

॥ ॐ ॥

आराधना शिबिर - लंडन

१. कलिकाल सर्वज्ञ श्रीमद्
हेमचंद्राचार्य कृत

योगशास्त्र - चोथो प्रकाश

• आत्मज्ञानना साधनो •

२. श्रीमद् यशोविजयशु कृत
अष्टयात्मसार - सोणमो अधिकार

• ध्यान अधिकार •

(ता. ५-५-२००८ थी ८-५-२००८)



श्री राज-सोभाग सत्संग मंडल

सोभागपरा, सायला - ३६३ ४३०

फोन : (०२७५५) २८०५३३, २८०७८१

॥ ॐ ॥

आराधना शिबिर — लंडन

१. कलिकाल सर्वज्ञ श्रीमद्

हेमचंद्राचार्य कृत

योगशास्त्र — योथो प्रकाश

• आत्मज्ञानना साधनो •

२. श्रीमद् यशोविजयशु कृत

अदयात्मसार — सोणमो अधिकार

• ध्यान अधिकार •

(ता. ५-५-२००८ थी ८-५-२००८)



श्री राज-सोभाग सत्संग मंडल

सोभागपरा, सायला - ३६३ ४३०

फोन : (०२७५५) २८०५३३, २८०७८९

પ્રસ્તાવના

મે - ૨૦૦૮ લંડનની આરાધના શિબિરમાં બે વિષયો તૈયાર કરવામાં આવ્યા છે.

- (૧) કલિકાલ સર્વજ્ઞ હેમચંદ્રાચાર્ય કૃત યોગશાસ્ત્રનો ચોથો પ્રકાશ :
“આત્મજ્ઞાનના સાધનો.”
- (૨) ન્યાય વિશારદ ન્યાયાચાર્ય મહોપાધ્યાય શ્રીમદ્ યશોવિજયજી કૃત અધ્યાત્મસાર - પ્રબંધ-૫, સોળમો અધિકાર :
“ધ્યાન અધિકાર”.

આ બન્ને વિષયો સાધકને માટે ઘણા ઉપયોગી હોવાથી પ.પૂ.ભાઈશ્રી શિબિરમાં આ વિષયો ઉપર અવારનવાર સ્વાધ્યાય કરાવે છે. સાથે સાથે નીચે પ્રમાણે સાધનાના પુરુષાર્થનો મુખ્ય લક્ષ પણ રાખે છે.

- (૧) સાધકોના આંતરીક ગુણોનો વિકાસ થાય.
- (૨) ધ્યાનમાર્ગમાં સુદૃઢતા તથા સ્થિરતા વધે.
- (૩) સ્વાધ્યાયના વિષયની વાત સાધકના અંતઃકરણને સ્પર્શે.
- (૪) સાધકની ત્વરાથી પ્રગતિ થાય.

ઉપરોક્ત બાબતોનું ધ્યાન રાખી ખૂબ જ સહજ સરળ શૈલીથી તલસ્પર્શી સમજ આપે છે.

સત્પુરુષોના અંતરમાં અનુકંપાનો ધોધ વહેતો હોય છે.

લંડનના સાધકો આ અનુકંપામાં સ્નાન કરી સાધનામાં પ્રગતિ સાધે તેવી શુભેચ્છા.....

મે - ૨૦૦૮

પ્રકાશન સમિતિ
શ્રી રાજ-સોભાગ સત્સંગ મંડળ, સાયલા

॥ ॐ ॥

१. कलिकाल सर्वज्ञ श्रीमद्
हेमचंद्राचार्य कृत

योगशास्त्र – योथो प्रकाश

• आत्मज्ञानना साधनो •

✽ આત્મજ્ઞાનના સાધન ✽

આત્મૈવ દર્શનજ્ઞાનચારિત્રાણ્યથવા યતેઃ ।

યત્ તદાત્મક એવૈષ શરીરમધિતિષ્ઠતિ ॥ ૧ ॥

સંયમીનો આત્મા જ દર્શન, જ્ઞાન અને ચારિત્રરૂપ છે. કારણ કે દર્શનાદિરૂપ આત્મા જ શરીરમાં વસે છે. (૧)

આત્માનમાત્મના વેત્તિ મોહત્યાગાદ્ ય આત્મનિ ।

તદેવ તસ્ય ચારિત્રં તજ્ઞાનં તચ્ચ દર્શનમ્ ॥ ૨ ॥

મોહનો ત્યાગ કરીને જે આત્મા આત્મામાં આત્મા વડે આત્માને જાણે છે, તે જ તેનું ચારિત્ર, તે જ તેનું જ્ઞાન અને તે જ તેનું દર્શન છે. (૨)

આત્માજ્ઞાનભવં દુઃખમાત્મજ્ઞાનેન હન્યતે ।

તપસાઽપ્યાત્મવિજ્ઞાનહીનૈશ્છેત્તું ન શક્યતે ॥ ૩ ॥

આત્માના અજ્ઞાનથી ઉત્પન્ન થતું દુઃખ આત્મજ્ઞાનથી નાશ પામે છે, આત્મજ્ઞાન વિનાનાં માણસો તપથી પણ તે દુઃખ દૂર કરી શકતા નથી. કારણ કે જ્ઞાન સિવાયનું તપ અલ્પ ફળવાળું છે. બધું દુઃખ આત્માના અજ્ઞાનના કારણે થયેલું છે અને તે તેના પ્રતિપક્ષરૂપ આત્મજ્ઞાનથી નાશ પામે છે, માટે બાહ્ય વિષયોનો મોહ દૂર કરી આત્મજ્ઞાન મેળવવા પ્રયત્ન કરવા યોગ્ય છે. (૩)

અયમાત્મૈવ ચિદ્રૂપઃ શરીરી કર્મયોગતઃ ।

ધ્યાનાગ્નિદગ્ધકર્મા તુ સિદ્ધાત્મા સ્યાન્નિરજ્જનઃ ॥ ૪ ॥

આ આત્મા ચૈતન્યસ્વરૂપ છે, અને તે કર્મના સંયોગથી શરીરી થાય છે. તે જ આત્મા જ્યારે ધ્યાન અગ્નિથી કર્મોને બાળી નાંખે છે ત્યારે તે નિરંજન, અશરીરી સિદ્ધ થાય છે. (૪)

અયમાત્મૈવ સંસારઃ કષાયેન્દ્રિયનિર્જિતઃ ।

તમેવ તદ્વિજેતારં મોક્ષમાહુર્મનીષિણઃ ॥ ૫ ॥

ક્રોધ, માન, માયા અને લોભ એ ચાર કષાયો અને ઈન્દ્રિયો વડે

જીતાયેલો આ આત્મા જ સંસાર છે અને તે કષાયો અને ઈન્દ્રિયોને જીતનારો આત્મા જ મોક્ષ છે એમ બુદ્ધિમાન પુરુષો કહે છે. સ્વરૂપના લાભ સિવાય બીજો મોક્ષ નથી. આત્મા આનન્દસ્વરૂપ છે તે પણ સ્વરૂપની પ્રાપ્તિ જ છે, માટે આત્મજ્ઞાનનો જ આશ્રય કરવો. (૫)

સ્યુઃ કષાયાઃ ક્રોધમાનમાયાલોભાઃ શરીરિણામ્ ।

ચતુર્વિધાસ્તે પ્રત્યેકં મેદૈઃ સંજ્વલનાદિમિઃ ॥ ૬ ॥

શરીરધારી આત્માને ક્રોધ, માન, માયા અને લોભ એ ચાર કષાયો હોય છે અને તે પ્રત્યેકના સંજ્વલનાદિ ભેદો વડે ચાર પ્રકાર છે. (૬)

પક્ષં સંજ્વલનઃ પ્રત્યાખ્યાનો માસચતુષ્ટયમ્ ।

અપ્રત્યોખ્યાનકો વર્ષ જન્માનન્તાનુબન્ધકઃ ॥ ૭ ॥

તૃણના અગ્નિની માફક સળગી ઊઠે અને તત્કાળ શાંત થાય તેવો સંજ્વલન કષાય છે, તે એક પખવાડિયા સુધી રહે છે; તે સંપૂર્ણ વિરતિને રોકતો નથી, પણ તેને અમુક અંશે મલિન કરે છે. પ્રત્યાખ્યાનાવરણીય કષાય ચાર માસ સુધી ટકે છે, તે સંપૂર્ણ વિરતિને રોકે છે. પણ અમુક અંશે વિરતિ થવા દે છે. અપ્રત્યાખ્યાનાવરણીય કષાયની સ્થિતિ એક વર્ષ સુધી હોય છે અને તે દેશ વિરતિનો પણ પ્રતિબંધ કરે છે. અનંતાનુબંધી કષાય જીવન પર્યન્ત રહે છે અને આત્માને અનંત ભવભ્રમણ કરાવે છે. (૭)

વીતરાગયતિશ્રાદ્ધસમ્યગ્દૃષ્ટિવઘાતકાઃ ।

તે દેવત્વમનુષ્યત્વતિયક્ત્વનરકપ્રદાઃ ॥ ૮ ॥

તે સંજ્વલનાદિ કષાયો અનુક્રમે વીતરાગપણું, સાધુપણું, શ્રાવકપણું અને સમ્યગ્દૃષ્ટિપણું રોકે છે, તથા દેવગતિ, મનુષ્યગતિ, તિર્યચગતિ અને નરકગતિને પ્રાપ્ત કરાવે છે. (૮)

સંજ્વલન કષાયના ઉદયે યતિપણું સંભવે છે, પણ વીતરાગપણું હોતું નથી અને તેનાથી દેવગતિ પ્રાપ્ત થાય છે પણ મુક્તિ પ્રાપ્ત થતી નથી. પ્રત્યાખ્યાનાવરણ કષાયના ઉદયે શ્રાવકપણું (અલ્પ વિરતિ) હોય

છે, પણ યતિપણું (સંપૂર્ણ વિરતિ) હોતું નથી અને તેનાથી મનુષ્યગતિ પ્રાપ્ત થાય છે. અપ્રત્યાખ્યાનાવરણ કષાયના ઉદયે સમ્યગ્દ્રષ્ટિપણું સંભવે છે, પણ શ્રાવકપણું હોતું નથી તથા તેનાથી તિર્યચગતિ પ્રાપ્ત થાય છે. અનંતાનુબંધીના ઉદયે સમ્યગ્દ્રષ્ટિપણું હોતું નથી અને તેનાથી નરકગતિ પ્રાપ્ત થાય છે. જો કે અનંતાનુબંધી કષાયના ઉદયે ચારે ગતિ પ્રાપ્ત થાય છે. તેથી અહીં કષાયોનો ગતિની સાથેનો સંબંધ સ્થૂલ વ્યવહારનયની દૃષ્ટિથી સમજવો.

તત્રોપતાપકઃ ક્રોધઃ ક્રોધો વૈરસ્ય કારણમ્ ।

દુર્ગતેર્વર્તની ક્રોધઃ ક્રોધઃ શમસુખાર્ગલા ॥ ૧ ॥

उत्पद्यमानः प्रथमं दहत्येव स्वमाश्रयम् ।

क्रोधः कृशानुवत्यश्चादन्यं दहति वा न वा ॥ १० ॥

કોપ શરીર અને મનને સંતાપ કરનાર છે, વૈરનું કારણ છે, દુર્ગતિનો માર્ગ છે તથા શમરૂપ સુખને રોકનાર આગળો (બારણા પાછળનું લાકડું) છે. વળી અગ્નિની પેઠે ઉત્પન્ન થતાં જ પ્રથમ તો તે પોતાના આશ્રયને જ બાળે છે અને પછીથી તે બીજાને બાળે છે અથવા નથી પણ બાળતો. (૯-૧૦)

क्रोधवहनेस्तदह्नाय शमनाय शुभात्मभिः ।

श्रयणीया क्षमकैव संयमारामसारणिः ॥ ११ ॥

તેથી કોપરૂપી અગ્નિને જલદી શાંત કરવા માટે સંયમરૂપી બગીચાને પલ્લવિત કરનાર પાણીની નીક સમાન ક્ષમાનો આશ્રય કરવો જોઈએ. (૧૧)

મનુષ્યો સત્વગુણને લીધે અથવા ભાવનાના બળથી કોપને રોકી શકે છે. તેની ભાવના આ પ્રમાણે કરવી. જે મનુષ્ય પાપનો બંધ કરીને મને નુકસાન કરવા ઈચ્છે છે તે ખરેખર પોતાના કર્મથી જ હણાયેલો છે, તો તેના ઉપર કયો વિવેકી મનુષ્ય કોપ કરે ? વળી જો તું તારા અપકાર કરનારા ઉપર ગુસ્સે થાય છે તો વધારે દુઃખના કારણભૂત તારા કર્મ ઉપર કેમ ગુસ્સે થતો નથી ? જે કૂર કર્મની પ્રેરણાથી બીજો તારા ઉપર કોપ કરે છે, તે કર્મની ઉપેક્ષા કરી બીજા ઉપર કોપ કરતાં હું શા માટે

શ્વાનવૃત્તિનો આશ્રય કરું ? શ્રી મહાવીર પરિષદો અને ઉપસર્ગો સહન કરવા માટે મ્લેચ્છ દેશોમાં વિચર્યા, તો વગર યત્ને પ્રાપ્ત થયેલી ક્ષમાને ધારણ કરવા તું કેમ ઈચ્છતો નથી ? ત્રણ લોકનો પ્રલય અને રક્ષણ કરવા સમર્થ એવા મહાપુરુષોએ જો ક્ષમાનો આશ્રય કર્યો તો કેળના ગર્ભ જેવા તુચ્છ સત્ત્વવાળા તારે ક્ષમા ધારણ કરવી શું ઉચિત નથી ? તેં એવું પુણ્ય કેમ ન કર્યું કે જેથી કોઈ પીડા જ ન કરી શકે. તો અત્યારે તારી ભૂલનો પશ્ચાત્તાપ કરતાં ક્ષમા સ્વીકારવી જ આવશ્યક છે. કોઈ તને મર્મવેધી વ્યનોથી પીડા કરે તો તારે વિચારવું કે જો એ સાચું છે તો મારે ગુસ્સે થવાની શી જરૂર છે, જો એ ખોટું હોય તો તે ગાંડાનું વચન સમજી તેની ઉપેક્ષા કરવી યોગ્ય છે, જો કોઈ તારો વધ કરવા તૈયાર થાય તો તારે વિસ્મય પામી હસવું કે મારો વધ તો મારાં કર્મોથી જ થવાનો છે, તો આ બાપડો નકામો અભિમાનથી કર્મ બાંધે છે. સર્વ પુરુષાર્થનો ઘાત કરનાર ક્રોધ ઉપર તને ગુસ્સો થતો નથી તો સ્વલ્પ અપરાધ કરનાર ઉપર ક્રોધ કરવો તે ધિક્કારવા યોગ્ય છે. સર્વ ઈન્દ્રિયોને થાક પમાડનારા અને ઉગ્ર દોડતા સાપના જેવા ક્રોધ ઉપર વિજય મેળવવા માટે બુદ્ધિમાન પુરુષે જાંગુલિ મંત્ર સમાન નિરવધિ ક્ષમાનો નિરંતર આશરો લેવો જોઈએ.

વિનયશ્રુતશીલાનાં ત્રિવર્ગસ્ય ચ ઘાતકઃ ।

વિવેકલોચનં લુપ્પન્ માનોઽન્ધઙ્કરણો નૃણામ્ ॥ ૧૨ ॥

માન, વિનય, વિદ્યા અને શીલ તેમ જ ધર્મ, અર્થ અને કામ એ ત્રણેય પુરુષાર્થોનો ઘાતક છે, વળી તે વિવેકરૂપ ચક્ષુને ફોડી નાંખે છે, તેથી લોકોને આંધળા કરનારો છે. (૧૨)

જાતિલાભકુલૈશ્વર્યબલસ્પતપઃ શ્રુતૈઃ ।

કુર્વન્ મદં પુનસ્તાનિ હીનાનિ લભતે જનઃ ॥ ૧૩ ॥

જાતિ, લાભ, કુળ, ઐશ્વર્ય—પ્રભુત્વ, બળ, રૂપ, તપ અને વિદ્યા એ આઠ પ્રકારે મદદ કરનાર માણસ, એ આઠેય હીન પ્રકારનાં પ્રાપ્ત કરે છે. (૧૩)

ઉત્સર્પયન્ દોષશાખા ગુણમૂલાન્યધો નયન્ ।

ઉન્મૂલનીયો માનદ્વસ્તન્માર્દવસરિત્પ્લવૈઃ ॥ ૧૪ ॥

દોષરૂપી શાખાઓને ઊંચે ફેલાવનાર તથા ગુણરૂપી મૂળને નીચે લઈ

જનાર માનરૂપી વૃક્ષને નમ્રતારૂપી નદીના પ્રવાહથી મૂળથી ઉખેડી નાખવું જોઈએ. (૧૪)

અસૂનૃતસ્ય જનની પરશુઃ શીલશાખિનઃ ।

જન્મભૂમિરવિદ્યાનાં માયા દુર્ગતિકારણમ્ ॥ ૧૫ ॥

માયા અસત્યની જનની છે. શીલરૂપી વૃક્ષને છેદવામાં કુહાડીરૂપ છે, અવિદ્યા-અજ્ઞાનની જન્મભૂમિ છે અને દુર્ગતિનું કારણ છે. (૧૫)

કૌટિલ્યપટવઃ પાપા માયયા બકવૃત્તયઃ ।

ભુવનં વચ્ચયમાના વચ્ચયન્તે સ્વમેવ હિ ॥ ૧૬ ॥

કુટિલતામાં કુશળ, પાપકર્મ કરનાર, માયા વડે બગલા જેવી વૃત્તિવાળા, જગતને છેતરનારા માણસો ખરેખર પોતાની જાતને જ છેતરે છે. (૧૬)

તદાર્જવમહૌષધ્યા જગદાનન્દહેતુના ।

જયેજ્જગદ્દ્રોહકરીં, માયાં વિષધરીમિવ ॥ ૧૭ ॥

તેથી જગતનો દ્રોહ કરનારી, માયારૂપી નાગિણીને જગતના આનંદના કારણરૂપ સરળતારૂપી મહા ઔષધિથી જીતવી. (૧૭)

આકરઃ સર્વદોષાણાં ગુણગ્રસનરાક્ષસઃ ।

કન્દો વ્યસનવલ્લીનાં લોભઃ સર્વાર્થબાધકઃ ॥ ૧૮ ॥

લોભ બધા દોષોની ખાણ છે, ગુણોનો ગ્રાસ કરી જનાર રાક્ષસ છે. દુઃખરૂપી વેલના મૂળરૂપ છે, તથા ધર્મ, અર્થ, કામ અને મોક્ષરૂપ ચારે પુરુષાર્થોનો નાશ કરનાર છે.

