ઘ - 47603

# જૈન શિક્ષાવલી

## બ્રહ્મચર્ય

ત્રીજી શ્રેણી

૬

नम्र सूचन
इस ग्रन्थ के अभ्यास का कार्य पूर्ण होते ही नियत समयावधि में शीघ्र वापस करने की कृपा करें. जिससे अन्य वाचकगण इसका उपयोग कर सकें.

Ac. Gunratnasuri MS

Jin Gun Aradhak Trust

જૈન શિક્ષાવલી : શ્રેણી ત્રીજી : પુષ્પ છઠ્ઠું

# બ્રહ્મચર્ય

લેખક :
મનસુખલાલ તારાચંદ મહેતા

સંપાદક :
સાહિત્યવારિધિ શતાવધાની પંડિત
શ્રી ધીરજલાલ ટોકરશી શાહ

પ્રકાશક :
જૈન સાહિત્ય-પ્રકાશન-મંદિર
મુંબઈ - ૯.

મૂલ્ય : પચાસ નયા પૈસા

Ac. Gunratnasuri MS　　Jin Gun Aradhak Trust

પ્રકાશક :
નરેંદ્રકુમાર ડી. શાહ
વ્યવસ્થાપક : જૈન સાહિત્ય-પ્રકાશન-મંદિર
લધાભાઈ ગુણપત બીલ્ડીંગ
ચીંચબંદર, મુંબઇ-૯.

પ્રથમ આવૃત્તિ
સં. ૨૦૧૭ : સને ૧૯૬૧
સર્વ હક્ક પ્રકાશકને સ્વાધીન

મુદ્રક :
મણિલાલ છગનલાલ શાહ
ધી નવપ્રભાત પ્રિંન્ટીગ પ્રેસ
ઘીકાંટારોડ, અમદાવાદ.

Ac. Gunratnasuri MS Jin Gun Aradhak Trust

# પ્રકાશકનું નિવેદન

સં. ૨૦૧૪ ના શ્રાવણ વદિ આઠમને રોજ જૈન શિક્ષાવલીની યોજના સક્રિય બની હતી. તે વખતે તેની ત્રણ શ્રેણીઓ પ્રકટ કરવાની ભાવના હતી, જે આ શ્રેણીનાં પ્રકાશન સાથે પૂર્ણ થાય છે અને અમારાં હૃદયમાં અકથ્ય આનંદની લહરિઓ પ્રકટાવતી જાય છે.

આ પુસ્તકો માટે અમને આજસુધીમાં વણમાગ્યા અનેક અભિપ્રાયો પ્રાપ્ત થયા છે અને તેમાં આ પુસ્તકોની ઉપયોગિતા તથા રસમય શૈલી વિષે સંતોષ કે આનંદ પ્રકટ કરવામાં આવ્યો છે, એટલે અમારો આ પ્રયાસ સફલતાને પ્રાપ્ત થયો છે, એમ માનીએ તો અયોગ્ય નથી.

આ ત્રણ શ્રેણીમાં કુલ ૧૭૦૦ ઉપરાંત પૃષ્ઠોનું વાંચન અપાયું છે અને તેમાં અનેક ઉપયોગી બાબતોનો સમાવેશ કરવામાં આવ્યો છે, એટલે જેને જૈન ધર્મના વાસ્તવિક મર્મથી પરિચિત થવું છે, તેને માટે તે અત્યંત ઉપયોગી છે, એમ કહેવામાં અમે જરાય સંકોચ અનુભવતા નથી.

દર વર્ષે એક એક શ્રેણીનું પ્રકાશન થઈ શક્યું, તેમાં પૂજ્ય આચાર્યો, મુનિવરો, ધર્મરસિક તથા સાહિત્યપ્રિય ગૃહસ્થો, સંબંધીઓ અને મિત્રો એ બધાનો સહકાર કારણભૂત છે, તેથી આ તકે એ બધાનો હાર્દિક આભાર માનીએ છીએ અને હવે પછીની અમારી સાહિત્યપ્રકાશનની યોજનાને એ જ રીતે સહકાર આપતા રહેવાની વિનંતિ કરીએ છીએ.

વિશેષ આભારદર્શન આ શ્રેણીનાં છેલ્લાં પુસ્તકમાં આપેલું છે, તે જોઈ જવા વિનંતિ છે.

**પ્રકાશક.**

Ac. Gunratnasuri MS Jin Gun Aradhak Trust

# વિષયાનુક્રમ


૧ પ્રાસ્તાવિક

૨ બ્રહ્મચર્યની વ્યાખ્યા

૩ બ્રહ્મચર્યની મહત્તા

૪ બ્રહ્મચર્યનાં સ્વરૂપ અંગે કેટલીક વિચારણા

૫ સ્ત્રી અને પુરુષના સ્વભાવમાં છૂપાયેલી દુર્વૃત્તિઓ

૬ બ્રહ્મચર્યપાલન માટેના આહાર–વિહાર

૭ બ્રહ્મચર્યની સ્થિરતાના દશ ઉપાયો

૮ બ્રહ્મચર્યની સ્થિરતા માટેના કેટલાક નિયમો

૯ છેવટની વાત



Ac. Gunratnasuri MS Jin Gun Aradhak Trust

॥ ॐ ह्रीँ अर्हँ नमः ॥

# બ્રહ્મચર્ય

## ૧—પ્રાસ્તાવિક

બ્રહ્મચર્ય કોને કહેવાય? બ્રહ્મચર્યની મહત્તા શી? બ્રહ્મચર્યનું સ્વરૂપ કેવું હોય? બ્રહ્મચર્યનાં પાલન માટે કેવો આહાર-વિહાર હોવો જોઈએ? વગેરે બાબતો અંગે મેં જે કંઈ વાંચ્યું-વિચાર્યું છે, તે પાઠકો આગળ રજૂ કરું છું. હું કોઈ સિદ્ધહસ્ત લેખક નથી, તેમ લખવું એ મારો વ્યવસાય નથી, પરંતુ સદ્ગ્રંથોનો સ્વાધ્યાય કરતાં મારાં મનમાં જે વિચારો સ્ફુરે છે, તેને વ્યક્ત કરવાનો હું અવાર-નવાર પ્રયાસ કરું છું. પાઠકો આને પણ એવો જ એક પ્રયાસ સમજે.

## ૨—બ્રહ્મચર્યની વ્યાખ્યા

બ્રહ્મચર્યનો વ્યુત્પત્તિથી અર્થ કરવામાં આવે તો **ब्रह्मणि चरणमिति ब्रह्मचर्यम्**—અર્થાત્ આત્મામાં વિચરવું એનું નામ બ્રહ્મચર્ય છે, પરંતુ વીર્યની રક્ષા કર્યા સિવાય આત્મામાં વિચરવું અશક્ય હોવાથી વીર્યની રક્ષા કરવી એજ બ્રહ્મચર્ય, એમ મનાયું છે. ' **वीर्यनिरोधो हि ब्रह्मचर्यम्।**'

મહર્ષિ પતંજલિ યોગસૂત્રમાં કહે છે કે ' **ब्रह्मचर्यप्रतिष्ठायां वीर्यलाभः**—બ્રહ્મચર્યની દૃઢતા થવાથી વીર્યનો

Ac. Gunratnasuri MS Jin Gun Aradhak Trust

લાભ થાય છે.' આની ટીકામાં ભોજદેવે કહ્યું છે કે 'જે માણસ બ્રહ્મચર્યની રક્ષા કરે છે, તેને બ્રહ્મચર્યની વિશેષતાથી નિરતિશય સામર્થ્યનો આવિર્ભાવ થાય છે. વળી વીર્યનો નિરોધ એ જ બ્રહ્મચર્ય છે. તેના સંયમથી શરીર, ઇન્દ્રિય અને મનમાં વિશેષ શક્તિ પ્રાપ્ત થાય છે.'

શ્રી યોગભાષ્યમાં ગુપ્તેન્દ્રિયરૂપ ઉપસ્થના દઢ નિગ્રહને બ્રહ્મચર્ય તરીકે વર્ણવ્યું છે.

શ્રી દક્ષસંહિતામાં મૈથુનનાં આઠ અંગો વર્ણવી તેનો ત્યાગ કરવો, તેને બ્રહ્મચર્ય કહ્યું છે.

યાજ્ઞવલ્કય–સંહિતામાં કહ્યું છે કે 'મન, વાણી અને શરીરથી સર્વ અવસ્થાઓમાં સર્વદા સર્વત્ર મૈથુનનો ત્યાગ કરવો, તેને બ્રહ્મચર્ય કહેવાય.'

જૈન શાસ્ત્રોએ બ્રહ્મચર્યનો અર્થ વિશાળ કર્યો છે. પ્રસિદ્ધ જિનાગમ શ્રી સ્થાનાંગસૂત્રના નવમા સ્થાનની ટીકામાં કહ્યું છે કે 'ब्रह्म च कुशलानुष्ठानं, तच्च तच्चर्यं चाऽऽसेव्यमिति ब्रह्मचर्यम्–બ્રહ્મ એટલે કુશલ અનુષ્ઠાન, તે અને તેનું સેવન કરવું તે બ્રહ્મચર્ય. તાત્પર્ય કે આત્માનું હિત કરનારી જે ક્રિયા હોય તે બ્રહ્મચર્ય કહેવાય.

શ્રી હેમચંદ્રાચાર્યે યોગશાસ્ત્રના પ્રથમ પ્રકાશમાં જણાવ્યું છે કે—

दिव्यौदारिककामानां, कृतानुमति–कारितैः ।
मनोवाक्कायतस्त्यागो, ब्रह्माष्टादशधा मतम् ॥

'દિવ્ય અને ઔદારિક કામોનો મનથી, વચનથી અને

Ac. Gunratnasuri MS Jin Gun Aradhak Trust

શરીરથી, કરવા, કરાવવા અને અનુમોદવાનો ત્યાગ કરવો તે બ્રહ્મચર્ય છે, જે અઢાર પ્રકારનું મનાયેલું છે.'

દિવ્ય એટલે દેવતાનાં શરીર સંબંધી અને ઔદારિક એટલે મનુષ્ય અને પશુનાં શરીર સંબંધી. આમ બે પ્રકારનો કામ. તેને મન, વચન અને કાયાએ ગુણતાં ૬ પ્રકાર થાય અને તેને કરવા, કરાવવા અને અનુમોદવારૂપ ત્રણ કરણે ગુણતાં ૧૮ પ્રકાર થાય. તેનો ત્યાગ કરવો તેનું નામ બ્રહ્મચર્ય.

આ પરથી બ્રહ્મચર્યનો અર્થ કોઈએ માત્ર બસ્તિ-નિરોધ સમજવાનો નથી, પણ સર્વ કામભોગોનો ત્યાગ સમજવાનો છે.

બ્રહ્મચર્ય એ શીલ અર્થાત્ ચારિત્રનો અતિ અગત્યનો ભાગ છે અને તેથી કાલાંતરે બ્રહ્મચર્ય અને શીલ એ સમાન અર્થસૂચક શબ્દો બની ગયા છે. તેના પરથી શિયળ શબ્દ પ્રચારમાં આવ્યો છે. ખાસ કરીને જૈન સાહિત્યમાં તેનો વિશેષ ઉપયોગ થાય છે.

બ્રહ્મચર્યનો અર્થ સમજવા માટે નીચેના બે શ્લોકો પણ ઉપયોગી છેઃ

सर्वेषां इन्द्रियाणां च युगपद्येव संयमः ।
लक्षणं ब्रह्मचर्यस्य न्याययुक्तं विचारतः ॥

'બધી ઇન્દ્રિયોનો એકી વખતે જ સંયમ એ બ્રહ્મચર્યનું ન્યાયયુક્ત લક્ષણ છે.'

कर्मणा मनसा वाचा सर्वावस्थासु सर्वदा ।
सर्वत्र मैथुनत्यागो ब्रह्मचर्यं प्रचक्षते ॥

Ac. Gunratnasuri MS Jin Gun Aradhak Trust

'મન, વચન, કાયાવડે સઘળી અવસ્થામાં મથુનનો ત્યાગ કરવો અને વીર્યની રક્ષા કરવી, તેને જ બ્રહ્મચર્ય કહે છે.'

વર્તમાન વિચારકોમાં બ્રહ્મચર્યનો અર્થ સમજાવતાં મહાત્મા ગાંધીજીએ કહ્યું છે કે: "બ્રહ્મચર્યનો પૂરો ને બરોબર અર્થ બ્રહ્મની શોધ. બ્રહ્મ સૌમાં વસે છે, એટલે તે શોધ અંતર્ધ્યાન ને તેથી નીપજતા અંતર્જ્ઞાનથી થાય. એ અંતર્જ્ઞાન ઇન્દ્રિયોના સંપૂર્ણ સંયમ વિના અશક્ય છે. તેથી સર્વ ઇન્દ્રિયોનો મનથી, વાચાથી ને કાયાથી સર્વ ક્ષેત્રે સર્વકાળે સંયમ તે બ્રહ્મચર્ય. આવાં બ્રહ્મચર્યનું સંપૂર્ણ પાલન કરનાર સ્ત્રી કે પુરુષ કેવળ નિર્વિકારી હોય. તેથી એવાં સ્ત્રીપુરુષ ઇશ્વરની સમીપ વસે છે; તે ઈશ્વર જેવાં છે.* જેની વિષયેન્દ્રિય સ્વપ્નમાંયે કદી વિકાર ન જ પામે તે જગદ્વંદનીય છે. તેને સારૂ બીજો સંયમ સહજ વસ્તુ છે, એમાં શક નથી."

સદ્ગત શ્રી. કિશોરલાલ મશરૂવાલા બ્રહ્મચર્યનો અર્થ સમજાવતાં કહે છે કે: "બ્રહ્મચર્ય એટલે બ્રહ્મ અથવા ઇશ્વરને માર્ગે ચર્યા (ચાલવું). સર્વે શક્તિઓને ઈશ્વરને માર્ગે વાપરવી તે બ્રહ્મચર્ય. તેમાં પ્રજોત્પત્તિની શક્તિ પણ આવી. તેનેય ઈશ્વરને માર્ગે ચલાવવી. એટલે કે જે ઉદ્દેશથી આ અદ્ભુત શક્તિ પ્રાણીઓને મળી છે, તે ઉદ્દેશ જગતનું હિત થાય એ રીતે સિદ્ધ કરવા માટે જ તેનો ઉપયોગ,

* નવજીવન-૨૫-૫-૧૯૨૪.

Ac. Gunratnasuri MS Jin Gun Aradhak Trust

તેજ બ્રહ્મચર્ય. તેમાં કૃત્રિમ અભોગને, ગમે તે પ્રકારના સંભોગને કે વિકૃત સંબંધોને અવકાશ નથી. પ્રજોત્પત્તિ તેમાં કેવળ ભોગનું પરિણામ નહીં, પણ ઉદ્દેશ હોવો જોઇએ."

## ૩—બ્રહ્મચર્યની મહત્તા

બ્રહ્મચર્યની મહત્તા વિષે જૈનાગમોમાં કહ્યું છે કે—

'બ્રહ્મચર્ય એ ધર્મરૂપી પદ્મસરોવરની પાળ છે, ગુણ-રૂપી મહારથની ધોંસરી છે, વ્રતનિયમોરૂપી ધર્મવૃક્ષનું થડ છે અને શીલરૂપી મહાનગરના દરવાજાની ભોગળ છે.'

'જેણે બ્રહ્મચર્યની આરાધના કરી, તેણે સર્વ વ્રતો, શીલ, તપ, વિનય, સંયમ, સમિતિ, ગુપ્તિ અરે! મુક્તિની પણ આરાધના કરી.'

'બ્રહ્મચર્ય ધર્મ ધ્રુવ છે, નિત્ય છે, શાશ્વત છે અને જિનોપદિષ્ટ (જિનોએ ઉપદેશેલો) છે. એનાં પાલનથી પૂર્વ કાળમાં અનંત જીવો સિદ્ધ થઈ ગયા, વર્તમાનમાં થાય છે અને ભવિષ્યમાં થશે.'

'દેવો, દાનવો અને ગાંધર્વ જાતિના દેવો, યક્ષો, રાક્ષસ અને કિન્નર જાતિના દેવો પણ જે દુષ્કર એવા બ્રહ્મચર્યને પાળે છે, તેવા પુરુષોને નમસ્કાર કરે છે.'

જૈનાગમ શ્રી પ્રશ્નવ્યાકરણસૂત્રમાં એટલે સુધી કહ્યું છે કે 'स इसी स मुणी स संजए स एव भिक्खु जो सुद्धं चरति बंभचेरं—તે જ ઋષિ છે, તે જ મુનિ છે, તે જ સંયમી છે અને તે જ ભિક્ષુ છે કે જે શુદ્ધ બ્રહ્મચર્યનું પાલન કરે છે.' તાત્પર્ય કે જ્યાં શુદ્ધ બ્રહ્મચર્યનું પાલન નથી, ત્યાં

Ac. Gunratnasuri MS Jin Gun Aradhak Trust

નથી ઋષિપણું, નથી મુનિપણું, નથી સંયતપણું કે નથી ભિક્ષુપણું.

શ્રી હેમચંદ્રાચાર્યે યોગશાસ્ત્રમાં કહ્યું છે કે 'બ્રહ્મચર્યનાં પાલનથી મનુષ્યો દીર્ઘાયુષી, સુડોળ, સુદૃઢ બાંધાવાળા, તેજસ્વી, તેમજ મહાવીર્યવાન બને છે. ચારિત્રનાં પ્રાણભૂત, પરબ્રહ્મ–મોક્ષના અદ્વિતીય ઉપાયરૂપ બ્રહ્મચર્યનું પાલન કરનાર મનુષ્ય નરેન્દ્રો અને દેવેન્દ્રોથી પણ પૂજાય છે.'*

ઉપાધ્યાય શ્રી યશોવિજયજી મહારાજે કહ્યું છે કે—

મંત્ર ફળે, જગ જશ વધે, દેવ કરેરે સાન્નિધ;
બ્રહ્મચર્ય નર જે ધરે, તે પામે નવનિધ.

