

परम प्रेरणा

प्रेरणाथी परमात्मा
Aspire to Inspire



राष्ट्रसंत परम गुरुदेव श्री नम्रमुनि मडाराज साडेबनां
आत्मछितकारी प्रवचनो

पुरुषार्थ ने
प्रेरकालुं
जल मने
तल

पुरुषार्थ
पुर्कालुं
पहोमि.

पुष्प

परम प्रेरणा

प्रेरणाथी परमात्मा
Aspire to Inspire



राष्ट्रसंत परम गुरुदेव श्री नम्रमुनि महाराज साडेबनां
प्रेरणादायी प्रवचनो.



પરમ પ્રેરણા

રાષ્ટ્રસંત પરમ ગુરુદેવ શ્રી નમ્રમુનિ મહારાજ સાહેબનાં પ્રવચનો

પ્રથમ આવૃત્તિ: સપ્ટેમ્બર-2020

પ્રકાશક: પરમ પ્રકાશન

Jain Diksha (Public & Religious Trust)

in association with Parasdham

Opp. B. C. C. I. Ground, Mahavir Nagar, Kandivali (West),

Mumbai – 400 067, Maharashtra, India

: પ્રાપ્તિસ્થાન :



PARASDHAM

- # Vallabh Baug Lane, Tilak Road, Ghatkopar (East),
Mumbai – 400 077, Maharashtra, India
- # 12/2A, Bakul Bagan Row, Bakul Bagan, Bhowanipore,
Kolkata – 700 025, West Bengal, India
- # 4, Africa Colony, Saurashtra Kala Kendra, Sadguru Nagar,
Kalavad Road, Rajkot- 360 007, Gujarat, India



PAWANDHAM

- # Opp. B. C. C. I. Ground, Mahavir Nagar, Kandivali (West),
Mumbai – 400 067, Maharashtra, India
- # Hathibhai Nagar, Diwalipura, Old Padra Road,
Vadodara – 390 015, Gujarat, India

connect@parasdham.org

[Contact: +91 8657484493](tel:+918657484493)

Published by: Param Prakashan

દોરેક માનવીના જીવનનો માર્ગ અને તેની પ્રવૃત્તિઓ
એક તત્ત્વના આધારે નક્કી થતાં હોય છે.

જેને કહેવાય છે, પ્રેરણાનું તત્ત્વ!

પ્રેરણાના ઉદ્ગમસ્થાન વ્યક્તિ વ્યક્તિએ અલગ
હોઈ શકે.

કોઈ ઘટના કે પ્રસંગ,

કોઈ દ્રશ્ય કે ચિત્ર,

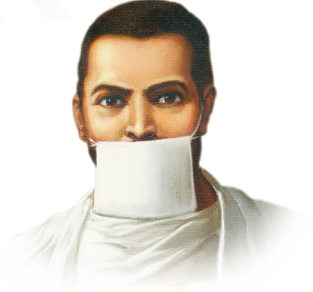
કોઈક અવાજ કે કોઈક એક વચનમાંથી ઉદ્ભવતી
પ્રેરણાની એક નાનકડી ચિનગારી જીવનને ગુણ સમૃદ્ધ
બનાવી કલ્યાણની કેડી કંડારી જતી હોય છે.

રાષ્ટ્રસંત પરમ ગુરુદેવ શ્રી નમ્રમુનિ મહારાજ
સાહેબના શ્રીમુખેથી વહેતી આવી જ પ્રેરણાનું અક્ષર
સ્વરૂપ, એટલે પરમ પ્રેરણા!





નિદ્રાવિજેતા આચાર્યદેવ
પૂજ્ય શ્રી ડુંગરસિંહજી
મહારાજ સાહેબ



સૌરાષ્ટ્ર કેસરી
પૂજ્ય શ્રી પ્રાણલાલજી
મહારાજ સાહેબ



પ્રગટ પ્રભાવક
પૂજ્ય શ્રી માણેકચંદ્રજી
મહારાજ સાહેબ



તપસમ્રાટ
પૂજ્ય ગુરુદેવ શ્રી રતિલાલજી મહારાજ સાહેબ

હે ઉપકારી ગુરુદેવ!
આપશ્રીના ચરણોમાં ભાવપૂર્વક વંદન



રાષ્ટ્રસંત પરમ ગુરુદેવ
શ્રી નમ્રમુનિ મહારાજ સાહેબનાં 50મ્ જન્મોત્સવ,
પરમોત્સવ અવસરે, 50 પ્રવચન પુસ્તકોનું પ્રકાશન

પરમ અક્ષર

આત્મસાધકને સપ્રેમ ભેટ

To

From

કલ્યાણમિત્ર

શ્રુતજ્ઞાન અનુભોદના



શાસન ઈપક ગુરુદેવ
પૂજ્ય શ્રી નરેન્દ્રમુનિ મહારાજ સાહેબ

અને

મા સ્વામી
પૂજ્ય શ્રી જયવિજયાજી મહાસતીજીની
પરમજ્ઞાન વારસાની
ઉપકાર ભાવે અભિવંદના કરતાં

ધર્મવત્સલા શ્રી બીનાબેન અજયભાઈ શેઠ
કવેસ્ટ ફાઉન્ડેશન, સાયન

“
તું તારા ભાવમાં રહે, એને એના ભાવમાં રહેવા દે,
એને કારણે તું તારા ભાવ ન બગાડ

“
સામાયિકનું મહત્ત્વ-આ એક કલાકની સાધના
એ આપણને બાકીના 23 કલાકમાં
કેવી રીતે જીવવું એ શીખવાડી જાય છે.

“
ધર્મ એટલે જીવવાની કળા



શાસન દીપક ગુરુદેવ
પૂજ્ય શ્રી નરેન્દ્રમુનિ
મહારાજ સાહેબ

મૃત્યુ પછી માણસ સ્વર્ગમાં જાય એ મહત્ત્વનું નથી,
મહત્ત્વનું એ છે કે જ્યાં જાય,
ત્યાં સ્વર્ગ જેવું ધર્મમય વાતાવરણ ઊભું થાય.

“
પરિગ્રહત્યાગના સાધનથી
પાપના પરિપાકનો મેલ ધોઈને
આત્માને જે નિર્મળ બનાવે તે ‘દાન’

“
‘દાન’ આત્માની શુદ્ધિ કરવાનું પ્રથમ પગથિયું છે.



મા સ્વામી
પૂજ્ય શ્રી જયવિજયાજી મહાસતીજી



આ ગ્રંથ પ્રકાશનના સહયોગી

જગતના અનેક આત્માઓ માટે
સત્યવાણીનો પરમ યોગ કરાવીને
હજારો આત્માઓને સંસાર સાગર તરાવી રહેલા
આ ગ્રંથના સર્જનમાં અમને સંપત્તિના
પરિગ્રહથી મુક્ત થવાનો અવસર મળ્યો.

વારંવાર આવો અવસર
અમને પ્રાપ્ત થાય એ જ ભાવના...

શ્રી લિપિબેન ચેતનભાઈ ભાવસાર
(અમદાવાદ)

INDEX

01	<u>પ્રેરણા</u> મન બને express train!	15
02	<u>પ્રેરણા</u> It's possible!	27
03	<u>પ્રેરણા</u> હવે મહોરાને ઊતારો!	33
04	<u>પ્રેરણા</u> સંસ્કાર ગુરુ ક્યારે બને?	41
05	<u>પ્રેરણા</u> Past ને જાણો!	55
06	<u>પ્રેરણા</u> એક રમત ન રમવાની!	65
07	<u>પ્રેરણા</u> સંસ્કૃતિ અને સંસ્કારનો સમન્વય કરવાની!	75

INDEX

08	<u>પ્રેરણા</u> પકડને ન પકડો!	87
09	<u>પ્રેરણા</u> કૃપાને કવચ બનાવવાની!	101
10	<u>પ્રેરણા</u> પરાધીનતાનો અંત કરવાની!	111
11	<u>પ્રેરણા</u> જો જો, ગુણ અવગુણ ન બને!	119
12	<u>પ્રેરણા</u> સૂતા પણ જાગૃત રહેવાની!	129
13	<u>પ્રેરણા</u> વૃદ્ધાવસ્થાને સમૃદ્ધ બનાવવાની!	141
14	<u>પ્રેરણા</u> મૃત્યુને મહોત્સવ બનાવવાની!	149

01

પ્રેરણા

મન બને express train !

મન...

મન એક એવું powerful માધ્યમ છે જે ધારે તો પળમાં પરિભ્રમણથી મુક્તિ અપાવી દે અને ધારે તો પળમાં સાતમી નરક સુધી લઈ જાય.

શરીર અને મન બન્નેનું material એક હોય કે અલગ હોય? એક જ હોય. છતાં શરીર એક second માં અમેરિકા જઈ શકે? ન જઈ શકે. જ્યારે મન જઈ શકે, કેમ કે શરીર સ્થૂળ છે જ્યારે મન micro છે, સૂક્ષ્મ છે.

મનુષ્ય અને તિર્યચમાં શું ફરક છે?

મનુષ્ય પાસે powerful મન છે, જ્યારે તિર્યચ પાસે નથી. મન એક powerful પદાર્થ છે, જેને આપણે ધારીએ એટલું strong અને યોગ્ય બનાવી શકીએ. મન એકવાર યોગ્ય બને એટલે એ ધારે તે કરી શકે. મન નક્કી કરે કે બોલવું છે તો અવાજ નીકળે જ. મન જેવું powerful માધ્યમ આપણી પાસે હોવા છતાં ભાગ્યે જ કોઈએ એના પર ચિંતન કર્યું હશે, એના પર અનુપ્રેક્ષા કરી હશે.

તમે તમારા શરીરની ચિંતા કરો છો, પણ ક્યારેય મનના powers પર ચિંતન નથી કરતા; કેમ કે શરીરની health up-down થાય તો તમને અસર થાય છે, પરંતુ મન પણ બીમાર થઈ શકે છે એ કોઈ વિચારતું નથી.

‘તમે જરા પણ ચિંતા ન કરો. તમને એકદમ સારું થઈ જશે. તમે થોડા જ દિવસમાં હરતા-ફરતા થઈ જશો.’
Doctors નાં આ બે-ચાર વાક્યો દર્દીને positive બનાવી દે, એનામાં આત્મવિશ્વાસ જગાડે અને એના મનને strong બનાવી દે અને આ જ કારણે આવા doctors વધારે success જતા હોય છે.

વ્યક્તિ જ્યારે બીમાર પડે છે ત્યારે જાણતાં-અજાણતાં એનું મન પણ માંદું પડી જાય છે. કેટલાક તો મનથી હારી જાય છે, મનથી નબળા થઈ જાય છે જેને કારણે એમને medicines પણ અસર કરતી નથી.

જ્યારે જે મનથી strong હોય તે ગમે તે પરિસ્થિતિમાં મક્કમ રહી શકે, એ ધારે તો હિમાલય પણ ચડી શકે.

આજે દુનિયામાં કેટલાક doctors એવા હોય છે જે માનવમનની માનસિકતાને જાણતા હોય છે. એટલે એ શું કરે? Medicines ની સાથે-સાથે દર્દીના મનને એક સંતોષ આપે છે.

આજે મોટાભાગના લોકો શરીરથી ઓછા અને મનથી વધારે બીમાર હોય છે. એટલે પહેલેથી જ પોતાના મનને હાર આપી દે છે.

માસક્ષમણ કરવું સહેલું કે અઘરું ?

જેઓ મનને મક્કમ કરી શકે છે એમના માટે સહેલું છે અને જેનું મન નબળું છે તેઓ શરીરની ક્ષમતા હોવા છતાં પણ નથી કરી શકતા. તમે જે ધારો તે કરી શકો, પણ તમને મનનો support જોઈએ.

પ્રભુ મહાવીર કેવા હતા? પ્રભુ મહાવીર અડગ મનના હતા. પ્રભુ મહાવીર દ્રઢ મનોબળવાળા હતા. પ્રભુ મહાવીર મક્કમ મનના હતા.

તમારું મન કેવું છે?

Superfast રાજધાની express જેવું કે local train જેવું?

Local train દરેક નાના-મોટા station પર ઊભી રહે, જ્યારે રાજધાની express ત્રણ કે ચાર મોટા-મોટા junctions પર જ ઊભી રહે.

એમ ઘણાનું મન કેવું હોય? નાની-નાની વાતમાં દુઃખી થઈ જાય, નાની-નાની વાતમાં upset થઈ જાય. એણે મને આમ કહ્યું, એણે મારું અપમાન કર્યું, એણે મને એના પ્રસંગે ન બોલાવ્યો, એ મારી સાથે આવો વ્યવહાર કરે છે અથવા આજે મને જરાક માથું દુઃખે છે, આજે મને પેટમાં સારું નથી, આજે મારા પગમાં વાગી ગયું છે અથવા કહેશે, મને આ ન ગમે, મને અહીં ન ફાવે, મને આ ન ભાવે, મને આ તો જોઈશે જ, મને આના વિના ન ચાલે.

જ્યારે જેમનું મન રાજધાની express જેવું હોય એમની life માં junctions જેવા 3-4 જીવનમંત્ર હોય: મને બધું ફાવશે, મને બધું ગમશે, મને બધું ચાલશે, મને બધું ભાવશે.

પ્રભુના ભક્તો, પ્રભુના શ્રાવકો, પ્રભુના ઉપાસકો એ જ હોય જેમને બધું ફાવે, બધું ગમે, બધું ચાલે અને બધું ભાવે. માટે જ એમનાં મન પણ પ્રભુ જેવાં strong અને અડગ હોય.

‘મારે મનને strong બનાવવું છે.’ એવો સંકલ્પ હોવો જોઈએ અને મનને strong બનાવવાના અનેક ઉપાયોમાં બે શ્રેષ્ઠ ઉપાય છે: ધ્યાન અને કષ્ટસહિષ્ણતા.

ધ્યાન:

ધ્યાન બે કામ કરે. ધ્યાન મનને filter કરે અને ધ્યાનની ઉચ્ચતમ દશા મનને strong બનાવે. એકવાર મન strong બની જાય પછી એ ધારે તે કરી શકે.

ભગવાન મહાવીરે સાડા બાર વર્ષ સુધી જે સાધના કરી એમાં સૌથી વધારે ધ્યાનસાધના કરી. ધ્યાનસાધના દ્વારા મનને એટલું strong બનાવ્યું કે લક્ષ્ય સુધી પહોંચી ગયા.

કષ્ટસહિષ્ણતા:

ભગવાન મહાવીરે મનને strong બનાવવા પોતાના જીવનમાંથી જબરદસ્ત બોધ આપ્યો છે. ભગવાને કહ્યું,

નાના-નાના દુઃખોને, નાના-નાના કષ્ટોને સહન કરો અને સહન કરવાની ક્ષમતાને ખૂબ વધારો.

થોડી ભૂખ લાગી છે; સહન કરી લો. થોડી ગરમી થાય છે; સહન કરી લો. થોડો તડકો લાગે છે; થોડા પગ બળે છે; સહન કરી લો. થોડું માથું દુઃખે છે; સહન કરી લો, દવા ન લો. થોડો તાવ આવ્યો છે કે થોડી શરદી થઈ છે; સહન કરી લો, ઉપચાર ન કરો.

જેમ-જેમ સહનશીલતા વધશે તેમ-તેમ મન strong થશે. જેમ-જેમ સહન કરવાની ક્ષમતા વધશે, કષ્ટસહિષ્ણુતા વધશે તેમ-તેમ મન strong થતું જશે.

વિચાર કરો, સૈનિકોનાં મન કેવાં હોય? કેટલાં strong હોય? આટલાં strong કેવી રીતે બને? એમના પર military નું શાસન હોય. એમને ખૂબ દોડાવે, તડકામાં parade કરાવે, ગમે તેટલું થાકી જાય પણ parade તો ફરજિયાત કરવાની. ચાહે ઠંડી હોય, ચાહે ગરમી હોય, ચાહે વરસાદ હોય, નિત્ય નિયમો અને parade તો કરવાની જ. આવાં જાત-જાતનાં કષ્ટોને સહન કરતાં-કરતાં તેમનાં મન strong અને અડગ બની જાય છે.

ભગવાન મહાવીર પણ આત્મયુદ્ધના સૈનિક જ હતા ને! પહેલાં એમણે નાના-નાના દુઃખો સહન કર્યાં, નિર્વસ્ત્ર રહીને ઠંડી અને ગરમી સહન કરી, વિહારનાં કષ્ટો સહન કર્યાં,

જંગલનાં દુઃખો સહન કર્યાં, તાપસનાં કડવાં વચનો સહન કર્યાં, અનાર્થ દેશના લોકોનાં અપમાન સહન કર્યાં, પશુ-પક્ષીઓને સહન કર્યાં. કષ્ટોને સહન કરતાં-કરતાં સ્વયંની ક્ષમતાને એટલી વધારી દીધી કે છેલ્લે જ્યારે ગોવાળે કાનમાં ખીલ્લા માર્યા ત્યારે એને સમતાભાવે સહન કરી શક્યા અને કર્મોને ક્ષય કરી શક્યા.

એમણે પોતાની સહન કરવાની ક્ષમતાને વધારીને મનને strong બનાવ્યું એટલે ભગવાન બની શક્યા. એક જ રાતમાં સંગમદેવ દ્વારા અપાયેલાં ભયંકર અને વેદનાદાયક કષ્ટોને પણ સમતાભાવે સહન કર્યાં એટલે ભગવાન બની શક્યા.

જેમનું મન મક્કમ હોય એ પ્રભુ મહાવીર બની શકે, ભગવાન બની શકે.

જેમનું મન નબળું અને માંદું હોય, એ ક્યારેય ભગવાન મહાવીરના ન હોય અને ક્યારેય ભગવાન મહાવીર જેવા પણ ન બની શકે.

મનને strong બનાવવા આજથી જ નિર્ણય કરી લો, મારે સહન કરવું છે. નાનકડું કૂતરું આવીને પ્રભુને બટકું ભરવા લાગ્યું. પ્રભુએ શું કર્યું? પોતાની જગ્યા change કરીને બીજા વૃક્ષ નીચે ગયા? ના, પ્રભુએ એ challenge ને accept કરી લીધી. કૂતરાને જે કરવું હોય તે કરે, હું તો મારી આત્મસાધનામાં મસ્ત છું.

પ્રભુમાં એ વેદનાને સહન કરવાની ક્ષમતા હતી, કેમ કે પ્રભુએ ધ્યાનસાધના દ્વારા પોતાના મનને એકદમ strong બનાવી દીધું હતું.

તમે પણ તમારા મનને strong બનાવવા એ વ્યક્તિ, વસ્તુ કે વાતાવરણને change કરવાનો પ્રયત્ન ન કરો. Challenge ને accept કરીને મનને strong બનાવવાનો પુરુષાર્થ કરો, એ પુરુષાર્થને પ્રબળ બનાવો.

સામાયિક, પ્રતિક્રમણ, વ્રત-જપ કરવા માત્રથી પ્રભુ વીરના વારસદાર નહીં બનાય. પ્રભુ વીરના વારસદાર બનવા માટે મનને strong બનાવવું પડશે.

મનને strong બનાવવા કષ્ટોને welcome કરવાં પડશે, ધ્યાનસાધના કરવી પડશે.

પ્રસન્નચંદ્રમુનિનું મન યુદ્ધ:

ભગવાન મહાવીરના સમવસરણની બહાર પ્રભુશરણે દીક્ષિત થયેલા પ્રસન્નચંદ્રમુનિ ધ્યાનસાધનામાં લીન-તલ્લીન બનીને ઊભા છે. મનને strong બનાવવાનો પુરુષાર્થ કરી રહ્યા છે. એ જ સમયે નગરના બે પ્રજાજનો ત્યાંથી પસાર થાય છે. મુનિને જોતાં જ એક વ્યક્તિ કહે છે, આપણા રાજા તો એમના નાનકડા દીકરાને રાજગાદી પર બેસાડીને મુનિ બની ગયા છે; પણ પાડોશી રાજાએ આપણા દેશ પર આક્રમણ કર્યું છે, હવે એ નાનકડા રાજકુમારની રાજગાદી છીનવાઈ જશે.

પ્રસન્નચંદ્રમુનિના કાનમાં આ શબ્દો પડે છે અને તેમને પોતાનું રાજ્ય અને વહાલો દીકરો યાદ આવી જાય છે. તે મનમાં ને મનમાં વિચાર કરે છે, હું પાડોશી રાજાને હરાવીને રહીશ, એ નાનકડા રાજા પર આક્રમણ કેવી રીતે કરી શકે? હું મારા રાજ્યને, મારા રાજકુંવરને હારવા નહીં દઉં.

મનના વિચારો સાથે ચહેરાના હાવભાવ અને હાથની actions પણ કાર્યરત થઈ જાય છે. એમાં જ એમનો હાથ મસ્તક પર જાય છે અને ‘અરે! મારો મુગટ ક્યાં? મારો રાજમુગટ મારા મસ્તક પર કેમ નથી?’ આ વિચારતાં જ હાથનો સ્પર્શ મુંડિત મસ્તકને થાય છે અને તરત યાદ આવે છે કે હું હવે મહારાજા નથી, ‘મહારાજ સાહેબ’ છું, મુનિ છું. મારું કોઈ રાજ્ય નથી, મારો કોઈ દીકરો નથી. હું આત્મા છું. હું આત્મયુદ્ધ કરવા મુનિ બન્યો છું, હું રાજયુદ્ધ કરી જ ન શકું.

થોડી ક્ષણો માટે નબળા પડી ગયેલા મનને તેઓ ફરી strong બનાવે છે. મનથી કરેલા યુદ્ધ માટે પારાવાર પસ્તાવો કરે છે. મનથી જ પોતાની સાથે આવા વિચારો આવવા બદલ યુદ્ધ કરે છે અને 48 મિનિટમાં જ સકળ કર્મોનો ક્ષય કરીને કેવળજ્ઞાન અને કેવળદર્શનને પ્રાપ્ત કરે છે.

કેવળજ્ઞાન અને કેવળદર્શનની પ્રાપ્તિ પ્રસન્નચંદ્રમુનિએ કોના દ્વારા પ્રાપ્ત કરી? મન દ્વારા કે તન દ્વારા? તન દ્વારા તો એમણે ગૌચરી, વિહાર આદિ કોઈ સાધના કરી નથી; પણ

મનને strong બનાવી, મનના વિચારો સાથે યુદ્ધ કરી આત્મવિજયની પ્રાપ્તિ કરી.

વિચાર કરો,

સાધના તન દ્વારા વધારે થાય કે મન દ્વારા? મન દ્વારા. આટલાં વર્ષોમાં તમે શરીરની સાધના વધારે કરો છો કે મનની?

મનને strong બનાવવું, મનને positive બનાવવું, મનને અડગ બનાવવું અને ગમે તેવી પરિસ્થિતિમાં પણ મનને માંદું ન પડવા દેવું આ પણ એક પ્રકારની સાધના છે, ધર્મનો એક પ્રકાર છે.

પ્રભુના પથ પર, મોક્ષના માર્ગ પર જો તમારે તમારા જીવનની ગાડીને full speed માં દોડાવવી હોય તો તમારે તમારા મનના engine ને ખૂબ જ strong અને powerful બનાવવું પડશે.

મનનું engine જો strong હશે તો વચનના અને કાયાના ડબ્બા પણ એ જ speed માં દોડી શકશે. મનનું engine strong હોય, powerful હોય અને એ નક્કી કરે કે મારે માસક્ષમણ કરવું છે તો કાયાનો ડબ્બો સાથ આપે જ ને. મનનું engine strong હોય અને વિચારે કે ભલે મેં ક્યારેય પ્રવચન નથી આપ્યું, પણ આજે તો મારે આપવું જ છે તો વચનનો ડબ્બો સાથ આપે જ ને.

મનના engine ની speed માં જ કાયાના અને વચનના ડબ્બા દોડતા હોય છે.

Engine જો local train નું હોય તો એના ડબ્બાઓની ગતિ પણ એવી જ ધીમી હોય અને engine જો રાજધાની express નું હોય તો એના ડબ્બાઓની ગતિ પણ એટલી જ speed વાળી હોય.

આજે સંકલ્પ કરો,

મારે કષ્ટસહિષ્ણુ બનવું છે, મારે નાની-નાની વેદના કે નાની-નાની પીડાને ગણકારવી નથી કે કોઈને કહેવી નથી, મારે મારા મનને strong અને powerful બનાવવું છે; કેમ કે હું પ્રભુ મહાવીરનો વીર વારસદાર છું.



તમારું મન કેવું છે?

Superfast રાજધાની express જેવું કે local train જેવું?

જ્યારે જેમનું મન રાજધાની express જેવું હોય એમની life માં junctions જેવા 4 જીવનમંત્ર હોય: મને બધું ફાવશે, મને બધું ગમશે, મને બધું ચાલશે, મને બધું ભાવશે.

‘મારે મનને strong બનાવવું છે.’ એવો સંકલ્પ હોવો જોઈએ અને મનને strong બનાવવાના અનેક ઉપાયોમાં બે શ્રેષ્ઠ ઉપાય છે: ધ્યાન અને કષ્ટસહિષ્ણુતા.



02

પ્રેરણા

It's Possible!

નમસ્કાર મહામંત્ર, આ એક એવો મંત્ર છે જે મોટા ભાગે બધાને આવડતો હશે અને બધા રોજ બોલતા પણ હશે. રોજ નિયમિતરૂપે બોલવા છતાં પરિવર્તન કેટલું આવ્યું? બહુ જ ઓછું.

નમસ્કાર મહામંત્રનું પ્રથમ પદ, નમો અરિહંતાણં. એમાં એક આત્માને અરિહંત પદની પ્રાપ્તિ શેનાથી થઈ હશે? અરિહંત પદની પ્રાપ્તિનું કારણ શું હશે? એમણે એવું તે શું કર્યું હશે જેના કારણે એમને અરિહંત પદની પ્રાપ્તિ થઈ હશે?

અરિહંત પદની પ્રાપ્તિનું કારણ હોય છે સ્વીકારભાવ. જેમને અરિહંત પદની પ્રાપ્તિ થઈ હશે એમણે જ્યારે, જ્યાં, જેવું બન્યું હશે તે દરેક વાતનો સ્વીકાર કર્યો હશે.

સ્વીકારભાવનો શ્રેષ્ઠ મંત્ર છે, પરિસ્થિતિનો સ્વીકાર, કર્મનો સ્વીકાર, દુઃખનો સ્વીકાર, વ્યક્તિનો સ્વીકાર, વ્યક્તિના સ્વભાવનો સ્વીકાર, પાપોદયનો સ્વીકાર, પુણ્યોદયનો સ્વીકાર, સુખનો સ્વીકાર. 'It's Possible.' આ શક્ય છે, આવું પણ બની શકે છે.

