સાંપ્રત સમસ્યાનું ધર્મમાં સમાધાન

– ગુણવંત બરવાળિયા

સાંપ્રત સમસ્યાનું ધર્મમાં સમાધાન

સં. ગુણવંત બરવાળિયા

સાંપ્રત સમસ્યાનું ધર્મમાં સમાધાન

: સંપાદન :

- ગુણવંત બરવાળિયા

: પ્રકાશક :

અશોક પ્રકાશન મંદિર
પહેલા માળે, કસ્તૂરબા ખાદી ભંડારની ઉપર, રતનપોળની સામે, ગાંધી રોડ,
અમદાવાદ-૩૮૦૦૦૧. ફોનઃ ૦૭૯-૨૨૧૪ ૦૭૭૦ * ફૅક્સઃ ૨૨૧૪૦૭૭૧
E-mail : hareshshah42@yahoo.co.in
apmbooks42@yahoo.in

નવભારત સાહિત્ય મંદિર
૧૩૪, પ્રિન્સેસ સ્ટ્રીટ, મુંબઈ-૪૦૦ ૦૦૨.
ફોન : ૨૨૦૧ ૭૨૧૩, ૨૨૦૮ ૫૫૯૩
E-mail : nsmmum@yahoo.co,in

નવભારત સાહિત્ય મંદિર
જૈન દેરાસર પાસે, ગાંધી રોડ, અમદાવાદ-૧.
૨૦૨, પેલિકન હાઉસ, આશ્રમ રોડ, અમદાવાદ-૯.

બુકશેલ્ફ
૧૬, સિટી સેન્ટર, સી.જી.રોડ, અમદાવાદ - ૩૮૦૦૦૯

Samprat Samasyanu
Dharmama Samadhan
Edited by : Gunvant Barvalia

Sept. : 2019

સાંપ્રત સમસ્યાનું ધર્મમાં સમાધાન
સંપાદન : ગુણવંત બરવાળિયા
(પૂ. આ. શ્રી રાજહંસસૂરિ મ.સા.ની નિશ્રામાં યોજાયેલ જૈન સાહિત્ય જ્ઞાનસત્ર-૧૯ના શોધપત્રો અને નિબંધોનો સંચય)

ISBN : 978-93-88116-41-1

મૂલ્ય : રૂા. ૨૨૫/-

પ્રકાશન સૌજન્ય :
શ્રી ગાવાલિયા ટેંક જૈન સંઘ – મુંબઈ
સુશ્રી ડૉ. રતનબેન ખીમજીભાઈ છાડવા - મુંબઈ

પ્રાપ્તિસ્થાન :
અર્હમ સ્પિરિચ્યૂઅલ સેંટર,
SKGP જૈન સેંટર
૭૧૬, ગોલ્ડ ક્રેસ્ટ, બિઝનેસ પાર્ક, શ્રેયસ સામે,
એલ.બી.એસ. રોડ, ઘાટકોપર (વે), મુંબઈ-૪૦૦૦૮૬.
gunvant.barvalia@gmail.com
9820215542 - 022-25000900

પ્રકાશક : નવભારત સાહિત્ય મંદિર
૧૩૪, પ્રિન્સેસ સ્ટ્રીટ, મુંબઈ-૦૨.

મુદ્રણ : જયંત પ્રિન્ટરી એલ.એલ.પી. મુંબઈ-૪૦૦ ૦૦૨.

સંપાદકીય

આચાર્ય સમ્રાટ પૂ. વિજય નેમિસૂરિશ્વરજી સમુદાયના પૂ. આ. પદ્યુમ્નસૂરિજીના શિષ્યરત્ન પૂ. આ.શ્રી રાજહંસસૂરિજી મ.સા. આ. ઠા.ની પાવન નિશ્રામાં શ્રી ગોવાલિયા ટેંક જૈન સંઘ, મુંબઈમાં યોજાયેલ શ્રી પ્રાણગુરુ જૈન સેંટર દ્વારા યોજાયેલ **જૈન સાહિત્ય જ્ઞાનસત્ર-૧૯**માં વિદ્વાનોના નિબંધો અને પ્રાપ્ત શોધપત્રોનો સંચય **''સાંપ્રત સમસ્યાનું ધર્મમાં સમાધાન''** રૂપે પ્રગટ કરતાં આનંદ અનુભવીએ છીએ.

પદ્મશ્રી ડૉ. કુમારપાળ દેસાઈના પ્રમુખસ્થાને યોજાયેલા આ જ્ઞાનસત્રમાં દૂરદૂરથી આવીને ઉપસ્થિત રહી શોધપત્રો પ્રસ્તુત કરનાર વિદ્વાનોનો આભાર માનું છું.

જેમની ઉપસ્થિતિ ઉત્સવને મહોત્સવમાં પલટાવે તેવા પૂ.આ. ભગવંત રાજહંસસૂરિ મ.સા.ની નિશ્રામાં આ જ્ઞાનસત્રને સાંપડી તે ગૌરવની ઘટના છે.

શ્રી ગોવાલિયા ટેંક જૈન સંઘ અને સંઘપ્રમુખ, ટ્રસ્ટીઓ અને સંચાલકોની શ્રુતસેવાની અનુમોદના કરું છું.

આ જ્ઞાનસત્રને સફળ બનાવવા ખીમજીભાઈ છાડવા, યોગેશભાઈ બાવીશી અને પ્રકાશભાઈ શાહે ખૂબ જહેમત ઉઠાવી છે.

સાંપ્રત જીવનની અનેક સમસ્યાઓનું ધર્મ દ્વારા કઈ રીતે સમાધાન થઈ શકે તે વિવિધ ધર્મો, ધર્મગ્રંથો, ધર્મના વ્રતો, નિયમો વગેરેના વિશ્લેષણો દ્વારા વિદ્વાનો દ્વારા સુંદર રજૂઆત થઈ છે. આશા છે કે જે વાચકોને ઉપયોગી થશે.

પ્રકાશન માટે **નવભારત સાહિત્ય મંદિર**ના અશોકભાઈ શાહનો આભાર.

મુંબઈ, સપ્ટેમ્બર - ૨૦૧૯ **- ગુણવંત બરવાળિયા**

સાંપ્રત સમસ્યાનું ધર્મમાં સમાધાન

અનુક્રમણિકા

ક્ર.	વિષય	લેખક	પૃષ્ઠ નં.
૧.	નારી શોષણ સમસ્યાનું ધર્મ દ્વારા સમાધાન	- પૂ. સાધ્વી સુતિર્થીકાજી	૧
૨.	આમહત્યા સામે અધ્યાત્મશક્તિ	- ડૉ. કુમારપાળ દેસાઈ	૯
૩.	જૈન કથાઓની પ્રેરણા દ્વારા સાંપ્રત સમસ્યાઓનું સમાધાન	- ડૉ. કાંતિભાઈ બી. શાહ	૨૭
૪.	આતંકવાદની સમસ્યા અને ઈસ્લામ -	- ડૉ. મહેબૂબ દેસાઈ	૩૩
૫.	સાંપ્રત સમસ્યા : અસહિષ્ણુતાનો પરમ ઉપાયઃ અનેકાંતવાદ	- ડૉ. અભય દોશી	૪૧
૬.	સાંપ્રત-સર્વકાલીન સમસ્યાનું સમાધાન એટલે ભગવદ્ગીતા	- સુરેશભાઈ ગાલા	૪૬
૭.	સાંપ્રત જીવનની સમસ્યાના સમાધાન માટે જૈન આગમની ભૂમિકા	-ગુણવંત બરવાળિયાપપ	૫૫
૮.	સાંપ્રત સમસ્યા નિવારવા ઈસાઈ ધર્મનું માર્ગદર્શન	- ડૉ. થોમસ પરમાર	૬૮
૯.	જૈન દર્શનને જાણે તેનાથી સ્ટ્રેસ દૂર ભાગે	- ડૉ. પ્રીતિ શાહ	૭૫
૧૦.	સાંપ્રત જીવની સમસ્યા નિવારવા ધર્મનું માર્ગદર્શન	- પ્રફુલ્લા વોરા	૮૨
૧૧.	સમસ્યા છે તો સમાધાન પણ છે	- ડૉ. ગુલાબ દેઢિયા	૯૨
૧૨.	સમસ્યા નિવારણ માટે ''ઉવ્વસગ્ગહર'' સ્તોત્ર.	- ડૉ. માલતીબેન શાહ	૯૫
૧૩.	સાંપ્રત જીવવની સમસ્યા-કષાયો-જૈન ધર્મનું માર્ગદર્શન	- ડૉ. રતનબેન ખીમજી છાડવા	૧૦૨
૧૪.	સાંપ્રત જીવનની સમસ્યા નિવારવા ધર્મનું માર્ગદર્શન	- મિતેશભાઈ એ. શાહ	૧૧૧
૧૫.	સાંપ્રત સમમસ્યા અને જૈન દર્શન - સમ્યક્જ્ઞાનનો અભાવ	- રીના એ. શાહ	૧૧૮
૧૬.	સાંપ્રત જીવનન સમસ્યાઓ નિવારવા સ્વામિનારાયણ ધર્મનું માર્ગદર્શન	- ડૉ. દેવવલ્લભ સ્વામીપ	૧૨૩
૧૭.	ઉપભોકતાવાદ - જૈન ધર્મના વ્રત દ્વારા નિરાકરણ	- પ્રો. પ્રીતિ નંદલાલ શાહ	૧૩૯
૧૮.	ભારતીય વેદદર્શનમાં પૃથ્વી સંરક્ષણની સમસ્યાના ઉપાયો	- ડૉ. નમન બૃહદ બૂચ	૧૪૭
૧૯.	સાંપ્રત શારીરિક અને માનસિક સમસ્યા નિવારવા ધર્મનું માર્ગદર્શન	- જિતેન્દ્ર કામદાર	૧૫૨
૨૦.	સાંપ્રત સ્વાસ્થ્યની સમસ્યા માટે ધર્મનું માર્ગદર્શન	- ડૉ. હેમાલી સંઘવી	૧૫૭

૧

નારી શોષણ સમસ્યાનું ધર્મ દ્વારા સમાધાન

▣ પૂજ્ય સાધ્વી સુતિર્થીકાજી

સમસ્ત ચૌદ રાજલોકમાં સિદ્ધક્ષેત્ર માત્ર એક એવું ક્ષેત્ર છે જ્યાં સમસ્યાઓ હાજર નથી. ચાર ગતિ, ચોવીસ દંડક, ચોર્યાસી લક્ષ જીવાયોનિ, સર્વ સ્થાને જ્યાં જ્યાં ''અપૂર્ણતા'' છે ત્યાં ત્યાં સમસ્યાઓ છે. જેને સર્વ સમસ્યાઓથી મુક્ત થવું છે તેણે પૂર્ણ એટલે કે સિદ્ધત્વની પ્રાપ્તિ કરવી જ રહી, પરંતુ જ્યાં સુધી પ્રાપ્તિ થતી નથી ત્યાં સુધી તે સમસ્યાઓ વધુ જટિલ ન બને અને આગળ ચાલતા નબળી પડતી જાય તેવા પ્રયાસો મનુષ્ય સતત કરી શકે છે. આ સમાજ સુખી તથા શાંતિ સંપન્ન બની રહે તે માટે બે ક્ષેત્રનું મહાબલિદાન રહ્યું છે. (૧) ન્યાયપ્રણાલિ (૨) ધર્મસંસ્થાઓ. આ બંને ક્ષેત્રોએ સમાજની અનેક સમસ્યાઓ માટે અનેક ઉપાયો તથા માર્ગદર્શન રજૂ કર્યા છે. ન્યાયપ્રણાલિના પ્રયાસો અથાક રહ્યા છે, પરંતુ તો'ય અમુક સમસ્યાઓ એવી રહી છે જે માત્ર સજા તથા અર્થદંડ વડે હલ થતી નથી. ધર્મસંસ્થાઓમાં જીવન જીવવાની પદ્ધતિઓ સટીક હોવા છતાં આજના વર્ગ સાથે સામંજસ્ય સ્થાપિત કરવામાં તે અક્ષમ રહ્યું છે. માટે અમુક સમસ્યાઓ એમ જ રહી છે. કો'કને સાદું દહીં ન ભાવતું હોય તો સાકર નાખીને આપવામાં શું વાંધો છે? પરંતુ સાદું દહીં ખાનારને એવો આગ્રહ છે કે દહીં તો મોળું જ ખવાય. આમ પેલો દહીં વગરનો જ રહી જાય છે. આજના વર્ગને દહીંની જરૂર તો છે, પરંતુ મીઠું.

ધર્મ સંસ્થાનકો પાસે અનેક રહસ્યમય યુક્તિઓનો ખજાનો છે, પરંતુ તેનો પ્રચાર સમય પ્રમાણે ઉચિત રીતે થતો નથી. માટે અમુક સમસ્યાઓનું નિરાકરણ પણ ઘટી શકતું નથી.

ખેર ! ભારત આજે અનેક સમસ્યાઓમાંથી પસાર થઈ રહ્યું છે. તેમાંથી એક સમસ્યા હૃદયમાં કંપારી ઉઠાવી દે તેવી છે. તે સમસ્યા છે ''ભારતમાં નારીઓ સાથે થતું શોષણ તથા હિંસક વહેવાર''. આ સમસ્યા માત્ર નબળી ન્યાયપ્રણાલિ હોવાથી નહીં પરંતુ સાથે સાથે સ્થગિત થઈ ગયેલા માનસની પ્રગતિના કારણે પણ છે. દુનિયા વધતી જાય છે, વિજ્ઞાન પ્રગતિ કરતું ગયું છે. તક્નિકી તાજી થતી જાય છે પરંતુ એક માણસ નાનો થતો જાય છે. બધે જ પ્રગતિ છે પણ માણસની મનઃસ્થિતિ નબળી થતી જાય છે. આ સમસ્યા કેટલી ગંભીર છે તે જરા આપણે ટૂંકમાં જોઈએ.

(૧) Thomson Rutern Foundation દ્વારા થયેલ એક સર્વે પ્રમાણે સ્ત્રીઓ માટે દુનિયામાં સૌથી અસુરક્ષિત અને ખતરનાક ૧૦ દેશોમાંથી ભારતનું પહેલું સ્થાન છે.

(૨) FHS (National Family Health Survey) પ્રમાણે ભારતની દર ત્રણમાંથી એક (પંદર વર્ષ ઉપર) સ્ત્રી શારીરિક/ માનસિક શોષણની શિકાર થાય છે.

(૩) ૩૧% ઉપરની વિવાહિત સ્ત્રીઓ સાથે પોતાના જ પતિ દ્વારા શારીરિક અથવા માનસિક શોષણ થયેલ છે.

(૪) દિલ્હી રેપ કેસ ૨૦૧૨ : ૨૦૧૨ દિલ્હી બળાત્કાર ઘટના એ કિસ્સાના સંદર્ભમાં છે કે જેમાં દિલ્હીમાં એક ૨૩ વર્ષની યુવતી પર છ વ્યક્તિઓ દ્વારા બળાત્કાર ગુજારવામાં આવ્યો હતો. આ ઘટના માત્ર ભારત માટે જ નહીં પણ પૂરા વિશ્વ માટે શરમજનક હિંસાત્મક ઘટના હતી. હુમલાને લીધે યુવતીના પેટ, આંતરડા અને જનનાંગોને ગંભીર ઇજા થઈ હતી. ૨૯ ડિસેમ્બર-૨૦૧૨ સવારના ૪.૪૫ વાગે યુવતીએ સિંગાપુરની માઉન્ટ એલીઝાબેથ હૉસ્પિટલમાં છેલ્લો શ્વાસ લીધો.

(૫) National Crime records bureau (NCRB) ૨૦૧૩ના એન્યુઅલ રિપોર્ટ પ્રમાણે વર્ષ ૨૦૧૨માં ભારતભરમાં ૨૪૯૨૩ રેપ કેસ દાખલ થયા જેમાંથી ૨૪૪૭૦ (૯૮%) રેપ જાણીતી વ્યક્તિ દ્વારા કરેલ હતા. આ સિવાય દેશમાં

નોંધાયેલ અને ન નોંધાયેલ ઘટનાઓ છે જે માત્ર માણસમાં વધતી જતી, ભયંકર જાનવરી વૃત્તિનું દર્શન કરાવે છે.

સમસ્યા ગંભીર છે... વર્ષોજૂની છે.../ તેના મૂળિયાં મજબૂત થયાં છે, વળી બીજી બાજુ કાનૂન અપંગ છે... મનુષ્ય નબળો છે... વાસનાઓનું જોર છે... અહંકાર ભરપુર છે અને અજ્ઞાનનો અંધકાર છે ! માર્ગ ?

''ભારત એક પુરુષપ્રધાન દેશ છે''. આ માન્યતા આજના કાળે એટલી વાસ્તવિક નથી લાગતી જેટલી આજથી ૪૦-૫૦ વર્ષ પહેલાં લાગતી હતી. સમય બદલાયો છે, સામર્થ્ય વધ્યું છે, માન્યતાઓમાં બદલાવ આવ્યો છે. સ્ત્રી એટલે કે 'ઘર સાચવતી પગાર વગરની નોકરાણી'. આ રૂઢિ માન્યતાએ આજની સ્ત્રીના સ્વાભિમાન પર પ્રશ્ન કર્યો, જેથી આજે સ્ત્રી પુરુષ સમાન થઈ છે. વિજ્ઞાન હોય કે વ્યવસાય, ખેલ હોય કે કલા, રાજકારણ હોય કે ભારતીય સેના, શિક્ષણ હોય કે ગૃહસેવા, પૃથ્વીથી લઈને ચંદ્ર સુધી આજે સ્ત્રી પહોંચી છે. દરેક ક્ષેત્રે એણે પુરુષોની સમાનતા કરતાં તેના સામર્થ્યનો પરિચય સમાજને આપી દીધો છે, પરંતુ આ બધું કરવામાં તેણે પોતાની ''સુરક્ષા''ને દાવ પર મૂકી હોય છે. તેનું રક્ષણ તે જોખમમાં મૂકે ત્યારે તો તે પગભર થઈ શકે છે. તેનું હૃદય તથ્ય ભયભીત હોય કે ''મોડું ઘરે જવામાં વાંધો તો નહીં ને?'' આવા પ્રકારના પ્રશ્ન દ્વારા સતત તે મૂંઝાતી હોય છતાંય જવાબદારી, કંઈક કરવાની ધગશ અને સમય, પરિસ્થિતિને માન આપતા આ સર્વ પ્રશ્નો ઉપર પથ્થર મૂકી પોતાની સુરક્ષા જતી કરે.

આજે, સ્ત્રીઓ માટે દુનિયાભરમાં સૌથી વધારે અસુરક્ષિત તથા ખતરનાક દેશોમાં ભારતનું અવ્વલ સ્થાન આવતું હોય, તો તે વિચારણીય બની જાય છે કે જે દેશની સંસ્કૃતિ નારીશક્તિની પૂજા કરતી હોય તે દેશ આજે નારીઓ માટે જ આટલો અસુરક્ષિત શી રીતે? આ પરિણામનું કારણ શું? શું મીડિયા જવાબદાર છે? શું આજનું અશ્લીલ અને બીભત્સ સાહિત્ય? કે શું ધર્મસંસ્થાઓ જવાબદાર છે? શું પુરુષો જવાબદાર છે કે સ્ત્રીઓનો વાંક છે? વળી તેનો ઉપાય શું?

વિચારધારા બદલીએ, થોડા મોટા થઈએ તે જ ઉપાય

આજનો યુવા વર્ગ વિચારતો થયો છે, આજની પેઢી પ્રશ્ન કરતી થઈ છે. હવે તે સમય નથી જેમાં કાંઈક કહી દેવામાં આવે અને સામેવાળા વિચાર કે પ્રશ્ન

કર્યા વગર આંખો બંધ કરી સ્વીકાર કરી લે ! આજે તે વિચારશે, ઉચિત નહીં લાગે તો પ્રશ્ન કરશે, સંતોષ નહીં થાય તો સ્વીકારશે નહીં. ઉત્તમ તર્ક તથા સંતોષ થાય તેવાં કારણો દ્વારા વર્તતી વિચારધારાને સાચી દિશા દઈ શકાય છે. અને આ જ વર્તમાન યુગનો પ્લસ પૉઇન્ટ છે.

અમુક કારણોસર મનુષ્યની ધારણાઓમાં અનુચિત માન્યતાઓનો પ્રવેશ થયો છે. તેની પુષ્ટિ માટે તેઓએ શાસ્ત્રોને આલંબનરૂપ બનાવ્યા છે. તેમાની પ્રથમ ધારણા આ પ્રમાણે છે -

(૧) ''સ્ત્રી એ નરકનું દ્વાર છે''.

''સ્ત્રી એ કીચડ સમાન છે''. .... ઉત્તર. સૂ. અ-૨. ગાથા-૧૩

શાસ્ત્રોમાં દુર્ભાગ્યવશ આવાં કથન સ્પષ્ટ મળે છે, જેમાં સ્ત્રીને નરક, કીચડ, વિષ આદિ જેવાં અનિષ્ટા તત્ત્વો સમાન બતાવવામાં આવી છે. આ કથનોનો આજે મોટે પાયે પ્રવચનોમાં, સાહિત્યમાં, દલીલોમાં પ્રયોગ પણ કરવામાં આવ્યો છે. તેની અસર સીધી થવાને બદલે ઊંધી થઈ છે. નરક, કીચડ, વિષ... આવાં વિશેષણો દ્વારા વીતરાગ પરમાત્મા પોતાની વાણીમાં જે રહસ્ય સમાવે છે તે સંદેશ ખોવાઈ ગયો. તેવો અણસાર આજના મનુષ્યની માન્યતામાં સ્પષ્ટ ઝળકે છે.

આવા કથનોનો અર્થ વ્યક્તિએ એમ કર્યો ''સ્ત્રી તુચ્છ છે, કુશીલ છે, અશુદ્ધ છે, તેની કોઈ મહત્તા નથી, જેથી તેની સાથેના વ્યવહારની પણ કોઈ મહત્તા નથી. વળી અન્ય સાહિત્યમાં પણ તેનો પુરાવો મળે છે.

''શુદ્ર ઢોલ પશુ ઔર નારી...
ચારો તાડન કે અધિકારી''...

હે મનુષ્ય ! શબ્દોનું સંકુચિત અર્થમાં ઘટન ન કર. શબ્દોના ઊંડાણમાં ગયા વગર તે શબ્દ ખોટા અર્થનું જ પ્રતિપાદન કરશે. થોડાક પ્રમાણિક થઈ વિચાર કરવાથી તે સ્પષ્ટ સમજાય કે આવી તુચ્છ વાત મારા મહાવીર દ્વારા થઈ જ ન ોય. ''તુચ્છ દૃષ્ટિ ઉત્તમ કથનોને પણ તુચ્છ બનાવી દે છે.''

પ્રભુનુ કહેવું જુદું હતું અને આપણે જુદું જ સમજ્યા છીએ. જે ગાથામાં સ્ત્રીઓને કીચડની ઉપમા આપવામાં આવી છે એ ગાથાને સમજ્યા વિના અનર્થઘટન કરાય છે.

ઈત્થિઓ શબ્દનો અર્થ સ્ત્રી થાય છે અને પંકમૂયાઓનો અર્થ કીચડ થાય છે,

તો બસ આટલું વાંચીને સ્ત્રીને કીચડ સમાન માની લીધી. પ્રભુએ સાચા અર્થમાં સ્ત્રીને કીચડ નહીં પરંતુ સ્ત્રી પ્રત્યેની આસક્તિને કીચડ કહ્યું છે, સ્ત્રી પ્રત્યેની કુદૃષ્ટિને કીચડ કહ્યું છે. વળી આગળ ફરમાવ્યું છે કે તેમાં ન ફસાઈને તે આત્મદૃષ્ટા બનીને રહે. **चरेग्ग अत्तम वेसह** – સ્પષ્ટ સંકેત અહીં મળે છે કે જ્યારે જ્યારે સ્ત્રીસમાગમનો અવસર આવે છે ત્યારે પુરુષે તેની આસક્તિ વાસનામાં ન ફસાઈને પોતાને સંયમિત રાખવો જોઈએ. તેમાં કોઈ પણ બાંધછોડની ગુંજાઈશ નથી, પરંતુ સમાજની આ બલિહારી છે કે વ્યક્તિ પોતાની લંપટ દૃષ્ટિને તુચ્છ જાણવાને બદલે સ્ત્રીને તુચ્છ જાણીને તેનું શોષણ કરે છે. નાની નાની વાતોમાં પણ સ્ત્રીઓ પ્રત્યે અભાવ જોઈ શકાય માટે જ તો ઘરે-ઘરે સ્ત્રીઓનું સન્માન પુરુષો કરતાં ઓછું છે. દાદીની વાત કરતાં દાદાની વાતનું વજન વધારે છે. મમ્મીના ક્રોધ કરતાં પપ્પાનો ક્રોધ વધારે અસરકારક છે. દીકરીની સ્વતંત્રતા કરતાં દીકરાની સ્વતંત્રતા વધારે છે, એટલું જ નહીં આપણા સમાજની માનસિકતા દુર્ભાગ્યવશ એ થઈ છે કે ''મારી પત્ની એ કોઈ વ્યક્તિ નહીં પરંતુ એક વસ્તુ છે. મને જરૂર પડે ત્યારે જેમ ફાવે તેમ તેનો ઉપયોગ હું કરી શકું છું.'' માટે જ તો ભારતની ૩૧% કરતાં પણ વધુ વિવાહિત સ્ત્રીઓનું શોષણ તેના જ પોતાના પતિ દ્વારા થયું છે.

આ મનઃસ્થિતિની પાછળ સૂક્ષ્મ રીતે પડેલો સ્ત્રીઓ પ્રત્યે અનાદરનો ભાવ હોય છે અને આ અનાદર ઉદ્ભવે છે શાસ્ત્રોના પરમ તારક કથનોના ઊંધા અર્થઘટનથી ઉપરોક્ત સંદર્ભમાં એક હજુ સ્પષ્ટીકરણ મહત્ત્વનું છે. આ ગાથામાં પ્રભુએ બીજું પાસું પણ ખોલ્યું છે જે વાચકોએ સમજવાનું રહે છે. તે એમ છે કે જેમ પુરુષો માટે સ્ત્રીઓ પ્રત્યેની વાસના કીચડ છે, તુચ્છ છે તેમ જ સ્ત્રીઓ માટે પુરુષો પ્રત્યેની વાસના એટલી જ તુચ્છ છે. માટે અરસપરસ બંને વિજાતીય પક્ષોએ પોતાના માટે આ સમજવાનું રહે છે. આ વિષયમાં એટલું જ કહેવાનું છે કે –

સ્ત્રીને કીચડ સમજશું તો અભાવ જાગશે

પરંતુ સ્ત્રી પ્રત્યેની આસક્તિને કીચડ સમજશું તો મોક્ષ થશે.

સ્ત્રીને નરકનું દ્વાર સમજશું તોતે તુચ્છ લાગશે

પરંતુ જો તેની પ્રત્યેની વાસનાને નરકનું દ્વાર માનશું તો

તેના પ્રત્યેના શોષણથી દૂર રહી શકીશું.

પહેલી વિચારધારા પર ઊંડાણથી વિચાર કર્યા બાદ હવે એક બીજી અંતિમ પરંતુ મહત્ત્વપૂર્ણ ધારણા પર વિચાર કરવો જરૂરી છે. તે માન્યતા આ મુજબ છે.

''ટૂંકા અને નાના વસ્ત્રો જવાબદાર છે''

આ માન્યતાને સાચી કે ખોટી માનતા પહેલાં એક પ્રશ્નનો જવાબ નિખાલસપણે મેળવવો જરૂરી છે કે શું મનુષ્ય પોતાની નબળાઈને જવાબદાર ન માની બીજા પર દોષારોપણ તો નથી કરી રહ્યો ને ?

સમાજનો એક બહુ જ નાનો વર્ગ એવું માને છે કે પુરુષોએ પોતાની દૃષ્ટિ સંયમિત રાખવી જોઈએ ત્યારે તે જ સમાજનો મોટા ભાગનો વર્ગ એવું માને છે કે સ્ત્રીઓએ વસ્ત્ર પરિધાનમાં મર્યાદા જાળવવી જોઈએ. પુરુષો અને સ્ત્રીઓના આ સંઘર્ષ પાછળ સ્ત્રીઓનાં વસ્ત્ર પરિધાન પણ જવાબદાર છે તે વાત સત્ય છે. આજકાલ 'Feminiam'ના આધારે એક એવી વાત સ્ત્રીઓ વચ્ચે પ્રસિદ્ધ થઈ છે ''આપણે શું પહેરવું તે અમારો પોતાનો વિષય છે. અમારે શું પહેરવું કે શું ન પહેરવું? ક્યાં પહરેવું અને ક્યાં ન પહેરવું? તે અમારે માટે બીજું કોઈ કેમ નક્કી કરે?'' આ વિષય પર થોડા ઠંડા થઈને વિચાર કરીએ તો સમજાશે કે આ કોઈ દબાણનો વિષય નથી પણ common senseનો વિષય છે.

જેમ રસ્તે ચાલતા કોઈ દીવાલ પરના ચિત્રણને જોઈ વ્યક્તિ તે અનુસાર ભાવો કરે છે, શહીદના કફન પર રડતી તેની માનું ચિત્રણ હોય તો હૃદય પણ કરુણ તથા રાષ્ટ્રપ્રેમના ભાવોથી ભરાય, કોઈ પર્યાવરણની સુરક્ષાનું ચિત્ર હોય તો એમ થાય કે મનુષ્ય કેટલો સ્વાર્થી થયો છે. દીવાળીની રાત્રિએ ઘરોમાં પ્રકાશ અને સજાવટી ચિત્ર હોય તો મન સકારાત્મક ભાવોથી ભરાય જાય, મન ખુશ થઈ જાય. કહેવાનું એટલું જ છે કે જો અગર માત્ર દીવાલ ઉપરનાં ચિત્રો આપણા મનોભાવ પર આટલી અસર પાડતું હોય તો શરીર પર ધારણ કરાતાં વસ્ત્રોની જોનાર પર શું અસર નહીં થતી હોય? અહીં સ્ત્રીઓએ શું પહેરવું અને શું ન પહેરવું તેનો નિર્ણય નથી કરવો પરંતુ એટલો જ વિવેક કેળવવો છે કે આપણાં વસ્ત્રો તે સ્થાનને અનુકૂળ હોવાં જોઈએ. ઘરમાં પહેરાતાં કપડાં ઑફિસે પહેરાતાં નથી. બીજી વાત, જે લોકોને એવું લાગતું હોય કે નાના કપડાં પહેરીને આવેલ સ્ત્રીને જોતાં પુરુષોના મનમાં વાસના તો ઊભી થાય જ અને તેનું પરિણામ સ્ત્રીઓએ ભોગવવું જ પડે. તે લોકોને એક જ

પ્રશ્ન પૂછવાનો છે કે સાધ્વીઓ સાથે થતા બળાત્કાર પ્રસંગો વિષયે તમારું શું મંતવ્ય છે? નથી તો તેઓ નાના અને નિર્લજ્જ વસ્ત્ર પહેરતાં, નથી શરીરનું સૌંદર્ય પ્રદર્શિત કરવાનો કોઈ પ્રયાસ કરતાં છતાંય તેઓ શોષણની શિકાર કેમ બની? ત્યારે અપક્ષપાતી બની વિચારશું તો સમજાશે કે-

''માત્ર નાનાં વસ્ત્ર નહીં પરંતુ નાની સોચ પણ જવાબદાર છે''.

શાસ્ત્રોમાં અનેક દષ્ટાંતો છે, જેમાં ઘણા પુરુષોને સ્ત્રી પરિષહનો અવસર પ્રાપ્ત થાય છે. ત્યાં જવાબદારીપૂર્વક પુરુષાએ પોતાના વિવેકી સંયમથી સ્વયંના ચરિત્ર તથા સ્ત્રીની મર્યાદાનું રક્ષણ કર્યું છે.

કામવિજેતાની ઉપમા જેને પ્રાપ્ત થઈ છે તેવા શ્રી સ્થૂલભદ્રજી હોય કે ભગવાનના આઠમા શ્રાવક શ્રી મહાશતકજી હોય, સ્ત્રીઓ સાથેના નિકટ સમાગમના અવસરે તેઓએ પોતાની આત્મસ્થિરતા અને મર્યાદાને માન આપી આપણને તે સંદેશ આપ્યો છે કે સામે ગમે તેવું પ્રલોભન હોય,, ગમે તેવી મનમોહક કાયા કે ગમે તેવી નૃત્યકળા ! પરંતુ પુરુષને કોઈ અધિકાર નથી કે તે નારીનું આ રીતે શોષણ કરી શકે. ખાસ કરીને ત્યારે જ્યારે તેની સ્પષ્ટ અનિચ્છા હોય. ''ના''નો અર્થ ''ના'' જ થાય છે, પછી તે તમારી સહકર્મી હોય, સખી હોય, પ્રેયસી હોય, ગણિકા હોય કે તમારી પોતાની પત્ની પણ કેમ ન હોય !!! 'ના'નો મતલબ ના ''જ'' હોય.

શ્રી ઉત્તરાધ્યયન સૂત્રના ૨૨મા ''રહનેમિ'' નામના અધ્યયનમાં રથનેમિ જે ૨૨મા તીર્થંકર નેમનાથ પ્રભુના સગાભાઈ છે, તેઓની દૃષ્ટિ સાધ્વી રાજુલ પર બગડતાં, સાધ્વી રાજુલની સ્પષ્ટ ખુમારીભરી 'ના' સાંભળી પોતાની મર્યાદાનું સ્મરણ કરે છે. કેવી સ્પષ્ટ ના ! કેવી સ્પષ્ટ ચેતવની ! ધન્ય છે રથનેમિજીને કે જેણે સ્થિતિકરણ કર્યું સંયમમાં; વધેલી વાસનાઓને પાછી વાળવી તે સહેલું નથી હોતું પરંતુ છતાયં સમજથી વાળી છે, અને આપણને સંકેત કરી જાય છે કે અમીરોનાં સંતાન પણ કેમ ન હોય ! નારીનું સન્માન, તેની મર્યાદા તે તેનું મૂળભૂત આભુષણ છે. તેને લૂંટવા કોઈ અધિકારી નથી.

અતઃ સ્ત્રી અને પુરુષ પોતાની જવાબદારી તથા મર્યાદાનું ગંભીરતાથી પાલન કરે તો વિશ્વાસ છે કે ભારત શીઘ્રતાથી સ્ત્રીઓ માટે સુરિક્ષત તથા નારીના વિકાસનું

કેન્દ્ર બની જશે.

જૈન કથાનુયોગમાં ભગવાન મહાવીર અને ચંદનબાળાનો પ્રસંગ, ભગવાન મહાવીર અને રાજા શ્રેણિકની રાણીઓ અંગેનો પ્રસંગ નારી ગૌરવને ઉજાગર કરે છે અને સમગ્ર માનવજાતને સ્ત્રી સન્માનની પ્રેરણા આપે છે.

અંતે એટલું જ લખવાનું થાય કે -

જે સંસારના સર્જનનું કારણ છે,
જે સંસારના પોષણનો આધાર છે,
જે સંસારને સ્વચ્છ રાખે છે,
જે બાળકમાનસને ધર્મનું દાન આપ છે,
જે વિશ્વને તીર્થંકરોનું વરદાન આપે છે,
જે માનવજાતને વાત્સલ્યનો પરિચય કરાવે છે,
તેવી નારીના શોષણથી સમાજનો વિધ્વંસ નિશ્ચિત્ત છે.
નારી છે તો લક્ષ્મી છે,
નારી છે તો અન્નપૂર્ણા છે,
નારી છે તો સરસ્વતી છે,
તે છે તો માની ગોદ છે,
તે છે તો પતિનો સહારો છે,
તે છે તો દીકરી વ્હાલનો દરિયો છે.

તે નથી તો આખું વિશ્વ અગ્નિનો ભડભડતો ગોળો છે. એવી નારીનું સ્વાભિમાન, તેની ખુશી, તેનું સામર્થ્ય, તેનું સન્માન તે દેશની આમન્યા છે. ચાલો ... પોતાની આમન્યાને સાચવીએ ! નારીને સાચવીએ ને સન્માનીએ ...

(જૈન દર્શનનાં અભ્યાસુ પૂજ્ય સુતિર્થિકા મહાસતીજી સૌરાષ્ટ્ર કેસરી પ્રાણ પરિવારનાં વિદુષી પૂ. ડૉ. તરુલતાબાઈ મહાસતીજીનાં વિદ્વાન શિષ્યરત્ના છે).

◎

૨

આત્મહત્યા સામે અધ્યાત્મશક્તિ

પદ્મશ્રી ડૉ. કુમારપાળ દેસાઈ

જીવનમાં ઊંચા આદર્શો, આકાશને આંબીને મેળવવાની સિદ્ધિઓ વાતાવરણમાંથી પ્રાપ્ત થયેલા સંસ્કારો તથા ધર્મની ઉચ્ચ ભાવનાઓનું મહિમાગાન એક બાજુ હોય છે અને બીજી બાજુ આદર્શોને નામે પોકળતા, સિદ્ધિને બદલે વારંવારની નિષ્ફળતા, સંસ્કારોને ગૂંગળાવી નાખે એવી પરિસ્થિતિ અને ધર્મના ઉત્તમ ઉપદેશવચનો સાથે જીવનનો કોઈ મેળ બેસે નહીં એવી સ્થિતિ અનુભવતો આજનો યુવાન છે. આમાંથી સર્જાય છે ચિત્ત પર છવાઈ જતો ઘોર વિષાદ અને આકરી હતાશા અને એને પરિણામે ઘટના બને છે આત્મહત્યાની. સમાજમાં જ્યારે જ્યારે આવી કોઈ આત્મહત્યાની ઘટના બને છે ત્યારે સ્વજનો ભાંગી પડે છે, પરિચિતો અશ્રુ સારે છે, ચોતરફ સન્નાટો છવાઈ જાય છે, પરંતુ સમય જતાં સમાજનો એ સન્નાટો સનસનાટીભરી કૂથલીમાં પલટાઈ જાય છે. એના પરિચિતો એ દુઃખદ સ્મરણ તરીકે આપઘાતની ઘટનાને પોતાની સ્મૃતિમાં જાળવે છે અને સ્વજનોનાં દિલમાં લાગેલાં આઘાતમાંથી જીવનભર આંસુ પટકતાં રહે છે.

આપણે ઉપસ્થિતિને વશ થઈએ છીએ, પણ સમસ્યાના ઉકેલ માટે સજ્જ થતા નથી. કોઈ અણધારી અકાળ દુઃખદ ઘટના સર્જાય ત્યારે સમાજ થોડો વખત સ્તબ્ધ થઈ જાય છે, પણ એ સ્તબ્ધતા બીજાં સામાજિક કાર્યો આવતાં મનમાંથી

વિદાય લઈ લે છે. આને કારણે બને છે એવું કે આપણા પ્રશ્નો એમ ને એમ રહે છે અને બીમારીમાં કોઈ સુધારો થયો નથી. આથી જ આજે આપઘાતની વાતને છેક વાસ્તવ જીવનથી માંડીને ઊર્ધ્વજગત અને ધાર્મિક સિદ્ધાંતો સુધી જોડવી છે. આપણે જાણીએ છીએ કે આપઘાત એ એક તીવ્ર, આવેગભરી ક્ષણની ઘટના છે, ઘોર નિરાશા, સતત પીડાદાયી માનસિક અસંતુલન, સ્નેહભર્યા સંબંધોમાં પડેલી પ્રેમભંગની મોટી તિરાડ કે પછી જીવનની કોઈ મજબૂરીને કારણે વ્યક્તિ આપઘાત કરવા પ્રેરાતી હોય છે. ક્યારેક એ આર્થિક ભીડથી ગૂંગળાઈને આપઘાત કરે છે, તો ક્યારેક પોતાની કે 'ખાનદાન'ની સામાજિક પ્રતિષ્ઠા બચાવવા માટે આપઘાત કરે છે.

સમાજમાં જ્યારે જ્યારે આવી ઘટનાઓ બને છે, ત્યારે ચોતરફ એક પ્રકારની અરેરાટી, અજંપો અને આઘાત જોવા મળે છે. આપઘાત કરવાનાં કારણોની માફક એના ઘણા પ્રકારો છે. કોઈ વાહન નીચે પડતું મૂકે, કોઈ સર્જક અર્નેસ્ટ હૅમિંગ્વેની માફક પોતાની જ બંદૂકની ગોળી પોતાના માથા પર મૂકીને ફોડે, કોઈ ઝેર પીએ કે કોઈ ઊંડા પાણીમાં ઝંપલાવે. વળી એવું પણ જોવા મળે છે કે વ્યક્તિ એકવાર આપઘાત કરવાનો પ્રયત્ન કરે અનેજો એમાં સફળતા સાંપડે નહીં તો ક્યારેક ફરીવાર કરે તેવું બનતું હોય છે.

સામાન્ય માન્યતા એવી છે કે યુવતીઓ કે સ્ત્રીઓમાં, યુવાનો કે પુરુષોના પ્રમાણમાં આપઘાતની ઘટનાઓ વધારે બનતી હોય છે, પરંતુ ભારતમાં છેલ્લા કેટલાક સમયથી યુવાનોમાં આપઘાતની ઘટનાઓનું પ્રમાણ ચિંતાજનક રીતે વધી રહ્યું છે. સામાન્ય રીતે આપઘાત કરનારી વ્યકિત એકલવાયું જીવન જીવતી હોય છે. વૃદ્ધાવસ્થાના રોગોથી ખૂબ સંતાપ પામેલી હોય છે. કૌટુંબિક કલહને કારણે પરેશાન હોય અથવા તો એણે છૂટાછેડા લીધેલા હોય એવું બનતું હોય છે, પરંતુ આપણા દેશમાં નોંધપાત્ર બાબત એ છે કે આવી વ્યક્તિઓ કરતાં પરિણીત અને સંતાન ધરાવતી વ્યક્તિઓ વધુ પ્રમાણમાં આપઘાત કરે છે.

શા માટે વ્યક્તિ આપઘાત તરફ દોરવાઈ જતી હશે ? એને પ્રભાવિત કરનારાં આર્થિક, માનસિક, સામાજિક અને મનોવૈજ્ઞાનિક પરિબળો હોય છે. શૅરબજારમાં મંદી આવતાં ઘણા યુવાનોએ બેહાલ બનીને આપઘાત કર્યાની ઘટનાઓ આપણી

સામે છે. આર્થિક ભીંસ અનુભવતો યુવાન એમ માને છે કે આપઘાત કરીશું એટલે આ બધામાંથી સદાને માટે મુક્તિ કે છૂટકારો મળશે. આજે વિદ્યાર્થીઓ પર અભ્યાસનું અતિ ભારણ છે. સ્કૂલ કે કૉલેજ, ટ્યૂશન અને કસોટી-પરીક્ષાના સમય નીચોવી લેતા ચક્રવ્યૂહમાં એ નિરાંતનો શ્વાસ લઈ શકતો નથી. બલ્કે નિસાસા અને થાક સાથે જીવતો હોય છે. ઉદ્યોગોને પણ શરમાવે તેવી ગળાકાપ સ્પર્ધા શૈક્ષણિક જગતમાં ચાલે છે. ટકાવારી એ જ શિક્ષણનું સર્વસ્વ છે. 'પરસેન્ટેજ બોય'નો આજે અતિ મહિમા છે. એની સાથે કૉલેજની પસંદગી કે ક્ષેત્રની પસંદગી જોડાયેલી હોય છે. આ સઘળા ભાર અને ચિંતા સાથે માતા-પિતા જીવતાં હોય છે અને બાળક કે વિદ્યાર્થી પર ટકાવારીનો બોજ લાદી દેતાં હોય છે. શિક્ષણની આ ગળાકાપ સ્પર્ધા ઘણા વિદ્યાર્થીઓને માટે ગળે ટૂંપો દેવાનું કારણ બને છે. ક્યારેક અસામાજિક તત્ત્વો અને ખાસ કરીને ધીરધાર કરનારા લોકો એની પાસેથી વ્યાજ લેવા માટે ધાકધમકીભર્યું વર્તન કરતા હોય છે. એને મારી નાખવાની વાત કરવાને બદલે એના કુટુંબીજનોનું અપહરણ કરવાનું કે એમના પર જીવલેણ હુમલો કરવાનો ભય બતાવતા હોય છે.

આવાં અસામાજિક તત્ત્વો પણ યુવાનોની આત્મહત્યાનું કારણ બને છે. આને માટે બેરોજગારી પણ ઓછી જવાબદાર નથી. રોજની બેહાલીથી તંગ આવીને વ્યક્તિ આપઘાત કરે છે. ટૅક્નોલૉજીને કારણે આજે સ્વાર્થી, સંકીર્ણ અને વ્યક્તિકેન્દ્રી બનતો સમાજ અન્ય વ્યક્તિથી વિખૂટો પડી જાય છે. એક સમયે વ્યક્તિ પોતાના કુટુંબીજનો સમક્ષ હૈયું હળવું કરી શકતો હતો, વડીલો પાસેથી માર્ગદર્શન પામી શકતો હતો. પરિવારજનો સાથે બેસીને મોકળે મને પોતાની સમસ્યાને ચર્ચી શકતો હતો, પરંતુ હવે વ્યક્તિ સ્વાર્થકેન્દ્રી, અહમ્‌કેન્દ્રી અને એકલો-અટૂલો બની ગયો છે અનેતેથી એકલતાભર્યા વાતાવરણમાં જાગેલા આવેશને વશ વર્તીને એ આપઘાત કરતો હોય છે.

પણ માત્ર એવું જ નથી કે આ જીવનથી પરેશાન થઈને વ્યક્તિ આપઘાતના માર્ગે જતી હોય છે, એને ધર્મગુરુએ કહ્યું હોય કે પ્રલય આવવાની ઘડીઓ ગણાઈ રહી છે, અથવા તો આ દુઃખમય, પીડાગ્રસ્ત અને પારાવાર મુશ્કેલીઓથી ભરેલા, તદ્દન અર્થહીન ઐહિક જીવન કરતાં પરલૌકિક જીવન વધુ ઉમદા છે, ત્યારે આવી પરલૌકિક મુગ્ધતા અને આકર્ષણ એને પોતાનું વર્તમાન જીવન ફેંકી દેવા ઉત્સાહિત કરે છે અને પછી એ આત્મહત્યા કરે છે. થોડા સમયમાં જ પ્રલય આવવાનો છે

એમ માની ધર્મગુરુએ પોતાના અનુયાયીઓ સાથે સામૂહિક આત્મહત્યા કરી હોય એવી ઘટના પણ ઇતિહાસમાં બની છે. આનો સીધોસાદો અર્થ એ કે વ્યક્તિને એક ભય જાગે અને ભયને કારણે સામૂહિક આત્મહત્યામાં સામેલ થતો હોય છે. આવી જ રીતે ધાર્મિક માન્યતાને કારણે બીજાની હત્યા કરીને પછી પોતાની જાતને મારનાર આતંકવાદીઓના આત્મઘાતી હુમલાથી આપણે વાકેફ છીએ. જે આતંકવાદીઓ પોતાના શરીર પર બૉમ્બ બાંધીને હુમલો કરે છે, તેઓ પોતાના મોતને નિશ્ચિત લઈને ચાલતા હોય છે. આત્મઘાત એ જ એનું અંતિમ ધ્યેય હોય છે. આજે વિશ્વભરમાં આતંકવાદની વકરતી જતી સમસ્યા એ આવા આપઘાતને વધુ પ્રોત્સાહન આપતી રહી છે. આવી વ્યક્તિના મનમાં એક ઝનૂન પેદા કરવામાં આવે, એની અણસમજનો લાભ લેવામાં આવે, એના મૃત્યુને શહાદત તરીકે નવાજવામાં આવશે એમ મનમાં ઠસાવે. વળી આવી રીતે આત્મઘાત કર્યા પછી મરનારી વ્યક્તિ સ્વર્ગમાં મળનારી સુખોભરી દુનિયાનાં સ્વપ્નાં એના મનમાં સજાવે છે. આજે વિશ્વમાં આવી ઘટનાઓ વિશેષ બને છે.

એક જમાનામાં પશ્ચિમ યુરોપમાં આત્મઘાતી ઘટનાઓ વધુ બનતી હતી અને એ પછી પૂર્વ યુરોપમાં આવી ઘટનાઓ બનવા લાગી અને હવે એશિયામાં આત્મહત્યાના વધુ બનાવો બનવા લાગ્યા છે. માત્ર આપણા દેશની જ વાત કરીએ તો ૨૦૦૫થી ૨૦૧૫ સુધીમાં આત્મહત્યાની ઘટનાઓમાં ૧૭ ટકા વધારો નોંધાયો છે. આજે જગતમાં ૮ લાખ લોકો દર વર્ષે આત્મહત્યા કરતા હોય છે. વળી આત્મહત્યાના કેટલાય પ્રસંગો એશિયાના દેશોમાં ઢાંકપિછોડો પામતા હોય છે.

આ જગતમાં માનવ-મૃત્યુના વર્લ્ડ હેલ્થ ઑર્ગેનાઈઝેશને બતાવેલાં તેર કારણો પૈકીનું એક કારણ આત્મહત્યા છે અને એમાં પણ જગતમાં જાણવામાં આવતા આત્મહત્યાના દસેક લાખ જેટલા બનાવોમાં વીસ ટકા માત્ર ભારતમાં બને છે.

કેટલાક દેશોમાં ૧૫થી ૪૪ વર્ષની ઉંમરની વ્યક્તિઓના મૃત્યુના કારણોમાં ત્રીજા નંબરે આત્મહત્યા આવે છે. કેટલાક દેશોમાં ૧૦થી ૨૪ વર્ષના ગાળામાં થતાં મૃત્યુમાં બીજો ક્રમ આત્મહત્યાનો છે, વળી વાચકો, એ પણ કહી દઉં કે આ આંકડાઓ આત્મહત્યાની બનેલી ઘટનાઓના છે, પરંતુ એ માર્ગોથી એક યા બીજા કારણે પાછા વળનારા લોકોની ઘટનાઓને જો આમાં સામેલ કરીએ તો આનો આંકડો

વીસ ગણો વધઘી જાય.

આપણા દેશના સંદર્ભમાં આપઘાત અંગે વિચારીએ તો આવી સિત્તેર ટકા ઘટનાઓ તો વ્યક્તિની એકલતા, હતાશા કે લાચારીને કારણે બનતી હોય છે, એમાં પણ આત્મહત્યા કરનારા સવિશેષ વ્યક્તિઓ અઢારથી ત્રીસ વર્ષની વયની હોય છે. આ બાબત આપણા સમાજની યુવાનો પ્રત્યેની અસંવેદનશીલતાની સાથોસાથ યુવાવર્ગની અસહિષ્ણુતાની સૂચક છે.

કેટલીક વ્યક્તિઓ જીવનમાં જાણે મરણનું વરણ કરીને જીવતી હોય છે. એને જીવનની ઉદાસીનતા એટલી બધી ઘેરી વળી હોય છે કે એ પોતાના જીવન પ્રત્યે અહર્નિશ દુઃખ-દર્દભરી કરુણ નજરે જોતો હોય છે. કોઈ કવિ કે શાયરની જિંદગીની કરુણતા દર્શાવતી પંક્તિઓનું એ સતત ગાન કે ઉચ્ચારણ કરતોહોય છે. કોઈક તો બહાદુરશાહ ઝફરની ગઝલ કે ફિરાક ગોરખપુરીની શાયરીનું ચિત્તમાં પુનરુચ્ચારણ કર્યે જતો હોય છે :

उम्रे दराज माँग कर लाए थे चार दिन
दो आरजू में कट गए दो इंतजार में ।

- - बहादर शाह 'जफर'

यह माना जि जिन्दगी हे चार दिन की,
बहुत होते हैं यारों चार दिन भी ।

- - फिराक गोरखपुरी

વ્યક્તિ પોતાના જીવનને માત્ર પોતાની અંગત માલિકીનું સમજે અને એના જીવનનું ધ્યેય અંગત સુખ હોય, તેમાં ભારતીય વિચારધારા સહેજે માનતી નથી. આ વિચારધારા તો વ્યક્તિના જીવનને વિશ્વની સંપત્તિ ગણે છે. એને વિશ્વકલ્યાણનું સાધન ગણાવે છે અને તેથી જીવન વિશેનો એનો સદૈવ રચનાત્મક અભિગમ રહ્યો છે.

ચોતરફ થઈ રહેલા મૂલ્યહ્રાસને કારણે વ્યક્તિને ટકાવનારું અને જીવનસંઘર્ષમાં ઝઝૂમવાનું બળ આપનારું મૂલ્ય કે બળ પ્રાપ્ત થતું નથી.

આમ કોઈ એક ઉપાયથી આ પ્રશ્નનો ઉકેલ પામી શકાય તેમ નથી. અમેરિકાના ન્યૂયોર્ક શહેરમાં એક દિવ્યાંગ મહિલા આગવી રીતે આપઘાત કેન્દ્ર ચલાવે છે.

એના ઘરમાં એની પાસે ત્રણ-ચાર ટેલિફોન પડ્યા હોય છે. અખબારો અને ટેલિવિઝન પર વિનામૂલ્યે એનો ફોન નંબર દર્શાવતા હોય છે. એ સ્ત્રી પર કોઈ યુવાનનો ફોન આવે તો એ સ્ત્રી પહેલાં તો એને કહે છે કે, તારા જેવી જ સ્થિતિ મારી થઈ હતી અથવા હાલ એમાંથી પસાર થઈ રહી છું. થોડી લાંબી વાત કરીને વ્યક્તિની એ ક્ષણને શાંત પાડે. પછી ધીરે ધીરે એની સાથે વાતચીત દ્વારા લાગણીનો તંતુ જોડે છે અને અંતે એને સાંજે ડીનર પર આવવાનું આમંત્રણ આપે. એને ગમતી વાનગી પૂછે અને એ વાનગી પોતે જાતે બનાવે.

હકીકત એ છે કે આપઘાત ક્ષણનો સવાલ હોવાથી એ ક્ષણ નીકળી ગયા પછી આપઘાત-ઉત્સુક વ્યક્તિનો આવેગ ઓછો થઈ જતો હોય છે. એ વ્યક્તિ સાંજે ડિનર પર જાય, ત્યારે એની સમસ્યા લઈને જતો હોય છે અને હવે એનું મન પણ સામેની વ્યક્તિની સલાહ અને સંવેદનાને સ્વીકારવા તૈયાર હોય છે. આ રીતે આ મહિલાએ અનેક લોકોને આપઘાતના માર્ગેથી પાછા વાળ્યા છે.

આપણે ત્યાં પણ છેલ્લા કેટલાક સમયથી આવાં વ્યવસાયિક અને બિનવ્યવસાયિક સંગઠનો કાર્ય કરી રહ્યાં છે. તેઓ આવી વ્યક્તિને હૂંફ, સૂચન, સલાહ કે સારવાર આપવાની વ્યવસ્થા કરવાનું કામ કરે છે. આવી જ રીતે કેટલાંક સ્થળો માટે એમ કહી શકાય કે આત્મહત્યા કરનારને વધુ પસંદ હોય છે. એક સમયે અમદાવાદના કાંકરિયા તળાવમાં આવી ઘણી ઘટનાઓ બનતી હતી. હવે રીવરફ્રન્ટ પર પણ આવી ઘટનાઓ બને છે. આવાં સ્થળોએ તકેદારીનાં પગલાં લઈ શકાય. મનોવિચ્છિન્નતા, સન્નિપાત, ડિપ્રેશન જેવી માનસિક બીમારીઓનો ભોગ બન્યા હોય, તેઓના આપઘાતની વાત જુદી છે, પણ જાણીજોઈને આપઘાત કરનારાઓની માનસિકતા અલગ હોય છે.

૧૯૩૭માં અમેરિકામાં ગોલ્ડન ગેટ બ્રિજ ખુલ્લો મુકાયો, ત્યારે આ બ્રીજના બાંધકામના મુખ્ય ઇજનેર જોસફ સ્ટ્રોસે એમ કહ્યું હતું કે, આ બ્રીજ એ પૂર્ણપણે 'સ્યુસાઈડ-પ્રૂફ' છે અને એના પરથી આત્મઘાત કરવો એ શક્ય નથી અને પ્રૅક્ટિકલ પણ નથી, પરંતુ હકીકત એ છે કે આજ સુધીમાં આ બ્રીજ પરથી સોળસો લોકોએ કૂદકો મારીને આપઘાત કર્યો છે.

આ સંદર્ભમાં કેલિફોર્નિયા હાઈવે પેટ્રોલના અધિકારી કેવિન બ્રીગ્સને વિશાળ

અનુભવ છે. એક વ્યક્તિ આપઘાત કરવા જઈ રહી હતી અને એણે એને સમજાવી. એકાદ કલાક એની સાથે વાત કરી, એણે ત્રણેક વાર કેવિન સાથે હસ્તધૂનન કર્યું અને છેલ્લે હાથ મિલાવી બોલ્યેા, ''કેવિન ! મને માફ કરજે, પણ મારે મરવું પડશે'' અને આટલું બોલીને એણે આ બ્રીજની નીચે કૂદકો માર્યો. મોટા ભાગના આપઘાત કરનારા લોકોમાં એવું વલણ હોય છે કે તેઓ એ ક્ષણે બીજી વ્યક્તિને સહેજે દુઃખ પહોંચાડવા માગતા નથી. તેઓ પોતાનામાં જ પોતાની વેદનાને સમેટીને જીવનનો અંત આણવા ચાહે છે.

આપઘાત કરનારી વ્યક્તિ સાથે કેવું વલણ અજમાવવું જોઈએ ? કેટલાક લોકો એની પાસે આવીને એને સમજાવતા હોય છે કે, ''તું આવું પગલું ભરીશ તો તારા કુંટુબની કઈ દશા થશે? તારા મિત્રોને કેવું લાગશે? જે લોકો તને ચાહે છે તેમને કેટલો ઊંડો આઘાત પહોંચશે? તું આવું કરીશ તો લોકો શું કહેશે, એની તને ખબર છે?'' હકીકત એ છે કે આવી રીતે આપઘાત ઇચ્છુકને સલાહ આપવાને બદલે પહેલાં એમને સાંભળવા જોઈએ. એ બોલતો હોય ત્યારે કોઈ દલીલ કરવી જોઈએ નહીં, એની સામે કોઈ આરોપ કરવા જોઈએ નહીં અથવા તો 'તું આવું કરીશ તો બીજાઓને શું થશે' એની વાત કરવી જોઈએ નહીં. પહેલાં તો એની વાતો સાંભળતા રહેવી જોઈએ અને પછી જ્યારે 'ટર્નિંગ પૉઇન્ટ' આવતો લાગે ત્યારે વાતનો દોર હાથમાં લેવો જોઈએ.

એને અટકાવવાને બદલે એમ કહેવું જોઈએ કે, 'આવા પ્રસંગોએ અને આવા સંજાગોમાં તારી જેમ બીજાઓએ પણ આપઘાત કરવાનો વિચાર કર્યો હતો, પરંતુ એમણે એ પરિસ્થિતિનો એ પછી પડકાર ઝીલીને આવો ઉકેલ શોધ્યો હતો. કદાચ અન્યની જીવનની આવી સત્યઘટના સાંભળી આત્મહત્યા કરવા ઇચ્છનારી વ્યક્તિ જીવનની સકારાત્મકની બીજી બાજુ વિશે વિચારવા લાગે છે. એની લાચારી કે મુશ્કેલીઓ જોઈને એને એવી પણ વ્યક્તિઓની વાત કરવી જોઈએ કે જેમણે આવી લાચારીઓ કે મુશ્કેલીઓથી અકળાઈને આપઘાત કરવાનો વિચાર કર્યો હતો, પરંતુ એ ક્ષણિક વિચારને એમણે વિચારને એમણે બાજુએ હટાવીને એમણે પોતાનો પુરુષાર્થ ચાલુ રાખ્યો અને ઘણી મોટી સિદ્ધિ મેળવી. આવાં દેશ-વિદેશમાં મળતાં ઉદાહરણોનું પુસ્તક પ્રગટ કરવું જોઈએ.

પોલીસ અધિકારી કેવિન બ્રિગ્સના વ્યાપક અનુભવોમાં એક મહત્ત્વની વાત એ છે કે ગોલ્ડન ગેટ બ્રીજ પરથી આત્મહત્યાના પ્રયત્ન કરનારાઓમાંથી જે લોકોને એ બચાવી શક્યો, પછી એમની સાથે એણે વાત કરી, એ બધાએ સ્વીકાર્યું કે એ ક્ષણે એમનાથી ઘણી મોટી ભૂલ થઈ ગઈ અને તેઓ ખરેખર તો જીવવા ચાહે છે. આથી લાંબા અનુભવના તારણરૂપે બ્રિગ્સ માને છે કે આત્મહત્યા એ અટકાવી શકાય તેવી છે, એને માટે પ્રયત્ન જોઈએ અને આશા પણ.

આત્મહત્યાના ઉકેલના સંદર્ભમાં ભારતીય વિચારધારા પર પણ નજર કરવી જોઈએ. છેક વેદની ઋચાઓમાં ભારતીય વિચારધારાએ જીવનનું ગૌરવ કર્યું છે. 'અથર્વવેદ' (૧૨/૨/૨૪)માં કહ્યું છે કે,

सर्वमायुनंयतु जीवनाय ।

अपने जीव में सम्पूर्ण आयु जिओ ।

એટલે કે ''પોતાના જીવનનું સંપૂર્ણ આયુષ્ય જીવો.'' જ્યારે જૈનદર્શને જીવનને અમૂલ્ય બતાવ્યું છે અને પુનઃ પુનઃ એક જ વાત કહી છે કે, 'જીવન અમૂલ્ય હોવાથી એક પળનો પણ પ્રમાદ કરવો નહીં.' જીવનની પ્રત્યેક ક્ષણ કિંમતી છે. પરલોકને બદલે આ લોકનો વિચાર કરો.

સૂત્રકૃતાંગ નામના આગમમાં કહ્યું છે કે, 'તમે આ જીવનને સમજો, કેમ સમજતા નથી? મૃત્યુ પછી પરલોકમાં સંબોધિ મળવી અશક્ય છે. જેમ વીતી ગયેલી રાત ફરી પાછી આવતી નથી એવી રીતે મનુષ્યનું વીતી ગયેલું જીવન ફરીથી હાથ લાગતું નથી. આનો અર્થ એ કે સંબોધિની પ્રાપ્તિ માટે જીવન આવશ્યક છે.

હેન્રી ડબલ્યુ. લોંગફેલોના એ શબ્દો યાદ આવે,

'Life is real ! Life is earnest !

And the grave is not its goal !

'Moden man in search of a soul.'

'જીવન સત્ય છે, જીવન મહત્ત્વપૂર્વ છે અને મૃત્યુ એનું લક્ષ નથી.'

ભારતીય તત્ત્વજ્ઞાન પર દૃષ્ટિપાત કરીએ તો એનો આધ્યાત્મ માનવીને જીવનની વિશેષતા અને અમૂલ્યતા દર્શાવે છે. માનવીને જીવનની મૂલ્યવત્તા સમજાવે છે.

આધુનિક વિશ્વના પ્રસિદ્ધ મનોચિકિત્સક ડૉ. કાર્લ જુંગનું સ્મરણ થાય છે. પોતાના પુસ્તક 'Moden man in search of a soul.'માં લખે છે : 'છેલ્લાં ત્રીસ વર્ષમાં વિશ્વના બધા સભ્ય દેશોના નાગરિકોએ મારી પાસે એમનો ઉપચાર કરાવ્યો છે. મેં પણ કેટલાયને સલાહ-સૂચનો કર્યાં છે. મારા સઘળા દર્દીઓમાં પાંત્રીસ વર્ષથી મોટી વયના એટલે કે જિંદગીના બીજા તબક્કામાં હતા. તેમાંથી એકેય દર્દી એવો નહોતો કે જેની સમસ્યા અંતતઃ જીવન પ્રતિ આધ્યાત્મિક દૃષ્ટિકોણ અપનાવવાની જતી રહી ન હોય. હું એમ કહું તો એ અનુચિત નહીં કહેવાય કે એમાંનો દરેક દર્દી એટલા માટે માનસિક રોગની બીમારીનો શિકાર બન્યો કે એણે જીવન પ્રતિ આધ્યાત્મિક દૃષ્ટિકોણ અપનાવવાની વાત ભૂલાવી દીધી હતી. એ દર્દીઓમાંથી જે એમના જીવનમાં આધ્યાત્મિકતાને વણી ન શક્યા, તે મારી શ્રેષ્ઠ સારવાર છતાં સ્વસ્થ થઈ ન શક્યા.''

'जीवन धारा सुन्दर प्रवाह
सात, सतत, प्रकाश सुखद अथाह'

''આપણું જીવન એ તો વિશ્વની સંપત્તિ છે.'' – જયશંકર પ્રસાદ

આપણા દેશનો અધ્યાત્મ તો વિશ્વને માટે પ્રેરક ને માર્ગદર્શક છે, ત્યારે આપઘાતના આ ઉપાયોમાં એક ઉપાયરૂપે અધ્યાત્મિકવૃત્તિનો વિચાર કરવો જોઈએ. આવી આધ્યાત્મિકવૃત્તિ વિષાદની તીવ્રતા, જીવનની એકલતા, ક્રોધની પ્રબળતા અને આઘાતની પરિસ્થિતિમાં માનવીને સાક્ષીભાવથી કે સ્થિતપ્રજ્ઞતાથી જીવતા શીખવે છે. એ અધ્યાત્મનાં બીજ બાલ્યાવસ્થામાં રોપાય, તો આપણને આદિ શંકરાચાર્ય, કલિકાલસર્વજ્ઞ, હેમચંદ્રાચાર્ય કે મહાત્મા ગાંધી મળી શકે.

જૈન ધર્મના સંદર્ભમાં આ સમસ્યાના નિવારણ વિશે વિચારીએ. જૈનદર્શને મનુષ્યજન્મની દુર્લભતા બતાવી છે અને સાથોસાથ એ અમૂલ્ય છે એમ વારંવાર કહ્યું છે. જીવનમાં જે ચાર વસ્તુઓ અત્યંત દુર્લભ છે, તેમાં સૌપ્રથમ તો મનુષ્યજન્મ છે એ પછી આવે છે શાસ્ત્રશ્રવણ, ધર્મશ્રદ્ધા અને આત્મબળ.

આવા મનુષ્યજન્મમાં વ્યક્તિથી ભૂલ, દોષ કે પાપ થઈ જાય તેવી શક્યતાઓ હોય છે. એ સંદર્ભમાં જૈન આગમ શ્રી દશવૈકાલિક સૂત્ર (૮/૩૧) કહે છે કે 'જાણતાં કે અજાણતાં કોઈ અધમ કાર્ય થઈ જાય તો પોતાના આત્માને તરત એમાંથી

હટાવી લેવો અને ત્યાર પછી બીજી વાર એવું કાર્ય ન કરવું'.

આ આત્મહત્યા વ્યક્તિ કઈ રીતે કરતી હોય છે અથવા તો પોતાના જીલનનોઅંત અણધાર્યો કેવી રીતે આવતો હોય છે એ વિશે જૈન ધર્મમાં બાળમરણના બાર ભેદ દર્શાવવામાં આવ્યા છે. અને ભગવાન મહાવીરનો અંતિમ ઉપદેશ 'શ્રી ઉત્તરાધ્યયન સૂત્ર' નામના આગમ ગ્રંથમાં તે દર્શાવ્યાં છે. તેમાં કઈ કઈ રીતે આવા મૃત્યુ થતાં હોય છે એનું સૂક્ષ્મ અવલોકન મળે છે.

બાર પ્રકારના બાળમરણ આ પ્રમાણે છે. (૧) વલય મરણ - ગળું મરડીને મરવું (૨) વશાર્ત મરણ - તરફડતા તરફડતા મરવું. વિષયોને વશ થઈને, રિબાઈને મરવું (૩) અન્તઃશલ્યમરણ - શરીરમાં કોઈ તીક્ષ્ણ શસ્ત્ર ઘુસાડીને મરવું અથવા સન્માર્ગથી ભ્રષ્ટ થઈ મરવું (૪) તદ્‌ભવમરણ - મરીને તે જ ભવમાં જન્મ લેવા માટે મરવું (૫) ગિરિપતન - પર્વત પરથી પડીને મરવું (૬) તરુપતન - ઝાડ પરથી પડીને મરણ (૭) જલપ્રવેશ - પાણીમાં ડૂબીને મરવું (૮) જ્વલન પ્રવેશ - અગ્નિમાં બળીને મરવું (૯) વિષભક્ષણ (૧૦) શસ્ત્રાવપાટન - શસ્ત્રઘાતથી મરવું (૧૧) વૈહાનસન મરણ - ગળામાં ફાંસો ખાઈને અથવા વૃક્ષ આદિ પર લટકીને મરવું (૧૨) ગૃદ્ધ સ્પૃષ્ટમરણ - ગીધ આદિ પક્ષીઓને શરીરાવયોનું માંસ ખવડાવીને મરવું.

