

①

સાધનાનું શિખર સાક્ષીભાવ

મુનિ શ્રી અમરેન્દ્રવિજયજી

સાધનાનું શિખર - સાક્ષીભાવ

મુનિ શ્રી અમરેન્દ્રવિજયજી



જ્ઞાનજ્યોત ફાઉન્ડેશન ટ્રસ્ટ

મુંબઈ - ૪૦૦૦૦૭

Sādhanañun Shikhar - Sākshibhāva

(Spirituality)

by Muni Shri Amarendravijayji

©

Gnanjyot Foundation Trust

કોપીરાઈટ

: જ્ઞાનજ્યોત ફાઉન્ડેશન ટ્રસ્ટ

C/o જયદીપ સાવલા

શેઠના હાઉસ, ત્રીજે માળે, ૧૩, લેબર્નમ રોડ, ગામદેવી,

મુંબઈ-૪૦૦૦૦૭.

email : lfpw@vsnl.com

પ્રથમ આવૃત્તિ : ઓગસ્ટ ૧૯૮૨

ત્રીજી આવૃત્તિ : ૨૦૦૮

પ્રત ૨૦૦૦/ મૂલ્ય રૂા. ૨૦-૦૦

પ્રકાશક :

જ્ઞાનજ્યોત ફાઉન્ડેશન ટ્રસ્ટ,

વહીવટી કાર્યાલય

C/o દિનેશ એચ. દેઢિયા

૪૦૫, કમલા નગર, એમ. જી. રોડ,

કાંદીવલી (વેસ્ટ) મુંબઈ

ફોન : (૦૨૨) ૬૪૫૧૪૬૭૧

ટાઈપસેટિંગ : કિરીટ ગ્રાફિક્સ - અમદાવાદ.

(૦૭૯) ૨૫૩૫૨૬૦૨

મુદ્રક

: એસ. એન્ડ એસ. પેકેજીંગ

સર્વે નં. ૨૧૩, પ્લોટ નં. -૩

દાદરા નગર હવેલી,

પીન - ૩૯૬૨૩૦

ફોન : ૯૧-૨૨-૨૩૮૦૬૫૮૪, ૨૩૮૦૫૫૩૭

email : lfpw@vsnl.com

અંતરની અભિલાષા

અનેક જિજ્ઞાસુ-મુમુક્ષુ જનોના આધ્યાત્મિક માર્ગદર્શક પ.પૂ.મુનિ શ્રી અમરેન્દ્રવિજયજી મહારાજ હવે આપણી વચ્ચે નથી. એ દુઃખદ વાસ્તવિકતા આપણે સ્વીકારવી રહી. તેમનાં પુસ્તકો દ્વારા જ તેમનું પરોક્ષ માર્ગદર્શન હવે મેળવવું રહ્યું. પૂજ્યશ્રીએ પ્રગટાવેલ જ્ઞાનજ્યોત નિરંતર પ્રકાશ આપતી રહેશે એ નિશ્ચિત છે.

પૂજ્ય મહારાજશ્રીના આશીર્વાદ સાથે ‘જ્ઞાનજ્યોત ફાઉન્ડેશન’ની સ્થાપના થઈ અને તેના દ્વારા ‘અર્થિત ચિંતામણી નવકાર’થી શુભ શરૂઆત કરી. ‘વિપશ્યના શું છે ?’ તથા ‘આત્મજ્ઞાન અને સાધનાપથ’ એ પુસ્તકો પ્રગટ કર્યા. ‘મુમુક્ષુઓ અને વિપશ્યના’ની નવી સંવર્ધિત આવૃત્તિનું કાર્ય ચાલુ હતું ત્યાં પૂજ્યશ્રીએ અણધારી વિદાય લીધી. કાળધર્મના સમાચાર મળતાં તેઓશ્રીના ઉપકારો યાદ આવ્યા. મનમાં એક સંકલ્પ ઉઠ્યો કે પૂજ્યશ્રીના પ્રગટ-અપ્રગટ પુસ્તકોનાં પ્રકાશન માટે શક્ય એટલું બધું કરી છૂટવું અને એમાંથી “જ્ઞાનજ્યોત ફાઉન્ડેશન ટ્રસ્ટ”ની રચના થઈ.

પૂજ્યશ્રી જે માર્ગે ચાલવાનો સતત અનુરોધ કરતા રહ્યા તે સાક્ષીભાવની સાધનાનો વિસ્તૃત પરિચય આપતું આ પુસ્તક પ્રગટ કરતાં આનંદ થાય છે.

પૂજ્યશ્રીની કૃતિઓના પુનર્મુદ્રણ તથા હિંદી-અંગ્રેજી અનુવાદોનું કાર્ય પણ પ્રગતિમાં છે. પૂજ્યશ્રીના સાહિત્યના સંપાદનનો ભાર પૂ. ઉપા. શ્રી ભુવનચંદ્રજી મહારાજે સંભાળ્યો છે તે માટે આપણે સૌ તેમના ઋણી છીએ.

ફાઉન્ડેશનને અનુદાન આપનાર શ્રેયાર્થી સજ્જનોનો આભાર. પૂજ્યશ્રીના પુસ્તકોનાં વાંચન-મનનથી વધુ ને વધુ લોકો ધર્મલાભ-બોધિલાભ પ્રાપ્ત કરો એ જ મંગલકામના.

એપ્રિલ - ૨૦૦૮

‘જ્ઞાનજ્યોત ફાઉન્ડેશન ટ્રસ્ટ’ વતી
ટ્રસ્ટીઓ

આ પુસ્તક વિષે

અધ્યાત્મમૂર્તિ પૂજ્ય મુનિવર શ્રી અમરેન્દ્રવિજયજી મહારાજ સાહેબના કાળધર્મ સાથે જૈન સંઘની એક પ્રખર આધ્યાત્મિક પ્રતિભાનો અસ્ત થયો. પાર્શ્વદેહે હવે તેઓ આપણી વચ્ચે નથી કિંતુ અક્ષરદેહે તો છે. રત્નદીપ સમાં તેમનાં પુસ્તકો સદીઓ સુધી પ્રેરણા અને પ્રકાશ આપતાં રહેશે.

તેમની સર્વશ્રેષ્ઠ કૃતિ છે - ‘ આત્મજ્ઞાન અને સાધનાપથ.’ એ પુસ્તકમાંનું, સાક્ષીભાવ-જ્ઞાતાદૃષ્ટાભાવની વિસ્તૃત છણાવટ કરતું આઠમું પ્રકરણ સ્વતંત્ર પુસ્તક રૂપે પ્રગટ કરવાની પૂજ્યશ્રીની ભાવના હતી. એ પ્રકરણ આજે પ્રસ્તુત પુસ્તકમાં ‘સાધનાનું શિખર - સાક્ષીભાવ’ એ નામે પ્રસિદ્ધ થઈ રહ્યું છે.

‘આત્મજ્ઞાન અને સાધનાપથ’ના પૂર્વાર્ધમાં આત્મજ્ઞાનની સૈદ્ધાંતિક વિચારણા કર્યા પછી, ઉત્તરાર્ધમાં લેખકશ્રીએ સાધનાના વિભિન્ન માર્ગો અને આનુષંગિક અન્ય પદાર્થોનું નિરૂપણ કર્યું છે. ક્રમશઃ આગળ વધતા આ નિરૂપણમાં, અંતિમ આલંબન અને ઉપાય તરીકે જ્ઞાતા-દૃષ્ટાભાવ અને સાક્ષીભાવ ઉપર તરી આવે છે. સાક્ષીભાવ મુક્તિનો પરમ-ઉપાય છે. તે સાધન પણ છે અને સાધ્ય પણ છે. સર્વ દેશ અને સર્વ કાળના જ્ઞાની પુરુષોએ ક્ષણ-ક્ષણની ઘટનાઓને સાક્ષીભાવે નિહાળવાનો અનુરોધ કર્યો છે એ દર્શાવીને તેમાં સહાયક બને એવી કેટલીક સાધના-પદ્ધતિઓની સવિસ્તાર સમજૂતી આ આઠમા પ્રકરણમાં અપાઈ છે, જેમાં આત્મવિચાર, શ્રી જિનેશ્વરદેવનું અનુસ્મરણ, કાયોત્સર્ગ અને વિપશ્યના મુખ્ય છે.

વાચકોને અનુરોધ છે કે તેઓ આ પુસ્તકને ઉતાવળે ન વાંચી જતાં, કોઈ શૈક્ષણિક પાઠ્યપુસ્તકનો અભ્યાસ કરતા હોય તેમ, વિચારપૂર્વક વાંચે. એ રીતના વાંચનથી આ અદ્ભૂત લખાણનો રસ માણી શકાશે. ઉપરાંત આ ગહન વિષયમાં મંગળ પ્રવેશ થશે, જેમાં આપણે સૌએ ક્યારેક તો પ્રવેશ કરવાનો જ છે. વાચકો આ પુસ્તકના માધ્યમે અંતર્મુખતાના ક્ષેત્રમાં પ્રવેશ પ્રાપ્ત કરી સહજ સુખના સાક્ષી બને એ જ મંગળકામના.

તા. ૩/૨/૦૮

પ્રાંગપ્રા.

ઉપા. ભુવનચંદ્ર

સાધનાનું શિખર - સાક્ષીભાવ

‘હું દેહ’ એવા મતિસૂત્રને વિષે, ગુંથાઈ ચિંતા સઘળી જનોની;
‘હું કોણ ?’ એ ચિંતનથી હ્રદે ડૂબો, સમસ્ત ચિંતા ટળશે તમારી^૧.

ધ્યાનાભ્યાસનું પ્રધાન પ્રયોજન એ છે કે ચિત્તને આત્મામાં લીન કરવું — ચિત્તનું અતિક્રમણ કરીને સ્વમાં ઠરવું. સ્વરૂપ સાથે ચિત્તનું અનુસંધાન થયા વિના, ચિત્તમાં પડેલાં તૃષ્ણા, રાગ, દ્વેષ અને મોહ-અવિદ્યાના સંસ્કારોની જડ ઉખેડી શકાતી નથી. જેમ અભ્યાસથી આંગળીના ટેરવા ઉપર લાકડીને થોડો વખત સ્થિર રાખી શકાય છે, પણ એનાથી કોઈ ઉપયોગી કાર્ય થઈ શકે તેટલો સમય એ સ્થિતિ ટકતી નથી; તેમ સ્વરૂપાનુસંધાન વિના કેવળ બાહ્ય પ્રક્રિયાઓ વડે સધાયેલી ચિત્તની એકાગ્રતા પણ ઠગારી નીવડે છે, તે ઝાઝો સમય ટકતી નથી. ચિત્તનું અતિક્રમણ કરવાનું ધ્યેય એનાથી સિદ્ધ થઈ શકતું નથી. ચિત્ત રહે ત્યાં સુધી અહંકાર પણ રહે. બધી મલિન વૃત્તિઓનું બીજ એ અહંકાર — ‘અહં’વૃત્તિ જ હોવાથી, સ્વરૂપના બોધ વિના એકાગ્ર થયેલું ચિત્ત જરા નિમિત્ત મળતાં પુનઃ ક્ષુબ્ધ બની જાય છે અને, રાગ-દ્વેષ-મોહથી અભિભૂત થઈ, ફરી ચંચળતાનો પોતાનો સ્વભાવ દેખાડે છે. માટે ચિત્તમાં મૂળભૂત પરિવર્તન લાવવા અને તેમાં રહેલ તૃષ્ણા, મત્સર, દ્વેષ,

૧. શ્રી રમણ મહર્ષિ, પરમાર્થ દીપ, ૧૫૬.

૬ / સાધનાનું શિખર-સાક્ષીભાવ

કુતૂહલ આદિ વૃત્તિઓનો ઉચ્છેદ કરવા સાધકે સ્વરૂપનું અનુસંધાન કરવું રહ્યું. મોહનો આધાર સ્વરૂપની વિસ્મૃતિ છે; એ આધાર ખસેડી લેતાં મોહ આપમેળે ખખડી જાય છે.

સામાન્ય રીતે આપણું ધ્યાન બાહ્ય જગતને જોવા, જાણવા અને માણવામાં એટલું બધું ઓતપ્રોત રહે છે કે આપણે જાતને-આત્માને ભૂલી જઈએ છીએ. વિશાળ ફેલાવો ધરાવતા કોઈ દૈનિકના તંત્રીની કામગીરીની કલ્પના કરો. તાર, કોલ, ફોન, ટેલીફ્રિન્ટર, કમ્પ્યુટર, ખબરપત્રીઓ આદિ દ્વારા દુનિયાભરમાંથી તેની ઓફિસમાં સતત ઠલવાયે જતા સમાચારોના વર્ગીકરણ, તારવણી, પસંદગી, કાપકૂપ અને સંકલનમાં એ ખોવાઈ જાય છે; તેમ આપણે ઈન્દ્રિયો દ્વારા ઠલવાતા બાહ્ય જગતના અહેવાલો સાંભળવામાં, એને મૂલવવામાં કે એના પ્રત્યે આપણો પ્રતિભાવ વ્યક્ત કરવામાં એવા વ્યસ્ત રહીએ છીએ કે એની ઓથે આપણી જાત વિશે સાવ અંધારામાં રહી, ‘હું આ દેહ’ એ ભ્રાન્તિમાં જ જીવન વીતાવી દઈએ છીએ !

એક દર્શનાર્થીએ રમણ મહર્ષિને પૂછ્યું : ‘પરમાત્મા સાકાર છે કે નિરાકાર ?’ મહર્ષિએ સામો પ્રશ્ન કર્યો કે ‘પહેલાં એ કહો : પ્રશ્ન કરનાર સાકાર છે કે નિરાકાર ?’

‘એમાં વળી પૂછવાનું શું છે ? હું આ ઊભો તમારી સામે, હું સાકાર છું એ તો દીવા જેવું સ્પષ્ટ છે.’

‘ખરેખર ? તો, મૃત્યુ થતાં બધા ભેગા થઈને તમને તમે જ બંધાવેલા તમારા ઘરમાંથી બહાર કાઢશે ત્યારે તમે એનો વિરોધ નહિ કરો ?’

પ્રશ્નકાર ગૂંચવાયો; હવે જ એને ભાન થયું કે જાત વિશેના કેવા ખોટા ખ્યાલમાં તે જીવી રહ્યો છે — આ શરીર એ જ ‘હું’ એવી ખોટી identity/ખોટી ઓળખ સાથે ભ્રાંતિમાં જીવી રહ્યો છે. જગત આખાનું જ્ઞાન ધરાવવાનો દાવો કરતો માનવી જાત વિશે જીવનભર અજ્ઞાન રહે છે. સવારના પહોરમાં દુનિયાભરના સમાચાર જાણવા આતુર રહેતો — છાપું જરાવાર મોડું આવે તો બેચેની અનુભવતો — બુદ્ધિજીવી પોતા વિશે જીવનપર્યંત બેખબર રહી શકે છે!

આ સ્થિતિમાંથી બહાર નીકળીને સ્વરૂપનું અનુસંધાન શી રીતે સાધવું ?
— આ પ્રશ્ન તમને મૂઝવે છે ? તો ચાલો, એ માટેની કેટલીક સરળ સાધના-
પ્રક્રિયાઓનો અહીં થોડો પરિચય મેળવીએ.

‘આત્મવિચાર’ / હું કોણ ?

સ્વરૂપ-બોધ માટે આપણા યુગના આત્મનિષ્ઠ સંત શ્રી રમણ મહર્ષિએ,
‘આત્મવિચાર’ — Self-enquiry — નામે ઓળખાતી, એક સરળ છતાં
અસરકારક પ્રક્રિયા બતાવી છે. જિજ્ઞાસુઓને તેઓ અનુરોધ કરતા કે,

‘હું દેહ’ એવા મતિસૂત્રને વિષે, ગુંથાઈ ચિંતા સઘળી જનોની;
‘હું કોણ ?’ એ ચિંતનથી હ્દે ડૂબો, સમસ્ત ચિંતા ટળશે તમારી.

ચિત્ત શમ્યા વિના આત્મસાક્ષાત્કાર થતો નથી. ચિત્ત એ બીજું કશું જ નહિ
પણ વિચારોનો ભારો માત્ર છે; અને વિચારોમાં સૌથી આઘ અને પ્રધાન વિચાર
છે ‘હું’. માટે, ‘હું કોણ ?’ એ ખોજ કરો, એના દ્વારા જ ચિત્તને શમાવી શકાશે.
ચિત્તને આમ સતત અંતર્મુખ રાખીને સ્વમાં રહેવું — આત્માનુસંધાન કરવું —
એનું જ નામ ‘આત્મવિચાર’.

શરીર, ઇન્દ્રિયો અને મનની પ્રવૃત્તિ ચાલુ હોય ત્યારે, આપણે તેમાં
એવા ભળી જઈએ છીએ કે સ્વરૂપ-સ્મૃતિ ટકતી નથી. માટે, પ્રથમ તો, રોજ
નિયત સમયે, અન્ય સર્વ પ્રવૃત્તિ છોડીને, આત્માનુસંધાનનો અભ્યાસ
કરવો રહ્યો.

આ માટે પચાસન, સુખાસન, વજ્રાસન આદિ ધ્યાન માટેના કોઈ એક
આસનમાં સ્થિર થઈ, આંખ મીંચી પ્રથમ દશેક ઊંડા શ્વાસ લઈને,
શ્વાસોચ્છ્વાસની ક્રિયા શાંત, ધીમી અને લયબદ્ધ થવા દો. પછી તમારી સાચી
ઓળખાણ મેળવવાનો પ્રયાસ કરો : ઊંડી જિજ્ઞાસા સાથે મનોમન પ્રશ્ન કરો કે
‘હું કોણ ?’ આ પ્રશ્નનો ઉત્તર શબ્દો દ્વારા ન આપતાં, મનઃચક્ષુ સમક્ષ તે
ઉપસવા દો. મનઃચક્ષુ સામે તમારી આકૃતિ ખડી કરો અને વિચારો કે આ
શરીર એ ‘હું’ છે ? વચ્ચે બીજા કોઈ ફાલતુ વિચારોને અવકાશ ન આપતાં,
બચપણથી આજ સુધીની વિવિધ અવસ્થાઓને ક્રમશઃ ચિત્રપટની જેમ
મનઃચક્ષુ સામેથી પસાર થવા દો. જન્મથી માંડીને આજ સુધીમાં કેટલું બધું
પરિવર્તન આ શરીરમાં થયું છે, એની નોંધ લો. જન્મ વખતનું શરીર આજે

૮ / સાધનાનું શિખર-સાક્ષીભાવ

રહ્યું નથી, પણ શરીરનાં આ બધાં પરિવર્તન વચ્ચે ‘હું’ની પ્રતીતિ તો એકસરખી રહી છે. કદાચ કોઈ માંદગી કે અકસ્માતમાં માણસે હાથ, પગ કે કોઈ ઇન્દ્રિય ખોઈ દીધી હોય, પણ એની ‘હું’ની પ્રતીતિમાં એથી ન્યૂનતા આવતી નથી. અર્થાત્ ‘હું’ નામનું તત્ત્વ શરીરથી અલગ પોતાનું સ્વતંત્ર અસ્તિત્વ ધરાવે છે; શરીર એ ‘હું’ નથી.

હવે, બચપણથી માંડીને આજ સુધીની તમારી ઈચ્છાઓ, આકાંક્ષાઓ અને લાગણીઓને પૂર્વવત્ તપાસો. તમે જોશો કે એ પણ બદલાતી રહી છે. તમારી કોઈ પણ એક અવસ્થાની લાગણીઓ અને ‘હું’ એકરૂપ છે એમ તમે નહિ કહી શકો; કારણ કે જન્મથી આજ પર્યંત ‘હું’ની પ્રતીતિ એકસરખી રહી છે, જ્યારે લાગણીઓમાં સતત પરિવર્તન થતું રહ્યું છે. હવે મનમાં ઊભરાતા વિચારો તરફ દૃષ્ટિ નાખો. તમે જોશો કે વિચારોની વણજાર ચિત્તમાંથી પસાર થઈ રહી છે. પળે પળે નવા નવા વિચારો ચિત્તમાં ઊઠે છે અને શમે છે. માટે વિચારો પણ ‘હું’ ન હોઈ શકે. વળી, આપણી અંદર એવું કંઈક છે, જે અમુક વિચારોમાં પોતાની સંમતિ આપે છે, જ્યારે અમુક વિચારો પ્રત્યે નાપસંદગી દર્શાવે છે. વિચારપ્રવાહનું આ નિરીક્ષણ અને નિયંત્રણ કોણ કરે છે ?

— આ રીતે, ‘હું કોણ ?’ એ પ્રશ્નનો તાગ મેળવવા પ્રયત્ન કરો. અહીં આપેલા પ્રશ્નો તો માત્ર દિશાસૂચનરૂપ છે, આ રૂપરેખા અનુસારે સાધક પોતાની સ્વતંત્ર પ્રશ્નાવલી ઘડી શકે; પણ એ ધ્યાનમાં રહે કે એ પ્રશ્નોનો કોઈ શાબ્દિક જવાબ ન આપતાં, શરીર, લાગણી અને વિચારોને વટાવીને, ચેતનાને ઊંડે ઊતરવા દેવી.

અહીં સુધી આવ્યા પછી, નિર્વિચાર રહીને, આતુરતાથી ‘હું’ની પ્રતીક્ષા કરો. ‘આત્મવિચાર’ની પ્રક્રિયા એ માત્ર બૌદ્ધિક ચેષ્ટા નથી. વિચારો તો આત્મદર્શનમાં નડતરરૂપ છે. તેથી હવે કોઈ વિચાર ઊઠે તો તેમાં ભળ્યા વિના, અંતરમાં ઊંડે ઊતરી, એટલું પૂછો કે આ વિચાર કોને આવે છે ? જે કંઈ વિચારો, વૃત્તિઓ, સ્મૃતિઓ, સંકલ્પ-વિકલ્પો ચિત્તમાં ઊઠે તેને આ પ્રશ્નથી ઠાર કરો; સાત્ત્વિકતાના ઓઠા નીચે પણ કોઈ વિચારને ટકવા ન દો. જેવો વિચાર ઊઠે કે ફરી સાવધાન થઈને પૂછો કે એ વિચાર કોને ઊઠે છે ? ઉત્તર મળે કે ‘મને ઊઠે છે’, તો ફરી, ‘હું કોણ ?’ એ અન્વેષણ કરો.

આમ થતાં, ફાલતુ વિચાર શમી જશે અને મન ફરી અંતર્મુખ બનશે. પરંતુ આ સ્થિતિ વધુ વખત ટકશે નહિ; ફરી અન્ય વિકલ્પ ઊઠવાનો. વિકલ્પ ઊઠ્યો છે એ ખ્યાલ આવે કે તરત જ પ્રશ્ન કરો કે ‘એ વિકલ્પ કોણ કરે છે ?’

ચિત્તમાં ઊભરાતા વિચારોને સમૂળગા શાંત કરી દઈ, વિચારના ઉદ્ભવસ્થાનરૂપ વિશુદ્ધ ચૈતન્યનો અપરોક્ષ અનુભવ મેળવવો એ ‘આત્મ-વિચાર’નો મૂળ ઉદ્દેશ હોવા છતાં, એના અભ્યાસની પ્રારંભિક ભૂમિકામાં તો, ભટકતા ચિત્તને ચિંતનની એક ધારામાં જોડી રાખવું અને ચિત્તના વિચાર-ચરખાની ગતિ ઉપર કંઈક નિયંત્રણ મેળવવું એને જ ધ્યેય બનાવવું રહ્યું. પ્રારંભિક અભ્યાસીને તો એ કામ પણ ઘણું કઠિન જણાશે. તમે એક વિચારને દૂર કરશો ત્યાં બીજો પેઠો જ સમજો. પણ પ્રારંભિક નિષ્ફળતામાંથી નિરાશ થયા વિના અભ્યાસ ચાલુ રાખવો. ચિત્ત આત્મ-અન્વેષણમાંથી અન્યત્ર સરકી ગયું છે એ ખ્યાલ આવે ત્યારે ત્યારે તેને ત્યાંથી પાછું ખેંચી લઈ ફરી ફરીને એ અન્વેષણમાં જોડતા રહો, તો ચિત્ત શાંત પડતું જશે.

‘હું કોણ ?’ એ એક જ વિચારધારાને આગ્રહપૂર્વક નિરંતર વળગી રહેવાનું શુભ પરિણામ થોડા સમયમાં દેખાયા વિના રહેશે નહિ. આ અભ્યાસ વડે ચિત્તની એકાગ્રતા વધે છે, તેની સાથે જ ‘અહં’ ઉપર / મોહ ઉપર પણ ઘા પડે છે. આ માત્ર બૌદ્ધિક અન્વેષણ નથી; અન્ય ધ્યાનાભ્યાસ કરતાં પણ આ પ્રક્રિયા જુદી છે. અન્ય ધ્યાનોમાં ધ્યાતાથી જુદું કોઈ ધ્યેય હોય છે, જ્યારે આ પ્રક્રિયામાં ધ્યાન માટેનું જુદું ધ્યેય નથી. આમાં તો સર્વ વિચારપ્રવાહોને સ્તંભિત કરી દઈ, ‘અહં’ અર્થાત્ ‘હું’ની પ્રતીતિના પૃથક્કરણમાં — ‘હું’નું ભાન ક્યાંથી ઊઠે છે ? એ શું છે ? એ અન્વેષણમાં — અંતર્મુખ રહી, સ્વ-રૂપને જ અનુભવવાનો પ્રયાસ છે. અહં સાથેનું યુદ્ધ તેમાં સમાયેલું છે. તેથી આનો અભ્યાસ વધતાં જીવનમાં સદ્વૃત્તિઓ અને સદ્ગુણો સ્વયં વિકસતાં જાય છે, અને અશુભ વાસનાઓ આપોઆપ ખરી પડે છે.

પ્રારંભમાં, ઉપર્યુક્ત રીતે, અન્ય સર્વ પ્રવૃત્તિ બંધ કરીને, નિત્ય નિયત સમયે, નિરંતર, અડધો કલાક કે કલાક એ અભ્યાસ કરવો અનિવાર્ય છે; પણ એટલું જ પર્યાપ્ત નથી. ‘આત્મવિચાર’ સમગ્ર જીવનમાં વણાઈ જવો

૧૦ / સાધનાનું શિખર-સાક્ષીભાવ

જોઈએ. અન્ય પ્રવૃત્તિ દરમ્યાન પણ અંતરમાં જાગ્રત રહીને પૂછો કે ‘આ કોણ કરી રહ્યું છે?’ ક્રોધ, હર્ષ, શોક આદિ કોઈ લાગણી ઊઠે ત્યારે પણ જાગ્રત બની અવલોકન કરો કે આ લાગણી કોને ઊઠે છે? પ્રસન્ન કે ખિન્ન કોણ થઈ રહ્યું છે? પ્રત્યેક વિચાર-વિકલ્પ ઊઠતાં જ, જાગ્રત રહી, પ્રશ્ન કરો કે તે વિચાર કોણ કરે છે? — આ જાતનો વ્યૂહ મોહ સાથેના સંગ્રામમાં તમારો જય નિશ્ચિત બનાવે છે. સતત / નિરંતર ચાલુ રહેતા ‘આત્મવિચાર’ દ્વારા આત્મજાગૃતિ વધે છે અને દેહાત્મબુદ્ધિ મોળી પડતી જાય છે; પરિણામે ‘અહં’નું બહુધા અનુત્થાન અને સંકલ્પ-વિકલ્પની અલ્પતા સહજ બને છે.

આ પ્રક્રિયાની વિશેષતા એ છે કે એના અભ્યાસના પ્રારંભથી જ દેહાત્મબુદ્ધિ ઉપર પ્રહાર થતો રહે છે, તેથી એના દ્વારા એકાગ્રતાનો અભ્યાસ, ચિત્તની શુદ્ધિ અને મોહનો હ્રાસ સાથોસાથ થતાં રહે છે.^૨

નિજ શુદ્ધ જ્ઞાયક સ્વરૂપ સાથેનું અનુસંધાન

રોજિંદા જીવનવ્યવહારની અનેકવિધ પ્રવૃત્તિઓ, સંપર્કો, વાતચીત અને વિચારણા દ્વારા આપણા ચિત્ત ઉપર એક પ્રકારનું મોહનું જે ધુમ્મસ છવાતું રહે છે, તેનાથી એને મુક્ત રાખવાની અથવા એ ધુમ્મસને વિખેરી નાખવાની કંઈક યોજના સાધકના જીવનમાં હોવી જોઈએ.