તમે આરામથી બેઠાં-બેઠાં TV જોતા હો અને અચાનક તમને heart attack આવી જાય. બની શકે આવું? It's Possible!

અચાનક તમારો દીકરો આવીને કહે, કાલથી હું મારી life જીવીશ, હું અલગ રહીશ. બની શકે આવું? It's Possible!

અચાનક તમારા વતનથી કોઈ ભાઈ આવે અને તમને કહે કે તમારા જૂના ઘરના hall ની નીચે ખજાનો છે. બની શકે આવું? It's possible? હા કે ના? હા.

સવારથી સાંજ સુધીની ઘટનાઓમાં અને વ્યવહારોમાં ગમે ત્યારે ગમે તે બની શકે છે. એનો સ્વીકાર કરવો એ સુખી થવાનો મંત્ર છે. પણ બને છે શું? તમારો સ્વીકારભાવ શૂન્ય થઈ ગયો હોવાને કારણે તમે પ્રતિકાર કરો છો. પ્રતિકાર કરવાને કારણે સંબંધો બગડે, વ્યવહાર બગડે. પ્રતિકાર કર્યા પછી પરિણામ ન આવે એટલે ક્રોધ આવે, અશાંતિ થાય. અંદરમાં ને અંદરમાં હેરાન-પરેશાન થાવ.

પણ જો આ મંત્ર હૃદયમાં અંકિત હોય તો? આ જગતમાં બધું જ શક્ય છે. સંબંધો સારા પણ થઈ શકે છે અને સંબંધો બગડી પણ શકે છે. વ્યક્તિ સુધરી પણ શકે છે અને વ્યક્તિ બગડી પણ શકે છે. It's Possible.

આજે તમારી સાથે પ્રેમથી વ્યવહાર કરનાર કાલે નફરત પણ કરી શકે છે અને આજે જેની સાથે દુશ્મની છે તે કાલે મિત્ર પણ બની શકે છે. આજે જેનો સ્વભાવ સારો છે એનો સ્વભાવ કર્મોના ઉદય પ્રમાણે કાલે બદલાઈ પણ શકે છે અને આજે જેનો સ્વભાવ ખરાબ છે તેનો કાલે સુધરી પણ શકે છે.

આ જગતમાં કંઈ પણ બની શકે છે. ધરતીકંપ પણ

આવી શકે છે, ધોધમાર અવિરત વરસાદ પણ આવી શકે છે, દુકાળ પણ આવી શકે છે, corona પણ આવી શકે છે અને terrorist નું આક્રમણ પણ આવી શકે છે. બધું જ શક્ય છે.

સૌથી મોટી સમસ્યા એ જ છે કે દુનિયાના મોટા ભાગના લોકો ઘણીવાર શક્યતાનો સ્વીકાર કરી શકતા નથી, કેમ કે તેઓ ક્યારેય કોઈ પણ શક્યતાની કલ્પના કરતા નથી. એટલે જ્યારે આવી કોઈ ઘટના બને છે ત્યારે તેમના અંતરમાં બે ભાવ સર્જાય છે: આશ્ચર્ય અને આઘાત.

માનો કે તમને એક વ્યક્તિ સાથે problem થયો હોય અને તે વ્યક્તિ અચાનક જ તમારી સાથે એકદમ સરસ વ્યવહાર કરવા લાગે તો તમને એકદમ આશ્ચર્ય થશે કે આવું કેમ બન્યું? આ વ્યક્તિમાં આટલું પરિવર્તન કેવી રીતે આવ્યું?

આ પણ શક્ય છે ને? આવું બને છે ને? It's Possible.

બની શકે કે તમે રસ્તા પર શાંતિથી ચાલતા હો અને શાંતિથી બેઠેલું કૂતરું અચાનક તમારી સામે જોઈને ભસવા પણ લાગે અથવા શક્ય છે કે શાંત બેસી પણ રહે. બધું જ શક્ય છે.

તમારે દરેક વખતે એક મંત્ર યાદ રાખવાનો,

It's Possible.

આ મંત્રને સ્મૃતિમાં રાખવાથી શું થશે ?

ન ધારેલું કે ન કલ્પેલું જ્યારે બનશે ત્યારે તમે અશાંત થવાને બદલે શાંત રહી શકશો, તમારા અશાંતિના level ને થોડું down કરી શકશો. જો તમે શાંત રહી શકશો તો એનો ફાયદો તમને તો થશે જ, પણ તમારા પરિવારજનોને અને તમારી આસપાસની વ્યક્તિઓને પણ થશે. અશાંત થશો તો તેનું નુકસાન તમને તો થશે જ, પણ સાથે-સાથે બધાને થશે.

એકવાર આ મંત્ર મનમાં અને મગજમાં fit થઈ ગયો એટલે સમજી લો કે દરેક પરિસ્થિતિનો સ્વીકાર થઈ જવાનો. તમને કોઈ માન આપે છે, It's Possible. આજે મારા પુણ્યનો ઉદય છે એટલે માન મળે છે. તમારું કોઈ અપમાન કરે છે. It's Possible. આજે મારા અશુભ કર્મનો ઉદય હશે, મેં ક્યારેક કોઈનું અપમાન કર્યું હશે એટલે કોઈ મારું અપમાન કરે છે. બધું જ શક્ય છે.

સંસારની વ્યક્તિનો એક જ weak point હોય છે. તે દરેક પરિસ્થિતિમાં reactions આપે છે અને reactions વખતે જો control ન રહે તો ક્રોધ, આવેગ, આવેશ બધું વધી જાય છે. ક્યારેક સંબંધો પણ બગડી જાય છે, વ્યવહાર બગડી જાય છે અને ક્યારેક મોટું નુકસાન પણ થઈ જાય છે.

માટે જ એક મંત્રને સદાય યાદ રાખવાનો, It's possible. બધું જ શક્ય છે.

સવારથી સાંજ સુધીની ઘટનાઓમાં અને વ્યવહારોમાં ગમે ત્યારે ગમે તે બની શકે છે. એનો સ્વીકાર કરવો એ સુખી થવાનો મંત્ર છે. પણ બને છે શું? તમારો સ્વીકારભાવ શૂન્ય થઈ ગયો હોવાને કારણે તમે પ્રતિકાર કરો છો. પ્રતિકાર કરવાને કારણે સંબંધો બગડે, વ્યવહાર બગડે. પ્રતિકાર કર્યા પછી પરિણામ ન આવે એટલે ક્રોધ આવે, અશાંતિ થાય. અંદરમાં ને અંદરમાં હેરાન-પરેશાન થાવ.

પણ જો આ મંત્ર હૃદયમાં અંકિત હોય તો ?

આ જગતમાં બધું જ શક્ય છે.

સંબંધો સારા પણ થઈ શકે છે અને સંબંધો બગડી પણ શકે છે. વ્યક્તિ સુધરી પણ શકે છે અને વ્યક્તિ બગડી પણ શકે છે. It's possible.



03

પ્રેરણા

હવે મહોરાને ઊતારો!

એક આત્મા જ્યારે સત્ના સાંનિધ્યમાં આવે ત્યારે તેને સમજાય કે પરમ તત્ત્વ શું છે, પરમ તત્ત્વની અનુભૂતિ શું છે અને એ અનુભૂતિ કરતાં-કરતાં તેને ધીરે-ધીરે સમજાવા લાગે છે કે આજ સુધી મારી પાસે ઘણા પ્રકારનાં સુખ હતાં, સગવડતાઓ હતી.

પણ એ સુખમાંથી જે શાંતિ મળતી હતી એ શાંતિ અને અહીં પરમાત્માના સાંનિધ્યમાં જે શાંતિ મળે છે તે શાંતિ, એ હળવાશ મેં ક્યારેય અનુભવી નથી.

અહીં મને જે આનંદ અનુભવાય છે તે આનંદ અત્યાર સુધી બહારની દુનિયામાં ક્યારેય અનુભવ્યો નથી.

એ શાંતિ, પરમ શાંતિ અને અપૂર્વ આનંદની અનુભૂતિ સાથે શિષ્ય ગૌતમ સ્વામી પ્રભુ મહાવીરના સાંનિધ્યમાં પ્રભુના મુખમાંથી નીકળતી જ્ઞાનધારાને ઝીલે છે, પ્રભુની અવિરત વહેતી જ્ઞાનવાણીને ગૌતમ સ્વામી આદિ 11 ગણધરો ઝીલે છે.

પરમાત્મા મહાવીરની દિવ્યવાણી ગૌતમ સ્વામીના અંતરાત્મામાં ઊતરતી ગઈ. ગૌતમ સ્વામી આવ્યા ત્યારે વિરાટ બનીને આવ્યા હતા, પરંતુ આવ્યા પછી એ વામન બનતા ગયા.

આવ્યા ત્યારે અનેક ઓળખાણો સાથે આવ્યા હતા કે હું મોટો પંડિત છું, જ્ઞાની છું, પાંચસો શિષ્યોનો ગુરુ છું; પણ

જેમ-જેમ શરણભાવમાં આવતા ગયા તેમ-તેમ ભૂલતા ગયા
કે તે કોણ છે? તેનું અસ્તિત્વ શું છે?

ગૌતમ સ્વામીને સમજાઈ ગયું કે આજ સુધી હું
ઓળખાણોનાં મહોરા પહેરીને જ જીવતો હતો.

પણ હવે મને આમાંના એક પણ મહોરાની જરૂર નથી,
મને મારી ઓળખ થવા લાગી છે.

જેમ-જેમ વ્યક્તિ પરમાત્મા કે ગુરુના શરણમાં એક
પછી એક દિવસ વીતાવે છે તેમ-તેમ તેનું એક-એક મહોરું
ઊતરતું જાય છે.

હું આ છું, હું manager છું, હું family નો head છું, હું
આ business માં છું, આ મારો પરિવાર છે, આ બધાં જ
મહોરા છે.

Reality માં હું આત્મા છું. સત્ના સાંનિધ્યમાં જ્યારે
મહોરા ઊતરવા લાગે છે ત્યારે વ્યક્તિ શૂન્ય બનવા લાગે છે.

ગૌતમ સ્વામી પણ zero થવા લાગ્યા અને એટલે જ
પરમાત્માના શરણમાં સાવ સામાન્ય બનીને બેસતા હતા.
પરમાત્માના એ જ સમવસરણમાં ગૌતમ સ્વામીને
ઓળખતા હોય એવા બીજા હજારો લોકો પણ હતા.

એ બધા ગૌતમ સ્વામીને જોતા હતા. અરે, આ એ જ
ઈન્દ્રભૂતિ છે જે ગઈકાલ સુધી ઊંચા સિંહાસન પર અક્કડ

થઈને બેસતા હતા? ગઈકાલ સુધી જેનામાં ખમીર હતું એ આજે આવા સામાન્ય થઈ ગયા?

ગૌતમ સ્વામીને શરમ નહીં આવતી હોય? ગૌતમ સ્વામીને સંકોચ નહીં થતો હોય? ગૌતમ સ્વામીને કંઈ feel નહીં થતું હોય? શું થયું હશે ગૌતમ સ્વામીને? ક્યારેય કલ્પના કરી છે?

સત્ના શરણમાં આવ્યા પછી જો બધાં જ મહોરાઓ, બધી જ ઓળખ, બધી લાગણીઓ, પ્રેમ, સંબંધો, બધા વ્યવહારો, બહારની બધી જ પ્રક્રિયાઓ છૂટવા લાગે ત્યારે જ પરમ તત્ત્વને સાચી રીતે ઓળખી શકીએ, સમજી શકીએ.

કેટલાય વર્ષોથી ધર્મના ક્ષેત્રમાં આવીએ છીએ પણ આપણું 'હું પણું', 'હું કંઈક છું'ને લઈને આવીએ છીએ. માટે જ પરમને જે પામ્યા છે એવા પરમ તત્ત્વને પામવા છતાં આપણે પામી શકતા નથી.

એકવાર એક ગુરુએ શિષ્ય પર કૃપા કરીને તેને પારસમણિ આપ્યો અને કહ્યું કે સોનું બનાવજે.

શિષ્યએ લાખ પ્રયત્ન કર્યા પણ સોનું બને જ નહીં, કેમ કે તેણે પારસમણિ પર લાગેલું wrapper કાઢ્યું નહોતું.

Wrapper જ્યાં સુધી ઊતરે નહીં ત્યાં સુધી લોખંડને

પારસમણિનો ગમે તેટલો સ્પર્શ કરાવો તો પણ સોનું થવાનું નથી.

જ્યારે શરમ છૂટે છે ત્યારે જ શરણ ફળે છે.

લોકો શું કહેશે? લોકો શું માનશે? લોકો શું વિચારશે? લોકો શું ધારશે? લોકો શું સમજશે? લોકોનું જે વિચારે છે તેને શરણ ક્યારેય મળતું જ નથી અને શરણ જોઈએ છે તેને પહેલાં શરમ મૂકવી પડે છે.

જે શરણમાં આવે તેને કોઈની શરમ હોય નહીં. જે show ના ભાવમાં હોય તે ક્યારેય શરણના ભાવમાં હોય નહીં.

ગૌતમ સ્વામીને ખબર હતી કે આ દુનિયા મને જે ખુશી આપી ન શકી તે ખુશી, તે શાંતિ, તે પ્રસન્નતા મને અહીં પરમાત્માના ચરણમાં મળે છે.

આ દુનિયા સાથેનો મારો સંબંધ તો સો વર્ષનો છે પણ જો પરમાત્મા સાથે connection થઈ ગયું તો આ સંબંધ કાયમનો થઈ જશે, શાશ્વત થઈ જશે, મોક્ષ સુધીનો થઈ જશે.

આવો વિચાર આવે ક્યારે? જ્યારે આપણી અંદર એક transparency આવે ત્યારે.

ગૌતમ સ્વામી પરમાત્માના શરણમાં એવા લીન,

તલ્લીન થઈ ગયા હતા કે એમને આસપાસની કોઈ પરવા નહોતી. તે પરમાત્માની વાણી, એ દિવ્ય વાણી સાંભળવામાં એકાકાર થઈ ગયા હતા એટલે જેમ-જેમ સાંભળતા જતા હતા તેમ-તેમ તેમનો જ્ઞાન પ્રત્યેનો અહોભાવ વધતો જતો હતો. સાંભળતાં-સાંભળતાં તેમના ચહેરા પર સંતોષ અને આશ્ચર્યના ભાવો ફેલાઈ જતા હતા. અંતરમાં એક અલગ પ્રકારની અનુભૂતિ થતી હતી અને એ અનુભૂતિના ઘોષરૂપે, પ્રતિભાવરૂપે ગૌતમ સ્વામીના મુખમાંથી શબ્દો નીકળતા હતા.

સેવં ભંતે! સેવં ભંતે! હે ભગવાન! તમે જેમ કહો છો તેમ જ છે.

મને કોઈ શંકા નથી, મને કોઈ તર્ક નથી, કોઈ argument નથી. આપ કહો છો તે જ સત્ય છે, તે જ સાચું છે.

આ પ્રકારના સ્વીકારભાવ સાથે ગૌતમ સ્વામીની શ્રદ્ધા દિવસે ને દિવસે વધતી જતી હતી.

‘ભંતે!’ શબ્દ બોલતાં જ હૈયું અહોભાવથી છલકાઈ જતું હતું.

ભગવાનના મુખેથી ‘ગોયમા’ અને ગૌતમ સ્વામીના મુખમાંથી ‘ભંતે’ જાણે આ બે શબ્દોમાં અલૌકિક શક્તિ હતી, અનેરા ભાવ હતા.

ભંતે શબ્દ બોલતાં જ ગૌતમ સ્વામીને ભગવાન ભવોના અંત કરનારા, ભ્રમને ભાંગનારા, સત્યનું ભાન કરાવવાવાળા, આત્મતત્ત્વની અનુભૂતિ કરાવનારા પરમ તત્ત્વ જણાતા હતા અને એ સાથે જ એમની સમર્પણતા વધતી જતી હતી.

ગૌતમ સ્વામીને વિશ્વાસ હતો કે આ ચરણ સેવવાથી મારું મહોરું તો ઊતરી ગયું છે અને મારાં પાપ પણ ધોવાઈ રહ્યાં છે અને એક દિવસ જ્યારે બધાં જ પાપ ધોવાઈ જશે ત્યારે હું પણ આત્મતત્ત્વને પામી જઈશ.



સત્ના શરણમાં આવ્યા પછી જો બધાં જ મહોરાઓ, બધી જ ઓળખ, બધી લાગણીઓ, પ્રેમ, સંબંધો, બધા વ્યવહારો, બહારની બધી જ પ્રક્રિયાઓ છૂટવા લાગે ત્યારે જ પરમ તત્ત્વને સાચી રીતે ઓળખી શકીએ, સમજી શકીએ.

કેટલાંય વર્ષોથી ધર્મના ક્ષેત્રમાં આવીએ છીએ પણ આપણું 'હુંપણું', 'હું કંઈક છું'ને લઈને આવીએ છીએ. માટે જ પરમને જે પામ્યા છે એવા પરમ તત્ત્વને પામવા છતાં પામી શકતા નથી.

જેમ-જેમ વ્યક્તિ પરમાત્મા કે ગુરુના શરણમાં એક પછી એક દિવસ વીતાવે છે તેમ-તેમ તેનું એક-એક મહોરું ઊતરતું જાય છે.

જે શરણમાં આવે તેને કોઈની શરમ હોય નહીં. જે show ના ભાવમાં હોય તે ક્યારેય શરણના ભાવમાં હોય નહીં.



04

પ્રેરણા

સંસ્કાર ગુરુ ક્યારે બને?

આ કાળમાં અનેક આત્માઓનું લક્ષ્ય આત્મશુદ્ધિનું હોય છે, આત્મા માટે કંઈક કરવાના ભાવ હોય છે, ભવને સાર્થક કરવાની ભાવના પણ હોય છે. છતાંય ક્યાંક ને ક્યાંક સંસારના વ્યવહારોમાં ભળી જવાય છે અથવા સંસારના મોહમાં ભટકી જવાય છે અને સાધનાથી ક્યારે દૂર થઈ જવાય છે ખબર જ નથી પડતી.

માટે જ, આ ભવમાં સમજ સાથે એવી શ્રેષ્ઠ સાધના કરવી જોઈએ જેથી તે આપણી અંતરંગ સ્મૃતિ સુધી પહોંચી જાય અને એ જ સ્મૃતિ સંસ્કાર બનીને આ જન્મથી લઈને આવતા જન્મ સુધી સાથે આવે. આપણે બધા નિમિત્ત આધીન જીવો છીએ એટલે નિમિત્ત મળતાં જ વિષય અને વિકાર આવવાની સંભાવના હોય છે.

સત્ના સંસ્કારને કારણે સત્નિમિત્ત મળે છે અને સત્નિમિત્ત સદ્ભાવ જગાડે છે.

આ ભવમાં ભલે કોઈ મોટો પુરુષાર્થ ન થાય, પણ નાની-નાની સાધનાને વારંવાર-વારંવાર કરી એવી દ્રઢ બનાવવી જોઈએ કે એ માત્ર પ્રવૃત્તિની સાધના ન રહેતાં પ્રકૃતિની સાધના બની જાય, સંસ્કાર બની જાય, જેથી ભવ બદલાઈ જાય પણ ભાવ ન બદલાય. શું તમારી પાસે એવી એક પણ સાધના છે, જેના માટે તમે કહી શકો કે આ સાધના મારી સાથે આવતા ભવમાં પણ આવશે ?

જે મગજ સુધી પહોંચે તે સ્મૃતિ બની જાય અને જે આત્મા સુધી પહોંચે તે સંસ્કાર બની જાય.

મગજનું મૃત્યુ તો દેહના મૃત્યુ સાથે થઈ જાય; પણ આત્મા તો શાશ્વત હોય છે, જન્મોજન્મ સાથે આવે છે.

મોટા ભાગે સાધના સ્મૃતિરૂપમાં હોય છે એટલે ઘણીવાર ભૂલાઈ જાય છે, પણ કોઈએ અપમાન કર્યું હોય તો એ સંસ્કાર બની જાય છે અને કાયમ યાદ રહે છે અને માટે જ જ્યારે તે વ્યક્તિ બીજા ભવમાં મળે છે ત્યારે એના પ્રત્યે જાણતાં-અજાણતાં જ દ્વેષ આવી જાય છે, એ આત્માનાં vibrations નથી બદલાતાં.

જો આ ભવમાં સાધનાને સંસ્કાર બનાવીએ છીએ તો આવતા ભવમાં જ્યાં સુધી ગુરુનો યોગ નથી થતો ત્યાં સુધી એ સંસ્કાર બનેલી સાધના તમારી ગુરુ બની જાય છે અને તમને સતપ્રેરિત કરે છે.

સંસ્કાર ગુરુ ક્યારે બને? સંસ્કાર ગુરુ ત્યારે બને જ્યારે તમારી કોઈ પણ સ્મૃતિ અતલ ઊંડાણ સુધી પહોંચે.

તમારી કોઈ પણ સાધના સ્મૃતિના ઊંડાણ સુધી ક્યારે પહોંચે?

જ્યારે તમે તે સાધનામાં ડૂબી જાવ, તે સાધના સાથે એકમેક થઈ જાવ.

મોટા ભાગે શું બને છે ?

બધા ડૂબકી મારીને બહાર નીકળી જાય છે. પયુર્ષણ આવશે તો આઠ દિવસ ડૂબી જશે અને નવમા દિવસે પાછા એ જ સંસારની પ્રવૃત્તિઓમાં ખોવાઈ જશે.

જો બહારથી કે ઉપર-ઉપરથી ભીંજાશો તો તમારી સ્મૃતિ પણ અલ્પ સમય જ રહેશે, પછી વિસ્મૃત થઈ જશે.

જો લક્ષ આત્મશુદ્ધિનું હોય તો સાધનાને સ્મૃતિ અને સ્મૃતિને સંસ્કાર બનાવવા જ પડશે. તો જ તમારી તે સાધના આવતા ભવમાં તમારી સાથે આવશે. એ સંસ્કાર તમારા ગુરુ બની શકશે.

સંસ્કારને ગુરુ બનાવવા એ આ ભવનું કર્તવ્ય છે.

કેમ કે આ એક જ ભવ એવો છે જેમાં તમે સમજપૂર્વક તમારા સુસંસ્કારોને દ્રઢ કરી શકો છો. બાકી કુસંસ્કાર તો સહજતાથી કુગુરુ બની જાય છે.

વિચાર કરો, આ જન્મમાં તમને રડતાં, ખાતાં, ગુસ્સો કરતાં, જિદ્દ કરતાં કોઈએ શીખવ્યું હતું? એના માટે કોઈ school હતી?

છતાં બધું આવડી ગયું ને, કેમ કે એ કુસંસ્કાર તમારા કુગુરુ બની ગયા છે અને તમને એ દિશામાં જ પ્રેરિત કરે છે. માટે જ આ એક જ ભવ એવો છે, જ્યારે તમે તમારા

સંસ્કારોને સુસંસ્કાર બનાવી શકો છો. આવતા જન્મમાં કદાચ પુણ્યનો યોગ ઓછો હોય, આ ભવની અશાતનાના કારણે કોઈ અંતરાય આવી હોય, ગુરુનો યોગ વહેલો-મોડો થાય અથવા ન પણ થાય તો શું થાય ?

જો આ ભવના સુસંસ્કાર દ્રઢ થયા હશે તો એ જાગૃત થઈને તમને સત્ની દિશામાં પ્રેરિત કરશે.

આ ભવમાં એક સાધના એવી શ્રેષ્ઠ કરો કે જે હર ભવમાં, હર જન્મમાં સાથે આવે, યાદ આવે.

આત્મશુદ્ધિના લક્ષ સાથેની એવી કઈ સાધના છે જે ભવોભવ સાથે આવે ?

તમારી શારીરિક અક્ષમતાને કારણે કદાચ તમે મોટી કે વધુ તપસ્યા ન કરી શકો, તમારી રુચિના અભાવે કદાચ તમે એક સાથે સો-બસો-પાંચસો ગાથાનો સ્વાધ્યાય ન કરી શકો. આવા પ્રકારની દ્રવ્યસાધના કદાચ ન થઈ શકે, પણ ભાવસાધના તો થઈ શકે ને ?

એ ભાવસાધના છે, વિનયની સાધના, વંદનાની સાધના, ભક્તિની સાધના, પ્રાર્થનાની સાધના અને નમ્રતાની સાધના.

ઘણાં નાના-નાના બાળકો એવાં હોય છે કે જ્યાં પ્રભુની પ્રતિમા કે સંત કે ગુરુને જુએ કે તરત જ બે હાથ જોડીને

પ્રજ્ઞામ કરે, વંદન કરે અને ઘણાને એનાં મમ્મી-પપ્પા કહી-કહીને થાકે તો પણ બે હાથ ન જોડે.

કેમ કે આ ભવના સંસ્કારનું connection હોય છે ભૂતકાળના ભવ અને ભવોભવ સાથે. એટલે જ આ ભવમાં એવી સાધના કરવી છે, એવો વિનય કરવો છે, એવી નમ્રતા રાખવી છે, એવી પ્રાર્થના કરવી છે, એવી ભક્તિ કરવી છે જે માત્ર પ્રવૃત્તિ જ ન રહે પણ પ્રકૃતિ બની જાય. એ સાધના માત્ર સ્મૃતિ જ ન રહે, સંસ્કાર બની જાય.

એ સાધના માત્ર બહારનું પ્રદર્શન જ ન હોય; અંદરનું દર્શન બની જાય, આત્મદર્શન બની જાય.

વિનય, વંદના, નમ્રતા, ક્ષમા આદિ સ્વયંના આત્મગુણ બની શકે છે ને!

જો એક ગુણ આત્મગુણ બની જાય તો એ અનેક ગુણોની ખાણ બની જાય.

એક ગુણ અનેક ગુણોનું કારણ બની જાય. વિનય નામનો એક ગુણ પણ જો સંસ્કાર બની જાય તો કેવળી ભગવંત બન્યા પછી પણ ગુરુનો વિનય કરવાનું ભૂલે નહીં, ચૂકે નહીં.

આજે દરેક પરિવારમાં, ઘર-ઘરની સમસ્યા શું છે? વિનયનો અભાવ.