ધનહીનઃ શતમેકં સહસ્રા શતવાનપિ ।

સહસ્રાધિપતિર્લક્ષં કોટિં લક્ષેશ્વરોઽપિ ચ ॥ ૧૯ ॥

કોટીશ્વરો નરેન્દ્રત્વં નરેન્દ્રશ્ચક્રવર્તિતામ્ ।

ચક્રવર્તી ચ દેવત્વં દેવોઽપીન્દ્રત્વમિચ્છતિ ॥ ૨૦ ॥

ઇન્દ્રત્વેઽપિ હિ સંપ્રાપ્તે યદિચ્છા ન નિવર્તતે ।

મૂલે લધીયાંસ્તલ્લોભ શરાવ ઇવ વર્ધતે ॥ ૨૦ ॥

તદન ગરીબ માણસ સો રૂપિયાની ઈચ્છા રાખે છે, સો વાળો હજારની, હજારવાળો લાખની, લક્ષાધિપતિ કરોડની, કરોડાધિપતિ રાજ્યની, રાજા ચક્રવર્તિપણાની, ચક્રવર્તી દેવપણાની અને દેવ ઈન્દ્રપણાની ઈચ્છા કરે છે અને ઈન્દ્રપણું મળ્યા પછી પણ ઈચ્છાની નિવૃત્તિ તો થતી જ નથી. કારણ કે લોભ શરૂઆતમાં બહુ થોડો દેખાય છે પણ શકોરાની માફક એકદમ વધતો જાય છે. (૧૯-૨૧)

લોભસાગરમુદ્ગેલમતિવેલં મહામતિઃ ।

સંતોષસેતુબન્ધેન પ્રસરન્ત નિવારયેત્ ॥ ૨૨ ॥

લોભરૂપી અતિ ઉછળતા સમુદ્રને બુદ્ધિમાન પુરુષે સંતોષરૂપીસેતુ-પાળ બાંધીને આગળ વધતો અટકાવવો. (૨૨)

ક્ષાન્ત્યા ક્રોધો મૃદુત્વેન માનો માયાઽઽર્જવેન ચ ।

લોભશ્ચાનીહયા જેયાઃ કષાયા ઇતિ સંગ્રહઃ ॥ ૨૩ ॥

એમ ક્ષમાથી ક્રોધને, નમ્રતાથી માનને, સરલતાથી માયાને અને સંતોષથી લોભને જીતવો. (૨૩)

વિનેન્દ્રિયજયં નૈવ કષાયાઞ્જેતુમીશ્વરઃ ।

હન્યતે હૈમનં જાડયં ન વિના જ્વલિતાનલમ્ ॥ ૨૪ ॥

ઈન્દ્રિયોને જીત્યા સિવાય મનુષ્ય કષાયો ઉપર વિજય મેળવવા સમર્થ થતો નથી. કેમ કે શિયાળાની ઠંડી પ્રજ્વલિત અગ્નિ વિના દૂર કરી શકાતી નથી. (૨૪)

અદાન્નૈરિન્દ્રિયહૈશ્ચલરપથગામિભિઃ ।

આકૃષ્ય નરકારણ્યે જન્તુઃ સપદિ નીયતે ॥ ૨૫ ॥

અનિયંત્રિત, ચંચળ અને ઉન્માર્ગગામી ઈન્દ્રિયરૂપી અશ્વો પ્રાણીને ખેંચીને નરક રૂપી અરણ્યમાં જલદી લઈ જાય છે. (૨૫)

ઇન્દ્રિયૈર્વિજિતો જન્તુઃ કષાયૈરભિભૂયતે ।

વીરૈઃ કૃષ્ટેષ્ટકઃ પૂર્વ વપ્રઃ કૈઃ કૈર્નં ખણ્ડયતે ? ॥ ૨૬ ॥

જે પ્રાણી ઈન્દ્રિયોથી જીતાયેલો છે, તે કષાયોથી જલદી પરાભવ

પામે છે. બળવાન પુરુષોએ પહેલાં જેની એક ઈંટ ખેંચી કાઢી છે તેવા કિલ્લાને પાછળથી કોણ તોડી પાડતું નથી ? (૨૬)

કુલઘાતાય પાતાય બન્ધાય ચ બધાય ચ ।

અનિર્જિતાનિ જાયન્તે કરણાનિ શરીરિણામ્ ॥ ૨૭ ॥

ન જીતાયેલી ઈન્દ્રિયો માણસોના કુળનો નાશ, અધ:પાત, બંધ અને વધના કારણરૂપ થાય છે. (૨૭)

ઈન્દ્રિયોની સર્વથા અપ્રવૃત્તિ તે ઈન્દ્રિયોનો જય નથી, પણ વિષયોમાં રાગદ્વેષ વિના પ્રવૃત્તિ કરવી તે પણ ઈન્દ્રિયોનો જય જ છે. સમીપમાં રહેલા વિષયનો ઈન્દ્રિયોની સાથે સંબંધ જ ન થાય એમ બનવું અશક્ય છે. પરંતુ વિષયોમાં થતા રાગદ્વેષને તો જરૂર નિવારી શકાય છે. સંયમી પુરુષોની ઈન્દ્રિયો હણાયેલી અને ન હણાયેલી છે. હિતકારી વિષયોમાં તેઓની ઈન્દ્રિયો હણાયેલી નથી, પણ અહિત વિષયોમાં હણાયેલી છે. વિષયોમાં પ્રિયપણું કે અપ્રિયપણું વાસ્તવિક રીતે નથી, પરંતુ એક જ વિષય અમુક હેતુથી પ્રિય થાય છે, અને અમુક હેતુથી અપ્રિય થાય છે. માટે વિષયોનું પ્રિયપણું અને અપ્રિયપણું ઔપાધિક સમજી રાગદ્વેષ દૂર કરવા.

તદિન્દ્રિયજયં કૃર્યાદ્ મન:શુદ્ધયા મહામતિ: ।

યાં વિના યમનિયમૈ: કાયક્લેશો વૃથા નૃણામ્ ॥ ૨૮ ॥

માટે બુદ્ધિમાન પુરુષે મનની વિશુદ્ધિ વડે ઈન્દ્રિયો ઉપર વિજય મેળવવો. કારણ કે મનની શુદ્ધિ વિના મનુષ્યોને યમનિયમો વડે નકામો કાયક્લેશ થાય છે. (૨૮)

મન:ક્ષપાચરો ભ્રામ્યન્નપશઙ્ક્ર નિરઙ્કુશ: ।

પ્રપાતયતિ સંસારાવર્ત્તગર્તે જગત્ત્રયીમ્ ॥ ૨૯ ॥

ગમે તે વિષયમાં નિર્ભયપણે ભ્રમણ કરતો નિરંકુશ મનરૂપી રાક્ષસ ત્રણ જગતને સંસારરૂપી ચકરાવામાં પાડે છે. (૨૯)

તપ્યમાનાંસ્તપો મુક્તૌ ગન્તુકામાન્ શરીરિણઃ ।

વાત્યેવ તરલં ચેતઃ ક્ષિપત્યન્યત્ર કુત્રચિત્ ॥ ૩૦ ॥

મુક્તિ પામવાની ઈચ્છાથી તપ તપતા મનુષ્યોને ચંચળ ચિત્ત વંટોળિયાની પેઠે બીજે ક્યાંય ફેંકી દે છે. (૩૦)

અનિરુદ્ધમનસ્કઃ સન્ યોગશ્રદ્ધાં દધાતિ યઃ ।

પદ્ભ્યાં જિગમિષુર્ગ્રામં સ પઙ્ગુરિવ હસ્યતે ॥ ૩૧ ॥

મનનો નિરોધ કર્યા વિના જે માણસ 'હું યોગી છું' એવું અભિમાન રાખે છે, તે પગે ચાલીને બીજે ગામ જવા ઈચ્છતા પાંગળા માણસની પેઠે હાસ્યપાત્ર બને છે. (૩૧)

મનોરોધે નિસ્થ્યન્તે કર્માણ્યપિ સમન્તતઃ ।

અનિરુદ્ધમનસ્કસ્ય પ્રસરન્તિ હિ તાન્યપિ ॥ ૩૨ ॥

મનનો નિરોધ થતાં જ જ્ઞાનાવરણીયાદિ અતિ પ્રબળ કર્મોનો પણ સર્વથા નિરોધ થઈ જાય છે. જેનું મન નિરોધ પામ્યું નથી તેનાં કર્મો ઊલટાં વધી જાય છે. (૩૨)

મનઃકપિરયં વિશ્વપરિભ્રમણલમ્પટઃ ।

નિયન્ત્રણીયો યત્નેન મુક્તિમિચ્છુભિરાત્મનઃ ॥ ૩૩ ॥

માટે મુક્તિને ઈચ્છનારાઓએ સર્વ જગતમાં ભટકતા આ મનરૂપી વાંદરાને પ્રયત્નપૂર્વક વશ કરવા જોઈએ. (૩૩)

દીપિકા ચ્ચલ્વનિર્વાણા નિર્વાણપથદર્શિની ।

एकैव मनसः शुद्धिः समाम्नाता मनीषिमिः ॥ ૩૪ ॥

પૂર્વાચાર્યોએ એકલી મનની શુદ્ધિને જ મોક્ષમાર્ગ બતાવનારી, કટી ન ઓલવાય એવી દીવી કહેલી છે. (૩૪)

सत्यां हि मनसः शुद्धौ सन्त्यसन्तोऽपि यद्गुणाः ।

सन्तोऽप्यसत्यां नो सन्ति सैव कार्या बुधस्ततः ॥ ૩૫ ॥

જો મનની શુદ્ધિ હોય તો અવિદ્યમાન ગુણો પણ અસ્તિત્વમાં આવે

છે, પરંતુ તે ન હોય તો વિદ્યમાન ગુણોનો પણ અભાવ થાય છે; માટે બુદ્ધિમાન પુરુષે મનશુદ્ધિ જ કરવી. (૩૫)

મનઃશુદ્ધિમભિભ્રાણા ચે તપસ્યન્તિ મુક્તયે ।

ત્યક્ત્વા નાવં ભુજાભ્યાં તે તિતીર્ષન્તિ મહાર્ણવમ્ ॥ ૩૬ ॥

જે લોકો મનની શુદ્ધિ કર્યા વિના મુક્તિ માટે તપ તપે છે તે લોકો નાવને છોડીને હાથ વડે સમુદ્ર તરવાની ઈચ્છા રાખે છે. (૩૬)

તપસ્વિનો મનઃશુદ્ધિ વિના ભૂતસ્ય સર્વથા ।

ધ્યાનં ખલુ મુધા ચક્ષુર્વિકલસ્યેવ દર્પણઃ ॥ ૩૭ ॥

જેમ આંખો વિનાનાને દર્પણ નકામું છે, તેમ થોડી પણ મનની શુદ્ધિ વિનાના તપસ્વીને ધ્યાન નકામું છે. (૩૭)

તદવશ્યં મનઃશુદ્ધિઃ કર્તવ્યા સિદ્ધિમિચ્છતા ।

તપઃશ્રુતયમપ્રાયૈઃ કિમન્યેઃ કાયદણ્ડનૈઃ ॥ ૩૮ ॥

માટે સિદ્ધિની ઈચ્છાવાળાએ મનની શુદ્ધિ જ કરવી જોઈએ. તે સિવાય બીજા દેહદમન કરનારા તપ, શ્રુત, યમ, નિયમાદિ ઉપાયો વ્યર્થ છે. (૩૮)

મનઃશુદ્ધયૈવ કર્તવ્યો રાગદ્વેષવિનિર્જયઃ ।

કાલુષ્યં યેન હિત્વાડડત્મા સ્વસ્વસ્ત્વેડવતિષ્ઠતે ॥ ૩૯ ॥

મનની શુદ્ધિ કરવા માટે રાગદ્વેષનો જય કરવો, રાગદ્વેષ જીતવાથી આત્મા મલિનતા દૂર કરીને પોતાના શુદ્ધ સ્વરૂપમાં સ્થિર થાય છે. (૩૯)

આત્માયત્તમપિ સ્વાન્તં કુર્વતામત્ર યોગિનામ્ ।

રાગાદિભિઃ સમાક્રમ્ય પરાયત્તં વિધીયતે ॥ ૪૦ ॥

આત્મામાં લીન કરવા પ્રયત્ન કરતા યોગીઓના મનને પણ રાગદ્વેષ રૂપ મોહ ચડી આવીને પરાધીન બનાવે છે. (૪૦)

રક્ષ્યમાણમપિ સ્વાન્તં સમાદાય મનાગ્ મિષમ્ ।

પિશાચા ઇવ રાગાદ્યાશ્છલ્યન્તિ મુહુમુહુઃ ॥ ૪૧ ॥

ગમે તેટલું રક્ષણ કરવામાં આવે ત્યાં પિશાચના જેવા રાગાદિ થોડું પણ પ્રમાદરૂપ બહાનું મળતાં મનને વારંવાર છેતરે છે. (૪૧)

રાગાદિતિમિરધ્વસ્તજ્ઞાનેન મનસા જનઃ ।

અન્થેનાન્થ ઇવાકૃષ્ટઃ પાત્યતે નરકાવટે ॥ ૪૨ ॥

જેમ આંધળો માણસ આંધળા માણસને ખાડામાં નાંખે છે, તેમ રાગાદિ અંધકારથી નાશ પામેલ વિવેકજ્ઞાનવાળું મન માણસને ખેંચીને નરકરૂપ ખાડામાં નાંખે છે. (૪૨)

અસ્તતન્દ્રૈરતઃ પુંભિર્નિર્વાણપદકાઙ્કિક્ષ્મિઃ ।

વિધાતવ્યઃ સમત્વેન રાગદ્વેષદ્વિષજ્જયઃ ॥ ૪૩ ॥

માટે નિર્વાણ પદની ઈચ્છાવાળા પુરુષોએ પ્રમાદનો ત્યાગ કરી સમભાવ વડે એટલે રાગદ્વેષના હેતુઓમાં મધ્યસ્થ પરિણામ વડે રાગદ્વેષરૂપી શત્રુને જીતવો જોઈએ. (૪૩)

અમન્દાનન્દજનને સામ્યવારિણિ મજ્જતામ્ ।

જાયતે સહસા પુંસાં રાગદ્વેષમલક્ષયઃ ॥ ૪૪ ॥

અતિ આનંદજનક સમતારૂપી પાણીમાં ડૂબકી મારનારા પુરુષોનો રાગદ્વેષરૂપી મેલ તત્કાળ નાશ પામે છે. (૪૪)

પ્રણિહન્તિ ક્ષણાર્થેન સામ્યમાલમ્બ્ય કર્મ તત્ ।

યન્ન હન્યાન્નરસ્તીવ્રતપસા જન્મકોટિભિઃ ॥ ૪૫ ॥

માણસ જે કર્મને કોટી જન્મની કઠિન તપશ્ચર્યાથી પણ નાશ ન કરી શકે તે કર્મને તે સમભાવનો આશ્રય લઈને એક અર્ધા ક્ષણમાં નાશ કરે છે. (૪૫)

કર્મ જીવં સંશિલષ્ટં પરીજ્ઞાતાત્મનિશ્ચયઃ ।

વિભિન્નીકુસ્તે સાધુઃ સામાયિકશલાકયા ॥ ૪૬ ॥

જેને આત્મસ્વરૂપનો નિશ્ચય થયો છે એવા સાધુ સામાયિકરૂપી સળી વડે પરસ્પર મળેલા જીવ અને કર્મને જુદાં કરે છે. આત્મજ્ઞાનનો અભ્યાસ કરતાં તથાવિધ આવરણો દૂર થવાથી પુનઃ પુનઃ સ્વસંવેદનથી આત્માનો

દંડ નિશ્ચય થાય છે, અને તેથી આત્મસ્વરૂપનું આવરણ કરનારા અને આત્મસ્વરૂપથી ભિન્ન એવાં કર્મોને પરમ સામાયિકના બળથી નિર્જરે છે. (૪૬)

રાગાદિધ્વાન્તવિધ્વંસે કૃતે સામાયિકાંશુના ।

સ્વસ્મિન્ સ્વસ્ત્વં પશ્યન્તિ યોગિનઃ પરમાત્મનઃ ॥ ૪૭ ॥

સામાયિકરૂપી સૂર્યથી રાગાદિ અંધકારનો નાશ થતાં યોગીઓ પોતાનામાં પરમાત્માનું સ્વરૂપ દેખે છે. બધા આત્માઓ તત્ત્વદંષ્ટિથી પરમાત્મા જ છે, કેવળ રાગદ્વેષાદિથી મલિન થયેલા હોવાથી પરમાત્મ સ્વરૂપની અભિવ્યક્તિ થતી નથી પરંતુ સમભાવરૂપ સૂર્યના પ્રકાશથી રાગાદિ અંધકારનો નાશ થતાં આત્માને વિશે જ પરમાત્માસ્વરૂપ પ્રગટ થાય છે. (૪૭)

