॥ સુરભિતવાટીકામંડન સાચાદેવ શ્રી સુમતિનાથાય નમઃ ॥

મનને શાંત રાખો

: સંપાદક :

નૌતમભાઈ વકીલ

: પ્રકાશક :

શ્રુતસાર ટ્રસ્ટ

નૌતમભાઈ વકીલ,

વકીલ હાઉસ, ૩૧-બી, સૌરાષ્ટ્ર સોસાયટી,

પાલડી, અમદાવાદ-૩૮૦ ૦૦૭.

પ્રકાશક :
શ્રુતસાર ટ્રસ્ટ
C\o. નૌતમભાઈ વકીલ
વકીલ હાઉસ, ૩૧-બી, સૌરાષ્ટ્ર સોસાયટી
પાલડી, અમદાવાદ-૩૮૦ ૦૦૭

પ્રકાશન વર્ષ :
સં.૨૦૭૩, વીર સં. ૨૫૪૩, ઈસ્વીસન્ ૨૦૧૬

પ્રાપ્તિસ્થાન :
(1) **નૌતમભાઈ વકીલ**
વકીલ હાઉસ, 31-બી, સૌરાષ્ટ્ર સોસાયટી
પાલડી, અમદાવાદ-380 007.
ફોન : 079-26651481, 26620235
Email : trustnrv@yahoo.com

(2) Anil & Hemlatta
Email : hemu.a.shah@gmail.com

મુદ્રક : ભરત ગ્રાફીક્સ
ન્યુમાર્કેટ, પાંજરાપોળ, રીલીફ રોડ, અમદાવાદ-૧.
Ph. : 079-22134176, M. 99250 20106
E-mail : bharatgraphics1@gmail.com

સુરભિતવાટીકામંડન સાચાદેવ
શ્રી સુમતિનાથ ભગવાન

આશીર્વચન

સુશ્રાવક નૌતમભાઈ

ધર્મલાભ...

'મનને શાંત રાખો' પુસ્તકનું લખાણ જોયું. જેમાં તમે મનની મહત્તા સમજાવી છે અને કષાયોની કાલીમાનું સુંદર વર્ણન કર્યું છે. અત્યારના કાળમાં લોકો અશાંત છે. ત્યારે આ અધ્યાત્મ લખાણ લોકોને ઉપયોગી બનશે.

દેવ-ગુરુની અસીમ કૃપાથી અને તમારા વિશાળ વાંચન-અભ્યાસથી તમારું આ પુસ્તક જિજ્ઞાસુ જીવોને ઘણું ઉપયગી બનશે. તમોએ પરદેશમાં ઘણા વર્ષો જૈનદર્શનના પ્રવચન આપેલ છે. ત્યાં જિજ્ઞાસુઓ સ્વાધ્યાય, સત્સંગમાં વધારે રસ લે છે. તેથી પરદેશમાં પણ આ પુસ્તક લોકોને ખૂબ પસંદ પડશે.

આવા સુંદર વિષયની પ. પૂ. આચાર્ય શ્રી કીર્તિયશસૂરીશ્વરજી મ. સા.ના પુસ્તકમાંથી સંકલન કરવા બદલ તથા તમારા વિશાળ વાંચનના આધારે થતા પ્રવચનોના નિમિત્તથી દેશ-પરદેશમાં આવા તાત્ત્વિક વિષયમાં સૌ રસ લેતા થયા છે. તે કાર્ય માટે તમોને ઘણા ઘણા અભિનંદન છે. તમે સ્વ-પર શ્રેય કરતા રહો અને તમારું આત્મ-કલ્યાણ પણ સાધતા રહો એવા આશીર્વાદ છે.

અમો દેવ-ગુરુ કૃપાએ સુખશાતામાં છીએ.

રામસૂરિ આરાધના ભવન,
પાલડી, અમદાવાદ.

—ગુણશીલસૂરિના ધર્મલાભ

॥ શ્રી શંખેશ્વર પાર્શ્વનાથાય નમઃ ॥

॥ નમો નમઃ શ્રી ગુરુ રામચંદ્ર-ગુણયશસૂરિભ્યામ્ ॥

૨૦૭૩, કાર્તિક સુદ દ્વિ. ૪, ગુરુવાર
સમેતશિખર તળેટી તીર્થ

દેવ-ગુરુભક્તિકારક સુશ્રાવક નૌતમભાઇ વકીલ યોગ્ય ધર્મલાભ.

તમે વિવિધ પૂજ્યોના તેમજ મારા ઝાણાં પુસ્તક આદિના આધારે ક્રોધાદિ કષાયો ઉપર એક પુસ્તિકા લખી તેનું મેટર મને જોવા મોકલાવી આશીર્વાદ મંગાવ્યા તે જાણ્યું.

પુસ્તક જોયું. થોડા પાનાં પ્રુફ પણ મહાત્માએ તપાસ્યું છે. ત્યાં કોઇ મહાત્માને બતાવી પૂરું વંચાવી-સુધરાવી લેશો, જેથી પ્રુફ અને પદાર્થની કોઇ ભૂલ રહેવા ન પામે.

અમેરિકા જઇને ધર્મ ઉપર વક્તવ્યો કરવા માટે તમને આમંત્રણ આવતાં તમે મારી પાસે આવેલા ત્યારે મેં તમને માર્ગદર્શન આપેલું કે, ''ત્યાં જનારા પૈકી કેટલાક લોકો આચાર-વિચાર અને પ્રરૂપણા'' એમ ત્રણેય કે પૈકી કોઇ એક બે મોર્ચે ચૂકી જઇ અન્યને ધર્મ પમાડવાને બદલે એમનાં ધર્મધનને લૂંટી લેતા પણ જણાય છે. તમે વક્તવ્ય - આરાધના માટે ત્યાં જાઓ જ છો, તો આ ત્રણેય બાબતમાં કોઇ બાંધછોડ ના કરતા. જે પણ કહેવાનું આવે તે ગીતાર્થ સંવિગ્ન મહાત્માઓના વચનોના આધારે જ કહેવાનું રાખશો. ત્યારે તમને એ વાત ગમી હતી અને તમે મને એ બાબતમાં પૂરેપૂરો અમલ કરવાની ખાતરી પણ આપી હતી.

તમે જણાવ્યા મુજબ છેલ્લા દસ-બાર વર્ષથી તમે ત્યાં જાઓ છો અને વક્તવ્ય-આરાધનાદિ કરાવો છો અને ઉપરોક્ત મર્યાદાઓ તમે બરાબર જાળવવાનો પ્રયત્ન કર્યો છે અને એનાં રુડાં ફળ પણ અનુભવવા મળ્યા છે. એ વગેરે જાણી આનંદ થયો. તમારા પ્રયાસની અનુમોદના પણ કરી છે.

તમે ત્યાંના સરળસ્વભાવી અલ્પબોધવાળા અને ધર્મની જિજ્ઞાસા ધરાવતા પુણ્યાત્માઓના લાભ માટે કષાયો અને તેનું સ્વરૂપ સમજાવી તેનાથી બચવાના ઉપાયો તેમજ બચવાથી થતા લાભો વગેરે સમજાવતું પુસ્તક તૈયાર કર્યું છે. તે તમારી ભાવના સફળ થાઓ ! તમારો પુરુષાર્થ લેખે લાગો અને એના દ્વારા તત્રસ્થ જીવોને જિનવચનો સમ્યગ્બોધ પ્રાપ્ત થાઓ. એ જ શુભાભિલાષા.

ઘરમાં તમારા સુશ્રાવિકા અને પુત્રાદિક-પરિવાને ધર્મલાભ જણાવશો...

એ જ લિ.
વિજય કીર્તિયશસૂરિના ધર્મલાભ

પૂજ્ય પિતાશ્રી

સ્વ. રસીકલાલ ભોગીલાલ વકીલ

આપે અમારા પર અનહદ ઉપકાર કરી વાત્સલ્યની વર્ષા કરેલ. આપના રગે રગમાં ધર્મના સુસંસ્કાર વણાયેલા હતા. તે જમાનામાં કોમર્સ ગ્રેજ્યુએટનો વ્યવહારિક અભ્યાસ કરી ઈન્કમટેક્ષના ખ્યાતનામ વકીલ બની અનેક જૈન ટ્રસ્ટોનો સુચારુરૂપે વહીવટ કરી સારી કીર્તિ અને નામના મેળવી. વિદ્યાશાળાનો ચીવટભર્યા વહીવટ અંગે સૌ કોઈ આપને આજે પણ યાદ કરે છે. અંતમાં જેમરાજહંસ એક માનસરોવરમાંથી ઉડીને જ્યારે બીજા માનસરોવરમાં જાય છે. ત્યારે એ રાજહંસ તો બીજા સરોવરની શોભામાં અભિવૃદ્ધિ કરનારો બની જાય છે. પરંતુ પ્રથમનું માનસરોવર તો હંસ વિનાનું બની જાય છે. ખરી ખોટ તો વકીલ પરિવારને જ સાલસે. આપને અમારા શત-શત વંદન.

પૂજ્ય માતુશ્રી

રસીલાબેન રસીકલાલ વકીલ

નાનપણથી અમોને જૈનધર્મના સંસ્કાર આપી અમારા પ્રત્યે અસીમ પ્રેમદર્શાવી સમાજમાં ઉન્નત મસ્તકે જીવન જીવવાની જડીબુટ્ટી આપી. પ્રભુ ભક્તિ જેના રગ-રગમાં વણાયેલી છે. મહિલા મંડળમાં અનેક વર્ષો સુધી પ્રભુભક્તિના પ્રસંગે હાર્મોનીયમ વગાડી પોતે તો મસ્ત બની જતા હતા પણ બીજાને પણ એમાં મસ્ત બનાવી દેતા હતા. સાધુ-સાધ્વી વૈયાવચ્ચ માટે સદાય તત્પર તથા ગમે તેવા વિકટ પ્રસંગમાં પણ હકારાત્મક વલણ ...કોઈનું સારું થાય તો કરવું પણ ખોટું તો કદી ઈચ્છવું જ નહીં એવી વિચારધારા ધરાવતા અમારા પૂજ્ય માતુશ્રી આજે પણ અમારા સમગ્ર પરિવાર માટે પ્રેરણામૂર્તિ સમાન છે.

લેખક શ્રી નૌતમભાઇ વકીલ (C. A.)

સંવેદના..

કોઈ મહાન પુણ્યના યોગે સંસ્કારી કુટુંબમાં ૧૯ મી જૂન ૧૯૪૮, જેઠ સુદી ચૌદસના રોજ જન્મ થયો. નાનપણથી જ ઘરના સંસ્કાર પ્રમાણે પ્રભુપૂજા-પાઠશાળામાં ધાર્મિક અભ્યાસ વિગેરે કરવાના ખાસ આગ્રહને કારણે પાંચ પ્રતિક્રમણ, અતિચાર, જીવ-વિચાર, નવતત્ત્વ વગેરે સૂત્રો કંઠસ્થ કરવાનો તથા અર્થ સહિત ભણવાનો સુઅવસર સાંપડ્યો.

દસમા ધોરણના અભ્યાસ દરમ્યાન પ. પૂ. આચાર્ય ભગવંત શ્રી ભુવનભાનુસૂરીશ્વરજી મ. સા.ની નિશ્રામાં આબુ-દેલવાડામાં અને ત્યારબાદ આબુ-અચલગઢમાં આયોજીત શિબિરમાં પૂ. માતુશ્રીએ ખૂબ જ આગ્રહ કરી મને મોકલ્યો અને ત્યારથી મારા જીવનમાં એક અગત્યનો ટર્નીંગ પોઈન્ટ આવ્યો અને જૈનધર્મ પ્રત્યેની મારી શ્રદ્ધા-નિષ્ઠા અને અહોભાવ અત્યંત વધી ગયા. આ માટે હું મારા માતુશ્રીનો જેટલો ઉપકાર માનું તેટલો ઓછો છે. આ સર્વેના પરિપાકરૂપે પૂજય ગુરુદેવ અને મારા પરમોપકારી શ્રી ભુવનભાનુસૂરીશ્વરજી મ.સા.એ મને સંસારની ભયાનકતા સમજાવી અને સંયમ લેવા માટેનો ખૂબ આગ્રહ અને પ્રયત્ન કર્યો. પરંતુ મારી પુણ્યાઈ ઓછી હશે અને હું સંયમ સ્વીકારી શક્યો નહીં. પરંતુ સંસાર ભૂંડો છે એ સારી રીતે સમજાઈ ગયું. આ જ શિબિરમાં અમારી સાથે પ. પૂ. આ. ભ. શ્રી રત્નસુંદરસૂરીશ્વરજી (સંસારી) યુવાવયમાં હતા ત્યાં કુમારપાળ વી. શાહ જેવા શાસનરત્નો અમારી સાથે જ ભણ્યા હતા.

ત્યારબાદ વ્યવહારિક અભ્યાસમાં બી.કોમ., એલ.એલ.બી., ડી.ટી.પી. તથા ચાર્ટડ એકાઉન્ટન્ટનો

અભ્યાસ કર્યો. સતત પ્રવૃતિશીલ સ્વભાવના કારણે સવારની કોલેજમાં પ્રોફેસર તરીકે કામ શરૂ કર્યું. અને બાકીના સમયમાં ચાર્ટડ એકાઉન્ટન્ટ તરીકેનો અભ્યાસ અને પ્રેકટીસ શરૂ કરી. પુણ્યના બળે સંપત્તિ પ્રાપ્ત કરવા સાથે સારી નામના પણ પ્રાપ્ત કરી.

સમયની સંકડામણ અને અન્ય તકલીફની વચ્ચે પણ જ્યારે જ્યારે સમય મળતો ત્યારે પ્રભુદર્શન, વ્યાખ્યાનશ્રવણ, શાસનના કાર્યોમાં પૂરતો સમય ફાળવવા સાથે શ્રાવકજીવનના આદર્શોનું સુંદર પાલન કરી નિજાનંદ મેળવતો રહ્યો.

મારી યુવાવસ્થામાં પ.પૂ. આ. ભગવંત શ્રી મિત્રાનંદસૂરીશ્વરજી મ.સા., પૂ. મોટા પંડિત મ.સા., પ. પૂ. આ. ભગવંત શ્રી કીર્તિયશસૂરીશ્વરજી મ.સા. આદિ ગુરુદેવોના શુભ આશીર્વાદ અને જૈનધર્મ પ્રત્યેની સાચી સમજણ આપવાથી મારા જીવનમાં આજે પણ જૈનધર્મનો ચોળમજીઠની જેમ રંગ લાગેલ છે. ખરેખર મારા યુવાવસ્થાના જીવન પર એક દૃષ્ટિપાત કરતાં એવું લાગે છે કે જો આ પૂજ્યોનો મને સંયોગ ન સાંપડ્યો હોત તો હું આમાંનું કશું જ કરી શક્યો નહોત.

આ દરમ્યાન મારા ધર્મમાતા સમાન પૂ. સુનંદાબેન વહોરાનો એલીસબ્રીજ આયંબિલશાળામાં પરિચય થયો. તેઓશ્રીએ મારી ધર્મભાવના અને જૈનશાસન પ્રત્યેની નિષ્ઠા અને જીવનચર્યા જોઈને મને આશીર્વાદ આપવા સહ અમુક અગત્યની સૂચનાઓ આપી અમેરિકામાં જૈનધર્મ ઉપર પ્રવચન આપવા માટે ઉત્સાહિત કર્યો. અને આ મંગલયાત્રા ૧૧ વર્ષ અમેરિકાના જુદા-જુદા ૩૬ શહેરોમાં ચાલી.

મારા જીવનનું એક સ્વપ્ન હતું કે હું એક સુંદર જિનમંદિરનું નિર્માણ કરાવવું અને માતા-પિતા-દેવ-ગુરુના આશીર્વાદથી અમદાવાદમાં સુરભિતવાટીકામાં મૂળનાયક શ્રી સુમતિનાથ ભગવાનનું શિખરબદ્ધ જિનમંદિરનું નિર્માણ કરવાનો મને એક સુઅવસર સાંપડવા સાથે સાથે એક પૌષધશાળા પણ બનાવી. આ શિખરબદ્ધ દેરાસરની પ્રતિષ્ઠા માટે પ. પૂ. આ. ભ. શ્રી ગુણશીલસૂરીશ્વરજી મ.સા.ની નિશ્રા મળી આ માટે સાહેબજીનો ઉપકાર માનું તેટલો ઓછો છે. જિનમંદિર નિર્માણ સમયે મારા મનમાં એક સંકલ્પ કરેલ કે દેરાસરનું બધું જ કામ જાતે જ કરવું. આજે આઠ વર્ષથી પૂજા કરવા આવતા શ્રાવકો સાથે કાજો કાઢવાથી લઈને કેસર-સુખડ ઘસવા, અંગલુંછણા, પ્રક્ષાલ સૌ સાથે મળીને દાદાની અલૌકિક ભક્તિ કરી રહ્યા છીએ. પૂજારી રાખેલ છે, પણ તેને ગભારામાં પ્રવેશવાની મનાઇ છે. આમ મારા જીવનનું આ પણ એક સ્વપ્ન પૂરું થવાથી પ્રભુ ઉપકાર જેટલો માનું તેટલો ઓછો છે.

આજે પણ અમેરિકા જેવા અનેક દેશોમાંથી પ્રવચન આપવા માટે અવાર-નવાર આગ્રહભરી વિનંતી અને આમંત્રણ પાઠવવામાં આવે છે. પરંતુ મારા આત્મકલ્યાણ માટે અને સાથે સાથે શ્રી સુમતિનાથ ભગવાનની દૈનિક પૂજા કરવાનો જે આત્મિક આનંદ પ્રાપ્ત થઇ રહ્યો છે તેની સામે બીજા કાર્યો મને ગૌણ લાગે છે. માટે હું નમ્રતાપૂર્વક આજે એ આમંત્રણોનો અસ્વીકાર કરી રહ્યો છું અને પ્રભુપૂજાદિ કાર્યોમાં સમય આપી વધુ ને વધુ લાભ લઈ રહ્યો છું.

ઘણી-ઘણી નામાંકિત સંસ્થામાં ટ્રસ્ટી તરીકેની સેવા આપી ટ્રસ્ટનું અનેક રીતે હીત જળવાય તેની મને સતત ચિંતા રહેતી. જૈન સંસ્થાઓની લાગણીને માન આપી અને મારા ચાર્ટડ એકાઉન્ટન્ટ વ્યવસાયના અનુભવે અને સંસ્થાના હિતને નજર

સામે રાખીને મેં ખૂબ જ સરળ અને સુગમરીતે ટ્રસ્ટો ચાલી શકે તેનું સમજણ આપતું એક 'ચેરીટેબલ ટ્રસ્ટોને માર્ગદર્શન' નામનું પુસ્તક પ્રકાશિત કરેલ. જેની જૈન સમાજમાં બહુમૂલ્ય તરીકે નોંધ લેવાયેલ છે.

આજે જે કંઇ પણ મેં પ્રાપ્ત કરેલ છે તેમાં મારા કુટુંબનો બહુ મોટો ફાળો છે. મારા ધર્મપત્ની નીતાબહેનનો દરેક કાર્યમાં ખૂબ જ ઉત્સાહિત અને હકારાત્મક સાથ રહ્યો છે. તો સાથે સાથે મારા બે દીકરાઓ મનન અને જૈનીક મારી દરેક આજ્ઞાઓને શિરોમાન્ય ગણી આજ્ઞાંકિત પુત્ર તરીકે મારા હૃદયમાં સ્થાન મેળવેલ છે. તો બંન્ને પુત્રવધૂઓ અ. સૌ. કામીની અને અ.સૌ. રિશ્માએ પણ બીયાસણા-ત્રિકાળ પૂજા-સ્વાધ્યાય-સામાયિક વગેરેમાં હંમેશા મને અનુકુળ થઇ દરેક સગવડતાઓ સાચવીને મારા શ્રાવકજીવનને દીપાવવામાં અમૂલ્ય ફાળો આપી રહ્યા છે.

મારાથી જો કંઇ જિનાજ્ઞા વિરુદ્ધ લખાયું હોય તો ત્રિવિધે-ત્રિવિધે મિચ્છા મિ દુક્કડમ્ અને વાંચક વર્ગ મારું આ પ્રત્યે જરૂરથી ધ્યાન દોરે તેવી વિનંતી.

અંતમાં સૌ કોઇ આ પુસ્તકના માધ્યમે ક્રોધ-માન-માયા-લોભ આદિ કષાયો ઉપર અંકુશ મેળવી મોક્ષસુખ પામો એ જ એક મંગલમનીષા.

- નૌતમભાઈ વકીલ

મંગલ ભાવના

લગભગ બે દસકા પહેલા મને શ્રી નૌતમભાઈનો પરિચય આયંબિલશાળાના ફંડ નિમિત્તે થયો હતો. ત્યારે જાણવા મળ્યું હતું કે, તેઓ પ્રવચનકાર છે. તે સમયે મારી પરદેશની સત્સંગ યાત્રાઓ થતી, તે દરમ્યાન પીટસબર્ગના કેન્દ્રમાં પર્યુષણ પર્વની આરાધના માટે પ્રવચનકારની જરૂર હતી, મેં નૌતમભાઈને ફોન દ્વારા સમાચાર આપ્યા અને તેઓ તે માટે સંમત થયા. તે વર્ષે તેમણે પીટસબર્ગમાં પર્યુષણ પર્વની પ્રવચન દ્વારા આરાધના કરાવી, પછી તો તે ક્રમ લગભગ અગ્યાર વર્ષ રહ્યો. તેમણે ત્યાંના જનસમૂહની ઘણી ચાહના મેળવી.

મારી સાથે પણ સંપર્ક વધતો ગયો. હું કહેતી તમે તત્ત્વબોધનો અભ્યાસ વિશેષ પ્રકારે કરો. તેમાં સ્વ-પર શ્રેય છે, તે દરમ્યાન તેમણે તેમના ફાર્મ-હાઉસમાં જિનમંદિર અને ઉપાશ્રયનું આયોજન કર્યું. પતિ-પત્ની પુણ્યયોગે સરખી રૂચિવાળા હોવાથી આરાધના વૃદ્ધિ પામતી ગઈ.

ફાર્મ-હાઉસ નિર્મિત જિનમંદિરમાં તેમના ભક્તિયોગની વિશિષ્ટતાથી આજુ-બાજુના ભાવિકો લાભ લેતા થયા. પ્રસંગોપાત આજુ-બાજુ સ્નાત્રપૂજા જેવા શુભ પ્રસંગોમાં તેમનું યોગદાન થતું. પ્રસંગે સ્વાધ્યાય પણ તેઓ

કરાવતા. આમ સ્વ-પર શ્રેયનું શુભ કાર્ય તેમના દ્વારા થતું રહ્યું છે.

પ્રસ્તુત પુસ્તક **'મનને શાંત રાખો'** લેખન તેમની આરાધનાની ફળશ્રુતિ છે. વિવિધ શાસ્ત્રોના આધારે તેમણે કષાયોનું અપધ્યાન કેવું હાનિકર્તા છે. તેનું આલેખન ભાવવાહી કર્યું છે. તે વાચકવર્ગને સ્પર્શે તો લાભદાયી છે.

અધ્યાત્મયોગી શ્રી આનંદઘનજીએ સત્તરમા શ્રી કુંથુનાથજી જિન સ્તવનમાં મનની અવળચંડાઈને પડકારી છે. અને છેવટે કહ્યું કે 'મન સાધ્યું તેને સઘળું સાધ્યું એક હી વાત છે મોટી.' મહાત્માઓને પણ દુરાધ્ય એવા મનના કષાયો દ્વારા માનવ કેવો પીડાય છે તેનું પ્રસ્તુત પુસ્તકમાં લેખકે સચોટ માર્ગદર્શન કરાવ્યું છે. વાચકવર્ગને એનો અભ્યાસ લાભદાયી છે. માટે આ લેખનને આવકારજો-હૃદયસ્થ કરજો.

લેખક જણાવે છે કે, મન પર નિયંત્રણ રાખવા માટે ધ્યાન એક અદ્‌ભૂત આલંબન છે. તે ધ્યાન એટલે પરિપૂર્ણ જાગૃતિ. અંદરનો એક પણ ભાવ, વિચાર કે શરીરની ક્રિયા બેહોશીમાં ન થવી જોઈએ. જે કંઇ થાય તેની સામે સજાગ રહીને પસંદગી રહિત જોયા કરવું તેનું નામ ધ્યાન છે.

વર્તમાનમાં વૈજ્ઞાનિક યુગની ભૌતિકતા પાછળ દોડનારા પ્રાયે અશાંતિનો અનુભવ કરે છે. આધુનિક સગવડો પરિણામે માનવને

અનાથ બનાવે છે. જેમકે ઉનાળામાં એ.સી.માં રહેતો માનવ તેના અભાવે અનાથ બાળકની જેમ મુંઝાય છે. માનવનું મન ક્લેશિત બને છે, આમ અનેક રીતે મુંઝાતું મન કષાયોને આધીન બને છે. એવા નબળા મનનો માનવ ક્રોધાદિ અપધ્યાનને આધિન થઈ જીવન હારી જાય છે. તેમ અન્ય કષાયોના આર્તધ્યાનથી પીડાઈ દુઃખી થાય છે. તેનો ચિતાર લેખકે દૃષ્ટાંતો દ્વારા સચોટ રીતે વર્ણવ્યો છે. જે વિચારકને કષાય મુક્ત થવાની પ્રેરણા આપે છે. માટે સૌ આ લેખનને આવકારજો તેમાં જ શ્રેય છે.

નૌતમભાઈ આરાધક છે. જિનવાણીના ચાહક છે. તેમણે સ્વ-પર શ્રેયાર્થે પ્રવચન, લેખન, ભક્તિ જેવા અનુષ્ઠાનો કર્યા છે. તેને આવકારજો.

નૌતમભાઈમાં રહેલી આ સાત્ત્વિક અને તાત્ત્વિક શક્તિ વિકસતી રહે તેઓ પૂર્ણ આત્માર્થ પામે તેવી મંગલ ભાવના કરતા આનંદ અનુભવું છું.

- સુનંદાબહેન વોહોરા

શુભાશીષ

પ્રાસંગિક નિવેદન✍

પ્રથમ આવૃત્તિ

પ્રસ્તુત પુસ્તકમાં મનને શાંત રાખવાની વાત છે. આજે ધર્મ સૌ કરે છે પરંતુ કષાયોને કારણે, મન શાંત રહેતું નથી તેથી આત્મકલ્યાણ થવાને બદલે માત્ર પાપાનુબંધી પુણ્ય બંધાય છે. અત્યારના વર્તમાન કાળમાં તપ અને દાનનો ઘણો મહિમા છે. પરંતુ શીલ અને ભાવ તેમાં ઓછા દેખાય છે. ધર્મ કરવાથી પ્રસન્નતા જે મળવી જોઈએ તે લગભગ દેખાતી નથી. સંવરના સ્થાનમાં પણ લોકો આશ્રવ એટલે કે કર્મ બાંધીને આવે છે. જો ધર્મમાં પ્રસન્નતા લાવવી હોય તો મનમાં શુભ ભાવ આવવો જોઈએ અને માટે મનને નિયંત્રિત કરવું જોઈએ મન પર ચોકી રાખવી જોઈએ અને કષાયોના જોરને પાતળું પાડવું જોઈએ.

આત્મા એ શુદ્ધ સ્વરૂપ છે માટે આત્મામાં સ્થિર રહો એવી ઉંચી તાત્ત્વિક વાત કરવાને બદલે વર્તમાન જીવનમાં લોકોના હૃદયમાં અજંપો છે તે દૂર થાય, જીવન નંદનવન જેવું બને અને જે કોઈ જીવનમાં ધર્મ થાય તે આત્મકલ્યાણકારી બને તે ભાવનાથી આવો રોજીંદો જરૂરી વિષય લીધો છે. શક્ય હોય ત્યાં સુધી ખૂબ જ વ્યવહારિક રીતે અને દરેક માણસને સમજ પડી શકે, અને જીવનમાં ઉતારી શકે એવી શૈલીથી લખેલ છે. દરેક પ્રકરણમાં વિષયને અનુરૂપ હિતશિક્ષા પણ આપેલ છે.

સૌ પ્રથમ જે જે ગ્રંથોનો આધાર લીધો છે તે શાસ્ત્રવેત્તા અને આચાર્ય ભગવંતોનો અને લેખકો સૌનો હું ઋણી છું

આ લેખન દેવ-ગુરુની કૃપા વગર શક્ય જ નથી.

આચાર્યદેવેશ શ્રી મદ્‌વિજય રામચંદ્રસૂરીશ્વરજી મ. ના શિષ્ય પ. પૂ. આચાર્ય ભગવંત શ્રી ગુણયશસૂરીશ્વરજી મ. સા. ના શિષ્યરત્ન પ. પૂ. આચાર્ય ભગવંત શ્રી કીર્તિયશસૂરીશ્વરજી મ.સા. લિખિત ''ઝાણં'' પુસ્તક ઉપર સંપૂર્ણ આધારિત છે. એટલું જ નહીં પરંતુ ગચ્છની તથા શાસનની અનેક જવાબદારીઓ વચ્ચે પણ આ લખાણ માટે પૂજ્ય સાહેબજીએ સંપૂર્ણ માર્ગદર્શન આપેલ છે. સન્માર્ગ પ્રકાશન ટ્રસ્ટ તથા ટ્રસ્ટના ટ્રસ્ટીઓએ મને ''ઝાણં'' પુસ્તકનો સંપૂર્ણ આધાર લેવાની પરવાનગી આપી તે બદલ તેઓનો પણ ઋણી છું.

પ. પૂ. આચાર્ય ભગવંત શ્રી કીર્તિયશસૂરીશ્વરજી મ. સા.નો આ સિવાય પણ મારા ઉપર ઘણો ઉપકાર છે. જ્યારે ઈસ્વીસન્ ૨૦૦૧ની સાલમાં પ્રથમ વખત અમેરિકા જૈનધર્મના પ્રવચનો આપવા ગયેલો ત્યારે સાહેબજી મુંબઈમાં ચાતુર્માસાર્થે બિરાજમાન હતા. હું તેઓશ્રીને વંદન કરવા ગયો અને મેં માર્ગદર્શન માંગ્યું તો અમૂલ્ય સમય કાઢી તેઓએ વાત્સલ્યથી મને જિનાજ્ઞા મુજબ માર્ગદર્શન આપ્યું. મને હજુ પણ યાદ છે કે તેઓશ્રીએ ભારપૂર્વક કહેલ કે જિનાજ્ઞા વિરૂદ્ધ કંઈ ન બોલશો. તમારા ઘરનું કશું જ ન કહેશો. તમારા આચાર એક

શ્રાવકને છાજે તેવા જ હોવા જોઈએ. આવું અનેક પ્રકારનું માર્ગદર્શન મને મળેલ જે મેં ગ્રહણ કરી સંપૂર્ણપણે તેનો અમલ કરેલ અને તેથી જ અમેરિકાના તમામ સંઘોમાં મારા વર્ણન મુજબનો આચાર અને જિનાજ્ઞા મુજબનું વર્ણન ખૂબજ લોકપ્રિય રહ્યું એટલું જ નહીં ઘણા લોકોને સારી અસર થઈ અને ઘણા લોકો શક્ય એટલું જિનાજ્ઞા મુજબનું પાલન કરવા લાગ્યા. આ પૂજ્ય ગુરુ ભગવંતોના માર્ગદર્શનનું ફળ હતું.