'જે મનુષ્ય બ્રહ્મચર્યને ધારણ કરે છે, તેને જ મંત્ર–જપનું ફળ મળે છે, તેનો આ જગતમાં યશ વધે છે, તેને દેવો સહાય કરે છે અને તે નવનિધિ પામે છે, અર્થાત્ તેને જગતની સર્વ રિદ્ધિસિદ્ધિ પ્રાપ્ત થાય છે.'

આજે મંત્રો ફળદાયક થતા નથી, એવી જે બૂમ ઉઠી છે, તેનું એક કારણ એ પણ છે કે તેની ગણના કરનારાઓ શુદ્ધ બ્રહ્મચર્યનું પાલન કરતા નથી. જો મન–વચન–કાયાથી બ્રહ્મચર્યનું શુદ્ધ પાલન થતું હોય તો મંત્ર ફળ્યા વિના રહે નહિ.

પુષ્કળ ધન ખર્ચવા છતાં અને ભારે પરિશ્રમ ઉઠાવવા છતાં મનુષ્યોને યશ મળતો નથી, પરંતુ જ્યાં બ્રહ્મચર્યનું શુદ્ધ પાલન થતું હોય ત્યાં અવશ્ય તેની પ્રાપ્તિ થાય છે.

* પ્રકાશ બીજો, શ્લોક ૧૦૪–૫.

Ac. Gunratnasuri MS Jin Gun Aradhak Trust

સદાચારની મર્યાદામાં બ્રહ્મચર્યનું શુદ્ધ પાલન કરનારને પણ દેવોએ સહાય કર્યાના અનેક દાખલાઓ છે. સતી સુભદ્રા ઉપર કલંક આવ્યું, ત્યારે શાસનદેવીએ તેનું નિવારણ કરવા માટે અજબ સહાય કરી હતી. સતી કલાવતીનાં કાંડાં કપાયાં અને તેને ભયંકર વનમાં એકલી છોડી દેવામાં આવી, ત્યારે પણ દેવોએ જ સહાય કરી હતી. આવાં દૃષ્ટાંતો શાસ્ત્રોમાં અનેક નોંધાયેલાં છે.

બ્રહ્મચર્યનું શુદ્ધ પાલન કરનારને દુન્યવી રિદ્ધિ-સિદ્ધિની બહુ કામના રહેતી નથી, આમ છતાં બ્રહ્મચર્યનો પ્રતાપ એવો છે કે સર્વ રિદ્ધિ-સિદ્ધિ પોતાની મેળે જ ત્યાં આવી જાય છે. કહ્યું છે કે—

અણિશુદ્ધ બ્રહ્મચારી જેઓ, ખરે ન જેનું વીર્યબિંદુ;
અતુલ બલી તે, પ્રચંડ કાર્યો, કરતાં પ્રકટાવે સુખસિંધુ.

'જે બ્રહ્મચર્યનું અણિશુદ્ધ પાલન કરનારા છે, જેનું વીર્ય સ્ખલન પામતું નથી, તે અતુલ બળવાન બનીને આ જગતમાં પ્રચંડ કાર્યો કરે છે અને સુખનો સિંધુ-સાગર પ્રકટાવે છે.'

બ્રહ્મચર્ય માટે આ જેવું તેવું પ્રમાણ-પત્ર નથી. ઇતિહાસ પણ કહે છે કે જેમણે શુદ્ધ નૈષ્ઠિક બ્રહ્મચર્ય પાળ્યું તેઓ જ આ જગતમાં મહાન કાર્યો કરવાને શક્તિમાન થયા. મહાન કાર્યોથી અહીં યુદ્ધ કે માનવોની સંહારલીલા સમજવાની નથી, એ તો અનેક સ્ત્રીઓના ભોગી અને વિષયલંપટ મનુષ્યો પણ કરે છે. પરંતુ અહીં મહાન

Ac. Gunratnasuri MS Jin Gun Aradhak Trust

કાર્યોથી લોકો ઉપર પરમ ઉપકાર કરનાર શાસ્ત્રોની રચના તથા દયા, દાન, પરોપકાર આદિ કૃત્યો સમજવાનાં છે.

આપણા મહાન આચાર્યો શ્રી સિદ્ધસેન દિવાકર, શ્રી હરિભદ્રસૂરિ, શ્રી હેમચંદ્રાચાર્ય, શ્રી હીરવિજયસૂરિ, વગેરે જે મહાન કાર્યો કરી ગયાં, તેનું કારણ એ હતું કે તેઓ શુદ્ધ બ્રહ્મચર્ય પાળનારા હતા. સ્વામી રામતીર્થ, સ્વામી વિવેકાનંદ અને મહર્ષિ રમણ વગેરેએ પોતાનાં જીવન દરામયાન જનતા પર જે મહાન પ્રભાવ પાડ્યો, તે બધાનાં મૂળમાં પણ બ્રહ્મચર્યની જ શક્તિ હતી. આચાર્ય વિનોબાજીએ આ ઉંમરે ભૂમિદાનરૂપી યજ્ઞ શરૂ કરી પ્રજાને શાંતિ અને સેવાનો એક નવો જ માર્ગ બતાવ્યો છે, તેની પાછળ પણ બ્રહ્મચર્યની શક્તિનો કાંઈ ઓછો હિસ્સો નથી.

શિવસંહિતામાં બ્રહ્મચર્ય વિષે કહ્યું છે કે—

मरणं बिन्दुपातेन, जीवनं बिन्दुधारणात् ।
तस्मादतिप्रयत्नेन, कुरुते बिन्दुधारणम् ॥

'વીર્યનો પાત કરવો, એજ મરણ છે અને વીર્યને ધારણ કરવું એ જીવન છે. માટે ભગીરથ પ્રયત્ન કરીને પણ વીર્યની રક્ષા કરવી જોઈએ.'

મહર્ષિ ચરકે કહ્યું છે કે 'સ્ત્રી સાથે સંયમમાં રહેનારો દીર્ઘાયુષ ભોગવે છે, અને તેનું શરીર હૃષ્ટપુષ્ટ તથા તેજસ્વી બને છે. તેને સત્વર વૃદ્ધાવસ્થા આવતી નથી અને વૃદ્ધ થવા છતાં તે યુવાન જેવો આનંદ ભોગવે છે.'

શ્રી વાગ્ભટ્ટાચાર્યે કહ્યું છે કે 'સંસારમાં જેટલાં સુખ

Ac. Gunratnasuri MS Jin Gun Aradhak Trust

છે, તે સર્વે આયુષ્યને આધીન છે અને આયુષ્ય બ્રહ્મચર્યને આધીન છે.'

સંત તુલસીદાસજીએ કહ્યું છે કે—

રામ તિહાં નવ કામ ભાસે, કામ તિહાં નહિ રામ;
તુલસી દોનો ના રહે, રવિ–રજની એક ઠામ.

'જ્યાં રામ હોય ત્યાં કામ દેખાતો નથી અને જ્યાં કામ દેખાય ત્યાં રામ દેખાતો નથી. તુલસીદાસ કહે છે કે રામ અને કામ એ બે એવી પરસ્પર વિરુદ્ધ વસ્તુ છે કે જે સૂર્ય અને રાત્રિની માફક એક સ્થળે રહી શકતી નથી.'

સ્વામી રામતીર્થે એક સ્થળે કહ્યું છે કે 'આગળ વધવાનું મુખ્ય સાધન જેમ બ્રહ્મચર્ય છે, તેમ પાછળ પડવાનું મુખ્ય કારણ કે બ્રહ્મચર્યનો ભંગ છે. આ લોકમાં તથા પરલોકનાં સાધનોમાં શિરોમણિ બ્રહ્મચર્ય છે.'

સ્વામી બ્રહ્માનંદજીએ કહ્યું છે કે 'સંસારમાં મનુષ્યનું સૌથી પ્રથમ અને અગત્યનું કર્તવ્ય બ્રહ્મચર્ય જ છે, કારણ કે સર્વ મનુષ્યો સુખની ઇચ્છા કરે છે, પણ સાંસારિક અને પરમાર્થિક સર્વ પ્રકારનાં સુખનું મૂળ સાધન બ્રહ્મચર્ય જ છે.'

શ્રીમદ્ રાજચંદ્રજીએ કહ્યું છે કેઃ—

નીરખીને નવયૌવના, લેશ ન વિષયનિદાન;
ગણે કાષ્ટની પુતળી, તે ભગવાન સમાન.

બ્રહ્મચર્ય એ જ પ્રકૃતિ છે, અને અબ્રહ્મચર્ય એ વિકૃતિ છે. આ સંબંધમાં ડૉ. ટ્રોલ (એમ. ડી.) કહે છે

Ac. Gunratnasuri MS Jin Gun Aradhak Trust

કે 'મનુષ્ય સો વરસ જીવે તો પણ, યુવાસ્થાથી તે વૃદ્ધાવસ્થા સુધીમાં એક પણ વખત આરોગ્યરક્ષણની દૃષ્ટિએ તેણે વીર્યપાત કરવાની જરૂર નથી. રાત્રે વીર્યપાત થવો એ શરીરની વિક્રિયાદર્શક જનનેન્દ્રિયની અસ્વાભાવિક ઉશ્કેરણીની પ્રબળ સાબીતી છે. વીર્યપાત થવાથી શારીરિક તેમજ માનસિક–શક્તિઓ અવશ્ય નિર્બળ થાય છે.'

બ્રહ્મચર્ય પાળવામાં અહિંસાની પણ એક દૃષ્ટિ છે. મૈથુનથી થતી હિંસા બાબતમાં ધર્મશાસ્ત્રમાં × કહ્યું છે કે જેમ કોઈ પુરુષ તપાવેલા સોનાના સળિયાને રૂ ભરેલી પોલા વાંસની નળીમાં ખોસે અને રૂ વગેરેનો ધ્વંસ કરે, તે પ્રમાણે મૈથુનને સેવતો માણસ યોનિમાં રહેલા જીવોનો નાશ કરે છે. મૈથુનરૂપ હેતુવાળા સંયોગના કારણે વીર્ય અને લોહીનો સંબંધ થતાં તેમાં ઓછામાં ઓછા એક, બે કે ત્રણ અને વધારેમાં વધારે બેથી નવ લાખ સુધી જીવ પુત્ર તરીકે ઉત્પન્ન થવાની શકયતા છે.* આ હકીકતનો

×ભગવતી સૂત્ર ( શતક–૨,–ઉદ્દેશ.૫. )

*હાલમાં વિજ્ઞાનશાસ્ત્રની શોધ અનુસાર એક સમાગમ વખતે લગભગ દૂધની એક ચમચી જેટલા વીર્યનું વિસર્જન થાય છે, અને તેમાં ૨૨,૫૦,૦૦,૦૦૦ (બાવીસ કરોડ પચાસ લાખ) શુક્રાણુઓ રહેલાં હોય છે, જે પૈકી એક શુક્રાણુ પણ એક મહામાનવ સર્જવાનું સામર્થ્ય ધરાવે છે. સ્રીની યોનિમાં ઘણા જીવો ઉત્પન્ન થવા છતાં તે બધાય જન્મતાં નથી. એક ઇન્દ્રિયવાળા જીવોને પણ ન દુભવવાની કાળજી રાખી આવા જીવોની રક્ષા કરનાર એક જ વખત જો મૈથુન સેવે તો તે માણસે પોતાનાં જીવન દરમ્યાન જે જીવોની રક્ષા કરી

Ac. Gunratnasuri MS Jin Gun Aradhak Trust

ઉલ્લેખ કરી શ્રીમદ્ હેમચંદ્રાચાર્યે પણ યોગશાસ્ત્રમાં કામાચાર ન સેવવાનો ઉપદેશ આપ્યો છે.

લંડનની રોયલ કોલેજના એક અધ્યાપક સર લાયોનલ બીલનો એવો અભિપ્રાય છે કે, 'શ્રેષ્ઠ પુરુષોનાં જીવનમાંથી એજ વસ્તુ શીખવાની મળે છે કે વિષયેચ્છા જેવી દુર્દમ ઇચ્છા સંકલ્પબળે કરીને વશ કરી શકાય છે. જ્યારે સંકલ્પબળે કરીને તે કરવામાં આવે છે, ત્યારે તેનાં પરિણામો શુભ જ આવે છે; પણ બ્રહ્મચર્ય એટલે મનનું બ્રહ્મચર્ય, વિચારનું બ્રહ્મચર્ય એ મોટી વાત છે.'

બર્નના માનસરોગશાસ્ત્રના અધ્યાપક ડૉ. ડુબોય જણાવે છે કે 'માનસિક રોગવાળા ઘણા ખરા વિષયી જીવન ગાળનારાઓ જ છે એમ જણાયું છે.' મોંસ્યોર પોલ બ્યૂરો એમનાં એક પુસ્તકમાં લખે છે કે–' વિષયેચ્છા એવી છે કે બુદ્ધિ અને સંકલ્પ શક્તિ બંનેના અંકુશને આધીન છે. વિષયેચ્છા એ વિષયેચ્છા જ છે, પણ વિષયની હાજત તો નથી જ; કારણ એ હાજત એવી નથી કે જે સંતોષાય નહીં, તો જીવન ન ચાલે. એ હાજત છે જ નહીં. છતાં ઘણા લોકો માને છે કે એ છે, અને પછી વિષયભોગને

---

હોય તેના કરતાં અનેકગણા જીવોનો સંહાર કરી નાખ્યો કહેવાય, એમ જ્યારે વિજ્ઞાન બતાવે ત્યારે આપણા અહિંસક શ્રાવકો અને શ્રાવિકાઓએ આના આધારે પણ બ્રહ્મચર્યની મહત્તા બહુ સમજવા જેવી છે. બ્રહ્મચર્યનાં પાલન સિવાય માનવી કદી પણ સંપૂર્ણ અહિંસક બની શકતો નથી, એ હકીકત આમાંથી સાબીત થાય છે.

Ac. Gunratnasuri MS Jin Gun Aradhak Trust

આવશ્યક ગણે છે. એ કૃત્યમાં કંઇ કુદરતી કાયદાને વશ થવાપણું નથી; એ તો શુદ્ધ સ્વેચ્છાથી થતું જ કૃત્ય છે, જેની પાછળ સંકલ્પ રહેલો છે, વિચાર રહેલો છે, બુદ્ધિ રહેલી છે, અને એનો જેટલો સંયમ કરવો હોય તેટલો સ્વેચ્છાએ થઈ શકે છે.'

દા. ટુલુઝ કહે છે કે "માણસનો ખાસ સ્વભાવ, અને તેના વિકાસનો ઝોક તો ઈચ્છા અને વિકારોથી સ્વતંત્ર બનવા તરફ હોવો જોઈએ. બાળક સ્થૂલ હાજતો અટકાવતાં શીખે, યુવક પોતાના વિકાર રોકતાં શીખે, એજ સંસ્કારી અને સુવ્યવસ્થિત સમાજનું લક્ષણ છે. એ કાંઈ પોથીમાંનાં રીંગણાં નથી. એ વ્યવહારસિદ્ધ વાત છે. આત્માને વશ વર્તવાનો જ આપણો સ્વભાવ હોઈ શકે, ઈન્દ્રિય કે વિકારોને નહીં. આપણે જેને સ્વભાવનું ખોટું નામ આપીએ છીએ, તે તો કેવળ નબળાઈ છે. જે માણસ ખરો બળવાન છે, તે તો પોતાની શક્તિઓનો ટાંકણે સદુપયોગ કરશે."

બેનીડીકટ લુસ્ટ (એમ. ડી. એન. ડી) કહે છે કે 'જેટલા અંશમાં જે મનુષ્ય બ્રહ્મચર્યની રક્ષા વિશેષ કરે છે, તેટલા અંશમાં તે મનુષ્ય વિશેષ મહત્ત્વવાળાં કાર્ય કરી શકે છે.'

## ૪—બ્રહ્મચર્યનાં સ્વરૂપ અંગે કેટલીક વિચારણા

જૈન શાસ્ત્રકારોએ બ્રહ્મચર્યના મુખ્ય બે પ્રકારો દર્શા

---

*योनियन्त्रसमुत्पन्नाः सुसूक्ष्मा जन्तुराशयः ।
पीड्यमाना विपद्यन्ते यत्र तन्मैथुनं त्यजेत् ॥
(યોગશાસ્ત્ર (૨–૭૯

Ac. Gunratnasuri MS Jin Gun Aradhak Trust

વ્યાં છેઃ સર્વ અને દેશ. સાધુ–સાધ્વીઓએ જે બ્રહ્મચર્ય પાળવાનું છે, તે સર્વ એટલે કે જીવનસ્પર્શી સંપૂર્ણ સંયમ છે. સંપૂર્ણ સંયમમાં શ્રદ્ધા, જ્ઞાન, ક્ષમાદિ સ્વાભાવિક સદ્‌વૃત્તિઓના વિકાસનો પણ સમાવેશ થાય છે. સાધુ મુનિરાજને દીક્ષા લેતી વખતે ચોથા મહાવ્રત માટે નીચે પ્રમાણે પ્રતિજ્ઞા લેવી પડે છે:—

"હું સર્વ મૈથુનનો પરિત્યાગ કરું છું, અર્થાત્ દૈવી માનુષી કે તિર્યંચી (પશુ, પક્ષી સંબંધી) કોઈ પણ જાતનાં મૈથુનને હું મનથી, વાણીથી અને શરીરથી જીવન પર્યંત સેવું નહિ; તેમજ મનથી, વચનથી અને શરીરથી બીજા પાસે જીવનપર્યંત સેવરાવું નહિ અને બીજો કોઇ મૈથુન સેવતો હોય તો તેમાં હું એજ ત્રણ પ્રકારે જીવન-પર્યંત અનુમતિ પણ આપું નહિ."

શ્રાવકોએ સ્વદારાસંતોષવ્રત ગ્રહણ કરવાનું હોય છે, એટલે પોતાની સ્ત્રીથી જ સંતોષ માનવાનો હોય છે. અને તેની સાથે પણ સંયમપૂર્ણ વ્યવહાર કરવાનો હોય છે.