મરણના ત્રણ પ્રકાર છે, બાલમરણ, પંડિત મરણ અને સમાધિમરણ. આ બાલમરણ વિશે ધર્મગ્રંથો કહે છે કે, આવી રીતે મરણ પામનાર વ્યક્તિને અનંતવાર નારકભવો પ્રાપ્ત કરવા પડે છે અને અનંત, તિર્યંચ (પશુપક્ષી), મનુષ્ય અને દેવભવોને પણ પ્રાપ્ત કરતો રહે છે. એનો અર્થ એવો કે સંસારરૂપી વનમાં એ વારંવાર પરિભ્રમણ કરતો રહે છે. એનું ભવભ્રમણ વધી જાય છે અર્થાત્ આત્મઘાતથી આ જીવનનો અંત આણી શકાય છે, પરંતુ આવી રીતે મૃત્મુ પામતી વ્યક્તિને અનંતભવો લેવા પડતા હોવાથી એના સંસારનો અંત આવતો નથી, પરંતુ હકીકતમાં તો એ પોતાના સંસારને વધારે છે.

બીજી વાત એ છે કે જૈનદર્શને મનુષ્યભવની દુર્લભતાની વાત અનેક દૃષ્ટાંતો દ્વારા પ્રગટ કરી છે. જીવની ચાર ગતિ છે. મનુષ્ય, તિર્યંચ, દેવતા અને નારકી. આ ચારેય ગતિની પરિસ્થિતિને ગણિતની સંજ્ઞાથી દર્શાવવામાં આવી છે. જેમ કે

મનુષ્યની વસ્તી સંખ્યાતા એટલે કે એની સંખ્યા ગણી શકાય એવી છે. દેવતા અને નારકીના જીવો અસંખ્યાતા છે અને તિર્યંચ (પશુ-પક્ષી) ગતિના જીવો અનંત છે જો મનુષ્યગતિના જીવો પોતાનું આયુષ્ય બરાબર વાપરે નહીં એટલે કે સારાં કર્મો કરે નહીં, તો એ તિર્યંચ ગતિમાં ઉત્પન્ન થઈ શકે છે, દેવગતિ અને નરકગતિમાં પણ ઉત્પન્ન થાય છે, જ્યારે સામે પક્ષે એક મનુષ્યગતિ જ એવી છે કે જે મોક્ષગતિ આપી શકે છે. ચાર ગતિના જીવો જ્યાં સુધી પાંચમી મોક્ષગતિ પામતા નથી, ત્યાં સુધી એક ગતિમાંથી બીજી ગતિમાં પરિભ્રમણ કરી શકે છે.

મનુષ્યભવની દુર્લભતા બતાવતા કહેવાયું છે કે, આગિયા અને વીજળીના પ્રકાશ જેવો અત્યંત ચંચળ આ મનુષ્યભવ અગાધ સંસારરૂપી સમુદ્રમાં જો સરી પડશે તો ફરીથી પ્રાપ્ત થવો અત્યંત દુર્લભ છે. જીવનું પરમલક્ષ્ય એ સંસાર પરિભ્રમણમાંથી મુક્તિ છે અર્થાત્ મોક્ષપ્રાપ્તિ છે. કેવળજ્ઞાન વગર મોક્ષ નથી અને કેવળજ્ઞાન માત્ર મનુષ્યગતિમાં જ શક્ય છે.

આમ મોક્ષ એ અંતિમ પ્રાપ્તિની વાત હોવાથી એ સૌથી મહત્ત્વનું ગણાય, પરમ સાધ્ય ગણાય, સર્વોચ્ચ સ્થિતિ ગણાય અને આ મોક્ષ માત્ર મનુષ્યભવમાં જ પામી શકાય છે. મનુષ્યભવ વિના મોક્ષ શક્ય નથી. વળી મનુષ્યજન્મ પણ અત્યંત દુર્લભ છે. વ્યક્તિ ધીરે ધીરે પોતાનાં કર્મનો ક્ષય કરતા કરતા સિદ્ધિને પ્રાપ્ત કરીને લાંબા સમય બાદ મનુષ્યજન્મ પ્રાપ્ત કરે છે. આથી ધર્મગ્રંથોમાં મનુષ્યજન્મની દુર્લભતાના અનેક દૃષ્ટાંત મળે છે. દેવલોકના દેવો પણ આ મનુષ્યજન્મની ખેવના રાખતા હોય છે.

હવે જો એવા મનુષ્ય જન્મને જે આવી રીતે ગુમાવી દે છે તે કેવો ? 'સિન્દૂર પ્રકરણ' ગ્રંથમાં આવી અજ્ઞાની માનવીની સરળ અને સચોટ સરખામણી કરી છે.

'જે માણસ પ્રમાદને વશ થઈને દુષ્પ્રાપ્ય એવા મનુષ્યજન્મને વ્યર્થ ગુમાવી બેસે છે, તે અજ્ઞાની માણસ સોનાની થાળીમાં માટી ભરી રહ્યો છે. અમૃતથી પગ ધોઈ રહ્યો છે, શ્રેષ્ઠ હાથી ઉપર લાકડાનો ભારો ભરી રહ્યો છે અને કાગડાને ઉડાવવા માટે ચિંતામણિ રત્ન ફેંકી રહ્યો છે.'

આ રીતે આ જીવનનો મહિમા છે અને એથીય વધુ આ જીવનને આત્મહત્યાને માર્ગે વાળનાર વ્યક્તિ એના વર્તમાન જીવનને - એના બાલમરણને કારણે પછીના

ભવમાં આ જ પરિસ્થિતિને પામે છે.

જે પરિસ્થિતિમાં આ ભવમાં સામનો કર્યો અને તેમાં હિંમત હારીને આત્મઘાત કર્યો તો એનું પરિણામ એ આવે છે કે આવતા ભવે પણ એ જ પરિસ્થિતિ એની સામે પડકારરૂપ બનીને ઊભી રહે છે. પ્રણયની નિષ્ફળતા હોય, વ્યવસાયની વિફળતા હોય કે કારમી ગરીબી કે બેકારી હોય, તો જે અનુભવથી એ જીવાતા જીવનમાં ભાગી છૂટ્યો એ જ પરિસ્થિતિ ફરી એના જીવનમાં સર્જાવાની છે.

આથી વ્યક્તિએ આત્મહત્યા કરતાં પૂર્વે વિચારવું જોઈએ કે ફરી એ જ ભવમાં જન્મવાનું કમનસીબ એણે મેળવવું છે? વળી જુદા જુદા ભવો પસાર કર્યા બાદ જીવ મનુષ્યજન્મ પ્રાપ્ત કરે છે તેથી તે અતિ મૂલ્યવાન છે. માનવીની ભીતરમાં એનો આત્મા વસે છે. એના દેહ અને એના મનની પાર એનો આત્મા વસે છે. જૈન ધર્મમાં ભગવાન દેશના (ઉપદેશ) આપતા હોય, ત્યારે દેવો સમવસરણની રચના કરતા હોય છે. આ સમવયસરણમાં ત્રણ ગઢ હોય છે. ધર્મગ્રંથો કહે છે કે પહેલો ગઢ રૂપાનો રચીને ઉપર સોનાના કાંગરા બનાવે છે. બીજો ગઢ સુવર્ણનો બનાવીને એના પર રત્નના કાંગરા રચે છે અને ત્રીજો ગઢ વિવિધ રત્નોથી જડિત હોય છે અને એના કાંગરા મણિના બનાવે છે. આ ત્રણેય ગઢ પછી તીર્થંકર બિરાજમાન થયેલા હોય છે. આ રીતે જોઈએ તો વ્યક્તિ પહેલાં દેહ, પછી મન અને ત્યારબાદ આત્માના ગઢને પાર કરે, પછી જ પરમાત્માના દર્શન પામી શકે. દેહની પીડા અને મનની વ્યથાને પાર જાય પછી જ એ પોતાના આત્માને પામે છે, જાણે છે ને અનુભવે છે.

આ આત્મા શુદ્ધ, શાશ્વત, સચ્ચિદાનંદ સ્વરૂપ, સહજાનંદી અને જ્ઞાતાદૃષ્ટાપણે રહેવાના સ્વભાવવાળો છે. દેહ અને આત્માના જુદાપણાનો - ભેદનો - આમાં અનુભવ હોય છે. અર્થાત્ દેહની પીડા આત્માને સહેજે સ્પર્શતી નથી. સાધક સતત વિચારે છે કે હું દેહાદિથી ભિન્ન શુદ્ધ ચૈતન્યસ્વરૂપ છું. આ રીતે જે આત્માને જાણે છે તે દેહ અને મનની પીડાને અળગી રાખી શકે છે. આપણે એવાં ઘણાં દૃષ્ટાંતો જોયાં છે કે જ્યારે સંતો પર આપત્તિનો વરસાદ વરસતો હોય તેમ છતાં તેમની દૃષ્ટિ આત્મા પર હોવાથી પ્રતિકૂળતા એમની અનુકૂળતા બની જાય છે. એવી પણ ઘટનાઓ જાણીએ છીએ કે જ્યારે કોઈને દેહની અસહ્ય પીડા થતી હોય તેમ છતાં

એ પીડાથી પોતાની જાતને અલિપ્ત રાખીને આત્મામાં, આનંદમાં ડૂબેલા હોય છે.

જૈનદર્શન કહે છે કે, મારો આત્મા જ સુખ-દુઃખનો કર્તા તેમ જ તેને ઉત્પન્ન કરનાર છે અને તે જ સુખ અને દુઃખનો વિકર્તા એટલે કે તેનો ક્ષય કરનાર છે. સદાચારમાં પ્રવૃત્ત આત્મા મિત્ર છે અને આથી જ આત્મસ્વરૂપને વ્યક્તિ જુએ ત્યારે કેવો અનુભવ થાય છે.

જે દશ્ય તે હું સ્વરૂપ નથી, અદશ્ય સ્વરૂપ મ્હારું,
સ્વબુદ્ધિ છોડી આ સહુમાં, નિજ ચેતન શરણ ગ્રહું.

જૈન દર્શનની દૃષ્ટિએ આત્મા અનંત શક્તિનો કુંભ છે અને તેથી એ અનંત શક્તિની પ્રાપ્તિને કારણે વ્યક્તિએ બાહ્ય પરિસ્થિતિની વિપરિતતાને છોડીને ભીતરની પરિસ્થિતિની પ્રસન્નતાનો આનંદ મેળવવો જોઈએ. આજે વર્તમાન યુગમાં પણ આપણે જોઈએ છીએ કે અઢળક વૈભવ, સમૃદ્ધિ અને સઘળા ભૌતિક સુખોને ત્યજીને ઉત્તમ જીવો સંયમનો (દીક્ષાનો) માર્ગ સ્વીકારે છે. કદાચ આરંભમાં થોડોક દુઃખરૂપ લાગતો સંયમ પરિણામે શાશ્વત સુખને આપનાર છે તેવું શ્રદ્ધાનું બળ તેમની પાસે છે અને તેથી જ સંયમયાં સુખનો અનુભવ થાય છે.

હવે તમે વિચાર કરો કે વ્યક્તિ પોતાના વ્યવહારિક જીવનથી વ્યથિત થઈને આત્મહત્યાના માર્ગે જતી હોય, પ્રણયની નિષ્ફળતાને કારણે આત્મહત્યા કરતી હોય, આર્થિક મુશ્કેલીઓ કે પછી રોગની જીવલેણ પીડાને કારણે આ માર્ગે જતી હોય ત્યારે જો એ એની આ પરિસ્થિતિની ક્ષણિકતા અને ચંચળતા જુએ તો એને ખ્યાલ આવે કે મારે ખરી ચિંતા તો મારા આત્માની કરવાની છે. આત્માને લાગેલાં કર્મોનો નાશ કરવાની છે અને એ રીતે આવું આત્મહત્યાનું પગલું લેતાં અટકી પણ શકે છે.

જૈનદર્શનનો એક બીજા વિચાર અહીં કારગત નીવડે તેમ છે. સૂત્રકૃતાંગ નામના આગમમાં કહ્યું છે,

'તમે આ જીવનને સમજો ! કેમ સમજતા નથી ? મૃત્યુ પછી પરલોકમાં સંબોધિ મેળવવી અશક્ય છે. જેમ વીતી ગયેલી રાત ફરી પાછી આવતી નથી, એવી રીતે મનુષ્યનું વીતી ગયેલું જીવન ફરીથી હાથ લાગતું નથી.'

આવે સમયે હેન્રી ડબલ્યુ લોંગફેલોના એ શબ્દો યાદ કરીએ કે, 'જીવન સત્ય છે, મહત્ત્વપૂર્ણ છે અને કબર તેનું લક્ષ્ય નથી.'

અથવા તો હિંદીના પ્રસિદ્ધ કવિ જયશંકર પ્રસાદ કહે છે,

'जीवन धारा सुन्दर प्रवाह
सात, सतत, प्रकाश सुखद अथाह'

આ રીતે જો વ્યક્તિમાં આત્મદૃષ્ટિ કેળવાય તો આત્મહત્યા કરવાના ઘણાં કારણોથી એ નિવારણ મેળવી શકે છે. એક ત્રીજી વાત છે આત્મબળની. જૈનદર્શનમાં કહ્યું છે કે, તું જ તારો ભાગ્યવિધાતા છે. તારાં કર્મો જ તારા જીવનને ઘડે કે બગાડે છે. વળી એમાં માનવશક્તિનો મહિમા છે. સંગમ જેવો દેવ પણ ભગવાન મહાવીરને નમે છે. એનો અર્થ એ કે દેવ કરતાં પણ માનવ મોટો છે, જો એ માનવતા આચરે તો. વ્યક્તિમાં આવું આત્મબળ હોયતો એ સંજોગોની સામે લડશે, વિપત્તિઓ સામે ઝઝૂમશે, આફતોની સામે કેસરિયાં કરશે, પરંતુ એ પરિસ્થિતિની આગળ ઝૂકી નહીં જાય. આનો અર્થ એ થયો કે એ પોતે જ પોતાના જીવનનો ભાગ્યવિધાતા હોવાથી પોતાના જીવનને-સંજોગોને ઘડનારું એક મહત્ત્વનું પરિબળ માનશે. પરિણામે ક્યારેક આવતી હતાશા, નિરાશા, વેદના કે વ્યથાને શરણે જવાને બદલે એનો સામનો કરશે.

આ રીતે આત્માની ઓળખ મળે, અધ્યાત્મની દૃષ્ટિ પ્રાપ્ત થાય અને ભીતરમાં પોતીકું આત્મબળ જાગે તો આત્મહત્યાનું નિવારણ થઈ શકે.

તાજેતરનો સર્વે કહે છે કે આત્માઘાતની ઘટનાઓ સૌથી વધુ ૧૫થી ૧૯ વર્ષ વચ્ચેના યુવાનોમાં જોવા મળે છે. એમાં પણ પરીક્ષાના પ્રશ્નપત્રમાં બરાબર ઉત્તરો અપાયા નથી એમ લાગતા યુવાન આત્મહત્યાના માર્ગે વળે છે. પરીક્ષાનું પરિણામ ધાર્યું હોય તેટલું સારું નહીં આવે, તેમ માનીને યુવાનો આત્મહત્યા કરતા હોય છે અને એવા કિસ્સાઓમાં ઘણીવાર એવું પણ બનતું હોય છે કે આત્મહત્યા કરનાર યુવાનનું પરિણામ ઘણું સારું આવતું હોય છે. પરંતુ કેટલાક લોકો ઇન્ટરવલમાં જ પિક્ચર છોડીને જતા રહે છે. હકીકમાં એ પછી જ પિક્ચરની ખરી મજા અને રોમાંચ આવતાં હોય છે. એવી રીતે આ યુવકો જીવનના ઇન્ટરવલમાં જ આત્મહત્યાનો

માર્ગ અપનાવતા હોય છે ! ક્યારેક પરીક્ષામાં ધારેલું પરિણામ ન આવતાં કે ઇચ્છેલી કૉલેજમાં પ્રવેશ ન મળતાં પણ યુવાનો આત્મહત્યા કરે છે.

હકીકતમાં યુવાનોને એક વિશિષ્ટ પ્રકારનું શિક્ષણ આપવું જોઈએ અને એ શિક્ષણ છે અધ્યાત્મનું. કદાચ આજના યુગમાં આવા શિક્ષણની બહુ ઓછા લોકોએ કલ્પના કરી હોય કે જે પરીક્ષાલક્ષી કે ડિગ્રીદાયી ન હોય ! કેટલીક સ્કૂલોમાં ધાર્મિક શિક્ષણના રૂપમાં આવું શિક્ષણ આપવાનો પ્રયાસ થાય છે. કૉન્વેન્ટની સ્કૂલોમાં ખ્રિસ્તી ધર્મના પાઠોની સાથે આવી આધ્યાત્મિકતા પર ભાર મૂકવામાં આવે છે. જૈન ધર્મના તેરાપંથ સંપ્રદાયે 'જીવનવિજ્ઞાન' નામે એક અભ્યાસક્રમ ઘડીને આવો પ્રયત્ન કર્યો છે, પરંતુ આપણું શિક્ષણ વધુ ને વધુ માહિતીલક્ષી, પરીક્ષાલક્ષી અને પરિણામલક્ષી બની ગયું છે, તેથી પહેલી વાત તો એ છે કે આ યુવાનોને એમનામાં રહેલા આત્માની કોઈ ઓળખ આપતું નથી. આપણું દુર્ભાગ્ય એ છે કે ધર્મ અને અધ્યાત્મને જીવનના છેડે મૂકીને આપણે સંસ્કૃતિના મૂળિયાં ધરતીમાંથી ઊખેડી નાખ્યાં છે.

બાકી કોઈ 'મનુસ્મૃતિ' જેવા ગ્રંથનું એ વચન શીખવે કે 'જેણે આત્માને સંતોષ્યો છે, તેને યમ પણ કશું કરી શકતો નથી.' બાઈબલ ભલે એમ કહે છે કે તમે ઈશ્વરનું મંદિર છો, પણ હકીકતમાં મંદિરમાં બિરાજેલા આત્માથી આજનો યુવાન સર્વથા અજ્ઞાત છે. આપણે એને એની પરિચિત દુનિયામાં જીવતો રાખ્યો છે. હાથમાં નાકડો મોબાઈલ આપીને દુનિયાભરની બાહ્ય પરિસ્થિતિઓ એની આંગળીના ટેરવે હાજર કરી દીધી છે, પરંતુ એની પાસે ભીતરને જોવાની દૃષ્ટિ નથી અને હકીકતમાં એ ભીતરને જોશે નહીં ત્યાં સુધી કાં તો એ પોતાની જાતથી અજાણ રહેશે અથવા તો પોતાના ભીતરી વ્યક્તિત્વથી ભાગતો રહેશે. એને ક્યાંક સુખ દેખાશે, ક્યાંક દુઃખ દેખાશે, સુખ પણ એનામાં ઉત્તેજના ઉત્પન્ન કરશે અને દુઃખ એનામાં હતાશા ઉત્પન્ન કરશે, પરંતુ સુખ અને દુઃખને પાર એવા એના આત્મામાં વસતા અધ્યાત્મથી એ સર્વથા અજ્ઞાન છે. એની ભીતરમાં એ પહોંચી શકતો નથી અને બાહ્ય પદની આકાંક્ષાઓ, ઇચ્છાઓ અને વૃત્તિઓને કારણે એ પોતાના ભીતરને જાણી શકતો નથી. આથી જીવનના દરેક પ્રસંગોએ એ એક પ્રકારનું 'ટેન્શન' અનુભવે છે.

આ સમયે સ્મરણ થાય છે કે સ્વામી વિવેકાનંદે એમ કહ્યું કે, આધ્યાત્મિકતાનો

પહેલો પાઠ એ છે કે ફૂટબોલ રમો. યોગી અરવિંદે કહ્યું છે કે, મનુષ્ય પોતે પોતાની જાતને શોધીને જ જગતને બચાવી શકશે, પણ આ જાતને જોઇને જીતવાની દૃષ્ટિ કેળવવી પડે. જીવનમાં આવતાં સુખ અને દુઃખ એ લોલક સમાન છે. સુખ આવતાં એ જમણી બાજુ છેડે પહોંચી જશે અને દુઃખ આવતાં એ ડાબી બાજુના છેડે પહોંચી જશે. એ વચ્ચે રહેશે નહીં અને તેથી એના જીવનમાં સુખ અને દુઃખ, આનંદ અને વેદના, ભય અને વિષાદ - એ બધા એના પર પોતાની છાપ પાડતાં હોય છે, પરંતુ જો આ ઘૂમતા લોલકને સ્થિર રાખે એટલે કે જાગૃતિ કેળવે તો એ જીવનના આ બધા ઝંઝાવાતોને જોઈ શકે છે અને એનાથી એ સહેજે હતપ્રત થતો નથી.

વ્યક્તિ ભિતર બણી જાય છે, ત્યારે એક મોટું પરિવર્તન સધાય છે. આજે વિજ્ઞાન અને ટૅક્નોલૉજી પ્રગતિની હરણફાળ ભરી રહ્યાં છે. તમે માનવહૃદયને ટ્રાન્સપ્લાન્ટ કરી શકશો, પણ એ હૃદયમાં કોઈ યંત્રથી તમે પ્રેમ અને કરુણાની ભાવના નહીં મૂકી શકો. એ તો તમારે તમારા જીવનમાંથી જ પેદા કરવાની છે. તમે કોઈ રસ્તામાં રખડતો-ફરતો મુફલિસ માણસ, જેને રોડપતિ કહો છો એ રોડપતિને કરોડપતિ બનાવી શકશો, પણ એનામાં શીલ અન સૌજન્યની સુવાસ નહીં મૂકી શકો અને એટલે જ વર્તમાન વિશ્વને સૌથી મોટી આવશ્યકતા અધ્યાત્મની છે.

આપણે દુર્ભાગ્યે અધ્યાત્મને કાઈ ઘરડા માણસની ચીજ માની છે. માણસ વૃદ્ધ થાય, કશું કામ રહે નહીં અને ત્યારે એણે આ અધ્યાત્મનો વિચાર કરવો જાઈએ એમ વિચારીએ છીએ. વાસ્તવિકતા એ છે કે ઘણા મહાન આધ્યાત્મિક પુરુષો - એ સ્વામી વિવેકાનંદ હોય, આદિ શંકારાચાર્ય હોય કે શ્રીમદ્ રાજચંદ્ર હોય - એમનામાં આધ્યાત્મિકતાનો પ્રાદુર્ભાવ ઘણી નાની વયે થયો હતો અને તેઓ આધ્યાત્મિકતાની પરમકોટિ સુધી પહોંચ્યા હતા.

માણસે જોયું કે સાધનસંપન્ન થવાથી સુખ નથી મળતું. તમારી પાસે સાઈકલ હોય એટલે સાઇકલ જોવાને બદલે આપણી નજર જાય છે કે ઓહો, પેલો સ્કૂટર પર ફરે છે, આપણે પાસે સ્કૂટર હોય તો મજા આવી જાય. સ્કૂટર હોય તેને થાય કે ઓહ ! માત્ર સ્કૂટર છે, બહુ મજા નથી. ગાડી જોઈએ. ગાડી હોય તો એમ થાય કે ગાડી તો છે, પણ નવા મૉડેલવાળી ગાડી જોઈએ ને આપણી તો સાવ ખખડધજ થઈ ગઈ છે, જેમાં બેઠા છીએ એની મજા આવતી નથી. જીવનનો આનંદ ખોઈ

બઠા છીએ. આપણા ધર્મગ્રંથોએ બહુ સરસ વાત કરી કે, વસ્તુમાં કદી સુખ નથી. આપણે વસ્તુમાં જ સુખ માનીને બેઠા અને પરિણામે સાચા સુખથી વંચિત રહ્યા.

એન્ડ્રુ કાર્નેગી માટે કહેવાય છે કે, દુનિયાનો કરોડપતિ માણસ. મૃત્યુ પહેલાં ત્રણ દિવસે એને વિચાર આવ્યો કે, આ મારી સેક્રેટરી મારા ચેક લખતી વખતે કેવું વિચારતી હશે ! એનો પગાર ભલે ત્રણ હજાર ડૉલર હોય પણ ચેક લખે છે ત્રણ લાખ ને ત્રીસ લાખ કે એક કરોડ ડૉલરનો ! કાર્નેગીએ એને પૂછયું કે, 'તારો પગાર ત્રણ હજાર ડૉલર છે, પણ તું આટલા મોટા મોટા ચેક લખે છે ત્યારે તારા મનમાં તું જરૂર ભગવાનને પ્રાર્થના કરતી હોઈશ કે આવતો ભવ બસ કાર્નેગી જેવો જ આપજે, ખરું ને ?'

સેક્રેટરીએ ના પાડતાં કહ્યું કે, 'હું તો ભગવાનને એટલી પ્રાર્થના કરું છું કે, આવતા ભવે ગમે તે ભવ આપજે, પણ તમારા જેવો ભવ ન આપે !' કાર્નેગીએ કહ્યું, 'કેમ, આવું કેમ કહે છે?' સેક્રેટરીએ કહ્યું કે, 'તમે ન તો ધરાઈને ખાઈ શકો છો, ન તો સુઈ શકો છો, ન તો શાંતિથી બેસી શકો છો, ન તો ચિત્તની શાંતિ છે તમારી પાસે. આ અકળામણ, આ દોડધામ, આ વેદના, આ વ્યથા, આ લોલુપતા, આ લાલસા, આ લિપ્સા આ બધું કેટકેટલું તમારા ચિત્તમાં અને વ્યવહારમાં ચાલ્યા કરે છે ! એટલે હું તો ભગવાનને કહું છું કે, હે પ્રભુ ! આ એક કરોડ ડૉલર ન જોઈએ. આપણે તોત્રણ હજારવાળી નોકરી જ બરબર છે. આપવું હોય તો એ જ આપજે.'

આજે માણસ સાધનસંપન્ન થયો, પણ એણે સાધનાસંપન્ન થવાની જરૂર છે, કારણ કે જીવનનનો આનંદ ભીતરમાંથી પ્રગટતો હોય છે. આનંદ કંઈ બહારથી વેચાતી, ઊછીની ખરીદી શકાય તેવી વસ્તુ નથી. આપણું જીવન અલ્પવિરામ છે, એમાં અધ્યાત્મ ભળે ત્યારે જ પૂર્ણવિરામ થાય. જીવનનું સાચું પૂર્ણવિરામ ત્યારે જ આવે કે જ્યારે વ્યક્તિ સ્વયંમાં આધ્યાત્મિકતાનો અનુભવ કરે. એનું પહેલું સોપાન છે વર્તમાન પ્રત્યે જાગરણ. આપણે વર્તમાન, ફરિયાદોના બોજ સાથે જીવીએ છીએ. સત્કાર-સમારંભમાંથી બહાર નીકળતા કે સ્મશાનમાં સમય વીતાવતા માનવીની વાત સાંભળજો. અનેક વાનગીઓ આરોગ્યા પછી સત્કાર-સમારંભમાંથી બહાર નીકળતી વખતે ચટણી ખાટી હોવાની ફરિયાદ સાંભળવા મળે. આ માણસને ન દૂધપાક

દેખાયો, ન ગુલાબજાંબુ નજરે પડ્યા, ફરસાણ સાવ વિસરી ગયો. માત્ર ચટણી જ દેખાઈ. કોણ જાણે કેમ, આપણે જીવનમાં નકારાત્મક બાબતો એટલી બધી વાગોળતા ગયા કે આપણો અભિગમ જ નકારાત્મક બની ગયો છે.

અધ્યાત્મથી એનામાં એક પ્રકારની સૂઝ અને સમજ જાગે છે. એ વિચારી શકે છે કે પરીક્ષાનું કોઈ પણ પરિણામ એ આખરી હોતું નથી, સમર્થ કાર્ટૂનિસ્ટ આર. કે. લક્ષ્મણ અને ગીતકાર ગુલઝાર જેવાએ પણ પરીક્ષામાં નિષ્ફળતા મેળવી છે, તો જગતમાં શ્રીનિવાસ રામાનુજમ, થોમસ આલ્વા એડિસન, આલ્બર્ટ આઇન્ટાઇન, વિન્સ્ટન ચર્ચિલ, લાલ બહાદુર શાસ્ત્રી જેવા કેટલાક લોકોએ પાર કરી છે. આથી આપઘાત કરીને વ્યક્તિ પોતાના આવતી કાલના સફળ અને યશસ્વી જીવનનું ગળું ટૂંપી દે છે. આ બધા માટે આવશ્યક છે આત્માની ઓળખ, અધ્યાત્મની દૃષ્ટિ અને આત્મબળનો પ્રાદુર્ભાવ. વાત છે નવી, પ્રક્રિયા છે જુદી, પણ પ્રયાસ કરવા જેવી તો ખરી જ.

(આંતરરાષ્ટ્રીય ખ્યાતિપ્રાપ્ત ડૉ. કુમારપાળ દેસાઈનાં ૧૦૦ જેટલાં પુસ્તકો પ્રગટ થયાં છે તેઓના દેશ-વિદેશમાં સફળ પ્રવચનો યોજાય છે. ગુજરાત સમાચારા વરિષ્ઠ કટારલેખક, ગુજરાત વિશ્વકોશ અને જૈન વિશ્વકોશના સંપાદક છે).

◎

૩

જૈન કથાઓની પ્રેરણા દ્વારા સાંપ્રત સમસ્યાઓનું સમાધાન

ડૉ. કાંતિભાઈ બી. શાહ

જૈન કથાનુયોગ અને એની વ્યાપકતા :

આગમકથિત કોઈ પણ તત્ત્વને – પદાર્થને જાણવાના દૃષ્ટિકોણને આપણે 'અનુયોગ' શબ્દથી ઓળખીએ છીએ. પ્રભુજીની જે વાણી પર્ષદામાં કહેવાઈ એને ગણધરોએ સૂત્રબોદ્ધ કરી. એ સઘન સૂત્રોને અનુસરીને જે અર્થબોધ – મર્મબોધ ગીતાર્થો દ્વારા આપણને પ્રાપ્ત થયો તે અનુયોગ.

અનુયોગ ચાર પ્રકારના છે. ૧) ચરણકરણાનુયોગ, ૨) દ્રવ્યાનુયોગ, ૩)ગણિતાનુયોગ અને ૪) ધર્મકથાનુયોગ. સમય જતાં આ વર્ગીકરણને અનુસરીને આપણા આગમોમાં કોઈ એક અનુયોગની પ્રધાનતા સ્થાપિત કરવામાં આવી. જેમ કે 'આચારાંગ'માં ચરણકરણાનુયોગ, 'સ્થાનાંગ'માં દ્રવ્યાનુયોગ, 'સૂર્યપ્રજ્ઞપ્તિ' અને 'ચંદ્રપ્રજ્ઞપ્તિ'માં ગણિતાનુયોગ અને છઠ્ઠા 'જ્ઞાતાધર્મકથાંગ'માં ધર્મકથાનુયોગની મુખ્યતા સ્થાપિત થઈ. દૃષ્ટાંતરૂપે મળતી ધર્મકથાઓ દ્વારા પ્રાપ્ત થતો અર્થબોધ તે ધર્મકથાનુયોગ.

'જ્ઞાનાધર્મકથાંગ'ના પ્રથમ શ્રુતસ્કંધનાં ૧૯ અધ્યયનોમાં મેઘકુમાર, તેતલિસુત, દ્રૌપદી, ૧૯મા સ્ત્રીતીર્થંકર મલ્લિનાથની, ચાર વણિક પુત્રવધૂઓની કથાઓ તેમ જ કાચબો, મોરનાં ઇંડાં, તૂંબડાની કથાઓ જેવી લઘુ દૃષ્ટાંતકથાઓ મળે છે આ છઠ્ઠા 'જ્ઞાતાધર્મકથાંગ' ઉપરાંત અન્ય આગમોમાં પણ નાની-મોટી ધર્મકથાઓ-ચરિત્રકથાનકો

તો મળે જ છે. 'ભગવતી સૂત્ર'માં જમાલિ અને ગોશાલકનાં, અર્જુનમાલી, સુદર્શન વ. નાં, 'અનુત્તરોપપાતિકદશા'માં અનુત્તર દેવલોક મેળવી શકેલા અભયકુમાર, ધન્યકુમારનાં ચરિત્રકથાનકો છે. ૧૧મા અંગ 'વિપાકસૂત્ર'માં વેપારીઓ, શિકારીઓ, અમલદારોના સદ્દાચાર - અનાચારનાં પરિણામો દર્શાવતી કથાઓ છે. 'ઉત્તરાધ્યયન સૂત્ર' તો થોકબંધ કથાઓથી સમૃદ્ધ છે. અનાથમુનિ, સ્થૂલભદ્ર, નેમ-રાજુલ, રથનેમિ તેમ જ પ્રત્યેક બુદ્ધોનાં કથાનકો છે.

આ તો થઈ આગમગ્રંથોમાં આવતી કથાઓની વાત, એ પછી સમયાંતરે આ આગમગ્રંથો પર રચાયેલ નિર્યુક્તિઓ, ભાષ્યો, વૃત્તિગ્રંથો તેમજ આગમેતર ધર્મગ્રંથોમાં આ કથાસ્રોત મહાસાગરરૂપે વિસ્તરેલો જોવા મળે છે. 'ઉત્તરાધ્યયન સૂત્ર' પરના વૃત્તિગ્રંથો, 'નંદીસૂત્ર' પરની મલયગિરિની 'નંદી અધ્યયનવૃત્તિ', ધર્મદાસગણિની 'ઉપદેશમાલા', હરિભ્રદ્રસૂરિનો 'ઉપદેશપદ' ગ્રંથ, જયકીર્તિસૂરિની 'શીલોપદેશમાલા', મલધારી હેમચંદ્રસૂરિનુ 'પુષ્પમાલા પ્રકરણ', શાતિસૂરિનું 'ધર્મરત્ન પ્રકરણ', સિદ્ધર્ષિગણિની 'હેયોપાદેયટીકા', સોમતિલકસૂરિની 'શીલતરંગિણી વૃત્તિ', હેમેચંદ્રાચાર્યનો 'યોગશાસ્ત્ર' ગ્રંથ એની સ્વોપજ્ઞ ટીકા - આ બધા ગ્રંથો કથાનુયોગથી છલકાઈ રહ્યા છે.

વળી, કેટલાક સંસ્કૃત-પ્રાકૃત ગ્રંથોને તો કથાકોશ જ કહેવા પડે. જેવા કે વિમલસૂરિનું 'પઉમચરિયં', હરિષેણનો 'બૃહત્કથાકોશ', જિનસેનનું 'હરિવંશપુરાણ', હેમચંદ્રાચાર્યનું 'ત્રિષષ્ટિશલાકા પુરુષચરિત્ર', શુભશીલગણિની 'ભરતેશ્વર - બાહુબલિવૃત્તિ', વિજયલક્ષ્મી કૃત 'ઉપદેશ પ્રાસાદ', આદિ કથાગ્રંથો.

બહુસંખ્ય કથાઓને સંગ્રહતા આ ગ્રંથો ઉપરાંત જૈન પરંપરાની સ્વતંત્ર ધર્મોપદેશના પ્રયોજનવાળી દીર્ઘ કથાત્મક કૃતિઓ પણ સંસ્કૃત-પ્રાકૃતમાં રચાઈ છે. જેવી કે પાદલિપ્તિની 'તરંગવતી', એના સંક્ષેપ સ્વરૂપે રચાયેલી પ્રાકૃત કથા 'તરંગલોલા', હરિભદ્રસૂરિની 'સમરાઈચ્ચ કહા' અને 'ધૂર્તાખ્યાન', સિદ્ધાર્ષિગણિની 'ઉપમિતિ ભવપ્રપંચ કથા', ઉદ્યોતનસૂરિની 'કુવલયમાલા' વગેરે.

આ કથાપ્રવાહ વહેતો વહેતો અપભ્રંશ તેમજ મધ્યકાળની જૂની ગુજરાતી ભાષામાં રચાયેલા થોકબંધ રાસાઓ, પ્રબંધો, પદ્યવાર્તાઓ તેમજ બાલવબોધો અંતર્ગત ગદ્યકથાઓમાં પ્રચુર માત્રામાં વિસ્તરે છે. 'ભરતેશ્વર-બાહબલિ રાસ'ના કર્તા શાલિભદ્રસૂરિથી લઈને લાવણ્યસમય, સહજસુંદર, જયવંતસૂરિ, કુશળલાભ, નયસુંદર,

સમયસુંદર, ઋષભદાસ શ્રાવક, જિનહર્ષ, ઉપા. યશોવિજયજી, જ્ઞાનવિમલ, ઉદયરત્ન, પં. વીરવિજયજી જેવા સર્જકો દ્વારા વિપુલ પ્રમાણમાં કથાત્મક સર્જનો થયાં છે.

જૈન સાધુકવિઓએ બ્રાહ્મણધારાની પુરાણકથાઓને તેમજ લૌકિક કથાધારાને પણ વ્યાપકરૂપે જૈનાવતાર આપ્યો છે. રાયામણ, મહાભારતની જૈન પરંપરા વ્યાપક સ્વરૂપે ઊભી થઈ છે. સાથેસાથે 'સિંહાસન બત્રીશી', 'આરામશોભા', 'માધવાનલ કામકંદલા', 'વિનોદ ચોત્રીસી' જેવી લૌકિક કથાઓ પણ રચાઈ છે.

પ્રયોજન અને પ્રેરણા :

આમ તો કોઈ પણ કલાકૃતિનું પ્રયોજન માનવીના ચિત્તને આનંદ આપવાનું છે. એ રીતે કથાસાહિત્ય રસિક-રંજક હોય; સાથે બોધક પણ હોઈ શકે, પરંતુ દ્દષ્ટાંત સ્વરૂપે કહેવાયેલી આપણી જૈન કથાઓ રંજક હોય કે ન હોય, એ બોધક તો હોય જ છે. દુર્લભતાથી પ્રાપ્ત થયેલા આ મનુષ્યભવને ચરમ લક્ષ્ય તરફ દોરી જતી આ કથાઓ એટલે જ ધર્મકથા કહેવાઈ છે. જૈન કથાનુયોગની મુખ્ય પ્રેરણા નીતિ, સદાચાર અને ધર્મનિષ્ઠ જીવન માટેની છે. શીલ, ચારિત્ર, તપ, સંયમ, વૈરાગ્ય, કષાયત્યાગ, પરિષહ, ગુરુ પ્રત્યેનો વિનય, દેવ-મનુષ્ય-તિર્યંચ-નારકકલોકનાં સ્વરૂપો, રાગ-દ્વેષથી સર્જાતા અનર્થો, કર્મવિપાક - એમ અનેકવિધ પ્રયોજનોવાળી આ ધર્મપ્રેરક કથાઓનું અંતિમ લક્ષ્ય તો છે સંસારભ્રમણમાંથી મુક્તિ.

સાંપ્રત સમયસ્યાઓનું સમાધાન :

જૈન ધર્મકથાઓનો મર્મબોધ કોઈ પણ સ્થળ-કાળમાં શ્વસતા મનુષ્ય માટે પ્રેરણારૂપ બની રહે એમ છે, પરંતુ આ લેખમાં આપણે જોઈશું કે સાંપ્રત સમસ્યાઓના નિવારણાર્થે આ કથાઓ કેવી રીતે પ્રેરક અને સમાધાનકારક બની શકે એમ છે.

યાદવકુળની જાન જોડીને રાજુલને પરણવા ગયેલા અરિષ્ટનેમિ લગ્નોત્સવના ભોજનાર્થે વધેરાતાં પશુ-પંખીઓનો ચિત્કાર સાંભળી લીલા તોરણેથી પાછા વળી, ગિરાનરે જઈ દીક્ષિત થયા, કેવળજ્ઞાન પામી ૨૨મા તીર્થંકરપદે સ્થાપિત થયા. અબોલ પશુ-પંખીઓનો થતો વધ એમના જીવનપરિવર્તનમાં નિમિત્ત બની ગયું.

'ઉપદેશમાલા' ગ્રંથ પરની સિદ્ધાર્થગણિની 'હેયોપાદેય ટીકા'માં કાલસૌરિક કસાઈ અને એના પુત્ર સુલસની કથા આવે છે. કાલસૌરિક કસાઈ હંમેશાં ૫૦૦ પાડાનો વધ કરતો. શ્રેણિક રાજાએ એને કૂવામાં નાખ્યો તો ત્યાં પણ માટીના પિંડના પાડા બનાવી

એનો વધ કર્યા વિના એને ચાલતું નહીં. આવા પાપકર્મી પિતાના પુત્ર સુલસના જીવનમાં અભયકુમારની સોબતથી જીવદયાના સંસ્કારો એટલા દઢ થયા કે પિતાના મૃત્યુ પછી કુટુંબીઓના અતિ આગ્રહ છતાં પિતાનો કસાઈનો ધંધો સંભાળવા એ તૈયાર થયો નહીં. કુટુંબીઓએ કહ્યું કે, તારું જીવહિંસાનું પાપ અમે વહેંચી લઈશું. ત્યારે સુલસે પોતાના પગ પર કુહાડી મારી લોહી વહેવડાવ્યું ને સગાંઓને કહ્યું કે, 'મને અત્યંત પીડા થાય છે. તમે મારી પીડા થોડી થોડી વહેંચી લો.' ત્યારે બધાં કહેવા લાગ્યાં કે, 'તારી પીડા અમે કેવી રીતે લઈ શકીએ?' પ્રત્યુત્તરમાં સુલસ એક જ વાક્ય બોલે છે : 'જો પીડા નથી વહેંચાતી તો પાપ શી રીતે વહેંચી શકાય?' કસાઈપુત્રનો આવો હતો પ્રાણીહિંસાનો વિરોધ અને જીવદયા માટેનો પ્રેમ.

ત્રીજું દૃષ્ટાંત તો માત્ર ૪૫૦ વર્ષ અગાઉ ઘટેલી એક ઐતિહાસિક ઘટનામાં છે. ૧૬મા શતકમાં મોગલ બાદશાહ અકબરશાહે હીરવિજયસૂરિજીના સદુપદેશથી 'અમારિ પ્રવર્તન'નું ફરમાન કર્યું. સમ્રાટે કેવળ સૂરિજીને રાજી રાખવા તો આમ ન જ કર્યું હોય. પોતે સૂરિજીના સિદ્ધાંતોથી પૂરા પ્રભાવિત થયા હતા.

પણ આજે? ઋષિમુનિઓ અને સંતોની સંસ્કૃતિવાળા આપણા દેશમાં ધમધોકાર કતલખાનાં ચાલી રહ્યાં છે. આ એક રળાઉ ધંધો બની ગયોછે. ઉપર્યુક્ત ત્રણે દૃષ્ટાંતોમાં અબોલ જીવોની હત્યાની વ્યાપક સમસ્યાનું સમાધાન શું પ્રાપ્ત નથી થતું ? સ્વતંત્રતાંના ૭૨ વર્ષ પછી પણ કતલખાનાંના પ્રતિબંધ સંદર્ભે આપણે ઊણા ઊતર્યા છીએ.

સુલસાના કથાનકમાં એક અન્ય પ્રેરણાદાયી બોધ પ્રાપ્ત થાય છે. સત્સંગ મનુષ્જીવનને કેવું પલટાવી નાખે છે ! અભયદેવની મૈત્રી સુલસના વિચારપરિવર્તનની મુખ્ય નિમિત્ત બની છે. આજની યુવાપેઢીનો એક વર્ગ સુરાપાન, ગાંજો-ચરસ જેવા નશીલા પદાર્થોનું સેવન, માંસાહાર, જુગાર, સ્વચ્છંદાચાર, વડીલો પ્રતિ અવજ્ઞા ને અવિનય તેમજ ભૌતિક જીવનશૈલી તરફ ઢળ્યો છે કે ઢળતો જાય છે તે કુસંગનું પરિણામ છે. આ માટે સુલસની અભયકુમાર સાથેની મૈત્રી એક મહત્ત્વનો સંદેશ પૂરો પાડે છે.

વર્તમાન ભારતની મહિલાવર્ગની લઘુતાગ્રંથિને દૂર કરવા માટે અને એમનામાં રહેલી શક્તિઓને પ્રોત્સાહિત કરવા માટે મહિલાઓએ તમામ ક્ષેત્રોમાં કેવાં ઉચ્ચસ્થાનો પ્રાપ્ત કર્યાં છે એનાં ઉદાહરણો દ્વારા સ્ત્રીસશક્તિકરણની વાત પ્રચારમાં આવી છે.

રાજકારણનું ક્ષેત્ર હોય, મોટી કંપનીઓનું વ્યવસ્થાપન હોય, ઉડ્ડયન કે અવકાશ ક્ષેત્ર હોય – બધામાં સ્ત્રી મોખરાને સ્થાને છે એનાં દૃષ્ટાંતો અપાય છે. આ સંદર્ભે વિચારતાં સ્મરણમાં આવે છે 'જ્ઞાતાધર્મકથાંગ'ની જ વણિક શેઠની ચાર પુત્રવધૂઓની કથા. ચોથી પુત્રવધૂ રોહિણીને શ્વસુરે સાચવવા આપેલા ચોખાના પાંચ દાણા પાંચમે વર્ષે પરત માગ્યા ત્યારે એ દાણામાંથી વૃદ્ધિ પામેલ ચોખાનું ધાન્ય ગાડાનાં ગાડાં ભરીને પિયરથી મંગાવી રોહિણીએ શ્વસુરગૃહે પહોંચતું કર્યું. રોહિણીની દૂરંદેશી, સંસ્કારિતા, કુટુંબપ્રેમે પાંચ દાણામાંથી ઘરના કોઠાર ભરી દઈને એણે કુટુંબને જે રીતે સમૃદ્ધ કર્યું એ સ્ત્રીશક્તિની પ્રેરક કથા સહસ્રાધિક વર્ષો પૂર્વે પ્રાપ્ત થાય છે. આમ તો આ કથા શ્રમણ-શ્રમણીના વ્રતપાલન સંદર્ભે એક રૂપકકથા તરીકે કહેવાઈ છે, પણ સાંપ્રતકાલની સંદર્ભે આ કથાને યથાવત્ એક સ્ત્રીશક્તિની કથા તરીકે ભાવન કરતાં એટલી જ પ્રેરણાદાયી બની રહે છે.

વર્તમાનમાં છૂતાછૂતના પ્રશ્નો, ઉંચ-નીચના વર્ણભેદો, દલિતોને ઇતર જનસમુદાય દ્વારા થતી પરેશાની – આ બધી આપણા દેશની હજીય સળગતી સમસ્યાઓ રહી છે. મનુષ્ય ઊજળો કે હલકો એનાં સત્કર્મો-કુકર્મોથી ઓળખાવો જોઈએ. આપણને આ સંદર્ભે મેતાર્ય (મેતારજ) મુનિનું ચરિત્રકથાનક અચૂક યાદ આવે. ચાંડાલિનીની કૂખે જન્મીને પણ તેઓ જૈનોના એક સ્મરણીય-વંદનીય મહાત્મા બની ગયા અને અંતકૃત કેવળીપદને પામ્યા.

ઉપા. યશોવિજયજીના ૩૫૦ ગાથાના સ્તવન પરના શ્રી પદ્મવિજયજી રચિત બાલાવબોધમાં એક નાનકડી કથા આલેખાયેલી છે :

શબર નામનો એક રાજા હતો. એને ત્યાં એક દિવસ ભૌત (બૌદ્ધ?) સાધુ પધાર્યા. એમના માથે મયૂરપિચ્છથી બનેલું છત્ર શોભતું હતું. શબરની રાણીને એ છત્ર ગમી ગયું. સાધીના ગયા પછી રાણીએ રાજા પાસે એ છત્ર મેળવવા હઠ લીધી. એટલે રાજાએ એના સુભટને છત્ર લઇ આવવા હુકમ કર્યો. ત્યારે સુભટને સૂચના આપતાં રાજા કહે છે, 'બળજબરીથી છત્ર મેળવતાં સાધુને સ્પર્શ થાય તો એમની અવજ્ઞા કર્યાનું પાપ લાગે, એટલે સાધુથી દૂર રહી બાણથી એમની હત્યા કરી છત્ર મેળવવું.'

આ કથામાં રહેલો વિપર્યાસ જુઓ. છત્ર લેતાં સ્પર્શ કર્યાનું પાપ લાગે, પરંતુ બાણ મારીને હત્યા થાય એનો વાંધો નહીં. આ ટચુકડી કથા સાંપ્રતકાલની સમસ્યા

સંદર્ભે કેટલી મોટી માર્મિક કટાક્ષિકા છે! ધર્મ, જાતિ, કુટુંબને નામે આભડછેટ, અને પછી એમાંથી સર્જાતાં દંગલો, વૈમનસ્ય અને હિંસક કૃત્યો. આપણા વિપયાસોને આ કથા મોટો સંદેશ પૂરો પાડે છે.

શ્રી વિજયલક્ષ્મીસૂરિ રચિત 'ઉપદેશ પ્રાસાદ'માં એક તુંબડીની કથા છે -

એક યુવાન દેશની પવિત્ર ગણાતી નદીઓમાં સ્નાન કરવાના પ્રયોજનથી યાત્રાએ જવા નીકળે છે. ત્યારે માતા એને એક કડવી તુંબડી આપીને કહે છે કે 'પુત્ર ! તું સ્નાન કરે ત્યારે આ તુંબડીને પણ સ્નાન કરાવજે.' થોડા દિવસ પછી યુવાન યાત્રા કરીને પાછો આવ્યો. માતાએ એને જમવા બેસાડ્યો. થાળીમાં માતાએ પેલી કડવી તુંબડીનું શાક પીરસ્યું. યુવાને શાક મોઢામાં મૂકતાં જ એની કડવાશની ફરિયાદ કરી. માતા કહે, 'હા, મેં જાણીબૂઝીને આમ કર્યું છે. તુંબડીને પવિત્ર નદીઓમાં સ્નાન કરાવ્યા પછી પણ એની કડવાશ ગઈ નહીં, એમ જ્યાં સુધી અંતરમાં કષાયોની કટુતા દૂર થાય નહીં ત્યાં સુધી કેવળ નદીઓના સ્નાનથી પાપકર્મો નિવારી શકાતાં નથી.'

અત્યારે દરેક ધર્મમાં ધાર્મિક પર્વો, યાત્રાઓ, શોભાયાત્રાઓ, અનુષ્ઠાનો, વિવિધ વ્રતોત્સવો ધામધૂમથી ઉજવાય છે. ધર્મમહોત્સવો થાય એ તો સારી વાત છે, પણ આ બધું જો કેવળી દ્રવ્ય સ્વરૂપે થતું હોય અને ભાવરૂપે ન થતું હોય તો એની શ્રેયસ્કરતા સિદ્ધ થતી નથી.

માણસ જો કેવળ દેખાદેખીથી,માન-યશ-કીર્તિની એષણા રાખીને કે સાંસારિક સુખસંપત્તિ માટેનું પુણ્યકર્મ બાંધી લેવાની લાલસાથી આ બધું કરે તો કષાયોમાં વિસ્તરેલો રાગ એની સમ્યગ્ ગતિને અવરોધે છે. આ નાનકડી કથાનો બોધ સાંપ્રતકાલીન ધર્માનુષ્ઠાનો માટે પ્રેરણારૂપ બની રહે એમ છે.

જૈન કથાનુયોગનો બહોળો અંશ કર્મવિપાકની, મનુષ્યભવની દુર્લભતાની, સંયમસ્વીકૃતિની, શીલ-ચારિત્રની, વૈરાગ્ય પ્રેરકતાની કથાઓને આવરે છે. અહીં આ લેખમાં સાંપ્રતકાલીન સમસ્યાઓના સંદર્ભે નાની છતાં માર્મિક કથાઓને ઉપયોગમાં લીધી છે.

(અમદાવાસ્થિત ડૉ. કાંતિભાઈનું મધ્યકાલીન જૈન સાહિત્યના સંપાદન સંશોધન ક્ષેત્રે ખૂબ જ ઉત્કૃષ્ટ યોગદાન છે. તેઓએ અનેક જૈન સેમિનારમાં ચિંતનસભર શોધપત્રો પ્રસ્તુત કર્યા છે). ◎

૪

આતંકવાદની સમસ્યા અને ઇસ્લામ

▣ ડૉ. મહેબૂબ દેસાઈ

આજે આતંકવાદની સમસ્યા દુનિયાનાં દરેક રાષ્ટ્રોમાં પ્રસરી છે, તેમાં કોઈ રાષ્ટ્ર આપવાદ નથી. થોડા સમય પૂર્વે વિશ્વના ''ઝીરો ક્રાઈમ'' ગણાતા રાષ્ટ્ર ન્યૂ ઝિલૅન્ડમાં મસ્જિદ પર થયેલ આતંકી હુમલો તેનું તાજું દૃષ્ટાંત છે. પરિણામે સૌ કોઈ આતંકવાદ અંગે ચિંતિત છે. આતંકવાદ અંગે ઊંડો અભ્યાસ કરનારા યુ.એસ. કોડ ઑફ ફેડરલ રેગ્યુલેશને આતંકવાદની વ્યાખ્યા આપતાં લખ્યું છે –

''રાજકીય કે સામાજિક ઉદ્દેશોની પૂર્તિ માટે સરકાર, નાગરિક અને આમપ્રજાને ધમકાવવી, દબાવવી અથવા તેની મિલકતોને નુકસાન કરી, માનવહિંસાઓ આચરવી એટલે આતંકવાદ''.

અમેરિકાના ગુપ્તચર વિભાગના પૃથક્કરણ મુજબ આતંકવાદના ચાર પ્રકારો છે –

* **રાષ્ટ્રવાદી – અલગતાવાદી**
* **ધાર્મિક કટ્ટરવાદી**
* **નવા ધાર્મિક**
* **સામાજિક ક્રાંતિકારી**

આતંકવાદની ઉપરોક્ત વ્યાખ્યા અને પ્રકારોના સંદર્ભમાં ૨૧મી સદીની

શરૂઆતથી અત્યાર સુધી સેંકડો આતંકવાવાદી હુમલાઓ થયા છે. આ હુમલામાં હજારો લોકોએ પોતાના જીવ ગુમાવ્યા છે. વીસમી સદી પણ તેનાથી બાકાત નથી. ઉપરોક્ત વ્યાખ્યા અને પ્રકારો મુજબ વિશ્વનો સૌથી મોટો આતંકવાદી જર્મનીનો હિટલર હતો એમ કહી શકાય, જેણે રાષ્ટ્રવાદ અને જાતીય શુદ્ધતાના નામે હિંસાની પરાકાષ્ટા સર્જી હતી, પણ આજે એ વાત ઇતિહાસના પડળોમાં દટાઈ ગઈ છે. આજના સંદર્ભમાં વિચારીએ તો લાદેન જેવા આતંકવાદીને વિશ્વમહાસત્તા બનવાના નશામાં પોષનાર અમેરિકા હતું. એ આંતરરાષ્ટ્રીય ઘટનાથી સૌ વાકેફ છે, પણ પછી એ જ અમેરિકા તેનો ભોગ બન્યું. ૨૦૦૧માં અમેરિકામાં વર્લ્ડ ટ્રેડ સેન્ટર પર થયેલ હુમલાએ અમેરિકા સહિત તમામ દેશોને ચોંકાવી દીધા હતા. તેની જવાબી કાર્યવાહી સ્વરૂપે અમેરિકાએ અફઘાનિસ્તાન પર હુમલો કર્યો અને પૂરા દેશ પર કબ્જો જમાવી લીધો. અમેરિકામાં થયેલ હુમલો ખરેખર ઓસામા બિન લાદેને કર્યો હતો કે પછી હુમલો અફઘાનિસ્તાન પર કબ્જો જમાવવા માટેનો ઘડી કાઢેલો કીમિયો ઘડી હતો, એક વિચાર માગી તેવો મુદ્દો છે. ટૂંકમાં એમેરિકાએ આતંકવાદને અટકાવવાના નામે અફઘાનિસ્તાન અને ઇરાકમાં 'આતંક' સર્જી કબ્જો જમાવવામાં સફળતા મેળવી હતી.

૧૩મી નવેમ્બર, ૨૦૧૫ની સાંજે પેરિસ શહેર ધણધણી ઊઠ્યું હતું. એ દુર્ઘટનાએ ૧૨૯ લોકોના જીવ લીધા હતા. એ હુમલાની જવાબદારી સીરિયામાં કાર્યરત ISISએ સ્વીકારી હતી. તુર્કીમાં ૧૫,૧૬ નવેમ્બર, ૨૦૧૫ના રોજ મળેલ જી-૨૦ સંમેલનમાં જ્યાં તમામ દેશો હુમલાની નિંદા કરી રહ્યા હતા, ISISને વખોડી રહ્યા હતા ત્યારે રશિયાના રાષ્ટ્રપતિ વ્લાદિમીર પુટીનના એક નિવેદનથી આખું વિશ્વ ચોંકી ગયું હતું. તેમણે કહ્યું -

''રશિયાની ગુપ્તચર સંસ્થા દ્વારા મળેલી માહિતી અનુસાર આતંકવાદીઓને વિશ્વના ૪૦ રાષ્ટ્રો આર્થિક સહાય કરી રહ્યા છે.''

જો કે, તેમણે એ દેશોની કોઈ યાદી આપી ન હતી, પરંતુ તેમનું નિવેદન તાર્કિક જરૂર હતું ISISને હુમલાઓ કરવા માટે જરૂરી આધુનિક શસ્ત્રો કોણ પહોંચાડી રહયું છે? ISIS બશરુલઅસદના સૈન્ય સામે ઊભું થયું હોવાથી તેઓ પ્રશિક્ષિત

સૈનિકો ન હતા, તો તેમને આધુનિ હથિયારો ચલાવવાની ટ્રેનિંગ કોણ આપી રહ્યું છે? શસ્ત્રો સિવાય તેમની આર્થિક જરૂરિયાતો કોણ સંતોષે છે? આ અને આવા અનેક પ્રશ્નો ।Dાની આર્થિક અને લડાયક સમૃદ્ધિ અંગે ગંભીર વિચારણા માગી લે તેવાં છે. એક મતાનુસાર આજે આતંકવાદ વિશ્વમાં એક માટો વ્યવસાય બની ગયો છે, જેના દ્વારા રાજકીય, સામાજિક કે આર્થિક લાભો વિશ્વના દેશો એકમેકના સહયોગથી મેળવી રહ્યા છે અને તેને આસાનીથી ઇસ્લામિક ધાર્મિક કટ્ટરતા સાથે જોડી આતંકવાદ એટલે ઇસ્લામ એવું તારણ દઢ કરી રહ્યા છે. કારણ કે આતંકવાદીઓના સર્વેક્ષણમાં મોટા ભાગના આતંકવાદીઓ મુસ્લિમો છે. આમ વિશ્વના ભિન્ન ભિન્ન દેશોમાં આમપ્રજા પર આચારવામાં આવતી હિંસા અને અપકૃત્યો ઇસ્લામિક આતંકવાદના નામે ઢંકાઈ રહ્યા છે અથવા તો તેના નામે ચડી રહ્યા છે. જો માત્ર ઈસ્લામ સાથે જ આતંકવાદને સંબંધ હોત તો ઈસ્લામિક રાષ્ટ્રો અવશ્ય આતંકવાદી હિંસાથી સુરક્ષિત રહ્યા હોત, પણ આતંકવાદી હુમાલાઓની વિશ્વવ્યાપી યાદી જોતાં માલુમ પડે છે કે ઈસ્લામિક રાષ્ટ્રો પણ આતંકવાદી હિંસાનો ભોગ બન્યાં છે. જેમ કે પાકિસ્તાન, ઇરાક, સાઉદી અરેબિયા, અફઘાનિસ્તાન, સીરિયા, જેરુસાલેમ, યમન જેવાં અનેક ઇસ્લામિક રાષ્ટ્રોની પ્રજા અને તેમનાં ધાર્મિક સ્થાન મસ્જિદો આતંકવાદના હુમલાથી બચી શક્યાં નથી, તેનો ભોગ બન્યાં છે. એ બાબત સાચે જ વિચારણા માગી લે છે.

આતંકવાદને ઇસ્લામ સાથે જોડવામાં આવે છે ત્યારે ઇસ્લામ સાચે જ કટ્ટરવાદી ધર્મ છે? ઇસ્લામ અને હિંસાને કોઈ સીધો સૈદ્ધાંતિક સંબંધ છે? આતંકવાદીઓ જે ઇસ્લામી શબ્દ ''જેહાદ''ના નામે હિંસા આચરે છે તે શબ્દનો સાચો ધાર્મિક અર્થ અને ઉદ્દેશ હિંસા થાય છે? એ તમામ બાબતો માટે જરૂરી છે, હઝરત મહંમદ પયગંબર સાહેબના ઇસ્લામને સૌપ્રથમ જાણવો, સમજવો.

ઇસ્લામ શબ્દ અરેબિક ભાષામાંથી ઉતરી આવ્યો છે. અરબી ભાષાના મૂળ શબ્દ સલામ પરથી ઉતરી આવેલા આ શબ્દનો અર્થ થાય છે શાંતિ, સમર્પણ અને ત્યાગ. ઇસ્લામના ધર્મગ્રંથ ''કુરાન-એ-શરીફ''માં પણ ઠેરઠેર એ જ વાતનો ઉલ્લેખ જોવા મળે છે. કુરાને શરીફ હઝરત મહંમદ પયગંબર (સ.અ.વ.) પર

''વહી'' (ઈશ્વરીય સંદેશ) ખુદાના સંદેશાઓનો સંગ્રહ છે. આ સંગ્રહમાં માત્ર ધાર્મિક બાબતો નથી, પણ તે સમગ્ર માનવજાતને જીવન જીવવવાની કળા શીખવતો ગ્રંથ છે પ્રેમ, દયા, કરુણા, અહિંસા, નીતિમત્તા, સત્ય, સમભાવ, ભાઈચારો, પાડોશીધર્મ અને સર્વધર્મ સમભાવ જેવા અનેક વિષયો અને તેને સ્પર્શતી કથાઓ આ ગ્રંથમાં છે. ઇસ્લામ જેના માટે વિશેષ ચર્ચામાં રહ્યો છે, તે જિહાદ અને હિંસા જેવા વિષયો અંગે પણ સ્પષ્ટ આદેશો તેમાં આપવામાં આવ્યા છે.

હઝરત મહંમદ પયગંબર (સ.અ.વ.) પર રમજાન માસમાં ઉતરેલ પ્રથમ વહી શિક્ષણ અને જ્ઞાનના મહત્ત્વને વ્યકત કરે છે. તેમાં ક્યાંય હિંસાનો ઇશારો સુદ્ધાં નથી. એ પ્રથમ વહીમાં ખુદાએ મહંમદસાહેબ (સ.અ.વ.)ને કહ્યું હતું -

'પઢો-વાંચો પોતાના ખુદાના નામે જેમણે આખા વિશ્વનું સર્જન કર્યું છે. જેણે લોહીના એક બુંદમાંથી ઇન્સાનનું સર્જન કર્યું છે, એ જ તારો પાલનહાર ખુદા છે. જેણે ઇન્સાનને કલમ દ્વારા જ્ઞાન આપ્યું અને ઇન્સાન જે નહોતો જાણતો, જેનાથી તે અજ્ઞાન હતો, તે બધું તેને શીખવ્યું છે.''

કુરાને શરીફનો આરંભ ''**બિસ્મિલ્લાહ અરરરહેમાન નિરરહિમ**''થી થાય છે, જેનો અર્થ થાય છે.

''શરૂ કરું છું અલ્લાહના નામે જે બેહદ મહેરબાન અને દયાળુ છે.''

કુરાને શરીફમાં પ્રેમ, કરુણા, અહિંસાને લગતી આયાતો ઠેરઠેર જોવા મળે છે, જેમ કે,

''ખુદા ક્ષમાશીલ અને પ્રેમાળ છે. એવું એક પણ પ્રાણી આ પૃથ્વી પર નથી કે જેની આજીવિકાનો ભાર ખુદા પર ન હોય. તે પ્રાણીમાત્રના નિવાસ અને અંતિમ વિશ્રામધામને જાણે છે.''

''અને ખુદા તમારા ઉપર કૃપાદૃષ્ટિ રાખવા ઇચ્છે છે, પણ શુદ્રા, વાસનાઓની પાછળ ભટકનાર લોકો તમે આડે માર્ગે જઈને ખુદાથી દૂર ચાલ્યા જાવ છો.''

''ધરતી પર ફસાદ ઉત્પન્ન ન કરો. અલ્લાહને પુકારતા રહો. નિશ્ચિત્ત અલ્લાહની કૃપા સારા ચારિત્રવાળા લાકોની સમીપ છે.

''જે કોઈ રજમાત્ર પણ નેકી (સદ્કાર્ય) કરશે અને જે રજમાત્ર પણ બુરાઈ

કરશે તેને સૌને ખુદા જોઈ રહ્યો છે. તારો રબ (ખુદા) એવો નથી કે તે વિના કારણ વસ્તીઓને નષ્ટ કરે.''

''અલ્લાહને શું પડી છે કે તે તમને અકારણ યાતનાઓ આપે ? તમે કૃતજ્ઞતા દેખાડતા રહો અને શ્રદ્ધાથી નીતિના માર્ગે ચાલતા રહો.''

''અને જો તમે લોકોથી બદલો લો તો બસ એટલો જ લો જેટલી તમારા ઉપર બળજબરી કરવામાં આવી હોય,પરંતુ જો સબ્ર (ધીરજ) રાખો તો તે ખુદાને વધારે પસંદ છે.''

''તેઓ જો સદ્કાર્ય કરે છે તેની કદર કરવામાં આવશે. અલ્લાહ સંયમી લોકોને સારી રીતે ઓળખે છે. જ્યારે તમને કોઈ સલામ કરે તો તમે પણ તેને અત્યંત સારા શબ્દોમાં જવાબ વાળો અથવા જેવા શબ્દો તેણે કહ્યા છે તેવા જ શબ્દોમાં જવાબ વાળો. અલ્લાહ દરેક બાબતોનો નિગેહબાન છે.''

''શેતાન માત્ર એટલું જ ઇચ્છે છે કે દારૂ અને જુગાર દ્વારા તમારી વચ્ચે દુશ્મનાવટ અને વેરભાવના ઉત્પન્ન થાય. તમને અલ્લાહની યાદ ને નમાજથી અટકાવે. શું તમે અટકી જશો?''

આવી પ્રેમ, શ્રદ્ધા, કરુણા અને અહિંસાની શીખ આપતી કુરાને શરીફની આયાતોને હઝરત મહમંદ સાહેબે પોતાના જીવનમાં આચારમાં પણ મૂકી હતી.

અને એટલે જ મહંમદસાહેબ અંગે ગાંધીજીએ કહ્યું છે,

''મહંમદ (સલ.) પણ ભારે કળાકાર કહેવાય. તેમનું કુરાન અરબી સાહિત્યમાં સુંદરમાં સુંદર છે. પંડિતો પણ તેને એવું જ વર્ણવે છે. એનું કારણ શું? કારણ એ જ કે તેણે સત્ય જોયું અને સત્ય પ્રગટ કર્યું.''

ઈસ્લામમાં માંસાહાર તેની સંસ્કૃતિના ભાગ તરીકે સ્વીકારવામાં આવે છે. કારણે કે અરબસ્તાની રેતાળ પ્રદેશમાં એ સમયે રહેવા ફરજિયાત માંસાહાર કરવો પડતો હતો, પણ તેનો અર્થ બિલકુલ એવો નથી થતો કે ઇસ્લામ માંસાહાર દ્વારા હિંસાને પ્રાધાન્ય આપે છે. ઇસ્લામના પવિત્ર ગ્રંથ કુરાને શરીફમાં ઠેરઠેર અહિંસા અને શાંતિને વિશેષ મહત્ત્વ આપવામાં આવેલ છે.

લા ઈકરા ફીદ્દીન અર્થાત્

''દુનિયામાં ફસાદ ક્યારેય ફેલાવશો નહીં'' એવા કુરાને આદેશ સાથે એમ પણ કહેવામાં આવ્યું છે,

''પરસ્પર ઝઘડો ન કરો, સંતોષમાં જ સુખ છે''.