આ પુસ્તકનું સૌજન્ય અમેરિકા ન્યુજર્સીના શ્રી અનીલભાઈ તથા તેમના ધર્મપત્નિ હેમલત્તાબેનના પરિવારને ફાળે જાય છે. અમેરિકામાં ઘણા વર્ષોથી રહેવા છતાં જૈનધર્મના આચારને આ આખું કુટુંબ ભૂલ્યું નથી. તેમનો દીકરો નૈષધ મોટો ડૉક્ટર હોવા છતાં શક્ય તેટલા જૈન આચાર પાળે છે. દીકરાની વહુ મૌલી ત્યાંની પાઠશાળામાં ધાર્મિક શિક્ષણ આપે છે. ભારતીય સંસ્કૃતિની ઝલક મને એ રીતે જોવા મળી કે જોબને કારણે મૌલી ફીલાડેલ્ફીયામાં રહેતી હતી. ઘરની સંપૂર્ણ જવાબદારી, ફૂલ ટાઈમ જોબ આટલી વ્યસ્તતા વચ્ચે પણ મને ભાવથી તેમના ઘરે એકાસણું કરવા લઈ ગયા હતાં. અને કહે કે અહીંયા અમને સાધર્મિક ભક્તિનો લાભ કદાચિત્ જ મળે છે.

કુટુંબના અન્ય સભ્યોમાં અનીલભાઈની દીકરી નેહા તેમના જમાઈ સંકલ્પ, પૌત્રી જાસ્મીન તથા પૌત્ર રીકીન આમ આ આખા પરિવારનું આ પુસ્તકમાં સૌજન્ય છે. માટે તેમનું અભિવાદન કરું છું.

હું ઈ.સ. ૨૦૦૧ થી ૨૦૧૧ સુધી એમ ૧૧ વર્ષ અમેરિકા જૈનધર્મના પ્રવચનો આપવા ગયેલો. ૨૦૦૧ની

સાલથી જ અનીલભાઈ મારા સ્વાધ્યાયમાં આવતા-સત્સંગ કરતાં તે અને તેમના ધર્મપત્ની હેમલત્તાબેન પ્રવચન સાંભળીને શક્ય તેટલું આચારમાં ઉતારતા હતા અને તેની ફળશ્રુતિ રૂપે આજે પ્રસ્તુત પુસ્તકનું પ્રકાશન થઈ રહ્યું છે.

આ પુસ્તક લેખનમાં જેમ દેવ-ગુરુની કૃપા છે. તેમ મારા માતુશ્રી રસીલા બેન તથા મારા પિતાશ્રી રસિકલાલ વકીલના આશીર્વાદ છે. તેઓએ જન્મથી જ મને ધર્મના સંસ્કારો આપેલ છે આ પુસ્તક મારા માતા- પિતાને સમર્પિત કરું છું.

આ ઉપરાંત મારા ધર્મપત્ની નીતાબેને આ પુસ્તક લખવામાં જરૂરી સહયોગ આપ્યો છે. તથા મારા સુપુત્રો મનન અને જૈનીક મારી પુત્રવધૂઓ કામીની તથા રિશ્મા, મારા પૌત્રો દેવાંશુ તથા આર્યમન આ બધાનો પ્રસ્તુત પુસ્તકમાં એક યા બીજી રીતે સુંદર સહકાર સાંપડેલ છે. તે બદલ હું અનુમોદના કરું છું.

પ્રસ્તુત લેખનમાં જે કોઈ ત્રુટી છે તે મારી છે અને જે કંઈ સારું છે તે વિદ્વદવર્ગનું છે. વાચક વર્ગ ક્ષીર-નીર ન્યાયે જે કંઈ ત્રુટી હોય તે મને જણાવે તેવી નમ્ર અરજ કરું છું.

આ પુસ્તક પ્રકાશન અંગેની પ્રેરણા કરનાર અને મને તેમનો ધર્મપુત્ર ગણનાર એવા પૂ. સુનંદાબેન વોહોરાને પણ આ સમયે સ્મૃતિપટ પર લાવી તેમનો આભાર માનું છું.

લી. નૌતમભાઈ રસિકલાલ ....

મનને શાંત રાખો

હિતશિક્ષા

''મન એવં મનુષ્યાણાં કારણં બંધ મોક્ષઃ''

મનુષ્યનું મન આત્મા ઉપર કર્મબંધ કરવામાં પણ કારણભૂત છે અને કર્મનિર્જરા કરી મોક્ષે જવામાં પણ મન મુખ્ય કારણ છે. માટે હે જીવ ! મન ઉપર સતત ચોકી કર. નવકારવાળી ગણતી વખતે પણ મન ઉપર ચોકી કરવી. જો મન બીજા અશુભ ધ્યાનમાં જાય તો પુરુષાર્થ કરી મનને શુભ ધ્યાનમાં લાવવું અને તો જ તારો ઉદ્ધાર છે. બાકી તો મન આ જીવને પતનની ખાઈમાં ફેંકી દેશે. આવું ન થાય માટે મનને સત્સંગ, સ્વાધ્યાય અને ધર્મક્રિયા જેવા ધાર્મિક વ્યવહારોમાં વ્યસ્ત રાખવું. કારણ કે મન ધર્મધ્યાનમાં નહીં હોય તો ગલત પરિબળો જેવા કે પીકચર-ટી.વી. મનને ખોટા રસ્તે જલ્દીથી લઈ જઈ શકે છે.

મનને
શાંત રાખો

મનને શાંત રાખો

અનંત ઉપકારી ચરમતીર્થપતિ શ્રમણ ભગવાન શ્રી મહાવીર પરમાત્માના શાસનના પરમાર્થને પામેલા, પરમાત્માના સ્વહસ્તે દીક્ષા પ્રાપ્ત કરનાર શાસ્ત્રકાર પરમર્ષિ શ્રી વીરભદ્ર આચાર્ય ભગવંત ''આતુરપ્રત્યાખ્યાન'' નામનાં પ્રકીર્ણક આગમ-ગ્રંથ દ્વારા ૬૩ પ્રકારના દુર્ધ્યાન બતાવીને તેનાથી કેવી રીતે બચવું તેનું ઉત્તમ માર્ગદર્શન આપી ગયા છે.

પરમાત્મા શ્રી મહાવીરનાં ૧૪,૦૦૦ શિષ્યરત્ન હતાં. બધાં જ શિષ્યોએ મહાવીરદેવની હાજરીમાં એકેક પ્રકીર્ણક ગ્રંથની રચના કરી હતી. તેથી ૧૪,૦૦૦ પ્રકીર્ણક (પયન્ના) ગ્રંથોની રચના થઈ હતી. તેમાંથી આજે માત્ર ૧૯ (પયન્ના) જ મળે છે. ૪૫ આગમની ગણનામાં આ ૧૯ પયન્નામાંથી ૧૦ પયન્નાનો સમાવેશ કરાયેલ છે. (તે પૈકીનો આ એક આતુર પ્રત્યાખ્યાન છે.) આવા ૬૩ દુર્ધ્યાન પૈકી મારે અત્યારે કષાયો, જે આપણને દુર્ધ્યાન કરાવે છે તેની વાત વિશેષ રીતે કરવી છે. અત્યારના જગતમાં કષાયની કાલીમા મોટા ભાગના આત્માને પીડી રહી છે. એટલે આ કષાયોને પાતળા પાડવા ખૂબ જરૂરી છે. એ માટેના પ્રયત્નો કરવા જરૂરી છે.

આ પુસ્તકમાં ક્રોધ-લોભ-માન-માયા-રાગ-દ્વેષ જેવા મુદ્દાઓ ઉપર છણાવટ કરી છે. કારણ કે રોજે રોજ આવતા આ દુર્ધ્યાનો છે. આવું સુસાહિત્ય વાંચવાથી, વારંવાર વાંચવાથી આવા કષાયો ચોક્કસ પાતળા પડે છે. જેને આત્માનું કલ્યાણ કરવું છે તેને કષાયો દૂર કરવા ભગીરથ પુરુષાર્થ કરવાનો છે.

આ પુસ્તકમાં મુખ્યત્વે પ. પૂ. આચાર્ય ભગવંત શ્રી કીર્તિયશસૂરીશ્વરજી લિખિત 'ઝાણં' પુસ્તક તથા આતુરપ્રત્યાખ્યાન

જેવા આગમગ્રંથોનો આધાર લીધો છે. અર્થશાસ્ત્રો-કામશાસ્ત્રો જગતનું હિત કરતાં નથી. એ તો આત્માને વિભાવમાં નાંખી જીવને દુઃખી કરે છે. ખરેખર તો સર્વજ્ઞોએ કહેલા ધર્મશાસ્ત્રો જ જગતનું સાચુ હિત કરે છે.

આ કાળમાં આપણને તારી શકે એવા બે આલંબન મૂક્યા છે. (૧) જિનબિંબ અને (૨) જિનાગમ. પ. પૂ. વીરવિજયજી મહારાજ પણ કહે છે કે-

વિષમકાળ જિનબિંબ જિનાગમ ભવિયણ કુ આધાર

માટે જિનાગમની ઉપેક્ષા ન કરાય.

અનાદિ કાળથી આત્મા જે રીતે મિથ્યાત્વથી ઘેરાયેલ છે, જે રીતે અવિરતી તેના લમણે ઝીંકાયેલ છે, જે રીતે કષાયોના તાપથી તે તપી રહેલ છે. જે રીતે તેનાં યોગો અશુભ દિશામાં પ્રવર્તી રહ્યા છે. તેના કારણે તેને અશુભ ધ્યાન અસ્વાભાવિક હોવા છતાં સ્વાભાવિક જેવું બની રહ્યું છે. જીવ અસ્વાભાવિક **અશુભ ધ્યાનમાં આરૂઢ થાય છે ત્યારે તીવ્રતાથી કર્મબંધ બાંધે છે. પરંતુ જીવ શુભ ધ્યાનમાં આરૂઢ થાય છે. ત્યારે તીવ્રતાથી કર્મ છૂટા પાડે છે.**

શાસ્ત્રકાર પરમર્ષિ શ્રી જિનભદ્ર- ગણિ ક્ષમાક્ષમણે ધ્યાનશતક નામનાં મહાન ગ્રંથરત્નમાં ૪ પ્રકારનાં ધ્યાનનું સ્વરૂપ સમજાવ્યું તેમને પ્રશસ્ત અને અપ્રશસ્ત એમ બે વિભાગમાં વહેંચી આપ્યાં છે. આર્ત-ધ્યાન અને રૌદ્રધ્યાન અપ્રશસ્ત ધ્યાન છે અને તે છેક નરક સુધી લઈ જાય છે. જ્યારે ધર્મ-ધ્યાન અને શુક્લધ્યાન એ પ્રશસ્ત ધ્યાન છે અને છેક મુક્તિ સુધી લઈ

જાય છે. માનવી મનને જીતી લે અને પોતાની કામનાઓને વશમાં રાખે તો જગતમાં ક્યાંય વિનાશ નથી. મહાભારત પણ આ જ કારણે થયું હતું. **માણસના મનમાં દ્વેષ અને અભિમાનની લહેર જાગે છે. અને મહાભારતો શરૂ થાય છે.** આ બધાં જ ધ્યાનો મુખ્યત્વે ચિત્તવૃત્તિ (મન) સાથે સંકળાયેલાં છે. માટે સૌથી પ્રથમ મન ઉપર ચોકી મૂકવી અત્યંત જરૂરી છે.

આપણને મનને ઠેકાણે રાખતા આવડતું નથી. આપણને સંપત્તિ સુરક્ષિત રાખતા આવડે છે, ચંપલ ઠેકાણે રાખતા આવડે છે, કપડા ક્યાં ઠેકાણે મૂકવા એની પણ આપણને સમજ છે, મકાન ક્યાં લેવું, એની પણ આપણામાં અક્કલ છે. પણ ખાટલે મોટી ખોટ એ છે કે મનને ઠેકાણે કેમ રાખવું. એ જ મને ખબર નથી. **મનરૂપી અશ્વને કાબૂમાં લઈએ તો આત્મસુખ પ્રાપ્ત થાય.**

ભગવદ્‌ગીતામાં પણ લખ્યું છે કે મનને કાબૂમાં રાખે તે દેવોનો પણ દેવ છે. આકાશ અને પાતાળમાં ભ્રમણ કરનારું આ મનને અંકુશમાં રાખવું ખૂબ જરૂરી છે. અને એટલે જ દેરાસરમાં દાખલ થતાં જ નિસિહિ બોલવાનું કીધું. નિસિહિ તમારા મનને યાદ કરાવે છે કે, અહીંયા દેરાસરમાં મનને ભટકવા દેવાનું નથી. જ્ઞાનીઓએ દરેક ધર્મક્રિયામાં આવું ધ્યાન રાખેલ છે. જેમકે મુહપત્તિના પડિલેહણમાં પણ જ્ઞાનીઓએ ૫૦ બોલ કીધા. જેથી આપણું મન ધર્મ-ધ્યાનમાંથી બીજે ન જાય.

મન મોબાઇલના મેસેજ જેવું કામ કરે છે. જો આપણે ખરાબ વિચારો મનમાં કરતા હોઇએ તો ફેલાવો પણ ખરાબ વિચારોનો જ કરવાના. એટલે આ મોબાઈલ (મનને) સ્વીચ ઓફ કરવા જેવો છે. મુનિશ્રી સમયસુંદર **"ધોબીડા તું ધોજે મનનું ધોતીયું"** આ

સજ્ઝાયમાં મનરૂપી ધોતીયાને સારા આલંબનો આપી આત્માને મોક્ષ સુધી લઈ જવાની વાત સુંદર રીતે સમજાવેલ છે.

મન એ નદીના પૂરના પાણી જેવું છે જો તેના ઉપર બંધ બાંધીયે તો ફાયદો મેળવી શકીએ નહીં તો પૂર સત્યાનાશ પણ કરી શકે. એ જ રીતે મનને નિયંત્રણમાં રાખો. આ માટે મનને હંમેશ સારા નિમિત્તો- જેવા કે સત્સંગમાં ગોઠવો.

મનની ૩ મહત્ત્વની શક્તિઓ છે. (૧) સ્મૃતિ, (૨) કલ્પના, (૩) ચિંતન. આ ત્રણે શક્તિઓને સંયમમાં રાખીને જીવીએ તો તે દુનિયાને જીવવા જેવી બનાવી દે. સંયમ ન રાખીએ તો આ જ શક્તિઓ અનેક સમસ્યાઓ ઉભી કરી દે છે.

જેમકે-(૧) **સ્મૃતિ** એટલે કે,યાદદાસ્ત.સ્મૃતિનો ઉપયોગ પણ જેટલો જરૂરી છે તેટલો જ કરવાનો. તે જ રીતે (૨) **કલ્પના** કરવાની પણ એક સીમા હોવી જોઈએ. મહત્વાકાંક્ષા એ પણ કલ્પનાનું જ ફરજંદ છે.(૩) **ચિંતન** એ પણ સર્વશ્રેષ્ઠ શક્તિ છે. ચિંતનને સમ્યક્દિશા પ્રાપ્ત થાય તો પૃથ્વી ઉપર સ્વર્ગ ઉભું કરી શકે છે.**આમ મન એક ઉત્તમ અંગ તો છે જ.** એટલે કે અગત્યનું અંગ છે.

મન ઉપર ચોકી મૂક્યા પછી ખબર પડશે કે, અત્યારે મન કઈ સ્થિતિમાં છે ? જો મન ઉપર ચોકી મૂકાય તો તેની નબળી પ્રવૃત્તિમાં ચોક્કસ Control આવે છે

જેનાથી આત્માનું હિત થાય, કલ્યાણ થાય, ઉત્થાન થાય, એવા ધ્યાનને પ્રશસ્તધ્યાન કહેવાય. પરંતુ જેનાથી મનની મલિનતા થાય, આત્માની દુર્ગતિ થાય, અધોગતિ થાય એવા ધ્યાનને અપ્રશસ્તધ્યાન કહેવાય. જગતમાં મોટા ભાગના

જીવો દુર્ધ્યાનમાં સબડે છે. દુર્ધ્યાનનું કારણ મન છે. માટે જ કહ્યું છે मन एवं मनुष्याणां कारणं बन्धमोक्षस्यो મનુષ્યોના કર્મબંધ અને મોક્ષ માટે મન જ કારણરૂપ છે. એટલે જ કહ્યું છે કે, **"જેણે મન સાધ્યું તેણે સઘળું સાધ્યું"**

મનસા વાચા કર્મણા...

મન-વચન-કાયા એક જ કરો...એટલે જ મન 'મોબાઇલ મેસેજ' ના જેવું જ કામકરે છે. અને આપણે લગભગ લોકોને શુભ વિચારો કરતાં અશુભ વિચારો વધુ ફેલાવીએ છીએ. અહીંયા પણ સ્વીચ ઓફ કરવા જેવા છે. જેમકે ક્રોધ આવ્યો મનમાં પણ તેની સામે કાયા પણ થથરે છે. અને વચન પણ જેમ ફાવે તેમ બોલે. કારણ કે મોટે ભાગે વચન અને કાયા પણ મનના આદેશ પ્રમાણે પ્રવર્તે છે. મન સારું હોય ત્યારે વચન અને કાયા પણ શુભમાં પ્રવર્તે છે. અને મન જ્યારે બગડે છે ત્યારે વચન અને કાયા ખોટી દિશામાં પ્રવર્તે છે. માટે જો આપણે આપણા સમગ્ર જીવનમાં બદલાવ લાવવો હોય તો સૌ પ્રથમ મનનો બદલાવ જરૂરી છે. **અગર મન ન બદલાયું તો વચન અને કાયાનો બદલાવ પણ લાંબો ટકતો નથી.** જેમકે, માત્ર કાયા અને વચનથી સાધના કરો પણ મન નિર્મળ ન હોય તો તેની કોઇ જ કિંમત નથી. કલિકાલસર્વજ્ઞ પૂજ્ય શ્રી હેમચંદ્રાચાર્યસૂરિજીએ ''યોગસાર'' નામના ઉત્તમ ગ્રંથરત્નમાં લખ્યું છે કે, મન-વચન અને કાયાથી સાધના એવી રીતે કરો કે, આત્માનું ઉત્થાન થાય. મનને ચોક્ખુ-પવિત્ર કરવું તે પણ અગત્યનું છે. એટલે એક મહાપુરુષે સજ્ઝાય બનાવી છે. ''ધોબીડા તું ધોજે મનનું ધોતીયું'' આત્માની સૌથી નજીકનો યોગ જો કોઇ હોય તો તે મનોયોગ છે. આ મનોયોગથી જ પ્રશસ્ત કે અપ્રશસ્ત ધ્યાન આવે છે. અને તેના સારા નરસા પરિણામો આવે છે.

આ માટે પ્રસન્નચંદ્ર રાજર્ષિની કથા સમજવી જરૂરી છે.

ભગવાન મહાવીરસ્વામી સદેહે જ્યારે આ અવનીતલને પાવન કરતાં હતાં ત્યારની આ વાત છે. એકવાર મહારાજા શ્રેણિક રાજ-પરિવાર સાથે ભગવાન શ્રી મહાવીરસ્વામીના દર્શન-વંદન કરવા જઇ રહ્યા હતા. તે સમયે સુમુખ અને દુર્મુખ નામે બે સૈનિકો આગળ ચાલતા હતા. બંન્ને પોતાના નામ જેવા જ લક્ષણો ધરાવતા હતા.

રાજા પ્રસન્નચંદ્ર વૈરાગ્ય આવવાથી પોતાના નાના બાળકને મંત્રીના ભરોસે રાજ્યગાદી પર સ્થાપી દીક્ષિત બન્યા. પ્રસન્નચંદ્રને નાના બાળકનો મોહ પણ ન નડ્યો. કોણ જાણે આપણે આવા મોહ પર ક્યારે જિત મેળવીશું ? છેવટે આપણો મોહ પાતળો કરવા શાસ્ત્રના આવા અનેક દૃષ્ટાંતો વિચારી શકાય. જેમકે, દશવૈકાલિક સૂત્રની રચના કરનાર શય્યંભવસૂરિ મહારાજ સાહેબ પોતાનું બાળક જ્યારે પત્નીના ગર્ભમાં હતું ત્યારે તેમણે પોતાની પત્નીને મૂકીને દીક્ષા લીધી.

વજ્રસ્વામીના પિતા શ્રી ધનગિરિજી મહારાજ સાહેબે પણ યુવાવસ્થામાં જ સુનંદા નામની કન્યા સાથે માતા-પિતાના આગ્રહના કારણે લગ્ન કર્યા, પરંતુ જેવી સુનંદા ગર્ભવતી થઇ કે, તરત જ દીક્ષા લઇ લીધી.

વચનસિદ્ધ ઉપાધ્યાય શ્રી વીરવિજયજી મ.સા. પણ આવા જ હતા. ભાવનગરની બાજુના વટવા ગામના વતની, માતા-પિતાના આગ્રહથી લગ્ન કર્યા. ઘી લઇને એક ગામથી આવતા હતા ત્યારે ગામના એક માણસે ખુશ ખબર આપ્યા કે, તમારે ત્યાં પુત્રનો જન્મ થયો છે. વીરચંદભાઇએ તે માણસને ઘીનો ગાડવો આપી દીધો અને કહ્યું કે, મારી મા ને આ આપજો અને હવે વચન પૂર્ણ થયું છે માટે વીરચંદ દીક્ષા લેવા ગયો છે. વીરચંદભાઇ તાજા જન્મેલા પુત્રનું મોઢું જોવા પણ ઉભા ન રહ્યાં. **જેને વૈરાગ્યનો ભાવ થાય છે તેને આખું જગત ઘાસ સમાન લાગે છે.** સાપ કાચળી છોડીને નિકળે, પછી

પાછુવાળીને ક્યારેય જોતો નથી. **વીરક્ત આત્માને સંસાર ભારે ભારે લાગે છે.** અને અવિરક્ત આત્માને સંસાર ભર્યો ભર્યો લાગે છે. આવા સંસારરસીયા લોકો દેવ-દેવીઓ પાસે દોઢ પગે ઉભા રહે છે. પરંતુ પ્રસન્નચંદ્ર પરમ વિરક્ત હતાં. તેઓના મુખ પર ત્યાગવૃત્તિ પ્રસન્નતાના અનેક ગુણો તરી આવતાં હતાં. તે દોઢ પગે ઉભા-ઉભા આતાપના લઈ રહ્યા હતાં, પરંતુ આત્મસાધના માટે.

સુમુખનાં મોમાંથી શબ્દો સરી પડ્યાં કે, ''કેવાં ઉત્તમ મહાત્મા છે !'' જ્યારે દુર્મુખ તેનાં નિંદનીય સ્વભાવના કારણે બોલ્યો કે, ધૂળ પડી એમનાં સંયમમાં ? આ તો સ્વાર્થી કહેવાય. નાનાં પુત્રને મંત્રીનાં ભરોસે મૂકી દીધો અને એ જ મંત્રી નાના પુત્ર પાસેથી રાજ્ય પડાવવાની તૈયારી કરી રહ્યો છે. આ શબ્દ પ્રસન્નચંદ્ર રાજર્ષિના કાને પડ્યાં. મન તો ચંચળ છે એને નિયમન કરવું પડે અને આ માટે આપણે જ પુરુષાર્થ કરવો પડે. **જો સારું નિમિત્ત મળે તો સન્માર્ગે ચઢી જાય. જ્યારે નાનકડું પણ ખરાબ નિમિત્ત મળે તો ઉન્માર્ગે પણ ચઢી જવાય.** દુર્મુખનાં આ શબ્દરૂપી નિમિત્ત મળતાં જ મનોમન દુર્ધ્યાન શરૂ થયું. બહારથી કાયા સાધનામાં લીન હતી. પરંતુ અંદરથી ભયંકર રૌદ્રધ્યાન ચાલુ થઇ ગયું. એ જ સમયે શ્રેણીક રાજાએ બહારથી સાધનામાં લીન બનેલી કાયાને જોઈને વંદન અને અનુમોદન કરે છે. પછી પ્રભુને પૂછે છે કે, પ્રસન્નચંદ્ર આ સમયે આયુષ્ય બાંધે તો ક્યાં જાય ? પ્રભુએ કહ્યું -સાતમી નરકે જાય. જો કે શ્રેણિક મહારાજા એમ વિચારે છે કે, મારી સાંભળવામાં કંઇક ભૂલ થઇ લાગે છે. **પોતાની ભૂલ શોધવાનો ભાવ એ આરાધકભાવ છે. જ્યારે સામાની ભૂલ જોવાનો ભાવ વિરાધકભાવ છે.**

આમ છતાં થોડોક સમય ગયા પછી શ્રેણિક મહારાજાએ ફરી પૂછ્યું, ભગવંત ! પ્રસન્નચંદ્ર અત્યારે જો આયુષ્ય બાંધે તો ક્યાં જાય? પ્રભુએ કહ્યું કે, સર્વાર્થસિદ્ધ વિમાનમાં જાય. શ્રેણિક મહારાજા હજી તો આ બધી મુંઝવણમાં હતા ત્યાં તો દુંદુભિનો નાદ થયો. પ્રભુને પૂછતા તેમને કહ્યું કે, રાજર્ષિ પ્રસન્નચંદ્રને કેવળજ્ઞાન થયું છે.

પરમાત્મા મહાવીર શ્રેણિક મહારાજાને હવે સમાધાન આપે છે-કે આ બધો મનનો વિલાસ છે. **નાના પણ નિમિત્તોને યોગ્ય રીતે મૂલવાય નહીં તો સાધક ક્યાંથી ક્યાં પટકાઇ જાય તે કહેવાય નહીં.** દુર્મુખનું વચન સાંભળીને અશુભ ધ્યાનમાં ચડેલા પ્રસન્નચંદ્ર મનમાં ને મનમાં મંત્રીના અનેક સૈનિકોને સુકા ઘાસની જેમ કાપવા લાગ્યા. અને છેવટે એકલા મંત્રી જ્યારે બાકી રહ્યા ત્યારે શસ્ત્રો ખૂટ્યા એટલે હવે અણીદાર મુગુટથી એમને મારવા એમ નક્કી થયું એટલે હાથ માથા ઉપર લઇ ગયા. માથું તો મુંડીત હતું. બસ આ જ નિમિત્તથી ધ્યાન બદલાયું. મેં આ શું કર્યું ? સૂતેલો આત્મા જાગી ગયો. અનુબંધો હજી પડ્યા નહતા. નિકાચિત પણ બન્યા ન હતા. હવે રૌદ્રધ્યાનમાંથી પાછા ફર્યા. ધર્મધ્યાનમાં થઇને શુક્લધ્યાનમાં સ્થિર થયા. ક્રમશઃ ક્ષપકશ્રેણી માંડી. ઘાતીકર્મોનો ક્ષય કરીને કેવળજ્ઞાન પ્રાપ્ત થયું. **આમ બાહ્ય આલંબનો પણ અગત્યના છે.** આ કપાળે થતું તિલક (ચાંદલો), સામાયિક, ચરવળો આવા બાહ્ય આલંબનો સંસ્કારી આત્માનું પતન થતું બચાવે છે. તરત જ આવી વ્યક્તિને મનમાં થાય કે, અહો ! હું તો શ્રાવક છું. હું તો શ્રાવિકા છું. આ મેં શું કર્યું ? **આમ સત્સંગ-સ્વાધ્યાય બાહ્ય આચારો પણ ખૂબ અગત્યના છે.**

જેમ સ્વાધ્યાય-સામાયિક મનને ખોટા રસ્તે જતાં અટકાવી શકે છે તેમ **ગલત પરિબળો, ખરાબ નિમિત્તો મનને ખોટા રસ્તે લઇ જઈ શકે છે** માટે ગલત પરિબળો-નિમિત્તો આપવા જ નહીં અને કદાચ **ગલત નિમિત્તો સામેથી આવે તો વધુ સાવધ થઈ જવું.** આમ રાજર્ષિ પ્રસન્નચંદ્રના દૃષ્ટાંતથી આપણે સમજવું જોઈએ કે, મનના માધ્યમથી આત્મા શુભધ્યાન કરે તો આત્મા મોક્ષ પામી શકે. અને અશુભ ધ્યાન કરે તો તે અધઃપતન કરાવે. આમધ્યાન એ બે ધારી તલવાર છે. ધ્યાન માટે પણ **અનુકૂળતાનો રાગ અને પ્રતિકૂળતાનો દ્વેષ છોડો કારણ કે તે દુર્ધ્યાનનો પાયો છે.** આ કારણે જ ધર્મક્રિયાઓ

કરીને પણ આત્મા સંસારનું જ ધ્યાન કરે છે. પ્રભુના દર્શન કરો કે પૂજા કરો પરંતુ માંગણીઓ તો અનુકૂળતાના રાગની જ હોય. જેમકે, પત્નીને તાવ આવ્યો હોય તો તબિયત સારી થઇ જાય. આમ સંસારનો રાગ એ દુર્ધ્યાનનો પાયો છે. મુક્તિનો રાગ એ સદ્ધ્યાનનો પાયો છે. માટે પહેલા મનને ઓળખવું જોઈએ. મનમાં શું ધમસાણ ચાલે છે. આ માટે એક પ્રસંગ યાદ આવે છે-

એક ભાઇ દેરાસરમાં (મૂળનાયક શ્રી મુનિસુવ્રતસ્વામી ભગવાન હતા.) ખૂબ સુંદર પૂજા કરતાં હતા. ચાંદીના થાળામાં સરસ સુગંધીદાર કમળ આદિના ફૂલો, ચાંદીના કટોરામાં કેસર, સરસ નૈવેદ્ય, સરસ શ્રીફળ આમ ખૂબ સુંદરમાં સુંદર દ્રવ્યો અને પ્રભુની પૂજા ખૂબ સુંદર રીતે કરતા હતા. જ્યારે એમને એમ કહેવામાં આવ્યું કે આપ આટલી સુંદર પ્રભુની પૂજા કરો છો, તો પૂજા કર્યા પછી સામે ઉપાશ્રયમાં આચાર્ય મહારાજ સાહેબનું સુંદર વ્યાખ્યાન ચાલે છે, તો આપ જિનવાણી સાંભળવા પધારો.

એટલે આ સુંદર પ્રભુ પૂજા કરનાર ભાઇ એકદમ ગુસ્સે થઈ ગયા કે, તમારા વ્યાખ્યાનમાં આખો દિવસ દીક્ષા લો. દીક્ષા લેવા જેવી છે. આ સિવાય બીજી કોઇ વાત હોતી નથી. માટે મને વ્યાખ્યાનમાં આવવાનું કહેશો નહીં.

ખરેખર અહીંયા પ્રશ્ન એ છે કે, પ્રભુ પૂજા પણ કરવાની શેના માટે ? છેવટે તો પ્રભુને એ જ પ્રાર્થના કરવાની છે કે પ્રભુ મને ચારિત્ર્ય ક્યારે મળે ? ધર્મનું કોઇ પણ અનુષ્ઠાન કરીએ. છેવટે લક્ષ્ય તો ચારિત્ર્ય લેવાનું જ રાખવાનું છે.

