ્યા હતા. વાનરે હાર હાથમાં લીધો. સારો અવસર જોયો. સૌથી સારી વ્યક્તિ જોઈ વિચાર્યું : આવી કઈ ખીબ વ્યક્તિ મળશે, જેના ગળામાં હાર પહેરાવવામાં આવે ?

જે વ્યક્તિ ખુદ હાર માટે ઉત્સુક હોય છે એના કંઠમાં હાર પહેરવાનો ખાસ અર્થ નથી હોતો; પરન્તુ જેના મનમાં હાર પહેરવાની આકાંક્ષા સમાપ્ત થઈ ચૂકી છે, તેના કંઠમાં હાર પહેરાવવો અર્થયુક્ત હોય છે.

વાનર વૃક્ષ પરથી નીચે જતર્યો. હારને આચાર્યના કંઠમાં નાખીને ફરીથી વૃક્ષ પર જઈ ખેઠો. હાર વિશિષ્ટ રત્નોનો અનેલો હતો. રત્નોનાં કિરણો ચોતરફ પ્રસરી ગયા. જે દિવ્ય હાર રાણી ચિલ્લનાના કંઠની શોભા વધારતો હતો તે આચાર્યના કંઠમાં શોભાયમાન થઈ રહ્યો હતો. આચાર્ય સહિષ્ણુ છે, અભય છે તેમને કોઈ ભય નથી કે લોકો હાર જોઈને શું કહેશે ? મુનિના કંઠમાંનો હાર લોકો જોઈ લે તો મૂંઝવણમાં પડી જાય છે; અને આચાર્યના કંઠમાં દિવ્ય રત્નોનો હાર જોઈ લે તો સમસ્યા વધુ જટિલ બની જાય.

આચાર્ય ભયમુક્ત હતા. અભય બની ચૂક્યા હતા. કાયોત્સર્ગમાં લીન હતા. તેઓ સ્વયંમાં છે. હાર પોતાની જગ્યાએ છે. તેઓ ચૈતન્યમાં સ્થિત છે અને હાર શરીર પર પડેલો છે. તેમને શરીરની ચિંતા હતી નહિ, તો પછી હારની ચિંતા શા માટે કરે ? કોઈ પ્રકારની ચિંતા હતી નહિ.

રાતનો પહેલો પ્રહર વીત્યો. જે શિષ્યો સેવામાં હતા, તેઓ દૂર ખેઠા હતા. તેઓ અભયકુમાર પાસે ગયા. અભયકુમાર વ્રતની આરાધના કરી રહ્યો હતો. તેઓ ખોલ્યા, અહો મયં, અહો મયં અભયકુમારે સાંભળ્યું; વિચાર કર્યો : અરે આ શું ? મુનિને ભય કેવો ! શું એમનો ભય હજી

સુધી નથી ગયો ? તેઓ કહી રહ્યા છે—અહો ભયં, અહો ભયં. તેમણે કહેવું જોઈએ અહો વિસ્મયં, અહો વિસ્મયં ! આત્મા પ્રત્યે ‘અહો !’ હોવા જોઈએ આ મુનિ ભય સાથે ‘અહો’ જોડી રહ્યા છે.

અભયકુમારે પૂછ્યું : મુનિવર ! આપનામાં હવે કયો ભય પાડી રહી ગયો છે ?

મુનિ ખોલ્યા નહિ, જતા રહ્યા.

રાત્રિનો ખીજો પ્રહર વીત્યો. ખીજા મુનિ અભયકુમાર પાસે આવીને ખોલ્યા : ‘મહાભયં, મહાભયં !’

અભયકુમારે વિચાર્યું : શું બધા સાધુ ભયભીત જ થાય છે ? શું બધી કાયર વ્યક્તિઓ જ સાધુ બને છે ? એમને ભય જ ભય દેખાય છે ! એક આત્મસાધક વસ્તુનો ત્યાગ કરવાની ક્ષમતા રાખે છે; સર્વ-સત્તાઓ અને અધિકારો છોડી દેવામાં સક્ષમ હોય છે. બધી મર્યાદાઓ અને પરંપરાઓ છોડી દઈને ચૈતન્ય પ્રતિ સમર્પિત થઈ જાય છે, તેમના મનમાંથી પણ ભય નથી નીકળતો તો પછી અભય કોણુ થઈ શકે છે ? આ તો જાણે પાણીમાં જ આગ લાગી ગઈ છે. ખૂબ આશ્ચર્યજનક બાબત લાગે છે.

રાત્રિનો ત્રીજો પ્રહર પણ વીતી ગયો. ખીજા મુનિઓ આવ્યા અને અભયકુમારને કહ્યું : ‘અતિભયં, અતિભયં !’

અભયકુમાર આશ્ચર્યમાં ડૂબી રહ્યો હતો. સમસ્યા વધુ ગૂંચવાઈ રહી હતી.

રાત્રિનો ચોથો પ્રહર વીત્યો. સવાર થઈ. સૂર્યનાં કિરણો પથરાવા લાગ્યાં. તેની આભાથી ભૂમંડળ આલોકિત થવા લાગ્યું. એટલામાં જ કેટલાક મુનિઓ આવ્યા અને મોટે મોટેથી ખોલવા લાગ્યા : ‘અતિભયં, મહાભયં; મહાભયં, અતિભયં !’

અભયકુમારે વિસ્મિત નેત્રો વડે તેમને જોયા અને વિચાર્યું—આજે ગગનમાંથી ભય વરસી રહ્યો છે. બધા જ ભયની વાત કરી રહ્યા છે. તે ઊઠ્યો, બહાર આવ્યો. એક વૃક્ષ તરફ તેની નજર ગઈ. ત્યાં આચાર્ય કાયોત્સર્ગની મુદ્રામાં સ્થિત હતા. અભયકુમારે દૂરથી જોયું—આચાર્યના કંઠમાં કોઈ વસ્તુ પડી છે તે ચમકી રહી છે. સૂર્યનાં કિરણોની સાથે એનો ચળકાટ પણ વધી રહ્યો છે. તેઓ થોડા નિકટ

પ્રયા... જોયું : આચાર્યના કંઠમાં હાર છે ! એ બોલી ઊઠયા : અરે ! આ તો તે જ હાર છે, જે કેટલાક સમય પહેલા ગૂમ થઈ ગયો હતો ! રાણી ચિલ્લનાનો જ આ હાર છે. આ હાર માટે જ રાજાએ મને કહ્યું હતું : અભય ! આ હાર શોધી નહિ કાઢશે તો તમારે એના પરિણામ માટે તૈયાર રહેવું પડશે. પરિણામ કેટલું ભયંકર હશે, એ તો તમે જાણો જ છો. હું એ હારની શોધમાં નીકળ્યો. એનો કયાંય પત્તો લાગ્યો નહિ. છેવટે હું ધર્મના શરણમાં ગયો; વ્રતની આરાધનામાં લાગ્યો. ચિત્તને નિર્મળ બનાવ્યું. ચેતના શુદ્ધ કરી, જેથી કોઈ આભાસ મળી જાય. અંતે ધર્મનું શરણ સફળ થઈ રહ્યું—હાર મળી ગયો.

અભય આચાર્ય પાસે ગયો અને તેમના કંઠમાંથી હાર કાઢી લીધો.

આચાર્યે કાયોત્સર્ગ પૂર્ણ કર્યો. રાતભર હાર કંઠમાં પડી રહ્યો—તેમને એનો કોઈ આનંદ ન હતો; હાર નીકળી ગયો, એનો તેમને કોઈ વિષાદ નહોતો, આ હતી અભયની સાધના !

અભય ત્યારે જ આવી શકે છે, જ્યારે કાયોત્સર્ગ થાય છે.

‘इम तनु सार तजी करी प्रभु केवल पाया।’ —જે શરીરની સાર-સંભાળ ત્યજ દે છે, કાયોત્સર્ગ સાધે છે, તેમાં કૈવલ્ય ઉત્પન્ન થાય છે. મનુષ્ય શરીર પ્રત્યે પણ જાગ્રત બને અને ચેતન્ય માટે પણ જાગ્રતો રહે—એ શક્ય નથી. બંને એક સાથે જાગી ન શકે. કૈવલ્ય પણ જોઈએ અને શરીરનું મમત્વ પણ ન છૂટે—એ કેવી રીતે સંભવિત છે? જ્યારે શરીર પરત્વેનું મમત્વ છૂટી જાય છે ત્યારે ચેતન્ય જાગ્રત થાય છે. જ્યારે શરીર પ્રત્યેનું મમત્વ જાગ્રતું રહે છે ત્યારે ચેતન્ય સૂતેલું પડી રહે છે. બંનેનું એક સાથે જાગરણ નથી થઈ શકતું. એકના સૂવાથી જ બીજું જાગી શકે છે.

અચળતાની નિવૃત્તિ : શિથિલીકરણ છે

કાયોત્સર્ગનો ત્રીજો અર્થ ‘શિથિલીકરણ’ છે. ‘શિથિલીકરણ’નો અર્થ છે : અચળતાની નિવૃત્તિ. શરીર સંપૂર્ણ સ્થિર થઈ જાય; કોઈ પણ અંગ હલે નહિ; શરીરની તમામ પ્રવૃત્તિઓનું વિસર્જન કરવામાં આવે, એ ‘શિથિલીકરણ’ છે.

બે પ્રકારનાં નાડી-સંસ્થાન છે. સ્વતઃચાલિત નાડી-સંસ્થાન અને ઇચ્છા-ચાલિત નાડી-સંસ્થાન. પ્રથમ આપણે ઇચ્છા-ચાલિત નાડી-સંસ્થાન સ્થિર કરવાનું શીખીએ. જેમ જેમ ટેવ પડશે, સ્થિરતા પ્રાપ્ત થતી જશે. બ્યારે ઇચ્છા-ચાલિત નાડી-સંસ્થાન પર નિયંત્રણ સ્થાપિત થઈ જશે, ત્યારે સ્વતઃચાલિત નાડી-સંસ્થાન પણ સ્વયં જ સ્થિર થવા લાગશે —હૃદયની ધડકન પણ ઓછી થવા લાગશે; શ્વાસ મંદ થઈ જશે; એની સંખ્યા ઘટશે. રક્તચાલનની ક્રિયા પણ મંદ પડી જશે. પ્રાણવાયુ (ઓક્સિજન)નો વપરાશ પણ ઓછો થઈ જશે; સર્વ અપેક્ષાઓ ઓછી થઈ જશે; અને ભીતરમાં—અંદરની દુનિયામાં—અકલ્પિત શાન્તિનું વાતાવરણ સર્જાઈ જશે.

કાયોત્સર્ગનાં બે ફલિત

ભગવાન ઋષભે બાર માસનો કાયોત્સર્ગ કર્યો. એમણે ઇચ્છા-ચાલિત નાડી-સંસ્થાન પર નિયંત્રણ સ્થાપિત કર્યું. શું આ કંઈ જેવી-તેવી ને સામાન્ય વાત છે? પૂરા બાર માસ હાલ્યા-ચાલ્યા વિના ઊભા રહેવું એ શું ઓછા મહત્ત્વની બાબત છે? ભૂખ-તરસ, ઠંડી-ગરમી આદિ સહન કરવાં એ પણ મહત્ત્વપૂર્ણ તથ્ય છે. ઇચ્છા-ચાલિત નાડીસંસ્થાન પર નિયંત્રણ પૂર્ણ થતાં સ્વતઃચાલિત નાડી-સંસ્થાન વશવર્તી બની જાય છે. સંપૂર્ણ નિયંત્રણ સ્થાપિત થતાં જ કાયોત્સર્ગ સધાઈ ગયો કહેવાય; અને બ્યારે કાયોત્સર્ગ સધાઈ ગયો એટલે ‘ચેતન તન મિન લેખવી’—ચેતન અને શરીરની ભિન્નતા સ્પષ્ટ થઈ ગઈ—સાક્ષાત્કાર થઈ ગયો. આ રહું શરીર ને આ રહું ચૈતન્ય. આ રહ્યો દેહ અને આ રહ્યો આત્મા. વલોણું કર્યું... એક બિન્દુ આવે છે—આ રહી છાશ અને આ રહું માખણ. તલ પીલવામાં આવે છે... એક બિન્દુ આવે છે—આ રહ્યો ખોળ ને આ રહું તેલ. સોનું તપાવવામાં આવે છે... એક (સમય) બિન્દુ આવે છે—આ રહી માટી ને આ રહું શુદ્ધ સુવર્ણ. વિવેક થઈ જાય છે; પૃથક્કરણ થઈ જાય છે. આ શરીર એ કંઈ માત્ર જડ જ નથી; આ શરીરની ભીતર આત્મા છે—પરમાત્મા છે. સૌથી વધુ મૂલ્યવાન અને અત્યંત શક્તિશાળી તથ્ય છે શરીરમાં. જે વ્યક્તિએ પોતાના શરીરની અંદર રહેલા પ્રભુને ઓળખવાનો પ્રયત્ન નહિ કર્યો, જેણે પોતાની વિપનતાઓને સમાપ્ત નહિ કરી, તેવી વ્યક્તિ આવે છે અને ચાલી જાય છે; તેણે જીવનનો સાર નથી કાઢ્યો. તેણે શરીરનું મૂલ્યાંકન પણ

નહિ ક્યું વાસ્તવમાં શરીરનું મૂલ્યાંકન તેજ વ્યક્તિ કરી શકતી હોય છે, જેણે કાયોત્સર્ગનો અભ્યાસ કર્યો હોય છે, વાસ્તવમાં શરીરનો સાર તેજ કાઢી શકે છે, જેણે કાયોત્સર્ગ સાધ્યો છે. ભગવાન ઋષભે કાયોત્સર્ગની સાધના કરી. કાયોત્સર્ગની સાધનાની એ નિષ્પત્તિઓ છે :

જે વ્યક્તિ કાયોત્સર્ગની સાધના કરે છે, એને આત્માનાં દર્શન થાય છે—ચૈતન્યનો સાક્ષાત્કાર થાય છે—તેની પ્રજ્ઞા જગત્ થાય છે.

જે વ્યક્તિ કાયોત્સર્ગની સાધના કરે છે, તેનામાં સમતાનો વિકાસ થાય છે.

લાભ-અલાભ, સુખ-દુઃખ, નિન્દા-પ્રશંસા, જીવન-મૃત્યુ—આવાં દ્વંદ્વોમાં સમ રહેવાની ક્ષમતા તે વ્યક્તિમાં વિકસિત થાય છે. જે કાયોત્સર્ગને સાધી લે છે; જ્યારે કાયોત્સર્ગ દ્વારા પ્રજ્ઞાનું જગરણ થાય છે, ત્યારે સમતા પણ જગત્ થાય છે.

બુદ્ધિ-પ્રજ્ઞા

બુદ્ધિ અને પ્રજ્ઞામાં એટલું જ અન્તર છે કે બુદ્ધિ પસંદગી કરે છે : આ પ્રિય છે—આ અપ્રિય છે. પ્રજ્ઞામાં પસંદગી-પ્રવૃત્તિ સમાપ્ત થઈ જાય છે. એની સમક્ષ પ્રિયતા-અપ્રિયતાનો પ્રશ્ન જ ઊઠતો નથી. એની સમક્ષ સમતા જ પ્રતિષ્ઠિત થાય છે. પ્રજ્ઞામાં પ્રિય-અપ્રિયનો ભેદ જ નથી હોતો. જાને આયામ સમાપ્ત થઈ જાય છે; પ્રિયતાનો આયામ પણ સમાપ્ત થઈ જાય છે; અને અપ્રિયતાનો આયામ પણ સમાપ્ત થઈ જાય છે અને એક ત્રીજે જ આયામ ઉદ્ઘાટિત થાય છે—તૃતીય લોચન (ત્રીજી આંખ) ખૂલી જાય છે. તે આયામ છે ‘સમતા’નો. એ આંખ છે ‘સમતા’ની. એ જ આપણી પ્રજ્ઞા. જે પ્રજ્ઞાની ભૂમિકામાં પ્રતિષ્ઠિત નથી, તે સમતાની ભૂમિકામાં નથી જઈ શકતો. કાયોત્સર્ગ દ્વારા પ્રજ્ઞા જાગે છે અને પ્રજ્ઞાથી જીવનમાં સમતા આવે છે.

જે આપણી અંદર આત્મદર્શનની આકાંક્ષા હોય, તે આપણે સત્ય પ્રત્યે સમર્પિત થવું પડશે અને સત્યની યાત્રા કરવા માટે ગુરુ પ્રત્યે સમર્પિત થવું પડશે. ગુરુની પસંદગી કરીએ અને એમને સત્યની આ યાત્રાના સહયોગી બનાવીએ—ગુરુના અનુભવોનો લાભ ઉઠાવીએ.

ધર્મનું આદિ-બિંદુ

પ્રશ્ન થાય છે : ધર્મ કયાંથી શરૂ કરીએ? ધર્મનું પ્રથમ બિંદુ છે 'કાયોત્સર્ગ.' કાયોત્સર્ગ વિના ધર્મની યાત્રાનો પ્રારંભ નથી શકતો. કાયોત્સર્ગ ધર્મનું પ્રથમ સૂત્ર છે. કાયોત્સર્ગના અભ્યાસથી ભુક્તિ પલ્લુ નીચું નમતું જશે અને પ્રજ્ઞાનું પલ્લુ ઉપર ઊડતું જશે. આમાં ભારે નથી બનવાનું, હલકા-હળવા બનવાનું છે; ઊર્ધ્વગામી બનવાનું છે. જીવનમાં જે દિવસે પ્રજ્ઞાનું પ્રથમ કિરણ કૂટશે, આપમેળે સમતાનાં દર્શન થશે.

આત્મદર્શનનો અર્થ છે : પ્રજ્ઞાનું બગવું.

આત્મદર્શનનો અર્થ છે : સમતાના પ્રથમ કિરણનું કૂટવું.



प्रवचन : २

वा दसा डिणु दिन आवसी

(ते दसा क्या दिवसे आवसे)

संकेतिका

- १ संभव साहिब समरियै, ध्यायो है जिन निर्मल ध्यान कै ।
इक पुद्गल दृष्टि थाय नै, कीधो है मन मेरु समान कै ॥
- २ तन चंचलता भेट नै, हुआ है जगथी उदासीन कै ।
धर्म शुक्ल धिर चित धरै, उपशम रसमें होय रह्या लीन कै ॥
- ३ राजिमती छांडी जिनराय, शिव-सुन्दर रयूं प्रीत लगाय ।
प्रभु नेम स्वामी ! तूं जगनाथ अंतरजामी ॥
(चौबीसी ३/१, २; २२/२)



- ये तटवर्ती ज्वन.
- कि सारं? सारं सारंगलोचना.
- अनुभव न साया निष्कर्ष सुधी लई नय छे.
- भोग लयंकर कटु इण—डेवी रीते?
- सुख शुं छे? सुख कयां छे?
- अनुभस्तिष्क अने भस्तिष्कने। पाछणने। लाग अत्यन्त मडत्वपूर्ण
- अन्तर्दृष्टिनुं नगरणु डेवी रीते?
- अप्राप्त भाटे प्राप्तने। त्याग भूर्भता छे.
- प्रेक्षा-ध्यान—रसायणु परिवर्तननी प्रक्रिया
- ध्याननी प्रक्रिया भस्तिष्कने। नियंत्रणु-सूत्राने समभवानी प्रक्रिया.
- गायमा 'आय मा' पनी गया.

વા દસા કિણ દિન આવસી ?

બે તટોનું જીવન

તટ બે છે, એક નહિ. જો એક જ તટ હોત તો મનુષ્ય ડામાડોળ નહિ થાત. તટ બે છે—કિનારા બે છે. એટલે પસંદગીનો પ્રશ્ન ઊઠે છે. ચિત્ત ડામાડોળ થાય છે.

જીવનના પણ બે તટ છે. એક આ તરફનો તટ અને ખીજો સામે પારનો તટ. હવે પસંદગીની વાત આવે છે કે આ તરફનું જીવન જીવવામાં આવે કે પેલી તરફનું જીવન જીવવામાં આવે? મનમાં એક પ્રકારનો સન્દેહ પેદા થાય છે. મનુષ્ય વિમાસણમાં પડી જાય છે. નિર્ણય કરવો અત્યંત કઠિન છે કે કઈ તરફનું જીવન જીવવું? આ તરફનો કિનારો અત્યંત સ્પષ્ટ છે; એમાં કોઈ સન્દેહ નથી; એ સંપૂર્ણ સ્પષ્ટ છે; એનું સ્પષ્ટ ચિત્ર બિલકુલ નજર સમક્ષ છે.

પેલી તરફનો કિનારો અસ્પષ્ટ છે—ઝાંખો છે. એ બાળતમાં અનેક માન્યતાઓ છે—ધારણાઓ છે. પેલી તરફના કિનારામાં આધ્યાત્મિક સુખ છે. એ સુખ એવું છે, જે ભૌતિક પદાર્થોથી દૂર છે. તે સુખની ઉત્પત્તિમાં પદાર્થનો કોઈ ભાગ નથી—કોઈ હિસ્સો કે સહકાર નથી. એ છે પદાર્થોત્તીત સુખ. એની સમક્ષ વિશ્વનાં તમામ સુખો નગણ્ય છે—તુરજ છે.

ખીજા બાજુ જોઈએ તો આ તરફના કિનારાનું સુખ ખૂબ જ લોભામણું છે; તે ઇન્દ્રિયોને લલચાવે છે; મનને આકર્ષિત કરે છે. સમગ્ર એતના તેમાં દૂખી જાય છે; એમ લાગે છે કે જો વિશ્વમાં કોઈ સારભૂત તત્ત્વ હોય તો તે આ જ છે; એનાથી અધિક સારભૂત તત્ત્વ અન્ય કોઈ નથી.

એક તરફ પ્રત્યક્ષનો અનુભવ છે; બ્યારે ખીજા તરફ સોનેરી સપનું છે; એક તરફ બધું જ સાક્ષાત્ છે; બ્યારે ખીજા તરફ માત્ર કલ્પના છે. કલ્પનાનું સુખ સારું હોય છે; પરંતુ બ્યારે યથાર્થના ધરાતલનો સ્પર્શ થાય છે ત્યારે તેની વિસ્મૃતિ થઈ જાય છે. વળી જે પ્રત્યક્ષ હોય છે એના પ્રતિ મન આકર્ષાય છે.

આ બે તટ-કિનારાઓની સ્મૃતિ મનુષ્યને ડામાડોળ બનાવી દે છે. મનુષ્ય નિર્ણય નથી કરી શકતો કઈ તરફના તટનું જીવન જીવવું—

આ તરફના તટનું કે પેલી તરફના તટનું? ઠચારેક મન લલચાય છે કે પેલી તરફના તટ પર બહુ અને એ જીવનનો રસાસ્વાદ લઉં. પરંતુ વર્તમાનને જોઈને મન પાછું પડે છે; મનમાં સન્દેહ પેદા થાય છે. એવો સન્દેહ પેદા થાય છે કે: સાંભળ્યું છે કે પેલી તરફનું જીવન અત્યંત સુખદ છે; પરંતુ ખબર નથી કે તે કેવું છે—તે એવું છે કે નહિ... લખનારે કેવળ કલ્પના તો નથી કરી ને! એણે માત્ર સ્વપ્નિલ યાખતો જ તો નથી લખી ને! એના લખાણમાં વાસ્તવિકતા છે કે નહિ? મનમાં અનેક પ્રકારના સંશયો પેદા થાય છે; અને પરિણામે સામેના કિનારા તરફ પગ માંડવાની યધી જ ભાવનાઓ સૂઈ જાય છે—મરી જાય છે. આ સ્થિતિમાં અધ્યાત્મ માત્ર એક કલ્પના બની રહે છે; ધર્મ એક દિવાસ્વપ્ન સમાન બની રહે છે; અને યથાર્થ રહે છે કેવળ ઇન્દ્રિયોનું જગત—મનનું જગત—પદાર્થનું જગત અથવા ભ્રમણાઓનું જગત. એવી માન્યતા બની જાય છે કે ત્યાગની સંપૂર્ણ ધારણા ફક્ત તે લોકોની સ્વપ્નિલ કલ્પના છે, જેમણે યથાર્થને જાણ્યું નથી, ભોગવ્યું નથી; એમણે કલ્પનાની પાંખો પર ઉડ્યન કર્યું અને જેમ ઇચ્છા આવી તેમ લખી નાખ્યું.

ઉપરોક્ત સમસ્યા—ભૂતકાળમાંય રહી છે અને આજે પણ યથાવત છે. આ સમસ્યાને માનવી આજ સુધી ઉકેલી શક્યો નથી. માનવી સાંભળે છે, જાણે છે—આ વિશ્વ પૌદ્ગલિક છે; પૌદ્ગલિક સુખ અનિત્ય છે—અસાર છે. ‘ભોગ મયંકર કટુક ફલ’—ભોગ ભયંકર છે અને તેનો વિપાક કડવો હોય છે—એક તરફ આ ધારણા છે.

સારં સારંમલોચના

ખીજી તરફ એથી વિપરીત ધારણા છે. વિદ્વાનોની સલામાં સમસ્યાપૂર્તિ માટે એક પદ્ય આપવામાં આવ્યું—‘કિં સારમ્?’ વિદ્વાનોએ સમસ્યાપૂર્તિમાં અનેક શ્લોકો કહ્યા. દરેકનો પોતપોતાની રીતનો અભિપ્રાય હતો; પોતપોતાની રીતનો દષ્ટિકોણ હતો. મહાકવિ કાલિદાસે પણ પોતાનો એક શ્લોક કહ્યો: અસારે સ્વલુ સંસારે, સારં સારંગલોચના’ આ અસાર સંસારમાં જો કોઈ સારભૂત તત્ત્વ-વસ્તુ—છે તો તે છે—‘સ્ત્રી.’ સ્ત્રી શબ્દ સમસ્ત પૌદ્ગલિક વિશ્વનું પ્રતીક છે. સ્ત્રી વિના યજ્ઞ જ અસાર છે.

બે વિદ્યાઓ છે; એક છે ત્યાગની વિદ્યા અને બીજી છે ભોગની વિદ્યા. એક તરફ ત્યાગ સાર છે તો બીજી તરફ ભોગ સાર છે. એ બંને તટોની વચ્ચે રહીને દરેક વ્યક્તિએ એ નિર્ણય કરવાનો હોય છે કે વાસ્તવમાં સાર શો છે? શું આપણી પાસે એવું કોઈ સાધન છે, જેના દ્વારા આપણે આ નિર્ણય કરી શકીએ?—વસ્તુસ્થિતિનું સાચું મૂલ્યાંકન કરી શકીએ?

સાચો નિર્ણય અને નિષ્કર્ષ સુધી પહોંચવા માટેનું આપણી પાસે એક અત્યંત મૂલ્યવાન સાધન છે—‘અનુભવ.’ બુદ્ધિથી આપણે સાચા નિર્ણય પર નથી આવી શકતા. બુદ્ધિ યા તર્ક દ્વારા આજ સુધી લોકોએ પૌદ્ગલિક જગતનું સમર્થન કે ખંડન કર્યું. તે સમર્થન પણ અધૂરું છે અને તે ખંડન પણ અધૂરું છે. તે સમર્થન યા ખંડનમાં કોઈ પ્રાણવત્તા નથી.

એક દિવસ બધાએ મરવાનું છે

હું કહું. કહેલી-સાંભળેલી વાતનું પુનરાવર્તન કરું કે ‘જગત અસાર છે; શરીર અનિત્ય છે; પરિગ્રહ તમામ પાપોનું મૂળ છે; પૌદ્ગલિક પદાર્થ દુઃખ આપનાર છે; ભોગોમાં કોઈ સાર નથી.’ આ વાતોનું નિરંતર પુનરાવર્તન કરું અને જીવન એની વચ્ચે વીતાવતો રહું; તો તેથી કોઈ લાભ થતો નથી. પરિગ્રહ વિના માનવી એક ઈંચ પણ ચાલી શકતો નથી. રોટલી અને પાણી માટે પરિગ્રહ જરૂરી છે; કપડાં માટે પરિગ્રહ જરૂરી છે. સમગ્ર જીવનયાત્રા ચલાવવા માટે પરિગ્રહની અનિવાર્યતા છે; તો પછી આપણે શી રીતે કહી શકીએ કે પરિગ્રહ પાપનું મૂળ છે? એ વિધાન શી રીતે માનીએ? યથાર્થતાની ભૂમિકા પર એનો સ્વીકાર કરવામાં મુરજેલી પડે છે.

‘ભોગ લયંકર છે’—એ શી રીતે માનીએ? મનુષ્યને જે સુખ મળે છે, તે બધું પાંચ ઇન્દ્રિયોના ઉપભોગ દ્વારા જ પ્રાપ્ત થાય છે. જ્યારે અમુક પરિસ્થિતિ ઉપનન થાય છે ત્યારે માણસ સિદ્ધાંતોને ભૂલી જાય છે અને પ્રત્યક્ષ પ્રાપ્ત થનાર ક્ષણિક સુખમાં વીંટળાઈ જાય છે. ખીમાર માણસને ડૉક્ટર સલાહ આપે છે મીઠાઈ ખાઓ નહિ; ઘી નહિ ખાવો. આ સલાહ તેને સારી લાગે છે અને તે વિચારે છે કે આવું કરવાથી જ સ્વાસ્થ્યલાભ થઈ શકે છે. પરંતુ મીઠાઈ અને ઘી સામે આવે છે ત્યારે લાજ ટપકવા લાગે છે. તે સલાહને ભૂલી જાય છે અને તર્ક પ્રસ્તુત કરે

છે—જો આ વસ્તુઓનો ત્યાગ કરીને (કદાચને) પાંચ વર્ષ વધુ જીવાઈ જાય તો તેમાં કઈ મોટી સિદ્ધિ પ્રાપ્ત થઈ જવાની છે; અને વળી ખાતાં ખાતાં જતાય રહ્યા તો તેમાં ક્યું મોટું નુકસાન થઈ જવાનું છે? એક દિવસ બધાએ મરવાનું જ છે, તો પછી શો ફેર પડશે?

અસાર કેવી રીતે?

સ્વાસ્થ્ય-સંગઠને તમાકુ પીવાથી થતાં હાનિ-લાભ પર અનેક સંશોધનો કર્યાં અને સંસાર સમક્ષ નવા નવા આંકડા અને તથ્યો પ્રસ્તુત કર્યાં. એણે એવી ઘોષણા પ્રસારિત કરી—‘તમાકુનો એક કશ ખેંચનાર પાંચ દિવસોનું આયુષ્ય ઓછું કરી દે છે.’ બધાએ આ વાંચ્યું-સાંભળ્યું. પછી તમાકુ પીનારાઓને પૂછવામાં આવ્યું—‘આ ઘોષણાનો શો પ્રભાવ પડ્યો?’ તેમણે કહ્યું: ‘પ્રભાવ તે વળી શો પડવાનો? તમાકુનો એક કશ ખેંચવામાં કેટલી મજા આવે છે! કેટલો બધો આનંદ આવે છે!—એ મજા ને આનંદ પેલા આંકડા રજૂ કરનારા બિચારા શું જાણે? એમને શી ખબર કે એક કશમાં કેટલો બધો આનંદ આવે છે! જે પીએ તેને ખબર પડે કે એક કશમાં કેવો બહાનંદ આવે છે! એથી કેટલી બધી ત-મયતા આવે છે! બધું જ બદલાઈ જાય છે; ચિંતાનો નાશ થાય છે. જેઓ માત્ર ગણિતનું જીવન જીવે છે, તેઓ વાસ્તવિકતા બાણી શકતા નથી. જો તમાકુ છોડી દઈને લાંબું જીવવાનું હોય તો તે જીવન ખેંચાર છે; અને તમાકુ પીતાં પીતાં જલદીથી મરી જવાય તો તે તો જીવનની એક સાર્થકતા છે.’

આ સ્થિતિમાં આપણે કેવી રીતે સ્વીકારી શકીએ કે પદાર્થજગત વ્યર્થ છે—અસાર છે? સામે એક સુંદર રૂપ આવે છે; કાનોમાં સ્વર-લહરી ગૂંજે છે; સરસ સુવાસ અને લીની લીની ખુશબૂ આવે છે; અને કોમળ સ્પર્શ થાય છે, ત્યારે રોમ-રોમ અકૃત થઈ જાય છે. કેવી રીતે માનવામાં આવે કે આ બધું અસાર છે!—એ એક વિશાળ પ્રશ્ન છે.

વા દસા (તે દશા)

ધર્મની વાતો વાંચતાં-વાંચતાં, ધર્મના સિદ્ધાંતોનું પ્રતિપાદન કરતાં-કરતાં સેંકડો-હજારો વર્ષો વીતી ગયાં; પરંતુ મનુષ્ય આજે પણ પદાર્થો પ્રત્યે એટલો જ આસક્ત છે, એટલો આજથી પાંચ હજાર વર્ષો પહેલાં હતો; અને આગામી પાંચ હજાર વર્ષોમાં પણ આ વૃત્તિમાં કોઈ જાતનું પરિવર્તન થાય, એવો સંભવ દેખાતો નથી. આચાર્ય કહે છે—‘વા દસા

કિણ દિન આવસી'—તે દશા, તે અવસ્થા કયા દિવસે આવશે, જેમાં પહેાંચી જતાં શબ્દ, રૂપ, રસ, ગંધ અને સ્પર્શ—આ સુરતિઓ અને આ કલ્પનાઓ—એ બધાની મધુરતા સમાપ્ત થઈ જશે? એનાથી પ્રાપ્ત સુખ ફીકું લાગવા માંડશે અને એક દિવસ નવા સુખનો ઉદય થશે?—એવી દશા કયારે આવશે?

સુખ શું? શા માટે?

પ્રશ્ન થાય છે—શું એવી દશાના ઉદયની સંભાવના છે? શું એ દશા આવી શકે છે? એનો જવાબ છે—'હા'. વર્તમાન વૈજ્ઞાનિક સંશોધનોથી એ ખૂબ સ્પષ્ટ થઈ ગયું છે કે પ્રાચીનકાળમાં જે વાતો માત્ર કહેવામાં આવતી, તે વાતો આજે પ્રત્યક્ષ અનુભવની ભૂમિકા પર ઉતારી શકાય છે. એ જ વૈજ્ઞાનિક યુગની વિશેષતા છે. તે વાતો પરીક્ષણસિદ્ધ અને પ્રયોગસિદ્ધ થઈ ચૂકી છે.

સુખ શું છે? સુખ કયાં છે? સુખ તો આપણા મસ્તિષ્કમાં છે. એ કેવળ વિદ્યુત પ્રવાહ છે. શરીરમાં વિદ્યુત છે. જે આ વિદ્યુતની ગતિ અને સ્થાન બદલી નાખવામાં આવે તો સુખની બધી ભાવના બદલાઈ જાય. બ્યારે પણ બ્રેઈન-વોશિંગ (Brain-Washing)—મગજની અંદર ધોલાઈ થાય છે ત્યારે બધી ધારણાઓ અને માન્યતાઓમાં પરિવર્તન આવી જાય છે. વર્તમાન રાજકારણમાં બ્રેઈન-વોશિંગનો પ્રયોગ વિશેષ થાય છે. મસ્તિષ્કની ધોલાઈ કરીને વિચારોને બદલવામાં આવે છે. આ પદ્ધતિ અર્વાચીન નથી; અતિ પ્રાચીન છે.

સુખ શા માટે થાય છે? સુખાનુભૂતિનું મૂળ કારણ છે—રસાયણ. આપણા શરીરમાં અનેક પ્રકારનાં રસાયણો છે. એ રસાયણો (chemicals કેમિકલ્સ) જ સુખ-દુઃખનું કારણ બને છે. જે એ રસાયણ ન હોય તો ન સુખ થાય, ન દુઃખ થાય. જે કેમિકલ-ચેઈન્જ (chemical-change)—રસાયણ-પરિવર્તન કરવામાં આવે તો સુખની ધારણા બદલાઈ જશે. ભય, શોક, ઈર્ષ્યા, સંતાપ—આ બધાં રસાયણો દ્વારા નિર્મિત થાય છે. આપણે આંતરિક રસાયણો પર ધ્યાન દેતા નથી. માત્ર બાહ્ય પરિસ્થિતિ બદલીને માણસને બદલવા ઇચ્છીએ છીએ. પરંતુ 'ન ભૂતં ન ભવિષ્યતિ'—ન કદી એવું થયું છે, ન કદાપિ એવું થશે. બાહ્ય પરિસ્થિતિને બદલીને આપણે થોડુંક તાત્કાલિક પરિવર્તન લાવી શકીએ છીએ. સામયિક

સ્થિતિ થોડી બદલી શકીએ કિન્તુ સ્થાયી પરિવર્તન એનાથી થઈ શકતું નથી. સ્થાયી પરિવર્તન આંતરિક રસાયણોને બદલવાથી થાય છે. જે આપણે આંતરિક રસાયણો બદલી શકીએ તેો સમૂળગો માણસ બદલાઈ જાય છે, એની ધારણા બદલાઈ જાય છે, સુખની માન્યતા બદલાઈ જાય છે.

ઉદરને જેતાં જ ગિલાડી એના પર તરાપ મારે છે અને ગિલાડીને જેતાં જ ઉદર ભયભીત થઈને ભાગી જાય છે. પ્રયોગ કરવામાં આવ્યો... વિદ્યુત પ્રવાહ બદલી નાખ્યો. ગિલાડીની આકાન્ત ભાવના સમાપ્ત થઈ ગઈ અને ઉદરની ભયવૃત્તિ પણ સમાપ્ત થઈ ગઈ. હવે બંને પરસ્પર રમે છે. ઉદર ગિલાડી પર ચડે છે, ઊતરે છે, ક્રોઈ ભય નથી. ગિલાડી ગિલાડી ન રહી; ઉદર ઉદર ન રહ્યો; બંને બદલાઈ ગયાં.

મસ્તિષ્કનો મહત્વપૂર્ણ ભાગ

પ્રત્યેક પ્રાણીની મનોવૃત્તિ બદલી શકાય છે, બદલાઈ ગઈ છે. મસ્તિષ્કના ત્રણ ભાગો છે : જમણો, ડાબો અને પાછલો, એક છે કલ્પનાનો, એક છે વિચારનો, અને ત્રીજો છે અજ્ઞાત, રહસ્યમય. વિજ્ઞાનની આટઆટલી શોધખોળો થવા છતાં પણ આજ સુધી એ પાછલો ભાગ રહસ્યમય જ રહ્યો છે—બની રહ્યો છે. મસ્તિષ્કના વિષયમાં ઘણી શોધો થઈ છે અને આજે પણ થઈ રહી છે. આ વર્ષે મસ્તિષ્કની બાબતમાં લગભગ પંદર લાખ લેખો લખવામાં આવ્યા છે. હબ્બરો—હબ્બરો વ્યક્તિઓ આ દિશામાં શોધ કરી રહી છે. તેઓ પણ હજી સુધી અનુમસ્તિષ્ક તથા મસ્તિષ્કના પાછલા ભાગની સંપૂર્ણ ભાળ મળી નથી. શરીરશાસ્ત્રીઓ અને માનસશાસ્ત્રીઓ—ફિઝિયોલોજિસ્ટ્સ અને સાયકોલોજિસ્ટ્સ પણ હજી સુધી એના સંપૂર્ણ રહસ્યને પામી શક્યા નથી. વાસ્તવમાં સૌથી મોટું રહસ્ય મસ્તિષ્કનો આ પાછળનો ભાગ છે, જે કરોડરજબુના હાડકાને માથા સાથે જોડે છે. આ રેટિક્યુલર ફોર્મેશન સૌથી વધુ રહસ્યમય છે. જે દિવસે એ પૂરેપૂરું જ્ઞાત થશે, જે દિવસે એનો ક્રિયા-કલાપ બદલવામાં આવશે, તે દિવસે સંપૂર્ણ વ્યક્તિ બદલાઈ જશે. એનાથી આપણી દષ્ટિ બદલાઈ જાય છે, અન્તર્ દષ્ટિ બગી જાય છે, સમ્યગ્-દષ્ટિ ઉપલબ્ધ થઈ જાય છે. સમ્યગ્-દષ્ટિ ઉપલબ્ધ થયા વિના, ‘ભોગ અસાર છે, પદાર્થ અસાર છે’—આ માત્ર રટણ હોય છે, વાસ્તવિકતા નથી હોતી. જે દિવસે મનુષ્યમાં સમ્યગ્-દષ્ટિ બગે છે, તે દિવસે સ્પષ્ટ પ્રતીત

થાય છે—‘આ સાર છે અને આ અસાર છે; આ શાશ્વત છે અને આ અશાશ્વત છે; આ સુખ નજીવું છે ને આ સુખ મહાન છે.’ અન્તર્ દષ્ટિ ભગતાં જ વિવેક બુદ્ધિ ભગે છે.

અન્તર્ દષ્ટિનું ભગરણુ

પ્રશ્ન છે : અન્તર્ દષ્ટિ ભગે કેવી રીતે ? જ્યાંયાર્યે એક મહત્વપૂર્ણ સૂત્ર આપ્યું છે : ‘હક પુદ્ગલ દષ્ટિ થાપને, કીઘો હૈ મન મેરુ સમાનકે । મસ્તિષ્કના પાછલા રહસ્યમય હિસ્સાને સક્રિય કરવાનો—અન્તર્ દષ્ટિને પ્રાપ્ત કરવાનો—એક મહત્વપૂર્ણ ઉપાય છે : એક પુદ્ગલ પર દષ્ટિ ટકાવવાનો; આ છે—અનિમેષપ્રેક્ષા. આપણે ખુલ્લી આંખે જોવાનું છે. આપણે કોઈપણ વસ્તુની પસંદગી કરીએ અને એને ખુલ્લી આંખે જોઈએ—ખિલકુલ અનિમેષ દષ્ટિ...કોઈ પલક-અપટ્ટી નહિ, આંખનો પલકારોય ન થાય. નિર્નિમેષ નેત્રોથી અપલક એક વસ્તુને જોતા જઈએ. આ અનિમેષ ધ્યાન છે. હકયોગમાં એને ‘ત્રાટક’ કહેવામાં આવે છે. આ એક મહત્વપૂર્ણ પ્રક્રિયા છે. એનાથી અનુમસ્તિષ્ક ભગે છે, શક્તિઓ ભગે છે. આગમોનું વાક્ય છે : એગ પોગ્ગલ નિવિઙ્ઠુદિઙ્ઠુ. ભગવાન મહાવીર એક પુદ્ગલ પર દષ્ટિ ઠેરવીને ધ્યાન ધરતા હતા. ધ્યાનની આ પદ્ધતિનો ઉલ્લેખ મળે છે; પરિણામનો ઉલ્લેખ નથી મળતો. એક પુદ્ગલ પર દષ્ટિ ઠેરવવાનું શું પરિણામ હોય છે, નિષ્પત્તિ શું હોય છે—એનો ઉલ્લેખ સૂત્રોમાં નથી મળતો. જ્યાંયાર્યે આ પદ્ધતિની સાથે સાથે એના પરિણામનો ઉલ્લેખ કરતાં લખ્યું છે : કીઘો હો મન મેરુ સમાન હો—એક પુદ્ગલ પર દષ્ટિ સ્થિર ટકાવી રાખવાથી મન મેરુની જેમ અચલ અને અપ્રકંપ બની જાય છે. પર્વત અડોલ-અચલ હોય છે. મેરુ પર્વતરાજ છે. તે પર્વતોમાં શ્રેષ્ઠ છે; તે કદી પ્રકંપિત થતો નથી. ગમે તેટલા મહાપ્રલયકારી ઝંઝાવાતો આવે, પરન્તુ મેરુ કદીય ચલાયમાન થતો નથી. જ્યારે એક પુદ્ગલ પર દષ્ટિ સ્થાપિત કરવાની સાધના સફળ થાય છે, ત્યારે મન પ્રશાંત થઈ જાય છે; તે કદી કોઈપણ પરિસ્થિતિમાં ઉદ્વેલિત થતું નથી—પ્રકંપિત થતું નથી; પછી ભલે ને મધુર વાણી સામે આવે, ભલે સુંદર રૂપ સામે આવે, ભલે સુવાસનો અનુભવ થાય, ભલે ને મૃદુ-કોમલ સ્પર્શ થાય—સ્મૃતિ કે કલ્પના આવે પરન્તુ મનનો આ મેરુ કદીય પ્રકંપિત થતો નથી, પ્રતાડિત થતો નથી. જ્યારે મનની આવી સ્થિતિ સર્જાય છે, ત્યારે મનનું પેલું ચૈતન્ય ભગે છે—પાછળનું મસ્તિષ્ક

ખૂલે છે. તાંત્રિકશાસ્ત્રમાં એ બાબત સંમત છે કે ત્રાટકથી પાછળના મસ્તિષ્કનો ભાગ જન્યત થાય છે. તે ચેતનાને સક્રિય કરવાની આ મહત્વપૂર્ણ પ્રક્રિયા છે.

ભગવાન મહાવીર ઘણા દિવસો સુધી અનિમેષ ધ્યાન ધરતા-ત્રાટક કરતા. ધ્યાનની આ લાંબી અવધિમાં એમની આંખો લાલ થઈ જતી. એ આંખો એટલી બધી ડરામણી બની જતી કે નાનાં બાળકો એ જોઈને ડરી જતાં —ચીસ પાડી બેઠાં. એ વખતે દેહમાંથી એટલી બધી વિદ્યુત નીકળતી કે આસપાસ આવનાર લયભીત થઈ જતાં. આ નિર્નિમેષ કે અપલક ધ્યાન મનને વિલીન, પ્રશાંત અથવા સમાપ્ત કરવાનું મહત્વપૂર્ણ સૂત્ર છે—બધાં સાધનોમાં અગ્રસાધન છે.

ન્યારે અપલક ધ્યાનથી એ પૃષ્ઠમસ્તિષ્કીય ચેતના જાગે છે. ત્યારે અન્તર દર્શન સ્પષ્ટ થાય છે. આંતરિક નેત્રો ઉદ્ઘાટિત થાય છે; અને તે સમયે, ભોગ લય'કર છે, અનિત્ય છે, વાસ્તવિક સુખ તો ખીજું જ કંઈક છે, આ ત્યારે ગોખી-ગોખાયેલી વાતો રહેતી નથી, અનુભવગત બની રહે છે. એની વ્યક્તિ ગોખી-ગોખાયેલી વાતો નથી કરતો, પુસ્તક-માંથી વાંચીને નથી કરતો, પરન્તુ પોતાની અન્તરદૃષ્ટિથી સાક્ષાત્કાર કરીને કરે છે પરન્તુ જે લોકો સાધના નથી કરતા, સાધનાનો અનુભવ નથી કરતા, કેવળ પુસ્તકિયા જ્ઞાન અને ધૌદ્ધિકતાના આધારે એની ચર્ચા કરે છે, તેઓ કદી ચિત્તની અસ્થિર સ્થિતિથી પાર નથી ઊતરતા—શક્ય પણ નથી.

બાજરો કાખીને શેરડી વાવવી

શ્રેષ્ઠીપુત્ર જમ્બુકુમાર દીક્ષા માટે પ્રસ્તુત થયા. વિચિત્ર યોગ છે. વિચિત્ર વાર્તા છે ભારતીય સાહિત્યના ઇતિહાસમાં. એટલો બધો સમ્પન્ન મનુષ્ય : આઠ આઠ સુન્દરતમ યુવતીઓ સાથે આજે જ લગ્ન થયાં છે. દહેજમાં એને એટલું બધું તો અઢળક ધન મળ્યું છે કે અત્યારની વ્યક્તિ એની કલ્પના પણ કરી શકે નહિ. આજે લગ્ન થયાં છે, કાલે સવારે દીક્ષા ગ્રહણ કરવાની છે—કેવો વિચિત્ર યોગ ! રાત્રિનો સમય; આઠેય યુવતીઓ જમ્બુકુમારને ઘેરીને બેઠી છે. જમ્બુકુમાર દીક્ષા લેવા કૃતસંકલ્પ છે; અને આઠેય યુવતીઓ ઇચ્છે છે કે એમને દીક્ષિત ન થવા દઈએ. બન્ને તરફ સંઘર્ષ છે. બન્નેનો પોત-પોતાનો તર્ક છે અને પોત-પોતાનું સમાધાન છે. જમ્બુકુમાર ઇચ્છે છે કે આઠેય પત્નીઓને સાથે જ

પ્રવ્રજિત થવા માટે રાજી કરું; અને પત્નીએ છઠ્ઠે છે કે જમ્બૂકુમારની દીક્ષા લેવાની ભાવનાને તોડી નાખીએ. બંને તરફથી ઠંઠું જમ્બૂકુમાર છે. એક યુવતીએ કહ્યું: ‘પતિદેવ! ઘણી મોટી ભૂલ કરી રહ્યા છો; મોટા ભ્રમમાં છો; પાછળથી પસ્તાવું પડશે.’ જમ્બૂકુમાર બોલ્યા: ‘શા માટે પસ્તાવું પડશે?’ યુવતીએ સસ્મિત કહ્યું: જમ્બૂકુમાર! આટલી મોટી ભૂખાઈ! વર્તમાનમાં જે પ્રાપ્ત છે તેને છોડીને ભવિષ્યના પ્રાપ્તવ્યની કલ્પના કરી રહ્યા છો! કેટલી બધી મૂઢતા! તે વ્યક્તિ હમેશાં દુઃખી થાય છે, જે વર્તમાનમાં પ્રાપ્ત ભોગોને હુકરાવીને કલ્પનાના ભોગોમાં લપેટાઈ જાય છે; વર્તમાનનું છીનવાઈ જાય છે અને ભવિષ્યની ખબર નથી કે તે મળશે કે નહિ. આપ મોટી ભૂલ કરી રહ્યા છો. હું એક વાર્તા સંભળાવું છું:

મરુસ્થળનો એક ખેડૂત સાસરે ગયો. સાસરું હતું ક્ષુદ્રપ જમીનમાં. સાસરિયાએ એની આગતા-સ્વાગતા કરી. ત્યાં શેરડી ઘણી થતી હતી. તેમણે તેને તાજાં ગોળ ખવડાવ્યો; શેરડીનો રસ પિવડાવ્યો; ગોળના માલપૂડા ખવડાવ્યા. એણે ધરાઈને ભોજન કર્યું. તે બિચારો તો રણુ-પ્રદેશમાં બાજરાના રોટલાઓનું ભોજન કરતો હતો. એણે કદી શેરડી જોઈ નહોતી. ગોળનું ગળ્યું ભોજન એને સ્વાદિષ્ટ લાગ્યું. તેણે શેરડીની ખેતીની માહિતી પ્રાપ્ત કરી. શેરડીના ટુકડા લઈને તે પોતાને વતન આવ્યો. બાજરાની વાવણી થઈ ચૂકી હતી. વરસાદે સાથ આપ્યો હતો. બાજરાનાં ખેતરો લહેરાઈ રહ્યાં હતાં. તેણે વિચાર્યું: ‘બાજરો ખાતાં ખાતાં દાંત તૂટી ગયા; હવે તો ગોળની મીઠાઈ જ ખાવી જોઈએ. આખાય ખેતરમાં શેરડી જ કેમ ન રોપી દઉં!’ તેણે અર્ધી પાકેલી ફસલ (પાક) કાપવાનું શરૂ કરી દીધું. લોકોએ કહ્યું: ‘કસમયે પાક કેમ કાપી રહ્યા છો?’ તેણે કહ્યું: ‘તમને ખબર નહિ પડે. આ જીભો પાક બેકાર છે; હું તો શેરડી વાવીશ. એની મજ તમે નથી જાણતા—હું જાણું છું.’ એણે બધો જ જીભો પાક કાપી નાખ્યો. શેરડી રોપી દીધી. રણુપ્રદેશમાં પાણી ક્યાંથી હોય? ભરપૂર પાણી વિના શેરડીની ખેતી થાય કેવી રીતે? પહેલાનો પાક તો નષ્ટ જ થઈ ગયો હતો; અને પાણીના અભાવમાં શેરડી જીગી જ નહિ. નહિ બાજરો અને નહિ શેરડી; ન અહીંના રહ્યા, ન ત્યાંના રહ્યા. — આ રીતે જમ્બૂકુમાર! આપની સ્થિતિ પણ આવી જ છે. વર્તમાનમાં ઉપલબ્ધ સુખને છોડી રહ્યા છો; બાજરાની જીભો ફસલ કાપી

રહ્યા છે! અને અપ્રાપ્ત તથા કાલ્પનિક ભવિષ્યના સુખની પ્રાપ્તિ માટે મુનિ બની રહ્યા છે.—શેરડીની આશા રાખી રહ્યા છે. આ ખેવડી મૂર્ખતા હશે. આપની દશા એવી જ થવાની, જેવી પેલા ખેડૂતની થઈ હતી.

રસાયણ-પરિવર્તન

બ્યાં સુધી સમ્યગ્ દષ્ટિ જાગે નહિ, બ્યાં સુધી અન્તર્ દષ્ટિને વિકાસ થાય નહિ, ત્યાં સુધી મનુષ્યને એ અનુભવ થાય છે કે આટલાં વર્ષો સુધી ધર્મ કર્યો, પરન્તુ મળ્યું કશું નહિ; નવો અનુભવ પણ થયો નથી. એનાથી સારું તો એ હતું કે આપણે કંઈક ખીજું કરતે—પૈસા કમાતે. પરન્તુ ધર્મનો સિદ્ધાન્ત માનીને ચાલ્યા; એટલે પૈસા ન મળ્યા. ન વૈભવ મળ્યો, ન ત્યાગની મજા આવી, ન ભોગની મજા આવી. ઠેટલાય લોકોના મનમાં ઢળતી જીભરે આવા વિચારો આવે છે; અને તેઓ જીવનમાં નિરાશ થઈ જાય છે. એવું એટલા માટે થાય છે કે એ લોકો સમ્યગ્ દષ્ટિને જગાડવાનો પ્રયત્ન કરતા નથી; અન્તર્ ચક્ષુ ઉદ્ઘાટિત કરતા નથી. તેઓ રસાયણ બદલવાની પ્રક્રિયા નથી જાણતા; અને બ્યાં સુધી રસાયણ-પરિવર્તનની પ્રક્રિયા હસ્તગત થતી નથી, ત્યાં સુધી એ સ્થિતિ સાથે પતાવી શકાતું નથી.

પ્રેક્ષા-ધ્યાનની સમગ્ર પ્રક્રિયા રસાયણ-પરિવર્તનની પ્રક્રિયા છે.

એક પદાર્થનો રસ છે, અને ખીજો સંવેગનો રસ છે. પદાર્થનો રસ બ્યાં સુધી શિર પર સવાર રહે છે, ત્યાં સુધી સંવેગનો રસ જાગતો નથી—સક્રિય થતો નથી. જે દિવસે સંવેગનો રસ જાગી જશે, તે સમયે પદાર્થનો રસ આપમેળે સૂઈ જશે—નિષ્ક્રિય થઈ જશે. આ સ્થિતિમાં વ્યક્તિને લાગશે કે સાર કશો જ નથી.

પુત્રે કહ્યું : ‘પિતાજી! આજે તો અભ્યાસમાં એટલો તન્મય થઈ ગયો હતો—એટલો લીન થઈ ગયો હતો કે વીજળી કચારે જતી રહી તેનો ખ્યાલ સરખો આવ્યો નહિ; હું તો વાંચતો જ રહ્યો!’

આ વાત કાર્યમાં રૂખી જવાની છે, એ તન્મયતાની વાત છે. તન્મયતામાં ખબર જ નથી પડતી કે સામે શું થઈ રહ્યું છે!

નવી શોધ : નવી સંભાવના

આજે એક એવી પદ્ધતિની શોધ કરવામાં આવી રહી છે કે જેનાથી મસ્તિષ્કની પાછળનો ભાગ જન્યત કરી શકાય; વિદ્યુતના સાધારણ ઝટકા આપીને તેને સક્રિય બનાવી શકાય; એના સક્રિય થવાથી કૃત્રિમ હર્ષ ને કૃત્રિમ શોક પેદા કરી શકાય છે.

એક વ્યક્તિની સમક્ષ લયાનક શોક-દુઃખની ઘટના બને છે; પરંતુ અનુમસ્તિષ્ક પર ઇલેક્ટ્રોડ લગાવીને તે વ્યક્તિને પરમ પ્રસન્નતાની સ્થિતિનો અનુભવ કરાવાય છે. તે ઘટનાથી વિસંબંધિત બની જાય છે. હકીકતમાં ઘટનાને કારણે શોક થતો નથી—હર્ષ થતો નથી. હર્ષ કે શોક રસાયણો દ્વારા થાય છે. ઘટનાઓ દ્વારા ઘટિત થતા નથી. આપણે આનંતવશ કહી દઈએ છીએ કે ઘટના બની અને શોક ઉત્પન્ન થઈ ગયો; પ્રસંગ બન્યો ને હર્ષ પેદા થયો. કૃત્રિમ પદ્ધતિથી હર્ષ કે શોક પેદા કરી શકાય છે.

એક વ્યક્તિ સમ્પન્ન છે. ચારે તરફ સમ્પન્નતાનું વાતાવરણ છે—સુખ ને સુખનું જ વાતાવરણ છે; પરંતુ જો તે વ્યક્તિને ઇલેક્ટ્રોડ લગાડીને અનુમસ્તિષ્કના અમુક ભાગ સક્રિય બનાવી દેવામાં આવે તો તે સમ્પન્ન વ્યક્તિ પણ શોકસાગરમાં ડૂબી જશે—ચારે તરફથી તે શોકના વાતાવરણથી ઘેરાઈ જશે.

એવી જ રીતે શોકથી સંતપ્ત વ્યક્તિમાં આ પદ્ધતિથી હર્ષનું વાતાવરણ સર્જી શકાય—તેને હર્ષ સિવાય અન્ય કશું જ દેખાશે નહિ.

આજે કૃત્રિમ હર્ષ-શોક પેદા કરી શકાય છે; કૃત્રિમ સુખ-દુઃખ પેદા કરી શકાય છે; કૃત્રિમ સંજ્ઞા-શૂન્યતા પેદા કરી શકાય છે. હવે મેજર ઓપરેશન વખતે દર્દીને સંજ્ઞાશૂન્ય બનાવવા માટે એનેસ્થેશિયાનો પ્રયોગ કરી શકાય છે. દર્દીને મૂર્છિત કર્યા સિવાય એનું ઓપરેશન થઈ શકતું નથી. મૂર્છા લાવનાર અનેક દવાઓ પ્રચલિત છે; પરંતુ આગામી દાયકાઓમાં કોઈપણ પ્રકારના એનેસ્થેશિયાનો પ્રયોગ જરૂરી નહિ હશે. ઇલેક્ટ્રોડથી શરીરના કોઈપણ ભાગને શૂન્ય કરી શકાશે. વેદના પેદા કરનાર જે કેન્દ્ર છે, તેને નિષ્ક્રિય કરવામાં આવશે. પછી ભલે ને શરીરના ટુકડે-ટુકડા કરી નાખવામાં આવે, કોઈ પ્રકારનું કષ્ટ પડશે નહિ.

જેમ જેમ અનુમસ્તિષ્કનું સૂત્ર વિજ્ઞાનીઓના હાથમાં આવી રહ્યું છે, તેમ તેમ બધી ભાવનાઓ બદલાઈ રહી છે. અધ્યાત્મ પણ મસ્તિષ્કના નિયંત્રણનું સૌથી મોટું સૂત્ર છે. આને જે નિયંત્રણો યંત્રો દ્વારા નથી કરી શકાતાં તે નિયંત્રણો અધ્યાત્મ દ્વારા કરી શકાય છે.

કહેવાય છે કે ભગવાન મહાવીરને એક રાત્રિમાં વીસ મરણાંતિક કષ્ટો થયાં. એમણે એ તમામ કષ્ટો હસતાં હસતાં સહી લીધાં. તેઓ હસતા રહ્યા. કષ્ટો આવતાં રહ્યાં, અને જતાંય રહ્યાં. એમને દુઃખનો અનુભવ જ ન થયો. આવું બન્યું. પણ શંકા આવે છે કે શું આવું બનવું સંભવ છે? હા, સંભવ છે. પણ એવું એવી વ્યક્તિ માટે સંભવ છે, જેને મસ્તિષ્કના નિયંત્રણનું સૂત્ર હાથ લાગી બય. એવી વ્યક્તિને એક રાત્રિમાં વીસ નહિ, પણ પ્રત્યેક પળે મરણાંત કષ્ટ આપવામાં આવે, તોપણ તે વ્યક્તિ અવિચલ ભાવથી એ સર્વ કષ્ટોને સહન કરી લેશે.

ધ્યાનની પ્રક્રિયા એ મસ્તિષ્કના નિયંત્રણ-સૂત્રોને સમજવાની પ્રક્રિયા છે—રહસ્યોને ઉદ્ઘાટિત અને અનાવૃત કરવાની પ્રક્રિયા છે. આ પ્રક્રિયા દ્વારા સંવેગ-રસોનો વિકાસ થાય છે અને ઇન્દ્રિય-રસોનો હાસ થાય છે.

પ્રાચીન ગ્રંથોમાં ‘કર્મરસ’ની ચર્ચા જોવા મળે છે. આને શરીર-શાસ્ત્રની દૃષ્ટિએ ગ્રંથિ-સ્ત્રાવનું વિસ્તૃત વર્ણન જોવા મળે છે. રસાયણોની ચર્ચા જોવા મળે છે. જે આને કર્મશાસ્ત્રના આધારે સત્યની શોધ કરવામાં આવે, તો કર્મરસાયણ અથવા કર્મ-વિપાકની તુલના ગ્રંથિ-સ્ત્રાવોની સાથે કરી શકાય છે.

પિચ્યુટરી અને પિનિયલ—આ બંને ગ્રંથિઓથી જે હોર્મન્સ બને છે—જે રસોનો સ્ત્રાવ થાય છે, તે જીવનનાં તમામ કાર્યોને નિયંત્રિત કરે છે.

ભૂમિકા-લેહની યથાર્થતા

એક વ્યક્તિમાં વિકારની ભાવના જાગે છે—વાસના જાગે છે. પુરુષને સ્ત્રી સારી લાગે છે; સ્ત્રીને પુરુષ સારો લાગે છે. શું આપ એમ સમજો છો કે ચામડીને કારણે આવું થાય છે? શું રૂપ-રંગને કારણે એવું થાય છે? ના. એ બધું રસાયણ દ્વારા—રસાયણને કારણે થાય છે. જે ગ્રંથિઓના સ્ત્રાવને બદલી નાખવામાં આવે તો રૂપવતી યુવતી પણ સામે આવે તો પુરુષને તે માટીની પૂતળી સિવાય બીજું કશું લાગશે

નહિ. શ્રીમદ્ રાયચન્દ્રે ઠીક જ લખ્યું છે : ‘ગળે કાઠની પૂતલી’—જે પુરુષ અધ્યાત્મમાં રસ લે છે, તે રૂપવતી યુવતીને પણ કાષ્ટની પ્રતિમા માત્ર માને છે. શું આવું માનવું સંભવ છે? એવું ત્યારે જ સંભવિત બને છે જ્યારે રસાયણોમાં પરિવર્તન થાય—અન્યથા નહિ. આચાર્યોએ જે ભૂમિકા પર જઈને સચ્ચાઈનું પ્રતિપાદન કર્યું હતું, તે ભૂમિકા સુધી આપણે જ્યાં સુધી નથી જતા, ત્યાં સુધી આપણા ચિત્તની ડામાડોળ સ્થિતિ કદી પણ સમાપ્ત નથી થતી. કહેનાર કહે છે, પણ વાંચવા-સાંભળવાવાળી વ્યક્તિ એને કદી સમજી નથી શકતી. ભલે વ્યક્તિ મહાવીર ને છુદ્ધને વાંચે, કૃષ્ણ અને રામને વાંચે, પરંતુ એને કશું જ પ્રાપ્ત થતું નથી. એ તો વિપરીત જ અર્થ લગાવશે. કેમ કે તેની એવી ભૂમિકા નથી, કે તે એ પરમ સત્યને સમજી શકે.

જૈન મુનિ પ્રવચન કરી રહ્યા હતા. ભગવતી સૂત્રની વ્યાખ્યા થઈ રહી હતી. પરિષદમાં એક વૃદ્ધા હતી. ભગવતી સૂત્રમાં ગૌતમ અને મહાવીરના અનેક સંવાદો છે. મુનિજી વારંવાર ‘ગોયમા! ગોયમા!’નો ઉચ્ચાર કરી રહ્યા હતા. આ ગૌતમનું પ્રાકૃત ભાષાગત સંબોધન છે. પ્રવચન પૂરું થયું. વૃદ્ધા ઘરે ગઈ. તેણે પોતાના પુત્રને કહ્યું—દોડો, વૈદ્યને લઈને મુનિજીની પાસે જાઓ; તેમના પેટમાં અસહ્ય દર્દ થઈ રહ્યું છે. આજે પ્રવચન વેળા તેમના મુખથી ‘આય માં આય માં’નો અવાજ મેં પચાસ વખત સાંભળ્યો છે. (‘ગોયમા’ ‘આય માં’ બની ગયો.)

કહેનાર જે ભૂમિકા સુધી પહોંચીને કહે છે, જ્યાં સુધી એ ભૂમિકા સુધી નથી પહોંચાતું, ત્યાં સુધી એના કથનનો વાસ્તવિક અર્થ—અભિપ્રાય શ્રોતાજનોને હસ્તગત નથી થતો. શ્રોતાની ભૂમિકા અલગ હોય છે; તે પોતાની સમજની ભૂમિકાને આધારે કથનનો અર્થ તારવે છે. શ્રોતા જ્યાં સુધી કહેનારની ભૂમિકા સુધી પહોંચતો નથી ત્યાં સુધી કહેનારની વાતોનો કોઈ અર્થ જ નથી હોતો. કહેનારની વાત શ્રોતાને ત્યારે સમજાય છે, જ્યારે તે કહેનારની ભૂમિકા સુધી પહોંચી જાય. મહાવીરને સમજવા માટે મહાવીરની અવસ્થામાં પહોંચી જવું આવશ્યક છે. કોઈપણ વ્યક્તિની વાત સમજવા માટે એની અવસ્થામાં પહોંચી જવું આવશ્યક છે.

જે વ્યક્તિએ કહ્યું છે—સુખ અનિત્ય છે, અસાર છે, નશ્વર છે, મૂલ્યહીન છે, તેણે જે રસાયણ બદલાઈ જવાથી તે ભૂમિકા પ્રાપ્ત કરી

છે, અને તે ભૂમિકા પર પહોંચીને આ કહેવામાં આવ્યું, નીચલી ભૂમિકાએ જીભેલી વ્યક્તિ સાંભળી લે છે; શ્રદ્ધાવશ માની લે છે; સ્વીકારી લે છે; પરંતુ બ્યારે તે યથાર્થની સ્થિતિએ પહોંચે છે, ત્યારે ટકરાય છે. ભગવાન કહે છે : સુખ નહિ; સુખ અસાર છે; પરંતુ લાગે છે કે વિશ્વમાં એથી વધુ કોઈ સુખ નથી. આ દ્વંદ્વ ઉત્પન્ન થાય છે; ચિત્ત ડામાડોળ થાય છે. આ હાલક-ડોલક સ્થિતિ ક્યારે સમાપ્ત કરી શકાય; બ્યારે આપણે સંવેદ-રસમાં લીન બની જઈએ, સંવેદ-રસને ભગ્નત કરી દઈએ; તાત્પર્યની ભાષામાં રસાયણ બદલી દઈએ, તો ચિત્તની ડામાડોળ સ્થિતિ સમાપ્ત થઈ જાય છે.

રસાયણ પરિવર્તનની પ્રક્રિયા : ધ્યાન

રસાયણોની પરિવર્તનની પ્રક્રિયા ધ્યાન વિના પ્રાપ્ત થઈ શકતી નથી. પ્રેક્ષા ધ્યાનની પ્રક્રિયાથી રસાયણ બદલાય છે. જ્યોતિ-કેન્દ્ર પર સ્વેત રંગનું ધ્યાન ધરવાથી ત્યાંથી રસાયણ બદલાય છે. ત્યાં જે પિનિયલ ઝાંઝ છે, એનો સ્વાદ બદલાય છે અને વ્યક્તિ ઉત્તેજના અને આવેશથી મુક્ત થઈ જાય છે. ક્રોધ ઝાંઝો થઈ જાય છે; આપણે પ્રેક્ષા ધ્યાનનું ઊંડાણપૂર્વક અધ્યયન કરીએ અને એ સત્યને માનીને ચાલીએ કે ધ્યાન વિના રસાયણો બદલવા અત્યંત કઠિન છે. દ્વંદ્વોને સમાપ્ત કરવા માટે તથા એ તટો પર થનાર સંવેદનોને સમાપ્ત કરવા માટે ધ્યાન પ્રબળ સાધન છે.

ગાયની સ્થિતિ ડગમગ હોય છે. આપણે એને સમાપ્ત કરીએ. ગાય એક કિનારે ઘાસ ચરે છે; અને એ સામે કિનારે પુષ્કળ હરિયાળી જુએ છે. એનું મન લલચાય છે કે સામે કિનારે જઈને ઘાસ ચરું. તે કિનારો સારો છે. આથી તે ગાય ક્યારેક અહીં જાય છે, ક્યારેક ત્યાં જાય છે, તે નથી આ બાજુ પૂરું ચરી શકતી, નથી પેલી બાજુ પૂરું ચરી શકતી.

આજના ધાર્મિકોની પણ આ જ સ્થિતિ છે. એમને ક્યારેક એમ લાગે છે કે આ કિનારાનું જીવન સારું છે. ક્યારેક એમને એમ લાગે છે કે પેલા કિનારાનું જીવન સારું છે. તે કઠીક વિચારે છે કે ખૂબ ભોગ ભોગવું; આ જ આનંદમય જીવન છે. ક્યારેક તેઓ વિચારે છે કે આ કિનારાનું જીવન ભયાનક છે; પેલે કિનારે જવું જોઈએ; ત્યાં આનંદ જ આનંદ છે. પેલા તટ પર જવાથી આ તરફના તટનું જીવન

સારું લાગે છે; અને આ તટ પરના જીવન પર જવાથી પેલા તટ પરતું જીવન સારું લાગે છે. કોઈક વાર અહીં આવે છે, કોઈક વાર ત્યાં જાય છે. તે નથી આ તરફનો રહેતો, નથી પેલી બાજુનો રહેતો, આ અહીં— તહીંની બે કિનારાની સ્થિતિથી મુક્ત થવા માટે આપણે અવશ્ય 'ધ્યાન'ની પ્રક્રિયાનું આલંબન લેવું જ પડશે, આ જ એક માત્ર ઉપાય છે.



प्रवचन : ३

तमे तटस्थ नथी

સકેતિકા

૧ મધુકર મરંદ તર્ણી પરૈ, સુર નર કરત સલામી ।
તો પિણ રાગ ટ્યાપૈ નહીં, જીત્યો મોહ હરામી હો ॥

૨ જે જોઘા જગમેં ઘણાં, સિંઘ સાથ સંગ્રામી હો ।
તેં મન ઇંદ્રી વશ કરી, જોડી કેવલ પામી હો ॥

૩ ઇન્દ્રિય નો ઇન્દ્રિય આકરા સાહિબજી !
દુર્જય નેં દુર્દાત હો નિસનેહી ।

તેં જીત્યા મન ધિર કરી સાહિબજી !

ઘર ઉપશમ ચિત્ત શાંત હો નિસનેહી ॥

૪ અહો પ્રભુ ! ઉભય બંધન આપ આસ્વિયા, રાગ-દ્વૈષ વિકરાલ હો ।
અહો પ્રભુ ! હેતુ એ નરક નિગોદ ના, રાઘ્યા મુરચ્ચ બાલ હો ॥

(ચૌબીસી ૧/૫, ૬; ૧૦/૫; ૨/૩)



- ઈલા તણે અંધારું.
- પ્રિયતા અને અપ્રિયતાની જાળમાં ફસાયા છે, પછી તટસ્થ કેવી રીતે ?
- વસ્તુ-જગત પ્રત્યે જે તટસ્થ નથી હોતો, તે ચૈતન્ય-જગત પ્રત્યે કદી તટસ્થ નથી બની શકતો.
- પ્રેમ મારા થકી નહિ, રૂપ અને સૌન્દર્ય સાથે છે.
- બંધનનો વિલય, કૈવલ્યની પ્રાપ્તિ.
- તે કેવો વિચક્ષણુ છે, જે પારસમણિને ઠોકર મારી રહ્યો છે ?
- ઇન્દ્રિય-સંવરની પ્રક્રિયા.
- શ્રેય અને વિકાર વચ્ચે છે સૂક્ષ્મ ભેદરેખા.
- હેય અને ઉપાદેય.
- જે વસ્તુ સાથે જોડાવાથી મૂરછાં જાગે છે, તે વસ્તુ હેય.
- જે વસ્તુ સાથે જોડાવાથી મૂરછાં તૂટે છે, તે વસ્તુ ઉપાદેય.
- પોતાની પરિક્રમા જ સંકળતાનું સૂત્ર.

તમે તટસ્થ નથી

દીવા તળે અંધારું

મેં મારા મિત્રને કહ્યું : તમે તટસ્થ નથી. તેને ખૂબ ખોટું લાગ્યું. કોઈ માણસને કહેવામાં આવે કે તમે તટસ્થ નથી, પક્ષપાતી છો, તો એને ખૂબ ખોટું લાગે છે. દરેક વ્યક્તિ પોતાની જાતને તટસ્થ પ્રમાણિત કરવા ઇચ્છે છે. કોઈ એવું ઇચ્છતું નથી કે લોકો તેને પક્ષપાતી કહે. આ લાંછન તેને સ્વીકાર્ય નથી. પક્ષપાત કરનાર પણ પોતાને પક્ષપાતી કહેવડાવવા ઇચ્છતો નથી. તે એને સહન નથી કરી શકતો. મિત્રે મને પૂછ્યું : તમે કેવી રીતે કહો છો કે હું તટસ્થ નથી? હું બધી જ બાબતોમાં તટસ્થતા જાળવું છું; કોઈ સાથે પક્ષપાત નથી કરતો. પક્ષી આ આરોપ મારા પર શાને? મિત્રનું કહેવું પણ યોગ્ય હતું. દરેક વ્યક્તિ આ આધારે પોતાનું ઔચિત્ય સ્થાપિત કરે છે. મેં કહ્યું : ઘણીવાર એવું બને છે કે પ્રકાશની નીચે અંધકાર છુપાયેલો રહે છે. ‘દીવા તળે અંધારું’—આ પ્રસિદ્ધ કહેવત છે.

પોતાની ઝોળખ

આપણે જાતે જ શોધીએ—ક્યાંક આપણા પોતાના જ પ્રકાશની નીચે અંધકાર તો નથી છુપાયેલો ને? ખીજને જાણવા-ઝોળખવા અત્યંત સરળ છે; પરંતુ પોતાની જાતને જાણવી, સ્વયંને ઝોળખવું, એ ખૂબ જ મુશ્કેલ છે. ખીજઝોળખી બાબતોમાં આપણી ધારણાઓ ખૂબ જ નિશ્ચિત હોય છે. આપણા સિદ્ધાંતો ખૂબ જ સ્પષ્ટ હોય છે. પોતાની બાબતમાં આપણી ધારણા એકપક્ષીય (સ્વપક્ષીય) હોય છે. દરેક બાબતમાં એવો તર્ક થાય છે કે : હું સારો છું; હું કાઈ ભૂલ નથી કરતો; હું તમારા જેવો નથી, જે ખીજની વાતોમાં આવી જઈ કે એવું કહું. આ તર્ક બધા સમક્ષ પ્રખર રૂપે રહે છે. પોતાની દુર્બળતા સ્વીકારવી, એ એને માન્ય નથી. હજારોમાંથી એવી કોઈ વ્યક્તિ વિરલ મળી આવશે, જે એ સત્યને સ્વીકાર કરે કે પોતાનામાં કોઈ નબળાઈ કે દુર્બળતા છે. કોઈક વાર તે શાબ્દિક રીતે સ્વીકાર કરી પણ લે છે, પણ તેનો અંતરાત્મા સાક્ષી નથી પૂરતો કે તે એવો છે. હૃદયમાં એ જ તર્ક ચાલે છે કે પોતાનો કોઈ દોષ નથી; વાતાવરણને કારણે મારે આમ કરવું પડ્યું; લાચાર થઈને આવું કરવું પડ્યું. ‘પોતે દુર્બળ છે’—એ બાબતનો સ્વીકાર કરવા માટે તેનો અંતરાત્મા તૈયાર નથી થતો.

તટસ્થ કયાં છો?

આ સ્થિતિમાં મારા મિત્રનું કહેવું અસ્વાભાવિક નહોતું કે તે તટસ્થ નથી, આ મિથ્યા આરોપ છે; વ્યવહારના ધરાતલ પર આ વાત સાચી છે. મેં વ્યવહારથી દૂર જઈને અંતર-જગતના દરવાજા ખોલીને ચર્ચા આગળ વધારી. દરેક વ્યક્તિ આ સંદર્ભમાં પોતાની જાતને જુએ, આત્માલોચન કરે. ત્યારે મેં કહ્યું: 'મિત્ર! તમે ભોજન કરો છો?' તેણે કહ્યું: અવશ્ય કરું છું. ભોજન વિના જીવન કેવી રીતે ચાલે? કોણ જીવધારી ભોજન નથી કરતો? જીવવા માટેની અનિવાર્ય શરત 'ભોજન' છે.

'ભોજન કરો છો, તો સ્વાદ પણ લો છો?'

'હા, સ્વાદ જરૂર લઉં છું.'

'કંઈક સારું' પણ લાગે છે ને કંઈક ખરાબ પણ લાગે છે ને?'

'હા એમ લાગે છે. મનુષ્ય છું', પશુ નથી. પશુ પણ ખોરાકમાં પસંદગી કરે છે. તેઓ બધા જ પ્રકારનું ઘાસ નથી ખાતાં. પસંદગી કરે છે. હું પણ ભોજનમાં પસંદગી કરું છું. બધું નથી ખાતો. સ્વાદિષ્ટ ભોજન જમું છું. સ્વાદ કેમ ન લઉં? જીભ મળી છે; સ્વાદના જ્ઞાનતંતુઓ મળ્યા છે; ને તેથી ભોજન સારું લાગશે અને ખરાબ પણ લાગશે. સારા પદાર્થો ભોજનમાં લઉં છું; ખરાબ છોડી દઉં છું. બ્યારે મનભાવતું સારું ભોજન સામે આવે છે ત્યારે મન પ્રકૃતિલત ને પ્રસન્ન થઈ જાય છે; એથી ખૂબ જ તૃપ્તિ થાય છે; પ્રિયતાનો ભાવ જાગે છે. બ્યારે અરુચિકર ભોજન સામે આવે છે ત્યારે મોઢું મચકોડાઈ જાય છે; અપ્રસન્નતા પેદા થાય છે, ક્રોધ પણ આવી જાય છે.'

ત્યારે મેં મિત્રને કહ્યું: 'મિત્ર! તો પછી તમે તટસ્થ કયાં રહ્યા? તમે કહો છો, તટસ્થ છું. એ ખરાબ નથી. એક બાજુ પ્રિયતાનો ભાવ રાખો છો, બીજી બાજુ અપ્રિયતાનો ભાવ રાખો છો. એકને સારું માનો છો, એકને ખરાબ-અપ્રિય. એકના આગમનથી રોમ-રોમ પુલકિત થઈ જાય છે; અને બીજાના આગમનથી મન ઉદાસ થઈ જાય છે— તિરસ્કાર આવે છે. આ સ્થિતિમાં તમે તટસ્થ કયાં રહ્યા?'

તકની જાણ

તે મિત્રે કહ્યું: 'શું આ બધાથી તટસ્થતા ખંડિત થાય છે? જો આનાથી પણ તટસ્થતા ખંડિત થતી હોય તો પછી દુનિયામાં કોઈ

પણ તટસ્થ રહી જ ન શકે. શું આપણે પોતાનો વિવેક પણ છોડી દઈએ? મનુષ્યને એટલી યુદ્ધિ મળી છે, એટલો વિવેક મળ્યો છે કે તે સારાને સારું અને ખરાબને ખરાબ જાણી બતાવે, સારા પ્રત્યે પ્રિયતાનો ભાવ સંપાદિત કરે અને ખૂરા પ્રત્યે અપ્રિયતાનો ભાવ રાખે—આ વિવેક છે; આ યુદ્ધિનું પરિણામ છે. આ વિવેકયુદ્ધિનો ત્યાગ એટલે પશુ બની જવું—પશુની કોટિથી પણ નીચે જતા રહેવું. એટલા માટે એ આરોપ ખરાબર નથી, કે આવું કરીને હું પોતાની તટસ્થતા છોડી રહ્યો છું.’

તર્કની પોતાની સીમા હોય છે. તર્કના ક્ષેત્રમાં સ્વીકાર કરવાની વાત નથી હોતી. વિશ્વમાં એવું કશું જ નથી, જેનું તર્કના આધારે સમર્થન ન કરી શકાય અને તર્કને આધારે ખંડન ન કરી શકાય. દરેક વાતનું સમર્થન તર્કને આધારે કરી શકાય છે અને દરેક વાતનું ખંડન પણ તર્કને આધારે કરી શકાય છે. તર્કનું કામ જ છે સવ્યાઈનો સ્પર્શ ન કરવો; ખંડન-મંડનને સ્પર્શ કરતા રહેવું. તર્કને પોતાનું કામ હોય છે. જેનો તર્ક જેટલો પ્રબળ, તેટલા પ્રમાણમાં તે વાત મંડિત થઈ જાય છે; ને જેનો તર્ક જેટલો નિર્બળ તેટલા પ્રમાણમાં તે વાત ખંડિત થઈ જાય છે. સવ્યાઈ સાથે આનો કોઈ સંબંધ નથી. બસ, તર્કની પ્રબળતા જોઈએ. આપણે બધા તર્કની બળમાં ફસાઈ ગયેલા છીએ. યુદ્ધિને પરમાત્મા માનીને ચાલનાર આ વાતનો અસ્વીકાર કેવી રીતે કરે?

અખંડિત તટસ્થતા ક્યારે ?

મારો મિત્ર મારી વાતનો સ્વીકાર ન કરી શક્યો. મારો મિત્ર મારી વાત માનતો નથી—એવું મને દુઃખ ન થયું. સ્વાભાવિક છે, આ ધરાતલ (સ્તર) પર ચાલનાર દરેક વ્યક્તિ આ સત્યનો અસ્વીકાર કરશે. તેણે પૂછ્યું: ‘જો પદાર્થ પ્રત્યે આપણી તટસ્થતા નથી હોતી તો શું આપણે તટસ્થ ન થઈ શકીએ?’

મેં કહ્યું: વસ્તુ-જગત પ્રત્યે જોઓ તટસ્થ નથી રહી શકતા તેઓ ચૈતન્ય-જગત પ્રત્યે પણ કદીય તટસ્થ રહી શકતા નથી; પ્રાણી-જગત પ્રત્યે કદીય તટસ્થ રહી શકતા નથી. તટસ્થતા એક સ્થાન પર ખંડિત હોય છે, તો તે પછી દરેક સ્થાને ખંડિત થતી ચાલી આવે છે; પછીથી તે કદીય અલંગ અને અખંડ રહી શકતી નથી. બંધમાં એક છિદ્ર પડી જાય પછી તો તે છિદ્ર વિશાળ—વિસ્તૃત થતું જ જાય છે;

અને એક ક્ષણ એવી આવે છે કે સંપૂર્ણ બંધ તૂટી જાય છે; બધું પાણી ફેલાઈ જાય છે.

સર્વ પ્રથમ તટસ્થતા વસ્તુ-જગત પ્રત્યે હોય છે. જે વ્યક્તિ વસ્તુ-જગત પ્રત્યે તટસ્થ થઈ જાય છે, તે પ્રાણી-જગત પ્રત્યે તટસ્થ થઈ જાય છે. એક પિતાને બે પુત્રો છે. પિતા તટસ્થ નથી. મોટા પુત્રના મનમાં ફરિયાદ છે કે પિતા મારા નાના ભાઈ પ્રત્યે પક્ષપાત રાખે છે; મારા અધિકારોથી મને વંચિત કરે છે; પિતા પોતાના નાના પુત્રને સર્વ ધન આપી દેવા ઇચ્છે છે અને મોટા પુત્રને કશું આપવા ઇચ્છતા નથી. એમ શા માટે બને? એવું એટલા માટે બને કે વસ્તુ-જગત પ્રત્યે તેના મનમાં તટસ્થતા નથી. એના મનમાં ચૈતન્યનું મૂલ્ય નથી; એના મનમાં પ્રાણીનું મૂલ્ય નથી; એના મનમાં મનુષ્યનું મૂલ્ય નથી, પદાર્થનું મૂલ્ય છે તે વિચારે છે કે જે મને પ્રિય છે, એને વધારે પદાર્થો મળે અને જે અપ્રિય છે, એને ઓછા પદાર્થો મળે. પદાર્થ-જગતની આ પ્રિયતા-અપ્રિયતા પ્રાણી-જગતમાં પણ પ્રિયતા અને અપ્રિયતાના રૂપમાં ઊતરી આવે છે. સર્વ પ્રથમ આપણી પ્રિયતા-અપ્રિયતા આપણી ઇન્દ્રિયો સાથે જોડાયેલી છે. ઇન્દ્રિયો પાંચ છે. આપણે પ્રિય શબ્દ સાંભળવા ઇચ્છીએ છીએ, અપ્રિય શબ્દ સાંભળવા ઇચ્છતા નથી. પ્રિય શબ્દો પ્રત્યે અનુરાગ હોય છે અને અપ્રિય શબ્દ સાંભળતાં જ પગથી માથા સુધી અગ્નિજ્વાલા લાગી જાય છે. ગુલાબનું ફૂલ કે રાતની રાણી જ્યારે મહેકે છે ત્યારે નાકને બહુ ગમે છે. જ્યાં પ્રિયતા અને અપ્રિયતાનો ભાવ છે, ત્યાં તટસ્થતા કેમ રહી શકે? જ્યારે શબ્દ પ્રત્યે આપણી પ્રિયતા અને અપ્રિયતા, રૂપ પ્રત્યે આપણી પ્રિયતા અને અપ્રિયતા, રસ અને સ્પર્શ પ્રત્યે આપણી પ્રિયતા અને અપ્રિયતા છે, ત્યારે તટસ્થતા ક્યારેય સાંભવિત નથી હોતી. જે વ્યક્તિ તટસ્થ બનવા ઇચ્છે છે, તેણે સર્વ પ્રથમ પ્રિયતા-અપ્રિયતાના ભાવથી મુક્ત થઈ જવું જોઈએ.

તટસ્થતાને અવરોધક

એક છોકરી જઈ રહી હતી. તે અત્યંત સુંદર હતી એક યુવક એનો પીછો કરવા લાગ્યો. છોકરીએ એને જોઈ લીધો. પાછી વળીને બોલી : ‘મારી પાછળ પાછળ કેમ આવી રહ્યા છો?’ તે બોલ્યો : ‘હું તમને પ્રેમ કરું છું.’ છોકરી બોલી : ‘ઘણું સરસ; પરંતુ મારી બહેન

પાછળ આવી રહી છે, તે મારા કરતાં પણ સુંદર છે.’ આટલું સાંભળતાં જ એ યુવક ત્યાં જ થોભી ગયો; ને પેલી છોકરી આગળ નીકળી ગઈ. પાછળથી એક ખીજી છોકરી આવી. યુવકે જોયું. તે કુરૂપ અને બેડોળ હતી. યુવકે વિચાર્યું—‘દગો થયો છે. ત્યાંથી તે દોડ્યો અને પ્રથમ છોકરી પાસે પહોંચીને બોલ્યો : ‘તમારી બહેન તો ઘણી જ કુરૂપ છે. હું તમારી સાથે જ રહેવા ઇચ્છું છું. તમારા પર મને અપાર પ્રેમ છે.’ તે બોલી : ‘તમે અસત્ય બોલો છો. જે મારા પર પ્રેમ હોત તો તમે કદી પાછળ નહિ રહેતે. તમારો પ્રેમ મારી સાથે નહિ પરંતુ રૂપ અને સૌન્દર્ય સાથે છે. પાછળ આવતી છોકરી કુરૂપ ને બેડોળ જોવા મળી એટલે મારી પાછળ આવ્યા. જે તે છોકરી મારા કરતાં વધુ રૂપાળી હોત તો તમે મારી પાસે કદી ન આવત.’

આ પ્રિયતા અને અપ્રિયતાનો ભાવ વ્યક્તિને કદી તટસ્થ નથી રહેવા દેતો.

મારા મિત્રને એ વાત સમજમાં આવી ગઈ કે જ્યાં સુધી વસ્તુ-જગત પ્રત્યે, ઇન્દ્રિય-વિષયો પ્રત્યે આપણો પ્રિયતા અને અપ્રિયતાનો ભાવ સમાપ્ત નથી થતો, ત્યાં સુધી તટસ્થતા ફલિત થતી નથી. એવી વ્યક્તિ મધ્યસ્થ નથી થઈ શકતી; એનામાં સમતા કદીય અવતરિત નથી થઈ શકતી.

તટસ્થતા કેવી રીતે ?

પૂછવામાં આવ્યું : ‘તટસ્થતા કેવી રીતે સંભવ છે?’ મેં કહ્યું : ‘તટસ્થતા ઇન્દ્રિય-સંવર દ્વારા આવે છે. જે વ્યક્તિએ ઇન્દ્રિય-સંવર સાંધી લીધો છે, તે તટસ્થ બની જાય છે. જ્યારે મનથી પ્રિયતા અને અપ્રિયતાનો ભાવ સમાપ્ત થઈ જાય છે, ત્યારે પદાર્થ પદાર્થ માત્ર રહી જાય છે, પ્રાણી પ્રાણી માત્ર રહી જાય છે. આપણે ઘણી વાર એવું કહી દઈએ છીએ કે સારી વસ્તુ પ્રત્યે અમારી પ્રિયતા જોડાયેલી છે અને નકારી વસ્તુ જોડે અમારી અપ્રિયતા જોડાયેલી છે—આ ભ્રાન્તિ છે. પ્રિયતાને કારણે વસ્તુ રુચિકર લાગે છે અને અપ્રિયતાને કારણે વસ્તુ અરુચિકર લાગે છે. પ્રિયતા અને અપ્રિયતાના સંસ્કાર ધોવાઈ (મટી) જાય ત્યારે વસ્તુ વસ્તુ જ રહે છે—પદાર્થ પદાર્થ જ રહે છે અને યથાર્થ યથાર્થ જ રહે છે. શું એવું બનવા સંભવ છે ખરો કે પ્રિયતા-અપ્રિયતાનો ભાવ સમાપ્ત થઈ જાય? ઘણું સંભવ છે. જે આપણે પ્રાયોગિક જીવન જીવીએ તો

એવું સંભવ છે કે પદાર્થ છે, પ્રાણી છે, પરંતુ પ્રિયતા-અપ્રિયતાના સંસ્કાર સમાપ્ત. પ્રશ્ન થાય છે કે : શું આંખ અને કાન બંધ રાખીએ? શું ઇન્દ્રિયોના દરવાજા બંધ રાખીએ, જેથી આ સ્થિતિ બની જાય? ઇન્દ્રિયોના દરવાજા દીર્ઘકાલ સુધી બંધ નહિ રાખી શકીએ. જીવનની લાંબી અવધિમાં—એવી દીર્ઘકાલીન યાત્રામાં—આ કદીય સંભવ નથી કે માનવી આંખો બંધ કરીને બેસી જાય, કાનના પડદા ફાડી નાખે એવું બનવા કદીય સંભવ નથી. ઇન્દ્રિયોનાં દ્વારો ખુલ્લાં રહેશે. પાણી આવશે પણ ગંદકી નહિ આવે. ઇન્દ્રિયોનું કામ છે જાણવું, સંવેદન કરવું, જ્ઞાન કરવું. લોકોએ આનંતિવશ એવું માની લીધું છે કે ઇન્દ્રિયોનું કામ છે રાગદ્વેષ કરવો, પ્રિયતા-અપ્રિયતા-ભાવ રાખવો. ખરેખર તો ઇન્દ્રિયોનું એ કામ નથી. આંખોનું કામ મૂર્છિત થવાનું નથી; આંખોનું કામ પ્રિયતા-અપ્રિયતા ખેંદા કરવાનું નથી. આંખો તો જ્ઞાનની એક ધારા છે. ચૈતન્યની એક ધારા છે. એમાં પ્રિયતા કેવી અને અપ્રિયતા કેવી? જ્ઞાન અને મૂર્છાના યોગને આપણે એક માની લીધાં; આ એક ખૂબ મોટી આનંતિ થઈ ગઈ. જ્ઞાનની ધારા ભિન્ન છે, મૂર્છાની ધારા ભિન્ન છે. રાગ અને દ્વેષની ધારા જ્ઞાન ધારા સાથે જોડાઈ જાય છે અને આપણે બંનેને એક માનીને પ્રિયતા-અપ્રિયતાના ભ્રમમાં ફસાઈ જઈએ છીએ.

બ્યારે આ આનંતિ તૂટે છે—ચૈતન્યનો અનુભવ થાય છે, ત્યારે ઇન્દ્રિયોની સંયમશીલતાની સ્વાભાવિક રચના થાય છે. બિચારું હરણુ દોડી રહ્યું છે—મૃગ-મરીચિકા ભણી દોડી રહ્યું છે. સૂર્યકિરણો રેતીના વિસ્તૃત મેદાન પર પડી રહ્યાં છે. મૃગને આનંતિ થાય છે કે (રેગિસ્તાનમાં) જલ લહેરાઈ રહ્યું છે. તે જલ પીવા તે તરફ દોડે છે. નજીક જતાં ત્યાં જલ દેખાતું જ નથી. ત્યાંથી વળી દૂર નજર નાખે છે તો ત્યાંય જલ-આભાસ થાય છે. વળી તે દોડે છે; પણ ત્યાંય જલ મળતું નથી.

અનુભવ છે : રાગ અને દ્વેષ

માણસે પણ એવા ભ્રમને જાળવી રાખ્યો છે. તે માને છે કે હજી વધુ સ્વાદ મળે, વધુ પ્રિયતાનો ભાવ જાગે. હજી વધુ તૃપ્તિ મળે. આ તૃપ્તિની આકાંક્ષાથી દરેક માનવી દોડી રહ્યો છે. એ હરણુની જેમ—જે હરણુ સૂર્યકિરણોની પ્રવંચનામાં ચક્કર લગાવ્યા કરે છે, પરંતુ એક પણ જલબિંદુ પ્રાપ્ત નથી કરી શકતું—એમ માણસને પણ તૃપ્તિ મળતી નથી; ને તેથી તે વધુ ને વધુ ચક્કર લગાવવાની સ્થિતિમાં આવી જાય

છે. દરેક મનુષ્ય બે પ્રકારનાં બન્ધનોથી જઠકડાયેલો છે : એક છે રાગનું બન્ધન, અને બીજું છે દ્વેષનું બન્ધન. રાગનું બંધન પ્રિયતાનું બંધન છે, અને દ્વેષનું બંધન અપ્રિયતાનું બંધન છે. આ બન્ને બન્ધનોથી કોઈ મુક્ત નથી. બધાં જ આ બે બન્ધનોથી જઠકડાયેલાં છે. જયાર્યાર્યે પ્રભુની સ્તુતિમાં કહ્યું, ‘આપ રાગ અને દ્વેષ—બે બન્ધનો સમજ્યા છો, જાણ્યાં છે અને તેમને તોડ્યાં છે. જેવાં એ બન્ધનો તૂટ્યાં કે કૈવલ્ય પ્રાપ્ત થઈ ગયું—આપ કૈવલી થઈ ગયા.’

કૈવલજ્ઞાન, અનાવૃત્ત જ્ઞાન મળવામાં કોઈ વાર નથી લાગતી. અતીન્દ્રિય જ્ઞાન પ્રાપ્ત કરવામાં વિલમ્બ નથી થતો, જે આ પ્રિયતા અને અપ્રિયતાનાં બન્ધનો તૂટી જાય તો. આ બન્ને બન્ધનોએ એક દીવાલ ઊભી કરી દીધી છે; એથી આપણું ચૈતન્ય જાગતું નથી. ચૈતન્ય ત્યારે જાગી શકે છે, જ્યારે આકાંક્ષાઓ સમાપ્ત થઈ જાય છે. જેમ જેમ આકાંક્ષાઓ સમાપ્ત થતી જાય છે. તેમ તેમ ચૈતન્યનો વિકાસ થતો જાય છે.

સંભવ—અસંભવ

રૈદાસ ઘણા મોટા સંત થઈ ગયા. તેઓ ચમાર જાતિના હતા. પરંતુ પોતાની તપસ્યાથી મહાયોગી બની ગયા. એક દિવસ એક મહાત્મા એમને ત્યાં આવી ચઢ્યા; પ્રણામ કરીને બોલ્યા : ‘મહાયોગીજી એક તુચ્છ ભેટ હું આપને આપવા ઇચ્છું છું.’ રૈદાસે પૂછ્યું : ‘શું છે ભાઈ?’

‘આ પારસમણિ છે; લોખંડને સોનું બનાવી દે છે.’

‘મને તો એ કોઈ જ કામનો નથી, ભાઈ!’

‘કામનો નથી? એ કેવી રીતે? આપ તો જોડા સીવી રહ્યા છો રોટલા માટે. પારસમણિથી આપની સમસ્યા હલ થઈ જશે. પછી આપની પાસે ધન જ ધન થઈ રહેશે; આજીવિકા માટે જોડા સીવવાની જરૂર નહિ રહેશે.’

આપ વિચારી શકો છો, રૈદાસ સમજદાર ન હતા. જે સમજદાર હોત તો એવો જવાબ કદી ન આપત; પારસમણિનો સ્વીકાર કરી લેત. પારસમણિનું નામ સાંભળતાં જ માણસના મોઢામાંથી લાળ ઝરવા માંડે છે. તો એ માણસ કેવો અદ્ભુત હશે કે જેણે પારસમણિને પણ ઠોકર મારી. બુદ્ધિહીન માણસ જ આવું કરી શકે.

મહાત્માએ ખૂબ આગ્રહ કર્યો. અતિ આગ્રહ જોઈને રૈદાસે કહ્યું :
‘આ રહ્યું છાપરું; એમાં ક્યાંક પારસમણિને ખોસી દે—લટકાવી દે.’

મહાત્માએ પણ એમ જ કહ્યું.

બે વર્ષો વીતી ગયાં. તે જ મહાત્મા ફરીથી રૈદાસને ઘરે આવ્યા. તેણે જોયું. સંત રૈદાસ ચમારનું કામ કરી રહ્યા છે; જોડા સીવી રહ્યા છે. તેમના મનમાં એ કલ્પના હતી કે રૈદાસ પારસમણિની સહાયથી ધનપતિ બની ગયા હશે. હવે એમની પાસે જાંચી જાંચી ધમારત હશે; આ હશે; તે હશે; બધું જ હશે. પરંતુ એમણે તો રૈદાસનું એનું એ જ રોજિંદું કામ જોયું અને એ જ જૂનું ધામ; નહિ ઘર, નહિ પૈસા.

મહાત્માનું મન ઉદ્વેલિત થઈ બિઠ્યું. તેમણે સચ્ચાઈ સમજવાનો પ્રયત્ન કર્યો; પણ સમજી શક્યા નહિ.

મહાત્મા બોલ્યા : ‘સંતજી મેં એક ભેટ આપી હતી તે ક્યાં છે?’

રૈદાસે કહ્યું : ‘જ્યાં મૂકી હતી ત્યાં જ પડી છે. એને મેં સ્પર્શ સુદ્ધાં નથી કર્યો.’

મહાત્મા વિમાસણમાં પડી ગયા. જોયું, પારસમણિ ત્યાં જ લટકી રહ્યો હતો, જ્યાં બે વર્ષ પહેલાં એમણે લટકાવ્યો હતો. રૈદાસે એનો ઉપયોગ જ નહોતો કર્યો. મહાત્માએ વિચાર્યું ‘એ કેવી રીતે શક્ય છે કે પારસમણિ પાસે હોય અને વ્યક્તિ એનો ઉપયોગ ન કરે? સમાધાનની ભાષામાં જવાબ મળ્યો : ‘જે વ્યક્તિ પ્રિયતા અને અપ્રિયતાની દુનિયામાં જીવે છે, એને માટે એવું કરવું અસંભવ છે; પરંતુ જે વ્યક્તિ આ બંધનથી દૂર છે—જેનું એ બંધન તૂટી ગયું છે, તેને માટે આવું સંભવ છે. એવી વ્યક્તિ પારસમણિને જુએ અને એને અતિરિક્ત—વધારાનું—મહત્ત્વ આપે એ કદાપિ સંભવ નથી.’