મોહના હ્રાસ માટે સ્વરૂપનું અનુસંધાન એ પ્રબળ શસ્ત્ર છે.^૩ તેથી સર્વ

૨. ‘આત્મવિચાર’ વિષયક સવિસ્તર પથદર્શન માટે જુઓ :

- (i) *Maha Yoga*, by ‘Who’, Sri Ramanasramam, Tiravannamalai, South India, 606 603;
- (ii) *Be As you Are – The Teachings of Sri Raman Maharshi*, edited by David Godman, Chaps; 4, 5, 6 (pp, 45-80), Arkana Paperbacks (1985), Routledge & Kegan Paul, London.

૩. (i) શુદ્ધાત્મદ્રવ્યમેવાહં શુદ્ધજ્ઞાનં ગુણો મમ ।

નાન્યોઽહં ન મમાન્યે ચેત્યદો મોહાસ્ત્રમુલ્બળમ્ ॥

— જ્ઞાનસાર, મોહત્યાગાષ્ટક, શ્લોક ૨.

(ii) મુનેર્યદિ મનો મોહાદ્રાગાદૈરભિભૂયતે ।

તન્નિયોજ્યાત્મનસ્તત્ત્વે તાનેવ ક્ષિપતિ ક્ષણાત્ ॥

— શુભચંદ્રાચાર્યકૃત જ્ઞાનાર્ણવ, સર્ગ ૩૨, શ્લોક ૫૧.

કાળના જ્ઞાની પુરુષો મુમુક્ષુને આત્મસ્વરૂપનું અવલંબન લેવા અનુરોધ કરે છે.

આચાર્ય હરિભદ્રસૂરિ મહારાજે આ વાતનો નિર્દેશ આપતાં ‘યોગદષ્ટિ-સમુચ્ચય’ નામના ગ્રંથમાં કહ્યું છે કે —

“પ્રારંભિક કક્ષામાં જુદા જુદા દર્શનના અનુયાયીઓ ભલે ભિન્ન ભિન્ન રીતે ઉપાસના કરતા હોય, પણ અંતે તો સર્વ મુમુક્ષુઓ બાહ્ય વિષયોથી અને ચિત્તમાં ઊઠતા સંકલ્પ-વિકલ્પથી પણ ખસીને સ્વભાવનું અવલંબન લેવારૂપ એક જ માર્ગે ગતિ કરે છે.”*

મુનિજીવનમાં પણ આ જ મહત્ત્વની સાધના છે; એ તથ્ય પ્રત્યે લક્ષ્યેયતાં યશોવિજયજી મહારાજે કહ્યું છે કે —

“ચિત્તને આત્મામાં એકાગ્રપણે સ્થાપીને અશુભ ચિત્ત-વૃત્તિઓનો નિરોધ કરવો એ ઉત્તમ સાધન છે. સાધુ પાસેથી માત્ર બહિરંગ સાધનાની નહિ, પણ આવી અંતરંગ સાધનાની અપેક્ષા રખાઈ છે; કારણ, આ અધ્યાત્મ-ધ્યાનયોગ બધાં જ શાસ્ત્રોનું નવનીત છે. તે પરમ સંવરૂપ છે. અને એ જેમ જેમ આત્મસાત્ થાય તેમ તેમ સાધક સામ્યસુખનો વધુ ને વધુ અનુભવ કરે છે; આનંદ વૃદ્ધિગત થતાં તે અહીં જ મુક્તિસુખ ચાખે છે.”*

-
૪. एक एव तु मार्गोऽपि तेषां शमपरायणः ।
अवस्थाभेदभेदेऽपि जलधौ तीरमार्गवत् ॥

— યોગદષ્ટિસમુચ્ચય, શ્લોક, ૧૨૮.

૫. अन्तरंगयन्त्र एव साधूनामपेक्षितो... न तु बहिरंग एवेति दृढयन्त्राह —
जत्तो अ अंतरंगो अज्झप्पज्ઞાણજોગઓ જુત્તો ।
જં एसो च्चिय सारो सयलंमि वि जोगसत्थंमि ॥

ટીકા — યન્ત્રશ્ચાન્તરંગોઽધ્યાત્મધ્યાનયોગત આત્મન્યેવૈકાગ્રચિત્તવ્યાપારાદ્ વિદ્યમાનક્લિષ્ટચિત્તનિરોધલક્ષણોપેક્ષાસંયમાદ યુક્તઃ । યદ્ યસ્માદેષ એવાધ્યાત્મધ્યાનયોગ એવ સકલેઽપિ યોગશાસ્ત્રે સારઃ ।

एअंमि परिणमंते आणंदस्सावि होइ परिवुड्ढी ।
एअं चिय साहूणं जीवन्मुत्तत्तणं जुत्तं ॥

— ઉપા. યશોવિજયજી, ઉપદેશરહસ્ય, શ્લોક ૧૮૦-૧૮૧.

૧૨ / સાધનાનું શિખર-સાક્ષીભાવ

અન્યત્ર પણ કહ્યું છે કે —

નિશ્ચે શુદ્ધ સરૂપ કી, ચિંતન વારંવાર;
નિજ સરૂપ વિચારણા, કરવી ચિત્ત મઝાર.
અતિ ચિરતા ઉપયોગ કી, શુદ્ધ સરૂપ કે માંહી;
કરતાં ભવદુઃખ સવિ ટલે, નિર્મલતા લહે તાંહી.
એહ ઉપયોગે વરતતાં, ચિર ભાવે લયલીન;
નિર્વિકલ્પ રસ અનુભવે, નિજ ગુણમાં હોય પીન.
તિણ કારણ નિજ રૂપમાં, ફિરી ફિરી કરો ઉપયોગ;
ચિંતું ગતિ બ્રમણ મિટાવવા, એહ સમ નહીં કોઈ જોગ.^૬

— સર્વ શાસ્ત્રો અને સાધનાપદ્ધતિઓનું નવનીત

ભગવદ્ગીતામાં શ્રીકૃષ્ણના મુખે અર્જુનને આ જ સલાહ મળી છે :
“અંતર્મુખ થઈને ધીરે ધીરે મનને આત્મામાં સ્થાપવું અને અન્ય કંઈ ચિંતન ન કરવું. ચંચળ મન બહાર જાય કે ત્યાંથી પાછું વાળીને તેને ફરી ફરી આત્મામાં જ લાવવું.”^૭ દિગંબરાચાર્ય શ્રી પૂજ્યપાદે પણ મુમુક્ષુને અનુરોધ કર્યો છે કે બહિરાત્મભાવ — દેહાદિ બાહ્ય વિષયોમાં ‘હું’ અને ‘મારું’ એવી બુદ્ધિ — છોડી દઈને, અંતરાત્મભાવ — ‘હું આત્મા છું. શરીરાદિનો સાક્ષી માત્ર છું’ એ વૃત્તિ — માં સ્થિર થઈ તેણે સર્વ-સંકલ્પવર્જિત પરમાત્માની ભાવના કરવી.^૮ ‘જ્ઞાનાર્ણવ’ ના કર્તા શ્રી શુભચંદ્રાચાર્યે પણ સ્વાનુભવપૂર્વક

૬. સમાધિવિચાર/મરણ-સમાધિ-વિચાર, દુહા ૧૮૮, ૨૦૧, ૨૦૩, ૨૧૫.

૭. શનૈઃ શનૈરુપમેદ્ બુદ્ધ્યા ધૃતિગૃહીતયા ।
આત્મસંસ્થં મનઃ કૃત્વા, ન કિંચ્છિદપિ ચિન્તયેત્ ॥
યતો યતો નિઃસરતિ, મનશ્ચન્નલમસ્થિરમ્ ।
તતસ્તતો નિયમ્યૈતદાત્મન્યેવ વશં નયેત્ ॥

— ભગવદ્ગીતા, અધ્યાય ૬, શ્લોક ૨૫-૨૬.

૮. ત્યક્ત્વૈવંં બહિરાત્માનમન્તરાત્મવ્યવસ્થિતઃ ।
ભાવયેત્ પરમાત્માનં, સર્વસંકલ્પવર્જિતમ્ ॥

— સમાધિતંત્ર, શ્લોક ૨૭.

આ જ વાત ઉચ્ચારી છે.^૯ હેમચંદ્રસૂરિ મહારાજ પણ ‘યોગશાસ્ત્ર’ના અંતે સ્વાનુભવના રણકા સાથે આ જ વાત કરે છે.^{૧૦}

‘આ કાયા, મન અને વાણી એ હું નથી, અને તેથી એનાથી ભોગવાતા વિષયો તેમજ સર્વ ઔદયિક ભાવો એ મારા નથી,’ — એવી બુદ્ધિ થતાં, શરીરાદિ ઔદયિક ભાવો અને વિષયોમાંથી રાગ-દ્વેષ છૂટતા જાય છે; અને જેટલા અંશે રાગ-દ્વેષ ઓછા થાય છે તેટલા અંશે આત્મા સ્થિરતાનો અને શાંતિનો—પ્રશમસુખનો અનુભવ કરે છે. માટે, દેહમાં આત્મબુદ્ધિ છોડી દઈને અંતર્મુખ થવાની ઉપર્યુક્ત પ્રેરણા મુમુક્ષુને શાસ્ત્રો જુદી જુદી અનેક રીતે આપે છે :

શુદ્ધાત્માનું સતત અનુસંધાન પરમાત્મસમાપત્તિનો હેતુ છે.^{૧૧} તેથી આત્મજ્ઞાન ઝંખતા સાધકોએ જ્ઞાનપૂર્વક અંતર્મુખ થવું.^{૧૨} દશ્યની સાથે તાદાત્મ્ય ન અનુભવતાં, સાધકે તેના માત્ર દ્રષ્ટા જ બની રહેવું — પોતાના દેહ અને મનને પણ એ દશ્યના એક ભાગ તરીકે જ જોવાં — અર્થાત્ પોતાના દેહની અને મનની પ્રવૃત્તિઓ અને વિશેષતાઓથી પોતે ગૌરવ કે ગ્લાની ન અનુભવતાં, તેના માત્ર પ્રેક્ષક જ રહેવું.^{૧૩} નિશ્ચય

૯. અપાસ્ય બહિરાત્માનં સુસ્થિરેણાંતરાત્મના ।

ધ્યાયેદ્વિશુદ્ધમત્યંતં, પરમાત્માનમવ્યયમ્ ॥

— જ્ઞાનાર્ણવ, સર્ગ ૩૨, શ્લોક ૧૦.

૧૦. યોગશાસ્ત્ર, પ્રકાશ ૧૨, શ્લોક ૬-૧૨.

૧૧. (i) ઉપાધ્યાય યશોવિજયજીકૃત ‘નયોપદેશ’ અને તેની સ્વોપજા ટીકા ‘નયામૃતતરંગિણી’, શ્લોક ૧.

(ii) અણ્ણે પુગ્ગલભાવા, અણ્ણો ણ્ણો ય નાણમિત્તોઽહમ્ ।

સુદ્ધો એસ વિઅપ્પો, અવિઅપ્પસમાહિસંજ્ઞણો ॥

— ધર્મપરીક્ષા, ગાથા, ૧૦૩ (વિવેચન માટે ટીકા જુઓ).

૧૨. તેનાત્મદર્શનાકાંક્ષી, જ્ઞાનેનાન્તર્મુખો ભવેત્ ।

દ્રઘદૃઘાત્મતા મુક્તિ- દૃશ્યૈકાત્મ્યં ભવભ્રમઃ ॥

— અધ્યાત્મોપનિષદ્ જ્ઞાનયોગ, શ્લોક ૫.

૧૩. કર્મજેભ્યઃ સમસ્તેભ્યો ભાવેભ્યો ભિન્નમન્વહમ્ ।

જ્ઞસ્વભાવં ઉદાસીનં પશ્યેદાત્માનમાત્મના ॥

— તત્વાનુશાસન, અ. ૫, શ્લોક ૨૪, (૧૬૪).

૧૪ / સાધનાનું શિખર-સાક્ષીભાવ

નયે આત્મા અખંડ આનંદ અને જ્ઞાનસ્વરૂપ છે. એ ‘અખંડ આનંદ અને જ્ઞાનસ્વરૂપ જ હું છું; મન-વાણી-કાયા એ હું નથી; મન-વાણી-કાયાથી થતાં કાર્યો એ મારાં નથી’ — આ ભાનપૂર્વક, *મન-વાણી-કાયાથી થતી ક્રિયાને શાંતભાવે માત્ર જોયા કરો.*^{૧૪} ‘હું ગોરો, સ્થૂળ, કૃશ છું’ એ રીતે કાયા સાથે તાદાત્મ્ય ન અનુભવતાં, ‘એક માત્ર જ્ઞાન એ જ મારી કાયા છે’ એ તથ્યથી ભાવિત થવું, અર્થાત્ માત્ર શુદ્ધ જ્ઞાયક ભાવ સાથે — જ્ઞાન સાથે — જ પોતાનું તાદાત્મ્ય અનુભવવું.^{૧૫}

આ દેહમાં આત્મભાવના કરવી તે દેહાંતરગતિનું અર્થાત્ ભવભ્રમણનું બીજ છે, જ્યારે આત્મામાં જ આત્મભાવના એ વિદેહ-નિષ્પત્તિનું અર્થાત્ મુક્તિનું બીજ છે.^{૧૬} ચિરકાળથી દંઢમૂળ થયેલા અવિદ્યાના સંસ્કારોના કારણે ચિત્ત આત્મતત્ત્વથી દૂર રહે છે, પરંતુ તે જ ચિત્ત જ્ઞાનથી વાસિત થતાં હૃદયગુહામાં રહેલ આત્મદેવને જુએ છે.^{૧૭}

સાધનાના પ્રારંભમાં એકત્વ, અન્યત્વાદિ ભાવનાઓનો અભ્યાસ જ્ઞાનીઓએ સૂચવ્યો છે, તેનું હાર્દ પકડાય તો એ અભ્યાસ દ્વારા અંતર્મુખતા પ્રગટે. અવચેતન મનમાં ચિરકાળથી દંઢમૂળ થયેલા દેહાત્મબુદ્ધિના સંસ્કારને

૧૪. દેહ મન વચન પુદ્ગલ થકી, કર્મથી ભિન્ન તુજ રૂપ રે;
 અક્ષય અકલંક છે જીવનું, જ્ઞાન આનંદ સ્વરૂપ રે.
 કર્મથી કલ્પના ઉપજે, પવનથી જેમ જલધિવેલ રે;
 રૂપ પ્રગટે સહજ આપણું, દેખતાં દૃષ્ટિ સ્થિર મેલ રે.

— ઉપા. યશોવિજયજીકૃત અમૃતવેલની સજગ્રાથ, ગાથા ૨૪-૨૫.

૧૫. ગૌરઃ સ્થૂલઃ કૃશો વાઽહમિત્યંગેનાવિશેષયન્ ।
 આત્માનં ધારયેન્નિત્યં કેવલજ્ઞસિવિગ્રહમ્ ॥

— સમાધિતંત્ર, શ્લોક ૭૦.

૧૬. દેહાન્તરગતેર્બીજં, દેહેઽસ્મિન્નાત્મભાવના ।
 બીજં વિદેહનિષ્પત્તેરાત્મન્યેવાત્મભાવના ॥

— એજન, શ્લોક ૭૪; સરખાવો : એજન, શ્લોક ૬૨.

૧૭. અજ્ઞાનવિપ્લુતં ચેતઃ સ્વતત્ત્વાદપવર્તતે ।
 વિજ્ઞાનવાસિતં તદ્ધિ, પચ્યત્યંતઃપુરે પ્રભુમ્ ॥

— જ્ઞાનાર્ણવ, સર્ગ ૩૨, શ્લોક ૫૦.

કારણે સામાન્યતઃ માનવી સતત પરના વિચારોમાં રોકાયેલો રહે છે. જ્યાં તે ‘પોતાનો’ વિચાર કરે છે ત્યાં પણ પારમાર્થિક દૃષ્ટિએ, એ પરનો વિચાર હોય છે. ધન-માલ, કુટુંબ-પરિવાર વગેરેથી પોતે જુદો છે એ ભાનની સાથે, સામાન્યતઃ માનવીને જેમાં ‘હું’ બુદ્ધિ થાય છે તે કાયાથી પણ પોતે જુદો છે એ ભાન કેળવાય તો એકત્વ-અન્યત્વ ભાવનાનો અભ્યાસ સાર્થક થાય; અન્યથા, દેહાત્મબુદ્ધિ અકબંધ રહે અને ‘સ્વજન-પરિવાર આદિ પરાયાં છે’ એ વિચાર જ ઘૂંટાતો રહે તો, સંભવ છે કે, સાચી આધ્યાત્મિકતાને બદલે નરી સ્વાર્થવૃત્તિ જ ચિત્તમાં આસન જમાવે. તેથી અંતર્મુખ રહેવા ઈચ્છનાર સાધકે પોતાના સમગ્ર બાહ્ય વ્યક્તિત્વનું સંશોધન કરવું રહ્યું. એમ કરતાં તેને પોતાનો દેહ પરાયો લાગે એટલું જ નહિ, ઈચ્છાઓ, લાગણીઓ અને વિચારો સુધ્યાં તેને પોતાથી ભિન્ન લાગે ત્યારે સમજવું કે તે ખરેખર અંતર્મુખ બન્યો છે.^{૧૮}

શુદ્ધ જ્ઞાયકભાવ પ્રગટતાં, તે જ ક્ષણે, મુક્તિની લહેરખીનો સ્પર્શ અનુભવાય છે — બાહ્ય સમસ્ત દશ્ય જગતથી તમે જાતને સાવ સ્વતંત્ર અનુભવો છો. દેહ અને મનથી એટલે કે, દેહના પર્યાયો અને મનના પર્યાયોથી જે પોતાને ભિન્ન જોઈ શકે તે પોતાના કર્મકૃત વ્યક્તિત્વથી ઉપર ઊઠે છે. તે એ જોઈ શકે છે કે દેહ અને મનનાં બધાં પરિવર્તનો વચ્ચે પોતે એક અખંડ સત્તારૂપે અચલ રહે છે, અને બાહ્ય સર્વ પરિવર્તનોથી — પ્રાપ્તિઓ, સંયોગો, કે વિચારોથી — પોતાને કશાં હાનિ-લાભ નથી. આ દૃષ્ટિ ખૂલવાથી રતિ-અરતિ કે રાગ-દ્વેષના વમળમાં અટવાયા વિના, સમભાવમાં રહી, સંકલ્પ-વિકલ્પની પકડમાંથી તે મુક્ત બની જાય છે.^{૧૯}

૧૮. અવિપર્યસ્તવિજ્ઞાતુઃ, પુરુષસ્યાપ્રમાદિનઃ ।

મનોવિકારજાલં હિ, સ્વસ્માત્ મિનં પ્રકાશતે ॥

— ઉપમિતિભવપ્રપંચકથા, પ્રસ્તાવ ૭, શ્લોક ૫૦૨.

૧૯. (i) તતો વિવિક્તમાત્માનં, સદાનન્દં પ્રપશ્યતઃ ।

નાડસ્ય સંજાયતે દ્વેષો દુઃખે નાડપિ સુખે સ્પૃહા ॥

— એજન, શ્લોક ૫૦૩.

(ii) સેના રાખસ મોહ કી, જીપે સુખે પ્રબુદ્ધઃ

બ્રહ્મભાત ઈક લેઈ કે, સમતા અંતર શુદ્ધ.

— સમતાશતક, ગાથા ૯૪.

નિજ શાશ્વત સત્તા સાથેનું અનુસંધાન

પોતાની કર્મકૃત અવસ્થાઓ સાથેનું—ક્ષણિક પર્યાયો સાથેનું — તાદાત્મ્ય તોડીને એ સઘળાં પરિવર્તનોને સાક્ષીભાવે જોવાનું સામર્થ્ય ખીલવવા માટે, શ્રી રમણ મહર્ષિના સુપ્રસિદ્ધ અનુયાયી, ડૉ. પૉલ બ્રન્ટને એક પ્રક્રિયા ચીંધી છે^{૨૦} કે જેના અભ્યાસ માટે એકાંત સ્થળે કે નિયત સમયે બેસવાની આવશ્યકતા નથી રહેતી — ફુરસદની ક્ષણોમાં અને પ્રવૃત્તિની વચ્ચે પણ એનો અભ્યાસ કરી શકાય છે અને, એકી સાથે માત્ર બે-ચાર મિનિટનો જ સમય કાઢવો પડતો હોવાથી, આ અભ્યાસ અર્થે સાધકને પોતાની દિનચર્યામાં મોટું પરિવર્તન પણ કરવું પડતું નથી.

આ માટે, પ્રથમ તો, હાથમાં જે કંઈ કામ હોય તેને એકાએક થંભાવી દઈ, પોતે જ્યાં હોય ત્યાં, તત્ક્ષણ અંતર્મુખ બની જવાની કળા સાધકે હસ્તગત કરવી રહી. ચિત્તમાં ધૂમરાતાં વિચારો કે આકાંક્ષાઓને તત્ક્ષણ બાજુએ હડસેલી, ચાલુ સ્વપ્નમાંથી એકાએક જાગી જતો માણસ તે સ્વપ્નને જે રીતે જુએ તેમ, સ્તંભિત કરી દીધેલી પોતાની વૃત્તિ-પ્રવૃત્તિને અળગા રહીને જોવી. સ્વપ્નમાંથી જાગી ગયેલી વ્યક્તિ જોઈ શકે છે કે સ્વપ્નમાં પોતે અનેક પ્રવૃત્તિઓમાં ગૂંથાયેલી, ચિત્રવિચિત્ર કામનાઓ અને ઊર્મિઓના પ્રવાહમાં તણાતી અને હર્ષ-શોકાદિ લાગણીઓ અનુભવતી હોવા છતાં, વાસ્તવમાં તો તે વખતે પોતે પથારીમાં નિશ્ચેષ્ટ જ પડી હતી; તેમ આ રીતે અંતર્મુખ થઈને એ અનુભવો કે કાયા અને મનની અનેકવિધ પ્રવૃત્તિ અને દોડધામ વચ્ચે તમે તો એના એકસરખા પ્રેક્ષક જ રહ્યા છો; બાહ્ય સર્વ પરિવર્તનોથી કે કાળની ગતિથી તમારી શાશ્વત સત્તા અસ્પૃષ્ટ જ રહી છે. ચલચિત્રના પડદા ઉપર જેમ ચિત્રવિચિત્ર અનેક પ્રકારનાં ચિત્રો ઘડીભર ઝબકી જાય છે, પરંતુ એની કોઈ અસર પડદાને નથી થતી; ચિત્રો પલટાતાં જાય કે સમૂળગાં બંધ પડે, પણ પડદો તો સદા એકસરખો રહે છે; તેમ એ અનુભવ કરો કે મન-વાણી-કાયાના પલટાતા પર્યાયો વચ્ચે તમારી એક સ્થિર સત્તા છે કે જે સઘળા ક્ષણિક અનુભવો અને ઘટનાપ્રવાહને નિહાળે છે. મન-વાણી-કાયાના પર્યાયો કાળના પ્રવાહ સાથે ક્રમશઃ દેખા

૨૦. Dr. Paul Brunton, 'The Wisdom of the Overself', pp. 236-238' (Rider & Co., London)

દઈ વિલીન થાય છે; જ્યારે એને નીરખનાર ચેતના, પડદાની જેમ, એ પ્રવાહથી અસ્પૃષ્ટ અને અદૃષ્ટ રહે છે; એને માટે કાળના ભૂત-ભાવિ-વર્તમાન એવા કોઈ વિભાગ નથી, એ શાશ્વત સત્તા છે. *પલટાતા દૃશ્યપર્યાયો નહિ પણ, પરિવર્તનશીલ એ પર્યાયધારાને જોનાર અદૃષ્ટ સ્થિર તત્ત્વ એ જ 'તમે' છો એ અનુભવ સાથે આ અભ્યાસ સમાપ્ત કરો.*^{૨૧} અર્થાત્ જ્ઞાનસ્વરૂપ તમારા શાશ્વત અસ્તિત્વ સાથે તાદાત્મ્ય સ્થાપીને, કાળ સાથે સંબંધ રાખનાર આભાસિક પર્યાયને મહત્ત્વ ન આપો.

આ અભ્યાસ દિવસમાં અનેક વાર થવો જોઈએ. જ્યારે પણ કુરસદ મળે ત્યારે આ અભ્યાસ કરવો, એટલું જ નહિ, રોજિંદી પ્રવૃત્તિની વચ્ચે વચ્ચે પણ થોડો અવકાશ મેળવી આ અભ્યાસ કરતા રહેવું અને, હાથમાંની પ્રવૃત્તિ ઓચિંતી થંભાવીને, અન્ય સર્વ વિચારો સમેટી લઈ, એકાએક નવા દૃષ્ટિકોણમાં સરકી જવાનું કૌશલ્ય પ્રાપ્ત કરવું એમાં આ પ્રક્રિયાની સફળતાની કુંચી રહેલી છે.

આ અભ્યાસ વધતાં 'ભવપ્રપંચ મનજાલકી, બાજુ જૂઠી મૂળ'^{૨૨}— આ વચનનું તથ્ય સાધક સમક્ષ સ્પષ્ટ થતું જાય છે. કાળ સાથે સંબંધિત પોતાનું સમગ્ર જીવન તેને એક સ્વપ્ન જેવું કે ઈન્દ્રજાળ સમાન ભાસે છે, અને શુદ્ધ જ્ઞાયકભાવનો કંઈક અણસાર તેને પ્રાપ્ત થવા માંડે છે; અવારનવાર, *અનાયાસ* અને *અચાનક* જ, પોતાના પરિવર્તનશીલ પર્યાયો અને જીવનની ક્ષણિક ઘટનાઓને તટસ્થ પ્રેક્ષકની જેમ નિર્લેપભાવે જોતા હોવાનો અનુભવ તેને થાય છે. આ અનુભવના પુનરાવર્તનો સાથે, સંસારનાટકને પ્રેક્ષકભાવે જોવાની ક્ષમતા સાધકમાં વિકસતી જાય છે.

શ્રી જિનેશ્વરદેવના સ્વરૂપનું સ્મરણ-ચિંતન

સીધું જ નિરાકારનું અનુસંધાન કરવું એના કરતાં સાકારના અવલંબને નિરાકાર સાથે સંબંધ સ્થાપવો વધુ સરળ પડે એ સ્વાભાવિક છે.

૨૧. यद् दृश्यं तदहं नास्मि, यच्चादृश्यं तदस्म्यहम् ।

अतोऽत्रात्मधियं हित्वा, चित्स्वरूपं निजं श्रये ॥

— અધ્યાત્મર્ષિદુ, દા. ૨, શ્લોક ૧૮.