અહીં એ સ્પષ્ટ કરવાની જરૂર છે કે કામભોગથી મુક્ત વ્યક્તિ પણ જો જીવનમાં બીજાં વ્રતો જેવા કે અહિંસા –સત્ય–અચોરી અને અપરિગ્રહની બાબતમાં અસંયમપૂર્વક જીવે, તો તેનાં બ્રહ્મચર્યવ્રતને નુકશાન થયા સિવાય રહેતું નથી. મહાવ્રતોની સંકલના એ પ્રકારની છે કે એક વ્રતનો ભંગ થતાં બીજા વ્રતોને પણ તેની અસર પહોંચે.

આચાર્ય શ્રી વિજયવલ્લભસૂરિજીએ 'બ્રહ્મચર્યવ્રત'ની પૂજામાં સ્પષ્ટ કહ્યું છે કે: 'ઈક બ્રહ્મચર્ય કે હુયે ખંડિત, પાંચો ખંડિત કહીએ.'



Ac. Gunratnasuri MS Jin Gun Aradhak Trust

વ્રતોમાં થતા દોષોના મુખ્યત્વે ચાર વિભાગો પાડવામાં આવ્યાં છે. આ ચારે વિભાગોનું સ્વરૂપ આ પ્રમાણે છે :–

(૧) અતિક્રમ :—લીધેલા વ્રતમાં ભંગ કરવાનો માનસિક સંકલ્પ કરવો તે.

(૨) વ્યતિક્રમ :—સંકલ્પની સહાયક સામગ્રીના સંયોગની યોજના કરવી તે.

(૩) અતિચાર :—જે પ્રવૃત્તિથી લીધેલી પ્રતિજ્ઞાનો આંશિક ભંગ થાય અર્થાત્ વ્યવહારમાં પણ દૂષિત મનાય તે.

(૪) અનાચાર :—વ્રતનો સર્વથા નાશ.

ઈતર ધર્મશાસ્ત્રોમાં તેમજ અન્ય સંપ્રદાયના વિવિધ સંન્યાસીઓ માટે બ્રહ્મચર્યનાં પાલનનો નિયમ તો ફરજિયાત છે, પરંતુ જૈન સાધુઓને વિશિષ્ટ બ્રહ્મચર્ય નિયમો પાળવાનું ફરમાન છે. સાથે, જૈન સાધુઓને બધા નિયમો અને ક્રિયાઓનું પાલન પણ બહુ કડક રીતે કરવાનું હોય છે; પરંતુ તેમાંયે અપવાદને અવકાશ છે. દાખલા તરીકે લોચ કરવાની ક્રિયા માટે સાધુઓને આજ્ઞા કરવામાં આવેલી હોય છે, પરંતુ રોગાદિ કારણે તેમાં છૂટ પણ લઈ શકાય છે. જૈન ધર્મશાસ્ત્રોમાં મૈથુન સિવાય બીજી કોઈ પણ વસ્તુનો એકાંતે નિષેધ નથી. કોઈ પણ વસ્તુનો દ્રવ્ય, ક્ષેત્ર, કાળ, અને ભાવને અનુસરી એક વખત નિષેધ હોય તો બીજે પ્રસંગે તેનું વિધાન પણ હોય. આમ છતાં, બ્રહ્મચર્યની બાબતમાં આવો કોઈ અપવાદ નથી; દરેક કાળે, દરેક

Ac. Gunratnasuri MS Jin Gun Aradhak Trust

સ્થળે, ગમે તેવી પરિસ્થિતિમાં બ્રહ્મચર્યનું પાલન તો અવશ્ય કરવાનું જ હોય છે.

આચારાંગ સૂત્રની ટીકામાં ત્યાં સુધી કહેવામાં આવ્યું છે કે :—"જો ભિક્ષુને એમ થાય કે હું કામવાસનામાં સપડાયો છું, અને તેના વેગને સહી શકું તેમ નથી, તો તે વસુમાન અને સમજદાર ભિક્ષુએ અકાર્યમાં પ્રવૃતિ ન કરતાં આત્મવિસર્જન કરવું; તેજ તેના માટે ધર્માચાર છે."

બ્રહ્મચર્યનાં પાલન પર આટલો ભાર મૂકવાનું કારણ એ જણાય છે કે, બ્રહ્મચર્ય એજ સાધુઓનાં ચારિત્રનું મુખ્ય આભૂષણ છે. એક સાધુ કેશનો લોચ કરતો હોય, મહાન તપશ્ચર્યા કરતો હોય, વિના વસ્ત્રે રહેતો હોય, તૃણ–સ્પર્શ, ટાઢ, તાપ, ડાંસ, મચ્છરના અનેક ઉપદ્રવો સહન કરતો હોય, પણ તે બ્રહ્મચર્યપાલનમાં જરા પણ શિથિલ હોય તો તેની એ તમામ ક્રિયાઓ ફોગટ છે, અર્થહીન છે.

કોઈ પણ સ્ત્રીનાં કામાંગોને આશ્રી ક્રીડા કરવી, અનુરાગપૂર્વક સ્ત્રીને આલિંગવી, પુરુષે પુરુષ–સ્ત્રી–નપુંસક સાથે, સ્ત્રીએ સ્ત્રી–પુરુષ–નપુંસક સાથે, નપુંસકે નપુંસક–પુરુષ–સ્ત્રી સાથે, કામાચારને આધીન કોઈ ક્રિયા કે વિચાર કરવો, હસ્તકર્મ વગેરે કુચેષ્ટા કરવી, મુખદ્વારા મૈથુન સેવવું, લાકડાનો કે ચામડા–રબર–પ્લાસ્ટીક કે કોઈ પણ ધાતુ વગેરેનાં કૃત્રિમ સાધનો દ્વારા કામાચારનું સેવન કરવું અગર તો આ સાધનો દ્વારા અગર સાધનરહિત કામરાગનો વેગ વધે, એવી કોઇ પ્રવૃત્તિ કરવી, તે બધાં જ વિષયસેવનના ભિન્ન ભિન્ન પ્રકારો છે.

Ac. Gunratnasuri MS Jin Gun Aradhak Trust

ભૂતકાળના આપણા મહાન આચાર્ય ભગવંતોએ સાધુ–સાધ્વીઓ માટે ધર્મશાસ્ત્રોમાં બ્રહ્મચર્યનાં પાલન અર્થે એવાં કેટલાંક ઉત્તમ વિધાન કહ્યાં છે કે, જેના માટે તેઓ ધન્યવાદને પાત્ર છે. એ આચાર્ય ભગવંતોના કાળમાં વિલાસ અને વૈભવનાં આજનાં જેટલાં વિપુલ સાધનો અને સામગ્રી ન હતાં, તેમ છતાં, દીર્ઘ દૃષ્ટિથી તેઓ જે ઉપદેશ આપી ગયા છે, તે તો દરેકે હૃદયમાં સંગ્રહી રાખવા જેવો છે.

સાધુ–સાધ્વીઓએ ગૃહસ્થનાં વાસણોમાં અન્નપાન આવું ન જોઇએ, કારણ કે તેમ કરવાથી આચારભ્રષ્ટ થવાય છે. સાધુ–સાધ્વીઓએ ભિક્ષા માગવા જતી વખતે ગૃહસ્થનાં ઘરે બેસવું ન જોઇએ, કારણ કે તેથી અનાચાર થવાનો સંભવ છે. સાધુ–સાધ્વીઓએ ખાનપાનની પ્રવૃત્તિવાળા ગૃહસ્થનાં ઘરમાં રહેવું ન જોઈએ, કારણ કે તેમાં મહાદોષો થવાનો સંભવ છે. સાધુ–સાધ્વીઓએ સુવાનો સંથારો (પથારી) કઠણ રાખવો જોઈએ. (જૈન સાધુ–સાધ્વીઓ લાકડાની પાટ વાપરે છે તેમ.) સંથારા પરનું કપડું અર્થાત્ ઓછાડ (ઉત્તરપટ્ટો) સુંવાળા કપડાનો ન હોવો જોઈએ. સાધ્વીઓએ હાથવાળા આસન ઉપર બેસવું ન જોઈએ, તેમજ ગોચરીમાં આખું કેળું લેવું ન જોઇએ. આજ રીતે સાધુઓએ સાંકડા મોંનાં પાત્રનો ઉપયોગ કરવો ન જોઇએ. આ અને આવી અનેક બાબતો અંગે સ્પષ્ટીકરણ કરવાનું અત્રે ઉચિત નથી; પરંતુ માનવસહજ નબળાઇઓ, માનવીમાં રહેલી સુષુપ્ત કામવાસનાઓ, તેમજ આવી બધી

Ac. Gunratnasuri MS Jin Gun Aradhak Trust

વાસનાઓનું ઉદ્દીપન કેવી નિર્માલ્ય અને ક્ષુદ્ર વસ્તુઓનાં નિમિત્તે થવાની શક્યતા છે, તેનું આપણને આમાંથી જ્ઞાન અને ભાન થવું જોઈએ.

જે સાધુ સર્વથા બ્રહ્મચર્યનું પાલન કરે છે અને પોતાનાં વીર્યનો કોઇ પણ રીતે નાશ કરતો નથી, તે સાધુમાં શારીરિક અને માનસિક બન્ને પ્રકારની શક્તિઓ એવી સરસ પ્રાપ્ત થાય છે, કે તેને કોઈ દિવસ કોઈ પણ રોગ માટે દવા લેવાની જરૂર પડતી નથી. દવા લેવાની જરૂર તો દૂર રહી, પરંતુ ધારેલું કામ તે ઘણી સરસ રીતે કરી શકે છે. પરંતુ આજકાલની સ્થિતિ તરફ ધ્યાન આપીએ છીએ, ત્યારે કેટલાક નામધારી સાધુઓ–સંન્યાસીઓનાં બ્રહ્મચર્ય માટે ખરેખર આપણને શંકા થયા વિના રહેતી નથી. અશક્તિ, ઉધરસ, દમ, છાતીનો દુખાવો, મગજનું ખાલી થવું વગેરે કારણોને આગળ ધરી જ્યાં ત્યાં કેટલાક સાધુઓ-સંન્યાસીઓ ચંદ્રોદય, વસંતમાલતી, મોતીની ભસ્મ, તામ્રભસ્મ અને યાકૂતિ વગેરે દવાઓનું સેવન કરતાં જોવાય છે, એટલું જ નહિ પરંતુ તેના પર દૂધ, મલાઈ વિગેરે પૌષ્ટિક પદાર્થો, કે જે સાધુઓને માટે ખાસ નિષેધેલા છે, તેનું સેવન કરે છે. આનું કારણ શું હોવું જોઈએ? જો તેઓ પોતાનાં વીર્યનો નાશ ન કરતા હોય અને તેઓની બ્રહ્મચર્યનો ભંગ કરવાની ઇચ્છા ન હોય–કામસેવનની ઇચ્છા ન હોય, તો એવી દવાઓ અને તે દવાઓના ઉપર એવા પ્રકારના ગરિષ્ઠ પદાર્થોનું સેવન કરે ખરા? તે દવાઓ કરતાં વીર્યની રક્ષા શું કમ શક્તિ આપ-

Ac. Gunratnasuri MS Jin Gun Aradhak Trust

નાર છે? કદાપિ નહિ. વીર્ય રક્ષાથી કોઈ પણ પ્રકારના રોગને આવવાનો અવકાશ મળતો નથી, એટલું જ નહિ, પરંતુ ઘર કરીને રહેલા શ્વાસ–ક્ષય–પ્રમેહાદિ રોગો પણ વીર્યની રક્ષાથી જલદી દૂર થઈ જાય છે.

માણસને આહાર, નિદ્રા અને હવા વિના ચાલી ન શકે, કારણ કે જીવન માટેની આ મુખ્ય જરૂરની વસ્તુઓ છે, પરંતુ વિષયેચ્છાને રોકવાથી સ્ત્રી કે પુરુષ મરી જતાં નથી, પણ તેઓ વધુ તંદુરસ્ત અને શક્તિશાળી બને છે. આવી ઇચ્છા રોકવાની શક્તિ કુદરતે માનવી માત્રને બક્ષેલી છે. શ્રી ભદ્રબાહુસ્વામીએ 'કામ' શબ્દની વ્યાખ્યા કરતાં કહ્યું છે કે સ્ત્રી વિગેરે અજ્ઞાની પરિવારથી વીંટાયેલા, તથા કામભોગની ઇચ્છાથી વ્યાપ્ત થયેલા જીવને ધર્મમાર્ગમાંથી ઉત્ક્રમણ કરાવે છે, (उक्कामयंति) તેથી તે કામ કહેવાય છે. વળી અન્ય પંડિતોએ તેનું બીજું નામ 'રોગ' આપેલું છે. કામભોગની ઇચ્છા કરનારો જંતુ વાસ્તવિક રીતે રોગની જ ઇચ્છા કરે છે. શ્રીધર્મદાસ ગણિજીએ કહ્યું છે કે: "જેમ કોઇ માણસને ખસ થઇ હોય અને તેના પર ચળ–ખુજલી આવે, ત્યારે તેને ખણવામાં સુખ માને છે, તેમ મોહમાં આતુર થયેલા માણસો કામ ભોગવતાં દુઃખને –વિષયોને સુખ કહે છે."

## ૫–સ્ત્રી અને પુરુષના સ્વભાવમાં છુપાયેલી દુર્વૃત્તિઓ

સ્ત્રી–પુરુષમાં રહેલ વાસનોત્તેજક નિમિત્તતા એ દ્વેષપાત્ર છે; બાકી સ્ત્રીપુરુષ પ્રત્યે ધિક્કાર કે દ્વેષભાવના સેવી

Ac. Gunratnasuri MS Jin Gun Aradhak Trust

વિશુદ્ધ બ્રહ્મચર્ય પાળી શકે નહીં, કારણ કે આ માર્ગે કોઇ પણ વ્યક્તિ વાસનાઓમાંથી મુક્ત બની શકતી નથી. આવી ભાવનાથી, કદાચ બહુ બહુ તો અમુક વખત સુધી વૃત્તિઓ સુપ્ત મનમાં દબાયેલી કે સંતાયેલી પડી રહે એટલું જ.

મનોકામનાઓ, વાસનાઓને દાબી દેવાથી કે દંભ કરીને ચિત્તમાં તેને સંતાડી રાખવાથી તેનો નાશ થઇ શકતો નથી, પરંતુ બ્રહ્મચર્યસાધકે પ્રયત્નો વડે આવી વૃત્તિઓને શુદ્ધ કરી તેને સુયોગ્ય માર્ગે વાળવી જોઈએ. તે માટે જૈનધર્મે વિશાળ તત્ત્વજ્ઞાન અને વિસ્તૃત આચારમાર્ગ આપ્યા છે. શ્રી. જે. કૃષ્ણમૂર્તિ આ સંબંધમાં કહે છે કેઃ– "આપણે મનને સમજવાને બદલે મનનું દમન–નિયમન કરીએ છીએ, અને એ રીતે દુઃખનાં મૂળને સમજવાને બદલે એ દુઃખને વીસરવાનાજ ઉપચારો કરીએ છીએ. પરિણામે સંયમ, નિયમન, આદર્શો અને સદ્‌ગુણો આપણાં જીવનમાં મહત્ત્વનું સ્થાન ભોગવવા છતાં મનની શુદ્ધિ થતી નથી. એ સઘળાની પાછળ કાંઈક પ્રાપ્ત કરવાની વૃત્તિ રહેલી છે, અને તેથી જ એ અહંનાં પોષનારાં બળો છે, અને એ સઘળાં દુઃખના પ્રશ્નને મોકૂફ જ રાખે છે. દૃષ્ટાંત તરીકે આપણને જો બીડી પીવાની વૃત્તિ જ હોય તો કોઇ નિયમન સફળ થતું નથી. આપણે એક રીતે નહિ તો બીજી અનેક રીતે એ વૃત્તિને પ્રકટ કરીશું. માટે જ માણસની વૃત્તિ એ સાચું નિયમન કહેવાય."

Ac. Gunratnasuri MS Jin Gun Aradhak Trust

વાસ્તવિક દૃષ્ટિએ તો દરેક દરેક પુરુષમાં સ્ત્રી અંતર્હિત છે, જ્યારે દરેક દરેક સ્ત્રીમાં પુરુષ પણ અંતર્હિત છે. પુરુષ જેમ સ્ત્રીનાં ગર્ભસ્થાનમાં ઉત્પન્ન થાય છે, તેમ કોઈ પણ સ્ત્રી તેનાં પિતા વિના જન્મ લઇ શકતી નથી. વિજ્ઞાન દૃષ્ટિએ તો પિતાના ગુણ અને રૂપની છાયા વિના કોઇ સ્ત્રી હોઇ શકે નહીં, જ્યારે માતાનાં રૂપ અને છાયા વિનાનો કોઇ પુરુષ પણ મળવો અશક્ય છે. જ્ઞાની લોકોએ તેથી જ કહ્યું છે કે દરેક દરેક પુરુષમાં સ્ત્રીતત્ત્વ રહેલું છે, અને દરેક દરેક સ્ત્રીમાં અમુક અંશે પુરુષતત્ત્વ પણ રહેલું છે.

આપણા અનેક ઋષિમુનિઓએ, આચાર્ય ભગવંતોએ સ્ત્રીજાતિ સંબંધીના જે ખ્યાલો અને વિચારો દર્શાવ્યા છે, એ વાસ્તવિક રીતે સ્ત્રી અને પુરુષની પ્રકૃતિ અંગે જણાવ્યાં છે. આવી પ્રકૃતિથી સ્ત્રીની જેમ પુરુષ પણ અલિપ્ત નથી, પણ બંને જાતિમાં પ્રકૃતિરૂપી એક સમાન તત્ત્વ રહેલું છે.