ખરેખર ! જ્યારે સુંદર પ્રભુપૂજા કરનારને પૂછ્યું કે, તો તમો આ સુંદર પૂજા શા માટે કરો છો ?

છેવટે જાણવા મળ્યું કે તેમને સંસારના સુખો માટે શનિની પનોતી નડતી હતી. માટે તેઓ શ્રી મુનિસુવ્રતસ્વામીની પ્રભુ પૂજા સુંદર રીતે કરતા હતા.

અહીંયા ધર્મક્રિયામાં પણ ધ્યાન સંસારના સુખોનું છે.માટે ક્રિયા અમૃત બનતી નથી. આવો ધર્મ પાપાનુબંધીપુણ્ય કદાચ આપે પરંતુ આત્માનું કલ્યાણ થતું નથી. આત્માને ગુણસ્થાનકે આગળ લઈ જતો નથી. માત્ર પાપાનુબંધી પુણ્ય બંધાવે છે. એટલે આવું પુણ્ય ઉદયમાં આવે ત્યારે આત્મા પાછો પાપ જ કરે. માટે **ધર્મક્રિયામાં સંસારના સુખોની માંગણી ક્યારેય ન કરવી.**

પરંતુ લગભગ અત્યારે જોઈએ છીએ કે, ધર્મનો જથ્થો વધ્યો છે. પણ જે રીતે ધર્મ થાય છે. તેમાં આત્મકલ્યાણ સધાતું નથી. સાધના કરીએ છીએ પણ સાધ્ય જ ભૂલી ગયા છીએ. સામાયિક કરીએ છીએ પણ સમતા રાખવાનું વિચારતા પણ નથી.

ચઉવિસત્થો કરીએ છીએ પણ ગુણાનુરાગી બનતા નથી. વંદન (વાંદણા) કરીએ છીએ પણ નમ્ર બનવાનું ગમતું નથી. પ્રતિક્રમણ કરીએ છીએ પણ પાપમાં રસ ઘટાડતા નથી. કાઉસ્સગ્ગ કરીએ છીએ પણ આસક્તિ ઘટાડતા નથી. પચ્ચક્ખાણ કરીએ છીએ પણ સંકલ્પ શક્તિ શીખતા નથી.

આમ ઉપર બતાવ્યા પ્રમાણે છ આવશ્યકો કરીએ પછી તે અમૃતમય બનવી જોઈએ. આ માટે કોઈપણ ધર્મક્રિયા કરીએ તો તેમાં (૧) સ્થિરતા એટલે કે ધૈર્ય એટલે કે મનમાં ચંચળતા ન રાખવી જોઈએ. (૨) તે ક્રિયામાં પૂરી શ્રદ્ધા હોવી જોઈએ. (૩) તે ક્રિયા પ્રસન્નચિત્તે કરવી જોઈએ. વેઠ

ઉતારવાની નથી. (૪) ક્રિયા માટે જિજ્ઞાસા હોવી જોઈએ. અને (૫) ક્રિયાનું જ્ઞાન મેળવવું જોઈએ. આમ સમજીને ધર્મક્રિયા કરીએ તો તે અમૃતમય બને અને આત્માનું સાચુ કલ્યાણ કરે છે તે વિચારવું જોઈએ. અને પછી એને સારા માર્ગે વળાંક આપવો જોઈએ. જો વળાંક ન આપી શકીએ તો આપણે મનનાં ગુલામ છીએ.

મનના ગુલામ લોકો સતત દુઃખી રહે છે. ઈન્દ્રિયોનું શરણ એ દુઃખનો માર્ગ તો છે જ. સાથે વિનાશનો પણ માર્ગ છે. માણસ પૌષ્ટિક પરંતુ ભક્ષ્ય (એટલે કે અભક્ષ્ય નહીં.) એવું ભોજન કરે તો એ ચાલે પણ જીભને વશ થઈને ભોજન પાછળ ઘેલો બને તે ખોટું છે.

મન પર નિયંત્રણમાં રાખવા માટે ધ્યાન એક અદ્‌ભૂત આલંબન છે. ધ્યાન એટલે પરિપૂર્ણ જાગૃતિ. અંદરનો એક પણ ભાવ, વિચાર કે શરીરની એક પણ ક્રિયા બેહોશીમાં ન થવી જોઈએ. જે કાંઈ થાય તેની સામે સજાગ રહીને પસંદગી રહિત રીતે જોયા કરવું એનું નામ ધ્યાન છે.

સાદી ભાષામાં કહીએ તો **વર્તમાનમાં જીવો એ જ મેડીટેશન છે. મન ન બદલાય એ અધ્યાત્મ છે.**

આપણે જ આપણાં મનના માલિક છીએ. એના બદલે આપણે મનનાં ગુલામ થઈ ગયા છીએ. આપણા ઈશારે મન ચાલવું જોઈએ. એનાં બદલે મનનાં ઈશારે આપણે ચાલીએ છીએ. આ જ આપણાં મનની ગુલામી. ઘણા લોકો નવકારવાળી લઈને બેસે અને મન બીજા વિચારોમાં ચઢી જાય. અત્યારે અહીં બેઠાં હોય પ્રવચનમાં અને કોઈ પોતાની Job પર જઈ આવે (મનથી). કોઈ T.V. ની સીરીયલનો Flash back જોઈ નાખે.

મનને રખડવાં જવા માટેની ઘણી

બારીઓ છે. અહીં કોઇ મન-ગમતો શબ્દ સાંભળીને રખડવાં ચાલી જાય. અહીં કોઈ ગંધ આવે અને મન રખડવા ચાલ્યું જાય.

એટલે જ ચિંતકો મનને પારાની ઉપમા આપે છે. જેમ પારાને પકડી શકાતો નથી, એમ મનને પણ પકડી શકાતું નથી. (એટલે કે સ્થિર કરી શકાતું નથી.) પરંતુ મનને પારા જેવું કે પવન જેવું ચંચળ માની લીધા પછી હતાશ થવાની જરૂર નથી, પ્રયત્ન જો સમજણ ભર્યો થાય તો પારો પણ પકડી શકાય છે અને પવન પણ પકડી શકાય છે. જેમ તાવ માપવા માટેનું થર્મોમીટર, જેમાં પારો કેદ થયેલો છે, અને ફૂલાવેલા ફુગ્ગામાં પવન (હવા) કેદ થયેલી છે. બસ આ જ રીતે મન પણ સમ્યક્ ઉપાયો દ્વારા પકડી શકાય છે, સ્થિર કરી શકાય છે. જ્ઞાનવિમલસૂરિજીએ લખ્યું છે કે, **પ્રભુ ગુણગણ સાંકળશું બાંધ્યું - ચંચળ ચિત્તડુ તાણી રે'** હા... મનને સ્થિર કરવું મુશ્કેલ છે પરંતુ અશક્ય તો નથી જ.

કાચીંડો કુદરતી રીતે સાત રંગ બદલી શકે છે જ્યારે મન તો અનેક વિષયો પળવારમાં બદલી શકે છે. હમણા સુધી યોગમાં રહેલું મન પળવારમાં ભોગ ભોગવવા પહોંચાડે છે.

પાંચ ઇંદ્રિયો માનવીમાં વિકાર જગાવે છે અને મન એને આંધળો બનાવીને દોડાવે છે.

મન ક્રોધી સામે ક્રોધ કરવા તૈયાર થઈ જાય છે, લુચ્ચા સામે મન લુચ્ચાઈ કરવા તૈયાર થઈ જાય છે પરંતુ આ જ મન દાનવીરને જોઈને દાન આપવા જલ્દીથી તૈયાર થતું નથી, વિનમ્રને જોઈને આ જ મન નમ્ર બનવા તૈયાર થતું નથી કારણકે મન બદમાશ છે. મન ઉપર ગલત પરિબળોની અસર જલ્દી થાય છે. અને માટે જ મનને જીતવા, મનને ઘડવા, મનને નિર્મળ કરવાં પુરુષાર્થ સાધના કરવી જોઇએ.

આ માટે ધ્યાન ખૂબજ જરૂરી છે. એમાં પણ ધ્યાનમાં જો આપણે આપણામાં એટલે કે આત્મામાં રત થઈ જઈએ તો આત્મિક ધ્યાન કહેવાય અને જો આવું ધ્યાન પરમાત્મા પદ સુધી લઈ જાય તો તે ઉત્તમ ધ્યાન છે. (દા.ત. શુક્લધ્યાન)

ધ્યાન એ પરિવર્તનની પ્રક્રિયા છે. જો ધ્યાન કર્યા પછી આપણામાં પરિવર્તન ન થાય તો સમજવું કે ધ્યાનને બદલે કંઈક બીજુ ભળતું લઈને બેસી ગયા છીએ.

જીવનમાં જેટલા વિકલ્પો ઓછા તેટલું જીવન સરળ શાન્ત અને પ્રસન્ન. વિકલ્પ રહિત જીવન એ પણ ઉત્તમ ધ્યાન છે. એટલે કે સમભાવ રાખવો. સાદી ભાષામાં કહીએ તો ચાલશે - ફાવશે અને ભાવશે આવી મનોવૃત્તિ રાખીએ તો મન શાંત રહે અને ઝઘડો થાય નહીં.

ધ્યાનમાં લીન થવાથી પરમાત્મા સુધી પહોંચી શકાય છે. પોતાની જાત (આત્મા) સાથે રહો તે ધ્યાન અને બીજાની સાથે રહો તે વિચાર.

આપણે પોતાની સાથે રહીશું ત્યારે ધ્યાનમાં લીન થઈ શકીશું. પરંતુ બીજાની સાથે રહેવાના સમયે ખોટા વિચારો આવશે. બીજાના વિચારોથી બચવાની કળા પણ શીખવી જોઈએ.

અત્યારના પ્રવર્તમાન ધ્યાનો મોટે ભાગે મનોવૈજ્ઞાનિક ઉપચાર જેવા છે. તેનાથી મનને થોડોક સમય વિશ્રામ મળે છે, પણ તેને ધ્યાન કહી શકાય નહીં. ખરું ધ્યાન તો આત્માના ઉર્ધ્વારોહણનું ચરમશિખર છે.

સામૂહિક રીતે કરાતા ધ્યાનમાં ધ્યાનના વિષયનો કદાચ થોડોક ઈશારો મળે પરંતુ ધ્યાન મોટે ભાગે વૈયક્તિક કરવાનું હોય

છે. આ માટે ધ્યાનનાં વિભાગો સમજવા પડે, આ વિભાગો સમજવાં નીચેના ચાર ધ્યાન પહેલાં સમજવાં જરૂરી છે.

૧. આર્તધ્યાન, ૨. રૌદ્રધ્યાન

આ બંને દુ-ર્ધ્યાન કહેવાય, અપ્રશસ્ત ધ્યાન કહેવાય અને તે દુર્ગતિ અને સંસારનાં કારણો છે. જ્યારે -

૩. ધર્મ-ધ્યાન, ૪. શુક્લ-ધ્યાન

તે સદ્-ધ્યાન કહેવાય પ્રશસ્ત ધ્યાન કહેવાય - અને તે મુક્તિનું કારણ કહેવાય.

દરેક ધ્યાન સાથે ૪ મુદ્દા વિચારવાનાં છે.

૧. ચિંતા - ચિંતન કરવું તેને ચિંતા કહેવાય.

૨. ભાવના - અહીંયા ચિંતન વારંવાર કરતાં તે ચિંતનથી ભાવિત થવું, તેવી ચિત્ત સ્થિતિને ભાવના કહેવાય.

૩. ધ્યાન - ભાવના કરતાં - કરતાં ચિત્તની એકાગ્ર સ્થિતિ આવે તેને ધ્યાન કહેવાય.

૪. અનુપ્રેક્ષા - એટલે ધ્યાન પછી તે સ્થિતિને પાછળથી માણી શકાય તે અનુપ્રેક્ષા. ધ્યાનની પૂર્ણાહુતિ બાદ એની પશ્ચાદ અવસ્થા એ અનુપ્રેક્ષા કહેવાય છે. ભૂકંપ આવ્યા બાદ જેમ આફ્ટરશોક આવે છે તેની જેમ ધ્યાનનો ઉત્તમોત્તમ આસ્વાદ આવતો હોય છે.

આર્ત-ધ્યાન-રૌદ્ર ધ્યાનને અટકાવવું હોય તો પહેલાં ચિંતનથી અટકવું પડે. નબળો વિચાર જે મિનિટે આવે તે જ મિનિટે તેને કાઢવાનો પ્રયત્ન કરવો પડે તેને ટકવા ન દેવાય - નીતિ-શાસ્ત્રમાં પણ કહ્યું છે કે શત્રુને ઉગતો જ ડામવો. નબળા વિચારો જેને વાગોળવાં ગમે છે, તેને આર્ત-રૌદ્ર ધ્યાન આવે જ. મનને સ્થિર રાખવું અને મનને શુદ્ધ કરવું એ મોટામાં મોટી સાધના છે. - ગૌતમ-મહાવીર-બુદ્ધ વગેરેની જેમ.

જમીન પર ખેડૂત ખાતર જ નાંખે છે, તેજાબ નહીં. આંખમાં આંખની દવા જ નાંખીયે છીએ, ધૂળ નહીં. તિજોરીમાં ધન જ મૂકીએ છીએ, પથરા નહીં.

તો પછી મનમાં સારા વિચારને બદલે નબળા વિચાર (ઉકરડા જેવા વિચાર) કેમ નાંખીયે છીએ.

આપણે શરીરને સજાવવા અરિસામાં શરીરને તપાસ્યા કરીએ છીએ પરંતુ મનને પણ રોજ તપાસવું જોઈએ કે મન અત્યારે ક્યાં છે ?

દુનિયામાં જાત જાતના શુદ્ધિકરણ પ્લાન્ટ્સ નંખાય છે પણ મનની શુદ્ધિકરણનો પ્લાન્ટ નંખાતો નથી, જે પ્રાથમિક આવશ્યકતા છે.

મનની ચંચળતાનું નિયંત્રણ એ આપણી સામે સૌથી મોટો પડકાર છે.

મનને અરિસા જેવું રાખવું, કેમેરાના રોલ જેવું નહીં, અરિસામાં કોઈ પણ છાપ રહેતી નથી તેમ મનમાં પણ આપણે કોઈ છાપ રાખવી નથી.

જો સમ્યક્‌દર્શન જોઈતું હોય તો મન પર ચોકી મૂકી આર્ત અને રૌદ્રધ્યાન ટાળવું જોઈએ. વળી શુભ ધ્યાન એમને એમ આવી નથી જતાં, આ માટે વિશેષ લાયકાતો પેદા થયેલી હોવી જોઈએ જેમકે કર્મની લઘુતા, રાગ-દ્વેષ આદિ દોષોની ગાંઠ છૂટી થયેલી હોય, આત્મકલ્યાણનો અર્થી બનેલો હોય, વિષય કષાયને મંદ બનાવેલ હોય વિગેરે.

સંસ્કારના ખૂબ રસિયા જીવો ક્યારેય ધ્યાન કરી શકતા નથી. ધ્યાન માટે શિબિરો ભરવી અનિવાર્ય નથી, પરંતુ ધ્યાન માટે સંસારનો રાગ ઘટી જવો અનિવાર્ય છે. મનને વશ કરવામાં બાધક તત્ત્વો ક્રોધ - માન - માયા - લોભ વિગેરે છે આ બધા તત્ત્વો મનને ચારે બાજુ ફેરવે છે, સ્થિર થવા દેતા નથી. ધ્યાનથી મનની શાંતિ કરતાં, મનની શુદ્ધિનું લક્ષ્ય રાખવાનું છે.

એક ચિંતકે સાચે જ કહ્યું છે કે ધ્યાન શીખવાનું નથી, ધ્યાન બદલવાનું છે. અત્યારે ભૌતિક પદાર્થો તરફ મન વળે છે તેને બદલે આત્મિક દિશાઓમાં મનને સ્થિર કરો. અને તે જ સાચુ તથા શુભ ધ્યાન છે. દા.ત. ઈલાચીકુમારનું ધ્યાન નટડીમાંથી સાધુ તરફ બદલાયું તો શુભ ધ્યાને ચડ્યા અને આત્મકલ્યાણ સાધ્યું.

જ્ઞાની ભગવંતોનો આ જ ઉપકાર છે કે મનને સારી જગ્યાએ બાંધી રાખવાં માટે અનેક ઉત્તમ આલંબનો આપ્યાં મન કાંઈ બંધાઈને બેસી રહે તેવું નથી, તેને તો સતત આલંબન જોઈએ જ, માટે નવપદ જેવાં ઉત્તમ આલંબનો મનને આપ્યાં જ કરો. જેથી દુર્ધ્યાન જલ્દી ન આવે.

દુર્ધ્યાનને બીજી રીતે પણ સમજાવી શકાય. જેમકે - જે ધ્યાન આત્માને સ્વભાવમાંથી વિભાવમાં લઈ જાય, અંતર્મુખ દશામાંથી બહિર્મુખ દશામાં લઈ જાય, આત્માનાં વિકાસને અવરોધીને દુર્ગતિનું સર્જન કરે. તેવાં ધ્યાનને જ્ઞાની ભગવંતો દુર્ધ્યાન તરીકે ઓળખાવે છે. મનને સ્થિર રાખવું અને મનને શુદ્ધ કરવું એ મોટામાં મોટી સાધના.

મિથ્યાદૃષ્ટિ આત્માઓ પોતાનાં મિથ્યાત્વી પરિણામનાં આધારે સંવરનાં કારણોને આશ્રવનાં કારણો બનાવી શકે છે. આશ્રવ એટલે આત્મામાં કર્મનું આવવું. મિથ્યાત્વ, અવિરતી કષાય આ બધા આશ્રવનાં કારણો છે. પરંતુ આનાથી વિરુદ્ધ સમ્યક્‌દૃષ્ટિ આત્માઓ આશ્રવનાં કારણોને પોતાનાં પરિણામનાં આધારે સંવરનાં કારણો બનાવી શકે છે. દા.ત. ચંડકોશીયો પૂર્વભવમાં ગોભદ્ર નામનો બ્રાહ્મણ હતો. સંસ્કારથી સમૃદ્ધ હતો, બુદ્ધિનો નિધાન હતો. લાખો લોકોને તે સલાહ આપતો. તેની સલાહથી ઘણાં લોકો શ્રીમંત બની ગયા હતાં. પરંતુ તે પોતે અર્થના (પૈસાના) અનર્થથી ડરતો હતો, કારણ કે પૈસા કમાવામાં દુઃખ છે, તેનાં રક્ષણમાં પણ દુઃખ છે, ખર્ચાઈ જાય તેમાં પણ દુઃખ છે, આમ સઘળી રીતે પૈસો દુઃખને જ આપનાર છે. દુઃખદાયક - દુઃખ ફલક અને દુઃખાનુબંધી છે. શ્રી હરિભદ્રસૂરિ મ. સા. એ પંચ સૂત્રમાં આનો સરસ ઉલ્લેખ કર્યો છે.

પૈસો કમાવવા કે મેળવવાં લોકો કેવાં વલખાં મારે છે ? અને પૈસો મળે ત્યારે આમ કરીશ ને તેમ કરીશ. આવાં શેખચલ્લીનાં વિચારો કર્યા કરે છે. શેખચલ્લીની વાત સાંભળી છે ? શેખચલ્લીનાં ઘરમાં હાંડલાં કુસ્તી કરતાં હતાં. થોડી માટી ભેગી કરીને એક માટલું બનાવ્યું. વિચારો ચાલુ થયાં. માટલું વેચીશું, બીજા માટલાં બનાવીશ, તે પણ વેચીશ, દુકાન ખરીદીશ, ખૂબ કમાઈશ, કન્યાનાં માંગાં આવશે, પરણીશ, અનેક દીકરાઓ થશે, તેઓ અંદરો અંદર ઝઘડશે, અને તેઓ મારૂં કહ્યું નહિ માને તો તેમને હું આમ મારીશ, આમ માટલાંનો છૂટ્ટો ઘા કર્યો. માટલું ફૂટી ગયું. આને કહેવાય શેખચલ્લી. સમજી ગયાં ? આને કહેવાય અર્થવિષયક દુર્ધ્યાન અને આથી જ ગોભદ્ર બ્રાહ્મણને શ્રીમંતોને જોઈને દયા આવતી. આમ ગોભદ્ર - બ્રાહ્મણ પૈસાનાં દુઃખોનું નિરંતર ચિંતન કરતો પણ પ્રશસ્ત ધ્યાનથી આમ આશ્રવને સંવરનું સાધન બનાવતો.

આ જ રીતે ક્રોધ જેવા કષાયોને પણ જ્ઞાનીઓ કહે છે તે રીતે ચિંતન કષાયથી જેમકે ક્રોધ કેવો ભયંકર છે ? તો આ ક્રોધ વિષયક પ્રશસ્તધ્યાન જ છે. આવી જ રીતે માન, માયા અને લોભનું પ્રશસ્ત ધ્યાન કરી શકાય ? કષાયોનું જ્ઞાન અજ્ઞાનરૂપ હોય તો એ અપ્રશસ્ત ધ્યાન બને અને કષાયોનું વિજ્ઞાન થાય તો તે પ્રશસ્તધ્યાન કહેવાય. કોઈ પણ પદાર્થનાં થોડાં ઘણાં પાસાનો બોધ થાય તેને જ્ઞાન કહેવાય અને પદાર્થનાં બધાં જ પાસાંનો બોધ થાય તેને વિજ્ઞાન કહેવાય, માટે કષાય વગેરેનું પણ જો પુરુ વિજ્ઞાન સમજ્યા હોઈએ તો વિષય અને કષાયનાં નિમિત્તો આપણને દુર્ધ્યાનનાં ખાડામાં ઉતારતાં નથી. સાધના જગતમાં કેવળ જગતને સમજાવવા માટે સમજણની ઝાઝી કિંમત અંકાઈ નથી. જાતને સુધારવાની પહેલી આવશક્યતા છે.

હા જાતને સુધારવાની સાથે, જગતને સમજાવવાનું કામ થતું હોય તો તે ઉત્તમ છે.

આજે ઘણા કહે છે કે ''અમારે આર્ત-રૌદ્ર ધ્યાન કરવું નથી પણ આજુબાજુવાળા વાતાવરણ એવું ઉભું કરે છે કે અમને દુર્ધ્યાન આવી જ જાય. આમ આવા લોકો દુર્ધ્યાન આવવામાં જાતને જવાબદાર માનવાને બદલે બીજાને જ કારણ માને છે. પણ ખરેખર

કોઈ નિમિત્ત આપે કે ન આપે પણ આપણે જો ચિત્તવૃત્તિને બરોબર કેળવીએ તો દુર્ધ્યાન થતું અટકી શકે.

આમ છતાં ઘણાં એવું બોલે છે કે મને પત્ની એવી કંકાસ કરનારી મળી છે કે વાતે વાતે આર્તધ્યાન કરાવે છે તો કોઈ વળી કહે છે કે દીકરો એવો માથાનો મળ્યો છે કે ડગલે ને પગલે દુર્ધ્યાન કરાવે છે આમ દોષ આપણે કાઢ્યા કરીએ છીએ. આ દુર્ધ્યાનથી બચવાનો માર્ગ નથી દરેક જીવો જુદા જુદા સ્વભાવવાળા છે. આવા સમયે જાતને કેવી રીતે કેળવવી તે જોવાનો આપણો અધિકાર છે જગત આપણને આધીન નથી. જગતને સુધારવું આપણા હાથની વાત નથી, આપણો પોતાનો સ્વભાવ સુધારવો તે આપણને આધીન છે. નદી ક્યારેય ફરિયાદ નથી કરતી કે જમીન ખાડા, ટેકરાવાળી કેમ છે ? ઉંચી નીચી કેમ છે ? જેવી જમીન હોય તેમાંથી નદી પોતાનો માર્ગ કરી લે છે, એમ આપણે પણ નદી જેવો સ્વભાવ કેળવી લઈએ તો દુર્ધ્યાનથી બચી શકીએ.

ટૂંકમાં મન પર ચોકી કરીને, મનની સમાધિને અંતરાય કરતાં આર્ત અને રૌદ્ર ભાવોથી બચવાનું છે.

એક નામાંકિત મનોવિજ્ઞાની ડો. રોજર્સે કહ્યું છે કે મોટા ભાગના મનોરોગોનું મૂળ કારણ દુર્ધ્યાન છે.

સાનફ્રાન્સિસ્કોના વિખ્યાત કાર્ડિયોલોજી ડો. ફ્રીડમેન અને રોઝમેને કહ્યું છે કે અતિ મહત્વકાંક્ષા, પ્રતિસ્પર્ધા - અસંયમી જીવન - નિરંકુશ જીવન જીવનારા હંમેશા ચિંતા - ભય - ક્રોધ - આવેશ - તનાવ જેવા દુર્ધ્યાનમાં જ રહેતા હોય છે. અને આવી તનાવગ્રસ્ત જિંદગીને કારણે જ હૃદયરોગની સંભાવના અનેક ગણી વધી જાય છે. માટે આવા દુર્ધ્યાનને સમજીને આપણા જીવનમાંથી દૂર કરવા પ્રયત્ન કરવો જોઈએ.

આ માટે પૂ. શ્રી વિનયવિજયજી મહારાજનો શાંત સુધારસ તથા પૂ. ઉમાસ્વાતીજી મહારાજનો પ્રશમરતિ ગ્રંથ વાંચી ને આચરણમાં ઉતારીએ તો દુર્ધ્યાન આવતું અટકી શકે. કોઈ નિકાચીત

કર્મ ઉદયમાં આવે તો વાત જુદી છે. જેમકે અગ્નિશર્મા મહાતપસ્વી હોવા છતાં જ્યારે ત્રીજું પારણું ન થવાથી પાછો આવ્યો ત્યારે ક્રોધ રૂપી આર્તધ્યાન અને રૌદ્રધ્યાન આવવાથી નિયાણું કર્યું કે ''અગ્નિશર્માનો ભવોભવનો હું મારનારો થાઉં'' અને આમ આવા દુર્ધ્યાનને કારણે પોતાના આત્માનું અહિત કરી બેઠો. તેના ગુરુ કૌડિન્યે ઘણું સમજાવ્યું કે સામાની ભૂલ તે કર્મને આધીન છે તું દુર્ધ્યાનને છોડીને તારા આત્માનું અહિત થતું અટકાવ. પરંતુ અગ્નિશર્મા ક્રોધના એવા રૌદ્રધ્યાનમાં ચઢ્યો કે ગુરુની વાત પણ માની નહીં અને ઘણું અહિત પોતાના આત્મા માટે કરી બેઠો.

આપણા આત્માનું અહિત અટકાવી શકાય માટે આપણને આવતા મુખ્ય કષાયોને સમજવા છે જેથી આવા કષાયો આપણા જીવનમાં પાતળા પડે આ માટે આપણે સૌ પહેલા ક્રોધ કષાયને સમજીએ અને આપણા જીવનમાં ક્રોધને કાઢવાનો પ્રયત્ન કરીએ.

ટૂંકમાં મનની સમાધિને સુસ્થિર બનાવવામાં અંતરાયભૂત બનતાં આર્ત અને રૌદ્ર ભાવોથી કેવી રીતે બચવું તે આતુર-પ્રત્યાખ્યાન ગ્રંથમાં સમજાવ્યું છે. ગ્રંથકારે, આર્ત-રૌદ્રધ્યાનને ૬૩ વિભાગમાં વહેંચી બતાવ્યાં છે.

ક્રોધી માનવીનું મન મોટું દારૂખાનું છે. તેમાં એક ચીનગારી પડતા બધું જ સળગી જાય છે. ક્રોધી માણસના ચિત્તમાં ગુસ્સાનો એક વિચાર પણ આવે તો તેનો ક્રોધ આસમાને પહોંચશે.

માટે જ્યાં સમજણ કે વિવેક છે ત્યાં જ શાંતિ છે. જો સમજણ અને શાંતિ બરોબર હોય તો ક્રોધને દૂર કરી શકાશે અને મનની અશાંતિ પણ દૂર કરી શકાશે.

પરંતુ આ પુસ્તકમાં આપણને વારેવારે તથા રોજીંદા જીવનમાં આપણું અહિત કરે છે, તેવા છ દુર્ધ્યાન સમજાવેલ છે. પુરુષાર્થ કરીને **આ છ દુર્ધ્યાનને પાતળા પાડવા છે અને સમ્યક્દર્શન મેળવવું છે.** આવા હેતુથી આ પુસ્તક લખેલ છે.

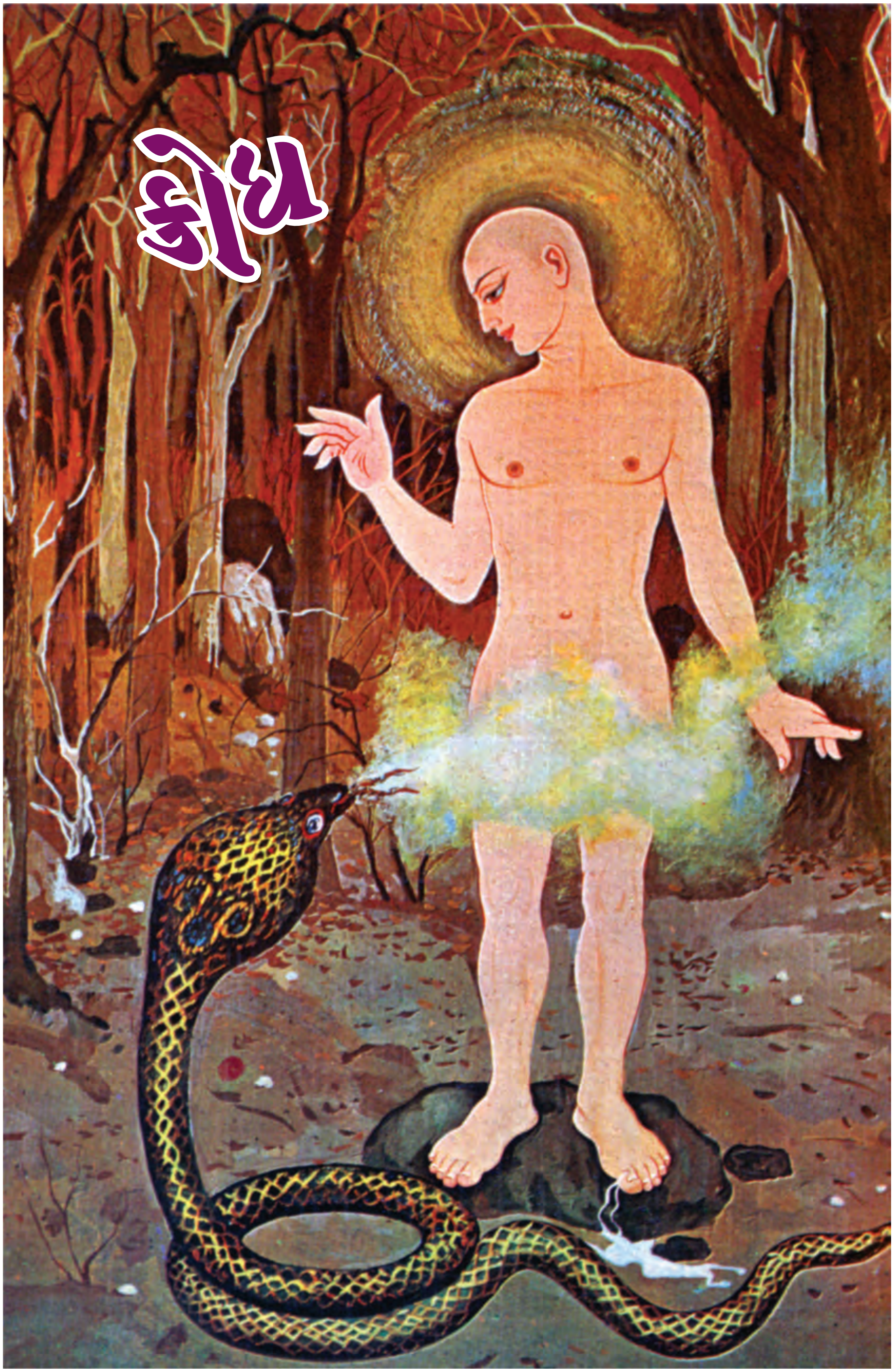
ક્રોધ ધ્યાન

હિત શિક્ષા

ક્રોધ એ શક્તિ નથી શક્તિનો બગાડ છે. જીવનમાં જેટલો ક્રોધ ઓછો એટલું આપણું જીવન શાંત બનશે. આ માટે અપેક્ષાને જીતવી પડે. અપેક્ષાના ત્યાગથી આપણું જીવન સુખી બને છે. જેટલી કર્મના સિદ્ધાંતમાં શ્રદ્ધા વધે તેટલો ક્રોધ ઉપર કાબુ આવી શકે. સામાના દોષ જોવાને બદલે પોતાના દોષ જોતા શીખીએ તો ઝગડો થવાનો પ્રશ્ન ન રહે અને ક્રોધ આવે જ નહીં.