શ્રી જિનેશ્વરદેવમાં નિરાકાર શુદ્ધ ચૈતન્ય આપણે જોઈ-સમજી શકીએ તે રીતે વ્યક્ત થાય છે. તેથી, ચેતનાને દશ્યમાં એકાકાર થતી રોકીને તત્ક્ષણ અંતર્મુખ બની દ્રષ્ટાભાવમાં સ્થાપિત થવાની ઉપર્યુક્ત પ્રક્રિયા જેમને આકર્ષીત શકે — તે માટેની અભિરુચિ કે ક્ષમતા જેઓ ન ધરાવતા હોય — તેઓ શ્રી જિનેશ્વરદેવના સ્વરૂપના સ્મરણ-ચિંતન વડે આ દિશામાં આગળ વધી શકે છે. એવા મુમુક્ષુઓ ફુરસદની ક્ષણોમાં અને, ઉપર્યુક્ત રીતે, અન્ય પ્રવૃત્તિને થંભાવી દઈ પ્રવૃત્તિની વચ્ચે વચ્ચે, દિવસમાં અનેક વાર, શ્રદ્ધા-ભક્તિપૂર્વક શ્રી જિનેશ્વરદેવના સ્વરૂપનું સ્મરણ-ચિંતન અને સાથે સાથે અવસરે અવસરે આત્મનિરીક્ષણ કરી જુએ. માનવમનના અતલ ઊંડાણમાં ચાલતી ગતિ-વિધિને સમજવા મથતા આધુનિક મનોવૈજ્ઞાનિકો એ નિષ્કર્ષ ઉપર આવ્યા છે કે “કોઈ લક્ષ્યને આંખવા આપણે મથતા હોઈએ તો તેનો સહેલો રસ્તો એ છે કે જેણે તે લક્ષ્ય સિદ્ધ કર્યું હોય એવી વ્યક્તિને તમારા આદર્શ તરીકે તમારી સમક્ષ રાખી એનું અનુકરણ કરો. અનુકરણમાં મહેનતની, ઈચ્છાશક્તિની કે યોજનાબદ્ધ સભાન પ્રયત્નની આવશ્યકતા નથી રહેતી; એ સહજ પ્રવૃત્તિ છે. ચેતન મન કરતાં અવચેતન મનનો ફાળો એમાં વધુ રહે છે. જ્યારે તમે કશાકનું અનુકરણ કરતા હો છો ત્યારે એ વર્તન તમે થવા દો છો — કરતા નથી. અનુકરણ તમને તમારા આદર્શ ધ્યેયને દૃષ્ટિ સમક્ષ રાખવાની ફરજ પાડે છે, કારણ કે તમારે કશાકનું અનુકરણ કરવું છે. કશું પણ સામે રાખ્યા વિના તમે અનુકરણ શાનું કરશો ? ખરેખર અનુકરણ કરવા માટે તમારે તે જ થવું પડે, જેનું અનુકરણ તમે કરી રહ્યા હો; એ ‘કરવા’ કરતાં વધુ તો ‘થવા’ની પ્રક્રિયા છે.”^{૨૩}

ભૌતિક સફળતા મેળવવા જે ખંત અને નિષ્ઠાથી માણસ પ્રયત્ન કરે છે એ જ નિષ્ઠાપૂર્વક, જિનસ્વરૂપના સ્મરણ-ચિંતન સાથે આત્મનિરીક્ષણ અને પોતાની વૃત્તિ-પ્રવૃત્તિનું સંશોધન તે કરતો રહે તો, આરાધના અંગે કંઈક નવો પ્રકાશ પ્રાપ્ત થઈ રહ્યાનો અનુભવ થોડા જ વખતમાં તેને થાય છે. આ અભ્યાસ ફુરસદની પળો અને અન્ય પ્રવૃત્તિની વચ્ચે વચ્ચે થોડી ક્ષણો પૂરતો જ મર્યાદિત ન રાખતાં, જેમાં ચિત્ત રોકવું પડતું ન હોય એવી,

અન્ય સર્વ પ્રવૃત્તિની સાથે સાથે પણ ચાલુ રાખી શકાય. સૌનો અનુભવ છે કે હાલવું-ચાલવું, ખાવું-પીવું વગેરે કેટલીયે કાયિક પ્રવૃત્તિ એવી છે કે જે, આપણું ચિત્ત અન્ય વિચારોમાં રોકાયેલું હોય છતાં, યંત્રવત્ ચાલતી રહે છે. આવી પ્રવૃત્તિ વખતે, અન્ય ફાલતુ વિચારો ન કરતાં, જિન-સ્વરૂપના સ્મરણ-ચિંતનમાં ચિત્ત જોડી દેવું.

અહીં બીજો મહત્વનો મુદ્દો છે જિન-સ્વરૂપની સાચી સમજનો. જિન-સ્વરૂપના સ્મરણ-ચિંતન-ધ્યાનનું મહત્ત્વ એ કારણે છે કે તેના દ્વારા નિજ સ્વરૂપની સાચી ઓળખ સુગમતાથી મળી શકે; ^{૨૪} કહ્યું છે કે —

“સ્વામીગુણ ઓળખી સ્વામીને જે ભજે, દર્શન-શુદ્ધતા તેહ પામે.”

આમાંથી એ સંકેત મળી રહે છે કે શ્રી જિનનું અવલંબન લેવું એટલે વીતરાગતાનું અવલંબન લેવું — વીતરાગતાને જીવનનું લક્ષ્ય બનાવવું — નહિ કે શ્રી વીતરાગની કાયા, મૂર્તિ કે ફોટાને માત્ર હાથ જોડીને કૃતકૃત્ય થઈ જવાના ભ્રમમાં જીવનભર રાગવું.

કોઈ ભાષા પર પ્રભુત્વ મેળવવું હોય ત્યારે પહેલાં આપણે એની બારાખડીના વ્યક્તિગત અક્ષરોના આકાર પર ધ્યાન કેન્દ્રિત કરીએ છીએ. એ પછી શબ્દો પર — જે, કોઈ સંકલ્પના કે વિચારના ઘોતક હોય છે. હજુ જોકે આપણે અક્ષરોનો ઉપયોગ કરીએ છીએ પણ એમની પર પહેલાં જેટલું ધ્યાન આપતા નથી. સહજપણે ઓપણું લક્ષ આકાર પરથી હડીને વિચાર પર કેન્દ્રિત થયું. આગળ જતાં ધીરે ધીરે આપણે સાહિત્યના ક્ષેત્રમાં, ઉદાત્ત ભાવનાઓ અને ઉન્નત સંકલ્પનાઓના સામ્રાજ્યમાં પ્રવેશીએ છીએ. ત્યારે અક્ષરોની આકૃતિઓ નગણ્ય બની રહે છે અને સૂક્ષ્મ વ્યંજના

-
૨૪. (i) જેહ ધ્યાન અરિહંત કો, સો હી આતમધ્યાન;
ફેર કહુ ઈણ મેં નહિ, એહી જ પરમ નિધાન.

— સમાધિવિચાર, દુહો ૨૨૫.

- (ii) આત્મસ્વભાવ અગમ્ય તે, અવલંબન આધાર;
જિનપદથી દર્શાવિયો, તેહ સ્વરૂપ પ્રકાર.
જિનપદ નિજપદ એકતા, ભેદભાવ નહીં કાંઈ;
લક્ષ થવાને તેહનો, કહ્યાં શાસ્ત્ર સુખદાઈ.

— શ્રીમદ્ રાજચંદ્ર.

૨૦ / સાધનાનું શિખર-સાક્ષીભાવ

અને લક્ષણ / વાચ્યાર્થ અને લક્ષ્યાર્થ જ મહત્ત્વ ધારણ કરે છે. એ જ રીતે, મૂર્તિ પરમતત્ત્વની શ્રેષ્ઠ સંકલ્પનાની પ્રતીક છે અને એના માધ્યમ વડે એનો ભક્ત આખરે એનાથી વ્યંજિત ભગવત્તા સાથે એકરસ બની જાતે ઉન્નત અવસ્થા પ્રાપ્ત કરે છે.

કેટલાક એવા હોય છે કે જે અક્ષરોની આકૃતિને જ વળગી રહે છે અને વિચારોના પ્રદેશ સુધી પહોંચવા પ્રયાસ કરતા નથી. તેઓ અભણ કક્ષાએ જ રહી જાય છે. વ્યક્તિ જ્યારે મૂર્તિની આકૃતિ અને કર્મકાંડમાં જ બંધાઈ રહી, જેનાં તે પ્રતીક છે તે ભગવત્ તત્ત્વને પામવા તેમનો ઉપયોગ કરતી નથી, ત્યારે અક્ષરજ્ઞાનમાં જ અટકી બેઠેલા પેલા અભણ માનવીના જેવી જ એની દશા થાય છે. એની ઉપાસના અર્થવગરની અને દેખાવપૂરતી બની રહે છે.^{૨૫}

પ્રારંભ મૂર્તિ કે છબીથી ભલે થતો, પણ પછી તો એ ખ્યાલ આવવો જોઈએ કે ‘આ બાહ્ય દેહાકૃતિના — પ્રભુની પાર્થિવ કાયાનાં રૂપ, લાવણ્ય, બળના — કે ભગવાનના અન્ય વિશિષ્ટ પુણ્યના / અતિશયોના ગુણગાન કરતા બેસવું કે જિનબિંબની સાજસજજા કરતાં બેસી રહેવું એમાં શ્રી વીતરાગદેવની સાચી ભક્તિ નથી; ઊલટું, એ “અન્યથાભિનિવેશેન પ્રત્યુતાનર્થકારિણી” — “ખોટા આગ્રહની પોષક બની અનર્થકર પણ નીવડે”.^{૨૬} એટલે શરત મૂકી કે,

“સ્વામી ગુણ ઓળખી સ્વામીને જે ભજે, દર્શનશુદ્ધતા તેહ પામે.”

૨૫. Srikant, *Power in Temples*, pp. 94-95 – fourth edition, 1987. Integral Books, Payyanur, Kerala - 670 307.

૨૬. તદ્વ્યાનં સા સ્તુતિર્ભક્તિઃ સૈવોક્તા પરમાત્મનઃ ।

પુણ્યપાપવિહીનસ્ય યદ્રૂપસ્યાનુચિન્તનમ્ ॥

શરીરરૂપલાવણ્ય - વપ્રચ્છત્રધ્વજાદિભિઃ ।

વર્ણિતૈર્વીતરાગસ્ય, વાસ્તવી નોપવર્ણના ॥

અન્યથાભિનિવેશેન પ્રત્યુતાનર્થકારિણી ।

સુતીક્ષ્ણચ્છદ્ગધારેવ પ્રમાદેન કરે ધૃતા ॥

— અધ્યાત્મસાર, આત્મનિશ્ચયાધિકાર, શ્લોક ૧૨૩, ૧૨૪, ૧૨૮.

પણ શરીર-સૌજવ, બળ, ઐશ્વર્ય આદિ બાહ્ય ઓળખમાં જ અટકી જઈ શ્રી જિનની આત્મિક ગુણસમૃદ્ધિ પ્રત્યે દષ્ટિ જાય જ નહિ તો એવી માત્ર બાહ્ય ઓળખ નિજ સ્વરૂપની સાચી ઓળખ શી રીતે કરાવી શકે ?

શ્રી જિનના આંતર ગુણવૈભવનું પૂરું કે ઊંડું જ્ઞાન ભલે ન હોય, પણ તે કુણામય છે, વીતરાગ છે અર્થાત્ સર્વ ગમા-અણગમાથી પર છે, ઇચ્છા-તૃષ્ણાથી અસ્પૃષ્ટ છે અને નિજના નિરુપાધિક, નિરવધિ આનંદમાં મગ્ન રહી નિર્લેપ નેત્રે વિશ્વનાટક નિહાળી રહેલ મૂર્તિમંત જ્ઞાનજ્યોત છે — આટલી વાત તો એમના સ્મરણ સાથે મનશ્ચક્ષુ સમક્ષ ઉપસવી જ જોઈએ; અન્યથા, પરમાર્થથી એ શ્રી જિનની ઉપાસના નથી.

ત્રીજો મુદ્દો છે આત્મનિરીક્ષણપૂર્વક પોતાની વૃત્તિ-પ્રવૃત્તિના શોધનનો. ઉપર્યુક્ત ગુણોને ઉપસાવીને સાધક જિનસ્વરૂપનું સ્મરણ-ચિંતન સતત કરે અને સાથે આત્મનિરીક્ષણ કરતો રહે તો, જિનના અનુયાયી તરીકેના પોતાના કર્તવ્યનું એને સ્વયં ભાન થાય — તે અંતર્મુખ બને અને, ‘સંગ તેવો રંગ’ એ ઉક્તિ અનુસાર, તેનું ચિત્ત ઉત્તરોત્તર અધિક નિર્મળ અને સ્વસ્થ બનતું જાય. ચિત્તની નિર્મળતા વધતાં સંસારના યથાર્થ સ્વરૂપનો કંઈક સ્પષ્ટ અણસાર તેને મળે છે. તે જોઈ શકે છે કે સંસારમાં કોઈ સંયોગ, પરિસ્થિતિ કે પ્રાપ્તિ કાયમ રહી શકે જ નહિ, બધું જ ગતિશીલ છે, પરિવર્તનશીલ છે. ઉત્પત્તિ-સ્થિતિ-વિનાશ એ ત્રિપદીનું રહસ્ય તેના અંતરમાં સ્ફુટ થતું જાય છે. તે જોઈ શકે છે કે, બાહ્ય વિશ્વની પ્રત્યેક ઘટનાની કોટે એ ત્રિપુટી વળગેલી જ હોવાથી, આત્માના નિર્મળ જ્ઞાન અને નિરુપાધિક આનંદ સિવાયની બીજી કોઈ પણ પ્રાપ્તિ પાછળની દોડ કે તેને સ્થાયી બનાવવાની ઇચ્છા એ દુઃખનું જ બીજ છે. પરિણામે, દ્રષ્ટાભાવની સાધના તરફ એની દષ્ટિ જાય છે, અને ‘કંઈક મેળવવું છે’ કે ‘કંઈક થવું છે’ એવી ઇચ્છા-આકાંક્ષાઓથી મુક્ત રહી, વર્તમાન ક્ષણે જે બને તેને, કશી આતુરતા કે આસક્તિ વિના, નીરખવાના અભ્યાસ તરફ તે વળે છે.

૨૨ / સાધનાનું શિખર-સાક્ષીભાવ

જિનેશ્વરોનો ક્ષાયિક માર્ગ : સમત્વમંડિત સાક્ષીભાવ

પ્રારબ્ધકર્મ પ્રમાણે પ્રાપ્ત સુખ-દુઃખ, સંપત્તિ-વિપત્તિ, માન-અપમાન, લાભ-અલાભ, જય-પરાજયને નિર્દ્વન્દ્વભાવે વેદી લેવા — તેના દ્રષ્ટા રહી, રાગ કે દ્વેષનો વિકલ્પ કર્યા વિના, તેમાંથી માત્ર પસાર થઈ જવું — એ શ્રી જિનેશ્વર દેવે સ્વયં આચરેલું તપ છે; એમના અનુયાયી થનાર માટે એ જ પ્રમુખ સાધના છે. સમભાવ / સામયિક ભાવ એ જૈન સાધનાની ધરી છે.

પ્રારબ્ધપ્રાપ્ત પ્રસંગ, પરિસ્થિતિ, વ્યક્તિ સામે ફરિયાદ નહિ પણ તેનો શાંત-સ્વીકાર. બધું જ સ્વ-અર્જિત છે, કર્મના ગણિત મુજબ જ પ્રાપ્ત થયું છે એ શ્રદ્ધા-સમજ સાથે, અભાવ (દ્વેષ) કે આસક્તિ વિના, બાહ્ય તેમજ અંતરંગ ઘટનાપ્રવાહને કશા ભય કે વળગણ વિના નિરખી લઈ — જ્ઞાતા-દ્રષ્ટાભાવમાં રહી — પસાર થઈ જવું એ શ્રેષ્ઠ તપ છે, વિકારોથી વિમુક્તિનો ઉત્તમ ઉપાય છે.^{૨૭} અંતરમાં જન્મજન્માંતરોથી સંચિત વિભાવના સંસ્કારો — વિકારો, વાસનાઓ, આવેગો — ના થરના થર બાઝેલા હોવાથી અંતઃસ્થ ચેતનાની જ્યોતનો શુદ્ધ પ્રકાશ બહાર આવી શકતો નથી; રાગ-દ્વેષના વિકલ્પોથી કે વિપર્યાસથી તે દૂષિત બની જાય છે. જ્ઞાનોપયોગને દૂષિત કરતી સતત વહેતી રહેતી ચિત્તવૃત્તિઓની એ વણજરને જાગૃત રહી, સમ રહી, નિરખી લઈને એ વિકૃતિનાં મૂળનું ઉન્મૂલન કરવું એ શ્રી જિનેશ્વરોની સાધનાની દિશા રહી છે. કામ-ક્રોધ-લોભ-મોહ આદિ વિકારોનાં બીજ છે રાગ અને દ્વેષ; આખો સંસાર-મહેલ રાગ-દ્વેષના બે થાંભલાના આધારે ટકી રહ્યો છે એ શ્રી જિનોએ જોયું. એટલે વિધિ-નિષેધોના અનુસરણ દ્વારા કોઈ વિકાર-વિશેષના દમન કે શમનની મથામણમાં ન પડતાં, વૃત્તિઓ / વિકારોના મૂળને જાગૃતિના તેજમાં ઉદ્ઘાટિત કરી દઈ તેનું ઉન્મૂલન કરતા જવાનો માર્ગ તેમણે લીધો. વીતરાગતાની દિશામાં એ પહેલું વિરાટ ડગલું છે અને છેલ્લું ડગલું પણ એ જ છે.

૨૭. કર્મથી કલ્પના ઊપજે, પવનથી જિમ જલધિ વેલ રે;
રૂપ પ્રગટે સહજ આપણું, દેખતાં દષ્ટિ સ્થિર મેલ રે.
દેખીએ માર્ગ શિવનગરનો, જેહ ઉદાસીન પરિણામ રે;
તેહ અણછોડતાં ચાલીએ, પામીએ જિમ પરમ ધામ રે;

— ઉપા યશોવિજયજી, અમૃતવેલની સજાયા, ગાથા ૨૫, ૨૮.

વિધિ-નિષેધ જપ-તપ કર્મકાંડ આદિ દ્વારા અશુભ વૃત્તિ-પ્રવૃત્તિને અંકુશમાં લઈ શુભમાં પ્રવર્તન કરવાના માર્ગની મર્યાદા પ્રભુ વીરે જોઈ લીધી હતી. એનાથી તત્કાલીન શુભ પરિવર્તન આવેલું દેખાય, પણ વૃત્તિઓની જડનું ઉન્મૂલન થતું ન હોવાથી, ઉપશાંત થઈને પડી રહેલી એ વૃત્તિ મોડી-વહેલી ફરી સપાટી પર આવે છે ત્યારે, સાધક ઉપશાંતમોહ નામના અગ્યારમા ગુણસ્થાને પહોંચ્યો હોય તોયે પાછો નીચે ફંગોળાઈ જાય છે. ઉપશમ માર્ગની આ મર્યાદા છે — શમાવી દીધેલા દોષો અજાગૃતિની ક્ષણોમાં ફરીવાર કાર્યરત બની શકે છે. આથી, ભગવાન મહાવીરે ક્ષાયિક માર્ગ જ અપનાવ્યો. *સદા સતત* અંતર્મુખ રહી, અપ્રમત્તપણે, વૃત્તિઓનાં મૂળને નિરખી લઈ તેનું ઉન્મૂલન કરતા આગળ વધતા રહ્યા.

મહાવીર પ્રભુના દીર્ઘ સાધનાકાળમાં અનેકાનેક પરીષદ-ઉપસર્ગ એમની સામે આવ્યા. એને ટાળવા કે ખાળવા એમણે કશો પ્રયાસ કર્યો નથી — નથી એનાથી દૂર ભાગ્યા કે નથી એનો પ્રતિકાર કર્યો — સર્વત્ર સમત્વ જ એમનું આયુષ્ય રહ્યું છે. યાદ રહે કે ભાવિમાં દારુણ ઉપસર્ગો આવવાનાં છે એ જણાવી, ખુદ ઈન્દ્રે એમની સેવામાં સાથે રહેવાની અનુમતિ માગેલી, પણ ભગવાન મહાવીરે એવી કોઈ સહાય લેવાનો સ્પષ્ટ ઈન્કાર કરી દીધો હતો. કુદ્ધ ગોવાળિયાનાં આક્રોશ-અપમાન-માર, શૂલપાણિયે યક્ષે કરેલી દારુણ વેદના, કઠપૂતનાનો શીત પ્રકોપ, સંગમ દેવ દ્વારા થયેલ વિવિધ પ્રકારની યાતનાની પરંપરા વગેરે ઉપસર્ગો ભગવાને કાયોત્સર્ગ-ધ્યાનમાં અપ્રમત્ત રહી વેદી લીધા છે. ઈન્દ્રો દ્વારા પૂજા-સત્કાર-સ્તવનાની આહ્વાદક ક્ષણો કે, એનાથી સાવ વિપરીત, અપમાન-તાડન-તર્જનના વિષમ પ્રસંગો જીવનમાં ઉપસ્થિત થયા ત્યારે એ મહાસાધક એ પ્રત્યેક પ્રસંગ-પરિસ્થિતિના કેવળ દ્રષ્ટા જ રહ્યા છે — રાગ કે રોષના વિકલ્પોને અંતઃકરણમાં અવકાશ જ નથી આપ્યો. ચિત્તની વિકલ્પાત્મક અવસ્થામાં જ સુખ-દુઃખના કર્તા-ભોક્તા થવાય છે; જ્યારે એ અપ્રમત્ત સાધક તો કાયા, વાણી અને ચિત્તને સ્થિર/નિશ્ચલ રાખી ધ્યાન-કાયોત્સર્ગમાં લીન રહેતા.

— કાયોત્સર્ગ, સાધનાનું હાર્દ

ભગવાન મહાવીર દીક્ષા અંગીકાર કર્યા પછી સાડા બાર વર્ષ, આહાર અને ઊંઘ લેવા પ્રત્યે પણ ઉદાસીન રહી, એકાંત અને નિર્જન સ્થાનોમાં

૨૪ / સાધનાનું શિખર-સાક્ષીભાવ

નિરંતર અપ્રમત્તપણે કાઉસ્સગ્ગધ્યાને રહ્યા એ આપણે જાણીએ છીએ; પણ એ સમજવા આપણે કદી પ્રયાસ કર્યો છે ખરો કે કાયોત્સર્ગની સાધનાનું હાર્દ શું ? કર્મક્ષય સાથે અને દોષક્ષય સાથે કાયોત્સર્ગને શો સંબંધ છે ? કેટલો સંબંધ છે ? કેવા પ્રકારનો સંબંધ છે ? આટલા દીર્ઘ કાળ સુધી કાયોત્સર્ગની સાધના શા માટે ? દેખીતી રીતે તો કાયોત્સર્ગ કરવો એટલે સાવ નિશ્ચેષ્ટ બેસી રહેવું, ઊભા રહેવું કે શવાસનમાં પડ્યા રહેવું — એને આટલું બધું મહત્ત્વ શા માટે ? આગમો કહે છે કે ‘કાયોત્સર્ગથી ચિત્તની એકાગ્રતા લાધે, શરીરની જડતા દૂર થાય અર્થાત્ શરીર હળવું ફૂલ અનુભવાય અને સુખ કે દુઃખનાં નિમિત્તોમાં રાગ-દ્વેષ ન જન્મે. આ પરિણામ ન આવતું હોય તો એ કાયોત્સર્ગ જ નથી.’ કાયોત્સર્ગનો આપણો અનુભવ શો છે — એકાગ્રતા, લાઘવ અને સમતા ? કે ‘કાઉસ્સગ્ગ ક્યારે પૂરો થાય’ એ આકુળતા ? કાયોત્સર્ગની શ્રી જિનેશ્વર-નિર્દિષ્ટ પ્રક્રિયા આપણે ખોઈ બેઠા છીએ એમ નથી લાગતું ? આજે કાઉસ્સગ્ગમાં આપણે નવકાર કે લોગસ્સ ગણીએ છીએ; આગમોમાં કાયોત્સર્ગની સમય-મર્યાદા સર્વત્ર શ્વાસોચ્છ્વાસની સંખ્યાથી દર્શાવાઈ છે. આપણે શ્વાસોચ્છ્વાસનું અવલંબન લઈને ધ્યાન કરનારનો ઉપહાસ કરીએ છીએ !

— શ્વાસોચ્છ્વાસનું અવલંબન / શા માટે ?

પૂર્વે આપણે જોયું કે વિચાર કે શબ્દસંકેત દ્વારા વિપર્યાસ-મુક્ત સ્વરૂપબોધ થવો શક્ય નથી; કારણ કે, વિચારનો આધાર જ અવિદ્યા છે*. વિચાર જન્મે છે મન-ઈન્દ્રિયો વડે પૂર્વે જે અનુભવ્યું હોય એના સ્મૃતિ સંસ્કારમાંથી, અને મન ઈન્દ્રિયો દ્વારા પ્રાપ્ત જ્ઞાન તો કુંઠિત / વિકૃત હોય છે. (એ વિચારણા ‘જાગીને જોઉં તો જગત દીસે નહિ !’ એ પ્રકરણમાં પૂર્વે આપણે કરી ગયા છીએ.) વિચારની જેમ જ શબ્દસંકેત કે સંકલ્પનાઓનો આધાર પણ મન-ઈન્દ્રિયો વડે પૂર્વે મેળવાયેલ કુંઠિત જ્ઞાન છે. આથી, તત્ત્વનો યથાર્થ બોધ એ માર્ગે અસંભવ છે. ઈન્દ્રિયો અને મનને અતિક્રમી જઈને જ સ્વરૂપનો યથાર્થ બોધ પામી શકાય.

પરંતુ સામાન્યતઃ માનવીના ચિત્તનો ચરખો અવિરત ચાલતો જ રહે છે; એ એને ક્ષણભર પણ બંધ કરી શકતો નથી. એકાંતમાં આંખ બંધ

* જુઓ ‘આત્મજ્ઞાન અને સાધનાપથ’, પ્રકરણ ત્રીજું, પાદનોંધ ૪.

રાખીને, ઈન્દ્રિયોનો પ્રત્યાહાર કરીને, બેસે તોયે તેના ચિત્તમાં તો વિચારોની વણજાર અવિરત ચાલતી જ રહે છે; ચિત્તની પ્રવૃત્તિ અટકતી જ નથી. માટે, આત્મદર્શનાકાંક્ષી મુમુક્ષુ ચંચળ ચિત્તને એકાગ્ર કરવા પ્રથમ કોઈક શબ્દ, ધ્વનિ, રૂપ, આકાર કે વિચારનો આધાર લે છે. કાંટાથી કાંટો કાઢવા જેવો આ પ્રયાસ છે. ગામડાઓના કે જંગલના કાચા રસ્તાઓ પર પાદવિહાર કરતાં પગે કાંટો વાગે અને સોય વગેરે કશું હાથવગું ન હોય ત્યારે, રસ્તા પરથી શૂળ લઈને પગમાં પેસી ગયેલા કાંટાને કાઢવો પડે, પણ પછી એ શૂળને ફેંકી દઈ માણસ આગળ વધે છે. એ જ રીતે, આત્મદર્શનાકાંક્ષી મુમુક્ષુએ પણ પ્રારંભમાં કોઈ નામ-રૂપ સ્વીકાર્યા હોય તોયે, અવસર આવ્યે તેને પડતાં મૂકીને તે આગળ વધે છે. એ નામ-રૂપ તેનાં ઈષ્ટદેવનાં હોય કે ગુરુનાં હોય તોયે એને છોડવાં જ પડે છે; કારણ કે, નામ કે રૂપનું અવલંબન લેવાનું ચાલુ રહે ત્યાં સુધી, મન રહેતું હોવાથી, પરમાત્માનો સાક્ષાત્કાર નથી થઈ શકતો. (ધ્યાનમાં પોતાના ઈષ્ટ દેવનાં કે ગુરુનાં દર્શન થાય એ સાક્ષાત્કાર નથી; એ માનસિક આભાસ/vision છે.)

એ કેટલું સૂચક છે કે ભગવાન મહાવીરે ચિત્તની પકડમાંથી છૂટવા માટે પ્રારંભથી જ કોઈ સંકલ્પના — મૂર્તિ, મંત્ર, તંત્ર/શબ્દ કે રૂપ — નું નહિ પણ શ્વાસોચ્છવાસનું નિરાકાર અવલંબન લેવાનો અનુરોધ કર્યો છે. નિષ્ઠાપૂર્વક માત્ર શ્વાસોચ્છવાસ પ્રત્યે જાગૃત રહેવાના દીર્ઘકાળના અભ્યાસ દ્વારા ચિત્ત કેવું સૂક્ષ્મ, શુદ્ધ / કામનારહિત થતું જાય છે અને અંતે એ સાધના, ચિત્તના અતિક્રમણ દ્વારા, પરમતત્ત્વના સ્વસંવેદનાત્મક જ્ઞાન/સાક્ષાત્કારમાં કઈ રીતે પરિણમે છે તે આપણે આગળ જોઈશું.

— વર્તમાનનો શાંત-સ્વીકાર

પ્રભુ મહાવીરની સાધનાનું બીજું અંગ છે : શાંત-સ્વીકાર. જીવનની પરિસ્થિતિ જે પણ હોય, એના પ્રત્યે આસક્તિ નહિ, ન દ્વેષ — અર્થાત્ તે પોતાને અનુકૂળ હોય તો એને પકડી રાખવાની કે પ્રતિકૂળ હોય તો એને દૂર હડસેલવાની મથામણ કર્યા વિના એને વિવેકપૂર્વક વેદી લેવી. પ્રારંભિક મુમુક્ષુને આર્ત-રૌદ્રધ્યાનથી મુક્ત રહેવાનો / થવાનો અનુરોધ કરવામાં આવે છે તેનું લક્ષ્ય પણ જીવન પ્રત્યે આ વલણ — *attitude* — કેળવવાનું છે. આ વલણ કેળવાય તો જ વીતરાગ-માર્ગનું અનુસરણ થઈ શકે.