મહર્ષિ પતંજલિએ કહ્યું છે કે: '**शौचप्रतिष्ठायां स्वाङ्गजुगुप्सा परैरसंसर्ग** :— (૨–૪૦) અર્થાત્ બાહ્ય અને અભ્યંતર એમ બંને પ્રકારનાં શુચિત્વથી યોગીને પોતાના દેહ પ્રત્યેની રુચિ ઓછી થાય છે, અરુચિ પેદા થાય છે. બાહ્ય અને આંતરિક સ્વચ્છતાની ભાવના સાથે જુગુપ્સા, પોતાના દેહ સારૂ અરુચિ, અનાસક્તિ આપો આપ પ્રગટ થાય છે. દેહ પ્રત્યેની અરુચિ એટલે દેહ પ્રત્યેની બેદકારી કે નિષ્કાળજી નહીં, પણ વિશુદ્ધિ એમ

Ac. Gunratnasuri MS Jin Gun Aradhak Trust

અર્થ તારવવાનો છે. આ પરિસ્થિતિ પ્રાપ્ત થતાં બીજાઓના સંસર્ગની ઇચ્છા થતી નથી. જ્યારે બહારની તેમજ અંતરની પવિત્રતા સિદ્ધ થાય છે, ત્યારે શરીર પર અભાવ પેદા થાય છે, અને એવી વ્યક્તિની સૌન્દર્યભાવનામાં પલટો આવી જાય છે. જ્ઞાન વિનાની સુંદરતા યોગીને મન પશુતુલ્ય ભાસે છે અને લોકદૃષ્ટિએ કુરૂપ ગણાતાં માનવીમાં સત્યજ્ઞાનનો પ્રકાશ દેખાતો હોય તો યોગી તેમાં સૌન્દર્યનું તત્ત્વ જુએ છે. આ બાબતમાં અષ્ટાવક્ર ઋષિની વાત સુપ્રસિદ્ધ છે. જ્ઞાની લોકોએ તેથી જ કહ્યું છે કે મનુષ્યજીવનમાં શરીર ઉપરના મોહની આફત સાથે સરખાવી શકાય તેવી કોઈ બીજી ભયંકર આફત જગતમાં જોઈ શકાતી નથી.

સ્ત્રીસંસર્ગથી દૂર રહેવાની બાબતમાં સૂત્રકૃતાંગમાં માનવીની વિચિત્ર પ્રકૃતિનું અદ્‌ભુત વર્ણન કરતાં જણાવવામાં આવ્યું છે કે "સ્ત્રીસંગ કરી ચૂકેલા તથા સ્ત્રી-ચારિત્રના અનુભવી બુદ્ધિશાળી પુરુષો પણ સ્ત્રીઓનો સંસર્ગ રાખવાથી થોડા જ વખતમાં ભ્રષ્ટ થઈ દુરાચારીની કોટિના બની જાય છે. પછી તો હાથ-પગ કાપો, ચામડી અને માંસ ઉતરડી નાખો, જીવતા અગ્નિમાં શેકો, શરીર છેદી છેદીને ઉપર તેજાબ છાંટો, કાન અને નાક કાપી નાખો કે ડોકું ઉડાવી દો, પણ તેઓ તેમનો સંગ છોડી શકતા નથી.' અહીં પુરુષને હલકો ચીતરવામાં આવ્યો છે, એમ નથી સમજવાનું. પરંતુ પ્રકૃતિરૂપી સ્ત્રીની આ

Ac. Gunratnasuri MS Jin Gun Aradhak Trust

બધી ચિત્રવિચિત્ર લીલા છે, અને તે પુરુષ તેમજ સ્ત્રી-જાતિને સમાન ધોરણે લાગુ પડે છે.

કવિ ઋષભદાસકૃત કુમારપાળ રાસમાં સ્ત્રી-ચરિત્ર આલેખતી એક કથાનો પ્રસંગ આવે છે. શ્રીમદ્ હેમચંદ્રાચાર્યે સ્ત્રીચરિત્રની બાબતમાં કુમારપાળની શંકા દૂર કરવા અર્થે તેને વેશપલટો કરી પાટણના નગરશેઠનાં મૃત્યુ પાછળ તેની પત્ની સતી થવા અર્થે જતી હતી તેની પાછળ મોકલ્યો. રાત્રિનો સમય થઈ ગયેલો, એટલે સવાર થતાં સુધી સતી થવાનું મુલતવી રાખી, નગરશેઠની ધર્મપત્ની સ્મશાનમાં એક ઝાડ નીચે પોતાના મૃત પતિના દેહ પાસે બેસી રહી. કુમારપાળ છૂપી રીતે વેશપલટો કરી ઝાડ પર ચઢી આ દૃશ્ય જોઈ રહ્યો હતો.

મધ્યરાત્રિના સમયે નદીના સામે કાંઠે મહાદેવનાં મંદિરમાંથી સંગીતનો મધુર સ્વર તે સ્ત્રીના કાન પર અથડાવા લાગ્યો અને સુંદર આલાપમાં આવતાં ગાયનના રસે તે સ્ત્રીનાં મનને ઉત્તેજિત કર્યું. વિહ્વલ થયેલી તે સ્ત્રી એવી પરિસ્થિતિમાં સામે કિનારે જઇ મહાદેવનાં મંદિરમાં પહોંચી અને તેણે ત્યાં એક પાંગળા, આંધળા, કુષ્ઠરોગથી પીડાતા માણસને સુંદર રાગ આલાપતો જોયો. કુમારપાળ પણ તે સ્ત્રી ન જાણે તેમ તેની પાછળ પાછળ ગયો હતો. કુમારપાળે એ મંદિરમાં પેલી સ્ત્રી અને પુરુષને કામના આવેશને તાબે થઇ ભ્રષ્ટાચાર સેવતાં નજરો નજર જોયાં અને સ્ત્રીચરિત્ર વિષેની તેની શંકા દૂર થઈ.

Ac. Gunratnasuri MS Jin Gun Aradhak Trust

આ આખાયે પ્રસંગમાં સ્ત્રીની પ્રકૃતિમાં રહેલી દુષ્ટ કામના અને વાસના જેમ પ્રગટ થાય છે, તેજ રીતે ભક્તિમાં તરબોળ બનેલ પેલા ભક્ત પુરુષની પ્રકૃતિમાં રહેલ વિષયવાસના તેમજ અધમતા પણ ખુલ્લી થાય છે. સ્ત્રી તેમજ પુરુષની પ્રકૃતિમાં છૂપાયેલી દુર્વૃત્તિઓ જાગ્રત થઇને કયારે અને કેવી વિચિત્ર પરિસ્થિતિમાં તેને વિપરીત માર્ગે ઘસડી જાય છે, તેમજ ચિત્તની પવિત્રતાની કલ્પના ગમે તેટલી મહાન હોવા છતાં તેનું કેવું કરુણ અધઃપતન થાય છે, એ હકીકત આ પ્રસંગ પરથી સમજી શકાય છે. આ પરથી બોધપાઠ લઈ બ્રહ્મચર્યસાધકે નિરંતર જાગ્રત રહેવાનું છે.

સ્ત્રી અને પુરુષ બંનેમાં વાસનાની સરિતાનો પ્રચંડ ધોધ વહી રહ્યો છે. એ ધોધને શુભ અને અશુભ માર્ગે લઈ જઇ શકાય છે. વિવેકી અને વિચારશીલ સ્ત્રીપુરુષો પ્રયત્નો વડે તેને શુભ માર્ગે વાળે છે, કારણ કે આવાં સ્ત્રીપુરુષો સમજતાં હોય છે કે સંસારના વિષયોમાંથી જે સુખ જન્મે છે, તે પરિણામે દુઃખદાયક છે. જેની વિવેકશક્તિ મરી ગઇ છે, તેઓ વિષયોની અદ્ભુત રમણીયતામાં ખેંચાય છે.

શુદ્ધ અને સાચા બ્રહ્મચારી સ્ત્રીપુરુષોનાં સાન્નિધ્યમાં ગમે તેવા વિકારવાળા સ્ત્રીપુરુષોના વિકારો પણ બળીને ભસ્મ થઈ જાય છે. શુદ્ધ બ્રહ્મચારી અને બ્રહ્મચારિણીની આંખમાં તેમજ તેની વાણીમાં એવી તો શીતળતા હોય

Ac. Gunratnasuri MS Jin Gun Aradhak Trust

છે કે જેનાં દર્શન માત્રથી તેની સમીપમાં રહેલી વ્યક્તિઓના વિકારો ક્ષણ માત્રમાં શાંત પડી જાય છે. કહે છે કે બળાત્કાર કરવાની તીવ્ર ઈચ્છા સાથે રાવણ જ્યારે જ્યારે સીતાની સમક્ષ જતો, ત્યારે તેને સીતામાં સીતાને બદલે તેની માતાનાં દર્શન થતાં અને તેનો કામાગ્નિ શાંત થઈ જતો. નારાયણ ઋષિની આવી જ અદ્ભુત કથા શ્રીમદ્ ભાગવતમાં આવે છે. આ ઋષિના તપોભંગ અર્થે ઇન્દ્રે અપ્સરાઓને મોકલી, અને ઋષિ પાસે આવી તેઓ નૃત્ય કરવા લાગી. ઋષિરાજે અપ્સરાઓને હસીને કહ્યું: 'તમે તમારું નૃત્ય ભલે કરો, મારાં તપના પ્રભાવથી હું કે તમે એમાંથી એકેયને વિકાર ઉઠવાનો જ નથી."

શુદ્ધ બ્રહ્મચારી કે બ્રહ્મચારિણીનાં દર્શન માત્રથી સામી વ્યક્તિની કામવાસનાઓનો આપોઆપ નાશ થઈ જાય છે. ગમે તેવા વિકારી અને વિલાસી વાતાવરણ વચ્ચે જે વિકારથી અલિપ્ત રહી શકે અને સાથોસાથ વિકારી વાતાવરણને નિર્વિકારપણામાં પલટાવી શકે એજ સાચો બ્રહ્મચારી છે.

શ્રીસ્થૂલભદ્ર કોશાને ત્યાં ચાર માસ રહ્યા, તે દરમિયાન શરૂઆતમાં કોશાએ એમને લોભાવવા અને ડગાવવા અથાગ પ્રયત્નો કર્યા હતા, પરંતુ આખરે તો વિલાસ અને વૈભવની પ્રતીકરૂપ તેની ચિત્રશાળા ઉપાશ્રયમાં ફેરવાઈ ગઈ. બ્રહ્મચર્યનો આવો જ પ્રતાપ છે.

આજ સુધીમાં થઈ ગયેલા અનંત તીર્થંકરો, ચક્રવ-

Ac. Gunratnasuri MS Jin Gun Aradhak Trust

તીર્થો, વાસુદેવો અને મહાન પુરુષોને જન્મ આપનાર સ્ત્રીઓ જ છે; અને તેમને જગન્માતા કહેવામાં આવી છે. બ્રહ્મચર્યસાધકે જગતની દરેક દરેક સ્ત્રીમાં આવી જ માતાઓનું સ્વરૂપ નિહાળવાની ભાવના કેળવવી જોઇએ. તિરસ્કાર કે ધિક્કારની દૃષ્ટિના માર્ગે નહીં, પણ આજ માર્ગે બ્રહ્મચર્યસાધક પોતાનાં બ્રહ્મચર્યનું પાલન કરી શકશે; બ્રહ્મચર્યપાલન માટે આ જ પવિત્ર માર્ગ છે.

## ૬—બ્રહ્મચર્યપાલન માટેના આહાર-વિહાર

બ્રહ્મચર્યનો મુખ્ય આધાર આહાર ઉપર છે. સ્વાદેન્દ્રિયની ઉપર જેણે પૂર્ણ કાબૂ મેળવ્યો નથી, તેને બ્રહ્મચર્ય પાળવાનો અધિકાર નથી, તેનામાં બ્રહ્મચર્ય પાળવાની લાયકાત હોઈ શકે નહીં. બ્રહ્મચર્યસાધકે સંયમી જીવન જીવવા માટે, દેહના પોષણ અર્થે ખાવાનું છે, અને રસલોલુપતાને કાબૂમાં લેવી એ તેનું સૌથી પ્રથમ કર્તવ્ય છે.

મહાકવિ વાલ્મીકિ લખે છે કે: '**मनो हि हेतु: सर्वेषामिन्द्रियाणां प्रवर्तते** અર્થાત્ સમસ્ત ઇન્યિયોની પ્રવૃત્તિ મનના ઉપર નિર્ભર છે.' મનરૂપી ઇન્દ્રની ઇન્દ્રિયોરૂપી મહારાણીઓમાં સ્વાદેન્દ્રિયનું સ્થાન પટરાણી તરીકેનું છે. મનમાં જે જે શુભ કે અશુભ વૃત્તિઓ ઊગે છે, તે તે પ્રમાણે ઇન્દ્રિયો વર્તન કરે છે. શુદ્ધ મનનો આધાર શુદ્ધ બુદ્ધિ પર છે, શુદ્ધ બુદ્ધિનો આધાર શુદ્ધ પ્રાણ પર છે, અને શુદ્ધ પ્રાણનો આધાર શુદ્ધ આહાર અને વિહાર

Ac. Gunratnasuri MS Jin Gun Aradhak Trust

પર છે. ઉપનિષદોમાં કહ્યું છે કેઃ ‘ आहारशुद्धौ सत्त्वशुद्धिः- અર્થાત્ આહાર શુદ્ધ હોય તો અંતઃકરણ શુદ્ધ રહે છે.’ કણાદ મુનિએ કહ્યું છે કેઃ—‘ દુષિત અથવા દુષ્ટનાં અન્નથી મનઃશુદ્ધિ થતી નથી.’

ભગવાનની સુંદર અને આહ્લાદક પ્રતિમા જ્યારે ભવ્ય અને વિશાળ મંદિરમાં હોય છે, ત્યારે જ શોભી ઉઠે છે; તેમ દેહ એ આત્માનું મંદિર છે, અને તેથી તે તંદુરસ્ત અને સશક્ત હોવો જરૂરી છે. નબળા અને રોગિષ્ઠ શરીરમાં રહેલું મન પણ દુર્બળ અને ક્ષુદ્ર હોય છે, અને દુર્બળ, નબળા અને રોગિષ્ઠ માનવીઓ માટે બ્રહ્મચર્યનું પાલન કરવું કઠિન છે, કારણ કે આવા માણસોમાં કામ-વાસના પણ અધિક પ્રમાણમાં રહે છે. અંગ્રેજી ભાષામાં એક કહેવત છે કે ‘ A healthy body, a healthy mind’ અર્થાત્ તંદુરસ્ત શરીરમાં જ તંદુરસ્ત મન રહી શકે છે. સશક્ત, તંદુરસ્ત, અને બળવાન સ્ત્રીપુરુષમાં કામનો આવેગ બહુ ઓછા પ્રમાણમાં હોય છે, અને આવા જ સ્ત્રીપુરુષો પોતાનાં મન ઉપર કાબૂ મેળવી શકે છે. જે સ્ત્રીપુરુષનું મન પોતાને આધીન છે, જેમનો મન ઉપર સંપૂર્ણ કાબૂ છે, તેઓના હાથે પાપકર્મ ભાગ્યે જ થાય છે.

સંસારવ્યવહારમાં આપણે સમજીએ છીએ કે પતિને આધીન રહી સ્ત્રીએ ગૃહસંસાર ચલાવવાનો છે, પરંતુ અનુ-ભવમાં તો પતિ જ પોતાની પત્નીને આધીન રહેતો જોવામાં આવે છે. મન અને ઇન્દ્રિયોના સંબંધમાં પણ મોટા ભાગે આવો જ વ્યવહાર ચાલે છે. જે વ્યક્તિએ પોતાનાં મનને

Ac. Gunratnasuri MS Jin Gun Aradhak Trust

પૂર્ણ રીતે કેળવ્યું હશે, તેની ઇન્દ્રિયો પરપદાર્થો સાથે સંયુક્ત થશે નહીં. મનને દર્શનેન્દ્રિયનાં કેન્દ્ર સાથે જોડાતું અટકાવીએ, તો ઉઘાડી આંખો હોવા છતાં નજર સામે પડેલા પદાર્થો પણ દેખાશે નહીં. બ્રહ્મચર્યસાધકે પોતાનાં મનને આ રીતે કેળવવા પ્રયત્નો કરવા જોઈએ.

બ્રહ્મચર્યવ્રતની પૂજામાં આહાર સંબંધમાં આચાર્ય શ્રી વિજયવલ્લભસૂરિજી મહારાજે કહ્યું છે કેઃ—

પુષ્ટિકાર આહાર ન ખાવે,
વિગય અધિકમેં મન ન લગાવે;
માદક આહાર સે મન્મથ જાગે,
ઇસિ કારણ બ્રહ્મચારી ત્યાગે,
રસના જીપક ગૃહી અનગારી,
નમન કરત જગમેં નરનારી.
ખાટા ખારા ચરચરા, મીઠા વિવિધ પ્રકાર;
રસલાલચ અધિકા ભમે, હોવે રોગ અપાર.
કામ–દીપાવન ભૂષણ દૂષણ, અંગ વિભૂષણ ટાળી;
નાટક ચેટક રાસ સિનેમા, દેખે નહીં બ્રહ્મચારી,
સાદે કપડે પહને, ભૂષણ નવિ ધારે.

વિષયવાસના સામેનો વિગ્રહ જીવનમાં સૌથી મહાન અને કપરો વિગ્રહ છે. આ વિગ્રહમાં વિજય મેળવવા માટે એને અનુરૂપ થાય તેવું વાતાવરણ અને સાધનો પણ જરૂરનાં છે. શરીર અને મનને ચંચળ કરે એવાં તીખાં તમતમતાં તેમ જ સ્વાદિષ્ટ અને રસાળાં ભોજનનો બ્રહ્મચર્ય-

Ac. Gunratnasuri MS Jin Gun Aradhak Trust

સાધકે ત્યાગ કરવો જોઈએ; કારણ કે આવા પ્રકારનાં ભોજનના પદાર્થો શરીરમાં વિકાર ઉત્પન્ન કરે છે.