સમાજમાં વ્યાપક બનતી જતી અશાંતિના મૂળમાં એકબીજા પ્રત્યેની પ્રસરી રહેલી નફરત જવાબદાર છે. કુરાને શરીફમાં કહ્યું છે.

''ન તો તમે કોઈનાથી નરફત કરો, ન કોઈ પર જુલમ કરો. ખુદા જુલમ કરનારથી નાખુશ છે.''

શાંતિમય સહઅસ્તિત્વના સિદ્ધાંતના પ્રખર પ્રચારક સમા કુરાને શરીફમાં માનવીય અભિગમને પ્રાધાન્ય આપવામાં આવ્યું છે.

''જેણે કોઈનો જીવ બચાવ્યો, તેણે સંપૂર્ણ માનવજાતિને જીવતદાન આપ્યું.''

આવી શાંતિ અને અહિંસાના પુરસ્કર્તા હઝરત મહંમદ પયગમ્બર (સ.અ.વ.)એ જીવનનાં અંતિમ દસ વર્ષોમાં ચોવીસ યુદ્ધોમાં સરસેનાપતિ તરીકે લશ્કરને માર્ગદર્શન આપ્યું હતું, પરંતુ તેમના સરસેનાપતિ તતરીકેના નેતૃત્વનો મુખ્ય ઉદ્દેશ રક્ષણાત્મક હતો. તેમનાં દરેક યુદ્ધો આક્રમક નહીં, રક્ષણાત્મક હતાં.

પંડિત સુંદરલાલજી મહંમદ સાહેબ (સ.અ.વ.)ના આવા અહિંસક અભિગમની નોંધ લેતાં લખે છે-

''અસીમ ધૈર્ય, શાંતચિત્ત, સહિષ્ણુતા અને શાલીનતા એ મહંમદ સાહેબના અહિંસક અભિગમના પાયામાં હતાં.''

પોતાની અમાનવીય હિંસાને ન્યાયપૂર્ણ સિદ્ધ કરવા આતંકવાદીઓ દ્વારા વપરાતો શબ્દ એટલે જિહાદ કે જેહાદ. આતંકવાદીઓ કોઈ ધર્મના અનુયાયીઓ નથી. કોઈ ધર્મ આતંકવાદીઓનો ધર્મ નથી. પોતાના સંકુચિત વિચારોને ધર્મના નામે હિંસા દ્વારા વ્યકત કરવાની ચેષ્ટા કરનાર દરેક માનવી આતંકવાદી છે.

'જેહાદ' જેવા આધ્યાત્મિક શબ્દનો સાચો અર્થ સમાજમાં પ્રચલિત નથી. જેહાદ એટલે અલ્લાહની રાહમાં જાન, માલ અને આચરણથી પ્રયત્ન કરવો. એ માટે કષ્ટ સહેવું, આપવું નહીં. હઝરત મહંમદ પયગમ્બર (સ.અ.વ.)એ આ અંગે ફરમાવ્યું છે, **''તમારી નફસ (આત્મા) સામે જેહાદ કરો.'** મોહ, માયા, ઇચ્છા,

આકાંક્ષાઓ પર પ્રતિબંધ મૂકવાનો પ્રયાસ એટલે જેહાદ. કુરાને શરીફમાં આ અંગે સ્પષ્ટ કહ્યું છે.''

જેહાદ એ શબ્દ કુરાને શરીફમાં અનેક વાર ઉપયોગમાં લેવાયો છે, પરંતુ આખા ગ્રંથમાં ક્યાંય શબ્દ યુદ્ધ, ખૂનામરકી કે હિંસાના અર્થમાં નથી વપરાયેા. અરબીમાં જેહાદ શબ્દનો અર્થ કોશિશ કરવી એવો થાય છે.

ઇસ્લામમાં અલ્લાહના માર્ગે કોશિશ કરવાની ક્રિયાને જેહાદ કહે છે. પોતાના જાનમાલની, ગરીબોની સેવા, અનાથોનું પાલન-પોષણ કરીને, નમાજ પઢીને, રોજા (ઉપવાસ) રાખીને, બીજાઓને દાન કરીને, પોતાના મન પર કાબૂ મેળવીને, પોતાના ગુસ્સાને નિયંત્રિત કરીને, ખુદાના સાચા ખિદમતદાર બનીને, બીજાઓને સદ્‌ઉપદેશ આપીને તેમને નૈતિક માર્ગે વાળવા જેવાં અનેક કર્તવ્યો માટેનો સંનિષ્ઠ યત્ન એટલે જેહાદ.

આ સંદર્ભમાં જ કુરાને શરીફમાં જેહાદનો ઉલ્લેખ થયો છે. કુરાને શરીફમાં કહ્યું છે કે, **'સબ્ર સાથે જેહાદ કરો'**. જે મુસ્લિમોએ પોતાના ધર્મનું રક્ષણ કરવા પોતાનાં ઘરબાર છોડીને ઇથિયોપિયાના ખ્રિસ્તી બાદશાહનું શરણ લીધું હતું, તેમના એ કાર્યને પણ જેહાદ કહેવામાં આવે છે. ઇસ્લામના પયગમ્બર મહંમદ સાહેબ (સ.બ.વ.)ના અનેક કિસ્સાઓ, સંવાદો 'જિહાદ કે જેહાદ'નો આ જ અર્થ વ્યક્ત કરે છે. કુરાને શરીફમાં મહંમદ સાહેબને આદેશ આપતાં ખુદાએ કહ્યું છે.

''જે લોકો તમારી વાતમાં વિશ્વાસ રાખતા નથી અથવા મુસ્લિમ હોવા છતાં સચ્ચાઈ અને પવિત્રતા સાથે વર્તતા નથી તેમની સામે જેહાદ ચાલુ રાખો.''

હજરત આઈશા (રહિ.)એ એક વાર મહંમદ સાહેબ (સ.બ.વ.)ને પૂછ્યું,

''યા રસુલિલ્લાહ, તમે જેહાદને સૌથી શ્રેષ્ઠ અમલ ગણો છો, તો શું અમારે તે ન કરવી ?''

મહંમદ સહોબ (સ.બ.વ.)એ ફરમાવ્યું,

''સર્વ જેહાતદ 'હજ્જેમબરુર છે, અર્થાત્‌ હજ દ્વારા ગુનાહોની મુક્તિ સૌથી શ્રેષ્ઠ જેહાદ છે.''

મહંમદ સાહેબને એકવાર કોઈકે પૂછ્યું, ''સૌથી શ્રેષ્ઠ મોમિન (મુસલમાન) કોણ?'' આપે ફરમાવ્યું, 'એ મુસ્લિમ જે અલ્લાહના માર્ગમાં જાનમાલની જેહાદ કરે છે.'

સહાબીએ વધુ સ્પષ્ટતા માટે પૂછ્યું, 'એટલે શું?'

મહંમદ સાહેબ (સ.અ.વ.)એ ફરમાવ્યું, 'અલ્લાહના માર્ગમાં જેહાદ કરવાનું દૃષ્ટાંત એવા માણસ જેવું છે કે જે માણસ દિવસના રોજા રાખે છે અને રાત્રે ખુદાની ઈબાદતમાં લીન રહે છે.'

એક વાર મહંમદ સાહેબ (સ.અ.વ.)ને કોઈકે પૂછ્યું, 'સૌથી મોટી જેહાદ કઈ?'

આપ (સ.અ.વ.)એ ફરમાવ્યું, 'સૌથી મોટી જેહાદ પોતાની વૃત્તિઓ પર કાબૂ મેળવવાની છે. પોતાનાં ક્રોધ અને વાસનાઓ પર જીત એ જ સૌથી મોટી જેહાદ છે !'.

ઈસ્લામના ધર્મગ્રંથ કુરાને શરીફમાં આવી મોટી જેહાદને 'જેહાદ-એ-અકબરી' તરીકે ઓળખાવેલ છે. આમ જેહાદ એટલે યુદ્ધ-ખૂનામરકી નહીં.

કુરાને શરીફમાં હથિયારબંધ લડાઈનો ઉલ્લેખ છે, પણ જ્યાં જ્યાં આવી લડાઈનો ઉલ્લેખ છે ત્યાં જેહાદ શબ્દ વપરાયો નથી. તેના સ્થાને 'કેતાલ' શબ્દ વપરાયો છે. અરબી શબ્દ 'કેતાર'નો અર્થ થાય છે હથિયારબંધ લડાઈ.

ટૂંકમાં, આતંકવાદ અને ઈસ્લામને કોઈ તાર્કિક સંબંધ નથી. આતંકવાદ એ કોઈ ધાર્મિક સમસ્યા પણ નથી. એ તો આંતરરાષ્ટ્રીય કક્ષાની રાજકીય સમસ્યા છે. તેના માટે કોઈ એક ધર્મ કે તેના અનુયાયીઓને કેન્દ્રમાં રાખી વિચારવું યોગ્ય નથી.

(અમદાવાદસ્થિત મેહબૂબભાઈ નિવૃત્ત પ્રાધ્યાપક છે. દેશ-વિદેશની શૈક્ષણિક સંસ્થાઓમાં તેમનાં પ્રવચનો યોજાય છે. તેમના ધર્મ અને દર્શન પર કેટલાંક પુસ્તકો પ્રગટ થયાં છે).

◎

૫

સાંપ્રત સમસ્યા અહિષ્ણુતાનો પરમ ઉપાયઃ અનેકાંતવાદ

ડૉ. અભય દોશી

વર્તમાનવ વિશ્વ અસહિષ્ણુતા-પરમતના તીરસ્કારની આગમાં ભડકે બળી રહ્યું. છે. બીજાઓના મતનો અસ્વીકાર હોઈ શકે, પણ બીજા મત પ્રત્યે તીરસ્કાર - દ્વેષ અને અન્ય મતાલંબીઓ માટે વેર-ઝેર અને ધિક્કારની લાગણીનો ફેલાવો આજના યુગમાં વ્યાપક બન્યો છે. આજના યુદ્ધ-યુગમાં બનતી યુદ્ધ અને આતંકવાદની અનેકાનેક ઘટનાઓના મૂળમાં આજ પરમતઅસહિષ્ણુતા એ જ મુખ્ય સમસ્યા તરીકે ઊભરીને આવી છે. આજની યુવા પેઢીના મનમાં એ પ્રશ્ન મૂંઝવી રહ્યો છે કે જે ધર્મ વિશ્વમાં શાંતિનો ફેલાવો કરવા સર્જાયા છે, એને સ્થળે આ જ ધર્મો અને મતો મનુષ્ય વચ્ચે યુદ્ધ કેમ પ્રેરે છે ?

આના ઉત્તર માટે ઊંડાણમાં જઈ મનોમંથન કરીએ તો સમજાય છે કે ‘મારો જ ધર્મ સાચો’ એવી કટ્ટર મનોવૃત્તિ આ યુગમાં વ્યાપ્ત અશાંતિ અને અસહિષ્ણુતાનું મુખ્ય કારણ છે. દરેક ધર્મોમાં ક્યાંક ને ક્યાં સત્યનો અંશ રહ્યો છે, દરેક મતમાં સત્યની કોઈક બાજુ છૂપાયેલી છે એવા ઉદારતાવાદી દૃષ્ટિકોણ વિના આ જગતમાં યુદ્ધાનો અંત થવાનો નથી. આ જગતમાં શાંતિને માટે અહિંસાનું આચરણ આવશ્યક છે, પરંતુ આ આચરણ ત્યારે જ વાસ્તવિક બની શકે, જ્યારે તેની ભૂમિકામાં વૈચારિક અહિંસા-અનેકાંતવાદનો સ્વીકાર હોય. જૈનધર્મના મૂળભૂત સિદ્ધાંતોમાં

અહિંસા પ્રાણરૂપ છે અને આ અહિંસાના વાસ્તવિક પાલન માટે અનેકાંતવાદ આવશ્યક છે. આજના યુગમાં ઉદ્‌ભવેલા અનેક સંઘર્ષોની સામે અનેકાંતવાદનું યોગ્ય રીતે પ્રસ્તુત કરવામાં આવે તો અનેક સમસ્યાઓનો ઉકેલ આવી શકે. આ અનેકાંતવાદ જીવનમાં વાસ્તવિક રીતે આવી શકે તે માટે મધ્યસ્થતાનો ગુણ અત્યંત આવશ્યક છે. આ મધ્યસ્થતા માટે શ્રી ચિત્રભાનુજીએ 'મૈત્રીભાવનું પવિત્ર ઝરણું' કાવ્યમાં કહેવાયું છે.

'દીન ક્રૂરને ધર્મવિહોણાને માર્ગ ચીંધવા ઊભો રહું,
કરે ઉપેક્ષા એ માર્ગની તો ય સમતા ચિત્ત ધરું.

અન્યના મતમાં અનેક ખામીઓ હોય, તેમાં હિંસા આદિ અનેક દોષો રહ્યા હોય તો સત્‌માર્ગના પ્રવાસી કરુણા લાવી તેને સત્‌ના પંથે પ્રેરવા પ્રયત્નશીલ બને એના અંતઃકરણમાં એ જીવ પ્રત્યે અપાર વાત્સલ્યભર્યું હોય, પણ આ વાત્સલ્યમાં મમત્વભાવ અને અહંનો સ્પર્શ ન હોય.

અન્યના મતમાં રહેલા સત્ય તરફ દૃષ્ટિ હોય, અન્યના મનમાં રહેલા સદ્‌ગુણોને સમજવાની તૈયારી હોય તો વ્યક્તિના જીવનમાં ગુણોનો વિકાસ અવશ્ય થાય. ઉપાધ્યાય શ્રી યશોવિજયજીએ અમૃતવેલની સજ્ઝાયમાં આ વાત ખૂબ સુંદર રીતે ગૂંથી છે.

અન્યમાં પણ વ્યાદિક ગુણો, જે નિજવચન અનુસાર,
સર્વ તે ચિત્ત અનુમોદીએ, સમકિત બીજ નિરધાર રે;
પાપ નવિ તીવ્રભાવે કરે, જેહને નવિ ભવ રાગ રે,
ઉચિત સ્થિતિ જેહ સેવે સદા, તેહ અનુમોદવા લાગ રે.

અનેકાંતવાદની સૈદ્ધાંતિક વાત કરવા છતાં, તેની આંતરિક અનુભૂતિ ન હોવાથી અનેક રીતે ગુણિયલ એવા કેટલા સાધુઓ ગચ્છરાગમાં ફસાઈ ગયા અને અન્ય ગચ્છોના મતને કે વ્યક્તિઓ સાથે વ્યવહાર ન રાખવા સુધીની તીવ્રતા પર પહોંચી ગયા. તે સમયે આ ક્લેશનું નિવારણ કરવા જગદ્‌ગુરુ શ્રી હીરસૂરિશ્વરજી મહારાજે વિવિધ બોલોવાળો પટ્ટક બહાર પાડી સંઘમાં સૌહાર્દ જળવાઈ રહે એ માટેના પૂર્ણ પ્રયત્નો કર્યા હતા. તેમણે પોતે પવિત્ર અને સમન્વયવાદી જીવન જીવ્યું હતું કે,

અનેક અન્યદર્શનીઓએ તેમના પ્રભાવમાં આવી અહિંસા ધર્મને સ્વીકાર્યો હતો. એકવાર એક હાકેમે કહ્યું કે, તમારા શાસ્ત્રોમાં લખ્યું છે કે સૂર્યની ઉપર ચંદ્ર છે તો અમારા શાસ્ત્રોમાં લખ્યું છે કે ચંદ્ર નીચે છે અને સૂર્ય ઉપર છે. આ અંગે આપ શું માનો છો? ત્યારે ચતુર એવા હીરસૂરિશ્વરજી મહારાજે જવાબ આપ્યો કે, સૂર્ય ઉપર છે કે ચંદ્ર ઉપર છે એ બેય આપણામાંથી કોઈ એક પણ જઈને નક્કી કરે શકે એમ નથી. એટલે એ બાબત પર વધુ ચર્ચા કરવા કરતાં આપણે વધુ નેક જીવન કેવી રીતે જીવી શકીએ એ અંગે જ વિચારીએ. આમ, હીરસૂરિશ્વરજી મહારાજે હું સાચો કે તમે ખોટા એવા મુસ્લિમ હાકેમ સાથેના વૈચારિક સંઘર્ષને ટાળી, તેને પ્રભુજીવન જીવવાનો સાચો રાહ દર્શાવ્યો. પોતે સાધુજીવનમાં સિદ્ધાંતોમાં કોઈ બાંધછોડ ન કરી, પરંતુ સદૈવ અનેકાંતવાદનું પ્રત્યક્ષ જીવનમાં આવરણ કરી સદ્‌બોધની ગંગા વહાવી.

આનંદઘનજીએ મુનિસુવ્રતસ્વમી સ્તવનમાં છ દર્શનના વિવિધ મતોની મર્યાદા દર્શાવીને છેલ્લે જિનેશ્વરદેવના મુખે કહેવડાવ્યું કે આ સર્વે તાર્કિક ચર્ચાઓ છોડી મોક્ષાર્થીએ અંતે આત્મતત્ત્વની પ્રાપ્તિની ધૂન જગવવાની છે. 'આતમતત્ત્વ શું રટ મંડો રે.'' સર્વે મતો એક જ પરમતત્ત્વ તરફ જાય છે. તેમણે એક પદમાં ગાયું;

'રામ કહો રહમાન કહો કોઈ, કાન્હ કહો મહાદેવ રી,
પારસનાથ કહો, કોઈ બ્રહ્મા, સકલ બ્રહ્મ સ્વયમેવ રી,
ભાંજન ભેદ કહાવત નાના, એક પ્રતિકારૂપ રી,
તૈસે ખંડ કલ્પનારીપિત, આપ અખંડ સરૂપ રી.'

ન્યાયસાગરજી મહારાજે પણ પોતાના સ્તવનમાં આ જ ભાવની અભિવ્યક્તિ કરી છે. આજના સાંપ્રદાયિક વૈમનસ્યના કપરા કાળમાં આ પ્રકારની સમન્વયની વાત કરવી બહુ અઘરી લાગે, પરંતુ આજના યુગની એ અનિવાર્ય આવશ્યકતા છે.

ગાંધજીએ પોતે સહિષ્ણુતા અને અન્ય ધર્મોને આદર આપનારી વાત કરી હતી. આશ્રમ ભજનાવલીમાં વિવિધ ધર્મોના ભજનોને સ્થાન મળ્યું છે, એટલું જ નહીં, ગાંધજીએ પોતે વિવિધ ધર્મશાસ્ત્રોનો અભ્યાસ કર્યો હતો. આ જ વિચારને આગળ વધારતા શ્રી વિનોબા ભાવેએ વિવિધ ધર્મશાસ્ત્રોનું અધ્યયન કરી તેના સારરૂપ પુસ્તકોનું સર્જન કર્યું છે. વિનોબાના આ પુસ્તકોનું વાચન, પરિશીલન આદિ

આપણા અભિનિવેશને ઓગાળવાનું કામ ચોક્કસ કરી શકે. શાળાઓના પુસ્તકાલયોમાં વિનોબાના સારગ્રહી પુસ્તકોનો સમાવેશ અવશ્ય થવો જોઈએ. એટલું જ નહીં આ પુસ્તકોના ઉત્તમ અંશોનો પાઠ્યપુસ્તકમાં પણ સમાવેશ કરવામાં આવે તો આપણી બધાની પૂર્વગ્રહમંડિત દૃષ્ટિ ઘણે અંશે ઓછી થાય. ઘણી બધી વાર બને છે એવું કે, આ પ્રકારના અભ્યસક્રમો સમાજની શિષ્ટવર્ગની સ્કૂલોમાં અપનાવવામાં આવે છે પરંતુ નીચેના મધ્યમ વર્ગમાં તેમ જ ઝૂંપડપટ્ટીઓમાં ચાલતી શાળાઓમાં સાધનસામગ્રીને અભાવે યા અન્ય કારણોસર આવા ઉદામમતવાદી અભ્યાસક્રમોનો સમાવેશ થતો નથી, પરંતુ હવે સમાજની ફરજ છે કે, આવા અભ્યાસક્રમોનો વ્યાપક પ્રચાર, પ્રસાર કરે.

ગાંધીજીથી પ્રેરિત જૈન મુનિ સંતબાલજીએ પણ 'સર્વધર્મ પ્રાર્થના' લખી છે. આ પ્રાર્થના અનેક અંશે વિશિષ્ટ છે. એમણે એ પ્રાર્થનામાં વિવિધ ધર્મોના પ્રેરકોના ઉપદેશન ઉત્તમ અંશોને જીવનમાં ઉતારવાની વાત કરી છે. આ પ્રકારના દૃષ્ટિકોણથી અન્ય ધર્મો જોવાથી, તેની મર્યાદાઓને અતિક્રમી તેમાંના ઉત્તમ અંશોને આત્મસાત કરવા તરફ આપણે ગતિ કરી શકીએ. અનેકાંત અથવા સ્યાદ્વાદનું વૈચારિક ભૂમિકાથી આગળ વધી વ્યવહારજીવનનું આ આચરણ આપણા જીવનના અનેક સંકલેશોમાંથી મુક્તિ અપાવનારું બને.

સંતબાલજીએ આજના યુગમાં જે કાર્ય કર્યું, તે જ કાર્ય આપણા પ્રાચીન પ્રકીર્ણક પ્રાચીન પ્રહીલોક ''ઇતિ ભસિવ''માં જોવા મળે છે. ઋષિભાસિત પ્રકિર્ણકમાં વિવિધ ૩૩થી વધુ વિભિન્ન મતના ઋષિઓની જીવનપંથને અજવાળતી દેશનાઓનો સંગ્રહ છે.

પ્રશ્ન એ થાય છે કે, સહિષ્ણુતા એક જ પક્ષે રાખવાની, અન્ય પક્ષે નહીં? અહીં રાજદ્વારી અને સામાજિક પહેલની આવશ્યતા ઊભી થાય છે. અનેકાંતવાદી અથવા મધ્યસ્થ મૂલ્યોમાં વિશ્વાસ રાખનારી વ્યક્તિએ કે વ્યક્તિઓના જૂથોએ જે પ્રજામાં ગરીબી, અંધશ્રદ્ધા આદિને કારણે આ પ્રકારના અનેકાંતવાદી દૃષ્ટિકોણવાળાં મૂલ્યો પહોંચ્યાં ન હોય, ત્યાં આ પ્રકારનાં મૂલ્યો પહોંચાડવા માટે હૃદયપૂર્વકનો પુરુષાર્થ કરવો પડે.

પ્રભુ મહાવીરના અનેકાંતવાદની દાર્શનિક પૃષ્ટભૂ સાથે જ તેની વ્યવહારિક

આચરણશીલતાને આ પૃથ્વી પર જો વધુ અને વધુ ફેલાવી શકીએ, તો આ વિશ્વમાં વૃદ્ધિ પામતા ધિક્કારને કાબૂમાં લાવવા માટે, આ પૃથ્વીને વધુ રહેવાયલાયક સ્થળ બનાવવા માટેનું જૈનોનું-જૈનધમીઓનું અનેકાંતવાદમાં શ્રદ્ધા રાખનારાઓનું મોટું યોગદાન બની રહેશે. આપણે આ વિશ્વમાં અહિંસા, અનેકાંત, પર્યાવરણરક્ષણ, સદાચાર અને પરસ્પર પ્રેમનાં મૂલ્યોને સ્થાપિત કરવાની દિશામાં કદમ-બે કદમ પણ માંડી શકીશું તો જ કવિ ઉમાશંકરની જેમ પ્રસન્નહૃદયે ગાઈ શકીશું,

''બધો પી આકંઠ પ્રણય, ભુવનોને ક્હી શકું,
મળ્યાં વર્ષો તેમાં, અમૃત લઈ આવ્યો અવનિનું.''

(અભયભાઈએ ''ચોવીશી સ્વરૂપ'' અને સાહિત્ય પર Ph.D. કર્યું છે. મુંબઈ યુનિ.ના Ph.D. માટેના ગાઇડ છે. કેટલાંક સેમિનારનું સંચાલન કરે છે અને શોધપત્રો પ્રસ્તુત કરે છે. તેમનાં પાંચ પુસ્તકો પ્રગટ થાય છે).

◎

૬

સાંપ્રત સમસ્યાઓનું સમાધાન એટલે ભગવદ્‌ગીતા

સુરેશભાઈ ગાલા

સ્વામી વિવેકાનંદ અમેરિકામાં એક ચુસ્ત ક્રિશ્ચિયનના ઘરે ગયા હતા. ક્રિશ્ચિયને પોતાના ઘરમાં બધા જ ધર્મનાં પુસ્તકો રાખ્યાં હતાં. ભગવદ્‌ગીતા પુસ્તક સૌથી નીચે રાખ્યું હતું. એની ઉપર બધા જ ધર્મનાં પુસ્તકો ગોઠવ્યાં હતાં. બાઇબલ સૌથી ઉપર હતું. ક્રિશ્ચિયને મજાકમાં સ્વામીજીને કહ્યું, ''જુઓ તમારી ગીતાનું સ્થાન તળિયે છે અને બાઇબલનું સ્થાન ઊંચામાં ઊંચું છે.'' સ્વામી વિવેકાનંદે હસીને કહ્યું, ''ગીતાનું સ્થાન પાયામાં છે અને તેના આધાર ઉપર જ બધા ધર્મોના ગ્રંથો સ્થિત છે.''

વિનોબાજી કહે છે, ગીતામાંથી નવા નવા અર્થો મળે છે, કારણ કે એના શબ્દો આર્ષ છે જે માત્ર રચેલા નથી, અનુભૂત કે દૃષ્ટ થયેલા છે. પરમાત્મા તરફ સતત દૃષ્ટિ રાખીને વિચારના આકાશમાં મુક્ત વિહાર કરવાની યોગ્યતા ગીતા મનુષ્યને આપે છે. ગીતા સર્વ ધર્મોથી પર એવો અદ્‌ભુત ગ્રંથ છે.

કળિયુગ ચાલી રહ્યો છે. જેને જૈન પરંપરા અવસર્પિણી કાળ કહે છે. કાળની અસર દેખાઈ રહી છે.

ક્યાં છે મીઠાં માનવી ક્યાં છે મીઠાં ધાન,
અવસર્પિણી કાળ તણા દેખાય છે નિશાન.

આજના યુગનો માનવી સમસ્યાઓથી ઘેરાયેલો છે. આ સમસ્યાઓને આપણે આ રીતે વિભાજીત કરી શકીએ.

૧) વૈશ્વિક ત્રાસવાદ

૨) પ્રદૂષણ

૩) સામાજિક

૪) કૌટુંબિક

૫) વૈયક્તિક - આધિ, વ્યાધિ અને ઉપાધિ, લગ્નેતર સંબંધો.

આ સઘળી સમસ્યાઓનું સમાધાન અને આ સમસ્યાઓથી ઉપર ઊઠી જે આત્મસાધના કરવા ઇચ્છે છે, જેને દેહથી પર એવા આત્મતત્ત્વની ઝાંખી કરવી છે એની સમસ્યા છે કે એણે શું કરવું, કેવી રીતે આત્મસાધના કરવી એને માટે પણ ઉપાય ભગવદ્ગીતામાં દર્શાવેલ છે. ભગવદ્ગીતામાં સાંપ્રત સમસ્યાઓનું નહીં પણ સર્વકાલીન સમસ્યાઓનું સમાધાન આપણને મળે છે.

ત્રાસવાદના નિર્મૂલન માટે કૃષ્ણ બહુ સ્પષ્ટ છે. પહેલા સમજાવટથી ત્રાસવાદ અટકાવવા પ્રયત્ન કરો, છતાં સમજાવટથી પરિણામ ન મળે તો શસ્ત્ર વાપરી ત્રાસવાદીઓનો સંહાર કરો જેથી રાષ્ટ્રમાં શાંતિ રહે. મહાભારતનું યુદ્ધ અટકાવવા કૌરવો પાસે વિષ્ટિ કરવા કૃષ્ણ ગયા, પરંતુ દુર્યોધન ટસનો મસ ન થયો ત્યારે દુર્યોધન જેવા અધર્મીનો નાશ કરવા અર્જુનને ગાંડીવ ઉઠાવવા કહ્યું અને ચોથા અધ્યાયના ૩૮મા શ્લોકમાં સ્પષ્ટ કહ્યું છે -

પરિત્રાણાય સાધુનાં વિનાશાય ચ દુષ્કૃતામ્ ।
ધર્મસંસ્થાપનાર્થાય સંભવામિ યુગે યુગે ॥

''સજ્જનોની રક્ષા માટે, દુષ્ટોના નાશ માટે અને ધર્મની સ્થાપના માટે હું દરેક યુગમાં અવતરું છું.'' જ્યારે રોગનો ઉપચાર દવાથી શક્ય ન હોય ત્યારે ઑપરેશન કરવું પડે છે, એવો કૃષ્ણનો સ્પષ્ટ મત છે.

વિશ્વમાં સંતુલન જળવાઈ રહે એ માટે કૃષ્ણએ સત્તરમા અધ્યાયમાં યજ્ઞ, દાન અને તપ કરવાં જોઇએ એવું કહ્યું.

યજ્ઞ એટલે શુદ્ધિકરણ અને વ્યાપકતા. જેમ ફૅક્ટરીમાંથી અને વાહનોમાંથી

નીકળતા ધુમાડા દ્વારા પ્રદૂષણ ફેલાય છે એ દૂર કરવા ઔષધિઓ સાથે ગાયના ઘીનો ઉપયોગ કરી હવન કરવાથી શુદ્ધ ધુમાડા દ્વારા પ્રદૂષણ દૂર થઈ શકે છે. જમીનને ખાતર અને પાણી આપી જમીનનો ઘસારો દૂર કરવો એ પણ યજ્ઞ છે.

સમાજનું ઋણ ચૂકવવા દાન દર્શાવ્યું છે. સમાજે આપણને ભરપૂર આપ્યું છે તે સમાજનું ઋણ ચૂકવવા, આપત્તિમાં ઘેરાયેલાઓને મદદ કરવા લક્ષ્મીનો સદ્ઉપયોગ કરવો તે દાન છે. દાન કરતી વખતે અહંકાર નહીં પણ 'મારું આ દાન ઋણમુક્તિ માટે છે' એવો ભાવ હોવો જોઈએ.

શરીર સ્વસ્થ રહે એ માટે તપ દર્શાવ્યું છે. તપનો સંબંધ આહાર, વિહાર, નિહાર, નિદ્રા અને વ્યાયામ સાથે છે. **છઠ્ઠા અધ્યાયના ૧૬મા અને ૧૭મા શ્લોકમાં કહ્યું છે,**

ન અતિ અશ્નતઃ તુ યોગ અસ્તિ ન ચ એકાન્તમ્ અનશ્નતઃ ।
ન ચ અતિ સ્વપ્નશીલસ્ય જાગ્રંતો ન એવ અર્જુન ॥

યુક્ત આહાર વિહારસ્ય યુક્ત ચેષ્ટસ્ય કર્મસુ ।
યુક્ત સ્વપ્ન અવબોધસ્ય યોગઃ ભવતિ દુઃખહા ॥

''જે મનુષ્ય અતિ આહાર લે છે અથવા બિલકુલ આહાર લેતો નથી, અતિ ઊંઘે છે અથવા પૂરી ઊંઘ લેતો નથી તે સાધક થઈ શકતો નથી. યોગ્ય આહાર-વિહાર કરનાર, યોગ્ય રીતે કર્તવ્યકર્મ કરનાર, યોગ્ય નિદ્રા લેનાર અને જાગૃતિપૂર્વક જીવનાર માટે યોગ દુઃખને નષ્ટ કરનાર થાય છે.''

આજના યુગમાં કૌટુંબિક જીવન અને દામ્પત્યજીવનને લગતી ઘણી બધી સમસ્યાઓ ઊભી થતી જાય છે. એક કવિએ કહ્યું છે -

હોય ના કશું તો અભાવ નડે છે,
હોય જો સઘળું તો સ્વભાવ નડે છે.

બધી સમસ્યાનું મૂળ કારણ મન છે. માનવીના જીવનમાં અનુકૂળતા કે પ્રતિકૂળતા આવતી જ રહે છે. પ્રતિકૂળ પાત્રો, પદાર્થો કે પરિસ્થિતિઓ જીવનમાં આવે ત્યારે મન વિચલિત થઈ જાય છે તો ક્યારેક નિરાશામાં સરી પડે છે. જીવનમાં દુઃખનું આવવું કે ન આવવું એ આપણા હાથની વાત નથી પણ દુઃખ આવે ત્યારે

દુ:ખી થવું કે ન થવું એ આપણા હાથની વાત છે. એને માટે મનને કેળવવું પડે છે. **બીજા અધ્યાયના ૪૭ અને ૪૮મા** શ્લોકમાં માર્ગદર્શન આપતાં કહે છે,

યોગસ્થ કુરુ કર્માણિ સંગં ત્યક્ત્વા ધનંજય ।
સિદ્ધિ અસિધ્ધયોઃ સમઃ ભૂત્વા સમત્વં યોગઃ ઉચ્યતે॥

''તારે કર્મો સમભાવમાં સ્થિત થઈ, આસક્તિ તજી કરવાં જોઈએ. સફળતા કે નિષ્ફળતામાં સમત્વ રાખવું જોઈએ, કારણકે 'સમતા'ને જ યોગ કહે છે.

કર્મેણિ એવ અધિકારઃ તે મા ફલેષુ કદાચન ।
મા કર્મભલ હેતુઃ ભૂઃમા તે સંગઃ અસ્તુ અકર્મણિ ॥

તને તારું કર્તવ્યકર્મ કરવાનો અધિકાર છે, પરંતુ કર્મફળ ઉપર તારો અધિકાર નથી. કર્મના ફળની ઇચ્છા પણ કરીશ નહીં, તેમ કર્મ ન કરવાનો આગ્રહ કરીશ નહીં''. જો વ્યક્તિ આ માર્ગદર્શન જીવનમાં ઉતારી લે તો અનુકૂળ પરિસ્થિતિમાં અહંકાર આવતો નથી અને પ્રતિકૂળ પરિસ્થિતિમાં નિરાશા આવતી નથી.

દામ્પત્યજીવનમાં પણ ઘણી બધી સમસ્યાઓ ઊભી થતી જાય છે. લગ્નેતર સંબંધોનું પ્રમાણ પણ વધતું જાય છે. **૭મા અધ્યાયના ૧૧મા** શ્લોકમાં કહે છે,

ધર્મઃ અવિરુદ્ધઃ ભૂતેષુ કામઃ અસ્મિ ભરતવર્ષભ ।

''હે ભરતશ્રેષ્ઠ, જીવમાત્રમાં જે ધર્મની વિરુદ્ધ નથી એ કામ પણ હું જ છું.''

સ્ત્રી-પુરુષ લગ્નગ્રંથિથી જોડાય છે ત્યારે એમનું ચાર સ્તરે મિલન થાય છે.

પહેલું સ્તર :	પ્રાણ (જેને જૈન પરંપરામાં આત્મવીર્ય કહે છે, જે આત્માની શક્તિ છે).
બીજું સ્તર :	અસ્થિ
ત્રીજું સ્તર :	મજ્જા
ચોથું સ્તર :	ત્વચા

ત્વચાનું મિલન તો છેલ્લું છે. લગ્નેતર સંબંધોમાં ત્વચાનું મિલન થાય છે પણ એ મિલન, ધર્મપત્ની સાથેનું ન હોવાથી વ્યક્તિના પ્રાણમય શરીર (સૂક્ષ્મ શરીર) ઉપર ખૂબ જ ખરાબ અસર પડે છે. ક્રિયોયોગના આચાર્ય જ્યારે સાધકને આત્મસાધનાની દીક્ષા આપે છે ત્યારે ચેતવણી આપતાં કહે છે, પત્ની સિવાયની

સ્ત્રી સાથે જો સંબંધ રાખીશ તો નરકમાં સબડવું પડશે. ગીતામાં આ શ્લોક દ્વારા એકપત્ની વ્રતની હિમાયત કરવામાં આવી છે જેને જૈન પરંપરામાં પરદારાવિરમણ અને સ્વદારાસંતોષ વ્રત કહે છે જે શ્રાવકો માટેનું ચોથું વ્રત છે. આના પાલનથી કૌટુંબિક જીવન અને દામ્પત્યજીવન સ્વસ્થ રહે છે.

આધિ (માનસિક ચિંતા), વ્યાધિ (શારીરિક તકલીફ) અને ઉપાધિથી (જેને પરિણામે માનસિક ચિંતા ઉદ્ભવે છે) પીડિત વ્યક્તિ માટે **બીજા અધ્યાયનો ૧૪મો** શ્લોક ઔષધનું કાર્ય કરે છે. આ શ્લોકમાં કહે છે,

માત્રા સ્પર્શાઃ તુ કૌન્તેય શીત ઉષ્ણ સુખદુખદાઃ ।
આગમ અપાયિનઃ અનિત્યાઃ તાન તિતિક્ષસ્વ ભારત ॥

'ઇન્દ્રિયો સાથેનો સંબંધ શીતળતા (ગમે એવું) અથવા ઉષ્ણતા (અણગમતું) આપે છે. સુખ તથા દુઃખ આપે છે, આ બધું આવે છે ને જાય પણ છે. આ બધું અનિત્ય છે, એને અસ્વસ્થ થયા વિના સહન કરતાં શીખવું જોઈએ.'

જે ઇન્દ્રિયજન્ય સુખ-દુઃખ માટે કહ્યું છે એ આધિ, વ્યાધિ અને ઉપાધિ માટે પણ સત્ય છે કે આ બધુ આવે છે ને જાય પણ છે. આ બધું અનિત્ય છે એને અસ્વસ્થ થયા વિના સહન કરતાં શીખવું જોઈએ.

વ્યક્તિને મોતનો ભય હોય છે એટલે દેહની નશ્વરતા અને આત્માની અમરતા દર્શાવતાં **બીજા અધ્યાયના શ્લોક નં. ૧૩, ૨૦, ૨૨ અને ૨૩**માં કહે છે,

દેહિનઃ અસ્મિન્ યથા કૌમારં યૌવનં જરા ।
તથા દેહાન્તર પ્રાપ્તિઃ ધીરઃ તત્ર ન મુહ્યતિ ॥.

જેવી રીતે દેહધારી આત્માને આ શરીરમાં કુમારાવસ્થા, યુવાવસ્થા અને વૃદ્ધાવસ્થા આવે છે તેવી રીતે આત્માને બીજો દેહ પ્રાપ્ત થાય છે, ધીર પુરુષ આમાં મોહ પામતો નથી. (આવા પરિવર્તનથી મૂંઝાતો નથી.)

ન જાયતે મ્રિયતે કદાચિત્ ન અયમ્ ભૂત્વા ભવિતા ન ભૂયઃ।
અજો નિત્ય શાશ્વત અયં પુરાણઃ ન હન્યતે હન્યમાને શરીરે ॥

આત્મા કદી ઉત્પન્ન થતો નથી અને કદી મરતો પણ નથી. આત્મા ક્યારેય જન્મ્યો ન હતો, જન્મ લેતો નથી અને જન્મવાનો પણ નથી. એ અજન્મા, નિત્ય, શાશ્વત

અને અનાદિ છે. જ્યારે શરીર હણાય છે ત્યારે પણ તે હણાતો નથી.

વાસાંસિ જીર્ણાનિ યથા વિહાય નવાનિ ગ્રહણાતિ નરઃ અપરાણિ ।
તથા શરીરાણિ વિહાય જીર્ણાનિ અન્યાનિ સંયાતિ નવાનિ દેહી ॥

જેવી રીતે મનુષ્ય જૂનાં વસ્ત્રો તજીને નવાં વસ્ત્રો ધારણ કરે છે તેવી રીતે આત્મા જીર્ણ શરીરો તજીને બીજા નવા ભૌતિક શરીરો ધારણ કરે છે.

નૈનં છિન્દન્તિ શસ્ત્રાણિ નૈનં દહતિ પાવકઃ ।
ન ચ એનં ક્લેદયન્તિ આપઃ ન શોષયતિ મારુતઃ ॥

આ આત્માને શસ્ત્રો છેદી શક્તાં નથી, અગ્નિ બાળી શકતો નથી, પાણી ભીંજવું શકતું નથી કે પવન સુકવી શકતો નથી.

બુદ્ધિશાળી અને સમજદાર વ્યક્તિઓના મનમાં પ્રશ્ન થાય છે કે મારા જીવનનું ધ્યેય શું હોવું જોઈએ ? હું કોણ છું, ક્યાંથી આવ્યો છું, શું સ્વરૂપ છે મારું ? આવા પ્રશ્નોના જવાબમાં કહે છે કે, દેહથી પર એવા આત્મતત્ત્વની અનુભૂતિ જ દરેક સમસ્યાનું સમાધાન છે. અને અનુભૂતિ માટેનો માર્ગ પણ દર્શાવિ છે જે જીવનનું અંતિમ સત્ય છે. માત્ર શારીરિક ભૂમિકા પર તથાકથિત તપની મર્યાદા અને અનુભૂતિની મહત્તા દર્શાવવા **બીજા અધ્યાયના શ્લોક નં. ૫૯**માં કહે છે,

વિષયા વિનિવર્તન્તે નિસહારસ્ય દેહિનઃ ।
રસવર્જં રસઃ અપિ અસ્ય પરં દૃષ્ટવા નિવર્તતે ॥

'આહાર ન કરવાથી (પાંચ ઇન્દ્રિઓના વિષયોનો આહાર) દેહધારીનો વિષય સાથે સંસર્ગ રહેતો નથી પણ એ વિષયો તરફનો રસ દૂર થતો નથી. આ રસ પરમતત્ત્વની અનુભૂતિથી જ દૂર થાય છે.

પરમ તત્ત્વના સાક્ષાત્કારના માર્ગનું વિવરણ કરતાં **૧૬મા અધ્યાયના ૨૧મા** શ્લોકમાં કહે છે-

ત્રિવિધં નરકસ્ય ઇદં દ્વારં નાશનમ્ આત્મનઃ ।
કામઃ ક્રોધઃ તથા લોભઃ તસ્માત્ એતત્ ત્રયમ્ ત્યજેત ॥

''કામ, ક્રોધ તથા લોભ એ આત્માનો નાશ કરનારા (આત્માને અધોગતિમાં લઈ જનારા) નરકનાં ત્રણ દ્વાર છે, માટે એ ત્રણેને તજી દેવા જોઈએ.''

૩જા અધ્યાયના ૩૪મા શ્લોકમાં કહે છે,

ઇન્દ્રિય ઇન્દ્રિયસ્ય અર્થે રાગદ્વેષૈ વ્યવસ્થિતૌ ।
તયોઃ ન વશમ્ આગચ્છેત્ તૌહિ અસ્ય પરિપન્થિનૌ ॥

'પ્રત્યેક ઇન્દ્રિયને તેના પોતાના વિષયમાં રાગદ્વેષ હોય છે. તે રાગદ્વેષને વશ ન થવું કારણકે રાગદ્વેષ આત્મસાક્ષાત્કારના માર્ગમાં અવરોધક છે.'

આત્મસાધના માટે છઠ્ઠા અધ્યાયના ૧૧, ૧૨, ૧૩ અને ૧૪મા શ્લોકમાં અને ચોથા અધ્યાયના ૨૯મા શ્લોકમાં કહે છે 'સાધકે પવિત્ર અને એકાંત સ્થાનમાં જઈને ભૂમિ પર કુશ ઘાસ પાથરી એને આસનથી ઢાંકી ઉપર સુંવાળું વસ્ત્ર પાથરવું. આસન બહુ ઊંચું કે નીચું ન હોવું જોઈએ. આસન પર ટટાર બેસી મનને એકાગ્ર કરી ચિત્ત તથા ઇન્દ્રિયોની ક્રિયાઓને વશ કરી, શરીર, ગરદન તથા માથું સીધું ટટાર રાખી બંધ આંખે મનથી નાકના અગ્રભાગ પર દૃષ્ટિ સ્થિર રાખવી જોઈએ. આ પ્રમાણે શાંત ચિત્તવાળા સાધકે અપાનવાયુનો પ્રાણમાં અને પ્રાણનો અપાનવાયુમાં હોમ કરવો જોઈએ જેથી પ્રાણ અપાનની ગતિ રુદ્ધ (કેવળ કુંભક) થાય છે. આ પ્રાણાયામ છે'. આ ગુરુગમ્ય સાધના છે જેને માટે ૯મા અધ્યાયના બીજા શ્લોકમાં કહે છે,

રાજવિદ્યા રાજગુહ્યં પવિત્રમ્ ઇદમ્ ઉતમમ્ ।
પ્રત્યક્ષ અવગવમ ધર્મ્યં સુસુખં કર્તુમ અવ્યયમ્ ॥

'આ જ્ઞાન (સાધના પદ્ધતિ) સર્વ વિદ્યાઓમાં શ્રેષ્ઠ છે, અતિ ગુપ્ત છે, પવિત્ર છે, ઉત્તમ છે, (આત્માનો) પ્રત્યક્ષ અનુભવ કરાવે છે. આ ધર્મ છે અને આચરવામાં સુખદ છે.

જે સાધકનો પૂર્ણતા પામતા પહેલાં દેહ છૂટી જાય છે. એને આશ્વાસન આપતાં છઠ્ઠા અધ્યાયના ૪૦. ૪૧ અને ૪૨ નંબરના શ્લોકમાં કહે છે, 'જેણે પૂર્ણતા પ્રાપ્ત કરી નથી એનો લોકમાં કે પરલોકમાં વિનાશ થતો નથી. શુભ કર્મ કરનારો

ક્યારે પણ દુર્ગતિ પામતો નથી. દેવલોકમાં અનેક વર્ષો સુધી સુખ ભોગવ્યા પછી પવિત્ર શ્રીમંતના ઘરે જન્મે છે અથવા જ્ઞાનવાન યોગીઓના કુળમાં જન્મે છે. ખરેખર જગતમાં આવો જન્મ પામવો અત્યંત દુર્લભ છે.

પૂર્ણતા પામેલો સાધક મૃત્યુ સમયે દેહ કેમ છોડે છે એ દર્શાવતા **૮મા અધ્યાયના ૧૦, ૧૨ અને ૧૩મા** શ્લોકમાં કહે છે, 'મૃત્યુ સમયે પોતાના પ્રાણને બે ભ્રમરની વચ્ચે (આજ્ઞાચક્રમાં) સ્થિર કરી યોગબળે (જીવનમાં કરેલી આત્મસાધનાના પરિણામે ઉદ્‌ભવેલી ક્ષમતા) અવિચળ મનથી, પૂર્ણ ભક્તિસહ, ઓમકારનું ઉચ્ચારણ કરી જે દેહ તજે છે એ નિશ્ચિત્તપણે પરમગતિને પામે છે. જૈન પરંપરામાં પણ એવો ઉલ્લેખ છે કે કેવળજ્ઞાની જ્યારે દેહ છોડવાનો વખત આવે ત્યારે પહેલાં કાયાયોગ (શરીરને સ્થિર કરે), વચનયોગ (મૌન થાય), પછી મનને સ્થિર કરી અ, આ, ઇ, ઈ ઋ એટલા અક્ષરોના ઉચ્ચારમાં જેટલો સમય લાગે (ઓમકારના ઉચ્ચારમાં પણ એટલો જ સમય લાગે) એટલા સમયમાં દેહ છોડી જન્મ-મરણના ફેરામાંથી મુક્ત થાય છે.

ઉપસંહારમાં એટલું કહી શકીએ કે સંસારની દરેક પ્રકારની પીડાઓમાંથી કેવી રીતે મુક્તિ પામવી, ધર્મને નામે થતી બાહ્યક્રિયાઓની મર્યાદા, દેહની નશ્વરતા અને આત્માની અમરતા, જીવનનું ધ્યેય તો આત્મતત્ત્વની અનુભૂતિ છે અને તે કેવી રીતે પ્રાપ્ત કરવી અને પૂર્ણતા પ્રાપ્ત ન થાય, સાધના અધૂરી રહે છે તો નિરાશ થવા જેવું નથી આદિ સમગ્ર સમાધાન ગીતામાં સમાવિષ્ટ છે.

ઓશો રજનીશજી કહે છે, 'ગીતા સાર સંચય છે. ગીતા મનુષ્યજાતિની જિજ્ઞાસા, ખોજ પ્રાપ્તિ આ બધાનું નવનીત છે. ગીતા દવાની દુકાનરૂપ છે, એમાં હજારો દવાઓ છે અને બધી કામની છે. તમે તમારા ડૉક્ટરે લખેલું પ્રિસ્ક્રિપ્શન લઈને જજો. તમને જે જરૂરી છે એ દવા ગીતામાંથી તમને મળી જશે. ગીતા હંમેશાં જીવંત રહેશે કારણ કે ગીતાના ગાનારા શ્રીકૃષ્ણ કોઈ વ્યક્તિ નથી પરંતુ સતત આવર્તિત થવાવાળી ચેતનાની પરમ ઘટના છે. એટલે જ કૃષ્ણ કહે છે, **''સંભવામિ યુગે યુગે''**. ગીતાનો સંદેશ છે કે કર્મને લગાડવા ત્રણ ખીંટીઓ છે - ૧) રાગ ૨) દ્વેષ ૩) પરમાત્મા. જો કર્મને રાગદ્વેષની ખીંટી ઉપર ન લગાડીએ તો સહજ પરમાત્માની ખીંટી ઉપર લાગી જાય છે. કર્મને પરમાત્માની ખીંટી ઉપર લગાડવું

એટલે કર્તાભાવ છોડી સાક્ષીભાવમાં રહેવું. આ જ ગીતાનો સારસંદેશ છે, જે વિશ્વની અનેક વ્યક્તિઓની સાંપ્રત નહીં પણ સર્વકાલની સમસ્યાઓનું સમાધાન છે.

શ્રી રાકેશભાઈ જવેરીના શબ્દોમાં આ લેખનું સમાપન કરીશ. ''ભગવદ્‌ગીતા સમગ્ર વિશ્વ માટેનો ગ્રંથ છે અને શાશ્વત છે. એનો એક પણ સિદ્ધાંત જૈન સિદ્ધાંતની વિરુદ્ધ નથી. ભગવદ્‌ગીતાના પહેલા અધ્યાયના પહેલા શ્લોકના પહેલા બે શબ્દો ધર્મક્ષેત્રે, કુરુક્ષેત્રે ને જુદી રીતે ગોઠવીએ તો બે શબ્દોમાં ભગવદ્‌ગીતાનો સાર આવી જાય. **ક્ષેત્રે ક્ષેત્રે ધર્મ કુરુ** (દરેક ક્ષેત્રમાં ધર્મમય આચરણ હોવું જોઈએ) આ બે શબ્ધોમાં વિશ્વની અને વ્યક્તિઓની સાંપ્રત નહીં પણ સર્વકાલીન સમસ્યાઓનું સમાધાન છે.

(મુંબઈસ્થિત દાર્શનિક સાહિત્યના અભ્યાસુ સુરેશભાઈનાં નવ પુસ્તકો પ્રગટ થયાં છે. તેઓ વ્યાખ્યાનમાળાઓમાં સુંદર પ્રવચનો આપે છે. જ્ઞાનસત્રોમાં ચિંતનસભર શોધપત્રો પ્રસ્તુત કરે છે).

◎

૭

સાંપ્રત જીવનની સમસ્યાના સમાધાન માટે જૈન આગમની ભૂમિકા

▣ ગુણવંત બરવાળિયા

ભગવાન મહાવીરના ઉપદેશ ગ્રંથ 'આગમ' જૈન ધર્મની ઓળખ છે.

જેમ ગીતાનો પવિત્ર ગ્રંથ હિંદુ સનાતન ધર્મની ઓળખ છે, કુરાન મસ્લિમ ધર્મ, બાઈબલ ક્રિશ્ચિયન ધર્મની ઓળખ છે.

આત્માની સમજ આપે, આત્માની ઓખળ કરાવે તે આગમ છે,જૈન ધર્મનો પ્રાણ આત્મા છે. જૈન આગમોમાં પ્રરૂપિત વિવિધ તત્ત્વોનાં કેન્દ્રમાં આત્મા છે તેથી જ સંસારની સર્વ વિદ્યાઓમાં અધ્યાત્મ વિદ્યાનું સ્થાન સર્વોપરી છે, કારણ કે અધ્યાત્મ સિવાય અન્ય કોઈ પણ લોકવિદ્યા પાસે શાશ્વત સુખની બાહેંધરી નથી.

માનવીનું સાંપ્રત જીવન આધિ-વ્યાધિ અને ઉપાધિથી અશાંત છે, ત્યારે ચિરંજીવ શાંતિનો માર્ગ જૈન આગમ પાસે છે. આ કારણે સાંપ્રત જીવનમાં જૈન આગમની મહત્ત્વની ભૂમિકા છે.

પ્રબુદ્ધ કરુણાના કરનારા ભગવાન મહાવીરે ઉપ્પનેઈવા, વિગમેઈવા અને ધુવેઈવા આ ત્રિપદી દ્વારા દેશના આપી. ગણધર ભગવંતો દ્વારા આ ઉપદેશ આપણને આગમરૂપે મળ્યો.

દેવો, મનુષ્યો અને તિર્યંચો, સમોવસરણમાં ભગવાન મહાવીરની પાવન

વાણી ઝીલવા આસનસ્થ થઈ જાય છે. ભગવાન માલકૌંસ રાગમાં પોતાની દેશના પ્રવાહિત કરે છે ને સૌ જીવો પોતપોતાની ભાષામાં તે સમજે છે.

જેનું ઉપાદન ઉત્કૃષ્ટ છે અને જેની ગણધર થવાની પાત્રતા છે, ભગવાનના શ્રીમુખેથી ત્રિપદી સાંભળતા આ ભવ્ય જીવોના ઋચક પ્રદેશો ખૂલે છે. જ્ઞાનાવરણીય કર્મનો અદ્ભુત ક્ષયોપશમ થતાં તેમના અંતરમનમાં સહજ રીતે દ્વાદશાંગીની રચના થઈ જાય છે અને આ રીતે ભગવાન મહાવીરના ઉપદેશનો અમૂલ્ય વારસો આપણને મળે છે.

પૂ. શ્રી દેવર્ધીગણીને અનુભૂતિ થઈ કે કાળક્રમે માનવીની સ્મૃતિશક્તિ ઓછી થતી જાય છે જેથી પૂજ્યશ્રીએ ભગવાન મહાવીરનો આ દિવ્ય વારસો જળવાઈ રહે તે માટે વલ્લભીપુરમાં ૫૦૦ સાધુમહાત્માઓના સહયોગથી સતત ૧૩ વર્ષના પુરુષાર્થથી લેખનકાર્ય દ્વારા આ વારસો લિપિબદ્ધ કર્યો.

પૂર્વાચાર્યોએ શ્રમણ સંસ્કૃતિની જ્ઞાનધારા ગતિમાન રાખવા માટે સમયે સમયે આગમોનું સંપાદન, સંશોધન, સંવર્ધન અને સંકલન કરી અદ્દભૂત યોગદાન આપ્યું છે.

સમગ્ર માનવજાતના કલ્યાણ માટેની હિતચિંતા, અકારણ કરુણાના કરનારા પ્રભુ મહાવીરને સતત દેશના અપવા પ્રેરે છે તેને કારણે માત્ર સાહિત્યને જ નહિ, પરંતુ વિશ્વના દર્શનસાહિત્યને એક અમૂલ્ય ભેટ મળે છે.

આગમનું ચિંતન, સ્વાધ્યાય અને પરિશીલન અજ્ઞનના અંધારા દૂર કરી જ્ઞાનનો દીવો પ્રગટાવે છે. જૈન તત્ત્વજ્ઞાન, આચારશાસ્ત્ર તથા વિચારદર્શનના સુભગ સમન્વય સાથે સંતુલિત તેમ જ માર્મિક વિવેચન આગમમાં છે. તથી તેને જૈન પરંપરાનું જીવનદર્શન કહી શકાય.

પાપવૃત્તિ અને કર્મબંધનમાંથી મુક્ત થઈને પંચમગતિના શાશ્વત સુખો કઈ રીતે પામી શકાય તે દર્શાવવા હિંસા આદિ દૂષણોનું પરિણામ દેખાડી અહિંસાના પરમ ધ્યેયની પુષ્ટિ કરવા સદ્ગુણોની પ્રતિષ્ઠા આ સંપૂર્ણ સૂત્રોમાં કરી છે.

આગમના નૈસર્ગિક તેજપૂંજમાંથી એક નાનકડું કિરણ મળે તોપણ આપણું જીવન પ્રકાશમય થઈ જાય. આત્માનો કર્મમુક્ત થવાની પાવન પ્રક્રિયામાં પ્રવાહિત કરતાં આગમ સૂત્રો આત્મસુધારણાનો અમૂલ્ય દસ્તાવેજ છે.

ગણધર ભગવંતોએ ભગવાનની વાણીને ઝીલી સૂત્રબદ્ધ કરેલા આગમો જીવના કલ્યાણ મંગલ માટે, વ્યક્તિને ઊર્ધ્વપંથનો યાત્રી બનાવવા માટે પ્રેરણાના પ્રકાશ પાથરે છે.

અનાદિકાળથી આત્મા પર લાગેલી કર્મરજને સાફ કરવાની પ્રક્રિયા એટલે આત્મસુધારણા. આત્મા પર કર્મ દ્વારા વિકૃતિ અને મલિનતાના થર જામ્યા છે જેથી હું મારા આત્માના સાચા સ્વરૂપને જોઈ શકતો નથી. અપાર શક્તિના સ્વામી આત્માના દર્શન થઈ જાય તો સંસારનાં દુઃખો અને જન્મ-મરણની શૃંખલામાથી મુક્તિ મળી જાય. અંગ, ઉપાંગ, છેદસૂત્ર, પયન્ના, મૂળસૂત્ર અને પ્રકીર્ણક વિગેરેમાં ૩૨ અથવા - અને ૪૫ આગમો સમાવિષ્ટ છે.

શ્વેતાંબર જૈનોએ આગમનો ભગવાન મહાવીરના ઉપદેશ ગ્રંથોરૂપે સ્વીકાર કર્યો છે. દિગંબર જૈનોની માન્યતા છે કે ભગવાન મહાવીર પછી નવસો એંશી (૯૮૦) વર્ષ બાદ આગમને લિપિબદ્ધ કરવામાં આવ્યા એટલે એ ભગવાનની પ્રત્યક્ષ દેશનારૂપે સ્વીકારી શકાય નહીં.

લગભગ બે હજાર વર્ષ પહેલાં દિગંબર મુનિ કુંદકુંદાચાર્ય થઈ ગયા. એ મહાન લબ્ધિધારી આચાર્ય શંકાના સમાધાન અને જ્ઞાનપ્રાપ્તિ અર્થે સદેહે મહાવિદેહ ક્ષેત્રમાં વિહરમાન તીર્થંકર સીમંધર સ્વામી પાસે ગયા. ત્યાં આઠ દિવસ ઉપવાસ સાથે જ્ઞાનપ્રાપ્તિ કરી. ત્યાંથી આવીને સીધા તામિલનાડુના બડેવાસી ગામની પુનટમલય ગુફામાં બેસીને સમયસર, નિમયસાર આદિ શાસ્ત્રોની રચના કરી. દિગંબર પરંપરાએ એનો પરમાગમ શાસ્ત્રોરૂપે સ્વીકાર કર્યો છે. છતાંય જૈનોના તમામ ફિરકાઓ, સમસ્ત જૈનોએ અને વિશ્વના અનેક વિદ્વાનોએ આગમનો જૈન તત્ત્વજ્ઞાનના ઉત્કૃષ્ટ સાહિત્ય રૂપે તો સ્વીકાર કર્યો જ છે.

આ આગમ ગ્રંથોમાં સમાવિષ્ટ દ્રવ્યાનુયોગ, ચરણકરણાનુયોગ અને રગણિતનુયોગ ધર્મકથાનુયોગમાં ઠેરઠેર જીવમાંથી શિવ બનવાની પ્રક્રિયાનો નિર્દેશ છે.

આગમશાસ્ત્રોમાં જૈન શાસનના બંધારણનો પાયો છે. જૈન આગમરૂપી આ દસ્તાવેજમાં જ્ઞાન, દર્શન અને ચારિત્રરૂપ ત્રિરત્નની માલિકી આપવાના સિદ્ધાંતો, નિયમો અને આચારોનું વિશદ્ માર્ગદર્શન આપવામાં આવેલ છે. એમાં જણાવેલ આચારપાલન અવશ્ય માનવીની આત્મોન્નતિ કરાવી શકે છે. આપણાં સાંપ્રત

જીવનમાં ઉદ્‌ભવતી કેટલીક નાની-મોટી સમસ્યાનો ઉકેલ આપણને જૈન આગમ ગ્રંથોમાંથી મળી રહે છે.

આ આગમો સાંપ્રત જીવનમાં કેવી મહત્ત્વની ભૂમિકા ભજવે છે તેની આપણે વિચારણા કરીએ.

'આચાર એ જ પ્રથમ ધર્મ છે'. આ જીવનસૂત્ર અપાનવવાની સફળ તરકીબો **શ્રી આચરાંગ સૂત્ર**માં આચારશુદ્ધિ દ્વારા જીવનશુદ્ધિના સ્તરને ઊંચું લાવવા માટે છ પ્રકારના જીવોને 'યતના', 'જયણા' અને આચારશુદ્ધિનો માર્ગ બતાવ્યો છે. વળી આત્મસુધારણા અને સમાધિની પ્રાપ્તિ કરવામાં ઇન્દ્રિયવિજયની પ્રધાનતાનું નિરુપણ કરતાં શ્રી આચરાંગ સૂત્રમાં કહ્યું છે કે, **'जे गुणे से मूलट्ठाणे, जे मूलट्ठाणे'** જે પાંચ ઇન્દ્રિયોના વિષયો છે તે સંસારનું મૂળ કારણ છે.

સૂત્રકૃતાંગ ભગવાન મહાવીરે કહેલું કે તાર્કિકપણે ગંગાસ્નાનથી મોક્ષ મળતો હોય તો ગંગામાં રહેલી બધી જ માછલીઓને મોક્ષ મળી જાય. કહેવાનું તાત્પર્ય એ છે કે સ્નાન બાહ્યશક્તિનું કારણ માત્ર છે. આત્મશુદ્ધિની પ્રક્રિયા નથી. દેહશુદ્ધિનું મહત્ત્વ ગૌણ છે. મોક્ષમાર્ગમાં આત્મશુદ્ધિનું જ મહત્ત્વ છે.

ભગવતી સૂત્રમાં ગૌતમસ્વામી અને અન્યો સાથેની પ્રશ્નોત્તરી જ્ઞાનનો ખજાનો ખૂલ્લો કરે છે. જિજ્ઞાસા અને શિષ્યનો વિનયભાવ સાંપ્રત જીવનમાં પ્રેરણાદાયી બને છે.

दस णक्खत्ता णमाणस्स वुड्ढिकरा पण्णत्ता, तं जहा-
मिगसिरमद्दा पुस्सो, तिण्णि य पुव्वाइं मूलमस्सेसा ।
हत्थो चित्ता य तहा, दस वुड्ढिकराइं णाणस्स ।।

ઠાણાંગ સૂત્રમાં ભગવાને કહ્યું છે કે, દશ નક્ષત્ર જ્ઞાનની વૃદ્ધિ કરનારાં છે, તે આ પ્રમાણે છે - (૧) મૃગશીર્ષ (૨) આર્દ્રા (૩) પુષ્ય (૪) પૂર્વાષાઢા (૫) પૂર્વભાદ્રપદા (૬) પૂર્વાફાલ્ગુની (૭) મૂળ (૮) અશ્લેષા (૯) હસ્ત (૧૦) ચિત્રા. આ દશ નક્ષત્ર જ્ઞાનવૃદ્ધિ કરનારાં છે.

નક્ષત્રોમાંથી જે કિરણો નીકળે છે તે આપણા બ્રેઈનને અસર કરે છે. આ નક્ષત્રના સમયમાં ખુલ્લામાં કે ટેરેસ પર વિદ્યાપ્રાપ્તિનો પ્રયોગ કરવાનો હોય છે.

પૂર્વે તપોવનમાં, ઋષિકુળમાં ગુરુજી વૃક્ષ નીચે ખુલ્લામાં વિદ્યાદાન દેતા હતા.

આમાં દસ રાષ્ટ્રધર્મનો પણ ઉલ્લેખ જોવા મળે છે. એક નાગરિક તરીકે રાષ્ટ્ર પ્રતિ આપણી શું ફરજ છે તે દર્શાવાયું છે.

બધા તીર્થંકરોના સાધુ રંગીન વસ્ત્રો પહેરતા. ભગવાને શ્વેત વસ્ત્ર પહેરવાનો આદેશ આપ્યો. આ યુગના માનવીની વિકલ્પોમાં રાચવાની ચંચળવૃત્તિ ઘટાડવા માટે અને ગરમી અને તાપમાં રંગીન વસ્ત્રોમાં વધુ ગરમી લાગે અને શ્વેત વસ્ત્રમાં ઓછી લાગે. આ રીતે પ્રભુએ ૨૫૦૦૦ વર્ષ પહેલાં ગ્લોબલ વાર્મિંગ - વૈશ્વિક તાપમાનના વધારાનો વરતારો કરી આપણને ચેતવ્યા.

ધર્મકથાનુયોગમાં **શ્રી જ્ઞાતાધર્મકથા** નામના આ આગમમાં મહાપુરુષોના જીવનની સત્યઘટનાઓ અને ઔપદેશિક કથાઓનો વિપુલ સગ્રંહ છે. દ્રવ્યાનુયોગ કથાનુયોગ પર સવારી કરીને આવે તો દર્શનનાં રહસ્યો સરળતાથી સમજાઈ શકે. આ ધર્મકથાનું શ્રવણ બાળજીવોને દર્મપ્રીતિ પ્રેરનારું બની રહે, ધર્મમાર્ગમાં સ્થિર કરનારું બની રહે તેવું છે.

પોઝિટિવ થિંકિંગ કઈ રીતે રાખવું - સમુદાય વચ્ચેના જીવનમાં સમુદાય ધર્મ કઈ રીતે નિભાવવો તેમ જ વડીલોના સ્થાન અને સન્માનની વાત સૂત્રોમાં કહી છે.

વાસ્તુશાસ્ત્ર, નગરરચના, જીવનવ્યવસ્થા અને જીવનશૈલીમાંથી ઉદ્ભવતા પ્રશ્નોનું સમાધાન જાણવાની ઇચ્છાવાળાઓએ જ્ઞાતાધર્મ કથા સૂત્ર અવશ્ય વાંચવું જોઈએ.

શ્રી ઉપાસકદશાંગ સૂત્ર વીરપ્રભુના શાસનના દશ મહાશ્રાવકોના દેશવિરતિના ઉત્કૃષ્ટ આચારનું વર્ણન આપણને પ્રેરણાના પીયૂષ પાય છે.

શ્રાવકોની જીવનશૈલી, તેમની વ્યાપારની પદ્ધતિ કેવા પ્રકારની હતી, રોકાણની પદ્ધતિ, ક્ષેત્ર, સાધનો અને ન્યાયસંપન્ન વૈભવ અને શ્રાવકોની આવકનો વ્યય અને સદ્વ્યયનું વર્ણન આ સૂત્રમાં છે.

ભગવાન મહાવીરના શ્રાવકો પાસે ગાયોના વિશાળ ગોકુળ હતા. જે ઘરમાં ગાય છે ત્યાં આસુરી સંપત્તિનું આગમન થતું નથી, તે આ સૂત્ર દ્વારા ફલિત થાય છે.

પરિવારમાં પત્ની, માતા અને પુત્રોનું સ્થાન અને વાનપ્રસ્થ આશ્રમનું વર્ણન પણ આ સૂત્રમાં છે.

ભગવાન મહાવીરે પોતાના શ્રાવકો જે સંસારમાં રહીને પણ ઉત્કૃષ્ટ આત્મકલ્યાણ કરે છે તેવા શ્રાવકોનું પોતાના શ્રીમુખેથી વર્ણન કરી શ્રાવકોને પોતાના હૃદયમાં સ્થાન આપ્યું છે તે ઉપાસક દશાંગ સૂત્રથી પ્રગટ થાય છે.

શ્રી અંતગડદશાંગ સૂત્રમાં અંતમુહૂર્તમાં મોક્ષે ગયેલા પુણ્યાત્મા આરાધક મુનિઓના જીવન શ્રાવકના ત્રણ મનોરથ ચરિતાર્થ કરવાના પ્રેરક બને છે.