સ્ત્રિહ્યન્તિ જન્તવો નિત્યં વૈરિણોઽપિ પરસ્પરમ્ ।

અપિ સ્વાર્થકૃતે સામ્યમાજઃ સાધોઃ પ્રભાવતઃ ॥ ૪૮ ॥

પોતાના સ્વરૂપની પ્રાપ્તિ માટે સમત્વનું સેવન કરનાર સાધુના પ્રભાવથી નિત્ય વેરવૃત્તિવાળાં પ્રાણીઓ પણ પરસ્પર પ્રેમ કરે છે. (૪૮)

પ્રિય અને અપ્રિય એવા ચેતન અને અચેતન પદાર્થમાં જેનું મન મોહ પામતું નથી તે સમભાવને પ્રાપ્ત થયેલો છે. કોઈ પોતાના હાથ વડે ગોશીર્ષ ચંદનનું વિલેપન કરે કે વાંસલાથી કાપે તો પણ બન્નેમાં સમાન વૃત્તિ હોય ત્યારે સર્વોત્તમ સમભાવ હોય છે. કોઈ પ્રસન્ન થઈને સ્તુતિ કરે કે ગુસ્સે થઈને ગાળો દે તો પણ જેનું ચિત્ત તે બન્નેમાં સરખું છે તે સમભાવમાં મગ્ન છે. પ્રયત્નથી કરેલા અને કલેશંજનક રાગાદિની ઉપાસના શા માટે કરવી ? પરંતુ વગર પ્રયત્ને મળી શકે એવા સુખ આપનારા મનોહર સમભાવનો આશ્રય કરવો યોગ્ય છે. ખાવા યોગ્ય, ચાટવા યોગ્ય, ચૂસવા યોગ્ય અને પીવા યોગ્ય પદાર્થોથી વિમુખ ચિત્તવાળા યોગીઓ પણ સમભાવરૂપ અમૃત વારંવાર પીવે છે. આમાં કંઈ ગુપ્ત નથી, તેમ કોઈ ગુરુનું રહસ્ય નથી, પરંતુ અજ્ઞ અને બુદ્ધિમાનોને માટે એક જ ભવવ્યાધિને શમન કરનારું સમભાવરૂપ ઔષધ છે, જેનાથી

પાપીઓ પણ ક્ષણમાત્રમાં શાશ્વત પદ પામે છે. તે આ સમભાવનો પરમ પ્રભાવ છે. જે સમભાવ પ્રાપ્ત થતાં રત્નત્રય સફળ થાય છે અને જેના વિના નિષ્ફળતા પામે છે તે મહાપ્રભાવયુક્ત સમભાવને નમસ્કાર કરું છું. હું સર્વ શાસ્ત્રના રહસ્યને જાણી પોકાર કરીને કહું છું કે આ લોક અને પરલોકમાં સમભાવથી બીજી કોઈ સુખની ખાણ નથી. જ્યારે ઊપસર્ગો આવી પડે છે અને મૃત્યુ સામે ઉભું હોય છે ત્યારે તે કાળને ઉચિત સમભાવથી બીજું કંઈ પણ ઉપયોગી નથી. રાગદ્વેષાદિ શત્રુઓનો નાશ કરનાર સમભાવરૂપ સામ્રાજ્યની લક્ષ્મી ભોગવીને પ્રાણીઓ શુભ ગતિને પ્રાપ્ત થાય છે. તેથી જો આ મનુષ્યજન્મ સફળ કરવો હોય તો અમર્યાદ સુખથી પૂર્ણ સમભાવને પ્રાપ્ત કરવા જરા પણ પ્રમાદ ન કરવો.

સામ્યં સ્યાન્નિર્મમત્વેન તત્કૃતે ભાવનાઃ શ્રયેત્ ।

અનિત્યતામશરણં મવમેકત્વમન્યતામ્ ॥ ૪૯ ॥

અશૌચમાશ્રવવિધિં સંવરં કર્મનિર્જરામ્ ।

ધર્મસ્વાખ્યાતતાં લોકં દ્વાદર્શીં બોધિભાવનામ્ ॥ ૫૦ ॥

સમભાવની પ્રાપ્તિ નિર્મમત્વ પ્રાપ્ત થવાથી જ થાય છે અને નિર્મમત્વ પ્રાપ્ત થવા માટે અનિત્યાદિ બાર ભાવનાઓનું અવલંબન કરવું આવશ્યક છે.

અનિત્ય ભાવના, અશરણ ભાવના, સંસાર ભાવના, એકત્વ ભાવના, અન્યત્વ ભાવના, અશુચિત્વ ભાવના, આસ્રવ ભાવના, સંવર ભાવના, નિર્જરા ભાવના, ધર્મસ્વાખ્યાત ભાવના, લોકભાવના અને બોધિદુર્લભ ભાવના, એ બાર ભાવના છે. (૪૯-૫૦)

૧. અનિત્ય ભાવના

યત્પ્રાતસ્તન્ન મધ્યાહને યન્મધ્યાહને ન તન્નિશિ ।

નિરીક્ષ્યતે ભવેઽસ્મિન્ હી ! પદાર્થાનામનિત્યતા ॥ ૫૧ ॥

આ જગતમાં જે સવારમાં હોય છે તે બપોરે નથી દેખાતું, અને જે બપોરે હોય છે તે રાત્રે નથી દેખાતું. આ પ્રમાણે પદાર્થની અનિત્યતા સર્વત્ર દેખાય છે. (૫૧)

શરીરં દેહીનાં સર્વપુસ્ત્રાર્થનિબન્ધમ્ ।

પ્રચણ્ડપવનોદ્ધૂતઘનાઘનવિનશ્ચરમ્ ॥ ૫૨ ॥

બધા પુરુષાર્થોના કારણભૂત પ્રાણીઓનાં શરીર પ્રયંડ પવનથી વિખરાઈ ગયેલાં વાદળાં જેવાં વિનાશશીલ છે. (૫૨)

કલ્લોલચપલા લક્ષ્મીઃ સંગમાઃ સ્વપ્નસંનિષ્ઠાઃ ।

વાત્યાવ્યતિકરોત્ક્ષિપ્તતૂલતુલ્યં ચ યૌવનમ્ ॥ ૫૩ ॥

લક્ષ્મી મોજાંની જેવી ચંચળ છે, ધન, કુટુંબાદિના સંગમો સ્વપ્ન જેવા છે અને યૌવન વંટોળિયાના સંબંધથી ઊડેલા રૂ જેવું છે. (૫૩)

इत्यनित्यं जगदवृत्तं स्थिरचित्तः प्रतिक्षणम् ।

तृष्णाकृष्णाहिमन्त्राय निर्ममत्वाय चिन्तयेत् ॥ ૫૪ ॥

આ પ્રમાણે તૃષ્ણારૂપી કાળી નાગણીને વશ કરનાર મંત્ર સમાન નિર્મમત્વની પ્રાપ્તિ માટે જગતના અનિત્ય સ્વરૂપનો સ્થિરચિત્તે પ્રતિક્ષણ વિચાર કરવો. (૫૪)

૨. અશરણ ભાવના

इन्द्रोपेन्द्रादयोऽप्येते यन्मृत्योर्यान्ति गोचरम् ।

अहो ! तदन्तकातङ्के कः शरण्यः शरीरिणाम् ॥ ૫૫ ॥

ઇન્દ્રો, ઉપેન્દ્રો વગેરે પણ જે મૃત્યુને આધીન થયા, તે મરણના ભયથી પ્રાણીને કોણ શરણ આપી શકે એમ છે ? (૫૫)

पितुर्मातुःस्वसुभ्रातुस्तनयानां च पश्यताम् ।

अत्राणो नीयते जन्तुः कर्मभिर्यसद्गनि ॥ ૫૬ ॥

પિતા, માતા, બહેન, ભાઈ અને પુત્રો જોઈ રહે છે અને અસહાય જીવને કર્મો યમને ઘેર લઈ જાય છે. (૫૬)

शोचन्ति स्वजनानन्तं नीयमानान् स्वकर्मभिः ।

नेष्यमाणं तु शोचन्ति नात्मानं मूढबुद्धयः ॥ ૫૭ ॥

મૂઢ બુદ્ધિવાળા લોકો પોતાનાં કર્મોએ મૃત્યુ પામતા સ્વજનોનો શોક

કરે છે, પણ સ્વકર્મ વડે મૃત્યુ પામનાર પોતાના આત્માનો શોક કરતા નથી. પોતાની નજીક રહેલા મૃત્યુનો શોક નહિ કરતાં દૂર સ્વજનાદિના મૃત્યુનો શોક કરવો તે બુદ્ધિની મૂઢતા જ છે. (૫૭)

સંસારે દુઃખદાવાગ્નિજ્વલજ્વાલાકરાલિતે ।

વને મૃગાર્થકસ્યેવ શરણં નાસ્તિ દેહિનઃ ॥ ૫૮ ॥

દાવાગ્નિની ભભકતી જવાલાથી વિકરાળ દેખાતા વનમાં જેમ મૃગના બચ્ચાનું કોઈ શરણ નથી, તેમ દુઃખરૂપી દાવાગ્નિની બળતી જવાળાથી ભયંકર આ સંસારમાં પ્રાણીનું કોઈ શરણ નથી. (૫૮)

૩. સંસાર ભાવના

શ્રોત્રિયઃ શ્વપચઃ સ્વામી પત્તિર્બ્રહ્મા કૃમિશ્ચ સઃ ।

સંસારનાટ્યે નટવત્ સંસારી હન્ત ! ચેષ્ટતે ॥ ૫૯ ॥

આ સંસારરૂપી રંગભૂમિ ઉપર પ્રાણી નટની જેમ કોઈ વાર વેદણ બ્રાહ્મણ થાય છે તો કોઈ વાર ચંડાળ થાય છે, કોઈ વાર શેઠ થાય છે તો કોઈ વાર નોકર થાય છે. કોઈ વાર પ્રજાપતિ બ્રહ્મા થાય તો કોઈ વાર ક્ષુદ્ર કીડો થાય છે, એમ વિવિધ પ્રકારે સંસારી જીવ ચેષ્ટા કરે છે.

ન યાતિ કતમાં યોનિં કતમાં વાન મુચ્ચતિ ।

સંસારી કર્મસમ્બન્ધાદવક્રયકુટીમિવ ॥ ૬૦ ॥

સંસારી જીવ કર્મના સંબંધથી ભાડાની કોટડીની જેમ કોઈ યોનિમાં નથી જતો અને કોઈ યોનિમાંથી નથી નીકળતો ? (૬૦)

સમસ્તલોકાકાશેઽપિ નાનાસ્ત્વૈઃ સ્વકર્મતઃ ।

બાલાગ્રમપિ તન્નાસ્તિ યન્ન સ્પૃષ્ટ શરીરિભિઃ ॥ ૬૧ ॥

સમસ્ત લોકાકાશમાં વાળના અગ્રભાગ જેટલું પણ કોઈ સ્થાન નથી કે જ્યાં જીવ પોતાના કર્મથી એકેન્દ્રિયાદિ વિવિધ રૂપો ધારણ કરવા વડે ઉત્પન્ન ન થયો હોય. (૬૧)

૪. એકત્વ ભાવના

एक उत्पद्यते जन्तुरेक एव विपद्यते ।

कर्माण्यनुभवत्येकः प्रचितानि भवान्तरे ॥ ૬૨ ॥

જીવ એકલો જ ઉત્પન્ન થાય છે અને એકલો જ મરણ પામે છે, તથા ભવાન્તરમાં કરેલાં કર્મો એકલો જ ભોગવે છે. (૬૨)

अन्यैस्तेनार्जितं वित्तं भूयः संभूय भुज्यते ।

स त्वेको नरकक्रोडे क्लिश्यन्ते निजकर्मभिः ॥ ૬૩ ॥

તેણે ભેગું કરેલું દ્રવ્ય બીજા લોકો ભેગા મળીને ભોગવે છે; પરંતુ તે પોતે તો નરકમાં પોતાનાં કર્મોનાં ફળ ભોગવવા વડે ક્લેશ પામે છે. (૬૩)

પ્રાણી એકલો જ શુભાશુભ કર્મ કરીને સંસારમાં ભમે છે અને તેને યોગ્ય શુભાશુભ ફળ પણ એકલો જ ભોગવે છે. તથા સર્વ સંબંધોનો ત્યાગ કરી એકલો જ મોક્ષ લક્ષ્મીનો ઉપભોગ કરે છે. ત્યાં બીજા કોઈનો સંભવ નથી.

૫. અન્યત્વ ભાવના

यत्रान्यत्वं शरीरस्य वैसदृश्याच्छरीरिणः ।

धनबन्धुसहायानां तत्रान्यत्वं न दुर्वचनम् ॥ ૬૪ ॥

જ્યાં આત્માથી શરીરની વિલક્ષણતા હોવાથી અન્યપણું છે, ત્યાં ધન, બંધુ અને સહાયકોનું આત્માથી અન્યત્વ હોય એ કહેવું મુશ્કેલ નથી. (૪)

यो देहधनबन्धुभ्यो भिन्नमात्मानमीक्षते ।

क्व शोकशङ्कुना तस्य हन्तातङ्कः प्रतन्यते ॥ ૬૫ ॥

જે માણસ શરીર, ધન અને બંધુઓથી પોતાના આત્માને ભિન્ન જુએ છે તે માણસને શોકરૂપ શલ્ય ક્યાંથી દુઃખ આપે ? (૬૫)

આત્માથી દેહાદિ પદાર્થોનો અન્યત્વરૂપ ભેદ સ્પષ્ટ પ્રતીત થાય છે. દેહાદિ પદાર્થો ઈન્દ્રિય ગ્રાહ્ય છે અને આત્મા અનુભવગોચર છે. જો આત્મા અને દેહાદિ પદાર્થોનું અન્યપણું છે તો શરીરને પ્રહારાદિ થતાં

દુઃખ કેમ થાય છે એ શંકા કરવા યોગ્ય નથી, કારણ કે જેઓને શરીરાદિમાં ભેદબુદ્ધિ નથી, તેઓના દેહને પ્રહારાદિ થતાં આત્માને પીડા થાય છે, પરંતુ જેઓને દેહ અને આત્માનું ભેદજ્ઞાન થયું છે તેઓના દેહને પ્રહારાદિ થતાં આત્માને પીડા થતી નથી. નમિરાજર્ષિને આત્મા અને ધનનું ભેદજ્ઞાન થયું હતું, તેથી મિથિલા નગરી બળતી સાંભળીને તેને થયું કે મારું કાંઈ બળતું નથી. જે માણસને ભેદજ્ઞાન થયું છે તેને માતાપિતાના વિયોગનું દુઃખ આવી પડતાં દુઃખ થતું નથી અને જેને આત્મીયપણાનું અભિમાન છે તે દાસના દુઃખથી પણ મૂર્છા પામે છે.

૬. અશુચિ ભાવના

રસાસૂગ્માંસમેદોઽસ્થિમજ્જાશુક્રાન્નવર્ચસામ્ ।

અશુચીનાં પદં કાયઃ શુચિત્વં તસ્ય તત્કૃતઃ ? ॥ ૬૬ ॥

રસ, લોહી, માંસ, મેદ, અસ્થિ, મજ્જા, વીર્ય, આંતરડાં, વિષ્ટા વગેરે અપવિત્ર વસ્તુઓના સ્થાનરૂપ આ શરીર છે. તેથી તેની પવિત્રતા ક્યાંથી હોય ? (૬૬)

નવસ્રોતઃસ્રવદ્વિસ્રસનિઃસ્યન્દપિચ્છિલે ।

દેહેઽપિ શૌચસઙ્કલ્પો મહન્મોહવિજૃમ્ભિતમ્ ? ॥ ૬૭ ॥

આંખ, કાન, નાક, મુખ અધોદ્વાર અને જનનેન્દ્રિય રૂપી નવ દ્વારમાંથી વહેતા દુર્ગંધી ચીકણા રસના સતત આવવાથી મલિન રહેતા શરીરમાં પવિત્રપણાનું અભિમાન કરવું એ મહામોહનું લક્ષણ છે. (૬૭)

૭. આશ્રવ ભાવના

મનોવાક્કાયકર્માણિ યોગાઃ કર્મ શુભાશુભમ્ ।

યદાશ્રવન્તિ જન્તૂનામાશ્રવાસ્તેન કીર્તિતાઃ ॥ ૬૮ ॥

મન, વચન અને કાયાની પ્રવૃત્તિરૂપ મનોયોગ વચનયોગ અને કાયયોગથી શુભાશુભ કર્મ આત્મામાં આશ્રવે છે—પ્રવેશ કરે છે, તેથી તે યોગોને આશ્રવ કહે છે. (૬૮)

મૈત્ર્યાદિવાસિતં ચેતઃ કર્મ સૂતે શુભાત્મકમ્ ।

કષાયવિષયાક્રાન્તં વિતનોત્યશુભં પુનઃ ॥ ૬૧ ॥

મૈત્રી, મુદિતા (પ્રમોદ), કરુણા અને ઉપેક્ષારૂપી ભાવથી વાસિત કરેલું ચિત્ત શુભકર્મને પેદા કરે છે અને ક્રોધાદિ કષાયો તથા વિષયોથી વ્યાપ્ત થયેલું ચિત્ત અશુભ કર્મને પેદા કરે છે. (૬૯)

શુભાર્જનાય નિર્મિથ્યં શ્રુતજ્ઞાનાશ્રિતં વચઃ ।

વિપરીતં પુનર્જ્ઞેયમશુભાર્જનહેતવે ॥ ૭૦ ॥

સત્ય અને શ્રુતજ્ઞાનાનુસારી વચન શુભકર્મના બંધનું કારણ થાય છે અને તેથી વિપરીત વચન અશુભ કર્મના બંધનું કારણ છે.