જીભની મારણ અને તારણશક્તિનો ઉલ્લેખ કરી જ્ઞાની પુરુષોએ સાચું જ કહ્યું છે કેઃ—'રસોની લાલચુ, રોગમાત્રની જન્મભૂમિ અને બીજી તમામ ઇન્દ્રિયોને મારનારી અને તારનારી, યોગારૂઢને પણ–બલાત્ ખેંચી ઢસડનારી, સૌ કામનાને જન્માવનારી એવી જીભને હમેશાં વશમાં લાવવી.' અગાઉના વખતમાં યુદ્ધ લડાતાં તેમાં સેનાધિપતિ એટલે લશ્કરનો મૂળ નાયક મરણ પામે, અગર નાસી જાય કે તુરત તેનાં લશ્કરમાં ભંગાણ પડે, અને પછી તુરત જ લશ્કર તાબે થાય એવી પ્રથા હતી. સ્વાદેન્દ્રિયની બાબતમાં પણ આવું જ છે. ઇન્દ્રિયોમાં પણ સૌને બહેકાવનારી, નચાવનારી અને તોફાન મચાવનારી જીભને કાબૂમાં લેવામાં આવે તો બીજી ઇન્દ્રિયો આપોઆપ તેની પાછળ શરણ સ્વીકારે છે. જગતમાં મૃત્યુ પામતાં માનવોમાંથી મોટા ભાગના માનવીઓ વધુ પ્રમાણમાં અને નહિ ખાવા જેવી વસ્તુઓના ઉપભોગનાં કારણે જ મૃત્યુ પામે છે. માણસો ભૂખ સંતોષવા નથી ખાતાં, પરંતુ સ્વાદ અર્થે ખાય છે. બ્રહ્મચર્યસાધકે સંયમી જીવન જીવવા માટે, દેહનાં પોષણ અર્થે ખાવાનું છે અને રસલોલુપતાને કાબૂમાં લેવી એ તેનું સૌથી પ્રથમ કર્તવ્ય છે.

ઉત્તરાધ્યયનસૂત્ર (અ. ૩૨–૧૦) માં કહેવામાં આવ્યું છે કેઃ—

Ac. Gunratnasuri MS Jin Gun Aradhak Trust

रसा पगामं न निसेवियव्वा पायं रसा दित्तिकरा नराणं ।
दित्तं च कामा समभिद्दवन्ति दुमं जहा साउफलं व पक्खी ॥

'ઘી–દૂધ વગેરે દીપ્તિ કરનારા રસો યથેચ્છ ન સેવવા; કારણ કે જેમ સ્વાદુ ફળવાળાં વૃક્ષ તરફ પક્ષીઓ ટોળાબંધ દોડી આવે છે, તેમ તેવા માણસ તરફ કામવાસનાઓ દોડી આવે છે. રસનેન્દ્રિય અને જનનેન્દ્રિયોને બહેનોની માફક અતિ નિકટનો સંબંધ છે. રસની લોલુપતા કામને જાગૃત કરે છે, એ સૂત્ર બ્રહ્મચર્યસાધકે નિરંતર લક્ષમાં રાખવાનું છે.

## ૭–બ્રહ્મચર્યની સ્થિરતાના દશ ઉપાયો

બ્રહ્મચર્યમાં સ્થિર થવા માટે સાધકે પોતાની આંતરિક ચોકીદારી રાખવી પડે છે અને સાથો સાથ બાહ્ય નિમિત્તોની બાબતમાં પણ અત્યંત કાળજી રાખવી પડે છે. જૈન સૂત્રોમાં બ્રહ્મચર્યની સ્થિરતાના દશ ઉપાયો દર્શાવ્યા છે, તે પાઠકોએ બરાબર લક્ષમાં રાખવા યોગ્ય છે. એ દશ ઉપાયો આ પ્રમાણે જાણવા.*

### (૧) એકાંત નિવાસ

બ્રહ્મચારી બ્રહ્મચર્યની રક્ષા માટે એકાંત અને સ્ત્રીઓથી રહિત સ્થાનમાં વાસ કરે. તે પોતાને સૂવા–બેસવા સારૂ ગમે તે સ્થાનમાં રહે, પણ તે સ્થાન સ્ત્રી, પશુ અને નપુંસકથી રહિત હોવું જોઈએ.

---

* શ્રીચંદજી રામપુરિયાકૃત 'બ્રહ્મચર્ય'ના આધારે.

૩

Ac. Gunratnasuri MS Jin Gun Aradhak Trust

જ્યાં બિલાડીઓનો વાસ હોય ત્યાં ઊંદરોને રહેવું સલામત નથી, તે રીતે જે સ્થાનમાં સ્ત્રીઓનો વાસ હોય તે સ્થાનમાં બ્રહ્મચારીને રહેવું કુશલ નથી.

જેવી રીતે કૂકડીના બચ્ચાંને માટે બિલાડી હમેશાં ભયનું કારણ હોય છે, તેમ બ્રહ્મચારીને માટે નારીદેહ ભયનું કારણ છે.

જે સ્થાન નિરંતર મોહ અને કામરાગ વધારનારું હોય અને જ્યાં વિવિધ પ્રકારની સ્ત્રીકથાઓ થતી હોય, એવાં સ્થાનમાં બ્રહ્મચારી રહે નહિ; તેવી રીતે જે સ્થાનમાં રહેવાથી મન સ્થિર થવાની અને બ્રહ્મચર્યનો સંપૂર્ણ કે અંશતઃ ભંગ થવાની શકયતા હોય, તે સ્થાનનું બ્રહ્મચારી સેવન કરે નહિ.

દુશ્ચરિત સ્ત્રીઓ કોઈ ને કોઈ બહાને બ્રહ્મચારીની પાસે પહોંચીને તેમનું પતન કરવાના સૂક્ષ્મ કે પ્રચ્છન્ન ઉપાયો કામે લગાડે છે. તે ગમે તે રીતે તેમની પાસે બેસી જાય છે અને પોતાનાં સુંદર વસ્ત્રો તથા ગુપ્તાંગો દેખાડતી બ્રહ્મચારીને પોતાની તરફ આકર્ષિત કરે છે. વળી તેનાં હૃદયને મોહિત કરવા માટે તે અનેક પ્રકારની વિનંતિઓ કરતી મીઠા-મીઠા શબ્દો બોલે છે અને વિષય સંબંધી વાતો કરીને પોતાનું મનમાન્યું કરાવી લે છે.

જેવી રીતે પહેલાં માંસના ટૂકડા ફેંકીને સિંહને નિઃશંક નિર્ભર કરી દેવામાં આવે છે અને પછી દગો કરીને જાળમાં ફસાવવામાં આવે છે, તેમ દુષ્ટ સ્ત્રીઓ પ્રથમ બ્રહ્મ-ચારીને વિશ્વાસમાં લઈને પછી તેનું પતન કરી દે છે. જેમ

Ac. Gunratnasuri MS Jin Gun Aradhak Trust

રથકાર રથના પૈડાંઓને ધીમે ધીમે ગોળ બનાવી દે છે, તેમ સ્ત્રીઓ બ્રહ્મચારીની મનોદશાને ધીમે ધીમે અનુકૂલ બનાવી દે છે અને છેવટે પોતાને વશ કરી દે છે. પછી તો પાશમાં બંધાયેલા મૃગની માફક પ્રયત્ન કરવા છતાં તે એની પાસેથી છૂટી શકતો નથી.

વિષ–મિશ્રિત દૂધ પીનારા મનુષ્યની જેમ સ્ત્રીઓના સહવાસમાં રહેનારા બ્રહ્મચારીને ખૂબ જ પસ્તાવું પડે છે, માટે પહેલેથી વિવેક રાખીને તે સ્ત્રીઓવાળાં મકાનમાં એકલો ન રહે.

વધારે શું ? સંપૂર્ણ સંયમી અને સુતપસ્વી મુનિ જેને દેવાંગનાઓ પણ ડોલાવી શકતી નથી, તેમને માટે પણ સ્ત્રીઓથી રહિત એકાંતવાસ જ હિતકર માનવામાં આવ્યો છે.

### (૨) સ્ત્રી–કથા–વર્જન

બ્રહ્મચારી મનને ચંચલ કરનારી અને વિષયરાગને વધારનારી સ્ત્રી–વિષયક વાતો ન કરે. તે વિલાસ, હાસ્ય, કામ અને મોહ ઉત્પન્ન કરનારી કથાઓ પણ ન કહે, એટલું જ નહિ પરંતુ તેને સાંભળે પણ નહિ અને તેનું ચિંતન પણ કરે નહિ. એવી વાતો સાંભળવાથી મનની શાંતિનો ભંગ થાય છે અને સર્વજ્ઞપ્રણીત સુધર્મથી પતિત થાય છે. જેમ લીંબુની વાત સાંભળતાં મુખમાં પાણી આવી જાય છે, તેમ નારી સંબંધી કથા કરવાથી વિષય–વિકાર વધીને મનના પરિણામ અસ્થિર થઈ જાય છે, મનોબલ ક્ષીણ થઈ જાય છે.

### (૩) નારીપ્રસંગ–વર્જન

સાધારણ મનુષ્યની વાત તો દૂર રહી પણ મુમુક્ષુ,

Ac. Gunratnasuri MS Jin Gun Aradhak Trust

ભવભીરુ અને ધર્મમાં દૃઢ પુરુષોને માટે પણ યુવાન અને મનોહર સ્ત્રી જેવી દુસ્તર વસ્તુ બીજી કોઈ નથી. જેવી રીતે વૈતરણી નદીનો પાર પામવો મુશ્કેલ છે, તેવી રીતે કાયરોને સ્ત્રીઓનો મોહ જિતવો મુશ્કેલ છે.

સ્ત્રીઓ પ્રત્યેનો મોહ–ભાવ જિતી લેવાથી અન્ય આસક્તિઓનો પાર પામવો સરલ થઈ જાય છે. જે મહાસમુદ્ર તરી ચૂકયા હોય તેને ગંગા નદી તરી જવી શું મુશ્કેલ છે?

બ્રહ્મચારીએ સ્ત્રીઓની સાથે વારંવાર વાર્તાલાપ કરવો નહિ તથા તેના સંસર્ગ અને સમાગમથી હમેશાં બચવું.

પુત્રી હોય કે પુત્રવધૂ હોય, ધાવમાતા હોય કે દાસી હોય, પ્રૌઢ હોય કે કુમારી હોય, બ્રહ્મચારી તે કોઈનો સંસર્ગ કરે નહિ. વધારે શું? લંગડી, લૂલી, નકટી અને હાથપગ કપાયેલી સો વર્ષની ડોસી હોય તો પણ બ્રહ્મચારીએ તેના સંસર્ગથી બચવું.

જે સ્ત્રીઓની સાથે પરિચય વધારે છે, તે બ્રહ્મચર્ય–સમાધિથી ભ્રષ્ટ થાય છે. આત્માર્થી બ્રહ્મચારી સ્ત્રીઓની સાથે એક આસન પર ન બેસે. જે સ્થાન પર નારી બેઠી હોય તે સ્થાન પર તે બેસે તો ઓછામાં ઓછો બે ઘડીનો સમય જવા દઈને બેસે.

જેવી રીતે લાખથી ભરેલો ઘડો અગ્નિના સંસર્ગથી બળીને શીઘ્ર નષ્ટ થઈ જાય છે, તેવી રીતે સ્ત્રીના સહવાસથી બ્રહ્મચારીનું બ્રહ્મચર્ય શીઘ્ર નષ્ટ થઈ જાય છે.

ઉપર્યુક્ત વાતનો વિચાર કરીને બ્રહ્મચારી એકલી સ્ત્રીની સાથે ધર્મ સંબંધી વાર્તાલાપ પણ ન કરે.

Ac. Gunratnasuri MS Jin Gun Aradhak Trust

જે પુરુષો સ્ત્રીઓમાં આસક્ત થાય છે, તેની ગણના કુશીલિયામાં થાય છે. સ્ત્રીની કામનાથી ખિન્ન, અનુભવી અને બુદ્ધિમાન પુરુષ પણ સ્ત્રીઓના સંસર્ગથી ભ્રષ્ટ થઈને દુરાચારીઓની કોટિમાં આવી જાય છે. એથી વધારે તો શું ? જે તપસ્વી મુનિ હોય તે પણ સ્ત્રીઓની સાથે સંસર્ગ ન કરે.

ચતુર પુરુષ શરૂઆતની લોભાવનારી વિનંતિઓની ઉપેક્ષા કરતો સ્ત્રીસંગ અને સહવાસથી બચે. સ્ત્રીની સાથે ભોગવેલા કામભોગ મહાપાપનું કારણ થાય છે.

સ્ત્રી–સંગ મહાભયરૂપ છે, એ વિચારથી આત્માનો બચાવ કરતો બ્રહ્મચારી સ્ત્રી, પશુ અને નપુંસકોનો સ્પર્શ કરે નહિ; તેમજ બીજું પણ કોઈ અકૃત કરે નહિ.

જે મનુષ્ય આગળની ચિંતા કરતા નથી અને માત્ર વર્તમાનનાં સુખોને જ જુએ છે, તે યુવાવસ્થા વીતી જતાં અને મૃત્યુ સમીપ આવતાં પસ્તાય છે. તેથી દૂરદર્શી બ્રહ્મચારી સ્ત્રી–પ્રસંગને ઝેરી કાંટાની જેમ છોડી દે. જેવી રીતે કમલ પાણીથી નિર્લેપ રહે છે, તેવી રીતે બ્રહ્મચારી સ્ત્રીઓથી નિર્લેપ રહે.

## (૪) ચક્ષુસંયમ

બ્રહ્મચારી સ્ત્રીઓનાં મનોહર રૂપને મોહ–ભાવથી ન જુએ. તેનાં અવયવો, શરીર–સૌન્દર્ય, હાસ્ય–વિલાસ, મંજુલ–ભાષણ, અંગ–સંચાલન અને કટાક્ષોપર દૃષ્ટિપાત ન કરે, તેમજ તેનું ચિંતન પણ ન કરે. સ્ત્રીનું રૂપ અને શૃંગાર જોવાથી વિષય–વિકારની વૃદ્ધિ થાય છે. બ્રહ્મચારીએ તો ચિત્રની પુતલી પર પણ નજર રાખવી યોગ્ય નથી, તો

Ac. Gunratnasuri MS Jin Gun Aradhak Trust

સજીવ સુસજ્જિત નારીની તો વાત જ શી કરવી? કદાચ દષ્ટિ પડી જાય તો સૂરજનાં કિરણોથી જેમ આંખોને હઠાવી લેવામાં આવે છે, તેમ બ્રહ્મચારીએ આંખોને હઠાવી લેવી.

જેવી રીતે આંધળો માણસ હાથમાં દીવો હોવા છતાં પોતાનાં ગંતવ્યસ્થાનને જોઇ શકતો નથી, તેવી રીતે રૂપનો વિષયી બ્રહ્મચારી વિકાર–વિહ્વલ બનીને પોતાની વ્રત–રક્ષામાં રહેલા ભયને જોઈ શકતો નથી.

બ્રહ્મચારી સ્ત્રીઓને રાગપૂર્વક જુએ નહિ, તેનો અભિલાષ કરે નહિ, તેનું ચિંતન કરે નહિ અને તેનું કીર્તન પણ કરે નહિ. બ્રહ્મચર્યમાં લીન રહેવાની ઇચ્છા રાખનારા ધ્યાન પ્રાપ્ત કરવામાં સહાયક છે.

## (૫) શ્રવણ–સંયમ

બ્રહ્મચારી પુરુષ સ્ત્રીઓના કૂજન, રોદન, ગીત, હાસ્ય, ક્રંદન, વિલાપ અને પ્રેમના શબ્દો સાંભળે નહિ. તેમજ પરદા, કનાત, ટાટ કે દીવાલની પાછળ રહીને સંભોગી સ્ત્રી–પુરુષના પ્રેમાલાપના શબ્દો સાંભળે નહિ. જેમ જળથી ભરેલાં વાદળોનું ગર્જન સાંભળીને મોર, બપૈયા વિકારગ્રસ્ત થઈને નાચવા લાગે છે, તેમ ભોગસમયના શબ્દો સાંભળીને બ્રહ્મચારીનું મન નાચવા લાગે છે, તેથી જ્યાં કાનોમાં એવા વિષયોત્પાદક શબ્દો પડતા હોય, ત્યાં બ્રહ્મચારીએ રહેવું નહિ.

## (૬) સ્મરણ–સંયમ

બ્રહ્મચારીએ ભૂતકાળની વિષય–ક્રીડાઓનું સ્મરણ કરવું નહિ.

Ac. Gunratnasuri MS Jin Gun Aradhak Trust

## (૭) આહાર-સંયમ

બ્રહ્મચા વિષય-વાસનાને જલ્દી ઉત્તેજિત કરનારા સ્નિગ્ધ અને મસાલેદાર અન્નપાનથી હમેશાં દૂર રહે.

દૂધ, દહીં, ઘી આદિ સ્નિગ્ધ અને રસ વધારનારા પદાર્થોનું બહુધા સેવન ન કરે. એવા પદાર્થોનાં સેવનથી વીર્યની વૃદ્ધિ થાય છે. જેવી રીતે સ્વાદુ ફલવાળાં વૃક્ષની પાસે પક્ષીઓનાં ટોળાં ઊડતાં ઊડતાં આવી પહોંચે છે, તેમ વીર્યથી દીપ્ત થયેલા પુરુષની પાસે કામવાસનાઓ દોડતી દોડતી આવી પહોંચે છે.

## (૮) માત્રા-સંયમ ( આહારમર્યાદા )

ઘણાં લાકડાંથી ભરેલાં વનમાં લાગેલો દાવાગ્નિ જ્યાં સુધી પવનનું જોર હોય છે, ત્યાં સુધી બુઝાતો નથી, તે રીતે હૃષ્ટ-પુષ્ટ શરીરને યથેચ્છ આહારદ્વારા રસ પહોંચતા રહેવાથી વિષયાગ્નિ બુઝાતી નથી. બ્રહ્મચારીને માટે અતિ આહાર જરા પણ હિતકર નથી.

એકાંત શય્યાસનના સેવી, અલ્પહારી અને જિતેન્દ્રિય પુરુષને વિષયરૂપી શત્રુ હરાવી શકતો નથી, પરંતુ ઔષધથી જેમ વ્યાધિ પરાજિત થાય છે, તેમ વિષયરૂપ શત્રુ પોતેજ બ્રહ્મચારીથી પરાજિત થાય છે.

બ્રહ્મચારી યોગ્ય સમયે, મિત પ્રમાણમાં અને જીવન ધારણ કરવા માટે જ આહાર કરે. તેણે કોઇ પણ વાર અધિક માત્રામાં આહાર કરવો નહિ.