આ સૂત્રમાં સહનશીલતાથી સફળતા સુધીની યાત્રાનું વર્ણન છે. શ્રાવક સુદર્શન **'નમો જીણાણંજી અભયાણં'**ના જાપ કરે છે ત્યારે સેંકડો કિલો વજનું શસ્ત્ર તેના પર ફેંકવામાં આવે છતાં તે વાગતું નથી. જાપ-સાધનાને કારણે તેની આસપાસ સુરક્ષાચક્ર રચાય છે અને તેને બચાવે છે. આ ઘટનાનું વૈજ્ઞાનિક વિશ્લેષણ કરતા જણાશે કે અદૃશ્ય પદાર્થ દૃશ્યને રોકી શકે. સુરક્ષાનો એક અદૃશ્ય ફોર્સ આપણી આસપાસ રચાય જે મેટલને પણ રોકી શકે છે. ગોશાલકે ભગવાન સામે ફેંકેલી તેજાલેશ્યા વખતે પણ આવું જ થયું.

ગજસુકુમાર માથે અંગારા મૂક્યા ત્યારે તેને પીડા ન થઈ. સાધુ લોચ કરે ત્યારે પહેલી ચાર-પાંચ લટ ખેંચે ત્યારે દુઃખ-પીડા થાય પછી તે પીડા ઓછી થાય. એનો અર્થ એ થયો કે આપણી ભીતર એનેસ્થેસિયા સક્રિય થાય છે. આપણી અંદર પીડાશામક રસાયણ સર્જાય છે જે નેચરલ એનેસ્થેસિયા છે. અંદરમાં એવું કાંઈક તત્ત્વ સર્જાય છે જે તત્ત્વ આપણી સહનશીલતાને વિકસાવે છે. આ સંશોધનનો વિષય છે.

શ્રી અનુત્તરોપપાતિકદશાંગ સૂત્ર આગમના અનુત્તર વિમાનમાં ઉત્પન્ન થનાર મહાત્માઓનું જીવન આપણા અધ્યાત્મ જીવનને નવી દિશા આપે છે.

ભગવાન મહાવીરની ઉપદેશધારાના આ આગમમાં દેહ પ્રત્યેનું મહત્ત્વ ઘટાડતા તપસાધકો જેવા કે ધન્ના અણગારની સાધનાનું વર્ણન છે.

આ સૂત્રમાં કહ્યું છે કે, મનુષ્ય માત્ર ખોરાકથી જ જીવી શકે એવું નથી, પ્રકાશ અને હવાથી પણ જીવી શકાય છે. સૂર્યપ્રકાશથી પણ જીવી શકાય તેવા દાખલા છે. રોજ એક ચોખાનો દાણો લઈને પણ લાંબો સમય જીવી શકાય તેવાં

ઉદાહરણો છે. શરીરવિજ્ઞાનના સંશોધનનો આ વિષય છે.

મંત્રના ઉપયોગ અને લબ્ધિદિશા દર્શન કરાવનાર **શ્રી પ્રશ્નવ્યાકરણ સૂત્ર**માંના પાંચ મહાપાપોનું વર્ણન વાંચતાં પાપથી પાછા ફરવાના પાવન અવસરની પ્રેરણા પ્રાપ્ત થાય છે.

સત્ય, અહિંસા, આદિ ગુણો દ્વારા વિધેયાત્મક શક્તિની પ્રાપ્તિ કઈ રીતે કરવી તેનું વર્ણન આ સૂત્રમાં છે. અનેક પ્રકારની સિદ્ધિઓ, વિદ્યાઓ, લબ્ધિઓ અને ઊર્જાઓને કઈ રીતે પ્રાપ્ત કરવી તે બતાવેલ છે.

પ્રાચીન કાળમાં આ આગમમાં અનેક વિદ્યાઓના મંત્રો તથા યંત્રોની વાત હતી, પરંતુ એ વિદ્યાઓના મંત્રો કે યંત્રોનો દૂરઉપયોગ ન થાય, કોઈ કુપાત્ર તેનો અકલ્યાણ માટે ઉપયોગ ન કરે તે આશયથી આ સૂત્રની પ્રાચીન વિદ્યાને ગુરુએ સંગોપી દીધી છે. આમ અનઅધિકારી શિષ્યને જ્ઞાનનો પરિચય ન કરાવવાની જૈન પદ્ધતિ વિશેષ વંદનીય છે અને આ જ કારણે આચાર્યોએ આ આગમનો વિષય બદલી નાખ્યો છે.

શ્રી વિપાક સૂત્ર આગમમાં અજ્ઞાન દશામાં બાંધેલાં કર્મોનાં ભયંકર ફળ પાપકર્મોથી દૂર રહેવાનો માર્ગ બતાવે છે. દુષ્કૃત્યથી દુઃખ વિપાક થાય છે અને સુકૃતથી સુખ વિપાક આ જાણી આપણી વૃત્તિઓ સુકૃત તરફ પ્રયાણ કરશે.

જીવનશૈલીમાં પાપથી બચવું છે. સત્કર્મોથી જીવનને વિભૂષિત કરવું છે તેવા પ્રકારની વિચારણા ધરાવતા સાધકો માટે વિપાક સૂત્રની ભૂમિકા અત્યંતપણે ઉપકારક છે.

આગમમાં અંગસૂત્રોના વર્ગીકરણ ઉપરાંત ૧૨ ઉપાંગ સૂત્રોનું પણ વર્ગીકરણ કરવામાં આવ્યું છે, જે ઉપયાંગો અંગોના સ્વરૂપને વિસ્તારે છે.

શ્રી ઉવવાઈ સૂત્રમાં ભગવાનના ગુણવૈભવ - ગણધર શ્રમણોની સંયમસાધનાનું દિગ્દર્શન છે. ભગવાનનું નગરમાં આગમન થતાં રાજા આનંદ - ઉલ્લાસ અને ભક્તિભાવથી દેવાધિદેવના દર્શને જાય છે તે વર્ણન વાંચતાં સંતો પાસે જવાની, વંદન કરવાની વિશિષ્ટ વિધિ કરવાનો બોધ થાય છે.

આપણાં કર્મો જ આપણી સદ્‌ગતિ કે દુર્ગતિનું કારણ છે. કયા પ્રકારના કર્મોથી કયા સ્થાનમાં જીવન ઉત્પત્તિ પામે તેનું વર્ણન કરેલ છે. તમારું કર્મ જ તમારી

ગતિનું કારણ બને છે, તેવા દૃષ્ટિબિંદુથી ભગવાન મહાવીરે ઈશ્વર કર્તાહતા નથી પરંતુ કર્મો જ આપણા ભાગ્યવિધાતા બને છે, તેવી વિશિષ્ટ દૃષ્ટિ આ આગમમાં પ્રગટ કરેલ છે.

શ્રી રાયપસેણી સૂત્ર વાંચતાં ગુરુનો સમાગમ થતાં પરદેશી રાજાના જીવનપરિવર્તનનું વર્ણન વાંચી ગમે તેવા પાપી જીવ પણ અધ્યાત્મની ઊંચી દશા સુધી પહોંચી શકે છે તેની પ્રતીતિ થાય છે.

સંત સમાગમ, વ્યક્તિ પર કેવો મહાન ઉપકાર કરે છે અને તેને દેવલોકમાં સુખો અપાવી શકે અને પરમપદને પણ પ્રાપ્ત કરાવી શકે છે તે પ્રેરણાદાયી હકીકતનું આલેખન છે.

પોતાની રાઈટ આઈડેન્ટીટી જાણવા ઈચ્છુક સાધકો માટે **રાયપસેણી સૂત્ર** ઉપકારક બની રહેશે.

શ્રી જીવાજીવભિગમ સૂત્ર વાંચતાં જીવ અજીવનમાં જ્ઞાન દ્વારા અહિંસા અને જયણા ધર્મ પાળી શકાય છે.

ભગવાન મહાવીરે જગતજીવોની વિવિધ પ્રકારની વૃત્તિઓ, રુચિઓ અને અલગ અલગ પ્રકૃતિને ધ્યાનમાં રાખીને જ્ઞાનભાવોનું વર્ણન આ સૂત્રમાં કર્યું છે. આ સૂત્ર જીવવિજ્ઞાનનો એક ઊંડાણભરેલો દસ્તાવેજ છે.

શ્રી પન્નવણા સૂત્રમાં જૈન તત્ત્વજ્ઞાનની સમજણ આપવામાં આવી છે. આ સૂત્ર પદાર્થવિજ્ઞાન, શરીરવિજ્ઞાન અને ચૈતસિક શક્તિઓનો ખજાનો છે. છ લેશ્યા અને ઓરા પરમાણુની ગતિનું વર્ણન, યોગ વિગેરેનું આલેખન, જ્ઞાનના ગહન ભંડાર સમું આ સૂત્ર **'લઘુ ભગવતી'** તરીકે ઓળખાય છે.

શ્રી ઉત્તરાધ્યયન સૂત્ર ભગવાનની અંતિમ દેશનારૂપે સમસ્ત જૈન સમાજમાં શ્રદ્ધાનું સ્થાન ધરાવે છે. ૩૬ અધ્યયનમાં પ્રભુના અંતિમ ઉપદેશમાં જૈન ધર્મના મુખ્યતમ વિષયોનો પ્રાયઃ સમાવેશ થયો છે જેનું ચિંતન અને આચરણ આત્માનું ઊર્ધ્વગમન કરાવી શકે.

આ સૂત્રના ૨૯મા અધ્યયનમાં સમ્યક્ પરાક્રમના ૭૩ બોલ દ્વારા સાધક દશામાં ઉત્કૃષ્ટ સાધના કઈ રીતે પ્રગટ કરી અને મોક્ષમાર્ગમાં કઈ રીતે આગળ વધવું તેનો નિર્દેશ છે.

અહીં અનેક પ્રકારની કથા સાહિત્યનું વર્ણન છે. ગેરસમજણથી કોઈ સાધક ધર્મવિમુખ બને ત્યારે ભગવાનના સાધકોનું આચરણ જ તેની ગેરસમજ દૂર કરી ધર્મમાં સ્થિર કરે છે તેનું વિશેષ વર્ણન છે.

શ્રી શય્યંભવાચાર્ય દ્વારા પોતાના પુત્ર બાલમુનિ શ્રી મનકને લક્ષમાં રાખી પ્રથમ મૂળ સૂત્ર **શ્રી દશવૈકાલિક સૂત્ર**ની રચના કરવામાં આવી છે. પરમ દાર્શનિક પૂ. જયંતમુનિ લખે છે કે, **'દશવૈકાલિક સૂત્ર'** જૈન આગમનો સાર-સરવાળો છે. આ એક શાસ્ત્રના અવગાહનથી હજારો શાસ્ત્રોનું અવગાહન થઈ જાય છે.' આ સૂત્ર મુક્તિધામની મહાયાત્રા છે.

શ્રી વ્યવહાર સૂત્રમાં આગમવ્યવહાર, શ્રુતવ્યવહાર, જ્ઞાનવ્યવહાર, ધારણાવ્યવાહર અને જિતવ્યવહાર સંયમી જીવનને નિર્મળ બનાવે છે.

ભગવાને પોતાના બે સાધકોની વચ્ચે એ બે ભેગા મળે ત્યારે, બે શ્રાવકો કે બે આચાર્યો ભેગા મળે ત્યારે, ગુરુ-શિષ્ય મળે તો બે મળવા પર એકબીજાએ કેવો વ્યવહાર કરવો તેનું વર્ણન આ સૂત્રમાં છે જેના દ્વારા સામુદાયિક સુમેળતાનું સર્જન થાય છે. આ સૂત્ર સાધુ, સાધ્વી, શ્રાવકો અને પરિવાર વચ્ચે સંવાદનું સર્જન કરાવતું શાસ્ત્ર છે.

સાધકોને સાધનાની વિશુદ્ધિ માટે અવશ્ય કરવા યોગ્ય અનુષ્ઠાનોનું નિરૂપણ કરતું આગમ તે **શ્રી આવશ્યક સૂત્ર** છે. વ્યવહારમાં આપણે તેને પ્રતિક્રમણ સૂત્ર કહીએ છીએ. આત્મવિશુદ્ધિ કરવા માટે જે ક્રિયા અવશ્ય કરવાની છે તેને આવશ્યક કહ્યું છે.

આવશ્યકને જ્ઞાનીઓએ જીવનશુદ્ધિ, સંયમ વિશુદ્ધિ ક્રિયા કહી સાધનાનો પ્રાણ કહેલ છે. સમભાવની સાધના એ સામાયિક છે. તીર્થંકરોની સ્તુતિ ચૌવિસંથોથી શ્રદ્ધા બળવાન બને છે. વંદના દ્વાર સાધકોને ભક્તિભાવ પ્રગટ થાય છે. પ્રતિક્રમણ એ પાપથી પાછા ફરવાની પ્રક્રિયા છે. અંતર્મુખ થઈ આત્મભવમાં સ્થિર થવા માટે કાઉસગ્ગ અને ભવિષ્યનાં કર્મોના નિરોધ માટે પચ્ચખાણ એમ આ છ આવશ્યકની આરાધના સાધકના આત્મવિશુદ્ધિના લક્ષને સફળ બનાવવામાં સહાયક બને છે.

પ્રતિક્રમણ સાધક અને શ્રાવક બન્ને માટે દરરોજ કરવા યોગ્ય એવી પ્રક્રિયા છે જેનાથી આત્માની શુદ્ધિ અને વિશુદ્ધિ વર્તે છે. કર્મો જે દરરોજ બંધાતાં હોય

તે નિદ્ધત બંધાય છે અને નિકાચિત કક્ષાના થતાં અટકી જાય છે. તેની પ્રક્રિયા પણ આ જ પ્રતિક્રમણ સૂત્રમાં બતાવેલી છે. જે કર્મને અવશ્ય ભોગવ્યા વિના ક્ષય કરી શકાય તે નિદ્ધત. દરરોજના પાપનું જ્યારે પ્રતિક્રમણ કરવામાં આવે છે ત્યારે પાપની કક્ષા નિદ્ધત બની જાય છે, પરંતુ જ્યારે પ્રતિક્રમણ કરવામાં નથી આવતું ત્યારે તે કર્મો નિકાચિત બની જાય તેનું વર્ણન આ સૂત્રમાં છે. સાધકો અને શ્રાવકો નિત્ય પ્રતિક્રમણ કરે તો તે પરમપદ સુધી પહોંચી શકે છે.

અગિયાર અંગ સૂત્રો, બાર ઉપાંગ સૂત્રો, ચાર મૂળ, ચાર છેદ અને એક આવશ્યક સૂત્ર એમ બત્રીશ આગમો આત્મસુધારણા માટે સાધકાને કઈ રીતે ઉપયોગી છે તેની વિચારણા આપણે કરી. સ્થાનકવાસી અને તેરાપંથ સંપ્રદાયમાં બત્રીશ આગમ સૂત્રોનો સ્વીકાર થયો છે.

શ્વેતાંબર મૂર્તિપૂજક આરાધકોની માન્યતા પ્રમાણે દસ પયન્ના સૂત્ર - પ્રકીર્ણક સહિત બીજા તેર આગમગ્રંથોએ સ્વીકાર્યા છે. તીર્થંકર દેવે અર્થથી જણાવેલ શ્રૃતને અનુસરીને પ્રજ્ઞાવાન મુનિવરો જેની રચના કરે તેને **પ્રકીર્ણક કે પયન્ના** કહે છે.

ચતુઃશરણ પ્રકીર્ણકમાં ૩૪ અતિષયોથી વિભૂષિત અરિહંતોનો પરિચય અને ચાર શરણ સ્વીકારની વાત સાથે દુષ્કૃત્ય ગર્હા ને સુકૃત અનુમોદનની વાત કહી છે. મહાપ્રત્યાખ્યાનમાં પાપ કરવું એ દુષ્કર છે કહી આલોચના વિધિ કહી છે. ભક્તપ્રતિજ્ઞા પ્રત્યાખ્યાનમાં ભક્ત એટલે આહાર અને પ્રતિજ્ઞા એટલે પ્રત્યાખ્યાન જીવનના અંત સમયે આહારત્યાગના પચ્ચક્ખાણ કઈ રીતે લેવા તે વિધિ બતાવી છે.

આ આગમોમાં બાળપંડિતમરણ અને પંડિતમરણની વિચારણા છે. પ્રત્યાખ્યાનનું વર્ણન અનશન માટેની યોગ્યતા અને પૂર્વતૈયારી, સંથારાનું વર્ણન, વૈરાગ્ય ભાવને દઢ કરતી વાતો, ગચ્છાચારમાં સાધુ-સાધ્વીની મર્યાદા, જ્યોતિષ અને દેવેન્દ્રનું વર્ણન, મરણ-સમાધિ પ્રકીર્ણકમાં મરણ સુધારવા માટેની આદર્શ પદ્ધતિઓ આત્માસુધારણા માટે ઉપયોગી છે.

જૈન આગમના સંદર્ભે મનોવિજ્ઞાન, શરીરવિજ્ઞાન, પર્યાવરણ અને યોગની વિચારણા કરીએ. મનોવૈજ્ઞાનિકો, મનેચિકિત્સકો માનવીના મનની દશાનો અભ્યાસ

કરી તેનું પૃથ્થકરણ કરી કેટલાંક તારણો કાઢે છે. મનોચિકિત્સકો દૈહિક અને મનોદૈહિક રોગોનો પોતાની કાર્યપદ્ધતિ દ્વારા ઉપચાર કરે છે. કોઈ પણ શારીરિક રોગ માનસિક રૂગ્ણતા સાથે સંબંધ ધરાવે છે. મનોચિકિત્સકો મન અને શરીરશુધ્ધિ સુધીના મર્યાદિત ઉપચાર કરે છે, જ્યારે દાર્શનિકોએ શરીરશુદ્ધિમાં અટકાયા વિના આત્મશુધ્ધિની ઉપચાર પ્રક્રિયાને અનિવાર્યપણે જોડી દીધી છે, કારણ કે વીતરાગ પરમાત્મા ભવરોગ નિવારણવાળા પરમ વૈદ્યરાજ છે.

ફ્રોઈડવાદમાં જેમ શુભ વિચાર વિગેરેને શુભ સંકલ્પમાં પરિવર્તિત કરવામાં આવે છે એવી જ રીતે જૈન દર્શનમાં ભાવનાઓ અને લેશ્યાનું વર્ણન થયુંછે. કર્મવાદના ચિંતનમાં ઉદવર્તન, ઉદીરણાથી સંક્રમણ વિગેરે અવસ્થાઓમાં કર્મનિર્જરા થાય છે. દ્રવ્ય અથવા ભાવમન દ્વારા અજાણતા પાપોનું સેવન થઈ જાય, અજાણતા અથવા અજાગ્રત અવસ્થામાં, સ્વપ્નમાં પાપોનું સેવન થઈ જાય તેવા સૂક્ષ્મ પાપોના પ્રાયશ્ચિત્ત માટે પણ જૈન આગમોમાં આવશ્યક સૂત્રમાં વિસ્તારથી માર્ગદર્શન આપવામાં આવ્યું છે.

ફ્રોઈડવાદના અચેતન મનની તુલના આપણે કાર્મણ શરીર સાથે કરી શકીએ. આપણાં દમિત મન, વચન અને કાયાના વ્યાપારોનો સંબંધ કાર્મણ શરીર સાથે હોય છે. આજે મનોવિજ્ઞાનના ક્ષેત્રમાં જેટલાં પણ શોધકાર્યો થઈ રહ્યાં છે તે કાર્મણ શરીર સુધી જ સીમિત છે, જ્યારે જૈન દર્શનના સૂત્રો અનુસાર ઔદારિક, તેજસ અને કાર્મણ શરીરથી આગળ છે જીવાત્મા-શુદ્ધાત્મા.

જૈન દર્શનમાં સંમોહનની વાત આવે છે, પણ તે આદર્શ સંમોહનના રૂપમાં આવે છે. મનોચિકિત્સક રોગીના શરીરને શિથિલ કરી અચેતન મનમાં ઘર કરી ગયેલી ચિંતા અને વિકારની જડ સુધી પહોંચે છે. જૈન આગમમાં આવશ્યક સૂત્ર અને અંતરતપમાં કાયોત્સર્ગની વિધિ બતાવવામાં આવી છે. કાયોત્સર્ગ એટલે કાયાને શિથિલ કરવી. આત્મસંમોહનની ક્રિયા, ધ્યાન સાથેની આ ક્રિયા દ્વારા, નીડરતા, વ્યસનમુક્તિ, એકાગ્રતા સાથે નિર્ણયશક્તિનો વિકાસ થાય છે. લોગસ્સ પણ મનોવૈજ્ઞાનિક પદ્ધતિ છે જે આત્માથી પરમાત્મા સુધી પહોંચવાની શુદ્ધિકરણની પ્રક્રિયા દર્શાવે છે. લોગસ્સ આપણા અજાગ્રત મનની શક્તિઓ જાગૃત કરી આધ્યાત્મિક ઊંચાઈએ પહોંચવામાં મદદ કરે છે.

જૈનોના અનુષ્ઠાનોમાં વંદનની ક્રિયા કરવાની હોય છે. જૈનાચાર્યોએ નમન કરવાનું કહ્યું છે તેની પાછળ શરીરવિજ્ઞાન, યોગવિજ્ઞાન અને મનોવિજ્ઞાનનાં પરિબળો કામ કરે છે.

નમવાથી આપણું પેટ દબાશે અને પેટ નીચેની પેન્ક્રિયાસમાંથી જે રસ ઝરશે તે તામસી તત્ત્વોને શાંત કરશે. આ શરીરવિજ્ઞાનની પ્રક્રિયા થઈ. સાષ્ટાંગ પ્રણામની સ્થિતિમાં વંદન કરવું એટલે સમગ્ર ક્રિયાથી સમથળ પૃથ્વીના સાન્નિધ્યે સમાંતરપણે આપણે દંડવત થઈએ ત્યારે વૈશ્વિક ચેતનાનું આપણી સાથે અનુસંધાન થતાં જગતની શક્તિનો સહજ પ્રવેશ થાય છે. બાહ્યકૃતિ સાથે આંતરપરિવર્તન થતાં, પ્રણામ માટે આપણે જ્યારે નમીએ છીએ ત્યારે ભીતરસ્થિત અહંકાર પણ નમી જાય છે, ઝૂકી જાય છે. આપણામાંથી આપણી ચોપાસ નીકળતું, સર્જતું અહમ્‌ની સુરક્ષાનું સતત વર્તુળ ભાંગી પડે છે. આ મનોવૈજ્ઞાનિક પ્રક્રિયાથી આપણે રચેલ અહમ્ અને મમની દીવાલોમાં તિરાડ પડે છે તે શરણાગતિના **અભ્યંતર ભાવો**ના પ્રવેશ માટે સહાયક બને છે. ભાવના અભિપ્રેત થતાં લોકોત્તર વંદનની યાત્રા શરણગતિમાં પરિણમે છે. આગમના આવશ્યક સૂત્ર અને અન્ય આગમ ગ્રંથોમાં વંદના વિશે વિગતો જાણવા મળે છે.

આધુનિક મનોવિજ્ઞાનના નિરીક્ષણ પ્રમાણે કોઈ પણ વ્યક્તિના ચિત્તની એકગ્રતા સામાન્ય સંજોગોમાં ૪૮ મિનિટથી વધુ ન રહી શકે. જૈન ધર્મના ગણધર ભગવંતોએ સામાયિક અનુષ્ઠાનની અવધિ બે ઘડી એટલે ૪૮ મિનિટ રાખી છે.

વિશ્વના તમામ વિષયો એક યા બીજી રીતે આગમમાં સંગોપ્યા છે. વ્યક્તિ, કુટુંબ કે વિશ્વની અનેક સમસ્યાનું સમાધાન આગમમાંથી મળે છે. સાંપ્રત જીવનમાં આગમ સૂત્રો જીવનવ્યવહાર કે અધ્યાત્મ સાધના માટે દીવાદાંડી સમાન ભૂમિકાના સ્થાને છે.

આગમમાં લખાયેલ સુક્તિઓ, ગાથાઓ શુષ્ક કે તર્કવાદી નથી, પરંતુ જેમનું જીવન એક પ્રયોગશાળા હતું તેવા પરમવૈજ્ઞાનિક પ્રભુ મહાવીરની અનુભૂતિની એરણ પર ઘડાયેલ પરમસત્યની સફળ અભિવ્યક્તિ છે. આ આગમવાણીના જનક માત્ર વિચારક કે ચિતક જ નહીં, પરંતુ ઉત્કૃષ્ટ સાધક હતા. વ્રતોને માત્ર ચિંતનની ભૂમિકા સુધી સીમિત ન રાખતાં, ચારિત્ર આચારમાં પરાવર્તિત થઈને આવેલા આ વિચારો

શાસ્ત્ર બની ગયા જે જીવને શિવ બનાવી પરમપદને પ્રાપ્ત કરવા સક્ષમ છે.

સદ્ગુરુની આજ્ઞા લઈ આ આગમ સૂત્રોનો સ્વાધ્યાય કરવામાં આવે, જ્ઞાની ગુરુભગવંતોના સમાગમમાં તેનો શાસ્ત્રાર્થ સમજવામાં આવે અને તેનું નિજી જીવનમાં આચરણમાં અવતરણ થાય તો અવશ્ય આપણને મુકિતપંથ મળે અને સાંપ્રત જીવનમાં ઉદ્ભવતી સમસ્યાના સમાધાન માટે સચોટ માર્ગદર્શન મળી રહે.

જિનાગમમાં સૂત્રસિદ્ધાંતમાં વિચાર, વાણી અને વર્તનની વૃત્તિ-પ્રવૃત્તિ અને નિવૃત્તિની ભાવના અને કર્તવ્યનો અદ્ભુત સમન્વય જોવા મળે છે. આ કાળે અને ક્ષેત્રે ભીતરની સંપદાની એકવીસ હજાર વર્ષ સુધીના માલિકી હક્ક આપતો આ આત્મસુધારણાનો અમૂલ્ય દસ્તાવેજ છે.

પુષ્કરાવર્ત મેઘની વર્ષાની અસરથી વર્ષા ન આવે તોપણ જમીનમાંથી કેટલાંક વર્ષ ફળો અને પાક આવ્યા કરે, પરંતુ ભગવાન મહાવીરની વાણી ઉપદેશ ધારારૂપ આ પાવન મેઘવર્ષાની અસર આ આરાની સમાપ્તિ એટલે કે એકવીશ હજાર વર્ષ સુધી રહેનાર છે. ગુરુકૃપાએ તે પાવન વાણીને ઝીલવાનું આપણને પરમ સૌભાગ્ય પ્રાપ્ત થયું છે. જિનાજ્ઞા વિરુદ્ધ કાંઈ પણ પ્રગટ થયું હોય કે ઉત્સુત્ર પ્રરુપણા થઈ હોય તો ત્રિવિધે મિચ્છા મિ દુક્કડં.

◎

....

૮

બેકારી, લગ્નવિચ્છેદ અને ગર્ભપાત વિશે ખ્રિસ્તી ધર્મનું દૃષ્ટિબિંદુ

ડૉ. થોમસ પરમાર

ધર્મ એ સમાજ અને રાષ્ટ્રને ઘડનારું સમર્થ પરિબળ છે. વ્યક્તિને 'પશુ'માંથી 'માનવ' બનાવનારી શક્તિ છે. ઉન્નતિને પંથે લઈ જનારી એ પ્રચંડ તાકાત છે. જીવનને તરવાની એ એક માત્ર નૌકા છે, માનવીની હૂંફ છે. માનવજીવનને ઉદાત્ત, મહાન, પવિત્ર, નેક, નીતિપૂર્ણ બનાવનારું દિવ્ય અને મંગલ તત્ત્વ છે.

વ્યક્તિગત અને સામાજિક જીવનમાં ધર્મનું ઘણું મહત્ત્વ રહેલું છે. ધર્મે મનુષ્યને ''મનુષ્ય'' બનાવવા પ્રયત્ન કર્યો છે. ધર્મે મનુષ્યમાં વિવેકબુદ્ધિને વિકસાવી તેના જીવનને ઉન્નત અને પ્રગતિશીલ બનાવ્યું છે. ધર્મના નૈતિક નિયંત્રણોએ તેને અનેક પાશવી પ્રવૃત્તિઓથી દૂર રાખ્યો છે. ધર્મ જ મનુષ્યજીવનને શાંત, નીતિપૂર્ણ અને સંસ્કારયુક્ત બનાવે છે.

સામાજિક જીવનમાં પણ ધર્મનું ઘણું મહત્ત્વ છે. મહાભારતમાં જણાવ્યા પ્રમાણે ધર્મ જ પ્રજાજીવનને ટકાવી રાખનારું પ્રચંડ બળ છે. ધર્મમાં નિર્દિષ્ટ નૈતિક બંધનો સમાજ જીવનને સ્વસ્થ રાખે છે. ધર્મને લીધે સમાજ અરાકજતા, અવ્યવસ્થા અને અનૈતિકતાની બદીઓથી બચી શકે છે. ધર્મ સમાજમાં સંવાદિતા અને સંઘટન લાવી શકે છે. આમ ધર્મ એ સમાજનું પ્રેરક અને પોષક બળ છે. ડૉ. સર્વપલ્લી રાધાકૃષ્ણના મત પ્રમાણે ''મનુષ્યને સાચા માનવ તરીકે જીવન જીવવાની સૂઝ

આપનાર આંતર્દષ્ટિ તે ધર્મ છે.''

સાંપ્રત જીવનની સમસ્યાઓના નિવારણ માટે દરેક ધર્મએ પ્રયત્ન કરવો જોઈએ. તે માટે 'જનસેવા એ જ પ્રભુસેવા'ના વિચારને અમલી બનાવવો જોઈએ.

ધર્મને સામાજિક નિસ્બતતા હોવી જોઈએ. જો કોઈ ધર્મ તેના ક્રિયાકાંડ, વિધિઓ, શાસ્ત્રોમાં જ કેન્દ્રિત હોય અને સાંપ્રત જીવનની સમસ્યાઓ નિવારવામાં નિષ્ક્રિય રહે તો તે ધર્મ સામાજિક નિસ્બતતા ગુમાવે છે, એટલું જ નહીં આવો ધર્મ એ બંધિયાર સરોવર જેવો બની જાય છે. ધર્મ એ સામાજિક પેદાશ હોવાથી ધર્મને સામાજિક નિસ્બતતા હોય એ જરૂરી છે. સાંપ્રત જીવનની સમસ્યાઓ નિવારવા માટે ધર્મનું માર્ગદર્શન મળી રહે તો વહીવટી તંત્રને એક મોટી ઓથ મળી રહે છે. બેકારી, લગ્નવિચ્છેદ અને ભ્રૂણહત્યા એ સાંપ્રત જીવનની મોટી સમસ્યાઓ છે. આ સમસ્યાઓ વિશે ખ્રિસ્તી ધર્મનું દૃષ્ટિબિંદુ નીચે પ્રમાણે છે.

બેકારી (Unemployment)

બેકારી એ સાંપ્રત જીવનનો એક મોટો પડકાર છે. આંતરરાષ્ટ્રીય મજૂર સંઘ (International Labour Organization - ILO) પ્રમાણે વિશ્વમાં ૭૫ અબજ એટલે કે ૧૨.૬ ટકા યુવાનો બેકાર છે. તેથી તે સમાજ ધર્મ અને રાષ્ટ્ર માટે ઝેર સમાન છે. બેરોજગારીનનું આ ઝેર વધુ ને વધુ ફેલાતું જાય છે. જેને બે ટંક પૂરતું ખાવાનું પણ ન મળતું હોય તેની પાસેથી આપણે ધાર્મિકતા, પ્રમાણિકતા અને સચ્ચાઈની અપેક્ષઅ કેવી રીતે રાખી શકીએ? ''નોકરી વગરનો સજ્જન દેવળમાં પ્રાર્થનામગ્ન હોય એના કરતાં પરસેવાથી રેબઝેબ કામદાર પ્રભુને વધારે પ્રિય છે.'' રોમન કેથલિક સંપ્રદાયના વડા પોપ દર મહિને એક ખાસ હેતુ માટે પ્રાર્થના કરવા પરિપત્ર બહાર પાડતા હોય છે. એ સંદર્ભમાં જેમને સંત તરીકે જાહેર કર્યા છે તેવા પોપ યોહાન પૉલ બીજા અને વર્તમાન પોપ ફ્રાન્સિસના બેરોજગારી વિશેના પરિપત્રોનો ઉલ્લેખ અહીં કરવો જરૂરી છે, જેના દ્વારા બેરોજગારી વિશે ખ્રિસ્તી ધર્મનું દૃષ્ટિબિંદુ જાણી શકાય છે.

ધર્મસભા (ધર્મસંઘ – Church) N.G.Oનો સંપર્ક સાધીને બેરોજગારી દૂર કરવાની ઝુંબેશ ચલાવે છે. યોહાન પૉલ બીજા તેમના પરિપત્રમાં (Labourem Exercens)માં કામકાજ વિશે જણાવે છે કે, ''કામકાજથી પગાર મળે કે ન મળે પણ વ્યક્તિ

પોતાના કામકાજ દ્વારા પોતાના જીવનને સફળ બનાવે છે અને એમ એ વ્યક્તિનું વ્યક્તિત્વ ખીલી ઉઠે છે. માણસને સમાજમાં કામધંધા અને રોજગારી દ્વારા જ વ્યક્તિત્વ, માન-સન્માન અને સ્વપ્રેમ મળે છે. મનુષ્યને તેનો માનવ- અધિકાર અને પોતાનું જીવન જીવવાની તક મળે છે.

વર્તમાન પોપ ફ્રાન્સિસ ઘણા સુધારાવાદી છે. તેઓના મતે બેરોજગારી એક દુષણ છે. આજની પેઢીના લોકો પૈસાને ભગવાન માને છે અને તેને વધારે ને વધારે મેળવવા માટે દોડધામ કરે છે. દુનિયામાં એવા પણ લોકો છે કે જેઓ રોજગારીથી વંચિત પણ છે. એવા લોકો રોજગારીથી વંચિત ન રહી જાય તે માટે પોપ ફ્રાન્સિસ વિશ્વભરના ધનવાનોને આહ્‌વાન કરે છે કે, ''આપણે સૌ એક જ ઈશ્વરના બાળકો છીએ અને ઈશ્વર આપણા પિતા છે, તો દરેક વ્યક્તિને પોતાની આવડત પ્રમાણે કંઈ ને કંઈ રોજગારી મળી રહે. બેરોજગાર લોકો માટેની એક પ્રાર્થનાસભામાં પોપ ફ્રાન્સિસ માનવઅધિકાર માટે અને દરેકના સમાન હક માટે તેમજ બધા લોકોને રોજગારી મળે અને ધનવાનો પૈસાની વ્યર્થ પૂજા ન કરેએ માટે પ્રાર્થના કરે છે. (દૂર, જુ-૨૦૧૪) બેરોજગારી દૂર કરવા સરકારને સહકાર આપી મદદરૂપ થવું જોઈએ.

લગ્નવિચ્છેદ (Divorce) :

લગ્નવિચ્છેદ કે છૂટાછેડા (Divorce) એ સાંપ્રત જીવનની એક મોટી સમસ્યા છે. વર્તમાન જગતમાં છૂટાછેડાની સમસ્યા અને ઉત્તરોત્તર વધતો જતો તેનો દર એ એક મોટી અને ગંભીર સમસ્યા છે. આ સામાજિક સમસ્યા લોકોના જીવનને મોટા પ્રમાણમાં અસર કરે છે. છૂટાછેડા લેનાર (Divorcee) વ્યક્તિને વ્યક્તિગત રીતે અને એના સામાજિક જીવનને ઊંડી અસર કરે છે. તેમનામાં તનાવ (Stress)ની સ્થિતિ પેદા કરે છે. છૂટાછેડા લેનાર માતા-પિતા તેમના બાળકોના ઘડતર અને તેમના ભવિષ્યની ચિંતા કર્યા વિના આ માર્ગ આપનાવે છે. આની સૌથી મોટી અને માઠી અસર બાળકો પર પડે છે. આવા બાળકોનો શાળામાં દેખાવ ઘણો નબળો હોય છે. આ બાળકોના વર્તન અને તેમના માનસિક વિકાસનો મોટો પ્રશ્ન હોય છે. જે બાળકો તેમનાં માતા-પિતા સાથે રહીને શાળામાં ભણતા હોય છે તેઓ આનંદી હોય છે અને તેમના પ્રશ્નો ઓછા હોય છે. છૂટાછેડા એ એક રીતે સામાજિક

વાવરનો રોજ (epidemic) છે. છૂટાછેડા લગ્નજીવનનો અંત લાવે છે અને આવા તૂટતા લગ્નજીવન સમાજને પણ અસર કરતા હોય છે.

કેથલિક ચર્ચ (ધર્મસંઘ) છૂટાછેડાનો વિરોધ કરે છે અને છૂટોછાડાને માન્યતા આપી નથી. લગ્નને કેથોલિક ધર્મસભાના સાત સંસ્કારોમાંનો એક સંસ્કાર ગણવામાં આવ્યો છે. આ સંસ્કાર પ્રભુ ઈસુ અને ધર્મસભા વચ્ચેના પ્રેમનું પ્રતીક છે. ધર્મસભા જણાવે છે કે, ''ખ્રિસ્તી લગ્નમાં, લગ્ન આવશ્યક ગુણધર્મો એકતા અને અતૂટતા છે'' (કેનન, ૧૦૫૬) આમ લગ્ન અતૂટ બંધન છે.

છૂટાછેડા વિશે ઈસુ ખ્રિસ્તના વિચારો ખૂબ જ અસરકારક છે. એકવાર પ્રભુ ઈસુને પૂછવામાં આવ્યું કે, ''ગમેતે કારણસર પોતાના પત્નીને છૂટાછેડા આપવાની માણસને શાસ્ત્રમાં છૂટ છે?'' (માથ્થી-૧૯;૩) પ્રભુ ઈસુએ જવાબમાં કહ્યું, ''તમે વાંચ્યું નથી કે વિધાતાએ સૃષ્ટિના પ્રારંભથી જ **માણસને નર ને નારી એમ સર્જેલાં છે અને કહેલું છે કે, આ કારણથી પુરુષ માતા-પિતાને છોડી જશે અને પોતાની પત્નીને વળગી રહેશે અને એ બંને એક બની જશે. એટલે પતિ-પત્ની બે નહીં રહેતા એક જ બની જાય છે. આથી ઈશ્વરે જેમને સાથે જોડયાં છે તેમને માણસે છૂટાં ન પાડવા''. (માથ્થી ૧૯;૪-૬). આમ કેથલિક ધર્મસભા છૂટાછેડાને માન્યતા આપતી નથી. કેથલિક દંપતીએ જો સિવિલ કોર્ટમાંથી છૂટાછેડા લીધા હોય તોપણ ધર્મસભા તેને માન્ય ગણતી નથી.**

દાંપત્ય જીવનને ટકાવી રાખવા માટે ધર્મસભા અનેક પગલાં લઈ રહી છે, તેમાં મુખ્યત્વે બે અગત્યના છે - ૧) લગ્ન અંગેની શિબિરોનું આયોજન અને ૨) છૂટાછેડા લીધેલ દંપતીઓના હિતાર્થે ઇન્ટર ડાયોસેશન એક્લેઝિયાસ્ટિકલ ટ્રિબ્યુનલની સ્થાપના. લગ્નઇચ્છુક યુવક-યુવતીઓ લગ્નની પવિત્રતા, ગંભીરતા તેમજ લગ્નજીવનની જવાબદારીઓ સમજે તે માટે બે દિસસની શિબિર યોજવામાં આવે છે. એક દિવસ આ શિબિરમાં યુવક-યુવતીના માતા-પિતાને પણ ભાગ લેવા માટે બોલાવવામાં આવે છે. આવી શિબિર ગુજરાતમાં નડિયાદ મુકામે માસ્ટર સેન્ટરમાં યોજવામાં આવે છે. દર વર્ષે લગભગ પાંચસો યુવક-યુવતીઓ આ શિબિરમાં ભાગ લે છે. અન્ય ધર્મના યુવક-યુવતીઓ પણ આ શિબિરમાં ભાગ લેતાં હોય છે. પ્રશ્નો અંગે યુવક-યુવતીઓ અને ભાવિ સાસુ-સસરા વચ્ચે પ્રશ્નો, પ્રતિપ્રશ્નો

અને ઉત્તરોનું રસપ્રદ સેશન ચાલે છે. પુરોહિતો અને ધર્મજનો આ શિબિરમાં માર્ગદર્શન આપે છે. છેલ્લા ૨૮ વર્ષથી આ શિબિરમાં ચાર હજારથી પણ વધુ યુવક-યુવતીઓએ અને બારસોથી પણ વધુ માતા-પિતાએ ભાગ લીધો છે. (દૂત, મે-૨૦૧૭)

લગ્ન અને છૂટાછેડાના પ્રશ્નો માટે મેરેજ ટ્રિબ્યુનલ ચલાવવામાં આવે છે જે નડિયાદમાં આવેલ છે. ૨૦૧૫માં પોપ ફ્રાન્સિસે 'Mitis Index Dominus Iesus' નામની પુસ્તિકા ટ્રિબ્યુનલના ન્યાયાધીશો માટે બહાર પાડી છે. ન્યાયાધીશો ઈસુની જેમ માનવીય અભિગમ સાથે કામ કરે તેવી સલાહ આપી છે. કેથલિક ધર્મસભા આ બે રીતે છૂટાછેડાના દુષણને નાથવાનો પ્રયત્ન કરે છે.

ગર્ભપાત (Abortion)

ગર્ભશિશુ જીવી શકે એટલો વિકાસ ન થયો હોય તે સમયે કુદરતી કે કૃત્રિમ રીતે સગર્ભાવસ્થાનો અંત લાવવો તેને ગર્ભપાત Abortion) કહે છે. ગર્ભપાત મુખ્યત્વે બે પ્રકારના છેઃ ૧) કુદરતી અથવા આપોઆપ થતો ગર્ભપાત અને પ્રેરિત (induced) અથવા કૃત્રિમ. પૃથ્વી પર જન્મ લેનાર બાળક વિશે રવીન્દ્ર ટાગોર જણાવે છે કે, ''આવનારું બાળક એવો સંદેશો લઈને આવે છે કે ભગવાને માનવજાત પરથી વિશ્વાસ ગુમાવ્યો નથી.'' આમ છતાં જન્મ ધારણ કરે એ પહેલાં જ નિર્દોષ લાખો બાળકોને પ્રતિવર્ષ કૃત્રિમ ગર્ભપાત દ્વારા નિર્દય રીતે મારી નાખવામાં આવે છે. એ ચંદ્ર અને મંગળ ભણી પ્રયાણ કરતાં સ્પેસ અને ટેક્નૉલૉજીને વરેલા વર્તમાન માનવસમાજનું નિંદનીય તથા હીચકારું કૃત્ય છે. ખ્રિસ્તી ધર્મમાં આ કૃત્યને વખોડવામાં આવ્યું છે.

બાઇબલમાં ગર્ભપાત વિશે તેની તરફેણમાં કે વિરોધમાં કોઈ ઉલ્લેખ નથી. માત્ર જૂના કરારમાં Exodus (મહાપ્રસ્થાન ૨૧:૨૨-૨૫)માં ગર્ભપાત શબ્દનો ઉલ્લેખ છે. ગર્ભપાતની સ્ત્રીને કોઈ માણસ દ્વારા ઇજા થાય અને તેને ગર્ભપાત થાય તો તે માણસને કરવામાં આવતા દંડનો નિર્દેષ છે. આ દ્વારા સ્પષ્ટ થાય છે કે સ્ત્રીના પેટમાં રહેલ ગર્ભનું મૂલ્ય સંપત્તિ જેટલું છે. આ રીતે ગર્ભ (fetus)ને અને સ્ત્રીને ધાર્મિક તથા નૈતિક રીતે યોગ્ય (worth) ગણ્યા છે. યહોવાએ મોશેને આપેલી દસ આજ્ઞાઓ પૈકી એક આજ્ઞામાં હત્યા ન કરવાનું ફરમાવાયું છે. ગર્ભને સજીવ ગણવામાં આવે તો ગર્ભપાત એ પણ એક પ્રકારની હત્યા જ ગણાય અને

તે એક પાપ છે. ગર્ભધારણના પ્રથમ દિવસથી જ બાળક એ માનવસમાજનો સભ્ય બને છે, તે દૃષ્ટિએ પણ ગર્ભપાતને હિંસા-હત્યા-ખૂન-બાળહત્યા જ કહેવાં જોઈએ.

ખ્રિસ્તી ધર્મના જુદા જુદા પંથોમાં ગર્ભપાત વિશે વિભિન્ન મતો પ્રવર્તે છે. કેટલાક પંથો ગર્ભપાતના વિરોધી છે, તો કેટલાક તેનો વિરોધ કરતા નથી. (Abortion and Christianity - Wikipedia).

કેથલિક ચર્ચ ગર્ભપાતનો વિરોધ કરે છે. આ પંથ માને છે કે ગર્ભધારણથી માનવજીવનની શરૂઆત થાય છે અને તેથી માનવજીવનને સન્માનિત કરવું જોઈએ તથા ગર્ભધારણથી જ માનવજીવનનું પૂરેપૂરું રક્ષણ થવું જોઈએ. આથી ગર્ભ (embryo કે fetus)નો કોઈ પણ હેતુ માટે નાશ કરવાના કૃત્યને વખોડે છે. માનવ વ્યક્તિનો સૌપ્રથમ હક એ તેનું જીવન છે. તેને તેનું જીવન જીવવાનો હક છે. આ જીવનો પ્રારંભ ગર્ભધારણથી થાય છે. કેનન ૧૩૯૮ પ્રમાણે ગર્ભપાત કરાવનારને ધર્મના સંસ્કારો ગ્રહણ કરવાથી વંચિત રાખવાની સજા કરવમાં આવે છે. ગર્ભપાતને નૈતિક દુષણ ગણ્યું છે. પહેલી સદીથી ચર્ચ આ માન્યતાને વળગી રહ્યું છે. પોપ પિયુસ ૯માએ ગર્ભપાતને માનવહત્યા ગણાવી હતી. વર્તમાન પોપ ફ્રાન્સિસે પણ ગર્ભપાતની આકરી ટીકા કરી છે.

ગર્ભપાત કરાવવો એ યોગ્ય નથી, ક્ષમાયોગ્ય નથી. તેમણે ડૉક્ટરો અને ધર્મગુરુઓને અનુરોધ કર્યો છે કે તેઓ ગર્ભધારણ પૂરો થવામાં પરિવારોને મદદ કરે. ગર્ભપાતનો વિરોધ એ કોઈ ધાર્મિક મુદ્દો નથી પણ માનવતાનો વિષય છે. તે ગેરકાનૂની છે. એક સમસ્યાના સમાધાન માટે તમે પોતાની અંદરના એક જીવનને કાઢીને ફેંકી દો છો. તે એક Contract Killing જેવું છે. એક સમસ્યાના ઉકેલ માટે એક ભાડૂતી હત્યારા (hitman)ને કામ આપવા જેવું છે, જે ગેરકાનૂની છે. જન્મ પૂર્વે પરીક્ષણના આધારે થતા ગર્ભપાતની પણ ટીકા કરી. ગર્ભાવસ્થામાં રુકાવટ પેદા કરવી તે કોઈ હત્યાથી ઊતરતું નથી. યુદ્ધ, શોષણની સાથોસાથ ગર્ભપાતને પણ ''અશિષ્ટતાની સંસ્કૃતિમાં ગણાવ્યું'' (જે વિકૃત છે). (હિન્દુસ્તાન, નવભાત ટાઇમ્સ, તા. ૨૫ મે, ૨૦૧૯)

આર્જેન્ટિમાં ગર્ભપાતને કાનૂની દરજ્જો આપવાના બીલનો પોપે સખત વિરોધ કર્યો હતો. તેની સામે લોકોએ પોપનો પ્રતિરોધ કર્યો હતો. પોપ ગર્ભપાતના આટલા

સખત વિરોધી હોવા છતાં હમણાં તેમણે ગર્ભપાત કરાવેલ સ્ત્રીઓને આ પાપની માફી આપવાનો અનુરોધ કર્યો. ઈશ્વર કોઈ પણ પાપ માફ કરી શકે તે ન્યાયે ધર્મગુરુઓને આવી મહિલાઓને પણ માફી આપવાની ભલામણ કરી છે.

ગર્ભપાતનો મધર ટેરેસાએ પણ સખત વિરોધ કર્યો હતો (Catjp;oc News Agenicy;)

''વર્તમાન સમયમાં ગર્ભપાત એ શાંતિનો સૌથી મોટો હણનાર છે કારણ કે તે બાળકો સામેનું એક યુદ્ધ છે, નિર્દોષ બાળકોની એ સીધેસીધી હત્યા છે, માતાના દ્વારા જ હત્યા છે. જો આપણે સ્વીકારીએ કે માતા તેના પોતાના બાળકને મારી નાખી શકે છે તો આપણે અન્યને એકબીજાની હત્યા ન કરવાનું કેમ ના કહી શકીશું, સ્ત્રીઓને ગર્ભપાત ન કરવાનું કેમ ન સમજાવી શકાય? આપણે તેને પ્રેમથી સમજાવવી જોઈએ... જે રાષ્ટ્રોએ ગર્ભપાતને સ્વીકૃતિ આપી છે તે તેની પ્રજાને પ્રેમ કરવાનું શીખવતા નથી, પરંતુ તેમને જે કંઈ પ્રાપ્ત કરવું છે તે માટે હિંસા કરવાનું શીખવે છે. એટલા જ માટે ગર્ભપાત શાંતિ અને પ્રેમનો સૌથી મોટો હત્યારો છે. ભારતમાં તેથી હું અપીલ કરું છે કે, ''બાળકોને પાછા લાવો'' બાળક એ કુટુંબને ઈશ્વરની ભેટ છે.

અમે હજારો જીવ બચાવ્યા છે. અમે ક્લિનિક્સ, હૉસ્પિટલો અને પોલીસ સ્ટેશનોને સંદેશો મોકલ્યો છે, ''મહેરબાની કરીને બાળકોની હત્યા કરશો નહીં. અમે બાળકોને અપનાવી લઈશું''. આવી માતાઓને પણ કહ્યું છે કે, ''આવો, અમે તમારી કાળજી લઈશું. અમે તમારા બાળકોને ઘર આપીશું. કોલકાતામાંના અમારા શિશુગૃહમાં અમે ગર્ભપાતમાંથી ત્રણ હજાર બાળકોને બચાવી લીધા છે.''

(અમદાવાદસ્થિત થોમસ પરમાર એચ.કે. આર્ટ્સ કૉલેજના રીટાયર્ડ લેક્ચરર છે. સી.ઈ.પી.ટી. યુનિ.ના વિજિટીંગ લેક્ચરર છે. વિવિધ સેમિનારમાં અભ્યાસપૂર્ણ શોધપત્રો પ્રસ્તુત કરે છે).

◎

૯

જૈનદર્શનને જાણે તેનાથી સ્ટ્રેસ દૂર ભાગે

▣ ડૉ. પ્રીતિ શાહ

જેના પર ગુલાબ રંગનું પુષ્પ દોર્યું હોય અને આજુબાજુ કલામય ડિઝાઈન કરી હોય એવો એક કાગળ તમે લો. એ કાગળ ઉપર સુંદર મરોડદાર અક્ષરોથી તમારા સ્વજનોને કાગળ લખ્યો હોય અને પછી એક ઊંચી જાતના કવરમાં એને મૂકીને એને બીડીને કવર પોસ્ટ કરી દો. માત્ર એક જ વસ્તુ આમાં રહી ગઈ અને તે છે કવર પર સરનામું કરવાનું. બસ, આવી જ આપણી પરિસ્થિતિ છે કે આપણે બધું કરીએ છીએ, પરંતુ આપણા જીવનમાં ધર્મ પાસેથી પ્રાપ્ત એવું સાચું સરનામું કરવાનું ચૂકી જઈએ છીએ.

વાતની શરૂઆત તો ભગવાન મહાવીરસ્વામીનો અંતિમ ઉપદેશ જેમાં જળવાયો છે તેવા શ્રી ઉત્તરાધ્યયન સૂત્રના બીજા અધ્યાયની ત્રીજી ગાથાથી થાય છે. 'સદ્ધા પરમદુલ્લહા' – ધર્મતત્ત્વમાં શ્રદ્ધા થવી અત્યંત દુર્લભ છે. આ ગાથાને આપણે સદંતર વીસરી ગયા, એ જ આપણી અત્યારની માનસિક સમસ્યાઓનું કારણ છે. જેણે જીવનનો પ્રકાશ આપ્યો, એ પ્રકાશને વીસરીને આપણે જીવન જીવ્યા અને એને પરિણામે આપણા જીવનમાં આપણે સામે ચાલીને અનેક પ્રકારની શારીરિક અને માનસિક વ્યાધિઓને નિમંત્રણ આપ્યું.

આપણે એવી જીવનશૈલી ઊભી કરી કેજેને કારણે જીવનમાં સતત વ્યસ્તતા

રહે; કુટુંબમાં સતત કલહ રહે, જર, જમીન અને જોરું એટલે કે ધન, જમીન અને પત્નીની બાબતમાં ઝઘડા થતા રહે, દાંપત્યજીવનના પ્રશ્નો આપણને કનડતા રહે. આ બધી જ બાબતોને કારણે આપણા જીવનમાં સ્ટ્રેસ ઉત્પન્ન થાય છે. આ સ્ટ્રેસ માત્ર નકારાત્મક કે હાનિકારક હોય અવું હોતું નથી. સકારાત્મક સ્ટ્રેસ પણ હોય છે તનાવથી ક્યારેક અણધારી સ્થિતિનો સામનો કરવાની ક્ષમતા વધે છે. તનાવભરી પરિસ્થિતિમાં કેટલાકની શક્તિ વધુ ખીલી ઊઠતી હોય છે. ક્રિકેટમાં આપણે જાણીએ છીએ કે મહેન્દ્રસિંહ ધોની આવી તનાવભરી સ્થિતિમાં વધુ સુંદર રીતે ખીલી શકે છે. સ્પર્ધા કે પરીક્ષાના સમયે પણ તનાવ અનુભવવો પડે છે, પણ એ પ્રક્રિયાને કારણે માણસ સતર્ક અને સજાગ રહે છે. આજે આપણે વાત કરવી છે તનાવની નકારાત્મક અસર વિશે. મૅડિકલ સાયન્સ પ્રમાણે તનાવ એટલે શરીરના કોઈ પણ તંત્ર પર પડતો દબાવ. આપણી જીવનશૈલી અને આપણા માનસિક અને સામાજિક વાતાવરણમાં ઊભા થતા પડકારોને ઝીલવા આપણું શરીર અને મન જે પ્રતિક્રિયાઓ ઉત્પન્ન કરે છે તેને સ્ટ્રેસ અથવા તો તનાવ કહેવામાં આવે છે. આનાથી શરીરમાં કેટલાક રાસાયણિક ફેરફારો થાય છે અને લાંબા સમય સુધી તનાવ રહે તો વારંવાર ગુસ્સો આવે છે, બૂરી આદતોના શિકાર બનવું પડે છે, સ્વભાવ ભુલકણો થઈ જાય છે, વિવેક ગુમાવી બેસે છે અને સમય જતાં દમ, બ્લડપ્રેશર, માથાનો દુખાવો, ચામડીના રોગો, હૃદયરોગ, ડિપ્રેશન, અનિદ્રા, વાઈ જેવા રોગો ઘેરી વળે છે. એક અંદાજ મુજબ વર્તમાન સમયમાં વ્યક્તિને ૬૦ ટકા માનસિક રોગો અને ૪૦ ટકા શારીરિક રોગો થાય છે અને એ માનસિક રોગોમાં ૮૦ ટકા રોગો તો તનાવને લીધે થાય છે. હવે વિચારીએ કે આ તનાવની પરિસ્થિતિનું સર્જન કેમ થાય છે? અને તેના નિવારણમાં ધર્મ કેટલો ઉપયોગી અને અસરકારક બની શકે? કુટુંબમાં કંકાસ, સંપત્તિ માટે ઝઘડા, પરસ્પરના મતભેદ - આ બધાંના મૂળમાં જઈએ તો કયું કારણ છે? તમને આશ્ચર્ય લાગશે પણ હકીકત એ છે કે છેક આગમ ગ્રંથ 'શ્રી ઉત્તરાધ્યયન સૂત્ર'માં આ તનાવની વાત મળે છે, પરંતુ એમાં તનાવને માટે 'દુઃખ' શબ્દ પ્રયોજાયો છે. એના કહેવા પ્રમાણે દુઃખ અથવા તો તનાવનું કારણ અવિદ્યા, મોહ, કામના, આસક્તિ અને રાગ-દ્વેષ આદિ છે. (૩૨/૭)

જૈન ધર્મગ્રંથોએ પણ રાગ-દ્વેષ અને તનાવને કષાયના મૂળ કારણ કહ્યાં છે.

રાગ-દ્વેષ કઈ રીતે જાગે? એનું મુખ્ય કારણ આપણી આસક્તિ છે. અનુકૂળતાથી આપણે પ્રસન્ન થઈએ છીએ અને પ્રતિકૂળતાથી આપણે અકળાઈએ છીએ. પ્રિય વસ્તુ તરફ રાગ છે અને અપ્રિય તરફ દ્વેષ છે. આ રાગ-દ્વેષની મુક્તિ કઈ રીતે પામી શકાય? એના ઉદાહરણ તરીકે ભગવાન મહાવીરના જીવનમાં આવતા ઉપસર્ગોને જોવાની વિનંતી કરું છું. આ ઉપસર્ગો અનુકૂળ પણ હતા અને પ્રતિકૂળ પણ હતા, પરંતુ એ કોઈ પણ પ્રકારના ઉપસર્ગોથી એમનું ધ્યાનભંગ થયું નહીં.

આથી જ કલિકાલ સર્વજ્ઞ શ્રી હેમચંદ્રચાર્યએ 'યોગશાસ્ત્ર' (૧-૨)માં ભગવાનમહાવીરને નમસ્કાર કરતાં કહ્યું છે કે -

पन्नगे च सुरेन्द्रे च, कौशिके पादसंस्पृशि ।
निर्विशेषमनस्काय, श्री वीरस्वामिने नमः ॥

- योगशास्त्र, १-२'

ઇન્દ્ર ચરણોમાં નમસ્કાર કરતા હતા, ચંડકૌશિક નાગ પગ પર ડંખ દેતો હતો. આ બંને પ્રત્યે જેમનું મન સમાન હતું એવા મહાવીરને હું નમસ્કાર કરું છુ.

- યોગશાસ્ત્ર, ૧૦૨

જો રાગ અને દ્વેષથી મુક્તિ પામી શકીએ તો સ્વાભાવિક રીતે જ વર્તમાન સમયમાં તનાવનાં કેટલાંય કારણોમાંથી મુક્તિ મળી જાય. જેમ કે ઈર્ષ્યાનો ભાવ તનાવ જગાડે છે, સંપત્તિના ઝઘડા તનાવ જગાડે છે. આ બધું રાગ-દ્વેષને કારણે બને છે. 'શ્રી ઉત્તરાધ્યયન સૂત્ર'માં તનાવમુક્તિને માટે રાગ-દ્વેષના ત્યાગની વાત કરી છે અને લખ્યું છે કે 'જેનો મોહ (રાગ) સમાપ્ત થઈ જાય છે એનું દુઃખ સમાપ્ત થઈ જાય છે.' આ રીતે રાગ અને દ્વેષ જો ચાલ્યા જાય તો વ્યવહારજીવનમાં જે વિસંવાદો થતા હોય છે તે થાય નહીં. એકબીજાની ઇર્ષ્યાને કારણે સ્પર્ધા કે નિંદાનો ભાવ જાગતો હોય છે, તે ભાવનો જન્મ જ ન થાય.

રાગ-દ્વેષથી જનિત ક્રોધ, માન, યાયા, લોભ જેવી મલિન ચિત્તવૃત્તિઓને જૈનદર્શનમાં 'કષાય' કહેવામાં આવે છે. હવે તમે જ વિચારો કે કષાયના આ ચાર ભેદ અર્થાત્ ક્રોધ, માન, માયા અને લોભ - એ જીવનમાંથી નષ્ટ થાય તો જીવનમાં કેવો અનુપમ આનંદ પ્રગટે ! આજે માણસ રાગની પાછળ દોડે છે, અભિમાનમાં

ડૂબી ગયો છે, સઘળું છોડીને માયા સાથે મમતા કરી બેઠો છે અને એના લોભનો કોઈ અંત કે છેડો નથી, ત્યારે જો જૈનદર્શનની આ ભાવનાઓને આત્મસાત્ કરવામાં આવે તો એના જીવનમાંથી એવી ઘણી પરિસ્થિતિની આપોઆપ બાદબાકી થઈ જાય છે કે જેને કારણે જીવનમાં કોઈ ટેન્શન સર્જાય નહીં અને કોઈ સ્ટ્રેસ ઊભો થાય નહીં.

આ કષાય દૂર થતાં કઈ ઘટના બને? તમારા જીવનમાં તમારી દૃષ્ટિ કઈ તરફ જાય? તમારું ચિત્ત કોના પર ઠરે? એને હવે દેહની આળ-પંપાળમાં રસ નહીં હોય, એને હવે ઇન્દ્રિયોના તાલે નાચતા મનની સાથે નાચવું નહીં પડે. હવે એની નજર કોઈ બાહ્ય ભૌતિક આકર્ષણો, ભોગ-વિલાસ, વૈભવ પર નહીં હોય; પરંતુ એની દૃષ્ટિ આત્મામાં સ્થિર થઈ હશે. તીર્થંકરોના અને મહાન આચાર્યો તથા સાધ્વીજીઓના જીવનમાં બનેલી ઘટનાઓ આનાં પ્રત્યક્ષ ઉદાહરણ છે. જૈનદર્શન કહે છે કે જો તમારી દૃષ્ટિ આત્મા પર ઠરી હશે તો આત્માના સદ્‌ગુણોને બાળીને ભસ્મીભૂત કરનાર કષાયનો અગ્નિ તમને ઊની આંચ પણ કરી શકશે નહીં.

આજના ભૌતિક જગતમાં માનવી પ્રાપ્તિની પાછળ આંધળી દોટ લગાવે છે. એ કોઈ પદ કે સંપતિ પ્રાપ્ત કરે, તો તે પછી તેનાથી વધુ ઊંચું પદ કે વધુ સંપત્તિ મેળવવા માટે વલખાં મારતો હોય છે. આ પ્રાપ્તિની દોડ એના જીવનમાં અજંપો અને તનાવ સર્જે છે. થોડું પ્રાપ્ત થાય તો વધુ લેવા દોડે અને વધુ પ્રાપ્ત થાય તો એથીયે વધુ લેવા માટે આંધળી દોડ લગાવે. આવે સમયે અપાર સંપત્તિ કે સામ્રાજ્ય છોડીને ત્યાગના પંથે ચાલનારા શ્રેષ્ટીઓનું તમને સ્મરણ થાય કે જેઓએ ત્યાગમાં આનંદ માણ્યો છે. ત્યાગ એ જૈન ધર્મનો એક મહાન પાયો છે. દાનથી જૈન શ્રાવક-શ્રાવિકાના જીવનની શરૂઆત થતી હોય છે. દાનની ભાવના જીવનમાં વ્યાપ્ત હોય તો એમાંથી ધીરે ધીરે ત્યાગની ભૂમિકા સર્જાતી હોય છે. અપાર ધન-વૈભવ ધરાવનારા શ્રેષ્ઠીઓ ભૂતકાળમાં અને આજે પણ સઘળું છોડીને સાધુતા ગ્રહણ કરે છે, તેનાં ઉદાહરણો આપણી સામે છે.

ધન્ના-શાલિભદ્રની કથાનું આપણને સ્મરણ છે તો ભામાશા, મોતીશા શેઠ, હઠીસિંહ શેઠ અને છેક વર્તમાનકાળમાં કસ્તુરભાઈ લાલભાઈ, દીપચંદ ગારડી વગેરેનાં ઉદાહરણો જોવા મળે છે. એમણે ધનપ્રાપ્તિ કરી, પરંતુ એને અંગત ઉપભોગ કે

ઉપયોગ તરીકે રાખવાને બદલે ટ્રસ્ટી બનીને સમાજને ચરણે એ સંપત્તિ ધરી દીધી. જૈન ધર્મના પાયામાં રહેલી આ ત્યાગ-ભાવના જો વ્યક્તિ સમજે, તો સંપત્તિ મેળવવાનો 'સ્ટ્રેસ' એને ક્યાંથી આવે? સ્ટ્રેસનો એ ક્યારેય ભોગ બને નહીં અને બીજી બાજુ એના મનમાં અપરિગ્રહનો સિદ્ધાંત હોય કે જે પોતાનો પરિગ્રહ ઓછામાં ઓછો કરવા ચાહતો હોય, તે કઈ રીતે ધન માટેના ઝઘડાઓમાં, સંપત્તિના વિવાદોમાં કે પ્રાપ્તિની દોડધામમાં ડૂબી શકે !

જીવનની પરિસ્થિતિને મધ્યસ્થ ભાવથી જોવાનું શીખવે છે. તનાવનું મુખ્ય કારણ કોઈની સાથે અણબનાવ થતો હોય તે છે, ત્યારે મધ્યસ્થ ભાવથી વિચારે અથવા તો અનેકાંત દૃષ્ટિથી જુએ તો એના સબંધોમાંથી અણબનાવની બાદબાકી થઈ જશે અને એમાં પણ એની પાસે રહેલો ક્ષમાભાવ સામી વ્યક્તિના મનમાં જાણે-અજાણે પણ રહી ગયેલો ડંખ દૂર કરી આપશે. જૈન ધર્મ દ્વારા આવો ગુણવાન માણસ ઘડવાની જરૂર હતી. એને બદલે આપણે ધર્મને ભૂલીને માણસને ઘડવાનો પ્રયાસ કર્યો.

ભગવાન મહાવીરની એક ગાથાનો એક મર્મ આપણે પામ્યા છીએ ખરા? એમણે કહ્યું, 'માણુસ્સં ખુ સુ દુલ્લહં'. 'હે મનુષ્ય, મનુષ્ય થવું મુશ્કેલ છે.' એ મનુષ્યત્વ પામવાને ધર્મએ બતાવેલો માર્ગ આચાર, વિચાર અને વ્યવવહારમાં ઊતર્યો હોય, તો સ્ટ્રેસ વિનાનું કેવું પ્રસન્ન જીવન આપણને પ્રાપ્ત થયું હોય.

મનુષ્યત્વથી માનવતાની યાત્રા સુધીનો આલેખ જૈન ધર્મમાં મળે છે અને જૈન આગમ ગ્રંથો કહે છે, **'एक्को हु माणुस्स जाइ'**. સમગ્ર મનુષ્યજાતિ એક બને. હવે તમે જ કલ્પના કરો કે સમગ્ર મનુષ્યજાતિ એક બને, ત્યારે આ જગત પર આતંકવાદ, ધર્મયુદ્ધો, રંગભેદ - એ સઘળાં આથમી જાય અને આ પૃથ્વીનો ગ્રહ માનવીને વસવા યોગ્ય બને, પણ આપણે જૈનદર્શનનો એ મહાન સિદ્ધાંત વિસરી ગયા અને નાનાં નાનાં અંગત રાગદ્વેષોમાં, સંઘોની સમસ્યાઓમાં, સંપ્રદાયોના વિખવાદોમાં અને ક્રિયાકાંડોના વિશ્લેષણમાં એટલા બધા ખૂંપી ગયા કે ભગવાન મહાવીરે આપેલું એ માનવતાનું આકાશ જોઈ શક્યા નહીં.