આપણી દુનિયા બે અસંભવોની દુનિયા છે. એક વાત છોડીને એક વાત અસંભવ બની જાય છે; બીજી વાત છોડીને બીજી અસંભવ બની જાય છે. આપણે બે અસંભવોની વચ્ચે આપણી યાત્રા કરીએ છીએ. ધ્યાનની યાત્રા એક અસંભવ છોડાની યાત્રા છે. ભોગની યાત્રા એક અસંભવ છોડા પ્રત્યેની યાત્રા છે. પ્રેક્ષા ધ્યાનના જોડાણમાં જવાથી અસંભવ લાગતી વાત સંભવ લાગવા માંડે છે; અને જે વાત સંભવ

લાગે છે તે અસંભવ બની જાય છે. આ બધું પરિવર્તન ઇન્દ્રિય-સંવર દ્વારા શક્ય છે.

ઇન્દ્રિય - સંવરની પ્રક્રિયા

પ્રશ્ન થાય છે: ઇન્દ્રિય-સંવર કેવી રીતે થાય છે? શું ઇન્દ્રિયોને સંવર કરી શકાય? શું જીભ પર કોઈ ચીજ મૂકીએ અને તે સારી છે કે ખરાબ એ ભાવથી બચી શકાય ખરું? શું સામે રૂપ હોય અને તે સુંદર છે કે અસુંદર—એનાથી બચી શકાય ખરું?

હા, બધું શક્ય છે. જીભ પર વસ્તુ મૂકીએ તો ખ્યાલ આવી શકે કે તે મીઠી છે કે કડવી કે તીખી. આગળની સ્થિતિમાં એ ખ્યાલ આવવો પણ બંધ થઈ જાય છે. જીભના જ્ઞાનાંકુર પોતાનું કામ બંધ કરી દે છે. સંવેદન-કેન્દ્ર પણ પોતાનું કામ સમાપ્ત કરી દે છે. એ સંભવ છે; કેમ કે વ્યક્તિ સંવેદનાની ભૂમિકાથી ઉપર ઊઠીને જ્ઞાનની ભૂમિકા પર જાય છે, ચૈતન્યના અનુભવમાં જાય છે, ત્યારે સંવેદનાની ભૂમિકા નીચે રહી જાય છે અને જ્ઞાનની ભૂમિકા ઉપર આવી જાય છે. એ શક્ય છે. એના ઉપાયનો નિર્દેશ કરતાં જ્યાયાર્યે લખ્યું છે: 'તે જીત્યા મન ધિર કરી' મનને સ્થિર કરીને ઇન્દ્રિયો જીતી શકાય છે. આપણે ઇન્દ્રિયોને જીતવાનો સીધો પ્રયત્ન કરીએ છીએ. ઇન્દ્રિયોને સીધો જીતી લેવી એ કઠી સંભવ નથી. વાસ્તવમાં એને જીતવાની જ નથી હોતી; તે તો લડતી જ નથી. ઇન્દ્રિયો બિચારી ક્યારે લડે છે, ક્યારે આપણને સતાવે છે, કે આપણે તેને જીતીએ. તે બિચારી કશું પણ નથી કરતી. તે તો જ્ઞાનની ધારાઓ છે. તેમની સાથે લડવું એ આપણી એક ભ્રાન્તિ છે. પેલી ચકલી દર્પણમાં જોઈને પોતાના જ પ્રતિબિંબ પર ચાંચ માર્યા જ કરે છે, ખરાબર એના જેવી આ વાત છે.

એક સિંહ ફૂવાના થાળા પર ગયો. અંદર પાણીમાં પોતાનું પ્રતિબિંબ જોયું. પોતાના જ જેવા અન્ય સિંહની આકૃતિ જોઈને એની સામે ગર્જના કરી. પ્રતિબિંબે પણ ગર્જના કરી, એણે વિચાર્યું; 'અંદર મારો કોઈ અન્ય પ્રતિદંડી ગર્જના કરી રહ્યો છે, એમ વિચારીને એની સાથે લડવા માટે તે તે ફૂવાની અંદર ફૂદી પડ્યો. અન્યને મારી નાખવાની ઇચ્છાવાળો સ્વયં પાણીની અંદર તરફડી તરફડીને સ્વધામ પહોંચી ગયો.

આને મનુષ્ય પણ આવું જ કરી રહ્યો છે. તે પોતાના જ પ્રતિબિંબ સાથે લડવાનું વિચારી રહ્યો છે. ઇન્દ્રિયો આપણી જ્ઞાન-ધારાઓ છે. એમની સાથે લડવું એટલે આપણા પોતાના પ્રતિબિંબ સાથે લડવા ખરાબ છે. ઇન્દ્રિયો સાથે સંઘર્ષ કરવાની કોઈ જરૂર નથી. મન સાથે લડવું જરૂરી છે. જેણે પોતાના મનને સમજી લીધું છે, તે ઇન્દ્રિયો સાથે આવનાર મૂર્છાને સમાપ્ત કરી દે છે. પ્રિયતા અને અપ્રિયતા, રાગ અને દ્વેષ, મૂર્છા—આદિ મન સાથે જોડાયેલાં છે. આ ઇન્દ્રિયોની જ્ઞાનધારાઓમાં મળે છે. આપણે તે મૂર્છાને સમજીએ—મોહને સમજીએ. હકીકતમાં તેને જ સમજવાનો છે. તેને સમજી લેવાથી તટસ્થતા આવી શકે છે. ઇન્દ્રિયોના સંવર પહેલાં આવશ્યક છે મનનો સંવર. મનનો સંવર થવાથી ઇન્દ્રિયોનો સંવર આપમેળે થઈ જાય છે. જે વ્યક્તિનું મન શાંત છે, જેનું ચિત્ત શાંત છે, જેની છુદ્ધિ શાંત છે, તેની સમક્ષ રૂપ આવે તો તે રૂપ રૂપ હશે, જ્ઞેય હશે, પરંતુ વિકાર નહિ થાય. જ્ઞેય અને વિકાર વચ્ચે ઘણી સૂક્ષ્મ ભેદરેખા છે. બંનેને અલગ અલગ સમજવાં જોઈએ. શબ્દ, રૂપ, રસ, ગંધ સ્પર્શ—આ બધાં જ્ઞેય છે. જાણવા યોગ્ય છે.

હેય-ઉપાદેય

ત્રણ પ્રકારના પદાર્થો છે. કેટલાક પદાર્થો હેય છે, કેટલાક ઉપાદેય છે; પરંતુ જ્ઞેય તો બધા જ છે. કાદવ-ક્રીચડ, કચરા-પૂંજનો ઢગલો—આ બધું પણ જ્ઞેય છે. જ્ઞેયની કોઈ સીમા હોતી નથી. પદાર્થ ભલે પવિત્ર હોય કે અપવિત્ર હોય, નિત્ય હોય કે અનિત્ય, રમણીય હોય કે અરમણીય હોય, સારો હોય કે ખરાબ હોય—બધાં જ જ્ઞેય છે. જાણવા યોગ્ય છે. એક પદાર્થ એવો નથી જે જ્ઞેય ન હોય. જ્ઞાનની સીમાથી પાર કોઈ પદાર્થ હોતો નથી. જ્ઞાન અનન્ત છે તો જ્ઞેય પણ અનન્ત છે. બધું જ જ્ઞેય છે.

એક બીજો પ્રશ્ન છે : હેય અને ઉપાદેયનો; ત્યાગવાનો અને સ્વીકારવાનો. આ કંઈ જ્ઞાનની સીમા નથી; એ મૂર્છાની સીમા છે. જે વસ્તુ સાથે જોડાવાથી આપણી મૂર્છા જાગે છે, તે વસ્તુ હેય બની જાય છે; અને જે વસ્તુ સાથે જોડાવાથી આપણી મૂર્છા તૂટે છે, તે વસ્તુ આપણે માટે ઉપાદેય બની જાય છે. હેય અને ઉપાદેય વચ્ચે ભેદરેખા દોરી શકાય છે; પરંતુ જ્ઞેયની અંદર કોઈ ભેદરેખા દોરી શકાતી નથી. બ્યારે મૂર્છા અલગ હોય છે, ચૈતન્યની ધારા અલગ હોય

છે, ત્યારે જ્યે જ્યે રહી જાય છે; હેય અને ઉપાદેયની સીમા જુદી થઈ જાય છે.

વિવર્તવાદ

વેદાન્તે એક સિદ્ધાન્તનો વિકાસ કર્યો છે. તેને ‘વિવર્ત-સિદ્ધાન્ત’ કહેવામાં આવ્યો છે. તે પ્રમાણે કેવળ ચૈતન્ય જ સત્ય છે; સંસાર સમગ્ર અસત્ય છે, માયા છે, પ્રપંચ છે. માણસ પ્રાંતિમાં જન્મે છે. કોઈક માણસ અધકારમાં જન્મે હોય છે. ત્યાં દોરી પડેલી હોય અને તે માની લે છે કે એ તો સાપ છે; અને સાપના લયથી તે ભાગવા માંડે છે. દોરીમાં સાપનો ભ્રમ થઈ ગયો. દોરી સાપની જેમ કદી કરડી શકતી નથી; પરંતુ પ્રાંતિ કે મિથ્યા ધારણાને કારણે દોરીમાં સાપનું આરોપણ કરવામાં આવે છે. તેવી જ રીતે સમગ્ર વસ્તુ-જગત મિથ્યા ધારણા છે. વાસ્તવમાં ચૈતન્ય જ યથાર્થ છે. આ એક દષ્ટિ છે.

બંને વાસ્તવિક

જૈન દર્શન અનુસાર ચેતન પણ વાસ્તવિક છે અને અચેતન પણ વાસ્તવિક છે; બંને વાસ્તવિક છે. અચેતન ભ્રમ નથી. જેમ ચેતનનું સ્વતંત્ર અસ્તિત્વ છે, તેવી જ રીતે અચેતનનું સ્વતંત્ર અસ્તિત્વ છે. બંનેના અસ્તિત્વમાં કોઈ અન્તર નથી; બંને વાસ્તવિક છે, યથાર્થ છે.

સાધનાની દષ્ટિએ બંનેમાં કોઈ અન્તર નથી રહેતું; અન્તર રહે છે સ્વયંના પરિપાર્થમાં.

શિક્ષકે વિદ્યાર્થીઓને પૂછ્યું: ‘સોમાંથી એકાવન નીકળી જાય તો બાકી શું રહે?’ જવાબો જુદા જુદા મળ્યા. એકે કહ્યું: ‘ઓગણ-પચાસ બચશે.’ એક ઉદ્યોગપતિના દીકરાએ કહ્યું: ‘બાકી કશું જ રહેશે નહિ; સમગ્ર કંપની ફૂલ થઈ જશે.’

જેની પાસે એકાવન ટકા શેર છે, તે કંપનીનો માલિક હોય છે. બહુમતના હાથમાં માલિકી આવી જાય છે. બાકીનાઓના હાથમાં કશું રહેતું નથી. સત્તા એકાવન ટકાના હાથમાં આવી જાય છે; પાછળ રહે છે વિરોધી દળ, જેના હાથમાં સત્તા નથી રહેતી.

આ દરેકનો પોત-પોતાનો દષ્ટિકોણ છે.

ચિત્તની સક્રિયતા

સાધનાના ક્ષેત્રમાં દષ્ટિકોણ ભિન્ન નથી હોતો. દર્શનના ક્ષેત્રમાં દષ્ટિકોણ ભિન્ન હોઈ શકે છે. જ્યાં સાધનાનો પ્રશ્ન છે, ત્યાં વેદાન્તનો દષ્ટિકોણ પણ આ જ છે, કે આપણે કેવળ ચૈતન્યનો અનુભવ કરીએ. જૈન દર્શનનો દષ્ટિકોણ પણ આ જ છે કે આપણે માત્ર ચૈતન્યનો અનુભવ કરીએ. ઇન્દ્રિયો પર વિજય પ્રાપ્ત કરવાનો સહજ-સરલ માર્ગ છે ચૈતન્યનો અનુભવ કરવો.

કાર્યોત્સર્ગ ચૈતન્યના અનુભવની પ્રક્રિયા છે શરીરના કણકણમાં ચિત્તને લઈ જઈએ અને તેમાં ચૈતન્યનો અનુભવ કરીએ.

શરીર પ્રેક્ષામાં પણ પ્રત્યેક અવયવમાં ચૈતન્યનો અનુભવ કરાય છે. આ પ્રક્રિયાથી જ્ઞાનતંતુઓને સક્રિય તથા નાડી-સંસ્થાનને જ્ઞાત કરવામાં આવે છે.

આખરે લક્ષ્ય એક છે—ચિત્તને સક્રિય કરવું; ચૈતન્યને જ્ઞાત કરવું, ચૈતન્યનો અનુભવ કરવો.

જ્યારે ચૈતન્યનો અનુભવ થાય છે, પોતાની પરિક્રમા થાય છે ત્યારે ઇન્દ્રિયો આપમેળે વિજિત થઈ જાય છે, મૂર્છાની ધારા વિચિન્ન થઈ જાય છે. આવશ્યક છે પોતાની પરિક્રમા કરવાનું.

સ્વયંની પરિક્રમા

મહાદેવજીએ પોતાના બંને પુત્રોને કહ્યું : ‘જાઓ, ત્રણ લોકની પરિક્રમા કરી આવો. જે પહેલો આવશે એને પુરસ્કૃત કરવામાં આવશે—તે વિજયી બનશે; અને જે પછીથી આવશે તે પરાજિત માનવામાં આવશે.’ એ પુત્રો—એકનું નામ ગણેશ અને બીજાનું નામ કાર્તિકેય. કાર્તિકેયને ખૂબ આનંદ થયો. તેણે વિચાર્યું : ‘મારું વાહન મથૂર છે. તે ખૂબ જ શક્તિશાળી અને તીવ્રગામી છે. હું જ વિજયી થઈશ.’ ગણેશે વિચાર્યું : ‘મારું વાહન ઉંદર છે; હું કેવી રીતે પરિક્રમા કરી શકીશ? હું તો ભારેખમ ને ઉંદર તો નાનકડું. વિજયી થવાનો પ્રશ્ન જ નથી.’ તે નિરાશ થઈ ગયો.

કાર્તિકેય પોતાના વાહન પર બેઠો અને ત્રિલોકની પરિક્રમા કરવા નીકળી પડ્યો.

ગણેશ વિચાર કર્યો : ‘નિરાશ થવાથી શુ’ વળે? મારે ચિન્તા નહિ પણ ચિન્તા કરવું જોઈએ; કોઈ ઉપાય જરૂર મળી જશે.’

આચાર્ય તુલસીએ એક સૂત્ર આપ્યું : ‘ચિન્તા નહિ, ચિન્તા કરો. જે માણસ ચિન્તામાં ડૂબી જાય છે, તે પ્રથમ ક્ષણે જ હારી જાય છે; તેણે વિજયની આશા જ છોડી દેવી જોઈએ. જ્યાં જ્યાં ચિન્તાનાં વાદળો ઘેરાય છે, ત્યાં ત્યાં પરાજય વ્યક્તિને વ્યથિત કરી દે છે. જ્યાં ચિન્તામાંથી મુક્ત થઈ જવાય છે અને ચિન્તા આવી જાય છે, ત્યાં સફળતા ચરણ ચૂમવા લાગી જાય છે.

આ જ ભેદ છે પદાર્થ અને મૂર્છામાં. જે મૂર્છામાં ડૂબ્યો તે પદાર્થમાં ડૂબનાર બની ગયો. મૂર્છાથી અલગ થતાં જ પદાર્થ પણ ઉપયોગી બની જાય છે. જે અન્તર આપણે પદાર્થ અને મૂર્છામાં રાખી શકીએ, તે અન્તર ચિન્તા અને ચિન્તામાં મૂકી શકાય. ચિન્તાનો બોલો માથે ન આવે. ચિન્તાના પાણીથી ભરેલો ઘડો આપણા મસ્તક પર ન લદાય; જે તે લદાઈ ગયો, તો આપણી ગતિ નરમ પડી જાય—મન્દ પડી જાય. ચિન્તા કરવાથી સફળતા આપોઆપ સામે આવીને ઊભી રહે છે.

ગણેશ ચિન્તા છોડીને ચિન્તાનો આરંભ કર્યો; સમસ્યા પર કેન્દ્રિત-એકાગ્ર થયો. સંભવ છે એણે ચૈતન્ય-કેન્દ્રો પર ધ્યાન કેન્દ્રિત કર્યું અને એને સમસ્યાના સમાધાનનું સૂત્ર મળી ગયું. તે આનન્દિત થઈ ગયો.

પ્રેક્ષા-ધ્યાનનું એક સૂત્ર છે : જ્યારે કોઈપણ જટિલ સમસ્યા સામે આવે, ત્યારે દશ મિનિટ સુધી આનન્દ કેન્દ્ર પર પીળા રંગનું ધ્યાન ધરો. સાધકને અનુભવ થશે કે સમસ્યાના સમાધાનનું સૂત્ર ઉપરથી નીચે ઊતરી રહ્યું છે.

ગણેશને સફળતાનું સૂત્ર મળી ગયું. તેણે તરત જ શિવની પરિક્રમા પ્રારંભ કરી દીધી. ત્રણ પરિક્રમા કરી તે ખેસી ગયો. કાર્તિકેય મોડેથી પહોંચ્યો. ગણેશને ત્યાં ખેડેલો જોઈને પોતાના વિજય પર પ્રસન્ન થયો; વિચાર્યું : ‘આ જુદું છે; અહીં ખેડો છે. બિચારો જાય પણ કેવી રીતે. પૂજા મને મળશે; પુરસ્કાર મને જ મળશે.’

ગણેશે કહ્યું : ‘પહેલાં મેં પરિક્રમા કરી છે; પુરસ્કાર મને મળવા જોઈએ.’ કાર્તિકેયે કહ્યું : ‘તું જુદો છે. ઉદર પર કેવી રીતે પરિક્રમા કરી

આવ્યો ? મેં ત્રણ લોકની પરિક્રમા કરી છે. હું વિજયી છું. તું હારી ગયો; હું જીતી ગયો.’

કાર્તિકેય અને ગણેશ વચ્ચે વિવાદ થવા લાગ્યો. મહાદેવે ગણેશને કહ્યું : ‘ગણેશ, તું તારી પોતાની વાત સિદ્ધ કરી બતાવ.’ ગણેશે કહ્યું : ‘મેં તમારી પરિક્રમા કરી. તમારામાં ત્રણ લોક સમાયેલાં છે. શિવથી ભિન્ન કોઈ સંસાર નથી. સમગ્ર સંસાર શિવમાં સમાયેલાં છે. શિવની પરિક્રમા કરવી, એનો અર્થ સંસારની પરિક્રમા કરવી.’

મહાદેવે ગણેશની વાતનું સમર્થન કર્યું. ગણેશ જીતી ગયો. કાર્તિકેય હારી ગયો.

જે વ્યક્તિ પોતાની પરિક્રમા કરી લે છે, પોતાના ચૈતન્યની પરિક્રમા કરી લે છે, તે જીતી જાય છે. ચૈતન્યમાં બધું સમાયેલું છે. ચૈતન્ય જગતની પરિક્રમા કરનાર જીતી જાય છે. અને પદાર્થ જગતની પરિક્રમા કરનાર હારી જાય છે. મનુષ્યનો સ્વભાવ જ એવો છે કે તે પદાર્થનું અને સમસ્ત સંસારનું ચક્કર લગાવવા ઇચ્છે છે; તેને કચારેય સફળતા નથી મળતી. જેણે ચૈતન્યની પરિક્રમા કરી લીધી, પોતાના શિવની પરિક્રમા કરી લીધી, પોતાના મહાદેવની પરિક્રમા કરી લીધી, તે સફળ થઈ ગયો.

પોતાનો અનુભવ

આપણી સમગ્ર સફળતાનું સૂત્ર છે—સ્વયં ચૈતન્યનો અનુભવ. ચૈતન્યનો અનુભવ કરવાથી ઇન્દ્રિયોની સમસ્યા, મૂર્છા અને રાગ-દ્વેષની સમસ્યા, પ્રિયતા અને અપ્રિયતાના સંવેદનની સમસ્યા આપમેળે સમાપ્ત થઈ જાય છે. એનાથી તટસ્થ ભાવ જન્મત થાય છે, અને સમતા જન્મત થઈ જાય છે. તેના જન્મત થવાથી દુઃખનાં બંધનો આપોઆપ તૂટી જાય છે; અતૃપ્તિ અને આકાંક્ષા દ્વારા પેદા થનાર બંધનો અને દુઃખ પોતાના મોતે મરે છે; વ્યક્તિ એક નવા સંસારનો અનુભવ કરે છે. તેવા અનુભવની સૃષ્ટિમાં પ્રવેશ કરીને તે આ ભાષામાં બોલી ઊઠે છે : ‘સંસારની પરિક્રમા કરીને જે પ્રાપ્ત નહિ થયું, જે નહિ મળ્યું, તે સ્વયંની પરિક્રમા કરીને બધું જ મળી જાય છે—ને જેનાં મળી જવાથી તે પછી બીજી કોઈ વસ્તુ મેળવવાની આકાંક્ષા બાકી રહેતી નથી.’



प्रवचन : ४

प्रेयथी श्रेय तरङ्ग

સંક્રેતિકા

- ૧ રાજિમતી છાંડી જિનરાય, શિવ સુન્દર સ્યૂં પ્રીત લગાય ।
પ્રશ્ન નેમ સ્વામી ! તૂ જગનાથ અંતરજામી ॥
- ૨ અહો પ્રશ્ન ! શરણ આયો તુઝ સાહિબા બસ રહ્યા હીયા માંય હો ।
અહો પ્રશ્ન ! આગમ-વચણ અઙ્ગીકરી, રહ્યો ધ્યાન તુઝ ધ્યાય હો ।
- ૩ સંગ છાંડ મન વશ કરી, હિન્દ્રય દમન કરી દુર્દન્ટ કૈ ।
વિવિધ તપે કરી સ્વામજી, ઘાતી કર્મ નૌ કીધો અંત કૈ ॥
- ૪ હો પ્રશ્ન ! શરણ આયો તુઝ સાહિબા, તુમ ધ્યાન ઘસૂં દિન રૈન હો ।
તુઝ મિલવા મુઝ મન ઝમહ્યો, તુમ સંમરણ સ્યૂં સુરવ વૈન હો ।
(ચૌબીસી ૨૨/૨; ૨/૬; ૩/૫; ૮/૬)



- પ્રેયસ્થી પ્રેયસ્ તરફ પ્રસ્થાન કેવી રીતે થાય ?
- પ્રેયસ્ અસાધ્ય નહિ, કષ્ટ-સાધ્ય રોગ છે.
- અરિષ્ટનેમિચ્છે રાજમતીનો ત્યાગ કેવી રીતે કર્યો ?
- મોટા આકર્ષણનું આગમન થતાં જ નાનું આકર્ષણ આપમેળે છૂટી જાય છે.
- મૂર્ત માટે થનાર પ્રિયતાને સમાપ્ત કરવાનું સૂત્ર છે—
અમૂર્ત પ્રત્યે પ્રિયતા પેદા કરવી.
- પ્રિયતા સમાપ્ત કરવાનાં પાંચ સૂત્રો :
 - અમૂર્ત પ્રત્યે પ્રિયતા પેદા કરવી
 - શરણુ
 - અમૂર્તનું ધ્યાન
 - સાક્ષાત્કારની ઉત્કટ અભિલાષા
 - સુમિરન.
- કર્મ-વિલય ચૈતન્ય જાગરણનો ઉદય.

પ્રેયથી શ્રેય તરફ

પ્રિયતા છે કષ્ટસાધ્ય બીમારી

એક ભાઈએ કહ્યું: 'હું પ્રેયથી શ્રેય તરફ જવા ઇચ્છું છું પરંતુ ખબર નથી પડતી કે 'કેમ મનથી પ્રિયતાનો ભાવ નીકળી જ નથી શકતો. મારા મનમાંથી અપ્રિયતાનો ભાવ મોટેભાગે સમાપ્ત થઈ ચૂક્યો છે; પરંતુ જાણતા અજાણતામાં પ્રિયતાનો ભાવ તો આવી જ જાય છે. પ્રયત્ન કરવા છતાં હું તેને છોડી શકતો નથી.'

આ ઘણી મોટી સચ્ચાઈ છે. અપ્રિયતા છૂટી જાય છે, પ્રિયતા બાકી રહી જાય છે; દ્વેષ છૂટી જાય છે, રાગ બચી જાય છે. રાગ એ મૂળ બીમારી છે; દ્વેષ એનો ઉપજીવી છે. દ્વેષ મૂળ બીમારી નથી. પ્રિયતા છે તેથી અપ્રિયતા હોય છે. રાગ છે એટલે દ્વેષ થાય છે. અપ્રિયતા અને દ્વેષ મૌલિક નથી. શું પ્રેય અસાધ્ય બીમારી છે? ના, એ અસાધ્ય નહિ પણ કષ્ટસાધ્ય અવશ્ય છે.

આયુર્વેદમાં ત્રણ પ્રકારના રોગ માનવામાં આવે છે—સાધ્ય, કષ્ટસાધ્ય અને અસાધ્ય. કેટલાક રોગો સહજ સાધ્ય હોય છે. થોડીક જ દવા લેવાથી મટી જાય છે. કેટલાક રોગો કષ્ટસાધ્ય હોય છે; ભારે મુશ્કેલીથી એના પર નિયંત્રણ રાખી શકાય છે. કેટલાક રોગો અસાધ્ય હોય છે. એમના પર કોઈ દવા કે ચિકિત્સા કામ નથી આપતી. તે અચિકિત્સ્ય હોય છે.

પ્રેયનો રોગ અસાધ્ય નથી, તે કષ્ટસાધ્ય છે; એને સમાપ્ત કરી શકાય છે. પરંતુ પ્રશ્ન એ છે કે તેને સમાપ્ત કરવાનો ઉપાય શો છે? સાધકો હમેશાં એ શોધમાં રહ્યા છે કે આ રોગની ચિકિત્સા શી રીતે કરવામાં આવે? એનાં સાધનો ક્યાં હોઈ શકે? ભિન્ન ભિન્ન ચિકિત્સકોએ ભિન્ન ભિન્ન સાધનો બતાવ્યાં. શ્રીમજ્જયાચાર્યે પણ કેટલાંક સાધનોનો ઉલ્લેખ કર્યો છે, જેના દ્વારા કષ્ટસાધ્ય બીમારીથી છુટકારો મેળવી શકાય છે. પહેલું સાધન છે—અમૂર્ત સાથે પ્રીતિ. પ્રીતિને વિઘટિત કરવા માટે પ્રીતિને જ સાધન બનાવવાનું રહેશે. કાંટાથી કાંટો કાઢવાનો છે; ઝેરથી ઝેરનો પ્રતિકાર કરવાનો છે. આપણી પ્રીતિ મૂર્ત પ્રત્યે છે. જે સ્થૂલ છે, મૂર્ત છે, તેની સાથે સ્વાભાવિક પ્રિયતા (સ્નેહ-મમતા) જોડાઈ જાય છે. વ્યક્તિ તેના તરફ ઝૂકી જાય છે—આકૃષ્ટ થઈ જાય છે. કોઈને સ્પર્શ

કર્થો, સ્પર્શ સારો લાગ્યો; પ્રીતિ બંધાઈ ગઈ. કોઈએ મીઠી વાત કરી; સ્તુતિ પ્રત્યે પ્રીતિ થઈ બેઠી. સ્વાદ પ્રત્યે પ્રીતિ થઈ જાય છે. આ બધી મૂર્ત સાથે થનારી પ્રીતિ છે. અમૂર્ત પ્રત્યે પ્રીતિ બાંધવી અત્યંત કઠિન છે. જ્યાં સુધી અમૂર્ત સાથે પ્રીતિ બંધાતી નથી, ત્યાં સુધી પ્રિયતાનો ભાવ સમાપ્ત થઈ શકતો નથી. આ બીમારી એકદમ દૂર થઈ શકતી નથી.

પરમ સુંદરીને કેવી રીતે છોડી ?

અરિષ્ટનેમિ લક્ષ્મ માટે જઈ રહ્યા છે. રાજમતી એક સુંદર કન્યા—રાજકુમારી—સ્ત્રી-સૌન્દર્ય અને લાવણ્ય તથા બધા જ ગુણોથી યુક્ત. અરિષ્ટનેમિ અને રાજમતી બંનેના મનમાં ઉત્સાહ છે. અરિષ્ટનેમિ લક્ષ્મ કરવા ઇચ્છે છે. રાજમતી સાથે એની પ્રિયતા જોડાયેલી છે. રાજમતી અરિષ્ટનેમિ સાથે પરિણય માટે અત્યંત આતુર છે. અરિષ્ટનેમિ બની-કનીને જન લઈ જઈ રહ્યા છે. હજી લક્ષ્મડપમાં પહોંચ્યા નથી. વચમાં એક ઘટના બની ગઈ. તેમણે પ્રાણીઓનો આતુર કોલાહલ સાંભળ્યો. તેમણે સારથિને પૂછ્યું: ‘આ શોરબકાર શેનો થઈ રહ્યો છે? પશુઓનો આર્તનાદ ક્યાંથી આવી રહ્યો છે?’ સારથિ બોલ્યો: ‘મહારાજ! લક્ષ્મમાં ભોજન આપવા માટે મોટી સંખ્યામાં પશુઓ હત્યા કરવા માટે ભેગાં કરવામાં આવ્યાં છે. તેઓ મોતના ભયથી આર્ત સ્વરમાં કકળાટ કરી રહ્યા છે.’ અરિષ્ટનેમિએ આ સાંભળ્યું અને એ તો અવાઝ થઈ ગયા. તેમણે ચિંતનની ધારા બદલી નાખી. તેમણે વિચાર્યું: એકવું ઘર વસશે, અનેકોનાં ઘરો ઉજ્જડ થઈ જશે; એક સુખ પ્રાપ્ત કરશે ને અનેકોનાં સુખ ઝૂંટવાઈ જશે. ચિંતનનું જિંડાણ વધતું ગયું. તેઓ તત્કાલ ત્યાંથી પાછા ફરી ગયા અને પોતાના મુકામ તરફ ચાલી નીકળ્યા. એમણે રાજમતીનો ત્યાગ કરી દીધો. તેઓ તેના તરફથી મોઢું ફેરવી ચાલી નીકળ્યા.

પ્રશ્ન થાય છે કે રાજમતી જેવી પરમ સુંદરીને તેમણે શી રીતે છોડી દીધી? એ કેવી રીતે શક્ય બની શક્યું? મૂક પ્રાણીઓ માટે અપાર સુખ આપનાર, કામિનીને કોણ કેવી રીતે છોડી શકે છે? આ પ્રશ્નનું સુંદર સમાધાન જ્યાચાર્યે પ્રસ્તુત કર્યું છે. તેમણે લખ્યું છે: ‘રાજમતી છાંઢી જિનરાય, શિવ સુંદર સ્યૂં પ્રીત લગાય.’ રાજમતી એક અનુપમ સુંદરી હતી. તેમાં તેમની પ્રીતિ હતી. તેમણે તે પ્રીતિને ત્યાંથી હટાવી શિવ-સુંદરી સાથે જોડી દીધી. જ્યાં સુધી મહાન સુંદરી સાથે

પ્રીતિ જોડાતી નથી, ત્યાં સુધી નાની સુંદરીને છોડી નથી શકાતી—એ નાની સુંદરી સાથે જોડાયેલી પ્રીતિને તોડી શકાતી નથી. કોઈ મહાન આકર્ષણ (પ્રેરક બળ) સામે ન હોય તો નિમ્ન કક્ષાનું આકર્ષણ છોડી શકાતું નથી. મહાન આકર્ષણના પ્રવેશ સાથે જ નિમ્ન આકર્ષણ આપોઆપ અદૃશ્ય થઈ જાય છે. તેને માટે બીજા પ્રયાસની જરૂર નથી રહેતી. આ 'અનુરાગાત્ વિરાગઃ' તો સિદ્ધાંત છે. આ યોગનું, અધ્યાત્મનું ધણું મહાન સૂત્ર છે. એક પ્રત્યે અનુરાગનો અર્થ છે, અન્યો પ્રત્યે વિરાગ. એકના પ્રત્યે વિરાગનો અર્થ છે, અન્યો પ્રત્યે અનુરાગ. જેને શબ્દ, રૂપ, રસ, ગંધ અને સ્પર્શ પ્રત્યે અનુરાગ છે, તેના ચૈતન્ય પ્રત્યે વિરાગ આપમેળે થઈ જાય છે. જેના મનમાં ચૈતન્ય પ્રત્યે અનુરાગ જાગી જાય છે તેના મનમાં શબ્દ વગેરે ઇન્દ્રિય વિષયો પ્રત્યે વિરાગ થઈ જાય છે. બંને પ્રત્યે વિરાગ કે અનુરાગ નહિ થઈ શકે. બંનેમાંથી એક પ્રત્યે અનુરાગ રહેશે, એક પ્રત્યે વિરાગ થશે. બે માર્ગોમાં એકસાથે યાત્રા નથી થઈ શકતી. બે ઘોડા પર એકસાથે સવારી નથી થઈ શકતી. બે દિશાઓમાં એક સાથે નથી જઈ શકાતું. પૂર્વમાં જવાશે કે પશ્ચિમમાં અથવા ઉત્તરમાં કે દક્ષિણમાં. એકસાથે પૂર્વમાં અને પશ્ચિમમાં અથવા એકસાથે ઉત્તરમાં અને દક્ષિણમાં જવું અસંભવ છે. ચૈતન્યની દિશામાં પ્રસ્થાન થશે તો અચૈતન્યની દિશામાં અપ્રસ્થાન રહેશે. અચૈતન્યની દિશામાં પ્રસ્થાન થશે તો ચૈતન્યની દિશામાં અપ્રસ્થાન રહેશે.

અરિષ્ટનેમિનો યાત્રા પથ બદલાઈ ગયો. શિવસુંદરી સાથે એની પ્રીતિ જોડાઈ અને સુંદરી રાજમતી તેમને માટે અર્થહીન બની ગઈ. શિવસુંદરી માટે અનુરાગ જાગ્યો અને આ તરફ રાજમતી માટે વિરાગ પેદા થઈ ગયો.

અમૂર્ત પ્રત્યે પ્રિયતા

જ્યાં સુધી અમૂર્ત સૌન્દર્ય અને અમૂર્ત રમણીયતા પ્રત્યે અનુરાગ નથી જાગતો ત્યાં સુધી મૂર્ત સૌન્દર્ય અને મૂર્ત રમણીયતાનો ત્યાગ નથી થઈ શકતો. સંતોએ ભગવાનની ઉપાસના એક સખાના રૂપમાં કરી છે. તો એક સ્ત્રી અથવા સુંદરીના રૂપમાં પણ કરી છે. આખરે કોઈપણ માણસ સૌન્દર્યને છોડી શકતો નથી. મધુરતા છોડી નથી શકતો. કોઈને કડવાશ ગમતી નથી. કુરૂપતા પ્રિય નથી. સાપેક્ષ કથન છે. જ્યારે વધુ સુંદરતા નજીક આવે છે ત્યારે ઓછી સુંદરતા વ્યર્થ બની જાય છે.

વધારે મીઠી ચીજ નજર સમક્ષ આવે છે ત્યારે એાછી મીઠાશવાળી ચીજ એની મેળે છૂટી જાય છે. એને છોડવામાં નથી આવતી. તે છૂટી જાય છે. છોડવી મુશ્કેલ હોય છે. છૂટી જવી મુશ્કેલ નથી હોતી. વસ્તુને ત્યાગ કરવામાં નથી આવતો, તે આપમેળે ત્યજત બની જાય છે.

મૂર્ત પ્રત્યે રહેનારી પ્રિયતાને સમાપ્ત કરવાનું એક સૂત્ર છે— અમૂર્ત પ્રત્યે પ્રિયતા પેદા કરવી. શિવસુંદરી અમૂર્ત છે. મોક્ષ અમૂર્ત છે. આત્મા અમૂર્ત છે. પરમાત્મા અમૂર્ત છે. ચૈતન્ય અમૂર્ત છે. અમૂર્ત પ્રત્યે પ્રીતિ ઉત્પન્ન કરવી સરળ નથી, મુશ્કેલ છે. પરંતુ કોઈકવાર સૌભાગ્યથી એવી ક્ષણ આવે છે જ્યારે અમૂર્ત સાથે પ્રીતિ જોડાઈ જાય છે. એ ક્ષણે મૂર્તનો પ્રેમ બેકાર થઈ જાય છે. અર્થહીન થઈ જાય છે.

જ્યારે અમૂર્ત સાથે મીરાંનો લય જોડાઈ ગયો ત્યારે મહારાણા પ્રત્યે કોઈ દિલચસ્પી ન રહી. મીરાં પાગલ બની ગઈ અમૂર્ત પ્રત્યે. તેણે મૂર્તનો ત્યાગ કર્યો. વર્તમાન છોડ્યો. જે પ્રત્યક્ષ ઉપસ્થિત હતો તેના પ્રત્યે તેના મનમાં કોઈ આકર્ષણ ન રહ્યું.

સંપૂર્ણ સંત સાહિત્યમાં મૂર્ત તરફ થનાર પ્રિયતાને સમાપ્ત કરવાનું એક મહત્વપૂર્ણ સૂત્ર રહ્યું છે—અમૂર્ત પ્રત્યે પ્રિયતા ઉત્પન્ન કરવી.

આ શૃંગલામાં ખીજું સૂત્ર છે—શરણુ.

ત્રીજું સૂત્ર છે—અમૂર્તનું ધ્યાન.

ચોથું સૂત્ર છે—સાક્ષાત્કારની ઉત્કટ અભિલાષા—મળવાની ઉત્કટ અભિલાષા જાગી જાય છે. તડપ જાગી જાય છે. મીરાં પોતાના પ્રિયતમને, પોતાના ભગવાનને મળવા ઇચ્છે છે. એમનો વિયોગ તે સહન નથી કરી શકતી. જ્યાંયાર્ય પશુ કહે છે—‘તુજ મિલવા મુજ મન ઝમહો’ પ્રભુ! મારા મનમાં એક ઉમંગ જાગી રહી છે. હું પ્રભુને મળવા ઇચ્છું છું. સાક્ષાત્કાર કરવા ઇચ્છું છું.

પાંચમું સૂત્ર છે—સુમિરન.

આ પાંચ સૂત્રો જ્યાંયાર્યે પ્રસ્તુત કર્યાં છે. સંત સાહિત્યની પરંપરામાં આ પાંચેય સૂત્ર ઉપલબ્ધ છે. કબીર, સૂરદાસ, મીરાં, જયસી—બધાંના સાહિત્યમાં એને સ્વીકૃતિ પ્રાપ્ત છે.

શરણુમાં જવું એ કઠોર કર્મ છે

શરણુ જવું એ અત્યંત મુશ્કેલ વાત છે. દરેક વ્યક્તિ વિચારે છે કે ખીબને શરણુ આપું, પણ ખીબને શરણુ જવા નથી ઇચ્છતી. ખીબને શરણુ જવું એ ઘણી મોટી વાત છે. જ્યાં સુધી અહંકારનો વિલય નથી થતો, કોઈ વ્યક્તિ કોઈના શરણુમાં નથી જઈ શકતી. શરણુમાં જવું એ અત્યંત મોટી સમસ્યા છે. જે વ્યક્તિ ખીબને શરણુ જવા તૈયાર થઈ જાય છે તેનું સમગ્ર વ્યક્તિત્વ બદલાઈ જાય છે, બાહ્ય વ્યક્તિત્વ સમાપ્ત થઈ જાય છે. બાકી કશું નથી રહેતું. ખીબનું શરણુ લીધા પછી બચ્ચું શું? કંઈ પણ નહિ, જે સામે આવે છે તે તેવો જ બની જાય છે. શરણુમાં જવું ઘણું કઠોર કર્મ છે.

મહાત્મા રહી પડ્યા

આરબ બજારમાં ગુલામોનું વેચાણ થઈ રહ્યું હતું. બોલી બોલાઈ રહી હતી. એક મહાત્મા તે બજારમાંથી પસાર થઈ રહ્યા હતા. તેમણે જોયું—લોકો ગુલામોને ખરીદીને લઈ જઈ રહ્યા છે. હજારો ખરીદનાર અને હજારો ગુલામ. મહાત્માએ એક ગુલામને પૂછ્યું—

‘શું તું વેચાઈ ગયો?’

‘હા મહારાજ.’

‘ક્યાં જઈ રહ્યો છે?’

‘જ્યાં માલિક લઈ જશે?’

‘શું કામ કરશે?’

‘જે માલિક કહેશે.’

‘શું ખાશે?’

‘જે કાંઈ માલિક ખાવા આપશે તે.’

‘ક્યાં રહેશે?’

‘જ્યાં માલિક રાખશે.’

મહાત્માએ સાંભળ્યું. અવાજ થઈ ગયા. આંખોમાંથી આંસુ વહેવા લાગ્યાં. તેમણે કહ્યું: એક ગુલામ પોતાના માલિક પ્રત્યે કેટલો સમર્પિત છે. હું મારા માલિક—ભગવાન પ્રત્યે આટલો સમર્પિત નથી. નાનકડી અપ્રિય ઘટના બને છે, મનને કંઈક પ્રતિકૂળ લાગે છે અને હું ભગવાનની નિંદા કરવા લાગી જઈ છું. ક્યાં છે સમર્પણ? કંઈ કેટલીયે વાર

ભગવાનને ગાળ દઈ દઈ છું. માની લઉં છું કે ભગવાન નથી. જે ભગવાન હોત તો આવી ઘટના કદી ન બનત. શું આ સમર્પણ છે? આ ગુલામ કેટલો શ્રદ્ધાળુ છે, કેટલો શરણાગત છે કે માલિક જે કહેશે તે જ થશે, ખીજે કોઈ વિકલ્પ એના મનમાં નથી. આ ગુલામ રોટલા માટે, જીવન ગુજારવા માટે માલિક પ્રત્યે આટલો સમર્પિત થઈ ગયો છે, શરણાગત થઈ ગયો છે. પરંતુ હું હજી સુધી એવો બની નથી શક્યો.’

મહાત્મા રડી પડ્યા. આંખોમાંથી અશ્રુ ટપકવા લાગ્યાં. એમને પોતાની અસમર્થતા પર ઝલાનિ થઈ. તેમના મનમાં નવો ભાવ ઉત્પન્ન થયો.

સમર્પણ કરવું, શરણમાં જવું ખૂબ જ મુશ્કેલ છે. જે વ્યક્તિ શરણમાં ચાલી જાય છે તે બધી ચિંતાઓથી મુક્ત થઈ જાય છે. તેને માટે ચિંતા રહેતી નથી. ચિંતા કરનાર કરે. તે નિશ્ચિત થઈ જાય છે.

હું સૂતી છું પ્રભુ જાગે છે

યુક્ત દિવસોની વાત છે. લંડનમાં ખોળવર્ષા થઈ રહી હતી. સમગ્ર વાતાવરણ ભયાનકાન્ત હતું. લોકો ઘરોને છોડીને ખંદકા અને ખાઈઓમાં રહેતા હતા. આખું શહેર રાત્રે ખાલી થઈ જતું. પરંતુ એક વૃદ્ધ મહિલા પોતાના ઘરમાં મજબૂત સૂતી હતી. પડોશીઓએ પૂછ્યું: ડોસી શું તને ડર નથી લાગતો? શું તું રાત્રે જાગતી નથી? વૃદ્ધા બોલી: મારે જાગવાની શી જરૂર છે? મારો પ્રભુ જાગતો રહે છે. હું પ્રભુને પ્રાર્થના કરીને સૂઈ જાઉં છું. બંનેએ જાગવાની જરૂર નથી. ક્યાં તો હું જાગતી રહું, ક્યાં તો પ્રભુ જાગતો રહે. હું સૂઈ જાઉં છું, મારો પ્રભુ જાગે છે. હું જાગું છું, મારો પ્રભુ સૂએ છે. બંને એક સાથે જાગતાં નથી અને સાથે સૂતાં નથી.

જે વ્યક્તિ આટલા જીડા સમર્પણમાં પહોંચી જાય છે, આટલી તનમયતા સાધી લે તેને માટે જાગવાની જરૂર નથી. જાગનાર સ્વયં જાગે. ચિન્તા કરનાર સ્વયં ચિન્તા કરે.

શુરુ નાનકે ખૂબ માર્મિક વાત લખી છે કે આ ઘર બંધું અને ઘરના માલિકે શુરુના હાથમાં ચાવી સોંપી દીધી. ચાવી શુરુ પાસે છે. ‘જનેક ઉપાય કરો પર બિનુ સતગુહ્કો સરણાઈ’—સતશુરુનાં શરણ વગર કોઈ ઉપાય સક્ષમ નહિ નીવડે.

અધ્યાત્મ સાધનામાં પ્રેયને સમાપ્ત કરવાનું ઘણું મોટું સાધન છે—શરણુ. આ સાધનથી અહંકારનો સંપૂર્ણ વિલય થઈ જાય છે. જ્યાં અહંકારની શ્રંથિ તૂટી જાય છે. ત્યાં તેની સાથે સાથે અનેક શ્રંથિઓ આપોઆપ તૂટી જાય છે.

પ્રેયને સમાપ્ત કરવાનું ત્રીજું સાધન છે—ધ્યાન. ધ્યાનનો અર્થ છે—તન્મયતા સાધી લેવી, તદ્દરૂપ થઈ જવું—એકાત્મકતાની અનુભૂતિ કરવી.

પ્રભુને મળવાની અભિલાષા

પ્રેયને સમાપ્ત કરવાનું ચોથું સાધન છે—મળવાની ઉત્કટ અભિલાષા. પ્રભુને મળવાની તડપ ઈચ્છામાં પ્રસ્થાનનું પ્રથમ ચરણુ છે. જ્યારે આ તડપ ઉત્કટ હોય છે ત્યારે માનવી શાંતિથી બેસી શકતો નથી. તે પ્રભુને મળવાના અનેક પ્રયત્ન કરે છે—તડપ વધતી જાય છે અને તે પ્રભુને મળ્યા બાદ જ શાંત થાય છે.

એક ભાઈએ આચાર્ય ભિશ્મને પૂછ્યું : આપ જ્યારે આવો છો ત્યારે લોકોમાં હર્ષની લહેર ઢોડી જાય છે. લોકોમાં ઉત્સાહ જાગી જાય છે. બધા ઉત્કંઠિત થઈ જાય છે. તેમનામાં નવી ચેતનાનું જાગરણ થાય છે. એમ શા માટે? આચાર્ય ભિશ્મ બોલ્યા : પતિ ઘણું વર્ષોથી પ્રવાસે હતા. તેના કોઈ સમાચાર ઘર પર મળતા ન હતા. પત્ની અધીરી થઈ ગઈ, પ્રતીક્ષાની ઘડીઓ ઘણી લગાઈ ગઈ. એક દિવસ એક માણસે અચાનક આવીને કહ્યું : શેઠાણી! હું તમારા પતિનો સંદેશ લઈને આવ્યો છું. આ સાંભળતાં જ પત્ની રોમાંચિત થઈ ઊઠી, પુલકિત થઈ ગઈ. તેણે તે માણસનો ખૂબ અતિથિ-સત્કાર કર્યો. એને ગરમ પાણીથી સ્નાન કરાવ્યું. સારું ભોજન ખવડાવ્યું. પત્નીને એટલો આનંદ થયો કે તે ખુશીથી ખૂંચવા લાગી. એના હર્ષનું એકમાત્ર કારણ હતું—પતિનો સંદેશ.

આપણે પણ જ્યાં જઈએ છીએ ત્યાં પ્રભુનો સંદેશ આપીએ છીએ. પ્રભુ ચિરપ્રવાસી છે. પ્રભુને મળવાની લોકોના મનમાં ઘણી તડપ છે. પ્રભુનો સાક્ષાત્કાર કરવાની ઉત્કંઠા પણ ઘણી. પ્રભુ આવે કે ન આવે, આપણે એમનો સંદેશ લોકોને સંભળાવીએ છીએ. પ્રભુનો સંદેશ સાંભળીને લોકો હર્ષથી ખૂંચી ઊઠે છે. તેઓ પુલકિત થઈ ઊઠે છે. તેઓ માને છે કે પ્રભુને મળવાની વાત તો દૂર છે, જો પ્રભુનો સંદેશ પણ પ્રાપ્ત થઈ જાય તો ઘણી મોટી વાત કહેવાય.

પ્રત્યેક આત્મવાદી દર્શને સાક્ષાત્કારનો સ્વર ખૂબ મુખરિત કર્યો છે, આત્મદર્શન, આત્મ-સાક્ષાત્કાર—આ આત્મવાદીનું લક્ષ્ય છે. પ્રત્યેક ધર્મ સંપ્રદાયમાં આ સ્વર મુખરિત છે કે પ્રભુ ક્યારે મળે, પ્રભુનું દર્શન ક્યારે થાય.

પ્રભુને મેળવી આપો

એકવાર હું પ્રવચન પૂરું કરીને નિવાસ પર પાછો ફરી રહ્યો હતો. રસ્તામાં એક વૃદ્ધ મહિલાએ મને રોક્યો. તેણે કહ્યું, મહારાજ! સત્સંગ ઘણા દિવસોથી થઈ રહ્યો છે. મને ઘણું સારું લાગી રહ્યું છે. બસ. હવે આપ એક કામ કરો. પ્રભુને મેળવી આપો. હું મારા પ્રભુને મળવા ઇચ્છું છું. આપ જ મારો તેમની સાથે મેળાપ કરાવી શકો છો.

તે વૃદ્ધા રડી પડી. આંખોમાંથી આંસુ ટપકવા લાગ્યાં. તેણે પોતાની માગ વારંવાર દોહરાવી એની ભાવમુદ્રા આજે પણ મારી સમક્ષ સ્પષ્ટ છે. પ્રભુને મળવા માટેની ભાવના એનામાં ઉત્કટ હતી. જે વ્યક્તિના મનમાં આ તડપ જગી જાય છે ત્યારે કેટલી વ્યાકુળતા થાય છે, તે જ વ્યક્તિ જાણી શકે છે, ખીજ જાણી શકતી નથી.

સુમિરન

પ્રેયને સમાપ્ત કરવાનું પાંચમું સાધન સુમિરન છે. એનો અર્થ છે સ્મરણ કરવું, યાદ કરવું. સંત સાહિત્યમાં બે સાધનો પર ખૂબ ભાર મૂકવામાં આવ્યો છે—એક છે શરણ અને ખીજું છે સ્મરણ. સ્મરણની એક પ્રક્રિયા છે. એનો ઘણો મોટો પ્રભાવ હોય છે.

ચેતનાનું ઊર્ધ્વારોહણ

આપણી ચેતના મુખ્યત્વે બે કેન્દ્રોમાં વિચરણ કરે છે. એક છે નાભિથી નીચેનું કેન્દ્ર અને ખીજું છે નાભિથી ઉપરનું કેન્દ્ર —હૃદયથી મસ્તિષ્ક સુધીનું કેન્દ્ર. જ્યારે જ્યારે ચેતના નાભિથી નીચેના કેન્દ્રમાં જાય છે ત્યારે લાલચ, ક્રોધ, ભય અને સ્વાર્થની વૃત્તિઓ જાગે છે. જ્યારે ચેતના હૃદયથી મસ્તિષ્કની દિશામાં પ્રસ્થાન કરે છે, ઊર્ધ્વગામી થાય છે. ત્યારે અભય, અહિંસા, પરમાર્થની ભાવના જાગે છે. નાભિથી નીચેની તરફ ચેતનાનું પ્રસ્થાન પ્રેયની દિશામાં થનાર પ્રસ્થાન છે અને હૃદયથી મસ્તિષ્ક તરફ થનાર ચેતનાનું પ્રસ્થાન શ્રેયની દિશાનું પ્રસ્થાન છે.

જ્યાયાર્થે અત્યંત માર્મિક શબ્દોમાં લખ્યું છે—‘વસ રહ્યા હીયા માંય’—પ્રભુ! આપ મારા હૃદયમાં વાસ કરી રહ્યા છો. આ સાધનાનો મહત્વપૂર્ણ પ્રયોગ છે. જ્યારે પ્રભુનું ધ્યાન હૃદયમાં થવા લાગે છે ત્યારે પ્રેયનો માર્ગ છૂટી જાય છે અને શ્રેયના માર્ગમાં પ્રસ્થાન થઈ જાય છે. જેટલી પણ નિમ્ન કોટિની વૃત્તિઓ છે. ઇન્દ્રિયોની લોલુપતા, કામવાસના, ક્રૂરતા વગેરે—એ બધી નીચેનાં કેન્દ્રોમાં ઊપજે છે. જેટલી પણ ઉદાત્ત ભાવનાઓ છે, પરમાર્થની ભાવનાઓ છે એ બધી હૃદય, કંઠ, ભૂકુટી અને મસ્તકનાં ચક્રોમાં ઉત્પન્ન થાય છે. જ્યારે પ્રભુ હૃદયમાં વસી જાય છે ત્યારે ચેતનાનું ઊધ્વરિહલ્ય થાય છે.

સંગ-ત્યાગની ફલશ્રુતિ

જ્યારે અહંત કે ભગવાનનું ધ્યાન હૃદયમાં થવા લાગે છે ત્યારે તેનું પરિણામ આવે છે—સંગત્યાગ, આસક્તિનો ત્યાગ.

જ્યાયાર્થે લખ્યું છે—સંગ છાંડ મન વસ કિયો ।’ જ્યારે સંગ કે આસક્તિ છૂટે છે ત્યારે મન વશ થઈ જાય છે. પહેલી વાત છે—સંગનો ત્યાગ. સંગના ત્યાગનું ફલિત છે—મનનું વશ થઈ જવું. જ્યારે મન વશમાં હોય છે ત્યારે ઇન્દ્રિયો શાંત થવા લાગી જાય છે. જ્યારે ઇન્દ્રિયો શાંત થાય છે ત્યારે શ્રેયની દિશા સ્પષ્ટ થઈ જાય છે. કર્મોનો અંત થવા લાગે છે. જ્યાયાર્થેના શબ્દોમાં કર્મેના અંતની આ સુદંર પ્રક્રિયા છે—

- સંગ—આસક્તિનો ત્યાગ.
- આસક્તિના ત્યાગથી મનનું વશીકરણ.
- મનના વશીકરણથી ઇન્દ્રિયોની શાંતિ.
- ઇન્દ્રિયોની શાંતિથી કર્મોનો વિલય.

જ્યારે કર્મોનો વિલય થાય છે ત્યારે ચૈતન્યની દશાનું જાગરણ થાય છે, અનુભવ-દશાનો ઉદય થાય છે.

સત્ય કહેવાની નિષેધાત્તા

આપણે જે દુનિયામાં જીવીએ છીએ તે અજ્ઞ છે, વિચિત્ર છે. અહીં સત્યનો અનુભવ કરવો તો દૂર રહ્યો પણ સત્યને સ્પષ્ટ કરવાનું પણ અત્યંત કઠિન છે. આપણા વ્યવહારના પ્રતિબંધ એવા હોય છે કે જ્યાં સત્ય કહેવાની નિષેધાત્તા પણ મનુષ્યના મસ્તક પર ઘૂમતી હોય છે. ખરી વાત નથી કહી શકાતી. એક વાર્તા છે—

રાજા શ્રીજીકે ગામલોકોને એક ઘરડો હાથી સોંપતાં કહ્યું—લઈ જાઓ આ હાથીને. એની સાર-સંભાળ રાખજો. એના સ્વાસ્થ્યના સમાચાર રોજ મને મોકલતા રહેજો. અને બધું જ તમે કહી શકશો, પરંતુ એના મૃત્યુની વાત કદી પણ કહેશો નહિ. એવું નહિ કહેતા—હાથી મરી ગયો. જે કોઈ આવું કહેશે તેને ભારે દંડ થશે. તે અપરાધી ગણાશે. ગામલોકો વિમાસણમાં પડી ગયા. હાથી ઘરડો હતો. મરિયલ હતો. મૃત્યુની નજીક હતો. સમગ્ર ગામ ચિંતામાં ડૂબી ગયું. દસ દિવસ પીત્યા. હાથીનું મૃત્યુ થઈ ગયું. હવે સમસ્યા એ હતી કે રાજાને શું કહેવામાં આવે. ઉંકેલ નહિ મળ્યો. તે ગામમાં રોહક નામે એક ધુલ્લિ-શાળી વ્યક્તિ રહેતી હતી. ગામલોકો તેની પાસે ગયા. તેને બધી વાત બતાવી. તેણે કહ્યું—ચિંતા નહિ કરો. સમસ્યાઓનું સમાધાન થઈ જશે. રોહકે એક માણસને સમજાવી પટાવીને રાજા પાસે મોકલ્યો. રાજાએ કહ્યું—ખોલો, કેમ આવ્યા છો?

મહારાજ! આપશ્રીએ જે હાથી મોકલ્યો છે તે નથી ખાતો કે નથી પીતો. ગઈ કાલ સુધી સારું ભોજન કરતો હતો. પાણી પીતો હતો. પરંતુ આજે એણે બધું જ છોડી દીધું. સાથે સાથે નથી જઈતો કે નથી બેસતો. તે ચાલતો પણ નથી. અરે તે શ્વાસ સુકાં નથી લેતો.

‘ઓહ! તો શું તે મરી ગયો?’

‘એ તો હું નથી જાણતો. આપ જ જાણો. હું એના મરી જવાની વાત નથી કહેતો. આપ જ કહી શકો છો.’

આવી છે આપણી આ દુનિયા. અહીં જીવિતને જીવતો અને મૃતને મરેલો કહેવાનો પણ અધિકાર નથી. આ વ્યવહારની દુનિયા છે. આવી દુનિયામાં પ્રેય છોડવાની વાત કેવી રીતે કરી શકાય છે? પ્રિયતા જીવિત છે, એ પણ નથી કહી શકાતું અને પ્રિયતા મરી ગઈ એ પણ નથી કહી શકાતું. બંને વાતો કહી નથી શકાતી. સચ્ચાઈનો સ્વીકાર કરવાનો પણ અપરાધ છે. અને સચ્ચાઈ કહેવાનો પણ અપરાધ છે. જ્યારે આપણે પ્રેયની દિશામાંથી હતીને આગળ વધીએ છીએ તો એવો દરવાજો ખૂલી જાય છે. એક વાર જ્યારે આ દરવાજો ખૂલી જાય છે ત્યારે ખીજા દરવાજા પણ ખૂલી જાય છે, માત્ર એ જ પ્રયત્ન કરવાનો છે કે એ એક વાર એ દરવાજો ખૂલી જાય કે જે દ્વાર હંમેશ માટે બંધ હતાં, જે દિશા નિષિદ્ધ હતી. તે દ્વાર ખૂલી જાય છે. તે

દિશા સ્પષ્ટ થઈ જાય છે. એ તરફ એક ચરણ આગળ વધે છે. અને આગળથી ગતિ પકડી લે છે. જે ઉપલબ્ધ થવાનું હોય છે તે ઉપલબ્ધ થતું રહે છે.

દરવાજો ખૂલી જાય

પાછલી શિબિરમાં એક ડોક્ટર ધ્યાનનો અભ્યાસ કરવા આવ્યો. તે વખતે તે પૂરા દશ દિવસ નહિ રહી શક્યો. પાંચમા દિવસે એણે જવું પડ્યું. હવે તે આ શિબિરમાં પોતાની પત્ની સાથે આવ્યો. પાંચ દિવસમાં જે પરિવર્તન થયું તેથી બંને ચકિત થઈ ગયા. તે ધંધે ડોક્ટર હતો પરંતુ એક રોગનો શિકાર બન્યો હતો. દવાઓ ખાતો હતો. પરંતુ શિબિર પછી તેની બધી દવાઓ છૂટી ગઈ. રોગ ઓછો થઈ ગયો. મેં વિચાર્યું—આ કેવો જાદુ? જાદુ હતો જ નહિ. પરંતુ એક વાત છે. દરવાજો ખૂલી ગયો. પાંચ દિવસમાં પણ દરવાજો ખૂલી શકે છે. તે ત્રણ દિવસમાં ખૂલી શકે છે અને દસ દિવસમાં પણ દરવાજો ખૂલી શકે છે. દરવાજો ખૂલી જાય, બસ એટલી જ અપેક્ષા છે.

દરવાજો ખૂલવાથી નવી દિશા ભિન્ન છે. દરવાજો ખૂલ્યા પછી ચાલવાની જરૂર હોય છે. જે પગ જકડાઈ ગયા, અને જે એવું ચિન્તાન પ્રવેશી ગયું કે કોણ ચાલે તો પછી કશું થઈ નહિ શકે. કશું પણ ઉપલબ્ધ થશે નહિ. દરવાજો ખોલવો જરૂરી છે તે કરતાં તે દરવાજામાં પ્રવેશ કરીને ધીરે ધીરે ચાલતા જવું વધારે જરૂરી છે. ગતિ નિરંતર થતી રહે. જે દરવાજો ખૂલે અને આગળ ડગલું ન ભર્યું તો દરવાજા પર જ અટકી જવું પડશે. કોઈ લાભ નહિ થશે.

એ અપેક્ષા છે કે પ્રેક્ષા ધ્યાન દ્વારા નવી દિશા ઉદ્ઘાટિત થાય. તે દરવાજો ખૂલે જે અત્યાર સુધી બંધ પડ્યો હતો. તે દિશામાં પગ નિરંતર વધતા રહે જે દિશાનો પહેલેથી સ્પષ્ટ ખ્યાલ ન હતો. આટલું થતાં જે ખીમારી કૃષ્ણાધ્ય છે તે મટી જાય છે. તે રોગ સમાપ્ત થઈ જાય છે. સાધક ત્યારે અવશ્ય અનુભવ કરે છે કે પ્રિયતાનો ભાવ તૂટી રહ્યો છે. જે ગતિ નિરંતર રહેશે તો આપણું શરીર, આપણું મન અને આપણું ચૈતન્ય પૂર્ણ સ્વસ્થ, નિરામય અને નિર્મળ થઈને આલોક ફેલાવશે.



प्रवचन : ५

अनुशासन संहिता

સંકેતિકા

- ૧ તન ચંચલતા મેટ નેં, હુઆ હૈ જગ થી ઉદાસીન કૈ ।
ધર્મ શુકલ ધિર ચિત ધરૈ, ઉપશમ રસમેં હોય રહ્યા લીન કૈ ॥
- ૨ હૂં તુઝ શરણે આવિયો, કર્મ વિદારણ તૂં પ્રશુવીર કૈ ।
તૈ તન મન વચ વસ કિયા, દુઃકર કરણી કરણ મહાધીર કૈ ॥
- ૩ અંજન મંજન સ્યૂં અલગા, બલિ પુષ્પ વિલેપન નહિં વલગા ।
કર્મ કાટચા ધ્યાન-મુદ્રા ઠાળી, પ્રશુ વાસુપૂજ્ય ભજલૈ પ્રાળી ॥
- ૪ તિહાં બૈઠા તે તુમ ધ્યાન ધ્યાવૈ રે, તુમ યોગ-મુદ્રા ચિત ચાવૈ રે ।
તે પિણ આપરી ભાવના ભાવૈ, પ્રશુ નમિનાથજી મુઝ પ્યારા રે ॥
- ૫ તન ચંચલતા મેટ નેં, પદ્માસન આપ વિરાજ રે ।
ઉત્કૃષ્ટ ધ્યાન તણો કિયો, આલમ્બન શ્રી જિનરાજ રે ॥
(ઘૌઘીસી ૩/૨,૬; ૧૨/૩; ૨૧/૬; ૧૧/૩)



- પ્રશ્ન હતા—હું સ્વતંત્ર છું કે પરતંત્ર ?
મેં કહ્યું—તમે સ્વતંત્ર પણ છો અને પરતંત્ર પણ છો.
ધ્યેયની પસંદગીમાં સ્વતંત્ર છો, તેની પૂર્તિમાં પરતંત્ર.
યાત્રાની પસંદગીમાં સ્વતંત્ર, પરંતુ વાહનમાં યેસી જવાથી તેના નિયંત્રણમાં.
- વૈજ્ઞાનિક ભાષામાં અનુશાસનનો અર્થ છે—નિયંત્રણ.
- અધ્યાત્મની ભાષામાં અનુશાસનનો અર્થ છે—સંયમ.
- અધ્યાત્મની સાધનાથી આંતરિક અનુશાસન જાગે છે.
બાહ્ય અનુશાસન તેનું આલંબન હોય છે.
- અધ્યાત્મે શરીર, વચન અને મનના અનુશાસનની અનેક પદ્ધતિઓ આવિષ્કૃત કરી.
- પદ્માસનથી પ્રાણ-પ્રવાહ પર નિયંત્રણ થાય છે.
- સિદ્ધાસનથી કામ-સંવેગ પર નિયંત્રણ થાય છે.
- શરીરના અનુશાસનના ઘટક—આસન, મુદ્રા, ધ્યાન વગેરે.

અનુશાસનની સંહિતા

એક વિદ્યાર્થીએ પૂછ્યું : હું સ્વતંત્ર છું કે પરતંત્ર ?

મેં કહ્યું : તું સ્વતંત્ર પણ છે, અને પરતંત્ર પણ.

તેણે પૂછ્યું : બંને કેવી રીતે ?

મેં કહ્યું : પ્રત્યેક વ્યક્તિ બે પરિમાણોમાં જીવે છે. કાર્ષ્યપણ વ્યક્તિ પૂર્ણપણે સ્વતંત્ર નથી હોતી અને સંપૂર્ણ પરતંત્ર પણ નથી હોતી. ધ્યેયની પસંદગીમાં વ્યક્તિ સ્વતંત્ર હોય છે. પરંતુ ધ્યેયની પૂર્તિમાં તે પરતંત્ર હોય છે. દરેક વિદ્યાર્થી પોતાના અધ્યયનની દિશા નિશ્ચિત કરે છે. તે વિચારે છે કે તેણે ડોક્ટર થવું છે કે વકીલ? તેણે બી.કામ. કરવું છે કે બી.એ.? જે દિશા તે પોતાના અધ્યયન માટે નિર્ધારિત કરે છે તેણે તે દિશામાં પ્રસ્થાન કરવું પડે છે. એની સીમામાં જ ચાલવું પડે છે. એવું કદી નથી હોતું કે જીવ-વિજ્ઞાનનો વિષય નક્કી કરનાર વિદ્યાર્થી શિલ્પ-વિજ્ઞાન શીખવામાં જ સમય ગુમાવે. તેણે જે જીવ વિજ્ઞાનમાં જ નિષ્ણાત થવું હોય તો જીવ-વિજ્ઞાનની સીમામાં જ અધ્યયન કરવાનું રહેશે, ચાલવું પડશે.

વ્યક્તિ એક ધ્યેય બનાવે છે તે ધ્યેયની પૂર્તિ માટે તેને અનુકૂળ સાધનોનું પણ તેણે ચયન કરવાનું હોય છે અને તે સાધનોનો ઉપયોગ કરવાનો હોય છે.

યાત્રા કરવા માટે વ્યક્તિ સ્વતંત્ર છે. જે દિશામાં યાત્રા ઇચ્છે ત્યાં યાત્રા કરે. વાહનનો ઉપયોગ કરવા માટે પણ તે સ્વતંત્ર છે. ઇચ્છે તો તે બળદ-ગાડાનો ઉપયોગ કરે કે કારનો ઉપયોગ કરે. ઇચ્છે તો તે રેલવેનો ઉપયોગ કરે કે વિમાનનો ઉપયોગ કરે. આ પસંદગીમાં તે સ્વતંત્ર છે. પરંતુ જ્યારે તે વાહન તરીકે રેલગાડીની પસંદગી કરી લે છે ત્યારે તેણે રેલવેના નિયમો (અનુશાસન) માનવા પડે છે. તે નિયમો અનિવાર્ય બની જાય છે. રેલવે ગાડી જે ગતિએ ચાલશે, તેણે તે ગતિએ જ ચાલવું પડશે. એ કદી એવું વિચારી શકતી નથી કે હું સ્વતંત્ર છું. રેલવે પોતાની ગતિએ ચાલે પણ હું મારી ગતિએ જ ચાલીશ. એવું કદી થઈ શકતું નથી. વિમાનની પસંદગી કરી છે તો તેનું અનુશાસન માન્ય કરવું પડશે. તેની ગતિમાં જ ચાલવું પડશે.

એક વ્યક્તિ વિમાનમાં ચઢી. વિમાન આકાશમાં ઉડવા લાગ્યું. તે વ્યક્તિ પણ તીવ્ર ગતિએ વિમાનમાં એક ખૂણાથી બીજા ખૂણા સુધી

દોડવા લાગી, સહયાત્રીઓએ પૂછ્યું, આ શું કરી રહ્યા છો? શું પાગલ તો નથી થઈ ગયાને? તેણે કહ્યું, તમે નથી જાણતા. મને એક અગત્યનું કામ યાદ આવી ગયું. જલદી પહોંચવું છે. વિમાન પહોંચે કે નહિ, મારે તો જલદી પહોંચવું છે.

વાયુયાનમાં બેઠેલી વ્યક્તિ વિમાન સાથે જ ગંતવ્ય સ્થાન પર પહોંચશે. પહેલાં કે પછી નહિ. તેણે વિમાનનું અનુશાસન માન્ય કરવું પડશે. તે તેના નિયમોથી બંધાયેલો છે, નિયંત્રિત છે.

વ્યક્તિ જે ધ્યેય બનાવી લે છે, તે એનાથી બંધાઈ જાય છે. પછી એની મર્યાદામાં જ બધી હિલચાલ, પ્રવૃત્તિઓ ચાલવી જોઈએ. જે એવું થાય છે તો જ ધ્યેયની સિદ્ધિ સુધી પહોંચી શકાય છે. ધ્યેય ત્યારે સફળ થાય છે.

ધ્યેયપૂર્તિનું સાધન અનુશાસન છે

અનુશાસન ખીજું કશું નથી, તે ધ્યેયપૂર્તિનું સાધનમાત્ર છે. ચોવીસ કલાકમાં અનુશાસન એક સરખું નથી હોતું. તે જુદા જુદા પ્રકારનું હોય છે. જ્યારે ગાયને આરામ આપવાનો હોય છે ત્યારે એને ખૂંટા સાથે બંધવામાં આવશે, જ્યારે ગાયને જંગલમાં ચરાવવી હોય તો તેને ખુદ્દામાં છોડી દેવી પડશે. એવું કદી બની શકશે નહિ કે ગાયને જંગલમાં ચરાવવી છે, પરંતુ તે ખૂંટે બંધાઈ રહે એ બંને વાનો કદી શક્ય નથી બની શકતી. ભિન્ન ભિન્ન અવસ્થાઓમાં અનુશાસનનું રૂપ પણ ભિન્ન ભિન્ન થઈ જાય છે. આપણે જે પ્રકારની પ્રવૃત્તિ કરવાની હોય છે, જે પ્રકારની ક્રિયા કરવાની હોય છે, તેવા પ્રકારનું અનુશાસન પર્મદ કરવાનું હોય છે.

વ્યાવહારિક ભાષામાં અનુશાસનનો અર્થ છે નિયંત્રણ અને અધ્યાત્મની ભાષામાં અનુશાસનનો અર્થ છે—સંયમ. અધ્યાત્મે અનુશાસનની આબતમાં ખૂબ વિકાસ કર્યો અને એક નવી દિશાને ઉઘાડી. વૈધાનિક જગતમાં અનુશાસન પાળવામાં આવે છે. વિદ્યાનતું જીવન જીવનાર વ્યક્તિ, ભલે સો વર્ષનું જીવન જીવે, તે અનુશાસનને માનતો રહેશે. તે વ્યક્તિમાં પોતાનું અનુશાસન પેદા થશે નહિ. અધ્યાત્મના ક્ષેત્રમાં એક નવી ક્રાન્તિ થઈ. વ્યક્તિ-વ્યક્તિમાં ભીતરનું અનુશાસન જગે એ દિશામાં ધાણું કાર્ય થયું. તેણે બાહ્ય અનુશાસનને છોડ્યું નહિ, તેનું આલંબન લીધું, સહારો લીધો, પરંતુ એ સહારો એટલા માટે કે ભીતરનું અનુશાસન જગી જાય જે

વ્યક્તિ જીવનભર બાહ્ય અનુશાસનમાં ચાલે, બહારના નિયંત્રણમાં ચાલે તે કદી આધ્યાત્મિક નથી થઈ શકતી, જ્યારે બાહ્ય નિયંત્રણ ઓછું થઈ જાય છે કે સમાપ્ત થઈ જાય છે ત્યારે આધ્યાત્મિક ચેતના જાગે છે.

મહત્ત્વપૂર્ણ શોધ

ભગવાન મહાવીરે સંઘની વ્યવસ્થા કરી તે વ્યવસ્થામાં અનેક ભૂમિકાઓનું નિર્માણ કર્યું. પહેલી ભૂમિકામાં વિધાન બનાવ્યું. વિધાન આપ્યું, નિયમો બનાવ્યા. અને સાધના કરતાં કરતાં તે ભૂમિકાનું વિધાન કર્યું કે જ્યાં પહોંચવાથી સાધક કલ્પાતીત થઈ જાય છે. ત્યારે તેને માટે કોઈ શાસ્ત્ર નથી હોતું, કોઈ નિયમ નથી હોતો. તે સ્વયં શાસ્ત્ર અને સ્વયં નિયમ બની જાય છે. આ અધ્યાત્મની દિશાની એક મહત્ત્વપૂર્ણ શોધ છે.

આર. એન. એ.

મસ્તિષ્કીય નિયંત્રણની દિશામાં વર્તમાન વિજ્ઞાન ખૂબ કાર્ય કરી રહ્યું છે. ચેતનાને બદલવા માટે વિવિધ પ્રયોગો કરવામાં આવી રહ્યા છે અને એ માન્ય થઈ ગયું છે કે ચેતના બદલી શકાય છે, આવેગો અને ટેવાને બદલી શકાય છે. આપણી મસ્તિષ્કીય ચેતનાનો આધાર છે —આર. એન. એ—રિવોન્યુકિલક એસિડ. એની માત્રામાં ઘટાડો-વધારો કરીને ચેતનાના વિભિન્ન સ્તર પેદા કરી શકાય છે. ઇલેક્ટ્રોડ દ્વારા વિદ્યુત પ્રવાહ બદલી શકાય છે અને ચેતનામાં પરિવર્તન કરી શકાય છે. અને ચેતનાના પરિવર્તનની દિશામાં હજારોહજારો વૈજ્ઞાનિકો વિભિન્ન પ્રયોગો કરી રહ્યાં છે અને અત્યંત આશ્ચર્યજનક પરિણામો આપણી સમક્ષ આવી રહ્યા છે. અધ્યાત્મે પણ ચેતનામાં પરિવર્તન લાવવા માટે ઘણા મોટા-મોટા પ્રયોગો કર્યા હતા. આજે વિજ્ઞાન જે કરી રહ્યું છે એનાથી વધારે ચમત્કારપૂર્ણ પરિવર્તનના પ્રયોગો કર્યા હતા. તેમણે શારીરિક અનુશાસન, માનસિક અનુશાસન, પ્રાણિક અનુશાસન અને વાચિક અનુશાસન—આ બધી દિશાઓમાં એટલા પ્રયોગો પ્રસ્તુત કર્યા, એટલું સંશોધન કર્યું કે આજે ઘણીબધી યાત્રીઓ ખોવાઈ જવા છતાં સેંકડો-સેંકડો પ્રયોગો જીવિત છે. આજે પણ ખૂબ મૂલ્યવાન શોધો ઉપલબ્ધ છે.

અનુશાસન ચતુષ્ટયી

જ્યાયાર્થે કહ્યું : 'તન ચંચલતા મેટને, પન્નાસન આપ બિરાજે' પ્રભુ! આપ શરીરની ચંચળતા છોડીને પન્નાસનમાં વિરાજમાન છો.

એ શા માટે? પદ્માસનમાં બેસવું શા માટે જરૂરી છે? એટલા માટે એ આવશ્યક છે કે શરીરને અનુશાસિત કરવું છે.

જે અધ્યાત્મ શારીરિક અનુશાસન નથી જાગ્રત કરતું, પ્રાણિક અનુશાસન નથી જાગ્રત કરતું, માનસિક અનુશાસન નથી જાગ્રત કરતું તે અધ્યાત્મ વાસ્તવમાં અધ્યાત્મ જ નથી હોતું. જે સંન્યાસી, મુનિ સંન્યાસ ધર્મમાં દીક્ષિત થયા પછી કેવળ અધ્યયન અને અધ્યાપનમાં રહે છે. ફક્ત ઔદ્ધિક સીમામાં જ રહે છે, યુદ્ધિ વધુ તીક્ષ્ણ કરવાની જ પ્રવૃત્તિમાં રહે છે અને શારીરિક, માનસિક, વાચિક અને પ્રાણિક અનુશાસનની પ્રક્રિયાઓના પ્રયોગ નથી કરતા, તેમણે અત્યંત જટિલ સમસ્યાઓનો સામનો કરવો પડે છે. શું બ્રહ્મચર્યની સમસ્યા ઓછી છે? શું સત્ય બોલવું જટિલ સમસ્યા નથી? શું અહિંસક રહેવું, મનસા, વાચા, કર્મણા કોઈના પ્રત્યે અનિષ્ટનો લાવ ન લાવવો—ઓછી સમસ્યા છે? આ સમસ્યાઓની મહાનદીઓને સહજતાથી પાર નથી કરી શકાતી. જ્યાં સુધી શારીરિક વાચિક, માનસિક અને પ્રાણિક અનુશાસન નહિ જાગે ત્યાં સુધી સમસ્યાઓ પાર નથી કરી શકાતી.

ત્રણ કોટિ (ત્રણ કરોડ) સુવર્ણમુદ્રાઓ

આર્ય સુધર્મા પ્રભાવશાળી ગણુધર હતા. એકવાર તેમનો એક શિષ્ય આવીને વિનંતીના સ્વરોમાં બોલ્યો : ભતે! આપ મારા પર દયા કરો. અહીંથી તુરત પ્રસ્થાન કરવાનું વિચારો. આ રાજગૃહ નગરમાં મારું રહેવું મુશ્કેલ થઈ રહ્યું છે. સુધર્માએ કહ્યું : 'કેમ? એવો તે કયો બનાવ બની ગયો? હજી હમણાં તો તમે પ્રવ્રજિત થયા છો.' શિષ્ય બોલ્યો : 'ભતે! શું કરું જ્યાં કશે પણ જાઉં છું લોકો મારી મશ્કરી છે. તેઓ કહે છે, 'અરે! આ મુનિ કઠિયારો છે. ગઈકાલ સુધી એ લાકડીઓનો ભાર વહન કરતો હતો. આજે મુનિ બની ગયો છે.' આ વાક્ય સાંભળી સાંભળીને હું હેરાન થઈ ગયો છું. બધા મારી તરફ આંગળી ઉઠાવે છે. હું અહીં કેવા રીતે રહી શકું?'

તે નવોસવો હતો. હજી અનુશાસિત થયો ન હતો. આંતરિક અનુશાસન જાગ્યું ન હતું.

આર્ય સુધર્માએ તેની વાત માનીને વિહારની તૈયારી કરી લીધી. અમાત્ય અભયકુમારને જાણવા મળ્યું કે આર્ય સુધર્મા અચાનક વિહાર

કરી રહ્યા છે. તેઓ તુરત સુધર્મા પાસે ગયા. પૂછ્યું : 'ભતિ! એવું શું થઈ ગયું કે આપે તાત્કાલિક વિહારનો નિર્ણય લઈ લીધો? આપ તો અહીં લાંબા સમય સુધી રહેવાના હતા.' આર્થ સુધર્માએ અભયને બધી પરિસ્થિતિ જણાવી. અભયકુમારે કહ્યું : આપ આપનો વિહાર સ્થગિત કરો. જોઈએ શું થાય છે.

બીજે દિવસે અભયકુમાર ત્રણ કરોડ સુવર્ણમુદ્રા લઈને જાનરમાં આવ્યા અને તે લઈને એક ચોતરા પર ઊભા રહ્યા. અમાત્ય ઊભા છે અને તેની સમક્ષ ત્રણ કરોડ સુવર્ણમુદ્રા પડી છે, તેથી ત્યાંથી પસાર થનારના પગ અટકી જાય છે. ચમકતું ધન સામે દેખાઈ રહ્યું છે. ઘોષણા થઈ રહી છે—જે વ્યક્તિ અમાત્ય અભયકુમારની શરતો પૂર્ણ કરશે, તેને આ ત્રણ કરોડ સુવર્ણમુદ્રા પ્રાપ્ત થઈ શકશે. તે ત્રણ શરતો આ છે—

- * વ્યક્તિ પૂર્ણ અહિંસારી હોય.
- * વ્યક્તિ પૂર્ણ સત્યવાદી હોય.
- * વ્યક્તિ પૂર્ણ અહિંસક હોય.

લોકોએ શરતો સાંભળી. એ બધાનું મન વિકલ્પોથી ચકરાવા લાગ્યું. ભીડમાંથી એક સ્વર આવ્યો—જે પૂર્ણ અહિંસારી થઈ ગયો છે તેને સુવર્ણમુદ્રા શા માટે? એને ધન શા માટે જોઈએ? ધન જોઈએ કામનાઓની પૂર્તિ માટે, વાસનાઓની પૂર્તિ માટે. જે વ્યક્તિ કામનાઓ અને વાસનાઓથી પર થઈ ચૂકી છે, તેને ધનનું શું પ્રયોજન?

જે પૂર્ણ સત્યવાદી હશે તે ત્રણ કરોડ સુવર્ણમુદ્રાઓનું શું કરશે? ધન સાથે જળ અને પ્રવંચના ચાલે છે. ધન સાથે જૂઠાણું ચાલે છે. એ કદી બની શકતું નથી કે ધનનો તો ઢગલો હોય અને વ્યક્તિ પ્રવંચનાઓથી બચી જાય. આ કદી સંભવિત નથી.

જે ધનની આટલી મોટી રાશિનો માલિક હોય તે પૂરેપૂરો અહિંસક કેવી રીતે થઈ શકે? તેણે આરંભ-સમારંભમાં પ્રવૃત્ત થવું જ પડશે. તે ત્રસ-સ્થાવર જીવોની હિંસાથી કેવી રીતે બચી શકશે? જીવન નિર્વાહ માટે રોટલી જોઈએ. રોટલીનું ઉત્પાદન હિંસા-સાપેક્ષ છે. ધન પ્રત્યે રહેલું મમત્વ સ્વયં હિંસા છે. તેવી વ્યક્તિ પૂર્ણ અહિંસક થઈ જ નથી શકતી.

આ ત્રણે વિરોધી શરતો છે. એનો કોણ સ્વીકાર કરશે?

અલયકુમારે પ્રશ્નની ભાષામાં કહ્યું : હવે હું આપ સર્વેને એક પ્રશ્ન પૂછું છું કે જે વ્યક્તિ પૂર્ણ અહ્યયર્થવ્રતનું પાલન કરે છે, પૂર્ણ સત્યવાદી છે અને પૂર્ણ અહિંસક છે તેણે શું ત્રણ કરોડ સુવર્ણમુદ્રાઓનો ત્યાગ નથી કર્યો? જે આટલા ધનનો ત્યાગ કરે છે તે શું મહાન નથી? જે કડિયારાએ મુનિવ્રતનો સ્વીકાર કર્યો છે તે શું પૂર્ણ અહ્યયારી નથી બન્યો? તે શું પૂર્ણ સત્યવાદી નથી બન્યો? તે શું પૂર્ણ અહિંસક નથી બન્યો?

લોકો તર્ક સમજ્યા અને હવે તેઓ તે કડિયારા પ્રત્યે પૂર્ણ શ્રદ્ધાનત બની ગયા.

આંતરિક અનુશાસન કેટલું મુશ્કેલ છે? જ્યારે આંતરિક અનુશાસન જાગે છે ત્યારે વ્યક્તિ બદલાઈ જાય છે. આંતરિક અનુશાસન કેવી રીતે જાગત થાય? એનો મૂળ હેતુ શો છે? આ મોટો પ્રશ્ન છે.

પદ્માસન : શારીરિક અનુશાસન

પદ્માસન શારીરિક અનુશાસન છે. પદ્માસનમાં બેસનાર સાધક પોતાનો પ્રાણ-પ્રવાહ બદલી નાખે છે. કામ-કેન્દ્ર તરફ જતા તેનો પ્રાણ-પ્રવાહ ઊર્ધ્વગામી બની જાય અને તે જ્ઞાનકેન્દ્ર સુધી પહોંચી જાય છે. જ્યારે પ્રાણનો પ્રવાહ જ્ઞાનકેન્દ્ર સુધી પહોંચે છે ત્યારે વાસનાઓની જાળ આપમેળે તૂટવા લાગે છે.

મુદ્રા અને તેનો પ્રભાવ

જ્યાંયાર્થે લખ્યું છે :

પ્રભુ! આપની યોગમુદ્રા મને ખૂબ સારી લાગે છે. આપની ધ્યાનમુદ્રા ઘણી મનોહારી છે.

મુદ્રાઓ અનેક પ્રકારની હોય છે. જિનમુદ્રા, યોગમુદ્રા વગેરે વગેરે. મુદ્રાનું ઘણું મહત્ત્વ છે. આપણા શરીરમાં ચાલી રહેલો સૂક્ષ્મ ભાવોનો પ્રવાહ જ્યારે શરીરના માધ્યમથી પ્રગટ થાય છે ત્યારે તે મુદ્રા બની જાય છે. તજની આંગળીને અંગૂઠાના મૂળમાં લગાડવાથી જ્ઞાનમુદ્રા બની જાય અંગૂઠા તથા આંગળીઓને કાન, આંખ, નાક. મોં પર લગાડવાથી સર્વેન્દ્રિય સંયમમુદ્રા બની જાય છે. જ્યારે મુદ્રાઓ બને છે ત્યારે આંતરિક પરિવર્તન શરૂ થઈ જાય છે. જેની બહારની મુદ્રા થાય છે, તેવું જ પરિવર્તન થવા

લાગે છે. એમ પણ કહી શકાય કે જ્યારે આંતરિક પરિવર્તન પ્રારંભ થાય છે ત્યારે બહારની મુદ્રા તેવી જ બની જાય છે. જાને વચ્ચે ઘણાં ગાઢ સંબંધ છે. અંદર ચિત્તની વૃત્તિઓ જેવી હોય છે, બહાર પણ તેવી જ અભિવ્યક્તિ થાય છે અને બહાર જેવી મુદ્રા બને છે, અંદર તેવું જ થવા લાગે છે.

કોઈ વ્યક્તિ માથે હાથ મૂકીને ઉદાસ થઈને બેસે છે, તો તે મુદ્રામાં ઉદાસી અને ચિંતા ઊતરી આવશે. તે અચાનક ચિંતિત થઈ જશે.

કોઈ વ્યક્તિ પ્રસન્ન મુદ્રામાં બેસે છે, તો અંદરથી પણ પ્રસન્નતાનો ભાવ ઊતરે છે અને તે અભિવ્યક્ત થઈ જાય છે.

બે મુદ્રાઓ મહત્વપૂર્ણ છે : એક છે યોગની મુદ્રા, બીજી છે જિનમુદ્રા.

તીર્થંકર ઊભા ઊભા ધ્યાન ધરે છે તેમની બંને એડીઓ અડેલી હોય છે, ચાર-પાંચ આંગળ અંતર રહે છે. બંને હાથ નીચે લટકતા તથા ભંબો સાથે અડીને હોય છે. શરીર સીધું, ડોક સીધી અને નાસિકા પર દષ્ટિ સ્થિર થયેલી હોય છે.—આ છે જિનમુદ્રા.

પદ્માસન, સ્વસ્તિકાસન કે અર્ધપદ્માસનમાં વ્યક્તિ બેઠી છે. ભૂકુટિ કે નાસાત્ર પર તેની દષ્ટિ રહેલી છે. બંને હાથ ખોળામાં છે. ડાબો હાથ નીચે અને જમણો હાથ ઉપર છે. આ યોગમુદ્રા છે.

આ પ્રકારની મુદ્રા બનતા જ ધ્યાન ઊતરવા લાગે છે. એમાં એકાગ્રતાનું અવતરણ શરૂ થઈ જાય છે. ચિત્તની વૃત્તિઓ બદલાવા લાગે છે અને સાધક ધ્યાનના ઊંડાણમાં પ્રવેશ કરવા લાગી જાય છે.

યોગના આચાર્યોએ મુદ્રાઓ અને આસનોનો ઘણો વિકાસ કર્યો. આને પણ સેંકડો મુદ્રાઓ અને આસનો ઉપલબ્ધ છે. આ મુદ્રાઓ અને આસનોનો પ્રયોગ કરવાથી પોતાનામાં પરિવર્તન થવા લાગે છે.

જે આપણે ખરેખર બદલાવા ઇચ્છીએ તો આપણી સમક્ષ આત્માનુશાસનને જાગ્રત કરવાની બહુ સુંદર પ્રક્રિયા છે. પ્રશ્ન છે કે બદલવાની યથાર્થ યાદ હોય, અનુશાસનને જગાડવાની યથાર્થ ભાવના હોય.

બદલાવાની પ્રબળ આકાંક્ષા હોય તો

અમેરિકાનો અબનેપતિ જોન્સ એક વખત વિક્ષિપ્ત થઈ ગયો. એનું મન ચિંતાઓથી ભરાઈ ગયું. તે ખૂબ ઉદાસ રહેવા લાગ્યો. મિત્રોએ

સલાહ આપતા કહ્યું : 'જેન્સ! આપણા દેશનો પ્રસિદ્ધ મનોચિકિત્સક ડૉ. ફ્લેમિંગ છે, એની પાસે જઈને ઉપચાર કરાવો.'

જેન્સ મનોચિકિત્સક પાસે પહોંચ્યો. ડૉક્ટરે કહ્યું : શું મનોચિકિત્સામાં તમને વિશ્વાસ છે? હા, વિશ્વાસ છે. જે વિશ્વાસ ન હોત તો શા માટે આવત? પરંતુ હું કેટલાય માનસચિકિત્સકો પાસે ચિકિત્સા કરાવી ચૂક્યો છું. પરંતુ હજી સુધી કોઈ લાભ નથી થયો.

ડૉ. ફ્લેમિંગ નિઃસ્પૃહ વ્યક્તિ હતા. તેમણે કહ્યું : ચાલ્યા જાઓ અહીંથી, તમારી ચિકિત્સા નહિ કરીશ.

અળજેપતિ પાસે કંઈ કેટલું ધન એને મળત. પરંતુ ફ્લેમિંગ એનાથી ચઢિયાતો હતો. જે વ્યક્તિના મનમાંથી સ્પૃહા નીકળી જાય છે, તે અળજેપતિનો અળજેપતિ હોય છે. તેણે અળજેપતિની કોઈ પરવાહ ન કરી.

જેન્સ ઘરે ચાલ્યો ગયો. ખીમારી વધતી ચાલી. તે પીડાવા લાગ્યો. ફરીથી તે તે જ મનોચિકિત્સક પાસે આવ્યો. ફ્લેમિંગના સેક્રેટરીએ કહ્યું : ડૉક્ટર સાહેબને અત્યારે સમય નથી. આપ ત્રણ દિવસ પછી આવો. આ સાંભળી જેન્સ અવાફ થઈ ગયો. એક અળજેપતિ ત્રણ દિવસની વાત કેવી રીતે સહન કરી શકે? પણ ખીજે કોઈ ઉપાય ન હતો. ત્રણ દિવસ પછી જેન્સ ફરીથી આવ્યો. ડૉ. ફ્લેમિંગે પૂછ્યું : શું ખરેખર તમે આ વ્યથાથી મુક્ત થવા ઇચ્છો છો? આ સાંભળી જેન્સ ગુસ્સે થઈ ગયો. તેણે રોષમાં કહ્યું : જે મુક્ત થવાની ભાવના ન હોત તો અહીં રજળપાટ કરવા શા માટે આવત? તમે એવી નકામી વાત કરી મારો સમય બગાડો નહિ. ડૉક્ટર બોલ્યા : ચાલ્યા જાઓ, હમણાં ઈલાજ નહિ થશે.

જેન્સ વિચિત્ર પરિસ્થિતિમાં ફસાઈ ગયા. કરે પણ શું? જે કોઈ ખીજે વિકલ્પ હોત તો તે ફ્લેમિંગને બારણે આવત જ નહિ, પરંતુ ખીજે કોઈ વિકલ્પ ન હતો. તેના જેવો મનોચિકિત્સક અન્યત્ર દુર્લભ હતો. આખરે અપમાનનો ઝેરી ઘૂંટડો પીને ત્રીજી વાર ફ્લેમિંગ પાસે ગયા. ફ્લેમિંગે ફરીથી પ્રશ્નો પૂછ્યા. આ વેળા એનામાં અળજેપતિનું અહમ્ ન હતું. તેણે વિચારી લીધું હતું કે ડૉક્ટર જે લોભી હોત તો પહેલી વારે જ કામ બની જત. પણ ડૉક્ટર સાચા છે. જેન્સે સરળતાથી ઉત્તર આપ્યા. ફ્લેમિંગે પ્રસન્ન થઈને કહ્યું : મિ. જેન્સ તમારી ચિકિત્સા

એ જ છે કે તમે પોતાના હાથે એક મકાન તૈયાર કરો. શ્રમ થશે તો ખીમારી મટી જશે. મકાન ભલે નાનું હોય પણ કોઈની મદદ નહિ લેવી. બધું જ કામ જાતે કરવું.

જે-સે ડોક્ટરનું કહ્યું માની એક નાનું મકાન ઊભું કરી દીધું. ખૂબ શ્રમ કર્યો. ખીમારી જતી રહી. સ્વસ્થ થઈને તે ડોક્ટર પાસે આવ્યો. ડોક્ટરે તપાસ કરી અને તેને સંપૂર્ણ તંદુરસ્ત જાહેર કર્યો.

આત્માનુશાસનની સંહિતા

જ્યાં સુધી બદલવાની આકાંક્ષા નથી જાગતી ત્યાં સુધી આત્માનુશાસન જાગ્રત નથી થતું. અધ્યાત્મના ક્ષેત્રમાં, ધર્મના ક્ષેત્રમાં આ એક ઘણી મોટી ચિંતા છે કે આજે આત્માનુશાસનનું જાગરણ નથી થઈ રહ્યું. આજે કાયદાના જગતમાં જેટલી મોટી આચારસંહિતા અને દંડસંહિતા છે, સંભવ છે, ધાર્મિક જગતમાં એટલી જ મોટી આચારસંહિતા અને દંડસંહિતા છે. તો પ્રશ્ન થાય છે કે શું ધર્મનું કામ તે જ છે કે જે એક રાજ્યનું, સત્તાનું અને ન્યાયાલયનું કામ છે? વ્યક્તિ ભૂલ કરતી જાય અને દંડસંહિતાનો પ્રયોગ થતો રહે. જે આ જ કાર્ય હોય તો ધર્મની કોઈ વધારાની આવશ્યકતા નથી રહેતી. ધર્મનું કોઈ ખીજું કામ નથી રહેતું. ધર્મના ક્ષેત્રમાં એક વધુ ઘટના બની હતી. એક એવી સંહિતાનું નિર્માણ થયું જેનાથી આત્માનુશાસનની સંહિતાનો વિકાસ થયો. શરીરને અનુશાસિત કરવાની સંહિતા પ્રાણુ, અને મનને અનુશાસિત કરવાની સંહિતાનો વિકાસ થયો.

જ્યાચાર્યે લખ્યું છે :

પ્રભુ! આપે તન, મન અને વચન બધાંને વશ કરી લીધાં. આપનું બધાં પર અનુશાસન સ્થાપિત થઈ ગયું.

જે વ્યક્તિનું શરીર, પ્રાણુ, મન અને વચન અનુશાસિત થઈ જાય છે, તે જ વ્યક્તિ સાચા અર્થમાં આત્માનુશાસિત હોય છે.

આત્માનુશાસન કોઈ અમૂર્ત શબ્દ નથી. આત્માનુશાસન કોઈ એવો શબ્દ નથી જે અવ્યાકૃત કે અવકતવ્ય હોય. એની વ્યાખ્યા આખી શકાય છે. એની સ્પષ્ટ વ્યાખ્યા પ્રાપ્ત છે, જેનો ઉદ્દેશ્ય ઉપર કરવામાં આવ્યો છે.

કાયકલેશનો સાચો અર્થ

એક વ્યક્તિ એક જ આસન પર કલાક સુધી બેસી નથી શકતી. એનો અર્થ એ છે કે એનું શરીર પર અનુશાસન નથી. ભગવાન મહાવીરે કાયકલેશનું પ્રતિપાદન કર્યું છે. એનો ખોટો અર્થ સમજી લેવામાં આવ્યો કે કાયકલેશનો અર્થ છે—કાયાને કષ્ટ આપવું. કાયકલેશનો અર્થ શરીરને કષ્ટ આપવાનો નથી થતો. એનો સાચો અર્થ છે—શરીરને અનુશાસિત કરવું. શરીરને એટલું સાધી લેવું કે દસ કલાક ઊભા રહી શકાય, બેસી શકાય. મહાવીરનું શરીર પર એટલું અનુશાસન હતું કે તે સોળ-સોળ દિવસ અને રાત ઊભા ઊભા ધ્યાન કરી લેતા હતા. તેમને શરીર પર અનુશાસન કરવાનાં અનેક સૂત્ર પ્રાપ્ત હતાં. એટલા માટે તેઓ એવું કરી શક્યા. તે સિવાય એમ થવું સંભવ ન હતું.

ભગવાન ઋષભે એક વર્ષ સુધી ઊભા ઊભા કાયોત્સર્ગ કર્યો.

ભગવાન બાહુબલીએ લાંબા સમય સુધી કાયોત્સર્ગ કર્યો. કહેવાય છે કે સમય એટલો લાંબો વીત્યો કે બાહુબલીના શરીર પર વેલો ચઢી, પક્ષીઓએ માળા બાંધી દીધા. સાપોએ દર ખોદી કાઢ્યા. તેઓ વનસ્પતિ જગતથી ઘેરાઈ ગયા. પ્રશ્ન થઈ શકે છે—શું આ સંભવ છે? હા, આ સંભવ ત્યારે છે જ્યારે શરીર પર અનુશાસન સ્થાપિત થઈ જાય છે. જ્યાં સુધી શરીર પર અનુશાસન સ્થાપિત નથી થતું ત્યાં સુધી આ અસંભવ જ બની રહે છે.

મનુષ્ય જ યાત્રા નથી કરતો, શબ્દ અને અર્થ પણ યાત્રા કરે છે. કાયકલેશનો મૂળ અર્થ હતો—શરીરને અનુશાસિત કરવું. આ મૂળ અર્થ કાળની લાંબી અવધિમાં વિસ્મૃત થઈ ગયો અને એનો અર્થ—કાયાને કષ્ટ આપવું—પ્રચલિત થઈ ગયો. એનાં આધારે એ ધારણા બની ગઈ કે જૈન ધર્મ કષ્ટ આપનાર ધર્મ છે. તે કહે છે—શરીરને સતાવો, શરીરને તપાવો, શરીરને કષ્ટ આપો. કેટલી બ્રાન્ત ધારણા? યથાર્થમાં કાયકલેશ છે—શરીરના અનુશાસનની પ્રક્રિયા.

જૈન દર્શનમાં એક તપનું નામ છે—પ્રતિસંલીનતા, આ ઇન્દ્રિય અનુશાસનની પ્રક્રિયા છે.

વિનય આંતરિક તપનો એક ભેદ છે. આ અહંકારની ત્રિંચિ તોડવાની પ્રક્રિયા છે.

જ્યારે આ બધી પ્રક્રિયાઓની વિસ્મૃતિ થઈ ગઈ ત્યારે એના અર્થ પણ બદલાઈ ગયા.

સૂપર હૂમન

આજે સમગ્ર સંસારમાં એક નવો અવાજ ઊઠી રહ્યો છે. તે એટલા માટે ઊઠી રહ્યો છે, કે બાહ્ય નિયંત્રણો દ્વારા મનુષ્યની ચેતના વિકસિત નથી થઈ. અતિચેતનાનું જાગરણ નથી થયું. આજે દરેક સમજી વ્યક્તિ એ અનુભવ કરે છે કે જ્યાં સુધી અતિચેતનાનું જાગરણ નહિ થશે, સૂપર હૂમનનો વિકાસ નહિ થશે, ત્યાં સુધી સમસ્યાઓનું સમાધાન નહિ થશે, ત્યાં સુધી દુનંદોની મુક્તિ નહિ થશે. અતિચેતનાને જાગ્રત કરવા માટે લાંબા સમયથી પ્રયોગ થઈ રહ્યા છે. મહર્ષિ અરવિંદે સમગ્ર સંસારમાં અતિચેતનાને જાગ્રત કરવાનો પ્રયત્ન કર્યો. ખીજ પણ અનેક યોગીઓએ તે પ્રયત્ન કર્યો. આજે તે પ્રયોગ વિજ્ઞાન જગતમાં ઊતરી આવ્યા છે. વૈચારિક પરિવર્તન કરવામાં આજના વૈજ્ઞાનિકા ખૂબ સફળ થઈ રહ્યા છે. મસ્તિષ્કમાં વિદ્યુતીય પ્રહાર આપીને વિચાર બદલી શકાય છે. આજનો વૈજ્ઞાનિક ભૂતકાળની સ્મૃતિઓને જગાડવામાં સફળ થઈ ગયો છે. વિદ્યુતના પ્રયોગોથી પચાસ સો વર્ષ પહેલાં અનેલી ઘટનાની એવી સ્મૃતિ કરાવી દે છે, જાણે તે હમણાં જ પ્રત્યક્ષ બની રહી હોય.