## (૯) ભૂષા-સંયમ

બ્રહ્મચારી વિભૂષા અને ભપકાને છોડી દે. બ્રહ્મચારી

Ac. Gunratnasuri MS Jin Gun Aradhak Trust

શ્રૃંગાર ન કરે. ભપકો રાખનારો બ્રહ્મચારી સ્ત્રીઓની કામનાનો વિષય બને છે. જેવી રીતે રંકના હાથમાં રહેલું રત્ન રાજ્યના અધિકારીઓ છીનવી લે છે, તેવી રીતે શોખીન બ્રહ્મચારીનું બ્રહ્મચર્ય કામનાસકત સ્ત્રીઓ છીનવી લે છે. શરીરવિભૂષાથી કર્મનો અનુબંધ થાય છે, જેથી મનુષ્ય ઘોર અને દુસ્તર સંસારસાગરમાં ગોથાં ખાય છે, માટે અનેક દોષોથી ભરેલી શરીર–વિભૂષાને બ્રહ્મચારીએ તજી દેવી.

## (૧૦) કામભોગ–સંયમ

બ્રહ્મચારી શબ્દ, રૂપ, રસ, ગંધ અને સ્પર્શ એ પાંચ પ્રકારના વિષયોનું સેવન સદાને માટે છોડી દે. દેવોથી માંડીને સમગ્ર લોકમાં ઉત્પન્ન થતું દુઃખ આ આસક્તિને આભારી છે. વીતરાગ શારીરિક અને માનસિક–સર્વ દુઃખોનો અંત કરી શકે છે.

જૈન મુનિના આચારધર્મમાં બ્રહ્મચર્યવ્રત અંગે નીચેના નિયમોનું કડક પાલન કરવાનું હોય છે.

(૧) મુનિ કોઈ પણ સ્ત્રી, પછી તે નાની બાળા યા અતિ વૃદ્ધ અગર સ્ત્રીતિર્યંચ હોય તેને અડી ન શકે, એટલું જ નહિ પણ એનાં સંબદ્ધ કપડાં વગેરેને પણ પોતાનું કપડું વગેરે અડવા ન દે.

(૨) રૂપપ્રતિબદ્ધ અને શબ્દપ્રતિબદ્ધ અર્થાત્ જ્યાં સ્ત્રીનાં રૂપ કે શબ્દ ઇન્દ્રિયગોચર થતા હોય એવા મકાનમાં રહી ન શકે.

Ac. Gunratnasuri MS Jin Gun Aradhak Trust

(૩) જ્યાં સ્ત્રીઓનાં ગમનાગમન હોય અગર દૃષ્ટિ પડતી હોય ત્યાં લઘુશંકા અને વડીશંકા ટાળવા બેસી ન શકે.

(૪) ગૃહસ્થને ત્યાં ગોચરી ગયે બેસે નહિ, તેમ ઉપદેશ કરે નહિ.

(૫) સ્ત્રીનાં મુખ સામે જોઈ જરૂરી પૃચ્છા ન કરે.

(૬) વરસાદ આદિ કારણે કયાંય ઊભા રહેવું પડે તો એકલા અગર બે સાધુ, એકલી અગર બે સાધ્વીઓની નજીકમાં ઊભા ન રહે.

(૭) કાંઈ પણ જ્ઞાનધ્યાન-વાંચન વગેરે પણ ગુરુ-આચાર્યની સંમતિ વિના ન કરે.

(૮) મોટા આચાર્ય પણ એકલા એકાંતમાં સાધ્વીને આલોચના-પ્રાયશ્ચિત ન કહે, પણ સાથે પીઢ મુનિને રાખે.

(૯) સાધ્વીઓ મુનિનાં સ્થાને માત્ર પાક્ષિક ક્ષમાપનાર્થે ચતુર્દશીના દિવસે અથવા સૂત્રના યોગોદ્વહનની ક્રિયાના દિવસે કે ચતુર્વિધ સંઘની વ્યાખ્યાનસભામાં જઈ શકે.

બ્રહ્મચર્યની સાધના એ સાધુ માટેની પ્રાથમિક ભૂમિકા છે, અને તેથી સાધુઓ માટેના જણાવેલા આ નિયમો બધા બ્રહ્મચર્યસાધકે જાણવા જોઇએ. તેમજ જેટલે અંશે પાળવાનું શકય હોય તેટલે અંશે પાળવાનો પ્રયત્ન કરવો જોઇએ. શ્રીમદ્ હેમચંદ્રાચાર્યે યોગશાસ્ત્રમાં કહ્યું છે કે: "જે થોડું ખાય છે તે વધારે ખાય છે, કારણ કે અલ્પાહારજ બ્રહ્મચર્યની રક્ષા કરે છે." સ્વાદેન્દ્રિય પર સંયમ કેળવ્યા સિવાય વિષયેન્દ્રિય પર સંયમ મેળવવો અશકય છે. એટલે બ્રહ્મચર્યપાલન અર્થે સાધકે સૌથી પ્રથમ સ્વાદેન્દ્રિય પર સંયમ કેળવવો જોઈએ.

Ac. Gunratnasuri MS Jin Gun Aradhak Trust

ગૌતમ બુદ્ધે ' બ્રહ્મચર્ય ' વિષે ઉપદેશ આપતાં પોતાના શિષ્યોને આમ કહ્યું છે : ' કામ પુરુષનો અતિ બળવાન શત્રુ છે. દૃઢતારૂપી ધનુષ્ય અને વિવેકરૂપી તીક્ષ્ણ બાણથી એ મહારિપુને હણો. '

' સ્ત્રીનું સ્વરૂપ નિરંતર નિંદ્ય સમજો. સ્ત્રીએ પર્વત જેવા નિશ્ચલ મનને પણ ચલિત કર્યાનાં અનેક દૃષ્ટાંતો છે '

' સૌન્દર્યમુગ્ધ મનુષ્યનું હૃદય અંધ બને છે અને એનું ચિત્ત ભ્રમિત થાય છે.'

' કામાસક્ત મલિન વિચારોને સેવવા કરતાં વાઘના મુખમાં જઈ પડવું અથવા ક્રૂર કસાઈની તીક્ષ્ણ છરીથી કપાઈ મરવું વધારે સારૂં છે. '

## ૮–બ્રહ્મચર્યની સ્થિરતા માટેના કેટલાક નિયમો

સ્વામી શ્રી સહજાનંદજીએ બ્રહ્મચર્યવ્રતનાં પાલન અર્થે પોતાના શિષ્યોને નીચે મુજબ આજ્ઞા કરી છે:—

(૧) પોતાને સ્નાન સૂતક લાગે તેવી સ્ત્રીઓ સિવાય બીજી કોઈ સ્ત્રીઓ સાથે વાતચીત અગર સ્પર્શ ન કરવો.

(૨) અજાણતાં પણ સ્ત્રીનાં વસ્ત્રના છેડાને સ્પર્શ થઈ જાય તો તે દિવસે ઉપવાસ કરવો.

(૩) કોઈ પણ સ્ત્રી સામે કુદૃષ્ટિથી જોવું એ વ્યભિચારછે.*

(૪) કોઈ સ્ત્રીને મંત્રોપદેશ ન કરવો, પણ આચાર્યની પત્ની પતિની આજ્ઞા લઈ અન્ય સ્ત્રીઓને મંત્રોપદેશ કરી શકે છે.

* સરખાવો :— " જે કોઈ પુરુષ, સ્ત્રી પ્રત્યે કામદૃષ્ટિએ જુએ છે, તે દરેક પુરુષ હૃદયમાં તો એની સાથે કયારનો વ્યભિચાર કરી ચૂકયો છે. " મેથ્યુ, ૫, ૨૮

Ac. Gunratnasuri MS Jin Gun Aradhak Trust

(૫) સ્ત્રીઓની સભામાં સ્ત્રીઓએ જ કથા વાંચવી. તેમાં નાનાં બાળક કે પુત્રને પણ આવવા દેવો નહીં.

(૬) પુરુષોની સભામાં બે મહિનાની દીકરીને પણ સાથે લઈ જઈ શકાય નહિ.

(૭) સાધુઓને ઉતરવાની જગ્યા જૂદી રાખવી.

(૮) મંદિરોમાં સ્ત્રીપુરુષને એક બીજાનો સ્પર્શ ન થાય એવો બંદોબસ્ત રાખવો.

યુરોપ અને અમેરિકાના લોકો પણ બ્રહ્મચર્યનું મહત્ત્વ સમજવા લાગ્યા છે. અમેરિકાના એક સુપ્રસિદ્ધ ડૉ. કાઉએને ( એમ. ડી. ) બ્રહ્મચર્યપાલનઅર્થે બ્રહ્મચર્ય-સાધકને નીચે જણાવેલા નિયમો પાળવાની ભલામણ કરી છે :—

(૧) મિતાહારી થવું. ખોરાક બને ત્યાં સુધી રાંધ્યા સિવાય કુદરતી સ્વરૂપેજ લેવો. સ્વાદ સારૂ અધિક ખોરાક ન લેવો. દરેક પ્રકારનાં સૂકાં તથા લીલાં રસદાર ફળ ખાવાં, તથા કાચાં શાકભાજી ખાઈ શકાય તે ખાવાં. સાકર, ખાંડ, ગોળવાળા, પદાર્થોનો ઉપયોગ ન કરવો. ચીકાશવાળા આહારના પદાર્થો જેવા કે શીખંડ, બાસુંદી, વિવિધ પાકો ન લેવા. ઉત્તેજક પદાર્થો જેવા કે તેલ, મરચાં, મરી, અથાણાં વગેરે પદાર્થો ન લેવા; આ વસ્તુઓ શરીરમાં આળસ અને પસીનામાં દુર્ગંધ ઉત્પન્ન કરે છે. મીઠું—લૂણનો ઉપયોગ બની શકે તેટલો ઓછો કરવો. અતિ ખાટા,

Ac. Gunratnasuri MS Jin Gun Aradhak Trust

અતિ તીખા, અતિ કડવા, તેમજ વાસી ખાવાના પદાર્થોનો ખાવામાં ઉપયોગ ન કરવો.

(૨) દૂધ, મલાઈ, માખણ, પનીર બની શકે તેટલાં ઓછાં પ્રમાણમાં લેવાં.

(૩) તળેલી ચીજો ભજીયા, ગાંઠીઆ, સેવ વગેરેનો ઉપયોગ ન કરવો.

(૪) ચા, કોફી, કોકો વગેરેનાં વ્યસનોનો ત્યાગ કરવો. માદક પદાર્થોનો ત્યાગ કરવો.

(૫) હમેશાં આખો દિવસ જેને બેસી રહેવું પડતું હોય, તેણે પાંચથી દશ માઇલ સુધી ફરવું.

(૬) નિદ્રા પૂર્ણ થાય અને જાગી જવાય કે બિછાના પરથી કૂદી પડવું.

(૭) મળ, મૂત્રનાં દબાણથી જનનેન્દ્રિય જાગ્રત થાય છે અને તેના ત્યાગથી તે શાંત થાય છે, માટે બ્રહ્મચર્ય-સાધકે આ બાબતમાં બહુ કાળજીપૂર્વક વર્તવું.

સુપ્રસિદ્ધ તત્ત્વજ્ઞાની રૂશ બ્રહ્મચર્યની સાધના માટે લખતાં કહે છે કે :-

(૧) બ્રહ્મચર્યસાધકે વહેલાં ઉઠવું અને બરફ જેવા ઠંડા પાણીથી સ્નાન કરવું.

(૨) બ્રહ્મચર્યસાધકે ગળપણ ન ખાવું.

(૩) નિરંતર ખુલ્લી હવામાં રહેવું તથા કસરત કરવી.

(૪) હમેશાં સત્ય બોલવાની ટેવ પાડવી.

સદ્ગત શ્રી. કિશોરલાલ મશરૂવાલાએ તેમના 'સ્ત્રી-પુરુષ-મર્યાદા' નામનાં પુસ્તકમાં બ્રહ્મચર્યપાલનઅર્થે નીચેના નિયમો જણાવ્યા છે :-

Ac. Gunratnasuri MS Jin Gun Aradhak Trust

(૧) વિષયનું સ્મરણ ઊઠે નહીં એવો માર્ગ લેવો એ જ નિર્ભય માર્ગ છે. તે માટે ચિત્ત અને શરીરને સદૈવ કાર્યરત રાખવાં. કોઈ કાર્ય, અભ્યાસ કે શુભ પ્રવૃત્તિનો ચિત્તને એવો તો પાસ લગાડી દેવો કે એના વિચારમાંથી ચિત્ત નવરૂં થાય તો જ વિષયનું સ્મરણ ઉઠે ને? એ માટે પ્રવૃત્તિ એવી હોવી જોઇએ કે જેમાં કેવળ શરીરને જ રોકાવાનું ન હોય, પરંતુ મનને પણ રોકાવું પડે.

(૨) આમ છતાં, વિકાર ઉદ્ભવે તો વિકારનો શત્રુભાવે કે મિત્રભાવે વિચાર કરવાને બદલે કોઈ નવા વિચારમાં ચિત્તને જોડવાનો જ પ્રયત્ન કરવો.

(૩) જે વ્યક્તિ કે મૂર્તિ વિષે એટલો આદર હોય કે જેની સમીપમાં વિકાર શમતા હોય, અથવા જેની સમીપમાં વિકારને વશ ન થવાય એવો સંયમ રાખવાનું બળ મળતું હોય, તેની નજીકમાં ઊઠવા-બેસવાનું રાખવું. એને અભાવે એનું સ્મરણ પણ મદદગાર થાય.

(૪) જે ખાન-પાન-કપડાં કે ટેવો પોતાના અનુભવથી વિકારને મદદ કરનાર જણાયાં હોય તેનો વ્રતરૂપે ત્યાગ કરવો; અને સામાન્ય રીતે નીચેના નિયમો પાળવાઃ—

(क) બહુ મોડા ન ખાવું; રાત્રે ભારે, વધારે કે ગરમાગરમ ખોરાક ન લેવો.

(ख) મોડા ન સૂવું.

(ग) વહેલા ઊઠવું.

Ac. Gunratnasuri MS Jin Gun Aradhak Trust

(ઘ) રાત્રે આઠ વાગ્યામાં જ આંખ ઘેરાવા માંડે એટલેા દિવસ દરમ્યાન શ્રમ કરવો, અને મળસ્કાની ઉંઘ લેવાનેા કદી લેાભ ન કરવો.

(च) સાદાં અને સ્વચ્છ જીવનની ઈચ્છા રાખવી.

(छ) રસિક દેખાવાનેા મેાહ ન રાખવો.

મહાત્મા ગાંધીજીએ પેાતાના 'આરેાગ્યની ચાવી' નામનાં પુસ્તકમાં વીર્યસંગ્રહના થેાડા મેાટા નિયમેા જણાવ્યા છે, જે બ્રહ્મચર્યસાધકે ખાસ લક્ષમાં રાખવા જેવા છે. તે નિયમેા આ મુજબના છે:—

(૧) વિકાર માત્રની જડ વિચારમાં રહેલી છે, તેથી વિચારેા ઉપર કાબૂ મેળવવેા. એનેા ઉપાય એ છે કે, મનને ખાલી ન રહેવા દેવું, સારા ને ઉપયેાગી વિચારેાથી ભરી મેલવું. અર્થાત્ પેાતે જે કાર્યમાં રેાકાયેલ- હેાય તેને વિષે ફિકર ન વેઠવી, પણ તેમાં કઈ રીતે નિપુણતા મળે એ વિચારવું ને તેનેા અમલ કરવેા. વિચાર અને તેનેા અમલ વિકારેાને રેાકશે. પણ આખેા વખત કામ નથી હેાતું. મનુષ્ય થાક ખાય છે, શરીર આરામ માગે છે, રાતના ઉંઘ નથી આવતી, ત્યારે વિકારેાના હુમલા સંભવે. આવા પ્રસંગેામાં સૌથી સર્વોપરી સાધન જપ છે. ભગવાનને જે રૂપે અનુભવ્યેા હેાય અથવા અનુભવવાની ધારણા રાખી હેાય, તે રૂપને હૃદયમાં રાખીને તે નામનેા જપ કરવેા. જપ ચાલતેા હેાય ત્યારે બીજું કંઈ મનમાં ન હેાવું જોઈએ. આ આદર્શ સ્થિતિ છે. તેને ન પહેાંચાય અને અનેક

Ac. Gunratnasuri MS Jin Gun Aradhak Trust

અનોતરેલા વિચારો ચડાઈ કરતા હોય તેથી થાકવું નહીં, પણ શ્રદ્ધાપૂર્વક જપ જપ્યા કરવો. તેને અંતે વિજય છે જ એમ નિશ્ચયપૂર્વક માનવું, એટલે વિજય થશે જ.

(૨) વિચાર તેમ વાચન વિકારોને શમાવનારાં હોવા જોઈએ. તેથી બોલ માત્ર તોળીને બોલવો. જેને બિભત્સ વિચાર ન આવે તેને મુખેથી બિભત્સ બોલી નીકળે જ નહીં.

(૩) વિષયને પોષનારું બહોળું સાહિત્ય પડ્યું છે. તેની તરફ મનને કદી જવા ન દેવું. સદ્ગ્રંથો અથવા પોતાના કાર્યને લગતા ગ્રંથો વાંચવા, તેનું મનન કરવું, ગણિતાદિને અહીં મોટું સ્થાન છે. દેખીતું છે કે જે વિકારોનું સેવન નથી ઈચ્છતો, તે વિકારને પોષે એવા ધંધાનો ત્યાગ સેવશે.