નાના મોટાનું માનતા નથી અને મોટા નાનાને સમજતા નથી. જો સંસ્કાર ગુરુ બની જાય તો એ સંસ્કાર પ્રગટ થયા વિના, જાગૃત થયા વિના રહે જ નહીં.

વિનયની શરૂઆત બહારથી થાય કે અંદરથી? વિનયની શરૂઆત પ્રવૃત્તિથી થાય કે પ્રકૃતિથી?

વિનયની શરૂઆત પહેલાં બહારથી થાય અને પછી એ ધીરે-ધીરે આંતરિક વિનય બની જાય. મન, વચન અને કાયાના યોગમાં જ્યારે વિનય આવવા લાગે પછી તે ધીમે-ધીમે ઉપયોગમાં પરિવર્તિત થવા લાગે.

વિનય પહેલાં પ્રવૃત્તિમાં આવે અને પછી એ પ્રકૃતિ બની જાય.

'વિવત્તી અવિણીયસ્સ, સંપત્તી વિણિયસ્સ યા'

(શ્રી દશવૈકાલિક સૂત્ર - 9/2/22)

જ્યાં વિનયના સંસ્કાર હોય ત્યાં સંપત્તિ ક્યારેય ખૂટે નહીં. જેમ-જેમ વિનય વધે તેમ-તેમ સંપત્તિ વધે.

જેમની life માં કોઈ problem આવે, business માં મંદી આવે ત્યારે તરત જ alert થઈ જવાનું કે જરૂર ક્યાંક વિનય ચૂક્યા છો, જરૂર વિનયભાવ ઓછો થયો છે.

આ વિનયભાવ શું હોય ?

વિનય એટલે બે હાથ જોડવા, મસ્તક નમાવવું, વંદના કરવી, કોઈનો આદર કરવો? હા, આ વિનય છે પણ એ પ્રવૃત્તિનો વિનય છે.

જેમ-જેમ આ પ્રકારની પ્રવૃત્તિઓ અને સાથે ભાવ ઉત્કૃષ્ટ થવા લાગે તેમ-તેમ આ પ્રવૃત્તિઓ જ તમારી પ્રકૃતિ બની જાય. પછી તમારે એ માટે alert ન રહેવું પડે, એ સહજતાથી થવા જ લાગે.

ઘણા પરિવારમાં જોવા મળે છે કે કોઈ એકબીજાને સલાહ કે સૂચના આપે તો સામેવાળા એનો અસ્વીકાર જ કરે? કેમ? કેમ કે વિનયનો અભાવ છે, નમ્રતાનો અભાવ છે.

વિનય એટલે શું?

ભગવાને કહ્યું છે, પોતાની બુદ્ધિમાંથી અહમ્નું મૃત્યુ કરવું એનું નામ વિનય.

પોતાની સમજણમાંથી જ્યારે અહંકારનું મૃત્યુ થઈ જાય પછી જે થાય તે વિનય કહેવાય. અવિનય સમજાય તો વિનય automatic સમજાઈ જાય.

અવિનય ક્યારે આવે? પોતાની બુદ્ધિનો, પોતાની સમજનો અહમ્ તેનું નામ અવિનય.

પોતાની સમજ સાથે જોડાયેલો પોતાનો અહમ્ જો એકવાર નીકળી જાય તો વિનય સહજતાથી પ્રગટી જાય.

વિનય એટલે બુદ્ધિની શુદ્ધિ.

એક નાનકડી સાધના, નમસ્કારના સંસ્કારની. સવારના ઊઠીને માત્ર ત્રણ કે પાંચ નમસ્કાર મંત્ર ગણવાની સાધના પણ એનું ફળ આપે છે.

તમને એમ થાય કે ઠીક છે સંતોની પ્રેરણા છે, વડીલો કહે છે તો સવારના નમસ્કાર મંત્રનું સ્મરણ કરી લઈએ.

તમને ખબર નથી કે સવારના ગણેલા નમસ્કાર મંત્રની સૂક્ષ્મ શક્તિ આખા દિવસમાં તમારા પર આવનારી વિપત્તિનું નિરાકરણ કરે છે, આવનારા રોગોના આક્રમણથી તમારી રક્ષા કરે છે.

હા, શરત માત્ર એટલી, એમાં ભાવ, અહોભાવ અને ઉપકારભાવ હોવા જોઈએ. શરૂઆત કદાચ routine લાગે, પણ પછી એ ગણવાની process નહીં કરવી પડે. આંખ ખૂલતાં જ અંતરમાંથી નમસ્કાર મંત્રનું સ્મરણ થઈ જ જશે, એ તમારા સંસ્કાર બની જશે.

સાધના ભલે નાની હોય, એ ક્યારેય નમાલી ન હોય. એ હંમેશાં સફળ જ હોય, ફળ આપનારી હોય.

મારી આવતા ભવની વંદના-

સવારના ઊઠીને દેવ ગુરુ ધર્મની નવ વંદના કરી અથવા યથાશક્તિ વંદના કરી. શું થયું?

હાથ જોડાયા, મસ્તક નમ્યું, શરીર ઝૂક્યું એટલે શરીરની ક્રિયા થઈ એટલે કમરના દુઃખાવાનો problem દૂર થયો અને પ્રભુના સિદ્ધાંતનું અનુસરણ થયું એટલે કર્મનો ક્ષય થયો.

વંદના કરવાની શા માટે?

આ ભવની વંદનાને આવતા ભવની વંદના બનાવવાની છે.

આ ભવે વંદના કરતાં-કરતાં બે ભાવ કરવાના છે. એક ભાવ કલ્પના કરવાની છે.

તમારા આ ભવનાં સુકૃતોના કારણે તમારો જન્મ મહાવિદેહ ક્ષેત્રમાં થયો છે. તમે ત્રણ-ચાર વર્ષનું બાળક છો અને તમારા મમ્મીની આંગળી પકડીને જઈ રહ્યા છો. દૂરથી તમને શ્રી સીમંધર સ્વામીનાં દર્શન થાય છે અને તમે માની આંગળી છોડીને દોટ મૂકો છો અને પહોંચી જાવ છો સીધા પ્રભુના ચરણ અને શરણમાં. તમારું મસ્તક એમના ચરણમાં ઝૂકી ગયું છે, નમી ગયું છે અને પ્રભુને તમે વારંવાર વંદના કરો છો. કેવી પ્રસન્નતાની પળ હોય એ!

વંદના તો અનેકવાર કરી, પણ ક્યારેય કરી છે આવી કલ્પના સાથેની વંદના.

આ થઈ એક ભાવ કલ્પના જેમાં તમારું એક બાળઅસ્તિત્વ પહોંચી ગયું છે પ્રભુના ચરણમાં.

હવે બીજા ભાવમાં તમારે તમારા અત્યારના અસ્તિત્વનું મસ્તક નમાવી, આંસુઓથી પ્રભુચરણનું પ્રક્ષાલ કરવાનું, અંદરનો એક અફસોસ વ્યક્ત કરવાનો કે, 'હે પ્રભુ! હું કેવો કમભાગી છું કે મને આપનું પ્રત્યક્ષ સાંનિધ્ય ન મળ્યું.' અંતરની એક વ્યથાને, એક વેદનાને વ્યક્ત કરવાની.

પ્રભુ! તમે મહાવિદેહમાં અને હું અહીં ભરત ક્ષેત્રમાં!

પ્રભુ! આપનાથી આટલો બધો દૂર કેમ? કેમ પ્રભુ કેમ?

જે વંદનામાં વેદના ભળે તે વંદના સંસ્કાર બની જાય.

આ ભવમાં માનો કે તમે હજારો વંદના કરી, હજારો વખત શ્રી સીમંધર સ્વામીની કલ્પના કરી, શ્રી સીમંધર સ્વામીના ચરણ-શરણમાં છો એવા ભાવ કર્યા એટલે એ ભાવ તમારી સ્મૃતિ બની આત્માના ઊંડાણ સુધી પહોંચી ગયા. એટલે જ્યારે તમારો ભવ બદલાશે ત્યારે તમારા ભાવ નહીં બદલાય. આને કહેવાય જનમ-જનમના સંસ્કાર.

વંદના કરવાથી શું લાભ થાય ?

વંદના કરવાથી નીચ ગોત્ર કર્મનો ક્ષય થાય અને ઉચ્ચ ગોત્ર કર્મનો પુણ્ય બંધ થાય. વંદના કરવાથી પ્રભુને માનવાવાળા, પ્રભુનાં દર્શન કરવાવાળા ઘરમાં જન્મ થાય. પ્રભુની વાણી સાંભળવાવાળો પરિવાર મળે.

વંદના કરવાથી વ્યક્તિને સૌભાગ્યની પ્રાપ્તિ થાય છે.

સૌભાગ્ય એટલે જ્યાં દેવ, ગુરુ અને ધર્મને અનુકૂળ બધા સંયોગો પ્રાપ્ત થાય.

વંદના કરવાથી એવી આંતરિક સિદ્ધિ પ્રાપ્ત થાય જેના કારણે મુખમાંથી જે વચનો નીકળે તે સિદ્ધ થઈ જાય. વંદના કરવાવાળી વ્યક્તિ વચનસિદ્ધ થઈ જાય. તે જે બોલે એવું જ થાય.

વંદના કરવાવાળી વ્યક્તિનાં વચનોને કોઈ ignore ન કરી શકે, એની આજ્ઞાનો કોઈ અનાદર ન કરી શકે.

વંદનાના લાભની પ્રાપ્તિ ત્યારે જ થાય જ્યારે વંદના કરતી વખતે અંદરમાં ઉત્કૃષ્ટ ભાવ હોય, પ્રભુના ગુણો પ્રત્યે પૂર્ણપણે અહોભાવ હોય, પ્રભુની ઓળખ કરાવનાર ગુરુ પ્રત્યે ઉત્કૃષ્ટ ઉપકારભાવ હોય.

જેમ જલેબીમાંથી ચાસણી નીતરતી હોય, એમ વંદના કરતી વખતે, એની દરેક પ્રક્રિયા વખતે વિનયભાવ નીતરતો હોવો જોઈએ.

જે વંદના વિનય સાથેની હોય તે વંદના સાર્થક છે. જે વંદનામાં માત્ર actions જ છે તે વંદના નિરર્થક છે.

ભાવ, અહોભાવ અને ઉપકારભાવથી સમૃદ્ધ વિનયયુક્ત થતી વારંવારની વંદના જ્યારે સ્મૃતિ અને સ્મૃતિમાંથી સંસ્કાર બને છે ત્યારે તે ભવોભવ સાથે આવે છે.

વિનયની સાધના, વંદનાની સાધનાની જેમ ભક્તિની સાધના અને પ્રાર્થનાની સાધનાને પણ વિનય અને અહોભાવથી સમૃદ્ધ બનાવી એને પણ સંસ્કાર બનાવવા જોઈએ.

એ જ સુસંસ્કાર જ્યારે ગુરુનો યોગ નહીં હોય ત્યારે ગુરુ બનીને તમને સત્યની દિશા તરફ લઈ જશે.

આ ભવમાં બીજું વધારે કંઈ ન થાય તો આવી નાની-નાની સાધનાને સુસંસ્કાર બનાવવાનો પુરુષાર્થ કરવો એ જ આ ભવનું કર્તવ્ય છે.



સંસ્કાર ગુરુ ક્યારે બને ?

સંસ્કાર ગુરુ ત્યારે બને જ્યારે તમારી કોઈ પણ સ્મૃતિ અતલ ઊંડાણ સુધી પહોંચે.

તમારી કોઈ પણ સાધના સ્મૃતિના ઊંડાણ સુધી ક્યારે પહોંચે ? જ્યારે તમે તે સાધનામાં ડૂબી જાવ, તે સાધના સાથે એકમેક થઈ જાવ.

મોટા ભાગે શું બને છે ?

બધા ડૂબકી મારીને બહાર નીકળી જાય છે. પયુર્ષણ આવશે તો આઠ દિવસ ડૂબી જશે અને નવમા દિવસે પાછા એ જ સંસારની પ્રવૃત્તિઓમાં ખોવાઈ જશે. જો બહારથી કે ઉપર-ઉપરથી ભીંજાશે તો તમારી સ્મૃતિ પણ અલ્પ સમય જ રહેશે, પછી વિસ્મૃત થઈ જશે. જો લક્ષ આત્મશુદ્ધિનું થાય તો સાધનાને સ્મૃતિ અને સ્મૃતિને સંસ્કાર બનાવવા જ પડશે. તો જ તમારી તે સાધના આવતા ભવમાં તમારી સાથે આવશે.

એ સંસ્કાર તમારા ગુરુ બની શકશે.

સંસ્કારને ગુરુ બનાવવા એ આ ભવનું કર્તવ્ય છે.



05

પ્રેરણા

Past ને જાણો

જૈનત્વનો એવો ક્યો સિદ્ધાંત છે જે આપણા સમસ્ત જીવનને અસર કરે છે? પ્રભુ મહાવીરનો એવો ક્યો સિદ્ધાંત છે જે આપણા હૃદયમાં સ્થિર થાય છે?

જવાબ મળશે, કર્મનો સિદ્ધાંત.

આપણે હંમેશાં કહીએ છીએ, જે થાય છે તે મારા કર્મો પ્રમાણે થાય છે. તો પછી કર્મો આજનાં હોય છે કે ગઈકાલનાં પણ હોય છે? કર્મો આ ભવનાં હોય છે કે ભૂતકાળના ભવનાં પણ હોય છે? કર્મો જન્મ પછીનાં હોય છે કે જન્મ પહેલાંનાં પણ હોય છે?

જો કર્મો જન્મ પહેલાંનાં હોય તો એનો અર્થ એ જ થયો કે past life જેવું કંઈક છે અને જો જન્મ પહેલા કંઈક છે તો જન્મ પછી પણ કંઈક હશે જ.

પ્રભુ કહે છે, આજે તારી સાથે સારું કે ખરાબ જે કંઈ થાય છે એનો સંબંધ માત્ર આજ સાથે નથી, તેનો સંબંધ ભૂતકાળથી છે. આજે તમારી સામે જે દ્રશ્ય ભજવાય છે તેની reel તો ભૂતકાળમાં જ તૈયાર થઈ ગઈ હતી.

આ એક એવો સિદ્ધાંત છે જેને જગતના મોટા ભાગના લોકો માનતા નથી, માને છે તો સ્વીકારતા નથી, સ્વીકારે છે તો અનુભવતા નથી અને કદાચ અનુભવે પણ છે તો પોતાની life માં આચરણમાં મૂકી શકતા નથી.

ઘણી વખત આપણે newspaper માં વાંચીએ છીએ કે તે વ્યક્તિને તેની past life યાદ આવી ગઈ અને તેણે બધું જ બતાવ્યું કે અહીં મારું ઘર છે, આ મારાં માતા-પિતા છે વગેરે-વગેરે અને એ બધું સાબિત પણ થઈ ગયું.

જ્યારે આવી કોઈ વાત બહાર આવે છે ત્યારે શરૂઆતમાં લોકો માનતા નથી, પણ જ્યારે સાબિત થઈ જાય છે ત્યારે સ્વીકારવા પણ તૈયાર થઈ જાય છે.

આજનો યુવા વર્ગ જે logic ને જ સત્ય માને છે તે પણ એમ જ કહેશે, એવું અમે ક્યાં કંઈ જોયું છે તો માનીએ ?

જૈનત્વનો પાયો માત્ર અહિંસા અને અનેકાંતવાદના સિદ્ધાંત પર જ નથી સર્જાયો. જૈનત્વનો પાયો સર્જાયો છે ભૂતકાળ, ભવિષ્યકાળ અને વર્તમાનકાળના સ્વીકાર પર.

જે આ ત્રણનો સ્વીકાર કરે છે કે ગયો જન્મ હતો, આ જન્મ છે અને આવતો જન્મ હશે તે જ જૈનત્વનો સ્વીકાર કરી શકે છે.

જ્યાં સુધી past નો સ્વીકાર ન થાય ત્યાં સુધી future નો સ્વીકાર ન થાય અને future નો સ્વીકાર ન થાય એટલે વર્તમાનને સુધારવાનો પ્રયત્ન ન થાય.

લોકોની એક માન્યતા છે, ભૂતકાળની સાબિતી શું અને ભવિષ્યકાળ કોણે જોયો છે ? જે છે તે 'આજ' છે.

આજે ખાઈ-પીને જલસા કરી લો, આવતા ભવની વાત
આવતા ભવે.

યાદ રાખજો,

ભોગની વૃત્તિ ત્યારે જ વિકાસ પામે જ્યારે તમે
ભૂતકાળ અને ભવિષ્યકાળને ભૂલવા લાગો. જેને ભૂતકાળ
અને ભવિષ્યકાળ યાદ રહે છે તેની ભોગવૃત્તિ અને પાપવૃત્તિ
ઘટ્યા વિના રહેતી નથી.

આ વાતને સમજાવતો જૈન ધર્મનો મહત્ત્વનો એક
સિદ્ધાંત ભગવાને બતાવ્યો છે અને એ સિદ્ધાંતનું નામ છે
'જાતિસ્મરણ જ્ઞાન', 'જાતિસ્મૃતિ.'

'જાતિસ્મરણ જ્ઞાન' એટલે શું?

તમે ભૂતકાળમાં ક્યાં-ક્યાં જન્મ લીધો હતો, તમે ક્યાં-
ક્યાં તમારું અસ્તિત્વ વિતાવ્યું હતું, કેવા-કેવા પ્રકારનાં શરીર
ધારણ કર્યાં હતાં એ બધું યાદ આવે તેને 'જાતિસ્મરણ જ્ઞાન'
કહેવાય. તમારા ભૂતકાળના નવસો ભવ યાદ આવે તેને
'જાતિસ્મરણ જ્ઞાન' કહેવાય.

તમને કોઈ પૂછે કે આ ભવમાં, તમારા બાળપણમાં
જ્યારે તમે સ્કૂલે જતા હતા ત્યારે તમારો સ્કૂલનો uniform
ક્યાં colour નો હતો? Plain હતો કે checks વાળો? બધું
જ યાદ આવી ગયું, કેમ કે તમારી અંદર એ પચાસ-પંચાવન

વર્ષ પહેલાંની memories પડેલી છે. જેમ આ પચાસ-પંચાવન વર્ષની યાદ memories માં પડેલી છે, એમ નવસો ભવની યાદ પણ memories માં પડેલી હોય છે.

આ ભવની યાદને ‘memories’ કહેવાય અને ભવોભવની યાદને ‘જાતિસ્મરણ જ્ઞાન’ કહેવાય.

શું તમને ‘જાતિસ્મરણ જ્ઞાન’ થયું છે? બધાના જવાબ આવશે, જી ના ગુરુદેવ. પણ અમે કહીએ છીએ, તમે બધા જ આજે જાતિસ્મરણ જ્ઞાનવાળા છો. માનવામાં નથી આવતું ને?

વિચાર કરો,

તમારામાંથી ઘણાના આજે કોઈ social programme હતા, ઘણાને meeting માં જવાનું હતું, ઘણાને કોઈ show માં જવાનું હતું. છતાં બધાને પોતાના programme છોડીને અહીં પ્રવચનમાં આવવાનું મન કેમ થયું?

કેમ કે તમારું એક અંશે જાતિસ્મરણ જ્ઞાન પ્રગટ થયું હોવાને કારણે તમને અંદરથી પ્રેરણા આપતું હતું કે નહીં, મારે programme કે meeting માં નહીં પણ ગુરુદેવના પ્રવચનમાં જવું છે. ઘણાએ રોક્યા, ઘણાએ ટોક્યા છતાં તમે આવ્યા, કેમ કે તમારું connection તમને ખેંચી લાવ્યું.

ગૌતમ સ્વામી પહેલી જ વાર પ્રભુ મહાવીરને જુએ

અને એમના શરણમાં સમર્પિત થઈ જાય, કેમ કે પ્રભુ મહાવીર સાથે past નું connection હતું.

આપણા દરેકની અંદર જાતિસ્મરણ જ્ઞાન તો પડેલું જ હોય છે. જરૂર છે થોડી મહેનત અને જહેમત કરવાની, જરૂર છે થોડા deep meditation ની, જરૂર છે થોડા પુરુષાર્થની. જો એકવાર જાતિસ્મરણ જ્ઞાન થઈ જાય, ભૂતકાળનો એક-એક ભવ યાદ આવી જાય અને એ એક-એક ભવનાં પાત્રો યાદ આવી જાય તો વ્યક્તિના રાગનો રંગ ઊડતાં જરા પણ વાર ન લાગે.

ભૂતકાળનાં એ સ્મરણો, ભૂતકાળની એ છાપ અત્યારે ધીરે-ધીરે બહાર આવતાં હોય અને એના આધારે જ અત્યારની actions હોય.

સંત-સતીજીનાં પ્રવચનો સાંભળીને ઘણાના મનમાં ભાવ થાય કે મારે હવે કોઈની સાથે વેર રાખવું નથી અને સામેથી ક્ષમાપના કરવી છે, પણ જ્યાં, જેની સાથે વેર હતું ત્યાં જવા માટે પગ ઉપાડે ત્યાં મન ના પાડી દે. ફરી મનને મક્કમ કરી એમના building સુધી જાય અને ત્યાંથી પાછા ફરી જાય. આવું કેમ થાય ?

ભૂતકાળના ભવનું જાતિસ્મરણ જ્ઞાન. ભૂતકાળની એ નફરતની છાપ સ્મૃતિમાં આવી જાય અને તમારા મનને નબળું બનાવી દે.

વ્યક્તિનું જ્યારે મૃત્યુ થાય અને જ્યાં જન્મ લઈને જાય ત્યાં ત્રણ વસ્તુ સાથે લઈને જાય, (1) કર્મો (2) સંસ્કાર અને (3) જ્ઞાન.

જાતિસ્મરણ જ્ઞાનના કારણે જ્યાં જન્મ લઈએ ત્યાં ભૂતકાળની સ્મૃતિ બહાર આવવા લાગે. એ જ્ઞાનના આધારે જ વ્યક્તિનો સ્વભાવ બનતો હોય છે. એટલે જ કોઈ વ્યક્તિ ચંચળ હોય છે તો કોઈ શાંત, કોઈ જિદ્દી હોય છે તો કોઈ સરળ, કોઈ કોધી હોય છે તો કોઈ અહંકારી.

જ્યાં સુધી આપણી અંદરમાં જન્મોજન્મની memories પડેલી છે ત્યાં સુધી શુદ્ધીકરણ થવાનું નથી. એ સ્મૃતિ બહાર આવ્યા જ કરવાની અને રાગ-દ્વેષને વધારતી જ રહેવાની. માટે જ ભગવાન મહાવીરે સંસારનો ત્યાગ કર્યા પછી પ્રથમ સાધના ભૂતકાળના ભવોની memories ને delete કરવાની કરી. Memories delete થઈ એટલે શુદ્ધીકરણ સહજ થઈ ગયું.

વ્યક્તિનો સ્વભાવ જ જાતિસ્મૃતિથી બનતો હોય છે. એટલા માટે જ નાનકડા ગલૂડિયાને દૂધ કેમ પીવાય એ શીખવવું પડે કે જન્મતાંની સાથે જ આવડી જાય? નાનકડા બાળકને રડાય કેમ એ સમજાવવું પડે કે જન્મતાંની સાથે જ આવડી જાય?

કેમ કે આપણી અંદરમાં 84 લાખ જીવયોનિમાં જેટલા

પ્રકારના જન્મો કર્યા છે તે બધા જન્મોની સ્મૃતિ પડેલી જ છે. રડવાનું જન્મ થતાં જ આવડી જાય અને સામાયિક શીખવી પડે, કેમ કે રડવાનું ભૂતકાળની સ્મૃતિમાંથી આવ્યું છે. ગયા જન્મમાં પણ રડતા હતા અને એની પહેલાંના જન્મોમાં પણ રડતા હતા એટલે શીખવવું ન પડ્યું, આવડી ગયું; પણ સામાયિક શીખ્યા નથી એટલે આ ભવમાં શીખવી પડે છે.

ટૂંકમાં, ભૂતકાળ આપણી સાથે સંકળાયેલો છે. એના આધારે વર્તમાન છે અને વર્તમાનના આધારે ભવિષ્ય બનશે.

ભૂતકાળ, ભવિષ્યકાળ અને વર્તમાનકાળ! જે આ ત્રણ વસ્તુને નકારે છે, જે આ સિદ્ધાંતને નકારે છે તે જૈનત્વને નકારે છે. જે આ ત્રણને સ્વીકારે છે તે જૈનત્વને સ્વીકારે છે.

જ્યારે તમને કોઈ પૂછે કે જૈન ધર્મનું મહત્ત્વ શું છે? તમારા ધર્મમાં શું આવે છે?

તરત તમારો જવાબ તૈયાર જ હોય. જૈન ધર્મમાં કંદમૂળ ન ખવાય, રાત્રિભોજન ન કરાય, ઉપવાસ અને આયંબિલ કરાય; પણ ક્યારેય એમ નહીં કહ્યું હોય કે જૈન ધર્મમાં સૌથી પહેલો સિદ્ધાંત ભૂતકાળને જાણીને ભવિષ્યકાળ અને વર્તમાનકાળને સુધારવાનો છે.

આજે અમારી સાથે જે થાય છે તે અમારા ભૂતકાળનું ફળ છે, અમે એવું માનવાવાળા છીએ. અમે ઈશ્વરને અમારા સુખ-દુઃખનું કારણ માનવાવાળા નથી. અમે અમારા સુખ-દુઃખનું કારણ અમારા ભૂતકાળને, અમારા ભૂતકાળનાં કર્મોને માનવાવાળા છીએ.

આપણે હંમેશાં આપણા ત્યાગને બતાવીએ છીએ, આપણે ક્યારેય આપણા જ્ઞાનને બતાવતા નથી. આપણો ધર્મ શ્રેષ્ઠ ધર્મ ત્યારે જ લાગે જ્યારે આપણે એના સિદ્ધાંતોના મર્મ સુધી પહોંચીએ.

આપણા દરેક સવાલ, દરેક જવાબ, દરેક વૃત્તિ અને દરેક પ્રવૃત્તિ પર આપણા ભૂતકાળની અસર હોય છે. એકવાર જાતિસ્મરણ જ્ઞાન થાય તો ભૂતકાળનો કોઈ નરકનો ભવ દેખાવા લાગે, નરકની વેદના દેખાવા લાગે, એ પૂર્વેના ભવમાં કરેલાં દુષ્કૃત્યો દેખાવા લાગે.