સામાન્યતઃ માનવી બાહ્ય જગતને જોવા-માણવામાં અને તેની દરેક પ્રવૃત્તિ દ્વારા તેને સુખ મળે, દુઃખ દૂર હડસેલાય; એની યોજના-વિચારણા — ગડમથલમાં — ‘અહં અને મમ’ની માયામાં — વ્યસ્ત રહેતો હોય છે, શ્વાસોચ્છવાસનું અવલંબન તેને તેના આંતર જગત પ્રત્યે — ચિત્તમાં ઊભરાતા વિકારો-વિચારો-વિકલ્પો — પ્રત્યે સભાન બનાવે છે. (આ સભાનતા શી રીતે આવે છે તે આનો પ્રયોગ કરવાથી સ્વાનુભવે સમજાશે.) શ્વાસોચ્છવાસના આલંબનની સાથે, શાંત-સ્વીકારનું વલણ ભળે છે ત્યારે વૃત્તિ-વિચાર સાથેનું તાદાત્મ્ય તૂટતું જાય છે. આથી, વિકારો અને વાસનાઓનાં મૂળ/ઉદ્ગમ અને કારણોને સાધક સમજતો/ઓળખતો થાય છે. આમ થતાં, વિકાર-વાસનાની તેના પરની પકડ છૂટતી જાય છે, અવચેતન ચિત્ત ચેતન ચિત્તમાં પલટાતું જાય છે. આથી, તે પોતાના જીવનના ઘટનાક્રમનો તટસ્થ પ્રેક્ષક જ બની રહે છે; પ્રાપ્તિની તૃષ્ણાને કે અભાવની આશંકાને કે અનિષ્ટ પરિવર્તનની ભીતિને પછી તેના ચિત્તમાં સ્થાન રહેતું નથી. આમ, સમત્વયુક્ત સભાનતાની સાથે શુદ્ધિ, શાંતિ, સ્વસ્થતા સ્વયં આવે છે.

અનુકૂળ પરિસ્થિતિનો અંત આવી જાય, પ્રતિકૂળતા દૂર ન થાય તોયે ખેદ/ગ્લાનિ નહિ, આકુળતા નહિ, પણ વર્તમાન પળે જે પરિસ્થિતિ હોય એનો સ્વસ્થતા સાથે સ્વીકાર — આ વલણ જીવનમાં ક્રાંતિ લાવે છે. સ્વસ્થ-સ્વીકારના ભાવ સાથે જીવતી વ્યક્તિના જીવનમાંથી કડવાશ દૂર થઈ જાય છે. આ વલણવાળી વ્યક્તિનું સુખ બાહ્ય પરિસ્થિતિને અધીન નથી રહેતું. આથી પ્રબળ આર્ત-રૌદ્રધ્યાનને એના ચિત્તમાં અવકાશ નથી મળતો. ગમા-અણગમાના પૂર્વસંસ્કારવશ જગત પ્રત્યે રાગ-દ્વેષયુક્ત પ્રત્યાઘાત ન પાડતાં તે વિવેકપૂર્વક વર્તવાનું પસંદ કરે છે. જીવનમાં બધું જ અનૂકૂળ રહેવું / મળવું જોઈએ એવો આગ્રહ એને નથી રહેતો. કેટલુંક પોતાની અપેક્ષા / ઈચ્છા / રુચિ અનુસાર મળે / બને, કેટલુંક પોતાને અરુચિકર / અણગમતું / અનપેક્ષિતયે બને; એ જ જીવનનો ક્રમ છે : આ સમજનું વરદાન એને મળતું હોય છે. એનો મુખ્ય પ્રયાસ પોતાના ગમા-અણગમામાંથી મુક્ત થવાનો રહે છે; સુખની પાછળ દોડવાનો અને દુઃખથી દૂર ભાગવાનો નહિ.

— ક્ષાયિક માર્ગ

સામાન્યતઃ માનવી, મોહવશ, એમ માનીને જીવતો હોય છે કે ‘એનાં સુખદુઃખ બાહ્ય પરિસ્થિતિ પર અવલંબે છે. બાહ્ય પરિસ્થિતિ બદલીને, પોતાને અનુકૂળ કરીને, તે સુખ મેળવી શકશે’ — આ માન્યતાની ધરી પર — કર્તા-ભોક્તા ભાવની ધરી પર — એનાં વિચાર-વર્તનનું ચક્ર ધૂમતું રહે છે. એટલે પ્રતિકૂળને ખાળવા માટે તત્કાળપૂરતું વિકારોનું ઉપશમન કરી લઈને તે સંતોષ માને છે, એનાં મૂળ સુધી પહોંચવા પ્રયત્ન નથી કરતો. ચિત્તમાં ઊભરાતા વિકલ્પોને ત્રાટક, જપ આદિ પ્રક્રિયાઓ દ્વારા શમાવી દઈ, સમાધિમાં લઈ જતા અન્ય ધ્યાનમાર્ગો અને શાંત-સ્વીકારના ભાવને કેન્દ્રમાં રાખતા સાધનામાર્ગની વચ્ચેનો જે મુખ્ય તફાવત છે તે આ : પ્રથમ કોટિમાં ચિત્તને શાંત કરીને શાંતિનો / સુખનો અનુભવ કરવાનું લક્ષ્ય રહે છે. અર્થાત્ ત્યાં કર્તા-ભોક્તાભાવ રહે છે. ચિત્તને શાંત કરવા તેને ધાર્મિક અનુષ્ઠાન/કર્મકાંડ, શાસ્ત્રાધ્યયન કે જપ આદિમાં રોકી રાખીને, અર્થાત્ ચિત્તને અન્ય માર્ગે વાળી દઈને, ચિત્તગત આકાંક્ષા — અપેક્ષા — વાસના — વિકારનું ઉપશમન કરવામાં આવે છે. એનાથી તત્કાળપૂરતું ચિત્ત શાંત થયેલું અનુભવાય છે; કિંતુ, ડહોળા પાણીથી ભરેલા માટલામાં ફટકડી નાખવાથી ક્યારો માટલાના તળિયે જઈને બેસે ને ઉપરનું પાણી સ્વચ્છ બની ગયેલું દેખાય એના જેવું છે આ. વિકારો ચિત્તની સપાટી પરથી ખસીને ચિત્તના ‘તળિયે’ જઈને બેસે છે, તે નિર્મૂળ થતા નથી. વળી, ચિત્તને શાંત કરીને સુખનો અનુભવ કરવાનું લક્ષ્ય રહ્યું હોવાથી, કર્તા-ભોક્તાભાવના ડેરા-તંબુ પણ હટતા નથી. આથી, અસાવધાન પળોમાં, ચિત્તના ‘તળિયે’ પડેલા વિકારો ઉપર ધસી આવે છે ને સાધકને તેના પ્રવાહમાં તાણી જાય છે.

એનાથી ઊલટું, ‘શાંત-સ્વીકાર’પ્રધાન સાધનામાં સાધકનું લક્ષ્ય દુઃખમુક્તિનું કે સુખપ્રાપ્તિનું નહિ પણ ચિત્તગત વિકારોનું ઉન્મૂલન કરવાનું રહેતું હોવાથી, એની સાધના પ્રત્યેક વિકારના મૂળ સુધી પહોંચીને તેને મૂળમાંથી ઊખેડતી ઊખેડતી આગળ વધે છે. આ કામ બે રીતે થાય છે :

૧. અનુકૂળને વળગી રહેવાની અને પ્રતિકૂળને દૂર હડસેલવાની અનંત જન્મોથી પોષાતી આવેલી વૃત્તિના બદલે, પ્રાપ્ત સ્થિતિ-

૨૮ / સાધનાનું શિખર-સાક્ષીભાવ

સંયોગનો શાંત-સ્વીકાર કરવાના આ અભ્યાસ વડે, રાગ-દ્વેષ કરવાની જૂની આદત ક્રમશઃ ક્ષીણ થઈ અંતે સમૂળગી છૂટી જાય છે — નવા કર્મોની ઉત્પત્તિનું બીજ જ નષ્ટ થાય છે.

૨. ‘શાંત-સ્વીકાર’ ના ભાવ સાથે જીવનમાંથી પસાર થતો સાધક બાહ્ય પરિસ્થિતિનો તટસ્થ દ્રષ્ટા રહે છે એટલું જ નહિ, જાગૃતિ અને સમતા તેની સાધનાના આધારસ્તંભ હોવાથી, પોતાના ચિત્તનો પણ તે સાક્ષી રહે છે — અવચેતન ચિત્ત પ્રત્યે પણ તે સભાન બનતો જાય છે. આથી, ચિત્તગત તૃષ્ણા અને વિકાર-વાસનાનાં મૂળ તેની સમક્ષ છતાં થઈ જાય છે.

આમ, આ સાધના દ્વારા નવાં કર્મનું બીજ નષ્ટ થાય છે અને જૂનાંની સમૂલ નિર્જરા થતી રહે છે. પ્રત્યેક વિકારના મૂળ સૂધી પહોંચીને તેને ઊખેડતી ઊખેડતી આ સાધના આગળ વધે છે એટલે આપણે તેને ક્ષાયિક માર્ગ કહી શકીએ.

સાધક આ માર્ગે પ્રગતિ કરતાં સ્વનો સાક્ષાત્કાર કરી સમ્યગ્દર્શન પામે તો, એ પછી એ ભૂમિકાએથી કોઈ કાળે એનું પતન થવું સંભવતું નથી. આચાર્ય હરિભદ્રસૂરિજીએ આઠ યોગદૃષ્ટિઓમાંની પાંચમી સ્થિરાદૃષ્ટિ અને તેની પછીની ત્રણને ‘અપ્રતિપાતી’ — પ્રાપ્ત થયા પછી એનાથી નીચેની ભૂમિકાએ પતન ન થાય તેવી — કહી છે તે આ ક્ષાયિક માર્ગની અપેક્ષાએ ઘટે છે; ઉપશમ માર્ગે આગળ વધેલો સાધક તો યાવત્ અગ્યારમા ગુણસ્થાને પહોંચ્યા પછીયે નીચે પટકાઈ જાય છે.

સર્વ કર્મરજથી મુક્ત થવા ઈચ્છતા મુમુક્ષુએ, અંતે તો આ ક્ષાયિક માર્ગ જ અપનાવવો પડે છે. આથી, જૈન સાધના-પરંપરાના સાધુ કે શ્રાવક માટેનાં સઘળાંયે વ્રત-નિયમ, કર્મકાંડ, વિધિ-નિષેધનું લક્ષ્ય આત્મજ્ઞાન અર્થે ધ્યાનની પ્રાપ્તિ અને પુષ્ટિ રહ્યું છે.^{૨૮} આ બાબત મુમુક્ષુ કશી અવઢવમાં ન

૨૮. યોગશાસ્ત્ર, પ્રકાશ ૪, શ્લોક ૧૧૩;
અધ્યાત્મસાર, આત્મનિશ્ચયાધિકાર, શ્લોક ૧;
ઉપમિતિ., પ્રસ્તાવ ૮, શ્લોક ૭૨૬.

(જુઓ પ્રકરણ ૧, પાદનોંધ ૧૪, ૧૭ અને ૧૮)

રહે એ માટે શાસ્ત્રકારોએ ફોડ પાડીને વાત કરી છે કે “શ્રી જિનવાણીનો પ્રેમ અને આવશ્યકાદિ ક્રિયાનો અનુરાગ સ્વર્ગસુખ અપાવી શકે, મુક્તિ નહિ. મુક્તિ માટે તો મુમુક્ષુએ જ્ઞાનયોગ — જેનાથી ઈન્દ્રિયોના વિષયો પ્રત્યે સ્વયં ઉદાસીનતા જન્મે છે — નું અવલંબન લેવું રહ્યું.”^{૨૯} ‘મુમુક્ષુ જેટલા પ્રમાણમાં પોતાના દેહ, મન વગેરે પર્યાયો સાથે તાદાત્મ્ય ન અનુભવતાં તેમને પોતાના જ્ઞાનના વિષય તરીકે માત્ર જુએ — પોતે અળગો રહી, તન-મનમાં થઈ રહેલા પરિવર્તનને એક નિર્લેપ પ્રેક્ષકની જેમ, રાગ-દ્વેષ વિના, દૂરથી માત્ર સાક્ષીભાવે જોયા કરે — તેટલા અંશે તે અહીં જ મુક્તિનો આસ્વાદ પામી શકે’^{૩૦}

સાક્ષીભાવ / ચિત્તશુદ્ધિનું અને કર્મક્ષયનું પણ સબળ સાધન

ચિત્તને નિર્મળ કરવાનો ઉપાય ચીંધતાં સર્વ દેશ-કાળના જ્ઞાની પુરુષો વર્તમાન ક્ષણની ઘટના પ્રત્યે જાગૃત રહી તેને સાક્ષીભાવે નિહાળવાનો અનુરોધ કરે છે. ‘કંઈક મેળવવું છે’ કે ‘કંઈક થવું છે’ એવી ઈચ્છા-આકાંક્ષાઓથી મુક્ત રહી, વર્તમાન ક્ષણે જે બને તેને કશી આતુરતા કે આસક્તિ વિના નીરખવું - અર્થાત્ જ્ઞાયક-ભાવમાં ઠરવું - એ સુખનો માર્ગ છે.

આપણા સમકાલીન પ્રબુદ્ધ ઉપદેશકો પણ આ જ વાત ઉચ્ચારે છે. ‘Truth is a pathless land’ — ‘મુક્તિનો કોઈ એક નિયત માર્ગ નથી’ — એમ કહેનાર શ્રી જે. કૃષ્ણમૂર્તિ પણ જીવનભર આ અનુરોધ કરતા રહ્યા : અવચેતન મનમાં રહેલી ભૂતકાળની સ્મૃતિઓના આધારે યાંત્રિકપણે ઊઠતી પ્રતિક્રિયાને આધીન ન વર્તતાં, જીવનના અનુભવો પ્રત્યે સ્વીકાર કે

૨૯. આવશ્યકાદિરાગેણ, વાત્સલ્યાદ્ ભગવદ્ગિરાં ।
પ્રાપ્નોતિ સ્વર્ગસૌખ્યાનિ, ન યાતિ પરમં પદમ્
જ્ઞાનયોગસ્તપઃ શુદ્ધ-માત્મરત્યેકલક્ષણમ્ ।
ઇન્દ્રિયાર્થોન્મનીભાવાત્સ મોક્ષસુખસાધક : ॥

— અધ્યાત્મસાર, યોગાધિકાર, શ્લોક ૪, પ.

૩૦. દ્રષ્ટૃદૃગાત્મતા મુક્તિ - દૃશ્યૈકાત્મ્યં ભવન્નમઃ ।

— અધ્યાત્મોપનિષદ્ જ્ઞાનયોગ, શ્લોક ૫.

૩૦ / સાધનાનું શિખર-સાક્ષીભાવ

અસ્વીકારનો ભાવ લાવ્યા વિના, વર્તમાન ક્ષણ પ્રત્યે માત્ર સજાગ બનો — ‘એફટલેસ થોઈસલેસ અવેરનેસ’ કેળવો.

વર્તમાન ક્ષણના અનુભવ પ્રત્યે ગમો-અણગમો લાવ્યા વિના, રાગ-દ્વેષ વિના, સજાગ / અપ્રમત્ત રહેવું — અર્થાત્ “ચિત્તવૃત્તિને વિષયોમાંથી અને સંકલ્પ-વિકલ્પમાંથી પાછી વાળી લઈ સાક્ષીભાવમાં સ્થાપિત કરવી — આ સાર છે જ્ઞાનનો. જુદા જુદા દર્શનના અનુયાયી મુમુક્ષુઓ પ્રારંભિક ભૂમિકાએ, ભલે ભિન્ન ભિન્ન રીતે પરમ તત્ત્વની ઉપાસના કરતા હોય, પણ સૌ પ્રગતિમાન મુમુક્ષુઓ તેમની મુક્તિયાત્રાના અંતિમ તબક્કે શમરૂપ આ એક જ માર્ગના સહપ્રવાસી બની રહે છે.”^{૩૧}

જન્મોજન્મથી સંચિત અઢળક કર્મરાશિનો અને દૃઢ સંસ્કારોનો ઉચ્છેદ એ રીતે જ શક્ય બને છે. “કોડો જન્મનાં સંચિત કર્મોને સમતા એક ક્ષણમાં ખપાવી દે છે, સૂર્યપ્રકાશ જેમ અંધકારને.”^{૩૨} અગ્નિનો એક તણાવો પડતાં જૂના ઘાસની ગંજી ભડભડ સળગી ઊઠીને થોડીક જ ક્ષણોમાં રાખ બને છે તેમ, અનેક જન્મોની સંચિત કર્મરાશિ સમતાયુક્ત અધ્યવસાયનો સંપર્ક થતાં પળવારમાં નિર્જરી જાય છે.^{૩૩}

૩૧. ૧. વિકલ્પવિષયોત્તીર્ણઃ સ્વભાવાલમ્બનઃ સદા ।

જ્ઞાનસ્ય પરિપાકો યઃ સ શમઃ પરિકીર્તિતઃ ॥

— જ્ઞાનસાર, શમાષ્ટક, શ્લોક ૧.

૨. ચિત્રા ચાદૃષ્ટુ તદ્રાગ-તદન્યદ્વેષસંગતા ।

અચિત્રા ચરમે ત્વેષા શમસારાઽખિલૈવ હિ ॥

— યોગદંષ્ટિસમુચ્ચય, શ્લોક ૧૧૨.

૩૨. પ્રચિતાન્યપિ કર્મ્માણિ, જન્મનાં કોટિકોટિભિઃ ।

તમાંસીવ પ્રમા ભાનોઃ, ક્ષિણોતિ સમતા ક્ષણાત્ ॥

— અધ્યાત્મસાર, સમતાધિકાર, શ્લોક ૨૨.

૩૩. રાગ-દ્વેષ કે ત્યાગતે, કર્મશક્તિ જરી જાત.

જયું દારુ કે ગંજ કું, નર નહિ શકે ઉઠાય;

તનક આગ સંજોગસે, છિન એક મેં ઊડ જાય.

— યોગીશ્વર ચિદાનંદજી, પરમાત્મછત્રીસી, ગાથા ૩૧-૩૨.

— સમતા દ્વારા પ્રચુર કર્મનિર્જરા / શાથી ?

પ્રશ્ન થાય કે પ્રાપ્ત પરિસ્થિતિને, જીવનની ઘટનાઓને, સુખ-દુઃખને, રાગ-દ્વેષ કર્યા વિના વેદી લેવાથી નવાં કર્મ ન બંધાય એ તો સમજી શકાય, પણ પૂર્વબદ્ધ કર્મની નિર્જરા એનાથી શી રીતે થાય ? સંચિત કર્મની નિર્જરા માટે તો કંઈક તપ કરવું પડે ને ?

શ્રેયાર્થીએ, આ સંદર્ભમાં, પહેલી વાત તો એ સમજવી રહી કે કર્મબંધનું કે કર્મનિર્જરાનું પ્રધાન કારણ શું — કાયાથી થતી પ્રવૃત્તિ કે મનનો અધ્યવસાય ? જૈનદર્શન કર્મબંધની જે પ્રક્રિયા પ્રસ્તુત કરે છે એ ખરેખર સમજાય તો આ તથ્ય આપોઆપ અંતરમાં વસી જાય કે કર્મબંધનું કે કર્મનિર્જરાનું પ્રધાન કારણ કાયાથી થતી પ્રવૃત્તિ નહિ પણ, ચિત્તનો તેવો તેવો અધ્યવસાય — વૃત્તિ, ભાવ, વિચાર — છે.

‘કરો તેવું પામો’ ‘વાંવો તેવું લણો’ — આ સનાતન નિયમને કાર્યાન્વિત કરતું વિશ્વવ્યવસ્થાનું તંત્ર શું છે ? એની સમજ જૈનદર્શન આ પ્રમાણે આપે છે : આપણી આસપાસ અવકાશમાં દૃશ્ય ઉપરાંત વિવિધ પ્રકારના અતિ સૂક્ષ્મ અદૃશ્ય ભૌતિક પરમાણુઓ પથરાયેલા પડ્યા છે, તેમાંનો એક પ્રકાર ‘કાર્મણ વર્ગણા’ તરીકે ઓળખાય છે. એમજ પડેલી એ કાર્મણ વર્ગણામાં જીવને સુખ-દુઃખ આપવાની કોઈ શક્તિ નથી. પરંતુ જેમ લોખંડના ટુકડામાંથી વિદ્યુત પસાર થતાં તેનામાં લોહચુંબકત્વ ઉત્પન્ન થાય છે તેમ રાગ-દ્વેષ-મોહપ્રેરિત જીવાત્મા જ્યારે કંઈ પણ વૃત્તિ-પ્રવૃત્તિમાં ભળે છે ત્યારે તેની નિકટ રહેલી કાર્મણ વર્ગણા જીવાત્માના તે સમયના અધ્યવસાય (ભાવ-વૃત્તિ-વિચાર)થી સ્વયં પ્રભાવિત થઈ જાય છે અને જીવને સુખ-દુઃખ આપતા સંયોગો પેદા કરવાની એક શક્તિ તેનામાં આવિર્ભાવ પામે છે; અને તે જીવાત્માને ‘ચોંટી’ જાય છે. આત્માને ‘ચોંટી’ રહેલી એ કાર્મણ વર્ગણાને જૈન પરિભાષા કર્મ તરીકે ઓળખાવે છે. અત્યંત મલિન અધ્યવસાયના સંપર્કમાં આવેલી કાર્મણ વર્ગણા ગાઢ મોહનીય કર્મ-રૂપે પરિણમે; તો બીજી બાજુ, પ્રબળ શુભ અધ્યવસાયનો સંપર્ક એને તીર્થંકર-નામ-કર્મરૂપે પરિણમાવી દે. શુભ કે અશુભ અધ્યવસાય કર્મબંધમાં આવો/આટલો ભાગ ભજવે છે, તો શુદ્ધ/રાગ-દ્વેષ રહિત અધ્યવસાયનો પ્રભાવ કેટલો/કેવો હોય! યોગનિષ્ઠ આચાર્ય હેમચંદ્રસૂરિજી અને યોગીશ્વર ચિદાનંદજી શાખ પૂરે છે કે,

૩૨ / સાધનાનું શિખર-સાક્ષીભાવ

“કોડો જન્મ તીવ્ર તપ કરવા છતાં, જેટલાં કર્મ ન ખપે તેટલાં કર્મ સમત્વમાં પ્રતિષ્ઠિત વ્યક્તિ એક ક્ષણમાં જ ખપાવી દે છે.”^{૩૪}

“કાહેકુ ભટકત ફીરે, સિદ્ધ હોને કે કાજ;
રાગ-દ્વેષ કુ ત્યાગ દે, વો હિ સુગમ ઈલાજ.
તપ જપ સંજમ સબ ભલે, રાગ-દ્વેષ જો નાંહિ;
રાગ-દ્વેષ કે જાગતે, એ સબ ભયે વૃથા હિ.”^{૩૫}

એટલે, બીજો મહત્વનો મુદ્દો મુમુક્ષુએ અંતરમાં કોતરી રાખવો જોઈએ તે એ કે રાગ-દ્વેષરહિત / સમત્વયુક્ત અધ્યવસાય માત્ર સંવરનું જ નહિ પણ કર્મનિર્જરાનું પણ સબળ સાધન છે.

જૈન પરંપરામાં સુપ્રસિદ્ધ, પ્રસન્નચંદ્ર રાજર્ષિના દૃષ્ટાંત પર થોડું ચિંતન કરતાં આ બન્ને મુદ્દા સ્પષ્ટ ઉપસી આવશે. બાહ્ય બધા જ આરંભ-સમારંભથી નિવૃત્ત થઈ, કાયોત્સર્ગની મુદ્રામાં રહી અર્કિયન મુનિ તરીકે બાહ્ય સર્વ કષ્ટ વેઠી રહ્યા હોવા છતાં સાતમી નરકે લઈ જાય એવાં કર્મ-પરમાણુઓ તેમણે એકઠાં કર્યાં ત્યારે, અને થોડી વાર પછી એ બધી કર્મરજને શુભમાં પલટી નાખીને, અનુત્તર દેવલોકમાં લઈ જાય એવા શુભ કર્મદલિકો એમણે એકત્ર કરી લીધા ત્યારે, અને ક્ષણ પછી એ શુભ કર્મ-પરમાણુઓને પણ ખંખેરીને સર્વ ઘાતી કર્મથી મુક્ત થઈ ગયા, કેવળજ્ઞાન પ્રાપ્ત કર્યું ત્યારે એમની બાહ્ય ચર્યા તો એકસરખી જ રહી હતી — મુનિવેશે ટાઢ-તડકો સહન કરતા એ કાયોત્સર્ગ મુદ્રામાં સ્થિત હતા; ફરક પડ્યો હતો તે માત્ર એમના ચિત્તની સ્થિતિમાં જ.

૩૪. પ્રણિર્હંતિ ક્ષણાર્થેન સામ્યમાલમ્બ્ય કર્મ તત્ ।

યન્ન હન્યાન્નરસ્તીન્ન-તપસા જન્મકોટિભિઃ ॥

— આચાર્ય હેમચંદ્રસૂરિજી, યોગશાસ્ત્ર, પ્રકાશ ૪, શ્લોક ૫૧.

સરખાવો :

ક્ષણ અર્થે જે અઘ ટળે, તે ન ટળે ભવની કોડી રે;

તપસ્યા કરતાં અતિ ઘણી, નહિ જ્ઞાનતણી છે જોડી રે.

— શ્રીપાળરાસ, ખંડ ૪, ઢાળ ૭, ગાથા ૩૮.

૩૫. યોગીશ્વર ચિદાનંદજી, પરમાત્મ છત્રીસી, ગાથા ૧૯, ૨૨.

* જુઓ પ્રકરણના અંતે પરિશિષ્ટ : મુમુક્ષુનું કુરુક્ષેત્ર, તેનું પોતાનું ચિત્ત.

કર્તા-ભોક્તાભાવથી મુક્ત, સમત્વવાસિત અધ્યવસાય વડે ક્ષણવારમાં આટલી વિપુલ કર્મનિર્જરા થતી હોવાથી, સર્વ દેશ-કાળના જ્ઞાની પુરુષો શ્રેયાર્થીને એ અનુરોધ કરતા આવ્યા છે કે જીવનના અનુકૂળ કે પ્રતિકૂળ જણાતા ઘટનાચક્રમાં રાગ કે દ્વેષ કર્યા વિના, તેના દ્રષ્ટા રહી, નિર્લેપ ભાવે તેમાંથી પસાર થઈ જાઓ.

સમતા અને સાક્ષીભાવ સધાય શી રીતે ?