આંતરિક અનુશાસન શા માટે ?

આજ સુધી જે વ્યક્તિ અમુક વિચારોથી બધાયેલી હતી. એના વિચારો બદલી દેવાય છે. એના વિચારો ખીજ થઈ જાય છે. તે મૂળના વિચારોથી પ્રતિબદ્ધ નથી રહેતો, તેની વિચારવાની રીત બદલાઈ જાય છે. આ આત્માનુશાસનની પ્રક્રિયા અથવા મસ્તિષ્કીય નિયંત્રણની પ્રક્રિયા ખૂબ અદ્ભુત રીતે પ્રસ્તુત થઈ રહી છે.

બાહ્ય નિયંત્રણનું કામ છે—વ્યક્તિને સાવધાન કરી દેવી. તે મૂળનું પરિવર્તન કરી શકતી નથી. જ્યાં સુધી ચેતના નથી બદલી શકાતી ત્યાં સુધી સંપૂર્ણ પરિવર્તન નથી થતું. એક વખત અસાવધાન થતાં જ તે ભૂલ ફરીથી કરવામાં આવે છે. કેમ કે મૂળ ભીતરમાં કાંઈ બદલાતું નથી. માત્ર બાહ્ય જાગૃતિ આવી. ખીજ સ્થિતિમાં તે જાગૃતિ સમાપ્ત થઈ જાય છે. ત્યારે વ્યક્તિ તેવી જ બની રહે છે. બસ તેવું જ આચરણ અને તેવો જ વ્યવહાર કરે છે.

સ્ત્રીઓને ધરેણાં પ્રત્યે અપાર મોહ હોય છે. ક્યારેક ધરેણાંને કારણે ખબર પડી જાય છે કે અમુક સ્ત્રી છે કે પુરુષ.

એક પુરુષ સ્ત્રીનો યુરખો ઓઢીને બબરમાંથી નીકળી રહ્યો હતો. પોલીસે તેને પકડી પાડ્યો.

ઇન્સ્પેક્ટરે પૂછ્યું : અરે, સ્ત્રીને કેમ પકડી લાવ્યા ?

પોલીસોએ કહ્યું : આ સ્ત્રી નહિ, પુરુષ છે.

‘તમે એને યુરખામાં કેવી રીતે ઓળખી લીધો?’

સર! અમે બબરમાંથી જઈ રહ્યા હતા. ધરેણાંનું બબર હતું. પરંતુ તેણે એકવાર પણ ધરેણાં તરફ નજર નહિ કરી. અમે સમજી ગયા. આ સ્ત્રી નહિ પુરુષ છે. સ્ત્રી હોત તો ચોક્કસ ધરેણાં તરફ લાલચભરી નજરે જોતે.

પતિએ પત્નીને ‘ખૂબ સમજવ્યું’ કે આભૂષણોનો મોહ છોડી દે. એક દિવસ પતિ-પત્ની બબરમાંથી જઈ રહ્યાં હતાં. આભૂષણોની દુકાન આવતાં જ પત્નીની ચેતના જાગ્રત થઈ ગઈ. પત્નીએ કહ્યું : ગળામાં ખાંસી થઈ ગઈ છે. કોઈ ઉપાય કરો. પતિ બોલ્યો ; ડોક્ટરને બોલાવું ? પત્નીએ કહ્યું : આટલો ખર્ચ શા માટે કરો છો ? દવા લેવાને બદલે આપ મને ગળાનો હાર આપી દો. ગળું ઠીક થઈ જશે.

આભૂષણો પ્રત્યે કેટલો મોહ હોય છે !

ઉપાદાનનું જાગરણ

જ્યાં સુધી આંતરિક ચેતના નથી બદલાતી, ભીતરનું અનુશાસન નથી જાગતું ત્યાં સુધી બાહ્ય પરિસ્થિતિ વ્યક્તિને વારંવાર સતાવતી રહે છે. તે વ્યક્તિને જકડી રહે છે. ભગવાનની સ્તુતિ—તીર્થ”કરની આરાધના, અધ્યાત્મની અનુભૂતિ—આ બધાનો અર્થ છે ચેતનાનું પરિવર્તન. જે ચેતના આપમેળે અનુશાસિત નથી હોતી, તે ચેતનાને આસનો, મુદ્રાઓ અને શ્વાસના વિભિન્ન પ્રયોગો દ્વારા બદલી શકાય છે. પ્રતિસંહીનતા અને મનોવિકાસનાં સૂત્રો દ્વારા ચેતનામાં પરિવર્તન થઈ શકે છે. જ્યારે આ બધા ઉપાયોથી આંતરિક અનુશાસન જાગી જાય છે ત્યારે નિમિત્ત પ્રાપ્ત થવાથી પણ ચેતના તે તરફ વળતી નથી. નિમિત્ત વ્યર્થ થઈ જાય છે. જ્યાં ઉપાદાન જાગી જાય છે ત્યાં નિમિત્ત બેકાર બની જાય છે. નિમિત્ત ત્યાં સુધી જ સતાવે છે જ્યાં સુધી ઉપાદાન નથી જાગતું.

ભગવાનનું એક બહુ મૂલ્યવાન વાક્ય છે—‘અગ્નં ચ મૂલં ચ વિગિન્ન ઘારં’ અગ્ન અને મૂળનું છેદન કરો. ક્ષત પાંદડાને કાપો નહિ. એને કાપવાથી કામ નથી થતું. મૂળને પકડો. મૂળ સુધી જાઓ. ઉપાદાનને બદલો. જ્યારે ઉપાદાન બદલાઈ જાય છે ત્યારે પાંદડાં વગેરે બધું જ વ્યર્થ થઈ જાય છે.

આપણે અધ્યાત્મની ભાષાને સમજાવે અને ઉપાદાનને જગાડવાની ટેવ પાડીએ. પ્રેક્ષાધ્યાન ઉપાદાનને જગાડવાનો અભ્યાસ છે. જે વ્યક્તિ પ્રેક્ષાધ્યાનની પ્રક્રિયામાંથી પસાર થાય છે તે ચેતનાને જગાડવાના ઉપાદાનનો વિકાસ કરે છે. જ્યારે આ ઉપાદાન થોડું પણ જાગી જાય છે. ત્યારે દષ્ટિ બદલાઈ જાય છે, નવું ચિંતન અને નવી અનુભૂતિઓ જાગી જાય છે.

શિબિરમાં ઉપસ્થિત સાધકો કાલ-પરમ દિવસ સુધી કઢી રહ્યા હતા કે એમને કંઈપણ નથી મળી રહ્યું, આજે સવારે તેઓ મારી પાસે આવ્યા અને બોલ્યા : અમારી સમસ્યાઓ ઉઠેલાઈ ગઈ છે અને આજે જીવનમાં એવો અનુભવ થયો જે પહેલાં કદી પણ થયો ન હતો. મેં કહ્યું : થાય પણ કેવી રીતે? આપે ભીતરનું અનુશાસન જગાડવાનો પ્રયત્ન જ કર્યો કર્યો હતો? આપે અંદર જોવાનો પ્રયત્ન જ કર્યો કર્યો હતો? આટલા દિવસો સુધી આપ બુદ્ધિના દરવાજા પર ઊભા ઊભા જ બહારથી સર્વ કંઈ જોવાનો પ્રયત્ન કરતા રહ્યા છો. જ્યાંથી ભીતર કંઈ જ દેખાતું નથી. માત્ર ઘોર અંધકાર જ દેખાય છે. હવે જેમ જેમ ભીતરમાં પ્રવેશ થઈ રહ્યો છે, તે દરવાજાં એની મેળે ખૂલી રહ્યો છે જ્યાં કેવળ પ્રકાશ જ પ્રકાશ છે. આંતરિક રહસ્યો સ્વયં ઉદ્ઘાટિત થઈ રહ્યાં છે અને પ્રત્યક્ષ થઈને દર્શન આપી રહ્યાં છે. આ દર્શન જ આપણી આંતરિક ચેતનાને જગાડવાનો ઘણો મોટો હેતુ બને છે.



प्रवचन : ६

निरालंभनुं आलंभन

સંકેતિકા

- ૧ ગજ કુમ્ભ દલે મૃગરાજ હળી, પિણ દોહિલી નિજ આતમ દમણી ।
ઇમ સુણ બહુ જીવ ચેત્યા જાણી, પ્રશ્ન વાસુપૂજ્ય ભજલૈ પ્રાણી ॥
- ૨ સંજમ તપ જપ શીલ એ, શિવસાધન મહા સુસ્વકાર રે ।
અનિત્ય અશરણ અનન્ત એ, ધ્યાયો નિર્મલ ધ્યાન ઉદાર રે ॥
- ૩ સ્ત્રીયાદિક ના સંગ તે, આલંબન દુસ્વ દાતાર રે ।
અશુદ્ધ આલંબન છાંડ નૈ, ધાર્યો ધ્યાન આલંબન સાર રે ॥
- ૪ અહો પ્રશ્ન ! ઉપશમ રસભરી આપરી, વાળી સરસ વિશાલ હો ।
અહો પ્રશ્ન ! મુગત નિસરણી મનોહરુ, સુણ્યાં મિટૈ ભ્રમ જાલ હો ॥

(ચૌબીસી ૧૨/૬ : ૧૧/૧, ૬; ૨/૨)



- મનનું અનુશાસન બહુ સારું છે પણ બહુ સરળ નથી.
- વિવિધ અનુશાસનોની સીમા પાર કરીને મનના અનુશાસન સુધી પહોંચાય છે.
- અનુશાસનનાં આલંબન—
સંયમ, તપ, જપ, શીલ, અનિત્ય અનુપ્રેક્ષા, અશરણ
અનુપ્રેક્ષા, અનન્ત અનુપ્રેક્ષા, નિર્મળ ધ્યાન કે ચૈતન્ય ધ્યાન
સ્વાધ્યાય.

નિરાલંબનું આલંબન

આચાર્યશ્રી તુલસીએ એક ગ્રંથ લખ્યો, જેનું નામ છે—‘મનોનુ-શાસનમ્.’ એનો અર્થ છે—મનનું અનુશાસન. એક ભાઈએ કહ્યું : મેં તે ગ્રંથ વાંચ્યો. મારા મનમાં હતું કે મનનું અનુશાસન શીખું. તે ગ્રંથ વાંચતાં ખ્યાલ આવ્યો કે તેમાં અનુશાસનની જાળ બિછાયેલી છે. તેમાં અનેક અનુશાસન છે—આહારનું અનુશાસન, શરીરનું અનુશાસન, ઇન્દ્રિયોનું અનુશાસન, શ્વાસનું અનુશાસન, ભાષાનું અનુશાસન અને મનનું અનુશાસન. મન પર અનુશાસન કરવા માટે પાંચ ખીજાં અનુશાસન શીખવા આવશ્યક હોય છે. એક મન દેવતાને સિદ્ધ કરવા માટે પાંચ અન્ય દેવતાઓને સાધવા એ લાંબી પ્રક્રિયા છે. એવી સીધી પ્રક્રિયા હોવી જોઈએ જેમાં મન પર અનુશાસન આવી જાય. પછી ન તો આહાર પર અનુશાસન કરવાની આવશ્યકતા છે અને ન તો ભાષા અને ઇન્દ્રિયો પર અનુશાસનની જરૂર છે.

‘સીધું મન પર અનુશાસન થઈ જાય’—આ સાંભળવામાં ઘણું સારું લાગે છે અને તર્કયુક્ત લાગે છે કે જ્યારે મન પર જ અનુશાસન સાધવાનું છે તો પછી આટલી લાંબી પ્રક્રિયાની શી જરૂર છે? આટલો લાંબો માર્ગ શા માટે? સંસ્કૃત વ્યાકરણમાં નિષ્ણાત થનાર જાણે છે કે તેણે માત્ર શબ્દાનુશાસન જ નથી વાંચવું પડતું તેને એની સાથે સાથે જ્ઞાનનુશાસન, લિંગાનુશાસન વગેરે વગેરે પણ વાંચવાં પડે છે. જ્યારે બધાં અનુશાસન હસ્તગત થઈ જાય છે ત્યારે શબ્દાનુશાસન વાંચવાનો કોઈ અર્થ હોય છે.

લોકો ઇચ્છે છે કે આહાર જેવો ચાલી રહ્યો છે તેવો જ ચાલે. એના પર અનુશાસનની શી જરૂર છે? મન અને આહારને શો સંબંધ? સ્થિર કરવાનું છે મનને. મન પર અનુશાસન સાધવું છે તો ભોજનના અનુશાસનનો એની સાથે શો સંબંધ છે? ભોજનનો સંબંધ છે પેટ સાથે, હીરર સાથે, આમાશય અને પક્વાશય સાથે, આંતરડાં સાથે, જીભ તથા મોઢાની લાળ સાથે. મનની સાથે તેનો શો સંબંધ છે કે સાધક બધા કરતાં પહેલાં આહારનું અનુશાસન કરે, શીખે?

મનોનુશાસનમાં અનુશાસનની સુવ્યવસ્થિત પ્રક્રિયા છે. પ્રાચીન ગ્રંથોમાં તેવી પ્રક્રિયા પ્રાપ્ત નથી. અનુશાસનની પ્રક્રિયાનાં છ અંગ છે.

પરંતુ સવાલ તે જ આવે છે કે શરીર પર અનુશાસન શા માટે કરીએ? શરીર અને મનને સંબંધ જ શું છે? શા માટે ઇન્દ્રિયો પર અનુશાસન કરીએ? બિચારો શ્વાસ પોતાની ગતિ મુજબ આવે છે, જન્ય છે. જગીએ છીએ તો પણ તે આવે છે અને સૂઈએ તો પણ આવે છે. બેસીએ છીએ તો પણ તે આવે છે અને ચાલીએ તો પણ તે આવે છે. આપમેળે ચાલે છે. તેના પર નિયંત્રણ કે અનુશાસન શા માટે કરવામાં આવે? મનમાં ઉપસ્થિત થનારા આ પ્રશ્નો છે. લોકો સીધા મનને જ પકડવા ઇચ્છે છે. આ એક એવો માર્ગ છે જેમાં દોરડાનો સહારો નેહ્યો. આકાશ નિરાલંબ છે. તેમાં જે ચાલવું હોય તો ચાલંબન લેવું પડશે. એક પહાડ પરથી બીજા પહાડ પર જવાનું છે. વચ્ચે કોરું આકાશ છે. કેવી રીતે જવાય? મનુષ્યે ઉપાય ખોળી કાઢ્યો. દોરડાના માર્ગનો વિકાસ થયો. રજી માર્ગથી યાત્રા કરે. એક પહાડ પરથી બીજા પહાડ પર પહોંચી શકાશે. પહાડની નીચે ઊતરવાની જરૂર નથી.

અધ્યાત્મની સાધના એક નિરાલંબ માર્ગ છે. અધ્યાત્મ સ્વયં નિરાલંબ છે. ત્યાં કોઈ ચાલંબન કે સહારાની જરૂર નથી. અધ્યાત્મમાં કોઈ ચાલંબનની અપેક્ષા નથી પરંતુ અધ્યાત્મમાં પહોંચવા માટે ચાલંબન આવશ્યક છે, સહારો શોધવાનો હોય છે. અધ્યાત્મની યાત્રા કરનારાઓએ, મન પર અનુશાસન કરનારાઓએ, ચાલંબનો શોધ્યાં છે. અધ્યાત્મ સાધકોએ વિવિધ ચાલંબનોનું શરણુ લીધું છે. ચાલંબનો વગર ત્યાં પહોંચી નથી શકાતું. ચાલંબન ખૂબ મહત્વનું છે. તેથી તેમણે નાનાં-મોટાં બધાં ચાલંબનોની એક શૃંખલા બનાવી. જ્યાંયાં ચાલંબનોની એક પૂરી યાદી પ્રસ્તુત કરી છે. નિરાલંબ સુધી પહોંચવામાં જે ચાલંબનોની અપેક્ષા છે, તેમાં સંયમ, તપ, જપ, શીલ, સ્વાધ્યાય, અનિત્ય અનુપ્રેક્ષા, અશરણુ અનુપ્રેક્ષા. અનન્ત અનુપ્રેક્ષા અને નિર્મળ ધ્યાન—એ મુખ્ય છે. આ ચાલંબનોનો ઉપયોગ કર્યા વગર કોઈ પણ સાધક નિરાલંબ સુધી પહોંચી નથી શકતા. અશુદ્ધ ચાલંબનો છોડીને શુદ્ધ ચાલંબનોની સ્વીકાર કરવો—એ પ્રથમ નિયમ છે. વાસના અશુદ્ધ ચાલંબન છે. ચેતના શુદ્ધ ચાલંબન છે.

શરીરના બે છેડા છે—એક છે કામનાનો અને બીજો છે ચેતનાનો. કામના ચેતનાથી ભિન્ન નથી. પરંતુ ત્યાં ચેતના ગોણુ થઈ જન્ય છે અને કામના મુખ્ય બની જન્ય છે. તેથી તે કામના કે વાસનાનો છેડા છે.

ખીજો છેડો છે ચેતનાનો. યોગશાસ્ત્રમાં શરીરને ચેતનાની દૃષ્ટિએ બે ભાગોમાં વહેંચવામાં આવ્યું છે :

૧. નીચેનો ભાગ જે મૂળાધાર કે શક્તિ કેન્દ્ર કહેવાય છે. તે કામના કે વાસનાનું કેન્દ્ર છે.

૨. ઉપરનો ભાગ, મસ્તકનો ભાગ, જ્ઞાન કેન્દ્ર. આ ચેતનાનું કેન્દ્ર છે.

અશુદ્ધ આલંબનોને છોડવા અને શુદ્ધ આલંબનોનો સહારો લેવો—એ ધ્યાનની પ્રક્રિયાનું મૂળ છે. એનું તાત્પર્ય છે કે કામ-કેન્દ્ર તરફ પ્રવાહિત થનારી ચેતનાને જોયે લઈ જઈને જ્ઞાનકેન્દ્રમાં લાવવી. નીચેના પ્રવાહને બદલીને તેને ઉપર તરફ વાળી દેવો. એ શુદ્ધ આલંબનની સ્વીકૃતિ છે. આ પ્રયત્ન અત્યંત મહત્ત્વપૂર્ણ પ્રયત્ન છે. આ પ્રયત્નથી બધી વૃત્તિઓનો પરિષ્કાર થાય છે.

ચેતનાના ઊધ્વારોહણની પ્રક્રિયા છે—ધ્યાન. ચેતના નીચેથી હટીને ઉપર તરફ બંધ છે. આ પ્રક્રિયામાં પહેલું આલંબન છે સંયમ. સંયમ વગર ઉપર જઈ શકાતું નથી. આપણે નાભિ પર ધ્યાન દઈએ છીએ, આપણે આંદ્ર કેન્દ્ર પર ધ્યાન કરીએ છીએ. આ આપણો સંયમ છે. બધી વૃત્તિઓમાંથી ચિત્તને હટાવીને કોઈ એક પુદ્ગલ કે પરમાણુ પર તેને કેન્દ્રિત કરી દેવું સંયમ છે. ધ્યાનમાં ઇન્દ્રિય સંયમ પરમ આવશ્યક તત્ત્વ છે. ધ્યાન કરવા બેસે અને ચારે બાજુ જોતો રહે તો ધ્યાન કેવી રીતે થશે? ધ્યાનકાળમાં બાહ્ય કોલાહલને સાંભળવા ઉત્સુક રહીએ તો કદી ધ્યાન થઈ શકતું નથી. ચિત્તને કેન્દ્રિત કરવા માટે ઇન્દ્રિય-સંયમ ખૂબ જરૂરી છે.

ખીજું આલંબન છે—તપ. એ પણ ધ્યાન માટે ખૂબ જરૂરી છે. ઝોછો આહાર લેવો, ઝોછી ઊંધ લેવી તપ છે. સાધના કરનાર વ્યક્તિ જ્યાં સુધી આહાર ઝોછો નથી કરતી, ઊંધ ઝોછી નથી કરતી, ત્યાં સુધી અધ્યાત્મના ક્ષેત્રમાં તે પ્રગતિ નથી કરી શકતી. ઉપવાસ કરવો, ઝોછું ખાવું, વારંવાર ન ખાવું એ ખૂબ મોટું આલંબન છે.

ઉપવાસની બાબતમાં આજે જેટલી વૈજ્ઞાનિક શોધખોળ થઈ છે પહેલાં ન થઈ હતી. પ્રાચીન સાહિત્યમાં તપસ્યા કરવા પર ઘણો ભાર મૂકવામાં આવતો પરંતુ તેના લાભ-અલાભની વિસ્તૃત ચર્ચા નહિ કરવામાં આવી. આજે એનું વૈજ્ઞાનિક ઢબે નિરૂપણ ઉપલબ્ધ છે. ઉપવાસ ઉપર

ધણું બધું સાહિત્ય પ્રાપ્ત છે. ભોજન વિષયક સાહિત્ય પણ પ્રચુર છે. ઓછું ખાવાથી શો લાભ છે અને વધુ ખાવાથી કઈ કઈ ખીસારીઓ થાય છે, તેનું સંપૂર્ણ વિવેચન સાહિત્યમાં પ્રાપ્ત છે.

ઉપવાસ કરવો કે ઓછું ખાવું મુશ્કેલ વાત છે. આજનો માણસ એટલો ચટોરો થઈ ગયો છે કે જો ભોજનમાં મસાલા ઓછા હોય, મીઠું મરચું ઓછું હોય કે ન હોય તો તેને એ ભોજન અટપટું હોય એવું લાગે છે. તે માને છે કે આ તો પશુઓનું ભોજન છે. પશુ મસાલા નથી ખાતાં, મીઠું, મરચું પણ નથી ખાતાં. જે સહજ નિષ્પન્ન છે તે જ ખાઈ લે છે. વગર મસાલાનું ભોજન, મીઠા મરચા વગરનું ભોજન માણસનું ભોજન નથી. પશુનું ભોજન છે આ બ્રાન્ત વિચાર છે.

આજે ચિકિત્સાના ક્ષેત્રમાં ભોજન સંબંધી અનેક વર્જનાઓ પ્રચલિત છે આજનો ડોક્ટર ભોજનના વિષયમાં બહુત છે તે પણ અનેક પરેણ પ્રસ્તુત કરે છે. આ નહિ ખાઓ, તે નહિ ખાઓ. ધર્મના ક્ષેત્રમાં જે વર્જનાઓ હતી તે ચિકિત્સાના ક્ષેત્રમાં પણ પ્રચલિત છે.

ખીજું આલંબન છે—તપ. આ મહત્વપૂર્ણ છે. લોકો વાચિક પ્રયત્ન ઘણા કરે છે. કર્મ કરવા નથી ઇચ્છતા. જો બધી વાતો વાણી માત્રથી જ સિદ્ધ થાત તો માનવીને શ્રમ કરવાની જરૂર જ પડત નહિ. વાણી માત્રથી કશું જ નથી થતું. કશી ફલપ્રાપ્તિ નથી થતી.

એક અમેરિકન અંતરિક્ષયાત્રી આયર્લેન્ડ પહોંચ્યો. તે બજારમાં ગયો. એક દુકાનદાર એને ઓળખી ગયો. તેણે પૂછ્યું : તમે ચંદ્રની યાત્રા કરી આવ્યા? અમારી પાસે પણ અંતરિક્ષયાન છે. ખૂબ આશ્ચર્ય-સહ અમેરિકન અંતરિક્ષયાત્રીએ પૂછ્યું : ‘ક્યાં છે તમારું અંતરિક્ષયાન?’ દુકાનદારે કહ્યું : મારી ‘દુકાનની પાછળ પડ્યું છે!’ પેલાનું આશ્ચર્ય વધ્યું. અંતરિક્ષયાન અને દુકાનની પાછળ? દુકાનદારે કહ્યું : ‘એવું ધમક ન કરતા કે તમે જ ચાંદની યાત્રા કરી છે. મારા દેશના લોકોએ સૂરજની યાત્રા કરી છે.’ તે બોલ્યો : સૂરજ પાસે તો કોઈ જઈ નથી શકતું. તેનો તાપ એટલો છે કે જનારો દૂરથી જ ભસ્મ થઈ જાય છે. દુકાનદારે કહ્યું : તમે રહસ્ય નથી જાણતા, અમે દિવસે સૂર્યની યાત્રા નહોતી કરી, રાત્રે કરી હતી.

માણસ વાતચીત કરવામાં ખૂબ કુશળ છે. તેને વાણીની કુશળતા પ્રાપ્ત છે. તે દરેક વાતને વાણી દ્વારા જ પ્રમાણિત કરવા ઇચ્છે છે. જે વાણી માત્રથી સૂરજની યાત્રા થઈ જતી હોત તો આને આયલેન્ડનો નિવાસી જ નહિ, સમગ્ર સંસારના લોકો સૂરજથી હજી દૂર અન્તરિક્ષની યાત્રા કરી આવત. કાર્ય માત્ર વાણીથી નથી થતું, તે થાય છે કર્મથી, પ્રયત્નથી, સમગ્ર શક્તિ એમાં નિયોજિત કરવાની હોય છે. અધ્યાત્મની સાધનાનો માર્ગ બિલકુલ સરળ કે સીધો નથી. તેને પ્રાપ્ત કરવા માટે મોટી તપસ્યા કરવી પડે છે.

ત્રીજું આલંબન છે—જપ. આ પણ ખૂબ મહત્વપૂર્ણ છે. મહર્ષિ પતંજલિના મત મુજબ જપનો અર્થ છે—તદ્ જપઃ તદર્થભાવના—જપમાં પ્રયુક્ત શબ્દના અર્થથી ભાવિત થઈ જતું. જે શબ્દનો જપ કરી રહ્યા છીએ તેના અર્થમાં તન્મય થઈ જવું તે જપ છે. માત્ર શબ્દનું ઉચ્ચારણ પર્યાપ્ત નથી હોતું. શબ્દના અર્થથી પોતાની જાતને ભાવિત કરવી, પ્રભાવિત કરવી, તન્મય કરવી, એકાત્મ કરવી—તે જપ છે.

ઘણીવાર એ પ્રશ્ન આવે છે કે અમુક મંત્રનો જપ કરીએ છીએ, નમસ્કાર મહામંત્રનો જપ કરીએ છીએ, પરંતુ પરિણામ કશું નથી આવતું. આ એક વાત છે. આપણે એ સારી રીતે બાણી લેવું જોઈએ કે શબ્દના ધ્વનિનું પણ કંઈક પરિણામ હોય છે. ઉચ્ચારણનો પણ પોતાનો પ્રભાવ હોય છે. પ્રભાવ નથી હોતો એવી વાત નથી. પરંતુ જ્યારે ધ્વનિ સાથે ભાવના જોડાય છે ત્યારે તે પ્રભાવ હજાર ગણો વધારે થઈ જાય છે. જ્યારે શબ્દભાવનાથી ભાવિત યા પુટિત થઈને બહાર આવે છે ત્યારે તદાકાર પરિણામ શરૂ થઈ જાય છે. જપ ખૂબ શક્તિશાળી સાધન છે. મધ્યયુગીન સંતોએ એનું આલંબન પ્રચુર માત્રામાં લીધું. આને પણ ભારતની સાધના પદ્ધતિઓમાં ધ્યાન કરતાં જપનો પ્રયોગ વધારે ચાલે છે. આને ધ્યાન ધરવાવાળા ઓછા છે, જપ કરનાર વધારે. જેટલા પણ સંત સંપ્રદાયના અનુયાયી છે, પછી ભલે તે કળી-પથી હોય, રાધાસ્વામી-પથી હોય કે અન્ય પંથને માનનારા હોય તે બધા જપનો જ વધારે પ્રયોગ કરે છે. તેઓ જપને ઘણું મહત્ત્વ આપે છે. એ સાચું છે કે જપથી પરમના સાન્નિધ્યની અનુભૂતિ થાય છે. સાધકને એ સ્પષ્ટ અનુભવ થવા લાગે છે કે તે જોનો જપ કરી રહ્યો છે, એની સાન્નિધિ એને પ્રાપ્ત છે. તે એ પરમ આત્માની સાન્નિધિમાં બેઠો છે.

આ સતત સ્મૃતિ થવી અથવા સાન્નિધ્ય થવું પણ ઘણી મહત્વની ઘટના છે. આ વાસ્તવમાં ધણું મોટું આલંબન છે. જ્યારે જ્યારે આ સાન્નિધ્ય થાય છે ત્યારે બધી સ્થિતિ બદલાઈ જાય છે.

જપ કરનારાના અનુભવ અમે સાંભળ્યા. એક ભાઈએ કહ્યું : મેં ભિશ્નુ સ્વામીનો જપ કર્યો અને એક દિવસ સાક્ષાત તેમનાં દર્શન થઈ ગયાં. દર્શન જ નહિ તેમની સાથે વાતચીત થઈ.

થોડા વખત પર જ વર્ષો તપના પારણાના અવસર પર એક બહેને એક ઘટના સંભળાવી અને તે ઘટનાના સાક્ષી હતા તેના પરિવારના લોકો અને તેનો પતિ. તેઓ બિહારમાં રહે છે. એક વખત એક છોકરી ખીમાર થઈ ગઈ. અસાધ્ય ખીમારી, ડોક્ટર, વૈદ્ય, બધા નિરાશ થઈ ગયા. ચિકિત્સાનું કોઈ પરિણામ નહિ આવ્યું. છોકરી ખોલતી બંધ થઈ ગઈ, નાડી ચાલતી બંધ થઈ ગઈ. હવે લાગી રહ્યું હતું કે છોકરી થોડી ક્ષણની જ મહેમાન છે. બદુ-ટોણા કરનારને ખોલાવ્યા, મંત્ર જાણનારાઓને યાદ કર્યા પણ કોઈ અસર ન થઈ. આ બહેન ત્યાં પહોંચ્યાં. મરણાસન્ન છોકરીને જોઈ. તે બેહોશ હતી પણ હજુ શ્વાસ લઈ રહી હતી. બહેને તે છોકરીના મસ્તક પર હાથ મૂક્યો અને પોતાના ઇશ્વર ભિશ્નુસ્વામીનો જપ શરૂ કરી દીધો. તે જપમાં તન્મય થઈ ગઈ. થોડા જ વખત પછી તે બહેનના મુખમાંથી જિએ અવાજ નીકળ્યો. ખીમાર છોકરી પથારીમાંથી ઊઠીને બેસી ગઈ. આજસ મરડીને તે પથારી પરથી નીચે જિતરી અને ચાલવા લાગી ગઈ. બધા આશ્ચર્યચકિત આંખો વડે જોતા રહી ગયા. થોડી ક્ષણ પહેલાં જ્યાં મૃત્યુનું નગ્નનૃત્ય દર્શિગોચર થઈ રહ્યું હતું ત્યાં થોડી જ ક્ષણમાં જીવનનો સંચાર થયો. નિરાશા આશામાં બદલાઈ ગઈ. ધરના બધા નાચી ઊઠ્યા. આ વાત સમગ્ર ગામમાં ફેલાઈ ગઈ લોકોનાં ટાળાં આ આશ્ચર્યને પોતાની આંખો વડે નિહાળવા આવવા લાગ્યાં. ડોક્ટરો પણ આવ્યા, વૈદ્ય પણ આવ્યા અને માંત્રિકો પણ. તેમણે તે બહેનને પૂછ્યું : તમે એવો કયો મંત્ર કૂંક્યો કે આ મરણાસન્ન છોકરી જીવિત થઈ ગઈ? અમને પણ એ મંત્ર શિખવાડો. તે બહેને કહ્યું : મેં તો કશું જ નથી કર્યું. જે કંઈ પણ થયું તે મારા ઇશ્વરના જપથી થયું છે.

જપ ચમત્કારિક હોય છે. જ્યારે વ્યક્તિને તે આત્માની સન્નિધિ મળે છે ત્યારે તેના આત્માનું તેજ, તેની શક્તિ હજાર ગણું થઈ જાય છે.

ઈત્યાહીમ ખવાસ ઘણા મોટા સંત હતા. તેઓ તેમના શિષ્ય સાથે યાત્રા કરી રહ્યા હતા. એક જંગલ આવ્યું થોડે દૂર જઈને બંને એક સઘન વૃક્ષની નીચે આરામ કરવા બેસી ગયા. સંત ધ્યાનસ્થ થઈ ગયા. શિષ્ય પાસે બેસી ગયો. થોડા સમય પછી એક વાઘ તે જ વૃક્ષની તરફ આવતો દેખાયો, શિષ્યે વિચાર્યું : વાઘ બંનેને મારી નાંખશે. ગુરુજી ધ્યાનમાં બેઠા છે, આંખ બંધ છે, તેમણે વાઘને નથી જોયો! હું શા માટે મરું? મારો ખયાલ કરી લઉં. તે તે જ વૃક્ષ પર ચઢી ગયો અને સૌથી જીંચી ડાળી પર બેસી ગયો. એટલામાં જ વાઘ ત્યાં આવી પહોંચ્યો. તેણે સંતની ચારે તરફ ચક્કર લગાવ્યું, સૂંઘ્યું અને ચાલ્યો ગયો. વાઘને જોતાં જ શિષ્યનું સમગ્ર શરીર કંપી ઊઠ્યું. તેનો કણ કણ ભયથી આક્રાંત થઈ ગયો. જ્યારે ભય સમાપ્ત થયો ત્યારે તે ધીરે ધીરે વૃક્ષની નીચે ઊતર્યો. તેટલામાં જ સંતે ધ્યાન પૂર્ણ કર્યું. આંખો ખોલી. સ્વસ્થ થઈને શિષ્યને કહ્યું : ચાલો, હવે આગળ ચાલીએ. શિષ્ય બોલ્યો : ગુરુદેવ! હમણાં જ અહીં એક વાઘ આવ્યો હતો. સંતે કહ્યું : આવ્યો હશે. શિષ્ય બોલ્યો : આપને તેણે સૂંઘ્યા. સંતે કહ્યું : સૂંઘ્યો હશે. આપની આસપાસ ચક્કર લગાવ્યું. સંત બોલ્યા : લગાવ્યું હશે. શું આપને ભય નથી લાગ્યો? સંત બોલ્યા : નહિ, કોઈ ભય નથી લાગ્યો. તેમણે સહજ ભાવથી ઉત્તર આપ્યો.

તેઓ આગળ વધ્યા. ચાલતાં ચાલતાં સંતને એક મચ્છર કરડ્યો. સંત શરીર ખંજવાળવા લાગ્યા. ત્યાં જ ઊભા રહી ગયા અને શિષ્યને કહ્યું : મચ્છર કરડ્યો છે. ગભરામણ થઈ રહી છે. દર્દ પણ થઈ રહ્યું છે. હવે આગળ કેવી રીતે જઈશું? શિષ્ય બોલ્યો : ગુરુદેવ? આ શી વાત છે? જ્યારે વાઘે તમને સૂંઘ્યા, આપની ચારે બાજુ ચક્કર લગાવ્યું ત્યારે તો આપને કાંઈ ભય ન લાગ્યો. અને આ એક તુરજ મચ્છર કરડવાથી આપ આટલા બધા ડરી ગયા? સંત બોલ્યા : વાત કંઈક આવી જ છે. વાઘથી નહિ ડર્યો કેમ કે તે વખતે ભગવાન મારી સાથે હતા અને હવે મચ્છરથી ડરી રહ્યો છું કેમ કે તું મારી સાથે છે.

જ્યારે પરમ આત્માનું, પરમ શક્તિનું સાન્નિધ્ય પ્રાપ્ત હોય છે. ત્યારે મનુષ્ય બદલાઈ જાય છે. ભય અને વાસના સમાપ્ત થઈ જાય છે. આવેગ અને આવેશ નષ્ટ થઈ જાય છે અને એક નવા જીવનનું નિર્માણ થાય છે.

જ્યારે કોઈ સાધારણ આત્માનું સાન્નિધ્ય પ્રાપ્ત થાય છે. ત્યારે તે તેવો જ બની જાય છે જેવું વાતાવરણ હોય છે. જેવા પ્રકંપન હોય છે તેવી જ પરિણતિ થઈ જાય છે.

જ્યારે સાધના પ્રજ્ઞા-પ્રદીપનું સાન્નિધ્ય હોય છે ત્યારે એક પ્રકારનું વાતાવરણ નિર્મિત થાય છે. જ્યારે નાઈટ ક્લબની સંનિધિ હોય છે ત્યારે ખીબ્બ પ્રકારનું વાતાવરણ નિર્માણ થાય છે. પહેલા વાતાવરણમાં ભિન્ન પ્રકારનાં પ્રકંપન થાય છે અને ખીબ્બ વાતાવરણમાં ભિન્ન પ્રકારનાં પ્રકંપન થાય છે. પ્રકંપનોનો પ્રભાવ હોય છે, જ્યારે ઉદાત્ત ભાવનાથી પરિપૂર્ણ વ્યક્તિ પાસે બેસીએ છીએ તો નવો ઉલ્લાસ મનમાં જાગે છે અને જે કોઈ યુગ્મીખેરના (ચાડિયા) સાન્નિધ્યમાં તો અકારણે જ મનમાં ઉદાસી છવાઈ જાય છે. સાન્નિધ્યનો ઘણો ફરક હોય છે.

જપનો અર્થ માત્ર શબ્દનું ઉચ્ચારણ માત્ર નથી. જપનો અર્થ થાય છે—શબ્દના ઉચ્ચારણના માધ્યમથી કોઈ પરમ શક્તિની સન્નિધિ પ્રાપ્ત કરી લેવી.

ચોથું આલંબન છે—શીલ. વ્રતોનું ઓછું મૂલ્ય નથી. લોકો વ્રતોનાં મૂલ્યોને નથી જાણતા. જે સંકટ અને આપત્તિઓ મોટાં-મોટાં સાધનોથી ટળતાં નથી તે વ્રતની આરાધનાથી દૂર થાય છે. વ્રત છે—સંકલ્પની શક્તિનો વિકાસ. જ્યારે મનુષ્યનું નિશ્ચયબળ દબ હોય છે, સંકલ્પની શક્તિ જાગી જાય છે ત્યારે ખીબ્બ બધી શક્તિઓ તેની સમક્ષ નિરસ્ત થઈ જાય છે. સંકલ્પ શક્તિને સહારે વ્યક્તિ પૂર્ણ નિર્ભય અને નિશ્ચિંત થઈ જાય છે. તેને વ્રેતનું નડતર કે અન્ય પ્રાકૃતિક મુશ્કેલીઓ નથી સતાવતી. જેનામાં વ્રતની શક્તિ છે તે અજેય છે. કોઈ પણ એને પરાજિત નથી કરી શકતું. કોઈ પણ તેને ડરાવી નથી શકતું.

સિકંદર ભારતથી પોતાના દેશ પાછો ફરી રહ્યો હતો. તેના મનમાં એક આકાંક્ષા બાકી રહી ગઈ. તે ઇચ્છતો હતો કે ભારતીય મહાત્માઓને પોતાને દેશ લઈ જાવું. તે એક મહાત્મા પાસે ગયો અને હાથ જોડીને બોલ્યો : મારા દેશમાં ચાલો. ત્યાં આપને બધી સુવિધાઓ આપીશ. સતે કહ્યું : હું નહિ જઈશ.

સિકંદરે કહ્યું : મહાત્મન! સમ્રાટ સિકંદર સ્વયં આપને લેવા આવ્યો છે. આપ ચાલો.

સતે કહ્યું : મારે શી લેવાદેવા છે સમ્રાટ સિકંદર જોડે. હું નહિ જઈશ.

સિકંદરે કહ્યું : સમ્રાટની આજ્ઞા છે, આપે જવું જ પડશે.

સંતે કહ્યું : કદી નહિ જઈશ.

સિકંદર : નહિ જવાનું પરિણામ શું આવશે, આપ જાણો છો?

સંત : નથી જાણ્યો.

સિકંદર : આજ્ઞાનું પાલન ન કરશો તો મોતને ઘાટ ઉતારી દેવામાં આવશે. મસ્તક અને ધડ અલગ-અલગ થઈ જશે.

સંત : એની મને કોઈ પરવાહ નથી. મોતથી હું નથી ડરતો. મારી પોતાની સ્વતંત્રતા છે. મારો નિશ્ચય છે કે હું ભારતને છોડી કદી નહિ જઈશ.

સમ્રાટે મહાત્માની વાત સાંભળી, દૃઢ નિશ્ચય આગળ તે ઝૂકી ગયો. સમ્રાટની અંતિમ શક્તિ છે—કોઈને મારી નાખવો. એનાથી આગળ તે કશું નથી કરી શકતો. જે વ્યક્તિ મરવા માટે તૈયાર છે ત્યાં સમ્રાટ બિચારો શું કરી શકે? વિશ્વવિજયી સમ્રાટ સિકંદર એક કૂદાર આગળ હારી ગયો, પરાજિત થઈ ગયો. તે હારેલો તો હતો જ. વિજયનું બધું જ શ્રેય ભયને મળે છે. જે આપણી દુનિયામાં ભય ન હોય તો કોઈ કોઈને જીતી નથી શકતો. ભય મુખ્ય છે, એક છે ડરાવનાર અને બીજો છે ડરનાર. ડરાવનાર જીતી જાય છે, ડરનાર હારી જાય છે. જે મનમાંથી ભય સમાપ્ત થઈ જાય તો કોઈ શક્તિ નથી, કોઈ સત્તા મથી જે તેને પરાજિત કરી શકે.

સમ્રાટ સિકંદર એક અપરાધીની જેમ મહાત્મા સમક્ષ ઊભો છે. તે મૌન છે. થોડી ક્ષણો પછી તેણે વિનંતીના સ્વરમાં કહ્યું! : મહાત્મન! શું હું આપની બીજી કોઈ સેવા કરી શકું છું? આપ મારી સાથે ન આવો પરંતુ બીજી કોઈ સેવાનો અવસર મને આપો.

સંત બોલ્યા : કોઈ સેવા નથી, હું ખુલ્લા તડકાનું સેવન કરવા ઇચ્છું છું. તમે તેને રોકી રહ્યા છો. જરા હટી જાઓ, તડકો આવવા દો. જે સૂર્યનો પ્રકાશ, સૂર્યનો તાપ મારા શરીરને પવિત્ર બનાવી રહ્યો છે, તમે વચ્ચે ઊભા રહીને તેના આગમનમાં વિઘ્નરૂપ બની ગયા. બસ, મારી સેવા એ જ હશે કે તમે અહીંથી ચાલ્યા જાઓ, હટી જાઓ.

આ છે વ્રતની શક્તિ. આ છે સંકલ્પશક્તિનો વિકાસ જે વ્યક્તિમાં સંકલ્પશક્તિનો વિકાસ થઈ જાય છે તેને કોઈ પરાજિત નથી કરી શકત. તે સર્વથા અજેય બની જાય છે.

વ્રતનું ધણું મોટું મહત્ત્વ છે. લોકોએ વ્રતને રૂઢિ માની લીધી છે. વ્રત રૂઢિ નથી, આ જીવનનો પ્રયોગ છે. વ્યક્તિએ એ વ્રત લીધું કે આને હું મીઠું નહિ ખાઈશ કે ખાંડ નહિ ખાઈશ. એ રૂઢિ કેવી રીતે હોઈ શકે? આ તો પ્રયોગ છે. વ્યક્તિ જાણવા ઇચ્છે છે કે મીઠું ન ખાવાનું શું પરિણામ આવે છે? ખાંડ ન ખાવાનું પરિણામ શું આવે છે? આપણી પાસે હજી સુધી એટલું સંવેદનશીલ ઉપકરણ નથી જે એના લેખા-જેખા પ્રસ્તુત કરી શકે. આપણી પાસે તે વૈજ્ઞાનિક ઉપકરણ નથી જેનાથી પ્રત્યક્ષતઃ અનુમાપન કરી શકાય કે આને મીઠું કે ખાંડ ન ખાવાથી શરીરની રક્ત પ્રક્રિયામાં શું પરિણામ આવ્યું? શરીર પર તેનો કેવો પ્રભાવ પડ્યો? વૈજ્ઞાનિકોએ પ્રયોગ કરીને પરિણામ જાણ્યું છે.

ઉદરોના બે વર્ગ બનાવ્યા. એક વર્ગને મીઠું આપવામાં આવ્યું અને બીજા વર્ગને મીઠું આપવામાં નહિ આવ્યું. પરિણામ એ આવ્યું કે જે ઉદરોને મીઠું ખવડાવવામાં આવ્યું તેમનું લોહીનું દબાણ વધી ગયું અને તેઓ જલદી મરી ગયા. જે ઉદરોને મીઠું નહિ ખવડાવ્યું હતું તેમનું લોહીનું દબાણ સંતુલિત રહ્યું અને તેઓ લાંબા સમય સુધી જીવતા રહ્યાં.

આને પોષણશાસ્ત્ર અને ભોજનશાસ્ત્ર મુજબ એ પ્રમાણિત થાય છે કે સોડિયમનો જેટલો પ્રયોગ થાય છે તેટલું જ પોટેશિયમ ઓછું થવા લાગે છે. પોટેશિયમ ઓછું થવાનો અર્થ છે—જીવનની શક્તિ ઓછી થવા લાગવી. આપણી જીવનની શક્તિ માટે, કોશિકાઓ માટે પોટેશિયમની માત્રા હોવી ખૂબ જરૂરી હોય છે અને પોટેશિયમ આ મીઠાને કારણે વધારે વધી જાય છે.

જો આપણી પાસે આ બધાં ઉપકરણ હોય તો પ્રત્યેક વાત ને પ્રમાણિત કરી શકાય છે.

વ્રત ધણું મોટું આલંબન છે આપણે તેનું ઓછું મૂલ્યાંકન ન કરીએ. રૂઢિને છોડી દઈએ. હું રૂઢિનું સમર્થન નથી કરી રહ્યો. આપણે પ્રાયોગિક દષ્ટિએ વ્રતનું મૂલ્યાંકન કરીએ. આપણે એ સમજીએ કે જેટલાં વ્રત છે તે બધાં પ્રાયોગિક છે. એકાદશીનું વ્રત ચાલ્યું હતું; ધણું પ્રાયોગિક હતું. અષ્ટમી, ચતુર્દશી, પૂર્ણિમા, અમાસનું વ્રત ચાલ્યું હતું, બહુ પ્રાયોગિક હતું. જૈન ત્રાવકો પૂર્ણિમા, ચતુર્દશી, અમાસ વગેરે પર્વોના દિવસે ખેલા કરતા. બે દિવસનો ઉપવાસ કરતા. બે દિવસ ધ્યાનમાં

વીતાવતા. શા માટે વીતાવતા, એની વૈજ્ઞાનિક વ્યાખ્યા તે વખતે જ્ઞાત ન હતી. આજે એની વૈજ્ઞાનિક વ્યાખ્યા ખૂબ સ્પષ્ટ થઈ ચૂકી છે. યૌદ્ધસ અને પૂર્ણિમા તથા યૌદ્ધસ અને અમાસ—આ ચાર દિવસો માનસિક દષ્ટિએ ખૂબ ખતરનાક હોય છે. આપણા શરીરમાં એંસી ટકા પાણી હોય છે. જેમ ચન્દ્રમા સમુદ્રના પાણીને પ્રભાવિત કરે છે, તેમાં ભરતી-ઝોટ આવે છે, તેવી જ રીતે પાણીના ભાગની અધિકતાના કારણે ચંદ્રમા આપણા મનને પણ પ્રભાવિત કરે છે. જ્યોતિષશાસ્ત્ર પ્રમાણે ચંદ્રમાનો સંબંધ મનથી અને મનનો સંબંધ ચન્દ્રમા સાથે છે. ચન્દ્રમા સમુદ્રના પાણીને પણ પ્રભાવિત કરે છે અને આપણા શરીરમાં થતા પાણીના અંશ અને મનને પણ પ્રભાવિત કરે છે. વૈજ્ઞાનિકો, સર્વેક્ષણ કરીને એ નિર્ણય પર પહોંચ્યા છે કે જેટલા અપરાધ આ દિવસોમાં થાય છે, તેટલા અન્ય દિવસોમાં નથી થતા. તેથી યૌદ્ધસ અને પૂર્ણિમા તથા યૌદ્ધસ અને અમાસ—આ દિવસો ધ્યાનમાં, સ્વાધ્યાયમાં અને તપમાં વીતાવવા જેઠાંએ. આ પરંપરા ચાલુ થઈ ગઈ. આજે આ તથ્યને વિસ્મૃત કરીને એને રૂઢિ માની લેવામાં આવી. આજે ઘણા લોકો પૂછે છે, યૌદ્ધસે ઉપવાસ કરવામાં આવે છે, ણિચારી તેરસે શુ' બગાડયું? અષ્ટમીએ અમુક વસ્તુ ન ખવાય, આય'ખિલ કરવામાં આવે, તો ણિચારી સમ્પત્તિએ શુ' બગાડયું? અજબ પ્રશ્ન છે.

જ્યારે જ્યારે અર્થની વિસ્મૃતિ થાય છે ત્યારે ત્યારે અનેક પ્રકારના પ્રશ્ન કે તર્ક ઉત્પન્ન થાય છે. આજનો વૈજ્ઞાનિક યુગ હજારો વિસ્મૃત અર્થોને વૈજ્ઞાનિક પ્રયોગ અને પરીક્ષણ દ્વારા સિદ્ધ કરી રહ્યો છે તે બધાની સાર્થકતા અને અર્થવત્તાને તે પ્રમાણિત કરી રહ્યો છે.

પાંચમું આલંબન છે—સ્વાધ્યાય. જ્યાંચાં પોતાના ગ્રંથ ચોવીસીમાં જિનવાણી પર ઘણો ભાર મૂક્યો છે. આપશ્રીએ લખ્યું છે : પ્રભુ! આપની ઉપશમ રસથી પરિપૂર્ણ વાણી સાંભળવા માત્રથી જ મનુષ્યનું દિલ બદલાઈ જાય છે.

છઠ્ઠું આલંબન છે—ધ્યાન. આ નિર્મળ ચૈતન્ય, નિર્મળ ચેતનાના અનુભવનો માર્ગ છે.

આ બધાં શુદ્ધ આલંબન છે. એના સહારે વ્યક્તિ પરમ આત્મા સુધી પહોંચી જાય છે. જે આલંબન ન હોય તો નિરાલંબ સુધી પહોંચી નથી શકાતું. પરમ આત્મા નિરાલંબ છે. પ્રાચીન આચાર્યોએ

પ્રત્યેક સંમસ્યાના ઉકેલ માટે આલંબન પ્રસ્તુત કર્યો. આગળ વધવા માટે સહારો જોઈએ છે કહેવાય છે—‘નિરાલમ્બા ન શોભન્તે, પण्डिता वनित्त लताः।’ તથા વસ્તુઓ નિરાલંબ થઈને શોભતી નથી—પંડિત, સ્ત્રી અને લતા.

પંડિત નિરાલંબ થઈને જીવન-યાપન નથી કરી શકતો, પંડિત કમાઈ નથી શકતો. જો તે કમાવા લાગી જાય તો વિદ્યાનું અધ્યયન નથી કરી શકતો. વિદ્યાનું અધ્યયન ચાલુ રાખે તો કમાવામાં સમય નથી આપી શકતો. તેનું પેટ ખાલી રહેશે. આ મુસ્કેલીનો ઉકેલ રાખ્યોએ આણ્યો. તેમણે પંડિતોને રાજ્યાશ્રય આપીને જીવન-યાપનનું એક પુષ્ટ આલંબન પ્રસ્તુત કર્યું. આ આલંબનને લીધે પંડિતોએ વિદ્યાઓનો પૂરતો વિકાસ કર્યો.

સ્ત્રી દુર્બળ હોય છે. તેને આલંબનની ખૂબ જ અપેક્ષા હોય છે. આલંબન વગર તે જીવી નથી શકતી. પ્રાચીનકાળની અર્ધશાસ્ત્રીય વ્યવસ્થામાં સ્ત્રીઓને અર્થોપાર્જન કરવાનો અધિકાર ન હતો. તેનું ભરણ પોષણ ખીજા પર નિર્ભર રહેતું હોય છે. ખીજા વાત છે. સ્ત્રીઓ ભીરુ હોય છે. તેમને ખતરો પણ વધારે હોય છે. પુરુષને તેટલો ખતરો નથી હોતો જેટલો સ્ત્રીને હોય છે. તેને સહારાની અત્યંત આવશ્યકતા હોય છે.

લતા જાતે ઉપર નથી જઈ શકતી. તેને સહારો જોઈએ. સહારો મળતાં જ તે ઉપર ચઢી જાય છે.

આપણી ચેતનાને પણ ઊર્ધ્વારોહણ કરવા માટે આલંબન અપેક્ષિત હોય છે. સંયમ, તપ વગેરે આલંબન છે. તેનો સહારો લઈને ચેતનાનો પ્રવાહ ઊર્ધ્વાગમી થઈ જાય છે.

જ્યાયાર્થે આલંબનની ખૂબ જ સરસ ચર્ચા પ્રસ્તુત કરી છે. જે સ્થિતિમાં જે આલંબનની આવશ્યકતા હોય છે, તેની ચર્ચા તેમણે કરી છે. ચોવીસ સ્તવનોમાં યત્રતત્ર અનેક આલંબન ચર્ચિત થયા છે.

એક પ્રસંગ છે. મંત્રી મુનિ મગનલાલજી સહારો લીધા વગર જ બેસતા હતા. ઘડપણ હતું, તોપણ તેઓ ટેકા નહિ લેતા. એકવાર આચાર્યશ્રીએ કહ્યું : આપના શરીરમાં તકલીફ છે. આપ ભીંતનો સહારો લેતા રહો. તેમણે તરત જ કહ્યું : એક આપનો સહારો લીધો છે પક્ષી ખીજા સહારાની શી આવશ્યકતા છે? એક સહારો જ પૂરતો છે. હું

બાજુમાં જ બેઠો હતો. મેં સાંભળ્યું અને તેમના સહજ ઉત્તરથી ખૂબ જ પ્રભાવિત થઈ ગયો.

આલંબન અનેક છે. જે વ્યક્તિ એક મોટું આલંબન લઈ લે છે તો નાનાં-નાનાં સેંકડો આલંબન ભરતે જ આવવા લાગે છે. સૌથી મોટું આલંબન છે—વીતરાગ-ભાવનો અનુભવ, શુદ્ધ ચૈતન્યનો અનુભવ. બ્યારે આપણે પ્રેક્ષા-ધ્યાનની પદ્ધતિના માધ્યમ વડે શરીરના કણ કણમાં ચૈતન્યનો અનુભવ કરવા લાગીએ છીએ; પ્રત્યેક કોશિકામાં ચૈતન્યનો અનુભવ થવા લાગે છે ત્યારે સમગ્ર પ્રાણુધારા ચેતનાની દિશામાં પ્રવાહિત થવા લાગી જાય છે. તે સમયે આપણા શરીરનાં બધાં રસાયણો, શરીરનો વિદ્યુતપ્રવાહ—એ બધા ચૈતન્યની, અનુભવની દિશામાં વ્યાપ્ત થઈ જાય છે. સંલગ્ન થઈ જાય છે. તે વખતે આપણને અનુપમ અનુભવ પ્રાપ્ત થાય છે. એવી સ્થિતિમાં આહાર-સંયમ, ઇન્દ્રિય-સંયમ વગેરે સ્વયં ઘટિત થાય છે. તપ, શીલ, સ્વાધ્યાય, અને ધ્યાન—આ બધી ઘટનાઓ સહજ ભાવથી ઘટિત થવા લાગી જાય છે.

આપણી સાધનાનું આદિબિન્દુ છે ચૈતન્યનો અનુભવ અને ચરમબિન્દુ છે ચૈતન્યનો અનુભવ. આપણી સંપૂર્ણ યાત્રા ચૈતન્યના અનુભવની યાત્રા છે. આ યાત્રાનો પ્રારંભ આપણે ચૈતન્યના અનુભવથી કરીએ અને યાત્રાની સંપૂર્ણતા પણ ચૈતન્યના અનુભવની સાથે જ કરીએ.



प्रवचन : ७

अवन-दरुन

सङ्केतिका

- १ राग रहित शिव सुख सूँ प्रीत, कर्म हणै बलि द्वेष रहित ।
प्रभु नेम स्वामी ! तूँ जगनाथ अंतरजामी ॥
- २ संगम दुख दिया आकरा पिण, सुप्रसन्न निजर दयाल ।
जग उद्धार हुवै मो थकी रे, ए डूबै हण काल ॥
- ३ लोक अनारज बहु किया रे, उपसर्ग विविध प्रकार ।
ध्यान सुधारस लीनता जिन मन में हरष अपार ॥
- ४ इन्द्र थकी अधिका ओपै, करुणागर कदेय नहीं कोपै ।
वर साकर दूध जिस्सी वाणी, प्रभु वासुपूज्य भजलै प्राणी ॥
- ५ शुक्ल ध्यानामृत रस लीना, संवेगे रसे कर जिन भीना ।
प्याला प्रमु उपशम ना पीना, अहो प्रभु परम देव प्यारा ॥
(चौबीसी २२/९; २४/२, ३; १२/४; १५/२)



- शिष्य-साधना अल्पकालिक विश्राम छे के अनाधी विशेष ?
- साधनानुं लक्ष्य छे—जवन दृष्टिनुं परिवर्तन. विश्राम अने स्वास्थलास—अे गौण प्रश्न छे.
- भूर्छा तूटतां नगृतिनो विकास
- साधनानो अर्थ छे :
 - भस्तिष्य पर नियंत्रण
 - विद्युत् प्रवाह अने रसायनो पर नियंत्रण
 - स्वरसनी अनुभूति
- जनडानि वगर युद्ध समाप्त थई गथुं.
- निमित्त अने उपादान—अनेनुं परिवर्तन
- अधा मनुष्यो दार्शनिक छे.
- उपादानने अदलवानो अेक मात्र उपाय छे—अैतन्यनो अनुभव

જીવન-દર્શન

ધ્યાનનું પ્રયોજન

બધા જ સાધકો દસ દિવસના શિબિરમાં ભાગ લેવા ધ્યાનનો અભ્યાસ કરવા માટે આવ્યા છે. એકાન્ત અને સ્વચ્છ વાતાવરણ છે. ધ્યાનું મન પ્રસન્ન છે. સારું લાગી રહ્યું છે. દસ દિવસ પછી ઘરે જશે. ત્યાં ઘરનું વાતાવરણ, સમાજનું વાતાવરણ રહેશે. ત્યાં તે જ સ્પર્ધા, તે જ હોડ, તે જ આવેશ અને આવેગ. તે જ તાણ અને માનસિક અશાંતિથી આપ ઘેરાઈ જશે. તો શું દસ દિવસના શિબિરને માત્ર વિરામ કે વિશ્રામ માનીએ? શું એનાથી વધુ કશું જ નહિ? આ સહજ જિજ્ઞાસા હોય છે. આ એક વિરામ છે, આરામ કરવાનું એક સ્થાન છે. એકાન્ત વાતાવરણમાં ચિંતાઓથી મુક્તિ મળે છે. સ્વાસ્થ્ય પણ સુધરે છે—જો આટલું જ એનું મૂલ્ય છે તો આ એક વિશ્રામાલય કે ચિકિત્સાલય હશે, એનાથી વધુ નહિ.

પરંતુ ધ્યાનનું લક્ષ્ય ખીજું છે. તે છે જીવનની દૃષ્ટિનું પરિવર્તન. ધ્યાનથી વિશ્રામ મળે છે. સ્વાસ્થ્ય સુધરે છે—આ બહુ ગૌણ વાતો છે, મુખ્ય નથી. ધ્યાનનું મૂળ પ્રયોજન છે કે જીવનની દૃષ્ટિ બદલાઈ જાય.

જીવન-દર્શનના બે પ્રકાર

આને સૌથી મોટી મુશ્કેલી એ છે કે જીવન પ્રત્યેનો આપણો દૃષ્ટિકોણ નથી બદલાતો જ્યારે દૃષ્ટિ બદલાય છે ત્યારે સર્વ કંઈ બદલાઈ જાય છે. જ્યારે દૃષ્ટિ નથી બદલાતી ત્યારે કશું નથી બદલાતું. સમાજ અને વ્યક્તિ સમક્ષ એક પ્રકારનું જીવન-દર્શન છે. તે જીવન-દર્શનથી ફલિત થાય છે—ક્રોધ, ક્રૂરતા, ઈર્ષ્યા, સ્પર્ધા; ઢોઈકવાર હર્ષ, કચારેક શોક. ઢોઈકવાર કંઈક અને ઢોઈકવાર કંઈક. ત્યાં વિવિધ પ્રકારની અવસ્થાઓનો અનુભવ થાય છે. તેમાં વ્યક્તિ પોતાના રસનો અનુભવ નથી કરતો, માત્ર પારકા રસનો—પદાર્થના રસનો જ અનુભવ કરે છે. આ એક પ્રકારનું જીવન-દર્શન છે. એનાથી અનેક પ્રકારની સમસ્યાઓ ઉત્પન્ન થાય છે.

ધ્યાન દૃષ્ટિ—પરિવર્તનનું મહત્વપૂર્ણ સૂત્ર છે. તેના દ્વારા એક જુદા જ પ્રકારનું જીવન-દર્શન સામે પ્રસ્તુત થાય છે. તે જીવન-દર્શનમાં કરુણાનો વિકાસ થાય છે. ક્રોધ નથી આવતો, ક્ષમાનો પ્રાદુર્ભાવ થાય છે.

કરુણાની ફલશ્રુતિ

જ્યાયાર્યે તીર્થં કર વાસુપૂજ્યની સ્તુતિમાં લખ્યું છે : 'પ્રભુ! આપ કરુણાના સાગર છો. આપની કરુણાએ કોધના સ્રોતને જ સૂકવી નાંખ્યો છે. કોધ ત્યારે, આવે છે જ્યારે કરુણાની ખોટ હોય છે. ઉત્તેજના અને આવેશનું કારણ પણ કરુણાની ન્યૂનતા છે. કરુણા જ્યારે અસીમ બની જાય છે ત્યારે કોધ માટે કોઈ અવકાશ જ નથી રહેતો. કરુણાનો વિકાસ સમ્યક્ દષ્ટિનો વિકાસ છે. કરુણાનો વિકાસ વ્રતનો વિકાસ છે. કરુણાનો વિકાસ અપ્રમાદનો વિકાસ છે. કરુણાનો વિકાસ અકષાયનો વિકાસ છે, વીતરાગતાનો વિકાસ છે. જ્યારે કરુણાનો અતિરેક થાય છે જીવનમાં ત્યારે વ્યક્તિ સહજ જ સુંદર બની જાય છે. તેને ચામડીની સુંદરતા નહિ, તરંગોની સુંદરતા ઉપલબ્ધ થાય છે. તેનું આભામંડળ એટલું સુંદર બની જાય છે કે પાસે આવનાર પ્રત્યેક વ્યક્તિ અપૂર્વ આનંદ અને પ્રમોદનો અનુભવ કરે છે. વાણીની મધુરતા સ્વતઃ ફલિત થઈ જાય છે. વાણીમાં કોધ દ્વારા કટુતા આવે છે. જ્યારે કરુણાનો વિકાસ થાય છે ત્યારે વાણી મીઠી બની જાય છે. તેની મધુરતા બધાને આકર્ષિત કરે છે. વાણી જ નહિ, જીવનનું સમગ્ર વાતાવરણ મધુર બની જાય છે.

હમણાંનો એક પ્રસંગ રજૂ કરું. આ પ્રસંગ હમણાં જ બન્યો છે. આ કલ્પના નહિ, યથાર્થ છે.

કોધના પરમાણુ કડવા : કરુણાના પરમાણુ મીઠા

મુંબઈના એક સંભ્રાન્ત વ્યક્તિ છે—જેઠાલાઈ ઝવેરી. તેમની પુત્રીનું નામ છે આશા. તે એક રેલવે અફસરનાં પત્ની છે. એકવાર તે આવીને બોલ્યાં : મહારાજા! કોધથી ખૂબ પીડિત છું. કોધને કારણે ધરતું સમગ્ર વાતાવરણ નિરંતર વિષાકત રહે છે. ન તો હું શાંતિથી રહી શકતી અને ન તો ધરનો કોઈ સભ્ય શાંતિનો અનુભવ કરતો. બાળકોમાં પણ ચિડિયાપણું આવવાનું શરૂ થઈ ગયું છે. એ બધાનું કારણ હું પોતાને માનું છું. હવે હું આ પિશાચથી છુટકારો પ્રાપ્ત કરવા ઇચ્છું છું. કોઈ ઉપાય બતાવો.

મેં તેને ઉપાય બતાવ્યો, તમે ભૂકુટિ વચ્ચે પૂર્ણ ચન્દ્રમાનું ધ્યાન કરો. આ ક્રમ નિરંતર ત્રણ મહિના સુધી ચાલતો રહે. ગુસ્સો ઝાંછો થઈ જશે.

તેણે પૂર્ણ અધવસાય સાથે પ્રયોગ કર્યો. ખીજી વાર તે આવી. તેનું મન પ્રસન્ન હતું. તેણે કહ્યું : મહારાજ! મારો ક્રોધ પૂરતી માત્રામાં શાન્ત થઈ ગયો છે. ધરતું વાતાવરણ ધીરે ધીરે વળાંક લઈ રહ્યું છે. મહારાજ, એક વિચિત્ર વાત હું આપને જાતાવું, મારા પતિ ખાવાની ખાબતમાં શોખીન છે. હું તેને સંતુષ્ટ કરવા હમેશાં તત્પર રહું છું. અનેક પ્રકારનાં ભોજન બનાવું છું, પરંતુ આજ સુધી તેના પ્રસન્ન નથી થયા. રોજ ભોજનની નિંદા કરે છે અને સાથે સાથે કહે છે : આશા, તને ભોજન બનાવતા આવડતું નથી. અત્યાર સુધીમાં તે કદી સ્વાદિષ્ટ ભોજન નથી ખવડાવ્યું. હું પરેશાન હતી. હમણાં થોડા દિવસ પહેલાં તેમણે કહ્યું : આશા! શું થઈ ગયું? આજકાલ જે કાંઈ પણ તું બનાવે છે તે સ્વાદિષ્ટ લાગે છે. સારું ભોજન બનાવે છે. શું આજકાલ તે પાકશાસ્ત્રનો અભ્યાસ કર્યો છે! હું કાંઈ બોલી નહિ. હું મનમાં ને મનમાં પ્રસન્ન થઈ રહી હતી. મહારાજ! આનું કારણ હું આજ સુધી સમજી શકી નથી. આપ કંઈક સમજાવો.

મેં તેની રામ-કહાની સાંભળી. મેં કહ્યું : આશાબહેન, પહેલાં તમે ભોજનની સાથે સાથે ક્રોધના પરમાણુ પણ પીરસતાં હતાં. ક્રોધના પરમાણુ કડવા હોય છે. હવે તમે ક્રોધથી છુટકારો પ્રાપ્ત કરી ચૂક્યાં છે. હવે તમે જે પીરસો છો તેની સાથે કરુણાના પરમાણુ પણ પીરસો છો. કરુણાના પરમાણુ મીઠા હોય છે.

વિકિરણનો પ્રભાવ

આપણા ચિત્તમાંથી નીકળતા ભાવ તરંગોનો અને તેના પરમાણુ-ઝાનો એટલો પ્રભાવ હોય છે કે આપણે સમજી નથી શકતા. સમગ્ર પરિપાશ્વ તેનાથી પ્રભાવિત થાય છે. એક વ્યક્તિની સન્નિધિમાં જઈએ છીએ. મન આનંદથી એતપ્રેત થઈ જાય છે, અને એક વ્યક્તિની પાસે ખેસતાં જ મન ક્રુબ્ધ થઈ જાય છે, આકાશમાંથી દુઃખ વરસી પડે છે. એવું એટલા માટે થાય છે કે પ્રત્યેક વ્યક્તિમાંથી ભિન્ન-ભિન્ન પરમાણુ-ઝાનું વિકિરણ થાય છે. તે વિકિરણ નિરંતર ચાલતું રહે છે. ક્ષણભર માટે પણ અટકી નથી શકતું. જે વ્યક્તિ અક્રોધ બની ગઈ. જેનામાં ક્રોધ લેશ પણ નથી બચ્યો તે વ્યક્તિના પરમાણુ કરુણાનું વિકિરણ કરતા રહે છે. તેનાથી આલ્પમંડળ સુંદર સ્વચ્છ બને છે. તે વ્યક્તિની પ્રત્યેક પ્રવૃત્તિમાં મધુરતા અને નિર્મળતા આવી જાય છે.

જ્યાચાર્યે લખ્યું : પ્રભુ! આપ અક્રોધ બની ગયા. આપનામાં ક્રોધનું અસ્તિત્વ જ નથી રહ્યું. તેથી આમ એટલા સુંદર બની ગયા કે ઇન્દ્ર પણ આપની તુલનામાં સુંદર નથી. ઇન્દ્રની સુંદરતા ચામડીની સુંદરતા બની શકે છે. ઇન્દ્રની સુંદરતા રંગીની સુંદરતા હોઈ શકે છે. પરંતુ ખીજી વ્યક્તિના મનને પ્રભાવિત કરનાર, તેને શાંતિ આપનાર સુંદરતા ઇન્દ્ર પાસે નથી. તે આપની પાસે છે. આપની વાણીમાં એટલી મીઠાશ આવી ગઈ અને એ માટે આવી ગઈ કે ક્રોધને કારણે જે ઠટ્ટા બહાર નીકળતી હતી, તે બધી સમાપ્ત થઈ ગઈ. કેવળ કરુણા, કેવળ સુંદરતા અને કેવળ મધુરતા જ આપની ચારે બાજુ વેરાયેલી છે.

જ્યારે આપણું જીવન દર્શન બદલાય છે, ત્યારે આપણે આ સચ્ચાઈને સમજીએ છીએ, કે ક્રોધને કારણે કેવળ ધરનું વાતાવરણ જ નથી બગડતું. કંઠાસ, ઝઘડો અને સંઘર્ષ જ નથી થતો. પરંતુ ધરનું સમગ્ર વાતાવરણ પ્રદૂષિત થાય છે.

વાસ્તવિક પ્રદૂષણ શું છે ?

પ્રદૂષણ આજની યુગીન સમસ્યા છે અને આજે આ સમસ્યા એટલી મોટી બની ગઈ છે કે તેનાથી નાનાં-મોટાં બધાં રાષ્ટ્રો ચિંતિત છે. ચારે બાજુ પોલ્યુશન જ પોલ્યુશન છે. સમગ્ર વાયુમંડળ દૂષિત છે. માનવીને શુદ્ધ પ્રાણવાયુ પણ નથી મળતો. વાયુ પ્રદૂષિત છે. પાણી પ્રદૂષિત છે. એનું કારણ છે આજનાં યંત્રો અને કારખાનાંઓ, યાન-વાહન વગેરે. આ ગંભીર સમસ્યા છે, પરંતુ એનાથી પણ ગંભીરતમ સમસ્યા છે. ક્રોધના પ્રદૂષણની—બાહ્ય પદાર્થોથી થનાર પ્રદૂષણની વાત બધાને સમજમાં આવી રહી છે. પરંતુ મનુષ્યના આંતરિક દોષોથી ઉત્પન્ન પ્રદૂષણની વાતને ગંભીરતાથી લેવામાં નથી આવી રહી. ક્રોધ, કલહ અને સંઘર્ષથી વિકિરણ થનાર પરમાણુ વાયુમંડળને કેટલું પ્રદૂષિત બનાવે છે. બાહ્ય પ્રદૂષણને અટકાવવા માટે ઉપાય શોધવામાં આવી રહ્યા છે અને આ પ્રયત્ન તીવ્રતાથી થઈ રહ્યા છે કે વાયુમંડળને શુદ્ધ કરી શકાય, પ્રદૂષણ ન આવે. પરંતુ મનુષ્યની શુદ્ધિનો ઉપાય શોધવામાં નથી આવી રહ્યો. આ ખૂબ આશ્ચર્યની વાત છે.

અખંડિતતા કેવી રીતે ?

જ્યારે જીવન-દર્શન બદલાય છે ત્યારે આ સચ્ચાઈ સ્પષ્ટ રીતે સમજમાં આવી જાય છે. વ્યક્તિ આ સત્યને પકડી લે છે કે ક્રોધ, ઉત્તેજના,

આવેગ અને આવેશ દ્વારા માત્ર પરિવારનું નહિ, માત્ર સમાજનું નહિ પરંતુ સમગ્ર માનવ જાતિનું, સમગ્ર સંસારના વાયુમંડળનું પ્રદૂષણ ઘટિત થાય છે અને સમગ્ર વાયુમંડળ વિષાકત પરમાણુઓથી આક્રાન્ત થઈ જાય છે. જીવન દષ્ટિ બદલાઈ જાય છે ત્યારે હર્ષ અને પ્રસન્નતા અખંડ બની જાય છે.

આજના મનુષ્યની સ્થિતિ તો એ છે કે તે ક્ષણમાં પ્રસન્ન થાય છે અને ક્ષણમાં અપ્રસન્ન. એક ક્ષણમાં હર્ષ તો બીજી ક્ષણમાં શોક. તે બીજાના હાથનું રમકડું પણ બની બેઠો છે. બીજા બ્યારે ઇચ્છે ત્યારે તેને હર્ષમાં લાવી શકે છે અને બ્યારે ઇચ્છે ત્યારે તેને વિષણુ કરી શકે છે. એક માણસ પ્રસન્ન લાગે છે. તે ખૂબ આનંદિત છે. જો તમે ઇચ્છો કે તેને દુઃખી કરવો છે. તો તમારે વધારે પ્રયત્ન કરવાની જરૂરિયાત નહિ રહેશે. બે-ચાર અપશબ્દ કહો અને તે વ્યક્તિ ગુસ્સે થઈ જશે. તેનો હર્ષ ચાલ્યો જશે. તે ક્રુધ બની જશે. ઉદ્વિગ્ન થઈ જશે. ઉત્તેજિત થઈ જશે. કોઈને દુઃખી બનાવવો પ્રત્યેક વ્યક્તિના હાથમાં છે. બ્યારે ઇચ્છો ત્યારે દુઃખી બનાવી દો, બ્યારે ઇચ્છો ત્યારે કોઈ વ્યક્તિમાં ઊભરો લાવી દો, નચાવો, વાંદરાની જેમ.

આપણી પ્રસન્નતા અખંડ નથી. આપણા હર્ષ અને સુખ અખંડ નથી. જીવન-દર્શન બ્યારે બદલાય છે ત્યારે તે અખંડ થઈ જાય છે.

મારે કારણે ભારી બની રહ્યો છે

જ્યાંચાથે ભગવાન મહાવીરની સ્તુતિમાં બતાવ્યું છે : પ્રભુ! દેવ, મનુષ્ય અને તિર્યંચ દ્વારા આપને કષ્ટ આપવામાં આવ્યું, પરંતુ આપની પ્રસન્ન દષ્ટિમાં કોઈ પરિવર્તન નહિ આવ્યું. સંગમ નામના દેવે મહાવીરને ભયંકર કષ્ટ આપ્યા. મારણાંતિક કષ્ટ. દુઃખના ડુંગરો તૂટી પડ્યા. સંગમ એક પક્ષી બીજું કષ્ટ આપી રહ્યો છે. એક તરફ આ જઘન્ય પ્રયત્ન છે તો બીજી તરફ ભગવાન મહાવીર વિચારી રહ્યા છે : ઓહા! કેટલું આશ્ચર્ય? મને નિમિત્ત બનાવીને હજારો વ્યક્તિઓ કષ્ટ દૂર કરી રહી છે યા દૂર કરશે પરંતુ આ સંગમદેવ મને નિમિત્ત બનાવીને કર્મોથી ભારી બની રહ્યો છે. કષ્ટોનો ભાર વધારી રહ્યો છે.

જીવન દર્શન : આ પણ અને તે પણ

શું કદી એવું ચિંતન કરી શકાય છે? શું કોઈ પણ વ્યક્તિ એવું વિચારી શકે છે? એવું કરવું દરેક વ્યક્તિ માટે સંભવ નથી લાગતું. થોડું

પ્રતિકૂળ આચરણુ જોતા બદલાની ભાવના જાગી ઊઠે છે. માણસ વિચારવા લાગે છે, દિવસે તારા ન બતાવું તો મારું નામ નહિ. હું શું માટીનો લોંદો છું. તેણે મારો તિરસ્કાર કર્યો છે. જ્યાં સુધી મારા અપમાનનો બદલો નહિ લઉં ત્યાં સુધી હું સુખે ઊંઘીશ નહિ. આ ચોટલી બાંધીશ નહિ, દાઢી નહિ કપાવીશ. થોડું સરખું અનિષ્ટ થઈ જવાથી તીવ્ર ક્રોધની ભાવના જાગે છે. પ્રતિશોધની ભાવના ઊભરાય છે. આ પણ આપણું એક જીવન-દર્શન છે અને આ અત્યંત વ્યાપક જીવન-દર્શન છે. દરેક વ્યક્તિ એની સીમામાં ચાલી રહી છે.

પરંતુ આ પણ એક જીવન-દર્શન છે કે અનિષ્ટ કરનાર ભરપૂર અનિષ્ટ કરી રહ્યો છે. કષ્ટ આપી રહ્યો છે પરંતુ વ્યક્તિમાં મૈત્રીભાવ વૃદ્ધિગત થઈ રહ્યો છે. તે વિચારે છે—આ અજ્ઞાની છે. તે સચ્ચાઈ નથી જાણતો તેથી મારી ટીકા કરી રહ્યો છે. મશ્કરી કરી રહ્યો છે. એમાં એનો દોષ નથી. જે દિવસે આ સચ્ચાઈને સમજી લેશે, આવું આચરણુ કદી કરશે નહિ. હું એવો પ્રયત્ન કરું કે એમાં આ સચ્ચાઈ સમજવાની દૃષ્ટિ જાગે. એનો આત્મા જાગે. એની ચેતના જાગે. એનું કલ્યાણ થાય. એનું ભલું થાય. એનું મંગળ જ મંગળ થાય.

એક તે જીવન-દર્શન છે જેમાં ‘શઠે શાઠ્યં સમાચરેત્’નું સૂત્ર ચાલે છે અને એક એ જીવન દર્શન છે જેમાં ‘મેત્તિ મે સવ્વભૂણ્ણુ વેરં મજ્જ ન કેણઈ’—નું સૂત્ર ચાલે છે. પહેલું છે વ્યવહારનું જીવન-દર્શન અને બીજું છે અધ્યાત્મનું જીવન દર્શન.

ધ્યાનની સાધનાથી આ અધ્યાત્મના જીવન-દર્શનનો વિકાસ થાય છે કે બીજા દ્વારા સતાવવામાં આવ્યા છતાં પણ પોતાની પ્રસન્નતા ખંડિત ન થાય. પોતાનો હર્ષ અને સુખ ખંડિત ન થાય. સુખ અવ્યાબાધ બની જાય. તે સુખમાં વિઘ્ન પહોંચાડવાની શક્તિ અથવા તેને ખંડિત કરવાની શક્તિ દુનિયાની કોઈ શક્તિમાં નથી હોતી. કોઈપણ સત્તા એને તોડી નથી શકતી.

જ્યારે જીવનની દૃષ્ટિ બદલાય છે ત્યારે કર્મબંધ બંદ નથી હોતું. કર્મબંધ નિરંતર ચાલુ રહે છે. પછી માણસ કર્મથી કેવી રીતે બચી શકે છે? તે પ્રવૃત્તિને કેવી રીતે છોડી શકે છે? જ્યાં સુધી શરીર છે ત્યાં સુધી પ્રવૃત્તિને છોડી નથી શકાતી. કિંતુ પ્રવૃત્તિ સાથે આવતી મૂર્છા અને આસક્તિને છોડી શકાય છે, ઓછી કરી શકાય છે.

રાગ-દ્વેષ શૂન્ય કર્મ

જ્યાચાર્યે અરિષ્ટનેમિતી સ્તુતિ કરતા કહ્યું છે : પ્રભુ! આપ પ્રીતિ પણ કરો છો, પરંતુ કોઈ પ્રત્યે આપનો રાગ નથી. તમે જે દૂર કરવાનું છે તે દૂર પણ કરો છો. સમાપ્ત પણ કરો છો. પરંતુ કોઈના પ્રત્યે આપને દ્વેષ નથી. આ રાગ-શૂન્ય કર્મ, આ દ્વેષ શૂન્ય કર્મ—એક જીવનદષ્ટિ છે. જ્યારે આ જીવનદષ્ટિ જાગે છે ત્યારે કર્મ ણચી જાય છે. મૂર્છા સમાપ્ત થઈ જાય છે અને જાગૃતિ વધી જાય છે.

ધ્યાનનું સૌથી મોટું પરિણામ છે—જાગૃતિનો વિકાસ. એક જ દિવસમાં કોઈપણ વ્યક્તિ વીતરાગ નથી બની જતી. એક કે દસ દિવસમાં કોઈપણ વ્યક્તિને વીતરાગતા કે સિદ્ધતા પ્રાપ્ત નથી થતી. પરંતુ અભ્યાસ દ્વારા જાગૃતિ વધે છે.

દષ્ટિ બદલાય છે : દિશા બદલાય છે

દિલ્હીની વાત છે. એક ભાઈ આચાર્ય પ્રવર પાસે આવીને બોલ્યા : મહારાજ! જ્યારથી હું અણુવતી બન્યો છું. ત્યારથી મારી જીવનદષ્ટિ બદલાઈ ગઈ છે. એ તો હું નથી કહી શકતો કે મારાથી કોઈ ભૂલ જ નથી થતી, પરંતુ જ્યારે જ્યારે ભૂલ થાય છે ત્યારે અંદર ખેડેલો પ્રહરી મને સાવધાન કરતો કહે છે, સાવચેતીથી વર્તો. પ્રમાદ નહિ કરો. મારી દષ્ટિ બદલાઈ ગઈ છે, જાગૃતિ વધી ગઈ છે.

જ્યારે દષ્ટિ બદલાય છે ત્યારે દિશા પણ બદલાઈ જાય છે, મનુષ્યનો આચાર વ્યવહાર પણ બદલાવા લાગી જાય છે.

મનુષ્ય વધારે ભૂલો કરે છે પ્રમાદને કારણે. તે ભૂલો કરતો જાય છે પરંતુ તેને એ ભાન નથી હોતું કે તે ભૂલ કરી રહ્યો છે. ભૂલોનું ભાન ન હોતું એ ખતરનાક સ્થિતિ છે. ભૂલ કરવી જેટલી ખતરનાક છે એનાથી અનેક ગણું ખતરનાક છે ભૂલોનું ભાન ન હોતું. માણસ યકવાસ કરે છે, તોપણ તે માને છે કે તેનામાં વાક્ર-સંયમ છે. આ ખતરનાક સ્થિતિ છે. યકવાસ કરનાર નથી માની રહ્યો કે તે યકવાસ કરી રહ્યો છે.

એક છોકરાએ પોતાના સાથી મિત્રને કહ્યું : ‘મારી મા જાગૃતિની વિદ્યુષી છે. તે કોઈ પણ વિષય પર કડાકો સુધી બોલી શકે છે.’ બીજા છોકરાએ કહ્યું : ‘બસ આટલી જ વાત છે. મારી માની વાત સાંભળ. તે

એટલી યુદ્ધિશાળી છે કે વિષય હોય કે ન હોય, આખો દિવસ બોલતી રહે છે.’

નિરંતર પ્રવૃત્તિ

દિવસભર બકવાસ ચાલ્યા કરે છે. ચિન્તનની ઘંટી અને બોલવાની ઘંટી કદી બંધ નથી થતી. પ્રવૃત્તિ પણ નિરંતર થાય છે. જગતા પ્રવૃત્તિ થાય છે તો સૂતા પણ પ્રવૃત્તિ થાય છે. કેટલા લોકો એવા છે જે સૂતાં સૂતાં ચિન્તન નથી કરતા? ઘણા બધા લોકો સૂતી વખતે એટલું ચિન્તન કરે છે કે તેમની ઊંઘ સપનામાં જ વીતી જાય છે. તેઓ આખી રાત સપનામાં વિવિધ પ્રકારનાં અભિનય જોતા રહે છે. કેટલીક વ્યક્તિ ઊંઘમાં ખૂબ બળે છે, બોલે છે. તેમની પાસે કોઈ સૂતું હોય તો ડરી પણ જાય છે. કેટલાક લોકો ઊંઘમાં દૂર દૂર સુધી ચાલ્યા જાય છે. સૂએ છે ક્યાંક અને જ્યારે ઊઠે છે ત્યારે પથારી નથી હોતી કે સ્થાન નથી હોતું. ઊંઘમાં પણ શરીરની ચંચળતા, વાણીની ચંચળતા અને મનની ચંચળતા ચાલતી રહે છે. તે કદી બંધ થતી નથી.

જાગૃતિનો વિકાસ

જ્યારે મૂર્છા તૂટશે, જાગૃતિ વધશે ત્યારે શરીર દ્વારા માત્ર જરૂરી પ્રવૃત્તિ થશે. સંપૂર્ણ જાગૃતિ તે પ્રવૃત્તિ સાથે જોડાયેલી રહેશે. વચનની પ્રવૃત્તિ થશે પણ સંપૂર્ણ જાગૃતિ તેની સાથે જોડાયેલી હશે. ચિન્તનની પ્રવૃત્તિ થશે પણ પૂરી જાગૃતિ તેની સાથે જોડાયેલી હશે. તોપણ ઊંઘ ન હશે; સ્વપ્ન નહિ હશે. મૂર્છા નહિ હશે. આ જાગૃતિનો વિકાસ ધ્યાનનું ધણું મોટું પ્રયોજન છે. ઘણી મહત્વપૂર્ણ ઉપલબ્ધિ છે. જે વ્યક્તિ જાગૃત બની જાય છે, જે પ્રત્યેક પ્રવૃત્તિમાં, પ્રત્યેક કાર્યમાં પૂર્ણ જાગૃત છે તેનું જીવનદર્શન ભિન્ન પ્રકારનું હોય છે. તે ભૂલ કરે છે તો તે ભૂલ અજાણતામાં નથી રહેતી. જે જાણવા છતાં ભૂલ કરે છે તો તે ઘણીવાર ભૂલ નહિ કરશે. કોઈ કોઈવાર ભૂલ થઈ જશે. જાગૃતિનું બિંદુ જેમ જેમ વિકસિત થશે તેની ભૂલ થવાની ભાવના પણ સમાપ્ત થતી જશે.

આ પ્રસંગે એક ચર્ચા પ્રસ્તુત કરું છું. પુરુષને સ્વપ્નદોષ થાય છે. સૂતા સૂતા વીર્ય રુખલિત થઈ જાય છે. આ એટલા માટે થાય છે કે પુરુષ મૂર્છામાં છે. ઊંઘમાં છે. પરંતુ જાગૃતિ વધે છે ત્યારે શું થાય છે

એ પણ આપણે સમજી લઈએ. જ્યારે અપાનવાયુ દૂષિત થાય છે ત્યારે સ્વપ્નદોષ થાય છે. મળ, મૂત્ર, વીર્ય અને રજ—આ બધાને બહાર ફેંકવાનું કાર્ય અપાનવાયુનું છે. આ આપણી એક પ્રાણધારા છે જે સફાઈનું કામ કરે છે. પરંતુ સાધના કરતાં કરતાં જ્યારે પ્રાણવાયુ બગી જાય છે ત્યારે સ્વપ્નમાં વીર્ય સ્ખલનની સ્થિતિ આવવાથી તે (પ્રાણવાયુ) વ્યક્તિને જગાડી દે છે અને ત્યારે વીર્ય સ્ખલન અટકી જાય છે.

જ્યારે જાગૃતિ વધે છે ત્યારે અજાણતામાં થતી ભૂલો પર નિયંત્રણ આવી જાય છે. અંકુશ લાગી જાય છે.

સાધનાનો અર્થ છે—મસ્તિષ્ક પર નિયંત્રણ કરવું, પ્રાણ અને વિદ્યુત-પ્રવાહ પર નિયંત્રણ કરવું, શરીરના રસાયણો પર નિયંત્રણ કરવું. એ બધા પર કાબૂ સ્થાપિત કરવો. જ્યારે એના પર સંપૂર્ણ નિયંત્રણ હોય છે ત્યારે જાગૃતિનો પૂરો વિકાસ થાય છે,

સ્વ-રસનો અનુભવ

જ્યારે જીવનદષ્ટિ બદલાય છે ત્યારે સ્વ-રસનો અનુભવ થવા લાગે છે. બાહ્ય રસ ઓછો થઈ જાય છે અને આંતરિક રસ વધતો જાય છે. ત્યારે વ્યક્તિમાં પોતાની દષ્ટિ પોતાનું ચિંતન અને પોતાનો રસ પ્રમુખ બની જાય છે.

જ્યાં સુધી અધ્યાત્મનું આ જીવન-દર્શન ઉપલબ્ધ નથી થતું ત્યાં સુધી વ્યક્તિનો રસ બહાર હોય છે. પદાર્થમાં હોય છે. તે એ દિશામાં જ ચાલે છે જે દિશામાં બધા લોકો ચાલી રહ્યા છે દષ્ટિ પણ તે જ હોય છે જે ખીજ દ્વારા ઉપલબ્ધ થાય છે. જ્યારે વ્યક્તિની પોતાની દષ્ટિ નથી જાગૃતી. તે ખીજની દષ્ટિથી જુએ છે અને ચાલે છે ત્યારે ધણું મોટું જોખમ પેદા થઈ જાય છે. ખીજ લોકો છેતરવા બેઠા છે સર્વત્ર જલ, પ્રવંચના જ પ્રવંચના.

દષ્ટિ બદલાઈ ગઈ

મહારાજ ચંડપ્રલોતે અચાનક મગધ પર આક્રમણ કર્યું. મગધની રાજધાની રાજગૃહ શત્રુસેનાથી ઘેરાઈ ગઈ.

ચંડપ્રલોતની મોટી સેના, મોટું રાજ્ય. મગધની નાની સેના, નાનું રાજ્ય. પૂર્વ સૂચના વગર અચાનક આક્રમણ થઈ ગયું. મગધનો

સમ્રાટ શ્રેણિક ગભરાઈ ગયો. હવે તેના બચવાનો અને જીતવાનો કોઈ ઉપાય જ નહિ રહ્યો. તેણે પોતાના પ્રધાનમંત્રી અભયકુમારને બોલાવીને કહ્યું : મંત્રીશ્વર! હવે શું કરીએ? અત્યંત વિકટ સ્થિતિ આવી ગઈ છે, એનાથી બચવાનો કોઈ ઉપાય જ દેખાતો નથી. શ્રેણિક ખૂબ ગભરાઈ ગયો હતો. શ્રેણિક ગભરાઈ શકે છે, કેમ કે તેની પાસે માત્ર સત્તા છે. સત્તાની શક્તિ છે. પરંતુ જેની પાસે બુદ્ધિ અને પ્રજ્ઞાની શક્તિ હોય છે, તે કદી ગભરાતો નથી. અભયકુમારમાં સત્તા કરતાં બુદ્ધિ-બળ અને પ્રજ્ઞા-બળ પ્રખર હતું. તે જેટલો બુદ્ધિમાન હતો. તેટલો જ પ્રજ્ઞાવાન હતો. જેટલા અંશોમાં મંત્રીત્વ અભિવ્યક્ત હતું તેટલા અંશોમાં સાધકત્વ પણ અભિવ્યક્ત હતું. તેણે કહ્યું : મહારાજ! ચિંતા શા માટે કરો છો? ઉપાય છે બધું જ ઠીક થઈ જશે. મહારાજે સાંભળ્યું. વિશ્વાસ નહિ આવ્યો. પરંતુ આત્માનો અવાજ કહી રહ્યો હતો—અભયકુમાર બધું જ કરવામાં સમર્થ છે. સમ્રાટ મૈન રહ્યો.

અભયકુમાર પોતાના સ્થાન પર આવ્યો. તેણે એક પત્ર લખ્યો અને પોતાના ગુપ્તચરોની સાથે મહારાજ ચંડપ્રદોત પાસે મોકલ્યો. પત્ર ચંડપ્રદોત પાસે પહોંચ્યો. તેમાં લખ્યું હતું : મહારાજ! આપ મારા માસા છો. હું મારી માતા ચેતના અને આપની પત્ની શિવા દેવીમાં કોઈ અંતર નથી જોતો. આપ અહીં આવી ગયા છો, પણ હું જોઈ છું કે આપને ભયંકર મુસીબતોનો સામનો કરવો પડશે. આપને કેદ કરવામાં આવશે. મારી સલાહ છે કે આપ શીઘ્ર જ પોતાના સ્થાને ઉબજીન પાછા ફરો. બંદી બનાવવાનું કારણ આપ જાણવા ઇચ્છશે. એ ખૂબ સ્પષ્ટ છે. મહારાજ શ્રેણિકે આપના સામન્તોને વશ કરી લીધા છે. ધન સર્વ કાંઈ કરી શકે છે. આપના સામન્તો ધન આગળ ઝૂકી ગયા છે. અને તેમણે વચન આપ્યું છે કે સવાર થતા પહેલાં જ તેઓ આપને બંદી બનાવીને મહારાજ શ્રેણિકને સોંપી દેશે. જો મારા આ કથન પર આપને વિશ્વાસ ન હોય તો આપ આપના સામન્તોના તંબુઓની આસપાસ જમીન ખોદાવીને તેમાં દાટ્યું ધન જોઈ લો. તે જ સોનામહોરોએ આપના સામન્તોને ખરીદા છે. શેષ કુશળ.

ચંડપ્રદોતે પત્ર વાંચ્યો. દષ્ટિ બદલાઈ ગઈ. તેણે વિશ્વાસુ સૈનિકોને બોલાવીને કહ્યું : જાઓ, આપણા સામન્તોના તંબુઓ પાસે જમીનમાં શું શું દાટ્યું છે તે લઈ આવો. સૈનિકો ગયા અને સુવર્ણ-

મુદ્રાઓથી ભરેલાં પાત્ર લઈ આવ્યા. ચંડપ્રહોતને અભયકુમારની વાત પર સંપૂર્ણ વિશ્વાસ ખેંસી ગયો. તેણે પોતાની સેનાને ઉબ્જૈન તરફ કૃચ કરવાનો આદેશ આપી દીધો. તે સીધા ઉબ્જૈન આવી ગયો. કારણુનો કોઈને ખ્યાલ નહિ આવ્યો. માનવહાનિ વગર યુદ્ધ સમાપ્ત થઈ ગયું.

આવું કેમ થયું? એવું એટલા માટે થયું કે દષ્ટિ બદલાઈ ગઈ. જ્યારે દષ્ટિ બદલાઈ જાય છે ત્યારે સર્વ કાંઈ બદલાય જાય છે. પ્રશ્ન છે દષ્ટિ બદલવાનો. એવી યુદ્ધિ મળે, એવી પ્રજા જાગે કે દષ્ટિ બદલાઈ જાય. વ્યવહારની દુનિયામાં પણ દષ્ટિનું પરિવર્તન થાય છે. મસ્તિષ્કમાં એવા કેટલાક રસાયણ છે. કઈક વિદ્યુત-પ્રવાહ છે. તેને બદલી નાખવાથી દષ્ટિ બદલાઈ જાય છે.

ડૉ. ડેલગાડોનો પ્રયોગ

ડૉ. ડેલગાડોએ એક ખતરનાક પ્રયોગ કર્યો. એક મેદાનમાં બે ભયંકર સાંઢ છોડી દેવામાં આવ્યા. સાંઢોની લડાઈ જોવા માટે હજારો માણસો એકત્રિત હતા તે સાંઢોના મસ્તક પર ઇલેક્ટ્રોડ લગાડેલા હતા. આ એક પ્રકારનું એરિયલ હતું જે રેડિયો ટ્રાન્સમીટર દ્વારા છોડવામાં આવેલા તરંગોને પકડી શકતું હતું. તે વૈજ્ઞાનિક મેદાન વચ્ચે જાભો રહી ગયો. જાને સાંઢોની ભયંકરતાથી બધા દર્શકોનું દિલ ધડકી ઊઠ્યું. દર્શકોને લાગ્યું કે હવે થોડી જ ક્ષણોમાં આ સાંઢો ડૉ. ડેલગાડોને મૃત્યુધામ પહોંચાડી દેશે, જેના તે સાંઢ ડેલગાડોની પાસે પહોંચ્યા તેણે એક સંદેશ પ્રેષિત કર્યો—લડવું સારું નથી. શાંત રહો. આ તરંગો તેમના મસ્તિષ્કમાં પહોંચ્યા. તેમની ભયંકરતા દૂર થઈ ગઈ. તે જાને પાસે આવીને બકરીઓની જેમ શાંત જાભા રહી ગયા. ડૉ. ડેલગાડો એમના મસ્તક પર હાથ ફેરવવા લાગ્યા.

ભયંકર બનવું કે શાંત થવું—આ બધું મસ્તિષ્કનાં રસાયણો પર આધાર રાખે છે. જ્યારે મસ્તિષ્કને ગુસ્સા માટે ઉપયુક્ત રસાયણ નથી મળતા, રસનો વિપાક નથી થતો, સાધન સામગ્રી અને નિમિત્ત નથી મળતા તો કોઈ પણ માણસ કુપિત અથવા ભયંકર નથી થઈ શકતો. જ્યારે બધા નિમિત્ત મળી જાય છે ત્યારે પ્રત્યેક માણસ ભયંકર થઈ શકે છે.

ધ્યાન-સાધનાનું શરણુ શા માટે?

નિમિત્ત અને ઉપાદાન—બંનેને બદલવા ધણું મોટું સૂત્ર છે— અધ્યાત્મ જગતનું. વ્યવહારના જગતમાં વૈજ્ઞાનિક ઉપકરણુ નિમિત્તોને બદલી શકે છે અને નિમિત્તોને બદલતા વિચાર અને ચિંતનને બદલી શકાય છે. પરંતુ અધ્યાત્મની સાધના વધારે ઊંડાણમાં જાય છે. સાધના દ્વારા મસ્તિષ્કનાં રસાયણુ પણુ બદલાય છે. જે રસાયણુ પેદા થાય છે, તે પેદા કરનાર ઉપાદાન પણુ બદલાઈ જાય છે ખીજા શબ્દોમાં, આ કર્મ શરીર પણુ પ્રભાવિત થાય છે, આ સ્થૂળ શરીર પણુ પ્રભાવિત થાય છે. બંનેને પ્રભાવિત કરવાની પ્રક્રિયા છે ધ્યાન. ધ્યાન દ્વારા માત્ર રસાયણુનું જ પરિવર્તન નથી થતું, માત્ર નિમિત્તોનું જ પરિવર્તન નથી થતું, જો એકલા રસાયણુ જ બદલવાના હોત, એકલા નિમિત્ત બદલવાના હોત તો પછી આપણે વૈજ્ઞાનિકોની શરણુમાં જાતે, ધ્યાન સાધનાની શરણુમાં જવાની જરૂરિયાત ન હોત, પરંતુ આ પરિવર્તન ક્ષણિક હોય છે. જેવું ઈલેક્ટ્રોડ હટ્યું, વિદ્યુત-પ્રવાહ હટ્યો કે વ્યક્તિ મૂળ રૂપમાં આવી જાય છે. તેવી ને તેવી બની જાય છે. પરંતુ ધ્યાન દ્વારા નિમિત્ત પેદા કરનાર ઉપાદાનમાં પણુ પરિવર્તન થાય છે. જે વિકૃતિઓ પેદા કરનાર તરવા છે તેમાં પરિવર્તન થાય છે.

અધ્યાત્મની સાધના દ્વારા જીવનની દષ્ટિ બદલાઈ જાય છે. સંપૂર્ણ જીવન-દર્શન જ બદલાઈ જાય છે. બ્યારે જીવન-દર્શન જ બદલાઈ જાય છે તો પછી માણસ પહેલાં જેવો નથી રહેતો તે બદલાઈ જાય છે. આ પરિવર્તનનો તે સ્વયં અનુભવ કરે છે. અને તેના સંપર્કમાં આવનાર ખીજા વ્યક્તિઓ પણુ અનુભવ કરે છે. અમે જોયું છે ધ્યાનની સાધનામાં આવનાર વ્યક્તિઓનું પૂર્વ જીવન અને અમે જોયું છે તેમનું ઉત્તર જીવન. એવું લાગે છે કે પૂર્વ જીવન અને ઉત્તર જીવનમાં કોઈ તાલમેલ જ નથી.