વર્તમાન યુગમાં 'સ્ટ્રેસ'નું એક મુખ્ય કારણ કૌટુંબિક જીવનમાં થતો કલહ છે, પરંતુ જો ધર્મના પાઠો બાળકોને યોગ્ય સંદર્ભમાં દર્શાવવામાં આવે તો ખ્યાસ

આવે કે માતા ત્રિશલાના ગર્ભમાં હતા ત્યારે કુમાર વર્ધમાને નક્કી કર્યું કે જીવનમાં માને દુઃખ થાય એવું કશું કાર્ય કરીશ નહીં. વર્ધમાન (ભગવાન મહાવીર)ના કુટુંબમાં સહુ સાથે બેસતા અને ધર્મ-વાર્તા અને ભક્તિ-સંગીત ચાલતું. મોટા ભાઈ નંદીવર્ધનના કહેવાથી રાજકુમાર વર્ધમાને બે વર્ષ સુધી સંસારત્યાગ ન કર્યો. આ બધી જ ઘટનાઓ પારિવારિક સ્નેહ દર્શાવે છે. જ્યારે દાંપત્યજીવનમાં થતા કલહની વાત કરીએ તો જૈન શ્રાવિકાઓનાં જીવનને બતાવવાની જરૂર છે, જેમાં લક્ષ્મી એના પતિ ભામશાને પોતાના પિયરનું સઘળું ધન રાણા પ્રતાપને આપવા માટે વિનંતી કરે છે. રેવતીએ કરેલા દાનનું સ્મરણ કરીએ કે પછી દુર્ગતા નારી જેવી દરિદ્ર નારીની શુદ્ધ ભાવ-તલ્લીનતાને યાદ કરીએ. આવી તો અનેક શ્રાવિકાઓનાં ઉદાહરણ આપણી પાસે છે. અનુપમા દેવી, ચંપા શ્રાવિકાથી માંડીને વર્તમાન સમયનાં હરકુંવર શેઠાણી જેવાં શ્રાવિકા સુધી આપણે નારીની ઉદાત્તતાનાં જીવંત દૃષ્ટાંતો જાણીએ છીએ.

જ્યાં નારીહૃદય ઉદાત્ત હોય, ત્યાં દાંપત્યમાં કલહ થવાનો પ્રશ્ન ઊભો થતો નથી. આપણે જૈન ધર્મની કથાઓને સમજાવી, પણ એ કથાઓના મર્મને આપણા જીવનમાં કઈ રીતે ઉતારી શકીએ એ સમજાવવામાં સફળ ન થયા. તનાવ દૂર કરવા માટે ડૉક્ટરો નિયમિત ધ્યાનની વાત કરે છે. જૈન ધર્મમાં ધ્યાનની ઘણી ઊંડી વિચારણા છે અને જો આર્તધ્યાન આપણા જીવનમાંથી જાય, તો જીવનના ઘણા સ્ટ્રેસ આછા થઈ જાય.

એવી જ રીતે યોગ્ય આહારની વાત કરવામાં આવે છે. જૈન ધર્મ પાસે તો પોતાનું આગવું આહારશાસ્ત્ર અને સ્વાસ્થ્ય-વિજ્ઞાન છે. સ્ટ્રેસમાંથી મુક્ત થવા માટે એની પાસે ભક્તિ પદોનો મોટો ખજાનો છે. જે ખજાના પાસે જાય તેનો સ્ટ્રેસ દૂર થઈ જાય. એના પ્રત્યેક સિદ્ધાંતોમાં તનાવમુક્તિની વાત છે. એના સાધનામાર્ગે કોઈ વર્ણભેદ, રંગભેદ કે ઊંચ-નીચની વાત નથી. કોઈ ભેદભાવ નથી. સઘળી મનુષ્યજાતિ એક છે. વ્યક્તિમાં આપણે ધર્મ, જાતિ, જ્ઞાતિ વગેરેના ભેદને નામે જે 'સ્ટ્રેસ' ઊભા થાય છે, એવા સ્ટ્રેસનું અહીં કોઈ સ્થાન જ નથી, બલ્કે એક સ્વસ્થ સમાજના નિર્માણની જૈનદર્શન વાત કરે છે. આવું ન હોય તો એ શા માટે એમ કહે કે અભિમાન કરવું એ અજ્ઞાનીનું લક્ષણ છે અને સૂત્રકૃતાંગમાં કહ્યું છે,

दिरुज्झे ज्ज केण वि । - सूत्रकृतांग - १/११/१२

'વ્યક્તિએ કોઈની પણ સાથે વેરવિરોધ કરવો જોઈએ નહીં.'

આ રીતે તનાવ દૂર કરવા માટે જૈન ધર્મના અનેક સિદ્ધાંતો ઉપયોગમાં આવી શકે. આર્તધ્યાન દૂર કરવાની વાત થાય, તો બીજી બાજુ અનેકાંતની યોગ્ય સમજણથી સંવાદની ભૂમિકા રચી શકાય. આત્માની ઓળખથી ક્ષમા અને મોક્ષ સુધી માનવી પ્રયાણ કરી શકે છે. આમ જો ધર્મના માર્ગે જીવન પસાર કરવામાં આવે તો સ્ટ્રેસનો કોઈ સવાલ નથી.

આજે વિશ્વમાં એક સ્વસ્થ માનવ, સ્વસ્થ સમાજ અને સ્વસ્થ વિશ્વ રચવાની વાત થાય છે, ત્યારે એના પાયામાં જૈનદર્શનના આ સિદ્ધાંતો ભવિષ્યમાં એક એવા મનુષ્યનું સર્જન કરી શકે કે જેના મુખેથી રહસ્યવાદી યોગી આનંદઘનની માનવજન્મની સાર્થકતાની એ પંક્તિઓ સરી પડશે -

'बेहेर बेहेर नहि आवे, अवसर बेहेर बेहेर नहि आवे;
ज्युं जाणे त्युं कर ले भलाई, जनम जनम सुख पावे, अवसर' ।।

(અમદાવાદસ્થિત ડૉ. પ્રીતિબહેને ''સમુહ માધ્યમોના વિકાસ'' વિષય પર શોધનિબંધ લખી Ph. D. કરેલ છે. ગુજરાત સમાચારનાં કટારલેખિકા છે. નવચેતન, ગુજરાત વિશ્વકોશ વગેરે સંસ્થાઓ સાથે સંકળાયેલાં છે).

◎

૧૦

સાંપ્રત જીવનની સમસ્યાઓ નિવારવા ધર્મનું માર્ગદર્શન

▣ પ્રફુલ્લા વોરા

પ્રસ્તુત વિષયનો પ્રારંભ બે ભિન્ન દશ્યોથી કરીએ

પ્રકૃતિના પમરાટ સાથે હિલ્લોળાતી જળલહરીઓનું સુમધુર સંગીત હોય, લીલછમ્મ વનરાજી વચ્ચે રંગબેરંગી પુષ્પોનો મહેંકસભર આવકાર હોય, ટહુકાતી સૃષ્ટિની સાથે ... તેના સા...રે...ગ...મ...ની સાથે આકાશી રંગછાયાની રંગોળી સજી હોય; કર્ણપ્રિય ધ્વનિને છંટકાવતા છલકાતા રૂપેરી ધોધની મસ્તી હોય; દૂર...સુદુર પથરાયેલા રેતીના પટના આકર્ષક સૌંદર્યની વચ્ચે... ક્યાંક મંદિરની ઝાલર રણકતી હોય; ક્યાંક ઘંટનાદનો લયબદ્ધ તાલ મનને ડોલાવતો હોય તો ક્યાંક પરમતત્ત્વનું સાન્નિધ્ય પામવા માટે નિરવ શાંતિના સામ્રાજ્ય વચ્ચે કોઈના સૌમ્ય ચહેરા ઉપર આત્મિક પરિતોષની આભાનું દર્શન થતું હોય.

આમ પ્રકૃતિ અને પરમતત્ત્વ વચ્ચેની એકરૂપતા ઝીલતું આ આહ્લાદક દશ્ય ! વાહ ! મન પ્રસન્ન થઈ જાય. પણ... પણ એકાદ મિનિટ જરા થોભો, જોઈએ જરા આ બીજું દશ્ય.

એક...બે...ત્રણ...ચાર એક પછી એક છૂટતી જતી મોટરકારની હારમાળા હોય; કોઈ બોઝિલ વાતાવરણની વચ્ચે, અંદરથી ભીંસાતા, અફળાતા, ત્રસ્ત ચહેરાઓ લઈને પસાર થતા ચહેરાઓ હોય; તો ક્યાંક દેખીતી રીતે, ઉપરથી

હસતા, પ્રસન્ન દેખાતા માણસોના નિસ્તેજ ચહેરા...આંખોના ઊંડાણમાં કોઈ પીડાના ઘેરાયેલાં વાદળ છવાયેલાં હોય; કોઈ મરતાં મરતાં જીવતા, થાકેલાં જીવનને પ્રતિબિંબિત કરતા ચહેરા પરની લિપિ આલેખાઈ હોય.. ત્યાં નથી કોઈ પ્રકૃતિનો પમરાટ કે નથી કોઈ નિરવ શાંતિ. અરે ! માસુમ બાળકોનું ખોવાયેલું બચપણ પણ ક્યાંક ઠેબે ચડતું હોય ! આ દૃશ્ય આજકાલ ઘણું સામાન્ય થઈ ગયું હોય એવું લાગે છે. ત્યારે એના ઊંડાણમાં જતા વિચાર આવે છે કે આના મૂળમાં છૂપાયેલી છે સાંપ્રત જીવનની સમસ્યાઓ.

આજે કોઈને પૂછીએ કે તમે તો ખૂબ જ પ્રસન્ન લાગો છો. જીવનમાં શું કોઈ સમસ્યા જ નથી ? પણ પ્રત્યુત્તર 'હા'માં હોવાનો નથી. કારણ કે સાંપ્રત જીવન જુદી જુદી જાતની સમસ્યાઓથી ઘેરાયેલું છે. આ સમસ્યાઓ નિવારવી એટલી જ જરૂરી છે, કારણ કે આ માઠી પરિસ્થિતિથી સાંપ્રત માનવજીવન ત્રસ્ત થઈ ગયું છે. જરા વધારે વિચારતાં એવું લાગે છે કે, સાંપ્રત જીવનની સમસ્યાઓ નિવારવા માટેની જો ગુરુચાવી હોય તો એ માત્ર ધર્મ પાસે જ છે.

પ્રસ્તુત વિષય સંદર્ભે એવું કહી શકાય કે આમાં મને વિશ્વાસ છે કે મારો જૈન ધર્મ ચોક્કસ માર્ગદર્શક બની શકશે.

આમ તો સાંપ્રત જીવનમાં ઘણી સમસ્યાઓ છે. એમાં સામાજિક, આર્થિક, આરોગ્ય વિષયક, માનસિક વગેરે. તો હવે જીવનને મુખ્યત્વે પ્રભાવિત કરતી સમસ્યાઓ સાથે તેને નિવારવા વિષે ચર્ચા કરીએ.

(૧) મોહનું દાસત્વ

સાંપ્રત જીવનની આ સમસ્યાએ માનવજીવનને પ્રદુષિત કરી દીધું છે. કારણ કે આ સમસ્યાએ ખાસ તો માનવમનને પ્રદુષિત કરી દીધું છે. મોહનો વિશેષ ઊંડાણમાં અર્થ ન કરીએ તોપણ એટલું તો સ્પષ્ટ છે કે મોહ **'એટલે જે ગમે છે તેના પરનું સ્વામીત્વ'**. જે ખૂબ જ પ્રિય છે તે ધીમે ધીમે એટલી હદે સ્થાન લઈ લે છે કે તેનાથી અલિપ્ત થવાય નહીં, એના માટે જે કરવું પડે તે કરવાની તૈયારીની વ્યૂહરચના મનમાં ગોઠવાતી જાય છે. તેના પ્રત્યે માલિકીભાવ, તેના માટેનું આધિપત્ય એ જ મુખ્ય ધ્યેય બની જાય છે. પરિણામે તે મેળવવાની તીવ્રતમ ઝંખના મનનો કબજો લઈ લે છે.

દા.ત. કોઈને ભૌતિક સુખ મેળવવા પાછળની તીવ્ર ઝંખના હોય, તો એના મન પર આ ઝંખના સવાર થઈ જાય છે. એ મેળવવાની વ્યૂહરચના ગોઠવાતી રહે છે. એ પ્રમાણે એની દોડ ચાલુ થઈ જાય છે. તો કોઈ પૈસો મેળવવા, કોઈને સમાજમાં ઊંચો મોભો મેળવવા, કોઈને તેની સાથે કોઈ સ્પર્ધા જ ન કરી શકે એવા સ્થાને પહોંચવામાં તો કોઈને કોઈ સ્ત્રીના રૂપ પાછળની લોલુપતા હોય ત્યારે આ વસ્તુ કે પ્રિય મનાતું આભાસી સુખ તેના જીવનમાં કેન્દ્રસ્થાને રહી જાય છે. એની આસપાસ એ ભમ્યા કરે, એમાં જ મન રચ્યું-પચ્યું રહે. એને ખ્યાલ પણ નથી હોતો કે એ દોડ ખોટા રસ્તાની છે. આ લાલચુ મન ક્યારેય સંતોષ પામવાનું નથી. સારાસારની ભેદરેખાને પણ ઓળંગી જાય એવી આંધળી દોટ જોઈને શ્રી પ્રવીણ દેસાઈએ ઈલાચીકુમારના નટડી પાછળના મોહાંધ બનેલા મન વિષે લખેલા શબ્દો યાદ આવી જાય છે :

''મોહરાય શું ખેલ કરાવે, માંધાતાને રંક બનાવે,
ઋષિમુનિઓનાં તપ છોડાવે, શ્રેષ્ઠીપુત્રને વાંસ ચડાવે.''

સાંપ્રત જીવનમાં આવી ઘટમાળ તો રોજિંદી બની ગઈ છે. અન્ય વ્યક્તિ કે વસ્તુ પર સ્વામીત્વ પ્રાપ્ત કરવાના મોહમાં આજે પોતે જ મોહરાજાનો દાસ બની જાય છે.

જીવનની આ સમસ્યાના ઉકેલ જૈન ધર્મ આપે છે. ચાર કષાયોમાં માયા એટલે કે મોહના જે ભયંકર પરિણામો ભોગવવાં પડ્યાં હોય એ વાતની સાક્ષી પૂરતી ઘણી કથાઓ ઉપલબ્ધ છે. રાજસત્તા મેળવવા કે રૂપકુમારીના નિર્દોષ રૂપ પાછમ ભાઈ ભાઈ વચ્ચે પણ મહાયુદ્ધો પણ ખેલાયાં હતાં. તેઓએ પોતાનાં માન-મોભાને પણ ભૂલી જઈ શામ-દામ-દંડ-ભેદની કોઈ પણ નીતિ ઘડવામાં મનને કલૂષિત કરી દીધુ હોય અને પછીનાં ભયંકર પરિણામેા પણ ભોગવવાં પડ્યાંની વાત પર જૈન ધર્મ પ્રકાશ ફેંકે છે.

સાંપ્રત માનવજીવનમાં આપણે અવા ઘણા કિસ્સાઓ બનતા જોઈએ છીએ જેમાં મોહના કારણે લૂંટફાટ અને ખૂન થવા સુધીની ભયંકર સમસ્યાઓ હોય છે. જો આવી સમસ્યાઓ નિવારવી હોય તો જૈન દર્શનમાં જણાવેલી કષાયોની વાત,

અઢાર પાપસ્થાનકોમાં તેનું સ્થાન અને તે સંબંધિત કષાયોમાંથી મનને મુક્ત કરવા અથવા કષાયો ઘટાડવા માટેનાં દૃષ્ટાંતો સમજવાં-સમજાવવાં જોઇએ.

(૨) આર્થિક અસમાનતા

વર્તમાન જીવનની આ સમસ્યા પણ વિચારવા જેવી છે.

આજે પૈસાદાર વધારે પૈસાદાર અને ગરીબ વધારે ગરીબ બનતો જોવા મળે છે. એક બાજુ આલીશાન ઈમારત અને ઝુમ્મરોની ઝાકઝમાળમાં... અને સુગંધી જળ ફેંકતા ફુવારાની ભીનાશ વચ્ચે સુખચેનથી જીવાતું જીવન ! બીજી બાજુ ગંધાતી ગલી અને ઝૂંપડપટ્ટીના અંધારા વચ્ચે અટવાતું જીવન ! એક બાજુ શોપિંગ મોલનું આકર્ષણ અને બીજી બાજુ પેટનો ખાડો ન પૂરાતાં નંદવાતું જીવન. આ પરિસ્થિતિનું મૂળ છે આર્થિક અસમાનતા.

આ ઉપરાંત આર્થિક તેજી-મંદીના કારણે જે સમસ્યાઓ જોવા મળે છે એ છે આર્થિક અસલામતી. ચોરી, લૂંટફાટ, સટ્ટાખોરી, શોર્ટ કટ્સથી વધારે પૈસો કમાવાની ઘેલછા અને દેખાદેખી વગેરેથી પ્રભાવિત થયેલું સાંપ્રત જીવન અસ્તવ્યસ્ત થતું રહ્યું છે. આ સમસ્યા નિવારવા જૈન ધર્મ ચોક્કસ પથદર્શક બની શકે છે.

જૈન ધર્મમાં કર્મોનો સિદ્ધાંત ખૂબ જ સ્પષ્ટ છે. આ સિદ્ધાંત પ્રમાણે પૂર્વના પુણ્યકર્મોથી આ માનવભવ પ્રાપ્ત થયો છે. એમાં પણ પ્રબળ પુણ્યકર્મોના ઉદયથી સુખશાંતિ અને આર્થિક સધ્ધરતાયુક્ત જીવન મળ્યું, પરંતુ જો પુણ્યકર્મો ખૂટી ગયા તો ? આર્થિક ભીંસમાં જીવાતું જીવન મળે. કર્મની આ સ્થિતિથી સમજાય છે કે ગમે તેવી આર્થિક સ્થિતિમાં જીવનમાં જો આત્મિક આનંદ ટકાવી રાખવામાં આવે તો જીવન સરળ બની જાય.

એક ભાઈ ભવ્ય હવેલીમાં રહેતો હોય અને બીજાને રહેવા માટે ઓટલો ય ન મળે ત્યારે ઈર્ષા કરવાને બદલે જૈન ધર્મના કર્મોના સિદ્ધાંત સમજવાથી ઉચિત માર્ગદર્શન મળે છે.

શારીરિક આરોગ્ય પર વધતું જતું જોખમ

સાંપ્રત જીવનની આ સમસ્યા ઘણી ગંભીર છે. મેદસ્વીતાનું વધતું જતું પ્રમાણ, બી.પી., ડાયાબિટીસ જેવા રોગનું પ્રમાણ વધી રહ્યું છે. તેના કારણો પણ સ્પષ્ટ છે. કારણ કે ફાસ્ટ ફુડ, કોલ્ડ-ડ્રિંકસ, બટર-ચીઝનો ચસકો.... આ બધું જ

શારીરિક રીતે નુકસાન કરે છે જ, પરંતુ આનાથી પણ વધારે ચિંતાજનક સ્થિતિ એટલે કૅન્સર રોગનું વધતું જતું પ્રમાણ. આ રોગથી જીવન ભયગ્રસ્ત અને ત્રસ્ત બની ગયું છે. કૅન્સરથી પીડાતું, રીબાતું, ત્રસ્ત થયેલું જીવન જોઈએ ત્યારે ખ્યાલ આવે છે કે પારાવાર પીડા અને અસહ્ય વેદના આપતો આ રોગ વધતો જવાનાં શું કારણો હશે?

આજની જીવનશૈલી મોટા ભાગના રોગનું કારણ છે. ફાસ્ટ ગોઇંગ લાઇફ, ખોરાકમાં ભેળસેળ વગેરેથી રોગનું ભયજનક પ્રતિબિંબ કૅન્સરના દરદીની હાલત માટે કદાચ મહત્ત્વનાં હશે. રોગથી પીડાતો નિસ્તેજ ચહેરો, ઊંડી ઊતરી ગયેલી આંખો, લથડિયાં ખાતું શરીર, કિમો થેરાપી, રેડિયેશન, તેની અસરથી વાળ વગરનું ખુલ્લું માથું... આ બીમારીનું પ્રતિબિંબિત થતું બોઝિલ જીવન... કલ્પના જ ભયંકર છે.

પ્રશ્ન એ થાય કે વ્યસન કે અન્ય જે કારણોથી કૅન્સરની બીમારી લાગુ પડી હોય, તો એમને કે જેમણે હજુ આ દુનિયા જોઈ નથી, તો આવી સ્થિતિમાં માસુમ બાળકો શાથી મુકાય છે? જે સાદું જીવન જીવે છે એવા લોકો પણ આ રોગનો ભોગ શા માટે બને છે? જેમણે હજુ તો જીવન જ માણ્યું નથી એમાં જીવનશૈલીની વાત જ ક્યાં કરવાની રહે?

તો આ પ્રશ્નોના જવાબ શોધવા, આ સમસ્યાઓ નિવારવા માટે જૈન ધર્મ માર્ગદર્શક બની શકે, એમાં જરા પણ શંકા નથી. જોઈએ આ પથદર્શન.

વર્તમાન જીવન એટલે કે અત્યારે મળેલા માનવભવ માટે ફરીથી આપણે કર્મોના સિદ્ધાંતને વિચારવો પડશે. પૂર્વ ભવોમાં એવાં કર્મો કર્યાં હશે જેની અસરથી આ જન્મમાં આવા ભયંકર રોગનો ભોગ બનવું પડ્યું. ભલે દવાથી કદાચ કાંઈક રાહત લાગી હોય, પરંતુ કર્મોના ગણિતનો કોઈ દાખલો ખોટો હોતો નથી.

જૈન દર્શન અને મહાપુરુષોનું ચિંતન એ વાતની સાક્ષી પૂરે છે કે દ્રવ્યનો પ્રત્યેક પર્યાય, પ્રત્યેક વહેણ, પ્રત્યેક પળ અને પ્રત્યેક ક્ષેત્ર વિશે જો શાંતિથી વિચાર કરવામાં આવે તો જીવનની ઘણી સમસ્યાઓને નિવારવાની દિશા મળી શકે.

ભગવાન શ્રી મહાવીર સ્વામીનું જીવન એ સમજાવે છે કે સમસ્યાઓ, મુશ્કેલીઓ કે ઉપસર્ગો જે આ જીવનમાં મળ્યાં છે, એ પૂર્વ ભવમાં બાંધેલા કર્મોના

ઉદયનું જ પરિણામ છે. ચિંતા શરીરની નહીં આત્માની કરવાની છે. જો આત્મા પરથી કષાયની અવસ્થા નાબુદ થઈ જાય તો ઘણી સમસ્યાઓ દૂર થઈ જાય. વેદના દ્વારા પણ મુક્તિનું ગીત ગાવાનું, કરુણા અને મૈત્રીભાવને સ્થાન આપવાનું અને શરીરને થતા રોગનું દુઃખ લગાડવાને બદલે જો એને શુદ્ધિકરણની પ્રક્રિયા સમજવાનું ગણિત આવડી જાય તો જીવનની આ સમસ્યાને પણ નિવારી શકાય.

કર્મોએ આપેલા પ્રસન્નતાના પ્રસંગોને માણવાના, અને પીડાના પ્રસંગો વિષે ફરિયાદ કરવી એ ક્યાંનો ન્યાય?

એક x નામની વ્યક્તિ, છેલ્લાં છ વર્ષથી કેન્સર સામે ઝઝૂમી રહી છે. આવી પડેલ અસહ્ય વેદના, કિમો-રેડિયેશન થેરાપીની આડઅસરો, હાડકાં-મણકામાં પ્રસરતું જતું કેન્સર, છતાં અનહદ પીડાને સમતા ભાવે પચાવી, પ્રભુ પાસે સહન કરવાની શક્તિની માગણી કરતાં પ્રસન્ન મનથી-હકારાત્મક અભિગમથી સ્વરચિત ગઝલની પંક્તિઓમાં ખુમારી સાથે કહી શકે છે :

''અમસ્તી રાખ બાઝી છે જરા આ શ્વાસના ચૂલે,
પવનની લહેર આવે ને ફરી પેટાય છે જીવન''.

હા, એક વાતનો અફસોસ જરૂર છે કે કેન્સરની સારવાર લેતાં, કેન્સર સિવાયના સારા સેલ પણ ખતમ થઈ જાય, પણ તેમની પાસે હકારાત્મક સમજણ અને ખાસ તો દેવ-ગુરુ અને ધર્મનું આલંબન જ એમને આ બીમારીમાં સ્વસ્થ રહેવાની પ્રેરણા અને શક્તિ આપે છે.

જ્યારે જીવલેણ બીમારીનો ભોગ બનવું પડે ત્યારે પણ આધ્યાત્મિક ખુમારી અને ધર્માભિમુખતાનું આલંબન ઉપકારક બને છે.

માનસિક તણાવ (Mental Stress)

સાંપ્રત જીવનમાં માનસિક તણાવ નામની સ્થિતિ જોવા મળે છે. માનસિક તણાવની અસર શરીર પર પણ પડે છે, તેનાથી શરીરની સમાધનાવૃત્તિને જે ઉત્તેજના મળે છે તેનાથી મન નબળું પડે છે. જ્ઞાનતંતુઓમાં ખેંચ આવે છે. માનસિક સ્થિતિ જન્મવાનું એક કારણ ખાસ નોંધપાત્ર છે. પોતાની શક્તિ કરતાં વધારે સિદ્ધિ મેળવવા માટેની તીવ્ર ઝંખના, અશક્ય લાગતી હોય એવી સિદ્ધિ માટેની દોડ અને

અતિ મુશ્કેલ હોય એવા લક્ષ્યાંકો પ્રાપ્ત કરવાની મહત્ત્વાકાંક્ષા ઉપરાંત મળેલી અસફળતા સહન ન કરવાની હાલત, પોતાની મર્યાદાઓ પ્રત્યે સતત સભાનતા જેવાં કારણો મન પર જે અસર કરે છે તેનાથી માનસિક તાણની સ્થિતિ સર્જાય છે. આમ જુઓ તો માનસિક તાણ એ આજના વિકસિત યુગની દેણ છે.

આ સમસ્યા નિવારવા માટે જૈન ધર્મનું માર્ગદર્શન ઉપયોગી થઈ શકે છે. મનોધૈર્ય કેળવાય તો મનની ઉગ્રતા ઘટે છે. તેથી કોઈ પણ ઉતાવળો નિર્ણય ન લેવાઈ જાય એટલી સ્થિરતા માટે યોગ, પ્રાણાયામ, ધ્યાન અને જાપ કરવાથી ફાયદો થાય છે. ખાસ કરીને શ્રી નવકાર મહામંત્રમાં જે તાકાત રહેલી છે, તેનું વર્ણન વાંચીએ ત્યારે તેના પ્રભાવથી મનોધૈર્ય કેળવાય છે. એવી રીતે જ્ઞાનતંતુઓ પણ શાંત રહે છે. મન વિશુદ્ધ બની પ્રસન્ન બને છે. માનસિક તણાવ દૂર થાય છે.

જૈન ધર્મમાં સ્વદોષ દર્શન અને પરગુણ દર્શનની ખાસ સમજ આપવામાં આવી છે. કોઈ પણ સ્થિતિ માટે પહેલા પોતે તો જવાબદાર નથી ને, એનો વિચાર કરવો અને અન્યમાં રહેલા ગુણોનું સન્માન કરવાથી માનસિક તણાવ દૂર થાય છે.

વ્યસન, આંતરકલેહ, વેરવૃત્તિ

''આજનું જીવન બરબાદીના રસ્તે દોરવાઈ રહ્યું છ'' આવું અનુભવનારા અને આ સ્થિતિ જોનારા માટે આ સમસ્યાઓ ચિંતાજનક છે. વ્યસનો વિષે તો સર્વ સામાન્ય જાણકારી છે જ, તેના વિશે વિશેષ ચર્ચા કરવી નથી, પરંતુ આજકાલ મોબાઈલનો વધારે પડતા ઉપયોગનું વ્યસન નાના-મોટા, ટીનએજર્સ સૌ માટે ખતરનાક અને જોખમી બનતું ગયું છે. ભવિષ્યની પેઢી માટેની ચિંતાનું આ કારણ સૌને સમજાય છે. સાંપ્રત માનવજીવનની સામે એ ખતરારૂપ છે.

ઉપરાંત સ્વતંત્ર માનસ, સહન કરવાની કે 'લેટ ગો' કરવાની શક્તિનો અભાવ, મનભેદથી રચાતી આંતરવિગ્રહની દીવાલો અને કોઈ કારણસર થયેલા નુકસાન કરતાં વધારે બદલો લેવાની વૃત્તિથી ઘણી સમસ્યાઓ સર્જાતી રહી છે. મનમાં વિકૃતિ પેદા થાય છે. આ પ્રમાણ વધતા વૈમનસ્ય વધે છે. આમ સામાન્ય લાગતી સ્થિતિ અંદરથી દાવાનલ સમાન હોય છે.

આવી સમસ્યાઓ નિવારવા માટેના સરસ-સરળ સિદ્ધાંતો જૈન ધર્મે આપ્યા છે. માર્ગાનુસારીપણું ગૃહસ્થજીવનને ઉન્નત બનાવી શકે. બાર ભાવનાઓ વિષે

વિષદ ચર્ચા થઈ શકે, પરંતુ અહીં અનિત્ય ભાવના અને મૈત્રીભાવ વિશે જરા વિગતથી જોઈએ. મનુષ્યનું જીવન એટલે કે જો અસ્તિત્વ જ અનિત્ય છે, તો પછી વ્યસનો, આંતરકલહ અને વેરવૃત્તિથી ઘેરાયેલા જીવનમાં પદ, પ્રતિષ્ઠા અને પૈસો પણ અનિત્ય છે.

શ્રી મહાવીર પ્રભુએ તો કરુણા અને મૈત્રીભાવને ઉચ્ચતમ સ્થાન આપ્યું હતું. જો આ ભાવને આચરણમાં મુકાય તો ક્યાંય વેરભાવ કે રાગ-દ્વેષ ટકી ન શકે. સર્વ જીવનું સુખ ઇચ્છનારને કોઈ સમસ્યાનો બોજ લાગતો જ નથી.

મૈત્રીભાવના પવિત્ર ઝરણામાં એક ડૂબકી લગાવી જોવાથી ચિત્ત પરમ શાતાનો અનુભવ કરે છે. વિશુદ્ધ મનમાં કોઈ સમસ્યા રહેતી નથી.

સાંપ્રત જીવનના ભાગરૂપે આજના બાળકની દયનીય સ્થિતિ

બાળકની વયના પ્રમાણમાં અસ્વભાવિક અને અસહજ, પોતાને પસંદ પડે એવા બૌદ્ધિક સ્તરે બાળકને પહોંચાડવા માગતાં માતા-પિતાએ બાળકને બાળક રહેવા દીધું નથી. વ્હાલપ અને લાગણીની ચુમીઓ ક્યાંક સુકાઈ ગઈ છે. બાળરૂપી છોડ અકાળે સુકાઈ જાય છે. સ્ટેટસની (માતા-પિતાના) બાંધેલી વાડ પ્રમાણે રમકડાંના ઢગલાની બાળકને જરૂરિયાત નથી. આ ઢગલા વચ્ચે તો બાળક ગૂંગળાઈ જાય છે. પરિસ્થિતિ એટલી તો ખતરનાક બની જાય છે કે બાળક સમાજમાં, શાળામાં, કુટુંબમાં અપસેટ રહે છે. તેનામાં વિરોધ ભાવ જન્મે છે, જે ક્યારે વિસ્ફોટક બનેતે કહી શકાય નહીં.

જૈન ધર્મે આ સમસ્યા નિવારવા માટેના સુંદર ઉપાયો દર્શાવ્યા છે. એક તો સહજ વિકાસ માટે સંસ્કારનું સિંચન આવશ્યક છે. જૈન શાસ્ત્રોમાં એવા ઘણા ગંથો છે જેમાં બાળકના સંસ્કાર ઘડતરની રસપ્રદ વાર્તાઓ - કથાઓ આલેખાયેલી છે. હાલમાં તો ઘણા લેખકોએ, ગુરુજનોએ અને સાધુ-સાધ્વીજી ભગવંતોએ મૂળ કથાઓનું સરળ ભાષામાં આલેખન કર્યું છે, એમાં સચિત્ર વર્ણનો બાળભોગ્ય શૈલીમાં લખાયાં છે. એવી games... ગમ્મત સાથે જ્ઞાનના ખજાના ઉપલબ્ધ છે, જેના દ્વારા માતા-પિતા આનો ઉપયોગ કરે, બાળકોને એ વિષે સમજાવે. પહેલાં તો પોતે આ સંસ્કારને મહત્ત્વ આપે - લાગણી+બુદ્ધિ+શ્રદ્ધાના ત્રિવેણી સંગમની રીત શીખે, તો વર્તમાન બાળકનાં જીવનની ઘણી સમસ્યાઓ નિવારી શકાય. સરળ

ભાષામાં સૂત્રો વિષયક ચર્ચા કરે, બાળકો માટે થોડો સમય કાઢવા માટેની માનસિક તૈયારી કરે તો આવી સમષ્યાઓ નિવારી શકાશે.

સાંપ્રત જીવસૃષ્ટિના અસ્તિત્વ પર જોખમ

આમ તો પ્રસ્તુત વિષયમાં જ્યારે 'સાંપ્રત જીવન' શબ્દો પ્રયોજાયા છે, ત્યારે તેમાં મુખ્યત્વે 'માનવજીવનને' અર્થ સમાયેલો હોય એવું અભિપ્રેત છે. પરંતુ વધારે અર્થ વિચારીએ તો 'સાંપ્રત જીવન'માં માનવ ઉપરાંતની જીવસૃષ્ટિનું જીવન - તેના વિષેની સમસ્યાઓને ઉમેરી શકાય.

આપણે જાણીએ છીએ કે આજે સમગ્ર વિશ્વ પર્યાવરણીય, પ્રાણી અને પ્રાકૃતિક વિસંગતતા વિષયક પ્રશ્નોથી વાકેફ છે. જીવસૃષ્ટિના અસ્તિત્વ પરનું જોખમ વધતું જાય છે. ઉજ્જડ થતી જતી ધરતીમાતા, છ'કાયના જીવો - સમગ્ર એકેન્દ્રિયથી માંડીને પંચેન્દ્રિય (માનવ ઉપરાંતના) જીવોના જીવન પરના જોખમો વધતાં જાય છે.

આ સમસ્યા વિષે તો જૈન ધર્મમાં ખૂબ જ વિસ્તૃત ચર્ચા થયેલી છે. શ્રી મહાવીર સ્વામીએ આપેલા સિદ્ધાંતોની વર્તમાન પ્રસ્તુતતા પર અલગ સેમિનાર થઈ શકે એટલું કહી શકાય, પરંતુ ટૂંકમાં અહીં આ સમસ્યાના ઉકેલ તરીકે અહિંસા-સૂક્ષ્મ અહિંસાપાલન, જીવદયા, જયણાધર્મ, અપરિગ્રહવૃત્તિ, માર્ગાનુસારી સિદ્ધાંતોનું અર્થઘટન, જીવવિચાર અર્થ સંબધી આચરણ, પાપસ્થાનકો અને લાગતા અતિચારો વિષે સ્પષ્ટ સમજ ઊભી થાય તો માત્ર માનવ જ નહીં, સમગ્ર સજીવસૃષ્ટિ વિષયક સમસ્યાઓ જરૂર નિવારી શકાય.

સમાપન

ઉપરોક્ત વિષયોની સાથે સંકળાયેલી કેટલી પથદર્શક બાબતો જે જૈન ધર્મની વિશેષતાઓ ગણી શકાય, તેનાથી પણ સમસ્યાઓ દૂર થઈ શકે.

-પ્રભુ પૂજામાંથી પ્રગટતી વિશેષ ઊર્જા : પથ્થરમાંથી પ્રતિમા અને તેમાં પરમાત્માનું આરોપણ. વર્તમાન સમય માટે સાચું અવલંબન છે. પ્રભુની અંગપૂજાનું સવિશેષ મહત્ત્વ છે, તેમના હાથ-પગના આંગળાં, મસ્તિષ્ક, હૃદય, મેરૂદંડ જેવાં અંગોમાંથી પ્રગટતી ઊર્જા એ શક્તિના ધોધ જેવી છે. ભલે એ ન દેખાય પણ એ ઊર્જાનું સંચારણ પૂજકના અંગમાં પણ થઈ શકે. પ્રભુનો સ્પર્શ ઉત્તમ ઔષધિ જેવું કામ કરે છે. ચોક્કસ પ્રકારનાં સ્પંદિત થતાં આંદોલનો એ એક જાતની મલમપટ્ટી

છે. તેનાથી અશુભ પુદ્‌ગલો નાશ પામે છે.

– જન્મ પછી મરણ આવવાનું છે એનો સ્વીકાર કરવાથી પણ જીવન સાર્થક બને. આ માટે મનને કેળવવું પડે – જે કહી શકે --

''હે પ્યારા મૃત્યુદેવ ! તમે આવો, હું તમારું બહુમાનપૂર્વક સ્વાગત કરીશ. તમારું સાચું સ્વરૂપ મેં જાણ્યું છે. માટે જ હું તમને 'દેવ' કહું છું. જીવનનો સાચો મહોત્સવ હવે મળશે.''

આ ભાવથી સમસ્યાઓનો વિચાર કરવામાં આવે તો પુદ્દગલોનાં બંધની સ્થિતિ સમજાય જાય.

– જૈનત્વના સદ્‌ભાગ્યનું સિંચન : ગમે તેવી સમસ્યાઓ વચ્ચે ધર્મનું અવલંબન મળે તો હારેલી બાજી પણ જીતમાં ફેરવી શકે એવી શ્રદ્ધાનો દીપક હંમેશાં જ્વલંત રહે તો ખરેખર જીવનમાં ઘેરાયેલી સમસ્યાઓ દૂર થાય છે.

તો આવો, આપણે સહિયારી સમજ અને સહિયારા પુરુષાર્થની પગદંડી આકારીએ અને શક્ય એટલી સમસ્યાઓ નિવારવા માટે આપેલા ઉપાયોથી જીવન-પથને શણગારીએ.

(ભાવનગરસ્થિત જૈન દર્શનના અભ્યાસુ પ્રફુલ્લાબહેન કવિયત્રી છે. મહિલાઓ અને બાળકોને જૈન શિક્ષણ આપવામાં પ્રવૃત્ત છે. અસહ્ય શારીરિક પીડામાં પણ તેમની સર્જકતા ખીલતી રહે છે. જાણે અગ્નિકુંડમાં ખીલેલું ગુલાબ).

◎

૧૧

સમસ્યા છે તો સમાધાન પણ છે

▣ ડૉ. ગુલાબ દેઢિયા

શીર્ષકના આરંભે બે મજાના શબ્દો છે. જીવન અને સમસ્યાઓ, તે પણ પાછા પાસે પાસે! હા, જીવન અને સમસ્યાઓ અલગ નથી. જીવન હોય ત્યાં સમસ્યાઓ હોવાની. જીવન તો સાંપ્રત જ હોય ને!

આપણને લાગે છે વર્તમાન સમયની, સાંપ્રતની સમસ્યાઓ વિકટ છે. દરેક જમાનામાં એવું લાગ્યા જ કરે. કારણ કે વર્તમાનમાં જ ભોગવવી પડે છે.

સમસ્યાઓ, પ્રશ્નો, મુશ્કેલીઓ, અડચણો, તનાવ - આ બધું ગઈ કાલે પણ હતું, આજે છે અને ભવિષ્યમાં પણ રહેશે.

હા, દરેક વખતે, દરેક વ્યક્તિ માટે એનું કદ, સ્વરૂપ, અસર, જુદાં જુદાં હોવાનાં. સમસ્યાઓ વ્યક્તિગત, સમૂહગત, આર્થિક, શારીરિક, રાજકીય વગેરે વગેરે હોવાની.

હું જૈન ધર્મના માર્ગદર્શનની વાત કરીશ. જે કાંઈ છે, સારું કે નરસું, ગમતું કે અણગમતું એ બધું નક્કી તો મન જ કરે છે અને જૈન ધર્મે મનને બરોબર ચીંધ્યું છે. મનથી જ કામ પાડ્યું છે, મનને જ તાલીમ આપી છે.

બીજી વાત, જૈન ધર્મ વ્યક્તિને ખૂબ મહત્ત્વ આપે છે. દરેક વ્યક્તિ બધી રીતે ભિન્ન છે, તેથી ભિન્નતા અને વિવિધતાનો પૂરો સ્વીકાર કર્યો છે. સમસ્યાનો

સ્વીકાર કરો. મનથી જુઓ, એના વિશે કેવો પ્રતિભાવ આપવો તે તમે નક્કી કરો.

મને એ વાત ગમે છે કે, જૈન ધર્મ કહે છે, તારે માટે અન્ય કોઈ ચમત્કાર નહીં કરી આપે. તારે જ તારો ખ્યાલ કરવાનો છે. તું સજ્જ રહે. જાગૃત રહે. પળેપળની જાગૃતિની વાત કેટલી અદ્‌ભુત છે !

જૈન ધર્મ ફરી ફરીને કહે છે, તું સાવધાન રહે, જાગૃત રહે. તારે લીધે અન્યને કોઈ હાનિ ન પહોંચે. આ વાતમાં સમાજ પ્રત્યેની, જીવમાત્ર પ્રત્યેની વ્યક્તિની ફરજની વાત છે. સૌના સુખની કામના કરવી, શુભ ભાવ ભાવવો, અનુમોદના કરવી, આ બધું જ મનોવિજ્ઞાનના પાઠોમાં છે. હા, જૈન ધર્મ મનોવિજ્ઞાનની ખૂબ નજીક રહ્યો છે. મનોવિજ્ઞાન અને જૈન ધર્મના સિદ્ધાંતોની શાસ્ત્રીય તુલના કરવા જેવી છે.

આપણી સમસ્યાઓના મૂળમાં વેરભાવ છે. આપણે કષાયોથી બદ્ધ છીએ. જે બીજાનું છે, અણગમતું છે, મને નથી મળ્યું, આવા કોઈ પણ કારણથી વેરની આગ આપણને ઘેરી વળે છે. જૈન ધર્મ જીવમાત્ર પ્રત્યે મૈત્રીભાવ દર્શાવે છે. આ મહાન માર્ગદર્શન છે. ધર્મ આખરે તો આચરણનો વિષય છે, વક્તવ્યનો નહીં. વાચન પછી મનન અને મનન પછી અનુભવ અને અનુભવ પછી આચરણ.

જૈન ધર્મ ઉદાહરણ આપીને, ખુલાસા કરીને સમજાવે છે કે, બધો આધાર આચરણ પર છે. સમસ્યા તો આવે, એ વખતે તારું ચિત્ત શું વિચારે છે, તારાં વાણી-વર્તન કેવાં છે એના પર બધો આધાર છે. સમતા, દયા, ઉદારતા, સમભાવ, ક્ષમા જેવા ગુણો દ્વારા જૈન ધર્મ સમસ્યાના ઉકેલની ચાવીઓ આપે છે.

વર્તમાન સમયની વિકટ, વિકરાળ સમસ્યા વાપરો અને વેડફોની છે, બગાડની છે. જૈન ધર્મ પરિગ્રહ પરિમાણનું માર્ગદર્શન આપે છે. કરકસરનો ઉત્તમ માર્ગ બતાવે છે. એ બધા પાછળ અહિંસા છે, સર્વ જીવના હિતની ભાવના છે, પરિગ્રહની માયાજાળમાંથી મુક્ત થવાની વાત છે, સમસ્યાનો સદુપયોગ કરવાની વાત છે.

જૈન ધર્મની વિશેષતા એ છે કે જગતનો એવો કોઈ સદ્‌ગુણ બાકી નથી જેની જૈન ધર્મે વાત ન કરી હોય. ગુણાનુરાગીતા એ ધોરીમાર્ગ છે. અપેક્ષાઓ ઓછી કરતા જઈએ તો મનમાં મોકળાશ વધે, શાંતિ વધે, સમસ્યાઓ ઘટે.

આપણને જુદા જુદા સમયે, જુદા જુદા માણસો આપણા હરીફ, પ્રતિસ્પર્ધી

છે, વિરોધી લાગે છે. જે જીતે છે, જે આપણાથી જુદું કરે છે, આપણાથી આગળ નીકળી જાય છે, તે આપણને ગમતા નથી. જૈન ધર્મ કહે છે, 'તારો કોઈ શત્રુ નથી'. આ સૂત્ર અનન્ય છે. જે કંઈ બને છે તે કર્માનુસાર છે, સમય, સંજોગ અને આપણા સ્વભાવને લીધે છે. અન્ય કોઈ કંઈ કરી શકતું નથી. આ વાત સમજાય તો સમસ્યા જ ન રહે ! 'સમવાય'ની વાત એકદમ પ્રસ્તુત છે.

પ્રત્યેક પળે વિવેકની વાત જૈન ધર્મ ભારપૂર્વક કહે છે. વિવેક આપણને અતિરેકથી બચાવે છે, સત્યનું ભાન કરાવે છે. વિવેક હોય પછી સમસ્યાઓ સરળ થતી જાય છે. વિવેક એ રત્નચૂડામિણ છે સમસ્યાના સમાધાન માટે એને હૈયાવગું રાખવાનું જૈન ધર્મ વારંવાર કહે છે.

'પરિણામલક્ષિતા' કેવો મજાનો શબ્દ છે ! શું થશે, શું થઈ શકે એવો પહેલેથી વિચાર કરવો એ ધ્યાન રાખવાની શીખ મળે છે. પરિણામનો પહેલેથી વિચાર કરવાથી પ્રશ્નો હળવા થઈ જાય છે.

જૈન ધર્મના પાયામાં સતત જાગૃતિનો, સમગ્રતાથી વિચાર કરવાનો ભાવ રહેલો છે. સ્વ અને પરના કલ્યાણની શુભ ભાવના છે. આશાવાદી અભિગમ છે.

સર્વ પ્રકારે સ્વસ્થ રહેવાની પ્રક્રિયા જૈન ધર્મમાં છે.

શ્રદ્ધા હોય તો જરૂર રસ્તો મળે, સહાય મળે, જૈન ધર્મ માર્ગદર્શન આપે છે, લેનાર જોઈએ છે. સમસ્યા છે તો સમાધાન ક્યાં નથી !?

(ડૉ. ગુલાબભાઈએ સ્વામી આનંદના જીવન અને સાહિત્ય પર Ph.D. કર્યું છે. તેમના ચિંતનાત્મક લેખો અનેક સામયિકોમાં પ્રગટ થાય છે. તેઓ સારા વક્તા અને પ્રવતક્તા છે).

◎

૧૨

સમસ્યા નિવારણ માટે માર્ગદર્શક 'ઉવસગ્ગહરં' સ્તોત્ર

▣ ડૉ. માલતી કિ. શાહ

જીવનની ઘટમાળ માટેની એક પ્રસિદ્ધ ઉક્તિ છે કે, ''**नीचैर्गच्छति उपरि च दशा चक्रनेमिक्रमेण ।।**'' તેનો ભાવાર્થ એ છે કે, સંસારરૂપી ચક્ર સદાય ગોળગોળ ફરે છે તેમાં નીચેનો ભાગ ઉપર આવે છે અને ઉપરનો ભાગ નીચે જાય છે. કૂવામાં જે પાણી હોય તેને ખેતરમાં પીવડાવવા માટે નાના નાન ઘડા જેવા વાસણને બાંધીને રેંટ ચલાવવમાં આવે ત્યારે નીચે જતા ઘડામાં પાણી ભરાય છે અને તે ઘડા ઉપર આવે ત્યારે પાણી ઉપર આવીને બહાર ઠલવાઈને ક્યારાઓમાં જાય તેવી વ્યવસ્થા કરવામાં આવે છે. અહીંયા ચક્રની ઉપર-નીચેની ગતિ ચાલ્યા કરે છે. તેને 'ઘટમાળ' કહે છે. સંસારની ઘટમાળમાં પણ ઉપર-નીચે, નીચે-ઉપર એ ક્રમ ચાલ્યા જ કરે છે. સંસારની વ્યાખ્યા આપતા જણાવાય છે. કે, ''**सृ सरति इति संसार ।**'' અર્થાત્ ''જે સતત સર્યા કરે છે તે સંસાર છે.'' આ વ્યાખ્યાથી પણ સંસારની પરિવર્તનશીલતા સૂચવાય છે.

સતત પરિવર્તનશીલ સંસારની આ ઘટમાળમાં સુખ અને દૂઃખ, તડકો અને છાંયડો, પ્રતિકૂળતા અને અનુકૂળતા એ એક સિક્કાની બે બાજુની જેમ પ્રત્યેકના જીવનમાં ઓછા-વત્તા પ્રમાણમાં આવ્યા જ કરે છે. જીવનમાં આવતી પ્રત્યેક પરિસ્થિતિને કેવી રીતે ઝીલવી તે વ્યક્તિએ પોતે નક્કી કરવાનું છે. "Even this

will pass away." એટલે કે ''આ પણ જતું રહેશે.'' આ દૃષ્ટિએ જોઈએ તો જીવનમાં સુખ આવે તે પણ એક દિવસ જતું રહેશે અને દુઃખ આવે તે પણ એક દિવસ જતું રહેશે. 'જ્ઞાનસારમાં ઉપાધ્યાય યશોવિજયજી આ માટે દિશાસૂચન કરતાં જણાવે છે કે, ''**दुखं प्राप्य न दीन स्यात्, सुख प्राप्य न विस्मितः**'' અર્થાત્ ''દુઃખ આવે ત્યારે દીન થઈને બેસી ન જવું અને સુખ આવે ત્યારે તેનાથી વિસ્મિત (અભિભૂત) ન થવું.''

સમસ્યા, આપત્તિ, મુશ્કેલી, દુઃખ, પ્રતિકૂળતા આવે ત્યારે તેનો સામનો કેવી રીતે કરવો એ જો આવડી જાય તો તેમાંથી પેદા થતી પરિસ્થિતિ થોડીક હળવી બને, સહ્ય બને. જગતના પ્રત્યેક ધર્મમાં આવા વ્યવહારુ સૂચનો એક યા બીજી રીતે જોવા મળે જ છે. જૈન ધર્મમાં માંગલિક તરીકે ઉપયોગયાં લેવાતા 'નવ સ્મરણ'માં નવ મંગળકારી સ્તોત્રોનો પાઠ કરવામાં આવે છે. આ નવમાંથી કોઈ પણ એકનું, એકથી વધારે સ્તોત્રનું કે નવેનવ સ્તોત્રનું સ્મરણ કરવામાં આવે તો વ્યક્તિ પોતાના જીવનમાં આવતી સારી-નરસી બધા પ્રકારની પરિસ્થિતિને સમભાવે ઝીલી શકે છે. 'શ્રીમદ્ ભગવદ્ ગીતા'માં જણાવ્યું છે તે પ્રમાણે ''**सुखं दुःखं समे कृत्वा, लाभालाभौ जयाजयौ ।**'' અર્થાત્ સુખ કે દુઃખ, લભ કે અલાભ (ગેરલાભ), જય કે અજય (પરાજય)માં સમભાવ રાખીને. ''સ્થિતપ્રજ્ઞના લક્ષણોમાંનું આ એક લક્ષણ છે.

મંગળકારી નવ સ્મરણમાંનું એક સ્તોત્ર છે 'ઉવસગ્ગહરં સ્તોત્ર'. આ સ્તોત્રનું નામ સૂચવે છે તે પ્રમાણે ઉપસર્ગોને હરનારું આ સ્તોત્ર છે. આ સ્તોત્ર રજૂ તો થયું છે ત્રેવીસમાં તીર્થંકર શ્રી પાર્શ્વપ્રભુને ઉદ્દેશીને. આ પાર્શ્વપ્રભુ કેવા છે? તે માટે આ સ્તોત્રમાં જણાવ્યું છે કે તેઓ પોતે તો કર્મોના સમૂહથી મુક્ત થયેલા છે. **(कम्मघण मुक्कम्)** વળી તેમના ઉપાસક એવા પાર્શ્વયક્ષ કે ધરણેન્દ્ર પણ ઉપસર્ગને હરનાર છે. **(उवसग्गहरं पासं)** પૂર્ણ ભક્તિસભર હૃદય વડે **(भत्तिब्भरनिष्भरेण हिअएण)** પાર્શ્વપ્રભુની ભક્તિ કરીએ તો આપણને જીવનમાં ઉન્નત પથ ઉપર આગળ વધવાનું બળ મળે છે.

આ 'ઉવસગ્ગહરં સ્તોત્ર' અને તેનો ભાવાર્થ જાણીને પછી તેમાં વ્યક્ત થતાં જીવનનાં દુઃખો, સમસ્યાઓનો અને તેમાંથી છુટકારો થાય તો શું શું પ્રાપ્ત થઈ

શકે તેનો ખ્યાલ મળવીએ.

उवसग्गहरं स्तोत्र

उवसग्गहरं पासं, पासं वंदामि कम्मघणमुक्कम् ।
विसहरविसनिन्नासं, मंगल कल्लाण आवासम् ॥१॥

विसहस्फुलिंग मंतं, कंठे धारेई जो सया मणुओ ।
तस्स गह रोग मारी, दुठ्ड जरा जंति उवसामम् ॥२॥
चिट्ठड दूरे मंतो, तुज्स पणामो वि बहुफलो होई ।
नरसिरिएसु वि जीवा, पावंति न दुःख दोगच्चम् ॥३॥
तुह मसत्ते लद्धे, चिंतामणि कप्पप्पायवहिए ।
पावंति अविग्घेणं, जीवा अयरामणं ठाणम् ॥४॥
इअ संथुओ महायस्स, भत्तिष्मरनिष्भरेण हिअएण ।
ता देव दिज्ज वोहिं, भवे भवे पास जिणयंद ॥५॥

ભાવાર્થ :

ઉપસર્ગોને હરનાર પાર્શ્વયક્ષ જેમનો સેવક છે, જેઓ કર્મના સમૂહથી મુક્ત થઈ ગયા છે, જેઓ સાપના ઝેરનો નાશ કરનાર છે, જેઓ મંગલ અને કલ્યાણના આવાસ સમાન છે તેવા પાર્શ્વનાથ ભગવાનને વંદન કરું છું. (૧)

વિષધર ફુલ્લિંગ નામના મંત્રને જે મનુષ્ય હંમેશાં કંઠને વિષે ધારણ કરે છે (એટલે કે તેનો મુખપાઠ કે જાપ કરે છે) તેના ગ્રહ, રોગ, મરકી, અનિષ્ટ અને વૃદ્ધત્વ ઉપશાંત થાય છે. (૨)

એ મંત્ર તો દૂર રહ્યો, પણ તમને દૂરથી કરેલ નમસ્કાર પણ ખૂબ ફળવાળો થાય છે, જેથી જીવો મનુષ્યગતિ અને તિર્યંચગતિમાં પણ દુઃખ અને દુર્ગતિને પામતા નથી. (૩)

ચિંતામણિ મંત્ર અને કલ્પવૃક્ષથી પણ વધારે સારા એવા તમારા સમ્યગ્દર્શનને પામવાથી જીવો વિઘ્ન વિના એટલે કે સરળતાથી અજર અને અમર એવા મોક્ષસ્થાને પામે છે. (૪)

જીવનમાં આવતા અવરોધો, ઉપદ્રવો, મુશ્કેલીઓ, અનિષ્ટો, અંતરાયો,

સમસ્યાઓ, ઉપસર્ગો વગેરે કેવા કેવા પ્રકારના હોય છે તેનો થોડોક ખ્યાલ આ સ્તોત્રમાં આવતા શબ્દોના આધારે આવે છે.

विसहर विस એટલે વિષધર એવા સાપનું ઝેર. મચ્છર, કૂતરું, વીંછી, સાપ વગેરે ક્યારે ક્યારેક માણસોને કરડે છે. મચ્છર કરડવાથી મેલેરિયા, ડેંગ્યુ જેવા તાવ આવવાની શક્યતા રહે છે. કૂતરું કરડે તો હડકવા થવાની આશંકા રહે છે, જેના માટે ઇંજેક્શનો લેવા પડે છે. વીંછી કરડે તો તેનું ઝેર ચઢી શકે છે. ઝેરી સાપ કરડે અને તેનું ઝેર જો સમગ્ર શરીરમાં વ્યાપી જાય તો મૃત્યુ પણ થઈ શકે છે. આ બધી પ્રાણીઓ દ્વારા આવી પડતી આપત્તીઓ છે. આ સ્તોત્ર દ્વારા ભગવાન પાર્શ્વનાથનું સ્મરણ કરવામાં આવે તો સાપના ઝેરનો પણ નાશ **(निन्नासं)** થઈ શકે છે.

गह-रोग-मारी-दुट्ठ - जरा આ બધા શબ્દો જીવનમાં આવતા જુદા જુદા અવરોધો દર્શાવે છે. **गह** એટલે ગ્રહદશા. મંગળ, શનિ, ગુરુ વગેરે નવ ગ્રહોમાંથી વ્યક્તિ ઉપર અમુક સમયે અમુક ગ્રહોનો પ્રભાવ હોય ત્યારે જીવનમાં પ્રતિકૂળતાનું પ્રમાણ વધી જાય છે. **'रोग'** એટલે કફ-પિત્ત-વાયુ વગેરે દૂષિત થતાં, ઉત્પન્ન થતી દુખાવા, તાવ જેવી શારીરિક બીમીરીઓ. **'मारी'** એટલે પ્લેગ, મરકી, ચિકનગુનિયા, સ્વાઈનફલ્યૂ જેવી એકસાથે વ્યાપકપણે ફેલાતી મહામારી કે બીમારીઓ. **'दुट्ठ'** એટલે દુષ્ટ, અનિષ્ટ, અશુભ, ખરાબ ઉપદ્રવો. **'जरा'** એટલે વૃદ્ધત્વ કે જેને કારણે નાની-મોટી તકલીફ રહ્યા કરે. આવી જાતજાતની પીડાઓનું શમન આ સ્તોત્રની અસરથી થઈ શકે છે. **'जंति उवसामम्'** એટલે તે ઉપશ પામે છે. કોઈ પીડા થઈ હોય, રોગ થયો હોય, માનસિક આઘાત લાગ્યો હોય તે ધીમે ધીમે મટે તે માટે આયુર્વેદમાં 'શમન' પામે છે, તેનું 'ઉપશમન' થાય છે તેમ કહેવાય છે. કોઈ પણ આફત આવે ત્યારે તેનું શમન ધીમી ગતિએ થાય છે.

'दुःख-दोगच्चम' એટલે દુઃખ અને દુર્ગતિ. આપણા વર્તમાન જીવનમાં એક યા બીજા પ્રકારનાં દુઃખો કે પ્રતિકૂળતાઓ આવે છે તે કોઈને પણ ગમતા નથી. તે જ રીતે આપણું આ વર્તમાન જીવન પૂરું થાય પછી નવા જન્મમાં દુર્ગતિ થાય અને નીચલી યોનિમાં જન્મ મળે તેવું પણ કોઈ ઇચ્છતું નથી. આ સ્તોત્રનું સ્મરણ કરવાથી ....**'नरतिरिएसु वि जीवा'** એટલે કે મનુષ્ય અને તિર્યંચ ગતિના જીવો

દુઃખ પણ પામતા નથી અને તેમની દુર્ગતિ પણ થતી નથી. આ સ્તોત્ર દ્વારા થતું ઈશ્વરસ્મરણ જીવના દુઃખ અને દુર્ગતિનો નાશ કરી દે છે અને જીવને ઉપર ઉઠાવીને સદ્‌ગતિ અપાવે છે.

આ સ્તોત્રમાં વર્ણવ્યા તે બધાં એટલે કે સાપનું ઝેર, ગ્રહદશા, શારીરિક રોગો, મહામારી, ખરાબ ઉપદ્રવો, વૃદ્ધત્વ, દુઃખ, દુર્ગતિ વગેરે આધિ, વ્યાધિ અને ઉપાધિ (એટલે કે માનસિક ચિંતાઓ, શારીરિક પીડાઓ અને જીવનમાં આવતાં અનિચ્છનીય વિઘ્નો) માનવજીવનમાં અવરોધો પેદા કરે છે.

'ઉવસગ્ગહરં સ્તોત્ર'ના શ્રદ્ધા અને સમજણપૂર્વકના સ્મરણથી અવરોધો ઝીલવાની શક્તિ મળે છે, ઉત્કર્ષ અને નીરોગિતા પ્રાપ્ત થાય છે.

'मंगल कल्लाण आवामम्' એટલે જીવન મંગળમય બને છે અને આત્માનું કલ્યાણ થાય છે. કોઈ પણ કાર્યની શરૂઆતમાં આપણે માંગલિક અથવા તો શુકન કરીએ છીએ. આપણે અંતરના શુદ્ધ ભાવથી ઇચ્છીએ છીએ એ આપણે આવા માંગલિક કે શુકન કરીએ જ છીએ. જો જીવન મંગળમય બને તો શાંતિ અને સમતાની વૃદ્ધિ થાય છે જેના પરિણામે આધ્યાત્મિક ઉન્નતિ થઈ શકે છે. જેમ જેમ આધ્યાત્મિક વિકાસ થાય તેમ તેમ આત્મા કર્મોથી મુક્ત થતો જાય છે અને તેનું કલ્યાણ થાય છે.

જીવનમાં આત્મન્નોતિકારક માર્ગે આગળ વધતાં **'सम्मत्ते लद्धे'** એટલે સમ્યક્ત્વ, સમકિત કે સમ્યગ્‌દર્શન પ્રાપ્ત થતાં **अविग्घेणं'** એટલે વિઘ્ન વિના કે સરળતાથી **'अजरामर ठाणं'** એટલે કે અજર અને અમર એવા સ્થાનને સાધક પ્રાપ્ત કરે છે. સમ્યક્ત્વનો પ્રભાવ ચિંતામણિ મંત્ર કે કલ્પવૃક્ષ કરતાં પણ વધારે છે. ચિંતામણિ મંત્ર કે કલ્પવૃક્ષ પાસે તો તમારે ઇચ્છિત ફળની માંગણી કરવી પડે છે, જ્યારે આ સમ્યક્ત્વ તો એવી ચીજ છે કે જે વગર માગ્યે, સરળતાથી અજર-અમર જેવા મોક્ષસ્થાનને પ્રાપ્ત કરાવી શકે છે.

આ સમ્યક્ત્વ માટે ત્રણ બાબતો આવશ્યક છે. ૧. સુગુરુ, સુદેવ અને સુધર્મ માટેની શ્રદ્ધા. ૨. તત્ત્વ શું છે તેની સમજણ અને ૩. તત્ત્વનું જ્ઞાન મેળવ્યા પછી આત્માની અનુભૂતિ. શ્રદ્ધા, સમજણ અને આત્માનુભૂતિ હોય પછી જન્મ-મૃત્યુના ફેરા ટળી જાય છે. જન્મ જ ન હોય તો વૃદ્ધાવસ્થા કે મૃત્યુ આવવાનો પ્રશ્ન જ

રહેતો નથી. એટલે અજર અને અમર એવું સ્થાન એટલે કે મુક્તિની અવસ્થા પ્રાપ્ત થઈ શકે છે. પરમતત્ત્વ પ્રત્યે સમર્પણ અને શરણાગતિનો ભાવ આવે તો સમ્યક્ત્વ સુધી પહોંચી શકાય છે. આ સમર્પણ અને શ્રદ્ધા હોય ત્યારે એક માતા બાળકની કાળજી રાખે છે તેમ પરમતત્ત્વ તમારી કાળજી રાખે છે.

પ્રભુ પાર્શ્વને વિનંતી કરતાં અંતે આ સ્તોત્રમાં જણાવ્યું છે કે, ''ભવોભવ મને '**बोधि**' પ્રાપ્ત થાય.' આ બોધિ એટલે શું? આત્મસ્વરૂપનો બોધ, જ્ઞાન કે સાચી સમજણ તે બોધિ છે. પોતાના મૂળ સ્વરૂપનું જ્ઞાન થાય, આત્માનુભૂતિ થાય તો ઘણાં સંશયો ટળી જાય છે, જેથી મોક્ષ અવસ્થા, સમાધિ અવસ્થા કે બોધિસત્વની પ્રાપ્તિ સરળતાથી થઈ શકે છે. પોતાના આત્મસ્વરૂપનો બોધ ત્યારે જ થાય કે જ્યારે સમ્યગ્દર્શન કે સમક્તિ પ્રાપ્ત થાય.

ભગવાન મહાવીર પછી લગભગ દોઢસો વર્ષ બાદ પૂ. ભદ્રબાહુસ્વામી દ્વારા માગધી ભાષામાં રચાયેલ આ 'ઉવસગ્ગહરં સ્તોત્ર'ના કોઈ ઊંડા ધાર્મિક કે આધ્યાત્મિક રહસ્યોની વાત કર્યા વગર માત્ર વ્યાવહારિક પાસાનો વિચાર કરીએ તો પણ આપણને એ સમજાય છે કે જીવનમાં મંગળ, કલ્યાણ, સમ્યક્ત્વ, બોધિ વગેરેનો પ્રભાવ વધે, સાચી સમજણપૂર્વકની શ્રદ્ધા વધે તો જીવનમાં આવતી સારી-નરસી બધી પરિસ્થિતિમાં મનની શાંતિ ટકાવવામાં મદદ મળે છે. આપણા જીવનમાં આવતા આધિદૈવિક એટલે કે ભાગ્ય કે દૈવકૃત ઉપસર્ગો અને આધિભૌતિક એટલે કે મનુષ્યકૃત ઉપસર્ગોનું આવા મંગળકારી સ્તોત્રો દ્વારા શમન કરી શકાય છે. આ સ્તોત્ર કે અન્ય કોઈ પણ સ્તોત્રનું માત્ર પોપટપાઠ રૂપે સ્મરણ કે જાપ કરવામાં આવે તેના બદલે સાથેસાથે જે તે સૂત્રના અર્થ અને ભાવને જાણીને તે સ્મરણ, માળા કે જાપ કરવામાં આવે તો તે વધારે અસરકારક અને ઉપયોગી નિવડે છે.

પ્રજ્ઞાચક્ષુ પંડિત સુખલાલજી જેવા દાર્શનિકે એક વાત ખૂબ સરસ કરી છે. તેઓ જણાવે છે કે, તમારા માટે પાણી લઈ આવતી વ્યક્તિથી અડધું પાણી ઢોળાઈ જાય છે આ ઢોળાઈ ગયેલું પાણી પાછું લાવવું એ તમારા હાથમાં નથી, પરંતુ તમારે તેના ઉપર ગુસ્સો કરવો કે ન કરવો તે તો તમારા જ હાથમાં છે. વળી આવા અડધા ભરેલા ગ્લાસ માટે 'આ ગ્લાસ તો અડધો ખાલી છે' એવી

નિષેધક વિચારણા રાખવી કે પછી 'આ ગ્લાસ અડધો ભરેલો છે' તેવી વિધાયક વિચારણા રાખવી એ તમારા ઉપર આધાર રાખે છે. આશાવાદી અને નિરાશાવાદી વ્યક્તિમાં શું તફાવત છે તે માટે એક પ્રસિદ્ધ ઉક્તિ છે કે, ''આશાવાદી વ્યક્તિ પ્રત્યેક મુશ્કેલીમાં એક તક જુએ છે, જ્યારે નિરાશાવાદી વ્યક્તિ પ્રત્યેક તકમાં પણ મુશ્કેલીના જ દર્શન કરે છે.

ભગવાન બુદ્ધે પોતાના એક ઉપદેશમાં તેઓ બહુ સરળ ભાષામાં જણાવે છે કે આપણે ચાર રીતે પ્રયત્નો કરવા જોઈએ.

૧. મનમાં સારા વિચાર આવે તેવો પ્રયત્ન.

૨. આવેલા સારા વિચાર મનમાં ટકી રહે તેવો પ્રયત્ન.

૩ મનમાં ખરાબ વિચાર ન આવે તેવો પ્રયત્ન.

૪. આવેલ ખરાબ વિચાર મનમાં ન ટકે તેવો પ્રયત્ન.

વાંચવામાં અને સાંભળવામાં તો આ વાત ખૂબ સરસ અને સહેલી લાગે, પણ આપણું મન આ રીતે કરે છે કે કેમ? તે વિચારીએ તો આ ચારેય પ્રયત્ન આચરણમાં મૂકવામાં આપણી કસોટી થાય તેમ છે. છતાં એટલું પણ નક્કી છે કે આપણે આ દિશામાં સતત પ્રયત્નશીલ તો રહી જ શકીએ. બાકી આપણા જીવનમાં જે કંઈ અનુકૂળતા પ્રાપ્ત થાય તેને 'હરિકૃપા' માનવી અને જે પ્રતિકૂળતા આવી પડે તેને 'હરિઇચ્છા' માનીને ચાલવું તેમાં ખોટું શું છે? સમસ્યા તો આવે અને જાય, પણ આપણે આવી પડેલ પ્રત્યેક સમસ્યા કે મુશ્કેલીને એક તક માનીએ તો તે પણ આપણને કંઈક શીખવાડીને જાય છે.