શરીરેણ સુગુપ્તેન શરીરી ચિનુતે શુભમ્ ।

સતતારમ્ભિષ્ણા જન્તુઘાતકેનાશુભં પુનઃ ॥ ૭૧ ॥

અસત્ પ્રવૃત્તિ રહિત શરીર વડે જીવ શુભ કર્મ સંચિત કરે છે અને સતત મહારંભી અને હિંસક પ્રવૃત્તિવાળા શરીર વડે અશુભ કર્મ બાંધે છે. (૭૧)

કષયા વિષયા યોગાઃ પ્રમાદાવિરતી તથા ।

મિથ્યાત્વમાર્તરૌદ્રે ચેત્યશુભં પ્રતિ હેતવઃ ॥ ૭૨ ॥

ક્રોધ, માન, માયા અને લોભ એ ચાર કષાયો, સ્પર્શાદિ વિષયો, મન-વચન-કાયાની પ્રવૃત્તિરૂપ યોગો, અજ્ઞાન, સંશય, વિપર્યય, રાગ, દ્વેષ સ્મૃતિભ્રંશ, ધર્મનો અનાદર અને યોગદુષ્પ્રણિધાનરૂપ આઠ પ્રકારનો પ્રમાદ, અવિરતિ-નિયમનો અભાવ, મિથ્યાત્વ, આર્તધ્યાન અને રૌદ્રધ્યાન બધાં અશુભ કર્મના હેતુઓ છે. (૭૨)

૮. સંવર ભાવના

સર્વેષામાશ્રવાણાં તુ નિરોધઃ સંવરઃ સ્મૃતઃ ।

સ પુનર્મિદ્યતે દ્વેધા દ્રવ્યભાવવિષ્ણેદતઃ ॥ ૭૩ ॥

ઉપર કહેલા બધા આત્મવોને નિરોધ કરવાનો ઉપાય સંવર કહેવાય છે. તેના દ્રવ્યસંવર અને ભાવસંવર એમ બે ભેદો છે. (૭૩)

યઃ કર્મપુદ્ગલાદાનચ્છેદઃ સ દ્રવ્યસંવરઃ ।

ભવહેતુક્રિયાત્યાગઃ સ પુનર્ભાવસંવરઃ ॥ ૭૪ ॥

કર્મપુદ્ગલના આસ્રવ દ્વારા થતા પ્રવેશને રોકવો તે દ્રવ્યસંવર અને સંસારના કારણભૂત ક્રિયાનો ત્યાગ તે ભાવસંવર. (૭૪)

येन येन ह्युपायेन रुध्यते यो य आश्रवः ।

तस्य तस्य निरोधाय स स योज्यो मनीषिभिः ॥ ७५ ॥

જે જે ઉપાયથી જે જે આસ્રવ રોકી શકાય, તે તે આસ્રવના નિરોધ માટે બુદ્ધિમાન પુરુષોએ તે તે ઉપાય યોજવો. (૭૫)

क्षमया मृदुभावेन रूजुत्वेनाप्यनीहया ।

क्रोधं मानं तथा मायां लोभं रुध्याद्यथाक्रमम् ॥ ७६ ॥

જેમ કે ક્ષમાથી ક્રોધને રોકવો, નમ્રતાથી માનને રોકવું, સરલતાથી માયાને રોકવી અને સંતોષથી લોભને રોકવો. (૭૬)

असंयमकृतोत्सेकान् विषयान् विषसंनिभान् ।

निराकुर्यादखण्डेन संयमेन महामतिः ॥ ७७ ॥

બુદ્ધિમાન પુરુષે ઈન્દ્રિયોના અસંયમ-ઉન્માદથી પ્રબળ બનેલા વિષ જેવા વિષયોને ઈન્દ્રિયોના અખંડ સંયમથી રોકવા. (૭૭)

तिसृभिर्गुप्तिभिर्योगान् प्रमादं चाप्रमादतः ।

सावद्ययोगहानेनाविरतिं चापि साधयेत् ॥ ७८ ॥

सद्दर्शनेने मिथ्यात्वं शुभस्थैर्येण चेतसः ।

विजयेतार्तरौद्रे च संवराथं कृतोद्यमः ॥ ७९ ॥

સંવર માટે પ્રયત્ન કરતા યોગીએ ત્રણ ગુપ્તિ(યોગનિગ્રહ)થી મન-વચન-કાયાના વ્યાપારોને રોકવા, અપ્રમાદથી પ્રમાદને રોકવો, બધી સદોષ પ્રવૃત્તિના ત્યાગથી અવિરતિને રોકવી, સમ્યગ્દર્શન વડે મિથ્યાત્વને રોકવું તથા શુભધ્યાનરૂપ ચિત્તની સ્થિરતા વડે આર્ત તથા રૌદ્ર ધ્યાનોને રોકવાં. (૭૮-૭૯)

રાજમાર્ગમાં રહેલા અનેક દ્વારવાળા ઘરનાં બારણાં ઉઘાડાં હોય

તો તેમાં રજ દાખલ થાય છે અને દાખલ થઈને ચીકાશના યોગે ત્યાં ચોંટી જાય છે. પરંતુ બારી-બારણાં બંધ કર્યા હોય તો રજ પ્રવેશ થવા પામતી નથી અને ત્યાં ચોંટી જતી પણ નથી. કોઈ સરોવરમાં પાણી આવવાના બધા માર્ગો ઉઘાડા હોય તો તે દ્વારા પાણી આવે છે, પરંતુ તે બધા માર્ગો બંધ કર્યા હોય તો થોડું પણ પાણી સરોવરમાં દાખલ થઈ શકતું નથી કોઈ વહાણની અંદર છિદ્રો હોય તો તે દ્વારા તેમાં પાણી દાખલ થાય છે, પરંતુ તે છિદ્રો બંધ કર્યા હોય તો થોડું પણ પાણી વહાણની અંદર પ્રવેશ કરતું નથી તેમ મિથ્યાત્વાદિ આસ્રવદ્વારો ઉઘાડાં હોય તો જીવમાં કર્મ દાખલ થાય છે અને તે દ્વારો બંધ થાય તો સંવરયુક્ત જીવમાં કર્મનો પ્રવેશ થતો નથી. સંવરથી આસ્રવનાં દ્વાર બંધ થાય છે. તે સંવર ક્ષમા વગેરે ભેદોથી અનેક પ્રકારનો છે. મિથ્યાત્વના ઉદયને રોકવાથી અવિરતિ સમ્યગ્દૃષ્ટિ આદિ ગુણસ્થાને મિથ્યાત્વનો સંવર હોય છે, દેશવિરતિ આદિ ગુણસ્થાને અવિરતિનો સંવર હોય છે. અપ્રમત્ત સંયતાદિ ગુણસ્થાનકે પ્રમાદનો સંવર હોય છે, ઉપશાન્તમોહ અને ક્ષીણ મોહાદિ ગુણસ્થાનકે કષાયનો સંવર હોય છે અને અયોગી કેવલી ગુણસ્થાને સંપૂર્ણ યોગસંવર હોય છે.

૯. નિર્જરા ભાવના

સંસારબીજભૂતાનાં કર્મણાં જરણાદિહ ।

નિર્જરા સા સ્મૃતા દ્વૈધા સકામા કામવર્જિતા ॥ ૮૦ ॥

સંસારના કારણભૂત કર્મને ખેરવી નાંખવાં તેને નિર્જરા કહે છે. તે સકામ નિર્જરા અને અકામ નિર્જરા એમ બે પ્રકારની છે. (૮૦)

જ્ઞેયા સકામા યમિનામકામા ત્વન્યદેહિનામ્ ।

કર્મણાં ફલવત્પાકો યદુપાયાત્ સ્વતોઽપિ હિ ॥ ૮૧ ॥

સંયમી પુરુષોને ઈરાદાપૂર્વક તપ વગેરે ઉપાય દ્વારા કર્મનો ક્ષય કરવારૂપ સકામ નિર્જરા હોય છે અને અસંયમીને તે સિવાય વિપાકથી કર્મને ભોગવીને ક્ષય કરવારૂપ અકામ નિર્જરા હોય છે. કારણ કે કર્મોનો પાક-નિર્જરા ફળના પાકની પેઠે ઉપાયોથી અને સ્વાભાવિક રીતે થાય છે. (૮૧)

સદોષમપિ દીપ્તેન સુવર્ણ વહ્નિના યથા ।

તપોઽગ્નિના તપ્યમાનસ્તથા જીવો વિશુદ્ધ્યતિ ॥ ૮૨ ॥

જેમ અશુદ્ધ સોનું પ્રજ્વલિત થયેલા અગ્નિ વડે શુદ્ધ થાય છે, તેવી રીતે તપરૂપી અગ્નિ દ્વારા તપાવવામાં આવતો જીવ શુદ્ધ થાય છે. (૮૨)

અનશનમૌનોદર્ય વૃત્તેઃ સંક્ષેપણં તથા ।

રસત્યાગસ્તુનુક્લેશો લીનતેતિ બહિસ્તપઃ ॥ ૮૩ ॥

(૧) અનશન - જીવન પર્યંત કે અમુક કાલ પર્યંત આહારનો ત્યાગ કરવો.

(૨) ઔનોદર્ય - સ્વાભાવિક આહારથી અલ્પ આહાર લેવો.

(૩) વૃત્તિસંક્ષેપ - પોતાને ખાવા પીવા વગેરે ઉપયોગમાં આવતી વસ્તુઓનો સંક્ષેપ કરવો.

(૪) રસપરિત્યાગ - દૂધ, દહીં, ઘી, તેલ, ગોળ અને પકવાન વગેરે વિકારવર્ધક પદાર્થોનો ત્યાગ કરવો.

(૫) કાયક્લેશ - ટાઢ, તડકામાં કે આસનો વગેરેથી શરીરને કસવું.

(૬) લીનતા - બાધા વિનાના એકાંત સ્થાનમાં વસવું, અથવા મન, વચન, ક્રયા, કષાય અને ઈન્દ્રિયોનો સંકોચ કરવો એ છ પ્રકારનું બાહ્ય તપ છે.

પ્રાયશ્ચિત્તં વૈયાવૃત્ત્યં સ્વાધ્યાયો વિનયોઽપિ ચ ।

વ્યુત્સર્ગોઽથ શુભં ધ્યાનં ષોઢેત્યાભ્યન્તરં તપઃ ॥ ૮૪ ॥

(૧) પ્રાયશ્ચિત-પ્રતાદિમાં લાગેલા દોષની શુદ્ધિ માટે જે અનુષ્ઠાન કરવામાં આવે તે. (૨) વૈયાવૃત્ય-સેવા, શુશ્રૂષા. (૩) સ્વાધ્યાય. (૪) વિનય. (૫) વ્યુત્સર્ગ સદોષ અને જન્તુ સહિત અન્નપાનાદિ અને કષાયોનો ત્યાગ કરવો. (૬) ધ્યાન. એમ છ પ્રકારનું આભ્યન્તર તપ છે. (૮૪)

૧૦. ધર્મસ્વાખ્યાત ભાવના

સ્વાખ્યાતઃ ખલુ ધર્મોઽયં ભગવદ્ભિર્જિનોત્તમૈઃ ।

યં સમાલમ્બમાનો હિ ન મજ્જેદ્ ભવસાગરે ॥ ૮૬ ॥

કેવલજ્ઞાની ભગવંત જિનેશ્વરોએ ધર્મ ઉત્તમ રીતે કહેલો છે. જેનું

આલંબન લેનાર પ્રાણી ભવસાગરમાં ડૂબતો નથી એમ વિચારવું તે ધર્મસ્વાખ્યાત ભાવના છે. (૮૬)

સંયમઃ સૂનૃતં શૌચં બ્રહ્માકિચ્છનતા તપઃ ।

ક્ષાન્તિર્મદિવમૃજુતા મુક્તિશ્ચ દશથા સ તુ ॥ ૮૭ ॥

સંયમ (અહિંસા), સત્ય, શૌચ (ચૌર્ય ત્યાગ), બ્રહ્મચર્ય, અકિંચનતા (અપરિગ્રહ), તપ, ક્ષમા, મૂઢતા-નમ્રતા, ઋજુતા-સરળતા અને મુક્તિ-નિર્લોભતા એમ ધર્મ દશ પ્રકારનો છે. (૮૭)

અપારે વ્યસનામ્બોધૌ પતન્તં પાતિ દેહિનમ્ ।

સદા સવિધવત્યૈકબન્ધુર્ધર્મોઽતિવત્સલઃ ॥ ૮૮ ॥

સદા સમીપવર્તી અદ્વિતીય અંધુ સમાન અતિવત્સલ ધર્મ જ અપાર દુઃખ સમુદ્રમાં પડતાં પ્રાણીને બચાવે છે. (૮૮)

અબન્ધૂનામસૌ બન્ધુરસખીનામસૌ સખા ।

અનાથાનામસૌ નાથો ધર્મો વિશ્વૈકવત્સલઃ ॥ ૮૯ ॥

અંધુરહિતનો અંધુ, મિત્રરહિતનો મિત્ર, અનાથોનો નાથ અને સર્વ જગત્ ઉપર વત્સલતા રાખનાર ધર્મ જ છે. (૮૯)

૧૧. લોક ભાવના

કટિસ્થકરવૈશાખસ્થાનકસ્થનરાકૃતિમ્ ।

દ્રવ્યૈઃ પૂર્ણ સ્મરેલ્લોકં સ્થિત્યુત્પત્તિવ્યયાત્મકૈઃ ॥ ૯૦ ॥

કેડે હાથ મૂકીને પહોળા પગ રાખી ઊભેલા પુરુષ જેવી આકૃતિવાળા તથા સ્થિતિ, ઉત્પત્તિ અને વિનાશસ્વરૂપવાળા દ્રવ્યોથી પરિપૂર્ણ લોકના સ્વરૂપનું ચિંતન કરવું. (૯૦)

૧૨. બોધિદુર્લભ ભાવના

અકામનિર્જારરૂપાત્ પુણ્યાજ્જન્તોઃ પ્રજાયતે ।

સ્થાવસ્ત્વાત્રાસત્વં વા તિર્યક્ત્વં વા કથંચન ॥ ૯૧ ॥

માનુષ્યમાર્યદેશશ્ચ જાતિઃ સર્વાક્ષપાટવમ્ ।

આયુશ્ચ પ્રાપ્યતે તત્ર કથન્નિત્કર્મલાઘવાત્ ॥ ૯૨ ॥

પ્રાપ્તેષુ પુણ્યતઃ શ્રદ્ધા કથકશ્રવણેષ્વપિ ।

તત્ત્વનિશ્ચયરૂપં તદ્ બોધિરત્નં સુદુર્લભમ્ ॥ ૧૩ ॥

યથાપ્રવૃત્તિ કરણથી મોક્ષની અભિલાષા સિવાય કર્મનો ક્ષય થતાં સ્થાવર યોનિમાંથી નીકળી ત્રસયોનિ કે પશુપણું પામે છે. તેમાં પણ અશુભકર્મનો ક્ષય થવાથી પુણ્યના યોગે મનુષ્યપણું, આર્યદેશ, ઉત્તમજાતિ, પાંચે ઈન્દ્રિયોની પૂર્ણતા અને દીર્ઘ આયુષ્ય પ્રાપ્ત થાય છે, તેમાં પણ પુણ્યથી ધર્મની અભિલાષા, ધર્મોપદેશક ગુરુ અને તેમના વચનનું શ્રવણ પ્રાપ્ત થવા છતાં તત્ત્વનિશ્ચયરૂપ બોધિરત્ન પ્રાપ્ત થવું અતિદુર્લભ છે.