રામચરિતના બે ભાગ છે : એક છે પૂર્વ રામચરિત અને એક છે ઉત્તર રામચરિત. આચાર્ય જિનસેને મહાપુરાણુ લખ્યું. તેઓ પોતાના જીવનકાળમાં તેને પૂરું ન કરી શક્યા. થોડું બાકી રહી ગયું. તેમના યોગ્ય શિષ્ય ગુણુલદ્રે તેને પૂરું કર્યું. એક પૂર્વ થઈ ગયું અને એક ઉત્તર રહી ગયું. એ બંનેમાં તફાવત ઓળખી શકાય છે.

એવી જ રીતે ધ્યાન સાધના કરતાં પહેલાંના પૂર્વજીવન અને ઉત્તર જીવનને જાણી શકાય છે. વચ્ચે એક રેખા દોરી શકાય છે જે ઓળખ

કરાવવામાં સહાયક બને છે. તે રેખાની પેલી તરફનું જીવન પૂર્વજીવન હોય છે અને તે રેખાથી આ તરફનું જીવન ઉતરનું જીવન હોય છે. બંને વચ્ચે મોટું અંતર આવી જાય છે. આ અંતર કોઈ આરોપિત અંતર નથી. આ અંતર છે જીવન દષ્ટિ બદલાઈ જવાનું.

માનવી ચાહે ભણેલો ગણેલો હોય કે અભણ તે એક દર્શનના આધારે ચાલે છે. અભણ માણસ પણ દર્શન વગર ચાલી શકતો નથી. દર્શન પેદા કરવાની વાત નથી હોતી. દર્શન ધારણાથી મળે છે કે કંઈક અંદરના પ્રયત્નોથી પોતાની મેળે જાગે છે. દરેક વ્યક્તિ દાર્શનિક હોય છે. એક પણ માણસ એવો નથી હોતો જે દાર્શનિક ન હોય. આપણે કેટલીક વ્યક્તિઓને દાર્શનિક માની લઈએ છીએ. એ ભ્રાન્તિ છે. કયો માણસ દાર્શનિક નથી હોતો? જીવન-દર્શન વગર માનવી એક ડગલું પણ આગળ નથી ચાલી શકતો. સમાજનો બધો આચાર—વ્યવહાર, સમાજમાં બધા રીતિ-રિવાજ, સમાજની આખી પ્રક્રિયા દર્શનને આધારે ચાલે છે.

એક પ્રકારનું જીવન-દર્શન વ્યક્તિને એક પ્રકારની દિશા કે માર્ગ પર ચલાવે છે. અને જ્યારે જીવન-દર્શન બદલાય છે ત્યારે દિશા પણ બદલાઈ જાય છે અને માર્ગ પણ બદલાઈ જાય છે. તે સ્થિતિમાં લાગે છે કે વ્યક્તિ બદલાઈ ગઈ. ખરેખર તે બદલાઈ જાય છે કે તેની ઓળખ મુશ્કેલ બની જાય છે.

આપણે ધ્યાન સાધનાના મૂળ લક્ષ્યને સમજીએ. ધ્યાનના મૂળ પ્રયોજનને સમજીએ. તેને સ્વાસ્થ્ય, વિશ્રામ આદિ તાત્કાલિક કે વર્તમાનિક લાભો સુધી જ સીમિત ન રાખીએ. એ પણ ઉપયોગી છે. એનું પણ મૂલ્ય છે. જે ધ્યાન-સાધનાથી સ્વાસ્થ્ય સુધરે છે, વિશ્રામ મળે છે, તનાવ મટે છે તે આ પણ ઓછી વાત નથી. ખૂબ મૂલ્યવાન વાત છે. એનાથી પણ ઘણું મૂલ્યવાન છે જીવન દષ્ટિનું પરિવર્તન. આ છે ઉપાદાનનું પરિવર્તન. ધર્મ કે અધ્યાત્મનું સૌથી મોટું પ્રદાન છે—ઉપાદાનનું પરિવર્તન. વૈજ્ઞાનિકો અને વૈજ્ઞાનિક ઉપકરણો નિમિત્તોને બદલી શકે છે, પરંતુ તેઓ હજાર-હજાર પ્રયત્ન કરવા છતાં પણ ઉપાદાનને નથી બદલી શકતા. ઉપાદાનને બદલવાનો, મૂળ સ્ત્રોતને પકડવાનો એક માત્ર ઉપાય છે પોતાના ચૈતન્યનો અનુભવ.



प्रवचन : ८

रोगने दृष्यावीये के मटाडीये ?

संकेतिका

- १ आठमा थी दोय श्रेणि छै रे, उपशम स्वपक पिछाण ।
उपशम जाय इग्यारमै रे, मोह दबावतो जाण ॥
- २ श्रेणि उपशम जिन ना लहे रे स्वपक श्रेणि धर रवंत ।
चारित्र मोह स्वपावतां रे, चढिया ध्यान अत्यंत ॥
- ३ अहो ! वीतराग प्रभु तूं सही, तुम ध्यान ध्यावै चित रोक हो ।
प्रभु! तुम तुल्य ते हुवै ध्यान सूं, मन पायां परम् संतोख हो ॥
- ४ वंदै निंदै तो भणी साहिबजी! राग-द्वेष नहीं ताम हो निस्सनेही ।
मोह-दावानल तै मेटियों साहिबजी!
गुण निप्पन तुम नाम हो निस्सनेही ॥
- ५ नृत्य करै तुझ आगले साहिबजी! इंद्राणी सुर-नार हो निस्सनेही ।
राग भाव नहीं ऊपजै साहिबजी!
तैं अंतर तप्त निवार हो निस्सनेही ॥
- ६ क्रोध मान माया लोभ ए साहिबजी !
अग्नि सूं अधिकी आग हो निस्सनेही ।
शुक्ल ध्यान रूप जल करी साहिबजी !
धया शीतलीभूत महाभाग हो निस्सनेही ॥
- ७ अंतरजामी ! आपरा साहिबजी !
ध्यान घरुं दिन रैन हो निस्सनेही ।
उवाहीं दशां कद आवसी साहिबजी!
होसी उट्कण्टो चैन हो निस्सनेही ॥
(चौबीसी १४, ४; ९; ८/३; १०/२, ३, ४, ६)



- ચિકિત્સા જાતનો પ્રશ્ન છે—રોગને દબાવી દો.
- રાજનીતિનો પ્રશ્ન છે—શત્રુઓને શાંત કરી દો, તેનું મોં બંધ કરી દો.
- અધ્યાત્મનો પ્રશ્ન છે—વૃત્તિઓને દબાવો નહિ, શાંત કરી દો.
- ઉપશમન અને ક્ષય
- અભિવ્યક્તિનું સ્થળ અને ઉદ્ગમ સ્થળ બે છે.
- વૃત્તિઓને ક્ષીણ કરવાનો માર્ગ છે—ઇન્દ્રિય સંયમ, શ્વાસ-સંયમ, સ્વાધ્યાય વગેરે વગેરે.
- વૃત્તિઓને જડ મૂળથી નાશ કરવાનો માર્ગ છે—શુક્લ ધ્યાન, કેવલ શુક્લ ધ્યાન.
- ધાતુ શોધનની પ્રક્રિયા અને ધ્યાનની પ્રક્રિયા.
- ભૂમિકા બોધ આવશ્યક હોય છે,
- શરીર-પ્રેક્ષા શ્વાસ-પ્રેક્ષા, લેશ્યાધ્યાન વગેરે મધ્ય વિશ્રામ છે. અંતિમ લક્ષ્ય છે—મૂર્છાની સમાપ્તિ અને જાગરણ.

રોગને દબાવીએ કે મરાડીએ ?

પ્રશ્ન સ્વાભાવિક છે

એક ભાઈએ પૂછ્યું : જ્યાંચાર્ય કહે છે, પ્રભુ! કોઈ આપને વંદન કરે છે તો આપ લાગણીમાં નથી ખેંચાતા, પ્રસન્ન નથી થતા. કોઈ આપની નિંદા કરે છે તો આપ દ્વેષમાં નથી આવતા, અપ્રસન્ન નથી થતા. શું આ કથન અતિશયોક્તિપૂર્ણ નથી? શું આ માત્ર આકાશી ઉડ્ડયન નથી? શું એક માણસ માટે સંભવ છે કે પ્રશંસા કરવા છતાં પણ તે આનંદિત ન થાય અને નિંદા કરવા છતાં પણ ઝલાનિયુક્ત ન બને? ભલે તે વ્યક્તિ બહારથી કશું પ્રગટ ન કરે, પરંતુ તેના અન્તઃકરણમાં રાગ અને દ્વેષની ભીમિ ન બને, શું એ સંભવ છે? હું માનું છું કે મનુષ્ય માટે એવું થવું સંભવ નથી. આ માત્ર અધ્યાત્મની અતિશયોક્તિ છે. અધ્યાત્મશાસ્ત્ર પણ અતિશયોક્તિ પૂર્ણ કથન કરવામાં કોઈથી પાછળ નથી.

ભાઈએ આ પ્રશ્ન પૂછ્યો, પ્રશ્ન સ્વાભાવિક છે. જે આપણા અન્તઃકરણને ઢંઢોળીએ તો એ જવાબ મળશે કે પ્રશંસા, સ્તુતિ અને વંદનનો પ્રસંગ આવતાં જ મન બળ્યે અબળ્યે પણ આનંદથી ઊછળતું હોય છે અને જ્યારે ટીકા, નિંદા કે અપયશની વાત આવે છે ત્યારે મન ગુસ્સે થાય છે. ખિન્ન થઈ જાય છે. મુગ્ધ બને છે. દરેક વ્યક્તિમાં આવું બને છે. તેથી આ પ્રશ્ન અસ્વાભાવિક નથી. યથાર્થ છે, પરંતુ એને સમજવા માટે આપણે ઊંડાણમાં ઊતરવું પડશે. આ જગતને છોડીને ખીબ જગતની યાત્રા કરવી પડશે. જે જગતમાં આપણે જીવી રહ્યા છીએ, તે જગતમાં એનું સમાધાન પ્રાપ્ત નથી થઈ શકતું અને ત્યાં એને અત્યુક્તિ જ માનીને ચાલવું પડશે. પરંતુ ખીબ જગતની યાત્રા કરતા એની ખીજ બાજુ આપણી સમક્ષ આવે છે.

નિમિત્ત અને ઉપાદાન

જે પ્રકારનાં જગત હોય છે. એક છે—પરિસ્થિતિઓનું જગત, નિમિત્તોનું જગત, વાતાવરણનું જગત. ખીજું છે—વાતાવરણ અને નિમિત્તોથી દૂરનું જગત. એક છે ભીતરનું જગત જે નિમિત્તોથી દૂર છે અને એક છે બહારનું જગત જે નિમિત્તોનું જગત છે. જે નિમિત્ત અને વાતાવરણથી દૂરનું જગત છે; ત્યાં ચુરુવાકર્ષણ સમાપ્ત થઈ જાય છે. ચુરુવાકર્ષણ સમાપ્ત થઈ જતાં જે ભારહીનતાની સ્થિતિ આવે છે, તે

ચુરુત્વાકર્ષણની સીમામાં કદી નથી આવતી. ચુરુત્વાકર્ષણની સીમામાં રહેનારનો સિદ્ધાંત એક પ્રકારનો હશે અને ભારહીનતાની સ્થિતિનો સિદ્ધાંત ખીબ પ્રકારનો હશે. કાળની સ્થિતિ બદલાઈ જાય છે. ભારની સ્થિતિ બદલાઈ જાય છે. ત્યાં કોઈ વિકૃતિ નથી હોતી. ઘડપણ નથી આવતું. ચીજ જર્જરિત નથી હોતી. ત્યાં બધા નિયમ બદલાઈ જાય છે.

આપણે નિમિત્તોના જગતમાં જીવી રહ્યા છીએ. આપણું એક જગત છે ઉપાદાનનું. આ જગતનું જીવન હજી સુધી આપણે જીવ્યા નથી. જીવવાનું જાણતા પણ નથી. જ્યાંયાર્યે જે લખ્યું છે તે આ ઉપાદાનના જગતનો અનુભવ છે. તે નિમિત્તોના જગતમાં જીવતા લોકોને સહજરૂપથી કેવી રીતે સમજમાં આવી શકે? એમને અત્યુક્તિ જ લાગશે. તેઓ એ જ માનશે કે આ સચ્ચાઈ નથી. એમનું આ ચિંતન ખોટું નથી કેમ કે એમનો આ અનુભવ છે. જેનો જેવો અનુભવ છે, તે તે જ મર્યાદામાં વિચારી શકે છે. તેથી દૂર હટીને તે વિચારી પણ નથી શકતા. તેમનું અલગ ક્ષેત્ર છે. દરેકનું પોત-પોતાનું ક્ષેત્ર છે.

શિક્ષકે વિદ્યાર્થીને ગણિતનો એક પ્રશ્ન હલ કરવાને આપ્યો. વિદ્યાર્થીએ તે પ્રશ્નનો જવાબ લખ્યો. શિક્ષકે કહ્યું : ‘જવાબ ખોટો છે. ખીજ વાર કર’. વિદ્યાર્થીએ ફરીથી પ્રયત્ન કર્યો. પણ જવાબ સાચો નહિ આવ્યો, ચાર વાર તેણે તે પ્રશ્નનો ઉત્તર લખ્યો અને ચારે વખત તે ખોટો પડ્યો. પાંચમી વારે જ્યારે તે એનો ઉકેલ લઈને શિક્ષક પાસે પહોંચ્યો ત્યારે શિક્ષકે કહ્યું : જવાબ ખોટો છે. હજી પણ પચીસ પૈસાનો ગોટાળો છે. વિદ્યાર્થી બોલ્યો : સર! હું થાકીને લોથપોથ થઈ ગયો છું. આ પચીસ પૈસા લો, મને ઘરે જવા દો, કકડીને ભૂખ લાગી છે. તેણે પચીસ પૈસા કાઢીને ટેબલ પર મૂકી દીધા.

બધાનું ધરાતલ અલગ અલગ હોય છે. શિક્ષકની ભૂમિકા અલગ હોય છે. બંને એક નથી હોતી શિક્ષકને પચીસ પૈસા સાથે કોઈ લેવા-દેવા નથી. પરંતુ વિદ્યાર્થી તો એ જ સમજે છે કે શિક્ષક પચીસ પૈસા માટે મને રોકી રહ્યા છે. તે એવું એટલા માટે માને છે કે તેની ભૂમિકા અલગ છે.

વંદના થતા પ્રુશ ન થવું અને નિંદા થતા નારાજ ન થવું—એવું ત્યારે જ સંભવ છે જ્યારે વ્યક્તિ નિમિત્તોથી દૂર જઈને ઉપાદાનનો પરિષ્કાર કરી લે.

મૂળ દોષ છે મૂર્છા

રાગ અને દ્રેષ મૂળ દોષ નથી. મૂળ દોષ છે, મોહ—મૂર્છા. એ બધા દોષોની જડ છે. જ્યાં સુધી મૂર્છા ઉપસ્થિત છે ત્યાં સુધી રાગદ્રેષ ઉછરે છે. જ્યાં સુધી મૂર્છાનો અન્ત નથી આવતો ત્યાં સુધી કોઈક વાર રાગ ઊભરે છે અને કોઈ વાર દ્રેષ ઊભરે છે. એને રોકી નથી શકાતો. અંદર જે આગ સળગી રહી છે, તેનો તાપ અવશ્ય બહાર આવશે. અંદર મોહ અને મૂર્છાની આગ છે. રાગ અને દ્રેષ એના તાપ છે. જ્યાં સુધી મૂર્છા છે ત્યાં સુધી એવું બનતું રહેશે.

જ્યાર્યાર્યે' જે લખ્યું છે તે આ નિમિત્તોની દુનિયા નજર સમક્ષ રાખીને નથી લખ્યું. તેમણે અધ્યાત્મની દુનિયામાં, ઉપાદાનની દુનિયામાં પ્રવેશ કરીને લખ્યું છે. તેઓ લખે છે : 'પ્રભુ! આપે દાવાનળ હોલવી નાખ્યો. સમાપ્ત કરી દીધો.' જ્યારે દાવાનળ જ પુઝાઈ ગયો. ભયંકર આગ જ પુઝાઈ ગઈ. અંદર સળગતી આગ જ હોલવાઈ ગઈ તો પછી તેનો કોઈ તાપ બહાર નહિ આવશે. પછી ભલે વંદના હોય કે નિંદા હોય, તેનો કોઈ પ્રભાવ ન હશે. સર્વ કાંઈ અંદરથી આવે છે. જ્યારે ભીતરની જડ લીલીજમ રહે છે. ત્યારે બહારનું વૃક્ષ ફૂલે ફાલે છે, અંદરની જડ બે સુકાઈ ગઈ તો બહાર કશું પણ નહિ આવશે.

નિમિત્તને બદલીએ કે ઉપાદાનને?

બે દષ્ટિઓ છે, એક છે નિમિત્તને મિટાવવાની દષ્ટિ, વાતાવરણને બદલવાની દષ્ટિ, અને બીજી છે ઉપાદાનને પરિષ્કૃત કરવાની દષ્ટિ. પ્રત્યેક ક્ષેત્રમાં બંને દષ્ટિઓ મળે છે. ચિકિત્સાના ક્ષેત્રમાં પણ બંને દષ્ટિઓ છે. એક છે રોગ દબાવવાની. રોગને દબાવ્યો. થોડા સમય સુધી લાગશે કે રોગ શાંત થઈ ગયો છે. પછી નિમિત્ત મળવાથી તે ઊભરાઈ આવે છે. આ છે નિમિત્ત દૂર કરવાની દષ્ટિ. એલોપેથિક ચિકિત્સા પદ્ધતિ રોગ દબાવવાની પદ્ધતિ છે. મટાડવાની નહિ. તેથી એક રોગ દબાવવા માટે દવા આપવામાં આવે છે. તે રોગ શાંત થઈ જાય છે. બીજી ઊભરાઈ આવે છે. આ ક્રમ નિરંતર ચાલતો રહે છે. એલોપેથિક ચિકિત્સા ક્ષેત્રના ડોક્ટર સ્વયં કહે છે : આ કોઈ સ્થાયી ચિકિત્સા પદ્ધતિ નથી. એક વખત દવાનો ડોઝ કરી લો. રોગ દબાઈ જશે. પછી ચાર પાંચ મહિના પછી એ ડોઝને બેવડાવતા રહો. રોગ ઊભરાઈને સામે નહિ આવશે. પણ રોગ કદી સમાપ્ત નહિ થશે. જ્યાં સુધી જીવશે ત્યાં

સુધી આ ક્રમ ચાલતો રહેશે. આ છે એક દષ્ટિકોણ રોગને દબાવવાનો, શાંત કરવાનો.

ખીજો દષ્ટિકોણ છે—રોગને દૂર કરવાનો, જડ મૂળથી તેને નષ્ટ કરવાનો.

રાજનીતિમાં પણ બંને દષ્ટિઓ પ્રાપ્ત છે. પ્રાચીન ઇતિહાસમાં પ્રાપ્ત થાય છે કે કેટલાક રાજ્યો પોતાના શત્રુઓને દબાવતા હતા અને કેટલાક રાજ્યો શત્રુઓના વંશને જ નષ્ટ કરી દેતા હતા. મહાન રાજનીતિજ્ઞ યાજ્ઞક્યે લખ્યું છે : નાના સરખા અંકુરને પણ ઊખેડી ફેંકો. ખબર પડે કે આ શત્રુ છે, તેના વંશને ખતમ કરી દો. બ્યારે અંકુર વધીને વૃક્ષ બની જાય છે. ત્યારે તેને ઊખેડી નાખવામાં ખૂબ અમ કરવો પડે છે. શત્રુ ઉત્પન્ન થતા જ તેને નષ્ટ કરી દો. કાળની પ્રતીક્ષા નહિ કરો.

પૃથ્વીરાજ દબાવવાની નીતિ પર ચાલી રહ્યો હતો. જે આ સ્થિતિ નહિ હોત તો તે પરાસ્ત નહિ થાત અને હિન્દુસ્તાન પરાધીન ન થાત. એક તરફ શત્રુ આક્રમણ કરી રહ્યો છે અને પૃથ્વીરાજ તેને દબાવવાનો કે શાંત કરવાનો પ્રયત્ન કરી રહ્યો છે પણ તે, વિલાસમાં ડૂબેલો છે. વાસ્તવિકતા પર ધ્યાન જ નહિ આપ્યું. તે પરાસ્ત થઈ ગયો.

ખીજી તરફ એવાં પણ ઉદાહરણ ધણાં છે. જેના વડે એ ફલિત થાય છે કે સત્તા શત્રુઓનો નાશ કરવાથી જ સ્થાયી રહી શકે છે.

ઉપશમન અને ક્ષય

અધ્યાત્મના ક્ષેત્રમાં પણ બંને દષ્ટિ જોવા મળે છે. એક છે દબાવવાની દષ્ટિ અને ખીજી છે સમાપ્ત કરવાની દષ્ટિ. એક હદ સુધી પહેલી દષ્ટિ પણ આવશ્યક રહે છે. કોઈ ખીમારીનો વેગ ધણો તીવ્ર છે. તેને તાત્કાલિક દબાવવાનો ઉપાય આવશ્યક હોય છે. કેમ કે જે તેને દબાવવામાં ન આવે તો વ્યકિતનું મૃત્યુ પણ થઈ શકે છે. તે સમયે કોઈ વિચારે કે તેનો સ્થાયી ઇલાજ જ કરાવવમાં આવે તો ઇલાજ કોનો થશે ? ત્યાં સુધી રોગી રહેશે નહિ. પહેલાં જ ઊપડી જશે. તેથી એકવાર તે તીવ્રતાને દૂર કરવી કે ઓછી કરવી પણ અનાવશ્યક નથી હોતી પરંતુ તેની પાછળ તે દષ્ટિ બની રહે કે ખીમારીને જડથી ઊખેડી નાખવાની છે. જે આ દષ્ટિ ગોણુ થઈ જાય તો તાત્કાલિક ઉપચારની દષ્ટિ ખતરનાક બની શકે છે.

જ્યાંયાર્યે લખ્યું છે : પ્રભુ, આપે બે રસ્તા અપનાવ્યા. પહેલા આપે શાંત કરવાનો માર્ગ લીધો અને પછી સમાપ્ત કરવાનો માર્ગ અપનાવ્યો. પહેલા જ્યારે જ્યારે રાગદ્વેષ ઊભર્યા આપ એને શાંત કરતા ચાલ્યા પરંતુ પછીથી આપે મોહ નિર્મૂળ કરવાનો રસ્તો લીધો.

ગુણસ્થાન અથવા કર્મશાસ્ત્રીય ભાષામાં બે શ્રેણીઓ માનવામાં આવે છે—એક છે ઉપશમ શ્રેણી અને બીજી છે ક્ષપક શ્રેણી. ઉપશમ શ્રેણીમાં કષાય નિર્મૂળ નથી થતા. શાંત હોય છે. તે અવસ્થા પણ કષાયોની સમાપ્ત અવસ્થા જેવી જ હોય છે. તે ક્ષણમાં કષાયનો કોઈ અંશ પ્રગટ નથી થતો. પરંતુ થોડા સમય પછી ઉપશાન્ત કષાય ફરીથી ઊભરાઈ આવે છે અને વ્યક્તિને એવો ધક્કો મારે છે કે તે નીચે પડી જાય છે. મૂળ સ્થિતિમાં આવી જાય છે ક્ષપક શ્રેણી નિર્મૂલનની પ્રક્રિયા છે. તેમાં ગયા પછી અધઃપતન નથી થતું. સાધક આગળ આગળ વધતો જાય છે.

અભિવ્યક્તિ અને ઉદ્દગમ

આપણે આ બંને શ્રેણીઓને બીજી રીતે સમજાવે. શરીરમાં બે પ્રકારનાં ચૈતન્ય કેન્દ્ર છે. એક છે ઉપરનાં ચૈતન્ય કેન્દ્ર અને બીજાં છે નીચેનાં ચૈતન્ય કેન્દ્ર. નાભિ નીચેનાં જે ચૈતન્ય કેન્દ્રો છે તેમાં આવેગ અને આવેશની વૃત્તિઓ અભિવ્યક્ત થાય છે. તે અભિવ્યક્તિનાં કેન્દ્રો છે. ઉદ્દગમનાં કેન્દ્રો નથી. તેનાં ઉદ્દગમ કેન્દ્ર છે પિચ્યૂટરી અને પિનિયલ ગ્લેન્ડ. તે ઉપરનાં ચૈતન્ય કેન્દ્ર છે. આ શરીર-શાસ્ત્રીય દૃષ્ટિકોણ છે. આ દૃષ્ટિથી પર જઈને જે આપણે વૃત્તિઓના ઉદ્દગમ સ્થળ શોધીએ તો આપણને તે કર્મમાં મળે છે. વૃત્તિઓનું ઉદ્દગમ-સ્થાન છે કર્મ શરીર, સૂક્ષ્મ શરીર. એનાથી આગળ જઈએ તો વૃત્તિઓનું ઉદ્દગમ સ્થાન છે કષાય.

આ રીતે એક છે અભિવ્યક્તિનું સ્થાન અને એક છે ઉદ્દગમનું સ્થાન. માત્ર અભિવ્યક્તિનું સ્થાન નિષ્ક્રિય બનાવી દેવું, એ છે આપણી ઉપશમનની પ્રક્રિયા. નિમિત્તોને સમાપ્ત કરવાં, પરિસ્થિતિને બદલવી, અભિવ્યક્તિના કેન્દ્રને નિષ્ક્રિય કરવું—એ છે ઉપશમનની પ્રક્રિયા. પરિસ્થિતિ બદલાઈ ગઈ. અભિવ્યક્તિનું સ્થાન બદલાઈ ગયું હોય તો ઉપશાન્ત થઈ ગયું. વૃત્તિ શાંત થઈ ગઈ. તે બહાર નથી આવી શકતી. બહાર કેવી રીતે આવશે. વિદ્યુત-પ્રવાહ ચાલુ છે. પરંતુ બલ્બ ફૂલ

થઈ ગયો હોત તો પ્રકાશ નહિ આવશે કેમ કે પ્રકાશને અભિવ્યક્તિ આપનાર સાધન નકામું થઈ ગયું છે. જ્યારે સ્વસ્થ સાધન પ્રયુક્ત થાય છે તો પ્રકાશની ફરીથી અભિવ્યક્તિ થઈ જાય છે. અભિવ્યક્તિના કેન્દ્રને નિષ્ક્રિય બનાવી દેવાથી યથેષ્ટ ફળ નથી મળતું. કેમ કે મૂળ હલ્લુ સુધી હાજર છે અને જેવું તે સક્રિય બનશે, કામ ચાલુ થઈ જશે. ઉપવાસ કર્યો. તપસ્યા કરી. ખાવાનું નહિ મળ્યું તો ઇન્દ્રિયો શાંત થઈ જશે. ખીજે દિવસે પારણા કર્યાં. ખાધું તો ઇન્દ્રિયો ફરીથી પુષ્ટ થઈ ગઈ અને પોતાનું કામ કરવા લાગી ગઈ. વૃત્તિઓ સતાવવા લાગી ગઈ. ઉપશમ પ્રક્રિયાનું આ જ ફલિત છે.

ઉપાદાન સુધી પહોંચીએ

મનમાં ખરાબ વિચાર આવ્યો. સ્વાધ્યાય શરૂ કર્યો. વિચાર બદલાઈ ગયો. ખરાબ વિચાર જતો રહ્યો. સ્વાધ્યાય બંધ થયો. નિમિત્ત મળ્યું. ખરાબ વિચાર ફરીથી આવ્યો. આ બધી ઉપશમનની પ્રક્રિયા છે.

આપણે ધણાબધા જે પ્રયોગ કરી રહેલા છીએ તે ઉપશમના પ્રયોગ છે, વૃત્તિઓને શાંત કરવાના પ્રયોગ છે, નિમિત્તોને બદલવાના પ્રયોગ છે. પરંતુ જ્યારે ઉપાદાનનો પરિષ્કાર થાય છે ત્યારે વાસ્તવમાં વૃત્તિઓનો નાશ કરવાનો પ્રયોગ થાય છે. આ છે ક્ષપક ઐષ્ણીની પ્રક્રિયા. એમાં નિમિત્તની બાબતમાં કંઈ લેવા દેવા નથી. નિમિત્ત હોય યા ન હોય, પોતાની ઇચ્છા. પરિસ્થિતિ રહે કે ન રહે પોતાની ઇચ્છા. તેનો નિમિત્ત સાથે, પરિસ્થિતિ સાથે કે અભિવ્યક્તિનાં કેન્દ્રો સાથે કોઈ સંબંધ નથી. આ દષ્ટિએ તે બધા અર્થહીન છે. જ્યારે ઉપાદાનને પકડી લીધું, તેને શુદ્ધ કરવાનો પ્રારંભ કરી દીધો, તેણે પરિષ્કાર કરી દીધો તો બધું જ થઈ ગયું.

એ આવશ્યક છે કે આપણી સાધનાની દષ્ટિ ઉપશમ પર જ નહિ. અટકી જાય, પરંતુ તે ઉપાદાન સુધી પહોંચે. દોષોને ક્ષીણ કરવાની પ્રક્રિયા સુધી પહોંચે. આપણે રોગને મટાડીએ, દબાવીએ નહિ. મટાડવાની પ્રક્રિયા વગર સાધના નકામી જેવી બની જાય છે અને એ જ કારણ છે કે સાધના કરતી વખતે ખૂબ સારા વિચારો આવે છે, પ્રશસ્ત ભાવ ઉત્પન્ન થાય છે અને લાગે છે કે વૃત્તિઓ શાંત થઈ ગઈ છે. પરંતુ સાધક જેવો પરિસ્થિતિ વચ્ચે આવે છે કે બધું જ વિપરીત જેવું બની જાય છે. લોકોને લાગે છે કે તેની સાધના કૃત્રિમ હતી.

પતિએ પત્નીને કહ્યું : મેં આજે ત્રણ વ્યક્તિઓનો ઉપકાર કર્યો છે. પત્નીએ પૂછ્યું : એ કેવી રીતે? તેણે કહ્યું : મારી પાસે દસની નોટ હતી. મેં બજારમાંથી મીઠાઈ ખરીદી. પહેલો ઉપકાર મીઠાઈવાળા પર થયો કે એની દસ રૂપિયાની મીઠાઈ વેચાઈ ગઈ. મીઠાઈ લઈ હું આગળ વધ્યો. એક ભિખારી ભૂખથી તરફડતો હતો. અડધી મીઠાઈ તેને આપી દીધી. બીજો ઉપકાર તે ભિખારી ઉપર થયો. મારી નોટ નક્કી હતી તે પણ ચાલી ગઈ. ત્રીજો મારો ઉપકાર થયો. ત્રણ વ્યક્તિઓનો ઉપકાર એકસાથે થઈ ગયો.

શુક્ર ધ્યાન એકમાત્ર ઉપાય

કોઈ કોઈવાર લાગે છે કે ઉપકાર થઈ ગયો. સાધકને લાગે છે કે દસ દિવસની સાધનાથી મારો ઉપકાર થયો. ઘરમાં શાંતિ રહી. એમ પણ લાગે છે કે શિબિરનો ઉપકાર થઈ રહ્યો છે. આટલા લોકો સાધના કરી રહ્યા છે. એ ઠીક છે. પરંતુ જે આપણે ક્ષીણ કરવાની પ્રક્રિયાનો સ્વીકાર ન કરીએ તો આ ઉપકાર પણ નક્કી ઉપકાર બની જાય છે. આપણે વાસ્તવિકતાને સમજીએ. સચ્ચાઈને સમજીએ. જે સચ્ચાઈને જ્યાંયાર્થે પ્રગટ કરી છે અને જેના પર ભાર મૂક્યો છે તે સચ્ચાઈ એ છે કે આપણે વૃત્તિઓને ક્ષીણ કરવાનો રસ્તો અપનાવીએ.

પ્રશ્ન થાય છે તે માર્ગ કયો છે જેથી વૃત્તિઓ ક્ષીણ થાય છે? ઉપવાસ કે તપસ્યા કરવી, આસન કરવા ઇન્દ્રિયોનો સંયમ કરવો. ભોજનનો સંયમ કરવો, સ્વાધ્યાય કરવો, ધ્યાનની તાલીમ લેવી—શું આ માર્ગ વૃત્તિઓને ક્ષીણ કરવાનો નથી? આ ક્ષીણ કરવાનો માર્ગ તો છે. પરંતુ મૂળને ઉખેડી ફેંકવાનો માર્ગ એનાથી આગળ છે. આ મધ્યવર્તી ને સમાપ્ત કરવાનો માર્ગ છે.

વચ્ચે અર્થાત્ મધ્યવર્તી, મધ્યમ ઘણો ખતરનાક હોય છે. આજની દુનિયામાં દલાલ જેટલો ખતરનાક છે તેટલો ખતરનાક બીજો કોઈ નથી. રાજનીતિના ક્ષેત્રમાં જ શું. બધાં ક્ષેત્રમાં દલાલ ખતરનાક હોય છે. તેઓ સ્થિતિને પરખવા જ નથી દેતા. ધર્મક્ષેત્રના દલાલ છે—પંડિત અને પૂજારી. તેઓ માલિકને કદી મળવા જ દેતા નથી, કેમ કે તેમને પોતાની દલાલી પકાવવી છે. જે ભક્ત સીધો ભગવાનને મળી લે તો દલાલ શું કરશે?

વચલાનો નાશ કરવો પણ આવશ્યક છે. આપણે જે પ્રયોગ કરીએ છીએ તેનાથી આ વચલાઓ અવશ્ય નષ્ટ થાય છે. મૂળ કારણુ સમાપ્ત નથી થતું. ઉપાદાન સમાપ્ત નથી થતું. પરંતુ મૂળ કારણુથી જે બંધ હોય છે—કર્મના, રાગના, દ્વેષના—તે સમાપ્ત થઈ જાય છે. તે ક્ષીણ થઈ જાય છે. તેપણુ મૂળ બાકી રહી જાય છે. આપણે ત્યાં સુધી પહોંચતું છે ધ્યાન દ્વારા.

જ્યાંઆર્યના શબ્દોમાં શુક્લ ધ્યાન જ તેનો એકમાત્ર ઉપાય છે. તપસ્યાના બધા પ્રકાર નીચે રહી જાય છે. ધર્મધ્યાન પણ નીચે રહી જાય છે. માત્ર શુક્લ ધ્યાન જ એક એવો ઉપાય છે જે ઉપાદાન પર પ્રહાર કરે છે. ખીબાં સાધનોમાં આ ક્ષમતા નથી કે તે ઉપાદાન પર પ્રહાર કરે.

શુક્લ ધ્યાન આત્માનું ધ્યાન છે. આ ચૈતન્યનું ધ્યાન છે. આ નિર્મળ ધ્યાન છે. આપણે ચૈતન્યનો અનુભવ કરવાનો છે. બધી સાધના ચૈતન્યના અનુભવ માટે છે. સાધનાથી એવી પરિસ્થિતિ નિર્મિત થાય કે ચૈતન્યનો અનુભવ થઈ શકે. વ્યક્તિ ચૈતન્ય સુધી પહોંચી શકે. બ્યારે ચિત્ત શુદ્ધ બને છે શુદ્ધ ચૈતન્યનો અનુભવ થાય છે. ત્યારે ઉપાદાન પણ સમાપ્ત થવા લાગે છે. શુદ્ધ ચૈતન્ય જગી ઊઠે છે.

ધાતુ-શોધનની પ્રક્રિયા

આજના વૈજ્ઞાનિક યુગમાં જીવનાર ધાતુ-શોધનની પ્રક્રિયા જાણે છે. અન્તરિક્ષ્યાન માટે દઢતમ ધાતુની આવશ્યકતા રહે છે. તે ધાતુ-શોધનથી પૂર્ણ થાય છે. આ ધાતુ મજબૂત અને પ્રત્યેક પ્રહારને સહન કરવામાં સક્ષમ હોય છે. ધાતુ-શોધનની પ્રક્રિયા આ છે—ધાતુનો એક દંડો બનાવવામાં આવે છે. તેમાં એક પણ વિજ્ઞતીય ધાતુનો કણ રહેવા દેવામાં નથી આવતો. બધા કાઠી નાખવામાં આવે છે. હવે તે દંડ ફેરવવામાં આવે છે. નીચે ખીજી ધાતુ રાખવામાં આવી છે જેમ જેમ દંડ ફેરવે છે તેમ તેમ નીચેની ધાતુના વિજ્ઞતીય કણ આપમેળે અલગ થઈ જાય છે. આ પ્રક્રિયાથી ધાતુ શુદ્ધ બની જાય છે અને તે સુદઢ બની જાય છે. શુદ્ધ ધાતુ દ્વારા ધાતુને શુદ્ધ કરવામાં આવે છે, વિજ્ઞતીય કણોને હટાવવામાં આવે છે.

આપણે પણ ચિત્તને નિર્મળ કરીએ. આ બધી પ્રક્રિયા ચિત્તને નિર્મળ બનાવવાની પ્રક્રિયા છે. શ્વાસ-ધ્યાન, લેશ્યા ધ્યાન, શરીર પ્રેક્ષ,

શ્વાસ પ્રેક્ષા, ચૈતન્ય-કેન્દ્ર પ્રેક્ષા—આ બધાં આ પ્રક્રિયાનાં અંગ છે. આ પ્રક્રિયાથી ચિત્ત નિર્મળ થાય છે. એનાં બધાં વિબ્ભતીય તત્ત્વ સમાપ્ત થઈ જાય છે. પછી તે નિર્મળ ચિત્ત દ્વારા સ્વ-પ્રેક્ષા કરો, પોતાની જાતને જુઓ, પોતાનો અનુભવ કરો. નિર્મળ ચિત્ત દ્વારા જેમ જેમ પ્રેક્ષા થશે. વિબ્ભતીય કણુ ચૈતન્યથી અલગ થવા લાગશે. જગૃતિ વધતી જશે, શુદ્ધ ચેતનાનો અનુભવ થશે. જેમ જેમ શુદ્ધ ચૈતન્યનો અનુભવ વધતો રહેશે. ઉપાદાન પરિષ્કૃત થતું ચાલ્યું જશે; જડતા સમાપ્ત થશે અને એક ક્ષણુ એવી આવશે કે જેમાં શુદ્ધ ચૈતન્ય અભિવ્યક્ત થઈ જશે.

જ્યારે શુદ્ધ ચૈતન્ય અભિવ્યક્ત થાય છે જ્યારે બધાં વિબ્ભતીય તત્ત્વ દૂર થઈ જાય છે, ત્યારે વંદના થવાથી પ્રસન્નતા નથી થતી અને નિંદા થવાથી ખિન્નતા નથી થતી. કેમ કે પ્રસન્નતાનું અને ખિન્નતાનું કારણુ જ ત્યાં સમાપ્ત થઈ જાય છે. પ્રસન્ન થવું પણ મૂર્છા છે અને ખિન્ન હોવું પણ મૂર્છા છે. જ્યારે મૂર્છા જ તૂટી ગઈ છે તો પ્રસન્ન અને ખિન્ન થવાનું મૂળ કારણુ જ સમાપ્ત થઈ ગયું. વંદના થવાથી રાગ જગવાનો નથી અને નિંદા થવાથી દ્વેષ જગવાનો નથી.

જ્યાયાર્યે આ સ્થિતિનું આલેખન કર્યું છે, આકલન કર્યું છે. તે સ્થિતિમાં પહોંચીને જ આપણે તે અવસ્થાનો અનુભવ કરી શકીએ છીએ. તે ચરમ અવસ્થા છે, પરંતુ પહેલા પણ તેનો અનુભવ થવા લાગે છે. જ્યારે વ્યક્તિ ધ્યાનનો અભ્યાસ કરે છે, ધ્યાનની સ્થિતિમાં જાય છે ત્યારે તેને સ્વયં અનુભવ થાય છે કે ક્રોધ શાંત થઈ રહ્યો છે, વાસનાઓ અને ઉત્તેજનાઓ શાંત થઈ રહી છે, વૃત્તિઓ ક્ષીણ થઈ રહી છે, મૂર્છા તૂટી રહી છે. દસ વર્ષની મૂર્છા એકસાથે નથી તૂટતી. તેનું તૂટવું ધીરે ધીરે થાય છે. ધ્યાનનો અભ્યાસ જેમ જેમ આગળ વધે છે, મૂર્છા ઓછી થઈ જાય છે. મનુષ્યમાં લોજનની મૂર્છા છે, સ્થાનની મૂર્છા છે અને રહેણીકરણીની મૂર્છા છે. શિબિરમાં પહેલા બે દિવસ અટપટા લાગે છે. લોજન પણ નથી રુચતું અને સ્થળ પણ સારું નથી લાગતું. પરંતુ ત્રીજે જ દિવસે આ બધા પ્રશ્નો સ્વયં શાંત થઈ જાય છે.

માત્ર ભૂમિકા-લેદ

સાધના કરનારાઓમાં હમણાં બે પ્રકારના લોકો છે. કેટલાક લોકોનો આગ્રહ રહે છે કે ગરમી ખૂબ છે, તેથી પાંખો ચાલવો જોઈએ. કેટલાક લોકો ઇચ્છે છે કે પાંખો ન ચાલે તો સારું. પાંખા ચાલે, તેમનો

તર્ક છે કે ગરમી ખૂબ છે. પંખા ન ચાલે, તેમનો તર્ક છે કે બ્યારે ધ્યાનના ઊંડાણમાં જઈએ છીએ, ત્યારે બહારની હવાનો સ્પર્શ થતાં જ એવું લાગે છે કે બહુ મસ્તક પર વજન જેવું વરસી રહ્યું છે. ધ્યાનના ઊંડાણમાંથી ચિત્ત હટી જાય છે. અને તે બહારની હવામાં જ ફસાઈ જાય છે. આ તર્ક ખોટો નથી. ખૂબ યથાર્થ તર્ક છે. બ્યારે ધ્યાનનું ઊંડાણ આવે છે ત્યારે બહારના જોડાનો ખખડાટ, પગનો અવાજ કાનોમાં પડતા જ એવો અનુભવ થાય છે કે કોઈ ઘા લાગી રહ્યો છે. તેથી ઊંડું ધ્યાન કરનારાઓને નિર્દેશ આપવામાં આવે છે કે ધ્યાન એવી જગ્યાએ ધરવામાં આવે જ્યાં ખીજ વ્યક્તિ ન આવે, કોઈ સ્પર્શ ન કરે, અવાજ ન કરે. નહિ તો ઘણા મોટા ધક્કા જેવું લાગે છે. આ બધી પરિસ્થિતિઓ સામે આવે છે. પરંતુ જેમ જેમ સાધના આગળ આગળ વધે છે. ધ્યાન પ્રબળ બને છે, આ બધી પરિસ્થિતિઓ આપમેળે સમાપ્ત થતી ચાલી આવે છે. બ્યારે આ થોડી સાધના દ્વારા પણ બદલાવાનો અનુભવ થાય છે તો જે સાધક તે પરમ અવસ્થામાં પહોંચી જાય છે જ્યાં એતના દ્વારા વિભતીય ક્ષણ નીકળી જાય છે, ત્યાં સમતાનો ચરમ વિકાસ કેમ નહિ થાય? પછી નિંદા અને પ્રશંસામાં સમ રહેવાનો અગ્ર અતિશયોક્તિ કે અતિ કલ્પનાનો નહિ રહેશે. આ માત્ર ભૂમિકા-ભેદ છે. આ ભૂમિકા પર ઊભી રહેનાર વ્યક્તિ એક રીતે વિચારે છે અને ખીજ ભૂમિકા પર ઊભી રહેનાર વ્યક્તિ ખીજ રીતે વિચારે છે. આ ભૂમિકા-ભેદ હમેશાં રહે છે. આચાર્ય પ્રવર ઘણીવાર કહે છે : ‘હું મારી રીતે વિચારું છું અને સાધુ-સાધ્વીઓ પોતાની રીતે વિચારે છે. તે મારી ભૂમિકાને સમજી નથી શકતા. તેમની તથા મારી ભૂમિકા એક નથી. તેઓ કોઈ એક દષ્ટિએ જ વિચારે છે. અને મારે બધી દષ્ટિએ વિચારવું પડે છે.

શિબિરમાં આવનારાઓનું પહેલા દિવસનું ચિંતન ભિન્ન પ્રકારનું હોય છે અને દસમા દિવસનું ભિન્ન પ્રકારનું. દસ દિવસની સાધનામાંથી પસાર થયા બાદ તેમનો સમગ્ર દષ્ટિકોણ જ બદલાઈ જાય છે. તે ભૂમિકાનો આ પહેલા તેમણે કદી અનુભવ કર્યો જ નહિ હતો. તેથી તેમનો દષ્ટિકોણ એક પ્રકારનો હતો. બ્યારે તે ભૂમિકાનો સ્પષ્ટ અનુભવ થઈ જાય છે ત્યારે દષ્ટિકોણ બદલાઈ જાય છે. જ્યાં સુધી સ્વયંનો અનુભવ નથી થતો ત્યાં સુધી કશું નથી થતું.

જે કોઈ વ્યક્તિને એમ કહેવામાં આવે કે ધ્યાન ધરનાર બ્યારે ધ્યાનના ઊંડાણમાં જાય છે, ત્યારે તેને ધણો આનંદ આવે છે, તૃપ્તિનો અનુભવ થાય છે, સુખ અને શાંતિ મળે છે. જે અન્યત્ર દુર્લભ છે. તે વ્યક્તિ ચોક્કસ વિચારશે કે આ અતિશયોક્તિ છે, ગપ્તું છે. ધ્યાન વડે સુખ ક્યાં છે; સુખ છે સારું ભોજન કરવામાં, વાતાનુકૂલિત ભવનમાં રહેવામાં. સુખ સુવિધાઓ હોય તો ત્યારે તો સુખની વાત વિચારી શકાય છે. પરંતુ ગરમી હોય, કોઈ પ્રિય પદાર્થનો યોગ નહિ હોય, પક્ષી કહેવામાં આવે કે ખૂબ સુખ મળે છે, આનંદ મળે છે તો તે અયથાર્થ વાત જ હશે અને જે કોઈ વ્યક્તિ ધ્યાન કરનાર વ્યક્તિની વાત માનીને ધ્યાન શિબિરમાં આવી જાય છે તો પહેલો અનુભવ થશે કે અહીં આવી ફસાઈ ગયો. હવે જે કહે, ફસાઈ ગયો તોપણ સારું નહિ લાગે, તો પોતાની પંગત (સંખ્યા) વધારે છે અને બીજી વ્યક્તિઓને પણ ખેંચે છે.

જે વ્યક્તિએ પોતાની ભીતરનો અનુભવ નથી કર્યો. જેણે અંતર્યામી નથી કરી, જેણે બાહ્ય જગતની સીમાથી દૂર જઈને અંતર જગતની સીમામાં પોતાના ચરણ નથી મૂક્યા, તે વ્યક્તિ અધ્યાત્મની સર્યાઈઓનો કદી સ્વીકાર નહિ કરશે, કદી નહિ સમજશે. આપણે ભૂમિકા-ભેદને બરાબર ધ્યાનમાં રાખીએ અને ઉપાદાન તથા નિમિત્તના ભેદને કદી નહિ ભૂલીએ.

દર્દ શીખાય છે

દર્દ સ્વાભાવિક નથી હોતું. માનવી દર્દ શીખે છે. સામાજિક વાતાવરણમાં આ તથ્ય ખૂબ વિચિત્ર જેવું લાગે છે કે દર્દ શીખી શકાય છે. કોણ શીખનાર છે? કેવી રીતે શીખી શકાય છે? પ્રત્યેક વાતના ઊંડાણમાં જવાથી અનેક નવાં તથ્ય પ્રગટ થાય છે. દર્દ પણ શીખી શકાય છે. સામાજિક વાતાવરણથી અલગ રહેનાર વ્યક્તિ જે દર્દનો અનુભવ નથી કરતી, તે દર્દનો અનુભવ સામાજિક વાતાવરણમાં રહેનાર વ્યક્તિ કરે છે. એનું કારણ પણ ખૂબ સ્પષ્ટ છે. દર્દ હોય છે ભીતરના રસાયણને. સ્નાયુ કોશિકાઓમાં એક પ્રકારનું રસાયણ હોય છે. તે દર્દને ખૂબ પકડે છે. જે સામાજિક વાતાવરણમાં નથી રહેતા તેમની સ્નાયુ-કોશિકાઓમાં દર્દ રોકનારું રસાયણ વધારે માત્રામાં બને છે. તેથી બહારથી કોઈ સોય ઘોંચવામાં આવે તો કોઈ દર્દ નહિ થાય. શરીરનો કોઈ ભાગ કાપી નાખવામાં આવે તો કોઈ દર્દ નહિ થશે. બ્યાં સોય

ધોંચાય છે, જે ભાગ કાપી નાંખાય છે ત્યાં તે કોઈ દર્દ થતું જ નથી. દર્દ થાય છે પીડા સંવેદન-કેન્દ્રોમાં. પીડા સંવેદન કેન્દ્રને જે નિષ્ક્રિય બનાવી દેવામાં આવે ત્યારે દર્દ ક્યાં રહેશે? આજે સંવેદન કેન્દ્રને સંચાલન્ય બનાવવાની વિવિધ પદ્ધતિઓ ચાલુ છે. મૂર્છા લાવનાર દ્રવ્ય સૂંઘાડવામાં આવે છે અને કેન્દ્ર નિષ્ક્રિય થાય છે. સંમોહન વડે પણ કેન્દ્ર નિષ્ક્રિય થઈ જાય છે. આ રીતે અવયવોને નિષ્ક્રિય કરીને મોટાં મોટાં ઓપરેશન કરવામાં આવે છે. એકચુપકર્ય દ્વારા પણ એવું કરવામાં આવે છે. જે સંવેદન કેન્દ્રને નિષ્ક્રિય બનાવનાર રસ બની જાય તે પછી કંઈ પણ થાય, દર્દને અનુભવ નથી થતો.

એક વ્યક્તિ સ્વાધ્યાય અથવા ધ્યાનમાં એટલો લીન થઈ ગયો કે તેનું પીડા-સંવેદન કેન્દ્ર નિષ્ક્રિય થઈ ગયું, પછી કંઈપણ કરો, તે વ્યક્તિને કશી ખબર નહિ પડશે.

દર્દ આપમેળે નથી થતું એવું પણ એક કારણ હોય છે.

આપણે ધ્યાન દ્વારા એવી પ્રક્રિયાઓનું આલંબન લઈએ છીએ, એવા પ્રયોગો કરીએ છીએ, જેથી બાહ્ય નિમિત્ત નિષ્ક્રિય બની જાય. આ પણ એક મહત્ત્વપૂર્ણ વાત છે. વૃત્તિઓનાં બગરણનાં જેટલાં કેન્દ્રો છે, તેમને એકવાર નિષ્ક્રિય કરવા ખૂબ જરૂરી છે, જેથી એ વૃત્તિ ન બગે અને સાધના આગળ વધી જાય. સાધકને મૂળ સુધી પહોંચવાનો અવસર મળી જાય. તેથી આ કેન્દ્રોને નિષ્ક્રિય કરવા જરૂરી છે.

આ અંતિમ નથી

મેં આટલી લાંબી ચર્ચા એટલા માટે કરી કે સાધક એને જ અંતિમ માનીને ખેસી ન જાય. શરીરપ્રેક્ષા, શ્વાસપ્રેક્ષા, ચૈતન્ય—કેન્દ્ર પ્રેક્ષા, લેશ્યાધ્યાન—આ અંતિમ નથી. આ મધ્યવર્તી માર્ગનાં સાધન છે. મધ્ય વિશ્રામ છે. એ મંજિલ નથી. આપણે ત્યાં સુધી પહોંચવાનું છે જ્યાં ચૈતન્યનો અનુભવ થવા લાગે, અપ્રમાદ બગી જાય, મૂર્છા તૂટે, જાગૃતિ વધે. આપણું અંતિમ લક્ષ્ય છે—મૂર્છાની સમાપ્તિ અને જાગૃત્ય. જે દિવસે આ બને છે ત્યારે આપણે પોતાની મૂળ ભૂમિકા પાસે પહોંચી જઈએ છીએ. જ્યાં પહોંચ્યા પછી બધી રેખાઓ સીધી થઈ જાય છે. તેમની વક્તતા દૂર થાય છે. સાધના કરનાર વ્યક્તિ સીધી રેખામાં પહોંચી જાય, મૂળ સ્થાને પહોંચી જાય. ધર્મ અને વક્તાને કોઈ સંબંધ છે જ નહિ.

જૈન આગમોમાં મોક્ષનો પર્યાયવાચી શબ્દ છે ઋજુ. ઋજુદર્શીનો અર્થ છે—મોક્ષદર્શી. ઋજુનો એક અર્થ છે—સંયમ. મોક્ષ ઋજુ છે. સંયમ ઋજુ છે. સાધના ઋજુ છે. કયાંય કુટિલતાનો અંશ બચી જાય તો સાધના સમાપ્ત થઈ જાય છે.

આપણે તે સીધી રેખા પર પહોંચીએ જે બધી વક્રતાઓથી પર છે. ત્યાં પહોંચવાથી જે અનુભવ થશે તે શુદ્ધ ચૈતન્યનો જ અનુભવ હશે અને આ બધા પ્રશ્નો જે આ ભૂમિકા પર ઊભરાય છે, તે આપમેળે શાંત થઈ જશે.



प्रवचन : ९

अन्तर्गतने। वैभव

સંકેતિકા

- ૧ કલ્પ પુષ્પમાલ જે સુગંધ તન સુહાયો ।
સુરવધૂ વર નયન—શ્મર, અધિક હી લિપટાયો ॥
- ૨ શબ્દ-રૂપ-રસ-ગંધ-ફરસ, પ્રતિકૂલ ન હુવૈ તુમ આગૈ ।
જ્યું પંચ દરશન થાં સૂં પગ નહીં માંડૈ,
તિમ અશુભ શબ્દાદિક ભાગૈ ॥
- ૩ સુરકૃત જલ સ્થલ પુષ્પ પુઝવર, તે છાંડી ચિત દીનો ।
તુહા નિસ્વાસ સુંગધ મુસ્વ પરિમલ, મન-શ્મર મહા લીનો ॥
- ૪ પંચેન્દ્રી સુર વર તિરિ તુમ સ્યું, કિમ હોવૈ દુસ્વદાયો ।
એકેન્દ્રી અનિલ તજૈ પ્રતિકૂલપણું, બાજૈ ગમતો વાયો ॥
(ચૌબીસી ૧૨/૨; ૨૦/૩. ૫)



- પદાર્થની પ્રચુર સંપત્તા છે. પણ માનવી અશાંત કેમ?
- સંપત્તા અને વિપત્તા શું છે?
- થિયરી ઓફ કોમ્પ્લેક્સ રિલેટિવિટી.
- મનુષ્યની દષ્ટિ ધાર્મિક હોવી જોઈએ.
- ગંધ-વિજ્ઞાન—એક વૈજ્ઞાનિક સર્યાઈ.
- ચૈતન્ય શક્તિ સૌથી મહાન શક્તિ છે.
- આંતરિક સંપદાથી સંપન્ન કોણુ?
- પ્રાણશક્તિના વિચિત્ર પ્રયોગો.
- અધ્યાત્મનો વૈભવ અનોખી સંપત્તિ.

અન્તર્જગતનો વૈભવ

અશાંતિનું ખૂબ દરિદ્રતા

દરેક વ્યક્તિના મનમાં એ પ્રશ્ન ઊઠે છે કે આજે જગતમાં પદાર્થોની સંપત્તિનો ખૂબ વિકાસ થયો છે. મનુષ્ય ભૂતકાળમાં કદી પણ આટલો સંપન્ન ન હતો. આટલી સમૃદ્ધિ હોવા છતાં પણ આજે આટલી અશાંતિ કેમ?

આ પ્રશ્નનો ઉત્તર પદાર્થ જગતની પરિધિમાં કદી પ્રાપ્ત ન થાય. કોઈ કોઈવાર એવું થાય છે કે કોઈ પ્રશ્નનો ઉત્તર અજ્ઞાત પાસેથી મળી જાય છે. અજ્ઞાતની બારીમાંથી એક સ્વર આવ્યો કે મનુષ્ય ખૂબ વિપન્ન છે. ખૂબ દરિદ્ર છે. દરિદ્રતા અને શાંતિ બંને એકસાથે નથી હોઈ શકતાં. દરિદ્ર માનવી કદી શાંતિનો અનુભવ નથી કરી શકતો. દુનિયામાં સૌથી મોટો અભિશાપ છે દરિદ્રતા. એક દરિદ્રતા આવે છે અને બધું સારું સમાપ્ત થઈ જાય છે. એક સંપન્નતા આવે છે અને બધી બૂરાઈઓ, નબળાઈઓ નીચે દબાઈ જાય છે અને વ્યક્તિ ખૂબ સારી લાગવા માંડે છે. સૌથી મોટો અભિશાપ છે—વિપન્નતા, દરિદ્રતા, દરિદ્ર માનવીને શાંતિ કેવી રીતે પ્રાપ્ત થઈ શકે?

વતમાન માનવી ગરીબ કેમ?

જવાબ ખૂબ જ મહત્વપૂર્ણ અને સ્પષ્ટ હતો. પરંતુ સમજમાં આવતું ન હતું કે આજનો મનુષ્ય દરિદ્ર કેવી રીતે છે? ક્યાં છે? હજારો હજારો વર્ષો પહેલાં જે સુખ સુવિધાઓનો ઉપભોગ રાજા મહારાજા શેઠ કે સામંત કરતા હતા, તે સુવિધાઓનો ઉપભોગ આજની સામાન્ય વ્યક્તિ, એક નોકર કરી શકે છે. તે કરે છે. આવી પરિસ્થિતિમાં માણસ દરિદ્ર ક્યાં છે? વિપન્ન ક્યાં છે? આજના યુગમાં પ્રત્યેક વ્યક્તિને જેટલી સુવિધાઓ ઉપલબ્ધ છે. પહેલાં કદી પણ નહિ હતી. આજે પંખાની સુવિધા, વીજળી અને પાણીની સુવિધા, યાતાયાતની સુવિધા, સંદેશ-વ્યવહારની સુવિધા—આ બધી સગવડો પ્રાપ્ત છે. ભૂતકાળમાં મોટા-મોટા લોકોને પણ આ સગવડ પ્રાપ્ત ન હતી. રાજા-મહારાજા પણ કશું જતા તો બળદનો રથ કે ઘોડાનો રથ અથવા હાથીની સવારી પ્રાપ્ત હતી. એથી વધારે નહિ. આજે સામાન્ય માનવી પણ વિમાનમાં મુસાફરી કરી

લે છે. સમ્રાટોએ કદી વાયુયાન જોયું ન હતું. તે લોકોએ એવી કલ્પના પણ નહોતી કરી કે પંખીની જેમ જીડી શકાય છે. અને એક છેડેથી ખીને છેડે એટલી જ શીઘ્રતાથી જઈ શકાય છે. આટલું બધું હોવા છતાં આને વિપન્નતા ક્યાં? પ્રશ્ન પણ સ્વાભાવિક છે અને આ ઉત્તર પણ મહત્વપૂર્ણ છે. પરંતુ બંને વચ્ચે જે સાપેક્ષતાનું સૂત્ર છે તેને પકડવું ખૂબ જરૂરી છે.

દુનિયાના પ્રત્યેક પદાર્થમાં વિરોધ પ્રતીત થાય છે. એક પણ તત્વ એવું નથી જે વિરોધાભાસ પેદા ન કરતું હોય. આપણી દુનિયા વિરોધાભાસોથી ભરેલી છે. તે વિરોધાભાસો વચ્ચે જે આપણે સમાધાન મેળવી શકીએ છીએ તેા તે માત્ર સાપેક્ષવાદ દ્વારા જ મેળવી શકીએ છીએ. અધ્યાત્મના ક્ષેત્રમાં ભગવાન મહાવીરે સાપેક્ષવાદનું સૂત્ર આપ્યું. એના દ્વારા અનેક દાર્શનિક સમસ્યાઓ ઉકેલાય છે.

થિયરી ઓફ કોમ્પ્લેક્સ રિલેટિવિટી

વિજ્ઞાનના જગતમાં, ભૌતિક પદાર્થના જગતમાં આઈન્સ્ટાઈને સાપેક્ષતાનું સૂત્ર આપ્યું. એનાથી વૈજ્ઞાનિક જગતની ઘણી બધી સમસ્યાઓ હલ થઈ. આને પણ સાપેક્ષવાદનો વિકાસ થઈ રહ્યો છે. આઈન્સ્ટાઈને ‘થિયરી ઓફ રિલેટિવિટી’ [Theory of Relativity] નો સિદ્ધાંત પ્રસ્તુત કર્યો હતો અને અત્યારે ફ્રાન્સના એક વૈજ્ઞાનિક જોન ફેરેને ‘થિયરી ઓફ કોમ્પ્લેક્સ રિલેટિવિટી’ [Theory of complex Relativity] નો સિદ્ધાંત વિકસિત કર્યો છે. આ અત્યંત મહત્વપૂર્ણ બની ગયો છે. આઈન્સ્ટાઈને જે કંઈ કહ્યું તેમાં થોડો સુધારો થયો છે. એમાં કેટલીયે બાબતો નવી ઉમેરાઈ છે. ડૉ. જોન ફેરેને જે વાત કહી, તે ભૌતિક જગતમાં આને સૌથી વિશેષ મહત્વપૂર્ણ માનવામાં આવે છે. કોઈપણ ભૌતિક વિજ્ઞાનીએ આત્માના અસ્તિત્વને આજ સુધી સ્વીકાર નથી કર્યો, કેમ કે વૈજ્ઞાનિક જગત જ્યાં સુધી પરીક્ષણો દ્વારા તથ્યની સચ્ચાઈ નથી જાણી લેતું, ત્યાં સુધી તે કોઈપણ સચ્ચાઈને સચ્ચાઈના સ્વરૂપમાં સ્વીકૃત નથી કરતું. પછી ભલે તે સચ્ચાઈ હજારો ગ્રંથોમાં પ્રતિપાદિત હોય. જોન ફેરેને ભૌતિક પરીક્ષણોના આધારે એ સિદ્ધ કરવાનો પ્રયત્ન કર્યો કે આત્માનું અસ્તિત્વ છે. આ એક નવી વાત ભૌતિક વિજ્ઞાનના ક્ષેત્રમાં સ્વીકૃત થઈ.

પદાર્થ જગત અને આત્મ જગત

બે પ્રકારનાં જગત આપણી સમક્ષ છે : એક છે પદાર્થનું જગત અને બીજું છે આત્માનું જગત. એક છે સ્થૂળ જગત અને બીજું છે સૂક્ષ્મ જગત. એક છે બાહ્ય જગત અને બીજું છે અન્તર્ જગત. આપણે સૌ બાહ્ય જગતથી પરિચિત છીએ, સ્થૂળ અને પદાર્થ જગતથી પરિચિત છીએ. આપણે સૂક્ષ્મ અને અ-પદાર્થના જગતથી પરિચિત નથી. જ્ઞેન ફોરેને મૂળ કણની શોધ કરતાં કરતાં તેનો પતો મેળવ્યો. આજે વૈજ્ઞાનિક જગતમાં મૂળ કણની શોધનો પ્રશ્ન ખૂબ મહત્વનો છે. તેઓ બાણુવા ઇચ્છે છે કે મૂળ કણ શું છે? આ શોધના સંદર્ભમાં જ્ઞેન ફોરેનેને આત્માના અસ્તિત્વનો અનુભવ થયો અને આત્માના પરીક્ષણના સ્તરની એમને ખબર પડી. હવે આંતરિક જગતની વાત વાર્તા માત્ર નથી રહી, વણુકેલ્યો કોયડો નથી રહી. તે ખૂબ સ્પષ્ટ થવા માંડી છે.

બાઈફોકલ લેન્સ જોઈએ

ચશ્માંમાં બે પ્રકારના લેન્સ હોય છે. નજીકનું જોવા માટે પ્લસનો લેન્સ હોય છે અને દૂરનું જોવા માટે માઈનસનો લેન્સ હોય છે. કેટલીક વ્યક્તિ દૂરનું સ્પષ્ટ નથી જોઈ શકતી. તેઓ માઈનસ લેન્સના ચશ્માં પહેરે છે. કેટલીક વ્યક્તિ નજીકનું સ્પષ્ટ નથી જોઈ શકતી, તેઓ પ્લસ લેન્સના ચશ્માં પહેરે છે. પરંતુ આજે જરૂર છે એવા ચશ્માંની જે એક સાથે બંને કામ કરી શકે. જ્યારે વ્યક્તિ દૂરનું જોવા ઇચ્છે તો દૂરનું જોઈ શકે અને નજીકનું જોવા ઇચ્છે તો નજીકનું જોઈ શકે. હવે એને બાઈફોકલ લેન્સવાળા ચશ્માંની જરૂર છે. એનાથી બંને કામ એકસાથે થઈ શકે છે.

એક પ્રકારની માછલી હોય છે. જેની આંખો બાઈફોકલ હોય છે. એની આંખોમાં બે પૂતળીઓ હોય છે. જ્યારે પાણીની અંદર હોય છે ત્યારે નીચેની પૂતળી કામ કરે છે અને જ્યારે પાણીની ઉપર આવે છે ત્યારે ઉપરવાળી પૂતળી કામ કરે છે. તેની દૃષ્ટિ બાઈફોકલ છે. આજે પ્રત્યેક માનવીએ તે માછલી જેવા બનવાની જરૂર છે કે બાઈફોકલ ચશ્માં લગાડવાની જરૂર છે. જેનાથી તે સ્થૂળ જગતને પણ જોઈ શકે અને સૂક્ષ્મ જગતને પણ જોઈ શકે. જેનાથી તે પદાર્થ જગતને પણ જોઈ શકે અને અ-પદાર્થ જગત—ચૈતન્ય જગતને પણ જોઈ શકે, અને જેનાથી તે

બાહ્ય જગતને પણ જોઈ શકે અને ભીતરી જગતને પણ જોઈ શકે. તે જડને પણ જોઈ શકે અને આત્માની સત્તાનો પણ અનુભવ કરી શકે. બ્યારે આ બંને વાતો આવે છે ત્યારે અન્તર્ જગતમાં થતી સમૃદ્ધિનો અનુભવ થઈ શકે છે અને ત્યારે એ સ્પષ્ટ ખ્યાલ આવે છે કે આજનો માનવી આટલો સાધન-સંપન્ન હોવા છતાં પણ કેટલો વિપન્ન છે? કેટલો દરિદ્ર છે? બ્યાં સુધી અન્તર્ જગતની વિપન્નતા દૂર નહિ કરવામાં આવે ત્યાં સુધી શાંતિનો પ્રશ્ન અનુત્તરિત જ રહેશે, પછી ભલે માનવી ગમે તેટલી જિંધની ગોળીઓનો પ્રયોગ કરે. શાંતિ ત્યારે જ સંભવ છે બ્યારે ભીતરની સંપત્તિનો વિકાસ થયો હોય, અનુભવ થયો હોય અને આંતરિક તત્ત્વોનો પ્રયોગ થયો હોય.

અન્તર્જગતનો ચક્રવર્તી

આપણા અન્તર્જગતની સંપત્તિ અપાર છે. જે વ્યક્તિ અંતર્યાત્રા- નો અભ્યાસ કરે છે. ધ્યાનના જોડાણમાં જાય છે, તેને સ્પષ્ટ અનુભવ થાય છે કે ભીતર શું છે. આટલા સમય સુધી મનુષ્યે પોતાની જાત સાથે પરિચિત થવાનો પ્રયત્ન જ નથી કર્યો. બ્યારે સ્વને થોડો સરખો પરિચય થયો કે તેની દૃષ્ટિ જ બદલાઈ ગઈ. તેને એ અનુભવ થયો કે ભીતરમાં એટલી સંપત્તિ છે કે જેની કોઈ સીમા નથી.

તીર્થંકર તે હોય છે જેને અન્તર્જગતનો બધો વૈભવ ઉપલબ્ધ થઈ જાય છે. તે ચક્રવર્તી થઈ જાય છે. તીર્થંકરનું એક વિશેષણ છે. —‘ધમ્મવરચાઝરંતચક્કવટ્ટી।’ એક હોય છે પદાર્થ જગતનો ચક્રવર્તી અને એક હોય છે, ધર્મ જગતનો ચક્રવર્તી. એક હોય છે બાહ્ય જગતનો ચક્રવર્તી અને એક હોય છે અંતર્ જગતનો ચક્રવર્તી. બંનેનો વૈભવ અપરિમિત હોય છે. એકનો બાહ્ય વૈભવ અપરિમિત હોય છે અને એકનો આંતરિક વૈભવ અપરિમિત હોય છે. અહીં તો કે તીર્થંકર અન્તર્ જગતના ચક્રવર્તી હોય છે. તેમનું અર્થ, તેમનો વૈભવ અપાર હોય છે. આચાર્યોએ તે વૈભવનું થોડું વર્ણન કરવાનો પ્રયત્ન કર્યો છે. તેને સમજવો પણ સરળ નથી.

ગંધ વિજ્ઞાન : એક યથાર્થ

જ્યાંચાર્યે અન્તર્ જગતનું સુંદર ચિત્ર દોર્યું છે. તેમણે એક વાત તરફ ધસારો કરતા કહ્યું છે : પ્રભુ! આપના શરીરમાંથી એટલી સુગંધ

કૂટે છે કે ખીજની તો વાત જ શી. અરે! દેવીઓ અને ઇન્દ્રાણીઓ સ્વયં તે સુગંધથી મુગ્ધ થઈ જાય છે. મનુષ્યો તો મુગ્ધ થઈ જાય જ છે. તેમનો ચિત્ત રૂપી ભ્રમર તે સુગંધમાં લપેટાઈ જાય છે. પ્રશ્ન થાય છે કે આ ગંધ આવે છે ક્યાંથી? શું અંતર કે સેન્ટની સુગંધ તો નથી? પ્રત્યેક પ્રાણીના શરીરમાં ગંધ હોય છે. કાઈપણ પ્રાણી એવું નથી હોતું જેના શરીરમાં ગંધ ન હોય. તીર્થંકર માટે લખવામાં આવ્યું—‘તિષાં ચ દેહોદ્ભુતરૂપગન્ધઃ’ તેમના શરીરનું રૂપ તથા ગંધ અદ્ભુત હોય છે. આ વાત સમજમાં આવતી નહોતી, પરંતુ આજે આ વાત સ્પષ્ટ સમજમાં આવી રહી છે.

કૂતરાની ધ્રાણશક્તિ ખૂબ તીવ્ર હોય છે. તે ગંધના આધારે અપરાધીઓને પકડી લે છે. આજે પોલીસ વિભાગમાં કૂતરાઓનો મોટા પાયા પર પ્રયોગ થઈ રહ્યો છે.

અદાલતમાં કેસ ચાલી રહ્યો હોય. ન્યાયાધીશ સમક્ષ સાક્ષી આપવામાં આવી. જજને પૂછ્યું કે પત્તો કેણે લગાડ્યો? કયા આધારે આ કહેવામાં આવી રહ્યું છે? પોલીસવાળાઓએ કહ્યું : કૂતરાના આધારે. ન્યાયાધીશે કહ્યું કે : કૂતરો પણ શું સાક્ષી હોઈ શકે છે? શું એના આધારે નિર્ણય કરી શકાય છે? પોલીસે કહ્યું : એનો પ્રત્યક્ષ પ્રયોગ કરવામાં આવે. જજનો રમાલ કૂતરાને સૂંઘાડવામાં આવ્યો. એમાં ખીજ પાંચ-સાત રમાલ ભેગા કરી બહાર મૂકી દેવામાં આવ્યા. કૂતરાને નિર્દેશ કરવામાં આવ્યો કે સૂંઘેલા રમાલવાળા માણસને પકડવાનો છે. કૂતરાએ રમાલના ઢગલામાંથી પહેલા સૂંઘેલા રમાલને મોંમાં પકડ્યો અને અંદર આવીને જજ તરફ ધસ્યો. જજને કુર્સી પર બેઠેલા જ ગરદનમાંથી પકડી લીધા. આ બધું ગંધને આધારે થયું.

આજે આ ગન્ધ-વિજ્ઞાન અસ્પષ્ટ નથી. આજના જીવશાસ્ત્રીઓએ ખીજ પણ અનેક શોધો કરી છે. પતંગિયું ખૂબ નાનું અને અવિકસિત પ્રાણી છે. એક નર પતંગિયું અહીં બેઠું છે. બે ત્રણ માઈલ દૂર તેનું માદા પતંગિયું છે. ગન્ધથી તે તેને ઓળખીને તેની પાસે ચાલ્યું જશે. હજારો-હજાર માદા પતંગિયાંઓ વચ્ચે હોય છે પણ તે સીધો પોતાની માદા પાસે પહોંચી જશે. કેમ કે તે માદાની ગંધથી પરિચિત છે. આ એક વૈજ્ઞાનિક શોધ છે.

પ્રત્યેક પ્રાણીના શરીરથી ભિન્ન ભિન્ન પ્રકારની ગંધ નીકળે છે. પ્રાચીન સાહિત્યમાં 'પદ્મિની સ્ત્રી'નો ઉલ્લેખ આવે છે. તેના શરીરમાંથી કમળ જેવી સુગંધ આવે છે. શરીરમાં કોઈ કમળ નથી હોતું, પરંતુ શરીરની ગંધ કમળ જેવી હોય છે. ભ્રમરો પણ તે કમળની સુગંધથી આકૃષ્ટ થઈને તે સ્ત્રીના શરીર પર ભ્રમણ કરતા રહે છે.

અધ્યાત્મના ક્ષેત્રમાં ગંધનો આ સિદ્ધાંત કસોટી રૂપ માનવામાં આવ્યો છે. ગંધના આધારે એ નિર્ણય લેવામાં આવી શકે છે કે વ્યક્તિ સાધનાની કઈ ભૂમિકાનો સ્પર્શ કરી રહી છે. સાધનામાં પ્રયુક્ત કરવા પહેલા ગુરુ શિષ્યની કસોટી કરતા હતા. એમાં બે મુખ્ય કસોટીઓ હતી. એક રંગની અને બીજી ગંધની. રંગોના વલય—આભા મંડળને જોઈને ગુરુ જાણી જતા કે શિષ્યની અધ્યાત્મ ભૂમિકા શી છે? એ કયાં સુધી વિકાસ કરી શકે છે? ગંધના આધારે જ જાણી શકાય છે. તીર્થંકરની એક મોટી કસોટી છે કે તેમના શરીરમાંથી અદ્ભુત ગંધ નીકળે છે. સુગંધના આધાર પર જાણી શકાય છે કે આ વ્યક્તિ તીર્થંકર છે. અહર્ત છે. કોઈ અન્ય નથી. બીજી ઓળખ શી હોઈ શકે છે? જ્ઞાનથી ઓળખી નથી શકાતું. જ્ઞાન દેખાતું નથી. આ અન્તર જગતની ઘટના છે. અન્તર્જગતની કોઈપણ ઘટનાથી વ્યક્તિને ઓળખવી દરેક વ્યક્તિ માટે સંભવ નથી હોતું. વ્યક્તિને ઓળખવા માટે કોઈ ને કોઈ બાહ્ય જગતની ઘટના અવશ્ય જ હોવી જોઈએ. ગંધ બાહ્ય જગતની ઘટના છે. તેનો શરીર સાથે ગાઢ સમ્બંધ છે. જે સાધકના શરીરથી અદ્ભુત ગંધ પ્રગટ થવા લાગી જાય તો સમગ્રવું કે તે ઉપરની ભૂમિકા સુધી પહોંચી ગયો છે. તીર્થંકર કે અહર્ત થઈ ગયો છે.

પ્રકૃતિ પણ અનુકૂળ હોય છે

બીજી વાત જવાચાર્યે લખી છે : પ્રભો! મનુષ્ય, તિર્થંકર અને પશુ એ બધાં પ્રાણી પોતાના વિરોધભાવને છોડીને અનુકૂળ બની જાય છે. બધા પરસ્પર મિત્ર બની જાય છે. આ કોઈ આશ્ચર્યની વાત નથી. પણ આશ્ચર્યજનક વાત તો એ છે કે આપ જ્યાં પણ જાઓ છો ત્યાં પ્રકૃતિ આપને અનુકૂળ થઈ જાય છે અને નાનામાં નાના પ્રાણી—એક ઇન્દ્રિયવાળા પણ આપને અનુકૂળ આચરણ કરવા લાગી જાય છે. તેમણે ખૂબ જ માર્મિક રીતે લખ્યું છે : અશુભ શબ્દ, રૂપ, રસ, ગંધ અને સ્પર્શ આ બધાં બદલાઈ જાય છે. એ બધાં શુભ અને પ્રિય બની

બન્ય છે. જેમ પાંચ દાર્શનિક સાંખ્ય બૌદ્ધ વગેરે આપની સામે ટકી શકતા નથી, તે પણ બદલાઈ બન્ય છે. તેવી જ રીતે પ્રકૃતિમાં રહેનારા બધાં પરમાણુઓમાં પરિવર્તન આવે છે, અશુભ અને અમનોદ્ધ પરમાણુ શુભ અને મનોદ્ધ બની બન્ય છે. પ્રતિકૂળ હવા અનુકૂળ બની બન્ય છે. પ્રકૃતિના કણ કણમાં અનુકૂળતા આવી બન્ય છે. તેમાં એક વિચિત્ર પ્રકારનું પરિવર્તન થાય છે.

કેટલાક સમય પૂર્વે એક સાધકે પ્રયોગ પ્રસ્તુત કર્યો. હજારો લોકોએ જોયું કે આકાશમાં કોઈ વાદળ નથી. તે સર્વત્ર ખાલી હતું. સાધક મંત્ર પર આવ્યો. આકાશ તરફ જોયું અને દશ મિનિટની અંદર તે સમગ્ર આકાશ વાદળોથી ભરાઈ ગયું. પછી સાધકને વાદળો વિખેરવાનું કહેવામાં આવ્યું. દશ મિનિટ પછી જોયું કે આકાશ વાદળોથી શૂન્ય છે. બધાં વાદળો અદૃશ્ય થઈ ગયાં.

સૌથી મોટી ચૈતન્યશક્તિ છે

પ્રકૃતિના પરમાણુ ચૈતન્યની શક્તિથી પ્રભાવિત થાય છે. વિશ્વમાં જેટલી શક્તિઓ છે. તેમાં સૌથી મોટી શક્તિ ચૈતન્યની શક્તિ છે. પરમાણુની શક્તિ પણ અનંત અસીમ છે. પણ ચૈતન્યની શક્તિ સમક્ષ બધી શક્તિઓ પ્રણત થઈ બન્ય છે. ઝૂકી બન્ય છે. જ્યારે ચૈતન્યની શક્તિ બળે છે ત્યારે પરમાણુ પ્રભાવિત થાય છે.

પ્રાણ શક્તિનો પ્રભાવ

આજે પરામનોવિજ્ઞાનના ક્ષેત્રમાં પદાર્થને પ્રભાવિત કરવાના અનેક પ્રયોગો થઈ રહ્યા છે. આ માનવામાં જ નથી આવતું, પરંતુ પ્રમાણિત પણ કરવામાં આવ્યું છે કે ચૈતન્ય શક્તિ દ્વારા —પ્રાણશક્તિ દ્વારા—પદાર્થોને પ્રભાવિત કરી શકાય છે. તેને બદલી શકાય છે. એક ભારી વસ્તુને એક સ્થળેથી બીજા સ્થળે ખસેડી શકાય છે. તેને ઉચ્ચ સ્થાને લઈ જઈ શકાય છે અને તેનું રૂપાંતર પણ કરી શકાય છે. આ એક વિક્રિયાનો સામાન્ય પ્રયોગ છે. વૈક્રિયલબ્ધિ અર્થાત્ વિક્રિયાનો પ્રયોગ. એના દ્વારા અનેક પ્રયોગો કરી શકાય છે. એના માધ્યમથી અનેક વસ્તુઓનું નિર્માણ અને રૂપાંતરણ કરી શકાય છે.

જ્યારે ભીતરનો વૈભવ બળે છે. વ્યક્તિ સ્વયં સમર્થ બની બન્ય છે. જ્યાં સુધી ભીતરનું ઐશ્વર્ય નથી બગતું ત્યાં સુધી હજારો શક્તિઓ

હોવા છતાં પણ માનવી ભીતર ખીતોખીતો રહે છે. કમજોર રહે છે. તે કશું પણ નથી કરી શકતો.

બધા લોકો જાણે છે કે જેના હાથમાં સત્તા છે, વિવિધ પ્રકારની શક્તિઓ છે, તે બધાંને નબળાઈઓ સતાવે છે. ભય સતાવે છે. કોઈ પણ રાષ્ટ્રપતિ અંગરક્ષકો વગર જીવતા નથી. કોઈપણ પ્રધાનમંત્રી અંગરક્ષકોની ફોજ વગર અને સંત્રીઓના પહેરા વગર પુલ્લા આકાશમાં નથી જીવતો. નેટલા પણ મોટા મોટા માણસો છે તે બધા દબાયેલા રહે છે. ભયભીત રહે છે. એનું કારણ છે કે તેમની ભીતરની કમજોરી તેવી ને તેટલી જ રહે છે. તે કદી સમાપ્ત થતી નથી. મનનો ભય સદા વિદ્યમાન રહે છે. સત્તા કે વૈભવનું કામ હોય છે કે વ્યક્તિને બહારથી સમૃદ્ધ બનાવી દેવી અને ભીતરથી તેટલી જ કમજોર અને દુર્બળ બનાવી દેવી.

મહાન સંત કોન્ફ્યુશિયસે કહ્યું : હું સમ્રાટ છું. લોકોએ કહ્યું : કેવું પાગલપન! ફફીર છો અને પોતાની જાતને સમ્રાટ કહો છો. વાત સમજમાં નથી આવતી. સમ્રાટની પાસે સેવકો હોય છે. તમારી પાસે સેવકો કયાં છે? સંતે કહ્યું : હું આજસુ નથી. હું શ્રમ કરું છું. સેવક એને જોઈએ જે આજસુ હોય છે. શ્રમથી દૂર ભાગે છે. હું કર્મણ્ય છું. અકર્મણ્ય નથી. સેવકાતું ન હોવું સમ્રાટ થવામાં બાધક નથી.

તમારી પાસે શસ્ત્ર કયાં છે? સમ્રાટ પાસે ખૂબ વિશાળ શસ્ત્રાગાર હોય છે. તમારી પાસે શસ્ત્રાગાર કયાં છે?

હું કાયર અને ડરપોક નથી. કાયર અને ડરપોક વ્યક્તિને શસ્ત્રોની જરૂર હોય છે.

તમારી પાસે સેના કયાં છે? સમ્રાટ પાસે વિશાળ સેના હોય છે.

હું શક્તિશાળી છું. મારા પર કોઈ પણ આક્રમણ નથી કરી શકતું. મને કોઈનો ભય નથી. મારે માટે સેના અનાવશ્યક છે. સેના એને જોઈએ જે ભયભીત છે. ખીજના આક્રમણની આશંકાથી ભરાયેલો હોય છે.

તમારી પાસે ધન કયાં છે જે સુખ-સુવિધા આપી શકે.

સમ્રાટ પાસે અપાર ધન હોય છે.

ધન ગરીબ અને દરિદ્રને જોઈએ. હું દરિદ્ર નથી. હું આંતરિક સંપદાથી સંપન્ન છું.

લોકોએ માની લીધું કે કોન્ફ્યુશિયસ જ સમ્રાટ છે.

વાસ્તવમાં જ્યારે આંતરિક ચક્રવર્તિત્વ જન્યત થાય છે, ભીતરનું સામ્રાજ્ય ફેલાઈ જાય છે ત્યારે વ્યક્તિમાં એટલી શક્તિ જાગે છે, તેને એટલું પરાક્રમ તથા સામર્થ્યનો અનુભવ થાય છે કે તેને કોઈ પણ ઘટનાં ભયભીત નથી કરી શકતી. પરાજિત નથી કરી શકતી. આપણો અન્તર્જગતનો વૈભવ અધ્યાત્મનો વૈભવ છે. આત્માનો વૈભવ છે. જે વ્યક્તિએ એનો અનુભવ કર્યો છે. તેનું મનોબળ અવશ્ય જાગ્યું છે. એનું શરીરબળ પણ જાગ્યું છે અને તેનું વચનબળ પણ જાગ્યું છે. આપને આશ્ચર્ય થશે કે ધન અને સત્તા પ્રાપ્ત કરવાની ઉત્સુકતા રાખનાર બધા લોકો સંન્યાસીઓના આશીર્વાદ લેવા જાય છે. એમને બારણે આંટા-ફેરા મારે છે. કોઈક કોઈ મહાત્માના આશીર્વાદ લેવા દોડે છે અને કોઈક કોઈ માના આશીર્વાદ લેવા ભાગે છે. બધાં તે અક્રિયનો પાસે જાય છે અને વિચારે છે કે એક પણ વચન નીકળી ગયું તો નિહાલ થઈ જઈશું. સમ્રાટ પણ ફકીરોની પાસે જાય છે. આજે પણ લોકોના મનમાં એ વિશ્વાસ રહે છે કે અધ્યાત્મના વૈભવથી યુક્ત વ્યક્તિના આશીર્વાદ જ સર્વ કાંઈ છે. જે તે નથી મળતા તો બધું હોવા છતાં પણ લાગે છે કે કંઈ પણ નથી. વચનનું બળ જાગે છે અધ્યાત્મની સાધના દ્વારા, મનોબળ પણ અધ્યાત્મ વડે જ જન્યત થાય છે.

સંકલ્પમાં એટલી શક્તિ આવી જાય છે કે વ્યક્તિ કેટલીય દૂર ખેડી હોય, ઊભી હોય, મનના સંકલ્પ પ્રમાણે તેણે કાર્ય કરવું પડશે. મનનું બળ જ્યાં સુધી જાગતું નથી ત્યાં સુધી સંદેહના ઘેરામાં જ રહે છે. તેને એ પણ વિશ્વાસ નથી થતો કે આ કામ થઈ શકશે. સંદેહ કદી દૂર હટતો જ નથી. તે હમેશાં તેવો ને તેવો જ રહે છે. શરીરનું બળ પણ જાગી જાય છે. યોગની સાધના કરનાર વ્યક્તિમાં શરીરનું બળ જાગે છે. પ્રાણ પર નિયંત્રણ કરનાર વ્યક્તિમાં શરીરનું બળ જાગે છે, તેટલું બળ ખીજમાં નથી જાગતું. ટોનિક બેકાર બની જાય છે. હાથી કે ટૂકને પોતાની છાતી પરથી કોઈ પસાર કરી શકતું નથી. પરંતુ પ્રાણ પર નિયંત્રણ પ્રાપ્ત કરનાર વ્યક્તિ એ વાતને અત્યંત સાધારણ સમજે છે અને તે પોતાની છાતી પરથી હાથી અને ટૂકને પણ લઈ જઈ શકે છે.

હમણાં પાછલી શિબિરમાં એક સંન્યાસી દિલ્હીથી આવ્યા હતા. તેમના મનમાં પ્રેક્ષા ધ્યાનને શીખવા-સમજવાની આતુરતા હતી. તેઓ શિબિરમાં રહ્યા. એક દિવસ તેમણે પોતાની પ્રાણશક્તિનો ચમત્કાર

દેખાડયો. હજારોની પરિષદમાં તેમણે એક સઘન લોખંડની સાંકળને શ્વાસનું નિયંત્રણ કરીને કાયની જેમ તોડી નાંખી. તેના અનેક ટુકડા થઈ ગયા.

આ શ્વાસની શક્તિનો પ્રયોગ છે.

બ્યારે ભીતરનો વૈભવ જાગે છે ત્યારે શરીરબળ, મનોબળ અને વચનબળ જાગે છે. માનવી અત્યંત શક્તિશાળી બની જાય છે.

બ્યાચાર્યે લખ્યું છે : પ્રભુ! આપની તો વાત જ શી, આપનું ધ્યાન ધરનાર વ્યક્તિ, આપની સાથે તન્મયતા કે એકાત્મકતા સ્થાપિત કરનાર વ્યક્તિ પણ સંપન્ન બની જાય છે. તેને આધ્યાત્મિક ચેતનાના ઐશ્વર્યની સાથે સાથે સિદ્ધિઓ પણ પ્રાપ્ત થાય છે. તે અનેક ઋદ્ધિઓનો સ્વામી બની જાય છે. જૈન ગ્રંથોમાં અનેક ઋદ્ધિઓનું વિસ્તૃત વર્ણન છે, જેની પ્રાપ્તિ યોગીઓને થાય છે.

મહર્ષિ પતંજલિએ ‘વિભૂતિ’ શબ્દનો પ્રયોગ કર્યો છે અને જૈન આગમોમાં ‘ઋદ્ધિ’ શબ્દનો પ્રયોગ પ્રાપ્ત છે. બે પ્રકારના મનુષ્ય હોય છે —ઋદ્ધિ પ્રાપ્ત અને ઋદ્ધિ શૂન્ય. ચક્રવર્તી, વાસુદેવ, બળદેવ, અર્હત, તીર્થંકર વગેરે-વગેરે વિશિષ્ટ વ્યક્તિ ઋદ્ધિ પ્રાપ્ત હોય છે. વિશિષ્ટ સાધના કરનાર ઋદ્ધિઓથી સંપન્ન હોય છે.

સાધુ ઋદ્ધિમાન હોય છે. જો તેમની પાસે ઐશ્વર્ય નહિ હોય તો લોકો શા માટે તેમના દ્વારે ચાંટા મારતા હોય છે? શું લેવા-દેવા છે? શું મળે છે એમની પાસેથી? તે ધન કંઈક ખીજું જ હોય છે, બસ એટલું જ અંતર છે. આ દષ્ટિએ કહી શકાય છે કે ધનવાન વ્યક્તિ ધનવાનને ત્યાં જ ચક્કર લગાવે છે, નિર્ધનને ત્યાં નહિ. જો નિર્ધનને ત્યાં જ ચક્કર લગાવતે તો એક ભિખારીનું ચક્કર લગાવતે.

એક ભિખારી શેઠની ડોઠી પર ગયો. બોલ્યો : શેઠ સાહેબ, પૈસા આપો. શેઠ બોલ્યા : પૈસા નથી. ભિખારીએ કહ્યું : રોટલી આપો. રોટલી પણ નથી. સારું, ફાટેલાં કપડાં આપી દો. કપડાં પણ નથી. આટલું સાંભળતા જ ભિખારી બોલ્યો : તો પછી અહીં શા માટે બેઠા છો. મારી સાથે ચાલો. આપણે બંને ભીખ માગીશું.

કોઈપણ વ્યક્તિ ભિખારીની સાથે નથી જતી. દરિદ્રથી પણ દરિદ્ર વ્યક્તિ પણ દરિદ્રના દ્વારે ચાંટા નથી મારતી. ત્યાગી સાધુઓ અને

સંન્યાસીઓની પાછળ, જ્યાં પણ આધ્યાત્મિક વૈભવનો અનુભવ થાય છે, હજારો ધનકુખેર અને સત્તાધીશ દોડતા દોડતા જાય છે. એનો ફલિતાર્થ એ થાય છે કે આધ્યાત્મિકતાથી સંપન્ન વ્યક્તિ કદી વિપન્ન નથી હોતી, દરિદ્ર નથી હોતી. તે ખૂબ વૈભવશાળી હોય છે, સંપન્ન હોય છે. સંપન્ન વ્યક્તિ હમેશાં પોતાનાથી વધારે સંપન્ન વ્યક્તિનું જ દ્વાર ખખડાવે છે. પોતાનાથી ઓછા વૈભવશાળી વ્યક્તિના દ્વારે કદી નથી જતી. આ નિયમ સમજવામાં આપણને જરા પણ મુશ્કેલી પડતી નથી.

અધ્યાત્મનો અનુભવ એક અનોખી સંપદા છે.

જ્યાયાર્થે આ રહસ્યને સ્તુતિના માધ્યમ દ્વારા ખૂબ જ ઉપસાવ્યું છે અને એનું એક હૃદયગ્રાહી ચિત્રણ પ્રસ્તુત કર્યું છે. વાંચનાર વ્યક્તિ વાંચતા વાંચતા આપમેળે આ અનુભવની ભૂમિકા પર પહોંચી જાય છે કે અધ્યાત્મની સાધના સંપન્નતાની સાધના છે. એ વિપન્નમાંથી સંપન્ન થવાની સાધના છે. જે વ્યક્તિ આ સંપન્નતાની ભૂમિકા પર પહોંચી જાય છે તેને ધનની વિપન્નતા કદી સતાવતી નથી.



प्रवचन : १०

स्वास्थ्य अने समाधि

સંકેતિકા

- ૧ નીલ વર્ણ મલિલ જિનેશ્વર, ધ્યાન નિર્મલ ધ્યાયો ।
અલ્પકાલ માંહી પ્રભૂ પરમજ્ઞાન પાયો ॥
- ૨ શ્વેત વરણ પ્રભુ શોભતા, વારુ વાળ અમામી હો ।
ઉપશમ રસ ગુણ આગલી, મેટણ ભવ-ભવ સ્વામી હો ॥
- ૩ દ્વાદશમા જિનવર ભજિએ, રાગ દ્વેષ મચ્છર માયા તજિયે ।
પ્રભુ લાલ વરણ તન છિવ જાણી; પ્રભુ વાસુપૂજ્ય ભજલે પ્રાણી ॥
(ચૌબીસી ૧૨/૧; ૨/૨, ૧૨/૧)



- સમાધિ સ્વાસ્થ્ય છે.
- સમાધિની ત્રણ મુશ્કેલીઓ—વ્યાધિ, આધિ અને ઉપાધિ.
- રંગવિજ્ઞાન
- સિદ્ધની આરાધના રંગોના આધારે.
- સ્વાસ્થ્યનો આધાર નાડી-સંસ્થાન.
- શિવાદેવી બધાની અંદર છે.
- પ્રજ્ઞાનું ઘર જ વાસ્તવિક ઘર છે.

સ્વાસ્થ્ય અને સમાધિ

સ્વાસ્થ્ય મંગળ છે

મંગલં ભગવાન્ વીરો મંગલં ગૌતમો ગણી ।

મંગલં સ્થૂલભદ્રાદ્યા જૈન ધર્મેસ્તુ મંગલમ્ ॥

મંગલં મતિમાન્ ભિક્ષુઃ મંગલં શ્રારમલ્લકઃ ।

મંગલં રાયચન્દ્રાદ્યાઃ મંગલં તુલસીગુરુઃ ॥

ચિંતન કરનાર અને ચિંતન ન કરનાર બધી વ્યક્તિ પોતાના જીવનને મંગલમય બનાવવા ઇચ્છે છે. અમંગળ કોઈ ઇચ્છતું નથી. મંગળનું સર્વપ્રથમ ચરણ છે. સ્વાસ્થ્ય. આ શરીરનું મંગળ છે. મનનું મંગળ—મનનું સ્વાસ્થ્ય. ભાવનાનું મંગળ ભાવનાનું સ્વાસ્થ્ય. બ્યારે શારીરિક તથા માનસિક સ્વાસ્થ્ય, અને એના કરતાં પણ વધારે ભાવાત્મક સ્વાસ્થ્ય પ્રાપ્ત થાય છે ત્યારે સમાધિ આપમેળે પ્રાપ્ત થાય છે. સમાધિ માટે વધુ પ્રયત્ન કરવાની જરૂર નથી. સમાધિ તો આપણી સ્વાભાવિક અવસ્થા છે. વચ્ચે જે વિદ્વેના આવે છે, તે મુશ્કેલીઓને દૂર કરી દઈએ. શિલાચટ્ટાનેને હટાવી દઈએ. તે તે સ્વાભાવિક અવસ્થા પ્રગટ થઈ જાય છે. સમાધિનું નિર્માણ નહિ કરવું પડે, તે તે અંદર સ્થિત છે. માત્ર મુશ્કેલીઓ દૂર કરવાથી તે અભિવ્યક્ત થઈ જાય છે.

ત્રણ મુશ્કેલીઓ

સમાધિની ત્રણ મુશ્કેલીઓ છે :

૧ વ્યાધિ—શરીરની ખીમારી

૨ આધિ—મનની ખીમારી

૩ ઉપાધિ—ભાવનાની ખીમારી

આ ત્રણે ખીમારીઓ એકબીજાથી ચઢિયાતી છે. આ ત્રણેને દૂર કરવાથી સમાધિની ઘટના સ્વયં બને છે. પ્રેક્ષાધ્યાનનો ક્રમ છે. આ ત્રણે મુશ્કેલીઓ કે ખીમારીઓને સમાપ્ત કરવાનો ક્રમ છે. અનેક સાધકોને અનુભવ છે કે પ્રેક્ષાધ્યાનથી અનેક શારીરિક રોગ મટે છે. એનાથી આદતો બદલાય છે. અનેક વ્યક્તિઓને પોતાની ચિર-પોષિત આદતોથી છુટકારો મળે છે.

ઉત્કૃષ્ટ મંગલ ભાવના

‘સમાહિવરમુત્તમં દિતુ—આ સૌથી મોટી મંગલભાવના છે. એમાં ત્રણ વસ્તુઓની પ્રાપ્તિ માટે પ્રાર્થના કરવામાં આવી છે.

- ૧ સ્વાસ્થ્ય મળે
- ૨ બોધિ—સમ્યગ્ દષ્ટિ મળે
- ૩ સમાધિ મળે.

આરોગ્યની પ્રાપ્તિ—આ સૌથી મોટી મંગલભાવના છે. રોગી બિચારો શું કરી શકે? શું કરશે? તે બેસે છે તો પગ સાથ નથી દેતા. પ્રેક્ષા કરે છે તો મસ્તક સાથ નથી આપતું, મસ્તક ફાટવા લાગે છે. જેનું નાડી-સંસ્થાન મજબૂત નથી તે સાધના કેવી રીતે કરી શકશે. સ્વાસ્થ્યનું લક્ષણ છે નાડી-સંસ્થાનનું શક્તિશાળી હોવું. નાડી-સંસ્થાન નેટલું શક્તિશાળી હોય છે માનવી તેટલો જ સ્વસ્થ હોય છે.

બોધિ મળે—આ પણ મંગલ ભાવના છે. બોધિનો અર્થ છે—સમ્યગ્ દષ્ટિ. જ્યારે દષ્ટિ સમ્યગ્ હોય છે ત્યારે કાર્ય યોગ્ય થાય છે. જ્યારે દષ્ટિ મિથ્યા હોય છે ત્યારે કાર્ય યોગ્ય નથી થતું. સમ્યગ્ દષ્ટિની પ્રાપ્તિ પણ સહજ નથી હોતી.

સમાધિ મળે—જ્યારે આરોગ્ય પ્રાપ્ત થાય છે, બોધિ થાય છે ત્યારે સમાધિ આપમેળે ઉપલબ્ધ થાય છે. એનો ખૂબ જ સુંદર ઉપાય બતાવવામાં આવ્યો છે. હમણાં અમે તેના પર સંપૂર્ણ ધ્યાન નથી આપ્યું. આ ઉપાય ‘લોગસ્સ’ની પાટીમાં નિર્દિષ્ટ છે. ‘લોગસ્સ’નું ધ્યાન ધરનાર બપ કરનાર પણ તેના પર પૂરું ધ્યાન નથી આપી રહ્યા. લોગસ્સનું એક મહત્વપૂર્ણ પદ છે :

चंदेसु निम्मलयरा, आइच्चेसु अहियं पयासयरा ।
सागरवरगंभीरा, सिद्धा सिद्धिं मम दिसंतु ॥

સિદ્ધની આરાધના રંગોના આધારે :

ત્રણ ઉપલબ્ધિઓ છે :

- ૧ સિદ્ધની આરાધનાથી આરોગ્ય મળી શકે છે.
- ૨ સિદ્ધની આરાધનાથી બોધિ મળી શકે છે.
- ૩ સિદ્ધની આરાધનાથી સમાધિ ઉપલબ્ધ થઈ શકે છે.

સિદ્ધની આરાધના આપણે ત્રણ રૂપોમાં કરીએ :

- ૧ ચાંદના રૂપમાં સિદ્ધનું ધ્યાન કરીએ. શ્વેત રંગનું ધ્યાન કરીએ.
- ૨ સૂર્યના રૂપમાં સિદ્ધનું ધ્યાન કરીએ. લાલ રંગનું ધ્યાન કરીએ.
- ૩ સાગરનાં રૂપમાં સિદ્ધનું ધ્યાન કરીએ. સમુદ્રનો રંગ ભૂરો હોય છે. આપણે ભૂરા રંગનું ધ્યાન કરીએ.