ઉત્કટ મુમુક્ષાસંપન્ન સાધકોનેય કર્મક્ષયની આવી પ્રચંડ ક્ષમતા ધરાવતી સાધનાનું આકર્ષણ રહે એ સહજ છે. કિંતુ પહેલી નજરે અત્યંત સરળ જણાતી આ સાધનાનો મર્મ માત્ર પરિપક્વ સાધકો જ પામી શકે છે. આપણે કેવળ સાક્ષી રહી શકતા નથી; અવચેતન મનમાં સંગૃહિત જન્મજન્માંતરના સંસ્કારો અનુસાર આપણે બાહ્ય જગતની ઘટનાઓ પ્રત્યે આપણી પ્રતિક્રિયા, કોમ્પ્યુટર યંત્રની જેમ, યાંત્રિકપણે દર્શાવતા જ રહીએ છીએ. ‘પ્રયત્ન કે પસંદગી રહિત કેવળ જાગૃતિ’ — ‘એફટલેસ ચોઈસલેસ અવેરનેસ’ — ની કળા દીર્ઘ કાળના પ્રયત્ન વિના સિદ્ધ થતી નથી. શ્રી જે. કૃષ્ણમૂર્તિ પણ આ વાત સ્વીકારે છે. તેઓ કહે છે કે,

એના માટે અત્યંત સંવેદનશીલ, અત્યંત જાગૃત-અપ્રમત્ત અને અતિ સૂક્ષ્મ / તીક્ષ્ણ મન જોઈએ. ચિત્ત આવું સતત સજગ, સંવેદનશીલ, ચપળ બને ક્યારે ? તે માટે આદર્શ, વિધિ-નિષેધ અને ચિંતન-મનનપ્રધાન અન્ય સાધનામાર્ગોએ ચાલીને સ્ત્રુત્યંત સૂક્ષ્મ / તીક્ષ્ણ બુદ્ધિ વડે તેમની વ્યર્થતા સમજાઈ ગઈ હોવી જોઈએ. આમ થાય ત્યારે ચિત્ત ઘણું ચપળ, સજગ અને સૂક્ષ્મ બની ચૂક્યું હોય છે. એ પછી, ચિત્તમાં ઊઠતી કામનાઓ, આકાંક્ષાઓ અને ક્રોધ, લોભ આદિ વિકારો પ્રત્યે પ્રયત્ન કે પસંદગીરહિત જાગૃતિ / શુદ્ધ સાક્ષીભાવ શક્ય બને છે. પૂર્વોક્ત સાધનામાર્ગોએ ચાલીને તેમની વ્યર્થતા સમજી લઈ તમે તેમનો ત્યાગ કર્યો ન હોય ત્યાં સુધી, હું જે કંઈ કહીશ તે તમારે માટે અર્થવગરનું રહેશે.^{૩૬}

૩૬. You will find the way only when you discard the above three ways; How do you discard the three ways ? Only by→

૩૪ / સાધનાનું શિખર-સાક્ષીભાવ

વર્ષોવર્ષ શ્રી જે. કૃષ્ણમૂર્તિને સાંભળતા રહેવા છતાં, તેમણે ચીધેલી ‘પ્રયત્ન કે પસંદગી રહિત કેવળ જાગૃતિ’ કેમ પ્રાપ્ત કરવી એ મૂંઝવણ અનુભવતા તેમના શ્રોતાઓને શ્રી કૃષ્ણમૂર્તિનો શું આ અસંદિગ્ધ અનુરોધ નથી કે ‘એફર્ટલેસ ચોઈસલેસ અવેરનેસ’ રહી શકે એટલું સજગ, સંવેદનશીલ ચિત્ત ન બને ત્યાં સુધી કોઈક સાધનામાર્ગે ચાલવું જ રહ્યું ?

ભૂતકાળના સમગ્ર સંસ્કારોથી અને ભાવિની આકાંક્ષાઓ અને તૃષ્ણાથી મુક્ત થયા વિના, વર્તમાન ક્ષણના માત્ર દ્રષ્ટા રહેવું શક્ય નથી. ભૂતકાળની સ્મૃતિઓ, સંસ્કારો અને ભવિષ્યની કામનાઓ વર્તમાન ક્ષણ પ્રતિ આપણને સજાગ રહેવા દેતાં નથી. આપણી જાણ બહાર અવચેતન મનમાં પ્રતિપળ અનેક સંસ્કારો પડતા રહે છે, અને તે સંસ્કારોને અનુરૂપ વળાંક આપણાં વિચાર-વર્તન કઈ રીતે લઈ રહ્યાં છે, તેનો આપણને ખ્યાલ સરખો પણ નથી આવતો. એટલે કેવળ જાગ્રત મનને જ નહિ પણ અવચેતન મનને પણ વિશુદ્ધ કર્યા વિના ‘એફર્ટલેસ ચોઈસલેસ અવેરનેસ’ — અર્થાત્ વર્તમાન ક્ષણ પ્રતિ રાગ-દ્વેષરહિત કેવળ દ્રષ્ટાભાવ આવતો નથી, આવે તો ટકતો નથી.

— સમત્વ અને શુદ્ધ સાક્ષીભાવના પ્રશિક્ષણનો પાયો

અનંતકાળથી પુષ્ટ થતા આવેલા રાગ-દ્વેષના સંસ્કારની ચિત્ત ઉપરની પકડમાંથી તેને મુક્ત કરવાનો પ્રારંભ શ્વાસોચ્છ્વાસના આલંબન સાથે એને જોડી રાખવાના અભ્યાસથી થાય છે.

seeing their falseness. To see that those ways are false, you must have a very sharp intellect. *After* looking at these paths, *travelling* on these paths and discovering that they lead no-where, the mind is much more agile, much more quick, much more subtle. ... What I say will have no meaning *unless you have travelled* the three paths and discarded them.

— J. Krishnamurty,

Talk given at New Delhi, on 25th Nov. 1948.

Bulletin, Jan. ‘87

સાધનાનું શિખર-સાક્ષીભાવ / ૩૫

મોહગ્રસ્ત, વાસનાબદ્ધ ચિત્ત દારૂડિયા જેવું છે. પીધેલી વ્યક્તિ સીધી રેખાએ ચાલી શકતી નથી; જમણે-ડાબે લથડિયાં ખાતી તે ચાલે છે. તેમ સામાન્ય માનવીનું ચિત્ત વર્તમાનને પકડીને ચાલી શકતું નથી. તે લથડિયાં ખાતું રહે છે. ભૂતકાળની સુખદ-દુઃખદ સ્મૃતિઓમાં અને ભાવિનાં સપનાંમાં. તે કંઈક પકડવા ઈચ્છે છે, કશુંક દૂર ધકેલવા મથે છે. રાગ-દ્વેષની આ ખેંચતાણમાં તે વર્તમાનનું સાક્ષી રહી શકતું નથી. આપણે બજારમાંથી પસાર થઈ રહ્યા હોઈએ ત્યારે પણ આપણું ધ્યાન કોના તરફ / શાના તરફ જાય છે ? જ્યાં આપણને રાગ કે દ્વેષ હોય ત્યાં જ ચિત્ત વધુ જાય છે. દા.ત., માર્ગમાં અનેક લોકો આપણી સામેથી પસાર થતા જોયા હોય, પણ તેમાંથી યાદ કોણ રહે છે ? — લાંબા સમયથી જેને ન મળ્યા હોઈએ એવા કોઈ સ્નેહી ભેટી ગયા હોય કે જેની સાથે દુશ્મનાવટ હોય એ વ્યક્તિ નજરે ચડી ગઈ હોય તો એનો ચહેરો સાંજે પણ યાદ આવ્યા કરે છે, બીજા સેંકડો માણસોમાંથી કોઈ નહિ. જ્યાં રાગ કે દ્વેષ હોય ત્યાં આપણું ચિત્ત અનાયાસ જાય છે, તે યાદ આવ્યા કરે છે, ચિત્ત ત્યાં સહજ એકાગ્ર થાય છે. પરંતુ રાગ-દ્વેષ સાથે એકાગ્ર થયેલું ચિત્ત શુદ્ધ થતું નથી; એ એકાગ્રતાની પૃષ્ઠભૂમાં એની સાથે જોડાયેલા રાગ કે દ્વેષ પણ પોષાતા રહે છે. આથી જ આર્ત અને રૌદ્ર ધ્યાનને વર્જ્ય ગણ્યાં છે. આ સમજાય તો શ્રી જિનેશ્વરોએ કાયોત્સર્ગમાં શ્વાસોચ્છ્વાસનું અવલંબન લેવાનો જે નિર્દેશ આપેલો છે એનું રહસ્ય પણ ખૂલે.

શ્વાસોચ્છ્વાસ એ રાગ-દ્વેષ વિનાનું આલંબન છે એટલું જ નહિ, શ્વાસોચ્છ્વાસનું અવલંબન આપણા જ્ઞાનોપયોગને / ‘અવેઅરનેસ’ને વર્તમાન ક્ષણમાં રાખે છે. ભૂત-ભાવિમાં ઉડાઉડ કરતા ચિત્તને તે વર્તમાનમાં રાખે છે. વર્તમાનમાં રહેવાના મહાવરાવાળું ચિત્ત જ તટસ્થ સાક્ષી રહી શકે. સાક્ષી વર્તમાન ઘટનાના જ થઈ શકાય, ભૂત-ભાવિના નહિ. ભૂત-ભાવિની તો સ્મૃતિ કે કલ્પના જ હોઈ શકે.

આપણું ચિત્ત ભૂતકાળની સ્મૃતિઓ કે ભવિષ્યની કલ્પનાના તરંગો / વિકલ્પ-વિચારો વડે મોહમદિરાનું પાન કરતું રહીને ભવચક્રને ગતિમાન

૩૬ / સાધનાનું શિખર-સાક્ષીભાવ

રાખે છે.^{૩૭} આપણો મોહ કેટલો હટ્યો છે એનો માપદંડ છે : વિકલ્પ - વિચારની ચુંગાલમાંથી મુક્ત રહી શકવાની આપણા ચિત્તની ક્ષમતા. વિકલ્પ-વિચારનાં જાળાં શબ્દ કે આકારની આસપાસ જ ગુંથાય છે. શ્વાસોચ્છ્વાસ શબ્દ, સંકલ્પના કે આકાર વિહોણું અવલંબન હોઈને ચિત્તને વિકલ્પ-વિચારની જૂની આદતમાંથી મુક્ત કરે છે. માત્ર શ્વાસોચ્છ્વાસનું નિરીક્ષણ કરવાની દેખીતી સાવ સામાન્ય સાધના, આમ, ચિત્તતન્ત્રમાં કેવી ક્રાન્તિ લાવે છે એનો અણસાર તો તમે શ્વાસોચ્છ્વાસ જોતાં બેસો ત્યારે જ મળે.*

અહીં એક સાવધાની જરૂરી બને છે તે એ કે શ્વાસોચ્છ્વાસના અવલંબને ચિત્ત અમુક અંશે એકાગ્ર બન્યા પછી, એકાગ્રતાની દિશામાં જ આગળ વધે ન જતાં, એના સહારે મુમુક્ષુ સાક્ષીભાવને તેની સાધનાની ધરી બનાવી, તટસ્થ જાગૃતિપૂર્વક આગળ વધે તો વિકારોના ઉન્મૂલનની દિશામાં તે પ્રગતિ કરી શકે છે. અનુભવી ગુરુ જ એમાં પથદર્શક બની શકે. આ માર્ગના અનુભવી માર્ગદર્શકના અભાવે, શ્વાસોચ્છ્વાસના અવલંબન વડે સાધક એકાગ્રતાની દિશામાં જ આગળ વધે જઈ ચિત્તલયમાં સરકી પડે છે. તત્કાળ પૂરતા તેના વિકારો શમી જાય છે. તે ખૂબ શાંતિ અને આનંદ અનુભવે છે, પણ ચિત્તભૂમિમાંથી તૃષ્ણાદિ વિકારોના ઉન્મૂલનની દિશા હાથ લાગતી નથી. ઊલટું ચિત્તલયના આનંદનો આસ્વાદ ફરી ફરી મળ્યા કરે એવી તૃષ્ણા પોષાતી રહે છે, એટલું જ નહિ, સાધનાની ઉચ્ચતમ ભૂમિકાની પોતાને સ્પર્શના થઈ ચૂકી છે એવી ભ્રાંતિમાંયે મુમુક્ષુ કેટલીકવાર સરકી પડે છે. વળી, સાધના દરમ્યાન ઉપસ્થિત થતા અન્ય ઉપદ્રવો કેમ ધાર કરવા તે અંગે પણ સાધકને બિનઅનુભવી ‘ગુરુ’ પાસેથી યથાર્થ

૩૭. વિકલ્પચષ્કૈરગ્ત્મા, પીતમોહાસવો હ્યયમ્ ।

भवोच्चतालमुताल - प्रपंचमधितिष्ठति ॥

— જ્ઞાનસાર , મોહત્યાગાધિકાર, શ્લોક ૫.

* શ્વાસોચ્છ્વાસના અવલંબને દિવસો સુધી, રોજના અનેક કલાક, સાધનાનો અખતરો કરવા ઈચ્છતા સાધકે આ સંદર્ભમાં ‘ચિત્તસ્થૈર્યની કેડીઓ’ના પ્રકરણમાં અપાયેલી સાવધાની લક્ષમાં રાખવી.

માર્ગદર્શન મળી શકતું નથી. આથી, શ્વાસોચ્છવાસના અવલંબનની સાથે અનુભવસંપન્ન ગુરુનું માર્ગદર્શન અનિવાર્ય છે. એ પામનાર સાધક જ આ નિરાકાર, નિઃશબ્દ અવલંબનના મધુર ફળ ચાખવા પામે છે.

આજે આપણે ક્ષાયિક માર્ગ ખોઈ બેઠા છીએ. આગમગ્રંથોમાં / શાસ્ત્રોમાં એના છૂટા છવાયા નિર્દેશો મળે છે ખરા; પણ, એ માર્ગે સાધનાનો આરંભ ક્યાંથી કરવો, કઈ રીતે આગળ વધવું, વચ્ચે ઉપસ્થિત થતાં વિઘ્નોને કેમ પાર કરવાં — એનું તબક્કાવાર માર્ગદર્શન આપણાં વર્તુળોમાં આજે મળતું નથી. જિનેશ્વર દેવોની સાધનાનો વારસો આપણી પાસે છે, પણ એમ નથી લાગતું કે આજે માત્ર શાસ્ત્રોમાં જ રહ્યો છે, જીવનમાં નથી ? શ્રી જિનેશ્વરોના ‘સાધનામાર્ગે નિષ્ઠાપૂર્વક આગળ વધતો મુનિ એક વર્ષના તેના દીક્ષાપર્યાયના અંતે અનુત્તર દેવોથીય અધિક પ્રશમસુખનો સ્વામી બને’ — એ શાસ્ત્રવચનને આજની આપણી શ્રમણસંસ્થા ચરિતાર્થ કરે છે ખરી ?

સામાયિકની સાધના / વિપશ્યના

ઉપર્યુક્ત ક્ષાયિક માર્ગ જેના અભ્યાસ દ્વારા હસ્તગત થઈ શકે એવી, ભારતની લુપ્ત થયેલી એક પ્રાચીન સાધના-પ્રક્રિયા હાલ પુનઃ પ્રસાર પામી રહી છે. અવચેતન મનમાં પડેલા જન્મજન્માંતરના સંસ્કારોને દૂર કરી, અવચેતન મનને પણ વિમળ કરવાની નેમ ધરાવતી એ સાધના ‘વિપશ્યના’ — ના નામે ઓળખાય છે. *પ્રારંભથી* જ તેમાં સમત્વ અને સાક્ષીભાવની કેળવણી રહેલી હોવાથી, ‘જેનાથી સમભાવ વધે તે સામાયિક’ એ જૈન પરિભાષાને આગળ કરીને એ સાધનાને આપણે ‘સામાયિકની સાધના’ કહીએ તો એ તેનું યથાર્થ નામાભિધાન ગણાય.

એ પ્રક્રિયા બર્મામાં બૌદ્ધ પરંપરામાં સચવાઈ રહેલી તેથી પ્રાથમિક નજરે તે બૌદ્ધ પ્રક્રિયા હોવાનો ભાસ થાય એ સ્વાભાવિક છે. પરંતુ, ધાર્મિક ક્રિયાકાંડના કોઈ રંગે તે રંજિત થયેલી ન હોવાથી કોઈ પણ ધાર્મિક સંપ્રદાયની વિવેકશીલ વ્યક્તિ વિના સંકોચે તેને અપનાવી શકે છે, એટલું જ નહિ, પણ નાસ્તિક ગણાતી અર્થાત્ કોઈ ધર્મ-મતને ન માનનાર વ્યક્તિ પણ તેનો પ્રયોગ કરી લાભ મેળવી શકે છે; કારણ કે તેમાં કોઈ મત-પંથના મંત્ર, મૂર્તિ કે કોઈ પ્રતીકનું અવલંબન લેવું પડતું નથી. તેમાં તો કેવળ

૩૮ / સાધનાનું શિબર-સાક્ષીભાવ

પોતાના શ્વાસોચ્છવાસના અવલંબને અંતર્મુખ થઈ, સતત પરિવર્તનશીલ શરીરધારાનું ને પછીથી ચિત્તધારાનું નિર્લિપ્તભાવે નિરીક્ષણ કરતાં રહીને, દ્રષ્ટાભાવના અભ્યાસનો આરંભ અને વિકાસ કરવાનો હોય છે. તેથી કોઈ પણ ધર્મ, મત કે પંથ સાથે તેને વિરોધ નથી.

નવા અભ્યાસીએ આ સાધનાની શરૂઆત કરવા પૂર્વે દશ દિવસની એકાદ શિબિરમાં જોડાઈ, નિષ્ણાતની દેખરેખ હેઠળ તેની પ્રારંભિક તાલીમ લેવી આવશ્યક હોવાથી, અહીં સાધનાની વિગતોમાં ન ઊતરતાં તેનો માત્ર આછો પરિચય જ પ્રસ્તુત છે.

— વિપશ્યનાનાં ત્રણ અંગ

આ સાધના-પ્રક્રિયાનાં ત્રણ અંગ છે. બૌદ્ધ પરિભાષામાં તે શીલ, સમાધિ અને પ્રજ્ઞા તરીકે ઓળખાય છે.

શીલ અર્થાત્ યમ-નિયમ. અન્ય સર્વ યોગમાર્ગની જેમ શીલ આ સાધનાનો પાયો છે. આથી, શિબિરમાં જોડાનાર પ્રત્યેક સાધકે કમ-માં-કમ શિબિર પૂરતો તો હિંસા, જૂઠ, ચોરી, અબ્રહ્મ અને માદક પદાર્થોનો ત્યાગ પ્રતિજ્ઞાપૂર્વક કરવો પડે છે.

બીજું અંગ છે ‘સમાધિ’. સામાન્યતઃ આપણું ચિત્ત કશા ધ્યેય વિના ભટકતું રહે છે. આપણી જાણ બહાર તેમાં વિચારોની વણજાર ચાલ્યા જ કરતી હોય છે. એને સ્વાધીન કરી, વર્તમાન ક્ષણ પ્રત્યે સજગ રહેવાની તાલીમ આ અંગમાં સમાવિષ્ટ છે. વિપશ્યનાની પરિભાષામાં રાગ-દ્વેષ વિહીન, સજગ અને એકાગ્ર ચિત્તથી, વર્તમાન ક્ષણની સચ્ચાઈને, નિરંતર, દીર્ઘકાળ પર્યંત જોતા રહેવાની ક્ષમતાને ‘સમાધિ’ કહે છે. એના અભ્યાસ માટે આ પ્રક્રિયામાં બહુધા શ્વાસોચ્છવાસનું અવલંબન લેવામાં આવે છે. ચિત્ત એકાગ્ર બને એટલું જ પર્યાપ્ત નથી; એ એકાગ્રતાની સાથે રાગ-દ્વેષ કે મોહનો કોઈ ભાવ ન ભળે અર્થાત્ સમાધિ સમ્યક્ રહે એ દિશામાં સાધક પ્રયત્નશીલ રહે છે.

આથી, શિબિરના પ્રારંભમાં સાધકને તેના શ્વાસોચ્છવાસનું નિરીક્ષણ કરવાનું કામ સોંપવામાં આવે છે. શ્વાસ-ઉચ્છવાસની ગતિમાં ફેરફાર

કરવાનો કશો પ્રયત્ન કર્યા વિના, અંદર આવતા ને બહાર જતા શ્વાસની તેણે માત્ર નોંધ જ લેવાની હોય છે. સતત બહિર્મુખ રહેતા ચિત્તને અંતર્મુખ થવાનું પ્રશિક્ષણ આમાં મળે છે. શ્વાસોચ્છ્વાસ ઉપર ચોક્કી રાખવાના આ કામમાં ચિત્ત જેમ જેમ પલોટાતું જાય છે તેમ તેમ તેની ચંચળતા ઘટે છે અને સાથોસાથ શ્વાસની ગતિ ધીમી, શાંત અને નિયમિત થતી જાય છે. શ્વાસોચ્છ્વાસની આવજા ઉપર એકચિત્તે નજર રાખવાનો મહાવરો થયા પછી, શ્વાસોચ્છ્વાસની ક્રિયા દરમ્યાન ઉપલા હોઠ તેમજ નસકોરાની ધાર પર જે કંઈ સંવેદનો અનુભવાય તેને જાગ્રત રહી, તટસ્થતાપૂર્વક જોવા - અનુભવવાનાં હોય છે. એકાગ્રતાના અભ્યાસ માટે આ પ્રક્રિયા અત્યંત સરળ છતાં ખૂબ અસરકારક છે. બૌદ્ધ પરિભાષામાં શ્વાસોચ્છ્વાસના નિરીક્ષણની આ સાધનાને ‘આનાપાન સતિ’ કહે છે. આનાપાન એટલે શ્વાસોચ્છ્વાસ અને ‘સતિ’ એટલે સ્મૃતિ-અર્થાત્ શ્વાસોચ્છ્વાસ પ્રતિ જાગૃતિ. શિબિરના પ્રારંભથી સતત સાડા ત્રણ દિવસ સુધી, રોજના દશેક કલાક, આનાપાન સતિનો આ અભ્યાસ કરાવવામાં આવે છે. સાડા ત્રણ દિવસના આનાપાન સતિના અભ્યાસ દ્વારા ચિત્ત કંઈક અંતર્મુખ અને એકાગ્ર બને છે અને શરીરની અંદર અવિરામ ચાલી રહેલા પરિવર્તનના કારણે જન્મતી સ્થૂલ-સૂક્ષ્મ સંવેદનાઓને પકડવાની કંઈક ક્ષમતા ચિત્તમાં પ્રકટે છે. ત્યારે — શિબિરના ચોથા દિવસે — વિપશ્યનાનો પહેલો પાઠ આપવામાં આવે છે. અર્થાત્ અહીં સુધી શ્વાસોચ્છ્વાસના નિરીક્ષણનો જે અભ્યાસ કરાવવામાં આવે છે તે વિપશ્યના નથી પણ તેની પૂર્વતૈયારી માત્ર છે.

વિપશ્યનાનો સીધો સંબંધ ત્રીજા અંગ — ‘પ્રજ્ઞા’ સાથે છે. શીલ અને સમાધિ તે માટેની ભૂમિકા તૈયાર કરે છે. પ્રજ્ઞા અર્થાત્ વિવેકની જાગૃતિ અને અવિદ્યાનો ઉચ્છેદ. આનાપાન સતિનો અભ્યાસ પાકો થયા પછી, ચોથા દિવસે શરૂ થતા વિપશ્યનાના અભ્યાસમાં માત્ર હોઠ ઉપરનાં સંવેદનો જોવાને બદલે, શિષ્યાથી પગનાં તળિયાં પર્યંત ચિત્તને ક્રમશઃ લઈ જઈ, શરીરના તે તે ભાગમાં જે કંઈ સંવેદના અનુભવાય તેને કર્તા-ભોક્તા બન્યા વિના — રાગ-દ્વેષની પ્રતિક્રિયા કર્યા વિના — ‘તે અનિત્ય છે’ એ ભાનપૂર્વક, સમભાવે જોવાનો એકડો ઘૂંટાવવામાં આવે છે. પૂર્વસંસ્કારવશ રાગ-દ્વેષની

૪૦ / સાધનાનું શિખર-સાક્ષીભાવ

પ્રતિક્રિયા આપણા ચિત્તમાં સામાન્યતઃ ઊઠવા જ કરે છે; તેમાંથી બહાર નીકળી, બનતી ઘટના અનિત્ય છે, અનિત્ય છે માટે અનાત્મ છે, જે જે અનાત્મ તે દુઃખરૂપ — આ ભાનપૂર્વક એ ઘટનાને નિર્લેપભાવે, કેવળ તટસ્થ દ્રષ્ટા રહીને અર્થાત્ રાગદ્વેષાત્મક કશી પ્રતિક્રિયા કર્યા વિના જોતા રહેવાનો — બીજા શબ્દોમાં કહીએ તો કર્તા-ભોક્તા બન્યા વિના જોતા રહેવાનો — મહાવરો વિપશ્યનાના અભ્યાસ દ્વારા થાય છે.

— શ્વાસ કે સંવેદના જોવાનું પ્રયોજન

આમ, પોતાના દેહમાં પ્રતિક્ષણ ચાલી રહેલા સ્થૂલ-સૂક્ષ્મ પરિવર્તનને જોતા રહેવાના અભ્યાસથી જીવનના તટસ્થ પ્રેક્ષક રહેવાનો પ્રારંભ કરાય છે. શરીરની સ્થૂલ-સૂક્ષ્મ સંવેદનાઓને નિરાસક્તભાવે જોતા રહેવાનો એ અભ્યાસ પરિપક્વ થયે, ખુદ પોતાની અનુભૂતિના આધારે, એ તથ્યનો સાક્ષાત્કાર થાય છે કે આ શરીર એ કોઈ સ્થિર કે ઘન વસ્તુ નહિ પણ પ્રતિક્ષણ અનેકશઃ પલટાતા પરમાણુઓનો પુંજ માત્ર છે. એ અનુભૂતિ દ્વારા શરીરની ઘનસંજ્ઞા નષ્ટ થતાં, દેહમાં થતી આત્મબુદ્ધિની બ્રાન્તિ ભાંગે છે અને નિર્લિપતા પુષ્ટ થાય છે.

આપણા દેહમાં અનુભવાતી સ્થૂલ-સૂક્ષ્મ સંવેદનાઓના અવલંબને, સતત પરિવર્તનશીલ દેહધારાનું અને ક્રમશઃ ચિત્તધારાનું પણ નિરીક્ષણ અને પરીક્ષણ કરતા રહી, સમસ્ત અવયેતન મનને જાગૃત કરી તેને ચેતન મનમાં પલટી નાખી, શરીર અને મનની પ્રવહમાન ધારાથી પર નિજના શાશ્વત સત્યસ્વરૂપનો અપરોક્ષ બોધ પ્રાપ્ત કરી, રાગ-દ્વેષ અને મોહના સમસ્ત સંસ્કારોથી મુક્ત થઈ જવું એ આ પ્રક્રિયાનું લક્ષ્ય છે.

અહીં એક વાત સ્પષ્ટતાથી સમજી લઈ સ્મૃતિપટ પર અંકિત કરી લેવી જોઈએ. તે એ કે શ્વાસોચ્છવાસને અને / અથવા શરીરમાં અનુભવાતી સંવેદનાઓને જોતા થવું / જોતા રહેવું એમાં જ આ સાધનાની ઈતિશ્રી નથી. એ બંને અવલંબનો તો ચિત્તને નિર્મળ, અંતર્મુખ અને ઉત્તરોત્તર અધિક સતેજ કરવા માટે તેમજ પ્રતિક્ષણ પલટાતી સ્થૂલ-સૂક્ષ્મ સંવેદનાઓ દ્વારા શરીરની ક્ષણભંગુરતાને અને ચિત્તધારાનીયે પરિવર્તનશીલતાને જાત-અનુભવ વડે જાણી લઈ, ક્ષણભંગુર કાયા-ચિત્તમાં થતી અહં-મમની

બુદ્ધિને સંકેલી લઈ અનાસક્તભાવને દૃઢ કરતા જઈ અંતે ધ્રુવ-નિત્ય-શાશ્વત સત્યના સાક્ષાત્કાર સુધી પહોંચવા માટે, સાધન તરીકે ઉપયોગમાં લેવાય છે. શરીર અને મનની ક્ષણભંગુરતાને તત્ત્વતઃ ઓળખી લઈ, ઉત્તરોત્તર વિકસતી જતી પ્રજ્ઞા વડે પૂર્ણ સમતામાં સ્થિત થઈ, સત્ય-શાશ્વત-ધ્રુવ-નિત્ય તત્ત્વનો સાક્ષાત્કાર કરવો અને અંતે, જન્મજન્માંતરથી સંગૃહિત સમસ્ત સંસ્કારોનો ક્ષય કરીને, તૃષ્ણાની આગને સંપૂર્ણપણે બૂઝવી દઈ નિર્વાણની/મોક્ષની ઉપલબ્ધિ કરવી — એ છે વિપશ્યનાનું અંતિમ સાધ્ય.

— સાધનાનું રોજિંદા જીવનમાં દેખાતું પરિણામ

વિપશ્યનાના નિષ્ઠાપૂર્વકના અભ્યાસથી ચિત્ત ક્રમશઃ વિકાર-વાસના-રહિત — શુદ્ધ/નિર્મળ — થતું જાય છે. આથી વિપશ્યી સાધક જેમ જેમ આગળ વધે છે, તેમ તેમ તેના જૂનાં આકર્ષણો, કુટેવો, વ્યસનો, પૂર્વગ્રહો અને ગમા-અણગમાની પકડમાંથી તે મુક્ત થતો જાય છે અને પોતામાં સમતા, સ્વસ્થતા અને સામર્થ્યનો સંચાર થઈ રહ્યાનો અનુભવ કરવા લાગે છે. રોજિંદા જીવનના પડકારો અને વિષમતાઓને સ્વસ્થતાપૂર્વક પાર કરવાની ક્ષમતા તેનામાં વિકસતી જાય છે. જીવન પ્રત્યેના તેના સમગ્ર દૃષ્ટિકોણમાં જ પરિવર્તન આવતું જાય છે. પરિણામે રોજ-બ-રોજના પ્રસંગોમાં નિર્લેપતા અને સંસર્ગમાં આવતા માનવબંધુઓ પ્રત્યે સહાનુભૂતિ અને પ્રેમની લાગણી તેને સહજ બનતી જાય છે, ને તેના અંતરમાં મૈત્રી અને સહકારની ભાવના વ્યાપ્ત રહે છે, જેથી કુટુંબ તેમજ સમાજ સાથેનો તેનો વ્યવહાર પણ સુમેળભર્યો અને પ્રસન્ન બનતો જાય છે.