પછી આ ભવમાં કોઈ પ્રવચન કે ઉપદેશની વધારે જરૂર ન પડે જાતિસ્મરણ જ્ઞાન inner voice બનીને આપણી પ્રેરણાનો સ્ત્રોત બની જશે અને સત્યની દિશાની પ્રેરણા મળતી રહેશે.



વ્યક્તિનું જ્યારે મૃત્યુ થાય અને જ્યાં જન્મ લઈને જાય ત્યાં ત્રણ વસ્તુ સાથે લઈને જાય, (1) કર્મો (2) સંસ્કાર અને (3) જ્ઞાન.

જૈનત્વની કોઈ શ્રેષ્ઠમાં શ્રેષ્ઠ સાધના હોય તો તે છે જાતિસ્મરણ જ્ઞાન પ્રગટ કરવાની સાધના.

ભૂતકાળ, ભવિષ્યકાળ અને વર્તમાનકાળ! જે આ ત્રણ વસ્તુને નકારે છે, જે આ સિદ્ધાંતને નકારે છે તે જૈનત્વને નકારે છે. જે આ ત્રણને સ્વીકારે છે તે જૈનત્વને સ્વીકારે છે.

એકવાર જેને જાતિસ્મરણ જ્ઞાન થઈ જાય તેણે જિંદગી બદલવી ન પડે, બદલાઈ જાય. તેને બોધ કે ઉપદેશ આપવો ન પડે, તેને જ્ઞાન આપવું ન પડે, તેનું આત્મિક level એ જ બદલાઈ જાય, તેના માટે સાધના સહજ બની જાય.



06

પ્રેરણા

એક રમત ન રમવાની !

જગત આખું દોડી રહ્યું છે, ભાગી રહ્યું છે; કેમ કે દરેકને કંઈક મેળવવું છે અને એ મેળવવાના પ્રયત્નમાં રાત-દિવસ દરેક દોડે છે. પછી એ મનુષ્ય હોય કે પશુ-પક્ષી હોય, દરેકને કંઈક મેળવવું છે.

શું મેળવવું છે? દરેકને એક જ વસ્તુ મેળવવી છે અને એનું નામ છે... સુખ.

આ જગત આખું અનંતકાળથી એક રમત રમી રહ્યું છે, સુખની રમત. જેમાં રમત એકની એક રહે છે પણ રમકડાં બદલાયા કરે છે.

એક બાળક જ્યારે નાનું હોય ત્યારે teddy bear કે ઢીંગલી એની પ્રિય હોય, એનાથી એ ખુશ હોય. થોડો મોટો થાય એટલે baby walker આવે, પછી સાઈકલ આવે. પછી school શરૂ થાય એટલે નવા friends આવે. એ friends વિના ચાલે જ નહીં, કેમ કે એને લાગે છે કે એ friends એને સુખ આપે છે, એના કારણે એ સુખી છે. School પૂરી થઈ, college શરૂ થઈ. Teddy bear અને cycle ની જેમ જૂના મિત્રો પણ છૂટી ગયા. College માં નવું વાતાવરણ અને નવા મિત્રો આવ્યાં. હવે નવા મિત્રોમાં સુખની શોધ શરૂ થઈ ગઈ. ત્યાં નવી girlfriend કે boyfriend મળ્યાં. બસ, આખો દિવસ એમની સાથે whatsapp, chatting, picnic અને movies એમાં સુખ મળે છે.

દરેક વખતે રમત તો એકની એક જ છે-સુખ મેળવવાની રમત. Teddy bear મળે તો હું સુખી, cycle મળે તો હું સુખી, મિત્ર મળે તો હું સુખી.

જિંદગીમાં આવા કેટલાંય રમકડાં બદલાતાં ગયાં અને બદલાતાં એ રમકડાંની વચ્ચે જે રમત રમાય છે એ રમતનું નામ છે સુખ.

સુખ મેળવવાની આ રમતને પરમાત્માએ મોહનીય કર્મનો ઉદય કહ્યો છે.

મોહનીય કર્મ જ સુખ નામના ભ્રમને જગાડે છે. મોહનીય કર્મનો ઉદય હોય તો જ સુખ પાછળ દોડવાનું, સુખ નામની રમત રમવાનું મન થાય.

જગતના કોઈ પણ જીવ સામે દ્રષ્ટિ કરો. દરેક જીવ સુખની પાછળ દોડતા જણાશે. એક નાનકડી કીડીને પણ જુઓ એ દોડી રહી છે ખાવાની શોધમાં, કેમ કે એને એમાં સુખ મળી રહ્યું છે.

એક કબૂતર ઊડી રહ્યું છે; કેમ કે એને નીચે કોઈ હેરાન ન કરે, ખાઈ ન જાય, એ દુઃખી ન થાય માટે. એટલે એ સુખી થવા માટે ઊડે છે.

એ ફરી પાછું નીચે આવશે, કેમ કે નીચે દાણા નાખેલા છે એ ખાવા છે. ખાવામાંથી તેને સુખ મળશે. રોડ પર લોકો

ઝડપથી દોડી રહ્યા છે, car speed માં ચલાવી રહ્યા છે કેમ કે પૈસા કમાવા છે, તે લોકોને પૈસાથી સુખ મેળવવું છે.

બધા સુખ માટે દોડી રહ્યા છે. ઘડીકમાં એમ થાય કે આમાંથી સુખ મળશે તો ઘડીકમાં એમ થાય કે આ મને સુખી કરશે.

એક બ્રાહ્મણ હોય. એને લાડવા ખૂબ જ ભાવતા હોય. જે દિવસે લાડવાનું ભોજન મળી જાય તે દિવસે ખુશ-ખુશ થઈ જાય, પણ એ જ બ્રાહ્મણને જો પાંચ દિવસ સુધી સવાર-બપોર-સાંજ લાડવા જ આપો તો છઠ્ઠે દિવસે શું થાય? એ લાડવા એને સુખી કરી શકે? એ લાડવા હવે એને ભાવે? જવાબ મળશે, ના!

મોહનીય કર્મનો ઉદય હંમેશાં વસ્તુ, વ્યક્તિ અને વાતાવરણ બદલાવ્યા કરે. આજે ગમતી વ્યક્તિ કાલે અણગમતી થઈ જાય.

આજે અતિ પ્રિય લાડવા પ્રત્યે કાલે અણગમો પણ થઈ જાય.

મોહનીય કર્મ વ્યક્તિમાં કામના પણ જન્માવે અને કંટાળો પણ લાવે.

પહેલા ન મળે ત્યાં સુધી કામના હોય અને મળી જાય પછી થોડા સમયમાં તેનાથી કંટાળો આવી જાય.

જેવી કોઈ વસ્તુ કે વ્યક્તિની કામના કરો, ઇચ્છા કરો એટલે તરત જ મોહનીય કર્મ બંધાઈ જાય અને જ્યાં તમે કંટાળો કરો એટલે ફરી મોહનીય કર્મ બંધાય.

કામના, કામનાનું કારણ બની જાય છે અને કંટાળો, કંટાળાનું કારણ બની જાય છે.

શા માટે?

કેમ કે મોહનીય કર્મ એક જ એવું કર્મ છે જેને ભોગવો એટલે નવું બંધાય જાય. જ્ઞાનાવરણીય કર્મ તમે ભોગવો તો નવું ન બંધાય, દર્શનાવરણીય કે વેદનીય કર્મ ભોગવો તો નવું ન બંધાય; પણ મોહનીય કર્મ જેવું ભોગવો એટલે તરત જ નવું બંધાઈ જાય અને તમારી કર્મની સાંકળ ચાલુ જ રહે.

માટે જ મોહનીય કર્મ એ સંસારના ચક્રનું કારણ છે. એનું સૌથી મુખ્ય તત્ત્વ છે સુખની રમત.

એવો એક પણ જીવ આ જગતમાં નહીં જોવા મળે જે સુખની રમત ન રમતો હોય. જગત માત્ર આ એક જ રમત રમે છે.

જ્યાં સુધી સુખ મેળવવાનો પ્રયત્ન ચાલુ છે ત્યાં સુધી સંસાર વધ્યા જ કરવાનો છે. જે દિવસે સુખ મેળવવાનું બંધ કરી દેશો તે દિવસે સંસારનું પરિભ્રમણ પણ પૂરું થઈ જશે.

સુખ મેળવવાનો પ્રયત્ન એ સંસારનું મૂળ છે, સુખ ત્યાગવાનો પ્રયત્ન એ મોક્ષનું કારણ છે.

જ્યારે તમે કોઈ પણ જાતનું સુખ ભોગવો ત્યારે અંદરથી alert થઈ જાઓ કે હું સુખ નથી ભોગવતો, હું મારો સંસાર વધારું છું; કેમ કે સુખ મેળવવાના દરેક પ્રયત્નમાં તમે કોઈને દુઃખ આપશો તો કોઈ પ્રપંચ કરશો, ક્યાંક ખોટું કરશો તો ક્યાંક અસત્ય બોલશો. એક સુખ મળશે એટલે એક તરફ એનાથી કંટાળો આવશે અને બીજી તરફ બીજા નવા સુખની કામના જાગૃત થશે. કામના અને કંટાળો બંને મોહનીય કર્મ બંધાવશે. મોહનીય કર્મ સંસાર વધારવાનું મુખ્ય કારણ છે. માટે જ સંયમનું મહત્ત્વ રહેલું છે.

જ્યાં સુખની ઈચ્છા ઘટે અને સત્યને પામવાની ઈચ્છા વધે એનું નામ સંયમ છે.

સંસારમાં માત્ર સુખની કામના છે, ત્યાં સત્યનો કોઈ વિચાર નથી.

તમે નાનપણથી તમારી life ને check કરો. Life ના એક-એક તબક્કાને check કરો. તમને સમજાઈ જશે કે તમે દરેક જગ્યાએ માત્ર સુખની જ શોધ કરી છે, દરેક વખતે સુખની જ કામના કરી છે અને દરેકમાં સુખની જ અપેક્ષા રાખી છે. પછી એ wardrobe માંથી dress select કરવાનો હોય કે dining table પરથી food item પસંદ કરવાની

હોય. આ dress comfortable છે કે આ dress personality અપાવશે? આ વસ્તુ ભાવે એવી છે કે પેલી વસ્તુ? School અને college નું selection હોય કે career નું, factory શરૂ કરવી કે business? દરેક જગ્યાએ માત્ર સુખ, સુખ અને સુખના જ ભાવ.

જ્યાં સુધી સુખની આ રમત ચાલે છે ત્યાં સુધી સંસાર છે. જેટલા પણ અવગુણો આવે છે એ પણ સુખની શોધમાંથી જ આવે છે.

માટે જ, સુખની દિશાને છોડવી અને સત્યની દિશામાં જવું એ ધર્મ છે.

મોહનીય કર્મ શું છે?

જે આપણને હંમેશાં રમકડાં બદલાવવાનું કાર્ય કરાવવા લાગે તે મોહનીય કર્મ છે. જેના કારણે આપણે રમકડાંઓ બદલ્યા કરીએ અને એકની એક રમત રમ્યા કરીએ એ છે મોહનીય કર્મ. મોહ ભ્રમ ઊભો કરે છે, સુખ ન હોય એમાં સુખનો અનુભવ કરાવે છે અને એ ભ્રમને સત્ય માનીને સૌ એ સુખ મેળવવા દોડ્યા કરે છે.

સુખને મેળવવાનો પ્રયત્ન કરવા કરતાં સુખી થવા માટે સુખને છોડવાની શરૂઆત કરવી જોઈએ, નાની-નાની અનુકૂળતાઓને છોડવાની શરૂઆત કરવી જોઈએ.

જેમ કે, તમને જે dress, જે ચંપલ ન ગમતાં હોય તે જ પહેરવા લાગો. તમારી સામે dining table પર પડેલી ભોજનની વસ્તુઓમાંથી જે ન ભાવતી હોય તે જ પહેલાં ખાવાની શરૂઆત કરો.

જે દિવસે સુખ છૂટશે, સુખની કામના છૂટશે તે દિવસે તમારા વિચારો, તમારા ભાવો બદલાવા લાગશે.

જે દિવસે સુખ છોડ્યું હશે તે દિવસે વિચારશક્તિ તેજ થવા લાગશે, તમારું ચિંતન શ્રેષ્ઠ થવા લાગશે અને જે દિવસે સુખ ભોગવ્યું હશે તે દિવસે વિચારશક્તિ મંદ થઈ જશે.

સુખને છોડવું એનું નામ ચારિત્ર છે, સુખને ભોગવવું એનું નામ સંસાર છે.

ભલે દીક્ષા ન લઈ શકાય, ભલે સંયમનો સ્વીકાર ન થઈ શકે; પણ સંસારમાં રહીને પણ ધીમે-ધીમે થોડું-થોડું સુખ તો અવશ્ય છોડી જ શકાય.

જે દિવસે તમારામાંથી સુખની ઇચ્છા છૂટી ગઈ તે દિવસે તમે પ્રભુની નજીક પહોંચી જાઓ છો.

જે દિવસે સુખની ઇચ્છા વધી તે દિવસે તમે પ્રભુથી દૂર થાઓ છો.

પ્રભુની નજીક જવાનો એક જ ઉપાય છે, સુખને ઘટાડતા જાઓ અને સત્યને પામતા જાઓ.

સુખ ઘટશે તો મોહનીય કર્મ ઘટશે. મોહનીય કર્મ ઘટશે
તો મોક્ષની નજીક જવાશે.

સુખની શોધ માટેના પ્રયત્નોને છોડીને સુખની ઈચ્છાને
છોડવાનો પુરુષાર્થ એ જ સંસાર ઘટાડવાનું શ્રેષ્ઠ પરિબલ છે.



આ જગત આખું અનંતકાળથી એક રમત રમી રહ્યું છે, સુખની રમત. જેમાં રમત એકની એક રહે છે પણ રમકડાં બદલાયા કરે છે.

દરેક વખતે રમત તો એકની એક જ છે - સુખ મેળવવાની રમત. Teddy bear મળે તો હું સુખી, cycle મળે તો હું સુખી, મિત્ર મળે તો હું સુખી.

સુખ મેળવવાની આ રમતને પરમાત્માએ મોહનીય કર્મનો ઉદય કહ્યો છે. મોહનીય કર્મ જ સુખ નામના ભ્રમને જગાડે છે.

સુખ મેળવવાનો પ્રયત્ન એ સંસારનું મૂળ છે, સુખ ત્યાગવાનો પ્રયત્ન એ મોક્ષનું કારણ છે.

જ્યાં સુધી સુખની આ રમત ચાલે છે ત્યાં સુધી સંસાર છે. જેટલા પણ અવગુણો આવે છે એ પણ સુખની શોધમાંથી જ આવે છે.

પ્રભુની નજીક જવાનો એક જ ઉપાય છે, સુખને ઘટાડતા જાઓ અને સત્યને પામતા જાઓ.



07

પ્રેરણા

સંસ્કૃતિ અને સંસ્કારનો
સમન્વય કરવાની !

એક યુગ હતો જ્યારે આપણી સંસ્કૃતિ, આપણી પરંપરા, આપણા સંસ્કારોનું એક અલગ મહત્ત્વ હતું. આપણી સંસ્કૃતિ આપણી સમૃદ્ધિ હતી.

આપણા પૂર્વના આચાર્યોએ, આપણા પૂર્વના ગુરુભગવંતોએ રોપેલા, પ્રેરણા આપેલા સંસ્કારોને કારણે જિનશાસનની એક આગવી શાન હતી.

આપણી એ સંસ્કૃતિ, એ સંસ્કાર પરિવારમાં સ્નેહ, સંપ, સફળતા અને સમૃદ્ધિનાં પરિબળ હતાં. એ યુગ અને આ યુગ વચ્ચેનો gap તો ઘણો ઓછો છે, પણ સંસ્કૃતિ વચ્ચેનો gap ઘણો મોટો થઈ ગયો છે.

એ સંસ્કાર, એ સંસ્કૃતિ, એ પરંપરા દિવસે-દિવસે ભૂલાતાં જાય છે, લુપ્ત થતાં જાય છે અને એને કારણે પરિવારમાં પણ પ્રેમ, સ્નેહ, લાગણીઓ ઘટતાં જાય છે. ધર્મપ્રેમીઓની સંખ્યા ઘટતી જાય છે, ધર્મ પ્રત્યેનો આદર અને અહોભાવ ઘટતા જાય છે.

આજે ઘણાં બાળકો અને યુવા વર્ગમાં એવી માન્યતા fit થઈ ગઈ છે કે જૈન ધર્મ એટલે કઠિન ધર્મ, જૈન ધર્મ એટલે નીરસ ધર્મ.

જૈન ધર્મમાં કંદમૂળ ન ખવાય, રાત્રિભોજન ન કરાય, કાચું પાણી ન પીવાય, ઉપવાસમાં ફળ-ફરાળ ન ખવાય

વગેરે અને એમાં પણ જ્યારે બીજા કોઈ તહેવારો સાથે જૈન ધર્મના તહેવારોની comparison થાય ત્યારે તો ચહેરા પર હતાશા જ આવી જાય.

શા માટે? કેમ કે, ધર્મને તેઓ સાચા અર્થમાં સમજી શક્યા નથી. જૈન ધર્મની શ્રેષ્ઠતાને, એમાં કહેલા ત્યાગ, સમતા, સહનશીલતા, ક્ષમા, પ્રેમ અને મૈત્રીભાવને ઓળખી શક્યા નથી.

પ્રભુ કહે છે, એકવાર જો તું ધર્મને ઓળખી લે, એકવાર ધર્મતત્ત્વને અનુભવી લે તો તને સમજાશે કે આમાં જે આનંદ અને પ્રસન્નતા છે એવી બીજે ક્યાંય નથી.

ખોટ આપણી એ છે કે આપણે આપણી પૂર્વ પરંપરા અને પૂર્વજોની સંસ્કૃતિમાં જેવાં રસ અને રુચિ લેવાં જોઈએ એવાં લેતાં નથી.

અને આજે...

આજે ઘણા એવા પરિવારો છે જેમને પોથી પૂજવાની પરંપરાની ખબર જ નથી કે નથી કોઈ એમને જાણ કરવાવાળું. એટલે નાના-નાના બાળકો પણ ત્રણ-ત્રણ દિવસ આહારનો ત્યાગ કરે છે; પણ એમની ત્યાગભાવનાનું મહત્ત્વ નથી એમને ખબર હોતી, નથી અન્યને ખબર હોતી!

એક યુગ હતો જ્યારે...

જ્યારે કોઈ તપસ્યા કરતું ત્યારે અનેક લોકો એમના માટે ગુલાબજળ, લવિંગ-કપૂરની પોટલી જેવા શાતાકારી પદાર્થો લઈને જતા.

એમના પગ દબાવતા, માથું દબાવતા અને વધુ ને વધુ શાતા ઊપજે એવી અનુકૂળતા કરતા. ત્યારે તેમને પણ મનમાં એક સંતોષ થતો કે ભલે મારાથી તપ નથી થતું, પણ તપ કરનારની સેવાનો લાભ તો મળે!

અને આજે...

આજે મોટા ભાગે mobile યા whatsapp દ્વારા જ સુખ-શાતા પૂછી લેવાય છે અને બહુ નજીકના હોય તો formality માટે ઘરે જાય છે, પણ ભાગ્યે જ કોઈને તપસ્વીની સેવા કરવાનું યાદ આવતું હોય છે.

એક યુગ હતો જ્યારે...

જ્યારે સવારના પહેલાં સંત-સતીજીનાં દર્શન ન થાય ત્યાં સુધી મુખશુદ્ધિ ન થાય. દાદા-દાદી હોય કે મમ્મી-પપ્પા હોય, નાનાં બાળકોને પણ સાથે લઈ જાય એટલે નાનપણથી જ બાળકમાં પણ સંસ્કાર આવી જાય કે સવારના ઊઠીને પહેલા સંત-સતીજી કે પ્રભુનાં દર્શન કરવાં જોઈએ.

દર્શનની આ પરંપરાને કારણે સંતો પ્રત્યે આદર અને

અહોભાવ રહેતો. સંતો પાસેથી સમયે-સમયે પ્રેરણા અને માર્ગદર્શન મળતાં, જેના કારણે ઘર-પરિવારમાં ભાગ્યે જ કંકાસ કે મનદુઃખ થતાં. ઘર-પરિવારમાં સંપ અને સમાધિ હતી અને ઘરના problems ક્યારેય court સુધી પહોંચતા નહીં, કેમ કે સાથે સંતો કે ગુરુ હોવાનો અહેસાસ હતો.

અને આજે...

આજે સંતો કે ગુરુ ગામમાં જ હોય તો પણ એક વિચાર આવી જાય કે તે તો હજી રોકાવાના છે ને એટલે પછી જઈ આવશું. હજી તો આખું ચાતુર્માસ છે.

આજે નહીં જઈએ તો કંઈ વાંધો નથી, ઘણો સમય છે. સંતોનો સત્સંગ અને સંતોની પ્રેરણા દ્વારા જ લોકોના ભાવોનું, વિચારોનું અને હૃદયનું પરિવર્તન થતું.

એક યુગ હતો જ્યારે...

રોટલી બનતી ત્યારે પહેલી રોટલી ગાય કે કૂતરાની બનતી અને પછી જ ઘરવાળાની બનતી.

જ્યાં સુધી કબૂતરને ચણ ન નાખે ત્યાં સુધી ચા-નાસ્તો થાય નહીં. જ્યાં સુધી ગરીબોને કેરી ન ખવડાવે ત્યાં સુધી કેરીની ચીર મોઢામાં જાય જ નહીં.

આ આપણા પૂર્વના સંસ્કાર હતા.

અને આજે...

આજે ઘરના સભ્યોની ગણીને રોટલી બનતી હોય છે. ગાય-કૂતરા તો ભાગ્યે જ કોઈને યાદ આવતાં હશે. જ્યાં bed-tea પીવાની આદત હોય ત્યાં ભૂખ્યાં કબૂતરો ક્યાંથી યાદ આવે ?

એક યુગ હતો જ્યારે...

રાત્રે ઘરમાં ઘરસભા ભરાતી. ઘરના સભ્યો સાથે મળીને ગોળાકારમાં બેસતા, મંત્રોચ્ચાર કરતા, પ્રભુભક્તિ કરતા અને આખા દિવસની ચર્ચા કરતાં-કરતાં ભવિષ્યનું planning કરતા.

એના કારણે ઘરમાં positive energy રહેતી, પરિવારમાં પ્રેમ વધતો, સંપ અને સ્નેહ વધતાં અને બધાં કાર્યો સરળતાથી થતાં, સફળ થતાં.

અને આજે...

આજે ઘરની એક વ્યક્તિ એક ખૂણામાં laptop પર હોય તો બીજી વ્યક્તિ બીજા room માં whatsapp પર હોય. એક વ્યક્તિ bedroom માં Tv જોતી હોય તો બીજી વ્યક્તિ kitchen માં કામ કરતી હોય. એકાદ વડીલ ઘરમાં હોય તો એ માળા કરતા એક ખૂણામાં બેઠા હોય.

એના કારણે દરેકનું મગજ જુદી-જુદી દિશામાં દોડતું

હોય. ન મંત્ર હોય, ન ભક્તિ હોય એટલે positive energy ન હોય. હોય તો tension, ગુસ્સો, આવેગ અને અકળામણ!

એક યુગ હતો જ્યારે...

વ્યક્તિનો business હોય કે નોકરી હોય, ખેતી હોય કે કારોબાર હોય; પોતાની આવકની અમુક રકમમાં ભગવાનની ભાગીદારી રહેતી.

નોકરી અને ધંધાવાળા અમુક ટકા નક્કી કરતા અને એ રકમ માનવતા અને જીવદયામાં વાપરતા. જ્યારે ખેડૂતો પોતાનો જે પાક ઊતર્યો હોય-ઘઉં, ચોખા, બાજરી, જુવાર કે મકાઈ-યથાશક્તિ બે ગૂણ કે ચાર ગૂણ પહેલા સત્કાર્યમાં વાપરતા. એ યુગ હતો જ્યારે બધાનો ધંધો-કારોબાર વ્યવસ્થિત ચાલતા હતા અને દરેકને સંતોષ હતો.

અને આજે...

આજે ધંધામાં તો up-down ચાલતું જ હોય છે, પણ નોકરીમાંથી પણ ક્યારે રજા મળી જશે એ નક્કી નથી હોતું. સહાય અને પરમાર્થની ભાવના ઘટતી ગઈ છે અને સ્વાર્થવૃત્તિ વધતી ગઈ છે. સંતોષ નામનો શબ્દ જ જાણે જીવનની dictionary માંથી ગાયબ થઈ ગયો છે.

પૂર્વના એ સંસ્કાર, ભગવાનને ભાગીદાર બનાવવાની શ્રદ્ધા અને ભગવાન પ્રત્યેનો વિશ્વાસ પુનઃ સૌના હૃદયમાં

સજીવન થઈ જાય તો ? તો ગરીબી અને અમીરીની ભેદરેખા વચ્ચે ભાગ્યે જ કોઈ અંતર રહે. સંતોષની સાથે-સાથે સુખ, શાંતિ અને સમાધિ પણ આવી જ જાય.

એક યુગ હતો જ્યારે...

લોકો ઘરની બહાર નીકળતાં પહેલાં નમસ્કાર મહામંત્રનું સ્મરણ કરતા અને પહેલાં જમણો પગ જ બહાર મૂકતા.

જેને કારણે ભાવો શુભ રહેતા અને જમણા પગનું પહેલું પગલું એટલું positive હોય એટલે બાકીનાં પગલાં automatic positive થઈ જાય.

અને આજે...

આજે લોકો એટલી બધી ઉતાવળમાં હોય છે કે નમસ્કાર મંત્ર બોલવાનું યાદ આવવાનો તો સવાલ જ નથી, પણ ક્યો પગ બહાર નીકળે છે એ પણ એમને ખબર હોતી નથી. ક્યારે ઘરની બહાર ગયા અને ક્યારે આવી ગયા કંઈ જ ખબર હોતી નથી.

પૂર્વાનાં આચાર્યોએ જે સંસ્કારની પ્રેરણા કરી છે એની પાછળ કંઈ ને કંઈ secret of success સમાયેલાં જ હોય છે. જો એ સંસ્કાર આજના યુગમાં ફરીથી બધામાં આવે તો ? સફળ લોકોની સંખ્યા વધી જાય.

જેટલી સફળતા વધારે એટલી શાંતિ વધારે.

એક યુગ હતો જ્યારે...