જ્યાંચારે આ ત્રણે રંગો—શ્વેત, લાલ, અને ભૂરાના ધ્યાનની ચર્ચા કરી છે. પશ્ચિમના ઓક્ટો સાયન્સના લોકો માને છે કે ભૂરો વર્ણ અધ્યાત્મનું પ્રવેશદ્વાર છે. વિશુદ્ધિ કેન્દ્ર પર ભૂરા રંગનું ધ્યાન ધરવામાં આવે છે. વિશુદ્ધિ કેન્દ્ર એક મુખ્ય ચૈતન્ય-કેન્દ્ર છે. આ અધ્યાત્મનું પ્રવેશદ્વાર માનવામાં આવે છે. લાલ વર્ણનું ધ્યાન દર્શન-કેન્દ્ર પર કરવામાં આવે છે. શ્વેત વર્ણનું ધ્યાન જ્યોતિષકેન્દ્ર પર કરવામાં આવે છે. જે વ્યક્તિ પ્રતિદિન આ ત્રણે રંગો—ભૂરો, લાલ અને શ્વેતનું ધ્યાન ધરે છે તે શારીરિક સ્વાસ્થ્યનો પણ અનુભવ કરે છે. વૈદિક સાહિત્યમાં સંધ્યાધ્યાનનું વિધાન છે. સંધ્યા સમયે બ્રહ્મા, વિષ્ણુ અને શિવનું ધ્યાન ધરવામાં આવે છે તેમાં આ ત્રણે રંગો—લાલ, શ્વેત અને કૃષ્ણનું ધ્યાન હોય છે. કૃષ્ણનો અર્થ કાળો નહિ પણ ભૂરો છે. આ ધ્યાનના પરિણામની ચર્ચામાં 'પતાવ્યુ' છે કે આ ત્રણે રંગોનું ધ્યાન કરનાર પોતાના સ્વાસ્થ્યને પણ પ્રાપ્ત કરે છે,

નાડી-સંસ્થાન સ્વાસ્થ્યનો આધાર છે

સર્વ પ્રથમ વાત છે—સ્વાસ્થ્યની ઉપલબ્ધિ. જ્યારે શારીરિક સ્વાસ્થ્ય ઠીક હોય છે ત્યારે માનસિક સ્વાસ્થ્ય પણ સારું રહે છે. માનસિક સ્વાસ્થ્યમાં સૌથી મોટી મુશ્કેલી છે શારીરિક સ્વાસ્થ્ય. જેનું નાડી-સંસ્થાન મજબૂત નથી હોતું, તે વ્યક્તિ માનસિક ખીમારીથી ગ્રસ્ત હશે. માનસિક સ્વાસ્થ્ય માટે નાડી-સંસ્થાનને શક્તિશાળી બનાવવું ખૂબ આવશ્યક છે. નાડી-સંસ્થાન જેટલું નિર્મળ અને શક્તિશાળી હશે, માનસિક સ્વાસ્થ્ય તેટલું જ સ્થિર અને નિર્મળ હશે, ભાવનાત્મક ગરબડોમાં પણ આ બંને કારણો હોય છે. શરીરની ખીમારી માણસને ચીડિયો બનાવી દે છે. તેમાં ક્રોધની વૃત્તિ વધુ થાય છે. સ્વભાવ અને ટેવો બગડી જાય છે. માનસિક ખીમારીમાં સ્વસ્થ ટેવો રહી નથી શકતી. ભાવનાત્મક ખીમારીનાં આ બંને કારણ છે. જ્યારે આ બંને કારણ બરાબર હોય છે ત્યારે ભાવનાત્મક ખીમારી આપમેળે ઠીક થવા

લાગે છે. પ્રેક્ષા ધ્યાનની પ્રક્રિયા પારલૌકિક નથી. આ પરલોકને સુધારવાની પ્રક્રિયા નથી.

આચાર્ય તુલસીએ જ્યારે અણ્ણવત આંદોલનનું પ્રવર્તન કર્યું ત્યારે એ ઘોષણા કરી હતી કે હું તે ધર્મને મહત્ત્વ નથી આપતો જે કેવળ પરલોકની ચર્ચા કરે છે. પરલોકની ચર્ચા વ્યર્થ છે. વર્તમાનની ક્ષણ જો સુધરતી હોય તો આગલી ક્ષણની ચિંતા કરવી આવશ્યક નથી. જો વર્તમાનની ક્ષણ સુધરતી હોય તો ભવિષ્યની ક્ષણ પણ સુધરી જાય છે. આગલું જીવન વર્તમાન જીવનનું પરિણામ છે. પરિણામની ચિંતા જરૂરી નથી હોતી. પ્રવૃત્તિની ચિંતા કરવાની આવશ્યકતા હોય છે. આજનો ધાર્મિક પરિણામની ચિંતામાં ગૂંચવાઈ ગયો છે. જે પ્રવૃત્તિની ચિંતા નથી કરતો, જે વર્તમાનની ચિંતા નથી કરતો, પરિણામની ચિંતા કરે છે, તે કદી સફળ નથી થઈ શકતો. સફળ તે જ થાય છે જે વર્તમાનની ચિંતા કરે છે.

વર્તમાનની ચિંતા કરો, ભવિષ્યની નહિ

પ્રાચીન કાળની વાત છે. એક રાજ્યમાં એવી વ્યવસ્થા કરવામાં આવી કે જ્યારે રાજા ઘરડો થઈ જાય, અમુક અવસ્થાને પાર કરી જાય, પછી તે પોતાનું રાજ્ય પોતાના ઉત્તરાધિકારીને સોંપીને અરણ્યવાસી બની જાય. તે રાજ્યના બધા રાજા ભયભીત રહેતા. આજે આટલા મોટા સામ્રાજ્યનો અધિકાર અને કાલે અરણ્યવાસ. ઘણા રાજાઓ આ અરણ્યવાસના ભયથી રાજ્ય છોડીને ચાલ્યા ગયા. ભયને લીધે જીવનની બધી સક્રિયતા પહેલેથી જ સમાપ્ત થઈ ગઈ. અરણ્યવાસના જીવનનો સ્વીકાર ઘણી પાછળની ઘટના હોય છે, પરંતુ જે દિવસે રાજાના રૂપમાં અભિષેક થતો તે દિવસથી ચિંતા ઘેરી લેતી. પહેલા દિવસથી જ અરણ્યવાસી બની જતા અને ચિંતાઓમાં ડૂબી જતા. તેઓ નિરંતર દુઃખી રહેતા. રાજ્યનું કોઈ સુખ અનુભવમાં આવતું નહિ. એક વાર એક કુશળ રાજા બન્યો. તેણે વિચાર્યું : ત્રીસ-ચાળીસ વર્ષ પછી આવનાર દુઃખ માટે આજથી જ દુઃખી બની જવું એ બુદ્ધિનું લક્ષણ નથી. આ તો અનાગત દુઃખને મોલ લેવા જેવી વાત છે. તેણે રાજ્ય-ભાર સંભાળ્યો, જંગલને સુંદર બનાવવાનો પ્રારંભ કર્યો. કાર્ય આગળ વધ્યું. એક દિવસ એવો આવ્યો કે જંગલ રાજમહેલ કરતાં પણ સુંદર અને સુખદ બની

ગયું. હવે અરણ્યવાસ તેને માટે ચિંતાનો વિષય નહિ રહ્યો. તે સુખી જીવન જીવતો રહ્યો.

જે વર્તમાનની ચિંતા કરી લે છે તેને ભવિષ્યની ચિંતા નથી રહેતી. પ્રેક્ષા-ધ્યાનની સંપૂર્ણ પ્રક્રિયા વર્તમાનની ચિંતા છે, ચિંતન છે. વ્યક્તિ સદા એ વિચારતી રહે કે વર્તમાનની ક્ષણ કઈ રીતે ઉજ્જવળ બને. સાધના માટે શરીર શક્તિશાળી બને, મન શક્તિશાળી બને, અને ભાવનાઓ શક્તિશાળી બને. આટલું થયા પછી સમાધિ માટે કોઈ ચિંતા કરવાની જરૂર રહેતી નથી. સમાધિ પ્રવૃત્તિ નથી, પરિણામ છે. આપમેળે થનારી ઘટના છે. એને ઘટિત કરવા માટે અલગ પ્રયત્ન કરવાની આવશ્યકતા નથી હોતી.

સમાધિ અને ત્રિપદી

સમાધિની ઉપલબ્ધિનું એક મહત્ત્વપૂર્ણ સૂત્ર આપણને મળ્યું છે. તેને ફલિત થવા માટે ત્રણ બાબત આવશ્યક છે—શ્રદ્ધા, સમર્પણ અને પરાક્રમ.

સર્વ પ્રથમ તત્ત્વ છે—શ્રદ્ધા. જેનામાં શ્રદ્ધાનાં બીજ અંકુરિત નથી થયાં એવી કોઈ પણ વ્યક્તિ દુનિયામાં કોઈ પણ ક્ષેત્રમાં સફળ નથી થઈ. શ્રદ્ધાને લોકો યથાર્થ રીતે નથી સમજ્યા. તેઓ માને છે કે શ્રદ્ધા અને અંધવિશ્વાસ એક જ છે. આ ભ્રાન્ત માન્યતા છે. શ્રદ્ધા અને અંધવિશ્વાસનો કોઈ મેળ જ નથી. શ્રદ્ધાનો અર્થ છે—સચ્ચાઈ જાણી લીધા પછી એના પ્રત્યે ધનીભૂત આસ્થા પ્રગટ થવી. જાણ્યા પછી શ્રદ્ધા હોય છે. જાણુતા પહેલા શ્રદ્ધા હોતી જ નથી. શ્રદ્ધા હોવાનો પ્રશ્ન જ નથી ઊઠતો. કોણે કહ્યું આ અંધવિશ્વાસ છે? જ્યાં સુધી સચ્ચાઈ પ્રત્યે ધનીભૂત આસ્થા નથી હોતી, તે સચ્ચાઈ જીવનમાં કદી ફળતી નથી. જે વ્યક્તિમાં શ્રદ્ધા-બીજ વવાયું નથી તે કદી સફળ થઈ નથી અને કદી સફળ થશે નહિ.

શ્રદ્ધા પછી હોય છે—સમર્પણ. જ્યારે શ્રદ્ધા હોય છે ત્યારે આપણે તે ધ્યેય પ્રત્યે સર્વાત્મના સમર્પિત થઈ જઈએ છીએ, સંપૂર્ણ સમર્પણ હોય છે. પછી એ શરત નથી હોતી કે આ ઘટના બનવાથી હું આવું કરીશ. આમ થાય તો હું આવું કરીશ. અનેક શિષ્યો પોતાની જાતને ગુરુ પ્રત્યે સમર્પિત માને છે. પરંતુ તે એ શરત રાખે છે કે જો

આપ મારા પ્રત્યે એવો વ્યવહાર કરશો તો હું પણ આ વ્યવહાર કરીશ. નહિ તો નહિ. આ કેવું સમર્પણ; એનાથી કંઈ પણ થયું હોય એવું જાણ્યું નથી. સમર્પણ તે હોય છે જે સર્વાત્મના હોય, જે સર્વથા શરત કે પ્રતિબદ્ધતાથી મુક્ત હોય. તેમાં પછી જે પણ આવે, તે સ્થિતિને જોતા જાઓ, સહન કરતા જાઓ, પરંતુ સમર્પણ પર કોઈ આંચ આવે નહિ.

શ્રદ્ધા અને સમર્પણ પછી આવતું તત્ત્વ છે—પરાક્રમ. કોઈ પણ ગુરુ એ નથી કહેતા કે તમે શ્રદ્ધા અને સમર્પણ કરીને ખેસી જાઓ. બધું જ બનવા પામશે. ગુરુ ગતિ આપશે. ગુરુ ચલાવશે. તે કહેશે : પરાક્રમ કરો. ખેસી ન જાઓ. ચાલો અને ચાલતા જ રહો. પરાક્રમના દીપકને ન હોલવવા દો.

એક વ્યક્તિએ જાહેરાત કાઢી કે એક નોકરની જરૂર છે. એક વ્યક્તિ નોકરી કરવા આવી. તેણે પૂછ્યું : આપ પગાર કેટલો આપશો? માલિકે કહ્યું : ફક્ત ભોજન અને ખીજું કંઈ નહિ. સારું, તો કામ શું કરવાનું રહેશે? માલિકે કહ્યું : કામ ખીજું કશું નહિ. લાંગર પર જઈને ભોજન કરી લેવાનું અને આવતી વખતે મારે માટે ભોજન સાથે લઈ આવવાનું. બસ આટલું સરખું કામ છે. ખૂબ જ સરળ અને સીધું.

જે વ્યક્તિ પરાક્રમ નથી કરતી, મફતનું ખાવ છે તે જીવનમાં કદી પણ સફળ નથી થઈ શકતી. જેણે પ્રયત્ન છોડી દીધો, જેણે પરાક્રમને તિલાંજલિ આપી દીધી, તે શું કરી શકે છે? તેને કંઈ પણ પ્રાપ્ત નથી થઈ શકતું.

શ્રદ્ધા, સમર્પણ અને પ્રયત્ન કે પરાક્રમ—આ ત્રણ તત્ત્વ સફળતાનાં ધ્રુવબિન્દુ છે. તેના અસ્તિત્વથી સફળતા મળે જ છે. એમાં કોઈ સંદેહ નથી.

બધાની ભીતરમાં શિવાદેવી છે

સફળતા બહારથી નથી આવતી. તે આપણી ભીતર છે. તેને માત્ર પ્રગટ કરવાની છે. બહારથી કશું પણ લેવાનું નથી. સર્વકંઈ ભીતરમાં છે, થોડા પરાક્રમથી જ તે અભિવ્યક્ત થઈ જાય છે.

પુરાણી વાત છે. ઉજ્જયિની નગરીનો ભવ્ય રાજમહેલ. તેમાં એકવાર અચાનક આગ લાગી ગઈ. આગ વિચિત્ર હતી. તેને હોલવવા માટે પાણી છાંટવામાં આવી રહ્યું હતું અને તે વધુ ને વધુ ભૂકી રહી

હતી. પ્રશ્ન થઈ શકે કે પાણી આગને હોલવે છે, પાણીથી આગ ભભૂકતી નથી, હોલવાય છે. પાણી મળે અને આગ ન હોલવાય એ કદી સંભવ નથી. આ પ્રશ્નના સંદર્ભમાં તમે તમારા દિલને ઢંઢેળો. દિલમાં ભયંકર આગ લાગી છે. તમે પાણી નાખતા જાઓ છો. તે ભભૂકતી જાય છે. ઇન્દ્રિય-વિષયોની તૃષ્ણામાં ભયાનક આગ છે તેને શાંત કરવા માટે માનવી ભોગ ભોગવી રહ્યો છે. તે અમિટ પ્યાસ ભોગોનું ઈધણ મેળવીને—દૃતસિક્ત અગ્નિની જેમ વધુ પ્રજ્વલિત થઈ રહી છે. તે તરસ છિપાતી નથી. માનવી શબ્દ, રૂપ, રસ, ગંધ અને સ્પર્શનું પાણી નાખે છે તે આગને છુઝાવવા માટે પણ તે આગ આ પાણી પ્રાપ્ત કરીને વધુ ભભૂકી જીટે છે. ફલિતાર્થ એ થયો—જેમ જેમ પાણી નાખ્યું આગ ભભૂકતી ગઈ.

રાજમહેલ ઘૂં ઘૂં કરતો સળગી રહ્યો હતો. રાજા ખૂબ ચિંતિત થઈ જાઈયા. આગને હોલવવાનું એકમાત્ર સાધન છે પાણી. તે પાણી પણ આગને હોલવવામાં અસમર્થ હતું. રાજાએ વિચાર્યું—પણ કોઈ હલ ન મળ્યો. તેમને અમાત્ય અભયકુમાર યાદ આવ્યો. તે વખતે અમાત્ય અભયકુમાર બન્દી બનેલો હતો. જેલમાં હતો રાજા જાતે એની પાસે ગયા અને ખોલ્યા : અમાત્યપ્રવર! રાજમહેલ બળાને ખાક થઈ રહ્યો છે. પાણીથી આગ હોલવાતી નથી. હજી થોડા સમયમાં કોઈ ઉપાય પ્રાપ્ત ન થશે તો રાજમહેલ જ નહિ, સમગ્ર નગર બળાને ભસ્મ થઈ જશે. અમે સૌ હતાશ થઈ ગયા છીએ. હવે તમે જ કોઈ ઉપાય બતાવો. અભયકુમાર પ્રજ્ઞાવાન હતો. તેણે કહ્યું : મહારાજ! ચિંતા ન કરો. હું ઉપાય બતાવું છું. ઉપાય બહાર નથી મારી પાસે છે. આપના અન્ત:-પુરમાં શિવાદેવી રાણી છે. તેણે સ્નાન કરેલું પાણી લાવીને આગ પર છાંટો. આગ હોલવાઈ જશે. સ્નાન-જળના થોડા છાંટા જ પર્યાપ્ત છે. તે રાણીનું શીલ-સૌરભ અદ્ભુત છે. તેનું તેજ પ્રચંડ છે અને તેનું આભામંડળ ખૂબ જ શક્તિશાળી છે. આપ તેનું સ્નાન કરેલું પાણી આગ પર નાખો, તે તરત હોલવાઈ જશે.

રાજાએ સાંભળ્યું. તે અવાજ થઈ ગયા. તેમણે વિચાર્યું—ઉપાય ઘરમાં જ છે અને હું તેને શોધવા બહાર ભટકી રહ્યો છું.

શિવાદેવીને સ્નાન કરાવ્યું. સ્નાન કરેલું પાણી આગ પર છાંટ્યું. આગ તરત જ હોલવાઈ ગઈ. રાજા અને પ્રજાનું મન હર્ષથી ભરાઈ ગયું.

શિવાદેવીનું સ્નાન જળ આપની ભીતર છે. પ્રેક્ષાધ્યાન શિવાદેવીનું સ્નાન જળ છે. આપ શરીરને નિર્મળ ચિત્ત દ્વારા સ્નાન કરાવો અને તે જળનું સિંચન કરો. આ તૃષ્ણા અને લાલસાની અમિટ આગ આપમેળે હોલવાઈ જશે. સમસ્યાનું સમાધાન થઈ જશે.

પ્રજ્ઞાનું ધર જ વાસ્તવિક

બધા શિગિરાર્થીઓ દસ દિવસની અન્તયાત્રા પછી પોતાપોતાના સ્થાન તરફ પ્રસ્થાન કરશે. પોતાના સ્થાન પર જઈને પણ તેઓ આ સાધનાના અભ્યાસને ભૂલશે નહિ. આટલા દિવસો સુધી તેમનું ધર હતું, માટી, ચૂનો ઈટ અને પથ્થરોથી બનેલું. હવે તેમણે ખીજું ધર બનાવી દીધું. તે ખીજું ધર છે—પ્રજ્ઞાનું ધર, પ્રજ્ઞાપ્રદીપ. એક છે બહિર્જગતનું ધર અને એક જ છે અન્તર્જગતનું ધર. આ અન્તર્જગતના ધરની કદી વિસ્મૃતિ ન થાય. હું ધચ્છું છું કે આ પ્રજ્ઞાપ્રદીપ વાસ્તવમાં આપનું ધર બની જાય અને જે મૂળ ધર છે તે માત્ર રાત્રિ-નિવાસ બની જાય. આ રહેવાનું ધર બની જાય અને તે વિશ્રામગૃહ બની રહે. પંખી હમેશાં માળામાં રહે છે. બ્યારે તેણે દાણો-પાણી કરવો હોય છે ત્યારે તે માળામાંથી ઊડીને આકાશની અન્તયાત્રા કરે. અધ્યાત્મનીડ સાધના-જીવનનું ગૃહ રહે અને તે મૂળ ધર કાર્ય-ગૃહ રહે. જીવન-યાપનની પ્રવૃત્તિનું ધર રહે. બ્યારે આપ જુઓ કે જીવન-યાપનનો પ્રશ્ન હલ થઈ રહ્યો છે, થઈ ગયો છે ત્યારે આપ વિશ્રામ કરવા માટે, સાધના કરતા વિશ્રામ કરવા માટે આ નીડનું શરણુ લો.

આભાર અને કૃતજ્ઞતા શા માટે?

આપણે સૌ આચાર્યપ્રવર પ્રત્યે કૃતજ્ઞ છીએ જેમનું આપણને પથ-પ્રદર્શન મળ્યું. આલોક મળ્યો અને આપણો માર્ગ પ્રશસ્ત થઈ ગયો.

આ સાધના શિગિરમાં નિરંતર સાધનાનો અભ્યાસ કરનાર શિગિરાર્થી રહ્યા છે, પરંતુ એવા પણ લોકો છે જેમણે વખતો-વખત આવીને સાધના માટે પોતાની અભિરુચિ બતાવી, રસ લીધો, પ્રવચનમાં રસ લેનારાઓની સંખ્યા અત્યધિક રહી છે. પ્રવચન સાંભળવાની તેમની તત્પરતા અને તન્મયતા પ્રશંસનીય હતી.

આચાર્યપ્રવર મારે માટે સર્વ કાંઈ છે. હું એમને માટે શું કરું? કઈ પણ કહેવું યોગ્ય નથી માનતો. હું એમ માનું છું કે હું જે કાંઈ કરું છું.

તે બધું આચાર્યશ્રી કરાવે છે. તેઓ સ્વયં કરે છે. આભાર કોનો માનું? કોઈ બીજું હોય તો આભાર માનું એવું અંતરાળ પણ નથી, જેની વચ્ચે આભાર અને કૃતજ્ઞતા મૂકી શકાય. આભારનો પ્રશ્ન જ નથી.

મધ્યાહ્નના ધોમધકતા તડકામાં આચાર્યપ્રવરતું દરરોજ આવવું. શક્તિને વધુ પ્રગુણિત કરે છે.

સાધ્વીપ્રમુખા તથા અન્ય સાધ્વીઓએ હજી ઘણા તાપનો સામનો કરવો પડ્યો, કેમ કે તેમનું સ્થાન દૂર હતું. તે બધી અહીં આવતી. તેમનું અહીં આવવું એ વાતની પ્રતીતિ કરાવે છે કે તેમના મનમાં સાધના પ્રત્યે લગન છે, રહી છે. નહિ તો અનેક બહાનાં કાઢી શકાય છે. બહાનાં માટે ઘણો અવકાશ છે. આજે તાપ વધારે છે. પગ બળી રહ્યા છે. સ્થળ ઘણું દૂર છે. આ બહાનાંઓનાં સંસારમાં બહાનાંઓ ઓછા નથી. બ્યારે ઇચ્છીએ ત્યારે બહાનું બનાવી શકીએ છીએ. પરંતુ બ્યારે અંતરનો રસ બગી જાય છે ત્યારે બહાનાં હોતાં જ નથી. અવરોધ પણ સમાપ્ત થઈ જાય છે.

બધા લોકોનો સાધના પ્રત્યે સહભાવ છે, આકર્ષણ છે. એનાથી એટલું શક્તિશાળી વાતાવરણ બને છે કે અનેક લોકોને અજ્ઞાત રૂપે સાધનાની પ્રેરણા મળે છે. અને તેઓ બધા સાધનાથી લાભાન્વિત થાય છે. સાધના કરવાની બધામાં બંને સ્પર્ધા બગી છે. હવે વધુ પ્રેરણાની આવશ્યકતા નથી લાગતી.

આ પ્રક્રિયા પહેલા પ્રાપ્ત થતે તો

મહાલયન્દ્રજી ભંસાળી શ્રદ્ધાળુ શ્રાવક છે. તેઓ સિત્તેર વર્ષની અવસ્થા પ્રાપ્ત કરીને આઠમા દસકામાંથી પસાર થઈ રહ્યા હતા. તેઓ શિબિરમાં રહ્યા. તેમણે કહ્યું : મહારાજ! મારાં સિત્તેર વર્ષ નકામાં ચાલ્યાં ગયાં. નકામા એ અર્થમાં કે હું જે પણ ધાર્મિક ક્રિયાઓ કરતાં, મારું મન કદી પણ સ્થિર નહોતું રહેતું. તે સદા ભટકતું રહેતું. આ શિબિરમાં બીજા થયેલા લાભોમાં મને એ લાભ અવશ્ય થયો છે કે હવે હું બ્યારે માણા જપું છું ત્યારે મને માત્ર તે જ દેખાય છે જે માણાનો બાધ છે. મારું મન સ્થિર રહે છે, એક જ લક્ષ્ય પર ટકેલું રહે છે. જો આ પ્રક્રિયા મને પહેલેથી પ્રાપ્ત થઈ હોત તો મને ઘણો લાભ થાત. ખેર, હવે હું આ પ્રક્રિયામાં આવી ગયો. મારા પર ઘણો મોટા ઉપકાર

થયો છે. આવા અનુભવો એક સાધકના નહિ અનેક સાધકોના છે. આપણે સાચે જ ખૂબ સૌભાગ્યશાળી છીએ કે આજે આ માનસિક સમસ્યાના જટિલયુગમાં, આ ચંચળતા અને વિદ્વેષના યુગમાં આ પાગલ-પણુના યુગમાં પ્રેક્ષાધ્યાન જ એવી સંજ્ઞવની મળી છે, જેનું સેવન કરીને આપણે આનંદ અને સુખવડે પોતાને ભરી શકીએ છીએ.



२ आत्म लोचन

आराधना

प्रवचन : १

नवी सृष्टि : नवी दृष्टि

સંક્રોતકા

- આપણી સૃષ્ટિનાં બે મોટાં તત્ત્વો—૧ માનવ ૨ ધુદ્ધિ-ચેતના
—આ બન્ને જૂનાં પડી ગયાં.
- નવાં તત્ત્વો જરૂરી છે—૧ અતિમાનવ ૨ પ્રજ્ઞા-ચેતના.
- આ સૃષ્ટિમાં રોગ છે; વાર્ધક્ય છે, મોત છે.
- એવી સૃષ્ટિ જોઈએ જ્યાં રોગ ન હોય, વાર્ધક્ય ન હોય, મોત ન હોય.
- આ સૃષ્ટિમાં ક્રોધ છે, ઈર્ષ્યા છે, ઘૃણા છે.
- એવી સૃષ્ટિ જોઈએ જ્યાં ક્ષમા હોય, પ્રમોદ હોય, મૈત્રી હોય.
- રોગ ન હોય તેનો અર્થ—રોગનું કષ્ટ ન હોય.
વૃદ્ધાવસ્થા ન હોય તેનો અર્થ—ઘડપણનું કષ્ટ ન હોય.
મોત ન હોવાનો અર્થ છે—મૃત્યુનું કષ્ટ ન હોવું.
- વૃદ્ધાવસ્થાનાં ચાર કારણ છે :
 - ૧ માનસિક તનાવ
 - ૨ કોશિકાઓની કઠોરતા
 - ૩ આહારનું અપાયન
 - ૪ લોહીની વિષાક્તતા.
- ઘડપણમાં ઓછી થાય છે :
 - સ્મરણ શક્તિ ● નિર્ણય શક્તિ ● આત્મ-નિયંત્રણ શક્તિ.
 - વૃદ્ધાવસ્થા વર્ષોથી અંકાતી નથી, ક્ષતિથી, અંકાય છે.

નવી સૃષ્ટિ : નવી દ્રાષ્ટ

આરાધનાની આંખ

એક ભાઈએ કહ્યું : હું આ દુનિયાથી કંટાળી ગયો છું. આ જીવનથી થાકી ગયો છું. આ સંસાર મને ગમતો નથી. કોઈ નવી દુનિયા જોઈએ, નવી સૃષ્ટિ જોઈએ.

મેં પૂછ્યું : 'શા માટે?'

તેણે કહ્યું : 'આ દુનિયામાં રોગ છે, ઘડપણ છે, મોત છે, દુઃખ છે. આવી દુનિયા મને નહિ જોઈએ. મને એવી દુનિયા જોઈએ જ્યાં રોગ નથી, ઘડપણ નથી, મોત નથી અને દુઃખ નથી. આ દુનિયામાં જ્યાં હું જીવી રહ્યો છું ત્યાં ક્રોધ છે, ઘૃણા છે, ઇર્ષ્યા છે, માનવી માનવીને મારવા ઇચ્છે છે, માનવી માનવીને અસ્પૃશ્ય માને છે, અછૂત માને છે, માણસ માણસને ધુતકારે છે, માણસ માણસ પ્રત્યે ઘોર અન્યાય કરે છે, તેને લૂંટે છે, તેને ઠગે છે. આવી દુનિયા મને ઇષ્ટ નથી. મને એવી દુનિયા જોઈએ જ્યાં આ બધા દોષો ન હોય, જ્યાં માનવી-માનવી પ્રત્યે વિશ્વસ્ત હોય, માનવી-માનવીને પ્રેમ કરતો હોય, માણસ-માણસને ભાઈ માનતો હોય, મિત્ર માનતો હોય.'

આપ સૌ આ સાથે સહમત છો? આપના મનમાં પણ આ કલ્પના જાગે છે કે આવી દુનિયામાં જીવવાની મજા છે. આવી દુનિયા જ જોઈએ. પ્રત્યેક માનવીના મનમાં એવું મીઠું સ્વપ્ન જાપસે છે અને તે વિચારે છે કે તે ભાઈએ ઠીક જ કહ્યું. આપણને પણ એવી જ પવિત્ર અને નિર્મળ દુનિયા જોઈએ; સૃષ્ટિ જોઈએ.

મેં કહ્યું : તમને જેવી સૃષ્ટિ જોઈએ તેવી સૃષ્ટિ આપણી આંખે સમક્ષ પ્રતિપળ નાચી રહી છે. દોષ બિચારી સૃષ્ટિનો નથી દોષ આપણી દષ્ટિનો છે. દોષ આપણો પોતાનો છે. તે સૃષ્ટિને જોનારી આંખ હોવી જોઈએ. જે તે આંખ આપણને પ્રાપ્ત થઈ જાય અને જે આપણે તે સૃષ્ટિને જોઈ શકીએ તો આપણું સ્વપ્ન સાકાર થઈ શકે છે.

તેણે પૂછ્યું : કઈ આંખ!

મેં કહ્યું : આરાધનાની આંખ

જે આંખો હોય છે. એક આરાધનાની આંખ અને બીજી છે વિરાધનાની આંખ. જે આરાધનાની આંખ પ્રાપ્ત થઈ જાય તો આપણી

સમક્ષ એક નવા સંસારનું સર્જન થઈ જાય છે જ્યાં તે બધા દોષો નથી, જેનો પ્રહાર માનવીએ હાલેને પગલે સહન કરવો પડે.

તેણે પૂછ્યું : આરાધના કોની ?

મેં કહ્યું : જ્ઞાનની આરાધના, દર્શનની આરાધના, ચારિત્રની આરાધના, તપની આરાધના અને વીર્યની આરાધના. આ આરાધનાની આંખ વડે તેવી નવી સૃષ્ટિનાં દર્શન થઈ શકે છે. એવી દૃષ્ટિ મળે તો તેવી સૃષ્ટિ પ્રસ્તુત છે.

જેવી દૃષ્ટિ તેવી સૃષ્ટિ

પ્રકૃતિનો સિદ્ધાંત પ્રતિપક્ષ પરિવર્તિત થઈ રહ્યો છે. પહેલો મરી રહ્યો છે, નવો પેદા થઈ રહ્યો છે, એક ક્ષણ પણ એવી નથી જતી જેમાં સમગ્ર સૃષ્ટિ મરી ન રહી હોય, એક ક્ષણ એવી નથી જતી જેમાં સૃષ્ટિનું નવું સર્જન થતું ન હોય. પ્રતિક્ષણ એક સૃષ્ટિ મરે છે; બીજી સૃષ્ટિ પેદા થાય છે. નવી સૃષ્ટિ દૂર નથી. તે આપણાથી ખૂબ નિકટ છે. તે આપણી ભીતર પણ છે. અને તે આપણી બહાર પણ છે. તે આપણી ડાબી-જમણી બાજુ પર પણ છે. આસપાસ પણ છે અને જ્યાં સુધી દૃષ્ટિ પહોંચે ત્યાં સુધી નવી સૃષ્ટિ આપણા માટે ઉપસ્થિત છે. માત્ર તેને જોવા માટે આંખ હોવી જોઈએ. જો આરાધનાની આંખ મળી જાય તો નવી સૃષ્ટિ માટે પછી કોઈ નવો પ્રયત્ન કરવાની જરૂર રહેતી નથી. જ્યાં જુઓ ત્યાં નવી સૃષ્ટિ.

પ્રશ્ન થાય છે—શું પછી તે સૃષ્ટિમાં વૃદ્ધાવસ્થા નહિ હશે, રોગ નહિ હશે? મોત નહિ હશે?

જ્યારે પ્રત્યેક ક્ષણ સમગ્ર સૃષ્ટિ પેદા થાય છે, મરે છે, તો પછી આ બધા પરિવર્તન કેમ ન થાય? જ્યારે પરિવર્તન અનિવાર્ય જ છે તો પછી રોગ કેમ ન થાય? ઘડપણ અને મૃત્યુ કેમ ન આવે? આ બધું આવશે...પણ એનું કષ્ટ નહિ થશે. ઘડપણ આવશે પણ તેનું કષ્ટ નહિ થશે રોગ આવશે પણ તેનું કષ્ટ નહિ રહેશે. મોત પણ આવશે પણ તેનું કષ્ટ નહિ રહેશે. તેનો ભય નહિ રહેશે. સૌથી મોટું કષ્ટ છે, ભય. રોગનો ભય, ઘડપણનો ભય, અને મોતનો ભય. ઘટનામાં જેટલું કષ્ટ નથી થતું એટલું કષ્ટ હોય છે માત્ર ભયમાં.

ભયનું ભૂત

યમરાજે યમદૂતને ખોલાવી ને પૂછ્યું : જુઓ, અહીંના એક ભૂ-ભાગ ખાલી થઈ ગયો છે. તેને ભરવાનો છે, તેથી મૃત્યુલોકમાં જાઓ અને હજાર માનવીઓને મારીને અહીં લઈ આવો. બસ, એટલાઓને માટે જ અહીં સ્થાન ખાલી છે, વધારે માટે નહિ.

કેવી વિડંબણા. માનવીનો સ્વભાવ જ છે કે તે ખાલી રાખવા નથી ઇચ્છતો. તે સદા ભરવા ઇચ્છે છે. માનવી પોતાના મગજને પણ ખાલી રાખવા ઇચ્છતો નથી. તે એને વિચારોથી ભરવા ઇચ્છે છે, નકામા વિકલ્પોથી ભરવા ઇચ્છે છે. વિચાર નકામા, વિકલ્પ નકામા અને ચિંતન નકામું. બધું નકામું જ નકામું. તોપણ માણસ વિચારે છે, ક્યાંક મગજ ખાલી નહિ રહી જાય. ખાલી મગજ શેતાનનું ઘર હોય છે— આ દૂષિત ધારણાએ મનુષ્યને એટલો બ્રાન્ત બનાવી દીધો કે તે ખાલી રહેવા ઇચ્છતો જ નથી. વાસ્તવમાં ખાલી રહેવું શેતાનનું ઘર નથી, ભગવાનનું ઘર હોય છે. કહેનારે એ જ દષ્ટિએ કહ્યું હશે કે નકામો માનવી શેતાન જેવો દુષ્ટ હોય છે. ખાલી રહેવાનો અર્થ નકામા રહેવાનો નથી. માનવી ખાલી રહે જ છે ક્યારે! તે નિરંતર પોતાના મગજને વિચારોથી ભરતો રહે છે. એટલું ભરી દે છે કે શેતાન તો શું, મહાશેતાન તેમાં ક્રીડા કરતા રહે છે. તે માનવીમાં વાહિયાત વાતો જન્મ લે છે. તે વાતો જ શેતાન છે.

યમરાજનો આદેશ લઈને યમદૂત મૃત્યુલોકમાં આવ્યો. તેણે એક સાથે હજાર માનવીઓના પ્રાણ હરી લીધા. સમગ્ર નગરમાં ભય વ્યાપ્ત થઈ ગયો. એક સાથે એક હજાર વ્યક્તિઓની મૃત્યુ સાંભળીને બધા નગર-વાસી ભયભીત થઈ ગયા. અત્યંત ભયને કારણે પાંચ હજાર માનવી ખીજ મરી ગયા. યમદૂત છ હજાર વ્યક્તિઓને લઈને યમરાજ સમક્ષ ઉપસ્થિત થયો. યમરાજે કહ્યું : આ શું? હજાર માનવીને લાવવાનું કહ્યું હતું અને તમે પાંચ હજાર વધારે લઈ આવ્યા? યમદૂત ખોલ્યા : સ્વામી! મેં આપની આજ્ઞાનું ઉલ્લંઘન નથી કર્યું. મેં હજાર માનવીઓને જ માર્યા હતા, પરંતુ પાંચ હજાર વ્યક્તિ તે મોતના ભયથી જ મરી ગઈ.

ભયથી મૃત્યુ થાય છે. ભયથી ખીમારીઓ ઉત્પન્ન થાય છે અને ભયથી ઘડપણ જલદી આવે છે.

આરાધનાનો અર્થ છે—ભયનું વિસર્જન, ભયનું મનમાંથી નીકળી જવું.

ભાવનાનો અભકાર

રોગથી જેટલા માનવી દુઃખી નથી થતા તેટલા માનવી દુઃખી થાય છે રોગના માનસિક ચિંતનથી. આ સૂત્ર સ્વાસ્થ્ય માટે પણ લાગુ પડે છે. દવાઓથી જેટલા માણસો સ્વસ્થ નથી થતા તેટલા સ્વસ્થ સ્વાસ્થ્યના ચિંતનથી થાય છે.

એક ખીમાર ડોક્ટર પાસે આવ્યો. તેની ખીમારી ભયંકર હતી. ડોક્ટરે તેને ઇન્જેક્શન આપીને કહ્યું : આ ઇન્જેક્શન ખૂબ શક્તિ આપનારું છે. એનાથી તમે તુરત શક્તિ પ્રાપ્ત કરી લેશો. આવું ઇન્જેક્શન નસીબમાં હોય તેને મળે છે. તમે ભાગ્યશાળી છો.

ઇન્જેક્શનની પ્રશંસાએ કામ કરવું શરૂ કરી દીધું. ખીમાર સ્વસ્થ થઈ ગયો. ખીમારના મિત્રે ડોક્ટરને પૂછ્યું : તે ઇન્જેક્શન કયું હતું, જે આટલું જલ્દીથી અસર કરી ગયું? ડોક્ટરે કહ્યું : ખીમાર પર વધુ અસર કરે ભાવના. મેં માત્ર પાણીનું ઇન્જેક્શન આપ્યું હતું, પરંતુ ખીમારના મનમાં તે ઇન્જેક્શને એટલી અસર કરી દીધી કે પાણીનું ઇન્જેક્શન પણ તેને માટે સંજીવની ખૂટી બની ગઈ.

ડોક્ટરે ખીજું એક પરીક્ષણ કર્યું એક રોગીને ખૂબ કીમતી દવા આપતાં કહ્યું : આ સાધારણ દવા છે. લઈ લો જ્યારે આનાથી જીવ્યો જાતની દવા આવશે ત્યારે ખીજી આપીશ. રોગી દવા લેતો ગયો, કોઈ અસર ન થઈ. આ પણ ભાવનાનું જ પ્રતિકૂલન છે.

કોરી રાખથી લાલ થઈ જાય છે અને હીરાની ભસ્મથી પણ કોઈ લાલ નથી થતો.

એક વૈદ્યે સર્દી માટે દવા આપી. રોગીએ પૂછ્યું : દવાનું નામ શું છે? વૈદ્યે કહ્યું : આ છે મહાપ્રતાપલકેશ્વરી રસ. નામ સાંભળતા જ રોગીએ વિચાર્યું : કેટલી મૂલ્યવાન આ ઔષધિ હશે? આટલું મોટું અને સારું નામ છે તે ગુણ પણ એવા જ હશે. ‘રસ’ પણ છે. ‘પ્રતાપ’ પણ છે, અને ‘લકેશ્વરી’, પણ છે. ત્રણે એક સાથે છે. ઔષધિનું સેવન કર્યું. રોગી સ્વસ્થ થઈ ગયો. મેં પૂછ્યું : વૈદ્યજી! આટલી બગડી ગયેલી સર્દી હતી તે આપની ઔષધિથી સારી થઈ ગઈ. એ દવા કઈ છે? ‘રસ’ છે તો ‘પારો’ એમાં જરૂર હશે. તથા પ્રતાપ અને લકેશ્વરી છે તો કોઈ તેજ ધાતુનો યોગ હોવો જોઈએ.

વૈદ્યે સ્મિતપૂર્વક કહ્યું : મુનિજી ! ઔષધિની ફોર્મ્યુલા બતાવવા નથી ઇચ્છતો, પણ આપને બતાવી દઈશ તેમાં બે ચીજો છે—રાખ અને કાળાંમરી. રાખ લાકડાની નહિ, રણના છાણાની. બસ આ જ ઔષધિની ફોર્મ્યુલા છે.

નામની અસર પણ ગજબની હોય છે. મોટી મોટી ખીમારીઓ સારી થઈ જાય છે. દવાનું જે નાનું સરખું નામ રાખવામાં આવે, તેની ગુણગાથા ન ગાય તો લેનાર વિચારે છે : સામાન્ય જ ઔષધિ છે. ખીમારી મોટી છે. તેમાં આ શું અસર કરી શકશે ?

મનની સંયુતિથી કષ્ટ થાય છે

પ્રત્યેક ઘટના સાથે માનસિક પ્રભાવનું પોતાનું મહત્ત્વ હોય છે. કષ્ટમાં પણ આવું થાય છે. કષ્ટ થાય છે રોગના સંવેદનથી. એક રોગી તરફડી રહ્યો છે, ચીસ પાડી રહ્યો છે. કરાંજી રહ્યો છે અને અસહ્ય કષ્ટથી મરવા જેવો અનુભવ કરી રહ્યો છે મર્ફિયાનું એક ઇન્જેક્શન આપ્યું અને તેનું બધું કષ્ટ મટી ગયું. તેના બરાડા પાડવા, કરાંજવું અને રડવું—આ બધું બંધ થઈ ગયું. શું દર્દ નષ્ટ થઈ ગયું ? દર્દ ક્યાં જતું રહ્યું ? દર્દ નષ્ટ નહિ થયું. દર્દ જ્યાં હતું ત્યાં છે, કોઈ ફેર નહિ પડ્યો પરંતુ માદક દ્રવ્યના પ્રયોગથી તેનું સંવેદન કેન્દ્ર શૂન્ય કરી દેવામાં આવ્યું. હવે કષ્ટની અધિકતા હોવા છતાં તેને તેની અનુભૂતિ નથી થતી. દર્દ સંવેદનથી થાય છે, સ્થાન કે રોગથી નથી થતું. સંવેદનને શૂન્ય કરી દેવાથી તે કષ્ટની અનુભૂતિ સમાપ્ત થઈ જાય છે. સંવેદન-કેન્દ્ર સક્રિય હોય છે તો કષ્ટ થાય છે. સંવેદન કેન્દ્ર નિષ્ક્રિય હોય તો કષ્ટ નથી થતું. જ્યારે મન સંવેદન-કેન્દ્ર સાથે જોડાય છે ત્યારે તીવ્ર વેદનાનો અનુભવ થાય છે. અને જ્યારે મન અન્ય કશામાં લાગી જાય છે તો વેદનાની અનુભૂતિ નથી થતી. પ્રશ્ન છે મનના યોગનો, મનની સંયુતિનો.

મનનાં બે કેન્દ્ર

આરાધના દ્વારા મનનું કેન્દ્ર બદલાઈ જાય છે. જે કેન્દ્ર શરીર હોય છે મનનું, તે કેન્દ્ર બદલાઈ જાય. અને તેની જગ્યા પર મનનું કેન્દ્ર ચૈતન્ય બની જાય છે. મનનું ચૈતન્ય-કેન્દ્રિત થવું—આ નવી સૃષ્ટિનું નિર્માણ છે અને મનનું શરીર-કેન્દ્રિત થવું—આ આપણી દુનિયા છે જેમાં આપણે જીવી રહ્યા છીએ. આપણે જે નવી સૃષ્ટિની કલ્પના કરીએ છીએ તે

ચૈતન્ય-કેન્દ્રિત સૃષ્ટિ છે. જ્યારે દષ્ટિ બદલાઈ જાય છે, મનનું કેન્દ્ર બદલાઈ જાય છે. ત્યારે બધી વાતો બદલાઈ જાય છે.

રોગ, વૃદ્ધાવસ્થા અને મોતને નિમંત્રણ

આપણે જોયું છે કે એવી પણ વ્યક્તિઓ છે જેના શરીરમાં ભયંકર રોગ છે પણ તેને કોઈ કષ્ટનો અનુભવ નથી. આપણે જોયું કે કેટલીક વ્યક્તિઓ અત્યંત વૃદ્ધ છે. પરંતુ તે અનુભવ નથી જ કરતા કે તેમને ઘડપણનું કષ્ટ છે. આપણે જોયું કે એવા પણ મનુષ્ય છે જે મોતને નિમંત્રિત કરે છે અને ખુશી ખુશી તેનું વરણ કરવા ઉત્સુક છે. આપણે એ વિચારીએ કે રોગને કોણ નિમંત્રિત કરે છે? વૃદ્ધત્વને કોણ નિમંત્રિત કરે છે? મોતને કોણ નિમંત્રિત કરે છે? આજે મોત જેટલું જલદી આવે છે એટલું જલદી નહિ આવવું જોઈએ. દરેક વ્યક્તિએ સામાન્યતઃ સો વરસ તો અવશ્ય જીવવું જ જોઈએ. સો વર્ષ સુધી જીવવાનો અધિકાર છે. પ્રત્યેક માણસને ઘડપણને દૂર ધકેલવાનો અધિકાર છે. પ્રત્યેક વ્યક્તિને રોગથી બચવાનો અધિકાર છે. પરંતુ માનવી તે અધિકારોનો ઉપયોગ નથી કરતો. એક માણસ જે ખાવામાં સંયમ નથી રાખતો, તે રોગને નિમંત્રે છે. કેટલાક લોકો માને છે કે જે ચીજો છે તે બધી ઈશ્વરે ખાવા માટે પેદા કરી છે. આ મિથ્યા ધારણાને લઈને ચાલનાર વ્યક્તિ શું રોગને નિમંત્રણ નથી આપતી? જે માણસને શ્વાસ લેતા નથી આવડતું તે શું ઘડપણને નિમંત્રણ નથી આપતો? ઘડપણ કેમ આવે છે? ઘડપણનું કારણ શું છે? ચાલીસ વર્ષ પછી ફેફસાંની શક્તિ ક્ષીણ થઈ જાય છે. જેટલો પ્રાણવાયુ લેવો જોઈએ તેટલો પ્રાણવાયુ લેવાની તેનામાં શક્તિ નથી હોતી. તે વખતે લાંબો શ્વાસ લેવો ખૂબ જરૂરી હોય છે. માનવી જેટલો લાંબો શ્વાસ લઈ શકે છે, લે છે તેટલો તે સ્વસ્થ રહી શકે છે. યુવાન રહી શકે છે. એક બાળક જે દીર્ઘશ્વાસ નથી લેતું તો કોઈ વિશેષ શારીરિક હાનિ નથી થતી. પરંતુ જે ચાલીસ-પચાસ વર્ષની વ્યક્તિ દીર્ઘ શ્વાસનો પ્રયોગ નથી કરતી તો તે જાણી જોઈને ઘડપણને નોતરે છે.

દીર્ઘ શ્વાસ : પહેલો પાઠ, અનિત્ર પાઠ

પ્રશ્ન થાય છે કે ફેફસાં અને શ્વાસનું આટલું શું મહત્ત્વ છે? ઘડપણ જલદી ત્યારે આવે છે જ્યારે આપણા શરીરમાંથી મળોનું નિષ્કાસન નથી થતું. ઘડપણ જલદી ત્યારે આવે છે. જ્યારે આપણા શરીરમાં લોહીનું

અભિસરણુ ધરાખર નથી થતું, શુદ્ધ લોહીતું સંચરણુ ધરાખર નથી થતું. મળોના નિષ્કાસન માટે તથા શુદ્ધ લોહીના સંચરણુ માટે દીર્ઘશ્વાસનો પ્રયોગ અત્યન્ત આવશ્યક છે. દીર્ઘશ્વાસથી ઓક્સિજનની પર્યાપ્ત માત્રા મળી જાય છે. પ્રાણવાયુની પર્યાપ્તિને કારણે રક્તનું શોધન થાય છે અને શુદ્ધ રક્ત જેટલું ધમનીઓમાં જાય છે તેટલું મળોનું નિષ્કાસન થાય છે. જ્યારે શુદ્ધ રક્ત પહોંચતું નથી ત્યારે મેલ એકઠા થતાં જાય છે. મલાવરોધ થાય છે અને શરીરની પ્રત્યેક કોશિકા મળથી અવરુદ્ધ થઈ જાય છે. રક્તના અભાવમાં તેની સફાઈ નથી થતી. તે પ્રાણ-શૂન્ય થઈ જાય છે. ફલતઃ અવરોધ જ અવરોધ થતો રહે છે. અને ત્યારે માનવીને અનેક મુશ્કેલીઓમાંથી પસાર થવું પડે છે. શુદ્ધ રક્ત જોઈએ અને શુદ્ધ રક્ત માટે પૂરો ઓક્સિજન—પ્રાણવાયુ જોઈએ. અને પૂરા પ્રાણવાયુ માટે લાંબો શ્વાસ, દીર્ઘશ્વાસ જોઈએ.

પ્રેક્ષા-ધ્યાનનો પહેલો પાઠ છે, 'દીર્ઘ શ્વાસ'ના અભ્યાસ. જેમ આ પહેલો પાઠ છે તેમ અંતિમ પાઠ પણ છે. આ કથન અત્યુક્તિપૂર્ણ નથી. જે કોઈ વ્યક્તિ ખીજી ખીજી પ્રક્રિયાઓ ન શીખી શકે, પોતાની અદ્વિપ્રતા, કે અક્ષમતાને કારણે તે પ્રક્રિયાઓની જટિલતામાં ન જઈ શકે તે પણ જે માત્ર દીર્ઘશ્વાસનો પ્રયોગ અને તેની સાથે ચિત્તને જોડવાનો અભ્યાસ કરે તે અસંભવ નથી કે તે પણ પોતાના લક્ષ્ય સુધી પહોંચી જાય. તે પણ પોતાની મંજિલ પ્રાપ્ત કરી લે. આ એટલો મહત્વનો પ્રયોગ છે તેથી એને નાનો પણ નહિ કહી શકાય, અને આ સાધનાનું પ્રથમ ચરણ છે. તેથી તેને ઘણો મોટો પણ નહિ કહી શકાય.

જે વ્યક્તિ શ્વાસ લેવાનું નથી જાણતી તે શું ઘડપણને આમંત્રણ નથી આપી રહી? માનસિક તનાવને કારણે ઘડપણ જલદી આવે છે. જે વ્યક્તિ દીર્ઘશ્વાસનો પ્રયોગ નથી કરતી તે માનસિક તનાવને વિસર્જિત કેવી રીતે કરશે? આજનું જીવન જ એવું છે કે તેમાં પ્રતિક્ષણ તનાવ પેદા કરનારી ઘટના બનતી રહે છે. તે તનાવને વિસર્જિત કરવાનો એક માત્ર ઉપાય છે દીર્ઘશ્વાસ. જે કોઈ વ્યક્તિ પંદર-વીસ મિનિટ સુધી દીર્ઘશ્વાસનો પ્રયોગ કરે છે તે દિવસભરમાં સંગૃહીત તનાવ નીકળી જાય છે. અનેક ગ્રંથિઓ ખૂલી જાય છે. માનસિક તનાવથી શરીરની કોશિકાઓ કઠોર બની જાય છે. જ્યારે કોશિકાઓ કઠોર હોય છે ત્યારે ઘડપણ જલદી આવે છે.

ધ્યાન સાથે આસન શા માટે?

કેટલાક લોકો કહે છે—ધ્યાન સાથે આસનોને શા સંબંધ છે? ધ્યાન સાથે આસન પણ શા માટે કરાવવામાં આવે છે. આસન ખૂબ જ આવશ્યક છે. જેમ જેમ અવસ્થા વધે છે, કોશિકાઓ કઠોર થતી જાય છે. મજ્જા અને હાડકાંઓ પણ કઠોર થઈ જાય છે. કરોડરજ્જુ સ્થિતિસ્થાપક રહેતી નથી તેથી વૃદ્ધાવસ્થા આવી જાય છે. જેટલી સ્થિતિસ્થાપકતા તેટલું યૌવન. જેટલી કઠોરતા તેટલું ઘડપણ શ્વાસના પ્રયોગો દ્વારા અને આસનો દ્વારા લચ્ચીલાપણું આવે છે. લચ્ચીલાપણું હોવું બહુ જરૂરી છે.

લચ્ચીલાપણું વલહારતું પણ મહત્ત્વપૂર્ણ સૂત્ર છે જે વ્યક્તિ વ્યવહારમાં લચ્ચીલી હોતી નથી તે કાઠીને સાથ લઈને ચાલી શકતી નથી. અક્કડ માણસ ખીબ માટે કોઈ રીતે ઉપયોગી નથી હોતો. માણસ લચ્ચીલો બનીને ઉપયોગી થઈ શકે છે. લચ્ચીલો માણસ ઘટના સાથે સમજૂતી અને સામંજસ્ય સ્થાપિત કરી શકે છે.

ખોરાકનું પૂરું પાવન નથી થતું અને માણસ ખાતો જ રહે છે તો તે માણસ ઘડપણને કસમયમાં નિમંત્રણ આપી દે છે. પચતું નથી પણ માણસ ભોજન કરતો જ રહે છે. પેટને આરામ નથી મળતો ખવડાવતાખવડાવતા હાથ ટાકી જાય છે. ચાવતાચાવતા દાંત ઘસાઈ જાય છે. પણ માણસ ખાવાનો એટલો જ શોખીન બની રહે છે. એવો ખાઉધરો માણસ અસમયમાં જ ઘરડો થઈ જાય છે.

યુવા-વૃદ્ધ અને વૃદ્ધ-યુવા કેાણુ ?

એક પ્રશ્ન છે. ઘડપણની ઝોળખ શી છે? ઘડપણનો સંબંધ અવસ્થા સાથે નથી. આયુ-વિશેષતઃ વૈજ્ઞાનિકોએ એ સૂત્ર આપ્યું કે ઘડપણ સાથે વર્ષોને સંબંધ નથી. બ્યારે સ્મૃતિ-શક્તિ, નિર્ણય-શક્તિ અને આત્મ-નિયંત્રણની શક્તિ ક્ષીણ થઈ જાય છે ત્યારે માણસ ઘરડો થઈ જાય છે. એક માણસ ચાલીસ વરસનો છે, જે તેની સ્મૃતિ-શક્તિ નિર્ણય-શક્તિ અને આત્મ-નિયંત્રણની શક્તિ ક્ષીણ ગઈ, તે યુવાન હોવા છતાં પણ વૃદ્ધ છે. એક વ્યક્તિ એંસી વર્ષની છે. જે તેની સ્મૃતિ શક્તિ તેજ છે, તેની નિર્ણયશક્તિ પણ સારી છે અને તે આત્મ-નિયંત્રણ કરવામાં પણ સક્ષમ છે તો તે વૃદ્ધ હોવા છતાં પણ યુવાન છે. તે વૃદ્ધ-યુવા છે.

મોતને [નમંત્રણ તે જ આપે છે જે ઘડપણને નિમંત્રણ આપે છે. મોત અને ઘડપણ બે નહિ, એક જ ઘટનાનાં બે નામ છે. એક છે પૂર્વનામ અને એક છે ઉત્તર. નામ. બંને પર્યાયવાચી શબ્દ છે. જેમ ધરડો થયો અને મોતના મોંમાં ચાલ્યો ગયો. જે પણ માણસ મરે છે. ભલે તે વીસ વર્ષનો હોય કે પચાસ વર્ષનો, તે ધરડો થઈને જ મરે છે. ધરડો થયા વગર કોઈ નથી મરતો, ભલે કોઈ દસ વર્ષનો બનીને મરે છે તો પણ ધરડો થઈને જ મરે છે.

ધરડો તે છે જેની પ્રાણશક્તિ ક્ષીણ થઈ ગઈ હોય. પોતાના મનની ઉચ્છૃંખલતાઓને કારણે જેણે પ્રાણશક્તિનો વ્યય વધારે કરી દીધો હોય, તે મરી જશે. મરવાનો અર્થ છે—શક્તિનો અપવ્યય, શક્તિ ખર્ચાઈ જવી, પછી ભલે તે કોઈ પણ કારણે હોય.

દષ્ટિ : સૃષ્ટિ

બ્યારે દષ્ટિ બદલાય છે ત્યારે નવી સૃષ્ટિનું નિર્માણ થાય છે. તે નવી સૃષ્ટિમાં ત્રણે વાતો બદલાઈ જાય છે. રોગ ત્યારે એટલો નહિ હશે જેટલો આ દુનિયામાં હોય છે. ઘડપણ એટલું જલદી નહિ આવશે. જેટલું જલદી આ દુનિયામાં આવે છે. મોત એટલું જલદી નહિ આવશે જેટલું જલદી આ દુનિયામાં આવે છે. રોગ હશે પણ રોગનું કષ્ટ નહિ હશે. ઘડપણ હશે પણ ઘડપણનું કષ્ટ નહિ હશે. મોત હશે પણ મોતનું કષ્ટ નહિ હશે.

સોફ્ટીસ ઝેરનો પ્યાલો પી રહ્યા હતા. મિત્રોએ પૂછ્યું—કેવો લાગી રહ્યો છે? શું વિચારી રહ્યા છો? સોફ્ટીસ બોલ્યો—કશું પણ નથી લાગી રહ્યું. પુછ્યું—શું મોતનો ભય નથી. સોફ્ટીસે કહ્યું—મારી સમક્ષ બે દર્શન છે. એક છે આસ્તિક દર્શન અને બીજું છે નાસ્તિક દર્શન. નાસ્તિક કહે છે—આત્માનું અસ્તિત્વ જ નથી. આત્મા જ નથી તો મોતનો ભય જ કેવો? મરી જઈ તો મને ભય જ શાનો? આસ્તિક કહે છે—આત્મા અમર છે. હું મરી જઈશ તો કઈ વાતનો ભય? આત્મા તો મરશે જ નહિ. પછી ડર શાનો? મને કોઈ ભય નથી.

બ્યારે દષ્ટિ બદલાય છે ત્યારે સૃષ્ટિ ખરેખર બદલાઈ જાય છે. મોત પોતાનું મૂલ્ય ગુમાવી બેસે છે. મોતનું મૂલ્ય ત્યારે હોય છે બ્યારે લોકો ડરતા હોય. સત્તાનું મૂલ્ય ત્યારે હોય છે બ્યારે સત્તાથી લોકો ભય પામતા હોય. જે સત્તાથી લોકો ડરતા ન હોય તો સત્તા પોતાનું મૂલ્ય

ગુમાવી બેસે છે. દંડ કે પોલિસનું મૂલ્ય ત્યારે હોય છે જ્યારે જનતા ડરતી હોય, જ્યારે જનતા ડરતી જ નથી ત્યારે દંડ કે પોલિસનું મહત્ત્વ જ શું રહે? પ્રયોજન જ શું? આજે સત્તાનો ભય એટલા માટે છે કે તે ફાંસી આપી શકે છે. જો મોતનો ભય જ ન હોય તો બિચારી સત્તા નહામી થઈ જાય છે. જો સૃષ્ટિમાં એવો કોઈ સમય આવે કે પ્રત્યેક મનુષ્ય મોતથી ડરવાનું બંધ કરી દે તો સત્તા પણ એના મોતે મરી જશે. પછી કંઈ થશે નહિ. પોલિસ કે સત્તા શું કરશે? દંડ શું કરશે? ફાંસી શું કરશે?

વૃદ્ધાવસ્થાનો આનંદ

જો ઘડપણનો ભય દૂર થઈ જાય અને એ વાત સમજમાં આવી જાય કે ઘડપણનો પણ પોતાનો આનંદ હોય છે તો ઘડપણ કષ્ટદાયક નથી થતું. માણસ વિચારે છે—ઘરડો થઈ જઈશ, પછી કોઈ પૂછશે નહિ. કોઈ પાસે આવશે નહિ. એકલો પડી જઈશ. તે આ ચિંતામાં ડૂબી જાય છે. પરંતુ જ્યારે દૃષ્ટિ બદલાઈ જાય કે વૃદ્ધાવસ્થાનો પણ પોતાનો આનંદ હોય છે, એકાંતમાં રહેવાનો પોતાનો આનંદ હોય છે, તો તે વ્યક્તિ સર્વત્ર આનંદ જ આનંદ પ્રાપ્ત કરશે. જે માણસ સદા લોકોની વચ્ચે રહે છે, જેણે કદી એકાંતનો અનુભવ નથી કર્યો, તે સમજી શકતો નથી કે એકાંતનો શો આનંદ હોય છે? જે વ્યક્તિ જેને માટે જીવી રહી છે, એ જો સાથે નહિ આવે તો તેને ઘણું દુઃખ થાય છે, પરંતુ જેણે એકલા હોવાનો અનુભવ કરી લીધો છે કે જાતને સત્યને માટે સમર્પણ કરી દીધી છે તેને કેટલો આનંદ થાય છે, તે તે જ જાણી શકે છે, ખીજો માણસ નથી જાણી શકતો.

રોગનો આનંદ

જો હું એમ કહું કે રોગનો પણ એક આનંદ હોય છે. તો બધાને લાગશે કે હું જીધી વાત કરી રહ્યો છું. રોગ અને આનંદનો સંબંધ શો છે? પણ એ સાચું છે કે રોગનો આનંદ હોય છે. રોગની અવસ્થામાં માનવી જેટલી મોટી ઉપલબ્ધિ મેળવે છે તેટલી મોટી ઉપલબ્ધિ કદાચ નીરોગી અવસ્થામાં પણ પ્રાપ્ત નથી થતી. નીરોગી વ્યક્તિની એક ચિંતનધારા હોય છે અને રોગી વ્યક્તિની ખીજી ચિંતનધારા હોય છે. કુત્તીએ પ્રભુને પ્રાર્થના કરતાં કહ્યું : 'પ્રભુ! મને દુઃખ જોઈએ.' કૃષ્ણે કહ્યું : આ શું માંગ્યું? કાંઈક સારી વસ્તુ માગવી હતી. દુઃખ

તે કંઈ ધરૂવવાની વસ્તુ છે કુંતીએ કહ્યું : ‘અન્ટરયામી! આપ સર્વ કંઈ જાણો છો. મને આપત્તિ જોઈએ, દુઃખ જોઈએ, રોગ જોઈએ કેમ કે ધન, રાજ્ય, વૈભવ અને સત્તા—આ બધાં ઉન્માદ પેદા કરે છે. વ્યક્તિ એનાથી પ્રમત્ત થઈ જાય છે. હું તો આપની શરણુમાં રહેવા ધરૂં છું. મારા જીવનમાં વૈભવ ન આવે. મારા જીવનમાં કદી પ્રમાદ અને ઉન્માદ ન આવે. મને કદી પ્રમાદ અને ઉન્માદ ન સતાવે તંથી એક સન્નગ પ્રહરી જોઈએ. હું દુઃખને સન્નગ પ્રહરી માનું છું. આપ મને દુઃખનું વરદાન આપો. મને દુઃખ મળે.’

દુનિયામાં ઊલટું વિચારનારાઓની ઊણપ નથી. કેવી કેવી વિપરીત વાતો વિચારવામાં આવે છે.

રોગનો આનંદ અપાર હોય છે. મહારાજ સનતકુમાર ચક્રવર્તી હતા. તેમણે પોતાનો અપાર વૈભવ છોડીને દીક્ષા ગ્રહણ કરી લીધી. તેઓ મુનિ બની ગયા. થોડા જ સમયમાં તેમનું શરીર અનેક રોગોથી આક્રાંત થઈ ગયું. મોટા રોગોની સંખ્યા સોળ છે. તે બધા તેમના શરીરમાં દેખાવા લાગ્યા. તેમણે ચિકિત્સાનો પ્રયત્ન નહિ કર્યો. કેમ કે તેઓ રોગોનો આનંદ લેવા ધરૂતા હતા. તેઓ આનંદ લઈ રહ્યા હતા—એટલો આનંદ કે સામાન્ય માનવી તેની કલ્પના પણ નથી કરી શકેતા.

એક અનુભવી વૈદ્ય આવ્યા. રોગોની ભયંકરતા જોઈને બોલ્યા : મુનિ! સમગ્ર શરીર રોગોથી આક્રાંત થઈ ગયું છે. શું આપને કષ્ટ નથી થઈ રહ્યું. એ કેવી રીતે સંભવ છે કે રોગ હોય અને દુઃખ ન હોય? આપ મારી દવા કરો, બધા રોગો સમાપ્ત થઈ જશે.

મુનિ સનતકુમારે સ્મિત કરતાં કહ્યું : ‘વૈદ્યરાજ! મારે દવા નથી જોઈતી. મારે કોઈ ચિકિત્સા નથી કરાવવી.

વૈદ્યે કહ્યું : આપનું શરીર સડી રહ્યું છે. મારી પાસે કામતી ઔષધિ છે આપ એનું સેવન કરો. સ્વસ્થ થઈ જશો.

વૈદ્ય કામતી ઔષધિ આપી રહ્યા હોય અને રોગી તેને લેવાની ના પાડી રહ્યો હોય એવું નથી બનતું. જો એવું થાય તો આશ્ચર્યની વાત કહેવાય. રોગી રોગ-મુક્ત થવા માટે પ્રત્યેક ઔષધિ પર વિશ્વાસ કરી જ લે છે અને ઔષધિના ચક્રથી બહાર નથી નીકળતો. વૈદ્ય આગ્રહ કર્યો.

મુનિએ પૂછ્યું : ‘શું તમને સોળઆની વિશ્વાસ છે કે ઔષધિથી બધા રોગ મટી જશે’ વૈદ્યે કહ્યું : વિશ્વાસ તો છે. પણ કોઈ રોગ ઉપશાંત ન પણ થઈ શકે. આખરે દવાઓ જ તો છે. કોઈ અસર કરે અને કોઈ અસર ન પણ કરે.’

મુનિ સનતકુમારે કહ્યું : મારી પાસે ઔષધિ છે જે બધા રોગોને સમાપ્ત કરી દે છે. તમને તેનો પ્રભાવ બતાવું?

મુનિ સનતકુમારે પોતાના મોંમાં આગળી નાખી થૂંકના છાંટા પોતાના શરીર પર ઝરતા કોઠ પર લગાડ્યા. એક જ ક્ષણમાં ચમત્કાર જેવું બની ગયું. જ્યાં જ્યાં થૂંકના છાંટા પડ્યા હતા. શરીરનું તે સ્થાન કંચન જેવું ચમકતું અને સ્વચ્છ થઈ ગયું. વૈદ્ય જોતા જ રહી ગયા. તેમના વિસ્ફારિત નેત્ર અચળ રહી ગયા. તેમનું શરીર મુનિના ચરણોમાં ઝૂકી ગયું. તે બોલ્યા—મુનિપ્રવર ! આ કેવું આશ્ચર્ય ! આપનું શરીર ખીમારીથી સડી રહ્યું છે. કાઠ ઝરી રહ્યો છે. શરીરનું અણુ અણુ રોગ ગ્રસ્ત છે. આપની પાસે ચમત્કારિક ઔષધિ છે, તો પણ આપ સ્વસ્થ થવાનો પ્રયત્ન નથી કરતા.

મુનિ સનતકુમારે કહ્યું : રોગનો પણ પોતાનો આનંદ હોય છે. જ્ઞાની મનુષ્યની આ એક કસોટી છે કે રોગ વેળાએ તે કેવી રીતે જીવે છે? કસોટીનો સમય કોઈ કોઈ વાર આવે છે. કોઈપણ માણસ પોતાની જાતને જ્ઞાની માની શકે છે અને ખીજને અજ્ઞાની માની શકે છે. પરંતુ વાસ્તવમાં જ્ઞાની કોણ હોય છે અને અજ્ઞાની કોણ હોય છે તે કસોટી કરીએ ત્યારે જ જાણી શકાય છે. આરાધનાની દૃષ્ટિમાં અને નવી સૃષ્ટિમાં જ્ઞાનીની એક પરિભાષા છે—‘જે વ્યક્તિ આવનારી ખીમારી અને વેદનાને સમભાવપૂર્વક સહન કરી લે છે, તે જ્ઞાની હોય છે. અને જે આવી સ્થિતિમાં સમભાવ નથી રાખી શકતી, રડે છે, ચીસ પાડે છે, બરાડે છે, હાય, હાય કરે છે તે અજ્ઞાની હોય છે. જે બધી પરિસ્થિતિઓને પ્રસન્નતાપૂર્વક ચિત્તની પૂર્ણ નિર્મળતાથી સહન કરે છે તે જ્ઞાની હોય છે.’

આપણી નવી સૃષ્ટિમાં રોગ હોઈ શકે છે, પણ રોગનું કષ્ટ નથી હોતું. ત્યાં એનો પોતાનો આનંદ હોય છે. ત્યાં રોગોને સમાધિનું નિમિત્ત બનાવી શકાય છે. ધ્યાનનું સાધન બનાવી શકાય છે અને તેને અનેક પુરાઈઓથી બચાવવાનું સાધન બનાવી શકાય છે.

વૃદ્ધાવસ્થા : શક્તિ-સંરક્ષણનું સાધન

આપણી નવી સૃષ્ટિમાં ઘડપણ હોઈ શકે છે. પણ ઘડપણનું કષ્ટ નથી હોઈ શકતું. એને શક્તિસંરક્ષણનું સાધન બનાવી શકાય છે. ઘડપણ શક્તિ સંરક્ષણનું સારું સાધન છે. જેટલું જીવન જીવ્યા, તેમાં શક્તિઓનો અંધાધુંધ ખર્ચ કર્યો, અપવ્યય કર્યો પરંતુ હવે જે શક્તિઓ છે તેનો યોગ્ય ઉપયોગ કરવામાં આવે. નવી શક્તિઓની પ્રાપ્તિ અને પ્રાપ્ત શક્તિઓનું સંરક્ષણ અને ઉપયોગ કરી શકાય છે. આવી સ્થિતિમાં જીવનમાં નવો આનંદ ઉત્પન્ન થઈ જાય છે.

મોટું સમર્પણ : મોટી ઉપલબ્ધિ

નવી સૃષ્ટિ માટે નવી દૃષ્ટિ પ્રત્યે સમર્પિત થવું જોઈએ. જ્યાં સુધી આપણે સમર્પિત નથી થતા ત્યાં સુધી વાસ્તવિક પ્રાપ્તિ નથી થતી. મોટી ઉપલબ્ધિ માટે મોટા પ્રત્યે સમર્પિત થવું જરૂરી છે. નાના પ્રત્યે સમર્પણ કરવાથી કાર્ય નથી થતું. મોટા પ્રત્યે સમર્પણ થાય છે તો નવી દૃષ્ટિની મોટી ઉપલબ્ધિ થાય છે.

અકબરે કહ્યું : તાનસેન! હું તમારા ગુરુ પાસેથી સંગીત સાંભળવા ઇચ્છું છું. તાનસેન બોલ્યો : આ અશક્ય છે. આપ બોલાવશે તોપણ તે નહિ આવશે, કેમ કે તેમને આપની સાથે લેવા-દેવા જ શી ? આપ કહેશો : ગાયન સાંભળાવો. તેઓ મૌન રહેશે, બોલશે નહિ. બાદશાહ વિમાસણમાં પડી ગયા. ભાવના ઉત્કટ થઈ આવી. એક ઉપાય શોધી કાઢ્યો. બાદશાહે પોતાનો વેશ બદલ્યો. તાનસેનને સાથે લઈને તે નીકળ્યો. ગુરુ જૂંપડીમાં બેઠા હતા. બાદશાહ બહાર જીભા રહી ગયા. તાનસેન અંદર ગયો. તેણે ગાવાનું શરૂ કર્યું. જાણી જોઈને ખોટો રાગ ગાવા લાગ્યો. ગુરુએ તરત એને ટોક્યો.

બૂલ જાણ્યા પછી એને સહન નથી કરી શકતા. આચાર્યશ્રી કહે છે : મારી તો એ ટેવ છે કે જ્યાં કશે બૂલ દેખાય છે ત્યાં હું તરત ટોકું છું.

તાનસેનને ખોટું ગાતા ગુરુએ એને ટોક્યો અને કહ્યું : ચૂપ રહો. ગાવાનું નથી જાણતા. તંબૂરો મને આપો. ગુરુએ ગાવાનું શરૂ કર્યું. બાદશાહ ગાયન સાંભળીને મુગ્ધ થઈ ગયા. તેણે માન્યું કે આજે જીવન સફળ થયું છે.

બાદશાહ અને તાનસેન પાછા ફર્યા. બાદશાહે કહ્યું : તાનસેન હવે તારું ગાયન મને ફીકું લાગે છે. એમાં કોઈ રસ નથી પડતો, એમ કેમ?

તાનસેન બોલ્યો : હજૂરા હું દિલ્હીના બાદશાહને રાજી રાખવા માટે ગાઈ છું. પ્રસન્ન કરવા માટે ગાઈ છું. મારા ગુરુ પરમાત્માને રાજી રાખવા માટે, પ્રસન્ન રાખવા માટે ગાય છે.

નેટલું મોઢું સમર્પણ હશે. તેટલી જ મોટી ઉપલબ્ધિ હશે.

આરાધના છે મૃત્યુનું દર્શન

આપણે જ્ઞાન, દર્શન અને ચરિત્ર પ્રત્યે સમર્પિત થઈએ છીએ. સત્ય અને વીર્ય પ્રત્યે સમર્પિત થઈએ છીએ. આપણી આરાધનાની શક્તિ જાગે છે ત્યારે નવી સૃષ્ટિની ઉપલબ્ધિ થવામાં કોઈ મુશ્કેલી નથી પડતી.

જ્યાર્યાર્યે આરાધનામાં નવી દષ્ટિ અને નવી સૃષ્ટિનું એટલું સુંદર ચિત્રણ પ્રસ્તુત કર્યું છે કે આજના આ સમસ્યા-સંકુલ સમયમાં જીવનાર દરેક વ્યક્તિ માટે તે આરાધનાની દષ્ટિને જાણવી અને તેને ઉપલબ્ધ કરવી ખૂબ આવશ્યક છે. જો તે ઉપલબ્ધ થઈ જાય, નવી દષ્ટિ ઉપલબ્ધ થઈ જાય, મૃત્યુનું દર્શન ઉપલબ્ધ થઈ જાય તો ખરેખર જીવનનું દર્શન પ્રાપ્ત થાય છે. આજની સૌથી મોટી મુશ્કેલી એ જ છે કે માનવીને જીવનનું દર્શન તો પ્રાપ્ત થાય છે, પણ મૃત્યુનું દર્શન પ્રાપ્ત થતું નથી.

આરાધનાનો મર્મ એક શબ્દમાં આ છે—મૃત્યુના દર્શનને ઉપલબ્ધ કરવું. જ્યારે મૃત્યુનું દર્શન ઉપલબ્ધ થઈ જાય છે ત્યારે જીવનનું દર્શન પ્રાપ્ત થાય છે.



प्रवचन : २

महानतानी यावी

१६८

સંકેતિકા

- ૧ રેકારા તૂંકારા કિણ નૈ, રાગ દ્વેષ વસ દીધ ।
તેહથી સ્વમત સ્વામણા મ્હારા, એમ વદૈ સુપ્રસીધ ॥
- ૨ મોક્ષ સ્વાધક વ્રત પાલણ વિધમેં, બલવીર્ય ગોપવિયો ।
વીર્ય આચાર વિરાધના કીધી તો, મિચ્છામિદુક્કડં ઉચ્ચરિયો રા ॥
- ૩ અતિચાર મૂલ ઉત્તર ગુણમેં, લાગ્યો તે સંભારી-સંભારી ।
માયા રહિત આલોઈ લિયે દંડ, કપટ પ્રપંચ નિવારી રા ॥
- ૪ છોટા-મોટા દોષ આલોવૈ પિણ લાજ શરમ નહીં ત્યાવૈ
ઉત્તમ જીવ કહીજૈ તેહને, દેવ જિનેન્દ્ર સરાવૈ રા ॥
- ૫ ક્રોધ, માન, માયા, લોભ તપૈ વસ, વચન કાઢ્યો મુસ્વ બારૈ ।
હાસ કતોલ કરી હુવૈ, કિણ સૂં તો, મિચ્છામિદુક્કડં મ્હારૈ રા ॥

(આરાધના ૩/૮; ૧/૪૬, ૫૪, ૬૨, ૨૩)



- જીવનનું દર્શન જીવનની સફળતાનું સૂત્ર બની શકે છે. પણ મૃત્યુનું દર્શન જીવનની સફળતાનું સૂત્ર કેવી રીતે બની શકે છે?
- જીવનની અસફળતાનું સૌથી મોટું સૂત્ર છે—અહંકાર
- અહંકાર—વિલયનું સૌથી મોટું સૂત્ર છે—મૃત્યુદર્શન.
- મૃત્યુદર્શન જીવનની સફળતાનું સૌથી મોટું સૂત્ર.
- સફળતા મહાનતાને જન્મ આપે છે, અને પોતાની અલ્પતાઓને બાણ્યા વગર કોઈપણ મહાન નથી બની શકતું.
- મહાન બનવાની એક ચાવી છે—પોતાની આલોચના, પોતાની ક્ષુદ્રતાઓની ક્ષણોને જોવી.
- સંત ડ્રાંસિસે ક્ષુદ્રતાના નવ અવસરોની ચર્ચા કરી. તે જ્યાચાર્ય-ની આરાધનાનો ભાવાનુવાદ છે.

મહાનતાની ચાવી

મૃત્યુનું દર્શન

એક ભાઈએ પૂછ્યું—જીવનની સફળતાનું સૂત્ર કયું છે? મેં કહ્યું—‘જીવનની સફળતાનું સૂત્ર છે—મૃત્યુનું દર્શન’. તેણે ફરીથી જિજ્ઞાસાના સ્વરોમાં પૂછ્યું—આ કેવી રીતે શક્ય છે? જીવનની સફળતાનું સૂત્ર જીવનનું દર્શન હોઈ શકે છે. પરંતુ મૃત્યુનું દર્શન જીવનની સફળતાનું સૂત્ર કેવી રીતે થઈ શકે છે? આ વાત સમજમાં આવે એવી નથી.

મેં વિનમ્ર સ્વરોમાં કહ્યું—જીવનની અસફળતાનું સૂત્ર છે—અહંકાર. અને અહંકાર-વિલયનું સૌથી મોટું સૂત્ર છે—મૃત્યુદર્શન. જ્યાં સુધી અહંકાર તૂટતો નથી ત્યાં સુધી મનુષ્ય જીવનમાં સફળ નથી થઈ શકતો. આજ સુધીના વિશ્વ-ઇતિહાસને જુઓ, ત્યાં જેવા મળશે કે જે સત્તા જે સમાજ વિનમ્રતા ગુમાવીને, અહંકારના હિમાલય પર ચઢી ગયો, તે સીધો ત્યાંથી પડ્યો છે અને તેનું અધઃપતન થયું છે. જીવનની વિનમ્રતા બ્યારે બ્યારે નષ્ટ થાય છે. ત્યારે ત્યારે પતનની ક્ષણો નજર સમક્ષ ઉપસ્થિત થઈ જાય છે. અહંકારને દૂર કરવાનો જીવન દર્શનમાં કોઈ ઉપાય નથી. જીવન-દર્શન અહંકારને વધારે છે. અહંકાર બ્યારે વધે છે, ત્યારે ત્યારે પતનનો માર્ગ સ્પષ્ટ થઈ જાય છે.

આપણે જીવનને ખૂબ જાણીએ છીએ, મૃત્યુને જાણતા નથી. આપણે જીવનને ખૂબ પ્રેમ કરીએ છીએ. મૃત્યુને પ્રેમ કરતા નથી. તેને પ્રેમ કરતાં ગભરાઈએ છીએ. ખૂબ આશ્ચર્ય થાય છે. જીવન અને મૃત્યુ—એ એક સાથે ચાલનારી બે ધારાઓ છે. માનવી એકની સાથે ચાલે છે. બીજીને ઠુકરાવે છે. બ્યારથી જીવન પ્રારંભ થાય છે, ત્યારથી મૃત્યુનો પણ પ્રારંભ થઈ જાય છે. કોઈપણ માનવી એક દિવસમાં કદી મરતો નથી. આજ સુધી એવું બન્યું નથી કે એક જ દિવસ, ઘડી કે ક્ષણમાં માનવી મર્યો હોય, જે ક્ષણે તે જીવવાનો આરંભ કરે છે. તે જ ક્ષણે મરવાનો પણ આરંભ કરી દે છે. જે જીવવાનું શરૂ થાય અને મરવાનું શરૂ ન થાય તો તે અમર થઈ જાય, પછી તે કદી મરી જ નહિ શકે. તેને મારવાની કોઈમાં શક્તિ જ નહિ રહે, તર્કશાસ્ત્રમાં ખૂબ મોટો પ્રસંગ આવે છે—જે ક્ષણે ઘડો પેદા થયો તે ક્ષણે જ નષ્ટ થવો શરૂ થઈ ગયો. જે પહેલી ક્ષણમાં ઘડો નષ્ટ નથી થતો તો તે કદી પણ

નષ્ટ નહિ થશે. જન્મ સાથે મૃત્યુ આવે છે. નિર્માણ સાથે ધ્વંસ આવે છે. જેમ જન્મ એક બાજુ છે તેમ જ સાથે જોડાયેલ ખીજી બાજુ મૃત્યુ છે. આ આપણી ખૂબ મોટી બ્રાન્તિ હોય છે કે આપણે એક બાજુનો સ્વીકાર કરીએ છીએ અને ખીજી બાજુનો સ્વીકાર નથી કરતા. આપણે જન્મને જોઈએ છીએ જીવનને જોઈએ છીએ, પરંતુ જીવનની સાથે સાથે સમાનાન્તર રેખા પર ચાલી રહેલ મૃત્યુને નથી જોતા. વિચારીએ છીએ—માણસ એંસી વરસનો થઈને મરી ગયો. મોત આવી ગયું. શું એંસી વર્ષની અંતિમ ક્ષણે મોત આવ્યું અને માનવી મરી ગયો? ના મોત તે જીવનની સાથે સાથે ચાલી જ રહ્યું હતું. જેવી રીતે જીવનનું ચક્ર ચાલી રહ્યું હતું તેવી રીતે મોતનું ચક્ર પણ ચાલી રહ્યું હતું. બંને પૈંડાં સાથે સાથે ચાલી રહ્યા હતાં. આ આપણી બ્રાન્તિ છે કે આપણે એક પૈંડાને જોઈ લઈએ છીએ અને ખીજી તરફ ધ્યાન નથી આપતા.

મૃત્યુ : નિષેધાત્મક પક્ષ

આજ સુધી જેટલા પણ લોકો જીવનમાં સફળ થયા છે. તેમની સફળતાનું રહસ્ય હતું—મૃત્યુદર્શન. મૃત્યુનું દર્શન નિષેધાત્મક દર્શન છે. એક હોય છે—વિધેયાત્મક દર્શન અને એક હોય છે—નિષેધાત્મક દર્શન. આ વિદ્યુત્ત યુગમાં એ ખૂબ સ્પષ્ટ થઈ ચૂક્યું છે. કે માત્ર વિધેયાત્મક કથું નથી કરી શકતું. બધાં સુધી પોઝિટિવ અને નેગેટિવ—બંને પ્રકારના વિદ્યુત્તનો મેળ નથી થતો ત્યાં સુધી પ્રકાશ નથી થતો. જીવનમાં બંને જોઈએ—પોઝિટિવ (ધનાત્મક) પણ જોઈએ, અને નેગેટિવ (ઋણાત્મક) પણ જોઈએ. ધન અને ઋણ—એ બંને શક્તિઓ મળે છે ત્યારે પ્રકાશ ઘટિત થાય છે. જીવન પણ એક પક્ષે ચાલી નથી શકતું. બંને જોઈએ.

મૃત્યુ : અહંકાર-મુક્તિનો ઉપાય

મૃત્યુ આપણા જીવનનો નિષેધાત્મક પક્ષ છે. તે માનવીને બચાવે છે. મનુષ્ય ઘણી બધી મુશ્કેલીઓ મૃત્યુદર્શનને આધારે પાર કરી જાય છે. મોત ન હોત તેમ જ અહંકારનું સામ્રાજ્ય છવાઈ જતે. મોત ન હોત તેમ જ મોટા માણસોના અહંકારને તૂટવા માટેનો અવસર જ ન મળત. પ્રકૃતિનો આ આઘાત બ્યારે બ્યારે લાગે છે, ત્યારે ત્યારે માનવીને

વિચારવાનો અવસર પ્રાપ્ત થાય છે. તે વિચારે છે—નશ્વરને અનશ્વર માનવો પ્રાન્તિ છે. આ દુનિયામાં અનશ્વર કંઈ પણ નથી. જે કાંઈ દેખાય છે તે બધું વિનશ્વર છે, ચાલ્યું જનારું છે. પોતાના શરીર પર ગર્વ કરનારનો ગર્વ ચૂર-ચૂર થઈ જાય છે. જ્યારે તે રોગગ્રસ્ત થઈને ક્ષીણ થઈ જાય છે. પોતાના યૌવન પર ગર્વ કરનાર વૃદ્ધ થાય છે ત્યારે તેનો બધો ગર્વ દૂર થઈ જાય છે. પોતાના જીવન પર ગર્વ કરનાર જ્યારે મોતના મુખમાં ફસાઈ જાય છે ત્યારે બધો જ ગર્વ તૂટી જાય છે. તેનો જ નહિ, આસપાસવાળાઓનો પણ અહંકાર તૂટી જાય છે.

જો મોત નહિ હોત, બધું જ અમર હોત તો સૌથી મોટી મુશ્કેલી એ હોત કે વસ્તી ખૂબ વધી જતે. તે એટલી બધી વધી જતે કે પ્રત્યજ નહિ, મહાપ્રલયની જરૂર પડતે. ખીજી વાત એ છે કે, જો મોત નહિ હોત તો અહંકારને સમાપ્ત કરવાનો કોઈ પ્રયાસ કરત નહિ અહંકાર સમાપ્તિ માટે મૃત્યુ અસરકારક ઉપાય છે.

સફળતાનું સૂત્ર છે—મૃત્યુનું દર્શન.

હુદ્રતાઓનું જ્ઞાન

જે લોકોએ પોતાની અલ્પતા જોઈ નથી, તેઓ મૃત્યુના દર્શનને સમજી નથી શકતા. એમ પણ કહી શકાય કે જે લોકો મૃત્યુના દર્શનને બળુતા નથી. તે પોતાની હુદ્રતાઓ અને અલ્પતાઓને જોઈ નથી શકતા. સંત ફ્રાન્સિસે પોતાની નવ હુદ્રતાઓનું વર્ણન કર્યું છે. જ્યારે મેં તે વાંચી ત્યારે મને લાગ્યું કે આ તો આરાધનાનું પ્રતિબિંબ છે. આ તો આરાધનાનો ભાવાનુવાદ છે. દુનિયામાં માત્ર મનુષ્ય જ યાત્રા નથી કરતો, વિચાર પણ યાત્રા કરે છે. વિચારયાત્રાની વાત ઘણી અદ્ભુત છે. કોઈ એક દેશ અને કાળમાં આવતા વિચાર ખીબ દેશ અને કાળમાં આ રીતે સંક્રાંત થાય છે કે માનવી વિચારી નથી શકતો. પછી તો આ શોધનો વિષય બની જાય છે કે પહેલાં કોણે વિચાર્યું હતું અને પછી કોણે વિચાર્યું હતું.

આકાશ એક અનન્ત. ખબનો છે. જેમાં પહેલાં પછીનો પ્રશ્ન જ નથી. આકાશમાં વિચારના પરમાણુઓ એટલા ભરેલા પડ્યા છે કે તેની રેંજમાં જે પણ આવી જાય છે, તેનું મસ્તિષ્ક તે વિચારો પ્રગટ કરવાનું માધ્યમ બની જાય છે. જ્યાંયાર્ય જે વાત આરાધનામાં કહી રહ્યા છે તે

વાત સંત ક્વાન્સિસે પોતાના અનુભવમાં ફરીથી કહી રહ્યા છે. તેમણે લખ્યું છે. મેં મારા જીવનમાં નવ ક્ષુદ્રતાઓનો અનુભવ કર્યો છે :

૧ જ્યારે મેં મારા સાથીઓ પર, પોતાનાથી નબળી વ્યક્તિઓ પર રોષ જમાવવાનો પ્રયત્ન કર્યો તો મેં અનુભવ કર્યો કે આ મારા જીવનની એક ક્ષુદ્રતા છે. મેં ક્ષુદ્રતાની ક્ષણનો અનુભવ કર્યો.

૨ મારી સમક્ષ બે માર્ગો હતા : એક હતો કર્તવ્ય-પરાયણતાનો માર્ગ અને બીજો હતો સસ્તો સુવિધાનો માર્ગ. મેં સસ્તો સુવિધાનો માર્ગ પસંદ કર્યો ત્યારે મને અનુભવ થયો, આ જીવનની ક્ષુદ્રતાની ખીજ ધડી છે.

૩ જ્યારે મેં કોઈ અયોગ્ય કાર્ય કર્યું. અપરાધ કર્યો અને એનું પ્રાયશ્ચિત્ત નહિ કર્યું, જ્યારે મનમાં આવ્યું કે અનુચિતનું પ્રાયશ્ચિત્ત થવું જોઈએ તો વળી મનમાંથી અવાજ ઊઠ્યો—એવું જ થાય છે, એવું જ ચાલે છે, કોઈ નવી વાત નથી. યસ, આ તર્કે પ્રાયશ્ચિત્તને ઠોકર મારી. ત્યારે મને મારા જીવનની ત્રીજી ક્ષુદ્રતાનો અનુભવ થયો.

૪ મેં મનના અવાજને આત્માનો અવાજ માની લીધો. મને મારા જીવનની ચોથી ક્ષુદ્રતાનો અનુભવ થયો.

૫ યશ, કીર્તિ અને પ્રતિષ્ઠા માટે માનવી સમક્ષ આજીજી કરી. મને અનુભવ થયો કે આ મારી કમજોરી છે.

૬ મેં કુરૂપતાને ઘૃણાની દૃષ્ટિએ જોઈ. મેં એ ન વિચાર્યું કે ઘૃણાનો જ એક પડદો કુરૂપતા છે. આ પણ મારી એક ક્ષુદ્રતા હતી.

૭ પ્રશંસાને મેં મારી મોટાઈની કસોટી માની લીધી. લોકો પ્રશંસા કરતા, હું માનતો—કેટલો મોટો માણસ છું. એક દિવસ મને અનુભવ થયો કે આ મારી અદ્વૃપતાનો ઘોતક છે.

૮ મેં સ્વની ચિંતા ઓછી કરી. હંમેશા ખીજને જ જોતો રહ્યો.

૯ વિપત્તિ આવતા આત્મવિશ્વાસ ગુમાવી દીધો. યાચના શરૂ કરી દીધી.

ક્ષુદ્રતાની આ નવ ક્ષણ હતી.

આત્માનો અવાજ શા માટે?

ઘણા બધા લોકો બ્રાન્તિમાં છે. વારંવાર એ સાંભળવા મળે છે કે આ મારા આત્માનો અવાજ છે. ખબર નથી. આત્મા શું છે? મનના અવાજને દરેક માણસ આત્માનો અવાજ માની લે છે.

ઘણાં વર્ષો પહેલાંની વાત છે. આચાર્ય પ્રવર હાંસી (હરિયાણા)માં ચાતુર્માસ વીતાવી રહ્યા હતા. એક યુવક આવ્યો. ખૂબ ભણેલો ગણેલો. એમ. એ. થઈ ચૂક્યો હતો. તેણે કહ્યું : ધર્મ-અધર્મ શું છે? પુણ્ય-પાપ શું છે. જે આત્માનો અવાજ છે એનાથી ખબર પડે છે કે આ ધર્મ છે, આ અધર્મ છે. આ પુણ્ય છે. આ પાપ છે. કોઈપણ ગ્રંથ કે શાસ્ત્રની કોઈ જરૂર નથી. મેં સાંભળ્યું. હું ચકિત થઈ ગયો. મેં કહ્યું : તમે વાત તો ઠીક કહો છો, પરંતુ શું તમે જાણો છો કે આત્માનો અવાજ કયો હોય છે? તે યુવકે કહ્યું : મહાત્મા ગાંધીએ લખ્યું કે આત્માનો અવાજ જ નિર્ણાયક હોઈ શકે છે.

મેં કહ્યું : મહાત્મા ગાંધી ખૂબ મોટા સાધક હતા. અહિંસા પ્રત્યે તેમને ઊંડી નિષ્ઠા હતી. તેમનામાં અહિંસાની ભાવના પૂર્ણતઃ જગત હતી. પરંતુ એક સાધારણ માણસ જેનામાં અહિંસાની ભાવના નથી જાગી. જેનામાં રાગદ્વેષ છે, જે પ્રિયતા અને અપ્રિયતાના સંવેદનથી મુક્ત નથી, તે જો કહી દે કે જે મારા મનમાં આવે છે તેજ મારા આત્માનો અવાજ છે, તો સમગ્ર દુનિયાનો ન્યાય સમાપ્ત થઈ જશે.

ખૂબ વિચિત્ર વાત છે. આજે પ્રત્યેક વ્યક્તિ કહે છે કે આ મારા આત્માનો અવાજ છે. ચોર પણ આવી જ વાત કરે છે. ન્યાયાધીશે ચોરને પૂછ્યું : તેં ચોરી કેમ કરી? ચોર ખોલ્યો : મારા આત્માનો અવાજ હતો. મેં ચોરી કરી દીધી. આ પરિસ્થિતિમાં કાનૂન શું કરશે? આત્માના અવાજ સામે કાનૂન સમાપ્ત થઈ જાય છે. પ્રત્યેક અપરાધી એમ જ કહેશે કે મારા આત્માનો અવાજ હતો.

સંત ફ્રાન્સિસે લખ્યું : મેં મારા મનના અવાજને આત્માનો અવાજ માન્યો ત્યારે મને મારા જીવનની ક્ષત્રતાનો અનુભવ થયો.

આલોચના : મહાનતાનું સૂત્ર

આ બધી વાતો જ્યારે વાંચી ત્યારે એવું લાગ્યું જાણે આરાધના બોલી રહી છે. સંત ફ્રાન્સિસે નવ ક્ષત્રતાઓ ગણાવી છે. તો—જ્યાંયાં

ધણી બધી શુદ્ધતાઓનો ઉલ્લેખ કર્યો છે. મનુષ્યના જીવનમાં અલ્પતાએ અને શુદ્ધતાએ આવે છે. તે એને સફળ નથી થવા દેતી, મહાન બનવા નથી દેતી. સફળતા મહાનતાને જન્મ આપે છે. મહાનતાની યાત્રી છે. આલોચના. આરાધનાનું પહેલું સૂત્ર છે આલોચના. આલોચના ખીજની નહિ, પોતાની. આપ વિચારશો, જે આલોચના સફળતાનું સૂત્ર છે તે ભારત બધાથી મહાન છે. અહીંની પ્રત્યેક વ્યક્તિ આલોચક છે. અહીંની માટીનો જ આ પ્રભાવ છે કે માનવી ભલે વિષય જાણતો હોય કે નહિ જાણતો હોય, તે આલોચના કરવા તત્પર રહે છે. રાજનીતિનો ‘ક’, ‘ખ’, ‘ગ’ ન જાણનાર વ્યક્તિ પણ મોટા મોટા રાજનીતિજ્ઞોની આલોચના કરી લે છે. ધર્મનો કક્કો પણ ન જાણનાર વ્યક્તિ મોટામોટા ધર્મચાર્યોની આલોચના કરી દે છે. ભારતમાં જ આ પ્રવૃત્તિ વધારે છે. અન્યત્ર નહિ. આવી આલોચનાથી કોઈ મહાન નથી થતું. ખીજની આલોચનાથી વ્યક્તિનું અધઃપતન થાય છે. મહાનતાનું સૂત્ર છે—પોતાની જાતની આલોચના. પોતાની ભૂલોનું નિરીક્ષણ, પોતાના પ્રમાદનું સિંહાવલોકન, પોતાની અલ્પતાઓ અને શુદ્ધતાઓનું સમીક્ષાકરણ. આરાધનાનું પહેલું સૂત્ર સફળતાનું મોટું રહસ્ય અને મહાનતાનો રાજપથ છે. પોતાની જાતને જેવી, પોતાની આલોચના કરવી ખૂબ મુશ્કેલ છે. જ્યાં સુધી એનો આપણને અનુભવ નથી થતો ત્યાં સુધી એવું કરી શકવું સંભવ નથી.

એક રાજ સાગરની સફર કરી રહ્યો હતો. તેની સાથે પ્રધાન, કર્મચારી વગેરે અનેક લોકો હતા. જહાજ ચાલ્યું તોફાન આવ્યું. જહાજ ડોલવા લાગ્યું. બધા જાગ્રત હતા, શાંત બેઠા હતા.

પરંતુ એક સિપાઈ રડતો-કકળતો હતો. જ્યારે જ્યારે જહાજ શાંત થઈ જતું, તે શાંત થઈ જતો. જ્યારે પણ જહાજ ડગમગતું, તે રડવા લાગી જતો. રાજાએ પ્રધાનને કહ્યું : એને સમજાવો. ડરવાની કોઈ વાત નથી. મંત્રીએ સમજાવ્યું. તેણે માન્યું નહિ. અંતે પ્રધાનને એક ઉપાય સૂઝ્યો અને તે માણસને ઉઠાવીને પાણીમાં ફેંકી દીધો. પાણીમાં પડતા જ તે જોરથી ચીસ પાડવા લાગ્યો. થોડીક વાર સુધી તે બરાડા પાડતો રહ્યો. પ્રધાનના આદેશથી તરત જ એક તરવૈયો ફૂદ્યો અને તેને પાણીમાંથી બહાર કાઢ્યો. તે એક ખૂણામાં શાંત થઈને બેસી ગયો. જહાજ આગળ ચાલ્યું. તે ડગમગવા લાગ્યું. પણ તે સિપાઈ શાંત અને ચૂપ થઈને બેસી રહ્યો. રાજાએ કહ્યું : પ્રધાન આ શું થઈ

ગયું? તે ચીસ પાડતો હતો. ડરતો હતો. હવે શું થઈ ગયું? પ્રધાન બોલ્યો : મહારાજ પહેલાં એને ખબર નહિ હતી કે પાણીમાં ડૂબવાથી કેટલી મુશ્કેલી પડે છે? શ્વાસ કેવી રીતે બંધ થઈ ગયેલો લાગે છે? માનવી ડૂબે છે ત્યારે મનમાં શો ભાવ આવે છે? એને ખબર નહિ હતી, તેથી જહાજમાં બેઠો બેઠો ગભરાતો હતો. હવે તેને ખબર પડી ગઈ છે કે પાણીમાં ડૂબવામાં અને જહાજમાં બેઠેલા રહેવામાં કેટલું અંતર હોય છે? હવે જહાજ એને સુરક્ષાત્મક લાગવા માંડ્યું ને પહેલાં બિહામણું લાગતું હતું.

માણસ નથી જાણતો કે પોતાની આલોચનામાં કેટલી સુરક્ષા છે. સ્વયંની આલોચના કરવી સરળ કાર્ય નથી, પોતાની નબળાઈઓનો અનુભવ કરવો, ખીજ સમક્ષ તેને કહેવું ખૂબ જ મુશ્કેલ હોય છે.

આરાધનાનું ધણું મોટું સૂત્ર છે—આલોચના. આ ભાવનાનો વિકાસ એક નવી સૃષ્ટિમાં થઈ શકે છે. આપણી સૃષ્ટિમાં માનવી છે, યુદ્ધિ છે. એવી નવી સૃષ્ટિની જરૂર છે જેમાં માનવીની પણ જરૂર નથી અને યુદ્ધિની પણ જરૂર નથી. કેમ કે માનવી પુરાણ પુરુષ થઈ ગયો. જીવન-જીવતા મનુષ્યનો એટલો સમય વીતી ગયો કે હવે મનુષ્યે એક કૃદકાની જરૂરિયાત છે. વૈજ્ઞાનિકો પ્રત્યેક વસ્તુની નવી જાત તૈયાર કરી રહ્યા છે. પશુઓની પ્રજાતિઓ પ્રકાશમાં આવી છે. પરંતુ મનુષ્યની જાત બદલવામાં તે હજી સફળ થયો નથી. જીવનનું વિજ્ઞાન ધણું આગળ વધી રહ્યું છે. તેનાથી મનુષ્યની જાત બદલવાનો અથવા ઇચ્છે એવા મનુષ્યને પેદા કરવાનો પ્રયત્ન ચાલુ છે. પરંતુ હજી આ પ્રયોગ પૂર્ણ સફળ નથી થયો.