સાધકનું ચિત્ત ગ્રંથિઓથી ઉત્તરોત્તર અધિક મુક્ત થતું જતું હોવાથી કેટલાક રોગો — જેનું મૂળ મનોશારીરિક (psycho-somatic) હોય છે તે — પણ મટી જાય છે અને સાધક દારૂ, સિગારેટ જેવાં વ્યસનોથી પણ બહુધા મુક્ત બને છે. આધુનિક માનસચિકિત્સકોનો અભિપ્રાય છે કે માણસ તણાવ, ચિંતા, ભય, શોક વગેરેથી ક્ષણિક છૂટકારો મેળવવા દારૂ, ગાંજો, ચરસ, એલ.એસ.ડી., જેવાં માદક દ્રવ્યો અને જુગારાદિ વ્યસનો તરફ કે સિનેમા, નાટક અને નાઈટક્લબો જેવાં મનોરંજનો તરફ વળે છે, ભાગેડુવૃત્તિ — escapism — સિવાય એમાં બીજું કશું જ નથી. વિપશ્યના દ્વારા ચિત્ત

૪૨ / સાધનાનું શિખર-સાક્ષીભાવ

નિર્મળ, શાંત, સમ અને સ્વસ્થ થાય તેની સાથે જ ઉપર્યુક્ત દોષો સ્વયં વિદાય લે એ સ્પષ્ટ જ છે.

— નિષ્ઠાવાન સાધકોનો અનુભવ

ક્રોધ-લોભ આદિ વિકારોને વશ ન થવું એવું પોતે ઈચ્છતો હોવા છતાં, સામાન્યતઃ માનવી કોઈ પણ ઘટના, વ્યક્તિ કે પરિસ્થિતિ પ્રતિ, પૂર્વસંસ્કારવશ, અવશપણે, પ્રતિક્રિયા કરતો રહે છે. ચિત્તમાં ઊઠતા વિકારોનું પ્રતિબિંબ આખા શરીરમાં પડે છે. મનમાં ઊઠતો પ્રત્યેક વિકાર શરીરમાં કંઈક સંવેદના જગાડે છે. વિપશ્યનાના અભ્યાસ દ્વારા એ સૂક્ષ્મ સંવેદનાઓને જોવાની-અનુભવવાની ક્ષમતા આપણા ચિત્તમાં પ્રગટે છે અને સાથોસાથ તેના પ્રત્યે તટસ્થ દ્રષ્ટા રહેવાનો મહાવરો પણ થાય છે. આથી, વિપશ્યનામાં પ્રતિષ્ઠિત સાધક આંતરમનમાં વિકાર ઊઠે એ ક્ષણે જ, શરીરમાં અનુભવાતી સંવેદનાઓ દ્વારા સાવધ બની, વિકારના હુમલાને ખાળી શકે છે — તેના પ્રવાહમાં તણાઈ જતો નથી. આ અભ્યાસ પુષ્ટ થતાં જીવનની નાની-મોટી પ્રત્યેક ઘટનાને સાક્ષીભાવે નિર્લેપનેત્રે નિહાળવાની ક્ષમતા લાધે છે, દેહાધ્યાસ મોળો પડે છે અને ભવના બીજભૂત કર્તા-ભોક્તા ભાવમાંથી બહાર નીકળાય છે.

શ્રી જે. કૃષ્ણમૂર્તિના અનુયાયીઓ / પ્રશંસકો જ્યારે વિપશ્યના અજમાવી જુએ છે ત્યારે તેમને ખાતરી થઈ જાય છે કે ‘માર્ગવિહોણા પ્રદેશનો’ માર્ગ વિપશ્યના છે.

વિપશ્યનાની સાધનામાં પ્રગતિ કરતા કોઈ પણ મત-પંથના મુમુક્ષુને પ્રતીતિ થાય છે કે પોતાના મત-પંથનાં શાસ્ત્રોનું અને આત્મજ્ઞ મહાપુરુષોનાં વચનોનું હાર્દ હવે તેની સામે જાણે સ્વયં પ્રગટ થાય છે. આમ, નિષ્ઠાપૂર્વક અને તટસ્થ ભાવે આ સાધના-પ્રક્રિયાનો અખતરો કરનારને પ્રતીતિ થાય છે કે એ માર્ગે જતાં તેની ધર્મશ્રદ્ધાને — જો તે સાચી હોય તો — કશી આંચ આવતી નથી; ઊલટું, એ વધુ પુષ્ટ અને નિર્મળ બને છે.

કિંતુ, આ અનુભવ સુધી પહોંચવામાં મુશ્કેલી એ રહે છે કે સાંપ્રદાયિક માન્યતાઓ અને બંધનો વટાવીને, ‘અન્ય ધર્મની’ આવી કોઈ સાધનાનો અખતરો પણ કરવાનું સાહસ ઓછી વ્યક્તિઓ કરી શકતી હોય છે. એવું

સાહસ તે વ્યક્તિ જ કરી શકે જેની મુમુક્ષા ઉતકટ હોય, જેની દૃષ્ટિ પૂર્વગ્રહમુક્ત, તટસ્થ હોય અને પોતાના હિતાહિતનો વિવેક કરીને નિર્જ્યાત્મક કદમ ઉપાડવા માટે જરૂરી સાહસવૃત્તિ, આંતરસૂઝ અને ઈચ્છાશક્તિની મૂડી જેની પાસે હોય.*

“છોડી મત-દર્શન તણો, આગ્રહ તેમ વિકલ્પ...”

સાંપ્રદાયિક વાતાવરણમાં જેમનો ઉછેર થયો હોય છે તેવા મુમુક્ષુઓ સામાન્યતઃ તો, પોતાના મત-પંથ કે સંપ્રદાયમાં પ્રચલિત ન હોય તેવા કોઈ વિચાર કે સાધનાપદ્ધતિને — તે તેમને લાભપ્રદ જણાતાં હોય તોય — અપનાવતાં અચકાતા હોય છે; કારણ કે, કોઈ પ્રબળ પુણ્યોદયે સાચા સાધનામાર્ગની વાત મુમુક્ષુ સાંભળે અને એ માર્ગે ડગ માંડવાની તે ઈચ્છા કરે ત્યારે, સાંપ્રદાયિક મમત્વના પાશમાં બદ્ધ કુળગુરુઓ શ્રદ્ધાબ્રષ્ટ થઈ જવાની ભીતિ બતાવી તેને એ માર્ગે જતાં વારે છે; અને અજ્ઞાન હોય ત્યાં ભય અને ભ્રમ પાંગરે, પોષાય, નભે એ સહજ છે. આથી અજ્ઞાનવશ, ખોટી ભીતિ અને ભ્રાંતિઓનો શિકાર બની સાચા સાધનામાર્ગે શ્રેયાર્થી જઈ શકતો નથી.

માટે, આવી કોઈ ભ્રમજાળમાં અટવાઈને સાચા સાધનામાર્ગથી દૂર ફંગોળાઈ ન જવું હોય તો ‘બાબાવાક્યં પ્રમાણમ્’ની મનોવૃત્તિ ત્યજી દઈને શ્રેયાર્થીએ જાતે જ શ્રી જિનાજ્ઞાને જાણવા-સમજવા યથાશક્તિ-યથામતિ પ્રયત્નશીલ થવું ઘટે અને, આ સંદર્ભમાં જ્ઞાનીપુરુષોએ મુમુક્ષુને જે સ્પષ્ટ માર્ગદર્શન આપ્યું છે તેના ઉપર મનન-ચિંતન કરી આ પ્રશ્ન અંગે નિઃશંક બની જવું જોઈએ. સામાન્યતઃ દરેક મત-પંથના આત્મજ્ઞાની સંતો તો દોષક્ષય અને ગુણવૃદ્ધિમાં જે ઉપકારક જણાય તેને, ‘પોતાનું’ અને ‘પરાયું’ એવા વિભાગ પાડ્યા વિના, તેની ગુણવત્તાના ધોરણે જ અપનાવવાનો અનુરોધ કરે છે. આચાર્ય હરિભદ્રસૂરિ મહારાજ ‘યોગબિન્દુ’

* વિપશ્યના-શિબિરો ક્યાં / ક્યારે છે તેની માહિતી તથા વિપશ્યના-કેન્દ્રોમાં રહેવા-જમવાની વ્યવસ્થા, શિબિરના નિયમોઆદિ વિગતો અને પ્રવેશપત્ર માટે સંપર્ક: વિપશ્યના વિશ્વ વિદ્યાપીઠ, ધમ્મગિરિ, ઈગતપુરી - ૪૨૨૪૦૩ (જિ. નાસિક) મહારાષ્ટ્ર. ફોન - ઈગતપુરી (૦૨૫૫૩) ૨૪૪૦૭૬/૨૪૪૦૮૬ ફેક્સ: ૨૪૪૧૭૬ website: www.vri.dhamma.org

૪૪ / સાધનાનું શિખર-સાક્ષીભાવ

ગ્રંથના ઉપસંહારમાં કહે છે કે શાણા માણસે ‘પોતાનું’ અને ‘પરાયું’ એવા ભેદ પાડ્યા વિના જે સાચું જણાય તે સ્વીકારવું.^{૩૮} તત્ત્વદર્શી શ્રીમદ્ રાજચંદ્રે તટસ્થ જિજ્ઞાસુઓને પથદર્શન કરાવતાં, સંક્ષેપમાં પણ સરળ અને વેધક ભાષામાં, આ તથ્યનો બુલંદ પડઘો પાડતાં ગાયું છે કે —

“કર્મબંધ કોધાદિથી, હણે ક્ષમાદિક તેહ;
પ્રત્યક્ષ અનુભવ સર્વને, એમાં શો સંદેહ ?
છોડી મત દર્શન તણો, આગ્રહ તેમ વિકલ્પ;
કલ્પો માર્ગ આ સાધશે, જન્મ તેહના અલ્પ.
જાતિ-વેષનો ભેદ નહિ, કલ્પો માર્ગ જો હોય;
સાધે તે મુક્તિ લહે, એહમાં ભેદ ન કોય.”^{૩૯}

તત્ત્વદર્શી પુરુષોના ઉપદેશની આ લાક્ષણિકતા હોય છે : તેઓ કોઈ મત-પંથના પક્ષકાર ન બનતાં, નિર્ભેળ સત્યના જ સમર્થક અને પ્રબોધક રહે છે.

— અવળું માર્ગદર્શન, અધૂરા અને અજ્ઞાન ‘ગુરુ’ઓનું

‘પોતાનો મત-પંથ જ સાચો છે, બીજા ખોટા’ — આ વલણ એ વાતની ચાડી ખાય છે કે એ વ્યક્તિ કે સમૂહનો આધ્યાત્મિક ઉઘાડ શ્રુત, ચિંતા અને ભાવના એ ત્રણ જ્ઞાન પૈકી, પ્રથમ જ્ઞાન — શ્રુતજ્ઞાન — ની કક્ષા સુધીનો જ છે. એ વ્યક્તિ કે વર્ગ શાસ્ત્રના માત્ર શબ્દો જ પકડીને બેસે છે, એના મર્મ સુધી એની પહોંચ નથી હોતી. એવી વ્યક્તિને બધાં આગમો — શાસ્ત્રો હોઠે રમતાં હોય તોયે જિનાજ્ઞાના તાત્પર્યથી તો તે અજાણ જ રહી ગઈ હોય છે.* જ્ઞાનીઓ ભારપૂર્વક જણાવે છે કે શાસ્ત્રોનું જેણે કેવળ શ્રવણ-વાચન જ

૩૮. આત્મીય: પરકીયો વા, ક: સિદ્ધાન્તો વિપશ્ચિતામ્ ।

— યોગબિન્દુ, શ્લોક ૫૨૫.

૩૯. શ્રીમદ્ રાજચંદ્ર, આત્મસિદ્ધિ, ગાથા ૧૦૪, ૧૦૫, ૧૦૭.

* આ મુદ્દાની વિશદ છણાવટ અર્થે જુઓ લેખકકૃત ગ્રંથ : ‘આપણે આત્મનિરીક્ષણ કરીશું ?’ પ્રકરણ બીજું, ‘આગમોમાં પારંગત, છતાં જિનાજ્ઞાના બોધથી વંચિત !’ એ શીર્ષક હેઠળ લેખકે કરેલું વિવેચન.

નહિ પણ, ચિંતન-મનન-પરિશીલન કર્યું હોય તેને સ્વમત-પક્ષનો ઉપર્યુક્ત આંધળો મોહ રહેતો જ નથી.^{૪૦} શ્રુતની સાથે ચિંતન-મનન અને અનુભૂતિનું તત્ત્વ ભળતાં દષ્ટિ તટસ્થ અને સારગ્રાહી બને છે. આપણા પૂર્વ મહર્ષિઓએ તો સ્પષ્ટ જ કહ્યું છે કે, જેની દષ્ટિ સ્વપક્ષના મોહથી અર્થાત્ દષ્ટિરાગથી આવૃત્ત હોય તેવા ‘ગુરુઓ’ અધૂરા ને અજ્ઞાન જ જાણવા.

“જાતિ લિંગ કે પક્ષમે; જિન કું હૈ દઢ રાગ;
મોહ જાલ મેં સો પરે, ન લહે શિવસુખ ભાગ.”^{૪૧}

સાંપ્રદાયિક ઝનૂનને બહેકાવનારા એ અધૂરા અને અજ્ઞાન ‘ધર્મના રખેવાળો’ના રવાડે ચડીને સાંપ્રદાયિકતાના વમળમાં અટવાઈ જઈ, સમભાવનું પ્રાયોગિક પ્રશિક્ષણ આપતી આવી સરળ, નિર્દોષ અને

૪૦. (i) *આद्यે જ્ઞાને મનાક્ પુંસસ્તદ્રાગાદ્ દર્શનગ્રહઃ ।*

દ્વિતીયે ન ભવત્યેવ, ચિંતાયોગાત્કદાચન ॥

— અધ્યાત્મોપનિષદ, જ્ઞાનયોગ, શ્લોક ૬૮.

(ii) *ન ભવતિ અસૌ દ્વિતીયે ચિંતાયોગાત્ કદાચિદપિ ।*

ટીકા: અસૌ દર્શનગ્રહો યથેદમસ્મદીયં દર્શનં શોભનમન્યદીયમ—

શોભનમિત્યેવંરૂપઃ।

ષોડશક, પો. ૧૧, શ્લોક ૧૦.

૪૧. ઉપા. યશોવિજયજી, સમાધિશતક, દુહો ૭૫.

સરખાવો :

મદીયં દર્શનં મુખ્યં, પાઞ્ચણ્ડાન્યપરાણિ તુ ।

મદીય આગમઃ સારઃ, પરકીયાસ્ત્વસારકાઃ ॥

તાત્ત્વિકા વયમેવાન્યે શ્રાન્તાઃ સર્વેપ્યતાત્ત્વિકાઃ ।

ઇતિ મત્સરિણો દૂરોત્સારિતાસ્તત્ત્વસારતઃ ॥

અર્થ — “દષ્ટિરાગથી મોહિત જે લોકો એમ માનતા / કહેતા ફરે છે કે ‘અમારું જ દર્શન શ્રેષ્ઠ છે, અન્ય દર્શનો તો પાખંડ છે; અમારા શાસ્ત્રગ્રંથો જ તત્ત્વજ્ઞાનયુક્ત છે, બીજાના નિઃસાર છે; અમે જ તત્ત્વજ્ઞ છીએ, બીજા બધા ભ્રાન્ત છે’ — એવા મત્સરી માનવીઓને અને તત્ત્વને હજારો ગાઉનું છેટું છે.”

— યોગસાર, દ્વિતીય પ્રસ્તાવ, શ્લોક ૯ – ૧૦.

૪૬ / સાધનાનું શિખર-સાક્ષીભાવ

અસરકારક સાધના-પ્રક્રિયાથી દૂર રહેવું એમાં શાણપણ નથી.*

“.... કહ્યો માર્ગ આ સાધશે, જન્મ તેહના અલ્પ”

સ્યાદ્વાદથી ભાવિતમતિવાળા આપણા પૂર્વાચાર્યોએ ફોડ પાડીને આ વાત બુલંદ સ્વરે ઉચ્ચારી છે કે,

“જેણે સમત્વ પ્રાપ્ત કર્યું તેની મુક્તિ નિશ્ચિત — ચાહે તે શ્વેતાંબર હોય કે દિગંબર, જૈન હોય કે બૌદ્ધ, શૈવ હોય કે વૈષ્ણવ.” ૪૨ “અષ્ટાંગ યોગનો સાર પણ સમતા છે; કારણ કે તેનો સમસ્ત વિસ્તાર — યમ-નિયમ-આસન-પ્રાણાયામ-પ્રત્યાહાર-ધારણા-ધ્યાન-સમાધિ-સ્વરૂપ આઠેય અંગો — સમતાની ઉપલબ્ધિ અર્થે જ છે. માખણ અર્થે જેમ વલોણું કરાય છે, તેમ સમતારૂપ સારની પ્રાપ્તિ અર્થે જ સમસ્ત યોગાભ્યાસ છે. આજે કે કાલે/ આ ભવમાં કે જન્માંતરમાં, કેવળજ્ઞાનની ઉપલબ્ધિ સામ્ય વડે જ થવાની, અન્ય કોઈ રીતે નહિ; તો, એની પ્રાપ્તિ અર્થે પ્રયાસ કરવામાં ક્ષણનોય વિલંબ શા માટે ?” ૪૩ “હે આત્મન્ ! તું શાણો હો તો તે જ ગુરુની સેવા

* મુમુક્ષુએ વિપશ્યના-સાધના અપનાવવી હિતાવહ છે કે કેમ એ દ્વિધા અનુભવના જિજ્ઞાસુઓએ તે અંગે વધુ ઊહાપોહ / વિચારણા અને પથદર્શન અર્થે લેખકકૃત ‘મુક્તિપથ વિપશ્યના’ પુસ્તક અવશ્ય જોઈ જવું. પ્રાપ્તિસ્થાન: જયદીપ સાવલા, શેઠના હાઉસ, ૧૩, લેબર્નમ રોડ, ગામદેવી, મુંબઈ - ૪૦૦ ૦૦૭.

૪૨. સેયંબરો ય આસંબરો ય, બુદ્ધો વ અહવ અન્નો વા ।

સમભાવભાવિયપ્પા, લહઈ મુક્ખં ન સંદેહો ॥

— જયશેખરસૂરિ, સમ્બોધસત્તરી, ગાથા ૨.

૪૩. અષ્ટાઙ્ગસ્યાપિ યોગસ્ય સારભૂતમિદં ખલુ ।

યતો યમાદિવ્યાસોઽસ્મિન્ સર્વોઽપ્યસ્યૈવ હેતવે ॥

ક્રિયતે દધિસારાય દધિમન્થો યથા કિલ ।

તથૈવ સામ્યસારાય યોગાભ્યાસો યમાદિકઃ ॥

અદ્ય કલ્યેઽપિ કૈવલ્યં સામ્યેનાનેન, નાન્યથા ।

પ્રમાદઃ ક્ષણમપ્યત્ર તતઃ કર્તું ન સાંપ્રતમ્ ॥

— યોગસાર, દ્વિતીય પ્રસ્તાવ, શ્લોક ૧૭-૧૮.

કર, તે જ શાસ્ત્રોનો અભ્યાસ કર અને તે જ તત્ત્વની ભાવના કર કે જેનાથી સમતારૂપ અમૃતનો આસ્વાદ તું પામી શકે.”^{૪૪}

ભગવાન મહાવીરે સ્વયં આચરેલી અને જૈનસંઘને ચીંધેલી સાધના સાથેનું વિપશ્યનાનું સામ્ય પરખી લઈને, નામભેદના કારણે કશી અવઢવમાં રહ્યા વિના, સામાયિકની સાધનારૂપે આપણે તેને સવેળા અપનાવી લઈએ એ શું ઈષ્ટ અભિગમ નથી ?

જ્ઞાનીઓ સાધના-પદ્ધતિઓ અંગે મુમુક્ષુને જે સલાહ આપે છે તે આ છે : કોઈ પણ સાધના-પદ્ધતિ ‘પોતાની’ છે કે ‘પારાઈ’ ? — એ ન જોતાં, એ જોવું કે તેનાથી પોતાના દોષો ઘટે છે ? ગુણવૃદ્ધિ થાય છે ? આ પ્રશ્નોનો ઉત્તર જો ‘હા’ માં મળતો હોય તો એ પદ્ધતિ તેણે વિનાસંકોચે અપનાવવી. જેનાથી દોષો ખાળી શકાતા હોય, મોહજન્ય સંસ્કારોનો નાશ થતો હોય અને પૂર્વબદ્ધ કર્મની નિર્જરા થતી હોય તે સર્વ મુક્તિના જ ઉપાયો છે;^{૪૫} ભલે તે અનુષ્ઠાન કે સાધના-પદ્ધતિ અન્ય મત-પંથોમાં પ્રચલિત હોય તો પણ તે સર્વજ્ઞ-સંમત જ છે.^{૪૬}

કોરા પાંડિત્ય વડે સાધના માર્ગની માત્ર વાતોમાં જ રચીપચી રહેનારી વ્યક્તિઓ ‘પોતાનું’ અને ‘પારકું’ એ વિવાદમાં અટવાતી રહે છે, પણ સાધનામાર્ગની માત્ર વાતોમાં જ ન અટકતાં, જીવનમાં તેનો અનુભવ કરવાની ઉત્કંઠા ધરાવતા મુમુક્ષુઓ કોઈ પણ સાધના-પદ્ધતિ કે વિચારને

૪૪. તમેવ સેવસ્વ ગુરું પ્રયત્નાદધીષ્ઠ્વ શાસ્ત્રાણ્યપિ તાનિ વિદ્વન ।

તદેવ તત્ત્વં પરિભાવયાત્મન્ યેષ્યો ભવેત્સામ્યસુધોપભોગઃ ॥

— અધ્યાત્મકલ્પદ્રુમ, અધ્યાય ૧૬, શ્લોક ૫.

૪૫. દોસા જેણ નિરુબ્ધંતિ, જેણ ચિજ્જંતિ પુવ્વકમ્માઈ ।

સો સો મોક્કોવાઓ, રોગાવત્થાસુ સમણં વ ॥

—શ્રી બૃહત્કલ્પ સૂત્ર (ઉ. ૨, સૂત્ર ૨), નિર્ધુક્તિ ગાથા ૩૩૩૧.

૪૬. તથા સર્વમનુષ્ઠાનં, યદ્વેત્ત્રાશકારણમ્ ।

સરગદ્વેષમોહાનાં ચિત્તાચિલમલાત્મનામ્ ॥

તલ્લોકે સર્વતીર્થેયુ, સાક્ષાજ્ઞૈનેડપિ વા મતે ।

યથા તથા કૃતં હન્ત, જ્ઞેયં સર્વજ્ઞસમ્મતમ્ ॥

—ઉપનિષિ, પ્ર. ૮, શ્લોક ૮૧૭, ૮૧૮.

૪૮ / સાધનાનું શિખર-સાક્ષીભાવ

નાણી જોવા માટે ‘પોતાનું’ કે ‘પારકું’ એ એક જ કસોટીનો ઉપયોગ કરતા નથી. એ કસોટી ઠગારી છે. કોઈ પણ સાધના-પદ્ધતિ કે વિચારના સ્વીકાર કે ત્યાગનો પ્રશ્ન ઉપસ્થિત થાય ત્યારે, તે પોતાના અંતરંગ દોષોને ક્ષીણ કરવામાં અને આત્મિક ગુણવૃદ્ધિમાં સહાયક નીવડે છે કે બાધક ? — આ માપદંડ અપનાવવાનો અનુરોધ જ્ઞાનીઓએ કર્યો છે. શાંતરસની પ્રાપ્તિનો માર્ગ ચીંધતા ‘અધ્યાત્મકલ્પદ્રુમ’ નામના ગ્રંથમાં તેના અનુભવી કર્તા આચાર્ય મુનિસુંદરસૂરિ મહારાજે શ્રેયાર્થીઓને ભારપૂર્વક અનુરોધ કર્યો છે કે,

ઈષ્ટ સ્થાને પહોંચવા ઈચ્છતો માણસ, તે સ્થાને લઈ જનાર વાહનને આવકારે છે — તે પોતાનું હો કે ન હો; તેમ પોતાનું શ્રેય ઈચ્છતા મુમુક્ષુએ મોક્ષપ્રાપ્તિમાં હેતુભૂત દેવ, ગુરુ અને સાધના — આ ત્રણની પસંદગી, દષ્ટિરાગનો પરિત્યાગ કરીને, અર્થાત્ ‘પોતાનાં’ અને ‘પરાયા’ નો વિચાર બાજુએ મૂકીને, ગુણવત્તાના ધોરણે કરવી જોઈએ.^{૪૭}

— જિનાજ્ઞાની ઓળખ / એક અમોઘ કસોટી

માટે, કોઈ પણ સાધના-પ્રક્રિયા વીતરાગની આજ્ઞા સાથે સંગત છે કે નહિ ? — એ ગૂંચ ઉપસ્થિત થાય ત્યારે, દાર્શનિક વિવાદોમાં કે નયનિક્ષેપની અટપટી વાતોમાં ન ગૂંચવાતાં, સાધકે એ જોવું કે પ્રસ્તુત સાધનાને અનુસરતાં પોતાનાં રાગ-દ્વેષ ઘટે છે કે વધે છે ? ષટ્દર્શનનું અને નયનિક્ષેપનું ઊંડું જ્ઞાન ધરાવતા ન્યાયવિશારદ ઉપાધ્યાય યશોવિજયજી મહારાજે ‘જિનાજ્ઞા શી ?’ એ વિષે ‘ઉપદેશ રહસ્ય’ નામના ગ્રંથમાં વિસ્તારથી સૂક્ષ્મ ચર્ચા કરી છે, એ આખીયે ચર્ચાને સમેટતાં, ષટ્દર્શનના અને નયનિક્ષેપના એ અઠંગ જ્ઞાતાએ ગ્રંથના ઉપસંહારમાં સમગ્ર જિનાજ્ઞાનો નિષ્કર્ષ આપતાં કહ્યું છે કે, “ટૂંકમાં, જિનાજ્ઞા આટલી જ છે કે જેનાથી વ્યક્તિ પોતે રાગ-દ્વેષમાંથી છૂટકારો મેળવી શકતી હોય એ તેણે કરવું-આચરવું.”^{૪૮}

૪૭. ગજાશ્વપોતોક્ષરથાન્ યથેષ્ટપદાસયે ભદ્ર નિજાન્ પરન્ વા ।

ભજંતિ વિજ્ઞાઃ સુગુણાન્ ભજૈવં, શિવાય શુદ્ધાન્ ગુરુદેવધર્માન્ ॥

— અધ્યાત્મકલ્પદ્રુમ, અ. ૧૨, શ્લોક ૪.

૪૮. કિંં બહુણાં ઇહ જહ જહ રાગદ્વેસાં લહુંં વલિત્ત્વજ્જંતિ ।

તહ તહ પપ્પટ્ટિય્વ્વંં એસા આણાં જિણિંદાણં ॥

— ઉપદેશરહસ્ય, ગાથા ૨૦૧.