રસ્તામાં દૂરથી પણ કોઈ સંત-સતીજી દેખાઈ જાય તો તરત જ બે હાથ જોડાઈ જાય, ઝડપથી એમની નજીક જાય, બૂટ-ચંપલ ઉતારે, મસ્તક નમાવે અને ભાવથી વંદન કરી, મત્થેણં વંદામિ કહી સુખ-શાતા પૂછે, કંઈ ખપ હોય તો પૂછે અને 'મારા લાયક કોઈ સેવા હોય તો આજ્ઞા કરો' એવો વિવેક કરે.

પછી ભલે એ કોઈ પણ સંપ્રદાયના હોય. સંત-સતીજી પ્રત્યે સન્માનભાવ હતો અને એમનાં દર્શન એટલે સ્વયંનું પરમ સદ્ભાગ્ય માનતા.

અને આજે...

આજે સંત-સતીજીઓ રસ્તામાં મળે તો ભાગ્યે જ કોઈના હાથ જોડાતા હશે. એમાં પણ એક વિચાર એ પણ હોય કે નજીક જઈશું અને કંઈ કામ સોંપશે તો આપણું schedule disturb થઈ જશે. તો વળી કોઈ મિત્રો સાથે હોય તો મનમાં થાય કે મિત્રોની સામે સંતોને વંદન કરી મત્થેણં વંદામિ કહીશ તો મિત્રો શું ધારશે? આ તો કેવો ધાર્મિક થઈ ગયો! એટલે તમારા status માં, position માં puncture પડી જાય.

જો ધર્મ પ્રત્યેની નિષ્ઠા, આવા સંસ્કારો, સંતો પ્રત્યે અહોભાવના નહીં હોય તો ધર્મની ઉન્નતિ ક્યાંથી થશે ?

માટે જ પરંપરાને સાચવવી, પરંપરાને કેળવવી અને પરંપરાની પ્રેરણા કરવી અત્યંત આવશ્યક છે.

એક યુગ હતો જ્યારે...

જ્યારે કોઈ ધર્મસાધના કરતું, કોઈ તપ કરતું અને કોઈ પૂછતું, કેમ છે ? શાતા છે ને ?

ત્યારે તે સાધક વિનયપૂર્વક જવાબ દેતા, 'દેવ ગુરુ પસાય' અર્થાત્ દેવ-ગુરુની કૃપા છે.

એમની કૃપાથી જ તપસાધના થઈ રહી છે. ક્યાંય હું કરું છું કે મેં કર્યું કે મારાથી થાય છે એવો કર્તૃત્વભાવ જ ન હોય.

અને આજે...

આજે એક ઉપવાસ કર્યો હોય તો પણ જે મળે તેને કહેશે, મેં આજે ઉપવાસ કર્યો છે, અહાઈ તો મારાથી રમતમાં થઈ જાય, દરેક પર્યુષણમાં fix જ હોય. અહાઈ કરવી તો મારા માટે રમત વાત છે. હું રોજની બે સામાયિક તો કરું જ.

દરેક વાતમાં કર્તૃત્વભાવ એટલે ઈચ્છાનું પોષણ, હું કરી શકું છું એવો અહમ્ અને તપસાધનાનું પ્રદર્શન.

કર્તૃત્વભાવના કારણે પુણ્ય બંધાય પણ કર્મોની નિર્જરા ન થાય અને કર્મોની નિર્જરા વિના મોક્ષની પ્રાપ્તિ ન થાય.

આ સંસ્કારને, આ ધર્મભાવનાને આપણે દિવસે-દિવસે ગુમાવી રહ્યા છીએ. વાત ભલે નાની લાગે, પણ આવા સંસ્કારથી જ સંઘ અને સમાજ ઉન્નત થાય છે. સંસ્કારિત શ્રાવકો જ સંઘની શોભા હોય છે.



એક યુગ હતો જ્યારે આપણી સંસ્કૃતિ, આપણી પરંપરા, આપણા સંસ્કારોનું એક અલગ મહત્ત્વ હતું. આપણી સંસ્કૃતિ આપણી સમૃદ્ધિ હતી. આપણા પૂર્વના આચાર્યોએ, આપણા પૂર્વના ગુરુભગવંતોએ રોપેલા, પ્રેરણા આપેલા સંસ્કારોને કારણે જિનશાસનની એક આગવી શાન હતી.

ખોટ આપણી એ છે કે આપણે આપણી પૂર્વ પરંપરા અને પૂર્વજોની સંસ્કૃતિમાં જેવાં રસ અને રુચિ લેવાં જોઈએ એવાં લેતાં નથી.

પરંપરાને સાચવવી, પરંપરાને કેળવવી અને પરંપરાની પ્રેરણા કરવી અત્યંત આવશ્યક છે.

વાત ભલે નાની લાગે, પણ આવા સંસ્કારથી જ સંઘ અને સમાજ ઉન્નત થાય છે. સંસ્કારિત શ્રાવકો જ સંઘની શોભા હોય છે.



08

પ્રેરણા

પકડને ન પકડો!

આ જગતની તરફ જ્યારે દ્રષ્ટિ કરીએ ત્યારે ખબર પડે કે દરેક વ્યક્તિ, દરેક વસ્તુ અને દરેક વાતાવરણમાં કંઈક ને કંઈક અલગ છે અને તે માટે જ દરેક વ્યક્તિની દ્રષ્ટિ અને દ્રષ્ટિકોણ અલગ-અલગ હોય છે અથવા આપણે એમ પણ કહી શકીએ કે દરેક angle થી દરેક વ્યક્તિને અલગ દેખાતું હોય છે અને દરેકની દરેક શક્યતા સત્ય હોય શકે. દરેક શક્યતાનો સ્વીકાર કરવો તેને સમ્યક્ ભાવ કહેવાય છે.

એક વ્યક્તિ બહારથી અંદર આવે ત્યારે બહાર એક car ઊભેલી હોય છે અને તે અંદરની વ્યક્તિને કહે છે, બહાર એક white mercedes car ઊભી છે.

અંદરવાળી વ્યક્તિ બહાર જઈને જુએ તો ત્યાં એક transport વાળાની truck ઊભી હોય છે.

તો શું પહેલી વ્યક્તિએ ખોટું કહ્યું? ના.

તો શું બીજી વ્યક્તિ ખોટી છે? ના. બન્ને સાચા છે. પહેલાં car જ હતી અને એ ચાલી ગઈ એટલે ત્યાં truck આવીને ઊભી રહી ગઈ.

એટલે પરમાત્મા કહે છે, દરેકની દરેક શક્યતાનો સ્વીકાર કરવો જોઈએ, કોઈ પણ એક વાતને ક્યારેય પકડી ન રાખવી જોઈએ.

પકડ જ સંઘર્ષ અને સમસ્યાનું સર્જન કરે છે, જ્યારે સ્વીકારભાવ સ્નેહનું સર્જન કરે છે, વિશ્વાસનું સર્જન કરે છે.

જો પહેલી વ્યક્તિ પકડી જ રાખે કે ના, ત્યાં car છે અને બીજી પકડી રાખે કે ના, ત્યાં truck છે તો શું થાય ?

બન્નેની જીદ, બન્નેની પકડના કારણે સંઘર્ષ શરૂ થઈ જાય. જો બન્ને વ્યક્તિ એકબીજાની વાતનો સ્વીકાર કરી લે તો? હા ભાઈ, તમે અંદર આવ્યા ત્યારે car હશે પણ અત્યારે truck છે. વાત પૂરી થઈ ગઈ અને બન્ને વચ્ચે સ્નેહનો સેતુ સર્જાઈ ગયો, વિશ્વાસનો સેતુ સર્જાઈ ગયો.

માનો કે, આજે એક વ્યક્તિને તમારા પ્રત્યે અત્યંત પ્રેમ છે, લાગણી છે, ભાવ છે; કાલે ન પણ હોય.

તમારી સામે પ્રેમ બતાવનારી વ્યક્તિ બહાર નીકળીને તમારા માટે વહેમ પણ કરી શકે છે. પણ મોટા ભાગે લોકો ભ્રમમાં જ જીવતા હોય છે.

બહારના દેખાતા પ્રેમને પણ સાચો માની, કાયમી માની એમાં જોડાઈ જાય છે અને જ્યારે જોડાય છે ત્યારે જ છૂટતી વખતે દુઃખ થાય છે.

માટે જ યાદ રાખવાનું, અત્યારે ગાડી છે, પછી truck પણ આવી શકે છે. હરએકની હરએક વસ્તુને સ્વીકારતાં

શીખવું જોઈએ. કોઈ પણ એક વસ્તુ કે એક માન્યતાને સ્વીકારીને એની પકડ ક્યારેય ન રાખવી.

આખા વિશ્વમાં પરમાત્માના જ્ઞાનની આ શ્રેષ્ઠ દેન કહે છે કે 'જે તટસ્થ બની શકે છે, તે જ સ્વસ્થ રહી શકે છે.'

તટસ્થ એટલે શું?

'તટ' એટલે કિનારો અને 'સ્થ' એટલે સ્થિર રહેવું.

જે કિનારા પર સ્થિર રહે છે તેને ક્યારેય પાણીનો પ્રવાહ સ્પર્શી શકતો જ નથી.

એક વ્યક્તિ વહેતી સરિતાની વચમાં ઊભી છે અને એક વ્યક્તિ સરિતાના તટ પર ઊભી છે. એ જ સરિતામાં કોઈએ ફૂલોના હાર પધરાવ્યા છે તો કોઈએ dead body ને પધરાવ્યું છે.

જે વ્યક્તિ સરિતાની વચમાં છે તેને ક્યારેક વહેતા પાણી સાથે વહી આવતાં ફૂલોના હારનો સ્પર્શ થાય છે તો ક્યારેક dead body નો સ્પર્શ થાય છે. પણ જે તટ પર ઊભી છે તેની પાસેથી વહેતું-વહેતું જેટલું પસાર થાય છે તેને માત્ર જોયા જ કરે છે.

તેને કોઈ વસ્તુ સ્પર્શતી નથી તેથી તે કોઈ માન્યતામાં કે પક્કડમાં આવતી નથી. તે ક્યારેય એમ ન કહે કે સરિતામાં માત્ર ફૂલના હાર જ હોય.

એમ ક્યારેક નદીનું વહેણ ડહોળું પણ હોય અને ક્યારેક એકદમ નિર્મળ પણ હોય. આપણી ખોટ એ જ છે કે એકવાર વ્યક્તિ માટે જે છાપ પડી ગઈ તે ક્યારેય ભૂંસાતી જ નથી. એકવાર એણે જે કર્યું હોય, કાયમ તે તેવું જ કરશે તેવું આપણને લાગે.

બદલાતાં વસ્ત્રોની જેમ વ્યક્તિના વિચારો અને ભાવો પણ બદલાતા રહે છે.

આજે જેનાં કપડાં ઊજળાં છે, આવતીકાલે તેના પર ડાઘ નહીં હોય એ નક્કી નથી અને આજે જેનાં કપડાં પર ડાઘ છે તેનાં કપડાં કાલે ધોવાઈને ઊજળાં પણ હોઈ શકે છે.

જે સરિતાના કિનારે ઊભો છે તેને સરિતાના અનેક રંગ દેખાય છે, અનેક રૂપ દેખાય છે.

તેને સરિતામાં દેખાય છે ઘણુંબધું, પણ સ્પર્શતું કંઈ જ નથી; જ્યારે જે સરિતાની વચમાં છે તેને બધું જ સ્પર્શે છે.

હું જેને જેવો માનું છું તે તેવો ન પણ હોઈ શકે અને જે ન પણ હોઈ શકે તે જો હું સ્વીકારી શકું તો જ હું સમ્યક્પણે સમભાવમાં રહી શકું.

તે વ્યક્તિને મારા માટે બહુ problem છે. બની શકે છે કે તેના મનમાં કંઈ જ ન હોય અને તમે જે feel કરો છો તે તેની આસપાસની પરિસ્થિતિઓના કારણે હોય.

તો પછી શા માટે કોઈના માટે કંઈ પણ ધારી લેવું જોઈએ, માની લેવું જોઈએ, વિચારી લેવું જોઈએ ?

એના કરતાં 'તટસ્થ' રહેવું શું ખોટું ?

તમે ક્યાં છો ? તટ પર કે વચમાં ? કિનારા પર ઊભા છો કે પાણીની વચમાં છો ?

જે એકવાર સંસારથી દૂર કિનારા પર આવી જાય છે તેને સંસાર ક્યારેય સ્પર્શતો નથી અને જે કિનારે આવતો નથી તેને સંસાર સ્પર્શ્યા વગર રહેતો નથી.

'જ્ઞાન' માટે પરમાત્માની વ્યાખ્યા જુદી જ છે. જે અમલમાં ન આવે અને જેની અસર ન થાય તે માહિતી કહેવાય અને જે અમલમાં આવે અને જેની અસર અંતરાત્માને થાય તે 'જ્ઞાન' કહેવાય.

પરમાત્મા કહે છે, જેને ઘણુંબધું આવડે છે પણ અમલમાં કંઈ નથી તેનું કોઈ મહત્ત્વ નથી; પણ જેને કંઈ નથી આવડતું પણ અમલમાં કંઈક છે તેનું ઘણું મહત્ત્વ છે.

જે 'તટસ્થ' છે, જે તટ પર ઊભો છે તે વહેતી સરિતાની હરએક સંભાવનાનો સ્વીકાર કરીને સમભાવમાં રહી શકે છે.

આજ સુધી 'સ્વીકારભાવ' અને 'સમભાવ' પર પ્રવચનો તો ઘણાં સાંભળ્યાં, પુસ્તકોમાં પણ ઘણું વાંચ્યું; પણ

આચરણમાં બહુ ઓછું આવ્યું.

એકવાર શાંતિથી વિચાર કરી, ચિંતન કરી, તેને અમલમાં મૂકવાનો પ્રયત્ન કરજો કે આ સ્વીકારભાવ, આ સમભાવ મારા જીવનની એક-એક ક્ષણમાં, મારી એક-એક પ્રવૃત્તિમાં, મારા વિચારોમાં, મને ક્યાં-ક્યાં કામ લાગે અને એનું ફળ મને શું મળે ?

એક સમયે જ્યારે રાજા એમના પ્રધાન સુબુદ્ધિ સાથે નગરચર્યા કરવા માટે નીકળે છે ત્યારે એક જગ્યાએ એક ખુલ્લી ગટર પાસેથી પસાર થાય છે.

રાજા ગટરમાંથી વહેતા ગંદા પાણીને જુએ છે અને એની વાસથી ત્રસ્ત થઈને નાક પર રૂમાલ મૂકીને ગંદકી વિશે ફરિયાદ કરે છે, જ્યારે સુબુદ્ધિ પ્રધાન તે વાસ પ્રત્યે દુર્ભાવ કર્યા વગર ચૂપચાપ ચાલ્યા કરે છે.

રાજા: પ્રધાનજી, તમને આ ગટરની વાસ નથી આવતી? તમે કેવી રીતે સહન કરો છો?

પ્રધાન: રાજાજી, આ એનો સ્વભાવ છે.

ફરી થોડે આગળ જાય છે. ત્યાં એક મોટી મીઠાઈની દુકાન પાસેથી પસાર થાય છે. રાજા માવા, ઇલાયચી, કેસરની મઘમઘતી સુંગધથી પ્રસન્ન થઈને સુંગધની પ્રશંસા કરે છે.

રાજા: પ્રધાનજી, અહીં તો બહુ સરસ સુંગધ આવે છે!

પ્રધાન: રાજાજી, આ એનો સ્વભાવ છે.

રાજા: પ્રધાનજી, તમારામાં તો કંઈ 'બુદ્ધિ' જ નથી કે શું? તમને ગટરની વાસ અને મીઠાઈની સુગંધમાં કોઈ ફરક નથી જણાતો? તમારામાં અક્કલ જેવું કંઈ છે કે નહીં?

જેનામાં દુનિયાને 'અક્કલ' લાગે તે સારો કે જેનામાં દુનિયાને 'અક્કલ' ન લાગે તે સારો? પરમાત્માની દ્રષ્ટિમાં કોણ સારું? બુદ્ધિ વાપરે તે કે બુદ્ધિને બદલે હૃદય વાપરે તે?

જેને પરમાત્મા બનવું હોય, પરમાત્માના પંથે ચાલવું હોય તેણે બુદ્ધિનો નહીં, હૃદયનો ઉપયોગ કરવો જોઈએ.

આ દુનિયામાં બહુ અક્કલ વાપરવા જાય તે ક્યારેય success ન થાય, પણ જે હૃદયને સરળ અને નિર્મળ રાખી સમભાવમાં રહી શકે અને જે દરેક સંભાવનાનો સ્વીકાર કરી શકે તે સફળ થયા વિના રહી શકતા જ નથી.

સરિતાની હર એક શક્યતાનો સ્વીકાર કરવાવાળી તટસ્થ વ્યક્તિને સરિતા માટે ક્યારેય કોઈ અક્કલ વાપરવાની જરૂર રહેતી નથી.

જ્યારે આપણે પરમાત્માના આ તટસ્થતાના જ્ઞાનને, આ ભાવોને જાણીએ, સમજીએ, સ્વીકારીએ અને અમલમાં મૂકીએ તો આપણને ફાયદો શું થાય?

ફાયદો એ થાય કે આપણામાં રહેલી આપણી 'કટ્ટરતા'

બુઢી થવા લાગે અને આપણી 'કરુણા' sharp થવા લાગે.

પરમાત્મા કહે છે,

સ્વીકારભાવ આપણી પક્કડને ઢીલી કરી દે છે.
સ્વીકારભાવ આપણી બુદ્ધિને બુઢી કરી દે છે.

સ્વીકારભાવ દ્વેષભાવને દૂર કરવામાં સહાયક બને છે અને આપણામાં રહેલી વસ્તુ કે વ્યક્તિ પ્રત્યેની છાપને મિટાવી દે છે.

જે દરેક સંભાવનાનો સ્વીકાર કરવા લાગે છે તેનામાં માત્ર પ્રેમ, પ્રેમ જ હોય છે. તેને ક્યારેય કંઈ ખરાબ લાગતું જ નથી. કોઈ વ્યક્તિ ખરાબ લાગે એમાં problem નથી, પણ કોઈ વ્યક્તિ કાયમ માટે ખરાબ લાગે તે મોટામાં મોટો problem છે.

'ખરાબ લાગવું' તેને પરમાત્માએ 'ક્રોધ' કહ્યો છે અને 'કાયમ ખરાબ લાગવું' તેને પરમાત્માએ 'દ્વેષ' કહ્યો છે.

ક્રોધ સારો કે દ્વેષ સારો? આમ તો બન્નેમાંથી એક પણ સારા નથી, પણ જો બે વચ્ચે તુલના કરીએ તો દ્વેષ કરતાં ક્રોધ સારો. ક્રોધ ક્ષણિક હોય, જ્યારે દ્વેષ કાયમી હોય.

ગટરનું પાણી પણ જો ગાળીને process કરવામાં આવે તો અમૃત જેવું મીઠું બની શકે છે, માટે મારે 'તટસ્થ' રહેવું છે.

મારે કોઈના માટે કંઈ બોલવું નથી, કોઈના માટે કંઈ ધારી લેવું નથી કે કોઈના માટે કંઈ માની લેવું નથી.

મારે મારા મનમાં કોઈના માટે કોઈ છાપ રાખવી નથી. મારે જ્યારે જેમ છે, જેવું છે ત્યારે તેવું સ્વીકારી લેવું છે. આને કહેવાય mirror feelings.

Mirror ની સામે ગુસ્સાવાળી વ્યક્તિ પણ આવે અને હસતું બાળક પણ આવે, mirror ની સામે રડતી આંખો પણ આવે અને મંદ-મંદ મુસ્કાન પણ આવે; પણ mirror માં ક્યારેય કોઈ છાપ પડતી નથી. એની સામે અનેક પ્રકારના અનેક ચહેરાઓ આવે છે અને જાય છે, mirror માત્ર દરેકનો સમભાવે સ્વીકાર જ કરે છે. ગુસ્સાવાળા કે રડતા ચહેરા જોઈને દુઃખી ન થાય અને હસતા બાળકને જોઈને ખુશ પણ ન થાય.

બસ, મારે મારા આત્માના ગુણો ખીલવવા, મારા આત્માને નિર્મળ બનાવવા mirror feelings રાખવી છે.

Life માં success થવા માટેની એક જ master key છે અને તે છે mirror feelings, પણ તેના માટે કરવાનું શું?

તેનો એક જ ઉપાય છે. તમારા આંખ અને કાનની આગળ એક filter રાખી દો. ક્યાંય ખોટું માનવું નહીં, ક્યાંય અયોગ્ય માનવું નહીં. જ્યારે જે દેખાય તે માત્ર જોવાનું પણ

ક્યાંય જોડાવાનું નહીં. જ્યારે જે સંભળાય તે સાંભળવાનું અને ક્યાંય અભિપ્રાય આપવાનો નહીં. જેટલું સારું લાગે તેને દ્રષ્ટિમાં સમાવવાનું, બાકી બધું filter ની બહાર. જેટલું સત્ય લાગે એટલું સાંભળીને અંતરમાં ઊતારવાનું, બાકી બધું filter ની બહાર.

આ master key ને હંમેશાં યાદ રાખનારને ક્યારેય કોઈ સંઘર્ષ કે સમસ્યાનો સામનો કરવો પડતો નથી.

હર એક વ્યક્તિ વહેતી સરિતા છે. આજે જે વહેણ ખરાબ દેખાય છે તે જ કાલે નિર્મળ પણ હોઈ શકે. અર્જુનમાળીના હાથમાં આજે મુદ્ગર હતું તો આવતીકાલે ‘રજોહરણ’ આવી ગયું.

આ દુનિયાનો ગમે તેવો સારો સંત હોય, તેનો પણ એક કાળો ભૂતકાળ હોઈ શકે છે અને ગમે તેવો કાળો શેતાન હોય તો તેનો પણ શ્વેત અને ઊજળો ભવિષ્યકાળ હોઈ શકે છે.

સારપ કાયમી બની શકે છે, પણ ખરાબી ક્યારેય કાયમી ન હોય.

શુદ્ધિ કાયમી બની શકે છે, પણ અશુદ્ધિ કાયમી બની શકતી નથી.

આત્મા શુદ્ધ થઈ સિદ્ધ થઈ ગયો એટલે એની શુદ્ધિ કાયમી બની ગઈ. આપણે તો mirror feelings ની master

key અપનાવીને 'તટસ્થ' રહેતાં શીખવાનું છે. જે તટસ્થ હોય તે સ્વસ્થ હોય અને જે સ્વસ્થ હોય તેની આસપાસ positive aura હોય, એના વિચારો positive હોય અને એના ભાવો પણ positive હોય. એનો આ positive attitude જ એની સફળતાનું પરિબળ બની જાય.

સ્વીકારભાવ એ કંઈ માત્ર શાસ્ત્રનું સૂત્ર નથી. એ તો આપણા બધા માટે 'art of living' છે, એક વિશ્વાસ છે.

Life માં સફળ થવા માટે આટલું જ યાદ રાખવાનું,

જે જ્યારે જેવું છે તે ત્યારે સ્વીકારીને મારે સમભાવમાં રહેવાનું છે. મારે કોઈમાં પડવું નથી અને મારામાં કોઈને પડવા દેવા નથી.

મારે ક્યાંય કોઈનામાં માથું મારવું નથી, મારે તો માથું નમાવતાં શીખવું છે. દરેકની દરેક શક્યતાનો સ્વીકાર કરવો છે, વિશ્વાસનો સેતુ સર્જવો છે. કોઈ ગમે તેટલી લાગણી કે પ્રેમ બતાવે મારે તેને વળગવું જ નથી, કેમ કે જે વળગે છે તે જ સળગે છે.

જે આજે તમારા માટે sweet બને છે, તે કાલે 'saccharine' પણ બની શકે છે.

કોઈનો પ્રેમ કે કોઈની લાગણીથી આકર્ષાઈને ક્યારેય રાગમાં આવવું નહીં અને કોઈના માટે કોઈએ ગમે તેટલો

ખરાબ અભિપ્રાય આપ્યો હોય તો તે તમારું પણ ખરાબ જ કરશે એવું માનીને તેના પ્રત્યે દ્વેષભાવ પણ રાખવો નહીં.

આત્મશુદ્ધિ માટે મારી સામે કંઈ પણ આવે, મારે mirror ની જેમ જ રહેવું છે. હા, છદ્મસ્થ અવસ્થાને કારણે કદાચ ક્યાંય જોડાઈ જવાય, ભળી જવાય ત્યારે પરમાત્માને પ્રાર્થના કરવાની કે 'હે પરમાત્મા! મારી છદ્મસ્થ અવસ્થાને કારણે જ્યારે હું ક્યાંય ભળી જાઉં ત્યારે તું મને ભાન કરાવજે.'

ભગવાન જેને ભાન કરાવે, તે ક્યાંય ભળેલો રહી જ ન શકે. તે mix બધે લાગે, પણ તે fix ક્યાંય ન હોય. સમસ્યાથી મુક્ત થવા માટે mirror feelings ની master key અવશ્ય અપનાવવા લાયક છે, જેથી સ્વીકારભાવ સાથે સમભાવમાં રહીને, સમકિતને પામી શકીએ.



તમારી સામે પ્રેમ બતાવનારી વ્યક્તિ બહાર નીકળીને તમારા માટે વહેમ પણ કરી શકે છે. પણ મોટા ભાગે લોકો ભ્રમમાં જ જીવતા હોય છે. બહારના દેખાતા પ્રેમને પણ સાચો માની, કાયમી માની એમાં જોડાઈ જાય છે અને જ્યારે જોડાય છે ત્યારે જ છૂટતી વખતે દુઃખ થાય છે.

માટે જ યાદ રાખવાનું, અત્યારે ગાડી છે, પછી truck પણ આવી શકે છે. હરએકની હરએક વસ્તુને સ્વીકારતાં શીખવું જોઈએ. કોઈ પણ એક વસ્તુ કે એક માન્યતાને સ્વીકારીને એની પકડ ક્યારેય ન રાખવી.

આખા વિશ્વમાં પરમાત્માના જ્ઞાનની આ શ્રેષ્ઠ દેન કહે છે કે 'જે તટસ્થ બની શકે છે, તે જ સ્વસ્થ રહી શકે છે.'



09

પ્રેરણા

કૃપાને કવચ બનાવવાની!

‘ચારે બાજુ અંધકાર છે. મારી પાસે એક દીપક અને થોડી દીવાસળીઓ છે. પણ હું જેટલી વખત દીપક પ્રગટાવું છું, થોડી જ વારમાં વાવાઝોડું આવે છે અને મારો દીપક બુઝાઈ જાય છે.’