તા. ૨૧ અને ૨૨ સપ્ટેંબર ૨૦૧૯ના રોજ 'શ્રી ગોવાલિયા ટેંક જૈન સંઘ' (મુંબઈ) પ્રેરિત 'જૈન સાહિત્ય જ્ઞાનસત્ર-૧૯'માં મને મારા વિચારો રજૂ કરવાની જે તક આપી તે બદલ આયોજકોની હું આભારી છું. 'ઉવસગ્ગહરં સ્તોત્ર'ના અર્થને સમજવામાં મને તીથલ શાંતિધામ ખાતે બિરાજમાન 'બંધુ ત્રિપુટી'માંના પૂ. જિનચંદ્રજી મહારાજ પાસેથી સુંદર માર્ગદર્શન મળ્યું છે તેનો હું આભાર વ્યક્ત કરું છું.

(ભાવનગરસ્થિત માલતીબહેન નિવૃત્ત પ્રાધ્યાપક છે. તેમનાં ચાર પુસ્તકો પ્રગટ થયાં છે. સાહિત્ય સંશોધનમાં રસ ધરાવે છે).

◎

૧૩

સાંપ્રત જીવનની સમસ્યા : કષાયો નિવારવા જૈન ધર્મનું માર્ગદર્શન

▣ ડૉ. રતનબેન ખીમજી છાડવા

આજની એકવીસમી સદીમાં કમ્પ્યુટરથી લઈને ફેક્સ, ફોન, મોબાઈલ, આઈપેડ જેવાં અનેક આધુનિક ઉપકરણો દ્વારા દુનિયાના દેશો નજીક આવી રહ્યા છે. તેમ છતાં ધર્મને બદલે અધર્મ, સત્યને બદલે અસત્ય, પ્રેમને બદલે વેર તેમ જ મિત્રતાના સ્થાને દુશ્મની સાંપ્રત સમયમાં જોવા મળે છે અને માનવ-માનવ વચ્ચેની ભેદરેખા વધતી જાય છે. ભૌતિક સુખને માણતો આજનો માનવી ખરેખર... તો ... માનસિક તાણમાં ખેંચાઈ ગયો છે...

હજી થોડા દિવસ પહેલાં જ એક યુવતીએ કરેલ અગ્નિસ્નાનના સમાચાર વર્તમાનપત્રમાં છપાયા હતા. આ સમાચાર ઉપર શીર્ષક હતું, ''અહમ્ ઘવાતા ક્રોધાવેશમાં આવીને યુવતીએ કર્યું અગ્નિસ્નાન''. સમાચાર વાંચતા જાણવા મળ્યું કે એક તાજા પરણેલ પતિ-પત્ની વચ્ચે હનીમૂન મનાવવા ક્યાં જવું તેવી ચર્ચા ચાલતી હતી. વાતવાતમાં આ ચર્ચાએ ઝઘડાનું ઉગ્ર સ્વરૂપ લીધું. પતિ-પત્ની બન્ને પોતપોતાના મનપસંદ સ્થળે જવા માંગતાં હતાં. બને પોતાની જિદ્દને વળગી રહ્યાં. ત્યારે ગુસ્સાના આવેશમાં પતિએ કહી દીધું કે, 'જો... જવું જ હોય તો મારી પસંદગીના સ્થળે જ જવું... નહીં...તો ...' આ સાંભળતાં જ પત્નીએ પણ કહી દીધું... 'તો ... પછી ક્યાંય નથી જવું...' અને પોતાનું ધાર્યું ન થવાથી અહમ્

ઘવાતાં ક્રોધાવેશમાં આવીને તેણે આવું ભયંકર ઘાતક પગલું ભરી લીધું. વાત સાવ નાની.. પણ અંજામ કેવો કરુણ...

આવી જ એક ઘટનાનો ઉલ્લેખ 'અમેરિકાની એક સ્કૂલમાં વિદ્યાર્થીએ કરેલ ગોળીબાર' શીર્ષક હેઠળ વર્તમાનપત્રમાં થયો હતો. સમાચાર વાંચતાં જાણવા મળ્યું કે, અમેરિકાના એક શહેરની સ્કૂલમાં એક વિદ્યાર્થીએ પોતાના ટીચર સાથે થયેલા ઝઘડાના કારણે ક્રોધાવેશમાં આવીને આડેધડ ગોળીબાર કરી આતંક મચાવ્યો જેના કારણે કેટલાંક નિર્દોષ બાળકોએ જાન ગુમાવ્યા. જોકે સુશિક્ષિત ગણાતા અમેરિકા જેવા દેશમાં આવા બનાવો હવે તો છાશવારે જોવા મળે છે.

આજકાલ ખેડૂતોની આત્મહત્યાાન કિસ્સા વર્તમાનપત્રમાં વધુ જોવા મળે છે. ખેડૂતને તો જગતનો તાત ગણ્યો છે. છતાં તેની આવી દશા... કેવી કરુણતા કે તેને આવું કૃત્ય કરવા મજબૂર બનવું પડે છે... એનું કારણ ધનાલાલસાના લોભે શાહુકારો દ્વારા ઊંચા વ્યાજે અપાતી લોન... જેના ભાર તળે તેઓ આવું હિચકારું કૃત્ય કરવા તૈયાર થાય છે.

આવા...આવા... સમાચારો વાંચીને બે ઘડી તો મનમાં એવું થાય કે શું દુનિયામાંથી માનવતા મરી પરવારી છે? કે પછી... આજનો ભણેલગણેલ વર્ગ સંસ્કારહીન બનતો જાય છે... પરંતુ આ બધી જ ઘટનાઓનું મૂળ શોધતાં ખબર પડે છે કે માનવીના આવા વિકૃત પરિણામો માટે જો કોઈ જવાબદાર હોય તો તે ક્રોધ, માન, માયા અને લોભરૂપે રહેલ આંતરિક ભાવો છે. આ ભાવોના સમૂહને જ કષાય કહેવામાં આવે છે.

વસ્તુતઃ કષાયનો વેગ ખૂબ જ પ્રબળ હોય છે કે જે માનવીની બુદ્ધિને હરી લે છે, વિચારશક્તિ શૂન્ય બની જાય છે. તેનામાં વિવેક રહેતો નથી. સભ્યતા, શિષ્ટાચારનું ભાન રહેતું નથી અને ન કરવાનું કૃત્ય પણ કરી બેસે છે. માટે જ ક્રોધ, માન, માયા અને લોભ, કષાયને ચાંડાલ ચોકડી કહે છે. આ કષાયરૂપી લૂંટારાઓથી માનવી સતત લૂંટાતો જ રહે છે. આ લૂંટારાઓ અને સામાન્ય લૂંટારાઓમાં એ ફરક છે કે બીજા પ્રકારના લૂંટારાઓ તો ધન-સંપત્તિનું હરણ કરી ભાગી જાય છે, જ્યારે ક્રોધાદિરૂપ લૂંટારા આત્માની અમૂલ્ય સંપત્તિને લૂંટીને આત્મામાં જ છુપાઈને બેસી રહે છે. માટે તેને શાસ્ત્રોમાં આત્માના તસ્કર ગણવામાં આવ્યા છે.

વ્યવહારિક દૃષ્ટિએ પણ આ કષાયો જીવને શાંતિ કે સંતોષ પ્રાપ્ત કરાવી શકતા નથી. જેમ દૂધનું વાસણ આગ પર રાખીને તેને બચાવવું સંભવ નથી એમ કષાયની પાસે રહીને શાંતિનો શ્વાસ લેવો અસંભવ છે. કારણ કે ક્રોધ-પ્રીતિનો, વાત્સલ્યનો નાશ કરે છે. માન કષાયથી વિનય ગુણનો ઘાત થાય છે. માયા-કપટ મિત્રતાનો નાશ કરે છે, જ્યારે લોભથી સર્વ ગુણો નાશ પામે છે. જેમ કે એક પુત્રએ લોભને વશ થઈ પૈસા માટે પિતા સાથે ક્રોધ કરી સંબંધ તોડી નાખ્યો, તો પ્રીતિનો નાશ થયો, પૈસા માટે પિતા સાથે ઝઘડો કર્યો અને પ્રતિજ્ઞા લીધી કે ગમે તેમ કરીને પણ હું મારો હિસ્સો મેળવીશ. આવા અભિમાનના ભાવથી વિનય ગુણ નાશ પામ્યો. તેણે યેન-કેન પ્રકારે કપટ કરી ધન મેળવ્યું અને પૂછવા છતાં બતાવ્યું નહીં. આવા કપટના ભાવથી સરળતાનો નાશ થયો. આ રીતે એક લોભના કારણે તેના સર્વ ગુણો વિનાશ પામ્યા. કહ્યું પણ છે કે, અતિ લોભ પાપનું મૂળ છે. તેવી જ રીતે સર્વ કષાયોનું મૂળ પણ લોભ જ છે.

આજે વિશ્વમાં ઉપરોક્ત વર્ણવેલી અણછાજતી ઘટનાઓ તો વારંવાર બનતી જોવા મળે છે અને એનું મૂળ કારણ પણ આ કષાયો જ છે. ત્યારે આ સાંપ્રત સમયમાં આવા કષાયોને શાંત-ઉપશાંત કરવા ખૂબ જ જરૂરી બને છે. ત્યારે આવી જટિલ સમસ્યાનું નિરાકરણ જૈનદર્શનમાં ઉપલબ્ધ છે. એટલું જ નહીં જૈનદર્શનમાં તો કષાયની વ્યાખ્યા, તેનું સ્વરૂપ, તેના ભેદ-પ્રભેદ, કષાયોની ઉત્પત્તિના કારણો, કષાયની તરતમતા (મંદ-તીવ્ર આદિ) તેમ જ તેનું ફળ વગેરેનું વર્ણન ખૂબ જ વિસ્તારપૂર્વક દર્શાવેલ છે. એટલું જ નહીં, આ ચાર કષાય વિજયના ઉપાય પણ બતાવ્યા છે કે જેમાં વિશ્વની સમસ્યાનું સમાધાન રહેલ છે.

કષાયનું સ્વરૂપ

'કષાય' એ સામાજિક શબ્દ છે. કષ+આય = કષાય. 'કષ' એટલે સંસાર. કારણ કે તેમાં જીવ માત્ર વિવિધ દુઃખોને કારણે કષ્ટ સહન કરે છે, પીડિત થાય છે. 'આય' અર્થાત્ પ્રાપ્તિ. આ બન્ને પદોનો સંમિલિત અર્થ એ છે કે, જેના દ્વારા સંસારની પ્રાપ્તિ થાય છે તે કષાય અથવા તો 'કષ' એટલે જીવ કે કર્મ. તેનો 'આય' એટલે લાભ. અર્થાત્ જેના દ્વારા કર્મોનો તથા ભવનો લાભ-બંધ થાય તે કષાય - કારણ કે કષાય એ કર્મના ઉત્પાદક છે. કષાય મોહનીય કર્મના ઉદયથી

થનારી ક્રોધાદિરૂપ કલુષિતતા છે. એટલે જ આત્માના કલુષિત પરિણામને કષાય કહેલ છે.

જન્મ-મરણરૂપી આ સંસાર કષાયોથી ભરેલો છે. તે પ્રગટ હોય કે અપ્રગટ હોય તો પણ આત્માના જ્ઞાન, દર્શન અને ચારિત્રરૂપ શુદ્ધ સ્વરૂપને મલિન કરે છે. કર્મરજથી આત્માને આવૃત્ત કરે છે અને દીર્ઘકાળ સુધી આત્માની સુખ-શાતિ છિન્નભિન્ન કરી નાખે છે. દશવૈકાલિક સૂત્રમાં કહ્યું છે કે, ''ક્રોધ, માન, માયા, લોભ વૃદ્ધિગત થઈને જીવના પુનર્જન્મના મૂળનું સિંચન કરે છે. જેમ વૃક્ષ, પાંદડાં, પુષ્પ, ફળ રહિત ઠૂંઠા જેવું બની ગયું હોય પણ જો તેનું મૂળિયું સલામત હોય, મજબૂત હોય તો વરસાદ થતાં તે વૃક્ષ નવપલ્લવિત બની જાય છે. તેમ ચાર ગતિરૂપ સંસારરૂપી વૃક્ષનું મૂળ કારણ કષાયો જ છે. **''मूलं हि संसारतरो कषायाः''** । આમ કષાયના અસ્તિત્વમાં સંસારનું અસ્તિત્વ છે.

કષાયના ભેદ-પ્રભેદ

ક્રોધ, માન, માયા અને લોભ આ ચાર કષાયના મુખ્ય ભેદ છે. કષાય આત્મવિકાસનો ઘાત કરે છે. તેથી કષાયની તરતમતાના આધારે દરેકના ચાર-ચાર પ્રભેદ બતાવાયા છે. જેમ કે (૧) અનંતાનુબંધી કષાય (૨) અપ્રત્યાખ્યાની કષાય (૩) પ્રત્યાખ્યાની કષાય અને (૪) સંજ્વલન કષાય. આ ચાર કષાયના પ્રભેદને ચતુષ્ક કષાય કહે છે. એટલે અનંતાનુબંધી આદિ ચતુષ્ક કષાયથી ક્રોધ-માન-માયા-લોભ આ ચાર કષાયના ૧૬ ભેદ થાય છે .આ ચારે કષાયને ક્રમશઃ તીવ્ર, મંદ, મંદતર અને મંદત્તમ કહેવાય છે. અનંતાનુબંધી કષાય સમકિતનો ઘાત કરે છે. અપ્રત્યાખ્યાની કષાય દેશવિરતિનો ઘાત કરે છે. પ્રત્યાખ્યાની કષાય સર્વ વિરતિ રૂપ મહાવ્રતનો અવરોધક છે તેમ જ સંજ્વલન કષાય વિરતિના પરિણામને દૂષિત કરે છે. આ સોળ પ્રકારના કષાયને જુદી જુદી ઉપમા દ્વારા દર્શાવી તેનું વિવેચન કર્યું છે તેમ જ કષાયોની સ્થિતિના આધારે તેની ગતિનું ફળ દર્શાવ્યું છે.

કષાયની ઉત્પત્તિના આધારે કષાયના અન્ય ભેદ

કષાયની ઉત્પત્તિના આધારે કષાયના અન્ય ચાર ભેદ દર્શાવ્યા છે. (૧) આભોગ (૨) અણાભોગ (૩) ઉપશાંત અને (૪) અણુપશાંત. **આભોગ ક્રોધ** = ક્રોધાદિ કષાયના વિપાકને ફળને જાણીને ક્રોધ કરે તે અર્થાત્ જે ક્રોધ

બુદ્ધિપૂર્વક કરવામાં આવે તે. **અણાભોગ** = વિચાર્યા વિના થતો ક્રોધ અથવા પ્રકૃતિની પરવશતાથી ક્રોધ કરે તે. **ઉપશાંત** = મનમાં ક્રોધ કરે, અપ્રગટ ક્રોધ. **અણુપશાંત** = કાયા અથવા વચનથી પ્રગટ થતો ક્રોધ. આ પ્રમાણે માન, માયા અને લોભ કષાયના પણ ચાર-ચાર ભેદ છે.

ક્રોધાદિ કષાયોના ચાર આધાર :

ક્રોધાદિ કષાયના ચાર આધાર છે. ચાર સ્થાન પર કષાયો પ્રતિષ્ઠિત હોય છે. **(૧) આત્મ પ્રતિષ્ઠિત કષાય :** ૧) પોતાની ભૂલ કે પ્રમાદના કારણે પોતાની જાત પર જ ગુસ્સો કરે, પોતાને ધિક્કારે તે આત્મપ્રતિષ્ઠિત ક્રોધ. જેમ કે હાથ-પગ પછાડવા, પોતાના ગાલ પર તમાચો મારવો વગેરે. ૨) પોતાની શારીરિક, આધ્યાત્મિક વૈભ-લબ્ધિ આદિનું અભિમાન કરે તે આત્મ પ્રતિષ્ઠિત માન. જેમ કે મારું કુળ શ્રેષ્ઠ છે, અહો ! મારી પાસે કેટલો વૈભવ છે. ૩) પોતે જ પોતાના મનને બહાના આપી છેતરે. કપટકળા શીખવામાં મન લગાવે તે આત્મપ્રતિષ્ઠિત માયા કહેવાય. જેમ કે - તપસ્વી ન હોવા છતાં તપસ્વીનો સ્વાંગ રચવો. ૪) તપોજન્ય, મંત્રજન્ય લબ્ધિ, અણિમાદિ સિદ્ધિની ઇચ્છા કરે તે આત્મપ્રતિષ્ઠિત લોભ છે. જેમ કે - તપ કરી નિયાણું કરવું.

(૨) પર પ્રતિષ્ઠિત કષાય : ૧) અન્ય જડ-ચેતનના આધારે ક્રોધનો આવિર્ભાવ થાય અથવા તો અન્ય વ્યક્તિ કે વસ્તુ પર ક્રોધ ઉતારે તે પરપ્રતિષ્ઠિત માન કહેવાય. ૨) અન્ય પદાર્થ માટે અભિમાન કરે તે પરપ્રતિષ્ઠિત માન કહેવાય ૩) બીજાને ઠગવા માટે કપટપૂર્ણ વ્યવહાર કરવોતે પરપ્રતિષ્ઠિત માયાકષાય. ૪) જડ-ચેતન રૂપ પરિગ્રહ રાખવાની લાલસા જાગે તે પરપ્રતિષ્ઠિત લોભ કષાય છે.

(૩) ઉભય પ્રતિષ્ઠિત કષાય : જે ક્રોધાદિ કષાયના નિમિત્ત સ્વ અને પર બન્ને હોય તે ઉભય પ્રતિષ્ઠિત કષાય કહેવાય છે.

(૪) અપ્રતિષ્ઠિત કષાય : કોઈ પણ કારણ વિના, આશ્રય વિના, સૂક્ષ્મ રીતે ક્રોધાદિ કષાય થાય અથવા તો તીવ્ર મોહનીય કર્મના ઉદયને કારણે ક્રોધાદિ ઉત્પન્ન થાય તે અપ્રતિષ્ઠિત કષાય કહેવાય છે.

ક્રોધાદિ ચાર કષાયોની ઉત્પત્તિનાં કારણો :

જૈનદર્શન અનુસાર કષાયોની ઉત્પત્તિનાં મુખ્ય ચાર કારણો છે - ૧) ક્ષેત્ર

એટલે ખુલ્લી જગ્યા, ખેતર, વાડી વગેરે સ્થાવર જમીન-જાયદાદને લીધે. ૨) મકાન, રાચરચીલું, સંપત્તિ, વૈભવ આદિના કારણે. ૩) સુરૂપ-કુરૂપ આદિ શરીરના કારણે તેમ જ ૪) ઉપકરણો - જીવનોપયોગી સાધનોની પ્રાપ્તિના લીધે તેમ જ તેની સંરક્ષણાદિના કારણે ક્રોધાદિ ઉત્પન્ન થાય છે.

ક્રોધાદિ કષાયોનું ફળ :

ક્રોધ કષાયથી જીવનું અધઃપતન થાય છે.. માન કષાયથી જીવ નીચ ગતિ પાપ્ત કરે છે. માયાને લીધે જીવને સદ્‌ગતિ પ્રાપ્ત થતી નથી. લોભથી ઇહલોક-પરલોક સંબધી ભય ઉત્પન્ન થાય છે તેમ જ આ ચાર કષાયોની તરતમતાને આધારે જીવ નરકગતિ, તિર્યંચગતિ, મનુષ્યગતિ કે દેવગતિને પ્રાપ્ત કરે છે. આગમ વગેરે શાસ્ત્રોમાં ક્રોધ અને માનને દ્વેષરૂપ તથા માયા અને લોભને રાગરૂપ માન્યો છે. ઉત્તરાધ્યયન સૂત્રમાં કહ્યું પણ છે કે, ''**रागो य दोसो वि य कम्मबीयं** । આ રાગ અને દ્વેષ આઠે કર્મોના બંધ હેતુ છે. આ કર્મોને કારણે જ જીવ અનાદિકાળથી ભવભ્રમણ કરી રહ્યો છે.

કષાયવિજયના ઉપાયો :

જેમ અંધકારના નાશ માટે પ્રકાશ અમોઘ ઉપાય છે, તેમ ક્રોધ આદિ ચારે આત્મદૂષણોના નાશ માટે ઉપશમ આદિ ચાર આત્મગુણો અમોઘ ઉપાયરૂપે છે. જેમ યુદ્ધ કે સમરાંગણમાં જીતવા માટે શસ્ત્રની આવશ્યકતા હોય છે તેમ ક્રોધાદિ શત્રુઓને જીતવા માટે જૈનદર્શનમાં ઉપશમ, મૃદુતા, સરળતા અને સંતોષરૂપી ચાર શસ્ત્રો બતાવ્યાં છે, પરંતુ ફક્ત નામમાત્ર જાણવાથી સિદ્ધિ પ્રાપ્ત થતી નથી. તેના માટે સ્વનો પુરુષાર્થ તેમ જ આત્મજાગૃતિ પણ જરૂરી છે, નહીં તો તે ફક્ત સિદ્ધાંતરૂપે કે તોતારટંત રૂપે જ રહી જાય છે.

ક્રોધવિજય :

ક્રોધવિજય માટેનું અકસીર ઔષધ મૌન છે. મૌન એ ક્રોધથી મલિન બનેલા મનને ધોવાનો ધોબીઘાટ છે. જ્યારે પણ ક્રોધનો પ્રસંગ આવે ત્યારે દૃઢ સંકલ્પ કરવો કે મારે ક્રોધ કરવો નથી. તે માટે સામેની વ્યક્તિના દોષો કે ભૂલોને વાગોળવાની આદત છોડવી જોઈએ. એટલું જ નહીં પોતાના દોસોને કે કર્મ સંયોગને જ મુખ્ય ગણવા જોઈએ. મનને કાબૂમાં રાખવું જોઈએ. તે સિવાય પોતાના માન, ઘમંડ કે

અહમ્‌ને ઘટાડવા. કારણ કે ક્રોધને ઉત્તેજિત કરાવનાર 'માન' જ છે. મેં, મારું કે મારી વાત વગેરે શબ્દોનેભૂલવા ખૂબ જ જરૂરી છે.

જેવાં મારાં પુણ્યકર્મ છે તેવા સંયોગ મને મળ્યા છે. હવે એમાં શાંતિ અને સમાધિ રાખવી તે જ મારા માટે શ્રેષ્ઠ છે. બીજાના વ્યવહારથી ગુસ્સે થવું કે કર્મબંધ કરો એ મારા માટે આત્મકલ્યાણનો માર્ગ નથી,. એવું ચિંતન-મનન કરવું તેમ જ આવા સમયે વચનથી મૌન બની, મનમાં શાંતિ, કર્મસંયોગનું ચિંતન તેમ જ સ્વદોષમાં જ રહેવાની દઢતા રાખવી જોઈએ. આ ઉપરાંત માધ્યસ્થ ભાવના ભાવવી. **'પરદોષ ઉપેક્ષણમુપેક્ષા'** બીજાના દોષોની ઉપેક્ષા રાખવી, તેની નોંધ ન લેવી તે ઉપેક્ષા. આથી ક્રોધ પેદા થતો નથી અને જાગૃત થયેલ ક્રોધ પણ શાંત થાય છે. આ રીતે ઉપશમ ભાવરૂપ ઉપાયનો અભ્યાસ કરવાથી ક્રોધ કષાયને જીતી શકાય છે.

માનવિજય

માનરૂપી કષાયને જીતવા માટે મૃદુતા, કોમળતા, નમ્રતા, વિનય વગેરે ગુણોને કેળવવા જરૂરી છે. દરેક વ્યક્તિની પરિસ્થિતિ હંમેશાં એકસરખી રહેતી નથી. આજે જે નીચો છે તે કાલે ઊંચો પણ બની શકે છે. એમ સમજી પદ-પ્રતિષ્ઠાના અભિમાનથી બચવું જોઈએ. આ દુનિયામાં ચક્રવર્તી જેવા રાજાના અભિમાન પણ રહ્યાં નથી. ત્રિપૃષ્ઠ વાસુદેવ, રાવણ, બ્રહ્મદત્ત કે કોણિક જેવા શ્રેષ્ઠ ઉદાહરણો તેના સાક્ષી છે. અને અંતે તો તે બધા નરકગામી જ બન્યા. 'નમે તે સહુને ગમે' કે પછી 'ગમ ખાના, નમ જાના' જેવા સિદ્ધાંત વડે જ શાંતિ અને આત્મકલ્યાણનો માર્ગ મળે છે **'माणो विनेय नासणो ।** માન વિનયનો નાશ કરે છે. માટે વડીલો પ્રત્યે વિનયભાવ, ભક્તિભાવ, દર્શાવવાથી વિનયગુણ, નમ્રતાગુણ આદિ ગુણોનો વિકાસ થાય છે. પ્રત્યેક છદ્મસ્થ માનવમાં અનેક ખામીઓ-દોષો હોય છે, પણ માનના નશામાં પોતાની ભૂલ નથી દેખાતી ત્યારે આત્મનિરીક્ષણ કરતાં માન ઘટાડવાનો દઢ સંકલ્પ કરવો જોઈએ, એટલું જ નહીં, માન પોષણના ચક્કરમાં ન ફસાવા માટે પોતાની આવશ્યકતાઓ પણ ઘટાડવી.

માયાવિજયઃ

માયા કરનાર જાણે પોતાને છુપાવે પણ કર્મબંધ અને તેનો ઉદય તો છૂપો રહી શકતો નથી. જેમ કે 'દાબીદૂબી ના રહે રૂ લપેટી આગ.' માયા તો મિથ્યાત્વની

જનની છે. અનુત્તર વિમાનમાં જાય તેવી કરણી કરનારને પણ માયા પ્રથમ ગુણસ્થાને લઈ જાય છે. શાસ્ત્રમાં બતાવ્યું છે કે, ''જે સરળ છે, તેનો આત્મા નિર્મળ બને છે અને સરળતાથી નિર્મળ બનેલા આત્મામાં જ ધર્મ ટકે છે''. આમ સરળતાનું બહુ મહત્ત્વ છે. કપટ, માયા કે જૂઠથી આત્મા મલિન બને છે, ભારે બને છે. મારે અંદર અને બહાર એક જ ભાવે રહેવું. આ પ્રકારના સંસ્કાર દ્વારા આત્માને ભાવિત કરવાથી સરલતા, નિષ્કપટતા વગેરે ગુણોની વૃદ્ધિ થાય છે અને સરળતા હોય તો જ ક્ષમાદિ ધર્મો ટકી શકે છે. માયાને જીતવા જીવનમાં સરળતાનું આચરણ જરૂરી છે.

લોભવિજય :

બધા જ કષાયોનું મૂળ લોભ છે. લોભ થકી જ ક્રોધ, માન, માયા વગેરેની ઉત્પત્તિ થાય છે આ લોભને જીતવા માટે સંતોષ ખૂબ જ જરૂરી છે. લોભ એ ઝેર છે તો સંતોષ એ અમૃત છે. એટલે જ કહ્યું છે ને કે 'સંતોષી નર સદા સુખી'. પુણિયો શ્રાવક ૧૨ાા દોકડાની આવકમાં સુખી હતો કારણ કે તેની પાસે સંતોષધન હતું. અપરિગ્રહની ભાવના કે વ્રત વડે લોભને જીતી શકાય છે. પરિગ્રહરૂપી ધન, દોલત, જર, જમીન, સોનું, રૂપું વગેરે જ્યારે મર્યાદિત બની જાય ત્યારે કોઈ વસ્તુ ઉપર મમત્વભાવ રહેતો નથી. કારણ કે મમત્વભાવ કે મૂર્ચ્છા જ પરિગ્રહ છે. કેમ કે વસ્તુ પોતે ન તો પરિગ્રહ છે કે ન તો અપરિગ્રહ, પરંતુ જ્યારે તેમાં આસક્તિ ભાવ ભળે છે ત્યારે જ તે પરિગ્રહ બને છે અને આસક્તિ ભાવ દૂર થતાં તે અપરિગ્રહ બની જાય છે. અમર્યાદિત પરિગ્રહ મહાપાપનું કારણ છે. પરિગ્રહની પ્રાપ્તિમાં, તેના સંરક્ષણ માટે અનેક પાપસ્થાનનો આશ્રય લેવો પડે છે. યથા- વસ્તુ માટે મહારંભ, મહાસમારંભ, અસત્યનું આચરણ, છેતરપિંડી વગેરે અનેક પાપોનું સેવન થાય છે. જ્યારે પરિગ્રહની મર્યાદામાં ઇચ્છાની મર્યાદા થતા સંતોષ ગુણની વૃદ્ધિ થાય છે. આત્મામાં સંતોષનું આવરણ થતાં લોભને કિંચિમાત્ર જગ્યા મળતી નથી. લોભ ઉપર વિજય પ્રાપ્ત થતાં જ બાકીના સર્વ કષાયો પોતાની મેળે જ ઢીલા પડી જાય છે.

ક્રોધી સામે ક્રોધ કરવાથી ક્રોધ વધે છે. દુર્ગુણી સામે દુર્ગુણનો પ્રયોગ કરવાથી બંનેમાં દુર્ગુણનો વધારો થાય છે, પરંતુ ઉપશમ-ક્ષમાભાવથી ક્રોધનો, નમ્રતાથી

અભિમાનનો, સરળતાથી માયાનો અને સંતોષથી લોભનો નાશ થઈ શકે છે. જેમ ઘોર અંધકાર પ્રકાશના એક કિરણથી નાશ પામે છે તેમ આત્મગુણરૂપી પ્રકાશ કિરણથી દોષ-કષાયરૂપી અંધકાર નાશ પામે છે. આમ ચોર કષાયનો પરિત્યાગ કરવાથી વીતરાગ દશાની પ્રાપ્તિ થાય છે. કષાય મુક્ત જીવ રાગદ્વેષથી રહિત બની જાય છે. તેને સુખની પ્રાપ્તિમાં હર્ષ અને દુઃખની પ્રાપ્તિમાં ઉદ્વેગ થતો નથી, પરંતુ સુખ અને દુઃખમાં સમાન બુદ્ધિ રાખે છે. કષાય મમમ ''**कषाय मुक्तिः किलमुक्तिरेव**'' કષાયથી મુક્ત થવું તે સાચી મુક્તિ.

ખરેખર ! કષાયવિજયનો અભ્યાસ તથા પુરુષાર્થ સહુ આદરે તો આ વિશ્વ નંદનવન સમુંબની જાય ...

- અસ્તુ .

સંદર્ભ પુસ્તક સૂચિ :

૧. શ્રી દશવૈકાલિક સૂત્ર - પ્રકાશક - શ્રી ગુરુપ્રાણ ફાઉન્ડેશન

૨. શ્રી ઉત્તરાધ્યયન સૂત્ર - પ્રકાશક - શ્રી ગુરુપ્રાણ ફાઉન્ડેશન

૩. મોક્ષ મારી હથેળીમાં - વ્યાખ્યા - શ્રી પન્નાજી મહાસતીજી

૪. શ્રી સ્થાનાંગ સૂત્ર - ભાગ - ૧

(જૈન ધર્મના અભ્યાસુ રતનબહેને શ્રાવક કવિ ઋષભદાસના રાસ પર Ph.D. કર્યું છે. લિપિ વાચન અને જૈન શિક્ષણમાં રસ ધરાવે છે).

◎

૧૪

સાંપ્રત જીવનની સમસ્યાઓ નિવારવા ધર્મનું માર્ગદર્શન

▣ મીતેશભાઈ એ. શાહ

'આદમીકી શક્તિ સે અબ ડર રહા હૈ આદમી,
આદમી કો લૂંટકર ઘર ભર રહા હૈ આદમી,
આદમી હી મારતા હૈ, મર રહા હૈ આદમી
સમજ કુછ આતા નહીં, કયા કર રહા હૈ આદમી.''

વર્તમાન સમાજ અનેક સમસ્યાઓથી ઘેરાયેલો છે. દેશમાં પશ્ચિમી સંસ્કૃતિના વાયરા વાઈ રહ્યા છે. ભૌતિકવાદની ભીષણ ભીડમાં આજે માનવી ભીંસાઈ રહ્યો છે. ભારતીય સંસ્કૃતિનાં મૂલ્યો અને પરંપરાઓનો આજે હ્રાસ થતો જોવા મળે છે. ટી.વી., મોબાઈલ અને ચેનલોના દુરુપયોગે આજે ભારતીય સંસ્કૃતિ પર વિઘાતક અસરો ઉપજાવી છે. ચારેબાજુ જડ પદાર્થોનું સામ્રાજ્ય વધતું જાય છે અને ચૈતન્યતત્ત્વ (આત્મા) ભુલાતું જાય છે. સ્વાર્થમય પ્રવૃત્તિઓમાં લોકો વિશેષપણે રાચવા લાગ્યા છે. આજે ધર્મને ધતિંગ અને મોક્ષને ગપ્પાષ્ટક માનવામાં આવે છે! હુંડાવસર્પિણી કાળના ડાકલા વાગી રહ્યા છે. ગરીબી, બેકારી, ગંદકી, ભ્રષ્ટાચાર, પર્યાવરણની અસમતુલા જેવી સામાજિક સમસ્યાઓ વકરી છે, તો માનવીના જીવનમાં કષાયની પ્રમુખતા, હિંસા, જૂઠ, ચોરી, કુશીલ, અબ્રહ્મ, રાગ, દ્વેષ, નિંદા, અદેખાઈ જેવી અનેકવિધ સમસ્યાઓએ ઘર કર્યું છે.

ઉપરોકાત સમસ્યાઓના નિવારણમાં અનાદિકાળથી ચાલ્યો આવતો વીતરાગ (જૈન) ધર્મ સહાયભૂત બની શકે છે - જો તેનું યોગ્ય અનુસરણ કરવામાં આવે તો મહાત્મા ગાંધીજીના આધ્યાત્મિક માર્ગદર્શક, પરમ તત્ત્વજ્ઞ પરમકૃપાળુ શ્રીમદ્ રાજચંદ્રજી જણાવે છે કે, ''બહુ બહુ મનનથી અને મારી મતિ જ્યાં સુધી પહોંચી ત્યાં સુધીના વિચારથી હું વિનયથી એમ કહું છું કે, પ્રિય ભવ્યો ! જૈન જેવું એક્કે પૂર્ણ અને પવિત્ર દર્શન નથી; વીતરાગ જેવો એક્કે દેવ નથી, તરીને અનંત દુઃખથી પાર પામવું હોય તો એ સર્વજ્ઞ દર્શનરૂપ કલ્પવૃક્ષને સેવો''.

આ લેખમાં મૃષાવાદ, ભ્રષ્ટાચાર અને અબ્રહ્મ (કુશીલસેવન)ના નિવારવામાં જૈન ધર્મના માર્ગદર્શન અંગે વિચારણા કરીશું.

મૃષાવાદ (અસત્ય વચન)

અસત્યનો આશ્રય લઈને માણસ પહેલા લાભ ખાટે છે, પરંતુ આખરે પોતે જ મૂળમાંથી ઉખડી જાય છે. **सत्यमेव जयते, नानृतम् ।**

જૈન દર્શનમાં શ્રાવક માટે પાંચ અણુવ્રતો અને સાધુ માટે પાંચ મહાવ્રતો પાળવાની વાત આવે છે. તેમાં અસત્ય વચનનો પરિહાર કરવાનું જણાવ્યું છે. જૈન દર્શનના એક આમ્નાયમાં આત્માના દશ ધર્મો (ઉત્તમ ક્ષમા, માદેવ આર્જવ આદિ)નો ઉલ્લેખ આવે છે, તેમાં 'ઉત્તમ સત્ય'નો સમાવેશ થાય છે. પરપરિવાદ, કૂટલેખન, બીજાની વસ્તુ પચાવી પાડવી, વચનભંગ કરવો, બીજાની નિંદા કરવી વગેરે સત્ય અણુવ્રતના અતિચારો છે. જૈન ધર્મમાં ચાર ધ્યાનનો ઉલ્લેખ છે - આર્ત્તધ્યાન, રૌદ્રધ્યાન, ધર્મધ્યાન અને શુકલધ્યાન. તેમાં રૌદ્રધ્યાન અંતર્ગત મૃષાનંદીનો સમાવેશ થાય છે. મૃષાનંદી એટલે અસત્ય વચનો બોલી તેમાં આનંદ માનવો.

જૈન ધર્મમાં હિત, મીત અને પ્રિય વચનો બોલવાનું કહ્યું છે. **'ધીરે સે બોલો, પ્રેમ સે બોલો, આદર દેકર બોલો ઔર જરૂરત હોને પર બોલો''.**

''મધુર વચન હૈ ઔષધિ, કટુ વચન હૈ તીર,
વશીકરણ યહ મંત્ર હૈ, પરિહરુ વચન કઠોર''
''કુદરતકો નાપસંદ હૈ સખ્તી જબાનમેં,
પૈદા ન હુઇ ઈસલિયે હડ્ડી જબાનમેં''

''ભર જાતા હૈ ગહરા ઘાવ, બના હો બના હો ગહરી ગોલીસે,
પર વો ઘાવ નહીં ભરતા, જો બના હો કડવી બોલીસે''.

એક જૂઠ છુપાવવા માટે હજાર જૂઠ બોલવા પડે છે. જૂઠું બોલ્યા પછી માણસને સારી સ્મરણશક્તિની જરૂર પડે છે. પાપની પાસે ઘણાં શસ્ત્રો છે, પણ એ બધાં શસ્ત્રોનો હાથો જૂઠ છે. સત્ય વચનો પણ કડવાં ન હોવાં જોઈએ. બીજા જીવોની ઘાત થતી હોય - હિંસા થતી હોય તેવું સત્ય ઉચ્ચારણનો પણ અસત્યમાં સમાવેશ થાય છે. અસત્ય બોલનાર વ્યક્તિ પોતાના આત્માને છેતરે છે અને મનમાં સતત જૂઠું બોલવાનો અપરાધભાવ રમ્યા કરે છે.

''સાંચ બરાબર તપ નહિ, જૂઠ બરાબર પાપ,
જાકે હિરદે સાંચ હૈ, તાકે હિરદે આપ''

સમ્યગ્ દર્શન થતાં જ સાધકના વેણ અને નેણ બદલાઈ જાય છે. સાચો શ્રાવક તો એ છે કે જેના હાથ ખોટાં કામ કરતા કંપે, જેનું હૃદય ખોટા વિચાર કરતાં કંપે, જેના હોઠ અસત્ય વચન ઉચ્ચારતાં કંપે, જેનું જીવન ખરાબ માર્ગે જતાં અટકે. સાચો શ્રાવક કદી અપ્રિય, ખેદજનક અને કટુ સત્ય ન બોલે. અસત્ય બોલનાર વ્યક્તિ મૂંગો, તોતડો અને દુઃસ્વરવાળો થાય છે. અસત્ય બોલનારને બે વાત સુલભ હોય છે - એક તો લોકમાં અપયશ અને બીજું દીર્ઘકાળ સુધી દુર્ગતિગમન.

''सत्येन धार्यते पृथ्वी, सत्येन तपते रविः
सत्येन वाति वायुश्च, सर्व सत्ये प्रतिष्ठितम् ॥

સત્યના આધારે સૃષ્ટિ રહી છે. ધર્મ, નીતિ, રાજ અને વ્યવહાર એ સત્ય વડે પ્રવર્તન કરી રહ્યાં છે. એક વખતના અસત્ય ઉચ્ચારણથી વસુરાજા મહાદુઃખને પ્રાપ્ત થયા તેવી કથા જૈન ધર્મમાં આવે છે. આત્મા સિવાય જગતના કોઈ પણ પદાર્થો મારા નથી એવો લક્ષ રાખીને વાણીવ્યવહાર કરવો તે પરમાર્થ સત્ય છે. વિશ્વાસઘાત કરવો, ખોટા દસ્તાવેજો કરવા તેનો પણ સત્યમાં સમાવેશ થાય છે.

''વાની ઐસી બોલિયે, મનકા આપા ખોય,
આપ ભી શીતલ હોય, ઔર ભી શીતલ હોય''.

ભ્રષ્ટાચાર

''ભ્રષ્ટાચાર બન ગયા હૈ દેશકા અબ ફૈશન,
પ્યાર સે ચલ રહા, ઑફિસ હો યા સ્ટેશન''.

ભ્રષ્ટાચારનો વાયુ ચારેબાજુ વહે છે. આજે ભાગ્યે જ કોઈ ક્ષેત્ર ભ્રષ્ટાચારથી વંચિત હશે. ભ્રષ્ટાચારરૂપી ઊધઈએ અનેક દેશોને કોરી ખાધા છે. અનેક લોકોનું જીવન જીવવું ભ્રષ્ટાચારને કારણે મુશ્કેલ બની ગયું છે. ભ્રષ્ટાચાર અને રાજકારણને જૂનો નાતો છે.

જૈન દર્શનમાં સદાચાર પાલનને મહત્ત્વનું સ્થાન આપવામાં આવ્યું છે. જૈન દર્શનમાં પ્રાથમિક ભૂમિકામાં મોટાં ૭ વ્યસનોનો શ્રાવકને ત્યાગ કરાવવામાં આવે છે -

''જુઆ, આમિષ મદિરા દાસ, આહેક ચોરી પરનારી,
એહિ સપ્ત વ્યસન દુઃખદાઈ, દુરિત મૂલ દુર્ગતિ કે જાઈ''.

શ્રાવકો માટે પાંચ અણુવ્રતોનું પાલન અને ત્રણ મ'કારનો (મદ્ય, માંસ, મદિરા)નો ત્યાગ એમ અષ્ટ મૂળ ગુણોને ધારણ કરવા અનિવાર્ય છે. સાથે પાંચ ઉદંબર ફળો (વડના ટેટા, પીપળના ટેટા, પાકર, અંજીર, ઉમરડાં)નો ત્યાગ પણ આવશ્યક છે. જૈન ધર્મમાં કહ્યું છે કે, સત્સંગ, સત્શ્રુતનો અભ્યાસ અને સદાચારનું પાલન એ આત્મદશા પ્રબળ થવાનાં સાધન છે. જૈન દર્શનમાં માર્ગાનુસારીના ૩૫ ગુણો બતાવ્યા છે; જેમાં પ્રથમ ન્યાયનીતિ સંપન્ન આજીવિકાનો ગુણ છે. આ અંગે પરમકૃપાળુ શ્રીમદ્ રાજચંદ્રજી જણાવે છે, ''જે મુમુક્ષુ જીવ ગૃહસ્થ વ્યવહારમાં વર્તતા હોય, તેણે તો અખંડ નીતિનું મૂળ પ્રથમ આત્મામાં સ્થાપવું જોઇએ, નહીં તો ઉપદેશાદિનું નિષ્ફળપણું થાય છે. દ્રવ્યાદિ ઉત્પન્ન કરવા આદિમાં સાંગોપાંગ ન્યાયસંપન્ન રહેવું તેનું નામ નીતિ છે. એ નીતિ મૂકતાં પ્રાણ જાય એવી દશા આવ્યે ત્યાગ વૈરાગ્ય ખરા સ્વરૂપમાં પ્રગટે છે, અને તે જ જીવને સત્પુરુષનાં વચનનનું તથા આજ્ઞાધર્મનું અદ્‌ભુત સામર્થ્ય, માહાત્મ્ય અને રહસ્ય સમજાય છે.''

જે અનીતિથી, અન્યાયથી ધનનો સંચય કરે છે તે પોતે પોતાને જ ઠગે છે. અનેક પાપો કરીને ઉપાર્જન કરેલા ધનની મૂર્છા (આસક્તિ)ના કારણે જીવન મૃત્યુ

બાદ દુર્ગતિને પ્રાપ્ત કરે છે. મહાપુરુષો તો તે પાપરૂપ ધનનો સ્વીકાર કરતા નથી. પૈસો એ શ્રાવક માટે જીવનનું સાધન છે, જીવનનું ધ્યેય નહીં. સદાચાર એ જીવન છે, તો દુરાચાર એ મરણ છે. પર પદાર્થો પ્રત્યેની સ્પૃહાને કારણે વ્યક્તિ ભ્રષ્ટ આચરણ કરે છે, પરંતુ 'જ્ઞાનસાર' ગ્રંથમાં કહ્યું છે,

''परस्पृहा महादुःखं निःस्पृहत्वं महासुखम् ।
एदुक्तं समासेन लक्षणं सुखदुःखयोः ॥''

जीवितं स्वल्पकालं नः सहागामि न किश्चन् ।
पुनर्जन्म यथाकर्म तत् सत्कर्मा सदा भवेत् ॥

અર્થાત્ આપણું જીવન અલ્પ કાળનું છે, મૃત્યુ બાદ સાથે કંઈ આવતું નથી. વળી, પુનર્જન્મ પોતાના કર્મ પ્રમાણે પ્રાપ્ત થાય છે. માટે માણસે સત્કર્મો કરવાં જોઈએ.

અબ્રહ્મ (કુશીલ સેવન)

''નીરખીને નવયૌવના, લેશ ન વિષયનિદાન;
ગણે કાષ્ઠની પૂતળી, તે ભગવાન સમાન.
પાત્ર વિના વસ્તુ ન રહે પાત્રે આત્મિક જ્ઞાન;
પાત્ર થવા સેવો સદા, બ્રહ્મચર્ય મતિમાન.''

જૈન ધર્મમાં સાધુના પાંચ મહાવ્રતો અને શ્રાવકના પાંચ અણુવ્રતોમાં બ્રહ્મચર્યને સ્થાન આપવામાં આવ્યું છે. સૌથી મોટું વ્રત અહિંસાવ્રત છે અને સૌથી કઠિન વ્રત તે બ્રહ્મચર્ય છે. જૈન મુનિને સંપૂર્ણ બ્રહ્મચર્ય વ્રત હોય છે, જ્યારે શ્રાવકને સ્વદારાસંતોષ વ્રત હોય છે. પોતાની ધર્મપત્ની સિવાય પોતાનાથી નાની સ્ત્રીને પુત્રી સમાન, સમવયસ્કને બહેન સમાન અને પોતાથી મોટી સ્ત્રીને માતા સમાન માનવી તે ગૃહસ્થનું બ્રહ્મચર્ય વ્રત છે. બહેનોએ આ બાબત ભાઈઓ અંગે સમજવી.

જોકે અનાદિકાળથી જીવને સ્પર્શેન્દ્રિયના ગાઢ સંસ્કાર છે એટલે તે વિષયનો ત્યાગ કરવામાં મુશ્કેલી પડે છે, છતાં દઢનિશ્ચય, વૈરાગ્ય અને અભ્યાસ દ્વારા તેને જીતી શકાય છે. વ્યવહારથી બ્રહ્મચર્યનો અર્થ સ્ત્રી (પુરુષ)નો અપરિચય કરવો તે છે અને નિશ્ચયથી આત્મામાં ચર્યા (રમણતા) કરવી તેવો અર્થ છે. બ્રહ્મચર્યના

રક્ષણ માટે જૈનદર્શનમાં નવ વાડ બતાવવામાં આવી છે. બ્રહ્મચર્ય વ્રતનું પાલન કરવા સંતસમાગમ, કુનિમિત્તોનો ત્યાગ અને અશ્લીલ સાહિત્યનો ત્યાગ અનિવાર્ય છે. શ્રીમદ્ રાજચંદ્રજીએ 'ભગવાન મહાવીરના બોધને પાત્ર કોણ?' અંતર્ગત 'બ્રહ્મવ્રતમાં પ્રીતિમાન'નો ઉલ્લેખ કરેલ છે.

''આરામ યદિ ચાહો તો આ રામકે પાસ,
અગર ફંદે મેં પડના ચાહો, તો જા કામકે પાસ''

એકવાર મૈથુનનું સેવન કરવાથી ૯ લાખ સૂક્ષ્મ જીવોની હિંસા થાય છે એમ જિનાગમમાં કહ્યું છે. 'શ્રી સૂત્રકૃતાંગ'માં કહ્યું છે, **'तवेसु वा उत्तमं बंभचेरम् ।'** માંડવગઢના મહામંત્રી પેથડશાહે ૩૨ વર્ષની વયે સજોડે બ્રહ્મચર્ય અંગીકાર કર્યું હતું. તેઓએ પરિધાન કરેલાં વસ્ત્રો જે પહેરે તેના હઠીલા રોગો પણ નાબૂદ થઈ જતા !

જૈન દર્શનમાં શ્રાવકની ૧૧ પ્રતિમાઓ પૈકી છઠ્ઠી દિવામૈથુનત્યાગ અને સાતમી બ્રહ્મચર્ય પ્રતિમા છે. 'દશવૈકાલિક સૂત્ર'માં કહ્યું છે કે, હાથ-પગ જેનાં કપાયેલાં છે તેવી કાન, નાક, વગરની ૧૦૦ વર્ષની વૃદ્ધ સ્ત્રી હોય તો પણ મુનિ કદી તેની સામે નજર સ્થિર ન કરે, તો પછી નાની વયની સ્વરૂપવતી સર્વ અંગ-પ્રત્યંગોવાળી અલંકૃત નારી તરફ તો દૃષ્ટિ કરાય જ કેમ? અધર્મનું મૂળ, મહાદોષની જન્મભૂમિકા એવા જે મૈથુનના આલાપ-પ્રલાપ તેનો નિર્ગ્રંથે ત્યાગ કરવો.

પરમકૃપાળુ શ્રીમદ્ રાજચંદ્રજી જણાવે છે કે, મહારૌદ્ર એવું અબ્રહ્મચર્ય, પ્રમાદને રહેવાનું સ્થળ, ચારિત્રનો નાશ કરનાર, તે આ જગતમાં મુનિ આચરે નહીં. બ્રહ્મચર્ય યથાતથ્ય રીતે તો કોઈ વિરલા જીવ પાળી શકે છે,; તો પણ લોકલાજથી બ્રહ્મચર્ય પળાય તો તે ઉત્તમ છે. અનંતા જ્ઞાની-પુરુષોએ જેનું પ્રાયશ્ચિત્ત કહ્યું નથી, જેના ત્યાગનો એકાંત અભિપ્રાય આપ્યો છે એવો જે કામ તેથી જે મૂંઝાયા નથી તે જ પરમાત્મા છે. સર્વ ચારિત્ર વશીભૂત કરવાને માટે, સર્વ પ્રમાદ ટાળવાને માટે, આત્મામાં અખંડવૃત્તિ રહેવાને માટે, મોક્ષસંબંધી સર્વ પ્રકારના સાધનના જયને અર્થે 'બ્રહ્મચર્ય' અદ્‌ભુત અનુપમ સહાયકારી છે, અથવા મૂળભૂત છે. એક ભાજનમાં લોહી, માંસ, હાડકાં, ચામડું, વીર્ય, મળ, મૂત્ર આદિ ભર્યાં હોય તેને જોવાનું કહે તો અરુચિ થાય. તેવી જ રીતે સ્ત્રી-પુરુષના શરીરની રચના છે, પણ ઉપરની

રમણીયતા જોઈ જીવ મોહ પામે છે અને તેમાં તૃષ્ણાપૂર્વક દોરાય છે.

ઇન્દ્રિયોના ભોગોમાં સાચું સુખ નથી. તે પરાધીન, વિયોગવાળા, કષ્ટદાયી, અતૃપ્તિકારી, તૃષ્ણા વધારનાર, અસ્થિર અને નાશવંત છે. શ્રી કુંદકુંદાચાર્ય વિરચિત 'પ્રવચનસાર' ગાથા-૭૬માં કહ્યું છે,

''પરયુક્ત બાધાસહિત ખંડિત, બંધકારણ વિષમ છે,
જે ઇન્દ્રિયોથી લબ્ધ તે સુખ, એ રીતે દુઃખ જ ખરે''.

(અમદાવાદસ્થિત જૈન ધર્મના અભ્યાસુ મીતેશભાઈ 'દિવ્ય ધ્વનિ'ના તંત્રી છે. પ્રતિવર્ષ દીવાળી ઉપર નાની પુસ્તિકા પ્રગટ થાય છે તેના તંત્રી છે).

◎

૧૫

સાંપ્રત સમસ્યા અને જૈન ધર્મ

સમ્યક્ જ્ઞાનનો અભાવ / ધર્મની સત્ય સમજનો અભાવ

▣ **રીના એ. શાહ** – અમદાવાદ

મોંઘવારી, ભ્રષ્ટાચાર, વસ્તીવધારો, આતંકવાદ, અસ્વચ્છતા, અનામત, ધર્મપરિવર્તન, માંસાહાર, વ્યભિચાર, ગેંગરેપ, પ્રમાદ, ખેતી કે ઢોરઉછેર - પશુપાલનમાં નિરસતા વગેરે અનેક સમમસ્યાઓ વર્તમાનમાં પ્રવર્તી રહી છે, પરંતુ આ બધી સમસ્યાઓના મૂળમાં કઈ સમસ્યા છે, તે જો વિચારવામાં આવે તો બહુ સહેલાઈથી દરેક સમસ્યાનો અંત આવી શકે તેમ છે, જેમ માતા-પિતાની આસપાસ સાત ફેરા કરીને ગણેજીએ બધાં જ તીર્થોનાં દર્શન કરી લીધાં હતાં.

તો, દરેક સમસ્યાઓનું મૂળ એક મોટી સમસ્યા છે - તે છે સમ્યક્ જ્ઞાનનો અભાવ અથવા ધર્મની સાચી સમજનો અભાવ.

મોટા ભાગે દરેક મનુષ્ય જે કુળમાં જન્મ્યો હોય છે તે કુળમાં જ જે ધર્મ ચાલ્યો આવતો હોય છે તેને જ સાચો ધર્મ સમજતો હોય છે. જેને શ્રીમદ્ રાજચંદ્રજી કુળધર્મ કે કુળગુરુ પ્રત્યેનું મમત્વ કહે છે તેમ જ શ્રી દેવચંદ્રજી મહારાજ એને 'દૃષ્ટિરાગ' કહે છે. જેને દરેક સમસ્યાઓનું સમાધાન જોઈએ છે તેને સૌપ્રથમ કુળધર્મથી પર અત્યંત તટસ્થ થવું પડે અને જાણવું પડે કે સાચું સુખ, સાચી શાંતિ કેવી રીતે મળે? કારણ કે, જીવમાત્ર સુખને ઇચ્છે છે, દુઃખને ઇચ્છતા નથી.

તેના માટે સૌથી પહેલાં તો સાચા સુખની વ્યાખ્યા સમજવી પડે. ભગવાન મહાવીર કહે છે કે, સ્વાધીન હોય તે સુખ. જ્યાં પરાધીનતા છે ત્યાં સુખ નથી, પણ દુ:ખ જ છે. શ્રી યશોવિજયજી મહારાજ 'આઠ દૃષ્ટિની સજ્ઝાય'માં કહે છે, ''સઘળું પરવશ તે દુ:ખલક્ષણ, નિજવશ તે સુખ લહીએ''. શ્રીમદ્ રાજચંદ્રજીએ પરવશતાને નરકના દુ:ખ સમાન ગણાવી છે. આચાર્ય શ્રી કુંદકુંદદેવે શ્રી પ્રવચનસારમાં સુખ અનેદુ:ખને દર્શાવતી બે ગાથા લખી છે,

પરયુક્ત, બાધાસહિત, ખંડિત, બંધકારણ, વિષમ છે;
જે ઇંદ્રિયોથી લબ્ધ તે સુખ એ રીતે દુ:ખ જ ખરે. ૭૬

અર્થાત્ જેમાં અન્ય વસ્તુ કે વ્યક્તિની જરૂર પડે, જેમાં કંઈ ને કંઈ બાધા આવે, જે અખંડસ્વરૂપે ન મળે, જે કર્મબંધનું કારણ છે, જે એકસરખું નથી, જે પાંચ ઇન્દ્રિયોને આધીન છે તે સુખ નથી, પણ દુ:ખ જ છે.

બીજી ગાથા છે -

અત્યંત, આત્મોત્પન્ન, વિષયાતીત, અનુપ, અનંત ને;
વિચ્છેદહીન છે સુખ અહો ! શુદ્ધોપયોગ પ્રસિદ્ધને. ૧૩

અર્થાત્ જે અતિશય છે, જે આત્માથી જ (પોતામાંથી જ) ઉત્પન્ન થયેલું છે, જે પાંચ ઇન્દ્રિયોના વિષયોથી રહિત છે, જેને કોઈ ઉપમા આપી શકાય તેવું નથી, જે અનંત છે, જે હંમેશાં મળે છે તે સુખ સાચું સુખ છે - તે જ આત્માનું સુખ છે, અને તે પ્રાપ્ત કરવા માટે આત્માનું સ્વરૂપ સમજવું પડે કે આત્માનું સંપૂર્ણ, સૂક્ષ્મ અને વૈજ્ઞાનિક સ્વરૂપ જેવું જૈન દર્શનમાં બતાવ્યું છે, તેવું બીજા કોઈ દર્શનમાં નથી. શ્રીમાન આનંદઘનજી કહે છે,

''જિનવરમાં સઘળાં દરિશહ છે, દરિશણે જિનવર ભજના રે;
સાગરમાં સઘળી તટિની સહી, તટિનીમાં સાગર ભજના રે.'' ૬

શ્રીમદ્ રાજચંદ્રજી કહે છે,

''ષટ્સ્થાનક સંક્ષેપમાં, ષટ્દર્શન પણ તેહ;
સમજાવા પરમાર્થને, કહ્યાં જ્ઞાનીએ એક. ૪૪ આ.સિ.

એટલે કે, (૧) 'આત્મા છે' (૨) 'આત્મા નિત્ય છે' (૩) 'આત્મા કર્મનો કર્તા છે' (૪) 'આત્મા કર્મનો ભોક્તા છે' (૫) 'મોક્ષ છે' (૬) 'મોક્ષનો ઉપાય છે - આ છ સ્થાનકમાં છએ દર્શન સમાઈ જાય છે.

શ્રી દોલતરામજી છઃ ઢાળામાં કહે છે,

''આતમકો હિત હૈ સુખ, સો સુખ આકુલતા વિન કહીએ;
આકુલતા શિવમાંહિ ન તામૈ, શિવમગ લાગ્યો ચહિયે.'' ત્રીજી ઢાળ

એટલે કે, નિરાકુળતા તે જ સાચું સુખ છે અને તે નિરાકુળતા મોક્ષમાં છે. તોઆ મોક્ષ કેવી રીતે પ્રાપ્ત કરવો ? તેનો રસ્તો શું ?

શ્રી ઉમાસ્વાતિ આચાર્ય શ્રી તત્ત્વાર્થ સૂત્રમાં કહે છે,
સમ્યગ્દર્શન જ્ઞાન ચારિત્રાણી મોક્ષમાર્ગઃ ॥૧॥ અ-૧

એટલે કે, સાચી શ્રદ્ધા કરવી, સાચું જ્ઞાન પ્રાપ્ત કરવું તથા સાચું આચરણ કરવું તે મોક્ષમાર્ગ છે.

તે માટે સૌપ્રથમ છએ દર્શનનાં પારગામી અને આત્માના અનુભવી એવા જ્ઞાની પુરુષની ખોજ કરવી અને જો એવા જ્ઞાની પુરુષ મળી જાય તો તેમના આશ્રયે સાચા ધમનું સ્વરૂપ, આત્માનું સ્વરૂપ બરાબર સમજવું. પછી તેની શ્રદ્ધા કરવી, તેનો અભ્યાસ કરવો. જ્યારે પોતાને પણ તેવો આત્માનો અનુભવ થાય તે સમ્યગ્દર્શન છે અને આત્મા વિષેનું જે સાચું જ્ઞાન છે તે સમ્યગ્જ્ઞાન છે. તે પછી આત્માની સંપૂર્ણ દશા પ્રાપ્ત કરવાનો જે પુરુષાર્થ કરવામાં આવે તે સમ્યગ્ચારિત્ર છે.

આવો મોક્ષમાર્ગ છે, સાચા સુખનો માર્ગ છે, મૂળમાર્ગ છે. શ્રી કુંદકુંદાચાર્ય કહે છે -

''મુનિલિંગ વા ગૃહીલિંગ, એ લિંગો ન મુક્તિમાર્ગ છે;
ચારિત્ર દર્શન જ્ઞાનને, બસ મોક્ષમાર્ગ જિનો કહે.

શ્રીમદ્ રાજચંદ્રજી કહે છે -

લિંગ અને ભેદો જે વ્રતનાં રે, દ્રવ્ય દેશ કામાદિ ભેદ; મૂળ.

પણ જ્ઞાનાદિની જે શુદ્ધતા રે, તે તો ત્રણે કાળે અભેદ મૂળ.

આમાં ક્યાંય પણ હિંદુ, મુસલમાન, ખ્રિસ્તી, જૈન કે સ્વામીનારાયણનું નામ આવતું નથી. કોઈ જાતિ કે વેષનું નામ નથી. કોઈ પણ મનુષ્ય આ પ્રમાણે ધર્મને સમજે અને તે પ્રાપ્ત કરવાનો પ્રયત્ન કરે તો તે ચોક્કસ પ્રાપ્ત કરી શકે. માટે કોઈ પણ પ્રકારનાં ધાર્મિક ક્રિયાકાંડો, પૂજાપાઠ કે શાસ્ત્રો તે માત્ર સાચો ધર્મ પ્રાપ્ત કરવાની ભૂમિકારૂપે છે, પણ સાક્ષાત્ ધર્મ નથી.

શ્રી 'કાર્તિકિયાનુપ્રેક્ષા'માં કહ્યું છે -

ધર્મઃ વસ્તુ સ્વભાવઃ ક્ષમાદિ ચ દશવિધઃ ધર્મઃ ।
રત્નત્રયં ચ ધર્મ જીવાનાં રક્ષણો ધર્મ ॥

એટલે જ્ઞાન, આનંદ તે આત્માનો સ્વભાવ છે, તેને પ્રાપ્ત કરવું તે જ ધર્મ છે. ક્ષમા, સરળતા, વિનય, સતોષ, સત્ય, સંયમ, તપ, ત્યાગ, નિર્મમત્વ, બ્રહ્મચર્ય - આ દશ ગુણો તે ધર્મ છે. સમ્યગ્દર્શન-જ્ઞાન-ચારિત્ર તે ધર્મ છે. દરેક જીવોનું રક્ષણ કરવું તે ધર્મ છે.

આવો ધર્મ સમજનારને દરેક જીવમાં આત્મદૃષ્ટિ ઉત્પન્ન થાય છે. તે દરેક જીવને પોતાના જેવો જ આત્મા સમજે છે. આથી પોતાને જેવો વ્યવહાર ગમે છે તેવો જ વ્યવહાર અન્ય જીવોની સાથે કરે છે અને પોતાને ન ગમતો વ્યવહાર બીજાની સાથે કરતો નથી.

આવી સમજણ અને આવી દૃષ્ટિ આવ્યા પછી કોઈ સ્વાર્થી રહે ખરું? કોઈ ચોરી કરી શકે? જૂઠું બોલી શકે? વ્યભિચાર કરી શકે? કોઈ આતંકવાદી બની શકે? કોઈ અન્ય પશુઓને મારીને તેનું માંસ ખાઈ શકે?

ધર્મનું આવું અદ્‌ભુત સ્વરૂપ જૈન દર્શનમાં બતાવવામાં આવ્યું છે. અહિંસા, અનેકાંત, અપરિગ્રહ જેવા અનુપમ સિદ્ધાંતો જૈન દર્શને આપ્યા છે. તે સિવાય પણ સાધુના ૨૮ મૂળગુણ, શ્રાવકનાં ૧૨ વ્રત - ૧૧ પ્રતિમા, ૭ તત્ત્વ-૬ દ્રવ્ય, ત્રણલોકનું સ્વરૂપ વગેરે સારી રીતે સમજવામાં આવે તો જગતમાં કોઈ જ સમસ્યા ન રહે અને દરેક જીવ સુખ અને શાંતિને પ્રાપ્ત કરી શકે.

''સૂર્ય, ચંદ્ર, આકાશ, પવન ને વર્ષા જેમ બધાનાં છે,
મહાવીર કેવળ જૈનોના નથી, પણ આખી દુનિયાના છે.
વિરાટ એવા વિશ્વપુરુષને, વામન અમે કર્યો છે,
વિશાળ એવા વિશ્વધર્મને વાડા મહીં પૂર્યો છે,
જીવનના જ્યોતિર્ધર એ તો જગના જ્ઞાનખજાના છે''. મહાવીર.

સર્વથા સૌ સુખી થાઓ....

(જૈન ધર્મનાં અભ્યાસુ રીનાબહેનનાં બે પુસ્તકો પ્રગટ થયાં છે. તેઓ શ્રી રાજચંદ્ર આશ્રમ કોબા સાથે સંકળાયેલાં છે).

◎

૧૬

સાંપ્રત જીવનની સમસ્યાઓ નિવારવા... સ્વામિનારાયણ ધર્મનું માર્ગદર્શન

□ ડૉ. દેવવલ્લભસ્વામી

સાંપ્રત જીવનની સમસ્યાઓ ઉકેલવામાં કયા ધર્મમાંથી શું માર્ગદર્શન મળી શકે? એની માહિતી સૌને સુગમતાથી મળી રહે એવા શુભાશયથી ધર્મચિંતક શ્રી ગુણવંતભાઈ બરવાળિયાએ સંનિષ્ઠ અને પ્રશંસનીય પ્રયાસ કર્યો છે. અને સર્વ ધર્મના વિદ્વાનોને માનવતાના હિતમાં કાર્યાન્વિત કર્યા છે.

આજે વિજ્ઞાને હરણફાળ ભરી છે. માહિતીનો વિસ્ફોટ થયો છે. પરંતુ સાથે સાથે સાંપ્રત જીવનમાં અનેકવિધ સમસ્યાઓ પણ વધી છે. સ્વામિનારાયણ ધર્મ તરફથી સાંપ્રત સમાજને શું માર્ગદર્શન, મદદ અને પ્રેરણાં મળી શકે તે સંક્ષિપ્તમાં જોઈએ.

૧. વ્યસનમુક્તિ

પહેલાનાં સમય કરતા આજે સમાજમાં અનેક પ્રકારના વ્યસનો વધ્યા છે. આજનું યુવાધન વ્યસનોના કારણે અંદરથી ખોખલુ બનતું જાય છે. સ્વામિનારાયણ સંપ્રદાયના સંસ્થાપક શ્રી સહજાનંદ સ્વામીએ વ્યસનમુક્તિ ઉપર ખુબ ભાર મુક્યો છે. તેમણે પોતાના આશ્રિતોને દરેક પ્રકારના વ્યસનોથી દૂર રહેવાનો ખાસ ધર્માદેશ આપ્યો છે. (શિ. શ્લોક. ૧૮, ૧૯૭)

આ અંગે સહજાનંદ સ્વામીના સમયમાં બનેલી એક સત્ય ઘટના જોઈએ.

નડિયાદમાં સહજાનંદ સ્વામી અને ખ્રિસ્તી ધર્મગુરુ બીશપ હેબરની એકવાર મુલાકાત થઈ. બન્ને ધર્મગુરુઓ ઉતારામાં ધર્માલાપ કરી રહ્યા હતા. એ વખતે સહજાનંદ સ્વામીના સેવકો અને બીશપના સેવકો (અંગરક્ષકો) વચ્ચે એક સરસ સંવાદ થયો. બીશપના સેવકોએ પૂછ્યું કે, તમે સહજાનંદ સ્વામીની સેવા કરો છો. તેના બદલામાં સહજાનંદ સ્વામી તમને શું મહેનતાણું આપે છે? ત્યારે કોઈએ કહ્યું, મહિને પાંચ હજાર, કોઈએ કહ્યું મહિને સાત હજાર આમ હજાર ઉપરની વાતો સાંભળીને બીશપના સેવકોને આશ્ચર્ય થયું. તેઓએ કહ્યું કે, આટલુ મોટું મહેનતાણું સ્વામિનારાયણ ક્યાંથી આપે છે? ત્યારે સહજાનંદ સ્વામીના સેવકોએ કહ્યું કે અમો સ્વામિનારાયણ ભગવાનના આશ્રિત થયા તે પહેલા અમારે વ્યસન પાછળ બહુ મોટો ખર્ચ /થતો હતો. પરંતુ ભગવાનના આશ્રિત થયા પછી અમારા બધા વ્યસનો છૂટી ગયા છે. વ્યસનો પાછળ થતા ખોટા ખર્ચાઓની બચતને અમે અમારું મહેનતાણું ગણીએ છીએ.

સ્વામિનારાયણ સંપ્રદાયમાં આવા તો અનેક પ્રસંગો છે. આજે પણ સ્વા. સંપ્રદાયના સંતો અને ભક્તો નિર્વ્યસની જીવન જીવે છે અને સમાજને પણ નિર્વ્યસની બનાવવા માટે ભગીરથ પ્રયત્નો કરે છે.