રાજ્ય, ચક્રવર્તીપણું કે ઈંદ્રપણું પ્રાપ્ત થવું દુર્લભ નથી, પણ બોધિની પ્રાપ્તિ અત્યંત દુર્લભ છે એમ જિન પ્રવચનમાં કહ્યું છે. સર્વ જીવોએ બધા ભાવો પૂર્વે અનંતવાર પ્રાપ્ત કર્યા છે, પરંતુ તેને કદાપિ બોધિની પ્રાપ્તિ થઈ નથી, તેથી જ સંસારમાં પરિભ્રમણ કરે છે. સર્વે જીવોને અનંત પુદ્ગલ પરાવર્ત વ્યતીત થયા, પરંતુ જ્યારે કંઈક ન્યૂન અર્ધ પુદ્ગલ પરાવર્ત બાકી રહેતાં આયુ સિવાયનાં બધાં કર્મની સ્થિતિ અન્તઃકોટાકોટી સાગરોપમની બાકી રહે ત્યારે કોઈક જીવ ગ્રંથિભેદથી ઉત્તમ બોધિરત્ન પામે છે અને બીજા જીવો યથાપ્રવૃત્તિકરણથી ગ્રંથિની મર્યાદામાં આવેલા છતાં પાછા પડે છે અને પુનઃ સંસારમાં ભમે છે. કુશાસ્રશ્રવણ, મિથ્યાદષ્ટિનો સંગ, કુવાસના અને પ્રમાદશીલતા એ બધા બોધિના વિરોધી છે. જો કે ચારિત્રની પ્રાપ્તિ દુર્લભ છે, તો પણ બોધિ પ્રાપ્ત થયે ચારિત્રની સફળતા છે, અન્યથા નિષ્ફળતા છે. અભવ્યો પણ ચારિત્ર પ્રાપ્ત કરીને શ્રૈવેયકાદિ સ્વર્ગમાં જાય છે, પણ બોધિ સિવાય નિર્વાણ પ્રાપ્ત કરી શકતા નથી. જેને બોધિરત્ન પ્રાપ્ત થયું નથી, તે ચક્રવર્તી હોવા છતાં પણ રંક જેવો છે, પરંતુ જેણે બોધિરત્ન પ્રાપ્ત કર્યું છે તે રંક પણ ચક્રવર્તી કરતાં અધિક છે. જેમને બોધિ પ્રાપ્ત થયેલ છે તે જીવો સંસારમાં ક્યાંય આસક્ત થતા નથી, પરંતુ મમત્વરહિત થઈને એકમાત્ર મુક્તિ માર્ગની ઉપાસના કરે છે. જેઓ પરમ પદ પામ્યા છે, પામશે અને પામે છે તે બધા બોધિ પામીને જ તેમ કરી શકે છે માટે બોધિની જ ઉપાસના કરો. (૯૧-૯૩)

ભાવનાધિરવિશ્રાન્તમિતિ ભાવિતમાનસઃ ।

નિર્મમઃ સર્વભાવેષુ સમ્યક્ત્વમવલમ્બતે ॥ ૧૪ ॥

આમ આ બાર ભાવનાઓ વડે નિરંતર મનને સુવાસિત કરતો, મમત્વરહિત થઈને બધા પદાર્થોમાં સમત્વને પામે છે. (૯૪)

વિષયેભ્યો વિરક્તાનાં સામ્યવાસિતચેતસામ્ ।

અપશામ્યેત્ કષાયાગ્નિર્બોધિદીપઃ સમુન્મિષેત્ ॥ ૧૫ ॥

વિષયોથી વિરક્ત થયેલા, સમભાવથી સુવાસિત ચિત્તવાળા પુરુષોનો કષાયરૂપી અગ્નિ શાંત થાય છે અને બોધિરૂપી દીપક પ્રગટે છે. (૯૫)

સમત્વમવલમ્બ્યાથ ધ્યાનં યોગી સમાશ્રયેત્ ।

વિના સમત્વમારબ્ધે ધ્યાને સ્વાત્મા વિડમ્બ્યતે ॥ ૧૬ ॥

સમત્વનું અવલંબન કરીને યોગી ધ્યાન કરી શકે છે. સમબુદ્ધિ પ્રાપ્ત કર્યા વિના જો ધ્યાનની શરૂઆત કરે તો તે પોતાના આત્માની વિડંબના કરે છે. (૯૬)

ઈન્દ્રિયો વશ કરી નથી, મન શુદ્ધ કર્યું નથી, રાગદ્વેષ જીત્યા નથી, નિર્મમત્વ કર્યું નથી, સમતાની સાધના કરી નથી, પરંતુ ગતાનુગતિકપણે ઉભય લોકના માર્ગથી ભ્રષ્ટ થઈ મૂઢ પુરુષો ધ્યાનનો આરંભ કરે છે.

મોક્ષઃ કર્મક્ષયાદેવ સ ચાત્મજ્ઞાનતો ભવેત્ ।

ધ્યાનસાધ્યં મતં તચ્ચ તદ્ધ્યાનં હિતમાત્મનઃ ॥ ૧૭ ॥

મોક્ષ કર્મોના ક્ષયથી જ પ્રાપ્ત થાય છે; કર્મનો ક્ષય આત્મજ્ઞાનથી થાય છે, અને આત્મજ્ઞાન ધ્યાનથી સધાય છે; તેથી ધ્યાન આત્માનું હિતકારી છે. (૯૭)

ધ્યાન અને સમભાવમાં કોણ વધારે મહત્ત્વનું છે તેવી શંકાનો ઉત્તર આચાર્ય નીચેના શ્લોકમાં આપે છે.

ન સામ્યેન વિના ધ્યાનં ન ધ્યાનં વિના ચ તત્ ।

નિષ્કમ્પં જાયતે તસ્માદ્ દ્વયમન્યોન્યકારણમ્ ॥ ૧૮ ॥

સમભાવ વિના ધ્યાન સંભવતું નથી અને ધ્યાન વિના નિષ્કંપ સમભાવ પ્રાપ્ત થતો નથી, તેથી બન્ને એકબીજાનાં કારણરૂપ છે. (૯૮)

મુહૂર્તાન્તર્મનઃસ્થૈર્યં ધ્યાનં છદ્વસ્થયોગિનામ્ ।

ધર્મ્યં શુક્લં ચ તદ્ દ્વેધા યોગરોધસ્ત્વયોગિનામ્ ॥ ૧૯ ॥

એક આલંબનમાં અંતમુહૂર્ત પર્યંત ચિત્તની સ્થિરતા તે ધ્યાન. તેના બે ભેદ છે. ધર્મધ્યાન અને શુક્લધ્યાન. તે બન્ને પ્રકારના ધ્યાન કેવલજ્ઞાન રહિત સયોગીને હોય છે અને અયોગીને યોગના નિરોધરૂપ ધ્યાન હોય છે. સયોગી કેવલીને માત્ર યોગ નિરોધ કરવાના સમયે એક શુક્લ ધ્યાન હોય છે. (૯૯)

મુહૂર્તાત્ પરતશ્ચિન્તા યદ્વા ધ્યાનાન્તરં ભવેત્ ।

બહ્વર્થસંક્રમે તુ સ્યાદ્ દીર્ઘાંઽપિ ધ્યાનસંતતિઃ ॥ ૧૦૦ ॥

ધ્યાન એક આલંબનમાં મુહૂર્ત સુધી સંભવે છે, ત્યારબાદ ચિન્તા હોય અથવા બીજું આલંબન લેવામાં આવે તો બીજું ધ્યાન હોય. એમ જુદા જુદા વિષયના આલંબનથી ધ્યાનનો પ્રવાહ લંબાવી શકાય. (૧૦૦)

મૈત્રીપ્રમોદકારુણ્યમાધ્યસ્થ્યાનિ નિયોજયેત્ ।

ધર્મ્યધ્યાનમુપસ્કર્તું તદ્ધિ તસ્ય રસાયનમ્ ॥ ૧૦૧ ॥

ધર્મધ્યાનનો પ્રવાહ ચાલુ રાખવા માટે એટલે તૂટતા ધ્યાનને ધ્યાનાન્તરની સાથે અનુસંધાન કરવા મૈત્રી, પ્રમોદ, કરુણા અને માધ્યસ્થ એ ચાર ભાવનાઓને આત્મામાં જોડવી. કારણ કે મૈત્રી આદિ ભાવનાની યોજના તૂટતા ધ્યાન માટે રસાયન રૂપ છે. (૧૦૧)

માકાર્ષીત્ કોઽપિ પાપાનિ મા ચ ભૂત્ કોઽપિ દુઃખિતઃ ।

મુચ્યતાં જગદપ્યેષા મતિમૈત્રી નિગદ્યતે ॥ ૧૦૨ ॥

‘કોઈ પ્રાણી પાપ ન કરો, કોઈ દુઃખી ન થાઓ, આખું જગત મુક્ત થાઓ’ આવી બુદ્ધિ તે મૈત્રી ભાવના કહેવાય છે. (૧૦૨)

અપાસ્તાશૈષદોષાણાં, વસ્તુતત્વાવલોકિનામ્ ।

ગુણેષુ પક્ષપાતો યઃ સ પ્રમોદઃ પ્રકીર્તિતઃ ॥ ૧૦૩ ॥

જેમના દોષો દૂર થઈ ગયા છે, અને જેઓ વસ્તુસ્વરૂપનું અવલોકન કરનારા છે, તેવા મુનિઓના ગુણો વિષે જે પક્ષપાત તે પ્રમોદ ભાવના છે. (૧૦૩)

દીનેષ્વાત્તેષુ ભીતેષુ યાચમાનેષુ જીવિતમ્ ।

પ્રતીકારપરા બુદ્ધિઃ કારુણ્યમભિધીચતે ॥ ૧૦૪ ॥

દીન, પીડિત, ભીત(ભયથી આક્રાંત) અને જીવિત યાચતાં પ્રાણીઓની દીનતા વગેરે દૂર કરવાની બુદ્ધિ તે કારુણ્યાભાવના કહેવાય છે. (૧૦૪)

ઋકર્મસુ નિઃશઙ્કં દેવતાગુરુનિન્દિષુ ।

આત્મશંસિષુ યોપેક્ષા તન્માધ્યસ્થ્યમુદીરિતમ્ ॥ ૧૦૫ ॥

નિઃશંકપણે કૂર કર્મો કરનારા, દેવગુરુની નિંદા કરનારા તથા આત્મપ્રસંશા કરનારા લોકો પ્રત્યે ઉપેક્ષાબુદ્ધિ તે માધ્યસ્થ્ય ભાવના કહેવાય છે. (૧૦૫)

આત્માનં ભાવયન્નામિર્ભાવનાભિર્મહામતિઃ ।

ત્રુટિતામપિ સંઘત્તે વિશુદ્ધધ્યાનસંતતિમ્ ॥ ૧૦૬ ॥

આ ભાવનાઓ વડે આત્માને ભાવિત કરતો બુદ્ધિમાન પુરુષ તૂટેલ વિશુદ્ધ ધ્યાનના પ્રવાહને પણ સાંધી શકે છે.

તીર્થં વા સ્વસ્થતાહેતુ યત્તદ્વા ધ્યાનસિદ્ધયે ।

કૃતાસનજયો યોગી વિવિક્તં સ્થાનમાશ્રયેત્ ॥ ૧૦૭ ॥

ધ્યાનની સિદ્ધિ માટે જેણે આસનોનો અભ્યાસ કર્યો છે, તીર્થકરોનાં જન્મસ્થાન, દીક્ષાસ્થાન, જ્ઞાનસ્થાન કે નિર્વાણસ્થાનમાંનું કોઈ તીર્થસ્થાન અથવા ચિત્તની સ્વસ્થતાનું કારણ પર્વતની ગુફા વગેરે કોઈ એકાંત સ્થાનનો આશ્રય કરે.

જાયતે યેન યેનેહ વિહિતેન સ્થિરં મનઃ ।

તત્તદેવ વિધાતવ્યમાસનં ધ્યાનસાધનમ્ ॥ ૧૦૮ ॥

જે જે આસન કરવાથી મન સ્થિર થાય તે તે આસનને જ ધ્યાનનું સાધન ગણી તે આસન સાથે ધ્યાન કરવું. (૧૦૮)

સુખાસનસમાસીનઃ સુશિલઞ્ચાધરપલ્લવઃ ।

નાસાગ્રન્યસ્તદ્વદ્વન્દ્વો દન્તૈર્દન્તાનસંસ્પૃશન્ ॥ ૧૦૯ ॥

પ્રસન્નવદનઃ પૂર્વાભિમુખો વાપ્યુદ્દમુખઃ ।

અપ્રમત્તઃ સુસંસ્થાનો ધ્યાતા ધ્યાનોદ્યતો ભવેત્ ॥ ૧૧૦ ॥

સુખકર આસન કરી બેઠેલો, હોઠ બીડી, નાસિકાના અગ્રભાગ ઉપર બન્ને આંખો સ્થિર કરી, દાંતોને દાંતો સાથે અડકવા નહિ દેતો, પ્રસન્ન મુખવાળો પૂર્વ કે ઉત્તર દિશામાં મોઢું રાખી સારી રીતે ટકાર બેસનાર અપ્રમાદી ધ્યાની ધ્યાન કરવાનો પ્રયત્ન કરે. (૧૦૯-૧૧૦)



॥ ॐ ॥

र. श्रीमद् यशोविजयशु कृत
अष्टयात्मसार - सोणमो अडिडर

• ध्यान अडिडर •

* ધ્યાન અધિકાર *

[૫૭૮] સ્થિરમધ્યવસાનં ચત્ તદ્ધ્યાનં ચિત્તમસ્થિરમ્ ।

ભાવના ચાપ્યનુપ્રેક્ષા ચિન્તા વા તત્ત્રિધા મતમ્ ॥૧॥

અનુવાદ : જે સ્થિર અધ્યયવસાય છે તે ધ્યાન છે. અસ્થિર ચિત્તના ભાવના, અનુપ્રેક્ષા અને ચિંતા એમ ત્રણ પ્રકાર કહ્યા છે.

વિશેષાર્થ : આ 'અધ્યાત્મસાર' ગ્રંથમાં યોગનું સ્વરૂપ સમજાવ્યા પછી ગ્રંથકાર મહર્ષિ ઉપાધ્યાય શ્રી યશોવિજયજી મહારાજ હવે ધ્યાનનું સ્વરૂપ સમજાવે છે. જૈન ધર્મ, વૈદિક ધર્મ અને બૌદ્ધ ધર્મ એ દરેકમાં ધ્યાનનાં સ્વરૂપ અને પ્રક્રિયાની ઘણી ગહન વિચારણા થયેલી છે. મનુષ્યનું મન અત્યંત ચંચલ છે, અસ્થિર છે. એને સ્થિર કરવાનું, સંયમમાં રાખવાનું ઘણું કઠિન છે.

મનનો આત્મા સાથે ગાઢ સંબંધ છે. બીજી બાજુ મનનો ઈન્દ્રિયો સાથે પણ એટલો જ ઘનિષ્ઠ સંબંધ છે. એટલે આત્મતત્ત્વની વિચારણામાં — અધ્યાત્મની મીમાંસામાં મન વિશે વિચારણા અવશ્ય કરવી જ પડે.

મનને કોઈ પણ એક વિષયમાં કેટલો વખત સ્થિર રાખી શકાય ? આ પ્રયોગ જાતે કરી જોવાથી મનની ચંચળતા અને મનની શક્તિનો ખ્યાલ આવશે. આપણે ધારીએ છીએ એટલું સ્થિર આપણું મન એક વિષયમાં રહી શકતું નથી. કેટલીક વાર તો મોડેથી ખંબર પડે છે કે પોતે ક્યારનાય બીજા વિષયો પર ચાલ્યા ગયા છે. એટલે મનને કોઈ પણ એક વિષયમાં સ્થિર રાખવા માટે વારંવાર, સતત અભ્યાસ કરતા રહેવાની, આસનબદ્ધ થઈને ધ્યાન ધરવાની જરૂર રહે છે.

મનના વ્યાપારના બે પ્રકાર પાડવામાં આવે છે. મનને એક જ વિષયમાં એકાગ્ર કરવામાં આવે તે ધ્યાન અને એક વિષય પરથી બીજા વિષય પર મન દોડે, અસ્થિર રહે તે ચિત્ત. વળી ચિત્તના ત્રણ પ્રકાર

પાડવામાં આવે છે : (૧) ભાવના (૨) અનુપ્રેક્ષા અને (૩) ચિંતા.
જિનભદ્રગણિ ક્ષમાશ્રમણે ‘ધ્યાનશતક’માં આરંભમાં જ કહ્યું છે :

જં થિમ્મજ્ઝવસાણં તં જ્ઞાણં, જં ચલં તયં ચિત્તં ।

તં હોંજ્જ ભાવણા વા, અણુપેહા વા, અહવ ચિંતા ॥

આના આધારે અથવા એના ઉપરની હરિભદ્રસૂરિની ટીકાના આધારે જ ઉપાધ્યાય શ્રી યશોવિજયજીએ આ અધિકારના આ પ્રથમ શ્લોકની રચના કરી છે. અહીં સ્થિર ચિત્તના ત્રણ પ્રકાર બતાવ્યા છે : ભાવના, અનુપ્રેક્ષા અને ચિંતા. ભાવના એટલે જેનાથી મન ભાવિત થાય તે. ભાવના એટલે જે વિષયની મનમાં લગની લાગે તે. મન નવરું પડે એટલે એ વિષયમાં દોડી જાય. જેમ કસ્તૂરી કે એવી કોઈ તીવ્ર સુગંધવાળી વસ્તુ સાથે બીજી કોઈ ચીજ મૂકી હોય તો તે ચીજમાં પેલી વસ્તુની સુગંધ ઘૂસી જાય છે, તેવી રીતે મન એ વિષયથી અનાયાસ ઘેરાઈ જાય છે. એટલે ધ્યાન માટે મનને ભાવિત કરવું હોય તો તે તથા તેની સાથે સંકળાયેલા વિષયોના ગ્રંથોનો અને તે વિષયના ધ્યાનનો વારંવાર અભ્યાસ કરતાં રહેવું જોઈએ, જેથી એકાગ્રતા આવવા લાગે.

અનુપ્રેક્ષાનો શબ્દાર્થ આ પ્રમાણે છે : અનુ એટલે પાછળ અથવા પછીથી અને પ્રેક્ષા એટલે જોવું, દર્શન. જે કોઈ વિષયનો અભ્યાસ કર્યો હોય તેને યાદ કરીને ચિંતન કરવું તે અનુપ્રેક્ષા. અનુપ્રેક્ષા ધ્યાન માટે ઉપકારક છે. ધ્યાન જ્યારે તૂટે ત્યારે ચિત્ત જો અનુપ્રેક્ષામાં લાગી જાય તો ફરી ધ્યાનનું અનુસંધાન થઈ શકે છે.

ભાવના અને અનુપ્રેક્ષા નજીક નજીકના શબ્દો છે. એટલે જે અનિત્યાદિ બાર ભાવનાને બાર અનુપ્રેક્ષા પણ કહેવામાં આવે છે.

‘ચિંતા’ શબ્દ ધ્યાનાભ્યાસની દૃષ્ટિએ ભાવના અને અનુપ્રેક્ષા કરતાં ઊતરતો છે. ચિંતા એટલે ભાવના કે અનુપ્રેક્ષા સિવાયની ચિત્તની અસ્થિર અવસ્થા. તે શરીર, પુત્ર-પરિવાર, ધનમિલકત વગેરે

વ્યાવહારિક લૌકિક વિષયોમાં દોડી જાય છે અથવા ધાર્મિક, આધ્યાત્મિક વિષયના પ્રશ્નોમાં અટવાઈ જાય છે.