અંધારામાં માર્ગ મળતો નથી અને મારે મંઝિલ સુધી પહોંચવું છે.

મને દીપકનો પ્રકાશ પણ મળે અને મારો દીપક બુઝાઈ પણ ન જાય તે માટે હું શું કરું?’

એક મિત્ર તેના બે મિત્રોને પોતાની મૂંઝવણ કહે છે.

બીજો મિત્ર કહે છે, દોસ્ત! મને પણ એક તકલીફ છે. હું મરજીવો બનીને વારંવાર-વારંવાર સાગરના પેટાળ સુધી જવાનો પ્રયત્ન કરું છું, પણ થોડી જ વારમાં પાછા આવી જવું પડે છે. થોડીવાર જો સાગરમાં ટકી શકું તો અવશ્ય મોતી મેળવી શકું. મને સમજાતું નથી કે હું શું કરું?’

ત્રીજો મિત્ર કહે છે, દોસ્તો! તમારા જેવી જ મૂંઝવણમાંથી હું પસાર થઈ રહ્યો છું.

મારે પણ મારા દૂધને એવું બનાવવું છે જેથી તે લાંબો સમય સુધી બગડે નહીં. મને ખબર નથી પડતી કે હું શું કરું?’

ત્રણે મિત્રોની વાત એક જ્ઞાની સત્ પુરુષ સાંભળે છે.

તેઓ એમની પાસે જાય છે અને કહે છે, ભાઈઓ! મને ખબર છે તમારે શું કરવું જોઈએ.

ત્રણે મિત્રો વિનયપૂર્વક હાથ જોડીને કહે છે, આપ અમને જણાવશો તો આપનો મહાઉપકાર રહેશે.

જ્ઞાની સત્ પુરુષ કહે છે,

જો દીપકનો પ્રકાશ પણ જોઈતો હોય અને વાવાઝોડાથી એની રક્ષા પણ કરવી હોય તો દીપકની ફરતે એક સુરક્ષા કાય હોવો જોઈએ, જેથી પ્રકાશ પણ મળશે અને તેને વાવાઝોડાની અસર પણ નહીં થાય. કાય દીપકનો supporter છે.

ભગવાને કહ્યું છે એમ જે આત્માને સિદ્ધત્વની મંઝિલ સુધી જવું છે તેને કૃપાનું કવચ જોઈએ. દીપક પાસે એની પોતાની વાટ છે, પોતાનું ઘી છે, પોતાનો દીપક છે, દીવાસળી છે; પણ એને પ્રજ્વલિત રાખવા કાયનું કવચ જરૂરી છે.

એમ આત્મસાધકની સાધના પોતાની છે, આરાધના પોતાની છે, લક્ષ પોતાનું છે અને સાધનાનું માધ્યમ દેહ પણ પોતાનો જ છે; પણ એની સાધના સંસારના વાવાઝોડામાં મંદ ન પડી જાય એ માટે ગુરુકૃપાનું કવચ હોવું જ જોઈએ.

મરજીવાને પણ મોતી મેળવવા જો સાગરમાં ટકી રહેવું

હોય તો તેની સાથે તેણે oxygen નું cylinder રાખવું જોઈએ. એ એનું supporter બનશે.

એમ મોક્ષરૂપી મોતી મેળવવા માટે જે મુમુક્ષુ આરાધક બની આત્માના અતલ ઊંડાણ સુધી જવાનો પુરુષાર્થ કરે છે તેને પણ ગુરુકૃપારૂપી oxygen સાથે રાખવો જ જોઈએ.

હવે ત્રીજા મિત્રને પણ જો એના દૂધને બગડવા ન દેવું હોય તો તેણે તે દૂધમાંથી ઘી બનાવી લેવું જોઈએ અને દૂધથી ઘી સુધીની યાત્રા માટે એને પણ જરૂર પડશે મેળવણીની. મેળવણના કારણે દૂધ સ્થિર થશે અને દહીં બનશે.

દહીંનું મંથન કરવાથી માખણ નીકળશે અને માખણને તપાવવાથી ઘી બનશે, જે વર્ષોનાં વર્ષો સુધી બગડશે નહીં.

એમ આત્મકલ્યાણના ઇચ્છુક આરાધકને પણ જો એના આત્મભાવમાં સ્થિર થવું હોય તો ગુરુકૃપાનું મેળવણ જરૂરી છે.

એકવાર સાધનામાં સ્થિર થઈ જાય પછી એની સાધનાને કોઈ નિમિત્તો અસર કરી શકતાં નથી.

તમને ખબર છે કે દ્રૌપદી સ્વયંવરમાં અર્જુનનો વિજય કેમ થયો અને અન્ય રાજા-મહારાજાઓ કેમ હારી ગયા ?

દ્રૌપદી સ્વયંવરમાં દ્રૌપદીને પામવા નીચે પાણીમાં નજર

રાખી ઉપર ફરતી માછલીની ડાબી આંખ વીંધવાની હતી.

જે વીંધી શકે તેના ગળામાં દ્રૌપદી વરમાળા પહેરાવે. ઘણાબધા દેશના ઘણાબધા રાજાઓએ પ્રયત્નો કર્યા પણ બધા નિષ્ફળ થયા. જ્યારે અર્જુનનો વારો આવ્યો તો તેણે પણ પ્રયત્ન કર્યો અને તે સફળ થયો.

દ્રૌપદીએ તેના ગળામાં વરમાળા પહેરાવી. બન્ને જ્યારે મળ્યાં ત્યારે દ્રૌપદીએ પૂછ્યું, બીજા રાજા-મહારાજાઓ જે ન કરી શક્યા એ તમે કેવી રીતે કરી શક્યા? તમે તો બે second માં જ તમારા લક્ષને સાધી લીધું, માછલીની આંખને વીંધી નાખી. તમે આ કાર્ય કેવી રીતે કરી શક્યા?

શું જવાબ આપ્યો હશે અર્જુને?

અર્જુને કહ્યું, હાથ મારા હતા, આંખ મારી હતી, લક્ષ મારું હતું, પુરુષાર્થ મારો હતો, બધું જ મારું હતું; પણ મેં શ્રીકૃષ્ણ મહારાજને વિનંતી કરી હતી કે જ્યારે હું મારું લક્ષ સિદ્ધ કરવા જાઉં ત્યારે તમે પાણીને સ્થિર કરી દેજો.

જેવું પાણી સ્થિર થયું મારું કાર્ય સરળ થઈ ગયું. મને માછલી અને માછલીની આંખ clear દેખાવા લાગી અને હું સફળતાને પ્રાપ્ત કરી શક્યો.

અર્જુનના support માં શું હતું?

શ્રીકૃષ્ણની કૃપા.

આપણે પણ સાધનાના ક્ષેત્રમાં આત્મલક્ષને સિદ્ધ કરવા પરમાત્મા પાસે, ગુરુ પાસે એક જ વિનંતી કરવાની...

બધા કાર્ય હું કરીશ પણ તમે મારા પર માત્ર કૃપા કરજો. તમારી કૃપાના support વિના મારું લક્ષ સુધી પહોંચવું શક્ય જ નથી.

શું હોય છે આ કૃપા? કેવી રીતે support કરે છે કૃપા?

આપણાં બે શરીર હોય છે. જે દેખાય છે તેને સ્થૂળ શરીર કહેવાય છે અને જે દેખાતું નથી છતાં છે તેને સૂક્ષ્મ શરીર કહેવાય છે.

સૂક્ષ્મ શરીરની શક્તિ દ્વારા જે થાય તેને 'કૃપા' કહેવાય.

જેમનો પોતાનાં બંને શરીર-સ્થૂળ અને સૂક્ષ્મ પર control હોય તેને ગુરુ કે પરમાત્મા કહેવાય અને સૂક્ષ્મ શરીર દ્વારા થતી action ને 'કૃપા' કહેવાય.

જેમ હવા છે, દેખાતી નથી છતાં આપણે માનીએ છીએ, સ્વીકારીએ છીએ. જેમ mobile નાં waves છે, દેખાતાં નથી છતાં એના દ્વારા થતી actions ને કારણે આપણે માનીએ છીએ તેવી જ રીતે સૂક્ષ્મ શરીર હોય છે. Mobile નાં waves

ની જેમ સૂક્ષ્મ શરીરનાં waves પણ વિશ્વના કોઈ પણ ખૂણામાં જઈ શકે છે અને એ પણ second ના લાખમાં ભાગમાં.

જેમ તમે અહીં બોલો અને એ જ second એ અમેરિકામાં તમારો મિત્ર તમારો અવાજ સાંભળી શકે છે. જેમ mobile નાં waves વચમાં ક્યાંય રોકાતાં નથી, અટકતાં નથી, એને કોઈ પહાડો નડતા નથી એમ સૂક્ષ્મ શરીરનાં waves પણ ગમે ત્યાં કોઈ પણ અવરોધ વિના પહોંચી શકે છે.

ગુરુ જ્યારે પરચક્રખાણ આપે છે ત્યારે શું કરે છે ?

ત્યારે ગુરુ કૃપાનાં, સદ્ભાવનાના waves ને transfer કરે છે, જે waves તપ આરાધક માટે supporter બને છે અને તેની તપસાધના નિર્વિઘ્ન પરિપૂર્ણ થાય છે.

ભગવાન મહાવીરે પણ ગૌતમ સ્વામીમાં કૃપાનાં waves transfer કર્યાં અને ભગવાનને જેટલું જ્ઞાન પ્રાપ્ત થયું હતું તે બધું જ ક્ષણવારમાં ગૌતમ સ્વામીમાં transfer થઈ ગયું.

કૃપા કોને પ્રાપ્ત થાય ?

શ્રદ્ધા અને ભક્તિ કૃપાનાં waves ને આમંત્રણ આપે છે.

એ યુગ હતો જ્યારે ભક્તની ભક્તિ અને શ્રદ્ધા એટલાં ઉત્કૃષ્ટ અને અહોભાવયુક્ત હતાં કે પ્રભુ અને ગુરુના સૂક્ષ્મ

શરીરમાં રહેલાં waves ને attract કરતાં હતાં.

એ યુગમાં ગુરુ કે પરમાત્માનાં દર્શન થતાં જ હાથ જોડાઈ જતા, આંખો અહોભાવથી છલકાઈ જતી અને હૃદય ભક્તિથી એવું ભીંજાઈ જતું કે એ ભીનાશ આંખોમાંથી વહેવા લાગતી.

શ્રદ્ધા અને ભક્તિ જ્યારે ઉત્કૃષ્ટ બને છે ત્યારે કૃપાને આમંત્રણ મળે છે.

ચંદનબાળાના દ્વારેથી પ્રભુ વિદાય થયા ત્યારે ચંદનબાળાના ભાવ ઉત્કૃષ્ટ હતા, પ્રભુ પ્રત્યે શ્રદ્ધા અનન્ય હતી અને હૃદય ભક્તિથી ભીંજાયેલું હતું એટલે જ પ્રભુની વિદાયથી આંખોમાં અશ્રુની ધાર આવી ગઈ જે પ્રભુના અંતરાત્માને અસર કરી ગઈ અને પ્રભુને પાછા ફરવું પડ્યું.

દીપકને પ્રજ્વલિત રહેવાનું છે સ્વયંએ, પણ જો કાચ ન હોય તો બુઝાતાં વાર નથી લાગતી. મરજીવાએ ડૂબકી લગાવવાની છે સ્વયંએ, પણ જો સાથે oxygen ની cylinder નો support ન હોય તો વધારે સમય ટકી શકતો નથી.

તેવી જ રીતે એક આત્મસાધકને જ્યાં સુધી પ્રભુ કે ગુરુની કૃપા પ્રાપ્ત નથી થતી ત્યાં સુધી તે આત્મસાધનામાં સ્થિર નથી થઈ શકતો, આત્મમોતીને પ્રાપ્ત નથી કરી શકતો અને લક્ષ્ય સુધી પહોંચી નથી શકતો.

કૃપા એક શક્તિ છે, એક પરિબલ છે જે તમને સ્થિર કરે છે, તમારી આત્મરક્ષા કરે છે અને તમારી ક્ષમતાને વધારે છે.



જે આત્માને સિદ્ધત્વની મંઝિલ સુધી જવું છે તેને કૃપાનું કવચ જોઈએ.

આત્મકલ્યાણના ઈચ્છુક આરાધકને પણ જો એના આત્મભાવમાં સ્થિર થવું હોય તો ગુરુકૃપાનું મેળવણ જરૂરી છે. એકવાર સાધનામાં સ્થિર થઈ જાય પછી એની સાધનાને કોઈ નિમિત્તો અસર કરી શકતાં નથી.

આપણે પણ સાધનાના ક્ષેત્રમાં આત્મલક્ષને સિદ્ધ કરવા પરમાત્મા પાસે, ગુરુ પાસે એક જ વિનંતી કરવાની, ‘બધા કાર્ય હું કરીશ પણ તમે મારા પર માત્ર કૃપા કરજો. તમારી કૃપાના support વિના મારું લક્ષ સુધી પહોંચવું શક્ય જ નથી.’

શ્રદ્ધા અને ભક્તિ જ્યારે ઉત્કૃષ્ટ બને છે ત્યારે કૃપાને આમંત્રણ મળે છે.



10

પ્રેરણા

પરાધીનતાનો અંત કરવાની!

પરિગ્રહ એટલે સંગ્રહ એવું ઘણા માનતા હોય છે. માટે જ અઢળક સંપત્તિમાંથી થોડુંક donation આપે અને સંતોષ માને કે મારો થોડો પરિગ્રહ છૂટ્યો.

સોના, ચાંદી, જમીન, વસ્ત્રોની મર્યાદા કરીને ખુશ થઈ જાય કે મેં આટલો પરિગ્રહ છોડ્યો. પણ ના, એ પરિગ્રહ નથી છૂટ્યો, ત્યાગ કર્યો છે.

પરિગ્રહ એટલે શું?

પરિગ્રહ એટલે આગ્રહ, પરિગ્રહ એટલે મમત્વ. પરિગ્રહ છૂટ્યો ત્યારે જ કહેવાય જ્યારે તમે અપરિગ્રહ ભાવમાં આવી જાવ.

‘આ મારું શરીર છે’ એટલે મારે તેને આમ જ રાખવું, આમ જ સાચવવું, આવી અનુકૂળતા આપવી તે પણ ‘પરિગ્રહ’ છે; કેમ કે એ શરીર માટેનો આગ્રહ છે, શરીર પ્રત્યેનો મમત્વભાવ છે.

અપરિગ્રહી તો ભગવાન મહાવીર હતા, જેમને દેહ માત્ર પ્રત્યે અંશમાત્ર મૂર્છા નહોતી.

એ તો એમના ‘સ્વ’ ભાવમાં જ હતા. કાનમાં ખીલ્લા મરાય કે વાઘ નખ મારે, એમને ક્યારેય ચિંતા નહોતી કે કાનમાં ખીલ્લા મારશે અને હું બહેરો થઈ જઈશ તો? વાઘ નખ મારશે અને મારા શરીર પર ઉઝરડા પડી જશે તો?

દેહ પ્રત્યે આસક્તિના ભાવ પણ એક પ્રકારનો પરિગ્રહ છે.

આપણે તો જરાક ચક્કર આવ્યાં, જરાક માથું દુઃખ્યું, જરાક વાગી ગયું, અરે! એક મચ્છર પણ કરડી જશે તો તરત જ cream લગાવવા દોડી જઈશું? આ છે પરિગ્રહ.

મેઘકુમાર જ્યારે ભગવાનને સમર્પિત થાય છે ત્યારે શું કહે છે?

‘હે ભગવાન! આજથી હું આપને સમર્પિત થાઉં છું.

આજથી મારું મન, વચન અને કાયા અને મારું સમસ્ત અસ્તિત્વ આપને સમર્પિત કરું છું.

હે ભગવાન! આ બે આંખોના પલકારા પર મારો કોઈ control નથી એટલે એના સિવાયનું બધું જ આપનું છે. આપ જ્યાં, જેમ રાખશો બધું જ મને મંજૂર છે.’

આ છે અપરિગ્રહ ભાવ!

જે પરિગ્રહ રાખે છે તેને પરાધીનપણાનો ભવ મળે છે.

આ જીવે અનંતકાળથી પરાધીનપણાના અનંત ભવો કર્યાં છે. પરાધીનપણાનો ભવ એટલે ગળે પટ્ટો, પછી એ કૂતરાના ગળાનો પટ્ટો હોય કે ગાડામાં બાંધેલો બળદ હોય, માલિકની ચાબુક ખાતો ઘોડો હોય કે કુંભારનાં ડફણાં ખાતો ગધેડો હોય.

જેને સ્વાધીનતા ગમે છે, જેને સ્વાધીનતાનો આગ્રહ છે તેને પરાધીનતા જ મળે છે.

જીવે પરાધીનપણે અનંત દુઃખ ભોગવ્યાં છે. સ્વાધીનપણામાં જો થોડુંકુ દુઃખ સહન કરી લે તો પરાધીનપણાનાં અનંત દુઃખ ભોગવવાં જ ન પડે.

પણ થતુ શું હોય છે ?

જેમ કાયા પ્રત્યેનો આગ્રહ છે તેમ મન પ્રત્યે પણ આગ્રહ છે. મન પ્રત્યેનો આગ્રહ એટલે ego, અહમ્, હું કંઈક છું, હું કોઈની under માં કેવી રીતે રહું ? મને આમ તો ફાવે જ નહીં, હું આમ તો કરું જ નહીં.

ભગવાન કહે છે, કેટલાં વર્ષ રાખીશ તું તારો ego ? કેટલાં વર્ષ પોષીશ તું તારા અહંને ?

કદાચ આજે તારા પુણ્યનો ઉદય હશે તો તું તારા મનનું ધાર્યું કરી લઈશ, તારી ઈચ્છાને પોષી લઈશ, તારી ઈચ્છા પ્રમાણે તને બધી અનુકૂળતા પણ મળી જશે.

પણ જેવો પુણ્યનો ઉદય પૂરો થયો અથવા જેવો આ ભવ પૂરો થયો પછી ? પછી જ્યારે બળદ, ઘોડા કે ગધેડાના ભવમાં જઈશ ત્યારે... ત્યારે શું કરીશ ?

એકવાર સમજી જા. ક્યાંય ego રાખવા જેવો નથી, ક્યાંય પરિગ્રહ રાખવા જેવો નથી.

જેનો પરિગ્રહ ઓછો હોય છે તેને કોઈ problem થતો નથી અને જેનો પરિગ્રહ વધારે હોય છે તેને problem થયા વગર રહેતો નથી.

એટલે તું પરમાત્મા કે ગુરુના શરણમાં સમર્પિત થઈ તારી ઈચ્છાનું દમન કરતાં શીખી જા.

તારી ઈચ્છાઓનું મૃત્યુ કરતાં શીખી જા. કેમ કે ઈચ્છા પણ પરિગ્રહ જ છે.

જ્યારે ઈચ્છા જ ન રહે ત્યારે અપરિગ્રહ ભાવ આવે. મારી કોઈ ઈચ્છા નથી, તમે જેમ રાખો તેમ રહેવું છે એ અપરિગ્રહ ભાવ છે.

જો તમે અત્યારે તમારા આત્માનું દમન નહીં કરો તો આવતા ભવમાં 'પર' તમારા આત્માનું દમન કરશે.

અત્યારે આ ભવમાં સ્વાધીનતા મળી છે એટલે કદાચ તમારી ઈચ્છા પૂરી થઈ જશે.

પણ યાદ રાખજો,

સ્વાધીનતાનો અંત પરાધીનતાથી થાય છે.

સ્વાધીનતા અંતે તો પરાધીનતાનું જ કારણ છે. એટલે પરાધીનતાને આવકારવી હોય તો જ સ્વાધીનતા ભોગવવી.

અત્યારે આ નથી ફાવતું અને આ નથી ગમતું, પણ

જ્યારે બળદ તરીકે જન્મ લઈશ ત્યારે શું ખેડૂતને કહીશ કે મને આ ખેતરમાં ફાવતું નથી, મને આ ખોળ ભાવતો નથી, મને તડકામાં ઊભા રહેવું ગમતું નથી.

સ્વાધીનપણે જ્યારે અહમ્ ઘૂંટાય છે, તેના જેવો પરિગ્રહ બીજો કોઈ નથી.

પાંચ કરોડ રૂપિયાનું દાન તો પોતાના નામ, ego, પ્રતિષ્ઠા અને પ્રસિદ્ધિ માટે કોઈ પણ આપી શકે; પણ પાંચ જાણીતી વ્યક્તિની વચ્ચે કરેલા અપમાનને પણ સમભાવે સહી શકે તે મનનું દાન કહેવાય.

યાદ રાખજો,

ધનનું દાન દેવું સહેલું છે, પણ મનનું દાન દેવું બહુ જ અઘરું છે.

ધનના દાનથી બહુ-બહુ તો પુણ્ય પ્રાપ્ત થાય, પણ મનના દાનથી તો મોક્ષ પ્રાપ્ત થાય

માટે જ પરિગ્રહભાવથી મુક્ત થવાનું છે. પરિગ્રહની અનુભૂતિઓથી ‘પર’ થવાનું છે.

‘મન’ સૌથી મોટામાં મોટો પરિગ્રહ છે. મનને મારવું એ અપરિગ્રહ છે, મનને સોંપવું એ અપરિગ્રહ છે.

તમારું મન જ્યારે તમારું ન રહે ત્યારે જ સાચા ‘નમન’

થાય. કાયાથી હાથ જોડીને નમન કરવા એ નમન કહેવાય. આત્માથી, અંતરથી જ્યારે ‘મારું મન મારું નથી’ એ અનુભવાય તેને અપરિગ્રહ કહેવાય.

મન, વચન, કાયાનું સમર્પણ થાય ત્યારે સાચો પરિગ્રહ છૂટે. દ્રવ્યોને છોડવાં એ પરિગ્રહ નથી, એ ત્યાગ છે. માટે જ સમર્પણને અપરિગ્રહ કહેવાય છે.

જ્યારે મન, વચન, કાયાનું સમર્પણ થાય છે ત્યારે જ સમાધિ પ્રગટ થાય છે.

સોનું, ચાંદી કે દ્રવ્યોના પરચક્રમાણ લેવા કે ઓછા વાપરવા એ મોટો અપરિગ્રહ નથી. એ તો આમ પણ ‘પર’ છે, તમારાથી જુદું છે.

એટલે એને તમે ઓછું વાપરો કે ન વાપરો એનાથી વધારે ફરક પડતો નથી, પણ તમે તમારી બુદ્ધિને કેટલી વાપરો છો તેનાથી ફરક પડે છે.

બુદ્ધિ વાપરવી એ પણ પરિગ્રહ છે.

પરિગ્રહ અને અપરિગ્રહની સાચી પરિભાષા સમજી પરિગ્રહથી મુક્ત થઈને મોક્ષને પ્રાપ્ત કરવાનો પુરુષાર્થ કરવો જોઈએ.



જેનો પરિગ્રહ ઓછો હોય છે તેને કોઈ problem થતો નથી અને જેનો પરિગ્રહ વધારે હોય છે તેને problem થયા વગર રહેતો નથી. એટલે તું પરમાત્મા કે ગુરુના શરણમાં સમર્પિત થઈ તારી ઈચ્છાનું દમન કરતાં શીખી જા. તારી ઈચ્છાઓનું મૃત્યુ કરતાં શીખી જા. કેમ કે ઈચ્છા પણ પરિગ્રહ જ છે.

જ્યારે ઈચ્છા જ ન રહે ત્યારે અપરિગ્રહ ભાવ આવે. મારી કોઈ ઈચ્છા નથી, તમે જેમ રાખો તેમ રહેવું છે એ અપરિગ્રહ ભાવ છે. જો તમે અત્યારે તમારા આત્માનું દમન નહીં કરો તો આવતા ભવમાં 'પર' તમારા આત્માનું દમન કરશે. અત્યારે આ ભવમાં સ્વાધીનતા મળી છે એટલે કદાચ તમારી ઈચ્છા પૂરી થઈ જશે.

પણ યાદ રાખજો, સ્વાધીનતાનો અંત પરાધીનતાથી થાય છે.

સ્વાધીનતા અંતે તો પરાધીનતાનું જ કારણ છે. એટલે પરાધીનતાને આવકારવી હોય તો જ સ્વાધીનતા ભોગવવી.



જો જો, ગુણ અવગુણ ન બને!

આ વિશ્વમાં બે પ્રકારનાં તત્ત્વો હોય છે: શુભ તત્ત્વો અને અશુભ તત્ત્વો.

શુભનો સંગ આપણી અંદરમાં ગુણોને પ્રગટાવે છે અને અશુભનો સંગ આપણી અંદરમાં અવગુણને પ્રગટાવે છે.

ગુણ જેમ-જેમ વધતા જાય તેમ-તેમ આત્મા શુદ્ધ થતો જાય અને અવગુણ જેમ-જેમ વધતા જાય તેમ-તેમ આત્મા અશુદ્ધ થતો જાય.

ધર્મ એટલે શું છે? ધર્મ એ અશુદ્ધ આત્માને શુદ્ધ બનાવવાની process છે.

જેમ ખાણમાંથી નીકળેલું સોનું બહાર કાઢીએ ત્યારે એકદમ કાળું, મેલું અને ધૂળ-માટીથી જોડાયેલું હોય.

પણ એને જ્યારે ભઠ્ઠીમાં નાખીએ ત્યારે એની સાથે જોડાયેલો મેલ, કચરો અને ધૂળ-માટી છૂટાં પડી જાય અને જેમ-જેમ મેલ છૂટો પડતો જાય તેમ-તેમ સોનું શુદ્ધ થતું જાય, સોનાની સ્વયંની ચમક બહાર આવવા લાગે. જ્યારે એ process પૂર્ણ થાય એટલે સંપૂર્ણ શુદ્ધ સોનું બહાર આવે.

એમ ધર્મ એ અશુદ્ધ આત્માને શુદ્ધ બનાવવાની process છે, કષાયો અને અવગુણોના આવરણથી ઢંકાયેલા આત્માને શુદ્ધ બનાવવાની ક્રિયા છે.

જેમ-જેમ અવગુણો દૂર થતા જશે તેમ-તેમ આત્માના ગુણો પ્રગટવા લાગશે. જેમ-જેમ આત્મા શુદ્ધ થશે તેમ-તેમ ચિત્તની પ્રસન્નતા વધવા લાગશે.