દેખાદેખી, માનસિક તનાવ, કુસંગ વગેરેના કારણે કોઈ વ્યક્તિ એકવાર વ્યસનના ખોટા રવાડે ચડી જાય પછી તેને પાછો વાળવાનું કામ કપરુ છે. તેને સમજાવટ, પ્રેમ, ધ્યાન વગેરે વિવિધ ઉપાયો દ્વારા નિર્વ્યસની બનાવી શકાય છે. સ્વા. સંપ્રદાય દ્વારા વ્યસનોનું મૂળ કારણ જાણીને તેનો યોગ્ય ઈલાજ કરવામાં આવે છે.

વ્યસનોના રવાડે ચડી ગયેલા સ્વામિનારાયણ સંપ્રદાયના આશ્રિત ન હોય તેવા લોકોને પણ દયાળુ સંતો એનકેન પ્રકારે સમજાવીને વ્યસનની ચુંગાલમાંથી છોડાવવાનું ભગીરથ કાર્ય કરી રહ્યા છે. વ્યસનમુક્તિની ઝૂંબેશમાં સ્વા. સંપ્રદાયનું મોટું યોગદાન છે.

૨. સામાજિક સમરસતા

ભારતીય સમાજ અનેક જ્ઞાતિ, જાતિ, પ્રાંત અને પંથોમાં વહેંચાયેલો છે. દરેક માણસને પોતાની રીતે જીવવાનો અધિકાર છે. પરંતુ જ્યારે તે પોતાને ઉચ્ચ અને બીજા નીચ માને ત્યારે સમાજમાં વૈમનસ્ય પેદા થાય છે. જ્ઞાતિ પ્રથા અંગેની ખોટી

માન્યતાએ હિંદુધર્મનું બહુ મોટું અહિત કર્યું છે. અનેક લોકોને વિકાસથી વંચિત રાખ્યા છે. સહજાનંદ સ્વામીએ જન્મ આધારિત નહીં, પણ કર્મ આધારિત જ્ઞાતિવ્યવસ્થાને પ્રાધાન્ય આપ્યું છે. (શિ.શ્લોક ૮૯, ૯૦, ૧૨૦, ૧૪૦) માણસ જન્મથી નહીં, કર્મથી મહાન બને છે. તે વાત સહજાનંદ સ્વામીએ લોકોને સમજાવીને સમાજમાંથી ઉચ્ચનીચના ભેદભાવને દૂર કરવાના ભગીરથ પ્રયત્નો કર્યા હતા. અને આજે પણ સ્વા. સંપ્રદાય દ્વારા આ દિશામાં કાર્ય થઈ રહ્યું છે. સ્વા. સંપ્રદાયના સંતો હરિભક્તો આદિવાસી વિસ્તારોમાં અનેક અગવડતાઓ વચ્ચે રહીને પણ શિક્ષણ અને વિકાસના કાર્યો કરી રહ્યા છે. સ્વા. સંપ્રદાયમાં કોઈપણ જ્ઞાતિ, જાતિ, પ્રાંત, ધર્મ વગેરેના ભેદભાવ વગર દરેક લોકો એક રસોડે જમે છે અને સાથે રહે છે. દરેકને મંદિરમાં દર્શન, સત્સંગ અને ભજનભક્તિનો અધિકાર છે. ક્યાંય પંક્તિભેદ કરવામાં આવતો નથી.

દરેક વ્યક્તિ ઈશ્વરનું દિવ્ય સંતાન છે. તેનું અપમાન એ ઈશ્વરનું અપમાન છે. દરેક વ્યક્તિને પોતાની ભાવદશાને અનુકુળ આવે તે પ્રમાણેનો ધર્મસંપ્રદાય અને વર્ણાશ્રમધર્મ પાળવાની છૂટ હોવી જોઈએ. આ ભાવના સમાજમાં સુદૃઢ થાય તો અનેક પ્રકારના લડાઈ, ઝઘડાઓ અને વિવાદોનો અંત આવી જાય.

સહજાનંદ સ્વામીના વખતમાં સમાજમાં અનેક નિમ્ન ગણાતી જ્ઞાતિઓના સંતો ભક્તો પણ હતા. અને આજે પણ છે. સહજાનંદ સ્વામીની અંગત સેવામાં કરીમભાઈ, મીયાજી, શેખજી વગેરે મુસ્લીમ સમાજના બીરાદરો પણ હતા. સમાજમાં અછૂત ગણાતી જ્ઞાતિઓ પૈકીના સગરામ વાઘરી, ગોવો ભંગી વગેરે અનેક ભક્તો સ્વા. સંપ્રદાય સ્વીકાર્યા પછી શુદ્ધ આચાર વિચાર પ્રમાણેનું જીવન જીવતા. કોઈપણ જ્ઞાતિજાતિ કે ધર્મના લોકો સ્વા. સંપ્રદાયના આશ્રિત બની શકે છે.

૩. સાંપ્રદાયિક સૌહાર્દ

દરેક વ્યક્તિને પોતાની રસરુચિ પ્રમાણે ધર્મસંપ્રદાય પાળવાની છૂટ હોવી જોઈએ. ધર્મસંપ્રદાયોએ ઉન્નત જીવન જીવવા માટેના અને પરમશ્રેયને પામવા કરવા માટેના વિવિધ માર્ગો છે. વ્યક્તિ વ્યક્તિ વચ્ચેના વૈમનસ્યો દૂર કરવાના બદલે ધર્મસંપ્રદાયો જો પૂર્વગ્રહો અને વૈમનસ્યો પેદા કરે તો તેને ધર્મ જ ન કહી શકાય.

હિંદુ ધર્મના અનેક પંથો અને હિંદુ ધર્મ સિવાયના ધર્મસંપ્રદાયો વચ્ચે સુમેળ

સ્થપાય અને ધર્માચાર્યો ખંભેખંભા મિલાવીને સમાજના ભલા માટે પ્રયત્નો કરે એ માટે સહજાનંદ સ્વામીએ સંનિષ્ઠ પ્રયાસો કર્યા હતા. રસ્તામાં ચાલતા કોઈપણ દેવસ્થાન આવે તો તેમાં બિરાજમાન દેવને આદરપૂર્વક વંદન કરવા, તીર્થયાત્રા કરવી, ક્યારેય પણ કોઈ દેવદેવી, સત્શાસ્ત્ર વગેરેની નિંદા ન કરવી વગેરે અનેક ધર્માદેશો સહજાનંદ સ્વામીએ આપ્યા. છે. (શિ.શ્લો. ૨૧,૨૨,૨૩)

સહજાનંદ સ્વામી પાસે હિન્દુધર્મના જુદાજુદા સંપ્રદાયના અનેક લોકો આવતા. તદુપરાંત જૈન, શીખ, પારસી, મુસ્લિમ વગેરે ધર્મના લોકો પણ ધ્યાન અને સમાધિ માટે આવતા. સહજાનંદ સ્વામી દરેકને સમાધિ કરાવતા અને તેમાં પોતપોતાના ઈષ્ટદેવના દર્શન કરાવતા. પોતાની પાસે આવતા મુમુક્ષુ લોકોને સહજાનંદ સ્વામી યથાયોગ્ય માર્ગદર્શન આપતા. પરંતુ તેઓ સ્વા. ધર્મ અંગીકાર કરે એવો દુરાગ્રહ ક્યારેય રાખતા નહીં. સર્વધર્મ પ્રત્યે સહિષ્ણુતા અને આદરભાવના કારણે જ જુનાગઢના મસ્લિમ નવાબે જુનાગઢમાં અને અંગ્રેજ સરકારે અમદાવાદમાં સ્વા. સંપ્રદાયના મહામંદિરોના નિર્માણ માટે વિનામૂલ્યે જમીનો આપી હતી. સાંપ્રદાયિક સૌહાર્દના આવા તો અનેક પ્રસંગોની સ્વા. સંપ્રદાયનો ઈતિહાસ સાખ પુરે છે.

આજે પણ સ્વા. સંપ્રદાયના અનુયાયીઓ દરેક ધર્મના લોકો સાથે હળીમળીને રહે છે. અને કોઈપણ ધર્મ સંપ્રદાયને ધ્યાનમાં લીધા વિના સમાજના ભલા માટે કાર્ય કરે છે. સ્વા. સંપ્રદાય દ્વારા ચાલતા સદાવ્રતો, શિક્ષણ સંસ્થાઓ, ચિકિત્સાલયો વગેરે સામાજિક સેવા પ્રકલ્પોમાં કોઈપણ પ્રકારનો ધર્મ કે જ્ઞાતિ, પ્રાંતનો ભેદભાવ રાખવામાં આવતો નથી. સમગ્ર માનવ જાતના હિતને ધ્યાને રાખીને કાર્ય કરવામાં આવે છે. સ્વા.સંપ્રદાયના દરેક મંદિરમાં દર્શન, ધર્મધ્યાન વગેરે માટે કોઈપણ પ્રકારની પ્રવેશબંધી નથી. કોઈપણ જ્ઞાતિજાતિ કે ધર્મનો અનુયાયી સ્વા. કે સંપ્રદાય તરફથી ચાલતા સેવાપ્રકલ્પોનો લાભ લઈ શકે છે. સ્વા.સંપ્રદાયમાં ધર્માંતરણ માટે કોઈપણ પ્રકારના લોભ-લાલચ કે દબાણ કરવામાં આવતું નથી. વ્યક્તિ ગમે તે ધર્મસંપ્રદાયમાં માનતો હોય, તે એક સારો માણસ બને અને ઈશ્વરાભિમુખ બને એ વાતને પ્રાધાન્ય આપવામાં આવે છે.

સાંપ્રદાયિક ધર્માંધતા, વૈમનસ્ય, સૂગ, પૂર્વગ્રહ વગેરે દૂર થાય એ માટે સ્વા.સંપ્રદાય કાર્યરત છે. સંનિષ્ઠ પ્રયત્નો કરે છે. અને સાંપ્રદાયિક સૌહાર્દને

આવકારે છે.

૪. સ્ત્રીસશક્તિકરણ

સ્ત્રી અને પુરુષ બન્નેના કાર્યક્ષેત્ર, ક્ષમતા વગેરે ભિન્ન છે. છતા બન્નેનું મહત્વ સરખું છે. સ્ત્રીનું મૂલ્ય પુરુષથી જરાપણ ઓછું આંકી શકાય નહીં. સ્ત્રી અને પુરુષ બન્ને પ્રકૃતિના અભિન્ન અંગો છે. ધાર્મિક અને સામાજિક કાર્યોમાં બન્નેને સરખો અધિકાર છે.

તાત્કાલિક સમાજમાં સ્ત્રીશિક્ષણ પ્રત્યે બેદરકારી અને સ્ત્રીઓ પ્રત્યે દાખવવામાં આવતું ઓરમાયુ વર્તન દૂર કરવા સહજાનંદ સ્વામીએ ખૂબ પ્રયત્નો કર્યા હતા. તેમણે સ્ત્રીઓનો વિકાસ થાય એ માટે સ્ત્રી પુરુષોના મંદિરો (સાધના સ્થાનો) જુદા કરાવ્યા. સ્ત્રીઓના (મહિલા) મંદિરોનો તમામ કારભાર સ્ત્રીઓને સોંપ્યો, સ્ત્રીશિક્ષણને પ્રોત્સાહન આપ્યું. આજે પણ સ્વા.સંપ્રદાયમાં પરુષોના જેટલું જ મહત્ત્વ બહેનોને આપવામાં આવે છે. પુરુષોના મંદિરોમાં બહેનો દર્શનાર્થે જઈ શકે છે. પરંતુ બહેનોના મંદિરમાં પુરુષોને પ્રવેશબંધી હોય છે. પુરુષો અને બહેનોએ મંદિરમાં સ્પર્શાસ્પર્શની વિવેકમર્યાદા પાળવી પડે છે. પરંતુ મંદિર બહાર દરેક પોતપોતાની રીતે વર્તી શકે છે. (શિ.શ્લોક ૪૦) સ્ત્રીઓની ઉન્નતિ, વિકાસ અને શિક્ષણ માટે સ્વ.સંપ્રદાય અનેકવિધ સેવાકીય પ્રવૃત્તિઓ કરે છે.

૫. સામાજિક કુરિવાજો અને અંધશ્રધ્ધાને તિલાંજલી

પહેલાના સમયમાં દીકરીને દૂધ પીતી કરવાનો રિવાજ, સતી પ્રથા, વિધવા વિવાહ નિષેધ અને તેના પ્રત્યે ઓરમાયું વર્તન, ધર્મના નામે આપઘાત - જેવી કે ભૈરવજપ ખાવો, કાશીએ કરવત મુકાવવો - વગેરે અનેક કુરિવાજો સમાજમાં પેસી ગયા હતા. સહજાનંદ સ્વામીએ આવા અનેક કુરિવાજોને દૂર કરવા સંનિષ્ઠ પ્રયત્નો કર્યા. ધર્મના નામે કે ધર્મસ્થાનમાં કોઈએ કોઈ પણ પ્રકારે આપઘાત ન કરવો તથા જાણ્યે અજાણ્યે કોઈ અધર્માચરણ થઈ ગયું હોય તો તેનું યથાશક્તિ પ્રાયશ્ચિત્ત કરવું. પરંતુ પોતાના કે બીજાના અંગનું છેદન ન કરવું. (શિ.શ્લો. ૧૪, ૧૬) સમાજમાં પ્રવર્તતા કુરિવાજોને દૂર કરવા સહજાનંદ સ્વામીએ આવા અનેક ધર્માદેશો આપ્યા.

મંત્ર. તંત્ર, દોરાધાગા વગેરે કરીને ધર્મને નામે શ્રદ્ધાળુ લોકોની શ્રદ્ધાનું શોષણ

કરતા અને સમાજને છેતરતા લોકોથી પણ પોતાના અનુયાયી વર્ગમાં અને આમસમાજમાં જાગૃતિ ફેલાવી. વચનામૃતમાં આ અંગે સહજાનંદ સ્વામીએ સ્વમુખે કહ્યું છે કે જો મંત્ર-તંત્ર અને કામણટુમણથી બધું થઈ જતું હોય તો મોટા મોટા રાજાઓ લશ્કર શા માટે રાખત ? લશ્કરને બદલે એક મોટા મંત્રશાસ્ત્રીને રાખી લેત. પરંતુ આવુ ક્યાંય જોવા મળતુ નથી. માટે અંધશ્રદ્ધામાં ક્યારેય વિશ્વાસ ન કરવો. ભગવાનનો ભરોસો રાખવો અને પુરુષાર્થ કરવો. પુરુષાર્થ કરે છે તેના ઉપર જ પરમાત્માની કૃપા થાય છે.

શુદ્ર અને મલિન દેવદેવીઓની ઉપાસના કે આરાધના ન કરવી અને તેઓને માનવા પણ નહીં. અને તેમને ધરાવેલો દારુ, માંસ વગેરેનો પ્રસાદ પણ લેવો નહીં. સાત્વિક દેવદેવીઓને આદર થકી વંદન કરવું અને તેમને માનવા, પૂજવા. ભૂતપ્રેત, શૂરાપુરા વગેરેને માનવા નહીં કે તેમનો ભય રાખવો નહીં. (શિ.શ્લો. ૧૫, ૨૮,૮૬) મહાપુરષોએ જે ધર્માચરણ કર્યું હોય તેનું જ આચરણ કરવું પરંતુ તેમનાથી જાણતા કે અજાણતા થયેલા કોઈ અધર્માચરણ પ્રમાણે કોઈએ વર્તવુ નહીં. અર્થાત્ જેનાથી અંધશ્રદ્ધાને પોષણ મળતું હોય તેવું આચરણ કદાચ કોઈ મહાપુરષથી થયુ હોય છતાં પણ તે પ્રમાણે ન કરવું. અને શાસ્ત્રોમાં બતાવેલા સદાચારનું પાલન કરવું. (શિ.શ્લો. ૭૩,૭૪)

૬. ધર્મજાગૃતિ માટે સમર્પિત સંતો

હિંદુ, જૈન, બૌદ્ધ, ખ્રિસ્તી વગેરે મોટાભાગના ધર્મસંપ્રદાયોમાં સંપ્રદાયની વિચારધારાના પ્રવર્તન, પોષણ અને રક્ષણ માટે સમર્પિત સાધુસંતોની પરંપરા જોવા મળે છે. તેમ સ્વા. સંપ્રદાયમાં પણ સહજાનંદ સ્વામીના સિદ્ધાંતોના પ્રસાર પ્રચાર માટે સપર્પિત સાધુ સમાજ જોવા મળે છે. સ્વા. ધર્મને સમર્પિત સંસારથી વિરક્ત પુરુષોને સાધુઓ અને સ્ત્રીઓને સાંખ્યયોગી સાધ્વીઓ કહે છે. તેઓ સંપ્રદાયની વિચારધારા પ્રમાણે ચાલે છે અને અનેક લોકોને તે પ્રમાણે ચાલવાની પ્રેરણા આપે છે. પોતાના આત્મવિકાસની સાથે સાથે સામાજિક સેવાકાર્યો પણ કરે છે. સ્વા. સંપ્રદાયના સાધુ, સાધ્વીઓ સમાજના ભલા માટે કર્મઠ જીવન જીવે છે. પોતાના આત્માના આત્મકલ્યાણ અને સમાજના ઉત્થાન માટે કરવામાં આવતી પ્રવૃત્તિને સહજાનંદ સ્વામી સાચી નિવૃત્તિ માને છે. (વચનામૃત) સાધુઓને સંપ્રદાયના માધ્યમથી

સમાજનું ભલુ થાય તેવા સતત સત્કાર્યો કરવાનો સહજાનંદ સ્વામીએ ખાસ ધર્માદેશો આપ્યા છે. સમાજના હિત માટે કાર્યશીલ એવા સંતોનું કદાચ કોઈ દુર્જન અપમાન કરે, તાડન કે તિરસ્કાર કરે છતાં પણ તેમના પ્રત્યે ક્ષમાભાવના રાખીને તેનું હિત થાય તેવું વિચારવું. પણ ક્યારેય તેનું બૂરું કરવું નહીં કે તેવું વિચારવું પણ નહીં. (શિ.શ્લો. ૨૦૧)

૭. ચેતનાના કેન્દ્રસમા મંદિરો

સ્વા. સંપ્રદાયમાં શિખરબદ્ધ (મોટા) અને હરિમંદિર (નાના) એમ બે પ્રકારના મંદિરો હોય છે. તેમાં નરનારાયણદેવ, લક્ષ્મીનારાયણદેવ, રાધાકૃષ્ણ, સહજાનંદ સ્વામી, હનુમાનજી, ગણપતિજી, સૂર્યનારાયણ વગેરે વિવિધ દેવોને પધરાવવામાં આવે છે. સ્વ.સંપ્રદાયના મંદિરો એ ઉપાસના અને ધર્મજાગૃતિના કેન્દ્રો છે. તેમાં કોઈપણ જ્ઞાતિ, જાતિ, લીંગ, પ્રાંત, વય કે ધર્મના ભેદભાવ વગર દરેકને પ્રવેશ આપવામાં આવે છે. મંદિરમાં લોકો સેવાપૂજા, ભજન, કીર્તન, ધ્યાન, સત્શાસ્ત્રોનું પઠન, પાઠન વગેરે કરે છે. મંદિરોના માધ્યમથી ઉત્સવ પ્રસંગો ઉજવાય છે. (શિ.શ્લો.૧૫૬) આ ઉત્સવો દ્વારા ધર્મજાગૃતિ અને સમાજસેવાના કાર્યો કરવામાં આવે છે. મંદિરોના માધ્યમથી લોકો આંતરિક શાંતિ મેળવવા પ્રયાસ કરે છે. સ્વા.સંપ્રદાયના મંદિરો મનોવિજ્ઞાની ભાષામાં કહીએ તો એક પ્રકારના સાયકો થેરાપી-સાયકિક હિલીંગ સેન્ટરોનું કામ કરે છે. મંદિરો સત્કાર્યો કરતા લોકોને પ્રેરણા, પ્રોત્સાહન, માર્ગદર્શન અને સહકાર આપે છે. અને લોકોને અનૈતિક કાર્યો કરતા રોકવાનો પ્રયાસ કરે છે. મંદિરો દ્વારા સમાજસેવાના કાર્યો ઉપરાંત ધ્યાન, પ્રાર્થના વગેરે દ્વારા વ્યક્તિના આધ્યાત્મિક ઉત્થાનને પ્રોત્સાહન આપવામાં આવે છે.

૮. પારિવારિક અને સામાજિક ઉત્થાન માટેના સેવાકાર્યો

પરિવારમાં સંપ, સેવા અને સહકારની ભાવના જળવાય એ ખૂબ મહત્વનું છે. સહજાનંદ સ્વામીએ પારિવારિક જીવનને સુમેળભર્યું રાખવા ખાસ ધર્માદેશો આપ્યા છે. સહજાનંદ સ્વામી કહે છે કે દરેક વ્યક્તિએ પોતાના માતાપિતા, ગુરુ અને રોગાતુર માણસની આજીવન યથાશક્તિ સેવા કરવી જોઈએ. (શિ.શ્લો. ૧૩૯) સ્વા. સંપ્રદાયના આશ્રિતો આ આદેશનું પાલન કરે છે. ખરેખર તો આ કોઈ સાંપ્રદાયિક નિયમ નથી. દરેક વ્યક્તિએ પોતાના માતાપિતાની સેવા કરવી જોઈએ.

એ તેની નૈતિક ફરજ છે. અને જેની પાસેથી જ્ઞાન મેળવ્યું છે તેવા ગુરુજનો વડીલોની પણ પોતાનાથી બનતી સેવા-ચાકરી કરવી જોઈએ.

પરિવારથી આગળ વધીને સહજાનંદ સ્વામીએ રોગાતુર માણસની સેવા કરવાનો પણ આદેશ આપ્યો છે. અન્યની સેવા કરવી એ સમાજસેવાનો એક ભાગ છે. રોગાતુર માણસની સેવા કરવાનો આદર્શ ખ્રિસ્તી સંપ્રદાયે સ્વીકાર્યો છે. સહજાનંદ સ્વામીએ તેને સ્વા. સંપ્રદાયમાં પ્રવર્તાવ્યો છે. સહજાનંદ સ્વામી કહે છે કે દરેક વ્યક્તિએ પોતાના પાલ્યવર્ગની યથાયોગ્ય સંભાવના કરવી જોઈએ. એટલું જ નહીં, પશુપક્ષીઓને પણ જો પોતાનાથી સારી રીતે સાચવી શકાય તો જ રાખવા. (શિ.શ્લો. ૧૪૨)

શ્રીમંત લોકોએ ગરીબોને યથાશક્તિ દાન આપવું. (શિ.શ્લો. ૧૫૬) તેનાથી સમાજમાં આર્થિક વિષમતા દૂર થાય છે. વાવ, કુવા, તળાવો વગેરે બંધાવવા, સદાવ્રતો ચલાવવા અને તેમાં કોઈપણ અન્નાર્થી - ભૂખ્યો માણસ આવે તો તેની યથાયોગ્ય સરભરા કરવી. પાઠશાળા-વિદ્યાલયો બંધાવવા અને ચલાવવા. પૃથ્વીને વિશે સદ્‌વિચારની પ્રવૃતિ કરવી. સદ્‌વિદ્યાના પ્રવર્તનથી મહાન પુણ્યની પ્રાપ્તિ થાય છે. (શ.શ્લો.૧૩૨) સામાજિક કાર્યો એ એક પ્રકારના સત્કાર્યો - ધર્મકાર્યો છે. તેનાથી પુણ્ય મળે છે.

સમાજસેવાના આદર્શને પુણ્ય પ્રાપ્તિનો માર્ગ અર્થાત્ ધર્મકાર્ય રુપ બનાવીએ. સહજાનંદ સ્વામીએ વૈચારિક ક્રાંતિ કરી. જપ, તપ, યજ્ઞ વગેરેને જ લોકો ધર્મ કાર્યો માનતા અને પરલોક માટે પુણ્યનું ભાથુ મેળવવા તેવા કાર્યો કરતા. પરંતુ સામાજિક સેવાકાર્યો કરવાથી પણ મહાનપુણ્ય મળે છે. આ ખ્યાલના કારણે સમાજસેવાના કાર્યોને વેગ મળ્યો. આજે સ્વામિનારાયણ સંપ્રદાય ધર્મના આ વૈચારિક આદર્શના કારણે સમાજમાં સામાજિક સેવાકાર્યોમાં અગ્રેસર છે. લોકોને પણ તેમાં હોંશે હોંશે જોડે છે. સમાજ પણ વ્યાપક અર્થમાં એક પરિવાર છે. તેના સુખમાં દરેકનું વ્યક્તિગત સુખ પણ સમાયેલું છે.

પડોશી ભૂખ્યો હોય અને આપણે ભરપેટ ખાઈને એશઆરામ કરીએ તો માનવતા ન કહેવાય. ભગવાને આપ્યું હોય તો ટૂકડામાંથી પણ ટૂકડો જરૂરિયાતમંદ લોકોને આપીને યથાશક્તિ મદદરૂપ થવું જોઈએ.

૯. પાંચ મહાવ્રતો

દરેક ધર્મમાં વત્તાઓછા પ્રમાણમાં સત્ય, અહિંસા, અસ્તેય, અપરિગ્રહ અને બ્રહ્મચર્ય આ પાંચ મહાવ્રતોને સ્થાન આપવામાં આવ્યું છે.

સહજાનંદ સ્વામીએ આ પાંચેય મહાવ્રતોને ખૂબ મહત્વ આપ્યું છે.

સત્ય : સત્ય એટલે જેવું હોય તેવું બોલવું. આપણાં રાષ્ટ્રપિતા મહાત્મા ગાંધીજી સત્યને ઈશ્વરનું એક સ્વરુપ માનતા. સત્યનું જીવનમાં દરેક વ્યક્તિએ પાલન કરવું જોઈએ. પરંતુ સત્ય જડ નહીં, પણ ગત્યાત્મક (ડાયલેકટીક) છે. તેને જડતાપૂર્વક વળગી રહેવું જોઈએ નહી. ઉદાહરણ તરીકે આપણે કોઈ રસ્તેથી ચાલ્યા આવતા હોઈએ. અને સામે ગાય, હરણ વગેરે કોઈ નિર્દોષ પ્રાણી મળ્યુ હોય. આપણે તેને જોયું હોય છતા પણ જો કોઈ કસાઈ સામો મળે અને આપણે કોઈ પ્રાણી જોયુ છે એવું પૂછે ત્યારે સત્ય બોલવાને બદલે અસત્ય બોલીને પણ તે પ્રાણીને બચાવવું જોઈએ. તે પ્રાણીનો માલિક મળે તો સત્ય બતાવી શકાય. પરંતુ કસાઈને સત્ય બતાવવાથી તેનું પરિણામ જીવહિંસા થશે. માટે આવા આપ્તકાળમાં બોલાયેલી અસત્યવાણી સત્ય અને સત્યવાણી અસત્ય ઠરે છે. માટે સહજાનંદ સ્વામી કહે છે કે પોતાનો કે પારકો દ્રોહ થતો હોય, કોઈ જીવની હિંસા થતી હોય ત્યારે સત્યવચન (જેવું હોય તેવું યથાર્થ) ન બોલવું. (શિ.શ્લોક. ૨૬)

અહિંસા : અહિંસા એ મોટામાં મોટો ધર્મ છે. સહજાનંદ સ્વામી કહે છે કે, ધર્મના અર્થે પણ અમારા આશ્રિતોએ કોઈપણ જીવની હિંસા ન કરવી. કોઈ દેવદેવી આગળ જીવહિંસા ન કરવી. એટલું જ નહીં. જે દેવદેવી આગળ હિંસા થતી હોય એવા તામસી દેવદેવીને માનવા પણ નહીં. અને તેનો પ્રસાદ પણ ન લેવો. જાણ્યે અથવા અજાણ્યે કોઈ અધર્મકાર્ય થઈ જાય તો પણ પોતાના કે બીજાના અંગનું છેદન ન કરવું. ઝીણાં જુ, માંકડ, ચાંચડ, વગેરેને પણ મારવા નહીં. યજ્ઞના અર્થે પણ જીવહિંસા ન કરવી. આપઘાત ન કરવો. (શિ.શ્લો. ૧૪,૧૬) અહિંસા ધર્મના પાલન માટે સહજાનંદ સ્વામીએ અનેક ધર્માદેશો આપ્યા છે.

અસ્તેય : અસ્તેય એટલે ચોરી ન કરવી. કોઈપણ પ્રકારની ચોરી એ અધર્મકાર્ય છે. પોતાના હક્કનું ન હોય તેવું કોઈપણ વસ્તુ, પદાર્થને લેવું એ ચોરીનું કાર્ય છે. સહજાનંદ સ્વામી કહે છે કે રસ્તે ચાલતા કોઈ વસ્તુ પદાર્થ મળે તો પણ અમારા

આશ્રિતોએ તે ન લેવું. અને વ્યક્તિગત કે જાહેર માલિકીના હોય તેવા કાષ્ટ, પુષ્પ, અર્થાત્ નાનામાં નાની નગણ્ય વસ્તુ પણ તેના ધણીને પૂછયા વિના ન લેવી. (શિ.શ્લો.૧૭) ચોરીનો અર્થ માત્ર આપણી માલિકીની વસ્તુ ન હોય તેને ન લેવી એટલો જ સીમિત થતો નથી. ચોરીમાં કરચોરી, કામચોરી વગેરે ઘણું બધું આવી જાય છે. તે દરેક પ્રકારની ચોરીનો સહજાનંદ સ્વામીએ નિષેધ કર્યો છે.

અપરિગ્રહ : અપરિગ્રહ એટલે કે સંગ્રહખોરી ન કરવી. દરેક વ્યક્તિએ પોતાની જરૂરિયાત પ્રમાણે વસ્તુ, પદાર્થો, ધનસંપત્તિ વગેરે રાખવું એ અપરિગ્રહ નથી. લોકોમાં ગેરમાન્યતા પ્રવર્તતી હતી કે અપરિગ્રહ એટલે કાંઈ પણ રાખવું નહીં. પરંતુ સહજાનંદ સ્વામીએ તેમાં વિવેક બતાવ્યો. સાધુ, સંન્યાસી અપરિગ્રહવ્રતનું સંપૂર્ણપણે પાલન કરે એ ઈચ્છનીય છે. પરંતુ ગૃહસ્થાશ્રમી માટે એ શક્ય નથી. માટે સહજાનંદ સ્વામી કહે છે કે પોતાનું જેટલું કુટુંબ હોય, માલઢોર હોય તે પ્રમાણે અનાજ, ઘાસચારો વગેરેનો સંગ્રહ કરવો. (શિ.શ્લો. ૧૪૧)

સંગ્રહખોરીથી સમાજમાં વસ્તુ પદાર્થોની કૃત્રિમ અછત સર્જાય છે. જરૂરિયાતમંદ લોકો અભાવથી પીડાય છે. અને સમાજમાં અસમાનતા ઊભી થાય છે. અપરિગ્રહના પાલનથી માંગ અને પુરવઠો જળવાય રહે છે. અને દરેક વ્યક્તિને જોઈતા વસ્તુ પદાર્થો મળી રહે છે.

બ્રહ્મચર્ય : ધર્મશાસ્ત્રોમાં અવકીર્ણી, સાવધિક, નૈષ્ઠિક વગેરે અનેક પ્રકારના બ્રહ્મચર્યવ્રતો બતાવ્યા છે. સહજાનંદ સ્વામીના મતે સાધુ, સાધ્વીઓએ સંપૂર્ણ બ્રહ્મચર્યવ્રતનું પાલન કરવું જોઈએ. પરંતુ ગૃહસ્થાશ્રમી માટે શક્ય નથી. તેમણે પોતાની સ્ત્રી સિવાયની અન્ય સ્ત્રી પ્રત્યે કામભાવ ન રાખવો એ બ્રહ્મચર્ય છે. સહજાનંદ સ્વામી કહે છે કે બ્રહ્મચર્યવ્રતનો ભંગ થાય તેવું વચન પોતાના ગુરુનું પણ ન માનવું. અર્થાત્ કોઈ વડીલ શીલભંગ થાય તેવું વચન કહે કે આદેશ આપે તો તેનું પાલન કરવું નહીં. (શિ.શ્લો. ૧૮૦)

બ્રહ્મચર્યનો વ્યાપક અર્થ થાય છે બ્રહ્મ - પરમાત્મા જેવું નિર્દોષ આચરણ. સહજાનંદ સ્વામીએ બ્રહ્મચર્યના સ્થૂળ અર્થ ઉપરાંત આ સૂક્ષ્મ અર્થ અંગે પણ વિશદ વિચારણા કરી છે. અને પોતાના આશ્રિતોને કામ, ક્રોધ, લોભ, મોહ, ઈર્ષા, અહંકાર વગેરે અંતઃશત્રુઓને જીતવા ઉપર ખાસ ભાર મૂક્યો છે.

૧૦ અર્થોપાર્જન અને અપવ્યયમાં (આવક-ખર્ચ) વિવેક

સહજાનંદ સ્વામી કહે છે કે દરેક વ્યક્તિએ પોતાની આવડત અને શક્તિ પ્રમાણે ઉદ્યમ (કામધંધો) કરવો જોઈએ. અને પોતાની જેટલી આવક હોય તેને અનુસાર ખર્ચ કરવો જોઈએ. (શિ.શ્લો. ૧૪૦,૧૪૫)

આજે સમાજમાં આવકખર્ચનું સંતુલન નહીં રાખવાના કારણે જ મોટા ભાગના પ્રશ્નો સર્જાય છે. કોઈપણ વ્યક્તિ પોતાની આવક કરતા વધુ ખર્ચ કરે એટલે તેને પહોંચી વળવા બીજા અનેક અનૈતિક માર્ગો અપનાવે છે. દેવું થવાથી ટેન્શનમાં આવે છે. પરિસ્થિતિ કાબૂબહાર જાય ત્યારે ખોટું કરવું, ખૂન, આપઘાત વગેરે જઘન્ય કૃત્યો કરે છે. સમાજમાં જોવા મળતાં મોટા ભાગનાં અનિષ્ટોનું મૂળ વ્યક્તિ હોય કે રાષ્ટ્ર આવક જાવક વચ્ચેના સંતુલનનો અભાવ છે. જો વ્યક્તિ પોતાની હેસિયત પ્રમાણે જીવન જીવે તો સમાજની મોટાભાગની સમસ્યાઓ આપમેળે હલ થઈ જાય. એક કહેવત છે કે, લાંબા જોડે ટૂંકો જાય, મરે નહીં તો માંદો થાય બીજાનું આંધળુ અનુકરણ કરીને પોતાના ગજા બહારના ખર્ચાઓ કરનાર વ્યક્તિને અંતે સહન કરવાનું જ આવે છે. તેથી સહજાનંદ સ્વામી કહે છે કે, દરેક વ્યક્તિએ પોતાની આવક પ્રમાણે ખર્ચ કરવો અને આવક જાવકનો હિસાબ રાખવો. આવક કરતા જે ખર્ચ વધુ કરે છે તેને અંતે મહાદુઃખ થાય છે. (શિ.શ્લો.૧૪૬)

૧૧ ધર્મરહિત કર્મનો નિષેધ

સહજાનંદ સ્વામી કહે છે કે ગમે તેવું મોટું ફળ આપનારું કર્મ હોય છતાં પણ જો ધર્મરહિત હોય તો તેનું આચરણ ન કરવું. અને કોઈ ફળના લોભે ધર્મનો ત્યાગ કરવો નહીં. (શિ.શ્લો.૭૩) ધર્મ-નૈતિકતાના કારણે જ સમાજ ટકે છે. અને પાંગરે છે. ધર્મ એ કર્મનો માપદંડ છે. ધર્મરહિત કર્મ કરવાથી કદાચ તત્કાળ કોઈ મોટો લાભ થાય. પરંતુ તેનાથી લાંબા ગાળે વ્યક્તિનું અધઃપતન થાય છે. અને સમાજમાં અનૈતિકતા ફેલાય છે. સામાજિક દૂષણો પેદા થાય છે. દા.ત. સામાન્ય કામધંધો કરવા કરતા દાણચોરી કરવાથી માણસને અનેકગણો આર્થિક ફાયદો થાય છે, પરંતુ તેનાથી સમાજમાં અનિષ્ટ ફેલાય છે. તેનાથી વ્યક્તિ અને સમાજ બન્નેને નુકશાન થાય છે. કેફીદ્રવ્યોનું ઉત્પાદન, હેરાફેરી, નકલી માલસામાન બનાવવો, ખોરાકમાં ભેળસેળ કરવી વગેરેથી વ્યક્તિનું આધ્યાત્મિક અને સામાજિક અધઃપતન

થાય છે. માટે સહજાનંદ સ્વામીએ અધર્મકાર્યોથી દૂર રહેવા માટેના ખાસ ધર્માદેશો આપ્યા છે.

૧૨ સ્વચ્છતા

સ્વચ્છતાના અભાવે અનેક પ્રકારના રોગો ફેલાય છે. સ્વચ્છતાને તંદુરસ્તી સાથે સીધો સંબંધ છે. સહજાનંદ સ્વામી સ્વચ્છતા માટેના ખૂબ આગ્રહી હતા. તેમણે સ્વચ્છતા માટે ઘણાં ધર્માદેશો આપેલા છે અને ઝીણી ઝીણી બાબતો પરત્વે પણ ચીવટ રાખી છે. ઉદા. સહજાનંદ સ્વામી કહે છે કે, નદી-તળાવના આરા (કિનારા), વાવેલું ખેતર, ફૂલવાડી, જીર્ણદિવાલયો, જાહેર સ્થળો, બાગબગીચા વગેરેમાં મળમૂત્ર ન કરવા અને થૂંકવું પણ નહીં. (શિ.શ્લો.૩૨) આજે સરકાર સ્વચ્છતા અભિયાન ચલાવી રહી છે તેવું સ્વચ્છતા અભિયાન સહજાનંદ સ્વામીએ ચલાવેલું.

૧૩ વર્ણાશ્રમધર્મ

સહજાનંદ સ્વામી વર્ણાશ્રમ ધર્મના ચુસ્ત હિમાયતી કે વિરોધી નથી. તે વ્યક્તિના જન્મ કરતા કર્મને વધુ મહત્વ આપે છે અને દરેક વ્યક્તિને પોતાના વર્ણાશ્રમધર્મને અનુરૂપ કાર્ય કરવાનો ધર્માદેશ આપે છે. (શિ.શ્લો.૧૪૦) વર્ણાશ્રમ ધર્મના કારણે સમાજમાં ઊંચ-નીચના ભેદભાવ ઊભા કરવા જોઈએ નહીં. દરેક વ્યક્તિને વિકાસની સમાન તકો આપવી જોઈએ. અને સમાજમાં અનિષ્ટો ન ફેલાય તેવા વાણી વર્તનની સ્વતંત્રતા આપવી જોઈએ.

૧૪ માનવતા

દરેક વ્યકિતએ જરુરીયાતમંદ લોકોને મદદ કરવી જોઈએ. શ્રીમંત લોકોએ ગરીબોને યથાશક્તિ દાન આપવું જોઈએ. અને તેઓના પ્રત્યે દયાભાવ રાખવો જોઈએ. સાધન સંપન્ન લોકોએ સમાજનું ભલું થાય તેવા કામ કરવા જોઈએ. અક્ષરજ્ઞાન (શિક્ષણ)નો પ્રસાર પ્રચાર કરવો. પોતે જે વિદ્યા ભણ્યા હોઈએ તે બીજાને ભણાવવી. (શિ.શ્લો. ૯૬,૧૩૨) સમાજના ભલા માટે ઈષ્ટાપૂર્ત કર્મો કરવા. એટલે કે સમાજની અને સમયની જરૂરિયાત પ્રમાણે સત્કાર્યો કરવા અને કરાવવા. પરલોકમાં સુખ મેળવવા સ્વપ્નાઓ જોવાના બદલે પૃથ્વી ઉપર જ સ્વર્ગીય સુખોનું નિર્માણ થાય તેવા પ્રયત્નો કરવા જોઈએ. સહજાનંદ સ્વામી કહે છે કે અમોએ બતાવેલા આદર્શો પ્રમાણે જીવન જીવનાર લોકો જ અમારા સાચા અનુયાયીઓ

છે. અમારા બતાવેલા ધર્માદિશો પ્રમાણે વર્તનારા લોકો આલોક અને પરલોકમાં મહાસુખીયા થશે. (શિ.શ્લો. ૨૦૬,૨૦૭) સહજાનંદ સ્વામીએ બતાવેલા ધર્માદેશોમાં માનવતાને અગ્રીમતા આપવામાં આવી છે. સહજાનંદ સ્વામીની દૃષ્ટિએ સમષ્ટિના હિતમાં જ વ્યક્તિનું હિત સમાયેલું છે.

૧૫ ઉત્સવ-પ્રસંગો

ઉત્સવ પ્રસંગોના માધ્યમથી વ્યક્તિના જીવનમાં ઉત્સાહ વધે છે સમાજમાંથી નિરસતા દૂર થાય છે, પરંતુ આ ઉત્સવો વ્યક્તિનું આધ્યાત્મિક ઉત્થાન થાય અને સમાજનું પણ ભલુ થાય તેવા હોવા જોઈએ. સહજાનંદ સ્વામીએ આવા ઉત્સવ પ્રસંગોને ખૂબ મહત્વ આપ્યું છે. તેઓ જયાં જયાં ઉત્સવો કરતા ત્યાં સ્થાનિક જરુરિયાતોને ધ્યાનમાં રાખીને સેવાકાર્યો પણ કરાવતા. જેમકે માંગરોળમાં વાવ ગળાવી, કારીયાણીમાં તળાવ ગળાવ્યું, જળજીલણી (જળના સંગ્રહ)નો ઉત્સવ, શાકોત્સવ વગેરે ઉત્સવો પ્રવર્તાવ્યા. પરંપરાગત ઉત્સવોમાં પણ કોઈ નવો સંદેશ આપ્યો. માત્ર લોકો ભેગા થાય અને ખાઈ-પીને છૂટા પડે. એવા ઉત્સવો સહજાનંદ સ્વામીને અભિષ્ટ નહોતા. દરેક ઉત્સવમાં સામેલ થનાર વ્યક્તિનું જીવનધોરણ સુધરે. ઉત્સવમાં આવનાર વ્યક્તિ કંઈક જીવનદૃષ્ટિ-વિઝન લઈને જાય. અને સાથે સાથે સમાજનું પણ કંઈક ભલું થાય તેવો આદર્શ સ્વા.સંપ્રદાયના દરેક ઉત્સવ પ્રસંગોમાં જોવા મળે છે. ઉત્સવોમાં વ્યક્તિની આધ્યાત્મિક ઉન્નતિ થાય, પોષણ મળે એવી પ્રવૃત્તિની સાથે સાથે સમાજનું પણ ભલું થાય તેવું કંઈક થાય એ ઈચ્છનીય છે.

૧૬ સદાચાર

સહજાનંદ સ્વામીએ સદાચાર ઉપર ખૂબ ભાર મૂક્યો છે. એટલું જ નહીં સદાચારને જ ધર્મ ગણાવ્યો છે. (શિ.શ્લો. ૧૦૩) જેમાં સદાચાર ન હોય તેને ધર્મ જ ન કહેવાય. ગમે તેવા ફળના લોભે પણ વ્યક્તિએ સદાચારનું ઉલ્લંઘન કરવું જોઈએ નહીં. સદાચારના પાલનથી જ માણસને આલોક અને પરલોકમાં સુખ મળે છે. દારૂ-માંસનું ભક્ષણ ન કરવું, ચોરી ન કરવી, વ્યભિચાર ન કરવો, કોઈપણ જીવપ્રાણીમાત્રની હિંસા ન કરવી, કોઈને ગાળ ન દેવી, અપશબ્દો ન બોલવા, કોઈનો દ્રોહ ન કરવો, કોઈ દેવ દેવીની નિંદા ન કરવી, ગુરુ, વડીલો, પ્રતિષ્ઠિત માણસ વગેરેનું અપમાન ન કરવું, કોઈની લાંચ ન લેવી વગેરે સદાચારમાં અનેક ધર્માદિશોનો

સમાવેશ થાય છે.

૧૭ જીભને કાબુમાં રાખવી

આજે પરિવારમાં અને સમાજમાં મોટા ભાગના ઉપદ્રવોનું કારણ જીભ ઉપરનો અસંયમ છે. જો માણસ વિવેકપુરઃસર વાણી બોલે તો મોટા ભાગના ઝઘડાઓ ઊભા જ ન થાય. દરેક વ્યક્તિએ વાણી ઉપર સંયમ રાખવો જોઈએ. સત્ય અને હિતકારી વચન બોલવું જોઈએ. વાણી એ શસ્ત્ર કરતા પણ વધુ કામ કરે છે. શસ્ત્રના ઘા સમય જતા રૂઝાય જાય છે પરંતુ વાણીના ઘા જીવનભર રૂઝાતા નથી. દ્રોપદીજીએ વાણી ઉપર સંયમ રાખ્યો હોત તો મહાભારત ન સર્જાત અને સીતાજીએ વાણી ઉપર સંયમ રાખ્યો હોત તો રામાયણ ન સર્જાત. જીભ ઉપર માણસે લગામ રાખવી જોઈએ. દરેક વ્યક્તિને તેની લાયકાત પ્રમાણે માનપૂર્વક બોલાવવી જોઈએ. સહજાનંદ સ્વામીએ વાણીના સંયમ ઉપર ખાસ ભાર મૂક્યો છે. (શિ.શ્લો. ૨૦,૬૮)

જીભનું બીજુ નામ છે રસના. રસના એટલે સ્વાદેન્દ્રિય. આજે વિશ્વમાં ભૂખ્યા રહેવાથી લોકો મરતા કે માંદા પડતા નથી એટલા વધુ પડતુ ખાવાથી મરે છે અને માંદા પડે છે. મોટાભાગના રોગોનું કારણ ખાણીપીણીનો અવિવેક છે. પેટ એ કોઈ પીપડુ નથી કે તેમાં ગમે તે ગમે તેટલુ ઠાંસી ઠાંસીને ભરી શકાય. ખાવાપીવામાં સંયમ રાખવામાં આવે તો ભાગ્યે જ કોઈ રોગ થાય. સ્વાદને વશ થઈને જ માણસો જાણવા છતા ભેળસેળવાળા પદાર્થો ખાય છે. સહજાનંદ સ્વામીએ બીજી ઈન્દ્રિયોને જીતવા કરતા પણ રસના (જીભ)ને જીતવા ઉપર વધુ ભાર મૂક્યો છે. (શિ.શ્લો. ૧૮૯) જીભ ઉપર કાબુ આવે તો બીજી ઈન્દ્રિયો સહેજે સહેજ જ જીતાય જાય છે.

૧૮ ધ્યાન, પ્રાર્થના, ભજન, મૌન વગેરે આધ્યાત્મ સાધના

વ્યક્તિની મનોસ્થિતિની અસર બાહ્ય શરીર ઉપર પડે છે. મનને તનાવમુક્ત અને તરલ રાખવા માટે દરેક ધર્મસંપ્રદાયોએ અધ્યાત્મ સાધના ઉપર ભાર મૂક્યો છે. સહજાનંદ સ્વામીએ પણ માણસને આંતરિક અને બાહ્ય સ્વસ્થતા રાખવા માટે દરરોજ પ્રાર્થના, ધ્યાન, જપ વગેરે સાધનો બતાવ્યા છે. તેનાથી માણસને આંતરિક શાંતિ મળે છે. અને તેનામાં પરમતત્ત્વ પ્રત્યે શ્રદ્ધાભાવ જન્મે છે. માણસ વ્યવહાર જગતમાં નાસીપાસ થાય ત્યારે તેને કોઈ ને કોઈ અવલંબનની જરૂર પડે છે. ઈશ્વર એક આવું દિવ્ય અવલંબન છે. માણસ વિપરિત પરિસ્થિતિમાં તેનો સહારો મેળવીને

ટકી જાય છે. સમાજમાં સાંપ્રદાયિક દુરાગ્રહો મૂકીને લોકો સાચા અધ્યાત્મમાર્ગે વળે માટે સહજાનંદ સ્વામીએ ખૂબ પ્રયત્નો કર્યા હતા. અને આજે સ્વા. સંપ્રદાય એ દિશામાં કાર્યરત છે.

૧૮ અન્ય ધર્માદેશો

સાંપ્રત જીવનની અનેક સમસ્યાઓનું નિવારણ થઈ શકે તેવા સ્વા. સંપ્રદાયમાં સહજાનંદ સ્વામીએ શિક્ષાપત્રી (સહજાનંદ સ્વામીએ સ્વયં લખેલી ધર્માજ્ઞાઓ - આચરણ અંગેની ૨૧૨ શ્લોકની નાનકડી પુસ્તિકા)માં અનેક ધર્માદેશો આપેલા છે અને વચનામૃત (પ્રશ્નોતરીના રુપમાં આધ્યાત્મિક અને વ્યવહારિક વિવિધ સમસ્યાઓ અંગે સહજાનંદ સ્વામીએ આપેલા માર્ગદર્શનનો ગ્રંથ)માં આ અંગે ખૂબ માર્ગદર્શન આપ્યું છે. તે પૈકીના કેટલાક અતિમહત્વના આદેશો જોઈએ.

૧. ધર્મકાર્યને નિમિત્તે પણ કોઈપણ પ્રકારની હિંસા ન કરવી (શિ. ૧૧)
૨. તીર્થસ્થાનમાં પણ ક્યારેય આપઘાત ન કરવો. (શિ. ૧૪)
૩. દારુ, માંસ વગેરે અભક્ષ્યપદાર્થો ક્યારેય ન ખાવા. (શિ. ૧૫)
૪. દરેક પ્રકારના વ્યસનનો ત્યાગ કરવો. (શિ. ૧૮)
૫. ક્યારેય કોઈના ઉપર મિથ્યા આરોપ ન મૂકવો. અને અપશબ્દો ન બોલવા. (શિ. ૨૦)
૬. જે દેવદેવીની આગળ જીવ હિંસા થતી હોય તેનો પ્રસાદ ન લેવો અને તેને માનવા નહીં. (શિ. ૨૨)
૭. દરેકે પોતાના કર્તવ્ય - ધર્મનું પાલન કરવું. કલ્પિત કે પાખંડધર્મનું આચરણ ન કરવું. (શિ. ૨૪)
૮. પોતાનો કે પારકો દ્રોહ થાય તેવું વચન સત્ય હોય તો પણ ન બોલવું. કોઈની લાંચ ન લેવી. અને કૃતઘ્ની માણસના સંગનો ત્યાગ કરવો. (શિ. ૨૬)
૯. ભક્તિ અને જ્ઞાનનું અવલંબન લઈને લોકોને છેતરનારા, ઠગ, પાખંડી, અને રસાસ્વાદને વિશે અતિલોલુપ એવા પાપી લોકોનો સંગ ન કરવો. (શિ. ૨૬)
૧૦. ગુરુ, વિદ્વાન, શસ્ત્રધારી અને પ્રતિષ્ઠિત લોકોનું અપમાન ન કરવું. (શિ. ૩૫)

૧૧. સત્પુરુષોનો સંગ કરવો અને ભણેલી વિદ્યા બીજાને ભણાવવી. (શિ. ૩૬)

૧૨. ગુરુ, દેવ અને રાજાના દર્શને ખાલી હાથે ન જવું. કોઈનો વિશ્વાસઘાત ન કરવો તથા આત્મશ્લાઘા ન કરવું. (શિ. ૩૭)

૧૩. અંગ ઉપાંગો દેખાય તેવા વસ્ત્ર ઉપવસ્ત્રો ન પહેરવા. (શિ. ૩૮)

૧૪. મજુર વગેરેને જે ધનધાન્ય આપવાનું કહ્યું હોય તે પ્રમાણે આપવું પણ ઓછું ન આપવું તથા આવક ખર્ચનો હિસાબ રાખવો. આવક પ્રમાણે ખર્ચ કરવું. અન્ય કોઈને કરજ ચૂકવી દીધુ હોય તો છાનું ન રાખવું. (શિ. ૧૫૨)

૧૫. પોતાના વતનનું કે ગરાસનું ગામ હોય તે પણ જ્યાં પોતાની લાજ જતી હોય, ધન અને પ્રાણનો નાશ થતો હોય તેવ ભૂંડા દેશ, કાળમાંથી તત્કાળ ચાલ્યા જવું. (શિ. ૧૫૪)

સહજાનંદ સ્વામીએ શિક્ષાપત્રીમાં આવા અનેક ધર્માદેશો આપ્યા છે. તે પ્રમાણે જો માણસ વર્તે તો ભાગ્યે જ દુઃખી થવાનો વખત આવે. વર્તમાન સમયની અનેક સમસ્યાઓના સમાધાન સ્વા. ધર્મમાં સહજાનંદ સ્વામીએ બતાવ્યા છે.

(પૂ. ડૉ. દેવવલ્લભ સ્વામી - ખાંભા (અમરેલી) ગુરુકુળના આચાર્ય છે. તેઓએ M.A.B.Ed. સુધી અભ્યાસ કર્યો છે. દર્શન સાહિત્યના અભ્યાસુ પૂ. સ્વામીએ વેદાંત અને દર્શનમાં Ph.D. કર્યું છે.)

◎

૧૭

'ઉપભોક્તાવાદ' જૈન ધર્મના વ્રત દ્વારા નિરાકરણ

▣ ડૉ. પ્રીતિ નંદલાલ શાહ

યુગ પરિવર્તનની સાથે યુગમાં થનારી પ્રવૃત્તિઓ અને જીવનના લક્ષ્ય પણ બદલાઈ જાય છે. સાદગી, પ્રેમ, શ્રદ્ધા અને અંતઃકરણની પ્રશાંત ભાવના ભારતીય જીવનશૈલી સાથે જોડાયેલાં જીવમાત્રના કલ્યાણ માટે છે, પરિપૂર્ણતા માટે છે. જે ષાધનોની ભરમાળ વચ્ચે માનવનો અહમ્ ગળતો ન હોય, ક્રાંતિનો અનુભવ તો ન હોય ત્યારે સમજી જ લેવું કે તે વિકાસને ઊંધે માર્ગે ચઢેલો છે.

આજે માનવીની બૌદ્ધિક તાકાત વધી છે. વિદ્વાન વધ્યું છે, તત્ત્વજ્ઞાન ખેડાયું છે. ચંદ્રલોક અને મંગળ ગ્રહ હાથવેંતમાં લાગે છે, પણ છતાંય અંતઃકરણને જોઈતી શાંતિ મળી શકી નથી, કારણ માનવી જન્મીને શારીરિક, માનસિક, બૌદ્ધિક કે આર્થિક દિશામાં પ્રગતિ કરવા માંડે કે એનામાં અનેક પ્રકારની તૃષ્ણાઓ જન્મે છે. પ્રત્યેક માનવીને સુખ જોઈએ છે. સુખ મેળવવાના તેના સઘળા પ્રયાસોથી સામાજિક દરજ્જો વધે છે. સાંસારિક લભ્ય સુખોનો અનુભવ પણ થાય છે. છતાંય સુખપ્રાપ્તિની ભૂખ તો એવી ને એવી જ રહે છે. માનવ અહર્નિશ કાંઈ ને કાંઈ મેળવવા ઝંખ્યા જ કરે છે. કંઈક મેળવવાનું બાકી છે એ અભાવના દુઃખમાં જે મળેલ છે તે સુખપ્રાપ્તવ્યની ક્ષણો જ આનંદ ભોગવી શકતો નથી. તેણે મેળવેલા લૌકિક ભંડોળ ઉત્કૃષ્ટ સુખાનુભવ કરાવી શકતું નથી. આજે જગતમાં ભ્રમ ફેલાયેલો છે કે –

'अंतरं नैव पश्यमि निर्धनस्य मृतस्य च'।

અર્થાત્ મહેલમાં અને નિર્ધનમાં હું અનંત જોતો નથી. જે દૃષ્ટિ છે તે તુચ્છ છે, અથવા મૃતવત્ છે.

ચાર્વાક દર્શનમાં ભૌતિક વિજ્ઞાને જ સર્વાર્થ માન્યું છે. ભૌતિક સુખની ઇચ્છાને કારણે બધી જ પ્રવૃત્તિનું કેન્દ્ર આપણું શરીર બની ગયું છે. આ પ્રકારના જીવોને ઇન્દ્રિય સુખ અતિ પ્રિય હોય છે. માટે જ તે 'ભોગ'ને સુખ માને છે અને 'સુખ'ને શાંતિ ગણે છે !!

* 'સુખ' = કામનાપૂર્તિથી થતો આનંદ, આરામ.

* 'ભોગ' = કોઈ પણ વસ્તુનો ઉપયોગ.

* 'ઉપભોગ' = કોઈ પણ વસ્તુનો અધિક / અતિશય માત્રામાં થનારો ઉપયોગ.

* 'ઉપભોક્તા' = ભોગવટો કરનાર માણસ, લ્હાવો લેનાર.

* 'ઉપભોક્તાવાદ' = એવી સામાજિક વ્યવસ્થા જેમાં ઉપયોગ કરવાને પ્રાધાન્ય દીધું હોય.

ઉપર્યુક્ત શબ્દોના અર્થ સ્પષ્ટપણે સમજવા અત્યંત આવશ્યક છે. જીવન સાથે તત્ત્વજ્ઞાન વચ્ચે અતિ ગાઢ સંબંધ છે. ભૌતિક સુખો, પ્રલોભનો અને સમૃદ્ધિ મેળવવા જીવન ખર્ચી નાખવું કે માનસ્તત્ત્વ, બુદ્ધિતત્ત્વ, પ્રાણતત્ત્વ વગેરે અનેક પ્રકારના સૂક્ષ્મ તત્ત્વો સાંપ્રત અવસ્થામાં પડેલા છે તેને શોધવા મન, બુદ્ધિ, ચિત્ત, પ્રાણ ને ચૈતન્ય જેવા તત્ત્વોના સૂક્ષ્માતિસૂક્ષ્મ સંબંધને સમજવા પુરુષાર્થ કરશો? સ્વયંસિદ્ધિ બનવા, જ્ઞાનસિદ્ધિ પ્રાપ્ત કરવા શું કરવું ?

વર્તમાન સમયની પ્રમુખ સમસ્યા 'ઉપભોકતાવાદ'ની છે. તેને 'આત્મસુખ સાથે દૂરદૂરનો ય સંબંધ નથી ! સં. ૧૯૧૫માં 'ઉપભોકતાવાદ' શબ્દ પ્રયોગમાં આવ્યો. નિઃશંક પાશ્ચાત્ય સંસ્કૃતિમાંથી આપણે ક્રેલો આ શબ્દ commercial છે. તેનો પ્રભાવ સમાજના દરેક ક્ષેત્ર પર પડ્યો છે. યંત્રયુગે જે અંધાધૂંધ ઉત્પાદન વધાર્યું તેને કારણે વસ્તુઓના ખડકવા થવા માંડ્યા. વસ્તુઓના નિરંતર ઉપભોગ માટે લીધે લોકોને પ્રેરવા કઈ રીતે ? ૧૯મી સદીના ઉત્તરાર્ધમાં વિજ્ઞાનીઓએ

જનમાનસમાં પરિવર્તન આણ્યું, ભારતીયના પ્રેમ અને મૈત્રીના મૂલ્યોને તાર્કિક દૃષ્ટિએ પડકારવામાં આવ્યો. ધનકેન્દ્રી ભોગવાદી જીવનનો ભપકો લોકોને આંજી દેવા માટે પૂરતો હતો. સ્વતંત્ર દેશ પુનઃ 'ભોગ' નામની બેડીમાં જકડાયો ! બજારમાં દેખાતી પ્રત્યેક લોભામણી વસ્તુઓ પ્રાપ્ત થવી જ જોઈએ એવો દૂરાગ્રહ એ 'ઉપભોક્તાવાદ'ના ભયાવહ ચહેરાને પ્રગટ રે છે.

બાપદાદાની નાની નાની દુકાનોનો દેશ આજે મોટા મોટા મોલ અને ઇન્ટરનેશલ સ્ટોર્સની માયાજાળમાં અટવાઈ ગયો છે. સંપત્તિનું વિકેન્દ્રીકરણ બની ગયું છે. વિતૃષ્ણાનું જગત અને ઉપભોક્તાઓને જોડે છે. પરસેવો પાડીને પૈસા કમાવનારા પેઢી બચતને પોતાનો 'ધર્મ' સમજતા હતા. તેને બદલે 'ઉધાર'ની સંસ્કૃતિ નિર્માણ થઈ. 'લોભ અને 'ફાઇનાન્સ' પર જીવનારી ઉપભોગી પેઢી **'ऋण कृत्तां, घृतम् चीवेत्**'માં વિશ્વાસ રાખે છે. કારણ –

* વસ્તુઓનો ઉપયોગ કરો ને ફેંકો.
* રોજ નવીનતાનો આગ્રહ
* વધતી જતી ખરીદશક્તિ
* વધતી ક્રેડિડ કાર્ડ / ઝીરો ઇન્ટરેટ્સની સુવિધા
* 'કર લો દુનિયા મુઠ્ઠી મેં'નો ઘમંડ.
* ઓનર્સ પ્રાઈડ, નેબર્સ એનવે'ની ઈર્ષ્યાવૃત્તિ

માનવીની સમસ્ત ક્રિયા એની આકાંક્ષાઓ અને અનિવાર્યતાની પૂર્તિ માટે હોય છે. પ્રકૃતિ અનિવાર્યતા તો પૂર્ણ કરી જ દે છે. આવશ્યતકાઓ તો માનવના દંભ, આડંબર, લાલચ, પ્રતિષ્ઠા ઈત્યાદિના પ્રતિબિંબ સમાન હોય છે. માત્ર સામાન્ય માણસ જ નહિ, નામવંત પેઢીઓ કરોડોની લોન લઈ પરત ફેડી શકતી નથી તેને કારણે –

* કંપની નાદારી નોંધાવે છે, દેવાદાર બની આપઘાત કરે છે, ક્યાં તો પલાયન થઈ જાય છે !

મનુષ્ય આવશ્યક (Need), આરામદાયક (Comfort) તથા ઐશ્વર્ય (Luxery), વચ્ચેનો વિવેક ખોઈ બેઠો છે. સપના અને લાલસાઓને વેચતી બજારો ક્રેડિટકાર્ડ

અને ડેબિટ કાર્ડ વચ્ચે ફંગોળાયા છે. ઉપભોક્તાઓને પૈસાની ભૂખ જગાવી છે. બજાર સડક નથી પરંતુ ઘના દરવાજે છે, ડ્રોઈંગરૂમમાં છે, બેડરૂમમાં છે, અલમારી અને કીચનમાં છે, શરીરનાં અંગો પર છે. સહુથી મહત્ત્વનું તો મનુષ્યમાં મનમાં છે. ટૂંકમાં ઇચ્છાઓના જગતમાં સૌરવિહાર એટલે ''ઉપભોક્તાવાદ''. આ વાદે જીવનની ફિલસૂફી બદલી નાખી. પહેલાં આબરૂ એ મૂડી ગણાતી, હવે મૂડી એ જ આબરૂ ગણાય છે, જળ, જમીન અને જંગ પર મનુષ્યનું આક્રમણ - એ આ વાદનો બીજું દૂષણ.

* માનવીજીનની આ બહિર્મુખતા એ ત્રીજું દૂષણ.

આ વકરેલી સમસ્યાને નાથવાની જડીબુટ્ટી મારા જૈન ધર્મે પાસે છે તે જોઈએ. જીવનનો ઘાટ ઘડવો હોય તો તેને અગ્નિની જેમ તપાવવું પડે. 'શુદ્ધિ' એ ધર્મ માટે આવશ્યક ગણાયવેલ તત્ત્વ છે. સદાચાર, સદ્વિચાર અને સત્યવાણીનો સમન્વય એ જ મૂળ ધર્મ છે. નીતિની આ ભૂમિકા તૈયાર થયા બાદ જ મૌલિક ધર્મનો આરંભ થાય છે. ચૈતન્યપ્રીતિ એ મૌલિક ધર્મનું લક્ષણ છે. સંયમ અને તપથી ધર્મનો પારો ક્રમશઃ વધે છે.

જૈન ધર્મમાં મોક્ષ પ્રોપ્તિનો માર્ગ સંયમ થકી જ મળે છે તે સ્પષ્ટ છે, પણ પ્રત્યેક વ્યક્તિ માટે સંયમ શકાય ન હોય. તેથી નિયમ/વ્રત બે પ્રકારે દર્શાવ્યા છે. ૧) સર્વવિરતિ ધર્મ ૨) દેશવિરતિ ધર્મ.

મનુષ્ય સંસારનો ત્યાગ કરી કઠોર મહવ્રતનું પાલન કરી સંયમજીવન સ્વીકારે તે સર્વવિરતિ ધર્મ.

શ્રાવક-શ્રાવિકા માટે અણ્રવત ધારણ કરી અંશતઃ સરળ માર્ગે વ્રતપાલનનો માર્ગ બતાવ્યો છે તે દેશવિરતિ ધર્મ. સંસારીઓ માટે પાંચ મહવ્રત સાથે ત્રાણ ગુણવ્રત અને ચાર શિક્ષાવ્રત એમ કુલ બાર વ્રત દાખવ્યા જેણે કારણે સાંપ્રત સમયની માત્ર 'ઉપભોક્તાવાદ' જેવી સમસ્યા જ નહિ, પ્રત્યેક સમસ્માનું નિરાકરણ થઈ શકે.

પાંચ અણુવ્રત :

૧. પ્રાણાતિપાત વિરમણ વ્રત - હિંસા ન કરવી.

૨. મૃષાવાદ વિરમણ વ્રત - બીજાની માલિકીની વસ્તુ સ્વીકારવી નહીં

૩. અદત્તાદાન વિરમણ વ્રત - બીજાની માલિકીની વસ્તુ સ્વીકારવી નહીં.

૪. મૈથુન વિરમણ વ્રત - જીવનમાં અબ્રહ્માદિ દૂષણો વિકસાવવા નહીં.

૫. પરિગ્રહ વિરમણ વ્રત - જરૂરિયાત કરતાં વધુ વસ્તુ ભેગી કરવી નહીં.

અણુવ્રતોને બૌદ્ધિક ભાષામાં અહીં મૂક્યા છે. પાંચે અણુવ્રતોના સરવાળામાં **'अहिंसा परमो धर्म'** ની જ છાયા દેખાશે. ઉપભોક્તાવાદે કારણે લોકો માત્ર લક્ષ્મી આરાધક બન્યા, યંત્રને પ્રત્યક્ષ કે પરોક્ષ રીતે વાપરવાર લોકોના ભૂખમરાનું કારણ બન્યા. વ્યવહાર કે વિચારમાં પરપીડન વૃત્તિ, લોકોના ભૂખમરાનું કારણ બન્યા. વ્યવહાર કે વિચારમાં પરપીડન વૃત્તિ, સ્વાર્થ ખાતર દગો કરવો, છેતરવું, લુચ્ચાઈ કરવી, ખોટું બોલવું - આ બધા જ હિંસાનાં જુદાં જુદાં રૂપો છે. લૂંટારા તો કોઈક જ વાર લૂંટે, પણ આવા મૂછે તાવ દેઈને લૂંટનારા રોજ રોજ લૂંટ ચલાવે છે. ધન, યશ, આશા, આજી વિકા, સલામતી, પ્રાણ અને સપનાંની લૂંટ હિંસાના રૂપ છે. દૃષ્ટાંત તરીકે - લગ્નજમણમાં વૈવિધ્યસભર વાનગીઓમાં જીવહિંસા, ભોજનવૈવિધ્ય.

- કટુવચન, વાક્ચાતુરી, કોર્ટ-કચેરીમાં સહ સ્વરૂપે બોલાતા જૂઠાણાં
- કરચોરી, વ્યાપાર વ્યવહારમાં ભેળસેળ, અનીતિનું આચરણ. (પુણિયા શ્રાવકની શ્રાવિકાઓ પડોશીઓને ત્યાંથી કહ્યા વગર એક છાણું લાવી તેના દ્વારા રસોઈ કરી, તેથી શ્રાવકનું સામાયિકમાં મન ન ચોંટ્યું.)(પૂણિર્યા શ્રાવક)
- લગ્નબાહ્ય અનૈતિક સંબંધો, ટી.વી., સિનેમા ઇત્યાદિતી શૃંગારનો પ્રભાવ.
- અગણિત વૈભવ, વસ્તુ, કપડાં, ઘરેણાંનો પરિગ્રહ.