આમ ધ્યાન, ભાવના, અનુપ્રેક્ષા, ચિંતા ઇત્યાદિ શબ્દો ધ્યાન માટેની પરિભાષાની દૃષ્ટિએ સમજાવવામાં આવે છે. જૈન-અજૈન દાર્શનિકો મન કે ચિત્તના વિવિધ વ્યાપારો માટે આ અને આવા બીજા શબ્દોને કંઈક ભિન્ન અર્થમાં ઘટાવે એ સંભવિત છે. પરંતુ ચિત્તને કોઈ પણ એક વિષયમાં એકાગ્ર અને સ્થિર કરવું એ ધ્યાન — એ વિશે સર્વ સંમત છે.

મન એટલું બધું સંકુલ અને ગહન છે કે મનના વ્યાપારોને સમજવા તે અત્યંત કઠિન વાત છે. પ્રાચીન કાળના ઋષિમુનિઓ અને જ્ઞાની મહાત્માઓથી માંડીને વર્તમાન સમયના મનોવૈજ્ઞાનિકો સુધીના સર્વેએ મનનો તાગ પામવા પ્રયત્નો કર્યા છે, તો પણ મનના સર્વ વ્યાપારોને સંપૂર્ણપણે કોઈ સમજાવી શકતું નથી.

[૫૭૯] મુહૂર્તાન્તર્ભવેદ્ ધ્યાનમેકાર્થે મનસઃ સ્થિતિઃ ।

બહ્વર્થસંક્રમે દીર્ઘાપ્યચ્છિન્ના ધ્યાનસંતતિઃ ॥૨॥

અનુવાદ : એક જ અર્થમાં (વિષયમાં) મનની અંતમુહૂર્ત સુધી રહેતી સ્થિતિ તે ધ્યાન છે. બહુ વિષયોમાં સંક્રમ પામતી દીર્ઘ અને અવિચ્છિન્ન જે સ્થિતિ તે ધ્યાનશ્રેણી (ધ્યાનસંતતિ) છે.

વિશેષાર્થ : કોઈપણ એક પદાર્થના કોઈ એક ભાવ ઉપર ચિત્તને કેન્દ્રિત કરવું તેને ધ્યાન કહેવામાં આવે છે. જેમાં સાતત્ય ન હોય અને એક વિષય પરથી બીજા વિષય પર મન ચાલ્યું જતું હોય એવી વિવિધ સ્થિતિને ચિંતા, ભાવના, અનુપ્રેક્ષા વગેરે શબ્દોથી ઓળખી શકાય.

મન કોઈ પણ એક વિષય પર કેટલો કાળ ટકી શકે ? ધ્યાન ધરનારના મહાવરા પર એનો આધાર છે. તો પણ છદ્મસ્થ વ્યક્તિ વધુમાં વધુ અન્તમુહૂર્ત સુધી ધ્યાન ધરી શકે. ધ્યાનની શરૂઆત કરનારાઓ માટે તો એક જ વિષયમાં પાંચ-છ મિનિટ ચિત્ત સ્થિર રહી

શકે તો તે પણ સારી સિદ્ધિ ગણાય. પાંચ મિનિટમાં પોતાનું ચિત્ત કેટલી વાર બહાર ગયું એની પ્રામાણિક ગણતરી કરતા રહીને એને ઘટાડવાનો અને એકાગ્રતાને વધારવાનો પ્રયાસ કરવો જોઈએ.

આ રીતે અભ્યાસથી ધ્યાતાનું ધ્યાન વધુમાં વધુ અંતર્મુહૂર્ત સુધીનું થઈ શકે. એ પછી છદ્મસ્થના ધ્યાનમાં અવશ્ય પરિવર્તન થાય છે. અલબત્ત, સૂક્ષ્મ ફેરફારો સાથે, તીવ્ર કે મંદ સ્વરૂપે એકાગ્રતા એક જ વિષય પર દીર્ઘ કાળ ચાલી શકે.

અંતર્મુહૂર્ત એટલે મુહૂર્તની અંદર-મુહૂર્તાન્તર એટલો સમય. એક મુહૂર્ત અથવા બે ઘડીની અંદરનો કાળ એટલે ૪૮ મિનિટની અંદરનો કાળ. એની ગણતરી આ પ્રમાણે છે : સૂક્ષ્મમાં સૂક્ષ્મ અવિભાજ્ય કાળનું જે એકમ એને જૈન દર્શનમાં 'સમય' કહેવામાં આવે છે. સમય અહીં પારિભાષિક શબ્દ છે. આંખના એક પલકારામાં અસંખ્ય સમય પસાર થઈ જાય છે. એટલું બધું સૂક્ષ્મ એનું સ્વરૂપ છે.

હવે અસંખ્ય સમય બરાબર તંદુરસ્ત માણસનો એક શ્વાસોચ્છ્વાસ અથવા પ્રાણ. ૭ પ્રાણ બરાબર એક સ્તોક. ૭ સ્તોક (એટલે ૪૮ પ્રાણ) બરાબર એક લવ. ૭૭ લવ બરાબર એક મુહૂર્ત. એક મુહૂર્ત બરાબર ૨ ઘડી (એટલે અંગ્રેજી સમય ૪૮ મિનિટ) અન્તર્મુહૂર્ત એટલે ૪૮ મિનિટની અંદરનો કાળ. એ કાળ ૮ સમયથી વધુ હોય અને વધુમાં વધુ લગભગ ૪૮ મિનિટ સુધીનો હોઈ શકે. એ પછી ધ્યાન ટકી ન શકે, અથવા એવી જ તીવ્રતા કે એકાગ્રતામાં રહી ન શકે.

માણસ બીજું કશું ન કરે અને આખો દિવસ એક આસને ધ્યાનમાં બેસી રહેવા ઇચ્છે તો બેસી શકે. પરંતુ અંતર્મુહૂર્ત પછી એનું ધ્યાન તૂટે. પરંતુ તૂટેલું એનું ધ્યાન એના એ જ વિષયમાં કે અન્ય વિષયમાં લાગી શકે. આવી રીતે બે ધ્યાનની વચ્ચેનો જે કાળ છે તેને 'ધ્યાનાન્તરિકા' અથવા 'ધ્યાનનું આંતરું' કહેવામાં આવે છે. આંતરા સાથે લાંબા સમય સુધી ચાલતા ધ્યાનને ધ્યાનની શ્રેણી, ધ્યાનની સંતતિ, ધ્યાનધારા ઇત્યાદિ કહેવામાં આવે છે.

[૫૮૦] આર્ત્ત રૌદ્રં ચ ધર્મ ચ શુક્લં ચેતિ ચતુર્વિધમ્ ।

તત્ સ્યાદ્ ભેદાવિહ દ્વૌ દ્વૌ કારણં ભવમોક્ષયોઃ ॥૩॥

અનુવાદ : (ધ્યાનના) આર્ત્ત, રૌદ્ર, ધર્મ ને શુક્લ એમ ચાર પ્રકાર છે. તેમાં બે બે ભેદ (અનુક્રમે) ભવનાં અને મોક્ષનાં કારણભૂત છે.

વિશેષાર્થ : અહીં ધ્યાનના મુખ્ય ચાર પ્રકાર બતાવ્યા છે. એમાં આર્ત્તધ્યાન અને રૌદ્રધ્યાન અશુભ ધ્યાન તરીકે અને ધર્મધ્યાન અને શુક્લધ્યાન શુભ ધ્યાન તરીકે ઓળખાય છે. આમાં પહેલાં બે ધ્યાન તે અશુભ છે. તેનાથી જીવની ભવની અર્થાત્ સંસારની વૃદ્ધિ થાય છે. પછીનાં બે શુભ ધ્યાન છે. એ મોક્ષનાં કારણભૂત છે.

આર્ત્તધ્યાનમાં આર્ત્ત શબ્દ 'ઋત' શબ્દ પરથી આવ્યો છે. ઋતનો એક અર્થ થાય છે દુઃખ. જે દુઃખથી ઉદ્ભવે છે અથવા દુઃખને નિમિત્તે જે દેહ અધ્યવસાય થાય છે તે આર્ત્તધ્યાન. આયુષ્યનો બંધ પડે ત્યારે જો આર્ત્તધ્યાન પ્રવર્તતું હોય તો જીવ તિર્યચ ગતિમાં જાય છે. રુદ્ર એટલે ભયંકર, ઘાતકી, કૂર. હિંસા, ચોરી, અસત્ય વગેરેને કારણે રુદ્રતા એટલે કે કૂરતાથી ભરેલા ચિત્તના અધ્યવસાયો અથવા આત્માના તેવાં કૂર પરિણામો તે રૌદ્રધ્યાન. આયુષ્યનો બંધ પડે ત્યારે જો રૌદ્રધ્યાન પ્રવર્તતું હોય તો તે જીવ નરક ગતિમાં જાય. આર્ત્તધ્યાન કરતાં પણ રૌદ્રધ્યાન વધારે ભયંકર છે.

આ રીતે આર્ત્તધ્યાન અને રૌદ્રધ્યાન દુર્ગતિમાં લઈ જનારાં, ભવનું પરિભ્રમણ વધારનારાં, સંસારમાં રખડાવનારાં છે.

ધર્મધ્યાન એનું નામ જ કહે છે તે પ્રમાણે ધર્મયુક્ત ધ્યાન છે. શ્રુતધર્મરૂપી અને ચારિત્રધર્મરૂપી શુભ અધ્યવસાય કે શુભ પરિણામવાળું આ ધ્યાન છે. ધર્મધ્યાનથી જીવની શુભ ગતિ થાય છે. તે દેવગતિ અપાવે છે અને પરંપરાએ મોક્ષગતિ અપાવે છે.

શુક્લ એટલે શ્વેત અથવા શુદ્ધ. શુક્લધ્યાન આઠ પ્રકારનાં કર્મોના મળનું શોધન કરે છે. તે કર્મોનો નાશ કરી મોક્ષગતિ અપાવે છે.

આમ, આર્તધ્યાન અને રૌદ્રધ્યાન સંસારનાં કારણભૂત છે અને ધર્મધ્યાન તથા શુકલધ્યાન મોક્ષનાં કારણભૂત છે. આ ચારે પ્રકારનાં ધ્યાન વિશે હવે વિગતે કહેવામાં આવશે.

[૫૮૧] શબ્દાદીનામનિષ્ઠાનાં વિયોગાસંપ્રયોગયોઃ ।

ચિન્તનં વેદનાયાશ્ચ વ્યાકુલત્વમુપેયુષુઃ ॥૪૧॥

અનુવાદ : અનિષ્ટ શબ્દાદિના (વિષયોના) વિયોગનું અને અસંપ્રયોગ(અપ્રાપ્તિ)નું, તથા વેદનાની વ્યાકુળતાનું ચિંતન કરવું.

વિશેષાર્થ : આર્તધ્યાનના ચાર પ્રકાર છે. એમાંથી પહેલા બે પ્રકારનો અહીં નિર્દેશ છે. આ પ્રકારો છે :

(૧) અનિષ્ટ વિયોગચિન્તા

(૨) વેદનાનુબંધ અર્થાત્ રોગચિન્તા

આ પહેલા બે પ્રકારનાં આર્તધ્યાનમાં અનિષ્ટ વસ્તુનો પોતાને સંયોગ ન થાય, રોગ-વેદના ન થાય એ પ્રકારની ઈચ્છામાંથી ઉદ્ભવેલી ચિન્તા છે. મનુષ્ય માત્રને ઈષ્ટનો સંયોગ અને અનિષ્ટનો વિયોગ ગમે છે, પરંતુ જ્યારે અનિષ્ટનો સંયોગ થાય છે ત્યારે માણસ આકુળવ્યાકુળ થઈ જાય છે અને ક્યારે એમાંથી છૂટાય એની સતત ચિંતામાં રહે છે. અનિષ્ટ વસ્તુનો જેટલો વધારે સંયોગ તેટલી એની ચિન્તા વધુ ઉગ્ર.

અનિષ્ટ વસ્તુ, વ્યક્તિ, વિષય, સંજોગો ઈત્યાદિ પ્રત્યે માણસને અભાવ, અરુચિ, અપ્રીતિ રહે છે. એનો સંયોગ ન થાય એમ તે ઈચ્છે છે. એની ઈચ્છા અનુક્રમે ચિંતામાં એટલી ઉગ્ર રીતે પરિણમે છે કે એનું ચિન્તા સતત એનું જ ચિંતન કરે છે. એટલે તો એને ધ્યાન કહ્યું છે. આ આર્તધ્યાન ‘હું’ અને ‘મારા’ પણામાંથી જન્મે છે. વસ્તુતઃ એ રાગ અને દ્વેષનું જ પરિણામ છે.

માણસને અનિષ્ટના સંયોગવિયોગની જે ચિન્તા થાય છે તે ત્રણ કાળની દૃષ્ટિએ વહેંચી શકાય. વર્તમાન કાળમાં તો મુખ્યત્વે તે એ પ્રમાણે ચિંતવે છે કે પોતાને શબ્દાદિના અનિષ્ટ વિષયો વગેરેનો જે ન

ગમતો સંયોગ થયો છે એમાંથી પોતે ક્યારે છૂટે એટલે કે એનો ક્યારે વિયોગ થાય. ત્યાર પછી એ એવા અનિષ્ટ વિષયોની ચિંતા કરે છે કે જેની પ્રાપ્તિ હજુ થઈ નથી, પણ ભવિષ્યમાં થવાનો સંભવ છે. એવો સંભવ ન ઊભો થાય અને પોતે બચી જાય એ માટે એના મનમાં વિચારો ચાલે છે. આ થઈ ભવિષ્યકાળની વાત. તદુપરાંત એ એમ ચિંતવે છે કે ભૂતકાળમાં જે અનિષ્ટ સંયોગો થયા હતા અને જેમાંથી તે માંડ છૂટ્યો છે તે અનિષ્ટ સંયોગો ફરીથી ન આવે તો સારું. આમ, અનિષ્ટના વિયોગ માટે તે ત્રણે કાળની દૃષ્ટિએ ચિંતા કરતો રહે છે. એ વિષયોની એકાગ્ર અને સતત ચિંતા એનું નામ આર્તધ્યાન છે.

બીજા પ્રકારનું આર્તધ્યાન છે વેદનાની અથવા શારીરિક કે માનસિક રોગની ચિંતા. નાના રોગો કે જેને ક્ષુદ્ર રોગો કહેવામાં આવે છે એની માણસને બહુ ચિંતા હોતી નથી. પેટમાં, છાતીમાં, મસ્તકમાં, ગળામાં કે શરીરમાં ક્યાંક ઘા પડ્યો હોય તે વખતે થતી તીવ્ર વેદનાથી પોતાને આકુળવ્યાકુળ કરી નાખનારા જે રોગો હોય છે તે વિષે માણસ ચિંતાતુર રહે છે. એવો ભયંકર રોગ માણસને થયો હોય તો એને એમ થાય છે કે ક્યારે એ રોગનો વિયોગ થાય અને ક્યારે પોતાની વેદનાનો અંત આવે. વેદના ગયા પછી માણસને ડર રહે છે કે રખેને ફરી એ રોગ ઊથલો મારે. એટલે ભવિષ્યમાં પોતાને એ રોગ ફરી ન થાય એની પણ ચિંતા રહે છે. આમ, રોગ અંગે વિવિધ પ્રકારની ચિંતા માણસને થાય છે. જીવલેણ રોગ વખતે તે વધુ હોય છે. આવી ચિંતા તે આર્તધ્યાન છે.

[૫૮૨] ઙ્ઞનાં પ્રણિધાનં ચ સંપ્રયોગાવિયોગયોઃ ।

નિદાનચિન્તનં પાપમાર્ત્તમિત્થં ચતુર્વિધમ્ ॥૫॥

અનુવાદ : ઈષ્ટના સંયોગ અને અવિયોગનું ચિંતન (પ્રણિધાન) તથા નિદાનનું ચિંતન—એવું પાપમય આર્તધ્યાન ચાર પ્રકારનું છે.

વિશેષાર્થ : પૂર્વના શ્લોકના અનુસંધાનમાં આ શ્લોક છે. પૂર્વના શ્લોકમાં બે પ્રકારનાં આર્તધ્યાન બતાવવામાં આવ્યાં. એમાં અનિષ્ટની

વાત છે. હવે બાકીનાં બે પ્રકારનાં આર્તધ્યાનનો અહીં ઉલ્લેખ છે. આ આર્તધ્યાન ઈષ્ટ અંગેનાં છે.

ત્રીજા પ્રકારનું આર્તધ્યાન તે ઈષ્ટના સંયોગવિયોગનું છે ને ચોથાં પ્રકારનું આર્તધ્યાન નિદાન (નિયાણુ)ના વિચાર અંગેનું છે.

જેમ અનિષ્ટની માણસને ચિંતા રહે છે તેવી રીતે ઈષ્ટની ચિંતા પણ રહે છે. મનગમતા શબ્દ, રસ, રૂપ, સ્પર્શ વગેરેના વિષયો અથવા એવા વિષયોવાળા પદાર્થો કે પ્રિય વ્યક્તિઓ પોતાની પાસે જ રહે, એમનો પોતાને વિયોગ ન થાય એ માટે માણસ સતત આતુર રહે છે. એનું જે ચિંતન તે આર્તધ્યાન કહેવાય છે. આ આર્તધ્યાન ભૂતકાળ, ભવિષ્યકાળ ને વર્તમાનકાળ એ ત્રણેના સંદર્ભમાં રહે છે. તીવ્ર રાગના પરિણામે માણસને આવા પ્રકારનું આર્તધ્યાન થાય છે.