યુદ્ધિનો ભય

મનુષ્યને બદલવાની જરૂર છે. સાથે સાથે યુદ્ધિને પણ બદલવાની જરૂર છે. આજના યુગને યુદ્ધિની જરૂર નથી, પરંતુ તેણે એટલા ખતરાઓ અને સમસ્યાઓ પેદા કરી દીધી કે તેનાથી આજે સંપૂર્ણ જગતમાં ભય વ્યાપ્ત થઈ ગયો. આટલો ભય પહેલાં કદી ઊભો થયો ન હતો. જૂના જમાનામાં તલવારોથી લડવામાં આવતું હતું. પછી બંદૂકોથી લડાઈ લડવામાં આવી. પછી તોપો આવી. આજે સ્થિતિ ઠંઠક ખીજ બની ગઈ. આજે એવા ઝેરીલા ગેસની શોધ થઈ છે કે તેના પ્રયોગથી સંપૂર્ણ વિશ્વને ૧૦-૧૨ મિનિટમાં સમાપ્ત કરી શકાય છે. આ બધું

કામ યુદ્ધિનું છે. અયુદ્ધિએ કંઈ પણ ખતરો પેદા નથી કર્યો. બધા ખતરાનું સર્જન યુદ્ધિએ કર્યું છે. આ બધા ખતરાને જોતા આજે જે વાતોની ખૂબ જરૂર છે.

૧ માનવના સ્થાન પર અતિ માનવની સૃષ્ટિ થાય.

૨ યુદ્ધિને સ્થાને પ્રજાનું સર્જન થાય.

આજે અતિમાનવ કે અતિ ચેતના તથા પ્રજાની જરૂર છે. અતિ-માનવ કે અતિ ચેતનાનું અવતરણ આરાધના દ્વારા થઈ શકે છે. પ્રશ્ન થઈ શકે કે આરાધના શું છે? આરાધના કોઈ નવી વાત નથી. એ માત્ર ધર્મના ક્ષેત્રની જ વાત નથી. પ્રત્યેક ક્ષેત્રમાં આરાધનાની આવશ્યકતા છે. દરેક ક્ષેત્ર માટે આ જ સદ્ગતિનું સૂત્ર છે. આજની સમસ્યાઓ પાછળ વિરાધના વધી ગઈ. તેથી સમસ્યાઓની જાળ અનન્ત થઈ ગઈ. એનો કચારેય અન્ત જ નથી આવતો. આચાર્યપ્રવરે કાલે જ કહ્યું હતું કે કોઈપણ માનવી વિરાધક થવાનું ધ્વંસીતો નથી, વિરાધના નથી ધ્વંસીતો. પરંતુ આજની દુનિયામાં વિરાધક થનારાઓની સંખ્યા ઓછી નથી.

આરાધનાનાં સૂત્રો

આરાધનાનાં પાંચ સૂત્ર છે :

- ૧ જ્ઞાનની આરાધના
- ૨ દર્શનની આરાધના
- ૩ ચારિત્રની આરાધના
- ૪ તપની આરાધના
- ૫ વીર્યની આરાધના.

એક તરફ મારી સમક્ષ ધર્મનું ક્ષેત્ર છે તો બીજી તરફ સમાજ અને રાજનીતિનું ક્ષેત્ર છે. રાજનીતિની પોતાની આરાધના હોય છે. ધર્મની પોતાની આરાધના હોય છે. જેવું લક્ષ્ય, જેવું સાધન તેવી આરાધના. ત્રણે એકસાથે હોય છે—સાધ્ય, સાધન અને પૂર્તિની પ્રક્રિયા અર્થાત્ સાધના કે આરાધના.

કહેવાય છે કે ભારતના લોકો વાતો અધિક કરે છે. કામ ઓછું કરે છે. એનું કારણ છે કે તેઓ વીર્યની આરાધના નથી કરતા. બ્યારે વીર્યની આરાધના નથી થતી ત્યારે કામ નથી થઈ શકતું. સમસ્યાઓ પેદા થાય છે, બ્યારે વીર્યની વિરાધના હોય છે, ત્યારે વાતો વધારે

થાય છે. આરામપ્રિયતા વધી જાય છે અને કામ કરવાની મનોવૃત્તિ સમાપ્ત થઈ જાય છે. ભગવાન મહાવીરે કહ્યું : ધર્મની સાધના કરનાર સાધક જે વીર્યની વિરાધના કરે છે, પોતાની શક્તિનું ગોપન કરે છે, જે કામ કરી શકે છે પણ તે કરતો નથી. કામચોરી કરે છે તો તે વિરાધક બની જાય છે. વીર્યની આરાધના ત્યારે થાય છે, જ્યારે વ્યક્તિ પોતાની શક્તિનો પૂરો ઉપયોગ કરે છે. જેનામાં જેટલી શક્તિ છે, તેટલી શક્તિ તે કાર્યમાં વાપરે છે. આચાર્ય ભિશ્મ અંતિમ સમય સુધી જિભા જિભા પ્રતિક્રમણ કરતા, ગોચરી પણ કરતા અને કાર્ય પણ કરતા. તેઓ એટલા માટે કરતા કે તેઓ પોતાની શક્તિનું ગોપન કરવા નહિ ઇચ્છતા હતા. આ છે વીર્યની આરાધના. આ છે શક્તિની આરાધના. જે મહાન વ્યક્તિ હોય છે, તે કદી પોતાની શક્તિની વિરાધના નથી કરતી. તે હમેશાં શક્તિની આરાધના કરે છે. જ્યારે વીર્યની આરાધના હોય છે ત્યારે સફળતા ચોક્કસ જ મળે છે.

તપની આરાધના થાય છે અને તપની વિરાધના થાય છે. આજે ઘણીવાર સાંભળવામાં આવે છે કે અમુક વ્યક્તિએ કંઈ કયું નહિ. તે સીધી સત્તા પર આવી ગઈ, તેણે તપ નહિ કર્યું, કોઈ તપસ્યા નહિ કરી. તો પણ તે સત્તા પર આવી ગઈ. જે વગર તપ કર્યે સીધો સત્તા પર આવે છે, તેણે તેનું જ પરિણામ ભોગવવું પડે છે. જેની પાછળ તપસ્યા કે સાધના નથી હોતી. તેનું પરિણામ પણ ઘણું સારું નથી આવતું. મહાત્મા ગાંધી યશસ્વી બન્યા. યશ પ્રાપ્ત કરવામાં તેમણે ખૂબ તપવું પડ્યું હતું, ખૂબ ખપી જવું પડ્યું હતું. એકવીસ વર્ષની ઉંમરથી તેમણે મુશ્કેલીઓ સહન કરવાનો પ્રારંભ કર્યો હતો. તેને સહન કરતાં કરતાં તેઓ એવા તપ્યા કે સોનામાંથી કુન્દન બની ગયા. જેના જીવનમાં તપ નથી હોતું, સાધના નથી હોતી, ત્યાં સમસ્યાઓ પેદા થાય છે. આરાધનાનું ખીજું સૂત્ર છે—તપની આરાધના.

આરાધનાનું ત્રીજું સૂત્ર છે—ચારિત્ર્યની આરાધના. જ્યાં ચારિત્ર્યની આરાધના નથી હોતી, આચારનું મૂલ્ય નથી હોતું, ત્યાં અનેક મુશ્કેલીઓ પેદા થાય છે. આજનો યુગ મૂલ્યોના સંકટનો યુગ છે. મૂલ્યોના સંકટનું કારણ છે—ચારિત્ર્યને મૂલ્ય ન આપવું. માનવી સારું ઇચ્છે છે. પણ તે આચારને મૂલ્ય આપવાની વાતને વિચારતો નથી. તેથી આ આચારની વિરાધનાએ અનેક સમસ્યાઓને જન્મ આપ્યો છે.

આરાધનાનું ચોથું સૂત્ર છે—દર્શનની આરાધના મોટું આશ્ચર્ય ધાય છે. રાજનીતિ અને સમાજના મોટા મોટા સંસ્થાન ચાલે છે. તેમાં સંબંધ વ્યક્તિઓને ખબર જ નથી પડતી કે તેમનું દર્શન શું છે? એક વિદેશી પત્રકારે ચીની મજૂરોને પૂછ્યું : માક્સવાદ શું છે? તેમણે કહ્યું : અમને ખબર નથી. પત્રકારને ઘણું આશ્ચર્ય થયું કે માક્સવાદની ઘોષણા અને સંકલ્પના આધારે ચાલનારાઓને એ ખબર જ નથી કે માક્સવાદ શું છે. માક્સવાદ ગરીબો અને મજૂરો માટે ચાલ્યો, પણ મજૂર જે તેની પરિભાષા નથી જાણતો તો ઘણા આશ્ચર્યની વાત છે. ભાગે છે આ તો માત્ર ભીડ છે. તેઓ નથી જાણતા કે તેમનું દર્શન શું છે? આજે મજૂરોને જ નહિ, ખુરશી પર બેસનારાઓને પણ પૂરી ખબર નથી હોતી કે તેમનું દર્શન શું છે? તે દર્શનનો આધાર શો છે? આજે ભારતમાં રાજનીતિના ક્ષિતિજ પર જેટલા લોકો કામ કરી રહ્યા છે, તેમને પૂછવામાં આવે કે તેમનું દર્શન શું છે? તો સંભવ છે કે નકારાત્મક જવાબ જ મળશે.

દિલ્હીની એક ઘટના છે. આચાર્યશ્રીના સાન્નિધ્યમાં રાજનૈતિક કાર્યકર્તાઓનું એક સંમેલન થઈ રહ્યું હતું. ચર્ચાઓ ચાલી. અમે તે કાર્યકર્તાઓને એક પ્રશ્ન પૂછ્યો : આપ બતાવશો કે આપનું દર્શન શું છે? સારા સારા કાર્યકર્તા બોલ્યા : એનું તો અમને પૂર્ણતઃ જ્ઞાન નથી. અમે કહ્યું : આપને આપના દર્શનની ખબર નથી. આપને આપના ગન્તવ્યની જ ખબર નથી તો પછી આપ ક્યાં જશો અને કઈ આંખથી જોશો? આપનું મૂલ્યાંકન શું હશે? આજે દષ્ટિની આરાધના જ ક્યાં થઈ રહી છે?

આરાધનાનું પાંચમું સૂત્ર છે—જ્ઞાનની આરાધના. આજે જ્ઞાનની આરાધનાનો પણ હાસ થયો છે. લોકો ભાગ્યે જ સ્વાધ્યાય કરવા ઇચ્છે છે. સ્વાધ્યાયથી તેઓ દૂર ભાગે છે. કરવા નથી ઇચ્છતા. સ્વાધ્યાય સફળતાનો મહત્ત્વપૂર્ણ મંત્ર છે. જે કોઈ મોટા થયા છે તેમણે સ્વાધ્યાયનું આલંબન અવશ્ય લીધું છે. જ્ઞાનની આરાધના પોતાના અનુભવની આરાધના છે.

આરાધનાની ફલશ્રુતિ

આ પાંચ પ્રકારની આરાધના છે. જ્યારે આ આરાધનાઓ નથી હોતી તો પછી બાકી રહે છે વિરાધના. સમસ્યાઓનું મૂળ ખીજ છે

વિરાધના અને સમસ્યાઓના સમાધાનનું મૂળ ખીજ છે આરાધના. આપણે આરાધનાના રહસ્યને સમજવું જોઈએ. એવું માનવું ન જોઈએ કે આરાધના કરનાર અસફળ થતો જ નથી. આરાધના કરનાર પણ અસફળ થઈ શકે છે પરંતુ અંતે તે ચોક્કસ જ સફળ થાય છે. આરાધના એક બળ છે. એક શક્તિ છે. જ્યારે પણ નિરાશા આવે છે. આરાધના દ્વારા ફરીથી આશાનું ખીજ અંકુરિત થાય છે અને નિરાશાનો ભાવ તૂટી જાય છે.

સ્કોટલેન્ડનો રાજા રોબર્ટ બ્રુસ યુદ્ધમાં પરાજિત થઈ ગયો. તે ભાગ્યે અને ગુફાઓમાં સંતાઈ ગયો. તે ખૂબ નિરાશ જીવન જીવવા લાગ્યો. રાજ્ય-પ્રાપ્તિની આશા જતી રહી. તેણે વિચાર્યું—જંગલનું જીવન જીવવું છે. હવે એ વૈભવ અને સુખ-સુવિધાઓ ક્યાં! નિરાંતર નિરાશાના ઘેરામાં ફસાવા લાગ્યો. એક દિવસ તે ખેડો હતો. તેની દષ્ટિ એક કરોળિયા પર ઠરી. તે જાળું બનાવી રહ્યો હતો પણ તે જાળું વારંવાર તૂટી જતું હતું. કરોળિયો ફરીથી પ્રયાસ કરતો. સેંકડો વાર તેણે પ્રયાસ કર્યો. જાળું વણવાનો પ્રયાસ તેણે છોડી દીધો નહિ. એક ક્ષણ એવી આવી કે જાળું બાંધવામાં સફળ થઈ ગયો. રાજાએ જોયું. તેની આંખ ઊઘડી ગઈ. તેને નવી દષ્ટિ મળી. તેણે વિચાર્યું. આટલી બધી વાર નિષ્ફળ થઈને પણ આ કરોળિયો નિરાશ નહિ થયો અને અંતે જાળું બાંધવામાં સફળ થયો. તેણે તેની સફળતાનું સંવેદન છોડ્યું નહિ. હું એકત્રારની અસફળતાથી જ નિરાશ થઈ ગયો. એ ખૂબ ખરાબ થયું. રાજાની ચેતના જાગી. સૈનિકો ભેગા કર્યા. પૂર્ણ પરાક્રમથી લડ્યો. શત્રુ પરાજિત થઈ ગયા. રાજા વિજયી થઈ ગયો.

અસફળતાઓથી ગભરાનાર માણસ જીવનમાં કદી સફળ થઈ શકતો નથી. આરાધનાના ક્ષેત્રમાં વારંવાર અસફળતાઓ આવે છે. ભૂલો થાય છે. પ્રમાદ થાય છે. ક્ષુદ્રતાઓના અવસર પણ સામે આવે છે. અદ્યતાઓ પણ ઘેરી લે છે. પરંતુ જે એનાથી ગભરાતો નથી. પોતાની ક્ષુદ્રતાઓને સમજે છે, તેનો અનુભવ કરે છે, તે ચોક્કસપણે મહાનતાની સાચીને પ્રાપ્ત કરી મહાન બની જાય છે.



प्रवचन : ३

मननो कायाकल्प

संकेतिका

- १ ज्ञान तणी तथा ज्ञानवंतनी, अवज्ञा असातना कीधी ।
तेहनों पिण मुझ मिच्छामिदुक्कडं, हिव निद्रा तज दीधी रा ॥
 - २ ते ज्ञान तणा पंच भेद कह्या छै, त्यांरी करी निषेधणा जाणी ।
ज्ञानतणो वलि उपहास कीधी तो, मिच्छामिदुक्कडं पिछाणी रा ॥
 - ३ दर्शन आचार निःशंकता प्रमुख, अठ गुण सहित कहीं जै ।
ते गुण सम्यक् प्रकारै न धारया तो, मिच्छामिदुक्कडं दीजै रा ॥
 - ४ गहन बात कोई देखी सिद्धान्त नीं, शंका भ्रम मन आण्यो ।
तेहनो पिण सहु मिच्छामिदुक्कडं, हिव में सत्य कर जाण्यो रा ॥
 - ५ छ काय जीवा मांही शंका राखी, अथवा सिद्ध संसारी ।
भ्रम जाल पड्यो तुछ लेखवकर, मिच्छामिदुक्कडं विचारी रा ॥
 - ६ एकम चवदश पूनम चन्द सम, मुनि कह्या जती धर्म धारी ।
त्यां में साधपणां री शंका राखी तो मिच्छामिदुक्कडं उदारी ॥
 - ७ बलि याद करी करी करै आलोकण, न्हाना मोटा अतिचारो ।
पाप-पंक परवाली ने निशल्य हुवै, मुक्ति साहमी दृष्टी धारो रा ॥
- (आराधना १/५, ६, ८; १०, ११, १४, ४७)



भनता कयाकट्टप भाटे पांच निदेश

- आराधनानी कुटिरनुं निर्माणुं करवुं.
- अडारनी डवा तथा प्रकाशथी अययुं. प्रदूषणथी अययुं.
- पंचकर्मने प्रयोग करवे।—'मिच्छामिदुक्कडं'.
- आभलकी रसायणुं सेवन करवुं—पुनरकरणयाए.
- पथ्यनुं ध्यान राखवुं—मानस शरीरने अर्जु-शीर्षुं करनार क्षत्राथी अयता रहेवुं.

मानव शरीरने अर्जुं करनार तथ्ये।

- ज्ञान अने ज्ञानीनी अवहेलना
- आस्थानो अभाव—शंका
- गहन सत्यमां सदेड
- साधनानुं तारतम्य
- पौद्गलिक अबिलाषा—कांक्षा
- इणमां सदेड—वियिक्रिसा

મનનો કાયાકલ્પ

કાયાકલ્પ

એક અપરિચિત માણસ આવીને બોલ્યો : મહારાજ! હું કાયા-કલ્પ કરવા ઇચ્છું છું. મેં કહ્યું : કાયાકલ્પ કરવો હોય તો કોઈ વૈદને શરણે જાઓ, મારી પાસે કેમ આવ્યા છો? તેણે કહ્યું : હું શરીરથી સ્વસ્થ છું, કોઈ બીમારી નથી. હું શરીરનો નહિ, મનનો કાયાકલ્પ કરવા ઇચ્છું છું. મેં કહ્યું : આવો, બેસો. તમારી નાડી જોવા ઇચ્છું છું. હું નિદાન કરવા ઇચ્છું છું. તે બેસી ગયો. મેં નાડી જોઈ. મને લાગ્યું રોગ અસાધ્ય નહિ, સાધ્ય છે. કાયાકલ્પ થઈ શકે છે. મનના ટિસ્યુ જીર્ણ-શીર્ણ અવશ્ય થયાં છે, પણ મન તૂટ્યું નથી. મેં કહ્યું : તમારો કાયાકલ્પ થઈ શકે છે. પણ કેટલીક શર્તો છે. જો તે તમને માન્ય હોય તો હું પ્રયત્ન કરું, નહિ તો તમે તમારું જાણો. તેણે કહ્યું : આપની બધી શર્તો હું માનીશ.

આરાધનાની કુટિર : પ્રદૂષણથી બચાવ

મેં પહેલી શર્ત મૂકી કે તમારે કાયાકલ્પ કરવા માટે એક કુટિર બનાવવી પડશે. તે આરાધનાની કુટિર હશે. કાયાકલ્પ માટે જરૂરી છે કે વ્યક્તિ બહારની હવાથી બચે, બહારના પ્રકાશથી બચે અને બધાં પ્રદૂષણોથી બચે. જૂના જમાનામાં બ્યારે આટલો બચાવ કરવામાં આવતો હતો તો આજે તો એ બધાથી બચવું અત્યંત જરૂરી બન્યું છે. આજની હવા પણ શુદ્ધ નથી. આજનો પ્રકાશ પણ શુદ્ધ નથી. સમગ્ર પર્યાવરણ પ્રદૂષણોથી ભરેલું છે. ઉદ્યોગીકરણની અસર આપણી સમક્ષ છે. જેમ જેમ ઉદ્યોગો વધી રહ્યા છે તેમ તેમ પ્રદૂષણ વધી રહ્યું છે. બધું જ વાયુમંડળ પ્રદૂષિત થઈ ગયું છે. ઈટલીના વૈજ્ઞાનિક પ્રોફેસર ટોરીએ ભવિષ્યવાણી કરી છે કે જે પ્રદૂષણની માત્રા આ માત્રા જેટલી જ વધતી રહેશે તો એક દિવસ એવો આવશે બ્યારે માત્ર સ્ત્રીઓ જ બચશે, પુરુષો નહિ બચશે. આપણી દુનિયા પુરુષો વિહોણી બની જશે. માત્ર સ્ત્રીઓ જ સ્ત્રીઓ રહેશે. એનું કારણ પ્રસ્તુત કરતાં તેમણે કહ્યું કે આજે પ્રદૂષણ એટલું વધી રહ્યું છે કે ભૂણમાં નરનું નિર્ધારણ કરનાર ગ્રાણસૂત્ર, ક્રોમોસોમ નષ્ટ થઈ જશે. તેમાં એટલી ક્ષમતા નથી કે મર્યાદાથી વધુ પ્રદૂષણને સહન કરી શકે. ભૂણ ખૂબ કોમળ હોય છે. તે અમુક હદ સુધી જ

પ્રદૂષણ સહન કરી શકે છે. તે ખૂબ સંવેદનશીલ હોય છે. તે હદથી વધારે પ્રદૂષણ નથી સહન કરી શકતું. આને પ્રદૂષણ હદ વટાવી ગયું છે. તેથી ભૂણમાં નરતું નિર્ધારણ કરનાર કોમોસોમ નષ્ટ થઈ જશે. પુરુષ જન્મશે નહિ. ફક્ત સ્ત્રીઓ જ જન્મશે અને તે પણ કયાં સુધી રહેશે તે કહી શકાય એમ નથી. પુરુષો વગર સ્ત્રીઓ કયાં સુધી રહેશે? સ્ત્રીને પણ શું કરશે? એનો અર્થ એ થયો કે સૃષ્ટિ સમાપ્ત થઈ જશે.

ઉદ્યોગીકરણ દ્વારા માત્ર વાયુમંડળ દૂષિત નથી થઈ રહ્યું, માત્ર પાણી દૂષિત નથી થઈ રહ્યું પણ મનુષ્યનું મન પણ દૂષિત થઈ રહ્યું છે. મન એટલું તનાવગ્રસ્ત થઈ રહ્યું છે કે એક પ્રકારે તે તૂટી રહ્યું છે. હવે તેનામાં સહન કરવાની ક્ષમતા નષ્ટ થઈ ચૂકી છે.

એક એક સમયનું અનુદાન હોય છે, આને નેટલો ઉદ્યોગ, નેટલો વિકાસ, નેટલી સુવિધા મનુષ્યજાતિને આપવામાં આવે તેટલી જ વૈજ્ઞાનિક યુગની જવાબદારી અને મહાન ફળ હશે. પરંતુ આપણે ખીજ પક્ષને ભૂલાવી ન દેવો જોઈએ કે પ્રકૃતિના એક કણમાં પણ કોઈક તૂટ-ફૂટ હોય છે, ખૂરાઈ હોય છે, તે આખી સૃષ્ટિમાં તોડફોડ શરૂ થઈ જાય છે. વિજ્ઞાનની એક શાખા છે—ઇકોલોજી. તેના ઘણા બધા વિકાસ થઈ રહ્યો છે. એ તથ્ય વારંવાર પ્રસ્તુત કરવામાં આવી રહ્યું છે કે પ્રકૃતિ સાથે જે છેડછાડ કરવામાં આવી રહી છે, તેને ગ્રહલવાનો જે આટલો ભગીરથ પ્રયત્ન કરવામાં આવી રહ્યો છે, તે મનુષ્ય માટે શુભકારક નથી, જીવલેણ છે. આજનો વૈજ્ઞાનિક કૃત્રિમ રીતે ક્રીટાણુ પેદા કરી રહ્યો છે. પણ તે વૈજ્ઞાનિકો પોતે ખૂબ મોટી શંકા ધરાવે છે કે કોઈ એવો ક્રીટાણુ કે જીવાણુ પેદા ન થઈ જાય, જે સમગ્ર મનુષ્યજાતિને ગળી જાય. ક્રીટાણુ બનાવી લેવાનું સરળ પણ હોઈ શકે. પણ એને સંભાળવા ખૂબ મુશ્કેલ વાત છે. બધા વૈજ્ઞાનિકો ચિંતિત છે.

પ્રદૂષણના જમાનામાં મનનું તૂટવું ખૂબ સ્વાભાવિક છે. પ્રદૂષણથી બચવું જોઈશે. પહેલાના જમાનામાં કહેવામાં આવતું કે—સવારે સૂર્ય કિરણોનું સેવન કરવું જોઈએ, બાલસૂર્યનાં કિરણોમાં વિટામિન ‘ડી’ વધારે હોય છે. ખીજ પણ ઘણા લાભ થાય છે. આને તે કિરણો ખતરનાક બની ગયાં છે. આને સમગ્ર વાયુમંડળમાં અણુરજ તથા રેડિયમનાં એટલાં વિકિરણ છે કે પ્રાતઃકાલીન સૂર્યનાં કિરણોનું સેવન કરવું ખતરાથી ખાલી નથી. કિરણો ખીમારીઓ દૂર કરે છે તો કેન્સર

નેવો ભયંકર રોગ પણ ઉત્પન્ન કરે છે. જ્યાં શારીરિક દષ્ટિએ પણ પ્રદૂષણ સામે આટલો બચાવ જરૂરી છે તો જ્યાં મનનો કાયાકલ્પ કરવાનો છે ત્યાં પ્રદૂષણથી બચવું અત્યંત આવશ્યક બની જાય છે.

મેં કાયાકલ્પના ઇચ્છુક વ્યક્તિને કહ્યું : તમે એવી કુટિર બનાવો, આરાધનાની કુટિર બનાવો; જેમાં બહારની હવા પણ નહિ લાગે, જેમાં બહારનો પ્રકાશ અને પ્રદૂષણ પણ ન પહોંચે. આ બધાની પહોંચથી દૂર એવી એ કુટિર હોય.

પંચકર્મની અનિવાર્યતા

બીજી શરત છે—તમારે પંચકર્મ કરવાનું રહેશે. કાયાકલ્પ માટે પંચકર્મ જરૂરી છે. પંચકર્મની પદ્ધતિ શોધનની મહત્વપૂર્ણ પદ્ધતિ છે. તે પાંચ કર્મ છે—વમન, વિરેચન, નિરૂહણ, વસ્તિકર્મ, અને સ્નેહન. તમારે મનનો કાયાકલ્પ કરવા માટે પંચકર્મ કરવાનું રહેશે. પંચકર્મની પદ્ધતિની પાંચેય ક્રિયાઓમાંથી પસાર થવું ખૂબ મુશ્કેલ છે. વમન, વિરેચન અને સ્વેદન—બધી મુશ્કેલ ક્રિયાઓ છે. વમન કરાવવા માટે મદન ક્ષણ કે તેવી જ કોઈ બીજી ઔષધિ વૈદ્ય આપે છે. જ્યારે ઔષધિ શરીરમાં જઈને કાર્ય કરે છે ત્યારે જીવ ગૂંચળાય છે, જીવ અકળાય છે, આકાશ-પાતાળ એક થઈ જાય છે. હું ખુદ પંચકર્મમાંથી પસાર થયો છું. મને તેની મુશ્કેલીઓનો ખ્યાલ છે.

તેણે કહ્યું : આપ મને આટલો મુશ્કેલ કોર્સ આપી રહ્યા છો. શું આપને પરંપરાનું જ્ઞાન છે?

‘હા, હું પરંપરાને જાણું છું. મને ખબર છે. કોઈ નવી વાત નથી. મેં આચાર્ય તુલસી પાસેથી પરંપરા જાણી છે, અને એની પાછળ મહાવૈદ્યોની પરંપરા પણ જોડાયેલી છે. સંપૂર્ણ એક શૃંગખલા છે. હું તમને મહાવૈદ્ય જ્ઞાચાર્ય પાસે લઈ જાઉં. તેઓ મનનો કાયાકલ્પ કરવામાં કુશળ હતા. હું તમને આચાર્ય શિવકોટિ પાસે લઈ જાઉં, જે આરાધનાની કુટિર બનાવવામાં અને પંચકર્મ કરાવવામાં કુશળ શિલ્પી હતા. બીજાં પણ કેટલાં નામ ગણાવું? હું તે બધા મહાવૈદ્યોની, આચાર્યોની પરંપરા જાણું છું. તેથી હું કહું છું કે આ તો કરવા જ પડશે. એ સિવાય કંઈ પણ થશે નહિ.

તેણે કેટલીક ક્ષણો સુધી ચિંતન કર્યું. તેણે મનનો કાયાકલ્પ કરાવવાનો નિશ્ચય કરીને બધી શરતો સ્વીકારી લીધી.

મિચ્છામિ દુક્કડં—લગડો ન હોય

મેં કહ્યું : હવે તમે કર્મનો આરંભ કરો. તમે આરાધનાની કુટિર બનાવી છે. હવે પંચકર્મની ક્રિયાનો પ્રારંભ કરો.

‘પઙ્કિકમમિ, નિદામિ, ગરહામિ આલોએમિ, મિચ્છામિ દુક્કડં’

—આ પાંચ કર્મ છે. આરાધના ગ્રંથના પ્રત્યેક પદના ત્રીજા ચરણુ પછી ચોથું ચરણુ છે. ‘મિચ્છામિ દુક્કડં’. તેમાં વારંવાર આ પદનો ઉચ્ચાર થાય છે. પંચકર્મ માટે આ જરૂરી છે. પંચકર્મની પ્રક્રિયા પૂરી થઈ ગઈ. શોધન થઈ ગયું. વમન, વિરેચન, સ્નેહન અને સ્વેદન—ગયું જ કરી લીધું. શરીર શુદ્ધ થઈ ગયું. તેના બધા દોષો નાશ પામ્યા. ‘મિચ્છામિ દુક્કડં’નું વારંવાર ઉચ્ચારણુ કરીને મનને શુદ્ધ કરી લીધું. પરંતુ આગળની એક મહત્ત્વપૂર્ણ વાત બાકી રહી બંધ છે. પંચકર્મથી શરીર શુદ્ધ થઈ બંધ છે. પરંતુ તે શુદ્ધિને ટકાવી રાખવા માટે પછી યોગ્ય ઔષધિનું સેવન આવશ્યક હોય છે. તેવી જ રીતે મનને શુદ્ધ કર્યા પછી ફરીથી તે દૂષિત ન બને, તેટલા માટે કંઈક કરવાનું બાકી રહી બંધ છે, નહિ તો ‘મિચ્છામિ દુક્કડં’ કાંઈ બીજું બની બંધ છે. જેમ કે આજે બની રહ્યું છે, તે લગડો બની બંધ છે. માત્ર ‘મિચ્છામિ દુક્કડં’થી કંઈ થતું નથી. આગળની વાત થવાથી તેનો પ્રભાવ ટકાઉ બની શકે છે. એક બાણીતી વાર્તા છે :

એક ગુરુ પોતાના નવદીક્ષિત શિષ્ય સાથે એક ગામથી બીજે ગામ વિહાર કરી રહ્યા હતા. એક દિવસ તેઓ નાનકડા ગામમાં આવ્યા અને એક કુંભારને ત્યાં રહ્યા. ભોજનથી નિવૃત્ત થઈને ગુરુ વિશ્રામ કરવા લાગ્યા. શિષ્ય ખેઠો હતો. કુંભાર ચાક પર ઘડા ઉતારી રહ્યો હતો. કુંભારે એક ઘડો તૈયાર કરીને જમીન પર મૂક્યો. શિષ્યનું મન કુતૂહલથી ભરેલું હતું. તેણે એક નાનો કાંકરો ઘડા પર ફેંક્યો. ઘડો ફૂટી ગયો. કુંભારે કહ્યું : મહારાજ! આ શું કર્યું? શિષ્યે તરત કહ્યું : ‘મિચ્છામિ દુક્કડં’ મારી ભૂલ થઈ ગઈ. કુંભારે બીજો ઘડો તૈયાર કર્યો. જમીન પર મૂક્યો અને શિષ્યે ફરીથી એક કાંકરો ફેંકીને તેને પણ ફેડી નાંખ્યો. કુંભારે કંઈક જાણ્યા સાદે કહ્યું : મહારાજ! આ શું? શિષ્યે ફરીથી ખોલ્યો : ‘મિચ્છામિ દુક્કડં’ ભૂલ થઈ ગઈ. કુંભારે ત્રીજો, ચોથો અને પાંચમો ઘડો તૈયાર કર્યો, શિષ્ય તેને ફેડતાં ફેડતાં ‘મિચ્છામિ દુક્કડં’નું ઉચ્ચારણુ કરતો રહ્યો. કુંભાર જાણેડાઈ ગયો. મહારાજનું ફક્ત ‘મિચ્છામિ

દુઃકાંડ' ઉચ્ચારણ કરવાનું થતું અને કુંભારનો યદો શ્રમ નિરર્થક જતો. તે સમજી નહિ શક્યો કે આ 'મિચ્છામિ દુઃકાંડ' કઈ બલો છે. તે આવ્યો. શિષ્યનો કાન પકડીને એક તમાચો લગાવી દીધો. શિષ્ય બોલ્યો : પ્રબ્ધપતિ! આ શું કરી રહ્યા છો? કુંભાર બોલ્યો : 'મિચ્છામિ દુઃકાંડ' બે, ત્રણ, ચાર તમાચા લગાવ્યા અને દરેક વખતે 'મિચ્છામિ દુઃકાંડ' કહેતો ગયો.

આ અધૂરો 'મિચ્છામિ દુઃકાંડ' છે. આ પૂરો નથી. એમાં સંપૂર્ણ અર્થ ગભિત નથી. તે કોઈ કામનો નથી હોતો. આ માનસિક ચિકિત્સામાં—મનનાં કાયાકલ્પમાં—એનો કોઈ ઉપયોગ નથી થઈ શકતો.

શોધન અને રસાયણ

સંપૂર્ણ 'મિચ્છામિ દુઃકાંડ' ત્યારે બને છે જ્યારે એની સાથે આગળનું સૂત્ર—'इयानिं णो जहहं पुव्वमकासी पमाणं' જોડાઈ જાય છે. 'મિચ્છામિ દુઃકાંડ'નો અર્થ છે. 'મેં ભૂલથી આ કામ કરી દીધું.' તેના ઉત્તર સૂત્રનો અર્થ થાય છે. હવે હું તે ભૂલ નહિ કરીશ, જે મેં પહેલાં કરી હતી. 'पुनमकरणयाए अब्भुट्ठमि'—હું એટી જાઉં છું કે ફરીથી આ ભૂલ હું કરીશ નહિ. ભૂલ કરવી એ દોષ છે, તો ભૂલને ફરીથી કરવી મહાદોષ છે. જે વ્યક્તિ ભૂલ ફરીથી નથી કરતી તે ભૂલોમાંથી ઘણું ખરું શીખી જાય છે. આ રસાયણ છે. શોધન પછી રસાયણનો પ્રયોગ આવશ્યક હોય છે.

'मिच्छामि दुक्कडं' એ શોધન છે. 'पुनमकरणयाए अब्भुट्ठमि'—આ રસાયણ છે. 'इयानिं णो जहहं पुव्वमकासी पमाणं'—એ રસાયણ છે.

પથ્યની અનિવાર્યતા

રસાયણના સેવનથી પણ કામ પૂરું નથી થતું. શોધન કરી લીધું. રસાયણ લઈ લીધું. પણ સાથે સાથે પથ્યનું સેવન પણ થવું જોઈએ. જે વ્યક્તિ શરીરનું શોધન બરાબર કરી લે છે પછી પૌષ્ટિકતા માટે રસાયણનું સેવન પણ કરી લે છે પણ જો તે પથ્યાપથ્યનો વિવેક ન રાખે, જે ઇચ્છા થઈ તે ખાવા લાગી જાય તો યિત્યારું શોધન પણ શું કરશે અને રસાયણનું સેવન પણ શું કરશે? પથ્યનું સેવન પણ જરૂરી છે. એના વગર પ્રક્રિયા પૂરી નથી થતી. સંસ્કૃતમાં કહ્યું છે : यदि पथ्यं किमौषधेन ? यद्यपथ्यं किमौषधेन—જો પથ્ય છે તો ઔષધિ સેવનથી શું? જો અપથ્ય

છે તો ઔષધિ સેવનથી શું? જે લાભ દવાઓ નથી કરતી તેટલો લાભ પથ્ય કરે છે.

શિબિરમાં રહેનાર વ્યક્તિ, સાધના કરનાર વ્યક્તિ પથ્ય પ્રત્યે જનગ્રત જની જન્ય છે. તેઓ માત્ર રસાયણનો પ્રયોગ નથી કરતા, તેમાં પથ્યનો પણ પૂરો વિવેક જંગી જન્ય છે. એક સાધક કહી રહ્યો હતો. હું પાછલા શિબિરમાં થોડા પ્રયોગ શીખ્યો હતો. મેં દરરોજના ભોજનમાં પરિવર્તન કર્યું. મીઠું છોડી દીધું, ખાંડ છોડી દીધી. ભોજનની માત્રા ઓછી કરી દીધી. પણ મારી શક્તિ યથાવત્ જની રહી. આજસ ઘટી, સ્ફૂર્તિ વધી અને કામ કરવાની ક્ષમતાનો વિકાસ થયો. હવે સ્વાસ્થ્ય પણ પહેલાં કરતાં વધુ સારું છે.

આ બધું પથ્યનું જ પરિણામ છે. જે પથ્ય ન હોય, ભોજનનો ક્રમ ન બદલાય અને ધ્યાન પણ ચાલુ રહે તો કોઈ પરિણામ નહિ આવી શકે. પથ્યનો વિવેક હોય, ભોજનનો ક્રમ બદલાય, ચર્ચા બદલાય, આજસ ન રહે, શ્રમ થાય તો ધ્યાન ફળદાયક થઈ શકે છે.

તે જ સુધાર : તે જ ઓબર

દસ દિવસના શિબિરકાલીન પ્રયોગથી ખૂબ મોટો લાભ થઈ જશે—એવું માનવું ખૂબ મોટી બ્રાન્તિ હશે. દસ દિવસનો પ્રયોગ જીવન-દિશા બદલવાનો એક ઉપાય માત્ર છે. જે દસ દિવસ પછી ફરીથી પહેલાના જેવું જ જીવન ચાલશે તો દસ દિવસ સુધી કરેલો પ્રયાસ વ્યર્થ જ જશે. તે જ સુધાર અને તે જ ઓબર—એનાથી કશું જ થવાનું નથી. ઘર ગયા પછી પણ જીવનની દિશા બદલે, આહાર બદલે, ચર્ચા બદલે, જીવનનો ક્રમ બદલે, શ્રમનો ક્રમ બદલે, નાના મોટાની ભાવના બદલે, શ્રમને હીન માનવાની ભાવના બદલે, જે આવું થાય છે તો નિશ્ચિતપણે ધ્યાન ફળદાયી બને છે. તેનાથી જ વ્યક્તિત્વનું રૂપાંતર સંભવ થઈ શકે છે.

ધ્યાન છે—બદલવાની પ્રક્રિયા

મૂળ વાત છે—દિશાનું પરિવર્તન. જે તે બનતું નથી, તો ગમે તેટલી સાધના કરવામાં આવે, માણસ તેવો ને તેવો જ રહે છે. કાળો કાગડો સાબુથી ગમે તેટલો નહાય તે કદી સફેદ નથી થઈ શકતો. દષ્ટિ બદલવી જોઈએ, ચિંતન અને વિચાર બદલવો જોઈએ, જીવનનો કાર્યક્રમ અને આચારસંહિતા બદલાઈ જવી જોઈએ.

ધ્યાનનો અર્થ છે—બદલવાની પ્રક્રિયા

ધ્યાનનો અર્થ છે—દિશાનું પરિવર્તન

ધ્યાનનો અર્થ છે—સ્વભાવનું પરિવર્તન.

જો આ પરિવર્તન ન થયું અને માત્ર કાયોત્સર્ગની મુદ્રા, બંધ આંખો અને ધ્યાનનો પ્રયોગ હોય તો એવું લાગે છે કે જે બિન્દુ પર પહોંચીને ધ્યાન થાય છે, બદલવાની પ્રક્રિયા શરૂ થાય છે, હજી તે બિન્દુ પકડમાં આવ્યું નથી.

પથ્ય શુ? શા માટે?

પ્રશ્ન થાય છે—પથ્ય શું છે?

પથ્ય છે મનની શાંતિ, મનની નિર્મળતા. જે માનસ-શરીર જીર્ણુ-શીર્ણુ થઈ ગયું છે, તૂટીફૂટી ગયું છે, તેને સંભાળવું છે, તો તેના પર ધ્યાન આપવું પડશે. મન પર ધ્યાન આપવું ખૂબ જરૂરી છે. ખૂબ વિચિત્ર સ્થિતિ છે. આપણા જીવનમાં સૌથી વધુ શક્તિશાળી છે ચિત્ત, મન અને ચેતના. તેના પર આપણે ધ્યાન જ નથી આપતા, સમગ્ર ધ્યાન શરીર પર કેન્દ્રિત કરી દઈએ છીએ. જ્યાં શરીરને કષ્ટ થાય છે ત્યાં માણસ મન અને ચેતનાને પણ ગૌણ કરી દે છે.

સુખનું સાધન છે—શરીર. શરીરને આરામ મળવો જોઈએ. શરીર પર પસીના આવવો ન જોઈએ. શરીરને તડકા લાગવો નહિ જોઈએ. માણસ પ્રત્યેક વાત શરીરની દૃષ્ટિએ વિચારે છે તે ચેતનાને ગૌણ કરી દે છે. જે સમજદારીની આ જ વાત હોત તો આચાર્યશ્રી એક દિવસ પણ અહીં નહિ આવત, તેઓ અહીં આવે છે. ધગધગતા તાપમાં. શરીર પસીનાથી લથપથ થઈ જાય છે. પગ બળે છે. તડકાથી માથું તપી જાય છે. તોપણ તેઓ આવે છે. શરીરની ચિંતા કરનાર વ્યક્તિ કદી આટલા સખત તાપમાં નહિ આવશે. આચાર્ય સ્વતંત્ર હોય છે. તેઓ મરજી હોય તો આવે, મરજી હોય તો ન આવે. કોઈ પ્રતિબંધ નથી. તેમના પર કોઈ નિયંત્રણ કે નિયમન નથી. તેઓ ઇચ્છા મુજબ ચાલનાર હોય છે. તેઓ આ સખત તાપમાં આવે છે. પ્રશ્ન થાય છે કે શા માટે આવે છે? જવાબ સ્પષ્ટ છે, જે વ્યક્તિએ શરીરને ગૌણ માન્યું છે અને કર્તવ્યને, સેવાને, ઉદાત્ત ભાવનાને અને પરમાર્થ ચેતનાને મૂલ્ય ગણ્યું છે—તે કદી શરીરનો વિચાર કરતા નથી. તેને વધારાનું મહત્ત્વ

નથી આપતા. કેમ કે તેનું લક્ષ્ય જ બદલાઈ જાય છે. પરંતુ આ દુનિયામાં જીવનાર નવ્વાણું ટકા લોકો શરીરથી પ્રતિબદ્ધ હોય છે. તેઓ શરીરની દૃષ્ટિએ વિચાર કરે છે, ધ્યેયની દૃષ્ટિએ વિચાર નથી કરતા. મનની દૃષ્ટિએ વિચાર કરવો ખૂબ સખત પથ છે. મન કેટલું વક્ર છે.

મનનો ઘોડો વક્ર છે

એક પ્રાચીન કથા છે. એક રાજા ઘોડાઓનો ઘણો શોખીન હતો. તખેલામાં તેણે અનેક ઘોડાઓ એકત્રિત કર્યા હતા. તે સ્વયં ઘોડાની પરીક્ષા કરતો અને જે શ્રેષ્ઠ ઘોડો હોય તેને ખરીદી લેતો. એક દિવસ તેણે ઘોડો પસંદ કર્યો. તેનો આકાર ભવ્ય, ગતિ સુંદર અને સર્વગુણ સંપન્ન હોય એવો લાગતો હતો. પરીક્ષા કરવા તેના પર સવારી કરવા નીકળ્યો. પોતાની સાથે એક કુશળ અશ્વ-પરીક્ષક પણ લઈ લીધો. ઘોડો-સવારોની એક નાની ટુકડી સાથે ચાલી, બધા જંગલ તરફ ગયા. જંગલમાં ખૂબ દૂર નીકળી ગયા. ઘોડાની ચાલ અને ત્વરિત ગતિ પર રાજા મુગ્ધ થઈ ગયો. રાજાએ વિચાર્યું—કેટલો સુંદર અને સુખદ ઘોડો છે. એની ગતિ એટલી સોહામણી છે કે એ મનમાં વસી ગયો છે. રાજા થાકીને લોથપોથ થઈ ગયો હતો. તે વિશ્રામ કરવા ઇચ્છતો હતો. રાજાએ ઘોડાને રોકવા માટે લગામ ખેંચી. લગામ ખેંચતાં ઘોડો ઊભો ન રહ્યો, પવન વેગે દોડવા લાગ્યો. ગતિ ખૂબ જ તીવ્ર થઈ ગઈ. રાજાએ ઘોડાને ઊભો રાખવા વધુ જોરથી લગામ ખેંચી. ઘોડો તે ખેંચાણથી વધુ તીવ્ર ગતિએ દોડવા લાગ્યો. જાણે તે હવામાં ઊડી રહ્યો હોય એવું લાગવા માંડ્યું. અશ્વ-શિક્ષક સાથે હતા. તેમણે કહ્યું : મહારાજ! લગામ ખેંચવાથી ઘોડાની ગતિ તીવ્ર બને છે. આપ લગામ ઢીલી કરી દો. આ વક્ર ગતિનો ઘોડો છે. વક્ર અશ્વ છે. રાજાએ લગામ ઢીલી કરી દીધી. અશ્વની ગતિ સ્ખલિત થઈ ગઈ અને તે ત્યાં જ અટકી ગયો.

મનનો અશ્વ પણ ખૂબ વક્ર છે. તે વક્ર ગતિથી ચાલે છે. મનના અશ્વની લગામ ખેંચશો તો તે ઊછળવા લાગી જશે. ધ્યાનમાં ખેસીને જેવા આપણે મનને એકાગ્ર કરવાનો પ્રયત્ન કરીએ છીએ કે તે મનનો અશ્વ જે પહેલાં શાંત હતો, ઊભો હતો, તે દોડવા લાગી જશે. કામમાં સંલગ્ન હોઈએ છીએ તો મન શાંત રહે છે. જેવા માળા જપવા ખેસીએ છીએ, કશોક મનને ટકાવવાનો પ્રયત્ન કરીએ છીએ, કે મન વધુ ચંચળ

થઈ જાય છે, દોડવા લાગે છે. આ વક્ અથ્થ છે. આ અથ્થને સંભાળવાનું કામ ખૂબ મુશ્કેલ છે. નિયંત્રણથી તે હાથમાં નહિ આવશે. બ્યારે એને શિથિલ કરી દેવામાં આવે છે, નિયંત્રણથી મુક્ત કરી દેવામાં આવે છે ત્યારે તે હાથમાં આવે છે.

ધ્યાન : શિથિલીકરણ

ધ્યાનનો પ્રયોગ શિથિલીકરણનો પ્રયોગ છે. ધ્યાનનો પ્રારંભ કાયોત્સર્ગથી થાય છે. કાયોત્સર્ગનો અર્થ છે—શિથિલીકરણ. શરીરનું શિથિલીકરણ, વાણીનું શિથિલીકરણ અને મનનું શિથિલીકરણ. નિયંત્રિત નહિ કરો. વિચાર આવે તો એને રોકો નહિ. આવે તો આવવા દો. એની પ્રેક્ષા કરો. તેને જુઓ, પ્રેક્ષા જોવાની પ્રક્રિયા છે રોકવાની નહિ. વિચાર આવે તો એને જુઓ; સંકલ્પ અને વિકલ્પ આવે તો એને જુઓ, કંપન આવે તો કંપનોને જુઓ. કાંઈ પણ કરવાનું નહિ. માત્ર જોવાનું છે. જાણી લેવાનું છે કે આવું થઈ રહ્યું છે. જેવું વિચારોને જોવાનું શરૂ કરીએ છીએ કે વિચારનું આગમન અટકી જાય છે. સંકલ્પોને જોઈએ તો સંકલ્પ સમાપ્ત થઈ જાય છે. પ્રેક્ષા માત્ર જોવાની પ્રક્રિયા છે, શિથિલનની પ્રક્રિયા છે. રોકવાની કે બળબળરીથી નિયંત્રણ કરવાની પ્રક્રિયા નથી.

કઠોર પથ્ય

આપણું શુદ્ધ રૂપ છે—કેવળ જ્ઞાતા ભાવ, કેવળ દ્રષ્ટાભાવ, કેવળ જાણવું, કેવળ જોવું. આ મનના કાયાકલ્પનું સૌથી મહત્વપૂર્ણ પથ્ય છે. ન પ્રિયતાનું સંવેદન, ન અપ્રિયતાનું સંવેદન—કાંઈ પણ નહિ, કેવળ જાણવું, કેવળ જોવું. આ કઠોર પથ્ય છે. પરંતુ જો મનનો કાયાકલ્પ કરવો હોય તો આ પથ્યનું પાલન કરવું પડશે. પથ્ય સાથે ખીલુ પણ અનેક મહત્વપૂર્ણ વાતો જોડાયેલી છે.

મનનું ઘડપણ : ત્રણ કારણ

આપણે આ કારણો પર પણ વિચાર કરીએ કે મન ઘરડું કેમ થાય છે? મન ખીમાર કેમ થાય છે? મન તૂટી કેમ જાય છે, તેના કોષો ખરાબ કેમ થાય છે, નવા કોષો કેમ નથી બનતા? શરીર ખીમાર થવાનું મૂળ કારણ એ જ છે કે નવા ટિસ્સૂ બનતા નથી અને જૂના જાણી થઈ જાય છે. આ સમસ્યા મનની છે.

મનના તૂટવાના, ખીમાર થવાના ઘરકું થવાના, ત્રણ કારણ છે— શંકા, કાંક્ષા, અને વિચિકિત્સા. જ્યાંયાર્યે આ જ ત્રણ કારણોનો ઉલ્લેખ કર્યો છે. મનુષ્ય સ્વભાવે શંકાશીલ છે. તે ખીબને શંકાની નજરે જુએ છે, ખીબની આલોચના કરે છે, ખીબની ત્રુટિઓ જુએ છે. માણસની વાત આપણે છોડી દઈએ, સ્વયં ભગવાન પણ જે અહીં આવી જાય તો માણસ તેમને પણ શંકાની દષ્ટિએ જોશે, તેની ત્રુટિઓ અને દુર્બળતાઓને જોશે.

પહેલું કારણ : શંકા

એકવાર ભગવાન મર્ત્યલોકમાં આવ્યા. એક નગરમાં પ્રવેશ કરીને ચોરા પર ઊતર્યા. ત્યાં અનેક લોકો ભેગા થયા હતા. બધા અંદરે અંદર ચર્ચા કરી રહ્યા હતા. ભગવાન તેમની પાસે આવ્યા. તેમને પૂછ્યું : સારું પતાવો, સૃષ્ટિ કેવી લાગી? લોકોએ પૂછ્યું : તમે કોણ છો? હું સૃષ્ટિનો રચયિતા છું. ભગવાને કહ્યું : અહીં કેમ આવ્યા છો? એક વ્યક્તિએ પૂછી નાખ્યું. ભગવાન બોલ્યા : હું એ જાણુવા આવ્યો છું કે આ સૃષ્ટિ કેવી બની છે?

બધા લોકો શ્રદ્ધાથી અભિભૂત થઈ ગયા. તેઓ બોલ્યા : પ્રભુ! આપની કીલા અપરંપાર છે. આપની સૃષ્ટિ ખૂબ સુંદર, સુખદ અને મનમોહક છે. આપે સુંદર ફૂલ, તળાવ, ઉદ્યાન, પર્વત બનાવ્યા. આપે સમુદ્ર કેટલો વિશાળ બનાવ્યો.

એક માણસ બોલ્યો : પ્રભુ! હું મારા મનની વાત આપને કહું. આપની સૃષ્ટિને જોઈને એ નહિ કહી શકાય કે આ કોઈ બુદ્ધિશાળી માણસે બનાવી છે. દુનિયામાં જે કોઈ અબુદ્ધિમાન હોય તો તે આ સૃષ્ટિનો કર્તા છે. જુઓ, આપે સમુદ્રો આટલા મોટા બનાવ્યા પણ તેનું ખારું પાણી બનાવી દીધું. આપ તેનું પાણી મીઠું બનાવી દેતે તો શું બગડી જતે? જે એવું હોત તો આજે પાણીની સમસ્યા જ ન હોત. આપે એટલા ઊંચા પહાડ બનાવ્યા, તેના પર ચઢવા માટે માણસે કેટલો શ્રમ કરવો પડે છે? જ્યારે આપે પહાડોનું નિર્માણ કર્યું ત્યારે સાથે સાથે નિસરણી બનાવી દેત, સડકોનું નિર્માણ કરી દેત તો! આપને માટે તો ચપટી વગાડવા જેટલો ખેલ છે. મને લાગે છે કે સૃષ્ટિમાં એવું કંઈ પણ નથી જેને સમજદારી પૂર્વકની રચના કહી શકાય. આનાથી સારું સર્જન આજનો એન્જિનિયર કરી શકે છે. આપે એટલું ધન બનાવ્યું,

પણ દાતાએને તે નહિ આપ્યું. બધું ધન કંજૂસ વ્યક્તિઓ પાસે ભેગું કરી દીધું. શું આ સમજદારીનું કામ છે? પ્રભુ! આપ દરેક સ્થળે ભૂલી ગયા છો. આપે એટલી ભૂલો કરી છે કે એની યાદી રજૂ કરું કે કહું તો આપ સાંભળવા નહિ ઇચ્છશો. તેને સહન નહિ કરી શકશો.

માણસ દરેક વાતમાં ખામી જોઈ લે છે. તે પ્રત્યેક વાતમાં સંદેહ અને શંકા કરે છે. શંકા મનને તોડે છે.

ન્યારે કોઈ ગહન સત્ય સામે આવે છે તો માણસ તેને જૂઠું પાડવાનો પ્રયત્ન કરે છે. તે તરત કહે છે કે આ વાત ખોટી છે. ગપ્પું છે.

ન્યારે એ તથ્ય નજર સમક્ષ આવ્યું કે ભાષાના પરમાણુઓ લોકાન્ત સુધી ફેલાઈ જાય છે. ત્યારે માનવીએ શંકા કરી કે એ કેવી રીતે સંભવ હોઈ શકે છે? ચિન્તનના પરમાણુ સમગ્ર આકાશમાં વ્યાપ્ત થઈને હબરો, લાખો કરોડો વર્ષો સુધી જેમના તેમ રહી જાય છે. તેને લાંબા સમય પછી જાણી શકાય છે, જોઈ શકાય છે. આ વાત પ્રત્યક્ષ થતાં જ માણસ ખોલી જીટે છે—ખોટું છે. ગપ્પું છે. પ્રત્યેક ગહન સત્યને ગપ્પું નામ આપવામાં આવે છે અને તેને પૌરાણિક વાત કહેવામાં આવે છે. પરંતુ આજે તે બધાં તથ્યો પ્રસ્થાપિત થઈ ચૂક્યાં છે. વિજ્ઞાને તેને પ્રતિષ્ઠિત કરી દીધાં છે.

હમણાં થોડા દિવસ પહેલાં મેં એક સમાચાર વાંચ્યા. તેમાં એ ઉલ્લેખ હતો કે કેટલાક વૈજ્ઞાનિકો એવો કેમેરો બનાવી રહ્યા છે જેમાં એક કરોડ ત્રૈદશ બિલિયન વર્ષ પહેલાના પ્રચારિત વિચારોના ફોટા લઈ શકાશે. દસ લાખના એક બિલિયન થાય છે અને દસ બિલિયનનો એક બિલિયન થાય છે. કેટલો લાંબો સમય!

આકાશ મંડળમાં આપણા શરીરમાંથી નીકળતા પરમાણુ વ્યાપ્ત છે, આપણી ભાષાના પરમાણુ વ્યાપ્ત છે. આ બધું આજે પ્રસ્થાપિત તથ્યના રૂપમાં સ્વીકૃત છે. પરંતુ મનુષ્યમાં શંકા હોય છે અને તે ગહન સત્યનો અસ્વીકાર કરી લે છે. શંકાથી મન તૂટવા લાગે છે, તૂટી જાય છે.

બીજું કારણ : કાંક્ષા

માણસમાં કાંક્ષા હોય છે, આકાંક્ષા હોય છે. તે કંઈક મેળવવા ઇચ્છે છે. કરે છે સાધના અને મેળવવા ઇચ્છે છે કંઈક બીજું. ધ્યાન

કરનારાઓમાં આધ્યાત્મિક લાભની આકાંક્ષા હોય છે તો પૌદ્ગલિક લાભની પણ આકાંક્ષા હોય છે. માનવીમાં પ્રાપ્ત કરવાની આકાંક્ષા નિરંતર બની રહે છે. પુરુષો મેળવવા ઇચ્છે છે તો સ્ત્રીઓ પણ પ્રાપ્ત કરવા ઇચ્છે છે.

અધ્યાપકે વિદ્યાર્થીને પૂછ્યું : તારા પિતાજીને બે હબ્બર રૂપિયા મળ્યા અને તેણે એક હબ્બર રૂપિયા તારી મગ્મીને આપ્યા તો કેટલા બાકી રહ્યા ?

વિદ્યાર્થી બોલ્યો : કશું બાકી નહિ રહ્યું. કેમ કે એક હબ્બર તો તેણે પપ્પા પાસેથી મેળવી જ લીધા છે. અને એક હબ્બર તે બતે કાઢી લેશે. બતે લઈ લેશે.

પ્રત્યેક વ્યક્તિના મનમાં પ્રાપ્ત કરવાની લાલસા હોય છે. તે મેળવવા ઇચ્છે છે.

ત્રીજું કાશ્યુ : વિચિકિત્સા

વિચિકિત્સાનો અર્થ છે—ફળ પ્રત્યેની આશંકા. હું આ સાધના કરી રહ્યો છું, એનું ફળ મળશે કે નહિ, આ વિચિકિત્સા છે.

આ ત્રણ દોષ—શંકા, કાંક્ષા, અને વિચિકિત્સા—માનસ—શરીરને તોડનાર છે. તેને જીર્ણુ-શીર્ણુ બનાવનાર છે.

સાધક! તારે પથ્ય કરવું પડશે. આ બધાં તત્ત્વોથી બચવું પડશે.

આ છે મનના કાયાકલ્પની પૂર્ણ પ્રક્રિયા. જ્યાંયાર્યે આ સંપૂર્ણ પ્રક્રિયાને આરાધનામાં પ્રસ્તુત કરી છે.

આપણે આપણી દષ્ટિને વિકસિત કરીએ. જો આપણે આરાધનાને નવા સંદર્ભમાં જોઈએ તો મનના કાયાકલ્પની પૂર્ણ કલ્પના પ્રસ્તુત થશે.



प्रवचन : ४

प्रगतिनां सुवर्णसूत्रे

१६५

संकेतिका

- १ प्राणातिपात प्रथम अघ आख्यो, दूजो मृषावाद ।
अदतादान तीजो अघ कहियै, चौथो मिथुन विषाद ॥
- २ पंचम पाप परिग्रह ममता, क्रोध मान माया लोभ ।
दशमो राग एकादशमो फुन, द्वेष करै चित्त क्षोभ ॥
- ३ बारमो कलह अभ्याखान तेरम, पर-शिर आल विवाद ।
चवदमौ पिशुन तिको खाय चुगली, पनरम परपरिवाद ॥
- ४ मोक्ष नूं मारग संसर्ग तीहां ही, विघ्नभूत कहिवाय ।
फुन दुर्गति ना कारण छै ए, पाव अठारे ताय ॥
(आराधना ४/१, २, ३, ६)



- प्रगतिनां त्रयु सूत्र—
 - पोतानी नतने जुओ।
 - पोतानी क्षमता वधारो. पोतानी उपयोगिता न्णवी राप्पो.
 - सीमा बोध.
- भडानतानां पाधठ तस्वो—
 - क्रोध, मान, माया, लोल, कलड, आरोप, याडी भावी—
निन्दा करवी.
- भीमारीनो हेतु : प्रतिशोधनी भावना.
- प्रतिजिण्ण साथे लडाई.

પ્રગતિનાં સુવર્ણ સૂત્રો

પ્રગતિનું પહેલું સૂત્ર : પોતાની જાતને જુઓ.

એક વિદ્યાર્થી મારી પાસે આવ્યો. તેણે કહ્યું : ‘હું પ્રગતિ કરવા ઇચ્છું છું. હું જેવો છું તેવો રહેવા નથી ઇચ્છતો. જ્યાં છું ત્યાં નથી રહેવા ઇચ્છતો, આગળ વધવા ઇચ્છું છું.’

મેં કહ્યું : તારું સ્વપ્ન ધણું સારું છે. હું ઇચ્છું છું તું તારા સ્વપ્નને સાકાર કર. પ્રગતિના સૂત્રોમાંથી તું શરૂ કર.’

તેણે જિજ્ઞાસાપૂર્વક પૂછ્યું : પ્રગતિનાં સૂત્ર કયાં કયાં છે?

પ્રગતિનું પહેલું સૂત્ર છે—‘પોતાની જાતને જુઓ.’ ‘આત્મ દ્વારા આત્માને જુઓ.’ ‘સ્વયં ને જુઓ.’

‘પોતાને માટે શું જોવાનું છે? પોતાને યધા જાણે છે.’ તેણે કહ્યું.

જાણીએ છીએ એ ઠીક વાત છે. પણ જાણતા નથી એ પણ ઘણું છે. જ્ઞાત ઘણું જાણું છે, અજ્ઞાત ઘણું વધારે છે. આપણે ખૂબ જાણું જાણીએ છીએ. જાણવાની વાત વધારે છે. સમુદ્રની ઉપલી સપાટી પર મળશે કીચડ, ઘાસ, કરચલા અને સીપો. જે માણસ જિંડાણમાં નથી જતો તેને સમુદ્રનું તળિયું નથી મળતું. જે સમુદ્રનો સાર હોય છે તે નથી મળતો. મૂલ્યવાન મોતી સમુદ્રમાં જિંડી રૂબરૂ મારનાર કોઈ મરજીવાને જ મળે છે. સમુદ્ર તટ પર ફરવા આવેલી વ્યક્તિને નથી મળી શકતા. કોઈ પત્થરની ખાણ પર જાયો. ત્યાં મળશે પત્થર અને ધૂળ. હીરા પન્ના પ્રાપ્ત થશે નહિ. જે વ્યક્તિ ખાણના જિંડાણમાં ખોદે છે તેને હીરાપન્ના મળે છે. સમુદ્રના જિંડાણમાં અમૂલ્ય ચીજો પ્રાપ્ત થાય છે. ખાણનાં જિંડાણમાં બહુમૂલ્ય ચીજો મળે છે. ચેતનાના જિંડાણમાં બહુમૂલ્ય ચીજો મળે છે. જે વ્યક્તિ પોતાની ચેતનાનાં જિંડાણમાં નથી જતી, તેને કશું નથી મળતું. જે ચેતનાની સપાટી પર યાત્રા કરે છે તેને મળે છે: ક્રોધ, અહંકાર અને વાસનાઓ. ત્યાં સારની વાત નથી મળતી.

‘પોતાને જાણવો’—એનો અર્થ છે—ચેતનાના જિંડાણમાં પ્રવેશ કરો, અન્તસ્તલના જિંડાણમાં રૂબરૂ મારો અને અંદર જે કંઈ છુપાયેલું છે તેને અનાવૃત્ત કરો. બહાર લાવો અને ઉપયોગ કરો.

પોતાને ઝોળખનાર ખરેખર પ્રગતિપંથે આગળ વધે છે. મહાનતા અન્તસ્તલમાં છુપાયેલી રહે છે. હૃદયતા સપાટી પર તરે છે. પ્રત્યેક વ્યક્તિમાં મહાનતા હોય છે, પણ તે સદા છુપાયેલી રહે છે. જે ચેતનાના ઊંડાણમાં ડૂબકી નથી મારતો તેને મહાનતા નથી પ્રાપ્ત થતી. પ્રોઠ વ્યક્તિત્વ, મહાન વ્યક્તિત્વ તેને પ્રાપ્ત થાય છે, જે નિરંતર પોતાને જુએ છે અને પોતાના ઊંડાણમાં ડૂબકી લગાવે છે.

લોકોને સામાન્ય વિશ્વાસ એવો હોય છે કે આંખો ખુલ્લી રહેવાથી રંગ દેખાય છે, પ્રકાશ દેખાય છે. આંખો બંધ થવાથી ન તો રંગ દેખાય છે ન પ્રકાશ, આશ્ચર્યની વાત છે કે સાધનાકાળમાં આંખો બંધ હોવા છતાં પણ રંગ દેખાય છે, પ્રકાશ દેખાય છે. કોઈકને બલ્યને પ્રકાશ કોઈકને ટ્યૂબલાઈટને પ્રકાશ અને વિચિત્ર રંગ દેખાય છે. સામાન્ય રીતે એના પર વિશ્વાસ નથી કરી શકાતો. પરંતુ આ યથાર્થ અનુભવ છે. જે વ્યક્તિ ચેતનાના સાગરમાં પ્રવેશ કરે છે, તેને અજ્ઞાત સત્યની ખબર પડવા લાગે છે. જે વ્યક્તિ ચેતનાના સાગરમાં ડૂબકીએ લગાવવાનો પ્રારંભ કરે છે તેને તે બધું સાક્ષાત્ થવા લાગી જાય છે, જે પહેલાં બચ્ચું ન હતું, પહેલાં વિચાર્યું ન હતું.

પ્રગતિ કે સફળતાનું પહેલું સૂત્ર છે—પોતાની જાતને જોવી.

મહાનતાના બાધક તત્ત્વો

જે વ્યક્તિ પોતાને નથી જોતી, તે ખીજને જુએ છે. ખીજને જોવો મહાનતાની અનુભૂતિની સૌથી મોટી મુશ્કેલી છે. ક્રોધ, અહંકાર, માયા, લોભ, ઈર્ષ્યા, દોષારોપણ, કલહ, નિન્દા—આ બધા મહાનતાના બાધક તત્ત્વો ખીજને જોવાથી થાય છે. જે ખીજને ઝોછો જુએ છે તેને ગુસ્સો ઝોછો આવશે. જે ખીજને વધારે જુએ છે તેને ક્રોધ વધારે આવે છે. નોકરે કામ બરાબર ન કર્યું. ગુસ્સે થઈ જશે. પત્નીએ વાત નહિ માની, ક્રોધથી ઊછળી પડશે. સહયોગીએ કામ બરાબર નહિ કર્યું. ચહેરો લાલચોળ થઈ જશે. બ્યારે બ્યારે માનવી ખીજને જુએ છે અને બ્યારે બ્યારે તેની રુચિ અથડાય છે ત્યારે ગુસ્સો ઊભરાઈ આવે છે. ક્રોધ ખીજને જોવાનું પરિણામ છે. પોતાની જાતને જોવાનું શરૂ કરો. ગુસ્સો અદૃશ્ય થઈ જશે. ક્રોધ આવશે જ નહિ. કોના પર ગુસ્સો આવશે? ક્રોધ ખીજ સાથે સંબંધ રાખે છે. ક્રોધ આવવા માટે બે વ્યક્તિ જોઈએ.

અહંકાર પણ ખીજને જોવાથી આવે છે. અહંકાર નાના પર આવે છે. જ્યારે વ્યક્તિ ખીજને પોતાનાથી નાની જુએ છે, ત્યારે અહંકાર પેદા થાય છે. તે અતુલવ કરે છે—આમની પાસે કશું નથી. એમની પાસે જ્ઞાન ક્યાં છે? તેમની જાતિનું મહત્ત્વ શું છે? એની પાસે ક્યાં છે વૈભવ અને સત્તા. એની પાસે ક્યાં છે અધિકાર? મારી પાસે કેટલો વૈભવ અને સત્તા છે. મારી જાતિ કેટલી મોટી છે! તુલના કરવામાં હંમેશા અહંકાર જાગે છે અને જ્યારે માનવી પોતાનાથી મોટાને જુએ છે ત્યારે એનામાં હીન ભાવના જાગે છે. આ અહંકારની જ ખીજ બાજુ છે. એક બાજુ છે—અહંભાવના અને ખીજ બાજુ છે હીન ભાવના. માનવી પોતાનાથી મોટાને જુએ છે, હીન ભાવના જાગી ઊઠે છે. અને પોતાનાથી નાનાને જુએ છે, તે અહંભાવના જાગી જાય છે. ખન્નેનું જાગરણ થાય છે, ખીજને જોવાને લીધે. પર-દર્શન દ્વારા. જે વ્યક્તિ પોતાની જાતને નથી જોવાતું જણાવતી, જે વ્યક્તિ પોતાને નથી જોતી તે ક્યાં તે અહંકારથી ભરાઈ જશે, કે હીન ભાવનાથી ભરાઈ જશે.

માયા પણ ખીજને જોવાતું પરિણામ છે. માયા પોતાનામાં તે હોતી નથી. કોઈને ઠગવો હોય તે માયા કરવી પડે છે. ઠગવાનો પ્રશ્ન ન હોય તે છગ નથી થતું. નથી પ્રવંચના થતી અને કપટ પણ નથી થતું. જે ખીજને જુએ છે, જ્યાં ખીજને ઠગવાનો પ્રશ્ન છે ત્યાં માયા કરવી પડે છે. ત્યાં મોટું કપટ કરવું પડે છે.

લોભ ખીજના દર્શનથી થાય છે, ખીજના દર્શનથી જાગે છે. જે પદાર્થને જુએ છે તે લોભ જાગે છે. પર-દર્શન દ્વારા જ લોભનો વિકાસ થાય છે.

ખીમારીઓનો હેતુ—પ્રતિશોધની ભાવના

પોતાને જોનાર કલહ નથી કરી શકતો. ખીજને જોનાર કલહ કરે છે. કલહ એમાં થાય છે. એકમાં કલહ થતો નથી. જે પોતાને જુએ છે તે કલહ કેવી રીતે કરશે? જ્યારે સામે ખીજને જુએ છે ત્યારે તરત જ કલહની આગ સળગી ઊઠે છે. કોઈ કોઈ વાર કલહ કરવાતું મન થઈ આવે છે. આક્રોશ ઊભરાઈ આવે છે. પ્રતિશોધની ભાવના જાગી જાય છે. પ્રતિશોધ અને કલહ—એ ભયંકર ખીમારીઓ છે. આજનું મનોવિજ્ઞાન આ વિષયમાં અનેક સ્પષ્ટતાઓ આપણી સમક્ષ પ્રસ્તુત કરી રહ્યું છે. અનેક શારીરિક ખીમારીઓનો હેતુ છે—પ્રતિશોધની ભાવના.

એક છાત્ર ડોલેજમાં ભણતો હતો. તે ભણવા બેસતો ત્યારે દસ મિનિટ સુધી ખરાખર ભણતો અને પછી તરત જ પોતાની બતને બૂલી જઈને બપોડવા લાગી જતો. ઘરના પરેશાન, પ્રાધ્યાપક પરેશાન, બધા પરેશાન હતા. આ ચીડાવાનું કારણ ખબર પડતું ન હતું. ડોક્ટરો-એ ઈલાજ કર્યો પણ બધું જ વ્યર્થ. વ્યર્થ કેમ ન નીવડે? ખીમારી મનની અને ઈલાજ શરીરનો કરવામાં આવતો. પરિણામ કેવી રીતે આવશે? ખીમારી ક્યાં અને ઈલાજ ક્યાં. ખીમારી કોઈ હોય અને ઈલાજ કોઈ ખીમનો થઈ રહ્યો છે. ખીમારી કેવી રીતે દૂર થાય? આજે રોગી અને ડોક્ટર બન્ને એ સમજવું જરૂરી છે કે શારીરિક નિદાન પછી માનસિક નિદાન પણ થવું જોઈએ. આજે કોઈ પણ ડોક્ટર કે વૈદ્ય ત્યારે સફળ થઈ શકે છે, જ્યારે તે રોગીના શારીરિક નિદાનની સાથે સાથે માનસિક નિદાન પણ કરે છે અને પછી દવાનો નિર્દેશ કરે છે. અનેક ખીમારીઓ માનસિક હોય છે અને તેનું નિદાન કરવામાં આવે છે શારીરિક. કોઈ-કોઈવાર ડોક્ટર મળ-મૂત્ર અને લોહીનું પરીક્ષણ કર્યા પછી પણ રોગનો નિર્ણય નથી કરી શકતા.

એક રોગી ડોક્ટર પાસે ગયો. ડોક્ટરે બધી પરીક્ષા કરી દીધી. રોગની ખબર નહિ પડી. ડોક્ટરે રોગીને કહ્યું—પરીક્ષણમાં રોગના કોઈ સંકેત પ્રાપ્ત નથી, તમારું લોહી શુદ્ધ છે; હીવર ઠીક કામ કરી રહ્યું છે. શરીરના બાકીનાં અવયવો પણ સ્વસ્થ છે. તમને કોઈ રોગ નથી. ડોક્ટર વિમાસણમાં પડી ગયા. જ્યાં ખીમારી છે ત્યાં વૈજ્ઞાનિક ઉપકરણ પહોંચી નથી શકતા. યંત્રોથી જો ખીમારી પકડી નથી શકાતી તો ડોક્ટર બિચારો શું કરે. તે કહે છે કોઈ રોગ નથી.

રોગી નિરાશ થઈ ગયો. અનેક મોટા-મોટા ડોક્ટરોના દરવાજા ખખડાવ્યા. બધા પાસેથી એક જ જવાબ મળ્યો, તમે નીરોગી છો. તમને કોઈ રોગ નથી. અંતે તે રોગી એક મનોચિકિત્સકના દ્વારે ગયો. માનસિક ચિકિત્સકે પૂછતાજ કરી. વાતચીત દરમિયાન ચિકિત્સકને રોગના મૂળ કારણની ખબર પડી ગઈ. તેણે જાણી લીધું કે રોગીના દાદાને કોઈએ તિરસ્કાર કર્યો હતો. અપમાન કર્યું હતું. રોગી જોઈ રહ્યો હતો. તે એ અપમાનજનક સ્થિતિને સહન નહિ કરી શક્યો. તેનું લોહી ઊકળી ઊઠ્યું. તેના મનમાં એક ઊંડી ગાંઠ બંધાઈ ગઈ કે જ્યાં સુધી તે વ્યક્તિ પાસે બદલો નહિ લઉં ત્યાં સુધી એનથી સૂઈશ નહિ. ગાંઠ બંધાઈ ગઈ.

તે સંવેદન તીવ્ર થતું ગયું. ઘટના જ્યારે પણ યાદ આવતી તે પોતાની જાતને ભૂલી જતો. અને તે ગ્રંથિની અસરમાં બળપડવા લાગી જતો અને એક ખીમાર જેવો વ્યવહાર કરવા લાગી જતો.

માનસિક ચિકિત્સકને રોગનું ઉપાદાન મળી ગયું. મૂળ કારણ જાણવા મળી ગયું. તેણે કહ્યું—જુઓ રોગને હું ઝોળખી ગયો છું. આના પર કોઈ દવા કારગર નહિ નીવડશે. જ્યાં સુધી પ્રતિશોધની ગ્રંથિ ખૂલી નહિ જશે, તમે ખીમાર જ રહેશો. બદલાની ભાવના જ્યાં સુધી તમારા મનમાંથી નીકળશે નહિ ત્યાં સુધી ગમે તેટલો ઉપચાર કરો, રોગ દૂર થશે નહિ.

અનેક ખીમારીઓ માનસિક દુર્બળતાઓને કારણે વધે છે. એક ભાઈને મેં પૂછ્યું : તમે સ્વસ્થ હતા. હજુપુષ્ટ હતા. તમારું શરીર દઢ મજબૂત હતું. એવી સ્થિતિ કેમ થઈ ગઈ? આજે આખું શરીર થાકેલું માંદું લાગે છે. શી વાત છે?

તેણે કહ્યું : મારા પરિવારનો એક સભ્ય અત્યંત ખીમાર થઈ ગયો હતો. તેની સ્થિતિને જોઈને મને ખૂબ આઘાત લાગ્યો, તે ચાલી શકતો નથી. ઊઠી, બેસી શકતો નથી. નથી પાસું ફેરવી શકતો. એવી અવસ્થાએ મને આઘાત ભારે પહોંચાડ્યો છે. તે દિવસથી મારી આ સ્થિતિ થઈ રહી છે. ખાધેલું પચતું નથી કે કોઈ વસ્તુ સારી લાગતી નથી. તે દિવસથી હું ખીમાર થઈ ગયો.

મહત્ત્વપૂર્ણ ચિકિત્સાસૂત્ર

આ મનની ખીમારી છે, શરીરની નહિ, મનની ખીમારી પોતાની જાતને ન જોવાથી પેદા થાય છે. ‘આત્મા દ્વારા આત્માને જુઓ.’ આ એક નાનકડું સૂત્ર લાગે છે. પણ આ એટલું મહત્ત્વપૂર્ણ ચિકિત્સાસૂત્ર છે. એની અકસીર દવા છે. કે જે એક સૂત્ર હૃદયગમ થઈ જાય છે તેા ધ્યાન સમજમાં આવી જાય છે. જ્ઞાન સમજમાં આવી જાય છે. બધી પદ્ધતિઓ સમજમાં આવી જાય છે. બધી ચિકિત્સા પદ્ધતિ અને મેથડ્સ આપણા હાથમાં આવી જાય છે.

ખીજ પર આરોપ લગાવવાના ભયંકર પરિણામો આવે છે. ખીજ પર આરોપ લગાડનાર ખીજ પર આરોપ લગાડતાં પહેલાં સ્વયં આરોપિત થઈ જાય છે, અને અજાણતામાં જ મન તે વાતને એટલી પકડી

લે છે કે તે વ્યક્તિ અપરાધીની જેમ મનમાં ને મનમાં ઘોળાવા લાગી જાય છે. આ એક પ્રકારનું કેન્સર છે. કેન્સરની અંતર-વણુની—ખબર નથી પડતી. શલ્યની ખબર નથી પડતી. પણ અંદર ને અંદર તે એટલી વિકૃતિ પેદા કરી દે છે કે એક દિવસ બ્યારે વિસ્ફોટ થાય છે. ત્યારે ખબર પડે છે કે કેટલું ભયંકર પરિણામ આવ્યું છે.

અન્તઃશલ્ય કેન્સર છે

ભગવાન મહાવીરનાં દર્શનમાં પહેલું સૂત્ર છે—નિઃશલ્ય થવું. શલ્યને સમાપ્ત કરી દેવું. અન્તઃશલ્યને આજની ભાષામાં કેન્સર કહેવામાં આવે છે. જ્યાં સુધી માયાનું શલ્ય, આકાંક્ષાનું શલ્ય, મિથ્યા દષ્ટિનું શલ્ય, હોય છે ત્યાં સુધી ધર્મની આરાધના નથી કરી શકાતી, ત્યાં સુધી વ્રતનો સ્વીકાર થઈ શકતો નથી. તત્ત્વાર્થ સૂત્રનું પ્રસિદ્ધ સૂત્ર છે—નિઃશલ્યો વ્રતી, વ્રતી એ જ હોય છે જે નિઃશલ્ય છે. જેનું અંદરનું કેન્સર સમાપ્ત થઈ જાય છે, તે જ વ્રતી બની શકે છે, નહિ તો કેન્સર હોય ત્યાં સુધી કોઈ વ્રતી બની શકતું નથી.

યુગલખોર ખતરનાક હોય છે

વૈશુન્ય—ચાડી (યુગલી) પણ ખીજને જેવાથી થાય છે. માણસ ખીજને જુએ છે ક્રોધ કરે છે. ત્યારે ચાડી થાય છે. પોતાની જાતને જેનાર કદી કોઈની પણ ચાડી નથી ખાઈ શકતો. તે કદી યુગલખોર નથી થઈ શકતો. યુગલખોર (પીઠ પાછળ ફરિયાદ કરનાર) ખૂબ ખતરનાક હોય છે! તે જે વ્યક્તિઓને અંદરેઅંદર લડાવી મારે છે. અને પોતે તટસ્થ રહીને તમારો જેતો રહે છે. તે એવી વાત કરે છે કે બંને વ્યક્તિઓનાં મન ફાટી જાય છે.

ચક્રવર્તી ભરત ઇચ્છતા હતા કે તેમના અનુજ પાહુબલી તેમના શાસનનો સ્વીકાર કરે. તેમણે દૂત મોકલીને આ સંદેશો કહેવડાવ્યો, પાહુબલી માટે આ ઘણી અપ્રિય વાત હતી. તેમણે અગ્રજ ભાઈના અનુશાસનનો સ્વીકાર નહિ કર્યો. દૂત જવા લાગ્યો. પાહુબલીએ કહ્યું : દૂત! મારાભાઈ ભરતને એક વાત કહી દે કે તંઓ અયોધ્યામાં ખેડા છે અને હું તક્ષશિલામાં ખેડા છું. વચ્ચે ધણું અંતર છે. વચ્ચે અનેક પહાડ અને નદીઓ છે. વચ્ચે સમુદ્ર પણ છે. આ બધા આપણી વચ્ચે હોય, કોઈ મુશ્કેલી નથી. પરંતુ આપણી વચ્ચે કોઈ યુગલખોર ન આવે આ ધ્યાન રાખવાનું છે. નહિ તો અનર્થ થતાં વાર નહિ લાગશે.

भवतात् तटिनीश्वरोन्तरा
 विषमोऽस्तु क्षितिभृच्चयोन्तरा ।
 सरिदस्तु जलाधिकान्तरा,
 पिशुनो माऽस्तु किलान्तरावयोः ॥

યુગલખેાર મધુરભાષી હોય છે. તે વાતને એ રીતે પ્રસ્તુત કરે છે કે સામેની વ્યક્તિને વિશ્વાસ આવવા લાગે છે કે એના જેવો મોટો હિતચિંતક કોઈ નથી. મારા જ હિતની વાત કરી રહ્યો છે. પેલો યુગલખેાર તે હિત-ચિંતામાં અહિતની એવી મીઠી ગાળા આપી દે છે, એવી સુગર-કોટેડ પડીકી આપી દે છે કે જે ખાવામાં તો મીઠી હોય છે પણ અંદરથી કડવું ઝેર હોય છે.

નિંદા પણ ખીજને જોવાથી થાય છે. જે પોતાને જુએ છે તે કોઈની નિંદા નથી કરી શકતો. જ્યારે જ્યારે માણસ ખીજને જુએ છે, ખીજની નખળાઈઓ અને પુરાઈઓ જુએ છે, ખીજની અદ્વૃપતાઓ અને ઊંનતાઓને જુએ છે, ત્યારે જ નિંદા કરવા લાગી જાય છે.

સ્વદર્શન છે શુભાતુ

મહાનતામાં મુશ્કેલીઓ નાખનાર આ તત્ત્વો પરદર્શનથી પ્રાપ્ત થાય છે. જે આત્મદર્શન, સ્વદર્શનનો અભ્યાસ વધુ થાય અને પરદર્શનની વાત ગૌણ થઈ જાય તો આ બાધક તત્ત્વ આપ મેળે સમાપ્ત થઈ જાય છે. સમજુ માણસ આ ખીમારીઓ, આ વિદ્વેનો દૂર કરવા ઇચ્છે છે. કોઈ પણ એને પાળવા ઇચ્છતા નથી. તે દૂર થતી નથી. એ ત્યારે દૂર થઈ શકે છે જ્યારે સ્વદર્શનનો અભ્યાસ વધે છે. જ્યાં સુધી પોતાની જાતને જોવામાં રસ કે આકર્ષણ પેદા નથી થતું, રુચિ કે તસ્લીનતા ઉત્પન્ન નથી થઈ જતી ત્યાં સુધી આ ખીમારીઓ દૂર થનાર નથી. પછી ભલે વ્યક્તિ હજાર વાર પ્રયત્ન કરે, હજાર વાર સાંભળે, માની લે કે એ બધી પુરાઈઓ છે. એને સમાપ્ત કરવાનો એક માત્ર ઉપાય છે— આત્મદર્શન. સ્વદર્શનની ભાવનાને વિકસિત કરવી.

પ્રગતિનું પહેલું સૂત્ર છે— પોતાની જાતને જુઓ.

મૂળ સાથે નહિ, પ્રતિબિંબ સાથે લડે છે

આજનો માનવી પ્રતિબિંબો સાથે લડે છે. કોઈ લડનાર સામે નહિ હોય તો ખીજના પ્રતિબિંબને સામે રાખીને લડી લે છે. માણસ

કાણુ બાણુ કેટલી વાતો યાદ કરીને ખરાબ વાતો વિચારે છે. તેણે મારું આ કરી દીધું. તે કરી દીધું. તે સ્મૃતિઓના પ્રતિબિંબ ઊભા કરીને રાત દિવસ લડતો રહે છે, ખેચેન રહે છે. રાત્રે ઊંઘ હરામ થઈ બંધ છે. અને દિવસે ભોજન હરામ થઈ બંધ છે.

મહારાજ શ્રેણિકે ગામલોકોને આદેશ કર્યો કે એક મરઘાને લડાઈ-ખેર બનાવવાનો છે, પણ ખીજ મરઘા સાથે લડાવીને નહિ. ગામ—લોકોને આ આદેશ મુશ્કેલ લાગ્યો. બે હોય નહિ તો લડાઈ કેવી રીતે થાય. લડાઈ માટે વધારે નહિ તો ઓછામાં ઓછા બે તો અવશ્ય જોઈએ. ગામલોકો ચિંતામાં રૂપી ગયા. તેઓ રોહક પાસે પહોંચ્યા. તે ખૂબ બુદ્ધિમાન હતો. રાજ્યે એની પરીક્ષા કરવી હતી. રોહકે ગામલોકોને કહ્યું : ચિંતા નહિ કરો. બધું શક્ય બનશે. રોહકે એક ઉપાય ખોળી કાઢ્યો. મરઘાની સામે એક કાચ મૂકી દીધો. મરઘાએ કાચમાં ખીજ મરઘાને જોયો. તેને પ્રતિબિંબ મળી ગયું.

પ્રતિબિંબ જોઈએ. માણસ પ્રતિબિંબ સાથે લડે છે. મૂળ સાથે લડે જ કાણુ છે? બંને લડનાર બે મૂળ સુધી પહોંચી બંધ તો લડાઈઓ સમાપ્ત થઈ બંધ. માનવી હંમેશા સ્મૃતિનાં પ્રતિબિંબો અને કલ્પનાનાં પ્રતિબિંબો સાથે લડે છે. માણસ મનમાં ને મનમાં કલ્પના કરે છે કે આ થઈ જશે, તે થઈ જશે. અને લડાઈ શરૂ થઈ બંધ છે. આને સમગ્ર વિશ્વમાં મોટાં-મોટાં રાષ્ટ્રો આયુધોનો ભંડાર ભરી રહ્યાં છે, અસ્ત્રશસ્ત્રોનો વિકાસ કરી રહ્યા છે. એ બધા પાછળ કલ્પનાનું એ પ્રતિબિંબ જ કારણ છે કે બે બે અમે ધાતક શસ્ત્રાસ્ત્રોની દોડમાં પાછળ રહી ગયા તો મરી જઈશું. ખલાસ થઈ જઈશું. બધાં રાષ્ટ્રો એકબીબંધી લયાકાન્ત છે. બધાં પોતપોતાની કલ્પનાના પ્રતિબિંબ ઊભાં કરે છે. અને શસ્ત્રોના ભંડાર ભરવાનું ઔચિત્ત્વ સ્થાપિત કરે છે.

મરઘાએ સામેના કાચમાં પોતાનું પ્રતિબિંબ જોયું. તરત જ તે લડવાની મુદ્રામાં આવી ગયો. તે પોતાના જ પ્રતિબિંબ સાથે લડવા લાગ્યો. થોડા દિવસ સુધી આ ક્રમ ચાલ્યો અને મરઘો લડાઈખેર બની ગયો.

લડવા માટે ખીજું કોઈ જોઈએ. પછી તે ખીજે મૂળ માણસ હોય કે તેનું પ્રતિબિંબ હોય. આ સંદર્ભમાં આપણે પ્રેક્ષાધ્યાનના મૂળ સૂત્ર—‘આત્મા દ્વારા આત્માને જુઓ’નું મૂલ્યાંકન કરીએ. આપણને

જાણી શકે આપણે ખીમારીની જડને પકડી લીધી છે, તેને નષ્ટ કરવાનો ઉપાય પણ પ્રાપ્ત કરી લીધો છે.

પ્રગતિનું ખીજું સૂત્ર : પોતાની ક્ષમતા પર આરથા

પ્રગતિનું ખીજું સૂત્ર છે : પોતાની ક્ષમતા વધારો, પોતાની ઉપયોગિતા વધારો. અક્ષમ અને શક્તિશૂન્ય વ્યક્તિ કદી આગળ વધી શકતી નથી. જેને પોતાની શક્તિના વિકાસમાં ભરોસો નથી, જે પોતાની શક્તિ વધારતો નથી, તેને સ્વયં ભગવાન પણ સહારો આપવા ઇચ્છે, આગળ વધારવા ઇચ્છે તો પણ તે આગળ વધી શકતો નથી. આગળ વધવા માટે સ્વયંની શક્તિને વિકસિત કરવી જ પડે છે. કોઈ ઇચ્છે કે હું કલેક્ટર બનું, મુખ્ય મંત્રી બનું, મુખ્ય સચિવ બનું—તો કોઈ પણ બની શકે છે. કોઈ માટે નિષેધ નથી. પરંતુ તે જ વ્યક્તિ બની શકે છે. જેણે પોતાની શક્તિનો વિકાસ કરી લીધો છે. જેનામાં શક્તિ નથી, પોતાની શક્તિ પર ભરોસો નથી તે ઇચ્છે તો પણ કશું નથી કરી શકતો.

પોતાની ઉપયોગિતા જાળવી રાખો

પોતાની શક્તિનો વિકાસ થવો જોઈએ—તેની સાથે જોડાયેલી વાત છે—પોતાની ઉપયોગિતા વધારવી. પ્રગતિ તે જ કરી શકે છે, જે પોતાની ઉપયોગિતા વધારે છે. જે પોતાની ઉપયોગિતા વધારતો નથી તે પાછળ પડી જાય છે; સાથે ચાલી શકતો નથી.

માણસના મનમાં એક વિચાર આવે છે કે હું તો આગળ વધી રહ્યો હતો, તેણે મને પાછળ ધકેલી દીધો. જ્યાં સ્પર્ધાઓ હોય છે માણસ એ જ વિચારે છે કે તેણે મને પાછળ પાડી દીધો. દુનિયામાં કોઈ કોઈને પછાડવાનો પ્રયત્ન નથી કરતો. જે પોતાની યોગ્યતાને વધારે સક્ષમ બનાવી લે છે, જેની ઉપયોગિતા અનિવાર્ય બની જાય છે, તે આગળ વધી જાય છે. ‘મને પાછળ પાડી દીધો.’ આ દુરિયાદ કરનાર પાછળ રહી જાય છે. તેથી પ્રગતિનું મહત્વપૂર્ણ સૂત્ર છે—‘પોતાની ઉપયોગિતા વધારતા જાઓ. દેશ-કાળની ઉપયોગિતા છે. જે આ ઉપયોગિતા નહિ હોય તો માણસ આગળ વધી શકતો નથી.

આચાર્ય તુલસી નિરંતર ઉપયોગી બન્યા રહ્યા

મેં અનુભવ કર્યો કે આચાર્ય તુલસી ખૂબ આગળ વધી ગયા. ધર્મના ક્ષેત્રમાં તેમનું નેતૃત્વ માત્ર તેરાપંથ સમાજ માટે નહિ, માત્ર જૈન

સમાજ માટે નહિ, પરંતુ સમગ્ર ધર્મ અને અધ્યાત્મ જગત માટે સર્વમાન્ય થઈ ગયું. પ્રશ્ન થાય છે, એમ કેમ થયું? તેમણે કદી કૃપાની ભીષ્મ માંગી નહિ. તેમણે કદી ઇચ્છા કરી નહિ કે એવું થાય. તેઓ પોતાની ઉપયોગિતા વધારતા ગયા. તેમણે પોતાની ઉપયોગિતા પ્રમાણિત કરી દીધી. અજુવ્રત આંદોલનનું પ્રવર્તન કરીને એક ઉપયોગિતા પ્રમાણિત કરી દીધી. સાહિત્ય-સર્જનનો ભગીરથ પ્રયત્ન કર્યો. નવા વિચારો, નવાં દર્શનને નવા રૂપમાં જનતા સમક્ષ પ્રસ્તુત કરી ખીજી ઉપયોગિતા પ્રમાણિત કરી દીધી. ધ્યાન પદ્ધતિને પુનર્જીવિત કરીને ત્રીજી ઉપયોગિતા પ્રમાણિત કરી દીધી. એક પછી એક ઉપયોગિતા આવતી ગઈ. હવે તેમની ઉપયોગિતા એટલી અનિવાર્ય બની ગઈ કે કોઈ પણ વ્યક્તિ એનો અસ્વીકાર કરી શકતી ન હતી. તેમણે ખીજની કૃપા પર જીવવાનું પસંદ ન કર્યું. ઉપયોગિતા વધી એ ખીજની કૃપાનું પરિણામ ન હતું. યુગપ્રધાન બન્યા તો તે ખીજની કૃપાનું અનુદાન નહિ હતું. સર્વમાન્ય બનવા માટે કોઈ પાસે યાચના નહિ કરી. એક વાત છે, જે વ્યક્તિ પોતાની ઉપયોગિતાને અનિવાર્ય બનાવી દે છે તે સ્વતઃ સર્વમાન્ય થઈ જાય છે. કોઈપણ વ્યક્તિ એનો અસ્વીકાર નથી કરી શકતી.

પંડિત દલસુખ માલવણિયા ભારતીય દર્શનના સુપ્રતિષ્ઠિત વિદ્વાન છે. એક વખત આચાર્ય તુલસીના જન્મ દિવસના ઉપલક્ષમાં આયોજિત એક સભામાં બોલી રહ્યા હતા. તેમણે અનેક પ્રશ્નો ઉપસ્થિત કર્યા તેમણે કહ્યું—અજુવ્રત આંદોલનનું પ્રવર્તન આચાર્ય તુલસીએ જ શા માટે કર્યું? શું કોઈ ખીજ ધર્માચાર્ય તેનું પ્રવર્તન નહિ કરી શકતા હતા? પ્રેક્ષાધ્યાનનું પ્રવર્તન તેમણે જ શા માટે કર્યું? શું કોઈ ખીજ વ્યક્તિ તેનું પુનર્જીવન નહિ કરી શકતી હતી?

પંડિતજીએ આઠ-દસ પ્રશ્ન ઉપસ્થિત કર્યા અને કહ્યું—હું આચાર્ય તુલસીને જ આચાર્ય માનું છું, કેમ કે તેમણે જ આ બધાં કાર્યો કર્યાં. ખીજએ નહિ.

પ્રગતિનું સૂત્ર છે—પોતાની ક્ષમતાઓને વધારો. પોતાની ઉપયોગિતાને વધારો, નિરંતર ઉપયોગી બન્યા રહો, દેશકાળની સાથે ચાલો.

મહાવીર જૂના નથી થયા

ભગવાન મહાવીરનો ૨૫૦૦ મો નિર્વાણ મહોત્સવ ઉજવાઈ રહ્યો હતો. એક પત્રકાર આવ્યો. તેણે પૂછ્યું—ભગવાન મહાવીરના નિર્વાણને

અઢી હબર વર્ષ થઈ ગયાં. હવે નિર્વાણ વર્ષ મનાવવાનો શો અર્થ છે? ખૂબ સમય વીતી ગયો છે. કથા જૂની થઈ ગઈ છે. હવે શું પ્રયોજન છે?

મેં કહ્યું : હું મહાવીરને જૂના નથી માનતો. મહાવીરની આજે પણ ઉપયોગિતા છે. જે મહાવીર આજની ઉપયોગિતા ન હોય, જે મહાવીર આજની સમસ્યાઓનું સમાધાન ન હોય તો મહાવીરનું નિર્વાણ વર્ષ ઉજવવું વ્યર્થ છે. તેની કોઈ સાર્થકતા નથી.

મહાવીર જૂના નથી. તેઓ આધુનિક છે. આજની સમસ્યાઓના તેઓ સમાધાન છે. અને આજની બધી અનુપયોગિતાઓ વચ્ચે સૌથી વધુ ઉપયોગી છે. આ તથ્યપૂર્ણ વાત છે કે જૂના પ્રત્યે આપણો મોહ ન હોવો જોઈએ. આપણો કોઈ પરત્વે મોહ નથી. જેની ઉપયોગિતા સમાપ્ત થઈ ચૂકી છે તેનો ભાર વહન કરવા આપણે નથી ઇચ્છતા. કાપડ ઉપયોગી છે તેથી બધા તેને પહેરે છે. કાપડ ફાટી ગયું. તેનામાં ઠંડી રોકવાની, ધૂળથી બચાવવાની તાપને રોકવાની શક્તિ ન રહી તો કોઈ પણ માણસ એને નહિ પહેરશે. તે એ નહિ વિચારશે કે ગિયારાએ આટલું કામ આપ્યું હતું. મારી આટલી સુરક્ષા કરી હતી. આ દુનિયા સ્વાર્થી છે. આ સ્વાર્થી દુનિયામાં પોતાની ઉપયોગિતા ખોઈ દેનાર કોઈ પણ વ્યક્તિ પોતાનું મૂલ્ય જાળવી શકતી નથી. આપણે પ્રગતિનું આ સૂત્ર સમજીએ. અને પોતાની ઉપયોગિતા વધારતા જઈએ, ઉપયોગિતાને અનિવાર્ય બનાવી દઈએ.

પ્રગતિનું ત્રીજું સૂત્ર : સીમાબોધ

પ્રગતિનું ત્રીજું સૂત્ર છે—સીમાબોધ. વ્યક્તિ પોતાની સીમાઓને સમજે. આ સંસારમાં શક્તિમાન વ્યક્તિ હોય છે, પણ એવી એક પણ વ્યક્તિ નથી હોતી જે સર્વશક્તિ-સંપન્ન હોય. શક્તિની સીમાઓ છે. પ્રત્યેક વ્યક્તિની શક્તિની મર્યાદા છે. સીમાતીત કોઈ નથી હોતું. અસીમ અને અનંત કોઈ નથી હોતું. દરેક વ્યક્તિ સાથે સીમા જોડાઈ ગઈ છે. જે પોતાની સીમા નથી જાણતા તે પ્રગતિ નથી કરી શકતા. સીમા બોધ અત્યંત આવશ્યક છે. આપણી શક્તિની સીમા, આપણા અનંદની સીમા, આપણા સુખની સીમા, સર્વ કંઈ સીમિત છે. આ સીમા બોધની વિસ્મૃતિને કારણે પ્રગતિને આ રથ ઊલટો ચાલવા લાગી ગયો. એક માણસની પાસે ખુદ્ધિ છે. તે વિચારે છે—મારી પાસે ખુદ્ધિ છે તો હું

જેટલું ઇચ્છું તેટલું ધન ભેગું કરી લઉં. વ્યાવસાયિક યુદ્ધિ વડે તે ધન-કુબેર બની શકે છે. જો તે આ સીમાને નથી બળુતો કે એક માણસ વધારે ધન ભેગું કરે છે તો બીજાએ તેનું કેટલું કટુ પરિણામ ભોગવવું પડે છે, તો એવું ધનકુબેર થવું જોખમમાં આવી પડે છે. આ સીમા યોધના અતિક્રમણનો અર્થ થાય છે—ક્રાંતિ, યુદ્ધ, સંઘર્ષ અને લડાઈઓ. જો બધા લોકો પોતાની સીમામાં હોત તો આજે પ્રગતિનું ચક્ર ખૂબ ઝડપથી ધ્રુમવા લાગી જતે. બ્યારે પ્રગતિ બીજા માટે પ્રતિગતિ બની જાય છે, પછાતપણાનું કારણ બની જાય છે ત્યારે મુશ્કેલીઓ આવે છે. કેટલાંક રાષ્ટ્રોને ભૌગોલિકતાને કારણે પ્રાકૃતિક સંપત્તિની પ્રચુરતા પ્રાપ્ત થાય છે. તેમને પ્રગતિ કરવાની અનેક સુવિધાઓ પ્રાપ્ત થાય છે. યુદ્ધિમાન અને વ્યાવસાયિક યુદ્ધિ કૌશલથી સંપન્ન આ લોકોને વૈભવ પ્રાપ્ત કરવાની સુવિધા પ્રાપ્ત છે. એક માણસ એક દિવસમાં દસ લાખ રૂપિયા કમાઈ લે છે. એક એક શણની મિલ (જૂટમિલ) એકએક દિવસમાં લાખો રૂપિયા કમાવી લે છે. કેટલો ઉદ્યોગ છે. કમાણીનો ડોઈ પાર નથી. ભારત વિકાસશીલ દેશોમાંનો એક છે. પરંતુ જે દેશ પૂર્ણતઃ વિકસિત છે ત્યાં ધન બહુ ઉપરથી વરસી રહ્યું છે. ત્યાં એક દિવસમાં શુંનું શું થઈ જાય છે. આટલું હોવા છતાં એનું પરિણામ શું આવી રહ્યું છે? અનુભવ એ બતાવે છે કે એનું પરિણામ—સંઘર્ષ, લડાઈ અને ક્રાંતિ.