(૪) જેમ મગજ રોકાયેલું હોય તેમજ શરીર રોકાયેલું હોવું જોઈએ. તે એવું કે રાત પડયે માણસને જે સુંદર થાક ચડેલો હોય તે પથારીમાં પડ્યો કે તુરત તેને નિદ્રાવશ કરે. એવાં સ્ત્રીપુરુષની નિદ્રા શાંત અને નિઃસ્વપ્ન હોય છે. જેટલું ખુલ્લામાં મહેનત કરવાનું મળે તેટલું વધારે સારું. જેને આવી મહેનત ન જ સાંપડે તેવાઓએ અચૂક કસરત કરવી. ઉત્તમોત્તમ કસરત ખુલ્લી હવામાં વેગે ફરવાની છે. ફરતાં મોઢું બંધ હોય, શ્વાસ નાકેથી જ લેવાય. ચાલતાં, બેસતાં શરીર ટટાર જ હોય. જેમ તેમ બેસવું કે ચાલવું

Ac. Gunratnasuri MS Jin Gun Aradhak Trust

એ આળસની નિશાની છે. આળસ માત્ર વિકારનું પોષક છે. આસનોનો અહીં ઉપયોગ છે. જેના હાથ, પગ, આંખ, કાન, નાક, જીભ ઈત્યાદિ પોતાને યોગ્ય કામ યોગ્ય રીતે કરે છે, તેની જનનેન્દ્રિય કદી ઉપદ્રવ કરતી જ નથી, એ અનુભવવાક્ય સૌ કોઈ માને એવી આશા રાખું છું.

(૫) જેવો આહાર તેવો આકાર. જે માણસ અત્યાહારી છે, જેના આહારમાં કશો વિવેક નથી, તે ઈન્દ્રિયજિત્ કદી નહીં થઈ શકે. તેથી માણસે યુક્તાહારી અને અલ્પાહારી બનવું ઘટે છે. શરીર આહારને સારૂ નથી, પણ આહાર શરીરને સારૂ છે. અને શરીર પોતાને ઓળખવા સારૂ બન્યું છે. પોતાને ઓળખવો એટલે ઈશ્વરને ઓળખવો. એ ઓળખને જેણે પોતાનો પરમ વિષય બનાવ્યો છે, તે વિકારોને વશ નહીં થાય.

(૬) પ્રત્યેક સ્ત્રીને માતા, બહેન કે દીકરી તરીકે જોવી. કોઈ પુરુષ પોતાની મા, બહેન કે દીકરી ઉપર વિકારી નજરે નહીં જુએ. સ્ત્રી પ્રત્યેક પુરુષને પિતા, ભાઈ કે દીકરા તરીકે જુએ.

આ નિયમો સંબંધી મહાત્મા ગાંધીજી લખે છે કે : ‘મારાં બીજાં લખાણોમાં મેં વધારે નિયમો આપ્યા છે. તે બધાનો સમાવેશ આ નિયમોમાં થઈ જાય છે. તેનું પાલન કરનારને સારૂ મહાન વિકારને જીતવો બહુ સહેલું થઈ પડવું જોઈએ. જેને બ્રહ્મચર્ય પાળવાની ધગશ છે, તે એ પાલન અસંભવિત છે અથવા કરોડોમાંથી કોઈક જ પાળી

Ac. Gunratnasuri MS Jin Gun Aradhak Trust

શકે, એમ માનીને તેનો પ્રયત્ન નહીં છોડે. જે રસ તેનાં પાલનમાં છે, તે બીજી કશી વસ્તુમાં નથી. જે આનંદ નીરોગી શરીર ભોગવે છે, તે આનંદ બીજી કશી વસ્તુમાં નથી, ને કોઈ શરીરને તે નીરોગિતા નહીં સાંપડે કે જે વિકારનું ગુલામ છે.'

જ્ઞાની પુરુષોએ કહ્યું છે કેઃ-'**कामोत्पादकद्रव्यस्य दर्शनात् स्खलति व्रतम्**-અર્થાત્ કામને ઉપજાવે એવાં દ્રવ્યનાં દર્શનથી પણ વ્રત ભંગ થાય છે.' વિકારોત્તેજક શબ્દોના પઠન કે શ્રવણથી પણ અંતરમાં ઠરેલા કે સૂતેલા વિકારો જાગ્રત થાય છે, માટે બ્રહ્મચર્યસાધકે કામવાસના જાગે તેવું વાચન ન કરવું, તેવા શબ્દો ન સાંભળવા, તેવા સુગંધ-યુક્ત દ્રવ્યનું સેવન ન કરવું, તેમ જ કોઈ દૃશ્ય ન જોવું. બ્રહ્મચર્યસાધકે કદી નાટક, ચેટક, ગરબા, રાસ, નૃત્ય કે સિનેમા જોવા જવું નહી. બ્રહ્મચર્યસાધક માટે શારીરિક ટાપટીપ, સ્ત્રીનો સંસર્ગ અને રસદાર અન્નપાન એ ત્રણે તાલપુટ (હાથમાં પકડતાં જ તાળવું ફોડી નાખે તેવું મહા-ભયંકર) વિષ જેવા હોવાનું દશવૈકાલિક સૂત્રમાં કહેવામાં આવ્યું છે.

ઇન્દ્રિયોનો ઉપયોગ તો બ્રહ્મચારી અને અબ્રહ્મચારી, સંયમી અને અસંયમી બંને જ કરે છે, પરંતુ એ બંનેના આચાર-વિચારોમાં ભેદ રહેલો હોય છે. એક પ્રસિદ્ધ વિચારક કહે છે કે :—બ્રહ્મચર્યનો પ્રયત્ન કરનારા ઘણા નિષ્ફળ જાય છે, કેમ કે તેઓ ખાવાપીવામાં જોવા ઈત્યાદિમાં અબ્રહ્મચારીની જેમ રહેવા માગતા છતાં બ્રહ્મ-



Ac. Gunratnasuri MS Jin Gun Aradhak Trust

ચર્યનું પાલન ઇચ્છે છે. આ પ્રયત્ન ઉષ્ણ ઋતુમાં શીત ઋતુનો અનુભવ લેવાના પ્રયત્ન જેવો કહેવાય. સંયમીના અને સ્વચ્છંદીના, ભોગીના અને ત્યાગીના, જીવન વચ્ચે ભેદ હોવો જ જોઈએ. સામ્ય હોય છે તે તો ઉપરથી દેખીતું જ, ભેદ ચોખ્ખો તરી આવવો જોઈએ. આંખનો ઉપયોગ બંને કરે, પણ બ્રહ્મચારી દેવદર્શન કરે, ભોગી નાટક ચેટકમાં લીન રહે; બંને કાનનો ઉપયોગ કરે, પણ એક ઈશ્વિર ભજન સાંભળે, બીજો વિલાસી ગીતો સાંભળવામાં મોજ માણે; એક શરીરરૂપ તીર્થક્ષેત્રને નભાવવાં પૂરતું દેહને ભાડું આપે, બીજો સ્વાદને ખાતર દેહમાં અનેક વસ્તુઓ ભરી તેને દુર્ગંધિત કરી મૂકે. આમ બંનેના આચાર–વિચારમાં ભેદ રહ્યા જ કરે."

દર્શનશાસ્ત્રના પ્રખર પંડિત અને ભારતના ઉપપ્રમુખ ડૉ. રાધાકૃષ્ણને કહ્યું છે કે :—દરેક આત્મા અણવિકસેલી વ્યક્તિ છે. એ પાશવ વૃત્તિઓથી પૂર્ણપણે મુક્ત નથી, છતાં ઉચ્ચતર વૃત્તિઓમાં તેનું રૂપાંતર કરવાને એ શક્તિમાન છે. આત્માની જરૂરિયાતોને પ્રથમ સ્થાન આપવું જોઈએ. એ વસ્તુ જો આપણે આનંદપૂર્વક સ્વીકારી લઈએ, અને તેના નિયમો અનુસાર આપણી પ્રકૃતિનો નિગ્રહ કરીએ તો આપણે વિકાસ સાધી શકીએ. આપણે આપણી રસવૃત્તિ બદલીએ અને આપણા સુપ્ત માનસને નવેસરથી કેળવીએ તો જ આપણે વાસનાપ્રધાન મટી આધ્યાત્મિક બની શકીએ. એનો અર્થ એ થયો કે આપણે સંયમ અને શિસ્ત પાળવાં જોઈએ. "*

* કલ્કી અથવા સંસ્કૃતિનું ભાવિ.

Ac. Gunratnasuri MS Jin Gun Aradhak Trust

પવિત્ર અને અપવિત્ર મનુષ્યમાં રહેલા વિકારો અને વાસનાઓનું પૃથક્કરણ કરતાં સ્વામી શ્રી શિવાનંદ સરસ્વતીએ કહ્યું છે કે : 'જો તમે સોનાના પ્યાલામાં આંબલી કે લીંબુનો રસ રાખશો, તો તે બગડશે નહીં કે તેમાં કાટ ભળશે નહીં, પરંતુ તેને જો ત્રાંબા કે પિત્તળનાં વાસણમાં રાખશો તો તેમાં કાટ ઉતરી, ઝેરી બનશે; તેવી જ રીતે સતત ધ્યાન–સાધનામાં રહેનાર મનુષ્યમાં વિષયવૃત્તિઓ હોય છે, પરંતુ આ વૃત્તિઓ સાધકમાં વિકારો ઉત્પન્ન કરી તેને ભ્રષ્ટ કરી શકતી નથી. પરંતુ અપવિત્ર મનુષ્યોમાં રહેલી વિષયવૃત્તિઓ, વિષય જાગ્રત કરનાર સાધનોના સંબંધમાં આવે છે કે તુરત જ અગ્નિથી ઘાસ સળગી ઊઠે તેવી રીતે, કામવાસના ઉત્પન્ન કરી બ્રહ્મચર્યનો ભંગ કરાવે છે.'

બ્રહ્મચર્યપાલનમાં સંયમની આવશ્યકતા વિષે શ્રી વિનોબાજી લખે છે કે :—"કોઈ એક વિષયનો સંયમ અને બાકીના વિષયોનો ભોગ, એ બ્રહ્મચર્ય નથી. 'આટલું જરાક કર્યું તો શું થઈ ગયું ?' એવો વિચાર ન કરો. બોલવામાં, રહેણીકરણીમાં, દરેક વાતમાં સંયમની આવશ્યકતા છે. માટીનાં વાસણમાં નાનું સરખું છિદ્ર હોય તો શું આપણે એમાં પાણી ભરીશું ? ઘડામાં એક પણ છિદ્ર હોય તો તે પાણી ભરવા માટે નકામો જ છે. બરાબર એજ હાલત જીવનની છે. જીવનમાં એક પણ છિદ્ર નહિ રાખવું જોઈએ. ગમે તેવું જીવન ગાળીશું, છતાં બ્રહ્મચર્યનું પાલન કરીશું, એ મિથ્યા આકાંક્ષા છે. વાતચીત, ભોજન, સ્વાધ્યાય વગેરે બધી બાબતોમાં સંયમ કરવો જોઈએ."

Ac. Gunratnasuri MS Jin Gun Aradhak Trust

આ ઉપરથી બોધ તો એ લેવાનો છે કે, બ્રહ્મચર્ય-સાધક સ્ત્રીપુરુષોએ સતત જાગૃત રહી પોતાનાં મન અને ચિત્તની નિરંતર ચોકી રાખવી જોઈએ. આવાં વ્રત-પચ્ચક્ખાણ લેનાર ભાઈબહેનો, જેઓના વ્રતપચ્ચક્ખાણની છાપામાં જાહેરાતો આવે છે, તેમજ પોતાની જાતને બ્રહ્મચારી તરીકે ઓળખાવે છે, તેઓએ કચ્છ દેશના વિજય શેઠ અને તેની પત્ની વિજયા શેઠાણીનાં બ્રહ્મચર્યની વાત સમજવા જેવી છે. ભર યૌવન અવસ્થામાં લગ્ન કરી, એક જ ઘરમાં સાથે રહી, એક જ શય્યા પર સાથે શયન કરી, બંને મહાન આત્માઓએ અખંડ બ્રહ્મચર્યવ્રતનું પાલન કર્યું હતું. તેમનાં આવાં વ્રતની ખબર તેઓએ તેમના માતાપિતાને પણ પડવા દીધેલ નહીં. આ બંને પવિત્ર આત્માઓના આવા વ્રતની જગતને કદાચ ખબર જ ન પડી હોત, પરંતુ જિનદાસ નામના શ્રાવકને પોતાનાં કર્મનાં આવરણો દૂર કરવા ૮૪૦૦૦ સાધુઓને આહાર-પાણી વહોરાવવાની ઇચ્છા થઈ, પણ એટલા બધા સાધુઓનો મેળ ખાય ક્યાંથી ? એટલે નિર્મળ નામના કેવલજ્ઞાની મુનિરાજને, આ બાબતમાં શું કરવું ? તે વિષે પૂછ્યું. મુનિરાજ જ્ઞાની હતા. વિજય શેઠ અને વિજયા શેઠાણીનાં બ્રહ્મચર્યની વાત, માત્ર તેઓ જાણતા હતા. આથી બ્રહ્મચારી વિજય-વિજયાની ભક્તિ કરવાથી આ લાભ મળે એમ જાણી જિનદાસે ત્યાં જઈ ઉછળતા ભાવથી ભક્તિ કરી. વિજયના પિતાએ રહસ્ય જાણ્યું, એટલે વિજય-વિજયાએ દીક્ષા લીધી અને અનુક્રમે કેવળજ્ઞાન પામી મોક્ષે ગયા.

Ac. Gunratnasuri MS Jin Gun Aradhak Trust

આવું અસાધારણ વ્રત પાળતાં છતાં આ સ્ત્રી અને પુરુષે પોતાનાં બ્રહ્મચર્યની જાહેરાત કરેલી નહીં; તો પછી આજના જમાનામાં જેઓ બ્રહ્મચર્ય પાળે છે, તેઓ તેની જાહેરાત કરે તે કેટલું યોગ્ય છે?' તે વાત તેમણે વિચારવી રહી.

## ૯—છેવટની વાત

વિધવિધ ધર્મોના જૂદા જૂદા સંપ્રદાયોનાઃ સાધુઓ-સાધ્વીઓ, તેમજ બ્રહ્મચર્યસાધકો દેહદૃષ્ટિએ બ્રહ્મચર્યનું પાલન કરતાં જોવામાં આવે છે, પરંતુ કેટલાક સાધુઓ-સાધ્વીઓ તેમજ બ્રહ્મચર્યસાધક સ્ત્રીપુરુષોમાં ચિત્તની પ્રસન્નતા, મનની નિર્મળતા અગર શરીરની નીરોગિતા જોવામાં આવતી નથી. આવાં સ્ત્રી-પુરુષોનાં શરીર ક્ષીણ હોય એમ બને, પણ આવાં ક્ષીણ થયેલા દેહમાં તેજસ્વીપણું અને માનસિક બળ તો અવશ્ય હોવાં જોઈએ. બ્રહ્મચર્યનું પાલન કરનાર સ્ત્રીપુરુષોની સમજશક્તિ મહાન હોવી જોઈએ. જેની સમજશક્તિ મહાન હોય, તેની સહનશક્તિ પણ સ્વાભાવિક રીતે મહાન હોય છે. આ પરિસ્થિતિને બદલે, કેટલાંક કુટુમ્બોમાં વિધવા સાસુઓ અને નણંદો, તેમજ મોટી ઉમરે વિધુર થયેલાં વડીલો કાયાની દૃષ્ટિએ શુદ્ધ બ્રહ્મચર્યનું પાલન કરતાં હોવા છતાં, કુટુમ્બનાં અન્ય સભ્યો માટે આશીર્વાદરૂપ થઈ રહેવાને બદલે શાપરૂપ હોય તે રીતે વર્તતાં જોવામાં આવે છે. વિધવિધ ધર્મસંપ્રદાયોના સાધુઓ અને સાધ્વીઓના સમુદાયમાં પણ ઐક્ય, સંપ, શાંતિ કે નિરાંતને બદલે અશાંતિ, મનદુઃખ અને કલેશમય વાતા-

Ac. Gunratnasuri MS Jin Gun Aradhak Trust

વરણ પ્રવર્તતું જોવામાં આવે છે. સાધુસમુદાયમાં ગુરુ–ચેલાઓ વચ્ચે તેમજ ગુરુણી–ચેલીઓ વચ્ચેના વ્યવહારમાં પણ, ગૃહસંસારમાં માતાપિતા અને સંતાનો વચ્ચે પ્રવર્તતા મતભેદ અને સાસુ–વહુઓ વચ્ચે ચાલતાં ઝઘડાઓનાં પ્રતિબિમ્બજ જોવાનાં મળે છે. સમાજમાં પ્રવર્તતી આવી પરિસ્થિતિ ગંભીર વિચારણા માગી લે છે.

આવી પરિસ્થિતિનાં કારણોમાં ઊંડા ઉતરતાં એમ લાગે છે કે, આ સાધુતાનો વ્યવહાર કરનારાઓ ભોગ–વૈભવોનો જે ત્યાગ કરે છે, તેનું પાલન તેઓ સાચી સમજણપૂર્વક નથી કરતા અને એક યા બીજી ભોગસગવડોને વશ બની જાય છે. એ નિમિત્તે તુચ્છ અહંકાર, ઈર્ષ્યા, હુંશાતુંશી, માનાકાંક્ષા પોષાય એ સહજ છે. તેઓ પોતાની જાતને, પોતાની વાસનાઓ–કામનાઓને સમજવાને અશક્ત હોવાનાં કારણે, શારીરિક જરૂરિયાતોનાં નામે વાસના–કામનાનાં પોષણ કરે છે.