આર્તધ્યાનનો ચોથો પ્રકાર તે નિદાન ચિંતન છે. નિદાન એટલે નિયાણુ. જૈન ધર્મનો આ પારિભાષિક શબ્દ છે. માણસ પોતાનાં તપ-ત્યાગ-સંયમના બદલામાં અમુક વસ્તુ પોતાને પ્રાપ્ત થાય એવી અભિલાષા મનમાં સેવે તો એને નિદાનચિંતન કહેવામાં આવે છે. આ પણ એક પ્રકારનું ગાઢ માનસિક ચિંતન છે. આમાં પણ ઈષ્ટ વસ્તુની પ્રાપ્તિ માટેની ઝંખના હોય છે. દેવગતિનાં સુખો, ચક્રવર્તીપણું, સુંદર પ્રિય પાત્રની કે એવા કામભોગની પ્રાપ્તિ વગેરે માટે માણસ પોતાની તપશ્ચર્યાના બદલામાં મનથી માગણી કરે છે. આવી માગણીઓ જો ઉત્કૃષ્ટ તપ વખતે હોય તો ઘણુંખરું ફળે પણ છે. પરંતુ આ એક પ્રકારનું અશુભ ધ્યાન છે. એટલે આ પ્રકારના આર્તધ્યાનનો ત્યાગ કરવો જોઈએ. અજ્ઞાન અને મોહને કારણે આવું આર્તધ્યાન થાય છે. અલબત્ત, નિયાણુ પ્રશસ્ત પણ હોઈ શકે. 'જયવીયરાય સૂત્ર'માં જેમ કહ્યું છે તેમ નિયાણા તરીકે ભવોભવ જિનેશ્વર ભગવાનની ભક્તિ માગવામાં આવે તો તે પ્રશસ્ત પ્રકારનું નિયાણુ ગણાય છે. જો કે અધ્યાત્મમાર્ગે ઊંચે ચડેલા મહાત્માઓ માટે તો આદર્શ સ્થિતિ એ છે કે પ્રશસ્ત નિયાણુ કરવાનો પણ વખત ન આવે.

[૫૮૩] કાપોતનીલકૃષ્ણાનાં લેશ્યાનામત્ર સંભવઃ ।

અનતિક્લિષ્ટભાવાનાં કર્મણાં પરિણામતઃ ॥૬॥

અનુવાદ : અતિ ક્લિષ્ટ નહિ એવા ભાવોનાં કર્મોને પરિણામે અહીં (આર્તધ્યાનમાં) કાપોત, નીલ અને કૃષ્ણ લેશ્યાનો સંભવ છે.

વિશેષાર્થ : આર્તધ્યાનની લેશ્યા કેવી હોય તેનો નિર્દેશ અહીં કરવામાં આવ્યો છે. લેશ્યા એટલે મનનાં પરિણામ. લેશ્યા એટલે મન, વચન અને કાયાના યોગમાં કૃષ્ણ, નીલ વગેરે રંગનાં શરીરમાં, વિશેષતઃ મસ્તકમાં, રહેતાં દ્રવ્યોની સહાયથી જે આત્મપરિણામ થાય છે તે.

લેશ્યાના દ્રવ્યલેશ્યા અને ભાવલેશ્યા એવા બે પ્રકારો પાડવામાં આવે છે અને શુભ અથવા પ્રશસ્ત લેશ્યા અને અશુભ અથવા અપ્રશસ્ત લેશ્યા એવા પ્રકારો પણ પાડવામાં આવે છે.

લેશ્યા તેના રંગ પ્રમાણે છ છે : કૃષ્ણ (કાળા રંગની), નીલ, (લીલાભૂરા રંગની), કાપોત (કબૂતરની પાંખ જેવા રંગની), પીત (તેજોલેશ્યા, પીળા રંગની), પદ્મ (ગુલાબી રંગની) અને શુકલ (શ્વેત રંગની). આમાં કૃષ્ણ, નીલ અને કાપોત અશુભ લેશ્યા છે અને પીત, પદ્મ અને શુકલ એ શુભ લેશ્યા છે.

લેશ્યા મનના અધ્યવસાયો પર આધાર રાખે છે. એટલે લેશ્યામાં મંદતા અને તીવ્રતા આવે છે. વળી એક લેશ્યામાંથી બીજી લેશ્યા પ્રગટે છે. કૃષ્ણ લેશ્યા અત્યંત ખરાબ છે. એથી હળવી તે નીલ અને એથી હળવી તે કાપોત લેશ્યા. પીત લેશ્યા સારી છે, એથી વધુ સારી તે પદ્મ લેશ્યા અને સર્વશ્રેષ્ઠ લેશ્યા તે શુકલ લેશ્યા. તેરમા ગુણસ્થાનક સુધી જીવને લેશ્યા રહે છે. ચૌદમા અયોગી કેવળીના ગુણસ્થાનકે લેશ્યા હોતી નથી. જીવ ત્યારે લેશ્યાતીત બને છે.

અશુભ લેશ્યામાંથી શુભ લેશ્યામાં ન જવાય અથવા શુભમાંથી અશુભમાં ન સરકી પડાય એવું નથી. મનના અધ્યવસાયો, આત્માનાં પરિણામો ઉપર તેનો આધાર રહે છે.

આર્તધ્યાન અને રૌદ્રધ્યાન અશુભ ધ્યાન હોવાથી એવું ધ્યાન કરનારને કાપોત, નીલ અને કૃષ્ણ લેશ્યા હોય છે. પરંતુ આર્તધ્યાનમાં લેશ્યા અતિ સંકલેશવાળી નથી હોતી. આર્તધ્યાન કરતાં રૌદ્રધ્યાન વધુ ખરાબ હોવાથી તેમાં એ ત્રણે અશુભ લેશ્યાઓ વધુ તીવ્ર ને સંકલેશ પરિણામવાળી હોય છે.

[૫૮૪] ઋદનં સ્તનં પ્રોચ્ચૈઃ શોચનં પરિદેવનમ્ ।

તાડનં લુંચનં ચેતિ લિંગાન્યસ્ય વિદુર્બુધાઃ ॥૭૧॥

અનુવાદ : કંદન (આંસુ સાથે ઊંચા સાદે રડવું), ઉચ્ચ સ્વરે રુદન, શોક કરવો, પરિદેવન (દીનતાયુક્ત રુદન), તાડન અને લુંચન (વાળ ખેંચવા) એ આનાં (આર્તધ્યાનનાં) ચિહ્નો છે એમ પંડિતો કહે છે.

વિશેષાર્થ : જેનું આર્તધ્યાન અત્યંત તીવ્ર બની ગયું હોય એવી વ્યક્તિઓથી કેટલીક ચેષ્ટાઓ અનાયાસ થઈ જાય છે. જ્યારે ઈષ્ટ-વિયોગને કારણે કે અનિષ્ટ-સંયોગને કારણે તેમનું પોતાનું દુઃખ હૃદયમાં સમાતું નથી ત્યારે તેવી વ્યક્તિ રડવાકૂટવા લાગે છે. એવી વ્યક્તિઓમાં પણ જુદી જુદી સ્થિતિ સંભવે છે. કોઈક એકાન્તમાં રડે, પણ બીજાની ઉપસ્થિતિમાં ન રડે; કોઈક એકાન્તમાં ન રડે, પણ બીજાની ઉપસ્થિતિમાં કોઈકનાં સહાનુભૂતિભર્યાં વચન સાંભળતાં રડી પડે. કોઈક લજ્જાથી કે દંભથી પણ વધારે પડતું રડે. કેટલાક આર્તધ્યાની બીજાના આશ્વાસનથી શાન્ત થાય, તો કેટલાક બીજાના આશ્વાસનના વખતે જ વધારે જોરથી રડે. સ્વજનનું મૃત્યુ, ભારે અકસ્માત, કુદરતી આપત્તિ વગેરે આઘાતજનક પરિસ્થિતિમાં માણસ પોક મૂકીને રડી પડે છે. દુઃખ તેનાથી સહન થતું નથી. આર્તધ્યાનીનાં આવાં કેટલાંક લક્ષણોનો નિર્દેશ આ શ્લોકમાં કરવામાં આવ્યો છે. કંદન એટલે આંખમાંથી આંસુ વહ્યાં જાય એટલું બધું જોરથી રડવું. રુદન એટલે મોટા લાંબા અવાજ સાથે રડવું. શોચન એટલે શોકગ્રસ્ત, સૂનમૂન બની જવું અથવા હવે શું થશે એની ઘેરી ચિંતામાં પડી જવું. પરિદેવન એટલે દુઃખથી સંતપ્ત થવાથી પોતાની જાતને મારવું, છાતી કે માથું કૂટવું, હાથપગ પછાડવાં,

વ્યાકૂળતાપૂર્વક આળોટવું, રોતાં રોતાં ચીજવસ્તુઓ પછાડવી, તોડી નાખવી. લુંચન એટલે આવેગમાં આવી જઈ પોતાના વાળ ખેંચવા, ખેંચી કાઢવા.

આ બધા આર્તધ્યાનીનાં લિંગો એટલે કે લક્ષણો છે એમ ડાહ્યા અનુભવી અવલોકનકારો કહે છે. આ બધાં બાહ્ય પ્રગટ લક્ષણો છે કે જે તરત નજરે પડે છે. આ બધાં જ લક્ષણો એક સાથે જ હોવાં જોઈએ એવું નથી. ક્યારેક એમાંથી ફક્ત એક કે બે લક્ષણો જ જોવા મળે તો પણ એ વ્યક્તિ આર્તધ્યાની છે એ નિઃસંશય છે. એનું આર્તધ્યાન ઉગ્ર કે તીવ્ર છે એમ સમજવાનું છે. જ્યાં આ લક્ષણો ન હોય ત્યાં આર્તધ્યાન ન જ હોય એવું નથી; પણ તેની તીવ્રતા એટલી બધી ન હોય, કારણ કે કેટલીક વ્યક્તિઓ પોતાના આર્તધ્યાનને મનમાં દબાવી રાખી, બાહ્ય લક્ષણોને પ્રગટ થવા દેતી નથી. વસ્તુતઃ જ્યાં ‘અહં’ અને ‘મમ’ના ભાવની ક્રિયા-પ્રતિક્રિયા છે ત્યાં આર્તધ્યાન છે.

[૫૮૫] મોઘં નિન્દન્નિજં કૃત્યં પ્રશંસનપરસંપદઃ ।

વિસ્મિતઃ પ્રાર્થયન્નેતાઃ પ્રસક્તશ્ચૈતદર્જને ॥૮॥

અનુવાદ : પોતાના નિષ્ફળ થયેલા કાર્યની નિંદા કરે, બીજાની સંપત્તિની પ્રશંસા કરે, વિસ્મય પામીને એ માટે (સંપત્તિ માટે) પ્રાર્થના કરે અને તે મેળવવા માટે આસક્ત થાય.

વિશેષાર્થ : આર્તધ્યાનીનાં અન્ય કેટલાંક લક્ષણો આ શ્લોકમાં આપવામાં આવ્યાં છે. આર્તધ્યાની માણસ વળી કેવો હોય છે ? તે જબરો હોય છે. તેને પોતાના વેપારધંધામાં, જરજમીનના સોદાઓમાં, સગાઈ-લગ્ન વગેરે કૌટુંબિક અવસરોમાં, વચ્ચાલંકારની ખરીદી કે વેચાણમાં, પ્રવાસ-તીર્થયાત્રાદિમાં — આવાં આવાં કાર્યોમાં તે પોતાનું ધાર્યું જ કરવા — કરાવવાની વૃત્તિવાળો અને સફળતા મેળવવાની અભિલાષા રાખવાવાળો હોય છે. પરંતુ જો તેમ ન થાય અને પોતાને નિષ્ફળતા મળે તો તે પોતાની નિંદા કરવા લાગે છે. તે પોતાના નસીબનો, કે બીજા કોઈનો તરત દોષ કાઢે છે. નિષ્ફળતા એનાથી

જીરવાતી નથી. હતાશ થયેલો તે ચારેબાજુ બૂમરાણ મચાવે છે. તે બીજાની સંપત્તિની પ્રશંસા કરે છે, પરંતુ તે એટલા માટે કે એવી સંપત્તિ પોતાને પણ મળવી જોઈએ. એ બીજાનાં મોટાં સુખ જોઈને આશ્ચર્યચકિત થઈ જાય છે અને પોતાની યોગ્યતા હોય કે ન હોય તો પણ તેવું સુખ મેળવવા માટે ઝંખે છે, પ્રાર્થના કરે છે અને એ માટે વિવિધ ઉપાયો અજમાવે છે, કારણ કે એના હૃદયમાં ઘણી લાલસાઓ પડેલી હોય છે. દુનિયામાં જે કંઈ ઉત્તમ છે, સરસ છે તે બધું પોતાને મળવું જ જોઈએ એવી કામના એના હૃદયમાં હંમેશાં ઉદ્ભવતી રહે છે. ‘મારું’, ‘અમારું’, ‘આપણું’ જેવા શબ્દો એની વાતમાં વારંવાર વણાઈ જાય છે.

[૫૮૬] પ્રમત્તશ્ચેન્દ્રિયાર્થેષુ ગૃહ્ણો ધર્મપરાડ્મુખઃ ।

જિનોક્તમપુસ્કુર્વન્નાર્તધ્યાને પ્રવર્તતે ॥૧॥

અનુવાદ : પ્રમત્ત, ઈન્દ્રિયોના વિષયોના લોલુપ, ધર્મથી વિમુખ તથા જિનવચનને નહિ માનનાર—આ (લક્ષણો) આર્તધ્યાનમાં પ્રવર્તે છે.

વિશેષાર્થ : આર્તધ્યાનીનાં બીજાં કેટલાંક વધુ લક્ષણો અહીં આપવામાં આવ્યાં છે. આર્તધ્યાની પ્રમાદી કે આળસુ હોય છે. તેને સારી વાતનો ઉદ્દમ ગમતો નથી. ‘પ્રમાદી’ શબ્દનો આ સ્થૂલ અર્થ થયો. સૂક્ષ્મ અર્થ કરીએ તો ઈન્દ્રિયોના વિષયોમાં તે પ્રમાદી બની રહે છે એટલે કે તેના વિષયોમાં રચ્યોપચ્યો રહે છે. તે વાસનાઓનો દાસ બની જાય છે. વિષયભોગમાંથી તે બહાર નીકળી શકતો નથી. એની લોલુપતાને કારણે તે ધર્મથી વિમુખ રહે છે. ધર્મના, તત્ત્વજ્ઞાનના ગ્રંથો વાંચવા માટે એનામાં રુચિ રહેતી નથી. ધર્મસ્થાનકોમાં જવાનું એ ટાળે છે. ધર્મકથામાં, પ્રવચનોમાં, સત્સંગમાં જનારાઓની, તત્ત્વની ચર્ચા કરનારાઓની તે હાંસી ઉડાવે છે, અથવા એવાં સ્થાનોમાં જવાનો પ્રસંગ પડે તો તે તેમાંથી દોષો કાઢે છે, ધર્માત્માઓની ઠેકડી ઉડાવે છે. તેને જિનવચનમાં શ્રદ્ધા નથી હોતી. તેનો માપદંડ નાણાં હોય છે. ‘બજારમાં ભગતડાઓની કશી કિંમત નથી’ એમ તે બોલે છે.

આર્તધ્યાનીનાં આટલાં લક્ષણો જ છે એવું નથી. આ તો નમૂનારૂપ છે. કંદન, રૂદન, તાડન જેવાં કેટલાંક લક્ષણો દેખાય એવાં છે. પરંતુ બીજાં કેટલાંક લક્ષણો દેખાતાં નથી. પરંતુ એવી વ્યક્તિના સંસર્ગમાં આવવાથી આ લક્ષણોનો પરિચય થાય છે.

[૫૮૭] પ્રમત્તાન્તગુણસ્થાનાનુગમેતન્મહાત્મના ।

સર્વપ્રમાદમૂલત્વાત્ત્યાજ્યં તિર્યગ્ગતિપ્રદમ્ ॥૧૦॥

અનુવાદ : પ્રમત્ત ગુણસ્થાનકના અંત સુધી રહેનારું, તિર્યચ ગતિને અપાવનારું એ (આર્તધ્યાન) સર્વ પ્રમાદનું મૂળ હોવાથી મહાત્માઓએ ત્યજવા યોગ્ય છે.

વિશેષાર્થ : ચારે પ્રકારનું આર્તધ્યાન ક્યા ક્યા ગુણસ્થાનક સુધી સંભવી શકે અને એનું ફળ શું હોઈ શકે તે વિશે આ શ્લોકમાં કહેવામાં આવ્યું છે.

અનિષ્ટ સંયોગ-વિયોગાનુબંધી, વેદનાનુબંધી, ઈષ્ટ સંયોગ-વિયોગાનુબંધી અને નિદાનાનુબંધી એ ચારે પ્રકારનાં આર્તધ્યાન રાગ, દ્વેષ અને મોહને કારણે થતાં હોય છે. સમ્યગ્દષ્ટિ સર્વવિરતિધર સાધુ મહારાજ છદ્ધા પ્રમત્ત ગુણસ્થાનકે હોય છે. આ ગુણસ્થાનક સુધી રાગ, દ્વેષ અને મોહની પરિણતિ રહેતી હોય છે. એટલે એ છદ્ધા ગુણસ્થાનક સુધી આર્તધ્યાન પ્રવર્તે છે. એટલે સાધુપણામાં જેઓ રાગદ્વેષ કે મોહને વશ થઈ આર્તધ્યાન સેવે છે તેઓ તેવા પ્રકારનાં કર્મ બાંધે છે. પરંતુ જેઓ જાગૃત છે, સાવધ છે તેવા મુનિ મહાત્માઓ એવાં કર્મ બાંધતા નથી. આર્તધ્યાનને પરિણામે જે કર્મો બંધાય છે તે જીવને એકેન્દ્રિયાદિ તિર્યચ ગતિમાં લઈ જનારાં હોય છે. એટલા માટે સાધુ મહાત્માઓએ રોગ વગેરેના પ્રસંગે એવાં કર્મો ન બાંધતાં સમતાભાવ ધારણ કરવો જોઈએ.