આ જ વાત શ્રીમદ્ રાજચંદ્રે તેમની વેધક શૈલીએ, નગારા પર દાંડી દઈને ઉચ્ચારી છે :

“રાગ-દ્વેષ-અજ્ઞાન એ, મુખ્ય કર્મની ગ્રંથ;
થાય નિવૃત્તિ જેહથી, તે જ મોક્ષનો પંથ.”^{૪૯}

જિનાજ્ઞા સાથે શું સંગત છે તે સમજવા માટે તેમજ વાસ્તવિક જિનાજ્ઞા અને જિનાજ્ઞાના ઓઠા હેઠળ વહેતી કરાતી વાતોને અલગ તારવી કાઢવા માટે તત્ત્વજ્ઞ યશોવિજયજી ઉપાધ્યાયે અને શ્રીમદ્ રાજચંદ્રે, સર્વત્ર પ્રયોજી શકાય તેવી, આ સરળ પણ ઉત્તમ કસોટી — master key — આપણા હાથમાં મૂકી દીધી છે. **સાંપ્રદાયિક મમત્વના પાશમાં બદ્ધ ‘ગુરુઓ’ દ્વારા જિનાજ્ઞાના નામે વહેતી મુકાતી ગમે તે વાતો, વિચારો કે સાધના-પદ્ધતિઓને દૃષ્ટિરાગવશ આંખ મીંચીને વળગી પડતાં પહેલાં મુમુક્ષુએ આ કસોટી દ્વારા એનું સત્ત્વ પરખી લેવું અને, અન્ય સ્ત્રોતમાંથી આવતી કોઈ વાત પણ, જો આ કસોટીથી નાણી જોતાં, ‘સો ટચનું સોનું’ પુરવાર થતી હોય તો, કશા ખયકાટ વિના નિઃશંકપણે તેને અપનાવી લઈ શ્રેય સાધવું — એમાં જ માનવભવનું સાર્થક્ય અને જિનાજ્ઞાની આરાધના છે.**

— અવરોધક શું ? ગુરુની અસંમતિ કે પોતાની જ માનભૂખ ?

કેટલાંક સાધુ-સાધ્વી વિપશ્યના-શિબિરમાં જવા ઈચ્છતાં હોય છે, પણ ત્યાં પોતાનો આચાર સચવાશે કે કેમ એ આશંકા તેમને રહેતી હોય છે. આ દ્વિધામાં રહી, સમત્વનો એકડો ઘૂંટાવવાથી શરૂ કરીને ક્રમશઃ અપ્રમત્તદશા સુધી દોરી જતી વિપશ્યના-સાધનાના પ્રાથમિક જ્ઞાનથીયે સમૂળગા વંચિત રહેવું એના કરતાં એમ વિચારવું કે — ‘જેમ કોઈ શારીરિક વ્યાધિના ઉપચાર અર્થે શસ્ત્રક્રિયા કરાવવી આવશ્યક બને છે ત્યારે, હોસ્પિટલના વસવાટ દરમ્યાન સાધ્વાચારના અનેક દોષો — જેવા કે વિજાતીય (નર્સ / દાકતર) ના સંઘટ્ટા / સ્પર્શ, પારિષ્ઠાપનિકા સમિતિનું મહદ્ અંશે અપાલન વગેરે — ગૌણ કરીને, ‘ત્યાં લાગેલા દોષોની શુદ્ધિ અર્થે પાછળથી પ્રાયશ્ચિત્ત કરી લઈશું’ એમ વિચારી, વર્તમાન સાધુ-સાધ્વી હોસ્પિટલમાં રહી સારવાર લે છે તેમ, આ સાધના-શિબિરમાં જતાં સાધ્વાચારમાં આવનારી સંભવિત સ્ખલના માટે ‘પાછળથી પ્રાયશ્ચિત્ત કરી લઈશું’ — એમ વિચારીને વિપશ્યના-શિબિરનો અનુભવ મેળવવો એ શું વધુ ઉચિત અભિગમ નથી ?

૫૦ / સાધનાનું શિખર-સાક્ષીભાવ

કેટલાંક સાધુ-સાધ્વીના નિકટનાં પરિચિત ગૃહસ્થ ભાઈ-બહેનો વિપશ્યનાથી લાભાન્વિત બન્યાં હોય છે અને તેઓના સ્વભાવમાં તેમજ જીવનવ્યવહારમાં આવેલા શુભ પરિવર્તનના સાક્ષી એ ત્યાગીઓ રહ્યાં હોય છે; આથી, વિપશ્યનાનો અનુભવ લેવાનું મન એ ત્યાગીઓને હોય છે / એવું તેઓ કહેતાં હોય છે. એમને પૂછીએ કે “તો પછી વિપશ્યના-શિબિરોમાં જતા કેમ નથી?” તો જવાબ મળે છે કે “મન તો ઘણું થાય છે, પણ શું કરીએ? ત્યાં જવા માટે ગુરુ મહારાજની સંમતિ નથી મળતી.”

આપણે એ વિચારી ગયા છીએ કે વિપશ્યના-સાધના સાધકને અંતર્મુખ બનાવી, સમત્વનો એકડો ઘૂંટાવતી રહી, દ્રષ્ટાભાવની કેળવણી દ્વારા, કર્તા-ભોક્તાપણાની ચિરકાલીન વાસનામાંથી ક્રમશઃ તેને બહાર લાવી, રાગ-દ્વેષ-મોહના સમસ્ત સંસ્કારોથી મુક્તિ અપાવતી હોવાથી, જૈનેતર પરંપરામાં રહેલી હોવા છતાં, તે સર્વજ્ઞસંમત છે. સર્વજ્ઞને જે સંમત હોય તેમાં જૈન પરંપરાના આચાર્યની / ગુરુની સંમતિ જ હોય — હોવી જોઈએ. જિનાજ્ઞાથી ગુરુની આજ્ઞા જુદી પડતી હોય તો એનાથી શું એ સૂચિત નથી થઈ જતું કે ‘ગુરુ જિનાજ્ઞાના મર્મજ્ઞ નથી’? *શાસ્ત્રે ગુરુની આજ્ઞાનો મહિમા ગાયો છે, પણ સાથે એ લાલબત્તી પણ ધરી છે કે જે ‘ગુરુ’માં એ પદ માટેની આવશ્યક પાત્રતા—આત્મજ્ઞાન / અનુભવ — ન હોય તેની આજ્ઞાને ‘તહત્તવાણી’ કરતાં બેસી રહેવું એમાં જીવનની સાર્થકતા નથી; એટલું જ નહિ, ‘તસ નિશ્રાયે વિહારી... તે તો અનંતસંસારી રે’* — એવા અજ્ઞાની ‘ગુરુ’ના પગ પકડી બેસી રહી જીવન વ્યતીત કરતાં ભવભ્રમણ ઘટવાને બદલે ઊલટાનું વધે છે.”

૫૦. (i) જિમ જિમ બહુશ્રુત, બહુ જનસમ્મત, બહુલ શિષ્યનો શેઠી રે;
તિમ તિમ જિનશાસનનો વૈરી જો નવિ અનુભવ નેકો રે.

— શ્રીપાળ રાસ, ખંડ ૪, ઢાળ ૧૩,

- (ii) અજ્ઞાની નવિ હોવે મહાજન, જો પણ ચલવે ટોળું;
ધર્મદાસગણિ વચન વિચારી, મન નવિ કીજે ભોળું.
અજ્ઞાની નિજ છંદે ચાલે, તસ નિશ્રાયે વિહારી;
અજ્ઞાની જે ગચ્છને ચલવે, તે તો અનંત સંસારી રે.

— ૩૫૦ ગાથાનું સ્તવન, ઢાળ ૧, ગાથા ૧૧, ૧૨.

જિનાજ્ઞા-સંમત સાધના માટે અનુમતિ ન આપનાર, જિનમાર્ગના અમર્મજ્ઞ ‘ગુરુ’ પ્રત્યે આત્માર્થી શિષ્યનું કર્તવ્ય શું ? પૂર્વાચાર્યોએ દીક્ષાર્થી મુમુક્ષુને આપેલી સલાહનું અનુસરણ ત્યાં આત્માર્થી શિષ્યે કરવું શું ઉચિત નથી ? — ન્યાય નથી ?

મોહાધીન માબાપ દીક્ષાની અનુમતિ ન આપતાં હોય અને તેમને સમજાવવામાં સર્વ યુક્તિ-પ્રયુક્તિ નિષ્ફળ રહે ત્યારે, દીક્ષાર્થી અંતે એમ વિચારે કે ‘સંયમનો સ્વીકાર કરીને હું શુદ્ધ ધર્મની પ્રાપ્તિ કરું તો એ પછી માતાપિતાને પણ ધર્મપ્રાપ્તિ કરાવી તેમનું ઋણ હું ફેડી શકીશ; અન્યથા, ધર્મથી વંચિત રહી, સૌ ભવચક્રમાં ક્યાંય ફેંકાઈ જઈશું.’ આ પ્રમાણે તેમના પ્રતિ કૃતજ્ઞતા અને કરુણાના ભાવપૂર્વક તેમનો ત્યાગ કરીને, મુમુક્ષુએ સંયમમાર્ગે ચાલી નીકળવું. એ ત્યાગ પણ પરમાર્થથી અત્યાગ છે.^{૫૧}

આ જ ન્યાયે, જિનાજ્ઞા-સમ્મત સાધનામાર્ગે જવાની સંમતિ ન આપનાર માર્ગના અમર્મજ્ઞ ગુરુનો ત્યાગ કરીને, જિનાજ્ઞા-સમ્મત સાધનામાં પ્રવૃત્ત થવું એ શું આત્માર્થી અણગારનું કર્તવ્ય નથી થઈ પડતું ? વળી, એ પણ ખ્યાલમાં રહે કે ધર્મની પ્રાપ્તિ અર્થે પૂર્વતૈયારીરૂપ જે ગુણો કેળવવાનો અનુરોધ શાસ્ત્રે કર્યો છે તેમાંના એક ગુણ — વડીલોની સેવા અને આજ્ઞાપાલન - નું વિધાન કરતાં, શાસ્ત્રકારે એ સાવધાની ઉચ્ચારી છે કે વડીલોની સેવા અને આજ્ઞાપાલન કર્તવ્ય છે ખરાં, પણ “ત્યાંયે એ ઔચિત્ય સાચવવું કે, એમને ન રુચે તે મૂકી દેતાં કે તેમને રુચતું હોય એ કરવા જતાં ધર્મપુરુષાર્થને જો બાધ આવતો હોય તો, માત્ર એમની રુચિ-અરુચિ જોઈને ધર્મપુરુષાર્થ છોડી ન દેવો. મોક્ષપુરુષાર્થનો અવસર અત્યંત દુર્લભ છે, માટે, એમની રુચિ-અરુચિને અવગણીનેય એ માર્ગે પ્રયત્નશીલ રહેવું.” એમાં જ જિનાજ્ઞાની આરાધના છે.^{૫૨}

૫૧. ...સવ્વહા અપહિવજ્જમાણે ચઙ્ગા તે અટ્ટાણગિલાણોસહત્થ-ચાગનાણં એસ ચાએ અચાએ, તત્તભાવણાઓ, અચાએ ચેવ ચાએ, મિચ્છાભાવણાઓ; તત્તફલમિત્થ પહાણં પરમત્થઓ,, ધીરા એઅદંસિણો આસન્નભવ્વા ।

— શ્રી પંચસૂત્ર, સૂત્ર ત્રીજું.

૫૨. ...ઔચિત્યેન ત્વિદં જ્ઞેયં, ... ધર્માદ્યપીડયા ।

ટીકા : ઔચિત્યમેવ વ્યનક્તિ । યદિ તદનિષ્ઠેષ્યો નિવૃત્તૌ તદિદેષુ ચ પ્રવૃત્તૌ



૫૨ / સાધનાનું શિખર-સાક્ષીભાવ

પૂર્વાચાર્યોનું આવું અસંદિગ્ધ અને પ્રેરક માર્ગદર્શન આપણી સામે હોવા છતાં, એને અનુસરવાનું સાહસ અને નૈતિક હિંમત આપણે જો દાખવી ન શકતાં હોઈએ તો, મૂળમાં આપણો સંવેગ જ મોળો ન ગણાય ? માટે, ગુર્વાજ્ઞાનું બહાનું આગળ ધરીને, વર્ષોથી સાચા સાધનામાર્ગથી જે વિમુખ રહેતાં આવ્યાં હોય એવાં સાધુ-સાધ્વીએ એ આત્મખોજ કરી લેવી રહી કે સાચો સાધનામાર્ગ અપનાવી લેવામાં તેને ખરેખર ગુર્વાજ્ઞાનું બંધન નડે છે કે સમુદાયની સાથે રહેતાં મળતાં મહત્વ/ માન-સન્માન, શ્રદ્ધાળુ ભક્ત-સમુદાય અને પદ-પ્રતિષ્ઠા - ની આસક્તિ ? એ આસક્તિએ જ ‘આજ્ઞાધીનતા’ નું મહોરું નથી ઓઢી લીધું ને ?

... તો, મુમુક્ષા કાચી છે

જ્યારે ભવસ્થિતિ પાકે, આત્મા જાગે અને અંતરમાં સાચી મુમુક્ષા ભભૂકી ઊઠે છે ત્યારે એ આત્માને ઉપરછલ્લા ધર્માચરણથી જંપ વળતો નથી. એનું સમગ્ર અસ્તિત્વ સાચો ધર્મમાર્ગ પામવા ઝંખે છે. સાચા સંતોના જીવન અને ઉપદેશના ઉજાસમાં પોતાની વૃત્તિ-પ્રવૃત્તિનું નિરીક્ષણ-પરીક્ષણ કરી તેની અશુદ્ધિઓ દૂર કરવા એ સ્વયં કટિબદ્ધ બને છે; એના જીવનની અગ્નિમતાઓ અને મૂલ્યો બદલાઈ જાય છે. એ પછી પદ, પ્રતિષ્ઠા, ઐશ્વર્ય, માન-સન્માન, ભોગસુખ એના જીવનનાં પ્રેરક અને ચાલક બળ નથી રહી શકતાં. જીવનની સફળતા-નિષ્ફળતા માપવા એ સમાજની સામે મીટ માંડી નથી બેસતો. મુક્તિની દિશામાં ગતિ કરવાની તડપન એને અંતર્મુખ બનાવી દે છે. ભૌતિકતામાં રત મોહમૂઢ સમાજની નિંદા-સ્તુતિ પ્રત્યે એ ઉદાસીન બની જાય છે. લોકરંજનની પ્રવૃત્તિમાં પોતાનાં સમય-શક્તિ વેડફવાં એને પરવડતાં નથી.^{૫૩}

ધર્માદયઃ પુરુષાર્થાં બાધ્યન્તે, તદા ન તન્નિવૃત્તિપેરેણ ભાવ્યં કિન્તુ પુરુષાર્થાં
રાધનપરેણૈવ, અતિદુર્લભત્વાત્ પુરુષાર્થારાધનકાલસ્યેતિ ।

— યોગબિન્દુ, શ્લોક ૧૧૪.

૫૩. તાવદ્વિવાદી જનરક્ષકશ્ચ યાવન્ન ચૈવાત્મરસે સુખજ્ઞઃ ।

— હૃદયપ્રદીપ ષટ્ત્રિંશિકા, શ્લોક ૨૩.

જે માટે ઘરબારનો ત્યાગ કરીને ભગવાનનો ભેખ ધારણ કર્યો છે એ અંતરંગ સાધનાને નેવે મૂકીને, ‘શાસનપ્રભાવના’ના મોહક મોહરા હેઠળ લોકરંજનમાં વ્યસ્ત વર્તમાન ‘શ્રમણ’ની જીવનપ્રણાલીમાં ઘસડાતા રહેનાર સાધુ-સાધ્વીએ સમજવું રહ્યું કે તેની મુમુક્ષા કાચી છે; ઉત્કટ સંવેગવાળાને નિરર્થક વિલંબ પરવડતો નથી, દષ્ટિરાગ રાખવો પોષાતો નથી.

ટૂંકી અને સરળ પ્રક્રિયા કઈ ?

‘આત્મદર્શનનો ટૂંકો માર્ગ બતાવો.’ ‘સાધનાની સરળ પ્રક્રિયા કઈ ?’ આવી માગણી અને પ્રશ્ન ઘણા જિજ્ઞાસુઓ તરફથી લેખક સમક્ષ અવારનવાર આવતાં રહ્યાં છે. ઓછી મહેનતે અને ટૂંકા ગાળામાં ફળપ્રાપ્તિ કરી લેવાની લાલચ માણસ રોકી શકતો નથી. પરંતુ સાધકે એ સમજી લેવું ઘટે કે સાધનાનો કોઈ ‘ટૂંકો માર્ગ’ નથી. તેમજ પદાર્થવિજ્ઞાન કે રસાયણશાસ્ત્રના પ્રયોગની જેમ, અમુક પરિણામ સુધી પહોંચવા માટે સૌને સ્વીકાર્ય કોઈ એક જ પ્રક્રિયા આધ્યાત્મિક ક્ષેત્રમાં આપી નથી શકાતી; કારણ કે બધા જ સાધકો એકસરખા પૂર્વસંસ્કાર કે સમાન માનસિક ઢાળવાળા હોતા નથી. ભિન્ન ભિન્ન પ્રકૃતિ અને પૂર્વસંસ્કારવાળી વ્યક્તિઓને કોઈ એક નિયત પ્રક્રિયા એકસરખી રુચિકર કે ઉપયોગી બનતી નથી. આથી હઠયોગ, રાજયોગ, ભક્તિયોગ, કર્મયોગ, જ્ઞાનમાર્ગ વગેરે અનેક સાધનામાર્ગો પ્રચલિત છે. તેમાંથી અહીં મુખ્યતઃ રાજયોગ અને જ્ઞાનયોગ પર આધારિત કેટલીક પ્રક્રિયાઓનો નિર્દેશ કર્યો છે. કર્મ, ભક્તિ આદિ અન્ય સાધનામાર્ગની રુચિવાળા સાધકોને આ પ્રક્રિયાઓ ન આકર્ષે એ સ્વાભાવિક છે. રાજયોગ અને જ્ઞાનયોગ પ્રત્યેના માનસિક ઢાળવાળા પણ બધા જ સાધકોને આમાંની કોઈ એક પ્રક્રિયા એકસરખી આકર્ષી ન શકે. ભિન્ન ભિન્ન રુચિ, સંસ્કાર અને પૂર્વતૈયારી અનુસાર તે તે સાધકોને જુદી જુદી પ્રક્રિયા અનુકૂળ જણાય છે. એથી, અમુક પ્રક્રિયા સારી છે, ટૂંકી છે, સરળ છે, એમ એકાંતે કહી શકાતું નથી. પોતાના પૂર્વસંસ્કાર અનુસાર સાધક અમુક પ્રક્રિયા પ્રત્યે આકર્ષાય છે અને તે તેને સરળ અને સીધી લાગે

૫૪ / સાધનાનું શિખર-સાક્ષીભાવ

છે. માટે, કઈ પ્રક્રિયા શ્રેષ્ઠ છે એ વિવાદમાં ન અટવાતાં, પોતાને જેમાં રુચિ જાગે તે પ્રક્રિયા અનુસાર સાધકે નિત્ય, નિયમિતપણે, અભ્યાસ કરવો શ્રેયસ્કર છે.

નિશ્ચિત મંજિલે પહોંચવા નીકળેલો પથિક પોતાનાં સાધન-સંયોગ અનુસાર મુસાફરીના તે તે તબક્કાને અનુરૂપ વાહન સ્વીકારે. તે પછી, એ વાહન સાચી દિશામાં આગળ વધી રહ્યું છે કે નહિ એ ચકાસણી સૌથી વધુ મહત્વની બની રહે છે. એ જ રીતે, મુમુક્ષુ કોઈ એક સાધન સ્વીકારે તે પછી એની સાધના સાચી દિશામાં વહેતી રહે છે કે કેમ એ જોવું મહત્વનું છે. કેવળ ‘મોક્ષ જ જોઈએ છે’ એ નિષ્ઠા હોય અને સાધક જાગૃત રહી તટસ્થપણે આત્મનિરીક્ષણ કરતો રહે તો તેની એ ઉત્કટ મુમુક્ષા અને શુદ્ધ નિષ્ઠા જ તેને તેની વિકાસભૂમિકાને અનુરૂપ સાધના પ્રત્યે સ્વયં વાળશે અથવા પથદર્શક સદ્ગુરુ પાસે એને દોરી જશે.

સાધક જેના અવલંબને દેહાત્મબુદ્ધિથી તેમજ ‘અહં’થી ક્રમશઃ મુક્ત થઈ શકતો હોય, જેમાં કર્તા-ભોક્તાભાવને પોષણ ન મળતું હોય પણ એ ભાવોમાંથી ક્રમશઃ બહાર અવાતું હોય તે સાધના મુમુક્ષુને માટે ઈષ્ટ છે.

‘સૌ સાધન બંધન થયાં ...’/ક્યારે ?

કોઈ પણ પ્રક્રિયાનું અનુકરણ હોય, તેમાં ‘અહં’ / ‘હું’ પ્રવેશી તેને નિષ્ફળ બનાવે છે. શ્રી જે.કૃષ્ણમૂર્તિ કહેતા કે ‘Truth is a pathless land’ અર્થાત્ મુક્તિ સુધી લઈ જતો કોઈ વટાયેલો માર્ગ નથી; અને તત્ત્વજ્ઞ શ્રીમદ્ રાજચંદ્રે પણ કહ્યું કે “સૌ સાધન બંધન થયાં, રહ્યો ન કોઈ ઉપાય” - એ બંને વચનોનું તાત્પર્ય એ છે કે કોઈ એક વિશિષ્ટ સાધના-પદ્ધતિને અનુસરવાથી નિશ્ચિતપણે મુક્તિ મળે જ એવું નથી; સાધક ગમે તે પ્રજ્ઞાલીને અનુસરતો રહે પણ પ્રત્યેક સાધકે અહંથી મુક્ત રહેવાની યુક્તિ / હથોટી તો જાતે જ મેળવી લેવી પડે.

સાધના જેમ જેમ આગળ વધે તેમ અહં પણ જુદાં જુદાં સૂક્ષ્મ સ્વરૂપો લે છે. યોગસાધના દ્વારા કોઈક વિશિષ્ટ સિદ્ધિ પ્રાપ્ત કરી લેવાની કામના કે સમાજમાં પોતાનું વૈશિષ્ટ્ય સ્થાપિત કરી દેવાનું સપનું સિદ્ધ કરી

લેવાની હોશ અંતરમાં રહી હોય તો સમજવું કે હજુ અંતરની ધરતી પરથી અહંના ડેરા-તંબુ સમેટાવાની પ્રક્રિયા શરૂ થઈ નથી. સાધનામાંયે સફળતા-નિષ્ફળતા, લાભ-હાનિની ગણતરી રહેતી હોય ત્યાં સુધી અહંની હાજરી છે. આત્મદર્શન પામી સમાજમાં ‘વિશિષ્ટ વ્યક્તિ’ થઈ રહેવાની મહેચ્છા સાથે સાધના કરવી એ તો પોતાની જ સ્મશાનયાત્રામાં હાજર રહેવાના કોડ સેવવા જેવું છે. મુમુક્ષુએ મુક્ત થવાનું છે ‘હું’થી જ. ગમે તે સાધનાપ્રણાલી હોય, સાધક સતત જાગૃત ન રહે તો સાધનાને જ પોતાની ઢાલ બનાવી દઈ, અહં સૂક્ષ્મ સ્વરૂપે ફૂલતુંફાલતું રહે છે; ને મુમુક્ષુ બ્રાન્તિમાં રહે છે કે હું સાધનામાં આગળ વધી રહ્યો છું — મુક્તિની નિકટ જઈ રહ્યો છું.

આવું ગોથું ન ખાઈ જવાય — સાધન જ બંધન ન થઈ જાય — તે માટે કરવું શું ? શ્રીમદ્ રાજચંદ્રે અનુરોધ કર્યો છે કે પ્રત્યક્ષ સદ્ગુરુનો સમાગમ મેળવી, અનન્યભાવે એમને સમર્પિત રહી સાધના કરતા રહેવું એ જ એક તરણોપાય છે. કિંતુ, આજે આપણે જોઈએ છીએ કે શ્રીમદ્ના ભક્તો ઉપર્યુક્ત વચનને રટતા રહી, મનની બારીઓ બંધ કરીને, પોતાનાં અલગ અલગ કુંડાળાં વાળી બેસી રહે છે. એ નથી પ્રત્યક્ષ સદ્ગુરુનો યોગ મેળવવા કશો પ્રયાસ કરતા કે નથી એમણે બતાવેલી કસોટી —

“રાગ-દ્વેષ-અજ્ઞાન એ, મુખ્ય કર્મની ગ્રંથ;
થાય નિવૃત્તિ જેહથી, તે જ મોક્ષનો પંથ.”

— એ કસોટીનો પ્રયોગ કરીને પોતાની ધર્મારાધનાને સાચો વળાંક આપી શકતા. સાધનાની નાવને અહંના / સ્વચ્છંદના વિષમ વમળમાં અટવાઈ જતી બચાવવા શ્રીમદ્ રાજચંદ્રે બે શરત મૂકી છે : પ્રત્યક્ષ સદ્ગુરુનો યોગ અને સમર્પિતભાવે સાધના. બેમાંથી એક તત્ત્વ ખૂટતું હોય ત્યાં અહં સૂક્ષ્મ સ્વરૂપે પ્રવેશ મેળવી લે એ શક્યતા રહે છે. પ્રત્યક્ષ સદ્ગુરુના વિયોગમાં, આત્મજ્ઞ સત્પુરુષોનાં વચનો શ્રેયાર્થીને પથદર્શક બને છે; કિંતુ એમની અનુપસ્થિતિમાં સાધક એમનાં વચનોના આધારે — અર્થાત્ એમણે રચેલા ગ્રંથોના સહારે જ — પંથ કાપતો હોય ત્યારે એની પાસે ઉત્કટ મુમુક્ષા, તટસ્થતા, કોઈ પણ દિશાએથી આવતા સત્યને આવકારવા મન-હૃદયની ખુલ્લી બારીઓ, વિવેકબુદ્ધિ અને આવશ્યક ચિત્તશુદ્ધિની મૂડી ન હોય તો એ વાણીનો મર્મ

૫૬ / સાધનાનું શિખર-સાક્ષીભાવ

પકડાતો નથી, ને અનેકવિધ કષ્ટકર સાધનામાં પ્રવૃત્ત રહેવા છતાં
દૃઢયત્નમિ પરથી અહંની છાવણી સમેટાતી નથી અને સાધન જ બંધન
બની રહે છે.

‘અખો કહે એ અંધારો કૂવો’

કોઈ એક સાધનામાર્ગની સરસાઈના વિવાદમાં સાધકનાં સમય-શક્તિ ન
વેડફાય એ માટે, યોગમાર્ગના આચાર્યો સાધકોને પોતાની સાધના ગુપ્ત
રાખવાનું સૂચવે છે.

દરેક વ્યક્તિનો ચહેરો બીજા બધા ચહેરાઓથી જુદો પડે છે અને દરેકના
‘ફિંગર પ્રિન્ટ્સ’ અલગ જ હોય છે તેમ જીવન પ્રત્યે અને સાધનાની વિભિન્ન
પદ્ધતિઓ પ્રત્યે દરેક વ્યક્તિને પોતાનો આગવો અભિગમ હોય છે. ને,
એમાંની મોટા ભાગની વ્યક્તિઓ પોતાના અભિગમને જ યથાર્થ માનતી હોય
છે; તટસ્થભાવે બીજાના અભિગમને મૂલવવાની ક્ષમતા અને વિશાળ દૃષ્ટિ
તેઓ ભાગ્યે જ દાખવી શકે છે. આધ્યાત્મિક સાધના પ્રત્યે અને તેની નોખી
નોખી પદ્ધતિઓ પરત્વે વિભિન્ન દૃષ્ટિબિંદુ ધરાવતી એ વ્યક્તિઓ જ્યારે
જાણે છે કે તમે કોઈ અમુક સાધનામાં વધુ રસ લઈ રહ્યા છો ત્યારે, તમે
અપનાવેલી પદ્ધતિને ક્ષતિયુક્ત બતાવી તે પોતાને અભિમત સાધનામાર્ગની
શ્રેષ્ઠતા તમારા મનમાં ઠસાવવા મથે છે; તો કોઈ અજ્ઞાનવશ કે ઈર્ષ્યાદિથી
પ્રેરાઈ એ સાધના માટેની તમારી યોગ્યતા વિશે ટીકા-ટિપ્પણ શરૂ કરી દે છે.
સમાજમાં પ્રતિષ્ઠિત સ્થાને રહેલી અને વધુ બુદ્ધિમાન કે જાણકાર ગણાતી
વ્યક્તિનો આવો વિપરીત પ્રત્યાઘાત પ્રારંભિક સાધકની સાધનામાં વિક્ષેપકારક
બની શકે છે; યાવત્ સાધના પ્રત્યેની તેની શ્રદ્ધાને પણ શિથિલ કરી દઈ તે
તેને સાધનાવિમુખ બનવી દે એ પણ સંભવિત છે. પોતે અપનાવેલા
સાધનામાર્ગમાં સાધકને દૃઢ વિશ્વાસ હોય તો પ્રતિકૂળ પ્રત્યાઘાતો તેની શ્રદ્ધાને
મોળી પાડી શકતા નથી. કિંતુ, એવા સાધકે પણ, તે જે સમાજની વચ્ચે બેઠો
હોય તેનો, તેના પ્રત્યેનો સદ્ભાવ જળવાઈ રહે — નિવાર્ય અણગમો અને
અસદ્ભાવ ન જન્મે — તે માટે પોતાનો અભિગમ સામી વ્યક્તિને
સમજાવવાની કોશિશ તો કરવી જ પડે છે; પરિણામે સાધનામાં નિરર્થક

વિક્ષેપ આવી પડે છે. આમ થતું ટાળવા માટે જ પોતાની સાધના અથવા ‘મંત્ર’ ગુપ્ત રાખવાનું સૂચન અનુભવીઓ કરે છે.