ઉપર્યુક્ત દૃષ્ટાંતોથી આપણા જીવનમાં વ્યાપ્ત વ્રતવિહીન જીવન ગણી શકાશે. આ પાંચ અણુવ્રતતોને પાળનાર અનીતિ-અવિશ્વાસઘાત - આરંભ - સમારંભના વિપુલ ધંધામાંથી મુક્ત થાય છે, લોકમાં પ્રશંસા, ચિત્તમાં શાંતિ અને જીવનમાં પ્રસન્નતાનો અનુભવ કરે છે. આ વ્રતો જીવનને વિશુદ્ધ કરવા, આત્માને પવિત્ર બનાવવા, જન્મ-મરણ ઘટાડવા, આધિ-વ્યાધિ-ઉપાધિથી મુક્ત કરવા ઘણા શક્તિશાળી છે. 'ઉપભોક્તાવાદ' આ અણુવ્રતોથી બિલકુલ વિપરીત દિશામાં મનુષ્યને લઈ જાય છે. ભોગવૃત્તિથી જીવનની ઝોળીમાં ચિંતા, દુઃખ અને ભય સિવાય બીજું

કશું જ આવતું નથી.

પાંચ અણુવ્રતની સાથે ત્રણ ગુણવ્રત મહત્ત્વનાં બની રહે છે.

૧. દિક્પરિમાણ વ્રતઃ દશે દિશામાં ગમણાગમણની ક્રિયામાં આ આવવા માટેની મર્યાદાનો સ્વીકાર.

૨. ભોગોપભોગ પરિમાણ વ્રત : ભોગઉપભોગના સાધનોને કેમ, શા માટે, શું કામ વાપરવા તેનો વિવેક કરાવનાર વ્રત.

૩. અનર્થદંડ વિરમણ વ્રત : બીનજરૂરી પ્રવૃત્તિ કરવી, કરાવવી, અનુમોદવી નહીં.

ગુણવ્રતના પાલનથી નિરર્થક પ્રવૃત્તિ પર અંકુશ આવવા બળ મળશે. વિનાકારણ ભટકવાની વૃત્તિ, મનની ચંચળતા અને આવાગમનના સાધનો (કાર, બાઇક, ટ્રેન, પ્લેન, ઈ.)નો વ્યર્થ વપરાશ કાબૂમાં આવી શકે. ઓછું ખાવું-ફેંકવું વધારે, ભોગવવું ઓછું - સંગ્રહ વધારે, જીવવું ઓછું - પ્લાનિંગ વધારે - મૃગજળ પાછળ ભટકતાં ઝાંવા નાખતા મૃગ જેવી મનુષ્યની સ્થિતિ છે. સાચી સમજ અને વ્રત દ્વારા છેતરામણા સુખ પાછળ દોડવાની નિરર્થક પ્રવૃત્તિમાં 'ઉપયોગ' આવે છે. ક્ષણિકનો શૃંગાર-ભોગરસ, સ્વાર્થ ખતાર વાણી અને વિચારનો દુરુપયોગ, સોશિયલ મીડિયાના પ્રભાવે આંખબુદ્ધિ સાથે જીવન બગાડનારી વિકાસની વૃત્તિઓ બાહ્ય સંસાર વધારે છે. અનર્થદંડ વિચરણ વ્રતમાં 'અપધ્યાન આચરણ'ની વાત આવે છે. 'મને લક્ષ્મી મળો, વૈભવ મળો, વેરીનું ખરાબ થાઓ, મારી જાઓ' - વિગેરે આર્તધ્યાન, રૌદ્રધ્યાન જીવની સાત્ત્વિકતાને, તેના ચૈતન્યને હણે છે.

સંસારી માટે આ ત્રણ ગુણવ્રત તેની એષણાને સંકોરે છે, તેની પ્રવૃત્તિઓના વ્યાપને ઘટાડે છે. દશ વૈકાલિક સૂત્રમાં લખ્યું છે,

* કહંરે કહં વિટ્ઠે, કહમાસે ક્હં સએ ?
કહં ભૂંજંતો ભાસંતો, પાવકમ્મં ત્ત બંધવે.

અર્થાત્ : (હે પ્રભુ) કેમ ચાલવું? કેમ ઊભા રહેવું? કેમ બેસવું, કેમ સૂવું? જેથી પાપ કર્મ ન બંધાય.

* જયં ચરે, જયં ચિટ્ઠે, જયમાસે જપ સએ.
જયં ભૂંજંતો ભાસંતોસ પાવકમાં ન બં=ાઈ

અર્થાત્ : (હે પ્રભુ), ઉપયોગપૂર્વક ચાલવું, ઉપયોગપૂર્વક ઊભા રહેવું, બેસવું, સૂવું, ભોજન કરવું, ભાષણ કરવું, જેથી પાપકર્મનો બંધ ન થાય. જૈન ધર્મમાં કહેવી 'ઉપયોગ'ની વાત વિશિષ્ટ અર્થની દ્યોતક છે. અહીં 'ઉપયોગ' એટલે વાપરવું નહીં પણ 'વિવેકપૂર્વક' યોગ કરવો. આ ગુણવ્રતો પણ મનુષ્યને વિચાર કરતા કરે છે, મનને 'વિવેક'માં ઢાળે છે, અનર્થ-નિરર્થક પ્રવૃત્તિઓ પર દંડ (અંકુશ) મૂકે છે, તેથી આપોઆપ ભોગવાદની વકરેલી સમસાયા પર લગામ લાગી જાય છે.

ચાર શિક્ષાવ્રત આ વ્રતો પર કલગી સમાન છે.

૧. સામાયિક વ્રતઃ 'સંવર' તત્ત્વ ધર્મનું આરાધન તે સામાયિક વ્રત.

૨. દેશાવગાસિક વ્રત : સંસારના આરંભ-સમારંભથી અલિપ્ત જીવન.

૩. પૌષધોપવાસ વ્રત : સંસારની નિવૃત્તિ, ધર્મની પ્રવૃત્તિ, છએ કાયના જીવોને ૧ દિવસનું અભયદાન અપાવે તે પૌષધ.

૪. અતિથિ સંવિભાગ વ્રત : તપ, વિરતિ, દાન, શીલધર્મનું આરાધન અને શુદ્ધતાથી પ્રાપ્ત કરેલ ધનને દાનમાં વાપરવું.

આ બાર વ્રતમાંથી એકાદ વ્રતને પણ દિલથી જીવનમાં પાળીએ તો જીવનની દિશા બદલાઈ જાય છે, એટલું જ નહીં તેની ઘણી વ્યાપક અસર આજુબાજુના પરિસર પર પણ પડે છે. વ્રત એટલે સંસ્કાર, સંસ્કારનું પાલન મનુષ્ય બહિર્મુખતા ઓછી કરે અને અંતર્મુખતા વધારે છે. અણુવ્રતથી જીવદયાનું પાલન, ગુણવ્રતથી ભોગવટાની વ્યાપકતાને નાની બનાવી અને શિક્ષાવ્રતતી ચંચળ મનને વશ કરી ઘડી બે ઘડી સમતાના ઘરમાં રહેવાની ટેવ પડી.

ધર્મમાં વ્રતોનું પાલન મુક્તિ મેળવવા માટે કરાય છે, પણ તે પહેલાં ધર્મનાં વ્રતોની સમજ મનુષ્યના મનને કેળવે છે, તેના વિચારોને પુખ્ત કરે છે, વિવેક દૃષ્ટિને દૃઢ બનાવે છે, જે બની રહ્યું છે અને જે બનવું જોઈએ - તે વચ્ચેના અંતરને ઘટાડે છે. ખેતરને વાડ બાંધવામાં આવે, વાહનમાં બ્રેક લગાડવામાં આવે છે, ઘરને બારી-બારણાં લગાડવમાં આવે છે. તેવી જ રીતે જીવનની સુરક્ષા રૂપી વાડ એટલે વ્રત. આ સંસારમાં જે કાંઈ છે તે ભોગવવા મળે તો જ આત્મા તૃપ્ત તાય ! કાયાની માયાએ આત્યાનો પ્રવાસ વધારી દીધો છે. આપણે Artificial brain

develop કરી રહ્યા છીએ, પણ આપણું સંવેદન તંત્ર જડ બની રહ્યું છે. ઉપભોગવૃત્તિએ સાધનને જ સાધ્ય બનાવી દીધું. શરીર ઉપરની આસક્તિ, મોહ કે મૂર્છા ઘટી જશે તે દિવસે ભોગવૃત્તિ સીમિત બની જશે. ભોગવૃત્તિ ઘટતાં યોગવૃત્તિનો આરંભ થશે. જેની પાસે ઘણું છે તે સુખી નથી, જે 'ઘણા' વિના ચલાવી શકે છે તે સુકી છે. તમે સંસારમાં છો કે તમારામાં સંસાર છે? - આ પ્રશ્નનો ઉત્તર વ્યક્તિગત ધોરણે મેળવવાની જરૂર છે. જીવન એક અનુષ્ઠાન છે. પૌદ્‌ગલિક સામર્થ્યની સાંકળ તૂટે છે ત્યારે 'સ્વભાવ'માં પ્રવેશ થાય છે. ધર્મ અને ધર્મના વ્રતે મનુષ્યની પ્રકૃતિ બદલવામાં કારણભૂત બને છે. પ્રકૃતિ બદલાય ત્યારે પરિવર્તન આવે. ઉછીના સંસ્કારોને છોડવા માટે મન સશક્ત બને જો સાચી સમજણ કેળવાય. જૈન ધર્મ અને તેમાં દર્શાવેલ વ્રતો સાંપ્રત સમસ્યાઓના નિરાકરણને દર્શાવે છે. એટલું જ નહીં પણ કોઈ પણ કાળમાં ઉદ્‌ભવતા પ્રશ્નોના ઉત્તર તેમાંથી મળી રહે છે. વ્રતયુક્ત જીવન નિરસ નહીં પણ મનુષ્યને સશક્ત બનાવે છે. આત્મિક બળકટતા જીવને શાંતિ અને સુખના માર્ગે લઈ જાય છે.

(જૈન ધર્મનાં અભ્યાસુ પ્રીતિબહેને મુંબઈ યુનિ.માં જૈનોલૉજીનો અભ્યાસ કર્યો છે. સેમિનારમાં વિવિધ વિષયો પર શોધપત્રો પ્રસ્તુત કરે છે).

◎

૧૮

‘‘ભારતીય વૈદદર્શનમાં પૃથ્વી સંરક્ષણના ઉપાયો

◙ ડૉ. નમન બૃહદ બુચ

ભારતીય સંસ્કૃતિ એ અનેક ધર્મવ્યવસ્થા અને માન્યતાઓ ધરાવનાર વિશ્વની એકમાત્ર સંસ્કૃતિ છે. ભારતીય સંસ્કૃતિ અંતર્ગત હિન્દુ, મુસ્લિમ, ઇસાઇ, શીખ તથા પારસી જેવા અનેક ધર્મો રહ્યા છે. હિન્દુ ધર્મનો પાયો અર્થાત્ મૂળ ‘વેદ દર્શન’માં રહેલો છે. ‘વેદ દર્શન’ એ હિન્દુ ધર્મનું અભિન્ન અંગ તથા વિશ્વમાં સૌથી પ્રાચીનતમ મનાતા ધર્મગ્રંથોમાં સમાવિષ્ટ છે.

વેદદર્શન : ભારતીય હિન્દુ સંસ્કૃતિના પાયા સમાન ચાર વેદો મળે છે. ઋગ્વેદ, યજુર્વેદ, સામવેદ, અને અથર્વવેદ.

ઋગ્વેદમાં અનેક દેવતાઓની સ્તુતિ, યજુર્વેદમાં યજ્ઞ-વેદી ક્રિયાઓ વિષયક મંત્રો, સામવેદમાં સંગીત-નાટયશાસ્ત્ર વિષયક મંત્રોનો મુખ્યત્વે સમાવેશ થયો છે. જ્યારે અથર્વવેદ અંતર્ગત જનસામાન્ય જીવનથી જોડાયેલ અનેક વિષયો પર મંત્રો જોવા મળે છે.

અથર્વવેદનો પરિચય :

સાક્ષાત્કૃત ઋષિઓ દ્વારા થયેલ સાધનારૂપ તપશ્ચર્યા થકી બ્રહ્માંડની સંરચના તથા એના વિભિન્ન તત્ત્વોના સ્વરૂપ વિષયક સ્થાનની જે અનુભૂતિ પોતાની અંતઃચેતનામાં કરી એક જ જ્ઞાનની ‘વેદસંજ્ઞા’ છે.

''કૃષ્ણ દ્વૈપાયન વ્યાસ'' દ્વારા ઋગ્વેદ સંહિતા, યજુર્વેદ સંહિતા, સામવેદ સંહિતા તથા અથર્વવેદ સંહિતાનું એક નિશ્ચિત સિદ્ધાંતના આધારે સર્વપ્રથમ વાર સંકલન કરવામાં આવ્યું.

સમયાંતરે બધા જ વેદોની ઘણી શાખાઓ વિભક્ત થવા પામી. એ જ પ્રકારે અથર્વવેદની પણ પતંજલિ ઋષિના સમય સુધીમાં નવ શાળાઓ સંહિતારૂપે મળી રહી હતી, પરતુ આજે માત્ર બે જ શાખા સંહિતાઓ મળે છે.

૧) શૌનક શાખાકીય અથર્વવેદ સંહિતા

૨) પૈપ્પલાદ શાખાકીય અથર્વવેદ સંહિતા

આધુનિક યુગમાં વેદાધ્યયનના પ્રારંભિક કાળમાં અધિકતમ પાશ્ચાત્ય સંસ્કૃતિના વિદ્વાનો દ્વારા અથર્વવેદને 'અભિચાર' સંબંધી મંત્રોનું એક સંકલન માનવામાં આવ્યું હતું જેમાં **'खेतयातु'** અર્થાત્ White Magic સંબંધી મંત્રો અથર્વા ઋષિના જ્યારે **'कृष्णायातु'** અર્થાત્ Black Magic સંબંધી મંત્રો અંગિરસ ઋષિના હોવાની માન્યતા હતી જે બિલકુલ જ ખોટી છે. અથર્વવેદ અંતર્ગત 'ઐહિક' અને 'આમુષિક' બંને પ્રકારના વિષયોને સંબંધિત મંત્રો જોવા મળે છે. અન્ય શબ્દોમાં કહીએ તો અથર્વવેદમાં વૈશ્વિક સ્તરે રહેલ દરેક વિષયો સંબંધિત મંત્રો સંકલિત થયેલ છે.

અથર્વવેદના અનેક નામ વૈદિક વાઙ્મયમાં પ્રાપ્ત થાય છે - અથર્વવેદ, બ્રહ્મવેદ, અમૃતવેદ, આત્મવેદ, અંગિરોવેદ, અથર્વાંગિરસ વેદ, ભૃંગ્વાંગિરસવેદ ઈત્યાદિ.

સંપૂર્ણ અથર્વવેદમાં ૨૦ કાંડ મળે છે. અથર્વવેદના દ્વિતીય ભાગના બારમાં (૧૨) કાંડની શરૂઆત ભૂમિ અર્થાત્ પૃથ્વી-સૂક્તથી થાય છે, જેની અંતર્ગત ૬૩ મંત્રો રહેલ છે.

ભૂમિસૂક્તઃ અથર્વવેદનો એક મહત્ત્વનો ભાગ એ ૧૨મા કાંડનો પ્રથમ સૂક્ત એવું 'ભૂમિસૂક્ત' છે. પ્રસ્તુત ભૂમિસૂક્ત'ને 'પૃથ્વીસૂક્ત' અથવા 'માતૃભૂમિ સૂક્ત' તરીકે પણ ઓળખવામાં આવે છે. અત્રે રહેલ 'ભૂમિ' અર્થાત્ 'પૃથ્વી'ને કેટલાક વિદ્વાનો 'ભૂમંડળ'ના વાચકશબ્દ માને છે, જેમાં કાંઈ ખોટું નથી.

ભૂમિસૂક્ત અંતર્ગત માતૃભૂમિની વિશેષતાઓ, એના પ્રતિ કર્તવ્યોનો બોધ, કર્તવ્યપાલન કરનારના ગુણેા, ભૂમિ પ્રત્યેની પ્રવૃત્તિ અને મર્યાદાઓનો ઉલ્લેખ,

ભૂમિ સંરક્ષણ અર્થાત્ પૃથ્વી સંરક્ષણ માટેની યાચના અને તેને સંગ્રહિત કરવા વિષયક મંત્રો જોવા મળે છે.

વર્તમાન સમયમાં પ્રકૃતિ તથા પૃથ્વી વિષયક જે સમસ્યાઓ જોવા મળી રહી છે તેના નિવારણ રૂપ કે માર્ગદર્શન રૂપ ભૂમિકાસૂક્ત કેટલાક મંત્રોમાં રહેલો ગૂઢાર્થ અત્રે પ્રસ્તુત છે.

પ્રસ્તુત સૂક્તના પ્રથમ મંત્રમાં પૃથ્વીનું સંરક્ષણ કરનાર મનુષ્યોમાં કેવા પ્રકારના ગુણો કે કાર્તવ્યનિષ્ઠા હોવી જોઈએ એ જણાવે છે - પૃથ્વી સત્ય, વ્યવસ્થા, દક્ષતા તેના પ્રત્યેની ફરજો તથા બલિદાનના ભાવથી માતૃભૂમિનું પાલન-પોષણ અને સંરક્ષણ થાય છે. અન્ય શબ્દોમાં કહીએ તો સ્વાર્થપૂર્ણ કે મહત્ત્વકાંક્ષાઓથી ઘેરાયેલ મનુષ્ય (વર્તમાન સમયના મનુષ્યોની જે સ્થિતિ) માતૃભૂમિને પુષ્ટ તથા વિકસિત નથી કરી શકતો. પૃથ્વી પર રહેનાર દરેક જીવની મહત્તા તેમ જ પૃથ્વી પર રહેલ ચેતન તત્ત્વની સાથેસાથે આસપાસની પ્રકૃતિ અને વાતાવરણ આ બંને એકબીજાનાં પૂરક છે, જે સંસારના નિયમોથી યુક્ત એકબીજાને જકડી રાખે છે એમ અર્થઘટિત કરી શકાય.

દ્વિતીય મંત્રમાં ભૂમિ પર મનુષ્યોમાં ગુણ, કર્મ અને સ્વભાવની ભિન્નતા હોવા છતાં પણ પરસ્પર ઐક્યતાનો ભાવ રહેલો હોવાની વાત થઈ છે. આમાં 'વસુધૈવ કુટુમ્બકમ્'ની ભાવના છલકાઈ આવે છે. ભારતીય સંસ્કૃતિનો મૂળભૂત પાયો એવો 'વિવિધતામાં એકતા'નો ભાવ સ્પષ્ટ દેખાય છે.

સૂક્તના છઠ્ઠા મંત્રમાં માતૃભૂમિની વિશેષતાઓ કે મૂળભૂત ગુણોની રજૂઆત થઈ છે જેમાં પૃથ્વીને બધા જીવોનું પોષણ કરનારી, ખનિજોનો ભંડાર ધરાવનારી, સોનારૂપી વક્ષઃસ્થળ યુક્ત, જેની અંદર રહેલ વૈશ્વાનર (પ્રાણાગ્નિ)થી મનુષ્યોનું જીવન બનાવનારી કહેવાયું છે.

અત્રે પૃથ્વીની અંદર રહેલ તત્ત્વોનું દરેક મનુષ્યને માટે જરૂરી હોવાની સાથે સાથે તેનો વિવેકપૂર્વકનો વપરાશ તથા પૃથ્વીના આ વરદાનરૂપ અંગોનું અર્થાત્ તત્ત્વોનું સંરક્ષણ કરવાનો ગૂઢાર્થ પણ નજરે ચઢે છે.

સૂક્તના અન્ય કેટલાક મંત્રો પૃથ્વીના હિમાચ્છાદિત પર્વતો અને વનપ્રદેશ રમણીય હોવાનું તથા તેઓ પ્રકૃતિને ટકાવી રાખવામાં અગ્રેસર હોવાનું ભારપૂર્વક

દર્શાવવામાં આવ્યું છે, જેનો કોઈ પણ મનુષ્ય આહત કે નુકસાન ન પહોંચાડે એવી અભ્યર્થના પણ દેખાય છે.

ભૂમિસૂક્તના બારમા મંત્રમાં પૃથ્વી અને મનુષ્ય વચ્ચે માતા અને પુત્રનો સંબંધ દર્શાવાયો છે. '**माता भूमिः पुत्रो अहं पृथिव्याः।**' આ સૂત્રનો ગૂઢાર્થ સમજીએ તો જેમ એક પુત્ર તેની માતા પ્રત્યે જે પ્રકારે પ્રેમ ધરાવે છે, તેનું રક્ષણ કરે છે અને સીંચે છે એ જ પ્રકારે પૃથ્વીરૂપી માતાને પણ દરેક મનુષ્યએ તેનું સંરક્ષણ તથા સંવર્ધન કરવું અનિવાર્યરૂપ ફરજ બને છે.

મનુષ્યોએ પૃથ્વી અને તેનાં તત્ત્વો પ્રત્યે દક્ષતા અને બલિદાન આ બંને ગુણો થકી તેની આસપાસ રહેલ પર્યાવરણનું રક્ષણ કરવું ઘટે જ. પૃથ્વીનું સંરક્ષણ કરવા થકી જ તે ટકી રહેશે અને સંવર્ધન પામશે તો અને તો જ સંસાર ટકી શકશે. મનુષ્યોમાં પૃથ્વી પ્રત્યે સેવાભાવ કે અહિંસાભાવ જાગૃત થવો આવશ્યક છે. જો પૃથ્વી પ્રત્યે આ ભાવ નહીં કેળવાય તો માતૃભૂમિનું અને ત્યારબાદ સંસારનું નિકંદન થવા પામશે. વર્તમાન સમયમાં થતાં વન-વિસ્તારનો નાશ અનેક ગંભીર સમસ્યાઓને નોતરી રહ્યું છે, જેમાં ધરતીકંપનું મુખ્ય કારણ વૃક્ષોનાં મૂળિયાં જમીનને જકડી રાખવાનું કાર્ય કરે છે તે જ કપાવવા લાગ્યાં છે જે ઘોર વિનાશનું પ્રાથમિક કારણ બની રહ્યું છે તેનો એકમાત્ર ઉપાય પૃથ્વીનું સંરક્ષણ અર્થાત્ વન-વૃક્ષોનું સંવર્ધન જ એકમાત્ર ઉપાય રહેલો છે એવું અનેક મંત્રોમાં ગૂઢાર્થરૂપે રહેલો જોવા મળે છે. પૃથ્વીની આવી પરિસ્થિતિ કે એના સંરક્ષણની સ્થિતિ 'કલિયુગ'માં થશે એનો ખ્યાલ ઋષિ દ્વારા હજારો વર્ષો પૂર્વે કરેલ છે તે અચંબો પમાડનાર છે.

ઋષિએ પૃથ્વીના ગુણો થકી પણ મનુષ્યને તેની મહત્તમતા અને અત્યંત ઉપયોગિતાનું માર્ગદર્શન પૂરું પાડ્યું છે. ઋષિ જણાવે છે કે પૃથ્વી શ્રેષ્ઠતમ સુગંધિત ઔષધિઓ અને વનસ્પતિઓથી સુશોભિત, સ્વર્ણ-રત્નાદિ અમૂલ્ય ખનિજ પદાર્થોથી યુક્ત, ધર્મધારિણી, સર્વપાલનકર્મી પ્રચૂર માત્રામાં અન્નાદિ ઉત્પન્ન કરનારી છે.

સૂક્તના ૩૪-૩૫મા મંત્રોમાં પૃથ્વી પર ચાલવા-દોડવા, બીજ રોપવા માટે હળાદિનો ઉપયોગ કરી તેનાં મર્મસ્થાનો પર હાનિ પહોંચાડવા બદલ ક્ષમા-યાચના કરાઈ છે જેને આજના યુગમાં પૃથ્વીને સ્વાર્થરૂપ બનીને ક્ષત-વિક્ષત મનુષ્ય કરી રહ્યો છે. તેને હૃદયહીન બનેલ મનુષ્યોને અટકાવવા રૂપ આ મંત્રમાં ઋષિ પ્રકાશ

પાડી રહ્યા છે.

૩૬મા મંત્રમાં સંસારના ઋતુચક્રની સમતોલના પ્રકૃતિ પર નિર્ભર હોવાનું સ્પષ્ટપણે જણાવાયું છે જેને આજના સમયમાં ઊભી થયેલ Global Warmingની સમસ્યા સાથે સીધો સંબંધ છે. અત્રે સ્પષ્ટપણે વાતાવરણની તથા ઋતુની સમતોલના જાળવવાના ઉપાયરૂપે માત્ર ને માત્ર પૃથ્વીનું સંરક્ષણ અર્થાત્ વૃક્ષ અને વનપ્રદેશનું સંરક્ષણ અને સંવર્ધન માત્ર જ છે.

આજથી હજારો વર્ષો પહેલાં ઋષિઓનું દીર્ઘજ્ઞાન આશ્ચર્યચકિત કરતું હોય એવી પૃથ્વી સ્વયં ધરી પર અન્તરિક્ષમાં ગોળ-ગોળ ફરવાનું તેમજ ગુરુત્વાકર્ષણનો ઉલ્લેખ પણ રહેલ છે. પ્રકૃતિમાં આવનારું કોઈ પણ પ્રકારનું પરિવર્તન તેની સ્થિરતા અખંડિતતા અને પોષણ કરનાર પરિબળને ક્ષતિ પહોંચાડે જ.

ઉપસંહાર : અથર્વવેદના પ્રસ્તુત ભૂમિ અર્થાત્ પૃથ્વી સૂક્તમાં તેની સ્તુતિ, ગુણ, વંદનાની સાથે સાથે તેના સંવર્ધનની વાત એ દરેક મનુષ્યની ફરજ છે તેમ એને પૃથ્વી અને મનુષ્ય વચ્ચે રહેલ વિશ્વના સૌથી પવિત્ર સંબંધ એવા માતા અને પુત્રના સંબંધ સાથે જોડીને તેની મહત્તા આપમેળે જ પ્રતિબોધિત તથા પ્રકૃતિ પ્રત્યે માનવીયતા દાખવલા કટિબદ્ધ કરે છે.

ગ્રંથસૂચિ :

૧) અથર્વવેદ સંહિતા ભાગ - ૨
સંપાદક : વેદમૂર્તિ તપોનિષ્ટ પં. શ્રીરામ શર્મા આચાર્ય
પ્રકાશક : યુગનિર્માણ યોજના, ગાયત્રી તપોભૂમિ, મથુરા (ઉ.પ્ર.)૨૦૦૫

૨) Bhumi Suktam, Understanding the tender maternal nature of the Planet by Nithin Shudhar) .

(મુંબઈસ્થિત ડૉ. નમનબેન દર્શન સાહિત્યનાં અભ્યાસુ છે. તેમણે સંસ્કૃત અને પ્રાકૃતમાં Ph.D. કર્યું છે).

◎

૧૯

સાંપ્રત શારીરિક અને માનસિક સમસ્યાઓ નિવારણ માટે ધર્મનું માર્ગદર્શન

◙ જિતેન્દ્ર મ. કામદાર

વર્તમાન યુગમાં વસતી લગભગ દરેક વ્યક્તિ કોઈ ને કોઈ સમસ્યાઓથી ઘેરાયેલી રહે છે. વ્યક્તિગત મૂંઝવણો, પારિવારિક પ્રશ્નો, આર્થિક અગવડતા ઉપરાંત કેટલાક ભય ગરીબી, રોગ, વૃદ્ધાવસ્થા, કોઈ દ્વારા થતી ટીકા, કોઈ સાથે સંબંધ બગડવાનો ડર ... આવાં અનેક કારણોની વચ્ચે અટવાયેલ વ્યક્તિ જેમ જેમ બહાર નીકળવાનો પ્રયત્ન કરે તેમ તેમ વધારે તેમાં ખૂંપતી જાય છે. એકમાંથી બહાર નીકળે ત્યાં બીજી ચિંતા લાઈન લગાવીને ઊભી જ હોય છે.

ઉપરાંત મહાનગરોના સામૂહિક પ્રશ્નો ગીચતા, વાયુપ્રદૂષણ, ઘોંઘાટ, ગીર્દી, ગરમી, વાહનોની ધમધમાટ આ બધાં વચ્ચે રહીને શારીરિક અને માનસિક સ્વસ્થતા ટકાવવી એક મુશ્કેલ કાર્ય છે.

તો બજારમાંથી મળતી ખાદ્યપદાર્થોની શુદ્ધતા અને ગુણવત્તા કેટલી વિશ્વસનીય છે? પાયાની જરૂરિયાતો શાકભાજી, ફળફળાદિ, રંગો-રસાયણોથી ખરડાયેલાં છે.

દૂધ પણ હવે સિન્થેટિક, બનાવટી મળતું થયું છે.

મહાનગરોમાં તો આજે આરોગ્યનો પ્રશ્ન ઘણો જ વિકરાળ છે, પરંતુ તેમાં આપણી પણ ભૂલો અને ખોટી ટેવો એટલી જ જવાબદાર છે. આયુર્વેદાચાર્યોના મતે શરીરની જાળવણી માટેના કેટલાક નિયમો છે. કેમ બેસવું, કેમ ઊભા રહેવું,

કેમ ચાલવું, કેમ સૂવું, કેમ ખાવું, કેમ નાહવું, શ્વાસોશ્વાસની લે-મૂક કેવી રીતે કરવી વિગેરે... અને આ બાબતમાં ઘણું અજ્ઞાન પ્રવર્તે છે.

ખાનપાનમાં આહાર વિષયક કોઈ નિયમો જળવાતા નથી. ભૂખ વગર વારંવાર ખાધાખાધ કરવું શરીરના આરોગ્ય માટે હાનિકારક હોય તોપણ એવા બજારુ ખાદ્યપદાર્થો પેટમાં ઠાંસવા, એથી તો શરીરના આરોગ્યનો સોથ વળી જાય છે.

ઊંઘ માટે પણ એટલી જ બેદરકારી છે. મોડે સુધી ઉજાગરા કરવા, સવારે મોડા ઊઠવું, ઊઠીએ ત્યારે પણ અપૂરતી ઊંઘને કારણે થાકેલા અને સુસ્ત રહેવું એ પણ શરીરના આરોગ્ય માટે ખતરારૂપ છે.

વળી શરીર પાસેથી ગજા ઉપરવટ થઈને કામ લેવામાં આવે છે. એકસાથે હાથ ઉપર લીધેલાં સંખ્યાબંધ કામો પછી તેને પહોંચી વળવા કરાતી દોડધામ શરીરને થકવી નાખે છે. નાની ઉમંરે શરીરમાં પેસી ગયેલી બીમારીઓ જ્યારે દેખા દે છે ત્યારે લાગે છે કે ઘણું મોડું થઈ ગયું.

વર્તમાન સમયમાં આપણા સામાજિક જીવનની આરોગ્ય વિષયક સમસ્યા નિવારવા પ્રત્યેક વ્યક્તિએ જાગૃત થવું અત્યંત જરૂરી છે. પહેલું સુખ તે જાતે નર્યા, શરીરે સુખી તે સુખી સર્વ વાતે, **'ધર્માર્થ કામ મોક્ષાણાં આરોગ્યં મૂલં ઉત્તમમ્'** વગેરે ઉત્તમ આરોગ્યનો મહિમા વર્ણવતા સૂત્રો સાંભળવા અને એવા ઉત્તમ આરોગ્યની અનુભૂતિ થવી કેવી હૃદયંગમ કલ્પના છે ! અને શરીર જ્યારે એવી ફૂલગુલાબી તંદુરસ્તીમાં રમમાણ હોય ત્યારે જીવન કેવું મજાનું લાગે !

આપણું જીવનસાથી સૌપ્રથમ આપણું પોતાનું શરીર છે. એ શરીરને પહેલા તો પ્રેમ કરતા શીખીએ. તેની સાથે મૈત્રીભર્યો વ્યવહાર રાખીએ. કોઈ પણ રીતે તેને કચડવાનો, તેના પર દમન કરવાનો પ્રયત્ન ન કરીએ, તપ, તપશ્ચર્યા, ધર્મક્રિયાના નામે તેની ઉપેક્ષા ન કરીએ. તેની ટેવો બદલવા નિષ્ઠાપૂર્વક પ્રયત્ન કરીએ. આપણે આપણા શરીરથી પરિચિત થઈએ. દિવસ દરમિયાન તેની પાસેથી ઘણું કામ લેવાનું છે. તે માટે તેને તૈયાર કરીએ.

આપણી શારીરિક સમસ્યાઓ નિવારવા મારા ધર્મનું માર્ગદર્શન અહીં મારો ધર્મ એટલે શું? મારે, તમારે, આપણે સહુએ આપણા પોતાના શરીરની શારીરિક,

માનસિક આરોગ્યની સુખાકારી માટે જાગૃત થવાનું છે અને શરીરમાં એવી કોઈ ગંભીર બીમારી, પીડાઓ પ્રવેશી ગઈ હોય તો બીજા બધા અગત્યનાં કામોને ગૌણ કરી વહેલી તકે આરોગ્યની પુનઃપ્રાપ્તિ માટે શક્ય એવા અને એટલા પ્રયત્નો કરવાનો આપણે આપણો ધર્મ બજાવવાનો છે.

સૌપ્રથમ તો આપણે આપણી પોતાની ખોટી ટેવો છે તેને બદલવી પડશે. બિનજરૂરી હાનિકારક બજારૂ ખાનપાન, પૂરતી ઊંઘ પ્રત્યે બેદરકારી, શરીરને થકવી દે તેવા વધારે પડતા કામના બોજથી શરીરને સુરક્ષિત રાખવા મથવું પડશે. આરોગ્ય માટે હાનિકારક એવા બાહ્ય કારણો ઉપરાંત માનસિક તાણ-તણાવ, ચિંતાઓ, ભય, ગભરાટ, ઇચ્છાઓ, અપેક્ષાઓ, કામનાઓ એટલી જ ખતરનાક છે. આ બધાથી મુક્ત રહેવા માટે જરૂરી પગલાં લેવાં પડશે. તે માટે જે પણ આપણે પ્રયત્નો કરીએ તેમાં રોજ એક આવશ્યક કરવા જેવી ક્રિયા ''યોગાસનો અને પ્રાણાયામની સાધના'' છે. આ વિશે સમાજમાં ઘણી જાગૃતિ આવી છે છતાં તેની અવગણના પણ એટલી જ થાય છે. ન છૂટકે, ડૉક્ટરો જ્યારે તેની અનિવાર્યતા સમજાવે ત્યારે જ આપણે તેના પ્રત્યે અભિરુચિ કેળવીએ છીએ.

શરીરને શારીરિક અને માનસિક યાતનાઓથી દૂર રાખવાનો સરળ, અસરકારક રામબાણ ઈલાજ આ યોગસાધનામાં રહેલો છે. આમ તો યોગસાધના એક આધ્યાત્મિક જીવનવિકાસની દીર્ઘયાત્રા છે. જીવન જીવવાની કળા, જીવનનું વિજ્ઞાન, જીવનની એક ચોક્કસ પ્રકારની રીતિ, અનોખી જીવનપદ્ધતિ. એક સ્પષ્ટ જીવનફળ છે, પરંતુ હાલ અહીં તો આપણે તેનો આરોગ્ય વિષયક હેતુ લક્ષમાં રાખીને તેનો લેવાય તેટલો લાભ લેવાનો છે.

શરૂઆત વ્યાયામ, યોગાસનો રોજ નિયમિત રીતે કરતા રહેવાથી કરવાની છે. આપણી ઉંમર, શારીરિક સ્વસ્થતા અને ક્ષમતા અનુરૂપ સાધનાનો નિત્યક્રમ બનાવી લેવાનો છે. નિયમિત યોગાસનોના અભ્યાસથી શરીરને કેળવવાનું છે. શરીરને થોડો શ્રમ પડે, શરીરમાં રક્તસંચાર વેગીલો બને, શ્વાસની આવનજાવન ઝડપી બને, હૃદય અને ફેફસાં સક્રિય બને, હાડકાં અને શરીરના અવયવો લચીલા બને, શરીરની મુખ્ય આધારસ્તંભ સમી કરોડરજ્જુ નમનીય બને, શરીરમાંથી જડતા અને જકડામણ

દૂર થાય, સ્ફૂર્તિ અને તાજગી વધે એ માટે શારીરિક વ્યાયામ-કસરતો-યોગાસનો નિયમિત કરતા રહેવું જરૂરી છે.

બીજા ક્રમે એક અત્યંત મહત્ત્વની ક્રિયા પ્રાણાયામ અવશ્ય કરવા જેવી છે. વિવિધ પ્રકારે શ્વાસ લેવાની, રોકવાની અને છોડવાની ક્રિયા છે. રેચક પ્રાણાયામ દ્વારા શરીરમાંથી ઘન, પ્રવાહી અને વાયુરૂપી કાર્બન કચરાનો નિકાલ કરવાનો, પૂરક પ્રાણાયામ દ્વારા શરીરમાં પૂરી માત્રામાં પ્રાણવાયુ ભરવાનો અને કુંભક પ્રાણાયામ દ્વારા તે પ્રાણવાયુને શરીરના દરેક વિભાગમાં ઊંડે સુધી પહોંચાડવાનો પ્રયોગ છે. ઊંડા શ્વાસોચ્છ્વાસની ક્રિયા વડે શરીરને જોઈતો પૂરી માત્રામાં પ્રાણવાયુ પૂરો પાડવો અને રેચક દ્વારા શરીરમાંથી તમામ કાર્બન વાયુ બહાર ફેંકી દેવો એ અત્યંત મહત્ત્વની ક્રિયા છે.

બન્ને નસકોરા વડે ધીરે ધીરે શ્વાસને અંદર શાંતિપૂર્વક ગ્રહણ કરવો, ફેફસાં પૂરેપૂરા ભરવા અને લયબદ્ધ રીતે શ્વાસ લેવો એ જ રીતે લયબદ્ધ રીતે ધીરે ધીરે ઉચ્છ્શ્વાસ શાંતિપૂર્વક બહાર છોડવો, ફેફસાં પૂરેપૂરા ખાલી કરવા. આ ઊંડા શ્વાસ Deep Breathing લેવાની એક આદર્શ રીત છે. આશરે ૪-૫ મિનિટ આ પદ્ધતિથી શ્વાસની લે-મૂક કરવાથી એ દરમિયાન શરીરમાં વધુ પ્રમાણમાં પ્રાણવાયુ ભરાય છે અને તમામ પ્રકારનો કાર્બનરૂપે મળ શરીરની બહાર નીકળી જાય છે. તેનાથી ફેફસાં શુદ્ધ થાય છે. શરીમાં ફરતું લોહી શુદ્ધ થાય છે. શરીરમાં કાર્યરત દરેક પ્રકારના તંત્રો જેવા કે મગજ-વિચારતંત્ર, ચહેરા પરની પાંચેય ઇન્દ્રિયોનું સંવેદનતંત્ર, કંઠ, સ્વરતંત્ર, ફેફસા-શ્વસનતંત્ર, હૃદય-રક્તાભિસરણ તંત્ર, મૂત્રપિંડ-કિડની-ઉત્સર્ગ તંત્ર, ગુપ્તાંગો-પ્રજનન તંત્ર, મળદ્વાર, મળ વિસર્જન તંત્ર અને આપણા શરીરને સ્થિર અને ટકાવી રાખતું હાડપિંજર-અસ્થિતંત્ર. આ બધા જ તંત્રોનું શુદ્ધિકરણ અને પુષ્ટિકરણ કાર્બન વાયુનો નિકાલ થવાથી અને પૂરી માત્રામાં પ્રાણવાયુની પુષ્ટિ કરવાથી શક્ય બને છે.

આસનો અને પ્રાણાયામનો આ રીતે પ્રયોગ કરી પછી શાંત અને સ્થિર બેસી રહેવાનું છે જે દરમ્યાન શરીરની ઇંદ્રિયો આંખ, કાન, નાક વિગેરે અંતર્મુખ બને છે, શાંત બને છે. શ્વાસ પણ શાંતપણે અને સ્થિર થાય છે અને ધીરે ધીરે મન

પણ વિચારરહિત નિર્વિકલ્પ થતું આવે છે.

આ રીતે નિયમિત રીતે યોગસાધના કરતા રહેવાથી શરીર-શ્વાસ-ઇંદ્રિયો અને મન કેળવાય છે. પહેલા તે શુદ્ધ, પછી સક્રિય અને છેલ્લે શાંત બને છે. ફેફસા શુદ્ધ થઈ જાય, લોહી પણ શુદ્ધ અને તંદુરસ્ત બને. શરીરમાં સ્ફુર્તિ-તાજગી સાથે અનોખા પ્રકારની શાંતિનો અનુભવ થાય છે અને માનસિક ચિંતાઓ, ઉપાધિ, તાણ, તણાવથી ધીરે ધીરે મુક્તિ અનુભવાય છે.

મિત્રો, અહીં 'મારા ધર્મનું માર્ગદર્શન' એટલે આપણા વડે, આપણા શરીરના આરોગ્ય અને સુખાકારી માટે આપણા જ દ્વારા કરાતી એક અનુભવસિદ્ધ અને પરીણામલક્ષી યોગસાધના - એક કલ્પવૃક્ષ સમાન છે. તેના દ્વારા આપણે જેવું ઇચ્છીએ તેવું પરિણામ પ્રાપ્ત કરી શકીએ છીએ.

વર્તમાન સમયની શહેરી જીવનની રફતાર, દોડધામ ધીરે ધીરે ઘટાડવી અને અંદરની શાંતિ, પ્રેમ-આનંદ વધે તે માટે આ સાધનાને રોજિંદા જીવનક્રમમાં ગોઠવવી ખૂબ જ જરૂરી છે. તેનાથી જીવનને જાણવાનો અને માણવાનો એક જુદા જ પ્રકારનો અનુભવ થશે અને આપણે જ આપણા મિત્ર અને માર્ગદર્શક બનીશું તો આપણા શરીરને રોગો વ્યાધિઓના ઘેરાવામાંથી દૂર રાખી શકીશું અને તંદુરસ્ત અને દીર્ઘ આયુષ્ય ભોગવવા સમર્થ બનીશું.

(ધ્યાન અને યોગના અભ્યાસુ જિતેન્દ્રભાઈ કેટલીક શિબિરો અને સંસ્થાઓમાં માનદ યોગશિક્ષક રૂપે સેવા આપે છે. તેઓ પૂ. બંધુ ત્રિપુટીના તીથલના સાધના કેન્દ્ર સાથે સંકળાયેલા છે).

◎

૨૦

સાંપ્રત સ્વાસ્થ્યની સમસ્યા માટે મારા ધર્મનું માર્ગદર્શન

▣ ડૉ. હેમાલી સંઘવી

ધર્મ અને સ્વાસ્થ્ય માનવીની વિકાસયાત્રાનાં મહત્ત્વનાં પાસાં રહ્યાં છે. બંનેનો ઉદ્દેશ માનવજીવનને સંવારવાનો રહ્યો છે. બંને એકબીજા સાથે જોડાયેલાં છે, પણ બાહ્ય રીતે આ બંનેની પદ્ધતિઓમાં ઘણો ફરક છે. સાંપ્રત સમયમાં ધર્મને સ્વાસ્થ્યના દૃષ્ટિકોણથી જોવાનો પ્રવાહ પ્રચલિત થયો છે. આ લેખ પણ જૈન ધર્મ આજના સમયની સ્વાસ્થ્યની સમસ્યા નિવારવા માટે કઈ રીતે ઉપયોગી છે એની ચર્ચા કરે છે.

જૈન ધર્મ વિશ્વના પ્રાચીન ધર્મોમાંનો એક છે. દરેક ધર્મમાં હોય તેમ જૈન ધર્મમાં બાહ્ય-આંતિરક, નિશ્ચયવ્યહાર, તત્ત્વ-ક્રિયા વગેરેનો સમાવેશ થાય છે. આ બધાનો વ્યક્તિના સ્વાસ્થ્ય સાથે નિકટનો સંબંધ છે. મોટે ભાગે આપણે સ્વાસ્થ્ય એટલે રોગની ગેરહાજરી એવો અર્થ લઈએ છીએ, પણ આ વ્યાખ્યા તો નકારાત્મક છે. ખરેખર તો સ્વસ્થ વ્યક્તિ એટલે જે પોતાના રોજિંદા કામને ચુસ્તી અને સ્ફૂર્તિથી કરી શકે. આવી નીરોગી જીવનશૈલી જૈન ધર્મના માર્ગદર્શનથી શક્ય બની શકે છે.

સાંપ્રત સમયની સ્વાસ્થ્યની સમસ્યાઓ :

આજનો સમય ઝડપનો છે. બધાને બધું જ ફાસ્ટ જોઈએ છે. એક ક્યારેય

ખતમ ન થાય એવી હરીફાઈમાં આપણે દોડી રહ્યા છીએ. આ પરિસ્થિતિએ આપણા જીવનમાં ઘણા રોગોને જન્મ આપ્યો છે. પહેલાના સમયમાં સાદું જીવન અને ઉચ્ચ વિચારોની બોલબાલા હતી. અત્યારે lifestyle diseases (જીવનશૈલીને કારણે થતા રોગો)નો જમાનો છે. આજના સમયમાં આપણે ઘણાં બધાં પ્રલોભનો અને પડકારોનો સામનો કરી રહ્યા છીએ. જેમ કે મોબાઈલ, મોલ અને મલ્ટિનેશનલ કંપનીઓ. આ બધાના પરિણામ સ્વરૂપે આપણી આજુબાજુ આપણને હૃદયરોગ, બ્લડપ્રેશર અને ડાયાબિટીસ જેવા રોગો બહોળા પ્રમાણમાં જોવા મળે છે. આ રોગો પાછળનાં કારણોને ત્રણ વર્ગોમાં વિભાજીત કરી શકાય - શારીરિક, માનસિક અને પર્યાવરણીય. શારીરિક કારણોમાં આહાર અને જીવનશૈલી એ બે સૌથી મુખ્ય બાબતો છે. માનસિક કારણોની વાત કરીએ તો ટેન્શન મોટા ભાગની બીમારીઓનું મૂળ છે. તો બીજી બાજુ ભોગવાદી જીવનશૈલીને કારણે પર્યાવરણીય પ્રદૂષણે માઝા મૂકી દીધી છે. આ બધી સમસ્યાઓમાં જૈન ધર્મ માગદર્શકરૂપ બની શકે છે.

રોગ : ઉપચાર અને બચાવ

સ્વાસ્થ્યની સમસ્યા સાથે બે પ્રકારના અભિગમ રાખી શકાય. ઉપચારાત્મક અને સંરક્ષણાત્મક. રોગ થાય પછી એના ઇલાજ માટે કરાતા ઉપાયો મોટે ભાગે નકારાત્મક હોય છે. ઉત્તમ પરિસ્થિતિ એ કહી શકાય કે રોગ ન થાય એવી રીતની જીવનશૈલી અપનાવવી. દવાઓથી રોગને મર્યાદ્દિત કરી શકાય કે રોકી શકાય, પણ રોગ પાછો ન થાય એ માટેના ઉપચાર સકારાત્મક હોવા જરૂરી છે. જૈન ધર્મના તત્ત્વ, ક્રિયાઓ અને તપ આમાં વિશેષ રીતે ઉપયોગી બની શકે.

આહાર :

આપણે બધા શરીરધારી જીવો છીએ. શરીર છે માટે ભૂખ છે, ભૂખ છે એટલે આહારની જરૂરત છે. આપણા જીવનનું પૂર્ણચક્ર આહારથી સંચાલિત થાય છે. આપણી બધી વૃત્તિઓ આહારથી સંચાલિત થાય છે. એમ સમજો ને કે કેટલાક જીવવા માટે ખાતા હોય છે, કેટલાક ખાવા માટે જીવતા હોય છે. આમ તો જીભ માટે, સ્વાદ માટે જરૂરથી વધારે જ્યારે ખાવામાં આવે છે ત્યારે ખરેખર તો એક ભાગ જ શરીર માટે હોય છે અને ત્રણ ભાગ ડૉક્ટરો માટે હોય છે. આપણી

આજુબાજુ જોવા મળતી મોટા ભાગની બીમારીઓ - હૃદયરોગ, બ્લડપ્રેશર, કિડની સંબંધિત રોગોનો આહાર સાથે સંબંધ છે. એક બાજુ હોટેલો, ફુડ આઉટલેટ્સ વધી રહ્યા છે તો બીજી બાજુ હૉસ્પિટલો વધી રહી છે. આપણી જૈન પરંપરામાં મિતઆહાર પર ભાર મૂકવામાં આવ્યો છે મિતઆહાર એટલે થોડું, મર્યાદામાં ખાવું. આહાર સાથે પવિત્રતા અને નિર્મળતા જોડાયેલી છે. ભોજન બનાવવા માટે પવિત્ર ભાવનાવાળી વ્યક્તિ અપેક્ષિત છે. આહાર સમયે મનમાં શુભ ભાવોનું મહત્ત્વ સ્વીકારવામાં આવ્યું છે.

આહારની મનની ક્રિયાઓ પર અસર થાય છે. તે મનને પણ પોષણ આપે છે જેનાથી મન વિકૃત, ઉત્તેજિત થાય એવો તામસી ખોરાક ત્યાગવા યોગ્ય માનવામાં આવ્યો છે.

ઉપવાસ :

આપણા માટે ખાવું જેટલું મહત્ત્વપૂર્ણ છે 'નહીં ખાવું' પણ એટલું જ મહત્ત્વનું છે. જ્યાં સુધી આપણે'નહીં ખાવા' પર વિચાર નથી કરતા ત્યાં સુધી આહારનો વિષય પૂર્ણ દૃષ્ટિથી ચર્ચિત નથી થતો. સ્વાસ્થ્ય માટે સંતુલિત આહાર જરૂરી છે તો તેને માટે આહારને છોડવું પણ જરૂરી છે. ઉદાહરણ તરીકે આજના સમયની ૯૦%થી વધારે બીમારીઓ વધારે પડતો આહાર અને સ્વાદિષ્ટ, મસાલેદાર, ચટાકોદાર આહારને કારણે ઉદ્‌ભવેલી છે.

જૈન ધર્મમાં ઉપવાસને હંમેશાથી મહત્ત્વ આપવામાં આવ્યું છે. ઉપવાસ એટલે આત્માની પાસે વસવું. વ્યવહારિક રીતે ઉપવાસમાં અન્નના ત્યાગની વાત છે. સ્વાસ્થ્યની દૃષ્ટિએ વિચારીએ તો અઠવાડિયે એક દિવસ ઉપવાસ કે અમુક મર્યાદા સુધીના ઉપવાસથી સ્વાસ્થ્ય જળવાય છે. સતત કામ કરી રહેલા આપણા શરીરના તંત્રને આરામ મળે છે અને શરીરમાંના toxic (ઝેરી તત્ત્વો) દૂર થાય છે. અત્યારે નેચરોપથી વગેરેમાં ઉપવાસને એક ઈલાજ તરીકે વાપરવામાં આવે છે. 'પ્રો-લોંગ ફાસ્ટિંગ ઇન જૈન ટ્રેડિશન' પ્રકલ્પમાં પાયાનું પ્રદાન કરનારા ન્યૂરોલૉજીસ્ટ ડૉ. સુધીરભાઈ શાહના મતે ત્રણ ઉપવાસથી શરીરશુદ્ધિ થાય. આઠેક ઉપવાસથી માનસિક શાંતિ મળે. ૨૧ કે વધુ ઉપવાસથી શરીર કે ઇન્દ્રિયો પર કાબૂ મેળવી

શકાય. પેટ, આંતરડા, કિડનીના ઘણાખરા રોગોના ઇલાજ માટે ઉપવાસ એક અક્સીર ઉપાય છે. આપણે ત્યાં કહેવાય છે 'Prevention is better than cure' ઉપવાસ પાચનક્રિયામાં મદદરૂપ થઈ રોગને રોકે છે. ન ખાવાથી કે ઉપવાસ કરવાથી શરીરમાં નિબર્ળતા આવે છે એ ખોટો ભ્રમ છે. માનવશરીરની રચના એવી છે કે જ્યારે અમુક દિવસો સુધી અનાજ ન ખાવામાં આવે તો શરીર વધારાની ચરબી બાળે કે વાપરે છે.

ઉણોદરી :

જૈન ધર્મમાં બાર પ્રકારના તપમાં ઉણોદરીનો સમાવેશ કરવામાં આવ્યો છે. ઉણ એટલે ઓછું અને ઉદર એટલે પેટ. એ રીતે ઉણોદરીનો અર્થ થાય કે ભૂખ હોય એનાથી ઓછું ખાવું. થાળી પૂરી ભરીને જમો છતાંય એને તપ કહેવાય. ધર્મની દૃષ્ટિએ આમાં જીભ પરના સંયમની વાત છે. નિયમિત રીતે ઉણાદરી કરવામાં આવે તો શરીરમાંની સુસ્તી દૂર થઈ જાય અને શરીરમાં ચુસ્તી અને તાજગી આવી જાય. સ્વાસ્થ્યના દૃષ્ટિકોણથી જોઈએ તો અત્યાચારના મોટા ભાગના લાઇફ-સ્ટાઈલ રોગોનો સંબંધ overeating સાથે છે. ઉદાહરણ તરીકે ડાયાબિટીસ, હાઈ-બ્લડપ્રેશર વગેરે. ડાયેટિશિયન નંદિતા દિવેકર જે કરીના કપૂરના ઝીરો ફીગર માટે જાણીતી છે તેણે પોતાના પુસ્તક 'Loose your weight, don't loose your Mind'માં પણ આ જ વાત કરી છે.

રસપરિત્યાગ :

રસનો અથવા સ્વાદિષ્ટ ભોજનનો ત્યાગ એક મહત્ત્વનું તપ જૈન પરંપરામાં માનવામાં આવ્યું છે. આમાંથી માખણ, દૂધ, દહીં, મીઠાઈ, મીઠું, તેલ, વગેરેનો સમાવેશ થાય છે. આમ જોવા જઈએ તો આમાંથી એક અથવા વધારેના ત્યાગથી ચરબીમાં ઘટાડો થાય છે. કોલેસ્ટ્રોલ કન્ટ્રોલમાં રહે છે. મોટાપો, હાયપરટેન્શન અને હૃદયરોગ અટકાવી શકાય છે. સાકર, મીઠા વગરના ભોજનથી ડાયાબિટીસ, આર્થરાઈટીસ અને કિડની સંબંધિત તકલીફોથી બચી શકાય છે.

કાયકલેશ :

જન ધર્મમાં કાયકલેશને એક તપ માનવામાં આવ્યું છે. કાયકલેશ એટલે શરીરને

કષ્ટ આપવું. શરીરનાં વિવિધ આસનોનો આમાં સમાવેશ થાય છે. જ્યારથી આપણે વંદના, ખમાસણાથી દૂર થયા છીએ ત્યારથી યોગ, ફીટનેસ-exercise અને gymની જરૂર વધી ગઈ છે. એટલે કે જૈન ધર્મની ક્રિયાઓ અને અનુષ્ઠાનોના સ્વાસ્થ્યની દૃષ્ટિએ ઘણા ફાયદા છે.

ધ્યાન :

ધ્યાનને જૈન પરંપરામાં આંતરિક તપ ગણવામાં આવ્યું છે. અહીં મનને એકાગ્રિત કરવાની વાત છે. આજના સમયમાં મોટા ભાગના લોકોને ચિંતા અને ટેન્શન સતાવે છે. ધ્યાન આપણા મનને સાફ કરી એને રિચાર્જ કરવાનું કામ કરે છે. ધ્યાન માનસિક તણાવ ઘટાડવામાં મદદરૂપ થાય છે. એક જબરદસ્ત માનસિક શાંતિનો અનુભવ થાય છે.

શાકાહાર :

અહિંસાનો સિદ્ધાંત જૈન ધર્મનો પ્રાણ માનવામાં આવે છે. હિંસાનું અલ્પીકરણ એ અહિંસક આહારનું મુખ્ય સૂત્ર છે. આ શાકાહારી જીવનશૈલીથી શક્ય છે. સ્વાસ્થ્ય અને સંસ્કારના દૃષ્ટિકોણથી પણ શાકાહાર શ્રેષ્ઠ વિકલ્પ છે. ભારતીયોમાં સૌથી વધુ જોવા મળતી ત્રણ લાઇફસ્ટાઈલ બીમારી હાઈ બ્લડપ્રેશર, આર્થારાઇટીસ અને ડાયાબિટીસ, ટાઈપ-ટુ માંસાહાર સાથે સંકળાયેલી છે. સ્ટ્રેસ, કસરતનો અભાવ થાય ખોટી આહારશૈલીને લીધે હાઈ બ્લડપ્રેશર થાય છે. માંસાહારથી શરીરમાં કોલેસ્ટ્રોલનું પ્રમાણ વધે છે. સાત વર્ષ ચાલેલા એક અભ્યાસમાં શાકાહારીઓની તુલનાએ માંસાહારીઓમાં બ્લડપ્રેશર વધવાનું જોખમ વધુ જોવા મળ્યું હતું. શાકાહારીઓનું કોલેસ્ટ્રોલનું પ્રમાણ નીચું હોય છે. સ્વીડિશ અભ્યાસમાં જાણવા મળ્યું હતું કે સંધિવા માટે જવાબદાર તત્ત્વો સામે વેગન ડાયેટ લડે છે. અભ્યાસના પરિણામમાં જાણવા મળ્યું હતું કે વેગન ડાયેટ લેનારાઓમાં ચરબીનું પ્રમાણ ઓછું થયું હતું અને સંરક્ષણાત્મક એન્ટિબોડીઝનું પ્રમાણ વધ્યું હતું. અનેક સંશોધકોએ સાબિત કર્યું છે કે શાકાહારી વધારે શક્તિશાળી, ઉદ્યમી, વધારે વજન ઉપાડી શકે એવા, શાંતસ્વભાવી અને ખુશમિજાજી હોય છે.

જાપાનમાં કરેલા અભ્યાસ પરથી સાબિત થાય છે કે શાકાહારી ન ફક્ત સ્વસ્થ અને નીરોગી રહે છે પરંતુ દીર્ઘજીવી અને બુદ્ધિશાળી હોય છે.

અનેકાંતવાદ :

અનેકાંતવાદ જૈન તત્ત્વજ્ઞાનની ઈમારતનો પાયો છે. અનેકાંતવાદ એટલે એક જ પરિસ્થિતિને જુદા જુદા દૃષ્ટિકોણથી જોવી. આ સંદર્ભમાં હાથી અને છ આંધળી વ્યક્તિઓની વાર્તા બહુ જાણીતી છે. આંધળી વ્યક્તિ હાથીને સ્પર્શ કરે છે અને હાથીના પગ થાંભલા જેવા છે તો હાથી થાંભલા જેવો હશે એમ માનશે. એવી જ રીતે બીજી આંધળી વ્યક્તિ પોતાના સ્પર્શના અનુભવને આધારે હાથીના આકાર વિશે ધારણા બાંધે છે. આપણી પરિસ્થિતિ આ આંધળી વ્યક્તિઓ જેવી છે. એને કારણે આપણા બધાના જીવનમાં ટેન્શન છે. જો અનેકાંતવાદ જીવનમાં in thing બની જાય તો તણાવ આપાં જીવનમાંથી out થઈ જાય. આપણા મનના ટેન્શનને કારણે કેટલી બધી સ્વાસ્થ્ય સમસ્યાઓ આપણા જીવનમાં ઊભી થયેલી છે. અનેકાંતવાદી દૃષ્ટિકોણથી આ બધી સમસ્યાઓ ઉડન છૂ થઈ શકે છે.

કર્મનો સિદ્ધાંત :

કર્મના સિદ્ધાંત અને સ્વાસ્થ્યપ્રત જીવનશૈલીનો પણ નિકટનો સંબંધ છે. કેવી રીતે ? કર્મની કાફે એટલે કે હોટેલમાં perfect timingવાળી સેવા મળે છે. દરેક કર્મ એના સમયે એનું ફળ આપે જ છે. આ વિધાનમાં જો આપણે પૂર્ણ શ્રદ્ધા રાખીએ તો જીવન માટેની આપણી મોટા ભાગની ફરિયાદો delete થઈ જાય. જે બાબતો આપણે બદલી શકતા નથી એને સ્વીકારવાની સમજદારી આવે છે અને જેને બદલી શકીએ છીએ એને બદલવાની શક્તિ આવે છે.

આવા ઘણા બધા, સ્વાસ્થ્યની સમસ્યાઓ માટેનાં રહસ્યો જૈન ધર્મના પેટાળમાં ધરબાયેલાં છે. હા, પણ આની સાથે ઘણી મર્યાદાઓ અને પડકારો છે. જેમ કે જૈન ધર્મની દરેક બાબત સ્વાસ્થ્યપ્રદ જીવનશૈલીના લેબલમાં fit થઈ શકશે એવી સાબિતીઓ નથી. બીજી બાજુ મેડિકલ વિજ્ઞાનના સંશોધનોની પોતાની મર્યાદાઓ

છે. સાધનોની મર્યાદાને કારણે ઘણી બધી બાબતો સાબિત નથી થઈ અથવા નથી થઈ શકતી. ધર્મ આખરે શ્રદ્ધાનો વિષય છે, પુરાવાનો નહીં. જૈન ધર્મ આધારિત જીવનશૈલી સ્વાસ્થ્ય સંબંધિત અઢળક ફાયદાઓ થઈ શકે છે, પણ કર્મનિર્જરા અને મોક્ષપ્રાપ્તિનો મુખ્ય ઉદ્દેશ ભુલાય નહીં એ વાતનું ચોક્કસપણે ધ્યાન રાખવું. પથ્થરો પાછળ દોડવાને બદલે જૈન ધર્મરૂપી પારસમણિના મૂલ્યને સમજીએ, સાચવીએ અને આગળ વધીએ.

(મુંબઈસ્થિત જૈન ધર્મનાં અભ્યાસુ હેમાલીબહેન સોમૈયા કૉલેજનાં પ્રોફેસર છે અને સેમિનારોમાં અભ્યાસપૂર્ણ શોધપત્રો પ્રસ્તુત કરે છે).

◎

ગુણવંત બરવાળિયનાં પુસ્તકો

સર્જન તથા સંપાદન

ખાંભા (અમરેલી)ના વતની ગુણવંતભાઈએ **C.A.** સુધી અભ્યાસ કર્યા બાદ, હાલ ટેક્સ્ટાઈલ ઈન્ડસ્ટ્રીમાં પ્રવૃત્ત છે. જૈન કૉન્ફરન્સના મંત્રી, મુનિશ્રી સંતબાલજી પ્રેરિત વિશ્વવાત્સલ્ય પ્રાયોગિક સંઘ, મુંબઈ - ચીંચણી, કલ્પતરુ સાધના કેન્દ્ર-દેવલાલી, પારસધામ સંઘ -ઘાટકોપર, પ્રાણગુરુ જૈન સેંટર, એમ. બી. બરવાળિયા ફાઉન્ડેશનની સ્પંદન હોલીસ્ટીક ઈન્સ્ટિટયૂટ વગેરેમાં ટ્રસ્ટી છે. ઘણી સંસ્થાઓના મુખપત્રમાં તંત્રી તરીકે સેવા આપેલ છે. અમેરિકા, સિંગાપોર વગેરેમાં તેમનાં સફળ પ્રવચનો યોજાયાં છે. તેમનાં ધર્મપત્ની મધુબહેને હિન્દી સાહિત્યમાં ડૉક્ટરેટ કરેલ છે. તેમના મુંબઈ સમાચારમાં પ્રગટ થયેલા લેખના ''પ્રથમ જૈન પત્રકાર એવોર્ડ'' તથા મહારાષ્ટ્ર રાજ્ય ગુજરાતી સાહિત્ય અકાદમીનો તેમના પુસ્તક 'વિશ્વકલ્યાણની વાટે'ને પ્રથમ એવોર્ડ મળેલ છે.

◎ હૃદયસંદેશ ◎ પ્રીત-ગુંજન ◎ શ્રીમદ્ રાજચંદ્ર એક દર્શન ◎ અમૃતધારા ◎ સમરસેન વયરસેન કથા ◎ સંકલ્પ સિદ્ધિના સોપાન ◎ Glimpsis of world Religion ◎ Introduction to Jainisim ◎ Commentray on non-violence ◎ Kamdhenu (wish cow) ◎ Glorry of detechment ◎ ઉપસર્ગ અને પરીષહ પ્રધાન જૈન કથાઓ ◎ વિનય ધર્મ ◎ ભારતીય સંસ્કૃતિમાં દાનભાવના ◎ ભારતીય સંસ્કૃતિમાં ગુરુમહિમા ◎ આગમ અવગાહન ◎ જ્ઞાનધારા (ભાગ ૧ થી ૧૯) (જૈન સાહિત્ય જ્ઞાનસત્રમાં વિવિધ વિદ્વાનોના પ્રસ્તુત થયેલા નિબંધો અને શોધપત્રોના સંગ્રહ) ◎ કલાપીદર્શન (ડૉ. ધનવંત શાહ સાથે) ◎ જૈન દર્શનમાં કેળવણી વિચાર ◎ અધ્યાત્મસુધા (ડૉ. મધુબહેન બરવાળિયા સાથે) ◎ વિચારમંથન ◎ દાર્શનિક દૃષ્ટા ◎ જૈન ધર્મ (પરિચય પુસ્તિકા) ◎ અહિંસા મીમાંસા (ડૉ. કનુભાઈ શેઠ સાથે) ◎ ચંદ્રસેન કથા (ડૉ. કનુભાઈ શેઠ સાથે) ◎ અમરતાના આરાધક ◎ જૈન દર્શન અને ગાંધીવિચારધારા ◎ અધ્યાત્મનિષ્ઠ સંતબાલજી ◎ આપની સન્મુખ ◎ મર્મ સ્પર્શ (ડૉ. જયંત મહેતા સાથે) ◎ વીતરાગ વૈભવ ◎ આગમ દર્શન ◎ જ્ઞાનસાધના અને સરસ્વતી વંદના ◎ વિશ્વવાત્સલ્યનો સંકલ્પ ◎ વાત્સલ્યનું અમીઝરણું (માતૃવાત્સલ્યનાં વિવિધ સ્વરૂપો) ◎ જીવનસંધ્યાએ અરુણોદય ◎ સર્વધર્મદર્શન (વિશ્વના મુખ્ય ધર્મોનો પરિચય) ◎ આદર્શ કેળવણીનું ઉપનિષદ ◎ અણગારનાં અજવાળાં (પ્રો. પ્રવીણાબહેન ગાંધી સાથે) ◎ ઉરનિર્ઝરા (કાવ્ય સંગ્રહ) ◎ તપાધિરાજ વર્ષીતપ ◎ દામ્પત્યવૈભવ (દાંપત્યજીવનને લગતા લેખોનો સંચય) ◎ ઉત્તમ શ્રાવકો ◎ ભગવાન મહાવીર અને સંયમજીવન ◎ મૃત્યુનું સ્મરણ (મૃત્યુ ચિંતન) ◎ Aagam An Introduction ◎ Development & Impact of Jainism in India & abroad. ◎ જૈન પત્રકારત્વ◎ અધ્યાત્મ આભા ◎ શ્રી ઉવસગ્ગહરં સ્તોત્ર : એક અધ્યયન ◎ શ્રુતજ્ઞાનનાં અજવાળાં ◎ શૈલેશી (આલોચના અને ઉપાસના) ◎ જૈન ધર્મના ચોવીશ તીર્થંકરો ◎ વિશ્વકલ્યાણની વાટે ◎ જૈન વિશ્વકોશ ભાગ-૧થી ૪ (ડૉ. કુમારપાળ દેસાઈ સાથે) ◎ પાકિસ્તાનનાં જૈન મંદિરો (અનુવાદ) ◎ જૈન ધર્મની ગઈ કાલ, આજ અને આવતી કાલ.

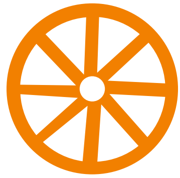
E-mail : gunvant.barvalia@gmail.com

022 - 42153545

સર્વ ધર્મના પાવન પ્રતીકો

શિખ ધર્મ

હિન્દુ ધર્મ

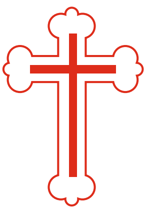


બૌદ્ધ ધર્મ

તાઓ ધર્મ

જૈન ધર્મ

ઈસ્લામ ધર્મ



ખ્રિસ્તી ધર્મ

ઝોરોષ્ટ્રીયન ધર્મ

જ્યુડિશમ ધર્મ

શિન્તો ધર્મ

કોન્ફ્યુસિયસ ધર્મ

ISBN NO.: 978-93-88116-41-1

₹ 225/-