અત્યારના જમાનામાં લોકો ભાગ-દોડ કરે છે. પરિગ્રહ વધારતા જ જાય છે જેથી ખૂબ ઉગ્ર બની જાય છે. અને તેથી ખૂબ ઝડપથી સામી વ્યક્તિ પર ક્રોધ કરી બેસે છે.

આજે મેડીકલ સાયન્સ પણ કહે છે કે ક્રોધને કારણે માણસ હાર્ટ એટેકનો શિકાર બને છે. માટે જ આપણે પુરુષાર્થ કરીને પણ ક્રોધ ન આવે તેવા પ્રયત્નો કરવા જોઈએ. શરીરનું નુકશાન કરતાં આત્માની બેહાલી સર્જનાર આ ક્રોધ છે, તેને દૂર કરવા આપણે સત્ત્વ પ્રગટાવવું જ છે.


ક્રોધ

ક્રોધ ધ્યાન

કડવા ફળ છે ક્રોધનાં, જ્ઞાની એમ બોલે,
રીસતણો રસ જાણીને - હળાહળ તોલે.
કડવા ફળ છે ક્રોધના.

ક્રોધે ક્રોડ પૂરવતણું, સંયમ ફળ જાય,
ક્રોધ સહિત તપ જે કરે, તે તો લેખે ન થાય
કડવા ફળ...

સાધુ ઘણો તપિયો હતો ધરતો મન વૈરાગ્ય,
શિષ્યના ક્રોધ થકી થયો - ચંડકૌશિયો નાગ.
કડવા ફળ છે...

આગ ઉઠે જે ઘર થકી - તે પહેલું ઘર બાળે,
જળનો જોગ જો નવી મળે તો પાસેનું પ્રજાળે.
કડવા ફળ છે...

ક્રોધ તણી ગતિ એહવી, કહે કેવળનાણી,
હાણ કરે જે હેતની, જાળવજો એમ જાણી.
કડવા ફળ છે...

ઉદયરત્ન કહે ક્રોધને કાઢજો ગળે સાહી,
કાયા કરજો નિર્મળી - ઉપશમરસે નાહી.
કડવા ફલ છે ક્રોધ...

પૂ. ઉદયરત્નસૂરિએ ઉપર મુજબની સજ્ઝાયમાં ક્રોધ વિષે ઘણી સમજ આપેલ છે. જો માત્ર ઉપરની ક્રોધની સજ્ઝાયની સાચી સંવેદના લઈએ એટલે કે સાચી સમજ મેળવીએ તો ક્રોધ ખરેખર પાતળો પડે તેમાં બેમત નથી.

ક્રોધને ઘણા લોકો શક્તિ માને છે. ઘણા કહે છે કે કર્મચારીઓ ઉપર - જો ગુસ્સો કરીને વાત કરીએ તો તેઓ ભયથી પણ કામ કરે છે પરંતુ ખરેખર પ્રેમ એ મહાન શસ્ત્ર છે. ક્રોધ એ શક્તિ નથી પણ શક્તિનો બગાડ છે.

આપણે ક્રોધ વિષે તાત્વિક વાત સમજીએ તે પહેલા કેટલાક લૌકિક સાચા બનેલા ઉદાહરણો જોઈએ.

એક ૮૨ વર્ષના માજી મરણ પથારીએ હતા.

એક પૂ. સાધુ નિર્યામણા કરાવવા ગયા. પૂ. સાધુએ કહ્યું કે માજી હવે બધાને ખમાવી દો. ત્યારે માજીએ કહ્યું કે હું બધાને ખમાવું છું પણ વચેટ દિકરાને ખમાવતી નથી. કારણકે એ નખ્ખોદિયાનું મારે મોં પણ જોવું નથી. આમ જીંદગીના આખરી શ્વાસમાં પણ જીવનના વેરઝેર અને બદલાની ગાંઠ વધુને વધુ મજબૂત બનાવે છે. સાચી ક્ષમા એ જીવનનો આનંદ છે. હૃદયમાં વેરઝેર હોય તો કોઈ પણ ધાર્મિક ક્રિયા, આધ્યાત્મ બનતી નથી. ક્ષમા એ અનેક ગુણોની કુક્ષી છે. ક્ષમાથી વેરની ગાંઠ છૂટે છે. શેરડીમાં જ્યાં ગાંઠ હોય ત્યાં રસ હોતો નથી. આથી જ જ્યાં ગાંઠ છે ત્યાં સંબંધો નીરસ બની જાય છે. જ્યાં ક્રોધ છે, ત્યાં ક્લેશ થાય છે. ક્ષમા એ ધર્મ અનુષ્ઠાનનો માપદંડ છે સમતાથી ખબર પડે કે ધર્મ કેટલો પચ્યો છે.

કાશીમાં એક સંન્યાસી રહેતા હતા. ગંગાનદીમાં સ્નાન કરી પૂજાપાઠ કરવા જતા હતા. પોતે ચોક્ખાઈ અને પવિત્રતાના ખૂબ આગ્રહી હતા. એક દિવસ સ્નાન કરીને જતા હતા, ત્યાં જ એક ચાંડાળ અથડાઈ ગયો. સંન્યાસી ક્રોધે ભરાયા. બોલ્યા કે આંધળો છું, જોઈને ચાલતો નથી, હવે મારે ફરી

સ્નાન કરવું પડશે. ચાંડાળે હાથ જોડીને માફી માંગી. પછી હવે વાત રહી સ્નાનની. આપ તો સ્નાન કરો કે ના કરો પરંતુ મારે તો ચોક્કસ સ્નાન કરવું જ પડશે. સંન્યાસીએ આશ્ચર્ય સાથે પૂછ્યું તારે સ્નાન કેમ કરવાનું ? તો ચાંડાળે કહ્યું કે આપે જે મારા પર ક્રોધ કર્યો તે તો ચાંડાળ નહીં મહાચાંડાલ છે અને આપના ક્રોધે મને સ્પર્શ કર્યો છે, માટે મારે સ્નાન કરવું પડશે. સંન્યાસીનું માથું શરમથી ઝુકી ગયું.

હવે આપણે ક્રોધને તાત્વીક રીતે સમજીએ.

ક્રોધનાં કારણે ઉત્પન્ન થતું ધ્યાન અથવા ક્રોધને ઉત્પન્ન કરતું ધ્યાન અથવા ક્રોધને ઉત્તેજીત કરતું ધ્યાન તે ક્રોધધ્યાન કહેવાય છે. જેને ધમધમાટ વધારે હોય તેને આ ધ્યાન હોય. ધમધમાટ બે પ્રકારનાં હોય. કેટલાંકનો ખુલ્લો હોય, કેટલાકનો માયાથી ઢાંકેલો ધમધમાટ હોય. જે વ્યક્તિનાં જીવનમાં, જેટલી અપેક્ષા વધારે હોય તેટલું વધારે ક્રોધધ્યાન આવે. અપેક્ષાઓ અનેક પ્રકારની હોય. જેમકે ખાવા-પીવાની, હરવા-ફરવાની, માન-મેળવવાની, પોતાનું કહ્યું કરાવવાની, બધાનું ધ્યાન પોતાનાં તરફ ખેંચવાની પણ અપેક્ષા હોય છે. આ અપેક્ષા પૂરી ન થાય એટલે અરૂચિ, અણગમો થાય. એ વખતે હતાશા કે નિરાશાથી જે બોલાય કે વિચારાય તે ક્રોધધ્યાન છે. માટે અપેક્ષાઓને જીતવાનો નક્કર પ્રયત્ન કરવો પડે. ક્રોધનું બીજ જ અપેક્ષા છે. **સારૂં જીવન, શાંત જીવન, પવિત્ર જીવન જીવવું હોય તો અપેક્ષાને જીતવી જ જોઈએ.** આ માટે એક માસ્ટર મંત્ર છે બોલો આપું ? **"મારે કાંઈ જોઈતું નથી અને મારો કોઈ શત્રુ નથી." અપેક્ષાનાં ત્યાગમાંથી સુખનાં ઝરણાં નીકળી પડે છે.** જીભ ક્રોધને સાથ ન આપે તો જીવનના અડધા ઝગડા પતી જાય.

ક્રોધધ્યાન જેને હોય તેને પોતાની ભૂલ ન દેખાય - પણ સામાની જ ભૂલ દેખાય. ક્રોધને કારણે મોટે ભાગે રૌદ્રધ્યાનની

સંભાવના વધી જાય છે. ક્રોધનો ઉદય થવો એ અલગ છે અને ક્રોધને કર્તવ્ય માનવું તે અલગ છે.

ક્રોધની સાથે જ્યારે અભિમાન ભળે ત્યારે મોટે ભાગે ક્રોધ બહાર દેખાય અને ક્રોધની સાથે જ્યારે માયા ભળે ત્યારે મોટે ભાગે ક્રોધ બહાર દેખાતો નથી. ક્રોધ અકર્તવ્ય લાગે અને ક્રોધને જીતવાનું મન થાય. એટલે તે અપેક્ષાઓને જીતવાનો પ્રયત્ન કરે. જેમકે હસબન્ડ-વાઈફ, જ્યારે શાંતિ હોય ત્યારે નક્કી કરે કે જેને ગુસ્સો આવે ત્યારે બીજુ પાત્ર મૌન રહે. સ્ત્રી જ્યારે કોઈની હાજરીમાં દોષ બતાવે એટલે પોતે હર્ટ થાય. તેમાંથી ક્રોધ આવે છે. પુરુષોનો મેલ ઈગો હણાય છે ત્યારે ગુસ્સો કરે છે. મેં તમને લેફ્ટ ટર્ન મારવાનું કહ્યું, પણ તમે માન્યા નહીં અને ક્રોધ શરૂ થઈ જાય છે. ક્રોધ જીતવા નવકાર મંત્રનો સહારો લો, તત્ત્વનો અભ્યાસ કરો. ભગવંતનાં દર્શન કરો. ઉત્તમ ભાવનાથી મનને ભાવિત કરો, સદ્ગુરુનો સમાગમ કરો. ભૂતકાળનાં મહાપુરુષો જેવાં કે ગજસુકુમાર, ખંધકમુનિ વગેરેને યાદ કરો. ખુદ મહાવીર પરમાત્માનાં જીવનમાં અનેક ઉપસર્ગો આવ્યાં છતાં પરમાત્મા શાંત, પ્રશાંત અને ઉપશાંત જ રહ્યાં. કલ્પસૂત્રની ટીકામાં પણ લખ્યું છે કે ક્રોધે ભગવાનને કહ્યું કે અહીંયા મારી જરાય જરૂર નથી.

તપસ્વી તો ક્રોધી ક્યારેય ન હોય, કારણ કે તપ એટલે ઈચ્છાનો નિરોધ. જેને ઈચ્છાને જીતી છે. તે ક્રોધને પણ જીતે જ. આજે તપસ્વીઓની બેસણાં, એકાસણાં કે આયંબિલમાં કેટલી વસ્તુઓની માંગણી હોય છે?

આપણામાં ક્રોધ ધ્યાન ન આવે એ માટે અન્ય રીતે પણ વિચારી શકાય. જેમકે, તમારી પાછળ તમારૂં કોઈ નબળું બોલે, તો

તે વખતે વિચારવાનું કે, મારાં પોતાના પાપનો ઉદય છે, સામો માણસ તો નિમિત્ત છે. આવો વિચાર આવે તો ક્રોધધ્યાનથી બચી શકાય. જો આપણો પાપોદય ચાલુ ન હોય તો કોઈ આપણો વાળ પણ વાંકો ન કરી શકે. કર્મને આધીન દુઃખનાં પ્રસંગો તો આવે જ પણ ધર્મનો રસિયો તે પ્રસંગને દુઃખરૂપ ન માને. તે જાણે છે કે,

''બંધ સમયે ચિત્ત ચેતીએ
ઉદયે શો સંતાપ -''

એટલે **ક્રોધ કરતી વખતે ધ્યાન રાખવાનું હતું, હવે જ્યારે કરેલા કર્મનો ઉદયકાળ આવે ત્યારે સંતાપ કર્યા સિવાય શાંતિથી સહન કરી કર્મનિર્જરા કરવી.** એટલે જો દુઃખને શાંતિથી સહન કરો તો દુઃખ એ આત્માને ચોક્ખો કરવાનું નિમિત્ત ગણાય છે. કુમારપાળ મહારાજાને ઝેર અપાયું. તેની જડીબુટ્ટી ભંડારી લાવી ન શક્યો તો પણ કુમારપાળ મહારાજા ભંડારી ઉપર ગુસ્સે ન થયા અને પાપનો ઉદય સમજી ક્રોધે ન ભરાયા.

એક રૂમમાં ૧૦ જણ સૂતાં હોય રાત્રે સાપ આવ્યો. દરવાજે સૂતેલાંને ન કરડે અને ૧૦મી પથારીએ જેનો પાપોદય હોય તેને કરડી જાય, બોલો આવું બને કે ન બને ? કોઈ પાંચમે માળેથી પડે અને બચી જાય અને જેનો પાપોદય હોય તે રસ્તા પર ચાલતો હોય બરોબર એની ઉપર જ પેલો પડે, રસ્તે ચાલનારો મરી જાય, બોલો આવું બને કે ન બને ? પાપનો ઉદય હોય તો સગો દીકરો કે પત્ની પણ શત્રુ બને અને પાપનો ઉદય ન હોય ત્યારે શત્રુ પણ આવીને તમારૂં કામ કરી જાય.

કર્મને આધીન દુઃખના પ્રસંગો તો આવે જ, પણ ધર્મનો રસિયો તે પ્રસંગને દુઃખરૂપ ન માને તેને ખબર જ હોય કે 'બંધ સમયે ચિત્ત ચેતીએ ઉદયે શો સંતાપ'

કર્મના સિદ્ધાંતો સમજીએ-જીવનમાં ઉતારીએ તો આપણું મન શાંત બને છે. જો આપણો પુણ્યોદય જાગતો હોય તો આપણું કોઈ કશુંયે બગાડી શકતું નથી. પુણ્ય બળવાન હોય અને પુણ્યમાં શ્રદ્ધા કેવી રાખી શકાય તેનું એક ઉદાહરણ આપું. એક પુણ્યવાન શેઠને જ્યોતિષીએ કહ્યું કે, તમારો મહિના માટે જબરદસ્ત પુણ્યોદય ચાલે છે શેઠે તેની ખાતરી કરવાનો વિચાર કર્યો. એટલે રાજાએ સભા બરખાસ્ત કરી પછી બધા શેઠિયા નમસ્કાર કરવા ગયા તે વખતે શેઠે રાજાનો મુગટ નમસ્કાર કરવાના સમયે પાડી નાંખ્યો, રાજાને પોતાનું અપમાન કરનાર શેઠને દંડ કરવા તલવાર કાઢી પરંતુ તે જ વખતે મુગટમાંથી ઝેરી નાનો સાપ બહાર આવી રહ્યો હતો. એટલે તરત જ શેઠે - રાજાને કહ્યું કે, આપને ચેતવવાનો સમય ન હતો માટે મેં મુગટ પાડી નાંખ્યો. રાજાએ તલવાર મારવાને બદલે શેઠનું સન્માન કર્યું. આનું જ નામપુણ્યોદય.

એ જ રીતે તમે કોઈકને કાંઈક કહ્યું અને તમારું એને માન્યું નહિ તો ક્રોધ ન કરતાં. તમે કોઈને કાંઈ કહો, અને તે સ્વીકારે તો એમાં પણ તમારું પુણ્ય જોઈએ. એટલે આપણને જે સુખ મળે છે, આવકાર મળે છે, આપણું કહ્યું લોકો માને છે તે આપણાં પુણ્યોદયનાં કારણે. ભલભલા જ્ઞાની હોય પણ પુણ્ય ન હોય તો તેમનું પ્રવચન લોકોને ન પણ ગમે.

ઈર્ષ્યાના સંસ્કારો પડ્યાં હોય ત્યારે નાનકડાં નિમિત્તમાંથી પણ ક્રોધધ્યાન શરૂ થઈ જાય. દા.ત. સિંહગુફાવાસી મુનિનું કોષા વેશ્યાને ત્યાં આવતું ચોમાસું કરવાનાં વિચારો એટલે વચ્ચેનાં ૮ માસ

‘‘કોહં ઝાણે’’ ચાલું. ક્રોધ આવે એટલે તાકાત પણ બમણી આવે, કારણકે ક્રોધ એ પણ એક પ્રકારનું ગાંડપણ જ છે, માટે ક્રોધ આવે તે પહેલાં જ તેનાં નિમિત્તોથી બચી જવું. માટે નક્કી કરો કે મારે કોઈને નબળું નિમિત્ત આપવું નથી. મારે કોઈનાં દોષ જોવાં નથી, મારે કોઈની નબળી વાત સાંભળવી પણ નથી. બીજાની નબળી વાત સાંભળો, તો સામાવાળાંને નબળું બોલવાનું મન થાય ને ? તમે સાંભળો નહિ, ટાપસી પૂરો નહિ અને મૌન જ રહો, તો સામો નબળું ક્યાં સુધી બોલશે ? અંતે તે પણ થાકીને મૌન થઈ જશે. કેટલીક વખત આપણી સાચી વાત પણ વડીલ કે અન્ય કોઈ માણસ સ્વીકારે નહીં તો ક્રોધધ્યાન ન કરવું પરંતુ વિચારવું કે (૧) વડીલ પ્રત્યે મને વિશ્વાસ છે કે નહિ ? (૨) મારી વાત સાચી અને હિતકારી જ છે ? (૩) મને કહેવાનો એ અધિકાર છે? (૪) સામો સ્વીકારે એવું મારૂં પુણ્ય છે ? (૫) સાચી વાત પણ ક્યારેક ક્યાંક કેવી રીતે, કઈ ભાષામાં કહેવી, તેનું મને જ્ઞાન છે ? કારણ કે ઘણી વખત સાચી વાત પણ બધાની વચ્ચે કહેવાથી કઠોર ભાષામાં કહેવાથી, કષાયને આધીન થઈને કહેવાથી, તમારી સાચી વાત પણ સામાના હૈયાને અસર કરતી નથી, દીકરો તમારું ન માને ત્યારે પણ તે ઉન્માર્ગે ન ચઢે એ માટે એક શબ્દ કહેવો પડે પણ હૃદયમાં તો વાત્સલ્ય જ હોવું જોઈએ, પણ તેને બદલે દીકરાએ મારું કેમ ન માન્યું. અને ગુસ્સો આવે તો સમજજો કે તમારા માનભંગમાંથી પ્રગટેલું ક્રોધધ્યાન જ છે. સાપને બજારમાં લઈને કોણ ફરી શકે ? જેને સાપને કંટ્રોલમાં રાખતાં આવડે તે. એ જ રીતે જે વ્યક્તિ કષાયને નાથી શકે તેને જ કષાય કરવાનો અધિકાર છે. એટલે કે માધ્યસ્થ ભાવ રાખતા શીખો.

કેટલીકવાર માનમાંથી પણ ક્રોધ પ્રગટે છે. હું જેટલું જાણું છું, તેટલું કોઈ જાણતું નથી, મને કોઈએ કાંઈ કહેવાનું નહિ, મને બધી

જ સમજણ પડે છે, આવું માનનારને જો કોઈ એની ભૂલ બતાવે તો તરત જ બૉઈલર ફાટે. ગુરુ એને સમજાવવા જાય તો ગુરુ ઉપર પણ તૂટી પડે, એને એટલી પણ ખબર નથી હોતી કે સદ્ગુરુનું હૈયું તો માનું હૈયું હોય. ગુરુનાં હૈયે શિષ્યનું હિત જ વસેલું હોય. આમ છતાં ક્યારેક અભિમાન, ગુરુ ઉપર પણ ક્રોધધ્યાન પ્રગટાવે, દા.ત. કુલવાલક મુનિ - ઘણો તપ કરતાં પણ ખરેખર માત્ર બાહ્યતપ હતો. માન એટલું બધું તીવ્ર હતું કે એમનામાં વિનયનો છાંટો ન હતો. એમના ગુરુ એમનાં હિતની ચિંતા કરતા હતાં, છતાં શિષ્યને ગુરુની ટકોર ગમતી ન હતી, આપણને પણ આખો દિવસ કોઈ ટપારે એ ગમે કે પંપાળે એ ગમે ? અત્યારે તો આપણને ટપારે પણ કોણ ? ભૂતકાળમાં સંયુક્ત કુટુંબો હતાં. માથે વડીલો હતાં - ભૂલ થાય કે તરત તેઓ કહેતાં ઉત્તરાધ્યયન સૂત્રમાં કહ્યું છે કે ગુરુ અનુશાસન કરે ત્યારે એમની ઉપર કોપ ન કરવો પણ ક્ષમાનું સેવન કરવું. સાધના જીવનમાં પોતાનાં દોષ જોવાં. એ સફળતાનો પાયો છે, અહીંયા મૃગાવતીજી અને ચંદનબાળાજીનો દાખલો વિચારી શકાય. પોતાના દોષ જોવાથી ક્ષમાપના કરતાં - કરતાં બંનેને કેવળજ્ઞાન થયું. **નિમિત્ત કોઈ પણ હોય, સમ્યક્ - દૃષ્ટિજીવોને એ મોક્ષ સુધી લઈ જાય છે, જ્યારે રાગી અને દ્વેષી જીવોને સંસાર વૃદ્ધિ કરાવે છે.** નિસરણી એકની એક છે, જેને ચઢવું છે, તે ચઢવા માટે ઉપયોગ કરે છે, અને જેને ઉતરવું છે તે નીચે ઉતરવા માટે તેનો ઉપયોગ કરે છે. નિમિત્ત એક જ હોય, પણ બોધ નિર્મળ હોય તે પગથિયા ચઢે છે. બોધ મલિન હોય તે પડે છે. દાખલા તરીકે - જેમકે હું એમ કહું કે જિનેશ્વરની આજ્ઞા છે, રાત્રિ ભોજન તો કરાય ? સારો જીવ - સારુ ધ્યાન કરી પાપ છોડવાનો પ્રયત્ન કરે.

નિસરણી ચઢ્યા. પણ મિથ્યાદષ્ટિ જીવ ક્રોધ અભિમાન કરી વાતને જુદા સ્વરૂપે લે, એ પડ્યા.

આપણી મૂળ વાત કુલવાલક મુનિની હતી. ગુરુની સલાહ, તપનાં અભિમાનને કારણે ટકટક જેવી લાગતી હતી, એટલે ક્રોધ ધ્યાને ચઢ્યાં, તેમાંથી રૌદ્રધ્યાને ચઢ્યાં. એટલે શિલા ગબડાવી ગુરુને મારવાનું મન થયું એ મિનિટે ગુરુનાં મુખમાંથી સહજ શબ્દો સરી પડ્યાં, કે તારૂં સ્ત્રીના નિમિત્તથી પતન થશે, ગુરુનું વચન ખોટું પાડવાં વસ્તીથી દૂર નદીનાં કાંઠે ઉગ્ર તપ કરતાં હતા. અધિષ્ઠાયક દેવ પ્રસન્ન થયાં. આ વાત શ્રેણીકનાં પુત્ર કોણિક રાજાનાં વખતની છે. ચેડાં રાજા સામે તેને યુદ્ધ જાહેર કર્યું. ૧૨-૧૨ વર્ષથી ઘેરો ઘાલ્યો, કિલ્લો તૂટતો નથી. કોઈકની સલાહથી કુલવાલક મુનિને સાધવાં, ગણિકાને શ્રાવિકા બનાવીને મોકલે છે. તીર્થયાત્રાએ નીકળી છું. એમ કહી નિર્દોષ ગોચરીનો લાભ આપો. કપટી લોકોને વિનય કરતાં બહુ સરસ આવડે. નેપાળાવાળા મોદક વહોરાવી દે છે. ડાયેરીયા થાય છે. સખત નબળાઈ આવી જાય છે, વેશ્યા સેવા ચાકરી કરે છે. એમ કરતાં કરતા અંગસ્પર્શ પણ કરે છે. મુનિ હવે ગણિકામાં આસક્ત થઈ ગયાં. તપ ગયું, સંયમ ગયો, આરાધના ગઈ, પતન થયું. **ગુરુનો દ્રોહી કેવી પતનની ગર્તામાં પડે છે.** તેનો આ નમુનો. હવે ગણિકા, મુનિને કોણિક પાસે લાવે છે. મુનિસુવ્રતસ્વામીનો સ્તૂપ તોડવાની યોજના કરે છે. સંસાર પોષવાં મુનિ બધું જ કરી છૂટે છે. **સંસારનાં રસિયા માટે કોઈ પણ ચીજ પૂજ્ય હોતી નથી.**

અહીંયા આપણે શીખવાનું એ છે કે કોઈ ઉપકારી આપણને કાંઈ કહે તો એમ માનવું કે આ મારી ભૂલ નહીં બતાવે તો કોણ બતાવશે ? હિત-બુદ્ધિએ તેમને સાંભળવાં તત્પર રહેવું. આપણો

દોષ જોવો. **બીજાનાં દોષ, અધિકારી બન્યાં વગર ક્યારેય ના જોવાં** તો ક્રોધ ધ્યાનમાંથી બચી શકશો. આપણી ભૂલ વગર પણ આપણને કાંઈક કહે તો પ્રેમથી સાંભળવાની તૈયારી રાખવી. તેમાં સાચું હોય તો સ્વીકારી લેવું અને ભૂલને સુધારી લેવી, અને ખોટી ભૂલ કાઢી હોય તો ભલે અત્યારે મૌન રહો. પણ કદાચ ભવિષ્યમાં ન થાય એવી જાગૃતિ કેળવવી. **આપણે કોઈનાં દોષ જોવાં નથી અને જાતનાં દોષોને જોયાં વગર રહેવું નથી.** બીજાએ શું કરવું જોઈએ એને બદલે મારે શું કરવું જોઈએ ? એ જ વિચારવું છે. **સિદ્ધાંતો પ્રત્યે સાચી શ્રદ્ધા પ્રગટે એટલે આપોઆપ સત્વ આવી જાય.** દા.ત. મયણાસુંદરી માનતી કે ભગવાને કહેલું તત્ત્વ ક્યારેય ખોટું ન હોય.

પ્રશસ્ત ક્રોધમાં મન ઠંડુ જોઈએ, એકાંતે હિતની ભાવના જોઈએ. આશ્રિતોનું ઘડતર કરવાં માટે, મિથ્યા-મતનું ખંડન કરવાં માટે પ્રશસ્ત કષાય કરવો પડે, પરંતુ તે પાળેલાં કૂતરાં જેવો હોવો જોઈએ.

મૂળ વાત પર આવીએ તો ક્રોધને ખત્મ કરવો હોય તો સત્વને પ્રગટાવવું પડશે અને એ માટે અપેક્ષાઓને ખતમ કરવી પડશે. આવી અનેક જ્ઞાનીની વાતો આપણે વિચારવી જોઈએ.

વ્યસ્તતા, વ્યગ્રતા, ઉગ્રતા અને વિસંવાદિતા આ ચાર આપણી જિંદગીના મહારોગો છે અને તે કારણે જ ક્રોધધ્યાન જેવા ઘણા દુર્ધ્યાનના શિકાર આપણે બનીએ છીએ.

સંકલેશ ન હોય ત્યારે પણ સવારે બપોરે અને સાંજે આમ ત્રણેય સમયે ચાર શરણનો સ્વીકાર, દુષ્કૃતની ગર્હા અને સુકૃતની

અનુમોદના કરવી જોઈએ અને સંકલેશ હોય ત્યારે વારંવાર ફરી ફરી આ ત્રણે ક્રિયા કરવી જોઈએ.

ક્રોધ કેવો ભયંકર છે. ભલભલા સાધુ પણ આવેશની નબળી પળોમાં ઉત્તમભાવ ગુમાવી બેસે છે. જેવા કે સ્કંધકસૂરિ : જ્યારે બાળમુનિને ઘાણીમાં પીલાતા જુએ છે ત્યારે આવા મહાન આચાર્ય પણ પાલક મંત્રી ઉપર ક્રોધ કરી બેઠા અને નિયાણું કર્યું કે ''મંત્રીનો હું ભવોભવનો મારનારો થાઉં.'' તો હે પ્રભુ ! આ ક્રોધ મારા જેવાને કઈ પતનની ખાઈમાં લઈ જશે ?

ટૂંકમાં આવા ક્રોધને પાતળો કરવા અનેક પગલા લઈ શકાય.

(૧) અપેક્ષાઓ શક્ય તેટલી ઓછી રાખવી.

(૨) ઈર્ષા ભયંકર છે માટે તેનો ત્યાગ કરવો.

(૩) અભિમાન શેના માટે કરું ?

(૪) શક્ય તેટલો પુરુષાર્થ કરવો જોઈએ. ક્રોધ આવે ત્યારે તેને કાબુમાં લેવા શક્તિ (પુરુષાર્થ) ફોરવવી પડે.

(૫) કર્મના સિદ્ધાંતમાં શ્રદ્ધા રાખો. ગુસ્સે થયા વગર, આમ પણ બની શકે. કર્મ નચાવે - તેમ નાચવું પડે.

(૬) દરેકમાં પોતાની ભૂલ જોવાની મનોવૃત્તિ કેળવો.

(૭) ક્રોધ આવે ત્યારે નવકાર મંત્રનો સહારો લો.

(૮) ક્રોધ આવે ત્યારે ભગવાનના દર્શન કરવા જાઓ.