શું ખાણમાંથી કાઢેલું સોનું ભઠ્ઠીમાં નાખવાથી તરત જ શુદ્ધ થઈ જાય? ના, એમાં સમય લાગે.

એમ અનાદિ અનંતકાળથી આત્મા સાથે જોડાયેલા અવગુણોને પણ દૂર થતાં સમય લાગે.

અનાદિકાળથી આપણે ક્રોધ, માન, માયા, લોભ, રાગ, દ્વેષ, ઈર્ષ્યા, અદેખાઈથી એવા attach થઈ ગયા છીએ અને એ બધાં ગમતાં થઈ ગયાં છે એટલે જ જ્યારે કોઈના પર ગુસ્સો કરીએ એટલે તરત જ શબ્દ નીકળી જાય, ‘જોયું, એ તો એ જ લાગનો હતો!’

એનો અર્થ એ જ છે કે જાણતાં-અજાણતાં પણ ગુસ્સો ગમે છે અને વારંવાર એને બોલાવીએ પણ છીએ.

અનાદિકાળથી attach થઈ ગયેલા અવગુણોને detach કરવાની process એટલે ધર્મ. જે સમયે process થાય છે તે સમયે ધર્મ અનુભવાય છે.

ધર્મસ્થાનકમાં આવવાથી કે દીક્ષા લઈ લેવાથી detachment ની process નથી થતી.

ભગવાન કહે છે, જે સમયે અવગુણને કાઢવાનો અને

સદ્ગુણને વધારવાનો પ્રયત્ન થાય તે સમયે આ process થાય.

મારે કોઈના પર ક્રોધ કરવો નથી, મારે કોઈની ઈર્ષ્યા કરવી નથી, કોઈની નિંદા કરવી નથી, મારે કોઈની સાથે problem ઊભા કરવા નથી, કોઈની સાથે વિરોધ કરવો નથી.

બધું જ માનવા, વિચારવા, જાણવા, બોલવા છતાં પણ થઈ જાય છે, અવગુણો પાછા આવી જ જાય છે; કેમ કે આપણે તેની સાથે એકમેક થઈ ગયા છીએ, જોડાઈ ગયા છીએ એટલે જલ્દીથી છૂટતા નથી.

અનંતકાળનું આ જોડાણ ખોટું છે, અયોગ્ય છે; પણ તે આપણને ખોટું કે અયોગ્ય લાગતું નથી એટલે સહજતાથી છૂટતું નથી અને એને છોડવાની ક્રિયા તે જ ધર્મ છે.

ધર્મની આ સાધના કરવા માટે, અવગુણોને બહાર કાઢવા માટે શું ધર્મક્ષેત્ર હોવું જરૂરી છે કે અવગુણોને ગમે તે જગ્યાએ બહાર કાઢી શકાય?

જે સમયે કોઈએ આપણા પર ગુસ્સો કર્યો, આપણે મૌન રહ્યા; કોઈએ અપમાન કર્યું, આપણે શાંત રહ્યા તે એક પ્રકારે process જ થઈ કહેવાય.

જે સમયે તમે શાંતિ, ક્ષમા, નમ્રતા રાખો તે સમયે ધર્મની ક્રિયા થઈ કહેવાય, તે સમયે ધર્મ અનુભવાય.

અવગુણો ત્યારે જ જાય જ્યારે સદ્ગુણો વધે. સદ્ગુણો ત્યારે જ વધે જ્યારે સત્નો સંયોગ હોય. સત્નો સંગ વધે તો સદ્ગુણો વધે, કેમ કે આપણે બધા નિમિત્ત આધીન જીવો છીએ.

જેટલા આપણે સત્ના સંગમાં રહીએ છીએ તેટલી આપણામાં ગુણ ઉપાર્જનની ભાવના પ્રબળ થાય છે.

જેટલી ગુણ ઉપાર્જનની ભાવના થાય છે તેટલી જ detachment ની process થાય છે.

જેટલી process થાય છે તેટલો આત્મા શુદ્ધ થાય છે અને જેટલો આત્મા શુદ્ધ થાય છે તેટલો ધર્મ અનુભવાય છે.

ક્ષમા, નમ્રતા, શાંતિ, સંતોષ એ બધા ગુણો હોવા છતાં ઘણીવાર એમાંથી જ અવગુણ પ્રગટી જાય છે. એ ધર્મની ક્રિયા હોવા છતાં એમાંથી જ અધર્મ થઈ જાય છે.

માનો કે ઘરમાં કોઈની સાથે કોઈ વાંધો પડ્યો, કોઈ problem થયો એટલે તમે વિચાર્યું કે જવા દેને મારે કંઈ બોલવું નથી, વાતને વધારવી નથી.

એકવાર જતું કર્યું. બેવાર, ત્રણવાર, ચારવાર જતું કર્યા

પછી પાંચમીવાર તમારા મનમાં પાછો વિચાર આવશે, જો મેં એનું પાંચવાર જતું કર્યું, પાંચવાર સહન કર્યું એનો અર્થ એ થયો કે જતું કરીને પણ તમે નોંધ રાખી છે કે કેટલીવાર જતું કર્યું અને બીજી વાત 'મેં જતું કર્યું' એટલે મેં કર્યાનો ભાવ આવ્યો, કર્તૃત્વભાવ આવ્યો.

જતું કરીને ક્ષમા આપી, સમતા રાખી એ ગુણ હતો; પણ એની નોંધ અને મેં કર્યુંનો ભાવ એટલે એ ગુણમાંથી પ્રગટેલો અવગુણ. જ્યાં 'મેં' આવે ત્યાં ગુણ, અવગુણ બની જાય.

જે સત્ના સંગમાં હોય, ગુરુના શરણમાં હોય તેને ક્યારેય 'મેં કર્યું' ન આવે, ત્યાં 'ગુરુકૃપાથી થયું' શબ્દ આવે.

માટે જ ભગવાને કહ્યું છે, જેના જીવનમાં ગુરુ ન હોય તેનો દરેક ગુણ અહમ્ અને કર્તૃત્વભાવને કારણે અવગુણ બની જાય છે.

જ્યાં કર્તા હોય ત્યાં કૃપા ન હોય અને જ્યાં કૃપા હોય ત્યાં કર્તા ન હોય.

અવગુણમાંથી ગુણ તરફ જવું એ process છે, પણ એ ટકે કેવી રીતે?

ચાંદીનો કળશ process દ્વારા ચમકતો તો બન્યો, પણ જો એના પર coating કરવામાં ન આવે તો અલ્પ સમયમાં

જ કાળો પડી જાય.

એમ process દ્વારા આત્મા થોડો શુદ્ધ તો થયો, પણ જો એના પર ગુરુ કે પરમાત્માની કૃપાનું coating ન હોય તો એને પાછો અશુદ્ધ થતાં વાર ન લાગે.

ગુણ ત્યારે જ સારો છે જ્યારે ગુણમાંથી અવગુણ ન આવે.

અનંતકાળમાં આપણે ઘણી વાર ધર્મ કર્યો છે અને જેટલી વાર ધર્મ કર્યો છે એટલી વાર ગુણ ઉપાર્જન પણ કર્યા છે.

જેટલી વાર ગુણ ઉપાર્જન કર્યા છે એટલી વાર આત્માને શુદ્ધ કરવાનો પ્રયત્ન પણ કર્યો છે.

પણ બન્યું છે એવું કે શુભના સંયોગ વિના એ ગુણમાંથી અવગુણ આવી ગયા છે.

અવગુણ, જે અવગુણ જ છે તે તો અવગુણ તરીકે કદાચ દેખાય, પણ ગુણમાંથી આવેલો અવગુણ દેખાતો નથી એટલે જણાતો નથી.

જ્યાં કર્તાપણું હોય છે ત્યાં કૃપાભાવ નથી હોતો. જીવે આજ સુધી અધર્મમાં તો ખૂબ કર્તાપણું કર્યું છે.

પણ અધર્મનું કર્તાપણું છોડીને, ધર્મક્ષેત્રમાં આવીને,

એણે પાછું ગુણનું કર્તાપણું કર્યું છે.

જેમ સંસાર અનંતવાર અનુભવ્યો છે તેમ ધર્મ પણ અનંતવાર અનુભવ્યો છે.

પણ જેટલી વાર ધર્મ અનુભવ્યો છે તેટલી વાર કૃપાભાવથી નથી અનુભવ્યો, કર્તાભાવથી અનુભવ્યો છે.

ધર્મ શું છે?

ધર્મ છે અવગુણમાંથી આત્માને ગુણ તરફ લઈ જવાની process, પણ એ process માં જો કર્તાભાવ ભળી ગયો તો?

ગુણ વધે એટલે ક્રોધ જાય અને ક્ષમા આવે, અહં જાય અને નમ્રતા આવે, કપટ જાય અને સરળતા આવે, લોભ જાય અને સંતોષ આવે.

ગુણ હંમેશને માટે ધર્મ હોવા છતાં હંમેશ માટે ધર્મ જ હોય એવું પણ નથી, કારણ કે ક્યારેક ગુણની સાથે કર્તાપણું ભળી જાય છે ત્યારે ગુણ અવગુણ બની જાય છે.

ગુણ અવગુણ ન બની જાય એ માટે જ વિશ્વના દરેક ધર્મમાં ગુરુનું આટલું બધું મહત્ત્વ દર્શાવ્યું છે.

જ્યારે કૃપાભાવ હોય ત્યારે કર્તાભાવ ઘટવા લાગે છે.

ગુણમાંથી જ્યારે કૃપાભાવ જાય છે ત્યારે ગુણ અવગુણ
બની જાય છે અને ગુણની સાથે જ્યારે કૃપાભાવ ભળી જાય
છે ત્યારે ગુણ સદ્ગુણ બની જાય છે.



આ વિશ્વમાં બે પ્રકારનાં તત્ત્વો હોય છે : શુભ તત્ત્વો અને અશુભ તત્ત્વો.

શુભનો સંગ આપણી અંદરમાં ગુણોને પ્રગટાવે છે અને અશુભનો સંગ આપણી અંદરમાં અવગુણને પ્રગટાવે છે.

અનાદિકાળથી attach થઈ ગયેલા અવગુણોને detach કરવાની process એટલે ધર્મ.

અવગુણો ત્યારે જ જાય જ્યારે સદ્ગુણો વધે. સદ્ગુણો ત્યારે જ વધે જ્યારે સત્નો સંયોગ હોય. સત્નો સંગ વધે તો સદ્ગુણો વધે, કેમ કે આપણે બધા નિમિત્ત આધીન જીવો છીએ.

જ્યાં કર્તા હોય ત્યાં કૃપા ન હોય અને જ્યાં કૃપા હોય ત્યાં કર્તા ન હોય.



12

પ્રેરણા

સૂતા પણ જાગૃત રહેવાની!

શું સ્વપ્ન આવે એમાં પાપ લાગે ?

ક્યારેય વિચાર આવ્યો છે કે સ્વપ્નનું પણ પાપ લાગે ? દિવસના સમયે તો વ્યક્તિ જાગતી હોય એટલે સાવધાનીને કારણે કે સમજને કારણે પાપકાર્યથી બચી શકે. દિવસના તો બુદ્ધિથી વિચારી શકે કે આમાં પાપ લાગે. આ કામ ન કરાય, આ અયોગ્ય છે આ ન કરાય, આ ખોટું છે, આ ન કરવું જોઈએ. એટલે વ્યક્તિ અટકી જાય અને પાપથી બચી પણ શકે.

પણ... રાતના સૂઈ ગયા પછી ?

એકવાર તમે સૂઈ જાઓ એટલે શરીર તો સૂઈ જાય, પણ મગજ! મગજ તો એનું કામ કરે જ છે. રાત્રે ઊંઘમાં પણ મોટા ભાગની વ્યક્તિઓમાં કંઈક ને કંઈક ચાલતું જ હોય છે, જે સ્વપ્ન સ્વરૂપે બહાર આવે છે. એમાંથી થોડું ઘણું યાદ હોય અને થોડું ઘણું ભૂલાઈ ગયું હોય. એટલે સૂતા પછીની આત્મદશા કેવી હોવી જોઈએ ? રાત્રે સૂતા પછી શું હોવું જોઈએ ?

વિચાર કરો, દિવસના જાગતા વ્યક્તિ પાપ કરે એનું પાપ વધારે લાગે કે સ્વપ્નમાં પાપ કરે એનું પાપ વધારે લાગે ?

એક વ્યક્તિ, એક કસાઈ દિવસના કોઈ ગાયની કતલ

કરે છે અને એક વ્યક્તિ ઊંઘમાં, સ્વપ્નમાં કોઈ ગાયની કતલ કરે છે. બન્નેમાંથી પાપ કોને વધારે લાગે? તમે કહેશો કે જે જાગતા કતલ કરે છે એને વધારે પાપ લાગે, અમે કહીએ છીએ કે જે સ્વપ્નમાં કતલ કરે છે તેને વધારે પાપ લાગી શકે છે.

તમને ખબર નથી કે તમને કોઈ પણ સ્વપ્ન ત્યારે જ આવે જ્યારે તમારી વૃત્તિ તમારી અંદર ઊંડાણ સુધી ઊતરી ગઈ હોય, તમારી memory માં save થઈ ગઈ હોય!

સ્વપ્ન તમારી memories નું પ્રતીક હોય છે.

ભગવાન કહે છે કે ભૂતકાળના અનેક ભવની memories તમારી અંદરમાં પડેલી હોય છે.

આ ભવમાં સિત્તેર વર્ષમાં ભલે તમે ક્યારેય ઊંટ પર સવારી કરી ન હોય, છતાં તમને સ્વપ્ન આવે છે કે તમે ઊંટ પર બેસીને રણમાં ફરી રહ્યા છો. શા માટે? કેમ કે ભૂતકાળના કોઈ ને કોઈ ભવમાં તમે ઊંટ સવારી કરી છે અને તે તમારી memories માં છે.

જેમ કે આજે સિત્તેર વર્ષની ઉંમરે પણ તમને પૂછવામાં આવે કે તમારી school નો uniform કેવો હતો? તમે એક જ second માં કહી દેશો કે blue colour ની checks વાળું shirt, white pant અને tie હતી, કેમ કે એ તમારી

memories માં પડ્યું છે. એવી જ રીતે તમને કોઈ પૂછે કે તમે school ની trip માં ક્યાં ગયા હતા? તમે તરત જ કહેશો કે અમે શિમલા trekking માં ગયા હતા, ત્યાં સરસ વાતાવરણ હતું, ત્યાં ખૂબ જ ઠંડી હતી એ બધું જ યાદ આવે છે, કેમ કે memories માં save થયેલું છે.

તમને ખબર છે? તમે રાત્રે સૂતા હો ત્યારે ઊંઘમાં શું થાય છે? આંખ કામ ન કરે, કાન કામ ન કરે, જીભથી ખાવાનું ન હોય, કાયા કામ ન કરે. મતલબ ઈન્દ્રિયો બધી શૂન્ય થઈ જાય.

ઈન્દ્રિયો જ્યારે શૂન્ય થઈ જાય છે ત્યારે memory active થઈ જાય છે.

એટલે memories માં પડેલું બધું મનની screen પર દેખાવાનું શરૂ થઈ જાય. ક્યારેય કલ્પના પણ ન કરી હોય એવાં-એવાં દ્રશ્યો દેખાવા લાગે. જાણે તમે સસલાને મારી રહ્યા છો, માછલીની જેમ તરી રહ્યા છો, તમે કોઈ એકાંત ખૂણામાં બેઠા છો તો ક્યારેક પક્ષીની જેમ ઊડી રહ્યા છો.

જાગતા જેટલાં કર્મ બંધાય એટલાં જ કર્મો સૂતા પણ બંધાય છે.

જાગતી વખતે તમારી action માં પ્રવૃત્તિ હોય છે અને

અંદરમાં વૃત્તિ હોય છે, જ્યારે સૂતી વખતે action માં અંદરમાં પડેલી વૃત્તિ બહાર આવતી હોય છે. એટલે જ ઘણી વ્યક્તિઓ દિવસે જેટલા ભોગ ન ભોગવતી હોય એટલા રાત્રે સૂતા પછી ઊંઘમાં ભોગવતી હોય છે. દિવસે જેટલા રાગ-દ્વેષ કે ક્રોધ-અહમ્ ન કરતી હોય એટલા રાત્રે સ્વપ્નમાં કરતી હોય. એટલે સ્વપ્નમાં પાપવૃત્તિ થાય છે એ તો નક્કી જ છે અને આવું લગભગ બધા જ સાથે થાય છે એ વાત પણ પાકી જ છે.

તો પછી સ્વપ્નના આવા પાપથી કેવી રીતે બચી શકાય? એ માટે શું કરવું જોઈએ?

દિવસના પાપથી તો સાવધાની, જાગૃતિ, સમજ અને ભેદજ્ઞાનને કારણે બચી શકાય; પણ સ્વપ્નના પાપથી કેવી રીતે બચાય? ઊંઘમાં કેવી રીતે સાવધાની કે જાગૃતિ રહે? દિવસના પાપથી બચવાના તો ઘણા ઉપાયો અને ઘણા પ્રકારની સાધના બધાએ બતાવી છે, પણ સ્વપ્નના પાપથી બચવાનો ઉપાય શું? સ્વપ્નના પાપથી બચવા કંઈ સાધના કરાય?

સ્વપ્નના પાપથી બચવા એક સાધકે સૂતા પહેલાં memories ની connection ને disconnect કરવું જોઈએ.

મોટા ભાગના લોકો સૂતા પહેલાં ઊંઘ લાવવા માટે છાપું વાંચતા હોય, magazines વાંચતા હોય, TV જોતા હોય, mobile પર games રમતા હોય કે માળા કરતા હોય.

Memories ની connection ને disconnect કરવા સૂતા પહેલાં આવી પ્રવૃત્તિઓ નહીં પણ ધ્યાનસાધના કરવી જોઈએ.

ભગવાને કહ્યું છે,

તમારી એક રાતના ચાર ભાગ કરવા જોઈએ. પહેલાં ભાગમાં સ્વાધ્યાય, બીજા ભાગમાં ધ્યાન, ત્રીજા ભાગમાં ઊંઘ અને ચોથા ભાગમાં એટલે કે વહેલી સવારે પાછો સ્વાધ્યાય! ભલે આ સાધુની ચર્ચા હોય, પણ શ્રાવકે અને દરેક વ્યક્તિએ આ system follow કરવી જોઈએ.

સ્વાધ્યાય તમારા વિચારોને શુદ્ધ અને શુભ કરે છે અને ધ્યાન તમારી ઈન્દ્રિયોને શૂન્ય કરે છે.

સૂતા પહેલાં વિચારોને શાંત કરવા શ્વાસ પર control કરવો જોઈએ, કેમ કે શ્વાસ જ વિચારોનું petrol છે. શ્વાસ બંધ થાય એટલે વિચારો બંધ થઈ જ જાય. એટલે શ્વાસને control કરતાં શીખવું જોઈએ. શ્વાસને control કરવાની process છે અનુલોમ-વિલોમ!

શ્વાસ પર control આવી જાય એટલે સ્વપ્ન પર પણ control આવી જ જાય. અનુલોમ-વિલોમ એટલે પહેલાં ઊંડો અને લાંબો શ્વાસ અંદર લેવાનો અને પછી એકદમ ધીમે-ધીમે એને બહાર કાઢવાનો!

રાત્રે સૂતા પહેલાં નવ વખત અનુલોમ-વિલોમની process કરવાની જેનાથી તમારા શ્વાસની ગતિ મંદ થવા લાગશે. જેમ-જેમ શ્વાસની ગતિ ઘટશે તેમ-તેમ સ્વપ્નની સંખ્યા ઘટવા લાગશે.

જાગતાં જે પાપ થાય છે એને control કરવાના ઘણા બધા વિચારો આવે છે કે મારે વધારે પાણી નથી વાપરવું, મારે ઘાસ પર નથી ચાલવું, મારે ખોટું નથી બોલવું વગેરે... પણ સૂતી વખતના પાપને control કરવાનો ક્યારેય વિચાર જ નથી આવ્યો.

પાપ વૃત્તિની સૌથી વધારે અસર શ્વાસ પર થાય છે. કોઈ પણ વ્યક્તિ ભોગની વચ્ચે હોય કે ભય પામતી હોય ત્યારે તેના શ્વાસની speed અનેકગણી વધી જાય છે. ભોગ અને ભય બન્ને પાપના પ્રકાર છે.

પાપ વધે એટલે શ્વાસ વધે, શ્વાસ વધે એટલે પાપ વધે!

કોઈ પણ યોગી હોય, સંત કે સાધુ હોય; એમના

શ્વાસોશ્વાસની પ્રક્રિયા હંમેશાં મંદ હોય, કેમ કે એમની ચંચળતા નહિવત્ હોય, એમનું મન હંમેશાં શાંત હોય.

જેમનો પોતાના ભોગ પર, ક્રોધ પર, સ્વભાવ પર, વિકારવૃત્તિ પર control ન રહેતો હોય એમણે સૌથી પહેલાં શ્વાસ પર control કરતાં શીખી જવું જોઈએ.

જેવો શ્વાસ અટકશે એટલે વિકારભાવ શૂન્ય થઈ જશે, વિકારવૃત્તિ શાંત થઈ જશે. શ્વાસ એ વૃત્તિનું પોષક છે અને સૌથી વધારે વૃત્તિ સ્વપ્નમાં પોષાતી હોય છે.

જેવો શ્વાસ પર control આવે એવો વૃત્તિ પર control આવે. બીજા પ્રયોગમાં તમારે રાત્રે સૂતા પહેલાં તમને જેના પ્રત્યે શ્રદ્ધા હોય એ સ્તોત્ર કે મંત્ર લખો.

લેખન માટે એકાગ્રતા જોઈએ અને એકાગ્રતા વૃત્તિને શાંત કરે છે, વિચારોને શાંત કરે છે.

કોઈ પણ સાધનાને સફળ કરવા માટે મનથી દ્રઢ સંકલ્પ જોઈએ. ઘણાને ઊંઘમાં બોલવાની, ચાલવાની, હાથે-પગેથી action કરવાની આદત હોય છે, કેમ કે લોકો જેટલા જાગતા active નથી હોતા એટલા સૂતા પછી ઊંઘમાં active હોય છે. ઊંઘની આ activeness નું કારણ અંદરમાં પડેલી વૃત્તિ હોય છે, જ્યારે જાગતા જે activeness હોય છે એનું કારણ નિમિત્તો હોય છે.

દિવસે જે પાપ થાય તેમાં વ્યક્તિની પરિસ્થિતિ હોય, પણ રાત્રે જે પાપ થાય તેમાં વ્યક્તિની મનઃસ્થિતિ હોય.

રાત્રે ઊંઘમાં કંઈ રસોઈ બનાવવાની નથી હોતી, છતાં ઘણા બહેનો રાત્રે ઊંઘમાં ને ઊંઘમાં જ શાક સુધારતા પણ હોય અને વઘારતા પણ હોય! કેમ કે જે વૃત્તિ ભૂતકાળથી વળગેલી હોય તે અંતે સ્વપ્નરૂપે બહાર આવતી હોય છે.

સૂતા-સૂતા, ઊંઘમાં, સ્વપ્નમાં કેવી રીતે પાપ થાય છે તે સમજવા કરો એક પ્રયોગ!

આંખ બંધ કરો, સૂવાનો પ્રયત્ન કરો. આંખ બંધ થતાં જ ઘણાને બેઠા-બેઠા પણ ઊંઘ આવી જતી હોય છે. 5 minute પછી આંખ ખોલો.

શું થયું? ગમે તેટલા પ્રયત્ન કર્યા છતાં પણ વિચારો આવી જ ગયા. આ 5 minute માં કોઈ bank માં જઈ આવ્યું હશે તો કોઈ શાક લઈ આવ્યું હશે, કોઈને કોઈ પ્રસંગ કે ઘટના યાદ આવી ગયાં હશે તો કોઈએ ભવિષ્યના plan કરી લીધા હશે.

વિચાર કરો કે જાગૃત અવસ્થામાં, સમજ સાથે પણ તમે તમારા વિચારો પર control નથી કરી શકતા તો રાત્રે સૂઈ ગયા પછી તો કેવી રીતે કરી શકો? તો સ્વપ્નમાં

કેટલા વિચારો આવે અને એ વિચારોનું પાપ કેટલું લાગે? કેમ કે સૂતી વખતે માત્ર શરીર સૂતું છે, મન સૂતું નથી એટલે મનથી તો વિચારો ચાલુ જ રહે છે.

ભૂતકાળની વૃત્તિ બહાર આવે છે અને એ વૃત્તિ મન પર અસર કરે છે. તમારી વૃત્તિ ભલે પ્રવૃત્તિ ન કરતી હોય પરંતુ મનથી પણ પાપકર્મ બંધાય છે.

માટે, સ્વપ્નના પાપથી બચવા બે પ્રયોગ જરૂરી છે. એક અનુલોમ-વિલોમ દ્વારા શ્વાસ પર control અને બીજું લેખન દ્વારા એકાગ્રતા!

આ બે પ્રયોગને પરિણામે વ્યક્તિનું મગજ શાંત થઈ જાય છે એટલે વિચારો નથી આવતા. વિચારો નથી એટલે સ્વપ્ન નથી અને સ્વપ્ન નથી એટલે પાપ નથી.

દિવસના પાપ માટે તો તમને કોઈ સાવધાન કરે છે, પણ રાત્રે ઊંઘમાં કોણ સાવધાન કરે? કોણ કરી શકે?

જે તમારી ભૂતકાળની memories ને delete કરાવી શકે તે 'ગુરુ' હોય. જેમની life માં ગુરુ કે પ્રભુ હોય તેમની life માં ગુરુ અને પ્રભુની memories એટલી deep હોય અને strong હોય કે ત્યાં બીજી કોઈ memories અસર જ ન કરી શકે.

જે તમને વિચારોથી મુક્તિ અપાવીને તમારા
સ્વપ્નને ઘટાડી શકે અને તમને સ્વપ્નના પાપથી બચાવી
શકે તે 'ગુરુ' હોય, તે 'પ્રભુ' હોય!



તમને કોઈ પણ સ્વપ્ન ત્યારે જ આવે જ્યારે તમારી વૃત્તિ તમારી અંદર ઊંડાણ સુધી ઊતરી ગઈ હોય, તમારી memory માં save થઈ ગઈ હોય!

સ્વપ્ન તમારી memories નું પ્રતીક હોય છે.