પોતાથી અધિક પ્રબુદ્ધ વ્યક્તિઓ પાસેથી વિશેષ જ્ઞાન પ્રાપ્ત થઈ શકે એમ હોય ત્યારે જિજ્ઞાસુભાવે, કે કોઈ જિજ્ઞાસુની સાચી જ્ઞાનભૂખ સંતોષી શકાતી હોય એવા પ્રસંગે વાત્સલ્યથી પ્રેરાઈ, ચર્ચા-વિચારણા ભલે કરીએ, પણ આગ્રહી વ્યક્તિઓ સાથે વાદવિવાદમાં કાળક્ષેપ કરવો ન ઘટે. એ વિવાદમાંથી નીપજતું કંઈ નથી, ને પોતાનાં સમય-શક્તિ કેવળ બરબાદ જ થાય છે. માટે એવી નિઃસાર^{૫૪} ચર્ચાઓમાં વધુ રસ ન લેતાં, સાધકે પોતાની સમગ્ર શક્તિ સાધનામાં કેન્દ્રિત કરવી ઘટે. ચર્ચાથી — તર્કથી તત્ત્વનિર્ણય કરવા મથવું એ દાર્શનિકને શોભે, સાધકને નહિ. સાધકનો માર્ગ અનુભૂતિનો છે.

૫૪. (i) અખો કહે એ અંધારો ફૂલો,
ઝઘડો મિટાવી કોઈ ન મૂઓ.

(i) षण्णां विरोधोऽपि च दर्शनानां, तथैव तेषां शतशश्च भेदाः ।
नानापथे सर्वजनः प्रवृत्तः, को लोकमाराधयितुं समर्थः ॥

— હૃદયપ્રદીપ પદ્મત્રિશિકા, શ્લોક ૨૪.

પરિશિષ્ટ

મુમુક્ષુનું કુરુક્ષેત્ર, તેનું પોતાનું ચિત્ત

મુમુક્ષુએ સૌપ્રથમ પોતાના બંધનનું મૂળ શું છે, શામાં છે, એ બરાબર સમજી લેવું જોઈએ. શું કુટુંબ-પરિવાર તેને બાંધે છે ? શું જીવનનો વ્યવહાર બાંધે છે ? શું વિષયોનો ભોગ-ઉપભોગ બાંધે છે ? બહારની કોઈ વસ્તુ, વ્યક્તિ, પરિસ્થિતિ કે વ્યવહાર એને બાંધતાં નથી પણ તેનું બંધન તેની અંદર જ છે, તેનું પોતાનું મન જ બંધન છે. ચિત્તમાં પડેલી તૃષ્ણાઓ, એષણાઓ, વિકારો, વાસનાઓ જ એનો આત્મવિકાસ રુંધી રહ્યાં છે. વસ્તુ, વ્યક્તિ કે પરિસ્થિતિ નહિ પણ એના પ્રત્યે ચિત્તમાં રહેલું વળગણ / આસક્તિ જ મુક્તિયાત્રામાં વિઘ્નો ઊભાં કરે છે; અર્થાત્ બંધન છે આસક્તિ – અહં-મમ. આ તથ્ય મુમુક્ષુના અંતરમાં સદા કોતરાયેલું રહેવું જોઈએ. પછી, માત્ર બાહ્ય સ્થૂળ કર્મ પર જ દૃષ્ટિ નહિ રહે, કોઈ પણ પ્રવૃત્તિ કરતી વખતે અંતરમાં આશય / ભાવ શો છે એ તરફ સાવધાની જાગશે. અહીંથી જ મુક્તિયાત્રાની સાચી શરૂઆત થાય છે, આત્મનિષ્ઠ સંતોને ઓળખી શકાય છે અને યથાર્થ મોક્ષમાર્ગ હાથ લાગે છે.

કોઈવાર મુનિવેશનું મહત્ત્વ બતાવવા માટે, તો કોઈવાર બાહ્ય નિમિત્તોની સાધકની વિચારધારા પર થતી પ્રતિકૂળ-અનુકૂળ અસર દર્શાવવા માટે, તો કોઈ પ્રસંગે, સાધનામાં પ્રતિપળની જાગૃતિની આવશ્યકતા શ્રોતાઓને ઠસાવવા માટે એમ જુદા જુદા અનેક સંદર્ભોમાં ઉપદેશક મુનિરાજો તેમનાં પ્રવચનોમાં રાજર્ષિ પ્રસન્નચંદ્રનું દૃષ્ટાંત ટાંકતા રહે છે; એટલે ઘણાખરા વાચકોને માટે આ દૃષ્ટાંત નવું નહિ હોય. કર્મબંધ અને કર્મક્ષયમાં, કાયાની પ્રવૃત્તિથી નિરપેક્ષપણે, માત્ર મનનો અધ્યવસાય (ભાવ-વૃત્તિ-વિચાર) કેવો અને કેટલો ભાગ ભજવે છે એ તથ્યને ઉપસાવતી એ દૃષ્ટાંતની આછી રૂપરેખા અહીં પ્રસ્તુત છે.

વાત છે ભગવાન મહાવીરના સમયની. ભગવાન મહાવીરનો ઉપદેશ સાંભળી, રાજવી પ્રસન્નચંદ્રનો માંદગી જાગી ઊઠ્યો. અંતરમાં ઉત્કટ વૈરાગ્ય ભભૂકી ઊઠ્યો. વૈભવ-વિલાસની ધ્યેયશૂન્ય જિંદગી એમને અકારી થઈ પડી. રાજપાટનો ત્યાગ કરી, દીક્ષા લઈ જીવનને કૃતાર્થ કરી લેવાનો સંકલ્પ એમણે કરી લીધો. યુવરાજની વય નાની હતી. રાજપુરા વહી શકે એવી ક્ષમતા એનામાં હજુ નહોતી દેખાતી. છતાં, ‘યુવરાજ તૈયાર થઈ જાય તે પછી દીક્ષા લેવી’ એવું વિચારી એમણે દીક્ષા ભવિષ્ય પર ન ઠેલી. ઉત્કટ વૈરાગ્યવાળાને કાળક્ષેપ કરવો પરવડતો નથી. ‘મંત્રી વિશ્વાસુ છે’ એ ધરપત રાખી, યુવરાજને ગાદી સોંપી, એ રાજવી ભગવાન મહાવીરના ચરણે બેઠા — દીક્ષિત થઈ, સાધનામાં લીન બન્યા. એકવાર તેઓ ઉદ્યાનમાં કાયોત્સર્ગ ધ્યાને અડોલ ઊભા હતા ત્યારે ભગવાન મહાવીરની ધર્મદેશના સાંભળવા એ રસ્તેથી જઈ રહેલા જન-સમુદાયમાંથી કોઈએ એમના ઉત્કટ વૈરાગ્યની પ્રશંસા કરી. એ સાંભળી એક જણે ટાપસી પૂરી કે એમણે બહુ ઉતાવળ કરી. કાચી વયના યુવરાજને રાજ્યનો ભાર સોંપીને એ ચાલી નીકળ્યા એ ભૂલ કરી. આજે પાડોશી રાજાએ એમના રાજ્ય પર ચઢાઈ કરી છે. સંભવ છે કે બિન-અનુભવી યુવા રાજવી પાસેથી રાજ્ય છીનવાઈ જાય. આ શબ્દો કાયોત્સર્ગમાં રહેલા પ્રસન્નચંદ્ર મુનિના કાને પડતાં એમના જૂના સંસ્કાર જાગી ઊઠ્યા. પુત્રમમત્વ સળવળી ઊઠ્યું. પલકારામાં એમનું ચિત્ત યુદ્ધભૂમિ પર પહોંચી ગયું. શત્રુ રાજા સાથે ખૂનખાર લડાઈમાં એ પરોવાઈ ગયું. બંને રાજા સામસામા આવી જાય છે, ને બંને મહારથીઓ વચ્ચે જીવસંતોષનું યુદ્ધ ખેલાય છે. બંનેમાંથી કોઈ હારતું નથી, કોઈ જીતતું નથી. એમ કરતાં પ્રસન્નચંદ્ર રાજા પાસેનાં બધાં શસ્ત્રો ખલાસ થઈ જાય છે ત્યારે પોતાના મુગટનો શત્રુરાજાની છાતી પર ઘા કરીને એને ઘોડા પરથી હેઠી પાડી દેવાનો વિચાર કરી, રાજા પ્રસન્નચંદ્ર મુગટ લેવા હાથ માથા પર લઈ જાય છે. મુગટના બદલે મુંડન કરેલું માથું હાથને સ્પર્શે છે. કાયોત્સર્ગમાંથી યુદ્ધભૂમિ પર જઈ ચડેલું પ્રસન્નચંદ્ર મુનિનું ચિત્ત આંચકો ખાઈ, પાછું વળે છે. હું મુનિ / અણગાર, રાજને અને મારે શું લાગે વળગે ? આ દૃશ્ય જગતમાં ‘મારું’ શું છે ? આ કાયા પર પણ મારો કશો અધિકાર નથી. વિશુદ્ધ જ્ઞાન અને આનંદની ઉપાસના ચૂકી જઈ, આ મેં શું કર્યું ! રોજિંદા ધ્યાનાભ્યાસથી કેળવાયેલું ચિત્ત તત્ક્ષણ માયા-મમતા ખંખેરીને સંકલેશમુક્ત બની ગયું. ચિત્તને સમેટી લઈ, મુનિ પાછા ધ્યાનમાં લીન બન્યા.

આ બાજુ, દેશના સાંભળવા જઈ રહેલા પેલા લોકો પ્રભુ મહાવીર પાસે પહોંચે છે. પોતાના મનની ગડમથલ ભગવાન પાસે વ્યક્ત કરતાં એક જણ ભગવાનને પૂછે છે કે પ્રભુ ! અમે અહીં આવતા હતા ત્યારે અમે પ્રસન્નચંદ્ર

૬૦ / સાધનાનું શિખર-સાક્ષીભાવ

મુનિવરને કૃશ કાયાએ કાઉસગ્ગ ધ્યાને તપ તપતા જોયા. તેમનો દેહ હમણાં છૂટી જાય તો એ નવો જન્મ ક્યાં લે ? ‘એ હમણાં દેહ છોડે તો સાતમી નરકમાં ઉત્પન્ન થાય’. સાંભળનાર આંચકો ખાઈ ગયા — પ્રસન્નચંદ્ર જેવા તપસ્વી અને સાતમી નરક ! અસંભવ. એમણે વિચાર્યું કે કાં ભગવાન આપણો પ્રશ્ન જુદી રીતે સમજ્યા લાગે છે, કાં આપણા સાંભળવામાં કંઈક ભૂલ થાય છે. એટલે થોડીવાર રહીને, સ્પષ્ટતા કરવા ફરી એ જ પ્રશ્ન કર્યો : ‘પ્રભુ ! અમે અહીં આવતા હતા ત્યારે માર્ગમાં અમને કાથોત્સર્ગમાં લીન પ્રસન્નચંદ્ર મુનિનાં દર્શન થયાં. તેમની કાયા ઘણી કૃશ થઈ ગયેલી. વિચાર આવે છે કે એમનું હમણાં જ મૃત્યુ થઈ જાય તો એ ક્યાં ઉત્પન્ન થાય ? ‘સર્વાર્થસિદ્ધ દેવલોકમાં’. સાંભળનાર આશ્ચર્યચકિત હતા. એટલામાં તો દેવદુંદુભિનો નાદ સંભળાયો. એ દેવદુંદુભિ શા નિમિત્તે વાગી રહ્યાં છે ? એ પ્રશ્નના ઉત્તરમાં ભગવાને કહ્યું કે પ્રસન્નચંદ્ર મુનિ, સર્વધાતી કર્મનો ક્ષય કરી, કેવળજ્ઞાન પામ્યા એ નિમિત્તે દેવો એના દ્વારા પોતાની પ્રસન્નતા વ્યક્ત કરી રહ્યા છે. સાંભળનાર અવાક રહી ગયા. ક્ષણવાર પહેલાં જ ભગવાને નહોતું કહ્યું કે એ સર્વાર્થસિદ્ધ દેવલોકમાં ઉત્પન્ન થશે ? સર્વજ્ઞના કથનમાં આમ ફેર કાં ? પોતાની મૂંઝવણ તેમણે પ્રભુ આગળ રજૂ કરી. ભગવાન મહાવીર પ્રભુએ ફોડ પાડી સમજાવ્યું કે પહેલીવાર તમે પૂછ્યું ત્યારે પ્રસન્નચંદ્ર મનથી તો યુદ્ધ ખેલી રહ્યા હતા. તે વખતના અત્યંત સંકલેશયુક્ત અધ્યવસાયના કારણે એમણે એવાં અશુભ કર્મ પરમાણુઓ ભેગા કર્યા હતા કે તે વખતે જો એમનું આયુષ્ય પૂરું થાત તો એ કર્મદલિકો એમને સાતમી નરકે ઘસડી જાત. બીજી વેળા તમે પ્રશ્ન કર્યો ત્યારે પ્રસન્નચંદ્ર મુનિ પુનઃ આત્મભાવમાં આવી ગયા હતા અને શુક્લ અધ્યવસાયમાં રમતા હતા. તે વખતે એમનું આયુષ્ય પૂરું થઈ જાત તો એ સર્વાર્થસિદ્ધ દેવલોકમાં દેવ થાત. પણ, આયુષ્ય લંબાયું એટલે શુક્લધ્યાનની ધારામાં આગળ વધતા રહી, એ શુભ કર્મદલિકોની પણ એમણે નિર્જરા કરી નાખી અને સર્વ ધાતીકર્મનો ક્ષય કરી, કેવળજ્ઞાન પામી જીવન્મુક્ત બન્યા.

મુક્તિનો કે ભવભ્રમણનો મુખ્ય આધાર ચિત્ત છે; કાયાથી કોઈ પાપકર્મ ન આચર્યું હોવા છતાં, યાવત્ સાતમી નરક સુધી લઈ જાય એવો અશુભ કર્મબંધ થઈ શકે છે; તેમ પુણ્યબંધના કારણરૂપ મનાતી દાનાદિ કોઈ પ્રવૃત્તિ ન કરી હોય તોપણ, અનુત્તર દેવલોકનાં સર્વોચ્ચ સુખ-ઐશ્વર્ય પ્રાપ્ત કરાવનાર શુભ કર્માણુઓ પણ એકઠાં થઈ શકે છે એ તથ્ય આ દૃષ્ટાંત કેટલું સચોટપણે રજૂ કરે છે !

આપણે રોજ ચાર-છ કલાક મંદિર, ઉપાશ્રય, સ્થાનક આદિ ધર્મ-સ્થાનકોમાં ગાળીએ — પૂજાપાઠ, પ્રતિક્રમણ, સામાયિક, સ્તવન-ભજન-કીર્તન વગેરે ધર્મક્રિયાઓ કરતા રહીએ કે દીક્ષિત થઈને આખોય વખત ક્રિયાકાંડ, ધર્મચર્યા અને શાસ્ત્રોના પઠન-પાઠનમાં વ્યસ્ત રહીએ, પણ ભીતરમાં એ જ માયા-મમતાનું જીવન જીવીએ, તૃષ્ણાઓ અને વાસનાનું પોષણ કરતા રહીએ, દંભ, દ્વેષ, મત્સર, છળકપટને વિના રોકટોક જીવનમાં મહાલવા દઈએ તો શું એ ઉપરછલ્લાં વ્રત-નિયમ, ત્યાગ-તપ, અને દાનાદિ ધર્મપ્રવૃત્તિથી આપણું ભવભ્રમણ ટળશે ? જગત જાણે કે ન જાણે, આપણા ચિત્તની ભીતરની ગતિ-વિધિની નોંધ શું કાર્મણ અણુઓ લીધા વિના રહેશે ? આપણે રોજિંદા જીવનવ્યવહારમાં જે જીવીએ—માયા-મમતા રાગ-દ્વેષ, છળકપટ — એ બધું જ બીજા જન્મોમાં પ્રારબ્ધરૂપે સામે આવવાનું. એ શૃંખલા ચાલતી રહે ત્યાં સુધી જન્મમૃત્યુનું ચક્ર અટકે શી રીતે?

માટે ભવબંધન તોડવાં હોય તો, કર્મબંધની આ શૃંખલા — અનુબંધ — chain reaction પ્રત્યે જાગૃત બની, શ્રેયાર્થીએ આત્મસાધે જીવનને ભીતર-બાહ્ય ઉભય સ્તરે શુદ્ધ-સાત્ત્વિક બનાવવું રહ્યું. પ્રવૃત્તિ બદલાય — તેની અશુદ્ધિ ટળે એ ઈષ્ટ છે; પણ કર્મબંધનું પ્રધાન કારણ કાયાની પ્રવૃત્તિ નહિ, પણ મન છે — આ તથ્ય ક્ષણભર પણ ન વિસરાવું જોઈએ.

પોતાના પ્રત્યેક વ્યવહારમાં આશયશુદ્ધિ જાળવવા સતર્ક રહેવું એ માત્ર મુમુક્ષુના જ કામનું છે એવું નથી. સંસારમાં પણ જેને સુખ-શાંતિ જોઈતાં હોય તેને માટે પણ તે એટલું જ અગત્યનું છે — એ સમજાવતાં ભગવાન ગૌતમ બુદ્ધ કહે છે કે “ભૌતિક જગતમાં મન જ પ્રધાન છે, આપણી બધી જ ગતિ-વિધિનો મૂળક્ષોત મન છે. માણસ જો અશુદ્ધ ચિત્તથી — બીજાને કષ્ટ પહોંચાડવાના કે તેનું અહિત કરવાના ઈરાદાથી — વાણીથી કંઈ પણ બોલે કે કાયાથી કોઈ પ્રવૃત્તિ કરે તો, ધૂંસરીએ જુતેલા બળદનાં પગલાંની પાછળ પાછળ ગાડાનું પૈડું આવે તેમ દુઃખ એનો પીછો કરે છે; અને, માનવી જો શુદ્ધ ચિત્તથી — બીજાનું હિત થાય, સુખ મળે એવા આશયથી — વાણીથી, કંઈ પણ વચન ઉચ્ચારે કે શરીરથી કંઈ કરે તો, સુખ એના પોતાના જ પડછાયાની જેમ એની સાથે ને સાથે રહે છે.”

बाहर बाहर भटकते, मिला न सत का सार ।
 परम सत्य की खोज हित, भीतर जाय निहार ॥
 भीतर अक्षय निधि भरी, मूढ देख ना पाय ।
 कस्तूरी के मृग सदृश, बाहर ही भटकाय ॥
 सम्यक् दर्शन ज्ञान से, होय सत्य का बोध ।
 अहंभाव सब दूर हो, होवे चित्त विशोध ॥
 ध्येय मिटा ध्याता मिटा, बचा रहा बस ध्यान ।
 निरालंब ज्यों ही हुआ, त्यों प्रगटा निर्वाण ॥
 ना हो कोई भोक्ता, ना ही कर्ता होय ।
 ना कोई द्रष्टा रहे, केवल दर्शन होय ॥
 भोगत भोगत भोगते, बंधन बँधते जाँय ।
 देखत देखत देखते, बंधन खुलते जाँय ॥
 तृष्णा जड से खोद कर, अनासक्त हो जाँय ।
 भवबंधन से छुटन का, अन्य न कोइ उपाय ॥
 समता चित्त का धर्म है, स्थिर स्वधर्म हो जाय।
 तो जीवन सुख शांति से, मंगल से भर जाय ॥

- श्री सत्यनारायण गोयन्का

પૂ. મુનિશ્રીનું સાહિત્ય સર્જન

- અર્થિત ચિંતામણી નવકાર
 - મૃત્યુંજય ષ્ઠમોકાર (હિંદી)
 - **Cancer Dissolved by Divine Grace**
(અર્થિત ચિંતામણી નવકારનો અંગ્રેજી અનુવાદ)
 - આપણે આત્મનિરીક્ષણ કરીશું (પાંચમી આવૃત્તિ)
 - આત્મજ્ઞાન અને સાધનાપથ
 - સાધનાનું હૃદય
 - મુક્તિપથ વિપશ્યના
 - વિપશ્યના શું છે ?
(વિપશ્યના સાધનાની ટૂંકમાં સમજ આપતી પુસ્તિકા)
 - વિજ્ઞાન અને અધ્યાત્મ (બે આવૃત્તિ)
 - વિજ્ઞાન ઓર અધ્યાત્મ (હિન્દી બે આવૃત્તિ)
 - **Science Discovers Eternal Wisdom (2 Editions)**
(‘વિજ્ઞાન અને અધ્યાત્મ’નો અંગ્રેજી અનુવાદ)
 - ચિત્તસ્થૈર્યની કેડીઓ (ત્રણ આવૃત્તિ)
(‘આત્મજ્ઞાન અને સાધનાપથ’નું એક પ્રકરણ)
 - આત્મિક ગુણવિકાસની ભૂમિકાઓ
(‘આત્મજ્ઞાન અને સાધનાપથ’નું એક પરિશિષ્ટ)
 - સાધનાનું શિખર - સાક્ષીભાવ
(‘આત્મજ્ઞાન અને સાધનાપથ’નું એક પ્રકરણ)
- ‘આત્મજ્ઞાન અને સાધનાપથ’ના હિન્દી તથા અંગ્રેજી અનુવાદ નજીકના ભવિષ્યમાં પ્રકાશિત થશે.
- પૂછપરછ તથા પુસ્તકો મેળવવા માટે નીચેના સરનામે સંપર્ક કરવો.

જ્ઞાનજ્યોત ફાઉન્ડેશન ટ્રસ્ટ

વહીવટી કાર્યાલય :

C/o દિનેશ એચ. દેઢિયા

સી-૪૦૫, કમલા નગર, એમ. જી. રોડ,

કાંદીવલી વેસ્ટ, મુંબઈ-૪૦૦૦૬૭.

ફોન : (૦૨૨) ૬૪૫૧૪૬૭૧

મુનિશ્રીનાં પુસ્તકોનાં પ્રાપ્તિસ્થાન

મુંબઈ : નવભારત સાહિત્ય મંદિર
૧૩૪, પ્રિન્સેસ સ્ટ્રીટ, મુંબઈ - ૪૦૦ ૦૦૨.

જયદીપ સાવલા
૧૩, લેબરનમ રોડ,
શેઠના હાઉસ, ગ્રા. ફ્લોર, ગામદેવી,
મુંબઈ - ૪૦૦ ૦૦૭.

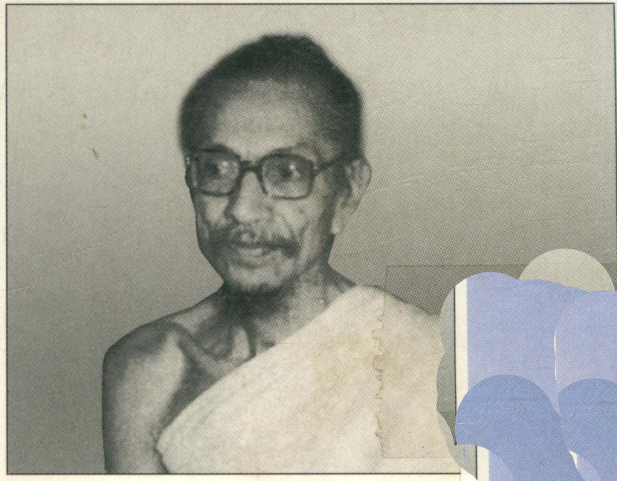
જ્ઞાનજ્યોત ફાઉન્ડેશન ટ્રસ્ટ
C/o. દિનેશ એચ. દેઢીયા
૧૧, બાલ ગોપાલ ઈન્ડ. એસ્ટેટ,
ડો. વી.એસ. અગાશે માર્ગ,
કોહીનુર ટેકનીકલ ઈન્સ્ટીટ્યુટની બાજુમાં,
દાદર (વેસ્ટ), મુંબઈ-૪૦૦૦૨૮.

રજની શાહ
નોવેલ્ટી સ્ટોર્સ,
૨૯૧, અબ્દુલ રહેમાન સ્ટ્રીટ,
મુંબઈ - ૪૦૦ ૦૦૩.

ત્રીથલ : શાંતિનિકેતન સાધના કેન્દ્ર
ત્રીથલ - ૩૮૬ ૦૦૬.

ભુજ : અક્ષર ભારતી
૫, રાજગુલાબ શોપિંગ સેન્ટર,
ભુજ - ૩૭૦ ૦૦૧.

અમદાવાદ : સરસ્વતી પુસ્તક ભંડાર
હાથીખાના, રતનપોળ,
અમદાવાદ-૩૮૦ ૦૦૧.



મુનિ શ્રી અમરેન્દ્રવિજયજી એટલે નવકારથી લઈને ઝૂંકાર, વિજ્ઞાનથી લઈને વિપશ્યના તથા શાસ્ત્રથી લઈને સ્વાનુભૂતિ સુધીના ક્ષેત્રના સમર્પિત સાધક, શોધક અને પ્રબોધક એક સાધનાનિરત સંત. જૈન અધ્યાત્મ અને સાધના માર્ગના માત્ર મર્મજ્ઞ નહિ, પાણ સફળ પ્રસ્તોતા તો તેઓ હતા જ; સાથે સાથે અન્ય સાધનાપ્રણાલીઓના ઊંડા અભ્યાસી અને સમન્વયકાર હતા. પ્રસિદ્ધ કવિ-મનીષી શ્રી મકરંદ દવેએ કહ્યું છે તેમ, તેમના શબ્દોમાં અનેક દેશ અને કાળના જ્ઞાનીઓએ સૂચવેલો સનાતન ગુંજાર સંભળાય છે.

‘જીવનની સાર્થકતા શામાં?’ એ મંથનના પરિપાકરૂપે છવીસ વર્ષની વયે ગૃહત્યાગ કર્યો. સ્વાધ્યાય અને સાધના તેમના જીવનમાં કેન્દ્રસ્થાને રહ્યાં; અને તેના નિષ્કર્ષરૂપે થોડુંક, પાણ સ્થાયી મૂલ્ય ધરાવતું, ગંભીર સાહિત્ય તેમણે સમાજને આપ્યું. તેમનું ‘વિજ્ઞાન અને અધ્યાત્મ’ પુસ્તક વિજ્ઞાન અને ધર્મ વચ્ચેના વિરોધાભાસનો છેદ ઉડાડે છે. ‘આપણે આત્મનિરીક્ષણ કરીશું?’ ગ્રંથદ્વારા વર્તમાન ધર્મપ્રવૃત્તિની નિર્ભાક સમીક્ષા કરીને, ‘આત્મજ્ઞાન અને સાધનાપથ’ દ્વારા સાધનાવિષયક સૈદ્ધાંતિક અને વ્યાવહારિક સમજૂતી આપીને તથા ‘મુક્તિપથ વિપશ્યના’ પુસ્તક દ્વારા સાધનાના શિખર ભાગી આંગળી ચીંધીને મુનિશ્રીએ જૈન સંઘને મૌલિક/ક્રાંતિકર માર્ગદર્શન આપ્યું.

જન્મભૂમિ ભુજપુર (કચ્છ). ઈ. સ. ૧૯૨૫ માં જન્મ. ૨૩ જૂન ૧૯૯૨ના દિવસે તીથલ (દ. ગુજરાત) મુકામે કાળધર્મ પામ્યા.