આજે સમગ્ર સંસાર એક પ્રકારની ક્રાંતિના કિનારા પર ઊભો છે. શા માટે? એટલા માટે કે યુદ્ધિનો ઉપયોગ સીમાથી અતિક્રાંત થઈને થઈ રહ્યો છે. પ્રશ્ન થાય છે—તેની સીમા શી છે? સીમા એ હોવી જોઈએ કે યુદ્ધિ શક્તિનો ઉપયોગ પોતાના સુખ માટે અવશ્ય થાય. પણ બીજાના સુખમાં કોઈ મુશ્કેલી નહિ આવવી જોઈએ. બ્યારે યુદ્ધિ સીમાને પાર કરીને આગળ કામ કરે છે ત્યાં લડાઈઓ અને ક્રાંતિઓ માટે માર્ગ પ્રશસ્ત થઈ જાય છે.

પોતાની પ્રગતિ માટે જરૂરી છે—સીમાનો યોધ, બ્યારે સીમા-યોધની ચેતના સ્પષ્ટ થઈ જાય છે ત્યારે પ્રગતિની મુશ્કેલીઓ સમાપ્ત થઈ જાય છે. જો સીમાયોધની ચેતના નથી બજતી ત્યારે જે વ્યક્તિ પોતાની શક્તિનો ઉપયોગ કરે છે તેના પ્રત્યે બીજાના મનમાં પ્રતિહિંસાની ભાવના બજે છે. હિંસા અને પ્રતિહિંસા, ક્રિયા અને પ્રતિક્રિયા—આ

બધા સીમાના અતિક્રમણનાં પરિણામ છે. પ્રગતિ માટે સીમાબોધને મૂલ્ય આપવું આવશ્યક છે.

મેં પ્રગતિનાં થોડાં સૂત્રોની વિવેચના પ્રસ્તુત કરી છે. જો આ બધાં સૂત્રો આપણી બુદ્ધિમાં સમાઈ જાય તો પ્રગતિનો માર્ગ પ્રશસ્ત થઈ જાય અને અઢાર પાપોનાં વ્યુત્સર્ગની ચેતના પણ જાગી જાય છે.

જ્યાંયાર્યે આરાધનામાં પાપના વ્યુત્સર્ગનું સુંદર પ્રકરણ લખ્યું છે. અતીતનું શોધન થાય, આદતો બદલાય, અને ભવિષ્ય માટે એવી વ્યવસ્થા થઈ જાય જેથી પાપનું આગમન ન થાય.

ટેવો બદલવાની પ્રક્રિયા

પ્રેક્ષાધ્યાનની પ્રક્રિયા ટેવોને બદલવાની પ્રક્રિયા છે. પ્રશ્ન છે—ટેવ કેવી રીતે બદલીએ? પ્રત્યેક વ્યક્તિ ઇચ્છે છે કે આદતો બદલાય પણ આદતો બદલાતી નથી. કેમ નથી બદલાતી? રોટલી પૂરી નથી ખાધી. ભૂખ મટી નહિ, પૂરતું પાણી નથી પીધું. તરસ નથી મટી. દવાનો પૂરો કોર્સ નથી લીધો. ખીમારી મટી નથી. આ રીતે ટેવોને બદલવાનો પૂરો કોર્સ છે. આ મનોવિજ્ઞાનની ભાષા છે. અધ્યાત્મની ભાષામાં પણ એવો જ કોર્સ છે.

વલિયમ જેમ્સે મનોવૈજ્ઞાનિક દૃષ્ટિએ ટેવોને બદલવાનો કોર્સ પ્રસ્તુત કર્યો છે, તેમાં ત્રણ વાતો મુખ્ય છે:

- ૧ બદલવાની તીવ્ર ઇચ્છા
- ૨ દૃઢ નિશ્ચય
- ૩ નિરંતરતા.

પહેલી વાત છે કે વ્યક્તિના મનમાં તીવ્ર અભીપ્સા જાગે કે તેણે પોતાની ટેવો બદલવાની છે. જ્યાં સુધી આ ઇચ્છા જ પેદા નથી થતી તો પછી બદલવાનો પ્રશ્ન જ નથી થતો. માની લો કે બદલવાની ઇચ્છા પેદા થઈ ગઈ. પરંતુ એનાથી પણ પ્રયોજન સિદ્ધ નથી થતું. માણસ રોજ એ ઇચ્છા કરતો જાય કે મારે ક્રોધ નથી કરવો, ક્રોધ ઉત્પન્ન થવામાં કોઈ ફેર નહિ પડશે. ઇચ્છા સાથે દૃઢ નિશ્ચય પણ જોઈએ. ઇચ્છાને દૃઢ નિશ્ચયમાં બદલવી જોઈએ. નિશ્ચય એવો જોઈએ કે મારે બદલાવું જ છે, બદલાયા વગર હું એન નહિ લઉં. નિશ્ચય દૃઢ હશે તો રૂપાંતરણ પ્રારંભ થઈ જશે. દૃઢ નિશ્ચયની સાથે સાથે નિરંતરતા પણ હોવી જોઈએ.

એક દિવસ નિશ્ચય કર્યો, પછી દસ દિવસ સુધી તેની સ્મૃતિ જ નહિ રહી તો કંઈ પણ રૂપાન્તરણ થશે નહિ. નિરંતરતાથી આદત આપ મેળે બદલાવા લાગી જશે.

રૂપાન્તરણના ત્રણ ઉપાય

જ્યાયાર્ય પ્રમાણે બદલાવાના ત્રણ મુખ્ય ઉપાય છે :

- ૧ વર્તમાનમાં પાપનો વ્યુત્સર્ગ કરે—પાપ ન કરવાનો નિશ્ચય કરે.
- ૨ અતીતનું શોધન કરે—પ્રાયશ્ચિત્ત દ્વારા, ‘મિચ્છામિ દુક્કઠ’ દ્વારા પૂર્વ અર્જિત પાપોનું શોધન કરે.
- ૩ ભવિષ્ય માટે પ્રત્યાખ્યાન કરે—‘इयाणिं णो जमहं पुव्वमकासी पमाणं’—હવે હું એવું કામ નહિ કરીશ. જે મેં પહેલાં પ્રમાદવશ કર્યું હતું.

આ ત્રણે ઉપાય જ્યારે એક સાથે કામમાં લેવામાં આવે છે ત્યારે રૂપાન્તરણ થવા લાગી જાય છે, પ્રગતિ થવા લાગે છે.

આરાધનામાં આ માનસિક ચિકિત્સા પદ્ધતિ નિરૂપિત છે. ભાષા પુરાણી છે. આજની મનોચિકિત્સા પદ્ધતિની ભાષા નવી છે. જે આ પુરાણી ભાષાને નવી ભાષામાં બદલવામાં આવે તો આ આરાધનાને માનસિક ચિકિત્સાનો એક મહાન ગ્રંથ કહી શકાય છે.



प्रवचन : ५

धर्मं सरणुं गच्छामि

સંકેતિકા

- ૧ બીસ બ્રેદ સંવર તણા, બલે નિર્જરા ના બ્રેદ બાર હો ।
 જિન આણા, જિન આણા, વિષે એ સર્વ હો ॥
 કર્મ રુકૈ કટૈ તેહ ઠી, આરવ્યો તેહિજ ધર્મ ઉદાર હો ।
 મુઝ શરણો, મુઝ શરણો, જિનાજ્ઞા ધર્મ નૌ ॥
 ભવ તરણં ભવ તરણં વરણ શિવ શર્મ નૌ ॥
- ૨ સૂત્ર ધર્મ પ્રશ્ન આરવ્યો, બલિ ચારિત્ર ધર્મ ઉદાર હો ।
 હલુકર્મી, હલુકર્મી જીવ તસુ ઓલરવૈ ॥
 એ દોનું હી જિન આજ્ઞા મઝૈ, તિણ સું ધર્મ કહીજૈ સાર હો ॥
 મુઝ શરણો, મુઝ શરણો જિનાજ્ઞા ધર્મ નૌ ॥
 ભવ તરણં ભવ તરણં વરણ શિવ શર્મ નૌ ॥
- ૩ સંજમ નૈ તપ શોભતા વર સંજમથી રુકૈ ધર્મ હો ।
 તપ સેતી તપ સેતી બન્ધ્યા અઘ નિર્જ રૈ ।
 એ દોનું હી જિન આજ્ઞા મઝૈ, તિણ સું ધર્મ કહીજૈ ધર્મ હો ।
 મુઝ શરણો મુઝ શરણો જિનાજ્ઞા ધર્મ નૌ ।
 ભવતરણં ભવતરણં વરણ શિવ શર્મ નૌ ॥

(આરાધના ૧/૧૧, ૧૬. ૧૭)



- ગરીબી એક અભિશાપ છે.
- અર્થશાસ્ત્રીની સલાહ વડે તેમાંથી છુટકારો મળી શકે છે.
- માનસિક વિષાદ લયંકર અભિશાપ છે.
- તેનાથી મુક્તિ પ્રાપ્ત કરવાનો એક માત્ર ઉપાય છે—ધર્મનું શરણુ.
 - કયા ધર્મનું શરણુ ? ○ માત્ર ધર્મનું શરણુ.
 - તેનાથી શું થશે ?
- પદાર્થના શરણુમાં જવાથી જે થયું, તેનાથી મુક્તિ મળી જશે.
- ધર્મનો અર્થ છે—
 - પદાર્થપ્રતિબદ્ધતાથી મુક્તિ ○ પોતાના આનંદનું શરણુ.
 - પોતાની ભતને શોધવી, પોતાનું શરણુ.
 - પોતાની શક્તિનું શરણુ. ○ પોતાના ચૈતન્યનું શરણુ.

ધર્મમં સરણુમં ગચ્છામિ

ગરીબી અભિશાપ છે

એક ધનપતિ મારી પાસે આવી બોલ્યો : હું ગરીબીથી ખૂબ પીડિત હતો. ખાવાને પૂરતું ભોજન પ્રાપ્ત થતું ન હતું. ચારે બાજુ અભાવ જ અભાવ. ખૂબ દુઃખના દિવસો વીતાવી રહ્યો હતો. એક યોગ પ્રાપ્ત થયો. એક અર્થશાસ્ત્રીની સલાહ લીધી. તેણે ખૂબ સારા ઉપાય બતાવ્યા. મેં તે ઉપાયોને ઠાર્યાનિવત કર્યાં. મેં ઇચ્છાઓ વધારી. શ્રમ કર્યો. ઉત્પાદન વધ્યું. ધન વરસવા લાગ્યું. હું ધનપતિ બની ગયો. ગરીબીનો અભિશાપ સમાપ્ત થઈ ગયો.

દુનિયામાં સૌથી મોટા અભિશાપ છે—ગરીબી. એનાથી મોટા કોઈ બીજા અભિશાપ નથી હોતો. ગરીબ માણસની બધી વિશેષતાઓ સમાપ્ત થઈ જાય છે. જેમની પાસે પૈસા નથી હોતા, તેમની પાસે કશું પણ નથી હોતું. જેમની પાસે પૈસા હોય છે તેમની પાસે સર્વ કંઈ હોય છે.

મારા ધનની કોઈ સીમા ન રહી. પરંતુ એક મુશ્કેલી વધી ગઈ. મારું મન વિષાદથી ભરાઈ ગયું. મન દુર્બળ થઈ ગયું. ખૂબ પીડિત છું—માનસિક વિકૃતિઓથી. હવે હું આપની પાસેથી સલાહ ઇચ્છું છું. મારે શું કરવું જોઈએ?

આ દુનિયામાં બે ધારાઓ ખરાબર ચાલી રહી છે. એક છે અમીરીની ધારા અને બીજી છે ગરીબીની ધારા. કયાં તો માનવી અમીર છે અથવા ગરીબ છે. આ સિવાય ત્રીજા વિકલ્પમાં હોવું કોઈ જણાતું નથી અને માનવું પણ નથી. જ્યારે ગરીબ અમીર બની જાય ત્યારે કોઈ ત્રીજું સોપાન ચઢવા માટે નથી. જો કોઈ ત્રીજું સોપાન હોય, સીડી હોય તો તે સત્તાની, ગરીબીથી અમીરી, અમીરીથી સત્તા. બસ અંત આવી ગયો. સત્તા કે અધિકાર ભલે પ્રત્યક્ષ હોય કે પરોક્ષ. આગળ કોઈ જગ્યા નથી, કોઈ માર્ગ નથી.

મેં તે વ્યક્તિને પૂછ્યું : શું ખરેખર તમે આ રોગથી છુટકારો મેળવવા ઇચ્છો છો? જો 'હા' હોય તો ધર્મના શરણમાં જાઓ.

ધર્મ શું? કયો?

એક પ્રશ્નચિહ્ન ઉપસી આવે છે—ધનપતિ અને ધર્મ? ધન અને ધર્મને સંબંધ જ શો? અજબ જેવી વાત લાગે છે. પ્રશ્ન થયો—ધર્મ શું છે? કયો ધર્મ? ધર્મની સાથે ‘કયો’ શબ્દ જોડાઈ ગયો. વિશેષણ વગર ધર્મની ઝોળખ જ નથી થતી. જેમ કોઈ માણસ સાથે ભતિવાયક શબ્દ ન જોડીએ તો તેની ઝોળખ નથી પડતી. તેવી જ રીતે ધર્મની સાથે વિશેષણ ન જોડાય તો તેની ઝોળખ નથી પડતી. આને સંપ્રદાયનો ધર્મ પર એટલો બધો પ્રભાવ છે કે સંપ્રદાયના માધ્યમ વડે જ ધર્મ જાણી શકાય છે, નહિ કે ધર્મના માધ્યમથી સંપ્રદાય. ધર્મને માટે સંપ્રદાય બન્યા, પરંતુ સંપ્રદાય મુખ્ય થઈ ગયા અને ધર્મ ગૌણ થઈ ગયો. સંપ્રદાય પ્રથમ હરોળમાં આવી બેઠો અને ધર્મ પાછળ ખસી ગયો. આને સ્પષ્ટ છે કે ધર્મ માટે સંપ્રદાય નથી, સંપ્રદાય માટે ધર્મ છે.

પ્રશ્ન સ્વભાવિક હતો. મેં કહ્યું : હું નિર્વિશેષણ ધર્મમાં વિશ્વાસ કરું છું. અણુવત આંદોલન નિર્વિશેષણ ધર્મનું પ્રતિનિધિત્વ કરે છે. તે ધર્મ છે, પણ કયો? એ તેની સાથે વિશેષણ નથી જોડાયું. તે નિર્વિશેષણ ધર્મ છે. જૈન, બૌદ્ધ, શીખ, ઇસ્લામ, ઈસાઈ, વૈદિક—આ બધાં ધર્મનાં વિશેષણો છે. સંપ્રદાયો છે. અણુવત વિશેષણ-મુક્તધર્મ છે. તે માત્ર ધર્મ છે.

આ એ જ રીતે ધર્મનો અર્થ છે—પદાર્થની પ્રતિબદ્ધતાથી મુક્તિ. આ ધર્મમાં કોઈ વિશેષણ આવશ્યક નથી.

આચાર્ય ભિશ્મુને પૂછ્યું : ધર્મ શું છે? અધર્મ શું છે? તેમણે સંક્ષેપમાં ખૂબ જ સારગર્ભિત જવાબ આપ્યો. ત્યાગ-ધર્મ છે. ભોગ અધર્મ છે. બે અક્ષરોની પરિભાષા. ખૂબ જ માર્મિક પરિભાષા. ત્યાગમાં તે બધું આવી ગયું જે ધર્મ છે. ભોગમાં તે બધું આવી ગયું. જે અધર્મ છે.

પછી પ્રશ્ન થયો. ત્યાગ શેનો? ભોગ શેનો?

પદાર્થનો નહિ, પ્રતિબદ્ધતાનો ત્યાગ

પદાર્થનો ત્યાગ સંભવ નથી હોઈ શકતો. પદાર્થનો ત્યાગ નહિ, પદાર્થની પ્રતિબદ્ધતાનો ત્યાગ. મનુષ્ય જેમ જેમ ધન અર્જિત કરે છે, જેમ જેમ પદાર્થ જગતની યાત્રા કરતો જાય છે, તેમ તેમ પદાર્થથી પ્રતિબદ્ધ થતો જાય છે. તે પદાર્થથી એટલો બધાઈ જાય છે કે પછી તે

પદાર્થનો સ્વામી નથી રહેતો. તેનો સેવક બની જાય છે. તે પદાર્થનો ભોક્તા નથી રહેતો, પદાર્થનો ભોજ્ય બની જાય છે. પછી તે પદાર્થ માટે રહી જાય છે, પોતાને માટે નથી રહેતો. આ છે—પદાર્થની પ્રતિબદ્ધતા.

પદાર્થની પ્રતિબદ્ધતાએ સંસારને એક વિચિત્ર સ્થિતિમાં લાવીને મૂકી દીધો છે. આજે જેટલો માનસિક વિષાદ છે, માનસિક ડિપ્રેશન છે, માનસિક વિકૃતિઓ છે, એટલી ભૂતકાળમાં ન હતી એનું સ્પષ્ટ કારણ છે કે આજે પદાર્થની પ્રતિબદ્ધતા જેટલી તીવ્ર છે, તેટલી ભૂતકાળમાં ન હતી. ન જ હતી એવું કહેવા નથી ઇચ્છતો. તે વખતે એક મનોવૃત્તિ અવશ્ય ન હતી. ધનનું અર્જન ‘આસત્તમાહ સાતમી પેઢી માટે કરવામાં આવતું હતું’, ધન માત્ર પોતાના જીવનનિર્વાહ માટે જ નહિ, પરંતુ સાતમી પેઢીને સુખી કરવા માટે પ્રાપ્ત કરવામાં આવતું હતું. આ એક મનોવૃત્તિ હતી. જે દુનિયામાં પોતાના જીવનનો જ ભરોસો નથી હોતો, ત્યાં સાતમી પેઢીની વાત વિચારે, કેટલી નાદાનિયત. ત્રીજી પેઢી સુધી કોઈ ધનવાન રહી જાય તો આશ્ચર્ય માનવું જોઈએ. ત્રીજી પેઢી આવતા આવતા કોઈ ધનવાન ન રહે તો કોઈ આશ્ચર્ય નથી. ધન કમાનાર પહેલી પેઢી સારી હોઈ શકે છે. બીજી પેઢી ડામાડોળ થતી સારી હોઈ શકે છે ત્રીજી આવતા આવતા સમગ્ર જીવન વ્યસનગ્રસ્ત થઈ જાય છે. ધનની સાથે પ્રમાદ વધે છે. આળસ આવે છે. આરામપ્રિયતા વધે છે. ટેવો બગડે છે ત્યારે ચક્ર ઊંધું ફરવા લાગી જાય છે, તો પછી સાતમી પેઢીની વાત જ કયાં આવે છે?

પ્રતિબદ્ધતાનું પરિણામ

પદાર્થની પ્રતિબદ્ધતાએ આજે વિચિત્ર પ્રકારની માનસિક સ્થિતિ પેદા કરી દીધી છે. જ્યારે માનસિક વિષાદ અને વિકૃતિ વધી ત્યારે લોકોને વિચારવાનો અવસર મળ્યો. આજે ભારત પદાર્થથી એટલો મુક્ત નથી જેટલું અમેરિકા છે. અમેરિકા પાસે ધન ઘણું છે. પદાર્થો ઘણાં છે. પરંતુ પદાર્થોની શરણમાં જઈને એણે અનુભવ કર્યો કે સમગ્ર દેશ પાગલપણા તરફ આગળ વધી રહ્યો છે. જ્યારે એની સ્પષ્ટ અનુભૂતિ થઈ ત્યારે તેણે કરવટ બદલી. આજે તે રૂપાંતરણ કરવાનો સંપૂર્ણ પ્રયત્ન કરે છે.

ફ્યૂચર શોક

હમણાં એક પુસ્તક બહાર પડ્યું છે. તેનું નામ છે—ફ્યૂચર શોક (Future shock). આજનાં બહુ ચર્ચિત પુસ્તકોમાંનું તે એક છે. તેમાં ભવિષ્યનું જે ચિત્ર પ્રસ્તુત છે. તે અબજ છે. અનોખું છે. તેમાં આજના પાશ્ચાત્ય દેશોની સભ્યતા અને સંસ્કૃતિનું સ્કુટ ચિત્રણ છે. અને સાથે સાથે ભવિષ્યમાં વિસ્તૃત થનારી સભ્યતા અને સંસ્કૃતિનું પણ ચિત્રણ છે. ભારતમાં તમે ગમે ત્યાં જાઓ, ઘર સામાનથી ભરપૂર જેવા મળશે. ઘરમાં કોઈપણ ચીજ આવી ગઈ, એક લોખંડની ખીલી આવી ગઈ તો તેને સુરક્ષિત મૂકી દેવામાં આવશે. ઘર ભરેલું મળશે. અમેરિકનોનાં ઘરોમાં આવું નહિ મળશે. તે શ્રો અવે (Throw away) સંસ્કૃતિનું પાલન કરી રહ્યા છે. વસ્તુનો ઉપયોગ કર્યો તેને ફેંકી દીધી. પછી ખીજવાર ખીજ ખરીદી તેનો ઉપયોગ કર્યો અને તેને ફેંકી દીધી. તેના ઘરમાં પદાર્થોનો સંગ્રહ જ નથી થતો. યદા પદાર્થ આ જ દષ્ટિકોણથી બને છે. આજે ત્યાં એટલી પરિવર્તનશીલતા છે કે હવે મકાન બનાવવાની વાત પણ ભુલાઈ રહી છે. કોઈ સ્થાયી મકાન બનાવવાની જરૂર જ નથી. આજે આ મેદાનમાં મકાન જેઈએ છે. ઠેકદારને કહી દો. બે ચાર દિવસમાં તે મકાન ફીટ કરી દેશે. પછી છ માસ બાદ ઇચ્છા થઈ કે નગરના દક્ષિણ છેડે સમય વીતાવવો છે તો તે મકાન ત્યાંથી ઉખેડીને—દક્ષિણ છેડા પર જેડી દેવામાં આવશે. ન સ્થાયી સ્કૂલો, ન સ્થાયી હોસ્પિટલો, ન સ્થાયી દુકાન—બધું જ ગતિશીલ. ન કપડાં સ્થાયી ન વેશ સ્થાયી. જ્યાં ઇચ્છા થઈ ત્યાં ભાડે કપડાં લઈ લીધાં. પહેર્યાં અને આપી દીધાં. લગ્ન પણ સ્થાયી નહિ. બધું જ અસ્થાયી. પુસ્તક ખરીદ્યું, વાંચ્યું અને ત્યાં જ મૂકી દીધું. પૂસ્તક કે બસમાંથી જીતર્યા અને ચાલવા માંડ્યું. પુસ્તકની કોઈ ચિંતા નહિ. આ એક દષ્ટિએ પદાર્થ પ્રતિબદ્ધતાની મુક્તિ તરફનું પ્રયાણ છે. મુનિયર્યામાં પ્રાતિહારીય વસ્તુઓના ઉપયોગનું વર્ણન છે. પ્રાતિહારીનો અર્થ છે : લાવ્યા અને પાછું આપી દીધું. જે વસ્તુ કામમાં લઈને પાછી આપી શકાય તેને પ્રાતિહારીય વસ્તુ કહે છે, ખેસવા, સૂવા માટે પાટ લાવ્યા. થોડા દિવસ કામમાં લીધા. જતી વખતે તે પાછા આપી દીધા. મકાનની માપણી કરીને તેમાં દસ-બીસ પચાસ દિવસ રહ્યા. જતી વખતે સ્વામીને સંભાળવા આપી દીધું. પોતાનું કશું પણ નહિ. એનો અર્થ છે—પદાર્થની પ્રતિબદ્ધતા

નહિ, પરંતુ પદાર્થનો ઉપયોગ માત્ર છે. ઉપયોગિતા અને પ્રતિબદ્ધતા વચ્ચે ઘણું મોટું અંતર છે.

મન કેમ તૂટે છે ?

ભગવાન મહાવીરે એક શબ્દ આપ્યો—‘લાઘવ.’ મુનિ ‘લાઘવ’નું પ્રતીક હોવો જોઈએ. તેણે હલકા થવું જોઈએ. જેટલો પદાર્થથી બંધાય છે, તેટલો ભારી થઈ જાય છે અને પદાર્થથી જેટલો મુક્ત થાય છે. તેટલો હલકો થઈ જાય છે. જેમ જેમ પદાર્થની પ્રતિબદ્ધતા વધે છે તેમ તેમ મન ભારી થઈ જાય છે. ચિન્તન ભારી થઈ જાય છે, મન તૂટવા લાગે છે. ફરીથી દુર્બળતાઓ આવે છે. જેમ જેમ અવસ્થાનો પરિપાક થાય છે, મન ક્ષીણુ અને દુર્બળ થઈ જાય છે. પછી માનવી એને સંભાળી શકતો નથી.

એસ્કિમો જાતિ

આ પરિવર્તનશીલ સંસારમાં, આજે પણ એવું પ્રતીત થઈ રહ્યું છે કે સચ્ચાઈ સમજાઈ નથી રહી, અને માનવી પદાર્થને અપરિવર્તનશીલ માનીને તેને ચીટકી રહ્યો છે. ધર્મનો અર્થ છે—ત્રીજી ધારા. પદાર્થનો નિષેધ નહિ, પદાર્થની પ્રતિબદ્ધતા નહિ, પરંતુ પદાર્થનો માત્ર ઉપયોગ, કેવળ ઉપયોગ. એસ્કિમો જાતિના લોકો તેનું પ્રતીક છે. જે ધ્રુવીય પ્રદેશોની યાત્રા કરે છે તે આ જાતિના લોકોના સંપર્કમાં આવે છે. એસ્કિમો જાતિના લોકો બરફના પ્રદેશમાં પ્રાપ્ત થતાં જનવરોના વાળમાંથી બનેલાં કપડાં પહેરે છે. તે ખૂબ ગરમ હોય છે. સુંદર હોય છે. યાત્રી એના પર મુગ્ધ થઈને કપડાંની માંગણી કરે છે. તો તરત જ તે ઉતારીને આપી દે છે. કોઈએ પૂછી લીધું—આપ આટલા ઉદાર કેમ છો? તેના જવાબ હોય છે—અમે તે કપડાંનો ઉપયોગ કરી લીધો છે. હવે અમારા મનમાં તેમના પ્રત્યે કોઈ ઉત્કંઠા, આકાંક્ષા કે આકર્ષણુ રહ્યું નથી. જેમણે આજ સુધી આ કપડાં પહેર્યાં નથી, તેના મનમાં ઉત્કંઠા છે. અમે તેમની ઉત્કંઠા પૂરી કરીએ છીએ. અમારી તરસ છિપાઈ ચૂકી છે. તેમના મનમાં હજી પણ તરસ બાકી રહેલી છે. અમે તેમની તરસ છિપાવવી એ કર્તવ્ય માનીએ છીએ. આ એક વાત છે. ખીજી વાત એ છે કે કોઈ વ્યક્તિ વસ્તુની માંગણી કરે અને અમે ન આપીએ તો એનો અર્થ એ થશે કે અમે વસ્તુના ગુલામ છીએ. હકીકતમાં આપણે

પદાર્થના ગુલામ નથી, માલિક છીએ. જ્યારે ઇચ્છીએ ત્યારે એનો ત્યાગ કરી દઈએ છીએ. ખીજને આપી દઈએ છીએ.

પદાર્થોનું વિચોજન કે પ્રાણુનું?

આ વિચાર પદાર્થની પ્રતિબદ્ધતાથી ભિન્ન છે. જે માણસ પદાર્થની પ્રતિબદ્ધતામાં જીતે છે તે પદાર્થ જવાથી એને એવો અનુભવ થાય છે કે પદાર્થનો વિયોગ જ નથી થઈ રહ્યો, સાથે સાથે પ્રાણોનો વિયોગ પણ થઈ રહ્યો છે. બંને એક સાથે જવા લાગે છે. કોઈ કોઈવાર એવું પણ વિચારવામાં આવે છે કે પ્રાણુનું વિચોજન ભલે થઈ જાય, પદાર્થનું વિચોજન નહિ થવું જોઈએ. આ મોટી સમસ્યા છે.

મનનો વિષાદ શા માટે?

ખરેખર કંઈપણ આપવામાં નથી આવતું. આપવું દુર્લભ છે. લેવું સરળ છે. પદાર્થની પ્રતિબદ્ધતા એટલી તીવ્ર હોય છે કે માણસ તેને છોડી નથી શકતો. ધર્મનો અર્થ છે—એક એવી નવી ધારાને ઉત્પન્ન કરવી, જેનાથી પદાર્થની પ્રતિબદ્ધતા સમાપ્ત થઈ જાય. અને પ્રતિબદ્ધતાથી પેદા થનાર માનસિક રોગ અને માનસિક વિષાદ સમાપ્ત થઈ જાય. મનનો વિષાદ શા માટે પેદા થાય છે? તે પેદા થાય છે મૂર્છા અને આસક્તિને કારણે, તથા તેમની ઉપજીવી ઇર્ષ્યા, ઘૃણા વગેરે વૃત્તિઓને કારણે.

એસ. ટી. એચ. નો પ્રભાવ

શરીરમાં એક મહત્વપૂર્ણ ગ્રંથિ છે. પિચ્યૂટરી. તેના સ્ત્રાવનું નામ છે: એસ. ટી. એચ. આ સ્ત્રાવ એન્ડ્રીનલ ગ્રંથિને ઉત્તેજિત કરે છે અને ત્યારે વિવિધ પ્રકારની વિકૃતિઓ પેદા થાય છે. અધૈર્ય અને વિષાદ પેદા થાય છે. આતુરતા અને ઝલાનિ પેદા થાય છે. વિવિધ પ્રકારની મનોવૃત્તિઓ વિકસે છે. તે ગ્રંથિ વિકૃત થાય છે ભાવનાના ક્ષોભ દ્વારા. જ્યારે મનુષ્ય વધારે લાલચુ હોય છે, વધુ આતુર હોય છે તો તે નિમ્ન વૃત્તિઓ પેદા થાય છે.

ધર્મ અને ગ્રંથિઓ

ધર્મનો અર્થ છે—ગ્રંથિઓનું સંતુલન. ભાવનાઓનું સંતુલન. જ્યારે ભાવનાઓનું સંતુલન હોય છે, ભાવનાના મહાસાગરમાં કોઈ તરંગ

પેદા થતું નથી. ક્ષોભ પેદા થતો નથી, ત્યારે અંધિઓનો સ્વાવ પણ સંતુલિત રહે છે.

આપણે ધર્મને સંપ્રદાયના રૂપમાં સમજ્યા છીએ. કોઈ ધ્યાનનો અભ્યાસ કરવા કોઈની પાસે જાય છે તો પહેલો પ્રશ્ન થાય છે—તમે પ્રેક્ષાધ્યાનનો અભ્યાસ આચાર્ય તુલસી પાસે કરતા હતા—ત્યાં જાઓ. ત્યાં સર્વ કાંઈ થશે. મારી પાસે શા માટે આવો છો?

લાગે છે, લોકો ધર્મને ખોટો સમજ્યા છે. ધર્મ પદાર્થની પ્રતિબદ્ધતાથી મુક્તિ અપાવનાર છે. જેમ પદાર્થની પ્રતિબદ્ધતા હોય છે, તેવી જ રીતે સંસ્કારોની પ્રતિબદ્ધતા હોય છે. માન્યતાઓ અને ધારણાઓની પ્રતિબદ્ધતા હોય છે. જ્યાં સુધી આ પ્રતિબદ્ધતાઓથી મુક્તિ નથી મળતી, માનવી ધાર્મિક નથી બની શકતો.

પરિવર્તનની તીવ્રગમિતા

આને પરિવર્તનની ગતિ ખૂબ તીવ્ર છે. જે પરિવર્તનો ગયાં પચાસ વર્ષોમાં થયાં, તે ગયા એક દશકમાં થઈ ગયાં. જે દસ વર્ષમાં થયાં છે તે આને એક વર્ષમાં થાય છે. પરિવર્તનની ખૂબ ગતિ છે. કોઈ કલ્પના જ નથી કરી શકાતી કે આગલા દશકમાં શું થશે? એક પ્રોફેસર બતાવી રહ્યા હતા કે ચાળીસ વર્ષ પૂર્વે કેમેસ્ટ્રીના સિદ્ધાંત જે હું ભણ્યો હતો આને એમાં ઘણાં બધાં પરિવર્તનો આવ્યાં છે. આને મને કેમેસ્ટ્રીની પરીક્ષામાં એસાડવામાં આવે તો હું કદી પાસ નહિ થઈ શકું. ચાળીસ વર્ષનો સમય લાંબો હોય છે. આને વિજ્ઞાન એટલું ગતિશીલ છે કે સવારે જે સિદ્ધાંત પ્રતિપાદિત થાય છે. સાંજ થતા થતા નવી શોધોને આધારે તે બદલાઈ જાય છે. સવારનો સિદ્ધાંત સાંજે જૂનો પડી જાય છે.

જીનેટિક સાયન્સમાં જે નવી શોધો થઈ રહી છે તેના આધારે એ કલ્પના કરી શકાય કે આને બજારમાં જેમ ઘી, તેલ, લોટ મળે છે. કપડાં અને દવાઓ મળે છે, તેવી જ રીતે વૈજ્ઞાનિક પ્રયોગશાળામાં છોકરા-છોકરીઓ મળશે. વૈજ્ઞાનિક પૂછશે—કેવો છોકરો જન્મ્યો છે? દાર્શનિક કે સાહિત્યકાર કે વૈજ્ઞાનિક? જેવું બાળક જન્મ્યું તેવું ક્રિપ્તિ બીજ-જન મળશે અને તેવું જ બાળક ઉત્પન્ન થશે. આ કોઈ કલ્પના નથી. આને એ શક્ય બની રહ્યું છે.

યોનિ પ્રાભૂત

એક પ્રાચીન પ્રસંગ છે. આચાર્ય પોતાના શિષ્યોને એક ગ્રંથનું અધ્યાપન કરાવી રહ્યા હતાં તે ગ્રંથનું નામ હતું—યોનિ પ્રાભૂત. ખૂબ અદ્ભુત ગ્રંથ. તેમાં બધા પ્રકારના જીવ અને અજીવ પદાર્થોની યોનિનું નિરૂપણ છે. વિભિન્ન રાસાયણિક સંયોગથી જીવ અને અજીવોની નિર્માણ પદ્ધતિઓનો ઉલ્લેખ કરવામાં આવ્યો છે. તે ગ્રંથ શીખવવાનો સમય પણ વિચિત્ર છે. તેનું એકાંતમાં અધ્યાપન કરાવવામાં આવે છે. જ્યારે રાત્રે બાર વાગ્યે બધા લોકો સૂઈ જાય ત્યારે તેની વાચના આપવામાં આવે છે, જેથી કોઈ વ્યક્તિ તેનો દુરુપયોગ ન કરે. આચાર્ય ભણાવી રહ્યા હતા. શિષ્યો ભણી રહ્યા હતા. તે વખતે પાડાના ઉત્પાદનનું વિવરણ ચાલી રહ્યું હતું. એક વ્યક્તિ ચોરી છૂપીથી બધું વિવરણ, સમગ્ર પ્રક્રિયા ધ્યાનપૂર્વક સાંભળી રહી હતી. આચાર્યને એની ઉપસ્થિતિનો ખ્યાલ ન આવ્યો. તેઓ ભણાવતા જ રહ્યા. તેણે એકચિત્તે બધું જ સાંભળી લીધું. વાચના પૂરી થઈ. તે ઘેર ગયો. સાંભળેલી પ્રક્રિયા પ્રમાણે તેણે પ્રયોગ કર્યો. જોતજોતામાં પાડો તૈયાર થઈ ગયો. સંપૂર્ણ યુવાન. તેણે પાડાનો વેપાર શરૂ કરી દીધો. રોજ પાડા બનાવતો અને વેચતો. તે ઘણું ધન કમાયો. ગામમાં ચર્ચા થવા લાગી કે આટલા પાડા ક્યાંથી આવે છે. આચાર્ય સુધી આ વાત પહોંચી ગઈ. તેમણે મનમાં જાણી લીધું કે કોઈએ આ પ્રકરણ ચોરી છૂપીથી સાંભળી લીધું છે, અને તે કહેવાયેલી વિધિ પ્રમાણે પાડાનું નિર્માણ કરી રહ્યું છે. આચાર્યે તે વ્યક્તિને ઓલાવી. પૂછ્યું. તેણે સાચી વાત બતાવી દીધી. આચાર્યે કહ્યું : એનાથી પણ એક વધુ ઉપયોગી વિદ્યા છે. તે છે રત્નનિર્માણની અને સ્વર્ણ-નિર્માણની વિદ્યા. તમે એ વિદ્યા સાંભળો અને પછી પ્રયોગ કરો. ધનકુબેર બની જશો. તેણે બધાં સાધન મંગાવ્યાં. પ્રક્રિયા મુજબ બધાં રસાયણોનું નિર્માણ કર્યું. તેમાંથી એક ભયંકર સર્પનું નિર્માણ થયું અને તે સર્પે પ્રયોક્તાને ડાંખ દીધો. તે તરત જ મૃત્યુ પામ્યો. અને સર્પ પણ મૃત્યુ પામ્યો.

આ બનેલી ઘટના છે, કાલ્પનિક કથા નથી.

એવી રીતે આજનું વિજ્ઞાન જે ઇચ્છિત ઉત્પાદનનો વિકાસ કરી રહ્યું છે, તે માટે પણ આ અસંભવ નથી.

ચતુ:શરણુ' મહત્વ

આટલું બધું બદલાઈ રહ્યું છે. અનેક ધારાઓ બદલાઈ ચૂકી છે, બદલાઈ રહી છે. પરંતુ પદાર્થ-પ્રતિબદ્ધતાની ધારા હજી બદલાઈ નથી. જ્યાં સુધી ધર્મના શરણમાં જવાની વાત સમજમાં નથી આવતી, ત્યાં સુધી આ ધારા નથી બદલી શકાતી. હું સંપ્રદાયના શરણમાં જવાનું નથી કહી રહ્યો. હું ધર્મના શરણમાં જવાની વાત કરી રહ્યો છું. જૈન પરંપરામાં ચતુ:શરણ ખૂબ પ્રસિદ્ધ છે.

અરહંતે સ્વરણં પવજ્જામિ ।

સિદ્ધે સ્વરણં પવજ્જામિ ।

સાહુ સ્વરણં પવજ્જામિ ।

કેવલિપન્નતં ધમ્મં સ્વરણં પવજ્જામિ ।

એમના શરણમાં જવું ખૂબ જરૂરી છે. પદાર્થોના શરણમાં જઈને સમગ્ર માનવજાતિએ પરિણામોનું અધ્યયન કરી લીધું, તેને ભોગવી લીધું. તે પરિણામોથી એ કંટાળી ગયો છે. હવે તે ધર્મનાં શરણમાં જઈને તેનાં પરિણામોનો અનુભવ કરવા ઇચ્છે છે. તે સંયમ તરફ વળવા ઇચ્છે છે. પદાર્થોનું સમ્યક્ નિયોજન અને પદાર્થોના સમ્યક્ નિયોજનની પ્રક્રિયા જાણવા ઇચ્છે છે. પદાર્થોનું સમ્યક્ નિયોજન ઘણું જરૂરી હોય છે, નહિ તો—સંયમ ફલિત થતો નથી.

પદાર્થનું સમ્યક્ નિયોજન

હિન્દુ વિશ્વવિદ્યાલયના નિર્માણનું કાર્ય ચાલી રહ્યું હતું. માલવીયજી એક શેઠના ઘરે ફાળો માંગવા ગયા. શેઠે તેમનો આતિથ્યસત્કાર કર્યો. આમતેમની વાતો થઈ રહી હતી. માલવીયજીએ જોયું કે શેઠનો એક નાનો છોકરો રમી રહ્યો છે. તેના હાથમાં દીવાસળી છે. રમતા રમતા છોકરાએ એક દીવાસળી સળગાવી અને ત્યાં પડેલા લાકડીના એક ટુકડાને સળગાવી દીધો. લાકડું બળવા લાગ્યું. શેઠ ઊઠ્યા. છોકરા પાસે ગયા અને એક તમાચો લગાવી દીધો. છોકરાના ગાલ લાલ થઈ ગયા. શેઠ આવીને માલવીયજી સાથે વાત કરવા લાગી ગયા. માલવીયજીએ કહ્યું : હું જઈ રહ્યો છું, નમસ્કાર. શેઠ બોલ્યા : આપે અહીં આવવાનું પ્રયોજન નહિ બતાવ્યું. કંઈપણ જણાવ્યા વગર ચાલ્યા જાઓ છો. એમ કેમ? માલવીયજી બોલ્યા : આવ્યો હતો ફાળો લેવા માટે. પણ

તમારી કંજુસાઈ જોઈને દાંગ રહી ગયો. એક લાકડીના ટુકડાને બાળી નાખવાથી જે વ્યક્તિ પોતાના પુત્રને બેરહમ માર મારે છે તે શું ફાળો આપશે. હું જઈ રહ્યો છું. શેઠે સ્મિતપૂર્વક કહ્યું : ખેસો, આપને ફાળો આપું છું. તેમણે તરત જ પચાસ હજારનો એક માલવીયજીને આપી દીધા. પચાસ હજાર રૂપિયાનો એક જોઈને માલવીયજી આશ્ચર્યચકિત થઈ ગયા. આ શું? આમ કેવી રીતે બન્યું? તે પોતાના વિકલ્પોમાં જ અટવાઈ ગયા. રહસ્ય સમજમાં ન આવ્યું કે લાકડીના ટુકડા માટે બાળકને મારનાર માઝ્યા વગર પચાસ હજાર આપી દે. એ કેવી રીતે બની શકે? શેઠે મૌનભંગ કરતા કહ્યું : માલવીયજી હું વાણિયો છું, વેપારી છું. વ્યર્થનું નુકસાન હું સહી નથી શકતો. થોડા નુકસાનને સહન કરવું પણ મૂર્ખતા છે. પ્રયોજનના પ્રસંગોમાં જ ઉદારતા બતાવી શકાય છે. અપ્રયોજનમાં ઉદારતાનો પ્રશ્ન જ નથી ઊઠતો. ત્યાં સંયમની વાત પ્રાપ્ત થાય છે. ખોટો ખર્ચ કરવામાં આપણે સંયમ રાખવો જોઈએ. જ્યાં ખર્ચ સાર્થક હોય ત્યાં પચાસ હજાર તો શું દસ લાખનો ખર્ચ પણ કરી શકાય છે. માલવીયજીને એક બોધપાઠ મળ્યો.

આ છે પદાર્થના સમ્યક્ નિયોજનની વાત.

માણસ પોતાના પ્રસંગમાં ખૂબ ઉદાર રહે છે. જ્યાં પોતાને માટે ખર્ચ કરવાનો પ્રશ્ન આવે છે ત્યાં સાર્થ અને વ્યર્થને ગૌણ કરીને લાખો રૂપિયા પાણીની જેમ ખર્ચી નાખે છે. ત્યાં મુખ્ય હોય છે પોતાની બડાઈ, પોતાની ધનાઢચતાનું પ્રદર્શન. ત્યાં ઉપયોગિતા ગૌણ થઈ જાય છે. ઉપયોગિતા માટે ખે ચાર હજાર આપવાની વાત પણ તેને મુશ્કેલ લાગે છે. તે કહી દે છે. આ વર્ષે ઘરમાં એટલા પ્રસંગો એક સાથે આવી ગયા કે ખર્ચ ખૂબ થઈ ગયો. હવે બજેટ બાકી નથી.

પદાર્થના સમ્યક્ નિયોજનની વાત આજે મુશ્કેલ બની રહી છે. એનું કારણ છે—પદાર્થની પ્રતિબદ્ધતા, પદાર્થનો મોહ અને પદાર્થની મૂર્છા.

વ્યક્તિગત સંયમ

ધર્મનાં શરણું વાસ્તવિક સૂત્ર આ છે—શુદ્ધ સાધનો દ્વારા વ્યક્તિ ગમે તેટલું પ્રાપ્ત કરે પણ વ્યક્તિગત જીવનમાં તે સંયમનું પાલન કરે. શ્રાવકનું એક વ્રત છે—ભોગોપભોગપરિમાણ. આનંદ શ્રાવક અબજ-પતિ હતો. તેની પાસે અપાર ધન હતું. ખૂબ મોટો વેપાર ચાલતો હતો.

આવક અને ખર્ચ પણ તેજ પ્રમાણમાં હતાં. પરંતુ આનંદ વ્યક્તિગત જીવનમાં ખૂબ સંયમી હતો. શરીર નિર્વાહ માટે તે અલ્પતમ સાધનો જ ઉપયોગમાં લેતો. પહેરવાનાં કપડાંનું પરિભાણ, ખાવાપીવાની વસ્તુઓનું પરિભાણ, યાતાયાતનું (જવા-આવવાનું) પરિભાણ, કંઈ કેટલાયે પરિભાણ કરી રાખ્યાં હતાં, તે ધનકુખેરે. તેનું વ્યક્તિગત જીવન ખૂબ સંયમિત હતું. સાધન સામગ્રીની પ્રચુરતા અને સુલભતા હોવા છતાં પણ તે એનો અલ્પતમ ઉપયોગ કરતો હતો. તેટલો જ ઉપયોગ કરતો જેટલો જીવન-નિર્વાહ માટે અત્યંત જરૂરી હતો. એક તરફ વ્યક્તિગત જીવનમાં આટલો સંયમ, ખીજી તરફ અપાર સંપત્તિ. કેવો વિચિત્ર યોગ! યથાર્થ યોગ!

કંજૂસની મનઃસ્થિતિ

આજે મનુષ્ય આનાથી વિપરીત રીતે ચાલી રહ્યો છે. તે ધન અર્જિત કરે છે, અને પોતાના જીવન માટે વધારેને વધારે તેનો વ્યય કરે છે. પોતાની સુખ-સુવિધા માટે વ્યય કરતાં કદી ખંચકાતો નથી. પરંતુ જ્યાં સ્વનો પ્રશ્ન નથી હોતો, પરનો પ્રશ્ન આવે છે, ત્યાં તે કૃપણ બની જાય છે. મુઠ્ઠી બાંધી દે છે, એક પૈસો આપવો પણ તેને મુશ્કેલ કામ લાગે છે.

એક કંજૂસ હતો. ઘરે મહેમાન આવ્યા. તે પોતાની મુઠ્ઠીમાં એક રૂપિયો લઈને શાકભાજી લેવા બજારમાં ગયો. માલણ પાસે પહોંચ્યો. શાકભાજીના ભાવ નક્કી કર્યા. માલણ શાકભાજી તોલવા લાગી. શેઠે મુઠ્ઠી ખોલી. તે પસીનાથી તરબતર હતી. પરસેવો ટપકી રહ્યો હતો. તેણે રૂપિયાને સંયોધન કરીને કહ્યું : પ્યારા દોસ્ત! તું મારાથી દૂર થવા નથી ઇચ્છતો, વિયોગની સ્થિતિમાં તું રડી રહ્યો છે. રડ નહિ, હું તને છોડીશ નહિ. શેઠે ફરીથી મુઠ્ઠી બાંધી અને શાકભાજી લીધા વગર ઘરે આવી ગયો.

પારકા માટે ખર્ચ કરવાની આ માનસિક સ્થિતિ છે.

નવા યુગનું સૂત્ર

‘ધર્મમં સરણું ગચ્છામિ’—આ નવી યુગ-ધારાનું મહત્વપૂર્ણ સૂત્ર છે. આ જૂની ભાષામાં નિબદ્ધ છે, પણ શાશ્વત—સત્યનું પ્રતિપાદન કરનાર સૂત્ર છે. આપણે ધર્મની પ્રચલિત ધારણાને બદલીએ. ધર્મને પોતાનાથી ભિન્ન ન માનીએ. આપણે ધર્મને પોતાનાથી ભિન્ન માનીએ

છીએ. આપણી ધારણાઓ ધર્મ સાથે જોડાઈ નથી. આપણી ધારણા પોતાને બદલવાની સાથે જોડાયેલી નથી. મૂર્છાને ઓછી કરવી, સંસ્કાર બદલવા, આદતો બદલવી, ધારણાઓમાં પરિવર્તન લાવવું—આ આપણે ધર્મનું કાર્ય નથી માન્યું. આપણે ધર્મનું નાનું મોટું કામ માની રાખ્યું છે. ગુરુના આશીર્વાદ પ્રાપ્ત કરવા, પ્રણામ કરી લેવા, ભક્તિ કરવી, યાચના કરવી. ઓસ, ધર્મનું કાર્ય સમાપ્ત. એવું કરનાર ધર્મના શરણમાં નથી જતો, પરંતુ યાચના, કામનાનાં શરણમાં જાય છે. માણસ કામનાને લીધે જ ધર્મ કરે છે. અને કામનાની પૂર્તિ થતાં ધર્મનાં ગુણગાન કરે છે. તથા કામનાની પૂર્તિ ન થતા ધર્મની નિન્દા કરતા સંકોચ અનુભવ નથી કરતો. ત્યારે તે ભગવાનને પણ ગાળ દે છે. ગુરુને પણ ગાળ દે છે. તેમની અવમાનના કરે છે.

આ વૈજ્ઞાનિક યુગમાં બધી ધારણાઓ બદલાઈ રહી છે. વિજ્ઞાન મિથ્યા માન્યતાઓ અને અધવિશ્વાસો પર પ્રહાર કરી રહ્યું છે. જે આ સમયે પણ ધર્મના આચાર્યો અને ગુરુઓએ ધર્મના વિષયમાં નવું ચિંતન અને નવા પ્રયોગ નહિ કર્યાં તો ‘ધમ્મં સરણં ગચ્છામિ’ વાળી વાત વિસ્મૃત થઈ જશે. માત્ર ‘પદાર્થ સરણં ગચ્છામિ’ વાળી વાત યાદ રહેશે. મનુષ્ય મનોવિષાદથી ગ્રસ્ત થઈ જશે. આજે પરિવર્તનની ગતિ કેટલી તીવ્ર છે, તેને સમજવી જોઈશે.

એક માર્મિક વ્યંગ છે. એક મહિલા કીમતી સાડી પહેરીને જઈ રહી હતી. સામે તેની એક સાહેલી મળી. કીમતી વેશભૂષા જોઈને તેણે પૂછ્યું—અરે, લાગે છે કે તારા પતિને સારી નોકરી મળી ગઈ છે? તે બોલી—મારા પતિને સારી નોકરી નથી મળી, પરંતુ મને સારો પતિ મળી ગયો છે.

કેવી મર્મની વાત છે. જૂની ભાષામાં પૂછી શકાય છે કે તમારા પતિને સારી નોકરી મળી ગઈ હશે, પરંતુ આ છૂટાછેડાના યુગમાં બધાં સવારે લગ્ન અને સાંજે છૂટાછેડા હોય છે, ત્યાં એ જ વાત હોઈ શકે છે કે મને સારો પતિ મળી ગયો.

બધાં આટલી દૃતગતિએ પરિવર્તન થઈ રહ્યું છે ત્યાં જો ધર્મની ધારણામાં પરિવર્તન નહિ આવ્યું તો મુશ્કેલી પડશે.

ધારણા—પરિવર્તનની પ્રક્રિયા

પ્રેક્ષા-ધ્યાનનો પ્રયોગ ધારણ પરિવર્તનનો પ્રયોગ છે. આ ધર્મની નવી ધારણા કરવાનો પ્રયોગ છે. જૂની ધારણા તૂટે નહિ. નવી ધારણા નિર્મિત થાય.

- ધર્મનો અર્થ છે—ચિત્તની એકાગ્રતા.
- ધર્મનો અર્થ છે—ચિત્તની નિર્મળતા.
- ધર્મનો અર્થ છે—ચિત્ત પર ચઢેલા મૂર્છાના મેલનું શોધન.
- ધર્મનો અર્થ છે—સત્યની શોધ.
- ધર્મનો અર્થ છે—બધા પ્રત્યે મૈત્રીભાવનો વિકાસ. સમન્વયનો વિકાસ.
- ધર્મનો અર્થ છે—સમસ્ત માનસિક વિકૃતિઓથી મુક્તિ.

‘ધમ્મં સરણં ગચ્છામિ’ નું યથાર્થ પાલન કરનાર વ્યક્તિ કદી માનસિક વિકારોથી ગ્રસ્ત નથી થઈ શકતી. તે યથાર્થમાં માનસિક શાંતિ પ્રાપ્ત કરે છે.

ધર્મ મનોચિકિત્સાનું સૂત્ર છે

આજે અનેક સંસ્થાન છે. પ્રત્યેક સંસ્થાન સાથે—માનસિક ચિકિત્સાનો વિભાગ જોડાયેલો રહે છે. એક મનસ્સ ચિકિત્સક હોય છે અને તે સંસ્થાનના કર્મચારીઓની—વખતોવખત મનસ્સ ચિકિત્સા કરે છે. માનસિક ચિકિત્સાનો આ ઇતિહાસ ઘણો પ્રાચીન નથી. તે અર્વાચીન છે. પરંતુ ધર્મનો પ્રયોગ જે મનસ્સ ચિકિત્સાનો પ્રયોગ છે. તે ઘણો જૂનો છે. હજારો-હજારો વર્ષોથી હજારો-હજારો ધર્મના સાધકો, અધ્યાત્મના આરાધકોએ અનેક પ્રયોગો કર્યા, સૂત્રો ખોળ્યાં અને અનેક રહસ્યોનું ઉદ્ઘાટન કર્યું. આજે જો તે પ્રયોગોનો ઉપયોગ કરવામાં આવે તો ખૂબ લાભ થઈ શકે છે. તેનાથી માત્ર મનોરોગીને જ લાભ નહિ થાય બલકે મનસ્વિકિત્સક પણ લાભાન્વિત થશે.

હું લાભાન્વિત થઈ

હમણા દિલ્હી પ્રવાસમાં એક આયોજન કરવામાં આવ્યું. તેનો વિષય હતો—ન્યુરો એન્ડોક્રિન સિસ્ટમ અને મેડિટેશન. તેમાં અનેક વિશિષ્ટ ચિકિત્સકો અને તે વિદ્યાના પ્રોફેસરોએ ભાગ લીધો. ‘આલ-ઇન્ડિયા મેડિકલ ઈન્સ્ટીટ્યુટ’ દિલ્હીએ પોતાના મનસ્વિકિત્સક લેડી

ડોક્ટર શકુન્તલા દુબેને તે આયોજનમાં ભાગ લેવા મોકલ્યા. કાર્યક્રમ ચાલ્યો, પ્રવચન અને પ્રશ્નોત્તર થયા. લેડી ડોક્ટરે એક દિવસ એક પત્ર મોકલ્યો. તેમણે લખ્યું હતું : મેં સેમિનારમાં ભાગ લીધો. હું ખૂબ લાભાન્વિત થઈ. હું પુદ્ મનશ્ચિકિત્સક છું. અનેક રોગીઓને મેં સ્વસ્થ કર્યા છે; પરંતુ હું સ્વયં માનસિક તાણથી ગ્રસ્ત રહું છું. મેં સેમિનારમાં બતાવેલા પ્રયોગો કર્યા છે. તે સફળ સિદ્ધ થયા. મારી માનસિક તાણ ઘટી. ઊંઘ સુખદ થઈ છે.

મને પત્ર વાંચીને આશ્ચર્ય થયું કે જે બીજા રોગીઓની માનસિક ચિકિત્સા કરે છે, તે મનોચિકિત્સક સ્વયં માનસિક તાણથી ગ્રસ્ત હોય તે જ પાણી આગને બુઝાવનાર છે, તેમાં જ જાણે આગ લાગી ગઈ હોય. એક સાધુ કે ધર્મની આરાધના કરનાર કોઈ ગૃહસ્થ જે માનસિક તાણથી પીડાતો હોય તે એવું થશે કે જે સૂર્યનાં કિરણો પ્રકાશ ફેલાવે છે, તે અંધકાર ફેલાવી રહ્યા છે. પ્રત્યેક કિરણથી અંધકાર ફેલાય છે. આ કેવી રીતે સંભવ હોઈ શકે ?

ધર્મના આચાર્યો અને અધ્યાત્મના સાધકોએ માનસિક મેલને સાફ કરનાર, મનને શક્તિશાળી બનાવનાર સેંકડો-સેંકડો ઉપાય વિકસિત કર્યા છે. તે બધા ઉપાયોના સંદર્ભમાં હું એ દૃઢતાપૂર્વક કહેવા ઇચ્છું છું કે ‘ધમ્મં સરણં ગચ્છામિ’ એક સુવર્ણ સૂત્ર છે—મનની નિર્મળતા લાવવા માટે. બધા ધર્મની શરણમાં જઈએ અને તેની યથાર્થતાને હૃદયગમ કરીને જીવનમાં તેનો ઉપયોગ કરીએ.



प्रवचन : ६

मननी प्राकृतिक चिकित्सा

સંકેતિકા

- ૧ ભવ માંહે ભમતે, ઊંઘી શ્રદ્ધા ધારી ।
મિથ્યા મત સેવ્યો, તે નિન્દૂં હા બારી ॥
- ૨ વલિ ઊંઘી પરૂપી, ઘાલી ઓરાં રૈ શંક ।
સગલાં રી સારવ સૂં, તે નિન્દૂં તજ બંક ॥
- ૩ પંચ આશ્રવ સેવ્યા, કીધી ચ્યાર કષાય ।
સહુ સારવે નિન્દૂં, દુર્ગતિ હેતૂ તાય ॥
- ૪ વીતરાગ નો મારગ, મેં ઢાંક્યો કિહ બાર ।
પ્રગટ કિયો કુમારગ, તે નિન્દૂં ઘર પ્યાર ॥
- ૫ જ્ઞાન દર્શન ચારિત્ર તપ ભલા, ભવ-દધિ માંહે જિહાજ ।
સમ્યક્ પ્રકારૈ સેવિયા, તે અનુમોદૂં આજ ॥
- ૬ અરિહંત સિદ્ધ નૈ આચરિયા. ઉવજ્ઞાયા અણગાર ।
તસુ નમસ્કાર વંદના કરી, તે અનુમોદૂં સાર ॥
- ૭ સૂત્ર સજ્ઞાય કીધી બલી ધ્યાયો વારૂ ધ્યાન ।
જતી ધર્મ દશ વિચ ધર્યૂં, તે અનુમોદૂં જાન ॥

(આરાધના ૬/૧, ૨, ૧ ૬; ૭/૧, ૧, ૪)



- તર્ક ભયંકર રોગ છે.
- તેનાથી મુક્તિ મેળવવાનો એક માત્ર ઉપાય છે—પ્રાકૃતિક ચિકિત્સા.
- પ્રાકૃતિક ચિકિત્સા છે—
 - પોતાની પ્રકૃતિને જુઓ. (વાંચો)
 - પોતાના આચરણને જુઓ. (વાંચો)
 - ગ્રંથો વાંચવાનું બંધ કરો.
 - પોતાની પ્રકૃતિની સમીક્ષા કરો—જે સારું નથી તે વિનતીયની અવહેલના અને સારાનું સમર્થન કરો.
- શ્લેષ્માહીન આહારની ઉપયોગિતા
- યંત્રોનું પ્રયોગ અસ્તિત્વ—આ એક છેડો છે.
- વિકૃતિ પણ પ્રકૃતિ.
- આરાધનાની ચેતના જાગે.

મનની પ્રાકૃતિક ચિકિત્સા

પોતા-પોતાનું મૂલ્ય

ઉપાદાન ખૂબ મૂલ્યવાન હોય છે. પણ નિમિત્તનું મૂલ્ય પણ ઓછું નથી હોતું. મોસમ સોહામણી છે. પ્રકૃતિ પુલકિત થઈ રહી છે. સંપૂર્ણ આકાશ વાદળોથી આચ્છન્ન છે. સમગ્ર ધરતી શસ્ય-સ્થામલા છે. ચારે બાજુ હરિયાળી જ હરિયાળી છે. આકાશમાંથી એક નવી આભા ભૂમિ પર ઊતરી રહી છે.

દ્રવ્યનું પોતાનું મૂલ્ય હોય છે. ક્ષેત્રનું પોતાનું મૂલ્ય, કાળનું પોતાનું મૂલ્ય હોય છે. અને પદલાતી અવસ્થાઓનું પોતાનું મૂલ્ય હોય છે. આપણે કોઈ એક મૂલ્યમાં બંધાયેલા નથી રહી શકતા. આપણે કોઈ એક જ આગ્રહની જેલના કેદી નથી થઈ શકતા. પણ કોઈ કોઈવાર માણસ આગ્રહી બની જાય છે. આગ્રહી વ્યક્તિ સમગ્રતાની ભવ્યતાથી વંચિત થઈને એક બિન્દુમાં પોતાની દૃષ્ટિને નિયોજિત કરીને પ્રકૃતિની મોહકતાથી સ્વયં વંચિત રહી જાય છે.

તર્કની પણ મર્યાદા છે

તર્ક આપણા જીવનનું એવું જ એક બિન્દુ છે, જે વ્યક્તિને સમજીથી કાપીને વિચ્છિન કરીને તેને એકાંગિતાના ઊંડા ખાડામાં ફેંકી દે છે.

એક તર્કશાસ્ત્રીએ કહ્યું : હું ચિકિત્સા ચાહું છું. તર્ક કરવાની મારી આદત ખૂબ વધી ગઈ છે. આદતની જટિલતાએ હવે વ્યવહારને સ્પર્શવાનો પણ પ્રારંભ કરી દીધો છે. હું વ્યવહારમાં પણ ખૂબ તર્ક કરું છું.

તર્કની પણ સીમા છે. વક્રીલ ન્યાયાધીશની સમક્ષ તર્ક કરે છે. એ વાત સમજમાં આવી શકે છે. પણ તે પત્નીની સાથે પણ તર્ક કરવા લાગે તો ગૃહજીવન જટિલ બની જાય છે. તે પૂછે છે : આજે રોટલી કેમ બનાવી? પત્ની કહે છે : રોટલી નહિ બનાવું તો શું બનાવું? વક્રીલ કહે છે : હું ખીજું સાંભળવા નથી ઇચ્છતો. મને તું એ સમજાવ કે આજે રોટલી કેમ બનાવી? હવે બિચારી પત્ની તેને કેવી રીતે સમજાવે. આ તર્કનો વિષય નથી. પાણી પીતા તર્ક કરવા લાગે, પરસ્પરના બધા વ્યવહારોમાં તર્ક કરવા લાગે તો ન્યાયાલય ચલાવી શકાય છે, પણ ધર

નથી ચાલી શકતું. તે વેરાન થઈ જાય છે. તે કબ્રિયાનું ઘર બની જાય છે. વ્યવહાર તર્કનું ક્ષેત્ર નથી. સત્યની શોધ પણ તર્કનું ક્ષેત્ર નથી. તર્કનું ક્ષેત્ર તે જ હોય છે, જ્યાં બે મત હોય છે. જ્યાં મતદ્વૈત હોય છે ત્યાં એકમતની પસંદગીનો પ્રશ્ન જાડે છે. તે પ્રશ્નનું સમાધાન તર્ક દ્વારા જ થઈ શકે છે. ત્યાં તર્કનો પૂરો ઉપયોગ થાય છે.

તર્ક : એક ભયંકર રોગ

તર્ક કરતા કરતા તે તાર્કિકે કહ્યું : તર્ક કરવાની આદતની જટિલતા એટલી વધી ગઈ છે કે હું પોતાની પ્રત્યેક વાતનું સમર્થન કરું છું. અને ખીબની પ્રત્યેક વાતનું, પ્રત્યેક પ્રવૃત્તિનું ખંડન કરું છું. જટિલતાની સીમાનું આ જ બિન્દુ નથી. તે હજી આગળ છે. હું જે વાતનું સમર્થન કરું છું તે જ વાત જે કોઈ ખીબે કહે છે તે એનું પણ ખંડન કરી દઉં છું. એવું થાય છે. આ તર્કની જટિલતા છે.

એક તાર્કિક હતો. તેણે પોતાની વાત મૂકી. કોઈ ખીબ વ્યક્તિએ તે જ વાત દોહરાવી. તે તાર્કિકે જાણ્યો અને તરત જ તેનું ખંડન કરવા લાગી ગયો. તે ખંડન સાંભળીને તે વ્યક્તિએ કહ્યું : તાર્કિક મહોદય, હું તમારી પાસેથી તો આ તર્ક શીખ્યો હતો, તમે એનું ખંડન કરો છો? તાર્કિકે બોલ્યો : હું એ જાણતો નથી. હું તો એટલું જ જાણું છું કે ખીબું કોઈ કંઈપણ કહે, તેનું મારે ખંડન કરી દેવાનું છે. ભલે તે વાત પહેલાં મેં પ્રસ્તુત કરી હોય, એનું મને કોઈ પ્રયોજન નથી. તમે જે કંઈ કહો છો, તેનું ખંડન કરવું એ મારો ધર્મ છે.

આ આદતની લાચારી છે. તાર્કિકે બોલ્યો : મારી આદત એટલે સુધી બગડી ગઈ છે. મેં અનેક ઉપાયો કર્યા. ચિકિત્સા પણ કરાવી. મનની ચિકિત્સા કરી. અનેક પ્રકારની દવાઓ લીધી. અને ઉપચાર પણ કર્યા. પણ કોઈ ઉપાય સફળ નીવડ્યો નહિ, બધું વ્યર્થ, હું પરેશાન છું. હું જ નહિ મારો સમગ્ર પરિવાર, મારા બધા સ્વજનો પરેશાન છે. આ પરેશાનીથી હું છુટકારો મગ્નું છું. આપ ઉપાય બતાવો.

પ્રાકૃતિક ચિકિત્સા પ્રકૃતિનું વિશ્લેષણ છે

મેં કહ્યું : તમે હવે પ્રાકૃતિક ચિકિત્સા કરાવો. જ્યારે માણસ બધી ચિકિત્સા પદ્ધતિઓના શરણમાં જઈને પણ ખીમારીથી મુક્તિ પ્રાપ્ત નથી કરતો, બધી 'પેથોઓ'ની પાસે ભટકી આવે છે પછી તે 'નેચરોપેથી'

—પ્રાકૃતિક ચિકિત્સાના શરણુમાં જન્ય છે. તમે પણ હવે પ્રાકૃતિક ચિકિત્સાનું શરણુ લો, જેથી ખીમારી મટી જન્ય.

તેણે પૂછ્યું : પ્રાકૃતિક ચિકિત્સા કેવી રીતે થઈ શકે છે?

મેં કહ્યું : તમે તમારી પ્રકૃતિને વાંચો. તેની સમીક્ષા કરો. તેનું પૂરેપૂરું વિશ્લેષણ કરો. ખીજ શબ્દમાં, સ્વયંને વાંચો. સ્વયંની સમીક્ષા કરો. સ્વયંનું વિશ્લેષણ કરો. ખીજનું નહિ, સ્વયંનું. ખીજનું ખંડન નહિ. સ્વયંની પ્રકૃતિનું ખંડન કરો. જે વિજ્ઞતીય તત્ત્વ પોતાની પ્રકૃતિમાં ઘૂસી આવ્યા છે, તેનું ખંડન કરો. અને જે પોતાની શુદ્ધ પ્રકૃતિ છે તેમાં અવસ્થિત રહેા.

આજે ચિકિત્સાનું વિજ્ઞાન ખૂબ ઝડપથી બદલાઈ રહ્યું છે. હવે પ્રાકૃતિક ચિકિત્સામાં પણ એમ નથી મનાતું કે માટી, પાણી, બાષ્પસ્નાન-અને ધૂપ-સ્નાન (સૂર્યસ્નાન—તડકાસ્નાન) જ ચિકિત્સા માટે પર્યાપ્ત છે. તેઓ એ પણ માનવા લાગ્યા છે કે જ્યાં સુધી આહારની ચિકિત્સા નહિ થશે ત્યાં સુધી માટી અને પાણીની ચિકિત્સા પણ નકામી બની જશે.

શ્લેષ્માહીન આહારની ઉપયોગિતા

ડૉક્ટર અરનાલ્ડ ટ્રાવિસ્કીએ એક પુસ્તક લખ્યું છે—‘આહાર ચિકિત્સા.’ તેમાં તેમણે એ પ્રતિપાદિત કર્યું છે કે જ્યાં સુધી આહાર શ્લેષ્માહીન નહિ થશે ત્યાં સુધી પ્રાકૃતિક ચિકિત્સાનાં બધાં સાધનો પૂરો લાભ નહિ પહોંચાડી શકશે. માટી, પાણી અને તાપનો ઉપચાર કરવા છતાં પણ સ્થાયી લાભ નહિ થશે. કેમ કે આપવામાં આવેલો આહાર એક તરફ ખીમારીને વધારશે, ખીજ તરફ તેની ચિકિત્સા ચાલશે તો એક વાર રોગનું શમન થશે. પરંતુ તેનું નિરાકરણ નહિ થશે. રોગનાં નિરાકરણ માટે આવશ્યક છે કે મૂળ આહારને બદલવામાં આવે. શ્લેષ્માહીન આહારનું નિરંતર સેવન ખૂબ મુશ્કેલ વાત છે. અમ્લતા વધારનાર આહારનું પરિવર્તન કેવી રીતે સંભવ થઈ શકે છે? ફળ અને પત્રશાક—આ બે એવાં છે જે શ્લેષ્માહીન આહારમાં પરિગણિત થાય છે. અનાજ પણ શ્લેષ્માને વધારે છે અને દૂધ પણ શ્લેષ્મા વધારે છે. બધા પ્રકારનાં ભોજન શ્લેષ્માવર્ધક હોય છે. ફક્ત ખાટાં ફળ અને પત્રશાક શ્લેષ્માને વધારતા નથી. આ સત્ય છે. એનો અસ્વીકાર નહિ કરી શકાય.

મનની પ્રાકૃતિક ચિકિત્સાની વાત પણ એવી જ છે. ખૂબ એકી વાતો આપણી સમક્ષ આક્રી રહી જાય છે. પછી તર્ક માટે કોઈ અવકાશ નથી રહેતો. પોતાની પ્રકૃતિને જોવી, પોતાની પ્રકૃતિમાં રહેલું, પ્રાકૃતિક ભોજન કરવું, પ્રકૃતિની સ્થિતિમાં રહેવું ખૂબ મુશ્કેલ છે.

પોતાના દુષ્ટતની નિંદા અને સુકૃતની પ્રશંસા

જ્યાંયાર્યે આરાધનામાં બે વાતો બતાવી. પોતાના દુષ્ટતની નિંદા અને પોતાના સુકૃતનું અનુમોદન. આ પ્રકૃતિ પ્રવાસ છે, પ્રકૃતિમાં રહેવાના ઉપાય છે. ન કોઈનું સમર્થન, ન કોઈનું ખંડન. ખીજનું સમર્થન નહિ, ખીજનું ખંડન નહિ. પોતાનું સમર્થન પણ નહિ, પોતાનું ખંડન પણ નહિ. પોતાનું પણ ખંડન, ખીજનું પણ ખંડન. પોતાનું પણ સમર્થન, ખીજનું પણ સમર્થન. તે માત્ર દુષ્ટતનું ખંડન કરે છે, પછી ભલે તે પોતાનું હોય કે પરાયું હોય. તે માત્ર સુકૃતનું સમર્થન કરે છે, પછી ભલે તે પોતાનું હોય કે પરાયું હોય. સમર્થન અને અનુમોદનમાં કોઈ મુશ્કેલી નથી. કેમ કે આ બધું પ્રકૃતિના સ્તર પર હોય છે તે વિભતીય તત્ત્વને બહાર કાઢવા અને નવેસરથી તેનો પ્રવેશ રોકવાનો ઉપાય છે.

ઊખળ અને મૂસળનો ઉપયોગ

જ્યાંયાર્યની આરાધનાના માધ્યમથી સાધક કહે છે : 'મેં મંત્રાનો પ્રયોગ કર્યો છે, ઊખળ અને મૂસળનો પ્રયોગ કર્યો છે. હું આ કાર્યની નિંદા કરું છું.' આ વાત કંઈક વિચિત્ર જોવી લાગે છે. આજના યાંત્રિક યુગમાં આ કૃતિ (આરાધના)ને વાંચનારના મનમાં શી પ્રતિક્રિયા થશે. તે શું—કેવી રીતે સમજશે? આજે આ સંસારમાં એક તરફ જ્યાં મનુષ્ય મહાન યંત્રોની શોધ કરી રહ્યો છે, યંત્રોનો પ્રયોગ કરી રહ્યો છે. લીધણતમ અસ્ત્રશસ્ત્ર બનાવવામાં આવી રહ્યાં છે, તે યુગમાં જો આ વાત નજરમાં આવે કે ઊખળ અને મૂસળના પ્રયોગની નિંદા કરું છું, કોલુ અને ચક્ષીના પ્રયોગની નિંદા કરું છું. તો હાસ્યાસ્પદ લાગશે.

જ્યાંયાર્ય પણ તે પ્રાકૃતિક ચિકિત્સકોની કોટિમાં ચાલ્યા જાય છે, જે પ્રકૃતિમાં રહેવાની કલા શીખે છે. પ્રકૃતિ જે કાંઈ આપે તે જ ખાઓ. ફળ આપે તો ફળ ખાઓ, પાંદડાં આપે તો પાંદડાં ખાઓ. તેમાં સંતુષ્ટ રહો. તે તે જમાનામાં આપણને લઈ જવા ઇચ્છે છે જે

આદિવાસીઓનો જમાનો હતો. શું આજનો વિકસિત મનુષ્ય તે અવસ્થામાં પાછો ફરશે? શું તે પાછો આદિવાસી બનશે? શું તે ફરી જંગલી બનશે? શું તે ફળ-ફૂલો પર પોતાનું જીવન ચલાવશે? શું બધાં યંત્રોને છોડીને તે ઊખળ અને મૂસળના પ્રયોગ પર આવી જશે? શું તે બધાં યંત્રોને બંધ કરી દેશે? જ્યાં ઊખલની જરૂર નથી ત્યાં મૂસળની પણ જરૂર નથી. ઊખલ અને મૂસળની જરૂર ત્યારે પડે છે જ્યારે માનવી રાંધીને ખાય છે, રાંધે છે, પ્રાકૃતિક ચિકિત્સક કહે છે : રાંધવાની કાંઈ જરૂર નથી. અનાજ ખાવું હોય તો કાચું જ ખાવો, રાંધો નહિ. દૂધ પીવું હોય તો એમ જ પીવો, ઉકાળો નહિ, અગ્નિનો ઉપયોગ નહિ કરો.

જો એક પ્રાકૃતિક ચિકિત્સક કહે કે ઊખલનો પ્રયોગ, મૂસળનો પ્રયોગ, ચક્કી વગેરેનો પ્રયોગ વ્યર્થ છે તો આ વ્યર્થતાની ભાષા સમજમાં આવી શકે છે. અને તે ભાષાના સંદર્ભમાં જ્યાંચાર્યની ભાષા પણ સમજમાં આવી શકે છે કે મેં કોઈપણ જન્મમાં જો ઊખલ, મૂસળ અને ચક્કીનો ઉપયોગ કયો હોય તો તેની નિંદા કરું છું. પરંતુ આજની સભ્યતામાં રહેનાર મનુષ્ય આ ભાષાને સહન પણ નથી કરી શકતો. તે એને અવિકસિત સમાજનું ચિત્રણ માનશે. ખૂબ જટિલ સમસ્યા છે. તર્કના આધારે આ વાત સમજમાં નથી આવી શકતી, આ તર્કનો વિષય પણ નથી. પરંતુ અહિંસા અને પ્રકૃતિને આધારે જ્યારે વિચાર કરીએ છીએ ત્યારે સ્પષ્ટ પ્રતીત થાય છે કે સચ્ચાઈ આજ છે, કરી શકે કે ન કરી શકે, આ મનુષ્યની લાચારી છે.

ડોક્ટરોનો દષ્ટિકોણ બદલાઈ ગયો

સચ્ચાઈનો અસ્વીકાર નહિ કરી શકાય. સચ્ચાઈ એ છે, શ્લેષ્માહીન આહાર કરનાર જેટલો સ્વસ્થ રહી શકે છે તેટલો સ્વસ્થ શ્લેષ્માયુક્ત આહાર કરનાર નથી રહી શકતો. પ્રોટીન ન ખાનાર જેટલો સ્વસ્થ રહી શકે છે, તેટલો સ્વસ્થ પ્રોટીન ખાનાર નથી રહી શકતો. આજના ડોક્ટરોનો એ સિદ્ધાંત જ બની ગયો છે કે જો પ્રોટીન ન મળે તો મનુષ્યનો વિકાસ નથી થઈ શકતો. તેઓ પ્રોટીનહીન આહારની વાત જ વિચારી નથી શકતા. તેઓ એ અવશ્ય બાબ છે કે પ્રોટીન કેટલી ખીમારીઓનું જનક હોય છે. એક યુગ હતો જ્યારે પ્રોટીનના સેવન પર વધારે ભાર મૂકવામાં આવતો. આજે એટલો ભાર મૂકવામાં નથી આવતો. ડોક્ટરોનો દષ્ટિકોણ પણ બદલાઈ ગયો છે.

બે એકસ્ટ્રીમ પોઈન્ટ

આ સત્યનો સ્વીકાર કરવો જ પડશે કે આજનો મનુષ્ય લયલીત છે અણુશસ્ત્રોથી, લયલીત છે ઝેરી ગેસથી, લયલીત છે પ્રક્ષેપાસ્ત્રોથી. તેના મનમાં આશંકા છે કે ક્યારે પાંચ-સાત વ્યક્તિઓના મસ્તિષ્કમાં ગાંડ-પણુ છવાઈ જાય અને ક્યારે લાખો કરોડો વ્યક્તિઓને મૃત્યુના મુખમાં ધકેલી દે. ખબર નથી પૃથ્વીનો પ્રલય ઈશ્વર ક્યારે કરશે, પરંતુ આજે આપણી આ દુનિયામાં પાંચ-સાત ઈશ્વર એવા ખેડા છે, જે જ્યારે ઇચ્છે ત્યારે સૃષ્ટિનો પ્રલય કરી શકે છે. હજી થોડાં વર્ષો પૂર્વે એક કોમ્પ્યુટરે ખોટી સૂચના આપતો સંકેત આપ્યો કે શત્રુના વાયુયાન પ્રક્ષેપાસ્ત્રોથી સજ્જ થઈને અમેરિકા તરફ આગળ વધી રહ્યા છે. તરત જ અમેરિકા વાયુયાન અણુશસ્ત્રોથી સજ્જ થઈને આકાશમાં ધૂમવા લાગ્યા તે પ્રક્ષેપાસ્ત્રોથી શત્રુના નગર પર આક્રમણ કરવાની તૈયારીમાં જ હતા કે કોમ્પ્યુટરે ફરીથી સૂચના આપી કે પૂર્વે સૂચના ખોટી છે, કોઈ જોખમ નથી. સંસારના પ્રલયની ક્ષણ ટળી ગઈ. જે આ સૂચના થોડી ક્ષણો સુધી મળતે નહિ તો ન જાણે શું થાત.

આ બે એકસ્ટ્રીમ પોઈન્ટ, અન્તિમ છેડા છે. એક છે યંત્રોના પ્રખલ નાસ્તિત્વનો અને એક છે યંત્રોના પ્રખળ અસ્તિત્વનો.

લયનું મૂળ : યંત્રોનો પ્રયોગ

જ્યાયાર્થ જેવી અધ્યાત્મનિષ્ઠ વ્યક્તિ બતાવે છે કે પોતાની આરાધના માટે પોતાના દ્વારા કરવામાં આવેલ યાંત્રિક પ્રયોગોની નિંદા કરે. હું નથી કહી શકતો, અણુબોમ્બની શોધ કરનાર અને પ્રયોગ કરનાર શું અણુબોમ્બના પ્રયોગની નિંદા કરશે? શું કદી તે નિંદાના સ્વરમાં કહેશે : મેં અણુશસ્ત્રોનું નિર્માણ કે પ્રયોગ કર્યો હોય તો હું તેની નિંદા કરું છું. મિચ્છામિ દુક્કડં? શું કદી તે આ ભાષામાં વિચારશે કે મેં હાઈડ્રોજન કે નાઈટ્રોજન બોમ્બનું નિર્માણ કે પ્રયોગ કર્યો હોય તો મિચ્છામિ દુક્કડં. આ નિંદા કરવાની વાત ક્યાં સુધી બેસશે. સમજાવું નથી.

મનુષ્યના લયનું મૂળ ખીજ છે—યંત્રોનો પ્રયોગ. આતંકનું મૂળ કારણ છે—યંત્રોનો પ્રયોગ. યંત્ર પછી ભલે ઊખળ હોય, મૂસળ હોય, કોણુ હોય કે અણુબોમ્બ હોય. યંત્ર ગમે તે હોય. કાણું કાણું જ છે. રસ્તો રસ્તો જ છે. એક વખત નાની કેડી બની જાય તો મોટો રસ્તો

પણ બની શકે છે. એક નાનું સરખું બાકારું બની જાય તો સમગ્ર બંધને તોડનાર રસ્તો પણ બની શકે છે. પ્રશ્ન નાના મોટાનો નથી, પ્રશ્ન છે ખીજનો. એક વખત પ્રલયનું ખીજ વાવી દીધું તો પછી તેને અંકુરિત કે પલ્લવિત થતા કોઈ રોકી શકતું નથી. આજે કોઈપણ વ્યક્તિ અણુશસ્ત્રોના નિર્માણને રોકવામાં અસમર્થ છે. અણુશસ્ત્રોનું નિર્માણ રોકવા માટે કેટલી બધી સંધિઓ થાય છે, કેટલા ઉપક્રમે થાય છે, પણ બધા વ્યર્થ બની જાય છે. સૌથી વધુ આશ્ચર્યની વાત તો એ છે કે જે રાષ્ટ્ર પાસે પ્રચુર માત્રામાં અણુશસ્ત્રોના ભંડાર છે તે ઇચ્છે છે કે ખીજું કોઈપણ રાષ્ટ્ર અણુશસ્ત્રનું નિર્માણ ન કરે. તે બધી મોનોપોલી પોતાના હાથમાં રાખવા ઇચ્છે છે. આવી સ્થિતિમાં એકાધિકારની સ્થિતિમાં આ કેવી રીતે સંભવ થઈ શકે છે? એક વખત જે નિર્માણ થતું ચાલ્યું આવે છે, તેના પર નિયંત્રણ કરવું એ કોઈના હાથની વાત નથી રહેતી.

મૂળ વાત પર આપણે ધ્યાન આપીએ. જે પ્રવૃત્તિને શરૂઆતથી જ રોકવામાં નહિ આવે, પ્રારંભની ઉપેક્ષા કરવામાં આવે તો તેના વિકાસને કદી રોકી નહિ શકાશે.

આરાધનામાં પોતાના દુષ્ટતની નિંદા છે, ઘણા લોકો ખીજની નિંદા કરે છે, સમીક્ષા અને આલોચના કરે છે.

નિંદકોની કક્ષાએ નથી જઈ શકતો

ટાગોર વિશિષ્ટ કવિ હતા. તેઓ વિચારક જ નહિ, શાંત સાધક પણ હતા, તેઓ અભય હતા. તેઓ મૃત્યુના ભયથી અતીત થઈ ચૂક્યા હતા. ખૂબ શાંત રહેતા હતા. પણ ગમે તેમ કહો નિંદકોને રોકી નથી શકાતા. ટાગોરની આલોચના અને નિંદા થવા લાગી. શરચ્ચંદ્રે કહ્યું : અમારાથી આલોચના સહન નથી થતી. આપ તેનો પ્રતિકાર કરો. ટાગોરે શાંત ભાવે કહ્યું : તમે જાણો છો. હું નિંદકો અને ટીકાકારોની કક્ષાએ નથી જઈ શકતો. મારું પોતાનું એક સ્તર છે. તેને છોડીને, હું આલોચકોના સ્તર પર જઈ ત્યારે જ તેનો પ્રતિકાર થઈ શકે છે, નહિ તો નહિ. હું એવું કદી નથી કરી શકતો.

વ્યક્તિ ગમે તેટલી શાંત હોય, ઋજુ હોય, સહજ હોય પરંતુ આલોચનામાં રસ લેનાર તેની પણ આલોચના કરી દે છે, નિંદા કરી બેસે છે.

આરાધના સ્વપ્રકૃતિનું વિશ્લેષણ છે

આ દુનિયામાં નિંદા પણ ચાલે છે, પ્રશંસા પણ ચાલે છે. ખંડન પણ ચાલે છે, સમર્થન પણ ચાલે છે. બંને ચાલે છે. પરંતુ આરાધનાની વાત પ્રાપ્ત થતી નથી. જ્યાં ખીબની નિંદા અને ખીબનું સમર્થન કે ખીબની નિંદા અને સ્વયંનું સમર્થન—આ ત્રણ વાત ચાલે છે ત્યાં આરાધનાની વાત નથી ચાલતી. આરાધનાની વાત ત્યારે હોય છે, જ્યારે પોતાની નિંદા ચાલે છે, પોતાની પ્રકૃતિનું વિશ્લેષણ ચાલે છે. તર્કથી બચવાનો સૌથી સારો ઉપાય છે—પોતાનું વિશ્લેષણ, પોતાની પ્રકૃતિની સમીક્ષા. આ મુશ્કેલ હોય છે. માનવી પોતાની પ્રકૃતિને બાણવાનો પ્રયત્ન જ નથી કરતો. માનવી નથી બાણ્યતા કે તેની મૂળ પ્રકૃતિ શી છે. અનેક લોકો વિબળતીયને પણ મૂળ પ્રકૃતિ માની લે છે. છે વિબળતીય, પરંતુ માનવી માની લે છે પોતાની પ્રકૃતિ. જે પોતાનું નથી, માનવી તેને પોતાનું માનતો ચાલ્યો આવે છે.

સ્વાભાવિક—અસ્વાભાવિક

માનવીની એ ધારણા બની ગઈ છે કે કૂરતા વગર કોઈના પર નિયંત્રણ નથી કરી શકાતું. તેથી શેક નોકર પર, મેનેજર કર્મચારી પર, ગુરુ શિષ્ય પર રોબ જમાવે છે. એનો આધાર એ જ કૂરતાનો ભાવ છે. માણસે તેને પ્રકૃતિ માની લીધી. તે માને છે કે એવું કરવું સ્વાભાવિક છે. એવું કર્યા વિના કામ નથી ચાલતું.

એક માણસ ખૂબ લોભી છે. તે વ્યાપાર કરે છે અને વ્યાપારમાં ખીબનો હિસ્સો પણ રાખે છે. તે લાભને છુપાવે છે. શા માટે છુપાવે છે? એનું પણ કારણ છે. તેની ધારણા બનેલી છે કે એવું કરવું સ્વાભાવિક છે. એવું કર્યા વગર વ્યાપાર નથી ચાલી શકતો.

સોની એ વાત માટે પ્રસિદ્ધ છે કે ઘરેણાં બનાવતી વખતે વરચે થોડું ખાઈ જ બચ છે. તે લલે પછી પોતાની મા-દીકરીનાં ઘરેણાં કેમ ન બનાવતો હોય. પણ એવું માની લેવામાં આવ્યું છે કે સોની માટે એવું કરવું આવશ્યક છે, સ્વાભાવિક છે.

આપણે કોણ બાણ્ય કેટલી વાતોને સ્વભાવગત માની લીધી છે, પ્રકૃતિગત માની લીધી છે. તેનું અતિક્રમણ વાંધાની વાત માનવામાં આવે છે. કોઈ માણસ પાસે કામ કરાવવાનું છે. કામના બદલામાં તેને ભેટ

આપવી સ્વાભાવિક માનવામાં આવે છે. આ ભેટ અને લાંચ વચ્ચે શો ભેદ થયો, માત્ર નામનું જ અંતર છે. જૂના જમાનામાં ભેટ ચાલતી હતી, આજે લાંચ ચાલે છે. એટલો ફેર જરૂર પડ્યો છે કે આજે માંગીને લેવામાં આવે છે, પહેલાં માંગવામાં નહોતી આવતી. પહેલાં કોઈ માનવી રાજા પાસે જતો તો રાજાને અવશ્ય ભેટ ચઢાવતો. તેનું કામ તરત જ પતી જતું. એટલા માટે કહેવામાં આવતું હતું—‘રિક્તપાણિર્ન પર્યેત્ રાજાનં, દેવતં, ગુરુમ્’ રાજા, દેવતા, ગુરુને ખાલી હાથે જોવા નહિ જોઈએ. પ્રયોજન એ જ હતું કે ખાલી હાથે જઈશ તો કામ બનશે નહિ. તેઓ પણ ભેટ ચઢાવા અપેક્ષા રાખે છે. એવી સ્થિતિમાં સામાન્ય માણસની તો વાત જ શી?

મનુષ્યે આ નિયમને પ્રાકૃતિક માની લીધો છે કે કંઈક આપવાથી કંઈક મળે છે. તે વિનિમયનો સિદ્ધાંત છે. એને પ્રાકૃતિક નિયમ કેવી રીતે માની શકાય. કંઈક કેટલીયે અપ્રાકૃતિક વાતોને મનુષ્ય પ્રાકૃતિક માની લે છે. એ જ કારણ છે કે મનુષ્ય પ્રાકૃતિકના સ્તર પર સચ્ચાઈ જોવામાં, સમજવામાં સમર્થ નથી હોતો.

પ્રકૃતિ : વિકૃતિ

જ્યાંયાર્યે પ્રકૃતિનું જે વિશ્લેષણ કર્યું છે તેનું જે સમર્થન કર્યું છે અને વિકૃતિની જે નિંદા કરી છે, તે ભાષાને આપણે ન પણ સમજી શકીએ. પરંતુ તે ભાષા પાછળ જે સચ્ચાઈ છુપાઈ છે તેનો આપણે અસ્વીકાર નહિ કરી શકીએ. તેમાં ઘણી મોટી સચ્ચાઈ છુપાઈ છે. સત્ય એ છે કે આપણી બુદ્ધિમાં હજી પણ તે ભેદવાળી બુદ્ધિ સમાયેલી છે. અભેદની બુદ્ધિ નથી બગી.

રાંકા-બાંકા

રાંકાની પત્નીનું નામ હતું બાંકા. બંને કચાંક જઈ રહ્યા હતા. રાંકા થોડો આગળ ચાલી રહ્યો હતો. તેણે જોયું, રસ્તામાં એક સોના-મહોર પડી હતી. તેણે વિચાર્યું—પત્ની પાછળ આવી રહી છે. સોનામહોર જોઈને તેના મનમાં લાલચ બગી ન બન્ય. તે એને ઉઠાવી ન લે. તેણે તે મહોર પર માટી નાંખી દીધી. પત્ની નજીક આવી. તેણે જોઈ લીધું. આવતા જ બોલી : પતિદેવ ! આ આપે શું કર્યું ? મહોર પર ધૂળ કેમ નાંખી દીધી ? રાંકાએ કહ્યું : ધૂળ એટલા માટે નાંખી કે તું એને

જિઠાવવા માટે ઉત્સુક ન થઈ જાય. આ પારકું ધન છે. આપણો એના પર કોઈ અધિકાર નથી. યાંકા બોલી : પતિદેવ ! આપને સચ્ચાઈનું દર્શન નથી થયું. આપના મનમાં મહોર અને ધૂળમાં તક્ષાવત છે. મારા મનમાં કોઈ એવો ભેદ નથી. જેવી મહોર છે તેવી જ ધૂળ છે અને જેવી ધૂળ છે તેવી જ મહોર છે.

તર્ક ક્યારે ક્યાં ?

આપણા મનમાં બહુ ભેદ છે. બહુ તર્ક છે. પ્રત્યેક ભેદનો અર્થ છે પ્રત્યેક તર્ક. અભેદમાં કોઈ તર્ક નથી હોતો. સમષ્ટિમાં કોઈ તર્ક નથી હોતો. તર્કનો અર્થ થાય છે ભેદ અને ભેદનો અર્થ થાય છે તર્ક. ભેદ જ તર્કને જન્મ આપે છે. જે બધી ચીજો સરખી હોય તો કોઈ તર્ક પેદા નહિ થશે. આપણા બધા વ્યવહાર સમાન હોય તો કોઈ તર્ક પેદા નહિ થશે.

તર્ક ક્યારે પેદા થાય છે? એક દિવસે એક પ્રકારનું આચરણ કર્યું. અને બીજા દિવસે બીજા પ્રકારનું આચરણ કર્યું તો તર્ક પેદા થશે. આવો પ્રશ્ન ઊભો થશે—કાલે આવું કર્યું હતું, આજે આવું કેમ? જેટલા ભેદ એટલો તર્ક. ભેદ તર્કનો જનક છે. અભેદમાં કોઈ તર્ક નથી હોતો. આપણે એ સ્પષ્ટ જાણી લેવું જોઈએ કે આપણી પ્રકૃતિમાં કોઈ ભેદ નથી. ત્યાં માત્ર ચેતના છે. કેવળ ચેતના. તેથી આપણે વારંવાર પ્રેક્ષાનો પ્રયોગ કરીએ છીએ. જેથી પોતાની પ્રકૃતિને જાણી શકીએ, સમજી શકીએ. પોતાની ચેતના સાથે સંપર્ક સ્થાપિત કરી શકીએ, જે આપણી મૂળ પ્રકૃતિ છે ચેતના તેને ઝોળખી શકે. આપણે જે વિકૃતિને પ્રકૃતિ માની લીધી છે એ ધારણા સમાપ્ત થઈ જાય અને સચ્ચાઈ આપણને પ્રાપ્ત થાય. આપણી પહોંચ મૂળ સુધી પહોંચી જાય.

જ્યારે આ અભેદની ચેતના જાગે છે ત્યારે તર્ક સમાપ્ત થઈ જાય છે.

ચેતનાને વિકૃત બનાવતાં તત્ત્વો

હિંસા, અસત્ય, ચોરી, અબ્રહ્મચર્ય અને પરિશ્રદ્ધ, પાંચ આશ્રવ, ક્રોધ, માન, માયા લોભ—આ ચાર કષાય અને એ પરિવારના અન્ય સભ્ય આ બધાં જ વિકૃતિ પેદા કરે છે. આ ચેતનાને વિકૃત બનાવનાર પરિવાર છે. પણ આપણે તેને સ્વાભાવિક માન્યો છે, પ્રકૃતિ માની લીધી છે.

આજના માનસશાસ્ત્રીઓ કહે છે કે કામ મનુષ્યની પ્રકૃતિ છે. એ કોઈ પુરાઈ નથી. આજે લોકોની એ ધારણા જ બની ગઈ છે કે બ્રહ્મચર્ય વ્યર્થ છે. જે કામનું સેવન નથી કરતો તે અર્ધવિક્ષિપ્ત થઈ જાય છે, પાગલ થઈ જાય છે. જે આ સ્વાભાવિક પ્રકૃતિનું અતિક્રમણ કરે છે તે પોતાનો વિકાસ નથી કરી શકતો.

તર્કનો આધાર છે ભેદ

એક વખત એક વિચારક વ્યક્તિએ કહ્યું : ‘સાધુ ઔદ્ધિક વિકાસ નથી કરી શકતો.’ મેં પૂછ્યું : કેમ? આપે આ ધારણા કેમ બનાવી દીધી? તેણે કહ્યું : કામ મનુષ્યની સ્વાભાવિક પ્રકૃતિ છે. જે કામનું સેવન નથી કરતો તેનામાં અનેક કુંડાઓ જન્મ લે છે. તે કદી ઔદ્ધિક વિકાસ નથી કરી શકતો. જુઓ, કાલિદાસ આટલો મોટો કવિ થયો. અમુક આટલો વિશિષ્ટ વિચારક અને લેખક થયો. તેઓ આટલા વિશિષ્ટ એટલા માટે થયા કે તેઓ ગૃહસ્થ હતા. સંન્યાસી નહિ, જે તેઓ સંન્યાસી હોત તો તેમનો આટલો વિકાસ કદી નહિ થઈ શકત.

તર્ક આખરે તર્ક હોય છે. તે ભેદ પર ચાલે છે. આજે મનોવિજ્ઞાને પણ આ ધારણાને ખૂબ પુષ્ટ કરી છે. તે કહે છે કે જે માણસ ક્રોધ નથી કરતો. સંવેગોનો પ્રયોગ નથી કરતો, તે સારી વ્યક્તિ, સારો પ્રશાસક, સારો નિયંત્રક નથી થઈ શકતો. જે પોતાના અહંનો પ્રયોગ નથી કરતો તે સારો યોદ્ધા અને સારો રાષ્ટ્રભક્ત નથી થઈ શકતો. આ સંવેગો જીવન વિકાસનાં મહત્ત્વપૂર્ણ સૂત્રો છે. પ્રકૃતિને સંચાલિત કરવા માટે, સૃષ્ટિને ચલાવવા માટે સંવેગ જરૂરી છે. કામનો પ્રયોગ નહિ કરનાર કોઈપણ ક્ષેત્રમાં વિકાસ નથી કરી શકતો. કલાનો વિકાસ, સાહિત્ય અને શિલ્પનો વિકાસ—આ બધા કામપ્રેરિત વિકાસ છે. એના વગર વિકાસ સંભવ જ નથી.

વિકૃતિ પણ પ્રકૃતિ

આ રીતે અધ્યાત્મે જેમને વિકૃતિ કહી હતી, આજે તેને પ્રકૃતિ માની લેવામાં આવી છે. એમાં મતભેદ નથી. તેને પ્રકૃતિ માની શકાય છે. આપણા જીવન સ્તર પર આ બધાને પ્રકૃતિ માની શકાય છે. કેમ કે આ પણ સ્વભાવો છે. એ શરીરના સ્વભાવો છે. એમાં કોઈ સંદેહ નથી. ક્રોધ, અહંકાર, લાલચ, કામ, ઘૃણા, ઈર્ષ્યા આ બધાની ત્રિધિઓ

આપણા શરીરમાં છે. તે શુ શરીરની પ્રકૃતિ નથી? નિશ્ચિત રીતે જ શરીરની પ્રકૃતિ છે. જે આ ગ્રંથિઓ ન હોય, આ ગ્રંથિઓનો સ્વાદ ન હોય, ઘૂણા પેદા કરનાર ગ્રંથિઓ ન હોય તે માણસ ઘૂણા નથી કરી શકેતો. જેની કામવાસના પેદા કરનાર ગ્રંથિ ન હોય, સ્વાદ ન હોય તે માણસ કામી નથી થઈ શકેતો. આપણા શરીરમાં આ બધી પ્રકૃતિઓની ગ્રંથિઓ છે. અને એ આપણા શરીરની બધી પ્રકૃતિઓ છે. આપણા મનની બધી પ્રકૃતિઓ છે.

અધ્યાત્મ જે ભાષામાં તેને વિકૃત માને છે અને આજનું મનો-વિજ્ઞાન જે ભાષામાં તેને પ્રકૃતિ બતાવી રહ્યું છે તેમની ભાષા અને તેમના આધારને આપણે સમજવો જોઈએ. બંનેનો આધાર ભિન્ન છે. મનોવિજ્ઞાન ચેતનાથી આગળ આત્મા જેવા કોઈ સ્થાયી તત્ત્વનો સ્વીકાર કરતું નથી. તેમાં કર્મ સિદ્ધાંતની સ્વીકૃતિ નથી. મનોવિજ્ઞાન માત્ર શરીર કે મનના સ્તર પર, સબ-કોન્શીયસ અને અનકોન્શીયસ ચેતનાના સ્તર પર, અવચેતન મનના સ્તર પર પોતાની બધી ધારણાઓ પ્રસ્તુત કરી રહ્યું છે. આપણે કેવી રીતે કહીએ કે તેમની માન્યતાઓ મિથ્યા છે.

ભિન્ન ભિન્ન આધાર

અધ્યાત્મનો આધાર ભિન્ન છે. તે શરીર, મન, અન્તર્મન આ બધાથી દૂર થઈને પરાર્થ ચેતના, વાસ્તવિક ચેતના અને સ્થાયી તત્ત્વ આત્માના સ્તર પર પોતાના સિદ્ધાંતોનું પ્રતિપાદન કરે છે.