જેમનો પોતાના ભોગ પર, ક્રોધ પર, સ્વભાવ પર, વિકારવૃત્તિ પર control ન રહેતો હોય એમણે સૌથી પહેલાં શ્વાસ પર control કરતાં શીખી જવું જોઈએ.

જેવો શ્વાસ અટકશે એટલે વિકારભાવ શૂન્ય થઈ જશે, વિકારવૃત્તિ શાંત થઈ જશે. શ્વાસ એ વૃત્તિનું પોષક છે અને સૌથી વધારે વૃત્તિ સ્વપ્નમાં પોષાતી હોય છે.

જેવો શ્વાસ પર control આવે એવો વૃત્તિ પર control આવે. બીજા પ્રયોગમાં તમારે રાત્રે સૂતા પહેલાં તમને જેના પ્રત્યે શ્રદ્ધા હોય એ સ્તોત્ર કે મંત્ર લખો.

લેખન માટે એકાગ્રતા જોઈએ અને એકાગ્રતા વૃત્તિને શાંત કરે છે, વિચારોને શાંત કરે છે.



13

પ્રેરણા

વૃદ્ધાવસ્થાને સમૃદ્ધ બનાવવાની!

ઘરમાં યુવાન વધારે હસતાં હોય કે વડીલ ?

જે ઘરમાં હસતા વડીલો હોય અને વિચારતા યુવાન હોય તે ઘર સુખી હોય અને જે ઘરમાં હસતા યુવાન અને રડતા વડીલો હોય તે ઘર દુઃખી હોય.

જેમ-જેમ સમય પસાર થાય છે તેમ-તેમ બાળક યુવાન બને છે અને યુવાન વૃદ્ધ બને છે. જેમ-જેમ અવસ્થા આવે છે તેમ-તેમ વ્યવસ્થા બગડવા લાગે છે અને વ્યવસ્થા હોય છે શરીરની, મનની, ભાવોની, વિચારોની અને પરિસ્થિતિઓની; પણ એ બગડતી પરિસ્થિતિઓને સુધારવી કે વ્યવસ્થિત રાખવી એ કોના હાથમાં હોય છે? એ વ્યક્તિના પોતાના જ હાથમાં હોય છે.

પણ થાય છે શું? મોટા ભાગના વડીલો, senior citizens, વર્તમાનને બદલે ભૂતકાળમાં જીવતા હોય છે અને ભૂલી જાય છે કે સમયની સાથે બધું જ બદલાતું હોય છે. માનવીનું મન, વિચારો, ભાવો અને કુદરતની ક્રિયાઓ પણ બદલાતી હોય છે. ઘણા વડીલો એવા હોય છે જેઓ ભૂતકાળને ભૂલી શકતા નથી અને વર્તમાનમાં જીવી શકતા નથી. વર્તમાનમાં ઘરમાં ગમે તેવો ખુશીનો, આનંદનો પ્રસંગ હોય ત્યારે પણ ભૂતકાળને યાદ કરી એ આનંદને માણી શકતા નથી.

ભૂતકાળની કડવી યાદ અને વાતોને કારણે વર્તમાન તો બગડે જ છે, પણ ક્યારેક આખું ભવિષ્ય પણ બગડી જાય છે.

ઘણા વડીલો કહેતા હોય છે કે હવે તો ઉંમર થઈ, કંઈ યાદ રહેતું નથી અને છતાંય 20 વર્ષ પહેલાં જે ઘટના બની હતી એ અક્ષરે અક્ષર યાદ હોય છે.

એનો અર્થ શું થયો? આપણે ભૂલવા જેવું યાદ રાખીએ છીએ અને યાદ રાખવા જેવું ભૂલીએ છીએ.

જે ભૂલવા જેવું યાદ રાખે તે વહેલા વૃદ્ધ થાય.

જે ભૂલવા જેવી વસ્તુ યાદ રાખે છે એ તેના મનમાં સતત ઘૂમરાયા કરે છે અને વસ્તુની અસર તેના તન પર થાય જે negative હોય. એ negative અસર શરીરને અસ્વસ્થ કરે અને એ અસ્વસ્થતા વ્યક્તિને સમય પહેલાં વૃદ્ધ બનાવી દે. જે લોકો વધારે મગજ ચલાવતા હોય તે વહેલા વૃદ્ધ થાય.

ભૂલવા જેવું જે યાદ રાખ્યું હોય તે સમયે-સમયે યાદ આવે અને ત્યારે પોતાના અંતરમાં ખટાશ લાવે અને સંબંધોમાં કડવાશ લાવે.

વૃદ્ધાવસ્થાને યુવાન બનાવવાનો કોઈ શ્રેષ્ઠ ઉપાય હોય તો એ છે મૌન.

જેને મૌન રહેતાં આવડે છે તે સુખી થાય છે. મૌન એટલે બોલવું નહીં કે વાત ન કરવી એમ નહીં, મૌન એટલે માથું ન મારવું.

આ ભવમાં દીક્ષા લેવાય કે ન લેવાય, પાંચ મહાવ્રત ધારણ કરાય કે ન કરાય; પરંતુ મારે સંસારમાં રહીને પણ સંયમમાં રહેવું છે અને સંયમમાં રહેવાનો પહેલો ઉપાય છે મૌન. મારે મારી વાણી પર, મારા વચન પર, મારા શબ્દો પર સંયમ રાખવો છે, મારે મૌન રહેવું છે.

જે પોતાના બે હોઠને જોડેલા રાખે છે તે ઘરની પાંચ વ્યક્તિને જોડેલી રાખી શકે છે. જેમના વારંવાર બે હોઠ જુદા પડતા હોય છે તેમનાં દીકરા અને વહુની જુદા પડવાની શક્યતા વધી જાય છે.

જેને માન દેતાં આવડે છે તે મહાન બની જાય છે. નાના હોય કે મોટા જે બધાને માન આપે છે તેને બધા માન આપે છે.

જે ઘરમાં વડીલને નાનાને માન દેતાં ન આવડે તે ઘરમાં વડીલને પગલે-પગલે અપમાન મળે છે અને જેને અપમાન સહન કરીને માન દેતાં આવડે છે તેનું માન વધ્યા વિના રહેતું નથી.

ઘણા વડીલો કહેતા હોય છે કે નાનાઓને અમારા માટે

respect રહ્યો નથી. આવું થાય શા માટે? સમય સાથે બદલાતાં ન આવડ્યું માટે. એટલે વડીલોએ પણ પોતાના વ્યવહારમાં, વિચારોમાં અને સ્વભાવમાં પરિવર્તન લાવવાની જરૂર છે. નાનાને માન આપવું જોઈએ અને મન મોટું રાખવું જોઈએ.

જ્યાં રહેવાનું છે ત્યાં રહેતાં આવડી જાય તો તમારી સમાધિ રહી શકે. જો સમાધિ હશે તો સમભાવ હશે અને જેટલો સમભાવ હશે એટલી સામાયિક હશે.

સામાયિક માત્ર આસન લઈ મુહપત્તી બાંધીને બેસવાથી જ ન થાય. જે ક્ષણે તમે સમભાવમાં, તે ક્ષણ તમારી સામાયિકની ક્ષણ કહેવાય. જે ક્ષણ તમે પ્રસન્નતામાં વિતાવો તે ક્ષણ સામાયિકની ક્ષણ. જે ક્ષણ તમે હળવાશ અનુભવો તે ક્ષણ સામાયિકની ક્ષણ. સમભાવની સાધના વ્યક્તિ ગમે ત્યાં કરી શકે છે. પરિસ્થિતિઓનો સ્વીકાર એ પણ સામાયિકનો જ એક પ્રકાર છે.

અવસ્થામાં ત્રણ પ્રકારની વ્યવસ્થા બગડે છે: શરીરની, સંબંધોની અને સંયોગોની.

આ વ્યવસ્થા બગડવાનું પ્રથમ કારણ હોય છે જીભ.

જેમ કોરી રોટલી ગળા નીચે ન ઊતરે એમ કોરા શબ્દો પણ ગળા નીચે ન ઊતરે. એટલે શબ્દોમાં ઘીરૂપી નમ્રતા અને

મીઠાશ ભળી જાય તો, ઘી ચોપડેલા શબ્દો પીરસાય ત્યારે તરત જ ગળા નીચે ઊતરી જાય. સામેવાળી વ્યક્તિ સ્વીકારી લે અને સંબંધો સચવાયેલા રહે.

શરીરને સ્વસ્થ રાખવું એ સ્વયંના જ હાથમાં હોય છે, પણ ઘણા લોકો દર્દની જ્યારે શરૂઆત હોય કે નાનું હોય ત્યારે ગણકારે નહીં અને વધી જાય પછી ફરિયાદ શરૂ થઈ જાય કે કોઈ ધ્યાન રાખતું નથી.

બીજું કારણ હોય છે અનિયમિતતા અને અસંતોષ. ખાવા-પીવાના, કપડાંના કે પછી લાગણીના અસંતોષની અસર શરીર પર થાય અને શરીર અસ્વસ્થ થઈ જાય.

ત્રીજું કારણ હોય છે અપેક્ષા. જેટલી અપેક્ષા વધારે એટલી તકલીફ વધારે.

ચોથું કારણ છે adjustment ન કરવું. મોટા ભાગના લોકોને adjust થતાં આવડતું નથી એના કારણે પણ આખો દિવસ upset રહેતા હોય છે.

અને આ બધાના કારણે negativity એટલી strong થઈ જાય કે આખો દિવસ મનમાં વિચારોનું યુદ્ધ ચાલ્યા જ કરે. એટલે મોટા ભાગે શરીરની અવસ્થાનું કારણ તન નહીં પણ મન હોય છે.

મનને સ્વસ્થ કરવાનો ઉપાય છે ધ્યાન.

જેમ પાણીમાં લીટી કરો તો એ આગળ થતી જાય અને પાછળ ભૂંસાતી જાય એમ ઘણા ભૂતકાળની ભૂલો, પ્રસંગો અને ઘટનાઓને ભૂલી જાય. જ્યારે પથ્થર પર લીટી કરો તો એ અંકિત થઈ જાય છે એમ ઘણાના મનમાં ભૂતકાળના પ્રસંગો અને ઘટનાઓ પથ્થરની લકીરની જેમ અંકિત થઈ જાય છે અને એ અંકિત થયેલા પ્રસંગોની અસરથી મુક્ત થવા માટે છે ધ્યાનસાધના.

ધ્યાન મનને શાંત અને ચિત્તને પ્રસન્ન કરે છે. મન સ્વસ્થ થાય તો તન પણ સ્વસ્થ થઈ જ જાય.

દુઃખ વખતે ક્યારેય રડવું ન જોઈએ. રડવાથી કર્મો બંધાય. દુઃખનો ગુણાકાર કરવો હોય તો રડવું જોઈએ અને દુઃખનો ભાગાકાર કરવો હોય તો હસવું જોઈએ.

અવસ્થાને વ્યવસ્થિત અને સ્વસ્થ રાખવા મનને પ્રવૃત્ત રાખવું જોઈએ. મનને પ્રવૃત્ત રાખવા ધર્મ-ધ્યાન કે સેવાનાં સત્કાર્યો કરવાં જોઈએ અને પોતાના અનુભવ દ્વારા યુવાનોને ઘડવા જોઈએ. તમારા અનુભવને બીજા માટે પ્રેરણા બનાવવી જોઈએ.

વૃદ્ધાવસ્થામાં હસતા રહેવા માટે, પ્રસન્ન રહેવા માટે અને સ્વસ્થ રહેવા માટે માત્ર થોડા પરિવર્તનની જરૂર છે, સમય અને સંજોગો પ્રમાણે બદલાવાની જરૂર છે, ભૂતકાળને ભૂલીને વર્તમાનમાં જીવવાની જરૂર છે.

ઘણા વડીલો કહેતા હોય છે કે હવે તો ઉંમર થઈ, કાઈ યાદ રહેતું નથી અને છતાંય 20 વર્ષ પહેલાં જે ઘટના બની હતી એ અક્ષરેઅક્ષર યાદ છે.

એનો અર્થ શું થયો ?

આપણે ભૂલવા જેવું યાદ રાખીએ છીએ અને યાદ રાખવા જેવું ભૂલીએ છીએ.

જે ભૂલવા જેવું યાદ રાખે તે વહેલા વૃદ્ધ થાય .

જે ભૂલવા જેવી વસ્તુ યાદ રાખે છે એ તેના મનમાં સતત ઘૂમરાયા કરે છે અને એની અસર તેના તન પર થાય જે negative હોય. Negative અસર શરીરને અસ્વસ્થ કરે અને અસ્વસ્થતા વ્યક્તિને સમય પહેલાં વૃદ્ધ બનાવી દે. જે લોકો વધારે મગજ ચલાવતા હોય તે વહેલા વૃદ્ધ થાય.

વૃદ્ધાવસ્થાને યુવાન બનાવવાનો કોઈ શ્રેષ્ઠ ઉપાય હોય તો એ છે મૌન.



14

પ્રેરણા

મૃત્યુને મહોત્સવ બનાવવાની!

મહોત્સવ એને જ કહેવાય જેમાં સ્વાગત હોય, આવકાર હોય. જેમાં સ્વાગત ન હોય તે મહોત્સવ કેવી રીતે હોય? જેમાં આવકાર ન હોય એ ઉત્સવ કેવી રીતે હોય?

એક મનુષ્યનો ભવ એવો છે, જેની દરેક ક્ષણ ઉત્સવ બની શકે અને મૃત્યુ મહોત્સવ, જે જીવનની અંતિમ ક્ષણોને, મૃત્યુનો મહોત્સવ બનાવી શકે છે, તેનું જીવન સાર્થક થતું હોય છે.

મૃત્યુને મહોત્સવ બનાવનારાં તત્ત્વો છે મૃત્યુની સભાનતા, મૃત્યુનો સ્વીકાર અને મૃત્યુનું સ્વાગત.

મોટા ભાગે વ્યક્તિને મૃત્યુની સભાનતા હોતી જ નથી, મૃત્યુને મૃત્યુરૂપે જોવાની જે ભાવનાઓ હોય છે એની ઓળખ હોતી જ નથી.

માટે જ કેટલીક વ્યક્તિઓ એવી હોય છે જેમને મૃત્યુની અનુભૂતિ થતાં પહેલાં જ મૃત્યુ થઈ જાય છે અને બહુ જ ઓછા એવા હોય છે જેઓ સમજપૂર્વક, સહજભાવે મૃત્યુને આવકારી શકે છે, મૃત્યુને સ્વીકારી શકે છે, મૃત્યુનો મહોત્સવ કરી શકે છે.

જે મૃત્યુનું સ્વાગત કરી શકે તે જ મૃત્યુનો મહોત્સવ બનાવી શકે.

સ્વાગત એનું જ હોય જેના પ્રત્યે અંદરથી સદ્ભાવના હોય. આવકાર એનો જ હોય જેના પ્રત્યે આત્મીયતા હોય.

મૃત્યુનો આવકાર કોણ કરી શકે? દેહમાંથી પ્રાણનું અલગ થવું એ છે મૃત્યુની વાસ્તવિકતા.

જે વારંવાર કાયોત્સર્ગ દ્વારા મૃત્યુની વાસ્તવિકતાનું rehearsal કરે તે મૃત્યુને આવકારી શકે.

કેમ કે જેમ-જેમ rehearsal વધે તેમ-તેમ realization વધે. જેમ-જેમ realization વધે તેમ-તેમ જીવન પ્રત્યેનો અભિગમ જ બદલાઈ જાય.

મૃત્યુ આજ નહીં તો કાલ, કાલ નહીં તો ક્યારેક તો આવવાનું જ છે.

કોઈને અચાનક heart fail થાય, કોઈ hospital માં રિભાય, કોઈનું ઊંઘમાં જ મૃત્યુ થાય; પણ બહુ ઓછા એવા હોય જે સંથારાની સાધના દ્વારા મૃત્યુનો સ્વીકાર કરે અને ભાગ્યે જ કોઈક એવા હોય જે બેઠાં-બેઠાં ધ્યાનસાધના કરતાં-કરતાં વિદાય લે.

કેટલાય કલ્પના કરતા હોય છે કે મૃત્યુ સમયે હું ક્યાં હોઈશ? મારી આસપાસ કોણ હશે? મારી પરિસ્થિતિ કેવી હશે? મૃત્યુની પળોનો અહેસાસ કેવો હશે? એ સમયે શું થતું હશે?

ઘણી વાર કલ્પનાઓ પણ વાસ્તવિકતાને સુધારી દેતી હોય છે. જેની કલ્પના જ ન કરી હોય અને અચાનક જ આવે તો અણધાર્યો આઘાત આપે, અણધાર્યું આર્તધ્યાન કરાવે; પણ જો સમજેલું હોય, સ્વીકારેલું હોય, આવકારેલું હોય તો...

જો સમજ હોય તો કદાચ મૃત્યુને સહજ બનાવી શકાય.

મૃત્યુની સહજતા એ જ મૃત્યુનો મહોત્સવ હોઈ શકે. સહજ મૃત્યુ એ સાધકતાની નિશાની છે.

મૃત્યુ કોને નથી આવતું? જેનો જન્મ થયો છે તેનું મૃત્યુ તો નિશ્ચિત છે જ.

એનાથી મોટી વાત એ છે કે લાખો મૃત્યુ તો આપણે જોઈને આવીએ છીએ. તો પછી એનો ડર શા માટે?

ઘણી વાર એવું પણ બને કે જેનો સૌથી વધારે ડર લાગતો હોય એ જ ક્યારે આવીને જતું રહે એની ખબર પણ ન પડે.

વારંવાર પોતાના મૃત્યુની કલ્પના કરવી એ મૃત્યુને સહજ બનાવવાની સમજ છે.

મૃત્યુ આવવાના options કેટલા? મૃત્યુના વિકલ્પો કેટલા? સૂતા-સૂતા ઊંઘમાં, કોઈની સાથે વાતો કરતાં-કરતાં hospital માં, accident માં, બેઠાં-બેઠાં, ધરતીકંપમાં,

બીમારીમાં... કેટલા વિકલ્પો છે, ગણી શકાય એટલા જ.

કલ્પના કરવાની કે accident થશે તો શું થશે? એ સમયે મારી પાસે કેટલો સમય હશે? કેટલી મિનિટો હશે? એ અંતિમ ક્ષણોમાં હું શું કરીશ? મને કોણ યાદ આવશે? મારે શું કરવું જોઈએ?

જો આ બધી કલ્પના કરી હોય તો એ સમયે શું કરવું એનું પણ planning થઈ જાય.

જો planning કરેલું હોય કે એ સમયે મારે સર્વ જીવોની ક્ષમાપના-આલોચના કરી સાગારી સંથારો કરવાનો છે તો તે સમયે ભય કે ગભરામણ ન થાય, શું થશે અને શું કરુંની મૂંઝવણ ન થાય. સીધું ધ્યાન પરમાત્મામાં, આલોચનામાં અને ક્ષમાપનામાં લીન થઈ જાય.

જેટલા કલ્પનાના ઊંડાણમાં જશો એટલો આત્મા એ ભાવ માટે strong થશે.

બીજી વાત,

જેમને જીવનથી સંતોષ હોય તેમને ક્યારેય મૃત્યુનો અફસોસ ન હોય.

પરીક્ષા વખતે એને જ અફસોસ થાય જેણે આખું વર્ષ કોઈ planning કે preparation ન કર્યું હોય!

કરેલું planning કામમાં આવે જ છે. એ પછી exam હોય કે મૃત્યુ.

એવું ક્યારેય ન બને કે direct મૃત્યુ થઈ જાય. મોટાભાગનાં દરેક વ્યક્તિને ઓછામાં ઓછી ચાર-પાંચ મિનિટ તો મળે જ. એટલે જો પહેલેથી કલ્પના કરી હોય, rehearsal કરેલું હોય, preparation કરેલું હોય કે આ પરિસ્થિતિમાં હું આમ કરીશ અને એને જો memories માં fit કરેલું હોય તો અંત સમયે click થઈ જ જાય.

પણ મોટા ભાગે થાય શું?

પહેલાં કોઈ કલ્પના ન કરી હોય એટલે કોઈ preparation પણ ન હોય. એટલે જ્યારે અચાનક જ કંઈ બને ત્યારે ગભરાટમાં ન કંઈ યાદ આવે, ન કંઈ સૂઝે અને એટલી વારમાં સમય પૂરો થઈ જાય.

મૃત્યુ ગમે ત્યારે આવી શકે છે, ગમે તે પ્રકારે આવી શકે છે. માટે જો પહેલેથી તૈયારી હોય તો સ્વસ્થતા રાખી શકાય છે.

એક સૂત્ર હંમેશાં યાદ રાખવું,

Death નક્કી જ છે, date નક્કી નથી.

હરએક કલ્પનાનું, હરએક વિકલ્પનું વારંવાર

rehearsal કરવું જોઈએ.

અચાનક મૃત્યુ આવે અને જો આપણે prepare હોઈએ તો આપણે આપણા મૃત્યુને સુધારી શકીએ, મૃત્યુને મહોત્સવ બનાવી શકીએ અને મૃત્યુનો સહજભાવે સ્વીકાર પણ કરી શકીએ.

અન્યથા આર્તધ્યાન, ભય અને ગભરાટને કારણે મૃત્યુ બગડી પણ શકે છે.

જેનો અંત સુધરે તેનો અનંતકાળ સુધરે.

મહોત્સવ ક્યારે ઊજવી શકાય? જ્યારે એનું proper planning કર્યું હોય, પૂર્વતૈયારી કરી હોય ત્યારે.

મોતનો ડર કોને લાગે? મોતનો ડર એને જ લાગે જેને મૃત્યુ આવશે નહીં એવી અજ્ઞાનતા હોય.

મૃત્યુ શું છે?

એક ઘટના છે, એક પ્રસંગ છે, એક થવાની સ્થિતિ છે. જે ઘટના, જે પ્રસંગ, જે સ્થિતિ દરેકની life માં આવવાની જ છે.

જેમાં ફેરફારની કોઈ શક્યતા જ નથી એનો ડર શા માટે? એનો સ્વીકાર કેમ નહીં?

ડરનું કારણ અજ્ઞાન હોય. અજ્ઞાન વિના ડર હોય જ નહીં.

વ્યક્તિ જ્યારે ડરી જાય છે, ગભરાઈ જાય છે ત્યારે તે પોતાના અંતરના ઊંડાણમાં જતી રહે છે અને અંતરમાં જે હોય છે તે જ બહાર આવી જાય છે.

અચાનક કંઈક થશે તો સહજતાથી મુખમાંથી શબ્દ બહાર આવી જશે, ‘ઓ મા!’ આ ‘ઓ મા!’ શબ્દ ક્યાંથી આવ્યો?

જન્મથી જ આપણા ઊંડાણ સુધી ‘મા’ શબ્દ ગોઠવાઈ ગયો છે.

અંત સમયે શું બહાર આવે? તમારા અંતર સુધી જે પહોંચી ગયું હોય તે જ.

આખું જીવન તમે જે મંત્ર, જે સ્તોત્ર, જે સ્મરણ, જે સ્તુતિ, જે સાધના કે જે આરાધના આત્મસાત્ કર્યા હોય તે જ અંત સમયે બહાર આવશે.

અંત સમયે એ જ કરવું જોઈએ જે આખી જિંદગી કર્યું હોય, જેથી એ સહજતાથી બહાર આવે અને સહજતાથી થઈ પણ જાય.

અંત સમય નજીક લાગે ત્યારે આસપાસમાં કોઈ ન રહે

તેવું વાતાવરણ સર્જવું જોઈએ; જેથી લાગણી, મોહ, માયા, મમત્વથી મુક્ત થઈ 'સ્વ'માં, ભક્તિમાં જોડાઈ શકાય.

મૃત્યુને મહોત્સવ બનાવવા માટે પ્રથમ સ્વીકારભાવ હોવો જોઈએ અને એના માટે સમજપૂર્વકની પૂર્વતૈયારી હોવી જોઈએ.

એ તૈયારી અંતરના ઊંડાણ સુધી ઊતરી ગયેલી હોવી જોઈએ. તો જ અંત સમયે બહાર આવે અને આ ભાવના મૃત્યુની સાથે ભવોભવને પણ સુધારી દે.



એક સૂત્ર હંમેશાં યાદ રાખવું,

Death નક્કી જ છે, date નક્કી નથી.

હરએક કલ્પનાનું, હરએક વિકલ્પનું વારંવાર
rehearsal કરવું જોઈએ.

અચાનક મૃત્યુ આવે અને જો આપણે prepare
હોઈએ તો આપણે આપણા મૃત્યુને સુધારી શકીએ,
મૃત્યુને મહોત્સવ બનાવી શકીએ અને મૃત્યુનો સહજભાવે
સ્વીકાર પણ કરી શકીએ. અન્યથા આર્તધ્યાન, ભય અને
ગભરાટને કારણે મૃત્યુ બગડી પણ શકે છે.

જેનો અંત સુધરે તેનો અનંતકાળ સુધરે.





રાષ્ટ્રસંત પરમ ગુરુદેવ...

એક એવા યુગપુરુષ છે, જેઓ કંડારેલી કેડી પર ન ચાલતાં, સમય અને સંજોગો અનુરૂપ કલ્યાણ કેડી કંડારી રહ્યા છે.

રાષ્ટ્રસંત પરમ ગુરુદેવ સ્વ અને સર્વના હિત, શ્રેય અને કલ્યાણ માટે યુગોથી ચાલતી પરંપરાનો આદર કરી કંઈક નવું, કંઈક અનોખું, પ્રેરણાદાયક અને પ્રગતિકારક કરવા પ્રબળ પુરુષાર્થ કરે છે, યુગને એક નવી દિશા અને દ્રષ્ટિ આપે છે, જેના દ્વારા વ્યક્તિને વ્યક્તિગત માર્ગદર્શન મળે છે. માટે જ, આજે દેશ-પરદેશના હજારો ભાવિકોના સાધનામાર્ગનું પ્રેરકબળ બન્યા છે.

Stay Connected...!!



www.parasdham.org



connect@parasdham.org



www.youtube.com/ParasdhamTV



www.instagram.com/Parasdham



www.soundcloud.com/Parasdham



www.facebook.com/ParasdhamIndia



પુરુષાર્થ કરવા છતાં,
જ્યારે સફળતા lock થઈ ગઈ હોય,
અને negativity થી mind block થઈ ગયું હોય,
ત્યારે દરેક lock અને દરેક block ને unlock કરતો
POSITIVITY નો PASSWORD એટલે

પરમ પ્રેરણા !



PARASDHAM

₹ 200