(૯) ક્રોધ આવે ત્યારે ગુરુનું આલંબન લો, તે તમને બચાવી લેશે.

(૧૦) ક્રોધ આવે ત્યારે સદ્‌વાંચનનું આલંબન લો.

(૧૧) ક્રોધ આવે ત્યારે મહાપુરુષોને યાદ કરો. જેમકે ખંધકમુનિએ કેવું સહન કર્યું હતું. આવું સહન તો મારે નથી કરવાનું - તો હું ક્રોધ શા માટે કરું ?

(૧૨) મૌન ધારણ કરો. ઝગડો થવાની સ્થિતિમાં સામો ગમે તેટલું બોલે, તમે મૌન ધારણ કરશો તો ઝગડો વહેલો પતી જશે.

(૧૩) ક્રોધ આવે ત્યારે સામાયિક લઈને બેસી જવું.

(૧૪) ક્રોધના પ્રાયશ્ચિત્ત તરીકે સમ્યક્‌તપ કરો.

(૧૫) કઠોર ભાષા વાપરવી નહીં. નયગર્ભિત સૌમ્ય ભાષાનો વિવેકપૂર્ણ ઉપયોગ કરો.

(૧૬) માધ્યસ્થભાવમાં રહેતા શીખો. થોડાક ઉદાસીન એટલે કે ઉપેક્ષાવાળા બનો. ઉપેક્ષા એ ક્યારેક અમૃત છે.

(૧૭) બીજાને સુધારવાને બદલે આપણે સારા થઈ જવું અને આપણે જ સુધરવું, એવો પ્રયત્ન કરવો.

આમક્રોધ જેવા કષાયને પાતળો પણ કરીશું તો સમતા મળશે અને મન શાંત રહેશે.

માનધ્યાન

હિત શિક્ષા

અહંકાર એ ઘણા દૂષણોનું મૂળ છે. ખાસ કરીને વિનય અને સદાચારથી દૂર કરનાર આ અહંકાર જ છે. અહંકારને નાથવા માટે સુગુરુ અને સાચા વડીલની સલાહ-તેમની વાત મનથી સાંભળી તેના પર યોગ્ય વિચાર કરવો જોઈએ. કોઈ પણ આપણને સિદ્ધિ મળી તો તેમાં "હું" નો ભાવ ન રાખતા, મારા દેવ ગુરુ વડીલ અને મારા પુણ્યનો પ્રભાવ છે આવી વાત જડબેસલાક હૃદયમાં રહેવી જોઈએ તો આપણને મળતી સિદ્ધિ વખતે આપણે છકી નહીં જઈએ.

ઉપાધ્યાય પદની આરાધના કરી વિનય ગૂણ આત્મસાત્ કરવાની બહુ જરૂર છે.

અભિમાન આવે ત્યારે વિચારવુ કે રાજા રાવણનું અભિમાન પણ રહ્યું નથી તો હું શા માટે અભિમાન કરું ?

અહંકાર-અભિમાન

માનધ્યાન

ક્રોધધ્યાનની સાથે નજીકનો સંબંધ જો કોઈનો હોય તો તે માનનો છે. માન એટલે અભિમાન - અહંકાર, હું કાંઈક છું, મને બધી જ ખબર પડે છે, મારામાં અક્કલ છે, મારી નોંધ લેવાવી જોઈએ, મને આવકાર આપવો જોઈએ. આ બધાં માનધ્યાનનાં રૂપો છે.

દુનિયામાં રૂપિયા વગર કાંઈ જ કિંમત નથી, અને એ રીતે માન મેળવવાં રૂપિયા કમાવવાનો વિચાર એ પણ માનધ્યાન છે.

ભણ્યાં વગર દુનિયામાં કાંઈ કીંમત નથી અને એ રીતે ભણવું એ પણ માન - ધ્યાન. (સેલીબ્રીટી) રૂપ ન હોય તો દુનિયામાં આપણી Personality ન પડે, અને એ માટે તસતસતું રૂપ ખીલી ઉઠે અને એ માટે શરીરને maintain કરવાનો ભાવ આ બધું જ માન-ધ્યાન.

માન-ધ્યાન વાળાંને માન-મળે એટલે ભાઈ-સાહેબ ચાર આંગળ અદ્ધર ચાલે. અહીંયા પ્રવચનમાં આવે તોય બધાંને ઓળંગીને આગળ બેસવાં જોઈએ, ખભા ઉંચા રાખીને જ ફરે, છાતી બહાર કાઢીને જ ચાલે, પોતાનાં માટે બહુવચનનો પ્રયોગ કરે, હુકમની ભાષામાં જ બોલે, વાતે - વાતે પોતાની પ્રશંસા કરે, પાવલી વાપરે તોય તેનો દેખાડો કરે etc. આ બધાં જ માનનાં રૂપો છે.

બીજાને અનુકૂળ થવામાં જે આડો આવે છે તે પણ અહંકાર.

અહંકાર એ એવું ઝેર છે કે જે જીવનને ખતમ કરી નાંખે છે છતાં ખબર પણ પડવા દેતો નથી. કેન્સર તો એક ભવ બગાડે છે અહંકાર ભવોભવ બગાડે છે.

કર્તાપણાનો અહંકાર એ જ બધા દૂષણોનું મૂળ છે.

કલિકાલસર્વજ્ઞશ્રીએ યોગશાસ્ત્રમાં કહ્યું છે કે માન, વિનયનો, શ્રુતનો, સદાચારનો ઘાત કરે છે. માનથી વિવેક નષ્ટ થતો જોવાં મળે છે, કારણકે અભિમાની પુરુષ અંધ જેવો બની જાય છે. આવા માનનાં આઠ રૂપો બતાવી શકાય.

(૧) જાતિનું માન - જેમકે અમે ઓશવાલ છીએ.

(૨) લાભનું માન- જેમકે મારો દીકરો બહુ મોટો ડોક્ટર થયો છે.

(૩) કૂળનું માન - જેમકે, મરીચીએ પોતાનાં કૂળનું માન કર્યું તો નીચગોત્ર કર્મ બાંધ્યું. હરિભદ્રસૂરિની 'સમરાઇચ્ચ કહા'માં આવે છે કે વિભાવવસુએ કુળનું અભિમાન કર્યું અને ધોબીની નીચ જાત કહી ધોબીનું અપમાન કર્યું, તો કેટલા ભવ સુધી નીચગોત્ર મળ્યું.

(૪) મોટાઈનું માન - જેમકે મારી પાસે બહુ સંપત્તિ છે.

(૫) બળનું માન - મારાં બાવડાંની તાકાત તેં જોઈ નથી.

(૬) રૂપનું માન - મારું રૂપ અપ્સરા જેવું છે.

(૭) તપનું માન - અઠ્ઠાઈ તો હું રમતાં રમતાં કરી નાંખું.

(૮) જ્ઞાનનું માન - મારાં વિષયમાં મને કોઈ પહોંચી ન શકે. ભગવતી સૂત્રમાં તો મારી માસ્ટરી. ખરેખર તો જ્ઞાની નમ્ર હોવો જોઈએ.

જે જે બાબતને લઈને અભિમાન કરાય તે બાબતો ભવિષ્યમાં ન્યૂન મળે છે. બેનો પણ અમુક રસોઈ બનાવે ત્યારે એમ બોલે કે લાપસી બનાવવાની મારી માસ્ટરી તો આ પણ માન્ધ્યાન છે.

આ અભિમાનને કંટ્રોલ કરવાં સાચો ગુરુ કે વડીલની પણ ખૂબ જરૂર છે. કારણ કે સાચા ગુરુ વડીલ વખાણ કરવાને બદલે તમારી ભૂલ કાઢે. તમે અઠ્ઠાઈ કરી હોય, દાન પણ આપતા હોય ગુરુની વૈયાવચ્ચ કરતાં હોય તો પણ ગુરુ કહે છે કે, હજુ રાત્રિભોજન કેમ કરો છો ? આટલો બધો ક્રોધ સારો નહીં. આમ ગુરુ કડકાઈ કરે એ ગમે કે પીઠ થાબડે એ ગમે ? ગુરુ કેવા જોઈએ તમારે ગુરુ આપણને આપણી ભૂલ બતાવે તો માનજો કે તમે પુણ્યશાળી છો, એ પણ જે દિવસ ભૂલ જોવાં છતાં ગુરુ કે વડિલ આપણને કાંઈ ન કહે, તો માનજો કે આપણું ભાગ્ય પરવાર્યું.

ગુરુનાં હૈયામાં શિષ્ય વસ્યા તે ગુરુ કૃપા છે, પણ શિષ્યનાં હૈયામાં ગુરુ વસ્યાં તો ઉત્કૃષ્ટ ગુરુ કૃપા છો એમ માનજો. દા.ત. દ્રોણાચાર્યે અર્જૂનને વચન આપ્યું કે તારાં જેવી ધનુર્વિદ્યા કોઈને નહીં આમ અર્જુનને ગુરુકૃપા મળી પછી તેની સામે એકલવ્ય જંગલમાં ગયો. તેને ગુરુમૂર્તિ બનાવી, હૈયામાં સ્થાપી. ધર્નુવિદ્યા અર્જૂન કરતાં પણ સવાઈ શીખ્યો, કારણકે ગુરુ પ્રત્યે શ્રદ્ધા અને સમર્પણ હતું. એકલવ્યને અભિમાન હતું નહીં. વિનયધર્મ આત્મસાત્ કરવાથી વિદ્યા પૂર્ણ રૂપે ઉતરી. અહીંયા મૂર્તિપૂજા આપણા જીવનમાં કેટલું બળ આપે છે અને શા માટે ભગવાનની મૂર્તિની પૂજા કરીએ છીએ તેના પુરાવા તરીકે આ એકલવ્યનો દાખલો વિચારી શકાય.

માન કષાય સાધનામાં અત્યંત બાધક છે, માટે દરેક સાધકે માનને તોડવું જરૂરી છે, આ માટે જૈનશાસનમાં ઉપાધ્યાય પદ બતાવ્યું છે, તેમની ઉપાસનાથી વિનયની પ્રાપ્તિ થાય છે, અને વિનય ન આવે તો માનનું ધ્યાન ચાલ્યાં જ કરે. દુનિયામાં ગમે તેટલાં મોટાં થાવ પણ નમ્ર રહેતા શીખવાનું છે. મા-બાપ કે ગુરૂ પાસે નમેલાં જ રહેવાનું છે. આજે તો કેટલાંક પોતાની મોટાઈ બતાવે,

આ મારી મર્સીડીઝ ગાડી લેટેસ્ટ છે આ મારું ઘર ૪ એકરનું લેટેસ્ટ છે. ખૂબ મહેનત કરી છે, કાળી મજૂરી કરીને શૂન્યમાંથી આ મોટાં સામ્રાજ્યનું સર્જન કર્યું છે. આમ ઠસ્સાથી બોલે અને બોલતાં છાતીનાં સે.મી. વધે. આ પણ માન-ધ્યાનનું પરિણામ છે. તો વળી કોઈક અમારી પાસે પોતાનાં તપની પ્રશંસા કરે, હું ઉપવાસ તો રમતાં - રમતાં કરી લઉં, ૪ વર્ષીતપ કર્યા, અને અઠ્ઠાઈ તો ગણી જ નથી, દર - વર્ષે કરું જ છું.

કેટલાંક વળી અમારી પાસે આવીને પોતાને મહાજ્ઞાની માને અને મનાવે, અહીંના લોકલ રેગ્યુલર ક્લાસ હું જ લઉં છું, તત્ત્વાર્થ સૂત્ર ભણાવું છું. બીજું ઘણું બધું કહી દે આમ અધૂરો ઘડો વધારે છલકાય એમઅમારે માનવું પડે. સાચા જ્ઞાનીને જ્ઞાનનું અભિમાન ક્યારેય હોતું નથી. પૂ. ઉપાધ્યાયજી મહારાજે સેંકડો ગ્રંથ રત્નો રચ્યાં છે છતાં વાત નીકળી ત્યારે વિનમ્ર ભાવે કહ્યું કે, ''અક્ષરો ભેગાં થયાં, તેમાંથી શબ્દો બન્યાં, શબ્દો ભેગાં થયાં વાક્યો થયાં, વાક્યો ભેગાં થયાં શ્લોક બન્યાં, શ્લોક ભેગાં થયાં ગ્રંથ બન્યો, આમાં મેં શું કર્યું ? મેં તો જે હતું, એનું સંયોજન કર્યું. આ બધું તીર્થંકર પરમાત્માનું જ સર્જન છે.

આપણે આપણાં પુણ્યોદયની જગ્યાએ આપણી જાતને ગોઠવીએ છીએ એ પણ અભિમાન છે. પુણ્યોદય શાથી પેદાં થયો ? અરિહંતોની આજ્ઞાનું જાણે અજાણે પાલન થયું, એમાંથી આમ એકેક

વસ્તુને યોગ્ય રીતે મૂલવતાં આવડે તો માન - ધ્યાનથી બચી શકાય, ઘણી વાર માન મેળવવાં માયા પણ કરે. એમાં સફળતા ન મળે એટલે ક્રોધ આવે. માનની આગળ પાછળ માયા, લોભ અને ક્રોધ બેઠાં જ છે.

જેને સારાં બનવું છે, તેને માયા કરવાની ક્યાંય જરૂર નથી. જેને સારા દેખાવું છે તેને માયા કર્યા વિના ચાલે નહીં. દરેક સ્થાને પોતાનું વર્ચસ્વ જમાવવાનો પ્રયત્ન કરે. આ પણ માયાધ્યાન છે. કષાયોને જીતવાં ઉમાસ્વાતિજીનું પ્રશમરતિ, હરિભદ્રસૂરિજીનું સમરાઇચ્ચકહા અને સિદ્ધર્ષિ ગણિનું ઉપમિતિ ભવપ્રપંચા તથા મુનિસુંદરજીનું અધ્યાત્મકલ્પદ્રુમ આવાં ગ્રંથો વારંવાર વાંચવાં અને ચિંતન કરીને જાતને સુધારવાનો પ્રયત્ન કરવો જોઈએ.

આ માનને જ્ઞાનીઓએ વૃક્ષની ઉપમા આપી છે. વૃક્ષ ટટ્ટાર હોય તેમ માન પણ ટટ્ટાર હોય છે. માનરૂપી વૃક્ષને જડમૂળથી ઉખેડવું જરૂરી છે, એનાં માટે નદીનો ધસમસતો પ્રવાહ જોઈએ. નમ્રતા, વિનય વિના સાધનાની શરૂઆત શક્ય નથી. વિનય શાસનનું મૂળ છે. દર્શન, જ્ઞાન, ચારિત્ર્ય કે તપમાં પણ વિનય જોઈએ. માનની સજ્ઝાયમાં કહ્યું છે કે, ''માને વિનય ન આવે, વિનય વિના વિદ્યા નહીં, તો કિમસમકિત પાવે, સમકિત વિના ચારિત્ર્ય નહીં, તો કિમ લહીએ મુક્તિ.'' આમ મોક્ષનું મૂળ વિનય છે. ઉત્તરાધ્યન સૂત્રમાં પણ પહેલું જ અધ્યયન વિનયનું મૂક્યું છે.

અહીંયા શ્રી ઉદયરત્નસૂરિજીએ માનની સજ્ઝાયમાં માન વિષે ટૂંકમાં ઘણું બધું કહી દીધું છે.

‘રે જીવ માન ન કીજીએ, માને વિનય ન આવે,
વિનય વિના વિદ્યા નહીં, તો કિમસમકિત પાવે,
રે જીવ માન ન કીજીએ,

સમકિત વિના ચારિત્ર્ય નહીં, ચારિત્ર્ય વિના નહીં મુક્તિ,
મુક્તિના સુખ છે શાશ્વતા, તો કેમ લહીએ જુક્તિ,
રે જીવ માન ન કીજીએ,

વિનય વડો સંસારમાં, ગુણમાં અધિકારી,
માને ગુણ જાયે ગળી, પ્રાણી જો જો વિચારી,
રે જીવ માન ન કીજીએ,

માન કર્યું જો રાવણે, તે તો રામે માર્યો,
દૂર્યોધન ગર્વે કરી, અંતે સવિ હાર્યો,
રે જીવ માન ન કીજીએ,

સુકા લાકડાં સારિખો, દુઃખદાયી એ ખોટો
ઉદયરતન કહે માનને, દેજો દેશવટો રે,
રે જીવ માન ન કીજીએ,

આમ વિનય ગુણ એ મૌલિક ગુણ છે તે બીજા અનેક ગુણોની જન્મદાત્રી સમી બની રહે છે.

જેનામાં સહજ વિનય આવે તેનામાં આજે નહીં તો કાલે તમામ ગુણો પ્રગટે જ પરંતુ વિનય સંસારના સ્વાર્થ માટેનો ન હોવો જોઈએ.

માનધ્યાનથી બચવાં આપણી આંખ સામે મહાપુરુષોને લાવવાં જરૂરી છે, જેમકે કયાં અભય કુમારની બુદ્ધિ અને ક્યાં મારી બુદ્ધિ ક્યાં ? સનતકુમારનું રૂપ અને ક્યાં મારું રૂપ ? ક્યાં બાહુબલીનું બળ અને ક્યાં મારું બળ ? ક્યાં શાલિભદ્રની સંપત્તિ અને ક્યાં મારી ? હું શેનું માન કરું છું ?

ઘણાં શ્રીમંતો પોતાની બાજુમાં જી - હજૂરીયાં રાખે. જી હજૂરીયાં શ્રીમંતના વખાણ કરે. પછી કહે કે આ તો ભાઈ ગુણાનુરાગી છે એટલે બોલે. આ માયાપૂર્વકનો માન કષાય. માન - મેળવવાં માટેનાં ધમપછાડા, પદ્મશ્રી જેવા એવોર્ડ (માન લેવા) માટે જાત જાતના પોલીટીક્સ રમે. માન - મળ્યાં બાદની છાકટાઈ અને માન ઘવાયા બાદની છટપટાહટ આ બધું માનધ્યાનનું તોફાન છે.

માનધ્યાનને ઓળખવું અઘરું છે. ઘણીવાર સામાન્ય સંયોગોમાં એમ લાગે કે આપણે ધર્મનાં કાર્યો કરીએ છીએ. જેમકે દાન આપીએ છીએ, તપ કરીએ છીએ, જ્ઞાન મેળવીએ છીએ, પણ જો સાચે જ અંતર્મુખ બનીએ તો ખ્યાલ આવે કે અંદરખાને માન કષાયને જ પોષતાં હોઈએ માટે જ્ઞાનીઓએ બતાવેલી વાતોને ધ્યાનમાં લઈને અભિમાનને દૂર કરવાં પ્રયત્ન શીલ બનવું જોઈએ

માયા ધ્યાન

હિત શિક્ષા

સત્યનો હંમેશા જય થાય છે. માટે સત્યના આગ્રહી બનવું. જે જૂઠનો આશરો લે છે તેને માયા કરવી જ પડે છે. આજે લગભગ બધાને સારા દેખાવું છે. પણ ખરેખર સારા માણસ બનવાની જરૂર છે. જો આપણે સારા માણસ જ છીએ તો તેને દેખાડવાની જરૂર રહેતી જ નથી. દુનિયા આજે કે કાલે તમને સારા માણસ તરીકે યાદ કરશે. માટે હંમેશા સરળ બનવાની જરૂર છે. સરળ માણસો મોડા યા વહેલા દુનિયામાં પ્રશંશાને પાત્ર બને છે

માયા કરવાથી ધર્મ કરીને પણ આત્માનું અહિત કરીએ છીએ માટે માયાનો ત્યાગ કરો. મરૂદેવા માતા સરળતાના ગુણથી જ જલ્દી મોક્ષે પહોચ્યા. માટે આપણે માયા છોડી સરળ બનવું જરૂરી છે.

માયા
ધ્યાન

માયા ધ્યાન

માયા બોલો, છળ બોલો, કપટ, રમત, પ્રપંચ, દંભ, પૉલીસી, હોંશિયારી, આ બધાં જ માયાનાં પ્રકારો છે. જ્યારે દુન્યવી હેતુ સિદ્ધ કરવાં હોય, ત્યારે જે આડા અવળાં રસ્તાં અપનાવાય છે તે માયાધ્યાન છે. અને મૃષાવાદ બીજુ પાપસ્થાનક છે. કોઈને જમાડવાના છે, પરંતુ તમારે જમાડવા નથી, તો સીધુ ન કહે, ખોટા બહાના કાઢે.

પ્રવચનસારોદ્ધાર ગ્રંથમાં માયાવી વ્યક્તિનો પરીચય આપતાં જણાવ્યું છે કે, માયાવી પોતાનો દોષ છૂપાવે, બીજાનાં ગુણોને ઢાંકે, ચોરની જેમ બધે શંકા રાખતો ફરે એટલે કે એ શું કરે છે એની કોઈને ખબર પડવાં ન દે. માયાવીઓ સતત બીજાંને રમાડવાનો, છેતરવાનાં જ વિચારો કરતો. હોય સીધુ જુઠુ બોલવું એ મૃષાવાદ બીજુ પાપ સ્થાનક. માયાવીને જેટલો અસત્યનો આશરો લેવો પડે, એટલો બીજા કોઇને લેવો ન પડે. એટલે જ માયા મૃષાવાદ એ સત્તરમું સ્વતંત્ર પાપસ્થાનક છે. માયાપૂર્વક જૂઠું બોલવું તે જ માયા - મૃષાવાદ - જ્યારે માયા પોતે પણ આઠમું પાપસ્થાનક છે.

માયા સુંવાળી છે. ગમી જાય તેવી છે, જલ્દી ન દેખાય તેવી છે. માટે જ તેનાથી ખૂબ જ સાવચેત રહેવું. માયા સ્વયં પણ ન ઓળખાય, અને માયા સાથે રહેલા માયાને આશરે રહેલાં ક્રોધ, માન અને લોભને પણ ન ઓળખવાં દે. સીધા માણસોનો જમાનો નથી. આવાં માયાવીઓ પાછાં કહે, આ જમાનામાં થોડું ઘણું તો આઘું પાછું કરવું જ પડે.

સીધી આંગળીએ ઘી ન નીકળે તો આડી આંગળીએ પણ ઘી કાઢવું પડે. આવા માયાવીઓને દાન આપવાનો વારો આવે તો કહે કે, ''અમારે બધે જ ઊભાં રહેવાનું હોય.'' બધે આવી વાત કરીને, બંદો ક્યાંય ઉભો ન રહે અને દાન ન કરે. કોઈનાં ઉપર ક્રોધ કરે અને પછી કહે કે મને તારાં ઉપર લાગણી છે એટલે તો કહું છું, એમ કહીને માયાનું કવચ ચઢાવે. ગુરુ સામે પણ ક્રોધ કરે, છતાં કહે કે મારો અવાજ કુદરતી જ મોટો છે.

મિથ્યાત્વની સાથે માયા ભળે એટલે દોષો કર્તવ્ય લાગે, અને માયા દોષોને ઢાંકવાનું કામ કરે, જેમકે ભલે કોઈને ડંખ ન મારીએ, પણ ફૂંફાડો તો મારવો જ જોઈએ. કરે અભિમાન પછી કહે શું માન ન હોય પણ સ્વમાન તો હોવું જ જોઈએ. ટાર્ગેટ તો ઉંચો જ હોવો જોઈએ. આવાં બધાં ઉદ્‌ગારો નીકળવાં માંડે.

તમામ દોષોને મજબૂત ટેકો આપનાર જો કોઈ હોય તો આ માયાધ્યાન. અનાચારી હોવાં છતાં સમાજમાં સદાચારી તરીકે ઓળખાવવું હોય તો માયાનો સહારો લેવો પડે. કંજૂસ હોવાં છતાં પાવલી વાપરીને રૂપિયો દેખાડવો હોય તો માયાનો સહારો લેવો પડે. સારાં ન હોવાં છતાં સારાં દેખાવું હોય તો માયા કરવી પડે. સારા બન્યા વગર સારા દેખાવા માટે પૈસાની જરૂર પડે. સારા બનવા માટે પૈસાની જરૂર ન પડે.

માયા ક્યાં સુધી ઘુસી ગઈ છે. જેમકે માયાનાં અનેક રૂપો છે. ધોળા વાળને કાળાં બનાવવાં તે પણ માયા, લાલીમા ન હોય છતાં લીપસ્ટીક લગાવીને લાલીમા બતાવવી, તે પણ માયા, હાઈટ ઓછી હોય અને હીલ વાળાં સેન્ડલ, બૂટ પહેરવાં તે પણ માયા, હોય કાંઈ નહિ અને ઠઠારો કરીને આડંબર કરે તે પણ માયા, ટૂંકમાં જેવાં છીએ

તેવાં ઉઘાડાં પડી ન જઈએ તે માટેનાં પ્રયત્નો તે માયા. માયા કરવાં એકવાર જૂઠું બોલ્યાં પછી એને સાચું કરવાં સો જૂઠ પણ બોલવાં પડે. આમ એક માયાને ઢાંકવાં નવી માયા કરવી પડે. આમ માયાની પરંપરા ચાલ્યાં જ કરે. કલિકાલસર્વજ્ઞે માયાનો પરિચય આપતાં કહ્યું છે કે માયા અસત્યની માતા છે. માયા અસત્યને જન્મ પણ આપે છે અને તેનું પાલન-પોષણ પણ કરે છે. એટલાન્ટામાં એક જ્ઞાની માણસે, (દિગંબર હતા) પણ કહ્યું કે માયા વિષે ઘણું વાંચ્યું પણ આ વાતે ખૂબ અસર કરી. ખરેખર અસત્યમાંથી માયા જન્મે છે. સદાચારને મૂળમાંથી ઉખેડી નાંખે છે મિથ્યાજ્ઞાનનું વતન છે, દુર્ગતિનું કારણ છે. માયાવી ભલે એમ માને કે હું બીજાને મૂર્ખ બનાવું છું, પણ ખરેખર એ આત્માનું અહિત કરીને પોતે જ મૂર્ખ બને છે. આજે સગા ભાઈઓ, સ્વજનો, મિત્રો, આ બધાં એકબીજાં પ્રત્યે ન હોય તેવાં લાગણી વગેરેનાં દેખાવ કરે એ પણ માયા જ છે. માયાનાં કારણે મલ્લિનાથ ભગવાનને તીર્થંકરનાં ભવમાં પણ સ્ત્રીનો દેહ ધરવો પડ્યો.

આવી માયાને જીતવાં માટે સરળતાં જોઈએ. શાસ્ત્રકારો કહે છે કે સરળતા ગુણ કોઈ ભાગ્યશાળી આત્માને જ પ્રાપ્ત થાય છે. બીજાં બધા ગુણ કરતાં સરળતાનો ગુણ મેળવવો ઘણો જ કઠીન છે. **માયા કૃત્રિમ અને અવગુણ છે. સરળતા નૈસર્ગિક અને ગુણ છે.** બાળક જેવાં સરળ બનવું તે મોટામાં મોટી સાધના છે. આપણે સાધના કરીએ છીએ. સાધ્ય જ ભૂલી ગયા છીએ - પ્રતિક્રમણ કરીએ પણ પાપ ઘટાડતા નથી. ગૌતમ ગણધર પ્રભુ વીર પાસે બાળક જેવાં સરળ રહેતાં હતાં. માયાવીના જીવનમાં સાચી આલોચના પણ શક્ય બનતી નથી.

અષાઢાભૂતિ મુનિ અગર જો માયાને શરણે ન ગયાં હોત તો એમનાં જીવનમાં પતનની ઘડીઓ આવી ન હોત.

અષાઢાભૂતિ મુનિનું દૃષ્ટાંતઃ- અષાઢાભૂતિ મુનિ ગોચરી વહોરવા ગયા ઉત્તમમોદક, જુદાં જૂદાં રૂપ કરી એટલે કે માયા કરી, વારંવાર લાડુ વહોર્યા. દીકરીનો બાપ રૂપ - પરાવર્તનની વિદ્યા આ મુનિમાં છે તે જોઈ ગયો. એટલે મુનિનું પતન કરવાની યોજના ચાલું કરી દીધી. છેવટે રજોહરણ મૂકીને નાટ્યકારનાં ઘરમાં રહેવાં ગયાં. પરંતુ હજુ ગુરુએ આપેલાં સંસ્કાર હતાં એટલે નટીઓ સાથે મોહ હોવાં છતાં શરત મૂકી.

આ ઘરમાં ક્યારે મદિરાપાન કે માંસાહાર થવો ન જોઈએ. નટીઓને લાગણી બંધાઈ ગઈ હતી, એટલે શરત મંજૂર રાખી. સાચી લાગણી તેને કહેવાય કે, જેનાં પ્રત્યે લાગણી હોય તેને ગમે તે જ કરવાનું મન થાય. જેમ જંબુકુમારે ૮ - ૮ પત્નીઓને આ જ કહ્યું હતું ને ? અને પત્નીઓ પણ હજુ આજે પરણીને આવી છે છતાં છેવટે એમ કહે છે કે સ્વામીનાથ હવે તમારો માર્ગ એ જ અમારો માર્ગ.