**જૈન** દર્શન તેમજ અન્ય દર્શનો આવા ત્યાગને ત્યાગ નથી માનતા. ભોગપદાર્થોનો પરાણે ત્યાગ કરવા વિષે મહર્ષિ હરિભદ્રસૂરિજીએ એક સુંદર દૃષ્ટાંત આપતાં કહ્યું છે કે 'ચંદ્રગુપ્ત પછી જ્યારે બિંદુસાર રાજા થયો, ત્યારે નંદનો સંબંધી સુબંધુ તેનો પ્રધાન થયો. તેને ચાણક્ય ઉપર સ્વાભાવિક દ્વેષ હતો, એટલે તેણે યુક્તિપ્રયુક્તિથી રાજાનું મન ચાણક્ય તરફ અભાવવાળું કર્યું. ચાણક્ય બધી વસ્તુસ્થિતિ સમજી ગયો, એટલે તેણે ધન વગેરેની યોગ્ય વ્યવસ્થા કરી દીધી અને પોતે આહારત્યાગપૂર્વક મૃત્યુ

Ac. Gunratnasuri MS Jin Gun Aradhak Trust

સ્વીકારવા ચાલ્યેા ગયેા. જતાં પહેલાં તેણે એક ડાબલીને બહુ બહુ જતનપૂર્વક પેાતાનાં ઘરમાં પેટી–પટારા વગેરેમાં સાચવીને મૂકી. ચાણક્યનાં મૃત્યુ પછી સુબંધુએ ચાણક્યનું ઘર રહેવા માટે રાજા પાસેથી માગી લીધું.. તેમાં પેલેા મેાટેા પટારેા બંધ જોતાં તેને ઉઘાડયો, તેા તેમાં એક બીજી પેટી બરાબર બંધ કરેલી નીકળી. એમ અંદર અંદરની પેટી ખેાલતાં છેવટે પેલી ડાબલી નીકળી. તે ખેાલતાં તેમાંથી એક પ્રકારની ગંધ નીકળી, તથા એક કાગળ નીકળ્યો. તેમાં લખ્યું હતું કે "આ ડાબલીની સુગંધ જે સૂંઘે, તેણે ત્યારથી માંડીને સ્ત્રી, પલંગ, આભૂષણ, સ્વાદિષ્ટ ભેાજન વગેરે સર્વ ભેાગપદાર્થો ત્યાગવા, તથા કઠેાર તપ આચરી સાધુનાં જેવું જીવન ગાળવું, નહીં તેા તેનું મરણ થશે." સુબંધુએ એ બાબતની ખાતરી કરવા તે ડાબલીની ગંધ બીજા પુરુષને સૂંઘાડી જોઈ, અને પછી તેને ભેાગપદાર્થો ભેાગવાવ્યા. પરિણામે પેલેા માણસ તુરત મૃત્યુ પામ્યેા. ત્યારથી માંડીને સુબંધુ બધા ભેાગપદાર્થો તજી કઠેાર જીવન ગાળવા મંડયો. પરંતુ ભયનાં કારણે આવી રીતે કઠેાર જીવન ગાળતા માણસેાના ત્યાગને ત્યાગ કહી શકાય નહીં, કારણ કે પરાધીન થઈને પરિસ્થિતિને વશ થઈને, નિરાશ થઇને અગર સંજોગેાને આધીન થઈને પરાણે કરવામાં આવતા ત્યાગેા બાહ્ય દૃષ્ટિએ ત્યાગ કહેવાય ખરાં, પણ વાસ્તવિક દૃષ્ટિએ એ ત્યાગજ નથી. પરિસ્થિતિ કે સંજોગેા પલટાતાં આવા ત્યાગીઓને ભેાગી બની જતાં વાર લાગતી નથી, અને પછી 'ભેાગાવલી કર્મો તેા ભેાગવવાં જ પડે ને!' એવી ક્ષુલ્લક દલીલેા કરી પેાતાની જાતને અધ્યાત્મવાદી કહેવરાવવા પ્રયત્નેા કરે છે.

Ac. Gunratnasuri MS Jin Gun Aradhak Trust

વિયેનાના પ્રખ્યાત માનસ પૃથક્કરણશાસ્ત્રી ફ્રોઈડ એમ માને છે કે માણસની દબાવેલી વાસનાઓ મરતી નથી, પણ સુપ્ત માનસમાં ચાલી જાય છે, અને ત્યાંથી કોઈને કોઈ વિકૃત સ્વરૂપે પ્રગટ થયા સિવાય રહી શકતી નથી. આ માન્યતામાં બહુ તથ્ય રહેલું જણાય છે, અને કેટલાક સાધુ –સંન્યાસીઓ તેમજ બ્રહ્મચારી સ્ત્રીપુરુષોમાં વર્તમાનકાળે પરિવર્તતી પરિસ્થિતિ આ માન્યતાને ટેકો આપે છે.

જૈન ઈતિહાસમાં રથનેમિની વાતમાં આ રહસ્ય દેખાય છે. શ્રી અરિષ્ટનેમિ જ્યારે રાજીમતીને પરણ્યા વિના જ સાધુ થઇ ગયા, ત્યારે તેમના નાના ભાઈ રથનેમિએ રાજીમતીને પ્રસન્ન કરી પોતાને અનુકૂળ કરવા પ્રયત્નો કરેલા, પણ પ્રીતની રીત અજબ છે. સાચી પ્રીત થયા પછી એને છોડવા ગમે તેટલા પ્રયત્નો કરવા છતાં તે છૂટી શકતી નથી, અને રાજીમતીએ રથનેમિની વાતનો સ્વીકાર ન કરતાં વૈરાગ્યના માર્ગે જઈ અરિષ્ટનેમિ પાસે જ દીક્ષા લીધી. રથનેમિએ પણ પછી તો દીક્ષા લીધી. પરંતુ દીક્ષાકાળ દરમ્યાન રથનેમિ અને રાજીમતી ગીરનારની એક ગુફામાં વિચિત્ર સંજોગોમાં ભેગા થઈ ગયાં, અને રાજીમતીને નવસ્ત્રી સ્થિતિમાં જોઇ રથનેમિના સુષુપ્ત કામ–સંસ્કારો જાગી ઉઠ્યા. રાજીમતી તો મહાન સતી હતા, એટલે તેમણે ઉપદેશ આપી રથનેમિને સન્માર્ગે દોરવ્યા હતા, પરંતુ માનવીથી દબાયેલી વાસનાઓ મરતી નથી, પણ સુપ્ત માનસમાં પડી રહે છે, એનું આ જ્વલંત દૃષ્ટાંત છે. આચારાંગસૂત્રમાં તેથી જ કહેવામાં આવ્યું

Ac. Gunratnasuri MS Jin Gun Aradhak Trust

છે કે 'હે ભાઈ! તારી જાત સાથે જ યુદ્ધ કર, બહાર યુદ્ધ કરવાથી શું ?'*

વિષયોમાંથી નિવૃત્ત થવું, અને વિષયોની માફક વિષયો પ્રત્યેના રસમાંથી પણ નિવૃત્ત થવું, એ બંને એક સરખી લાગતી વાતો વાસ્તવિક રીતે તદ્દન જૂદી જૂદી છે. ઉપવાસો અને આંબેલો કરવાથી બ્રહ્મચર્યસાધકના વિષયો છૂટે છે, પણ તેથી કાંઈ વિષયો પ્રત્યેનો રાગ છૂટી જ ગયો એમ કહી શકાય નહી. ઉપવાસ–આંબેલ વગેરે સાધનાઓ વિષયરાગ છોડવાનું જબરદસ્ત નિમિત્ત છે, જરૂરી છે, પણ એ સાધનાઓ સાથે વિષયરાગ છોડવાનું પૂરું લક્ષ જોઈએ. વિષયો પ્રત્યેનો રાગ જ્યાં સુધી નથી ગયો, ત્યાં સુધી સાધક વિષયોમાંથી મુક્ત બન્યો છે, એમ કહી શકાય નહિ. આનો અર્થ એમ થયો કે, જ્યાં સુધી વિષયો પ્રત્યેનો રાગ નથી જતો, ત્યાં સુધી ઉપવાસ–આંબેલોની સહાયથી વિષયો છૂટે, તો પણ તે તો જેલનો કેદી પૅરોલ પર છૂટે તેના જેવી સ્થિતિ છે. પૅરોલ પર છૂટેલો કેદી જેમ જેલનો કેદી જ છે, અને તેની સ્વતંત્રતા તો શરતી અને કામચલાઉ છે, તેવું જ આવા સાધકોની બાબતમાં પણ કહી શકાય. વિષયો પ્રત્યેના રાગનો નાશ ન થાય ત્યાં સુધી, સાધક વિષયોમાંથી છૂટી શકે નહિ.

---

*इमेण चेव जुज्झाहिं किं ते जुज्झेण बज्झओ ?

આચારાંગ સૂત્ર (૫–૧૫૩).

વિષયો પ્રત્યેના રાગનેા નાશ વિષયોનું સ્વરૂપ સમજવાથી થાય છે, અને તેથી સાધકે વિષયેાનું સ્વરૂપ સમજવા પ્રયત્ન કરવેા જોઈએ. ફ્રોઈડ પણ એમ માને છે કે દબાવેલી વાસનાએા જે સુપ્ત માનસમાં ચાલી જાય છે, તેનું પૃથક્કરણ કરી તેને વિશુદ્ધ કરવામાં આવે તેા તે વિકૃત મટી જાય છે. વિષયો સ્વભાવે ઇન્દ્રિયરમણીય છે, પરંતુ આત્મા તેા તેનાથી પણ અધિક રમણીય છે. યેાગી મહાત્માએા ઇન્દ્રિયમગ્ન ન થતાં આત્મામાં રમણ કરે છે, એટલે તેઓ સંસારના ઇન્દ્રિયજન્ય સુખેાના અનુભવથી વંચિત રહે છે, એમ માનવું એ મૂર્ખાઈભર્યું છે. સાચી રીતે તેા ઇન્દ્રિયજન્ય સુખેા (કે દુઃખેા ?) કરતાં અનેકગણું આત્મીય સુખ યેાગી મહાત્માએાને આત્માની રમણતામાંથી મળે છે. સામાન્ય માનવીને આવાં સુખનેા અનુભવ હેાતેા નથી, અને વિષયેાનાં સ્વરૂપથી અજાણ હેાવાનાં કારણે, વિષયેા ભેાગવવાને બદલે વિષયેાથી ભેાગવાતાં આ પામર માનવીએાને સાચા સુખની ખબર પડતી નથી.

સંસાર અને વિષયેાનું સ્વરૂપ જે સમજી શકે છે, તે ઇન્દ્રિયેા પર સંપૂર્ણ સંયમ મેળવી શકે છે, અને આવા સાધકને, ઇન્દ્રિયેા જે જે પદાર્થો માટે ઝંખના કરે છે, તે બધા સિવાય ચલાવી લેવાની અદ્ભુત શક્તિ પ્રાપ્ત થાય છે. આજ સાચું આધ્યાત્મિક જીવન છે. કુદરતે માનવીને વિચાર અને વિવેકની અદ્ભુત શક્તિ આપેલી છે. એ શક્તિનેા ઉપયેાગ, અધઃપતનની ઊંડી ખીણમાં ગબડી પડીને

Ac. Gunratnasuri MS Jin Gun Aradhak Trust

કરવો, કે ઉન્નતિનાં શિખરે પહોંચવા માટે કરવો, એ નિર્ણય તેણે પોતે જ પોતાની જાત માટે કરવાનો રહે છે. આચારાંગસૂત્રમાં પણ આવા જ અર્થનું કહ્યું છે કે :–

"જે વિષયોનાં સ્વરૂપને બરાબર જાણે છે, તે સંસારને બરાબર જાણે છે. મેં સાંભળ્યું છે અને મને અનુભવ છે કે, બંધનથી છૂટા થવું તારા જ હાથમાં છે. માટે જ્ઞાનીઓ પાસેથી સમજ પ્રાપ્ત કરીને હે પરમચક્ષુવાળા પુરુષ! તું પરાક્રમ કર. એનું જ નામ બ્રહ્મચર્ય છે, એમ હું કહું છું."

॥ इति शम् ॥

Ac. Gunratnasuri MS Jin Gun Aradhak Trust

# શાપરીઆ

## રોલીંગ શટર્સ.

**શાપરીયાડૉક એન્ડ સ્ટીલ કું. પ્રા. લી.**

પરેલ રોડ, ક્રોસ લેન, મુંબઇ-૧૨   ટે. નં. ૪૦૪૦૮

# 'ઉમેશયોગદર્શન'

**પ્રથમખંડ-ચાર ભાષામાં**

ગુજરાતી, હિન્દી, મરાઠી, અંગ્રેજી

લેખક:-**યોગીરાજ શ્રી. ઉમેશચંદ્રજી.**

સંસ્થાપક અને સંચાલક : શ્રી રામતીર્થ યોગાશ્રમ, મુંબઇ-૧૪.

આ ગ્રંથમાં રોગી, નિરોગી સ્ત્રી-પુરૂષોની તંદુરસ્તી સારી રાખવા માટે ૬ પ્રકારના મલશોધન કર્મ, આસનો, માનાસક ઇલાજો, જલોપચાર, સૂર્યકિરણ ચિકિત્સા, આહારચિકિત્સા વગેરે અનેક શક્તિવર્ધક અને રોગનિવારક સરળ અને સાધ્ય ઈલાજો બતાવ્યા છે. ૪૦૦ થી વધુ પૃષ્ઠો અને ૧૦૮ થી વધુ ફોટાઓ છે. આ પુસ્તકમાં ૩૫ વર્ષોનો પોતાનો અનુભવ સ્વામીજીએ રજૂ કર્યો છે. બધાને યોગ્ય માર્ગદર્શન આપતું આ અજોડ પુસ્તક છે.

**કિંમત રૂા. ૧૫/-, પોસ્ટેજ રૂા. ૨/- અલગ.**

**શ્રી રામતીર્થ યોગાશ્રમ : દાદર, મુંબઈ-૧૪.**


Ac. Gunratnasuri MS    Jin Gun Aradhak Trust

MANUFACTURER OF SODA ACID FOAM TYPE, CTC & CO2
DRY CHEMICAL EXTINGUISHER AND THEIR REFILLS

OFFICE PHONE 265416 ★ MANUFACTURED BY ★ FACTORY PHONE 70493

ZENITH FIRE SERVICES

166 DR. D. N. ROAD, BOMBAY I


Ac. Gunratnasuri MS
Jin Gun Aradhak Trust

# ફોટોગ્રાફીનાં દરેક ક્ષેત્રે

આપની સેવામાં

* લગ્ન * મેળાવડા
* પાર્ટીઓ * ધાર્મિક પ્રસંગો

તથા ક્રિયાઓ માટે

ખાસ તસ્વીરકાર

## કાંતિરૉય ફોટો સ્ટુડિયો

* આર્ટીસ્ટ * સ્ટુડિઓ
* કમરશીયલ * પ્રાસંગિક

સીને તસ્વીરકાર

૯૮, કેશવજી નાયક રોડ, ચીંચ બંદર, બસ સ્ટોપ પાસે,
મુંબઈ નં. ૯


Ac. Gunratnasuri MS ... Trust

# વી. બી. કુસુમગરની કું.

પ્રાઈવેટ લીમીટેડ.

સાયકલ તથા તેના છુટા

સામાનના વેપારી.

૫૦૩, કાલબાદેવી રોડ,

મુંબઈ-૨.

તાર : PICKERFIRM ટેલીફોન : ૨૨૯૦૪


Ac. Gunratnasuri MS Jin Gun Aradhak Trust

# શ્રી જૈન ધાર્મિક શિક્ષણ મુંબઇ તરફથી
## પ્રગટ થયેલ સર્વોપયોગી પુસ્તકો.

**પ્રશ્નોત્તરી** ભા. ૧ લો. ૦–૬૨, ભા. ૨ જો ૦–૭૫, ભા. ૩ જો ૧–૫૦

**કાવ્યસંગ્રહ** ભાગ ૧ લો ૦–૫૦, ભાગ ૨ જો ૦–૬૨

**ધર્મકથાઓ** ભાગ ૧ થી ૪ દરેકના ૦–૭૫

ભારત જૈન તીર્થદર્શન ૧–૨૫

સામાયિક–ચૈત્યવંદન સૂત્ર–સાર્થ ૦–૫૦

પ્રતિક્રમણ સૂત્ર–પ્રબોધ ટીકા ભા. ૧ થી ૩ ૧૫–૦૦

ધાર્મિક શિક્ષણનો–અભ્યાસ–ક્રમ ૦–૧૨

હાજરી–પત્રક ૩–૦૦

આ પુસ્તકો ધાર્મિક શિક્ષણના અભ્યાસક્રમમાં દાખલ કરેલ છે. પાઠશાળાઓ તથા શિક્ષણ સંસ્થાઓમાં વિદ્યાર્થીઓને વ્યવસ્થિત અને પદ્ધતિસર ધાર્મિક જ્ઞાન આપવા માટે ખૂબ ઉપયોગી છે.

હાલમાં મુંબઇ, મદ્રાસ અને ભાવનગરની તથા અન્ય શહેરો અને ગામડાંઓની પાઠશાળાઓ અને બોર્ડીંગો વગેરે શિક્ષણ સંસ્થાઓમાં આ પુસ્તકો દ્વારા ધાર્મિક શિક્ષણ આપવામાં આવે છે.

ધાર્મિક–વ્યવહારિક શુભ પ્રસંગોએ પ્રભાવના કે ભેટ તરીકે તેમજ ઇનામી સમારંભ પ્રસંગે વિદ્યાર્થીઓને ઇનામ ભેટ તરીકે આ પુસ્તકો આપવાથી ઘણો લાભ થાય છે.

## જૈનશિક્ષણ–સાહિત્ય–પત્રિકા

સંપાદક : શતાવધાની પં. શ્રી ધીરજલાલ ટો. શાહ

છેલ્લા ચાર વર્ષથી નિયમિત પ્રકટ થતું આ માસિક ધાર્મિક શિક્ષણને લગતા અનેકવિધ પ્રશ્નોની સુંદર છણાવટ કરે છે અને તેથી દરેક ઘરમાં અવશ્ય વસાવવા જેવું છે.

**વાર્ષિક લવાજમ માત્ર રૂપિયા બે.**

## શ્રી જૈન ધાર્મિક શિક્ષણસંઘ

ઠે. શાંતિનાથ જૈન દહેરાસર, પાયધુની, મુંબઇ–૩


Ac. Gunratnasuri MS Jin Gun Aradhak Trust

Telegram : " PLATINUM "

With Best Compliments

# CHIMANLAL MANCHAND & CO.

Jewellers.

Appointed Jewellery Valuers to

union Govt

of

INDIA

★

Office :

7, Dhanji Street,

BOMBAY.

Phone : 28749

Show Rooms :

New Queen's Road,

Opp. Opera House, BOMBAY.

Phone : 30321

Ac. Gunratnasuri MS

Jin Gun Aradhak Trust