બંનેની આધાર ભિત્તિઓ ખૂબ ભિન્ન છે. બંનેના સિદ્ધાંતોને અનેક પરિપ્રેક્ષામાં ખોટા નહિ કહી શકાય. પરંતુ એકબીજાના સંદર્ભમાં જ્યારે આપણે વિચાર કરીએ છીએ ત્યારે એ વિચાર્યું આવશ્યક થઈ જાય છે કે કેવળ મનોવિજ્ઞાનના આધાર પર જ આપણે જે પ્રકૃતિને માનીને ચાલીશું તે અધ્યાત્મ દ્વારા સંમત પ્રકૃતિનો સંસ્પર્શ પણ નહિ થઈ શકશે. અધ્યાત્મે જે ગૂઢ અને રહસ્યમય તત્ત્વ આત્માનું પ્રતિપાદન કર્યું છે; તેને અનાવૃત્ત કર્યું છે, તે ભૂમિકા પર પહોંચીને જે આપણે વિચાર કરીએ છીએ તે એ સમજવામાં કોઈ મુશ્કેલી નથી આવતી કે સંવેગ પણ આપણી પ્રકૃતિ નથી અને આવેગ પણ આપણી પ્રકૃતિ નથી. આ જેટલા પેશન્સ અને હમોશન્સ તે સર્વ વિકૃતિઓ છે. યંત્રોનું નિર્માણ કે પ્રયોગ પણ આપણી પ્રકૃતિ નથી. વિકૃતિ છે, તે બધી

વિભતીય વાતો છે. આ સ્થિતિમાં એ બધાના પ્રયોગની નિંદા આપણી સમજમાં આવી જશે અને પછી જ્યાંયાર્થની આરાધનાનો સંદર્ભ અટપટો નહિ લાગશે. એવું નહિ લાગશે કે જ્યાંયાર્થે આટલી નાની નાની વાતોનો ઉલ્લેખ કરીને આજના વિકાસશીલ યુગના યાંત્રિક ઉપ-કરણો પ્રત્યે અવહેલના પ્રદર્શિત કરી છે. આ વાત સમાપ્ત થઈ જશે.

પ્રેક્ષા ઉભયમુખી દષ્ટિ છે

હું ઇચ્છું છું કે આપણી દષ્ટિ ઉભયમુખી બને. આપણો દષ્ટિ દીપક ઊંઘરા પર સ્થિર રહે, જેના વડે બહાર પણ જોઈ શકાય અને અંદર પણ જોઈ શકાય.

તર્કશાસ્ત્રના બે ન્યાય ખૂબ પ્રસિદ્ધ છે. ‘ઘંટાલોલાન્યાય અને દેહલીદીપક ન્યાય.’ એનું —તાત્પર્ય છે—બ્યારે ઘંટ વાગે છે ત્યારે તેની વચ્ચેનાં લટકણિયાનો સ્પર્શ ઘંટની બંને તરફ થાય છે. અહીંથી પણ અવાજ આવે છે, ત્યાંથી પણ અવાજ આવે છે. ઊંઘરા પર મૂકેલા દીપકનો અંદર પણ પ્રકાશ આવે છે અને બહાર પણ પ્રકાશ ફેલાય છે.

પ્રેક્ષાધ્યાન દ્વારા એવી અન્તરદષ્ટિ ઉપલબ્ધ થાય જેના વડે આપણે આંતરિક ચેતનાને પણ જોઈ શકીએ અને બાહ્યી શકીએ અને વ્યવહારમાં સિપ્ત ચેતનાને પણ જોઈ શકીએ, બાહ્યી શકીએ. જેના વડે આપણે વ્યવહારની પ્રકૃતિને પણ બાહ્યી શકીએ અને આત્માની પોતાની મૂળ પ્રકૃતિ પણ બાહ્યી શકીએ. જો આ બોધ સ્પષ્ટ થાય છે તો આરાધનાનું આ સત્ય સ્વતઃ અનાવૃત્ત થઈ જાય છે કે માનવી પોતાના નાનામાં નાના દુષ્ટતની નિંદા કરે અને પોતાના નાનામાં નાનાં સુકૃતનું અનુમોદન કરે. એકલી નિંદા પણ નહિ અને માત્ર અનુમોદન પણ નહિ. એકલી નિંદા કરવાથી ઊનભાવના જન્મત થાય છે અને એકલી અનુમોદનાથી અહંભાવના જન્મત થાય છે. નિંદા અને પ્રશંસાનું સંતુલન હોય છે—તો નથી અહંકાર ઉભરાતો અને ન તો ઊનભાવના જન્મે છે. સાધક આ ચેતનામાં પ્રવેશ કરે અને આગ્રહમુક્તિનો પાઠ ભણે. આપણી એવી ચેતના જન્મે, એક એવો નવો ઉન્મેષ ઉભરાય જેનાથી આપણે પોતાનું દુષ્ટત નાનું હોય કે મોટું એની નિંદા કરી શકીએ અને સુકૃત નાનું હોય કે મોટું—એનું—અનુમોદન કરી શકીએ. આ દષ્ટિ બ્યારે જન્મે છે ત્યારે ક્ષીર નીર વિવેક પણ જન્મે છે. દૂધનું દૂધ અને પાણીનું પાણી. દૂધ અને પાણીના પૃથક્કરણનો સ્પષ્ટ અનુભવ થઈ જાય છે.

આરાધનાની ચેતનાની સ્મૃતિ

દુષ્કૃતની નિંદા અને સુકૃતની અનુમોદનાની પાછળ રહેલી આરાધનાની ચેતનાને આપણે ભૂલી ન જઈએ—આપણે યદો પ્રયત્ન આરાધના માટે થાય છે. એ આરાધના છે મૃત્યુની આરાધના, એ આરાધના છે જીવનની આરાધના. તે છે સમગ્ર જીવનનો હિસાબ. આરાધનાની જ્યોતિ, આરાધનાની ચેતના વ્યક્તિ વ્યક્તિના મનમાં જાગે અને જયાચાર્યે પોતાની આરાધનાની કૃતિના માધ્યમથી જે સૂત્રો આપણી સમક્ષ પ્રસ્તુત કર્યા છે, તેમના હાર્દ સુધી આપણે પહોંચીએ અને તેમને જીવનગત બનાવીને પોતાની જાતને ધન્ય બનાવીએ.



प्रवचन : ७

भैत्री—शक्तिनुं वरदान

સંકેતિકા

- ૧ ગણ મેં સંત સતી ગુણવંતા, સગલાં ભણી સ્વમાય ।
નિજ આતમ પ્રતિ નરમ કરી ને, મદ્દષ્ટ ભાવ મિટાય ॥
- ૨ કિણહિક સંત સતી સૂં આયા, કલુષ ભાવ જો તામ ।
કઠણ વચન તસુ કહ્યા હુવૈ તો, સ્વામૈ લે લે નામ ॥
- ૩ કઠિન સ્વીસ્વ દીધી હુવૈ કિણ નૈ, લૈર વૈર મન આણ ।
સ્વમત-સ્વામણા મહારા તેહ થી, વદૈ ધરમ હમ વાણ ॥
- ૪ સ્વારથ અણપૂગાં ગણપતિ ના બોલ્યા અવરણવાદ ।
તે પિણ બારમ્બાર સ્વમાવૈ, મેટી મન અસમાધ ॥

(આરાધના ૩/૨, ૩, ૯, ૧૧)



- શત્રુતાનો ભાવ ચિત્ત પર બમેલો કાટ છે.
- ક્ષુધતા અને અસહિષ્ણુતાને ચિત્તમાંથી કાઢી નાખવાથી ચિત્તને શત્રુતાનો કાટ નથી લાગતો.
- મૈત્રીની આરાધનાનો અર્થ છે—શક્તિની આરાધના.
- મૈત્રીની આરાધનાનું સૂત્ર છે—સાર્વભૌમ નિયમોનું જ્ઞાન હોવું.
- શત્રુ અને મિત્ર વચ્ચે ભેદરેખા કયાં છે ?
- મૈત્રીનો આધાર છે સહિષ્ણુતા
- શક્તિ-વ્યયનાં પાંચ કારણો—
 - ચિત્તવૃત્તિની કઠોરતા
 - માત્સર્ય
 - ચિત્તની ક્ષુધતા
 - વેરનું મોજું
 - સ્વાર્થ-ચેતના
 - શક્તિ-સંચયનાં ત્રણ કારણો
 - સંયમ
 - ઠંડી-ગરમી સહન કરવી.
 - સાર્વભૌમ નિયમોમાં આસ્થા.

મૈત્રી : શક્તિનું વરદાન

ઉત્તેજનાનું ઉષ્ણતામાન

સોહામણી મોસમ. એક ધનઘોર ઘટા હવાઈ. પાણી વરસ્યું. ધરતી પરની ગરમી શાંત થઈ ગઈ. બધો મેલ ધોવાઈ ગયો. બધા છોડ-ઝાડ ચમકી ઊઠ્યા. અપેક્ષા છે, આપણી ચેતનાના આકાશમાં કોઈ ઘટા ઊભટે, વરસે અને વેગ સાથે વરસે, ગરમી શાંત થઈ જાય.

ઉત્તેજનાની ગરમી ઓછી નથી. જેઠના ધોમધખતા તાપમાં જેટલી ગરમી હોય છે તેના કરતાં વધુ ગરમી ચેતનામાં રહેલી છે. તેનું ઉષ્ણતામાન ઘણું વધારે છે. ગરમીમાં માનવી દાઝી જાય છે, મુશ્કેલીઓનો અનુભવ કરે છે. ઉષ્ણતામાન ઓછી મુશ્કેલી પેદા કરતું નથી.

એક વૈજ્ઞાનિકે શોધ કરી કે પ્રાચીન કાળમાં મનુષ્યના શરીરનું ઉષ્ણતામાન ઓછું હતું. તેથી તે દીર્ઘાયુ બનતો હતો, ચિરંજીવ રહેતો હતો. આજે ઉષ્ણતામાન વધી ગયું. તે ૯૮ ડિગ્રી થઈ ગયું, તેથી ઉંમર ઘટી ગઈ. જો આ ઉષ્ણતામાન ઘટાડીને અડધું કરી શકાય, ૪૯ ડિગ્રી કરી શકાય તો માણસ હજાર વર્ષ જીવી શકે છે.

ઉષ્ણતામાન—ગરમી ખૂબ ખરાબ હોય છે. તે ચેતનાને દઝાડી દે છે. તે શરીરના કણ કણને દઝાડી દે છે. અને પ્રાણશક્તિને સૂકવી નાંખે છે. આ સ્થિતિમાં એવી કોઈ ઘટા ઊભટે, વરસે અને ઉષ્ણતામાનને શાંત કરી દે. ગરમી ઘટે અને બધો મેલ ધોવાઈ જાય. ચેતનાની ભૂમિ પર મેલ પણ ખૂબ જમલેલો છે. આ ચેતનાની સાથે ઉછરતા ઝાડ-છોડ પર પણ ખૂબ મેલ જમલેલો છે. ધૂળ જમલેલી છે. વરસાદથી બધી મલિનતા ધોવાઈ જાય. બધું જ ચમકી ઊઠે, બધામાં ચમક આવી જાય. એવી ઘણી મોટી અપેક્ષા છે.

પ્રેક્ષા : ધનઘોર ઘટા

પ્રેક્ષાધ્યાનની સમગ્ર પ્રક્રિયા એટલા માટે છે કે એવી કોઈ ઘટા ઊઠે. જ્યાં સુધી એવું નથી થતું ત્યાં સુધી મેલ જમા જ રહે છે, ગરમી વધતી જાય છે.

સાધનામાં ગરમીનો અર્થ

એક સાધકે કહ્યું : ગરમી ખૂબ છે. સાધકનો પ્રશ્ન હતો. જો કોઈ બીજો કહેત તો જવાબ મળી જતે કે પંખા ચલાવો, ફૂલરનો પ્રયોગ

કરી લેા અથવા એરકંડીશન મકાનમાં ચાલ્યા જાઓ, ખીજ પણ અનેક જવાબ હોઈ શકતે. પરંતુ પ્રશ્ન હતો સાધકનો, એટલા માટે જવાબ પણ સાધનાને અનુકૂળ હોવો જોઈએ. ગરમી ખૂબ છે—મનમાં ખૂબ ઉત્તેજના છે, મનનો ઉતાપ ખૂબ વધી ગયો છે. મનમાં વારંવાર શત્રુતાનો ભાવ જાગે છે. હું મૈત્રીનું મૂલ્ય જાણું છું. તેની મહત્તાથી હું પરિચિત છું. મૈત્રીનો વારંવાર પ્રયોગ પણ કરું છું. પણ તે સ્થાયી નથી હોતો. તે પ્રયોગ ટકતો નથી. પરિસ્થિતિ આવે છે અને પુનઃ શત્રુતાનો ભાવ જાગી જાય છે. મૈત્રીનું મંત્રખીજ મને ખબર છે, પણ તે મંત્રખીજ મારામાં અંકુરિત, પુષ્ટિપત અને ફલિત નથી થતું. મારે શું કરવું જોઈએ?

મેં પૂછ્યું : તમે દિલ્હીનો લોહ-સ્તંભ જોયો છે? તેણે કહ્યું : જરૂર જોયો છે. તે અશોક લાટના નામથી પ્રસિદ્ધ છે. તેને કોણ નથી જાણતું. દરેક વ્યક્તિ જાણે છે.

મેં પૂછ્યું : તેને નિર્મિત થયે હજારો વર્ષ વીતી ગયાં. તે ખુલ્લા આકાશમાં રહેલો છે. હજારો વર્ષથી સદી અને વરસાદના અપાટા સહન કરી રહ્યો છે. તોપણ તેના પર કોઈ કાટ ચઢ્યો નથી. શા માટે?

તેણે કહ્યું : શક્ય છે કે જે લોખંડનો સ્તંભ નિર્મિત થયો છે તે લોખંડમાંથી સલ્ફર અને ફોસ્ફરસ કાઢી નાખવામાં આવ્યા હોય જ્યારે લોખંડમાંથી આ બે ધાતુઓ કાઢી નાખવામાં આવે છે ત્યારે લોખંડ પર કાટ લાગતો નથી. ખૂબ જ આશ્ચર્યની વાત છે કે પ્રાચીન-કાળમાં પણ આટલી વિકસિત ટેકનીક હતી. આજે પણ તે સ્તંભ તેવો ને તેવો જ છે.

મેં કહ્યું : વાત સાચી છે. આપણા ચિત્તમાં પણ કાટ નથી લાગતો જે તેમાંથી અસહિષ્ણુતાનો ભાવ કાઢી નાખવામાં આવે, કલુષતાનો ભાવ દૂર કરવામાં આવે. એટલું થવાથી એ સંભવ નથી રહેતું કે ચિત્તમાં શત્રુતાનો કાટ જામે.

વાત સારી છે, પરંતુ પ્રશ્ન છે એ કે તેને કાઢવામાં કેવી રીતે આવે?

મૈત્રીની આરાધના : શક્તિની આરાધના

એનો જવાબ એ છે કે શક્તિ વગર એવું નથી થઈ શકતું. મૈત્રીની આરાધનાનો અર્થ છે—શક્તિની આરાધના. સહિષ્ણુતા એક

શક્તિ છે. શક્તિની જ્યાં સુધી ઉપાસના નથી થતી, મૈત્રીનો ભાવ સ્થાયી નથી થઈ શકતો. ખીજી વાત છે, શક્તિ વગર ક્ષુધતાનું નિરસન પણ નથી થઈ શકતું. નબળો માણસ દિવસમાં સો વાર મૈત્રીનો સંકલ્પ કરે છે અને શત્રુતાનો ભાવને મનમાંથી કાઢી નાખે છે. ફરી પરિસ્થિતિ આવે છે અને તેના ચિત્ત પર શત્રુતાનો ભાવ છવાઈ જાય છે. આ ચિત્તનું આકાશ કદી નિર્મળ થતું નથી. તેને નિર્મળ બનાવવા માટે સહિષ્ણુતાની શક્તિ જોઈએ, નિર્મળતાની શક્તિ જોઈએ.

સાર્વભૌમ નિયમનું જ્ઞાન

એનાથી પણ વધારે મહત્ત્વપૂર્ણ છે—સાર્વભૌમ નિયમોનું જ્ઞાન. આપણે નિયમોને જાણીએ છીએ. પણ સાર્વભૌમ નિયમોને નથી જાણતા. સાર્વભૌમ નિયમોને જાણનાર વ્યક્તિ શત્રુતા વગેરે ભાવોનું કદી આરોપણ નથી કરતી. પણ જ્યારે સાર્વભૌમ નિયમ અખર નથી હોતા ત્યારે પ્રત્યેક વાત વિપરીત થઈ જાય છે.

આજે પ્રગતંત્રનો યુગ છે. ચૂંટણી થાય છે. એક સ્થાનથી દસેક ઉમેદવાર જીભા હોય છે. કોઈ એકને ચૂંટી કાઢવામાં આવે છે. એક ચૂંટણી જીતી જાય છે અને બાકીના નવ ચૂંટણી હારી જાય છે. જે ચૂંટણી જીતી જાય છે તેના પ્રત્યે બાકીના ઉમેદવારોના મનમાં શત્રુતાનો ભાવ જાગી જાય છે. એવું કેમ થાય છે? ભારતમાં આ ભાવના વધારે ફાલીફૂલી રહી છે. અવિકસિત દેશોમાં આવું બને છે. વિકસિત દેશોમાં એમ નથી થતું. એનું કારણ ખૂબ સ્પષ્ટ છે. જે વ્યક્તિ ચૂંટણી જીતીને આવી છે, તેનો કોઈ દોષ નથી. જનતાએ એને ચૂંટી, તે આવી ગઈ. આ છે મનોની સિદ્ધિ. જેને બહુમતિ મળી તે વ્યક્તિ આવી ગઈ. જેને નહિ મળી તે ન આવી. જે આ નિયમને જાણી લે છે, સમજી લે છે. તે જીતનાર ઉમેદવાર પ્રત્યે શત્રુતાનો ભાવ નથી રાખી શકતો તેના મનમાં શત્રુતાનો ભાવ જાગે એ સંભાવના જ નથી. પરંતુ લાગે છે એવું કે આ સાર્વભૌમ નિયમ પ્રત્યે આપણી કોઈ શ્રદ્ધા નથી.

વિભિન્ન ચિકિત્સા : વિભિન્ન પ્રભાવ

પ્રાકૃતિક અને સાર્વભૌમ નિયમોને જાણવા ખૂબ જરૂરી હોય છે. એક વ્યક્તિ કંઈપણ કરે છે, એક સ્થાન પર એક ઘટના બને છે, કોઈ કાર્ય થાય છે, પરંતુ તે વ્યક્તિ, તે ઘટના કે તે કાર્ય પૂર્ણરૂપે સ્વતંત્ર

હોતાં નથી. તે ધણા બધા પ્રભાવોથી પ્રભાવિત હોય છે. આપણું સંપૂર્ણ જીવન હજારો-હજારો પ્રભાવથી જોડાઈને અને બનીને ચાલી રહ્યું છે. ધરતીના લોકો આપણને પ્રભાવિત કરે છે. ધરતીનું વાતાવરણ આપણને પ્રભાવિત કરે છે. આસપાસના ઝાડ છોડ આપણને પ્રભાવિત કરે છે. કંઈ કેટલાંયે સૌર-મંડળના કેટલાં વિકિરણો આવે છે અને માનવીને પ્રભાવિત કરે છે. જ્યોતિષીઓએ નવગ્રહોના પ્રભાવોનું અધ્યયન કરીને તેનું વિસ્તારપૂર્વક વર્ણન કર્યું છે પરંતુ ખીજ કેટલાયે ગ્રહો પ્રાણીઓને પ્રભાવિત કરે છે. કોઈ પણ વ્યક્તિ જ્યોતિષ પર વિશ્વાસ કરે કે ન કરે તે એની પોતાની ઇચ્છા છે. જ્યોતિષ એક વિજ્ઞાન છે અને એ સૌર-વિકિરણોનું વિજ્ઞાન છે. કેવી રીતે આ સૌર વિકિરણ બને છે, કેવી રીતે એ પૃથ્વી પર પહોંચે છે અને કેવી રીતે એ પ્રાણીઓને પ્રભાવિત કરે છે. તે આપણાં, સુખ-દુઃખને લાભ-હાનિને પ્રભાવિત કરે છે. મનુષ્યનું ચિંતન પણ તેનાથી પ્રભાવિત થાય છે. મનુષ્યની પ્રવૃત્તિઓ પ્રભાવિત થાય છે. તે વિકિરણ વર્ષા અને ઉષ્ણતામાનને તથા આંધી અને તોફાનને પ્રભાવિત કરે છે. ખીમારીઓ પણ એનાથી પ્રભાવિત થાય છે. એક વિકિરણમાં થોડો પણ ફેર પડવાથી ભયંકર વર્ષા થાય છે. રોગ મટી જાય છે, સ્વાસ્થ્ય વરસી પડે છે. વિકિરણ અનેક પ્રકારનાં હોય છે. અને અનેક પ્રકારે મનુષ્યને પ્રભાવિત કરે છે. આ સ્થિતિમાં કોઈપણ વ્યક્તિ સો ટકા સ્વતંત્ર છે, એવું નથી કહી શકાતું. એક વ્યક્તિના મનમાં એક વખત એક ઇચ્છા ઉત્પન્ન થાય છે. ખીજ પ્રકારનું વિકિરણ આવે છે અને તે ઇચ્છા બદલાઈ જાય છે, ચિંતન બદલાઈ જાય છે. એક વ્યક્તિ મોટી મોટી કલ્પનાઓ કરે છે, યોજનાઓ બનાવે છે. પણ જે સાર્વભૌમ નિયમ તેને સાથ નથી આપતા તે બધી કલ્પનાઓ અને યોજનાઓ વ્યર્થ બની જાય છે. તે ફલપ્રદ નથી થતી.

શત્રુ અને મિત્ર વચ્ચે ભેદરેખા નહિ

આપણે એ બધા નિયમોને સમજીએ. જે સમજી લઈએ તો શત્રુતાનો ભાવ ઓછો થઈ જાય છે. થાય છે એવું કે માનવી ઇચ્છે છે કે હું અમુક કામ કરું. ઇચ્છામાં કોઈ વિઘ્ન આવે છે અને ખગર પડી જાય છે કે અમુક વ્યક્તિએ આ મુશીબત ઊભી કરી છે, તો તે તેનો શત્રુ બની જાય છે. મનુષ્ય ઇચ્છે છે કે હું હમેશાં આગલી હરોળમાં જ બેસું. અને જે કોઈ ખીજે ત્યાં આવીને બેસી જાય છે તો તે તેનો શત્રુ બની જાય છે.

માણસ ધરછે છે કે તેની વાતનું બધા સમર્થન કરે, પણ જો કોઈ તેનું ખંડન કરી દે છે તેની વિરુદ્ધ કંઈ કહી દે છે તે તરત જ શત્રુતાનો ભાવ ઊભરાઈ આવે છે. પ્રેમની પૂર્તિ થાય છે ત્યાં સુધી મિત્રતાનો ભાવ આવે છે અને જ્યારે એ નથી થતી ત્યારે શત્રુતાનો ભાવ જાગે છે. મેં ખૂબ ચિંતન કર્યું છે પણ હજી સુધી સમજી નથી શક્યો કે કોણ શત્રુ અને કોણ મિત્ર છે. શત્રુ અને મિત્રની વચ્ચે કોઈ ભેદરેખા નથી. એક માણસ જીવનમાં સો વાર મિત્ર બને છે અને સો વાર શત્રુ બને છે. આ સ્થૂળ કથન છે. જો ઊંડાણમાં જઈએ તો એ કહેવું અતિશયોક્તિપૂર્ણ નહિ હશે કે એક વ્યક્તિ ચિંતનની ભૂમિકામાં એક દિવસમાં પચાસ વાર મિત્ર બની જાય છે અને પચાસ વાર શત્રુ બની જાય છે. ક્યાં છે ભેદરેખા? મારા ચિંતનનું સમર્થન કર્યું. મારો મિત્ર બની ગયો. બે કલાક પછી ચિંતનનો વિરોધ કર્યો, મારો શત્રુ બની ગયો. મારા તંબુમાં આવ્યો, મારો મિત્ર બની ગયો. મારા વિરોધી તંબુમાં ગયો, મારો શત્રુ બની ગયો. નેટલી વાર પ્રિયતા-અપ્રિયતાનો ભાવ મનુષ્યમાં જાગતો રહે છે, તેટલી વાર હજારો માનવી શત્રુ અને મિત્ર બનતા રહે છે. મને લાગે છે કે શત્રુતા અને મિત્રતાએ ભાગીદારીની એક દુકાન ખોલી મૂકી છે. બંને સમક્ષ પાર્ટનર છે. બંનેએ પોતાનો ધંધો ચલાવવા માટે એક સમજૂતી કરી લીધી છે.

દુકાન એક, કામ બે

બે માણસો મળ્યા. એક દુકાન ખોલી. બંનેના તે ધંધામાં સરખો ભાગ હતો. એક ભાગીદાર અનેક સંસ્થાઓ અને પ્રતિષ્ઠાનોમાં જતો અને ધીરેથી ત્યાંના કાચ ઉપર રસાયણ લગાડતો. તેના પ્રભાવથી બંધા કાચ આંધળા થઈ જતા. પ્રતિષ્ઠાનોના માલિકો આશ્ચર્યચકિત થઈ જતા. બે દિવસ પછી બીજો ભાગીદાર જતો અને કહેતો : અમારી કંપની કાચની સફાઈ કરે છે. જે કોઈએ કાચ સાફ કરાવવા હોય તે અમારો સંપર્ક સાધે.

લોકો તેને બોલાવતા. તે ખીજું રસાયણ નાખતો. કાચ નિર્મળ થઈ જતો. એક પાર્ટનર કાચને આંધળા બનાવતો અને બીજો પાર્ટનર તેને સ્વચ્છ કરતો. બંનેની દુકાન ભાગીદારીની હતી. એક જ દુકાનમાં બંને કામ ચાલતાં.

એ રીતે મિત્રતા અને શત્રુતાએ પણ ભાગીદારીની દુકાન ખોલી દીધી છે. એક ભાવ આવે છે અને ચિત્તના કાચને આંધળા બનાવી દે છે, શત્રુતાનો ભાવ જગી જાય છે. ખીજો ભાવ આવે છે અને ચિત્તના કાચને નિર્મળ બનાવી દે છે, મિત્રતાનો ભાવ જગી જાય છે. આ સંપૂર્ણ ચક્ર ભાગીદારીમાં ચાલી રહ્યું છે. દિવસમાં કેટલી બધી વાર આપણા ચિત્તનો કાચ આંધળો થઈ જાય છે અને કંઈ કેટલીયે વાર નિર્મળ થઈ જાય છે. કંઈ કેટલીયે વાર આપણા ચિત્તમાં શત્રુતાનો ભાવ આવે છે અને કેટલીયે વાર મિત્રતાનો ભાવ આવે છે. આ ચક્ર છે. નિરંતર ફરતું રહે છે. કદી અટકતું નથી. શત્રુતા અને મિત્રતામાં કોઈ ભેદ જણાતો નથી. પ્રિયતા અને અપ્રિયતામાં ભેદ ક્યાં છે? બંને એક જ સિદ્ધાંતની બે બાજુ છે. પ્રિયતા, અપ્રિયતાથી અલગ નથી. અને અપ્રિયતા પ્રિયતાથી અલગ નથી. બંને જોડાયેલા છે. વાસ્તવમાં મિત્રતાનો વિકાસ ત્યારે થાય છે જ્યારે પ્રિયતાનું સંવેદન સમાપ્ત થઈ જાય છે.

સહિષ્ણુતા : મૈત્રીનો આધાર

જ્યાંયાર્થે આરાધનામાં ચેતનાને જગાડવાનું, તે કાચને સ્વચ્છ કરવાનું એક મહત્વપૂર્ણ સૂત્ર આપ્યું છે જે તે કાચને હરહંમેશ માટે સ્વચ્છ કરી દે છે. પછી તે ભાગીદારીનો ધંધો પણ સમાપ્ત થઈ જાય છે તે સ્વર્ણિમ સૂત્ર છે—સહિષ્ણુતાની શક્તિનો વિકાસ.

આજનો માનવી એટલો અસહિષ્ણુ છે તે કંઈપણ સહન કરી શકતો નથી. આજના યુગની આ ભયંકર ખીમારી છે. તે કોઈપણ ઘટનાને સહન નથી કરી શકતો. હીટર અને ફૂલર કેમ ચાલુ થયા? જ્યારે મનુષ્ય ઋતુના પ્રભાવને સહન કરવામાં અસમર્થ થઈ ગયો ત્યારે તેની શોધ થઈ. ઋતુના પ્રભાવને સહન કરવાની ક્ષમતા માનવીમાં ઝોછી થઈ ગઈ છે. આજે જ્યારે થોડા સમય માટે વીજળી જતી રહે છે ત્યારે માનવી પરેશાન થઈ જાય છે. ગરમી છે, પંખો જોઈએ. ઠંડી છે, હીટર જોઈએ. જૂના જમાનાનાં મકાનો જુઓ. તેના દરવાજા પણ નાના હતા અને બારીઓ પણ વધારે નહોતી. અને જે હતી તે તે હતી નાની. આજે તે કદાચ પશુઓ પણ તે સ્થાનમાં રાખી નથી શકાતા. પશુઓમાં પણ માનવીની થોડી અસર આવી છે. તેઓ પણ ખુલ્લું સ્થાન પસંદ કરે છે. તેમને પણ મુક્ત સ્થાન જોઈએ છે. પણ નવાઈ એ લાગે છે કે લોકો મકાનોમાં કેવી રીતે રહેતા હતા ?

આચાર્ય ભિક્ષુએ સિરિયારી ગામમાં પછી હાટમાં ચાતુર્માસકાળ વિતાવ્યો. આને પણ તે હાટ મોટે ભાગે મૂળ સ્થિતિમાં રહેલ છે. તે હાટમાં આને કોઈપણ સાધુ ચાતુર્માસ તો શું એક દિવસ પણ રહેવા નહિ ઇચ્છશે. તે આખો દિવસ નવું સ્થળ ખોળવામાં વિતાવી દેશે, પણ તે હાટમાં નહિ રહી શકશે. તેનું કારણ શું છે? કારણ ખૂબ જ સ્પષ્ટ છે કે તે જમાનાના લોકો ખૂબ શક્તિશાળી અને સહનશીલ હતા. તેઓ બધી ઘટનાઓને સહન કરી લેતા હતા. જેમ જેમ સુવિધાઓનો વિકાસ થતો ગયો, મનુષ્યની સહનશક્તિ ઓછી થતી ગઈ. આને સુવિધાઓનાં પ્રચુર સાધનો ઉપલબ્ધ છે. દરરોજ સાધનોની નવી નવી શોધો થઈ રહી છે. એને આપણે વિકાસની સંજ્ઞા આપીએ છીએ. હું પણ અસ્વીકાર નથી કરતો કે માનવીએ આ ક્ષેત્રમાં વિકાસ નથી કર્યો. તેણે વિકાસ કર્યો છે અને આને પણ તે નવાં નવાં ક્ષેત્રો ખોલી રહ્યો, છે. પણ એ કહ્યા વગર પણ રહેવાનું નથી કે પદાર્થ-જગતમાં મનુષ્યે વિકાસ કર્યો છે અને આંતરિક ચેતનાના જગતમાં બધાં સહિષ્ણુતાનો વિકાસ હતો, તેને ગુમાવ્યો છે. આને કેટલું અર્થ છે. અસહિષ્ણુતા અર્થને જન્મ આપે છે. આને જાણે કે મનુષ્યમાં ધૈર્ય છે જ નહિ, એવું લાગે છે. જે માલિક નોકરને બે સખત શબ્દો કહે છે તો નોકર તરત કહે છે : આ લો તમારી નોકરી. હું તો ચાલ્યો. માલિક વિચારે છે, નોકર ચાલ્યો ગયો તો શું થશે? તે જાતે નોકરને કહે છે : ચાલ, હવે પછી કંઈ નહિ કહું. આપું ચકરકું ઊલટું ફરી ગયું. પ્રાચીનકાળમાં માલિક નોકર પર કેટલું અનુશાસન રાખતો હતો અને નોકર સ્વામીનો કેટલો વિવેક કરતો હતો. નોકર કેટલો સહિષ્ણુ હતો. આને પિતા પુત્રને કંઈ પણ કહેતા પહેલા દસ વાર વિચારે છે કે આ વાતની પુત્ર પર શી અસર થશે? કયાંય તે ગુસ્સે થઈને ઘર છોડી ચાલ્યો ન જાય. અસહિષ્ણુતા ન કરી લે. કોઈ કોઈવાર તે પૂરી વાત કહી પણ નથી શકતા. અધૂરી વાત કહીને જ વિરામ લે છે.

આને પ્રત્યેક વ્યક્તિ અધીરી છે. અધીરાઈ સીમા ઓળંગી ગઈ છે. મનુષ્યે પ્રકૃતિની ઠંડી-ગરમીને સહન કરવાની ક્ષમતા જ માત્ર ગુમાવી નથી, તેણે સાર્વભૌમ ઠંડી-ગરમીની ક્ષમતાને સહન કરવાની ક્ષમતા પણ ખોઈ દીધી છે.

અનુકૂળ-પ્રતિકૂળ

આચારાંગ સૂત્રના એક અધ્યયનનું નામ—શીતોષ્ણીય. એનો અર્થ છે—ઠંડી અને ગરમી. અનુકૂળને સહન કરવાનું નામ છે ઠંડી અને પ્રતિકૂળને સહન કરવાનું નામ છે ગરમી. ક્યારેક જીવનમાં ઠંડી આવે છે અનુકૂળતા આવે છે અને ક્યારેક જીવનમાં ગરમી આવે છે, પ્રતિકૂળતા આવે છે. ક્યારેક મનને અનુકૂળ ઘટના બને છે અને ક્યારેક મનને પ્રતિકૂળ ઘટના બને છે. સંયમી તે હોય છે, સાધક તે હોય છે જે ઠંડી અને ગરમી, અનુકૂળ અને પ્રતિકૂળ બંને પ્રકારની ઘટનાઓને સહન કરી લે છે. જે વ્યક્તિ આ અવસ્થા સુધી પહોંચી જાય છે તેના મનમાં શત્રુતાનો ભાવ અંકુરિત થતો નથી.

આને સહિષ્ણુતાનું માનસ રહ્યું જ નથી. માણસ ઘણો વિચિત્ર છે. ગરમી વધારે હોય છે તો તે ગરમીને ગાળ દેવા એસી જાય છે અને ઠંડી વધારે હોય છે તો તે ઠંડીને ગાળ દેવા લાગી જાય છે. માણસનું માનસ જ એવું બની ગયું છે કે પ્રત્યેક વાત મનને અનુકૂળ હોવી જોઈએ, કોઈપણ વાત મનને પ્રતિકૂળ નહિ હોવી જોઈએ. જ્યાં પણ મનને પ્રતિકૂળ કંઈપણ બનતું હોય છે, માણસના મનમાં શત્રુતાનો ભાવ જાગી જાય છે.

સ્વાર્થ ભાવના

જ્યાંયાર્થે લખ્યું છે—જ્યાં પોતાનો સ્વાર્થ નથી સધાતો, માણસનો શત્રુભાવ જાગી જાય છે. કોઈપણ વ્યક્તિ પ્રત્યે અનુરાગ ત્યાં સુધી જ રહે છે જ્યાં સુધી પોતાનો સ્વાર્થ સધાતો રહે છે. જેવો સ્વાર્થ પર ધા લાગે છે, બધો જ પ્રેમ તૂટી જાય છે. ત્યારે દેવતુલ્ય પિતા યમરાજ બની જાય છે, સાસુ ડાકણ બની જાય છે અને ગુરુ પણ જુદા જ બની જાય છે. ખૂબ દયનીય સ્થિતિ હોય છે.

સુવિધા પુષ્ટ : એતના દુર્ખંભ

પદાર્થ જગતનો વિકાસ ચરમ સીમા સુધી પહોંચી રહ્યો છે. સભ્યતા પણ વિકસિત થઈ છે. હું એવું નથી કહેતો કે આને એવાં મકાન બને જેમાં બારીઓ ન હોય. હું એવું કહેવા નથી માંગતો કે માણસ પંખા, ફૂલર અને અન્ય સાધનોનો ઉપયોગ ન કરે. એવું કહેવું એ પ્રતિકૂળ વાત હશે. પણ એ હું ચોક્કસ કહીશ કે આજના માનવીએ

સુવિધાને પોતાનું લક્ષ્ય બનાવી દીધી અને સુવિધાવાદી સાધનોને એકઠા કરવાને સમ્મતતા અને સંસ્કૃતિને આગળ વધારવાનું કામ માની લીધું. એનું પરિણામ એ આવ્યું કે માનવીનું ચેતના જગત એટલું જ દુર્બળ બની ગયું.

સંતુલન આવશ્યક

આપણી બે દુનિયા છે : એક છે પદાર્થની દુનિયા અને એક છે ચેતનાની દુનિયા. બંનેનું સંતુલન બ્યારે બગડે છે ત્યારે સમસ્યાઓ ઉત્પન્ન થાય છે. આને બંનેનું સંતુલન બગડતું જઈ રહ્યું છે, બગડી ગયું છે. પદાર્થ જગતને વિકસિત કરવાનો અપાર પ્રયત્ન થઈ રહ્યો છે. મનુષ્ય ચેતના-જગતને ભૂલતો જઈ રહ્યો છે. સુખ અને દુઃખની અનુભૂતિ ચેતનાના-જગતમાં થાય છે. શત્રુતા અને મિત્રતાનો ભાવ ચેતનાના જગતમાં ઉત્પન્ન થાય છે. આપણી બધી સંવેદનાઓ, ધારણાઓ અને માન્યતાઓ ચેતનાના જગતમાં બને છે. આપણા જ્ઞાનનું જગત એ ચેતનાનું જગત છે. આપણી અનુભૂતિનું જગત છે—ચેતનાનું જગત. વિકાસનું જગત છે પદાર્થનું જગત. મનુષ્ય પદાર્થ જગતને આડેધડ વિકસિત કરતો જઈ રહ્યો છે. અને જ્યાં બધી સંવેદનાઓ ઘટિત થાય છે તે ચેતના-જગતને ભૂલતો જઈ રહ્યો છે, ઠુકરાવી રહ્યો છે. પ્રકૃતિના પ્રાંગણમાં એટલું મોટું અસંતુલન પેદા થઈ ગયું છે. જો આ અસંતુલન દૂર ન થયું તો એક દિવસ એવો પણ આવી શકે છે કે મનુષ્યની પદાર્થ ચેતના તેની આંતરિક ચેતના પર એટલી સવાર થઈ જશે કે પદાર્થ જ બાકી રહેશે, ચેતના તેની નીચે દબાઈ જશે.

મૈત્રીને જો આપણે વ્યાપક સંદર્ભમાં સમજાવે તો તેના અર્થ એ થશે કે પદાર્થ જગત અને ચેતના જગતની વચ્ચે સંતુલન સ્થાપિત કરવું. આને જ સંતુલન બગડી ગયું છે તેને ફરીથી સ્થાપિત કરવું એ મૈત્રી છે, સમન્વય છે. આ બંને—પદાર્થ જગત અને ચેતના જગત—ની વચ્ચે જો એક પ્રકારની અકલ્પિત શત્રુતા આવી ગઈ છે તે દૂર થાય અને સંતુલન બને, આ છે મૈત્રી. જો આ થઈ શકશે નહિ તો શક્ય છે કે માનવી જીવવા લાગશે, તેની જાગૃતિ ઓછી થઈ જશે.

જાગૃતિમાં જ અપૂર્વ ઉપલબ્ધિ

સૂફી સંત હકીમ અને તેના સાથીઓ પોતાના ગુરુ પાસે હતા. રાતનો સમય હતો. શિષ્યો ગાઢ નિદ્રામાં પોલી ગયા. ગુરુ જાગી રહ્યા

હતા. તેમના મનમાં ચેતના જાગી. તેમણે શિષ્યોને બોલાવીને કહ્યું : આવો, એક નવી સ્કુરણા જાગી. જ્ઞાનનું એક કિરણ પ્રસ્ફુટિત થયું છે. હું તમને સંભળાવવા ઇચ્છું છું. બધા શિષ્યો સૂઈ રહ્યા હતા. હરીજ જાગી રહ્યો હતો. તે ગુરુ પાસે આવ્યો. ગુરુએ તેમનું નવું જ્ઞાન તેનામાં સંક્રાંત કરી દીધું. તે ધન્ય થઈ ગયો. તે બોલ્યો : ખૂબ અપૂર્વ જ્ઞાન આપે આપ્યું. તે જતો રહ્યો. અડધો કલાક વીતી ગયો કે ફરીથી ગુરુએ શિષ્યોને ખૂમ પાડી. બધા ગ્રાઠ નિદ્રામાં હતા. ઢાઈ નહિ જાગ્યું. હરીજ જાગતો હતો. તે તરત જ ગુરુ પાસે આવ્યો. બોલ્યો : શો આદેશ છે? ગુરુએ કહ્યું : હમણાં હમણાં જ એક ખીજું નવું જ્ઞાન-કિરણ ઉપલબ્ધ થયું છે. હું આપવા ઇચ્છું છું. હરીજ હાથ જોડીને ઊભો રહ્યો. ગુરુએ જ્ઞાન આપી દીધું. બે ત્રણવાર એવી ઘટના બની અને હરીજ નવા જ્ઞાનથી પરિપૂર્ણ થયો.

હરીજને નવા જ્ઞાનની ઉપલબ્ધિ ત્યારે થઈ જ્યારે તેની ચેતના જાગતી રહી હતી. જાગૃતિમાં જ અપૂર્વ જ્ઞાન જાગે છે, નવો ઉન્મેષ આવે છે અને નવી સ્કુરણા જાગે છે સુષુપ્તિમાં બધું જ જ્ઞાન અજ્ઞાનમાં પરિવર્તિત થાય છે.

ખમતખામણા

આજે પદાર્થનો વિકાસ થઈ રહ્યો છે. પરંતુ ચેતનાનો નહિ. શક્ય છે કે મનુષ્યને એક દિવસે ઋતુઓ દ્વારા, પ્રકૃતિ દ્વારા અને વ્યક્તિઓ પાસેથી ખમતખામણા—ક્ષમાયાચના કરવી પડે કે મેં ચેતનાને સુવડાવી દીધી અને પદાર્થોને જાગતા રાખ્યા. આ મારો મોટો અપરાધ થયો છે. હું તેને માટે ક્ષમાયાચના કરું છું.

આરાધનાનું એક મહત્ત્વપૂર્ણ સૂત્ર છે—ખમતખામણા, ક્ષમા માંગવી, પોતાની ભૂલો માટે ક્ષમા માંગવી. આજના માનવીને પોતાની ભૂલો માટે બહુ ક્ષમા માંગવી પડે. સાધક નાની સરખી ભૂલ માટે પણ ક્ષમાયાચના કરે છે. આજના વૈજ્ઞાનિક, સમાજશાસ્ત્રી, અર્થશાસ્ત્રી અને નેતા—એ બધા એટલા મોટા અપરાધો કરી રહ્યા છે—પદાર્થના એકાંગી વિકાસની પ્રક્રિયા ચલાવીને અને ચેતનાને સુવાડીને કે તેમણે એક દિવસ કહેવું પડશે કે અમે મનુષ્ય જાતિની સાથે મોટો અપરાધ કર્યો છે. અમે ક્ષમા ઇચ્છીએ છીએ. સંભવ છે તેમને ક્ષમા આપનાર એક પણ માનવી

નહિ મળશે કેમ કે અપરાધ અત્યંત ઘેર છે. તેઓ ક્ષમા માંગતા માંગતા મરી પણ જાય.

અમતખામણાનો વાસ્તવિક અર્થ

અમતખામણા આરાધનાનું મહત્વપૂર્ણ સૂત્ર છે. તેનું તાત્પર્ય એ છે કે કોઈપણ વ્યક્તિ પ્રત્યે તમારા મનમાં અસહિષ્ણુતાનો ભાવ આવી જાય, કલુષતાનો ભાવ જાગી જાય, તેને જ્ઞાત હોય કે ન હોય, તે જાણે કે ન જાણે, પરંતુ તમે પોતાના તરફથી ક્ષમા માંગી લો, સહન કરી લો. પોતાની મૈત્રી ગુમાવો નહિ. તેને શત્રુ માનો નહિ. આ મહાન વ્યક્તિત્વની મહાન પ્રક્રિયા છે. તે એટલી વિરાટ વ્યક્તિ બની જાય છે કે તેની સામે પછી શત્રુ જેવી ખીજ કોઈ વ્યક્તિ નથી રહેતી. ભગવાન મહાવીરને જુઓ. ખીજ સાધકોને જુઓ. તે બધા પોતાની સાધના દ્વારા જ મહાન બન્યા હતા. પરંતુ કેટલાક ગૃહસ્થો પણ એટલા મહાન હોય છે કે તેમના પ્રસંગો જોઈને વાંચીને આશ્ચર્યચકિત થઈ જવાય છે. અમેરિકાના રાષ્ટ્રપતિ અબ્રાહમ લિંકન એવી જ વ્યક્તિઓની કોટિમાં હતા. તેમનામાં મૈત્રીનું ખીજ એટલું વિકસિત થઈ ચૂક્યું હતું કે તેની કલ્પના પણ નથી કરી શકાતી. કોઈપણ વ્યક્તિ રસ્તામાં મળે, અભિવાદન કરે તો સ્વયં લિંકન પોતાનો ટાપો ઉતારીને અભિવાદન કરતા. લોકો કહેતા, આપ રાષ્ટ્રપતિ છો, આપશ્રીએ પોતાના પદના ગૌરવનું ધ્યાન રાખવું જોઈએ. સામાન્ય માણસનું અભિવાદન આપ ટાપો ઉતારીને કરો છો, એ શોભા નથી આપતું. લિંકન કહેતા : શિષ્ટતાના ક્ષેત્રમાં હું કોઈથી પાછળ રહેવા નથી ઇચ્છતો. શિષ્ટતા આપણો ધર્મ છે.

શત્રુઓની સમાપ્તિ કેવી રીતે ?

એકવાર કેટલાક લોકોએ લિંકનને કહ્યું : આપના હાથમાં સંપૂર્ણ સત્તા છે. આપ તેનો ઉપયોગ પોતાના શત્રુઓને સમાપ્ત કરવામાં શા માટે નથી કરતા? પોતાના વિરોધીઓને સમાપ્ત કરવાનો આ સુવર્ણ-અવસર છે. આપ તેમને કચડી કેમ નથી નાખતા? રાજનીતિ કહે છે કે તે જ સમજદાર નેતા હોય છે જે વિરોધીઓના અસ્તિત્વને જાણીને ફેંકી દે. આપ એવું ન કરીને એક ભયંકર ભૂલ કરી રહ્યા છો. આ ભૂલનું ભયંકર પરિણામ ભોગવવું પડશે. લિંકને કહ્યું : જે આપ કહો છો તે જ હું કરી રહ્યો છું. હું પોતાના શત્રુઓને મારી રહ્યો છું. વિરોધીઓને સમાપ્ત કરી રહ્યો છું. આપ ચકિત ન થતા. જેટલા

મારા શત્રુ છે તે બધાને હું મારા મિત્ર બનાવી રહ્યો છું. તેમની સાથે શિષ્ટ વ્યવહાર કરીને તેની શત્રુતાને ઘોઈ રહ્યો છું. થોડા સમય પછી તે બધા મારા મિત્ર બની જશે. શું આ શત્રુઓ, વિરોધીઓને સમાપ્ત કરવું નથી ?

આટલી વિરાટ ચેતના, આટલી વિરાટ કલ્પના જ્યારે કોઈ ગૃહસ્થમાં જાગે છે ત્યારે પ્રતીત થાય છે કે ચેતનાનો વિકાસ કયાંય પ્રતિબદ્ધ નથી. જ્યારે તે ચેતના જાગે છે ત્યારે એક અકલ્પિત અવસ્થાની સ્થિતિ ઉપલબ્ધ થઈ જાય છે.

ઇકોલોજી : અહિંસા જગતનો વિકાસ

આરાધનાનું કેટલું મહત્વપૂર્ણ સૂત્ર છે—મૈત્રીનો વિકાસ. મૈત્રીના વિકાસ માટે શક્તિનો વિકાસ અને શક્તિના વિકાસ માટે સહિષ્ણુતાનો વિકાસ, નિર્મળતાનો વિકાસ—જ્યારે આ બધા વિકાસ આપણી ચેતનામાં ઘટિત થાય છે ત્યારે દષ્ટિનું રૂપાંતરણ થાય છે. આપણે ત્યારે ખરેખર ઇકોલોજીના સિદ્ધાંતની પરિધિમાં આવી જઈએ છીએ. આ આજની નવી શાખા છે. પરંતુ આ શાખાનો વિકાસ જેટલો અહિંસાના જગતમાં થયો છે, આજે તે તેનું પુનરાવર્તન થઈ રહ્યું છે ખૂબ જ થોડા અંશમાં. પરસ્પરાવલંબન, સહયોગ અને પરસ્પર નિર્ભરતા—આ બધા પ્રકૃતિના કણકણથી જોડાયેલા છે. આ બધા અહિંસાના સિદ્ધાંતમાં ખૂબ વિકસિત થયા છે.

ઉદાત્ત ચેતનાની પરિણતિ

જ્યાંયારે આ બધી ધારણાને ખૂબ સરળ શબ્દોમાં સુંદર અભિવ્યક્તિ આપી છે. જ્યારે સાધક પોતાની ઉદાત્ત ચેતનાની ભૂમિકા પર આરોહણ કરીને બોલે છે તે આ જ ભાવનાની અભિવ્યક્તિથી શરૂ કરે છે. દુનિયામાં જેટલા જીવ છે, તેમના પ્રત્યે જાણ્યે-અજાણ્યે મેં આ જન્મમાં કે ગયા જન્મમાં કોઈ અપરાધ કર્યો હોય, કોઈનું અતિક્રમણ કર્યું હોય તે હું બધાનું પ્રાયશ્ચિત્ત કરું છું, સહન કરું છું બધી નબળાઈઓને, અને તેમનાથી ક્ષમાયાચના કરું છું. જ્યારે આ સ્વર અંતર આત્માની ભૂમિકામાં મુખર થાય છે ત્યારે આવી વર્ષા વરસે છે જેનાથી બધો મેલ ધોવાઈ જાય છે. આપણી ચેતનાનું આકાશ પણ નિર્મળ અને ચમકતા તારાઓથી યુક્ત થઈને—દિગ્ દિગ્નતને આલોકિત કરે છે.



प्रवचन : ८

श्रेण वेाशिंग

સંકેતિકા

- ધર્મ કરનાર વ્યક્તિમાં સુખ અને દુઃખ—આ બંને જ હોય છે. એની વચ્ચે કોઈ ત્રીજું નથી હોતું—સુખ દુઃખ આપનાર કોઈ નથી હોતું.
- ધર્મ ન કરનાર વ્યક્તિમાં સુખ અને દુઃખ—એ બંને જ માત્ર નથી હોતાં. એની વચ્ચે ત્રીજું એક હોય છે—સુખ આપનાર પણ હોય છે.
- ધાર્મિક વ્યક્તિની વિશેષતાઓ—
 - સુખ દુઃખની જવાબદારી પોતાના પર જ લઈ લે છે.
 - કષ્ટોમાં સંતુલન ગુમાવતા નથી.
 - શારીરિક અને માનસિક સુખ-દુઃખને માનતા જ નથી. તેનાથી આગળ આત્મિક સુખના અસ્તિત્વનો પણ સ્વીકાર કરે છે. તેનું લક્ષ્ય હોય છે—ઇન્દ્રિયાતીત, મનોતીત અને બુદ્ધિથી અતીત સુખને ઉપલબ્ધ કરવું.
 - ત્રણ પ્રક્રિયાઓ—યોગનિદ્રા, સમ્મોહન, કાયોત્સર્ગ.
 - ભાવનાનો અર્થ છે—એન વોશિંગ, મસ્તિષ્કની ઘોલાઈ.
 - મંત્રપ્રયોગ અને ભાવનાપ્રયોગ એક જ છે.
 - ભાવના-બળને વધારનાર સાધનો.
 - ભાવનાની પ્રક્રિયા અજ્ઞાત સુધી પહોંચવાની પ્રક્રિયા.
 - આરાધનાનું મહત્ત્વપૂર્ણ સૂત્ર છે—ભાવનાયોગ,

બ્રેન વોશિંગ

બંને વચ્ચે અંતર શું છે ?

એક ધાર્મિકે જિજ્ઞાસા કરી : એક માણસ ધર્મ કરે છે અને દુઃખ પણ ભોગવે છે. એક માણસ ધર્મ નથી કરતો, તોપણ સુખ ભોગવે છે. સુખ ધણું ઉપલબ્ધ છે, તો પછી ધર્મ કરવાથી શો લાભ થયો? ધર્મ કરનાર પણ સુખ અને દુઃખ—બંને ભોગવે છે અને ધર્મ નહિ કરનાર પણ સુખ દુઃખ—બંને ભોગવે છે, પછી બંનેમાં અંતર જ શું રહ્યું?

આપણે જીવનની બધી ઉપલબ્ધિઓની કસોટી સુખ અને દુઃખને માની લીધી છે. એક કસોટી સુખ છે અને બીજી કસોટી દુઃખ છે. એ બંનેને આધારે સમગ્ર દુનિયાની મીમાંસા કરીએ છીએ. સમગ્ર આચાર અને વ્યવહારની સમીક્ષા કરીએ છીએ. એ બેથી દૂર ત્રીજા પર આપણી દષ્ટિ જતી જ નથી. ત્રીજું પણ કોઈ તત્ત્વ છે, તેની આપણને ખબર જ નથી. આપણે બધી વાતોને સુખદુઃખની કસોટી પર કસીએ છીએ.

બે અને ત્રણનું અંતર

પ્રશ્ન સ્વાભાવિક હતો. આ પ્રશ્ન કોઈ એક વ્યક્તિનો નથી. હનરો-હનરો ધાર્મિકો આ પ્રશ્ન પૂછે છે. આ પ્રશ્નને લઈને ઘણી ગૂંચવણો પેદા થઈ છે. કંઈ કેટલીયે વ્યક્તિ આસ્તિકમાંથી નાસ્તિક બની જાય છે. પરંતુ એક વાત છે, ધર્મ કરનારમાં એક વિશેષ વાત જ હોય છે તે ધર્મ ન કરનારમાં કદી પણ નથી હોતી. ધર્મ કરનાર વ્યક્તિમાં સુખ અને દુઃખ આ બે જ હોય છે; ત્રીજું કોઈ નથી હોતું. આ એક ખાસ વાત છે. અને એ એક આશ્ચર્યકારક ઘટના છે. ધર્મ ન કરનાર વ્યક્તિમાં સુખદુઃખ—બંને જ હોતાં નથી, ત્રીજું પણ હોય છે. તે ત્રીજું તત્ત્વ—સુખદુઃખ આપનાર. ખૂબ મોટો તક્લાવત પડી ગયો. એક તરફ બે તત્ત્વ કામ કરે છે અને બીજી તરફ ત્રણ તત્ત્વ કામ કરે છે.

જે વ્યક્તિમાં ધર્મનું આચરણ નથી, ધર્મની દષ્ટિ નથી, તે બ્યારે પણ દુઃખી થાય છે ત્યારે સર્વ પ્રથમ એ વિચારે છે—તેણે મને દુઃખી કરી દીધો. બધી વાત ત્યાં ગૂંચવાઈ જાય છે. તે પોતાના આચરણોને જોવાનો કદી પ્રયાસ જ નથી કરતો. સીધું ખીબ પર ધ્યાન જાય છે. કલ્પનાની જાળ એટલી ફેલાય છે કે તેમાં અનેક વ્યક્તિ ફસાઈ જાય છે,

અને તે યધા પ્રત્યે તેના મનમાં ઘૃણા અને દ્વેષનો ભાવ જાગે છે. ત્યાં ત્રણ થઈ જાય છે—દુઃખ, દુઃખ પ્રાપ્ત કરનાર અને દુઃખ આપનાર.

બધી જવાબદારી આપણી છે

જે વ્યક્તિ ધર્મનું આચરણ કરે છે, જેની દષ્ટિ ધર્મ પર ટકેલી હોય છે, તેની સામે ત્રીજું કોઈપણ નથી હોતું. તેની સામે માત્ર એ જ હોય છે—સુખ કે દુઃખ. ત્યાં સુખદુઃખ આપનાર કોઈ ત્રીજું નથી હોતું. પોતાના સિવાય કોઈ સુખ દેનાર નથી અને ન કોઈ દુઃખ આપનાર. આ ધણી મોટી ઉપલબ્ધિ છે. અહીં માત્ર બચે છે—પોતાનું આચરણ. બધું ધ્યાન પોતાના આચરણ પર કેન્દ્રિત થાય છે, પોતાના વ્યવહાર પર અને પોતાની ક્રિયા પર. તેને આચરણના પરિમાર્જનનો અવસર મળે છે. તેને વ્યવહારના શોધનનો અને ક્રિયાના પરિષ્કારનો અવસર મળે છે. આ અવસર ધર્મમાં વિશ્વાસ ન કરનારને કદી મળતો નથી. તે પોતાના આચરણ અને પોતાની ક્રિયાને કયા આધારે પરિષ્કૃત કરે? તે વિચારતો જ નથી કે આ પરિણામ મારી પોતાની જ પ્રવૃત્તિનું છે. તે બધું જ ખીજ સાથે જોડીને છુદી મેળવી લે છે અને પોતાને બચાવી લે છે. પોતાની જાતને બચાવી લેવાનો આ સુંદર ઉપાય છે. ખૂબ અજ્ઞાનપૂર્ણ ઉપાય છે. ખીજને સામે આવી ગયો, પોતે બચી ગયા. સસલું પણ આવું જ કરે છે. તે પોતાના લાંબા કાનોથી આંખોને ઢાંકીને વિચારે છે—હવે મને કોઈ જોઈ શકતું નથી. હું સલામત છું. આ વિચારીને તે પોતાની જાતને છુપાયેલી અનુભવે છે. મને લાગે છે, જેની દષ્ટિ સમ્યક્ નથી હોતી તે પણ ખીજની ઓટમાં પોતાની જાતને છુપાવી દે છે. તે બધો જ આરોપ ખીજ પર આરોપિત કરી દે છે.

ધાર્મિક મનુષ્ય એવું નથી કરતો. તે બધી જ જવાબદારી પોતાના પર ઓઢી લે છે, ખીજ કોઈને જવાબદાર નથી લેખતો. બધાં પરિણામોની જવાબદારી તે પોતાના પર લઈ લે છે, ખીજને એનો ભાગી નથી બનાવતો. તે વિચારે છે—કયાંક મારાથી ભૂલ કે ત્રુટિ થઈ છે. તેનું આ પરિણામ છે. જ્યારે વ્યક્તિ પોતે પોતાની જવાબદારીને અનુભવ કરવા લાગે છે ત્યારે દિશા બદલાઈ જાય છે, પ્રકૃતિ બદલાઈ જાય છે અને આચારનો એક નવો આધાર મળી જાય છે. પોતાની જવાબદારીને અનુભવ કરવો એ ખૂબ મોટી વિશેષતા છે. એમાં કોઈ ત્રીજો વચમાં નથી આવતો. આ છે ધાર્મિક વ્યક્તિની વિશેષતા.

તેની ખીજ વિશેષતા એ છે કે તે પ્રત્યેક કષ્ટને સમતા-ભાવથી સહન કરે છે. કષ્ટોમાં તે પોતાનું સંતુલન ગુમાવતો નથી.

પ્રત્યેક વ્યક્તિના જીવનમાં કષ્ટ આવે છે. કષ્ટો સહન કરવાનાં હોય છે. એનાથી કોઈ બચી નથી શકતું. ભલે માણસ ખીજને એને ગમે તેટલો દોષ દે, ગાળો દે, કંઈ પણ કરે, કષ્ટ તો તેણે ભોગવવું જ પડે છે. કેટલીક વ્યક્તિ રડતાં રડતાં, વિલાપ કરતાં, કષ્ટ ભોગવે છે. તેમની સ્થિતિ ખૂબ દયનીય બની જાય છે. તે અસમ્યગ્દષ્ટિ છે. જે સમ્યગ્દષ્ટિ હોય છે, ધાર્મિક હોય છે, તે કષ્ટ આવે ત્યારે તેને શાંતભાવે સહન કરે છે. તે પોતાની સમતા ગુમાવતા નથી. રડવાની વાત તો દૂર, તે મોંથી ઉદ્ધ સુદ્ધા ઉચ્ચારતા નથી. તે પોતાના ભેદ વિજ્ઞાન દ્વારા કષ્ટને અકષ્ટમાં બદલી નાખે છે. ખીજને ખબર નથી પડતી કે તે કષ્ટમાં છે, કષ્ટ ભોગવી રહી છે. કષ્ટને સહન કરવાની પ્રક્રિયા અને કષ્ટના અનુભવની પ્રક્રિયા વચ્ચે ઘણું મોટું અંતર છે.

સુખના ત્રણ પ્રકાર

ત્રીજી વિશેષતા આ છે : અજ્ઞાની કે અધાર્મિક મનુષ્યની સામે સુખ અને દુઃખ—એ બે જ હોય છે. શરીરનું સુખદુઃખ અને મનનું સુખદુઃખ. બસ આ જ સીમા છે. એનાથી આગળ કોઈ સુખ નથી હોતું. કોઈ દુઃખ નથી હોતું. ધાર્મિક મનુષ્ય સમક્ષ ત્રીજા પ્રકારનું સુખ વળી હોય છે તે છે—આત્મિક સુખ. શારીરિક અને માનસિક સુખ સિવાય પણ એક ખીજું સુખ છે, તે છે, અનુભવનું સુખ, ચૈતન્યનું સુખ, આત્માનું સુખ. અજ્ઞાની મનુષ્યને આ સુખની કલ્પના પણ નથી આવી શકતી. તે એક સીમાબદ્ધ સુખને અનુભવ કરે છે. જીભને સ્વાદ આવ્યો. મોટું સુખ મળી ગયું. પ્રિય શબ્દો સાંભળ્યા, સંગીત સાંભળ્યું, મોટું સુખ મળ્યું. સારી ગંધ આવી, મન આનંદથી ભરાઈ ગયું, મોટું સુખ મળ્યું. આંખો વડે સુંદર રૂપ જોયું, મોટું સુખ મળ્યું. આંખો તૃપ્ત થઈ ગઈ. કોમળ સ્પર્શ મળ્યો, સુખની ચેતના જાગી ગઈ. પ્રશંસા મળી સન્માન મળ્યું, મોટી તૃપ્તિ મળી ગઈ. તેનાં બધાં સુખની કલ્પના ઇન્દ્રિય-વિષયોમાં સમાઈ જાય છે. ઇન્દ્રિય વિષયો સિવાય પણ સુખ અને આનંદ છે, તે વિચારી જ નથી શકતો. ધાર્મિક વ્યક્તિ સમક્ષ સુખ તે હોય છે, જે ઇન્દ્રિયો વડે નથી મળતું, ચિંતન અને કલ્પનાથી નથી મળતું. જે સુખ ઇન્દ્રિયોથી પર, મન અને યુદ્ધિથી પર હોય છે જ્યાં ઇન્દ્રિય, મન

અને બુદ્ધિની સીમા સમાપ્ત થઈ જાય છે, ત્યાં તે જે ઉપલબ્ધ થાય છે તે છે વાસ્તવિક સુખ, આનંદ.

અજ્ઞાત ચેતનાનું દ્વાર ખૂલે

સંદેહ થઈ શકે છે કે એવું કોઈ જગત છે જે ઇન્દ્રિયાતીત, મનોતીત અને બુદ્ધિથી અતીત હોય? ખૂબ સ્વાભાવિક સંદેહ છે. આ સ્વાભાવિક એટલા માટે છે કે માનવી ઇન્દ્રિય, મન અને બુદ્ધિની સીમામાં જ પોતાનું જીવન-ચાપન કરે છે. તે એનો ઉપયોગ કરે છે. એનાથી ખીજી કોઈ દુનિયા છે, એનાથી દૂર કોઈ અસ્તિત્વ છે, એનું એને જ્ઞાન જ નથી.

આપણે એ જાણવું જોઈએ કે માનવીને નેટલી મોટી ઉપલબ્ધિઓ પ્રાપ્ત થઈ તે બધી જ્ઞાત ચેતનાથી નહિ, અજ્ઞાત ચેતનાથી થઈ છે. જ્યાં સુધી જ્ઞાતનો અર્થો ખુલ્લો રહે છે ત્યાં સુધી તેમાંથી કોઈ મોટી વાત સામે નથી આવી શકતી. તે અર્થોમાંથી હવા આવી શકે છે. નાનાં મોટાં પંખી આવી શકે છે. ચકલી આવી શકે છે, કાગડો કે બાજ આવી શકે છે. પરંતુ હાથી કદી આવી શકતો નથી. તેવી જ રીતે જ્ઞાત ચેતનાના અર્થોમાંથી સૂક્ષ્મ સત્યનું અવતરણ નથી થઈ શકતું. જે ક્ષણે અજ્ઞાત ચેતનાનું દ્વાર ખુલે છે, જ્યારે આપણે જ્ઞાતથી અજ્ઞાત તરફ પ્રસ્થાન કરીએ છીએ ત્યારે આપણને એ ભાન થાય છે કે આપણું આ જગત મસ્તિષ્ક આપણા જ્ઞાનની ખૂબ નાની સીમા છે. આપણું સુખ મસ્તિષ્ક ખૂબ મોટી સીમા છે. તે જ્ઞાનનો અક્ષય ભંડાર છે. જે દિવસે આપણી અન્તર્દષ્ટિ જાગે છે ઈન્ડ્યુશન પાવર જગત થાય છે ત્યારે માનવી અનુભવે છે કે જેને તે વિરાટ જગત માની રહ્યો હતો તે તો વિશાળ સાગરનું માત્ર એક બિન્દુ છે. સમ્યગ્દષ્ટિ જાગવાથી સુખદુઃખની કલ્પના બદલાઈ જાય છે.

પ્રશ્ન છે, આંતરિક ચેતનાનું જાગરણ, અજ્ઞાત મસ્તિષ્કનું જાગરણ કેવી રીતે સંભવ થઈ શકે છે? આ દષ્ટ સુખથી દૂર પણ ખીજું એક સુખ છે, એ કેવી રીતે અનુભવાય છે? એ કેવી રીતે સંભવ થઈ શકે છે કે કષ્ટને શાંત ચિત્તથી સહન કરી શકે? એ કેવી રીતે સંભવ હોઈ શકે છે કે સુખની ઘટના બનવાથી ત્રીજી વ્યક્તિને વચ્ચે ન લાવીએ. નિમિત્તને સામે ન લાવીએ અને ઉપાદાન સુધી જ રહી જઈએ?

ભાવનાયોગના વિભિન્ન પર્યાય

આ સંભાવનાઓ પર જ્યારે આપણે વિચાર કરીએ છીએ ત્યારે એક મહત્ત્વપૂર્ણ પ્રયોગ તરફ ધ્યાન જાય છે. તે છે ભાવનાયોગનો પ્રયોગ.

જ્યાયાયે^૯ આરાધનાના પ્રકરણમાં ભાવનાયોગનું ખૂબ માર્મિક વિશ્લેષણ કર્યું છે. મનુષ્ય ભાવના દ્વારા જૂના સંસ્કારોને ઘોઈ નાખે છે. શતાબ્દીઓથી જે જામી ગયેલા સંસ્કારો હોય છે, તે ભાવનાયોગથી ઘોવાઈ જાય છે, નવા સંસ્કારો આવી જાય છે.

ત્રણ પ્રક્રિયાઓ છે—યોગનિદ્રા, સમ્મોહન અને કાયોત્સર્ગ. કેટલીક પરંપરાઓમાં યોગનિદ્રાને ખૂબ મહત્ત્વ આપવામાં આવ્યું છે. કેટલીક પરંપરાઓ સમ્મોહનને મહત્ત્વ આપે છે. જૈન પરંપરામાં કાયોત્સર્ગનું ધણું મહત્ત્વ છે. આ ત્રણેયમાં ભાવનાનું મહત્ત્વ જોડાય છે. ભાવનાને સમ્મોહન, સ્વસમ્મોહન પણ કહી શકાય છે, યોગનિદ્રા અને કાયોત્સર્ગ પણ કહી શકાય છે.

આજની ભાષામાં ભાવનાનો અર્થ છે—બ્રેન વોશિંગ (Brain Washing). એનો અર્થ છે—મસ્તિષ્કની ઘોલાઈ. રાજનીતિના ક્ષેત્રમાં બ્રેન વોશિંગની પ્રક્રિયા ખૂબ પ્રચલિત છે. એનું પ્રયોજન છે—જૂના વિચારોની ઘોલાઈ કરી તેને સ્થાને નવા વિચારો ભરી દેવા. આ ખૂબ પ્રચલિત પ્રક્રિયા છે, જેનો પ્રયોગ પ્રત્યેક રાષ્ટ્ર કરે છે.

બ્રેન વોશિંગનું સુખ્ય સાધન—ભાવના

ભાવના મસ્તિષ્કની ઘોલાઈ કરવાનું ધણું મોટું સાધન છે. એક જ વાતનું વારંવાર ઉચ્ચારણ કરવામાં આવે, તેની પુનરાવૃત્તિ કરતા જાય, એવું કરતા કરતા એક ક્ષણ એવી આવે છે કે જૂના વિચારો છૂટી જાય છે અને નવા વિચારો ચિત્તમાં જામી જાય છે. જ્યાં સુધી આપણી આ ભાવના દઢ થયેલી છે, કે સુખ દુઃખ આપનાર કોઈ ત્રીજી વ્યક્તિ છે ત્યાં સુધી માનવીનું રૂપાંતરણ નથી થતું. ભાવનાયોગ દ્વારા જ્યારે આ વિચારની ઘોલાઈ થઈ જાય છે, તે વિચારને જામેડી નાખવામાં આવે છે ત્યારે સુખ દુઃખની કોઈપણ ઘટના બનવાથી માનવી એ નહિ માનશે કે સુખ દુઃખ આપનાર પોતાના સિવાય કોઈ ખીલ વ્યક્તિ છે. માનવી પછી એ જ વિચારશે, મેં એવું જ કોઈ કૃત્ય કર્યું છે, કોઈ એવું

આચરણ કર્તુ છે, તેનું જ આ પરિણામ સામે આવી રહ્યું છે. સંપૂર્ણ દષ્ટિ પોતાની સીમામાં ચાલી જશે. ભાવનાયોગ એક મહત્ત્વપૂર્ણ પ્રક્રિયા છે— પરિવર્તનની, દષ્ટિ બદલવાની.

પ્રશ્ન થાય છે, શું એક વાત વારંવાર ઉચ્ચારવાથી તે સંસ્કાર ધોવાઈ જાય છે. નાઝીઓનું આ પ્રસિદ્ધ સૂત્ર હતું કે એ એક જૂઠાણાને હબરવાર દોહરાવવાથી સાચું બની જશે. હબર વખત પુનરુચ્ચારણ કરવાથી એક અસત્ય સત્ય બની જાય છે. તો શું હબર—લાખવાર પુનરુચ્ચારણ કરવાથી સત્ય સત્ય નહિ બનશે? આવૃત્તિનું પણ પોતાનું મહત્ત્વ છે. આજે વિજ્ઞાનનો વિદ્યાર્થી જાણે છે કે સૂક્ષ્મ તથ્યને પકડવા માટે આવૃત્તિ પર જ ધ્યાન આપવાનું હોય છે. કઈ કઈ ક્લિંત્વ-સીમાં શું શું પકડી શકાય છે તે જાણે છે.

મંત્ર સિદ્ધિ કેવી રીતે?

સમગ્ર આકાશ ધ્વનિઓના પ્રકંપનોથી ભરેલું છે. પરંતુ આપણા જ્ઞાન કે અન્ય યંત્રો બધા ધ્વનિઓને પકડી નથી શકતા. બધા અમુક અમુક ધ્વનિ-પ્રકંપોને જ પકડી શકે છે. આ પણ આવૃત્તિના સિદ્ધાંત પર જ ફલિત થાય છે. તરંગોની દીર્ઘતા અને તરંગોની હ્રસ્વતા, લાંબા તરંગો અને ટૂંકા તરંગો, વેવલેન્થને પકડવી અને આવૃત્તિઓને પકડવી— આ બંને તથ્યોની જ્યારે ખગર પડે છે ત્યારે ભાવનાનું મૂલ્ય આપમેળે સમજાઈ જાય છે. આપણે ભાવનાની કેટલી આવૃત્તિ કરીએ છીએ, કયા તરંગની લંબાઈ-પહોળાઈની સાથે કરીએ છીએ, તેટલી જ આપણા સંસ્કારોની ધોલાઈ થતી જાય છે. મંત્ર વિજ્ઞાનનો આ જ સિદ્ધાંત છે. જો મંત્રનો પ્રયોગ કરનાર એ નથી જાણતો કે કયા મંત્રનું કઈ આવૃત્તિમાં ઉચ્ચારણ થવું જોઈએ, કેટલા તરંગ સાથે થવું જોઈએ, તો મંત્ર ખૂબ ઇષ્ટકારક નથી હોતો. તે લાભદાયી નથી હોતો. મંત્રનો દેવતા હોય છે. મંત્રનો છંદ હોય છે અને મંત્રનો વિનિયોજક હોય છે. તેના વિનિયોગમાં તે બધી વાતો આવે છે. અનુભવી મંત્ર સાધક પોતાના શિષ્યને બતાવે છે—મંત્રનું ઉચ્ચારણ કયા લયમાં કરવું જોઈએ? કેટલી વાર કરવું જોઈએ? કેવી રીતે કરવું જોઈએ? જ્યાં સુધી મંત્ર-સાધક ઉચ્ચારણના હ્રસ્વ-દીર્ઘ, ધ્રુત, ઉદાત, અનુદાત, સ્વરિત વગેરે ભેદ-પ્રભેદોને પૂર્ણપણે જાણી નથી લેતો ત્યાં સુધી મંત્રનો જપ ઇષ્ટ પરિણામદાયક નથી બનતો.

સાધક એનું જ્ઞાન મેળવ્યા વગર દસવર્ષ પછુ મંત્ર જપમાં લાગી રહેવ. છતાં તેને કોઈ લાભ નથી થઈ શકતો. મંત્ર જપથી જે વિદ્યુત ઊર્જા પેદા થવી જોઈએ તે નથી થતી અને મંત્ર સિદ્ધ પણ નથી થતો.

ભાવનાનો પ્રયોગ આ આધાર પર કરવામાં આવે છે કે વારંવાર તે ભાવનાની આવૃત્તિઓ કરે, તરંગો પેદા કરે અને એવું કરતા જ રહે, કરતાં કરતાં એક બિન્દુ એવું આવે છે જ્યાં પહોંચીને જૂના સંસ્કારો ઊપડી જાય છે અને નવા સંસ્કારો દઢ થાય છે. આ ચમત્કારનો પણ માર્ગ છે અને આત્માના રૂપાન્તરણનો પણ માર્ગ છે.

ભાવના પ્રયોગનો ચમત્કાર

મંત્ર પ્રયોગને ભાવનાનો પ્રયોગ પણ કહી શકાય છે. તે એનાથી લિન્ન નથી. આ સમ્મોહનનો પ્રયોગ તો છે જ. જે વ્યક્તિએ પોતાની પ્રાણશક્તિને પ્રખર કરી છે, તે જો સામેની વ્યક્તિને કંઈપણ સૂચના સુઝાવ આપે છે તો સામેની વ્યક્તિની જાગૃત ચેતના સૂઈ જાય છે અને ત્યારે તે પ્રત્યેક સુઝાવને (સૂચનાને) તેમ જ માનવા લાગી જાય છે. ખૂબ વિચિત્ર વાત છે. મોટા ચમત્કાર છે. સૂચના આપનાર વ્યક્તિ સામેની વ્યક્તિના હાથમાં ફેરી આપીને કહે છે કે તમે અંગારા ખાઈ રહ્યા છો. ન તો તેને ફેરીના રસનો સ્વાદ આવશે અને ન ખીજું કંઈ. તે અંગારાનો જ અનુભવ કરશે. સમ્મોહનનો પ્રયોગ કરનાર કહેશે : અંગારા-થી તમારું મોં બળી રહ્યું છે, ફેલ્લા ઊઠી રહ્યા છે. સમ્મોહિત વ્યક્તિનું મોં બળવા લાગશે, ફેલ્લા ઊઠી જશે. જેમ બળવાથી ફેલ્લા થાય છે, તેવા જ ફેલ્લા ફેરી ખાવાથી ઊઠશે. શું આ કંઈ ઓછો ચમત્કાર છે. હિપ્નોટિઝમનો પ્રયોગ કરનાર આ પ્રકારની અનેક આશ્ચર્યકારક વાતો પ્રસ્તુત કરે છે.

સસુદ્ધાત : પ્રાણશક્તિનો પ્રયોગ

ચેતનાને સુવડાવી દેવાથી વિચિત્ર વાત બને છે. યોગ-નિદ્રા દ્વારા જ્યારે ચેતનાને સુવડાવી દેવામાં આવે છે, કાર્યોત્સર્ગ વડે જ્યારે ચેતનાને શાંત અને સમાધિસ્થ કરવામાં આવે છે ત્યારે વિચિત્ર અનુભવ થાય છે. વ્યક્તિ સૂતેલી છે પણ એને લાગે છે કે તે આકાશમાં તરી રહી છે, અંધર લટકી રહી છે. આ બધા પ્રાણશક્તિના પ્રયોગ છે. પ્રાણ બહાર

જઈ શકે છે, બીજામાં પ્રવેશ કરી શકે છે અને આશ્ચર્યકારક ઘટના કરી શકે છે.

ભાવનાનો પ્રયોગ પણ પ્રાણ સાથે સંબંધિત છે. યોગનિદ્રા, સમ્બોહન અને કાયોત્સર્ગ—આ બધા પ્રાણ સાથે સંબંધ છે. બધા પ્રાણના ચમત્કાર છે, તેજસ શરીરના ચમત્કાર છે. ત્યાંથી તેજનાં કિરણો ફૂટે છે, નીકળે છે, ફેલાય છે અને વિવિધ પ્રકારની ઘટનાઓ બનતી હોય છે.

નૈન દર્શનની ભાષામાં એને ‘સમુદ્ઘાત’ની પ્રક્રિયા કહેવામાં આવી છે. તે માત્ર સાધના દ્વારા જ નથી થતી, અન્ય પરિસ્થિતિઓમાં પણ થાય છે. વ્યક્તિ ખૂબ બીમાર છે, ખૂબ કષ્ટ ભોગવી રહી છે, આખું શરીર તરફડી રહ્યું હોય, અકળાઈ રહ્યું હોય, એ સ્થિતિમાં પણ પ્રાણ શરીરમાંથી બહાર નીકળે છે.

હું ઓપરેશન જોઈ રહ્યો હતો

આજના પ્રોબેક્શનનો આ જ સિદ્ધાંત છે. સૂક્ષ્મ-શરીરનું વિશ્લેષણ આજના અધ્યયનનો વિષય છે. પરા-મનોવિજ્ઞાનનો અધ્યેતા એને જોડાણથી જોઈ રહ્યા છે. મેં એક પુસ્તક વાંચ્યું—પ્રોબેક્શન ઓફ એસ્ટ્રલ બોડી. એમાં એટલી વિચિત્ર ઘટનાઓ છે, જેને વાંચીને માણસ આશ્ચર્યચકિત રહી બચ છે. એક મેજર ઓપરેશન થઈ રહ્યું છે. રોગી ટેબલ પર બેઠોશ સૂઈ રહ્યો છે. ડૉક્ટર પોતાનું કામ કરી રહ્યા છે. રોગીનું પ્રાણ-શરીર નીકળે છે. અને આકાશમાં અધ્ધર તરવા લાગે છે. ‘ઓપરેશન કરતા કરતા ડૉક્ટર ભૂલ કરે છે તરત જ એક ધીમે અવાજ આવે છે— ડૉક્ટર! તમે ભૂલ કરી રહ્યા છો. ડૉક્ટર સાંભળે છે અને અવાજ થઈ બચ છે. તે આસપાસ જુએ છે, કોઈ બોલતું નથી. તે છે, તેમનો સહયોગી ડૉક્ટર છે, નર્સ છે. બીજો કોઈ માણસ નથી. કોણ કહ્યું— ડૉક્ટર! તમે ભૂલ કરી રહ્યા છો. ખૂબ આશ્ચર્યમાં ગરકાવ થઈ ગયા. પોતાની ક્રિયા પર ધ્યાન કેન્દ્રિત કર્યું તો તેમને લાગ્યું કે ખરેખર તે ભૂલ કરી રહ્યા છે. પોતાની ભૂલ સુધારી. ઓપરેશન પૂરું થયું. રોગીને લાન આવ્યું. રોગી બોલ્યો : ડૉક્ટર! તમે ઓપરેશન કરી રહ્યા છો. હું ઉપરથી બધું જ જોઈ રહ્યો હતો. એકવાર મેં તમને ટોક્યા. તમે ભૂલ સુધારી લીધી.

પ્રાણુશક્તિની સાથે ભાવનાની યુતિ

આ બધો પ્રાણુશક્તિનો ચમત્કાર છે. ખીમારી વખતે પ્રાણુ શરીરની બહાર નીકળે છે. કોઈકવાર પ્રાણુસ તીવ્ર ગુસ્સામાં હોય છે ત્યારે પણ પ્રાણુશક્તિ બહાર નીકળે છે અને ખૂબ દૂર સુધી ચાલી જાય છે. તીવ્ર ક્રોધની સ્થિતિમાં જ્યારે માનવી ક્રોધને શાપ આપે છે ત્યારે પ્રાણુશક્તિ વ્યક્તિના શરીરની બહાર નીકળે છે, અને જે વ્યક્તિ પર ક્રોધ આવ્યો છે ત્યાં જઈને કંઈક ને કંઈક અનિષ્ટ કરે છે. તેને એની ખબર જ નથી પડતી કે આ અનિષ્ટ કોણે કર્યું છે. ખબર કેવી રીતે પડે? કરનાર સ્થૂળ નથી. એ બને છે સૂક્ષ્મ દ્વારા. સમુદ્ઘાત છે. પ્રાણુ વિસર્જનની પ્રક્રિયા, સંમોહનની પ્રક્રિયા, સમુદ્ઘાતની પ્રક્રિયા અને ભાવનાની પ્રક્રિયા—આ બધામાં પ્રાણુનો નિર્ગમ થાય છે. જેની ભાવના પરિપક્વ થઈ જાય છે, સિદ્ધ પુરુષ કે ભાવિતાત્મા થઈ જાય છે, તેનામાં અપૂર્વ સિદ્ધિઓ હોય છે તે અકલ્પિત ઘટનાઓ સર્જી શકે છે. તે ઇચ્છિત વસ્તુઓનું નિર્માણ કરી શકે છે, ભાવના દ્વારા પ્રાણુની એટલી બધી ક્ષમતા વધી જાય છે કે તે સિદ્ધ પુરુષ બની જાય છે. ભાવિતાત્મા વ્યક્તિ જેવો પદાર્થ જગત પર પોતાનો અધિકાર જમાવી લે છે, તેવો જ એતના જગત પર પણ અધિકાર મેળવી લે છે. તે ઇચ્છે તેવું રૂપાન્તરણ કરી શકે છે. ભાવનાને સાધવાની જરૂર છે. જ્યારે ભાવના સિદ્ધ થઈ જાય છે ત્યારે ટેવોને બદલવાનું સરળ થઈ જાય છે. લોકવ્યવહારમાં આદતને બદલવી અસંભવ માનવામાં આવે છે. તેને આપણે અસંભવ ન માનીએ તોપણ અસંભવની લગભગ તો છે જ. ગૃહસ્થની વાત છોડી દઈ છું. જે સાધુ સંન્યાસી છે, જે તપસ્વી અને એકાંતમાં સાધના કરનાર છે, જે દિવસભર સ્વાધ્યાયમાં રત રહેનાર છે, તે પણ આદતોનું રૂપાન્તરણ કરવામાં સક્ષમ નથી હોતા. તે એને અત્યન્ત મુશ્કેલ માને છે. હકીકતમાં એ છે પણ મુશ્કેલ, પરંતુ જે વ્યક્તિ ભાવનાના ચિરકાલીન પ્રયોગ કરે છે. પ્રાણુશક્તિને ભાવના સાથે જોડી દે છે, તે વ્યક્તિ જ્યારે ઇચ્છે ત્યારે આદતોમાં પરિવર્તન લાવી શકે છે. તેની સંકલ્પશક્તિ કે ભાવનાશક્તિ એટલી પ્રબળ થઈ જાય છે કે જ્યારે ઇચ્છા કરે, જે ઇચ્છે તે તરત જ બની જાય છે.

પોતાનો માલિક પ્રભુ છે

પહેલો પ્રશ્ન આદતોને બદલવાનો નથી. પહેલો પ્રશ્ન છે ભાવનાને જગાડવાનો. ધાર જેટલી તેજ હશે, તેટલો જ તે ઊંડો ઘા કરશે. શસ્ત્રની

ધાર જે તેજ હશે તે તે તેટલી જ તીવ્રતાથી ક્રોધપણુ ચીજને કાપી શકશે. નહિ તે નહિ. જ્યારે આપણે પ્રાણશક્તિની ધાર તીવ્ર બનાવી લઈએ છીએ, ભાવનાની ધાર તેજ કરી લઈએ છીએ ત્યારે બદલવાની વાત સહજ પ્રાપ્ત થઈ જાય છે. ભાવનાની ધાર ત્યારે તેજ થઈ જાય છે જ્યારે ભાવનાનો નિરંતર અભ્યાસ કરવામાં આવે છે. ભાવનાને શક્તિ મળે છે અવચેતન મન દ્વારા. આપણે ધ્યાન ધરવા બેસીએ છીએ, પ્રેક્ષાનો અભ્યાસ કરીએ છીએ, ચિત્તને વિકલ્પમુક્ત કરીએ છીએ, તે પ્રશ્ન થાય છે કે એનાથી શું થશે? એનાથી ધણું બધું થશે. જેટલી શાંતિ, જેટલી સમાધિ, જેટલી નિર્વિકલ્પતા, જેટલું મૌન, જેટલી મનો-ગુપ્તિ, જેટલી વચનગુપ્તિ અને જેટલી કાયગુપ્તિ હશે, પ્રાણશક્તિ તેટલી જ પ્રબળ બનશે. ભાવનાનું બળ તેટલું જ વિકસિત થશે. ભાવનાની ધાર તીક્ષ્ણ હશે. પછી પ્રશ્ન થાય છે—એ શા માટે હશે? નિર્વિકલ્પતાની સ્થિતિથી જગત મસ્તિષ્ક સૂઈ જાય છે. અને સૂતેલું મસ્તિષ્ક જગી જાય છે. જગત મસ્તિષ્કની શક્તિ ઓછી છે, તે એક સેવક સમાન છે. તે માલિક નથી. માલિક ક્રોધ ભીતર બેઠો છે જેની પાસે બધી ચાવીઓ છે. તે આખા ભંડાર પર અધિકાર કરી બેઠો છે, તેની પાસે તે સર્વ કાંઈ છે જે પ્રાપ્તવ્ય છે. માલિક ખૂબ ભીતર બેઠો છે. નિરંતર વૃત્તિ કરનાર મનુષ્ય, નિરંતર ક્રિયાશીલ રહેનાર પુરુષ, આ વાણીને, આ મસ્તિષ્કને અને આ શરીરને સદા ચલાવનાર મનુષ્ય કદી માલિક સુધી પહોંચી નથી શકતો. તેની પહોંચ ફક્ત બાહ્ય મસ્તિષ્ક સુધી જ હોય છે. તે નોકર સુધી જ હોય છે. આવી સ્થિતિમાં મોટી વાત કેવી રીતે બનશે? મોટી વાત અને મોટી ઘટના બનવા માટે જરૂર છે માલિક પાસે પહોંચી જવાની. પોતાના પ્રભુ પાસે પહોંચી જવાની. આધિકારી પાસે પહોંચી જવાની, તેની પાસે પહોંચીને માનવી કહે છે કે મારે હવે આ નોકર પાસેથી કામ નથી લેવું, આપના શરણમાં રહેવું છે. આપની પાસેથી કામ લેવું છે. આપની પાસે અટૂટ ભંડારની જે ચાવીઓ છે તેને પ્રાપ્ત કરીને અમાપ ખબનાને પ્રાપ્ત કરવો છે.

આપ વિજ્ઞાનનો ઇતિહાસ વાંચો. મોટા મોટા વૈજ્ઞાનિકોએ બતાવ્યું છે કે જ્યારે અમે સમાધિની સ્થિતિમાં હતા, અર્ધનિદ્રા જેવી સ્થિતિમાં હતા ત્યારે તે પરમ સત્યનું અવતરણ થયું. અમને તે સિદ્ધાંત જ્ઞાત થયો જે આજ સુધી અજ્ઞાત હતો. આ મોટી ઉપલબ્ધિ અચાનક થઈ. અમે ધન્ય થઈ ગયા. અમારો શ્રમ ફળ્યો.

આરાધના ભાવનાયોગ છે

ભાવનાની પ્રક્રિયા અજ્ઞાત સુધી પહોંચવાની પ્રક્રિયા છે આરાધનાનું એક ખૂબ મોટું સૂત્ર છે—ભાવનાયોગ. જે વ્યક્તિ ભાવનાયોગની સીમામાં ચાલી જાય છે, ભાવનાનો અભ્યાસ શરૂ કરે છે, તે અજ્ઞાત શક્તિઓને જ્ઞાત જગતમાં લાવવાનો માર્ગ ખોલી દે છે. આપણે આરાધના કરીએ. જ્ઞાન એક આરાધના છે. સ્વાધ્યાય એક આરાધના છે. આત્મનિરીક્ષણ અને આત્મવિશ્લેષણ એક આરાધના છે. પ્રેક્ષાધ્યાનનો અભ્યાસ કરનાર વ્યક્તિ એ ન વિચારે કે દસ દિવસનો કીમતી સમય, મૂલ્યવાન સમય એમ જ વીતી ગયો. શું મળ્યું? તે એ વિચારે કે જીવનનો બધો સમય એમ જ વીતાવી દીધો. દસ દિવસનો આ સમય સાર્થક થયો છે. પ્રભુ સુધી પહોંચવાની દિશામાં થયો છે. આ જ જીવનની સાર્થકતા છે. એનાથી મોટી બીજી કોઈ સાર્થકતા હોઈ શકે છે? જો આપણી દષ્ટિ સમ્યક્ બની જાય, સાર્થકને સાર્થક અને નિરર્થકને નિરર્થક સમજવા લાગી જાય તો આપણને અનુભવ થશે કે જે ક્ષણ ચૈતન્યના સાન્નિધ્યમાં વીતે છે, તે ક્ષણ સાર્થક હોય છે. જે ક્ષણ પદાર્થના સાન્નિધ્યમાં વીતે છે, તે જીવનયાત્રા માટે સાર્થક થઈ શકે છે, પરંતુ અન્તરયાત્રા માટે નહિ. પદાર્થની સાન્નિધિ એક અપેક્ષા છે. એના વગર જીવન કેવી રીતે ચાલે? પરંતુ ચૈતન્યની સાન્નિધિ એના કરતાં મૂલ્યવાન છે. આ વાત પ્રેક્ષાધ્યાનના વિભિન્ન પ્રયોગોથી સમજનામાં આવશે.

આપણે જે વાતાવરણમાં જીવી રહ્યા છીએ, તેનાથી મુક્ત થઈને નવા વાતાવરણમાં જીવવાનું શીખીએ. હું આ ધ્યાન સાધનાને એટલી જ માનું છું કે વ્યક્તિ જીવન પર એક પ્રકારનું જીવન જીવે છે, હવે તે એનાથી દૂર જઈને એક નવા પ્રકારનું જીવન જીવવાનો પ્રારંભ કરે છે. જો તે આ તરફ પ્રસ્થાન કરવા માટે પગલાં માંડે તો તેને તે ક્ષણે એ અનુભવ થશે કે જે વિરાટ જગતને તેણે પહેલાં કદી જોયું ન હતું તે ચૈતન્યનું વિરાટ જગત પ્રત્યક્ષ થઈ રહ્યું છે. બસ, આપણે બધાં તે તરફ પ્રસ્થાન કરવાની તૈયારી કરીએ.



प्रेरणा दाता

स्व. श्री मगनभाई नगीनभाई वकीलवाला	सुरत
स्व. श्री नेमचन्द नगीनभाई वकीलवाला	”
स्व. श्री मनुबेन मोतीचन्द, झवेरी	”
स्व. श्री जीवनभाई चुन्नीभाई श्रोफ	बडोदरा
श्री जतीनभाई जीवनभाई श्रोफ	”
भ. सौ. भानुमति जतीनभाई श्रोफ	”
श्री रमणिकभाई कपूरचन्द झवेरी	बम्बई
श्री गुलाबचन्द मोतीचन्द झवेरी	”
श्री किशोरभाई मोतीचन्द झवेरी	”
श्रीमती शैलबेन किशोरभाई झवेरी	”
श्री बिरघीचन्द भैरंदानजी छाजेड	सुरत
श्री गुलाबचन्द भैरंदानजी छाजेड,	दिल्ली
श्री नोरतनमल भैरंदानजी छाजेड,	कलकत्ता
स्व. श्री जीवराजजी सेखानी	सुरत
शाह रतनलाल कर्मचन्द जैन	”
श्री राजमलजी बांठिया	”
सर्वश्री कोडामल बहादुरमल	”
श्री रूपचन्द सेठिया	”
श्री अम्बालालजी देवीचन्दजी जैन	”
श्री लक्ष्मीलालजी बाफना,	उधना
श्री फूलचन्दजी छोगालालजी	सुरत
श्री मोहनलालजी गहरीलालजी जैन	”
श्री फतेहचन्दजी पारसमलजी रामपुरिया	”
श्री बिहारीलालजी वृजलालजी जैन	उभेल
श्री चम्पकभाई के. महेता	सुरत
श्री प्रवीणचन्द रूपचन्दभाई वकील	”
श्री नानालालजी मेडतवाल	”
श्री सुवालालजी जीवराजजी बोल्या,	उधना
शाह अम्बालाल मीठालाल,	सुरत
श्री मनरूपजी खेतीजी भोगर	सायरा

श्री बाबूभाई वी. मेहता बाववाला	सुरत
श्री सेवन्तीलाल एन. मेहता बाववाला	„
सर्वश्री सुमन पैकैजिंग	„
सर्वश्री इस्ट इन्डिया सिल्क कोरपोरेशन	„
सर्वश्री आशकरण कन्हैयालाल	„
सर्वश्री ललितकुमार अशोककुमार एण्ड कं.	„
श्री मदनलालजी गोयल	„
श्री बाबूभाई वी. बाववाला	„
श्री नोरतनमलजी बाघमलजी सुराणा	„
श्री बिहारीलालजी जैन	„
श्री घासीरामजी कोठारी	„
श्री पुखराजजी कोठारी	„
श्री फूलचन्दजी कोठारी	„
श्री भंवरलालजी देवीलालजी मेहता	„
श्री प्यारचन्दजी भंवरलालजी मेहता	„
श्री कान्तीलालजी भंवरलालजी मेहता	„
सर्वश्री अंजना एण्टरप्राइजेज, बोम्बे मार्केट	„
सर्वश्री अशोक सिल्क मिल्स	„
सर्वश्री एलाईट कोरपोरेशन	„
सर्वश्री पारस सिन्थेटिक्स	„
श्री मांगीलालजी भंवरलालजी जैन	„
श्री बसन्तकुमारजी भंवरलालजी जैन	„
श्री शान्तीलालजी भंवरलालजी जैन	„
सर्वश्री वी. हितेश एन्ड कम्पनी	„
श्रीमती सुन्दरदेवी जसराज जैन	„
सर्वश्री अशोक टैक्सटाईल्स	„
सर्वश्री वन्दे ट्रेडिंग कम्पनी	„
सर्वश्री अलंकार सिल्क मिल्स	„
श्री राजकुमार बरमेचा	„
श्री महेन्द्रकुमार बरमेचा	„
श्री पदमकुमारजी भादानी	„
सर्वश्री अम्बिका कार्मशियल कारपोरेशन	„

सर्वश्री शुभ सिन्धेटिक्स	सुरत
श्री बुधमलजी नाहटा	”
श्री देवीलालजी गहरीलालजी शाह	”
श्री टेकचन्दजी छगनलालजी शाह	”
श्री शोभालालजी दलीचन्दजी राठौड़	”
रणजीत सिंहजी चोरडिया	”
श्री चतुर्भुजजी बैद	”
गुप्त नाम	”
सर्वश्री निधी सिन्धेटिक्स	”
श्री गणेशमलजी सुराणा	”
श्रीमती इचरज देवी गणेशमलजी सुराणा	”
श्री मदनलालजी धर्मन्द्रकुमारजी कोठारी	”
श्री मांगीलालजी बैद	”
श्री हंसराजजी डागा	”
श्री विजयसिंहजी बोथरा	”
श्री पन्नालालजी चोरडिया	”
श्री श्रीचन्दजी विनोदकुमारजी कोचर	”
सर्वश्री इन्दर ट्रेडिंग कम्पनी	”
श्री माणकचन्दजी पटावरी	”
श्री राजेश टैक्सटाईल्स	”
श्री दिलीपकुमारजी बच्छावत	”
श्री सुरेन्द्रकुमारजी चोपडा	”
श्री धर्मचन्द्रजी बच्छावत	”
श्री अमृतलालजी स्वरूपचन्दजी दोशी	”
श्री पारसमलजी मेड़तवाल	”
श्री शान्तिलालजी कालूलालजी मेड़तवाल	”
श्री किसनलालजी चन्दनमलजी मादरेचा	”
श्रीमती कमलादेवी किसनलालजी मादरेचा	”
श्री हंसमुख एन. संघवी बाववाला	”
श्री जयन्ती डी. मेहता बाववाला	”
श्री वाडीलाल यू. मेहता बाववाला	”
श्री प्रवीण वी. मेहता बाववाला	”

सर्वश्री संजय इण्टरप्राईजेज	सुरत
श्री सुमेरमलजी चोरडिया	”
श्री टी. ओकचन्दजी जैन	चिकमंगलूर
सर्वश्री अभिनन्दन इण्टरप्राईजेज	सुरत
सर्वश्री आशीष इण्टरप्राईजेज	”
सर्वश्री वी. मोतीलाल एण्ड कं.	”
सर्वश्री आशीर्वाद इण्टरप्राईजेज	”
सर्वश्री विशाल इण्टरनेशनल	”
शाह कन्हैयालाल मुकेश कुमार एण्ड कं.	”
शाह मोहनलाल उदसराज एण्ड कं.	बेंगलूर
सी. जयन्ती एण्ड ब्रादर्स	सुरत
सर्वश्री धेवरचन्द मोहनलाल	”
श्री डूंगरमलजी कोठारी एडवोकेट	बालोतरा
श्री मोहनलालजी भंवरलालजी जैन	सैमड
शाह भंवरलालजी पूनमचन्दजी भोगर	सायरा
सर्वश्री लेहरीलाल मीठालाल एण्ड कं.	सुरत
श्री डूंगरमलजी ललवाणी	”
सर्वश्री दीपक ट्रेडिंग कम्पनी	”
सर्वश्री वरदान सिल्क मिल्स	”
शाह सोहनलालजी देवीलालजी मेहता	सायरा
सर्वश्री देवीलालजी अम्बालालजी बौराणा	सुरत
शाह मीठालालजी राठौड	”
श्री राणमलजी जीरावला	”
श्री सोहनलालजी मोहनलालजी जीरावला	”
श्री बाबूभाई सी. मेहता-बाववाला	”
श्री बाबुलालजी माण्डोत	उधना
शाह सोहनलालजी फूलचन्दजी	”
श्री मदनलालजी गादिया	सुरत
श्री हुकमचन्द ओसवाल जरीवाला	”
श्री जैन ट्रेडिंग कम्पनी	”
सर्वश्री बहादुरसिंह बिजेन्द्रसिंह	”
श्री छगनलालजी चिण्डालिया	”

श्री बाबुलालजी बैद	सुरत
श्री पारसमलजी हीरालालजी शाह	उधना
सर्वश्री ललितकुमार महेंद्रकुमार एण्ड कं.	सुरत
सर्वश्री संघवी टैक्सटाईल्स	”
सर्वश्री राजस्थान जनरल प्राइवटस	”
श्री अम्बालालजी देवीचन्दजी	”
श्रीमती कान्ता देवी सेठिया	”
श्री सूरजमलजी लूणिया	”
हेवन आईस्क्रीम	”
सर्वश्री ज्योति स्टील सेण्टर	”
” गौतम जनरल स्टोर ३२२१०	”
श्री लक्ष्मीलालजी भैरूलालजी शाह	”
श्री जेसराजजी सेखानी	”
श्रीमती पन्ना देवी सेखानी	”
श्री शैलेशभाई कुसुमचन्दभाई जवेरी	”
श्रीमती चेतनाबेन शैलेशभाई जवेरी	”
श्री चिन्तन शैलेशभाई जवेरी	”
श्रीमती सुगनी देवी चोरडिया	”
श्री हड़मानमल चोरडिया	”
सर्वश्री नेशनल प्राइवटस	”
श्री घासीरामजी चोरडिया	”
श्री शुभकरण बैद	”
श्री रामलाल बैद	”
श्री प्रेमकुमार बैद	”