સ્વાર્થના સૌ કોઈ સગા છે. માતપિતા પરિવાર. બોલો આપણાં ઘરનાં સંસારમાં પણ આવો જ લાગણી - પ્રેમ છે ને ? આપણને હજી સંસારનું સ્વરૂપ સમજાયું જ નથી. સંસારનાં મોહ અને માયાની ભ્રમજાળમાં જ રહીએ છીએ ને. વચમાં એક સંન્યાસીની વાત કહી દઉં. એક યુવાને સંન્યાસીને કહ્યું કે મારી પત્નીને મારા પર એટલો બધો પ્રેમ છે કે મારાં વગર એક ક્ષણ પણ રહી ન શકે. સંન્યાસીએ કહ્યું કે, ભાઈ આ સંસારની આ જ માયા જાળ છે. સંસારમાં

કોઈ કોઈનું હોતું નથી. યુવાન ન માન્યો એટલે સંન્યાસીએ પારખું કરવાં પ્રયોગ બતાવ્યો. સંન્યાસી એ પ્રાણાયામ શીખવાડ્યા. ૨-૩ કલાક શ્વાસ રોકી શકાય છે. નક્કી કર્યા પ્રમાણે યુવાન, યુવતી એકલી હતી ત્યારે છાતીમાં સ્હેજ દુઃખાવો થાય છે એમપ્લાન પ્રમાણે યુવકે વાત કરી અને ૨, ૩ મિનીટમાં ધબાક કરતો પડ્યો. પેલાંએ પ્રાણાયામનો ખેલ ખેલીને શ્વાસ બંધ કરી દીધો. યુવતીએ ધબકારા જોયાં. છાતી પર હાથ મૂક્યો, પાકી ખાતરી થઈ કે આ મરી ગયો છે, હવે યુવતીએ ઘરનાં દરવાજા બંધ કરી દીધાં, દાગીના પૈસા ઠેકાણે મૂકી દીધાં. પછી વિચાર્યું કે એક બે દિવસ ભૂખ્યું રહેવું પડશે, એટલે ચોખ્ખા ઘીનો શીરો બનાવીને ખાઈ લીધો. હવે દરવાજા ખોલી, છાતી કૂટીને નાટક શરૂ કર્યું. પેલો યુવાન કાણી આંખે બધું જોઈ લેતો હતો. આમ વાત ઘણી આગળ વધી. ટૂંકમાં સંસાર આખો માયા જાળ છે. માતા-પિતા-પરિવાર સૌ કોઈ સ્વાર્થના સગા છે. એનો તેને અનુભવ કરી લીધો. આવો જ એક બીજો લૌકિક દાખલો પણ જોઈએ. એક યુવાન હતો, તેને પોતાના ઘર ઉપર ખૂબ પ્રેમહતો અને એમ માનતો હતો કે ઘરના સર્વે સભ્યોને પણ મારા પર ખૂબ પ્રેમ છે મારા માટે ઘરનો કોઈ પણ સભ્ય પોતાના પ્રાણ ન્યોછાવર કરે તેવું યુવાન માનતો હતો. એવામાં તેને એક સંન્યાસી મળ્યા. સંન્યાસીને આ યુવાને વાત કરી કે ઘરના તમામ સભ્યોને મારા માટે ખૂબ પ્રેમ છે. પેલા સંન્યાસીએ કહ્યું કે આ બધી જગતની માયા છે. યુવાન ન માન્યો. સંન્યાસીએ પારખું બતાવવા તેને એક યોજના સમજાવી તે યોજનાં પ્રમાણે યુવાન માંદો પડ્યો. ઘરના માણસો ડોક્ટરો વૈદ્યો બધાને બોલાવી લાવ્યા. પણ યુવાનની તબિયત સુધરતી ન હતી. ઘરના

માણસો થાક્યા. એવામાં એક સંન્યાસી (પેલી યોજનાવાળા) ઘરની બહારથી પસાર થતા હતા. ડૂબેલો માણસ તરણું પકડે તેમ ઘરના માણસો સંન્યાસીને ઘરે બોલાવી લાવ્યા અને સંન્યાસીને યુવાનની માંદગીની વાત કરી. સંન્યાસી કહે એક લોટો લાવો તેમાં પાણી ભરી દો અને હું મંત્રો બોલીને લોટો ફેરવીશ એટલે યુવાન સાજો થશે. પણ કોઈકે તે લોટાનું પાણી પીવું પડશે, યુવાન સાજો થશે પણ જે તેને સાજો કરવા આ લોટાનું પાણી પીશે તે માંદો પડશે. હવે તેની પત્નીને પાણી પીવાની વાત કરી તે કહે કે મારે હજી આપણા છોકરાઓને મોટા કરવાના છે. યુવાનની માતાને કીધું તો માતા કહે મારે હજી જાત્રાઓ કરવાની બાકી છે એમ ઘરના દરેક સભ્યો બહાનું બતાવવા માંડ્યા. છેવટે (બાવાએ) સંન્યાસીએ પાણી પી લીધું અને ઘરમાંથી નીકળી ગયા. પેલો યુવાન પણ હવે યોજના પ્રમાણે ઉભો થઈ ગયો પરંતુ તેને તેના ઘરનો પ્રેમ કેવો છે તે જોઈ લીધું. સંસારના સ્વરૂપની ખબર પડી ગઈ. દરિયામાં પડેલાંને દરિયાનું સ્વરૂપ ન સમજાય. દરિયા કિનારે ઉભેલાંને જ દરિયાનું સ્વરૂપ દેખાય. એટલે તમારાં વગર નહીં જીવી શકું, એવી લાગણીમાં આપણે તણાઈ જવાની જરૂર નથી. **બધાં વગર બધાં મજેથી જીવે છે.**

આખું અર્થશાસ્ત્ર પણ માયાચાર પર નભે છે. તમે માલ વેચવાની જાહેરાતો જૂઓ તો ખબર પડી જાય.

આખું કામશાસ્ત્ર પણ માયાચાર પર નભે છે. એક રીતે જોઈએ તો દુનિયાની બધી જ શાખાનાં શાસ્ત્રો અર્થશાસ્ત્ર અને કામશાસ્ત્ર પર નભે છે, એટલે કે દુનિયાની બધી જ શાખાઓ માયા ધ્યાન પર નભે

છે એમ કહી શકાય. એક માત્ર સર્વજ્ઞ વીતરાગે કહેલાં ધર્મશાસ્ત્રમાં જ માયા નથી. આપણે માયાથી ધર્મ કરીએ એ આપણો વાંક છે, બાકી મોક્ષે જવાનો ટૂંકો માર્ગ એટલે ''માયાનો ત્યાગ અને સરળતાનો સ્વીકાર જ છે.'' જેને તરવું જ છે, તે કોઈપણ નિમિત્તથી તરી જાય છે. જેને તરવું જ નથી એવા જીવને ખુદ ભગવાન પણ તારી શકતા નથી.

જેના જીવનમાં આ સરળતા આવી જાય તે મોક્ષે જવાના પગથીયાં સડસડાટ ચઢી શકે છે. દા.ત. પ્રાણલાલ સુંદરલાલ કાપડીયા એટલે કે પછીથી દીક્ષા લઈને પુણ્યદર્શન વિજયજી મુનિ બન્યાં. સરળ જીવન જીવી અદ્ભૂત સાધના - ૭૨ વર્ષની ઉંમરે દીક્ષા લઈને કરી, માટે માયાનો ત્યાગ કરો. દુન્યવી દૃષ્ટિએ સફળતા દેખાય, તો પણ આત્માનું કલ્યાણ કરવાં માયાનો ત્યાગ કરો.

પૂ. શ્રી ઉદયરત્ન કવિએ માયાનું વર્ણન નીચેની સજ્ઝાયમાં સરસ રીતે સમજાવેલ છે.

માયાની સજ્ઝાય

સમકિતનું મૂળ જાણીએજી, સત્ય વચન સાક્ષાત્;
સાચામાં સમકિત વસે જી, માયામાં મિથ્યાત્વ રે,
પ્રાણી ! મ કરીશ માયા લગાર. ૧

મુખ મીઠો જૂઠો મને જી, કૂડ કપટનો રે કોટ;
જીભે તો જીજી કરે જી, ચિત્તમાં તાકે ચોટ રે. પ્રા૦ ૨

આપ ગરજે આઘો પડે જી, પણ ન ધરે વિશ્વાસ;
મનશું રાખે આંતરો જી; એ માયાનો પાસ રે. પ્રા૦ ૩

જેહશું બાંધે પ્રીતડીજી, તેહ શું રહે પ્રતિકૂળ;
મેલ ન છંડે મન તણો જી, એ માયાનું મૂળ રે. પ્રા૦ ૪

તપ કીધો માયા કરી જી, મિત્રશું રાખ્યો રે ભેદ;
મલ્લિ જિનેશ્વર જાણજો જી, તો પામ્યા સ્ત્રીવેદ રે. પ્રા૦ ૫

ઉદયરત્ન કહે સાંભળો જી, મૂકો માયાની બુદ્ધ;
મુક્તિપુરી જાવા તણો જી, એ મારગ છે શુદ્ધ રે. પ્રા૦ ૬

લોભધ્યાન

હિત શિક્ષા

આજે આકાશ જેટલી અનંત ઈચ્છાઓ રાખી માણસ ક્યાંય અટકતો નથી માટે તે પોતાના પરિવાર સાથે, પોતાના શરીર સાથે કે પોતાના આત્મા સાથે ચિંતન કરી શક્તો નથી ખરેખર લોભ એ પાપનો બાપ છે. આત્માનું નિકંદન આ લોભ જ કાઢે છે.

અને હવે તો ધર્મમાં પણ લોભ વણાઈ ગયો છે. આ ખતરનાક છે જે ધર્મ કરીને સંસારને કાપવાનો છે છતાં લોભ ઉમેરાવાથી ધર્મ કરીને પણ સંસાર વધારે છે. લોભ આપણને પરાધીન બનાવે છે. ભગવાન મહાવીર લોભને જીતવા અપરિગ્રહનો સિદ્ધાંત બતાવીને ગયા છે. માટે હે જીવ દરેક વસ્તુની મર્યાદા નક્કી કર.

લોભધ્યાન

લોભધ્યાન

લોભ :

એક માણસને દૂધપાક ખૂબ ભાવે છે. પરંતુ તે દૂધપાકનો ઉપયોગ-ભોગ કેટલા વાટકા કરશે ? એક-બે-પાંચ પણ તે ક્યાંક અટકશે. કારણ કે ભોગ એ શરીર કેન્દ્રિત છે.

જ્યારે લોભ મન કેન્દ્રિત હોવાથી માણસ ક્યાંય અટકવા તૈયાર નથી.

ભારતના ભૂતપૂર્વ રાષ્ટ્રપતિ ડૉ. અબ્દુલ કલામ એકવાર કટાક્ષમાં તેમના પ્રવચનમાં બોલ્યા હતા કે માણસ ખાધા-પીધા વગર દસ-પંદર દિવસ ખેંચી શકે, હવા વગર પણ કેટલીક મિનીટો ખેંચી કાઢે, પણ આશા વગર-ઈચ્છા વગર એટલે કે લોભ વગર એક મિનીટ પણ છોડવા માંગતો નથી.

કવિ નાનાલાલ પણ કહે છે કે, આશા એ છે મધુર-કડવો અંશ જે જિંદગીનો...

ઈચ્છા બોલો, આશા બોલો, અપેક્ષા બોલો. આ બધાં લોભનાં જ પર્યાય છે. આ લોભધ્યાન નાનામાં નાનાં કીડી મંકોડાથી માંડીને મોટામાં મોટાં માણસ ઉપર સામ્રાજ્ય ચલાવે છે, એટલે કે એકેન્દ્રિયથી પંચેન્દ્રિય સુધી, નરકથી દેવલોક સુધી, પહેલાંથી ૧૦મા ગુણસ્થાનક સુધી બધે જ લોભનું સામ્રાજ્ય છે. નાનું ટેણિયું હોય તોય એને મુઠ્ઠીમાં આવે એટલું એને લેવાં જોઈએ.

સમરાદિત્ય કેવળી ચરિત્રમાં લોભનું બ્યાન કર્યું છે કે એક વૃક્ષ પણ દૂર રહેલાં નિધાનને પોતાનાં તાબામાં લેવાં પોતાનાં મૂળિયાંને છેક ખજાના સુધી લાંબા કરે.

આજે તો બજારમાં જાવ અને જે જુઓ તે લેવાનું મન થાય, ન ખરીદી શકે તો હતાશા આવે અથવાં શેખચલ્લીનાં વિચારો ચાલું થાય. આજે શ્રીમંતોનાં જીવનમાં જે દૂષણો છે, જે કુસંસ્કારો છે, તે ઘણી વખત અતિશય પૈસો જ લાવતો હોય છે. પૈસો જેમ મેળવવો અઘરો છે, તેમ પૈસાને પચાવવો તેનાથી અઘરો છે. બેનોને ગમે તેટલી સાડીઓ દાગીના મળે છતાં મારી પાસે કાંઈ જ નથી એમ બોલ્યાં કરે. ધાર્મિક કે સામાજીક પ્રસંગોમાં પણ દાગીના કે કપડાં ઉપર જ નજર હોય, અને પછી એ લાવવાનું લોભધ્યાન શરૂ થઈ જાય, અને આમાંથી પતિ-પત્નીનાં ઝગડાં પણ શરૂ થઈ જાય. બધાં પાપ આ લોભ ઉપર જ નભે છે, માટે જ લોભને પાપનો બાપ કહ્યો છે.

નવે નવ પ્રકારનાં પરિગ્રહને વધારનારો અને સફળ બનાવનારો આ લોભ છે. લોભી હોય એ શ્રીમંત હોય કે ગરીબ પણ દુઃખી જ હોય. જ્યારે જેને સંતોષ છે, તે શ્રીમંત હોય કે ગરીબ પણ સુખી જ છે જેમકે ભરતચક્રવર્તી અને પુણીયો બન્ને સુખી કારણ કે સંતોષી હતા.

આજે ધર્મક્રિયા કરતી વખતે પણ માત્ર સંસારની જ લાલચ હોય તો તે પણ બરાબર નથી. ઘણા એવો બચાવ કરે છે કે એ નિમિત્તે પણ થોડો ઘણો ધર્મ કરે છે ને જો માત્ર શરૂઆત કરાવવા માટે આ અપવાદ

લઈને પછી લોભ કે લાલચ આપ્યા વિના સામાયિક કરવાનો હોય તો આ અપવાદ કામનો ગણાય બાકી તો આજે ધર્મમાં પણ લકી ડ્રોથી સામાયિકનાં આયોજનો થાય આ બધું પાયાથી જ ખોટું છે. ઉપાધ્યાય યશોવિજયજીએ પણ કહ્યું છે કે, જ્યાં ધર્મ પૈસાથી વેચાવાં લાગે ત્યાં પછી એ ધર્મ - ધર્મરૂપ ન રહે. એ પણ એક જાતનો વ્યાપાર બની જાય. એટલે ભગવાને ધર્મ ઉપદેશક માટે પણ કહ્યું છે કે, પહેલાં સંસારની અસારતા સમજાવો, વૈરાગ્ય પેદા કરાવો મુક્તિની મહાનતા સમજાવો, એની તાલાવેલી જગાવો, પછી સંસારથી છૂટવાં માટે અને મોક્ષને મેળવવા માટે ધર્મ સમજાવો અને શક્તિ મુજબ ધર્મ કરાવો. લોભ અને લાલચથી કદાચ થોડી ઘણી ધર્મક્રિયા થઈ જાય, પણ ધર્મ જ ઉડી જાય તેનું શું ? જેમ શિવાજી બોલ્યાં હતાં કે, ''ગઢ આલા પણ સિંહ ગેલા । કોઈને સંસારનાં સર્જન માટે જ્ઞાન આપવું તે પણ ભગવાનનાં શાસનનો અપરાધ છે. આજે ઘણાં લોકો મહૂડી અને નાકોડાજી દોડે છે અને એ પણ સંસારની ઇચ્છાઓ પૂરી કરવા માટે... સંસારની ઇચ્છાથી ધર્મ કરો તો પુણ્ય મળે પણ એનાથી દુન્યવી સામગ્રીમાં આસક્તિ થાય તેવી મળે અને એ આપણને પછાડે જેમકે બ્રહ્મદત્ત ચક્રવર્તી અગાઉના

ભવમાં સંભૂતિવિજય હતા, નિર્મળ ચારિત્ર્ય પાળ્યું પણ બદલામાં ચક્રવર્તીપણું માંગ્યું. સાધના સુંદર હતી પણ વૃત્તિઓ મલિન હતી. સાધનાથી ચક્રવર્તીપણું મળ્યું. પરંતુ મરીને સાતમી નરકે ગયાં. આ સાધનાને વેચી તેનું ફળ હતું.

જૈનશાસનમાં સાધના નાની હોય કે મોટી હોય એટલે કે નવકારસી હોય કે માસક્ષમણનું તપ હોય તેનું ફળ તો મોક્ષ જ છે પણ જો આપણે આની સામે દુન્યવી ફળ માંગીએ તો મહાન વસ્તુને આપણે ક્ષુદ્ર બનાવીએ છીએ કારણકે પરમાત્માની આજ્ઞા લોપવી તે મહાપાપ છે. યોગસાર ગ્રંથરત્નમાં કહ્યું છે કે જેટલી જિનાજ્ઞા આરાધો એટલું સુખ મળે અને જિનાજ્ઞા વિરાધો એટલું દુઃખ મળે.

ધર્મક્રિયા બહારથી થતી હોય પણ અંદર ખાને મનમાં આશય જૂદો હોય તો ક્યારેક બહારથી ધર્મધ્યાન દેખાય પણ અંદર ખાને રૌદ્ર ધ્યાન પણ ચાલું હોઈ શકે.

આમ ઘણીવાર સાધનામાં દિશાનું મહત્વ વધારે હોય છે. એકની એક ક્રિયાને તમે કયા રંગોથી રંગો છો તે જ મહત્વનું છે. ગાડી એક છે પણ તેનું સ્ટીયરીંગ જે દિશામાં ફેરવશો, તે દિશામાં ગાડી તમને લઈ જશે. જેમકે એક મોટો ભાઈ રસોઈયાને સૂચના આપે છે કે દૂધનો ગ્લાસ ઢાંકી દો નહીં તો જીવજંતુ અંદર પડશેતો બિચારુ મરી જશે. જીવદયાનું પાલન કરવાની દિશાથી આવી સૂચના આપે છે.

જ્યારે નાનો ભાઈ રસોઈયાને સૂચના એ જ આપે છે કે દૂધનો મારો

ગ્લાસ ઢાંકી દો કારણ કે દૂધ ઠંડુ થઈ જશે તો પીવાની મઝા નહીં આવે.

અહીંયા બન્ને ભાઈઓની સૂચના એક જ છે પરંતુ મોટોભાઈ જીવદયાની દિશાને કારણે કર્મનિર્જરા કરે છે જ્યારે નાના ભાઈને દૂધ ગરમ પીવાની મઝા આવે છે. આ હેતુને કારણે કર્મ બંધ કરે છે.

આવી જ રીતે બીજો દાખલો જોઈએ એક શ્રાવિકા ઘર સાફ રાખે છે અને દિશા એ છે કે સાફ ઘરને કારણે જીવોત્પત્તિ ઓછી થાય તેથી હિંસા ઓછી થાય. જ્યારે બીજી સ્ત્રી ઘરને સાફ રાખે છે. પણ લોકોને દેખાડવા કે જુઓ ઘર સાફ આમ રખાય ? પોતાનો વટ પડે માટે ઘર સાફ રાખે છે. અહીંયા પણ કામએક જ પ્રકારનું છે છતાં એક શ્રાવિકા કર્મ નિર્જરા કરે છે જ્યારે બીજી કર્મ બંધ કરે છે.

અત્યારે કોઈ વ્યક્તિ ઉપધાન કે વર્ષીતપ કે આયંબીલની ઓળી કરે પણ મનમાં દિશા એ રાખે કે શરીર સુડોળ બની જશે. તો આ હેતુ બરોબર નથી.

પ્રભુને, ગુરુને ખમાસમણ આપીશું તે વખતે જો ભાવ એ હોય કે ઢીંચણ છૂટા થઈ જશે તો આ દિશા બરોબર નથી.

આમ આપણો હેતુ આપણી સાધનાને દિશા આપે છે. જો સાચી દિશા આપશો તો સદ્‌ગતિ અને છેવટે મુક્તિ અપાવશે અને ખોટી દિશા આપશો તો દુર્ગતિ અને દુઃખ આપશે. પરમાત્માનો મહાન ઉપકાર છે, કે આપણાં આત્માનાં હિત માટે ધ્યાન માર્ગ બતાવ્યો છે.

જૈનશાસનનું ધ્યાન એવું નથી કે તેનાં માટે પદ્માસન, યોગાસન જેવાં આસનો કરવાં પડે. આ ધ્યાન એવું પણ નથી કે જેનાં માટે પહાડની ગુફામાં જંગલમાં કે નદીઓનાં કિનારે જવું પડે. આ ધ્યાન એવું નથી કે માત્ર સવારે કે સાંજે જ થઈ શકે, માત્ર સ્ત્રીઓ કે પુરુષો જ કરી શકે ? આ ધ્યાન કોઈ પણ વ્યક્તિ, કોઈ પણ સમયે, કોઈ પણ સ્થળે, કોઈપણ આસન મુદ્રામાં કરી શકે તેવું છે. માત્ર મન પર ચોકી રાખવાની છે, કે ૨૪ કલાક મારાં મનમાં શું ચાલે છે ? ૬૩ દુર્ધ્યાન પૈકીનું કયુ દુર્ધ્યાન ચાલે છે. આ ૬૩ દુર્ધ્યાન ન હોય એટલે સાચુ ધર્મધ્યાન આવે જ - મૈત્રીભાવ અને પ્રેમ આવે જ અને આ ધ્યાનથી સાચો આનંદ આવે. **વિજ્ઞાન, ધર્મને અનુસરે તો સોનાનો સુરજ ઉગે.**

આ દુર્ધ્યાનથી બચવાં જગતનાં જેટલાં પદાર્થો ઉપાદેય લાગે છે, તેનું માત્ર જ્ઞાન નહિ પણ વિજ્ઞાન કરો, એટલે કે બધું જ જૂઓ. માત્ર એક બે પાસા નહીં પણ બધાં જ પાસાનો સમજવાનો પ્રયત્ન કરો. એટલે અનર્થ કારિકા સમજાશે. દા.ત. ટી.વી. એટલે એનાથી છૂટવાનો પ્રયત્ન થશે. દુર્ધ્યાન ટળશે. પુરુષાર્થ કરશો તો દૂર ભાગવાનું પણ મન થશે. જ્ઞાનીઓ એટલે જ કહે છે કે ભવ-સ્વરૂપનાં વિજ્ઞાનથી સંસાર પર દ્વેષ પેદા કરો.

સાપ ગમે તેટલો સુંવાળો હોય, લીસો હોય, બાળક લીસા સાપને રમાડવાં જાય લીસો હોય તો તેને બહુ ગમે, પણ માની નજરમાં આવે એટલે એને સાપનું વિજ્ઞાન છે એટલે દોડતી બાળકને ત્યાંથી ખેંચી લાવે.

એમ આપણને પણ પદાર્થનાં અમુક જ પાસાઓનું જ્ઞાન છે પણ તેનું વિજ્ઞાન નથી એટલે ધન - સંપત્તિ ભેગી કરવાનું મન થાય છે, અને આવું મન એ લોભધ્યાન છે. જ્યાં સુધી જગતનો કોઈ પણ પદાર્થ ઉપાદેય લાગશે ત્યાં સુધી લોભ ધ્યાન બહું સરળતાથી આવી જવાનું. સાધુને પણ નિમિત્ત વશ આવી જ રીતે ક્યારેક લોભ- ધ્યાન આવી જાય છે, જેમકે મહા તપસ્વી સાધુ સિંહ કેસરીયાં મોદક વહોરવાં ગયાં. તો આપણે કેટલું ધ્યાન રાખવું પડશે. આનાથી છૂટવા એક સૂત્ર આપું છું. **પરાધીનપણું બધું જ દુઃખરૂપ છે, અને સ્વાધીનપણું બધું જ સુખરૂપ છે.** બજારમાં જાવ અને જે આઇટમ જૂઓને તે આઇટમ લેવાનું મન થાય આ પરાધીનતા છે. **વસ્તુ વગર ચાલે તે સ્વાધીનતા છે,** જ્યારે આપણી પરિસ્થિતિ એવી છે કે કોઈનાં કપડાં જૂઓ, કોઈની ગાડી જૂઓ, કોઈનાં ઘરેણાં જૂઓ અને આપણને એ લેવાનું મન થાય એટલે આ બધાં વિચારો એ લોભ ધ્યાનનાં બીજ છે. આમાંથી લોભધ્યાન પ્રગટે અને આત્માને દુર્ગતિમાં લઈ જાય છે. આ દુર્ધ્યાનથી બચવાં અનિત્યાદિ બાર

ભાવનાઓથી હૃદયને ભાવિત કરો. આ લોભધ્યાનને કારણે ઘણાંએ દરેક તીર્થંકરમાં આર્હન્ત્યની જ્યોતિ એક સરખી હોવાં છતાં ભગવાનમાંય ભેદ પાડ્યાં. જેમની બાજુમાં દેરાસર હોય ત્યાં ન જાય પરંતુ ચૌદસની રાત્રે ખાતો ખાતો મહુડી દર્શન કરવાં જાય. પાછો તીર્થમાં અભક્ષ્ય ખાય. પૂજાની લાઈનમાં જાત - જાતની વાતો કરે. દાદાને ટપકું કરી રવાના થાય, ચૈત્યવંદન પણ ન કરે પાછું આ બધું પૌદ્‌ગલિક લાલસાં પોષવા માટે આ શું બતાવે છે ? લોભધ્યાન.

જેટલી જેટલી માંદગી આવે છે તે માંદગીનાં મૂળમાં પણ આ લોભ છે. ભર્તુહરિને પણ કહેવું પડ્યું કે ''ભોગે રોગ ભયં'' ભોગ કરવામાં રોગનો ભય રહેલો છે. ઇંદ્રિયો જેને જીતાણી એનાં શારીરિક રોગો જીતાયાં. અને કષાયો જેનાં જીતાયાં એનાં માનસિક રોગો જીતાયા. જોકે નિકાચીત કર્મનો ઉદય હોય તો વાત જૂદી છે. આ માટે આપણે ચક્રવર્તી એટલે છ ખંડનાં વિજેતા થવાનું છે. છ ખંડ એટલે પાંચ ઇંદ્રિયો અને છઠ્ઠું મન અને આ માટે ફરી પેલો મંત્ર આત્મસાત કરવો જરૂરી છે. એટલે કે **''મારે કાંઈ જોઈતું નથી અને મારો કોઈ શત્રુ નથી.''**

પૂ. ઉદયરત્નકવિએ લોભનું તાત્ત્વિક વર્ણન ખૂબ જ સરળ ભાષામાં નીચે મુજબની સજ્ઝાયમાં કરેલ છે.

લોભની સજઝાય

તુમે લક્ષણ જો જો લોભનાં રે, લોભે મુનિજન પામે ક્ષોભના રે,
લોભે ડાહ્યા મન ડોલ્યાં કરે રે, લોભે દુર્ધર પંથે સંચરે. તુમે૦ ૧

તજે લોભ તેહનાં લેઉં ભામણાં રે, વળી પાય નમીને કરું ખામણાં રે,
લોભે મરજાદા ન રહે કેહની રે, તુમે સંગત મેલો તેહની રે. તુમે૦ ૨

લોભે ઘર મેલી રણમાં મરે રે, લોભે ઉંચ તે નીચું આચરે રે,
લોભે પાપ ભણી પગલાં ભરે રે,
લોભે અકારજ કરતાં ન ઓસરે રે. તુમે૦૩

લોભે મનડું ન રહે નિર્મળું, લોભે સગપણ નાસે વેગળું રે,
લોભે ન રહે પ્રીતિ ને પાવઠું રે, લોભે ધન મળે બહુ એકઠું રે. તુમે૦૪

લોભે પુત્ર પ્રત્યે પિતા હણે રે, લોભે હત્યા પાતક નવિ ગણે રે,
તે તો દામ તણે લોભે કરી રે, ઉપર મણિધર થાય તે મરી રે. તુમે૦૫

જોતાં લોભનો થોભ દિસે નહીં રે, એવું સૂત્ર સિદ્ધાંતે કહ્યું સહી રે,
લોભે ચક્રી સુભૂમ નામે જુઓ રે, તે તો સમુદ્રમાંહે ડુબી મુઓ રે. તુમે૦૬

એમ જાણીને લોભને છાંડજો રે, એક ધર્મશું મમતા માંડજો રે,
કવિ ઉદયરત્ન ભાખે મુદા રે, વંદુ લોભ તજે તેહને સદા રે. તુમે૦ ૭

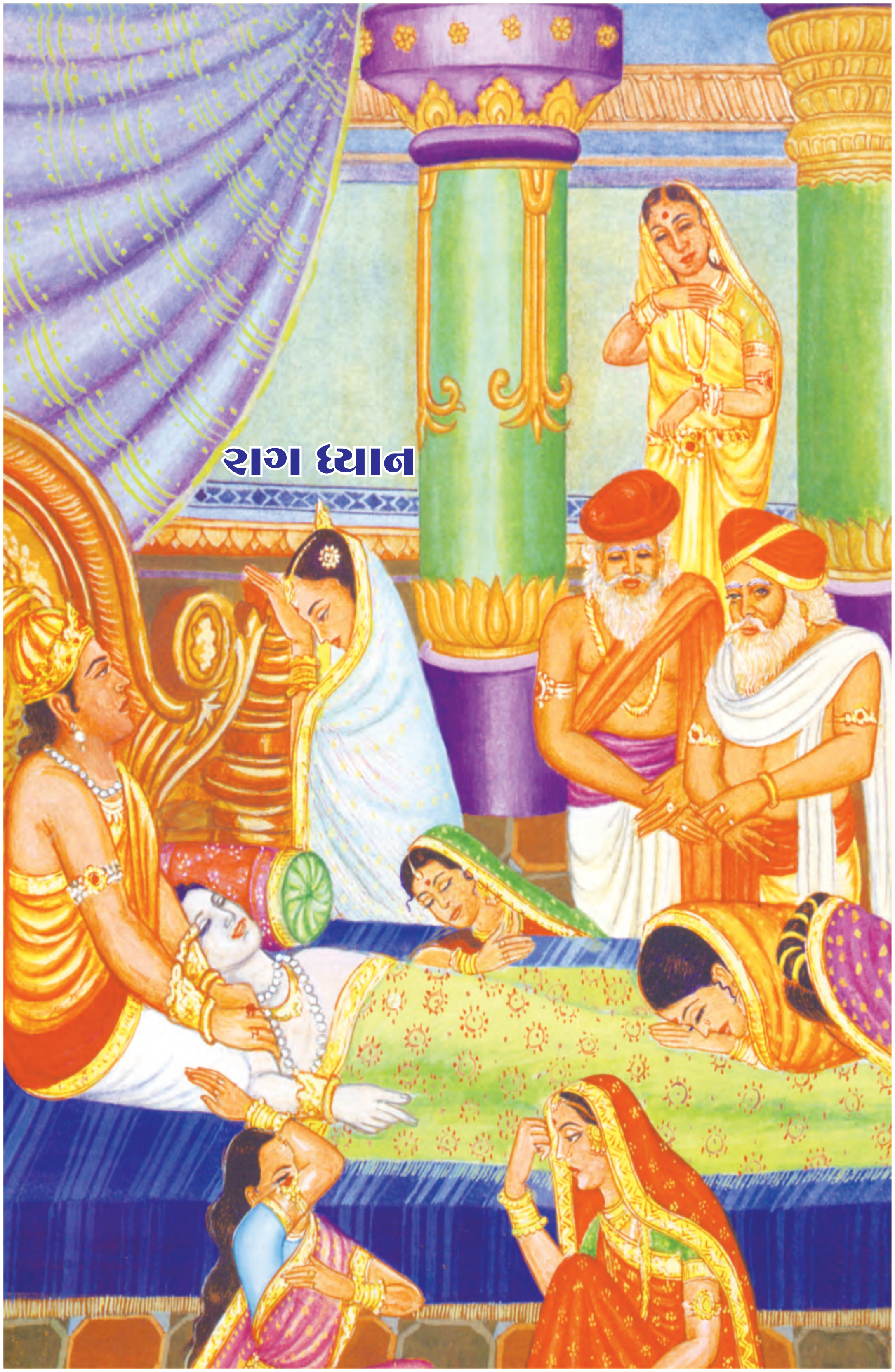
રાગ ધ્યાન

હિત શિક્ષા

દુનિયામાં કોઈ કોઈનું ક્યારેય થયું નથી ? તો આટલી બધી મમતા - આસક્તિ શા માટે કરવી ? રાગ કરી કરીને આપણે તો દુઃખી થવાનું આવે છે. મારું મારું કરીને જ આપણે મરી ગયા. માટે હે જીવ ! જિંદગીમાંથી કામરાગ-સ્નેહરાગ અને દ્રષ્ટિરાગ કાઢ. અત્યારે મિથ્યામતનું પ્રવર્તન એટલે જિનાજ્ઞાથી વિરુદ્ધ પોતાને સાચુ લાગે તે પ્રમાણે ચર્ચાઓ કરી એમાં અડગ રહી આત્માનું અહિત કરે છે. માટે તમારા વ્યક્તિગત વિચારો છોડો- શાસ્ત્ર જે કહે છે તે જ બોલો. આજે ઘણા કહે છે દેવદ્રવ્યની આટલી મોટી રકમો છે તો ગરીબ લોકોને સુવિધા આપો. આવી આપણા મતની વાતો કરવી નહીં

અનુકુળતાનો રાગ એ સરવાળે કામરાગ છે માટે અનુકૂળતા જ જોઈએ, પ્રતિકુળતા ન જ જોઈએ આવો ભાવ ન રાખતા છેવટે જે હોય તે ચાલશે આવી મનોવૃત્તિ કેળવવી જોઈએ.

ગૌતમસ્વામી જેવા ગણધરને મહાવીરસ્વામી પ્રત્યે પ્રશસ્ત સ્નેહ હતો ત્યાં સુધી કેવળજ્ઞાન ન થયું તો આપણા જેવાના અપ્રશસ્ત સ્નેહ રાગ કરી કરીને આપણું શું થશે ? એ વિચારવા જેવું છે.


રાગ ધ્યાન

રાગ ધ્યાન

રાગ અને દ્વેષનો ઉપશમ એ સાધના છે રાગ અને દ્વેષનો ક્ષય એ સાધ્ય છે.

માત્ર શ્રોતા નથી બનવું, સાધક બનવું છે, જે સાંભળીએ તે સાધના કરવા માટે એટલે કે સાંભળીને સમજવાનો પ્રયત્ન કરવો, સમજીને જીવનમાં અપનાવવાનો પ્રયત્ન કરવો આ માટે પહેલા મન પર ચોકી કરવી અત્યંત જરૂરી છે.

આપણે સંસારને અસાર માનતા નથી. વૈરાગ્ય ન હોય એટલે ક્યાં તો રાગ હોય, ક્યાં તો દ્વેષ હોય આ બન્નેમાં આપણે સળગીને દુઃખી થવાનું.

મહારાજા કુમારપાળને જંગલમાં થયેલા અનુભવ મુજબ જંગલમાં એક ઉંદર જોયો, જે સોનામહોરો ગોઠવીને નૃત્ય કરતો હતો તિર્યંચમાં પણ આવો રાગ હોય છે.

ઘરમાં દેખાતી ગરોળી પણ બની શકે કે કોઈ આપણું જ સ્વજન ઘરમાં રાગ કરીને મરી ગયા પછી, આ ભવમાં રાગને કારણે આ જ ઘરમાં ગરોળી તરીકે ઉત્પન્ન થઈ હોય.

દુનિયામાં કોઈ કોઈનું ક્યારેય થયું નથી. તો રાગ કે મમતા કે આસક્તિ શાની ?

રાગના આઠ સ્વરૂપ બતાવી શકાય - (૧) ઇચ્છા, (૨) મૂર્છા, (૩) કામ, (૪) સ્નેહ, (૫) ગાર્ધ્ય, (૬) મમતા, (૭) અભિનન્દન, (૮) અભિલાષા.

આમ દ્વેષના પણ આઠ સ્વરૂપ બતાવી શકાય : (૧) ઈર્ષા, (૨) રોષ, (૩) દોષ, (૪) પરિવાદ, (૫) મત્સર, (૬) અસૂયા, (૭) વેર, (૮) પ્રચંડતા.

રાગ એટલે શું ? કોઈપણ વ્યક્તિ, વસ્તુ કે વાતાવરણ પ્રત્યે લગાવ, રૂચિ, આસક્તિ, રતિ, ગમો, લાગણી, બંધનનો ભાવ, આત્મીયતા, ખેંચાણ, ઢાળ એ રાગ છે. આ રાગનાં કામ-રાગ સ્નેહ રાગ અને દૃષ્ટિ રાગ એમ૩ પ્રકાર છે.

(૧) કામરાગ - કામભોગની લાગણીથી ઉત્પન્ન થતો રાગ.

(૨) સ્નેહરાગ - સ્નેહનાં રાગથી પેદા થતો રાગ.

(૩) દૃષ્ટિ-રાગ - એટલે મિથ્યા માન્યતા, મિથ્યા-મત ઉપરનો રાગ.

કલિકાલસર્વજ્ઞ શ્રી હેમચંદ્રસૂરીશ્વરજી મહારાજાએ કહ્યું છે કે કામ-રાગ અને સ્નેહ-રાગને દૂર કરવાં હજુ સહેલાં છે પરંતુ દૃષ્ટિરાગ તો સંતોને માટે પણ દૂર કરવો અઘરો છે. બાહ્યદૃષ્ટિએ સારાં દેખાતાં હોવાં છતાં પણ પોતાની સારી છાપનો ઉપયોગ કરીને દૃષ્ટિ-રાગવાળાં અનેક જીવોને ઉન્માર્ગે લઈ જઈને એમની જીંદગી ખુવાર કરે એવું

બની શકે. વ્યક્તિ પ્રત્યેનો રાગ એ સ્નેહરાગ છે અને વ્યક્તિમાં રહેલી ખોટી માન્યતા પ્રત્યેનો રાગ એ દૃષ્ટિરાગ છે. જેમકે પત્નીને રાજી રાખવાં પતિ પત્નીની સાથે દેરાસર આવે પણ પતિ મિથ્યામતિ હોવાથી દેવ-ગુરુની કોઈ વાત એને ન ગમે. દા.ત. શ્રેણિક રાજાનો દાખલો : આ વખતે શ્રેણિક મહારાજા સમ્યક્દર્શન પામ્યાં ન હતાં. ચેલણા રાણી સાથે ચર્ચા થાય ત્યારે તત્ત્વ ચર્ચામાં ઘણીવાર શ્રેણિકરાજા પાસે જવાબ ન મળતો એટલે નક્કી કર્યું કે જૈનધર્મને ખોટો પુરવાર કરવો. **જ્યારે વ્યક્તિ તર્કબદ્ધ વાતનો ઉત્તર ન આપી શકે ત્યારે કષાયને આધીન બનીને સત્યને અસત્ય અને અસત્યને સત્ય પુરવાર કરવાં કોઈ પણ રસ્તો આદરી શકે છે.** અહીંયા પણ યોજના બનાવી. મહાદેવનાં મંદિરમાં જૈન મુનિને યોજના પ્રમાણે પૂરી અંદર વેશ્યાને ધકેલી મંદિરના બારણાં બંધ કરી દીધાં, પરંતુ એ ગીતાર્થ સાધુએ ઉત્સર્ગ અને અપવાદનો ઉપયોગ કરીને જૈનશાસનનું માલિન્ય નિવાર્યું. અહીંયા શ્રેણિક મહારાજાને જૈનધર્મને બદનામ કરવાનું ધ્યાન તે દૃષ્ટિરાગનું ધ્યાન હતું.

મિથ્યામતનું પ્રવર્તન કરવાં કે સન્માર્ગનું ખંડન કરવાં જેટલો અભ્યાસ કરાય, જેટલો ઉપદેશ અપાય, જેટલાં ગ્રંથો રચાય, તે સમયે એકાગ્ર બનેલી મનસ્થિતિ, દૃષ્ટિરાગ ધ્યાનમાં આવે. વીતરાગ પરમાત્મા એટલે કે સર્વજ્ઞ પ્રરૂપિત ધર્મથી વિપરીત, જેટલાં પણ

ધર્મો, દર્શનો છે, તેનાં પ્રત્યેનો રાગ એ દૃષ્ટિરાગ છે. આ દૃષ્ટિરાગ એ મોટામાં મોટું પાપ છે, જે આત્માનું ખૂબ જ અહિત કરે છે. જિનાજ્ઞાથી શુદ્ધ એવાં લોકો છે તેમને જ મહાજન જાણી તેમનાં સંઘમાં રહેવું. એકલો પણ શાસ્ત્રનીતિથી ચાલે તેને મહાજન કહેવાય. ગુરુનો નાતો તીર્થંકર સાથે છે. પાવર હાઉસ સાથે જે બોર્ડનું જોડાણ ન હોય તો એ.સી. કે હીટર ચાલે નહિ. જે ગુરુ તમને પોતાના બનાવવાના પ્રયત્ન કરે તે સુગુરુ નથી, પરંતુ તમને પરમાત્માનાં બનાવવાના પ્રયત્ન કરે તે સુગુરુ છે તે જ રીતે શાસ્ત્ર વચન મનાવવાનો આગ્રહ રાખે છે તે સુગુરુ છે.

મિથ્યા માન્યતાઓ પ્રત્યેનાં આકર્ષણને કારણે જે રાગ પેદા થાય તેમાં દૃષ્ટિરાગ પ્રધાનતા ભોગવે છે. અથવા પાંચેય પ્રકારનાં મિથ્યાત્વનાં કારણે થતો રાગ એ દૃષ્ટિરાગનું રૂપ ધારણ કરે છે. દર્શન-મોહનીય કર્મનાં ઉદયથી દૃષ્ટિરાગ થાય છે, જ્યારે ચારિત્ર્યમોહનીય કર્મનાં ઉદયથી જે રાગ પેદા થાય, તે કાં તો સ્નેહરાગ હોય, ક્યાંતો કામરાગ હોય, અગર તો બંને સાથે હોય. વ્યક્તિનાં વર્તમાન જીવન ઉપર ભૂતકાલીન જીવનોની અસર હોય છે, આર્યદેશમાં આને સંસ્કાર કહેવાય છે.

કામ-રાગ

જેમ દૃષ્ટિરાગ વિવેક દશાનો નાશ કરી માણસને અંધ જેવો

બનાવે છે, તેમ કામરાગ પણ માણસને અંધ જેવો બનાવે છે, તે સમજાવવાં શાસ્ત્રમાં સ્થૂલિભદ્રનો દાખલો આપ્યો છે. ૧૨-૧૨ વર્ષ સુધી સ્થૂલિભદ્રજી જન્મદાતા મા-બાપને છોડીને કોશાને ત્યાં રહ્યાં. રાજ્યનાં ષડયંત્રમાં પિતા શકટાલનું મૃત્યુ થયું, અને નાના ભાઈ શ્રિયક તેમને બોલાવવાં ગયાં. છતાં તેઓની આવવાની તૈયારી નહોતી. તેમનો કામરાગ કેવો તીવ્ર હશે ? કામરાગ કેટલો ભયંકર છે તે સમજાય છે ને ? કામ એટલે મોહજન્ય ભોગની ઈચ્છા અને એ ઈચ્છાને પોષવા પંપાળવાનો ભાવ એ કામરાગ - આવાં કામરાગ વાળાં જીવોને એકેએક ઇંદ્રિયોનાં વિષયોને માણવાની ઈચ્છા થતી હોય છે, અને એને પોષવાં પ્રવૃત્તિઓ કરતાં હોય છે, જેમકે વાળને સેટ કરવાં, કામને પોષવા વસ્ત્રો એ રીતે પહેરવાં. શરીરનું સૌષ્ઠવ જાળવવું. - મનમાં એક જ ભાવ હોવો કે હું કેવો લાગું છું ?

કામરાગનું પાત્ર દૂર થતાં જ થાય છે કે અમે સાથે ખાતાં હતાં, અમે સાથે ફરતાં હતાં, આમ એકેક વસ્તુ યાદ કરી કરીને રોવું એ પણ કામરાગનો પ્રકાર છે, જ્યારે એની સામે નરસિંહ મહેતાના પત્ની મરી ગયા, ત્યારે તેમને સ્વસ્થતાથી ગાયું કે, ભલું થયું ભાંગી ઝંજાળ, સુખે ભજશું શ્રીગોપાળ એમનો કામરાગ કે સ્નેહરાગ જો તીવ્ર હોત તો આવાં ઉદ્ગારો તેમનાં મોંમાથી ન નીકળ્યાં હોત.

રાગની તીવ્રતાને કારણે મનમાં કેટલાં ઘમસાણ ચાલે છે ? આજે તો કામરાગ પોષાય તેવાં સાધનો ઘરમાં જ ઠલવાઈ રહ્યાં છે.

દુનિયાની ગટરો ઘરમાં એવી ઠલવાઈ છે કે કોઈ ઘરનાં સભ્યને પવિત્ર રહેવું હોય તો પણ કપરું બની જાય ભૂતકાળમાં ઘરમાં ચિત્રપટો એવાં રખાય કે ધર્મભાવનાં વધે. જ્યારે આજે તો એવાં સાધનો (જેવાં કે ટી.વી.) વસાવ્યાં છે કે પવિત્રતા બચાવવી અઘરી પડી જાય.

એકેક ઇંદ્રિયોનાં જેટલાં વિષયો છે તે વિષયો પ્રત્યે આસક્તિ હોવી એ પણ સરવાળે કામરાગ જ છે. ઘરનાં ગાર્ડનમાં આવું જ થવું જોઈએ, પડદા આવાં જ હોવાં જોઈએ, કાર આવી જ હોવી જોઈએ. સ્પ્રે, કપડાં, જૂતાં, બેલ્ટ, ઘડિયાળ આવાં જ જોઈએ, આ બધો જ એક પ્રકારનો કામરાગ છે. મને તો મારી પત્નીની હાથની જ રસોઈ જોઈએ. આવો તીવ્ર પક્ષપાત એ પણ કામરાગ છે. આ મોહાંધ લોકોની દુનિયા છે. આ બધું જ કામરાગનું પરિણામ છે. હવે તો આ ભાવ ક્યાં સુધી પહોંચ્યો છે તે વિચારવા જેવું છે. ઘણાં આવીને કહે છે કે હમણાં પ્રતિષ્ઠા મહોત્સવ ઘણો સરસ થયો, એટલે મને અનુમોદનાનો ભાવ જાગે. એટલે મેં પૂછ્યું કે ''પ્રતિષ્ઠા મહોત્સવમાં શું વિશેષ હતું ? એટલે એમને જવાબ આપ્યો કે મહોત્સવમાં એકેક વ્યવસ્થાઓ અફલાતૂન હતી. જમવાની વ્યવસ્થા એકદમ સરસ હતી. એકેક આઇટમો ભૂલી ભૂલાય તેમ ન હોતી. જે રીતે બનાવી હતી અને જે રીતે પીરસી હતી તેનું વર્ણન શબ્દોમાં થાય એવું નથી. પછી મેં પૂછ્યું - કયા કયા ભગવાનની પ્રતિષ્ઠા થઈ ? પ્રવચનો કયા વિષયનાં હતાં ? એટલે ભાગ્યશાળીએ જવાબ આપ્યો કે એ બધો ખ્યાલ નથી.

આજે તીર્થયાત્રાએ જતાં પણ લોકો આવાં જ વિચારો કરે છે. ક્યાં સગવડતા સારી છે ? ત્યાં જઈને વાનગીઓ સારી, આગતા-સ્વાગતા સારી અને સગવડતા સારી એટલે મહોત્સવ સારો. આ પણ કામ-રાગનું જ પરિણામછે.

પતિ-પત્નીને એક બીજા પરનો રાગ તે કામરાગ, આ સ્થૂળ વ્યાખ્યા છે, બાકી પાંચેય ઈન્દ્રિયો અને તેનાં વિષયોનાં સાધન સામગ્રીનો રાગ તે કામરાગ, જ્યારે વ્યક્તિ કે વસ્તુ પ્રત્યેનો સ્નેહની, મમત્વની લાગણી હોય તે સ્નેહરાગ. કામભોગની વૃત્તિ વિનાનો રાગ તે સ્નેહરાગ. પરંતુ ભોગ વૃત્તિમાંથી પ્રગટે તે કામરાગ. આજે તો પરિવારજનો પ્રત્યે પણ સાચો સ્નેહરાગ ક્યાં છે ? આજે તો નર્યો સ્વાર્થરાગ છે. જેમકે પતિ-પત્ની એક સાથે જીવતાં હોય, દુનિયાને લાગે કે જાણે સારસ-સારસીનું જોડું છે, પરંતુ બેમાંથી એક જણનું મૃત્યુ થાય, પછી કેટલાંય લોકો તરત જ બીજી વાર પરણી જાય છે અને મજેથી જીવે છે. એટલે જ રાગાંધ જીવો, ધર્મ પાળવા માટે નિયમો કે પચકખાણ પણ લઈ શકતાં નથી. કામરાગને વશ થશો તો નિયમો નહીં પાળી શકો. પુત્ર કે પત્નીનાં નિમિત્તે આર્તધ્યાનની જેમ રૌદ્રધ્યાન પણ આવી શકે છે, એટલે કે સ્નેહરાગ કે કામ-રાગમાંથી રૌદ્રધ્યાનનાં પાયા ઉદ્‌ભવી શકે છે, જેમકે મારી પત્ની સામે જો કોઈ આંખ માંડશો તો હું તેની આંખ ફોડી નાંખીશ. હિંસાનુબંધિત, મૃષાનુબંધી

સ્તેહાનુબંધી અને વિષય-સંરક્ષણાનુબંધી આ ચારે રૌદ્રધ્યાનનાં પ્રકારોનાં મૂળમાં કામરાગ અને સ્નેહરાગ પણ છે. એનાંય મૂળમાં અનુકૂળતાનું અર્થીપણું અને પ્રતિકૂળતાનું દ્વેષીપણું છે.

આ કામ-રાગ કેવાં કેવાં ઉત્તમ આત્માઓને પીડતો હોય છે. તેનો એક દાખલો ભગવાન શ્રી યુગાદિનાથ આદીશ્વર છે. જ્યારે દેવલોકમાં લલિતાંગ નામે દેવ હતાં અને સ્વયંપ્રભા નામની તેમની દેવી હતી. દેવીનું આયુષ્ય પુરું થવાથી પ્રભુનો આત્મા લલિતાંગ દેવની વેદના, વ્યથા, રૂદન કેવાં હતાં એ બધું જ વર્ણન કલિકાલસર્વજ્ઞે ત્રિષષ્ઠી શલાકા પુરુષ ચરિત્રમાં કર્યું છે.

કામી માણસોને કામ ન મળે ત્યાં સુધીની જે ઉત્કંઠા હોય, કામ મળ્યાં પછીનો જે ઉન્માદ હોય અને કામનાં સાધનો ઝૂંટવાઈ જતાં જે વલોપાત હોય, તેનું બ્યાન ત્રિષષ્ઠી મહર્ષિએ ત્યાં આપ્યું છે. કામ પોતે અરૂપી છે છતાં એ જેને વળગે છે તેને પુરેપુરો આંધળો કરે છે. જેમકે, ત્રિપૃષ્ઠ - વાસુદેવમાં પિતાનો કામરાગ કેવો. ત્રિપૃષ્ઠનાં પિતા પ્રજાપતિને પોતાની જ દીકરીનું રૂપ જોઈને કામ પ્રગટ્યો. કામરાગ કેવાં અકાર્યો કરાવે છે તેનો પણ આ એક નમૂનો છે. આમ આવાં કામનાં વિચારો એ કામરાગનું પરિણામ છે. એનું ચિંતન, ભાવના, અનુપ્રેક્ષા અને ધ્યાન એ રાગધ્યાનમાં આવે છે. આ એક પ્રકારનું આર્તધ્યાન છે, અને આ રાગને માણતાં જે આડાં આવે તેને પતાવવાં

સુધીનાં વિચારો એ રૌદ્રધ્યાન છે. આ કામરાગને નાથવા વિજય શેઠ અને વિજય શેઠાણીનો દાખલો આપણે વિચારવા જેવો છે. એકે કૃષ્ણપક્ષનું બ્રહ્મચર્ય અને એકે શુક્લ પક્ષનું બ્રહ્મચર્ય જીંદગી ભર પાળ્યું.

સ્નેહ-રાગ : દીકરા-દીકરી, પૌત્રો ઉપરની લાગણી, તેનું ચિંતન એ સ્નેહરાગ છે. માને પૂછો કે દીકરાં દીકરીનાં ચહેરાં જોઈને કેવાં ખુશ થાય છે ? અહીંયા પ્રવચનમાં બેઠાં બેઠાં વિચાર કરે કે દીકરી જે જગ્યાએ રહે છે ત્યાં વ્યવસ્થા તો સારી હશેને ? અત્યારે એને ખાઈ લીધું હશેને ? આ બધો સ્નેહરાગ, મા-બાપ કે મિત્ર સ્વજન પ્રત્યેની પ્રેમભરી લાગણી તે સ્નેહ-રાગ. અહીંયા પ્રવચન પત્યાં પછી અમે પૂછીએ કે આ ભગવાનની વાતો ગમે છે ને ? એટલે મા કહે કે, બીજું બધું તો બરોબર પણ કોણ જાણે કેમ-ધર્મ કરતાં કરતાં પણ દીકરાં - દીકરી - પૌત્રો યાદ આવી જાય છે. આ જ સ્નેહ-રાગ, અને તેમાંથી પ્રગટેલું રાગધ્યાન કહેવાય. ઘણાં આરાધકો માળા ગણતાં - પણ દીકરાં દીકરી સાથે મનોમન વાત કરી લે.

ઘણાં ધર્મક્રિયા પણ પોતાની પત્ની સાથે જ કરવી છે એવો આગ્રહ રાખે છે. પણ શાસ્ત્રોમાં જે ક્રિયા સજોડે કરવાનું વિધાન છે તે સજોડે કરવાની તે સિવાય રાગને પોષવાં માટે બધી જ ક્રિયાઓ સજોડે કરવાની નથી, કારણ કે કામરાગ વિરતી પામવામાં નડતર રૂપ છે,

જ્યારે સ્નેહરાગ વીતરાગતાં અને કેવળજ્ઞાન પામવામાં નડતર રૂપ છે. ખૂદ ગૌતમસ્વામીને મહાવીર પરમાત્મા પર પ્રશસ્ત સ્નેહરાગ હતો, તો ત્યાં સુધી તેમને કેવળજ્ઞાન ન થયું. પૃથ્વીચંદ્ર અને ગુણસાગરને પણ સ્નેહરાગ નડતો હતો, ભવોભવ, છેવટે સ્નેહ-રાગને જીતી, સંયમની ઉત્તમ આરાધના કરી સર્વાર્થસિદ્ધ વિમાનમાં દેવ થયાં. ત્યાંથી મનુષ્ય રૂપે ઉત્પન્ન થયાં. યોગ્ય સમયે પૃથ્વીચંદ્ર રાજગાદી પર બેઠાં. તો ગુણસાગર લગ્નની ચોરીમાં કેવળજ્ઞાન પામ્યાં.

આ જ રીતે રામચંદ્રજી અને સીતાને અત્યંત સ્નેહરાગ હતો પરંતુ મહાસતી સીતાજીએ જ્યારે પોતાનાં કર્મોથી થતી પોતાની બેહાલી જોઈ સંસાર અસાર લાગ્યો ત્યારે સીતા સાધ્વીજી બન્યાં, અને એ જ રીતે રામનો લક્ષ્મણ સાથેનો સ્નેહરાગ તૂટ્યો અને રામે દીક્ષા લીધી અને મોક્ષે ગયાં.

દ્વેષ અને દ્વેષના અનુબંધો કરતાંય રાગ અને રાગનાં અનુબંધો વધારે ખરાબ છે. આદ્રકુમાર જેવાં પણ આ રાગનાં બંધનોને કારણે સંસારમાં રહી ગયાં.

વિરાગી થઈ જવાનાં કારણે અનાર્ય દેશનું આખું સૈન્ય જેમને બાંધી ન શક્યું તેમને રાગને કારણે કાચાં સૂતરનાં તાંતણાં બાંધી ગયાં. જન્માંતરમાં ય પરમ વિરક્તિથી પત્ની સાથે ચારિત્ર્યનો સ્વીકાર કર્યો

હતો પણ એક વાર સાધ્વી રૂપે પત્નીને જોતાં મનમાં સંસાર સંબંધી નબળો વિચાર આવ્યો, રાગનાં સંસ્કારો દ્રઢ બન્યાં, આ અતિચારની આલોચના કર્યા વિના કાળધર્મ પામ્યાં અને પરિણામે જ્યાં જૈન શાસન ન મળે તેવાં અનાર્ય દેશમાં જન્મ થયો. વિચાર કરો કે સ્નેહ રાગમાં મસ્ત બનેલાં આપણું શું થશે ? સ્નેહરાગ તો એટલો બધો ખરાબ છે કે માણસને ભાન ભૂલો બનાવી દે.

વાસ્તવિકતાઓ પણ સ્વીકારવાં ન દે. મહાભારતનું યુદ્ધ પૂર્ણ થયું, સો સો પુત્રોના મૃત્યુને ન જીરવી શકતાં મહારાજા ધૃતરાષ્ટ્ર અને મહારાણી ગાંધારીના મનમાં હજુ પોતાના પુત્રો માટેનો રાગ, સ્નેહ રાગ સ્હેજ પણ ઓછો થયો નથી. પોતાના જ પુત્રોનો દોષ હોવા છતાંય તેઓ તેમના મૃત્યુને સહન કરી શકતાં નથી. જ્યાં સુધી ચિત્તમાં રાગનો સાપ સળવળી રહ્યો છે અને ધ્વેષનું શમન થયું નથી ત્યાં સુધી શાન્તિ મેળવવાનું તેમને માટે ઘણું મુશ્કેલ છે.

જીવનમાં શાન્તિ પ્રાપ્ત કરવા માટે સ્નેહરાગ છોડવું અનિવાર્ય છે. રાગ છૂટતાં ક્રોધ આપોઆપ છૂટી જાય છે. જ્યાં સુધી સ્નેહરાગ, ક્રોધ, ધ્વેષ, ચિત્તમાં જાગતા બેઠા હોય ત્યાં સુધી શાન્તિ કેવી ? અને સાચી શાન્તિ વગર આત્માનો ઉદ્ધાર ક્યાંથી ?

વ્યક્તિગત સ્નેહરાગ એ મોહ છે, શાસ્ત્રમાં આવો સ્નેહરાગ કરવાનો નિષેધ કરાયો છે. ષોડશક ગ્રંથની ટીકામાં લખ્યું છે કે ગૌતમસ્વામીજીનો પ્રભુ પ્રત્યેનો સ્નેહરાગ તે મોક્ષ મેળવવામાં બાધક નડ્યો છે માટે આવાં મોહનું નિવારણ કરવાનું કહ્યું છે. મરૂદેવામાતા ભગવાન ઋષભ દેવની દીક્ષા પછી ૧૦૦૦ વર્ષ સુધી રડતા રડતાં જીવ્યાં. તે પુત્ર પ્રત્યેનાં સ્નેહરાગનું પરિણામહતું.

એ જ રીતે મહાવીરદેવનો આત્મા ત્રિશલા માતાનાં ગર્ભમાં માતૃભક્તિથી પ્રેરાઈને પોતાનાં અંગોનું હલન ચલન બંધ કરે છે ત્યારે માતાનાં શોકનું વર્ણન કલ્પસૂત્રમાં આપ્યું છે, તેનાં મૂળમાં આ સ્નેહરાગ જ છે.

ગુરૂ પ્રત્યે વ્યક્તિ તરીકેનો રાગ હોય તે સ્નેહરાગ છે અને અપ્રશસ્ત છે. **પણ ગુણો પ્રત્યેનો રાગ એ પ્રશસ્ત સ્નેહરાગ છે.** મોહાધીન મનમાં સ્નેહરાગ હોય છે અને **વિવેક સભર હૃદયમાં ગુણ રાગ હોય છે,** જો કે મોક્ષ માટે તો બંને રાગ કાઢવાનાં છે.

આજે ઘણાં લોકો સ્નેહરાગ શરીરનો કે વ્યક્તિનો કરે. શરીરના સ્નેહ રાગથી મધ માખણ બટાકા ખાય અને પછી અપવાદમાં ખપાવવાનો પ્રયત્ન કરે. પરંતુ જે અપવાદનું લક્ષ્ય ઉત્સર્ગ તરફ જવાનું ન હોય તો તે અપવાદ અપવાદ નથી પણ ઉન્માર્ગ જ છે. **શાસ્ત્રની અપેક્ષાને બાજુએ મૂકી પોતાની મરજી અનુકૂળતા મુજબ આચરણ કરવું તે ઉન્માર્ગ છે.**

ગુરૂ હોય કે શિષ્ય હોય, પિતા હોય કે પુત્ર, માતા-પિતા હોય કે પરિવાર પરંતુ જો પરસ્પર સ્નેહરાગથી બંધાઈ જાય તો તે પરસ્પર માટે આરાધનામાં સહાયક ન બની શકે જ્યારે ગુણરાગ કે ભક્તિરાગ આપણી ભૂમિકામાં આરાધનામાં સહાયક બને છે. જ્યાં ઔચિત્ય પાલન જીનાજ્ઞા પ્રધાન છે ત્યાં ભક્તિરાગ છે. જ્યાં માત્ર મોહની લાગણીઓ પ્રધાન છે તે સ્નેહરાગ કહેવાય. જો સ્નેહરાગ ગુણાનુરાગી હોય કે ભક્તિ-રાગી હોય તો તારક પણ બની શકે છે. દા.ત. શૈલકાચાર્ય અને પંથકજી આ જ કથા માટે નવ્વાણું પ્રકારની પૂજામાં પણ આવે છે કે, **''સેલક પણ સય વિખ્યાતારે, આદેસર અલબેલો રે''**

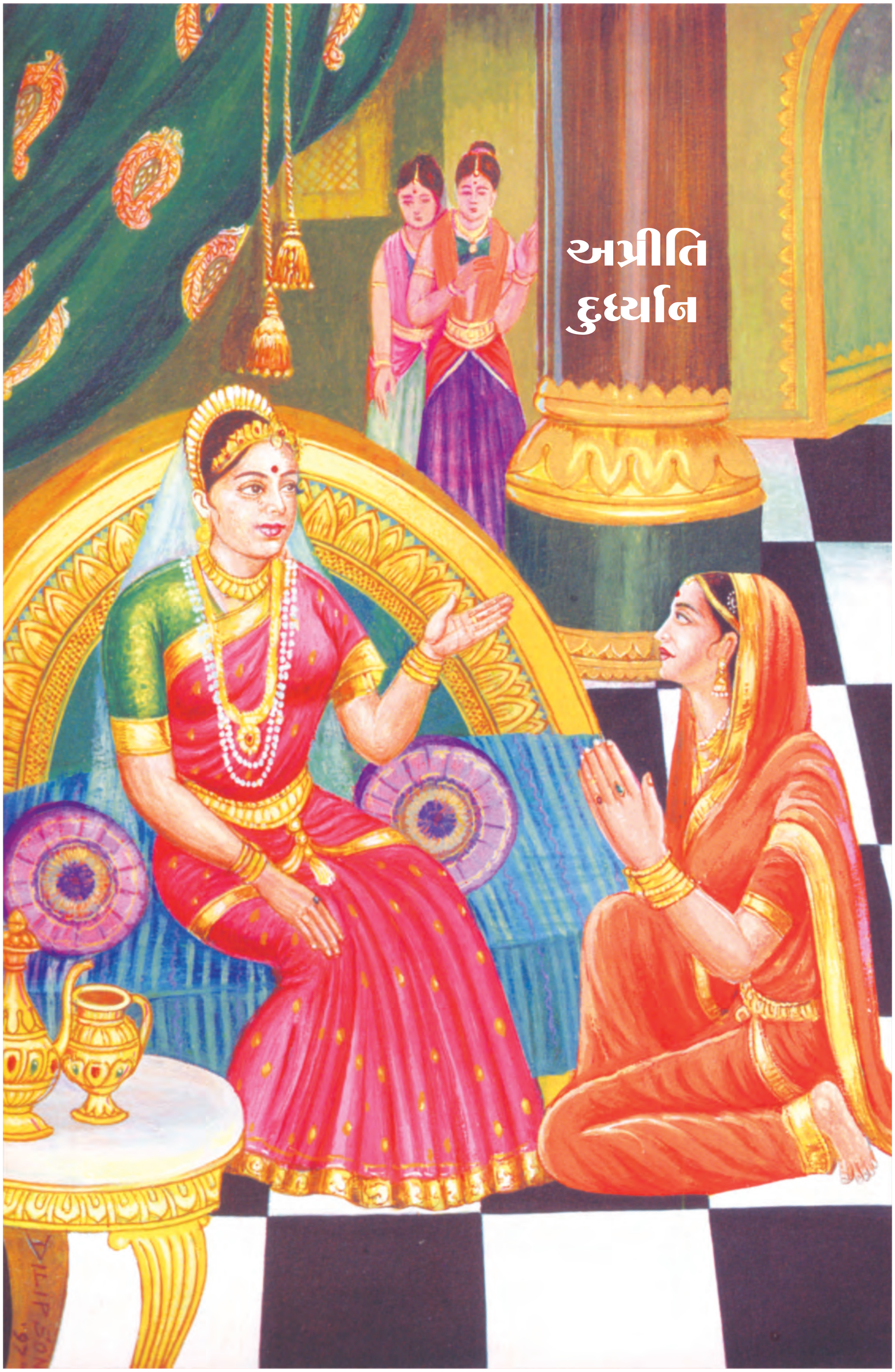
ચૌદ પૂર્વધર સંયમભવસૂરિને પણ પોતાનો પુત્ર મનક જ્યારે કાળ કરી ગયો ત્યારે આંખમાં આંસુ આવી ગયાં. એ પણ સ્નેહરાગને કારણે જ. દશવૈકાલિક સૂત્ર રચ્યું. આમ છતાં પોતાનાં શિષ્યોને પોતાનો પુત્ર છે એમ જણાવ્યું પણ નહિ. પિતા તરીકે કર્તવ્ય બજાવ્યું, અને ૬-૬ માસ સુધી સ્નેહરાગને નાથ્યો. માત્ર કાળ કરી ગયાં તે સમયે જ આંખોમાં પાણી આવી ગયાં. આની સામે આપણી સ્નેહરાગની શું સ્થિતિ છે ? તે વિચારવાં જેવું છે. આપણાં શરીર પ્રત્યેનો, પત્ની, પુત્ર કે પરિવાર પ્રત્યેનો કેવો કેવો રાગ છે અને તેમાંથી કેટલું દુર્ધ્યાન થાય છે, આ બધું આપણે વિચારવું જોઈએ. છેવટે આ રાગ પાતળો કરવાનો પ્રયત્ન કરવો જોઈએ.

અપ્રીતિ દુર્ધ્યાન

હિત શિક્ષા

આપણે કોઈ વ્યક્તિ કે પરિસ્થિતિ ઉપર રાગ કે દ્વેષ કરવા જેવો નથી, ખરેખર કોઈ પણ પરિસ્થિતિમાં સમદૃષ્ટિ અને સમભાવ રાખતા શીખવાનું છે આ માટે અનુકુળતાનો રાગ અને પ્રતિકુળતાનો દ્વેષ છોડવો જરૂરી છે. આજના કાળની મોટી સ્થિતિ એ છે કે સંસારમાં રહેવું પડે એ જુદી વાત છે પણ સંસાર મીઠો લાગે તો એનો અર્થ એ થયો કે ધર્મ ગમતો નથી.

આ માટે શરીરની અનુકુળતા ખૂબ ગમે છે તે પાતળી કરવી જોઈએ. શરીરને બદલે આત્માનું કલ્યાણ કરતા શીખવા જેવું છે. ચાલશે- ફાવશે-ભાવશે આવા સિદ્ધાંતો સહજ સ્વીકારીએ તો રાગ કે દ્વેષ ઓછા આવે અને જીંદગી નંદનવન બની જાય. આપણા જીવનમાંથી સ્વાર્થીપણું ઓછું કરવાની જરૂર છે કારણ કે કઠોરતા અને દ્વેષ આ સ્વાર્થી બનવાથી વધે છે. માટે હે જીવ ! જીવનમાંથી દ્વેષ (અપ્રીતિ) કાઢવાનાં પ્રયત્ન કર.


અપ્રીતિ
દુર્ધ્યાન

અપ્રીતિ દુર્ધ્યાન

દ્વેષ-ધ્યાન : દ્વેષ બે પ્રકારનાં હોય છે,

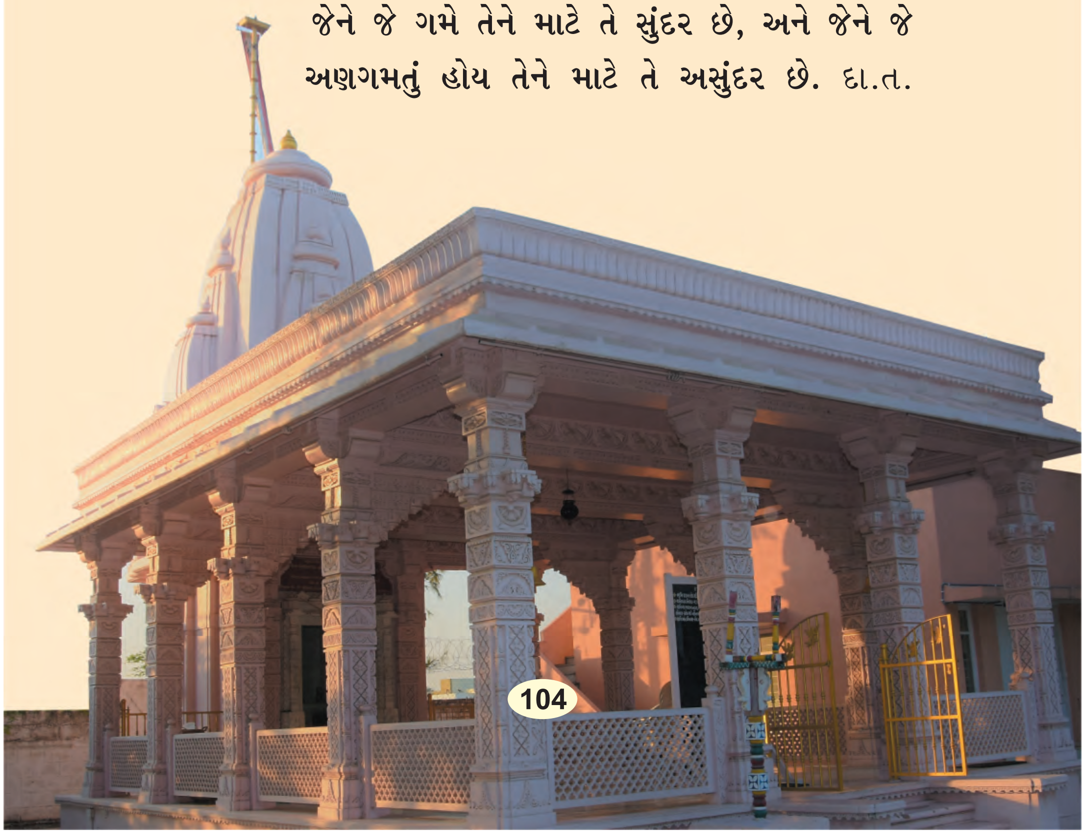
(૧) અરૂચિમાંથી જન્મતો દ્વેષ - અણગમો.

(૨) દુર્ભાવમાંથી જન્મતો દ્વેષ - દ્રોહ

એક વ્યક્તિ તમારી પાસે આવે અને ન ગમે તે અરૂચિનું પરિણામ છે. પણ એ આવે અને ન ગમે એટલું જ નહિ પણ એને પતાવી નાંખું એનું નિકંદન કાઢી નાંખું, એવી ભાવના પણ થાય, એટલે દુર્ભાવમાંથી જન્મતાં રૌદ્ર દ્વેષનું પરિણામ છે, ઘણાં અમને કહે છે કે ઉપવાસ કહો તો કરી લઉં. ''આયંબિલ કરવાનું નામ નહિ લેતાં. એની રસોઈની ગંધ આવે છે, અરૂચિ થાય છે, ઉબકાં આવે છે, આ અરૂચિ પણ દ્વેષ જ કહેવાય. કોઈ વ્યક્તિ, તમે સારું કામ કરવા જતાં હો અને સામે જ મળે, તમને એનાં પર અણગમો હોય, એટલે તમને એમ થાય કે આ જ ક્યાં સામો મળ્યો, આ પણ દ્વેષ જ છે.

આ દ્વેષ અંગેનો નિયમ પણ એકાંતિક નથી, આજે જે વ્યક્તિઓ કે વસ્તુઓ આપણને ગમે છે, તે જ વ્યક્તિ કે તે જ વસ્તુઓ, જો આપણો ભાવ બદલાય જાય તો અણગમતી થઈ જાય એમ બની શકે.

આજે જે સંયોગો નથી ગમતાં તે કાલે ગમતાં થઈ જાય તેમ પણ બને. આજે ન ભાવતી વસ્તુ કાલે ભાવતી થઈ જાય, આજે ન ગમતું વાતાવરણ કાલે ગમતું થઈ જાય એટલે કોઈ પણ વ્યક્તિને, કોઈ પણ વ્યક્તિ, વસ્તુ કે પરિસ્થિતિ જ્યારે અનુકૂળરૂપે વેદાય ત્યારે રાગ થાય છે અને પ્રતિકૂળરૂપે વેદાય ત્યારે દ્વેષ થાય છે. આ પ્રતિકૂળતાનાં દ્વેષનું કે આ દ્વેષમાંથી પ્રગટતું ધ્યાન તે દ્વેષ ધ્યાન છે, એટલે એક સુભાષિતમાં કહ્યું છે કે, **જગતમાં કોઈ પણ વસ્તુ સ્વભાવે સુંદર કે અસુંદર હોતી નથી, જેને જે ગમે તેને માટે તે સુંદર છે, અને જેને જે અણગમતું હોય તેને માટે તે અસુંદર છે.** દા.ત.



શાસ્ત્રીય સંગીત, આધ્યાત્મિક પ્રવચન વિગેરે જેને ગમે તેને મઝા પડે, ન ગમે તે માથું ખંજવાળે.

આ સુભાષિતનું તત્ત્વ હૃદયમાં ઉતારીને આપણે કોઈ વ્યક્તિ કે પરિસ્થિતિ ઉપર રાગ-દ્વેષ કરવાં જેવો નથી. ખાવાની વસ્તુ પણ સારી હોય તો પ્રશંસા ન કરવી અને ખરાબ હોય તો નિંદા ન કરવી, એ માટે સમદૃષ્ટિ અને સમભાવમાં રહેતાં શીખવાનું છે.

આ સમભાવ રાખતા શીખવું હોય તો એવું વિચારો કે જગતના પદાર્થો વસ્તુઓ કે વ્યક્તિઓ પરિવર્તનશીલ છે અને ખુદ આપણે પણ પરિવર્તનશીલ છીએ એના કારણે એના પ્રત્યેના આપણાં રાગ અને દ્વેષ પણ પરિવર્તનશીલ છે માટે અનૂકુળતાનો રાગ અને પ્રતિકૂળતાનો દ્વેષ જે છોડી શકે તે વ્યક્તિ માટે રાગ અને દ્વેષ છોડવો સહજ છે. જો આ રાગ દ્વેષ કાયમ છૂટે તો એ સિદ્ધિ છે, છેવટે પાતળા પડે તો પણ આ જીવન સાર્થક થાય.

આપણી સૌથી નજીકનું આપણું પોતાનું શરીર છે શરીરની અનુકૂળતા અને પ્રતિકૂળતાની લાગણી સૌથી વધારે છે અને એમાંથી રાગ અને દ્વેષ પેદા થાય છે. આ રાગ અને દ્વેષથી છૂટવા માટે શરીરની અનર્થકારિતા સમજવી જોઈએ.

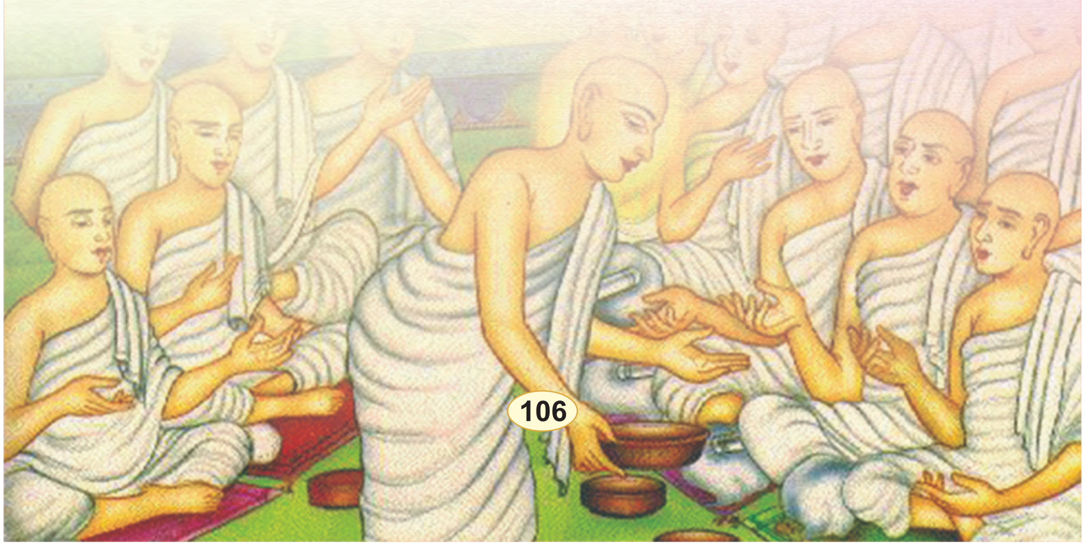
શરીરની રચના પણ જુઓ તો લોહી, માંસ, હાડકા, કફ, પિત્ત આ બધાથી ભરેલું

છે, જ્ઞાનીઓ કહે છે બોલો આમાં શું મોહ કરવા જેવો છે ? આ માટે ૧૯ મા તીર્થંકર મલ્લિનાથ ભગવાનનો દાખલો આપી શકાય.

છેલ્લા ભવમાં મલ્લિકુમારીએ સ્ત્રી દેહે મનુષ્ય ભવ ધારણ કર્યો, રૂપ રૂપના અંબાર જેવી મલ્લિકુમારી માટે અનેક રાજાઓ લગ્ન કરવા ઉત્સુક હતા. પરંતુ મલ્લિકુમારીને તો આ સંસાર અસાર લાગતો હતો, દીક્ષા લેવી હતી. છ રાજાઓ તેને પરણવા માટે યુદ્ધ કરવા તૈયાર હતા. મલ્લિકુમારીએ પોતાના જેવું જ આબેહુબ સોનાનું પૂતળું બનાવ્યું, અંદર રોજ પોતે જે ખોરાક ખાય છે તે પૂતળામાં પધરાવે. ચાર દિવસ પછી રાજાઓને બોલાવી, પૂતળાનો મોં નો ભાગ ખોલાવ્યો તો ભયંકર દુર્ગંધ પ્રસરી.

મલ્લિકુમારીએ રાજાઓને સમજાવ્યું કે પુદ્‌ગલ પર્યાયનો ખ્યાલ કરો. શરીરની અસારતામાં આવો મોહ કરવા જેવો નથી.

આ માટે જ્ઞાનીઓએ સમજાવ્યું છે કે આ શરીરમાં નાખેલ મીઠાઈ પણ વિષ્ટા બની જાય છે અને આ શરીરમાં પધરાવેલું અમૃત પણ પેશાબ બની જાય છે. આગળ વધીને એમ પણ



સમજાવ્યું છે કે જે કાંઈ મિષ્ટાન્ન આપણા પેટમાં જાય છે તે વિષ્ટાનો પૂર્વ પર્યાય અને પશ્ચાદ પર્યાય પણ છે. એટલે કે, વિષ્ટા રૂપી ખાતરમાંથી અનાજ અને અનાજ પેટમાં જાય પછી વિષ્ટા - આટલું પણ સમજાઈ જાય તો કોઈ પદાર્થ ઉપર રાગ અને દ્વેષ ન થાય. આ માટે પુદ્ગલનાં પર્યાયનો ખ્યાલ આવે તો દુનિયાનાં કોઈ પણ પુદ્ગલ આપણાં શરીરને વિકૃત ન કરી શકે. આપણી ચિત્ત-વૃત્તિને યોગ્ય રીતે કેળવીએ તો કોઈ પણ પદાર્થ, વ્યક્તિ કે પરિસ્થિતિ આપણાં દુ:ખનું કારણ ન બની શકે.

આ તો શિયાળો આવ્યો અને ઠંડી પડે એટલે કહે કે બહું ઠંડી છે, ઉનાળામાં કહે કે બહુ ગરમી છે. પરંતુ પુદ્ગલનો ધર્મ સમજનાર તો સમજે કે આ તો કુદરતનો ક્રમ છે એમાં આટલી બધી હાય-વોય શું ? આત્માને જેની સાથે લેવાં દેવાં ન હોય તેવી પરિસ્થિતિઓની ચર્ચા શું કરવાની ? અને એની મૂંઝવણ પણ શું રાખવાની ? આવાં વિકલ્પો કરવાં એ જ તો દુર્ધ્યાનનું મૂળ છે. સામાનો સ્વભાવ ગમે એવો હોય પરંતુ કર્મનાં સિદ્ધાંતો જો આપણે પચાવ્યાં હોય તો કોઈ વ્યક્તિ પ્રત્યે આપણને ક્યારે ય દુર્ભાવ ન થાય.

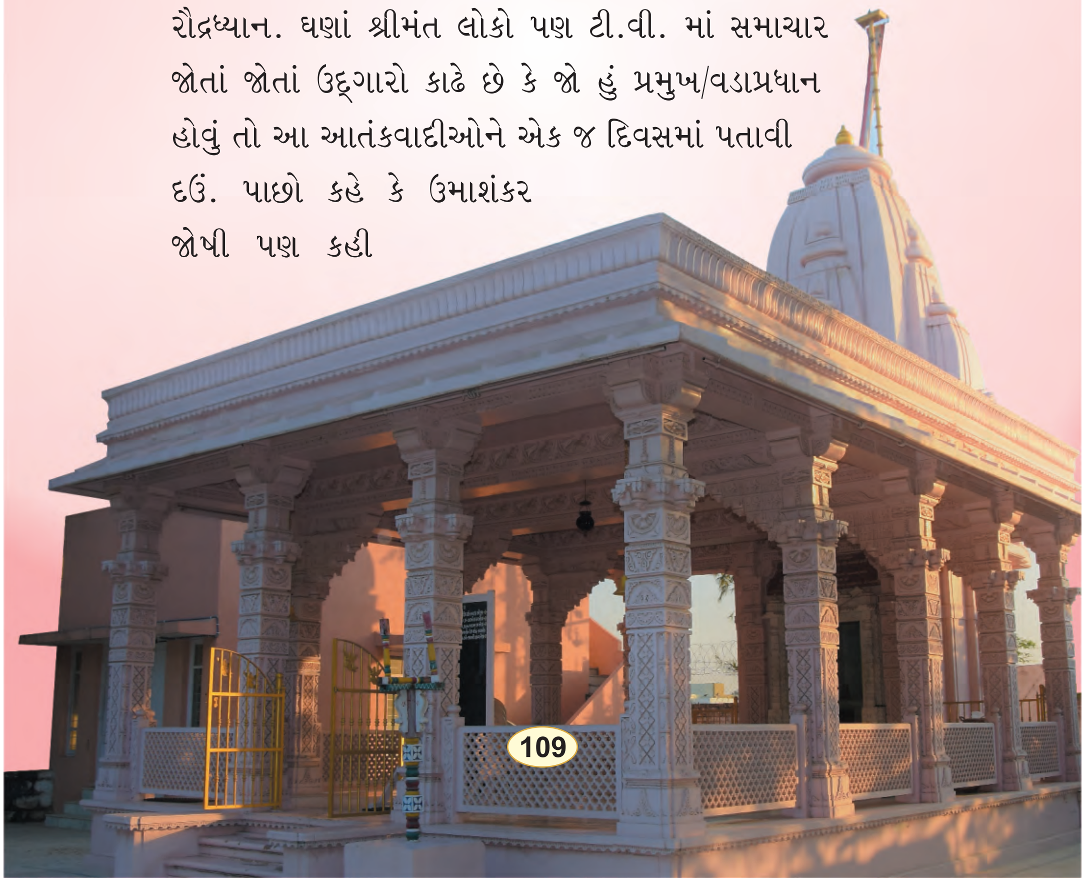
જે સાધક પોતાના મનને બીજા સાથે સેટ કરી ન શકે, તેને હંમેશા અપસેટ જ રહેવું પડતું હોય છે. એનાં કારણે ક્યાં તો રાગ-ધ્યાન કરીને મરવાનું ક્યાં તો દ્વેષ - ધ્યાન કરીને મરવાનું માટે જ જ્ઞાની આ બંને દુર્ધ્યાનથી દૂર રહેવાનું કહે છે.

અહીંયા પ્રવચનમાં પણ કોઈ અણગમતી વ્યક્તિ તમારી બાજુમાં આવી ને બેસી જાય તો મનમાં ક્યુ ધ્યાન ચાલે ? દ્વેષ ધ્યાન જ ચાલે ને ? અને કોઈ મન-ગમતી વ્યક્તિ સાથે બાજુમાં બેસવાનું આવે તો આનંદ આવે ને ? અને રાગધ્યાન ચાલું ને ? પરંતુ બાજુની વ્યક્તિ કરતાં એ વિચારો કે આત્માનો ઘાત કરે તેવી દુ:ખદ પરિસ્થિતિ મનમાં આવવા ન દેવી. એ જ રીતે આત્માનો ઘાત કરે એવી સુખદ પરિસ્થિતિ પણ મનમાં આવવાં ન દેવી.

દુ:ખદ કે સુ:ખદ કોઈ પણ પરિસ્થિતિનો સહજ ભાવે સ્વીકાર કરવો એટલે કે આત્મઘાતક ન બને તેનું ધ્યાન રાખવું. તે સાધનાનું એક અંગ બને છે. કોઈ વ્યક્તિ આપણી સાથે નબળું વર્તન કરે તેની ઉપર પણ દ્વેષ કરવાનો નથી. તો પછી વડીલ કે ગુરુ ઉપર તો ક્યારે ય દ્વેષ કરવાનો ન હોય. આપણી ભૂલ હોય અને વડીલ કે ગુરુ, સારણાં, વારણાં ચોયણાં કે પડિચોયણાથી સુધારવાનો પ્રયત્ન કરે તો આપણાંથી દ્વેષ જ ન થાય દર્શનમોહનીય કર્મ તીવ્ર હોય તો જ દ્વેષ થઈ જાય. કોઈ વ્યક્તિની કાયાથી પાપ કરવાની ત્રેવડ ન હોય પણ મનથી દુર્ધ્યાન કરી કરીને મોટા ભાગનાં જીવો કર્મબંધ કરે છે. શાસ્ત્રમાં

તંદૂલિયા મત્સ્યનું ઉદાહરણ પ્રસિદ્ધ છે. આ મત્સ્ય રૌદ્ર ધ્યાનનાં પરિણામે સાતમી નરકનું આયુષ્ય બાંધે છે. વિણ ખાધે, વિણ ભોગવે, માત્ર બે ઘડી જેટલું અહીંનું જીવન પુરું કરીને ૭ મી નરકે ચાલ્યો જાય.

ઈર્ષ્યા પણ દ્વેષ ધ્યાનનો જ પ્રકાર છે. ઘણાં ગરીબો શ્રીમંતના બંગલા પાસેથી નીકળતાં હોય એમનાં બંગલા તથા ભોગ વિલાસ જુએ એટલે મનમાં અને મનમાં બળ્યાં કરે પાછો વિચારે છે કે લોકોના લોહી ચૂસી ચૂસીને આ બંગલા બનાવ્યાં છે. મારું ચાલે તો આ ગાડી વાડી બધું જ ભસ્મીભૂત કરી નાખું, કરી શકે કાંઈ નહિ, પણ મનમાં આવા દ્વેષ અને હિંસાના વિચારો કર્યા કરે ? આ કયુ ધ્યાન ? દ્વેષધ્યાન, હિંસાધ્યાન અને રૌદ્રધ્યાન. ઘણાં શ્રીમંત લોકો પણ ટી.વી. માં સમાચાર જોતાં જોતાં ઉદ્‌ગારો કાઢે છે કે જો હું પ્રમુખ/વડાપ્રધાન હોવું તો આ આતંકવાદીઓને એક જ દિવસમાં પતાવી દઉં. પાછો કહે કે ઉમાશંકર જોષી પણ કહી



ગયા છે કે ગરીબોનો જઠરાગ્નિ જાગશે, ખંડેરની ભસ્મકણી ન લાધશે.

પીઠ અને મહાપીઠ મુનિ, ગુરુવરે બાહુ, સુબાહુની વૈયાવચ્ચની પ્રશંસા કરી તો આ બન્નેએ ઈર્ષા કરી, તેથી સ્ત્રીવેદ બાંધી બેઠા. બીજા ભવમાં બ્રાહ્મી અને સુંદરી થયા. આ પણ દ્વેષ અને રૌદ્ર ધ્યાન. આ મન ધર્મક્ષેત્રમાં પણ ઈર્ષ્યા કરે છે. બીજાની કોઈ તપ, જ્ઞાન, દાન, ભક્તિમાં તમારાં બદલે પ્રશંસા થાય, તેની વાહ વાહ થાય અને તમારું નામ જતું રહે તો મનમાં કેવાં ભાવ થાય, આવાં ખોટાં ભાવો પણ દ્વેષધ્યાન જ છે. તમે આવો ત્યારે સંઘમાં તમને કોઈ આવકાર ન આપે અને તમારી જ કેટેગરીનો બીજો કોઈ આવે અને એને આવકાર આપે તો તમારાં મનમાં શું થાય ? અહીંયા પણ દ્વેષધ્યાન જ થાય છે. સુભૂમચક્રીએ પૃથ્વી પરથી બ્રાહ્મણોને ખતમ કર્યા આ પણ તીવ્ર કક્ષાનું રૌદ્રધ્યાન જ હતું આપણાં ઘરમાં મચ્છર વધે તો એને મારી નાંખવાનો ભાવ એ દ્વેષધ્યાન જ છે. એ જીવો તો બિચારાં લાચાર છે. આપણા ઘરમાં તેમને પણ જીવવાનો અધિકાર છે. કઈ રીતે ? સાચું કહો તમારો નાનો દીકરો તમારાં ઘરમાં રહે છે. કેમ? કારણ કે એ તમારે ત્યાં જન્મ્યો એટલે. તેમ આ જીવો પણ આ જ ઘરમાં જન્મ્યાં છે તો એમને અહીં જીવવાનો અધિકાર કેમ નહિ ? આપણાં શરીર, પરસેવો, વસ્ત્ર કે ઘરવખરીમાં ઉત્પન્ન થયેલાં એ જીવોને જીવવાનો અધિકાર કેમ નહીં ? પણ આપણાં

સમાજની કમનસીબી એ છે કે સગાં દીકરા પ્રત્યે પણ સ્વાર્થ સિવાય સ્નેહ નથી. દીકરો પણ કામ લાગે તો નભાવે નહીંતર 'અબોર્સન'. એક લાચાર જીવ હજુ ધરતીને જૂએ તે પહેલાં જ તેને ખત્મ કરી દેવો, આવું ઘોરાતીત ઘોર મહા-પાપ થઈ જ શકે કઈ રીતે ? આવાં પાપનાં વિચારો એ પણ દ્વેષ ધ્યાન, આગળ વધીને રૌદ્રધ્યાન સુધી લઈ જાય છે. જે જૈન કૂળમાં એકેન્દ્રિય જીવને ન મારતાં, તેઓ પણ મજેથી અબોર્સન કરાવતા થતાં થઈ ગયાં. ઘણાંને તો પાપનો પશ્ચાત્તાપ પણ નથી. આ કઠોરતા માત્ર સ્વાર્થીપણું અને સુખનાં અર્થીપણામાંથી જન્મે છે અને એમાંથી જ દ્વેષ ધ્યાન કહો કે અપ્રીતિ ધ્યાન પ્રગટે છે. આમ આપણાં જીવનમાં ક્યાં ક્યાં દ્વેષધ્યાન આવે છે તે સમજાઈ ગયું હોઈ તો પુરુષાર્થ કરી આ દુર્ધ્યાનમાંથી પણ છૂટવાં જેવું છે.

તકલીફમાં સાધના સારી ન થાય જરા અનુકૂતા હોય તો સાધના સારી થાય આવો મત ભગવાન મહાવીરનો નથી આવો મત ગૌતમ બુદ્ધનો છે.

સાધુઓ આપણને એમ જ સમજાવે છે કે અનુકૂળતામાં રાગ નહીં અને પ્રતિકુળતામાં દ્વેષ નહીં.

જેના રાગ-દ્વેષ મંદ પડે તેને જ સમકિત મળે.

આમ કષાયોને આ મનુષ્ય ભવમાં પાતળા પાડવા ભગીરથ પુરૂષાર્થ કરવો જોઈએ.

કષાયો કર્મનું સર્જન કરવાની તાકાત ધરાવે છે. જ્યારે કષાય વગરનું જીવન કર્મનું વિસર્જન કરવાની તાકાત ધરાવે છે. કષાયો દુર્ગતિનું સર્જન કરે છે જ્યારે કષાય વગરનું જીવન સદ્ગતિનું સર્જન કરે છે. કષાયો સંસારનું સર્જન કરવાની તાકાત ધરાવે છે જ્યારે કષાય વગરનું જીવન સંસારનું વિસર્જન કરવાની તાકાત ધરાવે છે. જ્યારે કષાયોમાં અશુભ અનુબંધો પાડવાની તાકાત છે. જ્યારે કષાય વગરના જીવનમાં શુભ અનુબંધો પાડવાની તાકાત ધરાવે છે.

આમ ધર્મક્રિયા ઘણી કરી, એના કરતાં ધર્મક્રિયા કયા આશયથી કરી એટલે ભૌતિક સામગ્રી માટે ધર્મક્રિયા કરી કે કર્મ નિર્જરા કરવા માટે ધર્મક્રિયા કરી, તે જ રીત ભાવથી કરી કે યંત્રવત્ કરી, આવું વિચારી ધર્મ, કર્મનિર્જરાના આશયથી શુભ ધ્યાનથી એટલે કે સારા ભાવથી કરીએ તો આપણું આત્મકલ્યાણ થાય. આત્મ ગુણસ્થાનકે ચઢે અને મોક્ષમાર્ગી બને માટે જીવનમાં કષાયો પાતળા પાડવા અત્યંત જરૂરી છે.