[૫૮૮] નિર્દયં વધબંધાદિચિન્તનં નિબિડક્રુધા ।

પિશુનાસમ્યમિધ્યાવાક્ પ્રણિધાનં ચ માયયા ॥૧૧॥

અનુવાદ : અત્યંત ક્રોધે ભરાઈને નિર્દયતાથી વધ, બંધન વગેરે

ચિંતવવું, માયા (કપટ) વડે પિશુન (ચાડી કરવી), અસભ્ય વચન અને મિથ્યાવાણીનો વિચાર (પ્રણિધાન) કરવો.

વિશેષાર્થ : હવે ગ્રંથકારશ્રી આ શ્લોકથી રૌદ્રધ્યાનના ચાર પ્રકારો બતાવે છે. એમાંના પહેલા બે પ્રકારોનાં લક્ષણો આ શ્લોકમાં આપવામાં આવ્યાં છે.

આર્તધ્યાન અને રૌદ્રધ્યાન એ બે અશુભ ધ્યાન છે. એમાં આર્તધ્યાન કરતાં રૌદ્રધ્યાન વધુ ભયંકર છે. રૌદ્ર શબ્દનો અર્થ જ 'ભયંકર' થાય છે. સ્વાર્થ, દ્વેષ, ઈર્ષ્યા, વેરઝેર વગેરેને લીધે મનુષ્યના ચિત્તમાં જે ભયંકર અહિતકર વિચારો ઉદ્ભવે છે અને એ પ્રમાણે કેટલીયે વાર આચરણ થાય છે તે રૌદ્રધ્યાનનો વિષય છે.

રૌદ્રધ્યાનના ચાર પ્રકારો છે : (૧) હિંસાનુબંધી, (૨) મૃષાનુબંધી, (૩) સ્તેયાનુબંધી અને (૪) સંરક્ષણાનુબંધી અથવા પરિવ્રહાનુબંધી.

એ ચારમાંથી આ શ્લોકમાં હિંસાનુબંધી અને મૃષાનુબંધીનો ઉલ્લેખ છે. આ દરેક પ્રકારના ધ્યાનનાં લક્ષણો તો ઘણાં બધાં હોય, પરંતુ લાઘવયુક્ત ગ્રંથશૈલીને કારણે અહીં નમૂનારૂપ થોડાં લક્ષણોનો નિર્દેશ કરવામાં આવ્યો છે.

હિંસાનુબંધી જીવ હિંસાનો અનુબંધ કરનારો એટલે કે હિંસાના પાપ દ્વારા ભારે કર્મ બાંધનારો હોય છે. હિંસા, સ્થૂલ અને સૂક્ષ્મ એમ ઉભય પ્રકારની હોય છે. વધ, હત્યા, ખૂન વગેરે સ્થૂલ હિંસાના શબ્દો, જીવના પ્રાણ લઈ લેવા માટે વપરાય છે. જીવને મારી નાંખવામાં ન આવે, પણ નિર્દય રીતે બાંધવામાં આવે, પૂરવામાં આવે, ગૂંગળાવવામાં આવે, માર મારવામાં આવે તે પણ હિંસા છે અને અન્ય જીવને દુભવવામાં આવે, એને માનસિક ત્રાસ આપવામાં આવે, એનું અહિત ચિંતવવામાં આવે એ પણ હિંસા છે. એ કદાચ દેખાય નહિ એવી હિંસા હોય તો તે સૂક્ષ્મ હિંસા છે. હિંસાની ઘટનાઓ આમ અનેક પ્રકારની અને ઘણી તરતમતાવાળી હોઈ શકે છે.

આવી હિંસા આચરવી એ એક વાત છે અને એવી હિંસાનો મનમાં માત્ર વિચાર કરવો એ બીજી વાત છે. હિંસા આચરતાં પહેલાં મનમાં વિચાર અવશ્ય આવે છે, પરંતુ જેટલી વાર વિચાર આવે તેટલી વાર તે પ્રમાણે આચરણ થાય જ એવું નથી. ક્યારેક તો બીજાને ખબર સુદ્ધાં ન પડે કે પોતાના મનમાં એવી કૂર હિંસાના ભાવો આવી ગયા અને ચાલ્યા પણ ગયા. મનમાં આવા જે કૂર ભાવો ઉદ્ભવે તેને હિંસાનુબંધી રૌદ્રધ્યાન કહેવાય. એ રૌદ્રધ્યાન એકેન્દ્રિયથી માંડીને સંજ્ઞી પંચેન્દ્રિય જીવોને મારવા સુધીનું હોઈ શકે.

માણસને ક્રોધાવેશમાં જાતજાતના ભયંકર વિચારો મનમાં આવે છે, જેમકે ‘એ બધાંને ગોળીએ વીંધી નાખવા જોઈએ’, ‘હવે તો એ મરે તો જ આ ત્રાસમાંથી છૂટીશું’, એવી દવા છાંટો કે બધાં જીવડાંનો કચ્ચરઘાણ નીકળી જાય’, ‘સારું થયું કે વિમાન તૂટી પડ્યું, બધા એ જ દાવના હતા.’ આવાં આવાં કોઈક વાક્યો આપણા ચિત્તમાં રમી જાય, એ પણ હિંસાનુબંધી રૌદ્રધ્યાન છે. ક્રોધ ઉપરાંત ઈર્ષ્યા, દ્વેષ, અભિમાન ઈત્યાદિને કારણે પણ એવા વિચારો આવે છે. ક્યારેક પશુ હિંસા થાય નહિ, પણ એ કરવા માટે પોતાના મનમાં આનંદ જ રહેલો હોય છે. શિકારીનો શિકાર કરવાનો શોખ, ઉત્સાહ હજુ મનમાં જ હોય ત્યાં આ રૌદ્રધ્યાન થઈ ચૂક્યું હોય છે. માંસાહારી લોકોમાં એ પ્રકારનું ધ્યાન વિશેષ હોય છે. પરંતુ આ બધા પ્રકારનું રૌદ્રધ્યાન ભારે અશુભ કર્મબંધરૂપ, પાપરૂપ અને જીવને દુર્ગતિમાં લઈ જનાર હોય છે. ભયંકર રૌદ્રધ્યાન નરકગતિનાં દુઃખો અપાવે છે.

રૌદ્રધ્યાનનો બીજો પ્રકાર તે મૃષાનુબંધી ધ્યાન છે. મૃષા એટલે અસત્ય. અસત્યના ઘણા પ્રકારો છે. દુષ્ટ વચન બોલવાના મનમાં વિચારો ઉદ્ભવે, ચાડીચુગલી કરવાનો વિચાર આવે, કોઈ ગુપ્ત વાત બહાર પાડી દેવાનું મન થાય, અસભ્ય કે અપમાનજનક શબ્દો બોલવાનો ભાવ થાય, ગાળ દેવાનું મન થાય, અશ્લીલ શબ્દો વિચારાય, વેપાર ધંધામાં, દીકરા-દીકરીની સગાઈમાં, મિલકતના ભાગની વહેંચણી વખતે, કોર્ટ-કચેરીના કિસ્સાઓમાં — ઈત્યાદિ ઘણી

બાબતોમાં પોતે કેવું જૂઠાણું સેવવું એના અગાઉથી વિચારો મનમાં આવે છે. કેટલીક વાર તો એવો પ્રસંગ જ નથી આવતો, પણ મનમાં રૌદ્રધ્યાનનું પાપ તો થઈ ચૂક્યું હોય છે. માયાકપટને કારણે આવું મૃધાનુબંધી રૌદ્રધ્યાન સવિશેષ થાય છે. તે જીવને દુર્ગતિમાં લઈ જાય છે.

[૫૮૯] ચૌર્ધ્યધીનિરપેક્ષસ્ય તીવ્રક્રોધાકુલસ્ય ચ ।

સર્વાભિશંકાકલુષં ચિત્તં ચ ધનરક્ષણે ॥૧૨॥

અનુવાદ : તીવ્ર ક્રોધથી વ્યાકુળ અને (સજા કે દુઃખથી) નિરપેક્ષ થયેલાને ચોરી કરવાની બુદ્ધિ થાય છે. તથા ધનના રક્ષણને માટે સર્વ પ્રત્યેની શંકાથી ચિત્ત કલુષિત થાય છે.

વિશેષાર્થ : રૌદ્રધ્યાનનો ત્રીજો પ્રકાર છે સ્તેયાનુબંધી. સ્તેય એટલે ચોરી. ક્રોધ, લોભ, ધનનો અભાવ ઈત્યાદિથી વ્યાકુળ બનેલો માણસ બીજાનું ચોરી લેવાના વિચારો કરે છે. દુનિયામાં ચોરીની ઘટના સતત ચાલતી રહે છે. ચોરીથી વગર મહેનતે, વગર પરસેવે ચીજવસ્તુ કે ધન મળી જાય છે. એથી જીવ એવી રીતે તે મેળવવા લલચાય છે. એમાં અનીતિ છે, એ ખોટું થાય છે, એ પાપમય છે એવા વિચારો એને આવતા નથી. ચોરી ફક્ત ગરીબો જ કરે છે એવું નથી. સાધન સંપત્તિ માણસો પણ પોતાની મનગમતી ચીજવસ્તુઓ માટે એમ કરતા હોય છે. ચોરી એટલે છાનુંમાનું, કોઈ ન જુવે એ રીતે લઈ લેવું. એથી કોઈને ખબર પડવાની નથી અને પોતે પકડાવાનો નથી, અને પકડાશે તો પણ વધુમાં વધુ શું થશે એ વિશે એ પોતે નિશ્ચિત એટલે કે નિરપેક્ષ રહે છે. કેટલાક તો ચોરી કર્યા પછી, પોતે કેવી સિફતથી ચોરી કરી એ વિશે બડાશ પણ હાંકે છે. આમ, ચોરી કરવા વિશેનું મનમાં જે ચિંતન ચાલતું હોય છે તે પણ સ્તેયાનુબંધી રૌદ્રધ્યાન છે.

રૌદ્રધ્યાનનો ચોથો પ્રકાર તે સંરક્ષણાનુબંધી અથવા પરિગ્રહાનુબંધી છે. શબ્દાદિ વિષયોના ભોગવટા માટે જોઈતા ધનદોલતને સુરક્ષિત રાખવા માટે માણસ જાતજાતની યુક્તિ-પ્રયુક્તિનો વિચાર કરે છે. ધન

કમાવાના વિચારો તે આર્તધ્યાન છે, પણ કમાયેલું ધન સાચવવાના વિચારો ઉગ્ર આવેગવાળા જ્યારે બની જાય છે ત્યારે તે રૌદ્રધ્યાન થાય છે. ભય અને શંકાને કારણે એવા અશુભ વિચારો આવે છે. અરે, તેઓ પોતાનાં સ્વજનોનો, પિતા કે પુત્રનો, પતિ કે પત્નીનો વિશ્વાસ કરતા નથી. કેટલીક વાર ધન તો હજુ આવ્યું ન હોય, પણ તે પહેલાં એને સાચવવા વિશેના વિચારો કરતાં કરતાં માણસ દુર્ધ્યાન પર ચડી જાય છે. એવા દુર્ધ્યાનમાં હિંસાના વિચારો સુધી તે પહોંચી જાય છે. ‘મારા પૈસાને હાથ તો લગાડે, જાનથી મારી નાંખું.’ એવા એવા ભયંકર વિચારો એના મનમાં રમી જાય છે. એ એની પાસે પાપકર્મ કરાવે છે.

આમ, રૌદ્રધ્યાન મુખ્યત્વે ચાર પ્રકારનું છે. વળી એમાં ઘણી તરતમતા છે. ચિત્તમાં ઊઠતા અશુભ ભયંકર અધ્યવસાયોમાંથી ઘણા અનર્થો નિષ્પન્ન થાય છે. એટલા માટે નરક ગતિમાં લઈ જનાર આ અશુભ ધ્યાન પર વિજય મેળવવો ઈષ્ટ છે.

[૫૯૦] એતત્સદોષકરણ-કારણાનુમતિસ્થિતિ ।

દેશવિરતિપર્યન્તં રૌદ્રધ્યાનં ચતુર્વિધમ્ ॥૧૩॥

અનુવાદ : આ દોષયુક્ત (કાર્ય) કરવું, કરાવવું અને અનુમતિરૂપ જેની સ્થિતિ છે તે ચાર પ્રકારનું રૌદ્રધ્યાન દેશવિરતિ (ગુણસ્થાનક) સુધીનાને હોય છે.

વિશેષાર્થ : આ ચાર પ્રકારનું રૌદ્રધ્યાન એટલે હિંસાનુબંધી, મૃધાનુબંધી, સ્તેયાનુબંધી અને પરિગ્રહાનુબંધી રૌદ્રધ્યાન. એમાં પણ પ્રત્યેકના કરવું, કરાવવું અને અનુમોદવું એમ પ્રકારો પડે છે.

રૌદ્રધ્યાનમાં ક્રૂર ભાવો હોય છે. હિંસા કરતી વખતે માણસના હૃદયમાં નિર્દયતા આવે છે. સામાન્ય લોકોને એવો ખ્યાલ હોય છે કે જાતે હિંસા કરવામાં પાપ છે. પકડાઈ જવાની અને પોતાને સજા થાય એવી બીક પણ રહે છે. પરંતુ બીજા પાસે હત્યા કરાવી હોય તો પોતાને ઓછું પાપ લાગે અને ગુનેગાર તરીકે પોતે પકડાય નહિ. પરંતુ આ એક પ્રકારનો ભ્રમ છે. શાસ્ત્રકારો તો કહે છે કે હિંસા કરનાર, કરાવનાર

અને અન્ય કરનારની અનુમોદના કરનાર એ ત્રણે પ્રકારની હિંસા સરખાં ફળ આપે છે. વીરવિજયજી મહારાજે પૂજાની ઢાળમાં કહ્યું છે : 'કારણ, કરાવણ ને અનુમોદન, સરખાં ફળ નિપજાવે.'

પંચેન્દ્રિય મનુષ્યની હત્યા જ નહિ, એકેન્દ્રિયાદિ જીવોની હિંસામાં પણ કૂરતાના અધ્યવસાયો સંભવી શકે છે. જેમ હિંસામાં તેમ જૂઠું બોલવામાં, છળકપટ કરવામાં, વેપારધંધામાં અસત્યનો આશ્રય લેવામાં, ખોટી વાત વહેતી મૂકવામાં પણ એટલો જ દોષ રહેલો છે અને ચોરી વગેરે કરવામાં, અણહકકનું કે અદત્ત લેવામાં પણ એવા દોષો લાગે છે. પરિશ્રદ વધારવા અને એનું સંરક્ષણ કરવા અંગે પણ પાપપ્રવૃત્તિ થાય છે.

હિંસા, ચોરી વગેરે પોતે કરવાં અને બીજા દ્વારા કરાવવાં એ પાપરૂપ છે એમ સમજવાનું અઘરું નથી, જો કે કેટલાક લોકોને તો એ પણ સમજાતું નથી. એટલું ગાઢ એમનું અજ્ઞાન અને મિથ્યાત્વ હોય છે. પરંતુ અનુમોદનાથી થતાં પાપની સૂક્ષ્મ સમજણ બહુ ઓછામાં હોય છે. યુદ્ધ ચાલતું હોય અને દુશ્મન દેશના સૈનિકોની ખુવારીનો આંકડો મોટો આવે તો મનથી રાજી થવાય, પ્રતિસ્પર્ધી વેપારીને ત્યાં ચોરી થઈ હોય, આગ લાગી હોય કે આવકવેરાની ધાડ પડી હોય તો મનમાં ખુશ થવાય, ખોટું કરનાર કોઈકને તકલીફ થઈ તો 'બહુ સારું થયું, એ જ દાવનો તે છે. કુદરતે એને બરાબર પાઠ ભણાવ્યો' એમ બોલીને રાજી થવાય—આવા આવા અનેક કિસ્સાઓમાં, ક્યારેક તો વગર લેવેદેવે અનુમોદના થયા કરે તો તે દોષરૂપ છે, પાપરૂપ છે એમ સમજવું જોઈએ. વર્તમાન સમયમાં તો હત્યા, ચોરી, લૂંટ, બળાત્કાર, હડતાલ વગેરેની એટલી બધી ઘટના વિશે સવારના પહોરમાં છાપાંઓમાં વાંચતાં કેટલાયે લોકોનાં ચિત્તમાં રૌદ્રધ્યાનના અશુભ અધ્યવસાયો ઉદ્ભવતા રહે છે. ક્યાંક અન્યાયી માગણી હોય તો 'આવા લોકોને તો ગોળીએ વીંધી નાખવા જોઈએ'—એવા એવા પ્રકારના આકોશયુક્ત અશુભ અધ્યવસાયો કેટલાકના ચિત્તમાં થતા હોય છે. સૂક્ષ્મ સમજ ધરાવનારે એમાંથી બચવા જેવું છે.

આવા પ્રકારનું રૌદ્રધ્યાન ક્યા જીવો કરે ? શાસ્ત્રકારો કહે છે કે દેશવિરતિ ગુણસ્થાનક સુધીના જીવો આવું રૌદ્રધ્યાન સેવતા હોય છે. મિથ્યાદષ્ટિવાળા અજ્ઞાની જીવો તો સમ્યક્ શ્રદ્ધાના અભાવે રૌદ્રધ્યાન કરતા હોય જ છે, પરંતુ સમ્યગ્દષ્ટિ અવિરતિ કે દેશવિરતિવાળા જીવો પણ આવું રૌદ્રધ્યાન કરતા હોય છે. કોઈકને પ્રશ્ન થાય કે શું સમ્યગ્દષ્ટિવાળા જીવો રૌદ્રધ્યાન સેવી શકે ? તો એનો ખુલાસો એ છે કે 'દેશવિરતિ ગુણસ્થાનક સુધીના જીવોને આવું ધ્યાન હોઈ શકે. ભગવાનનાં વચનોમાં શ્રદ્ધા હોવાને કારણે આવું ધ્યાન ન સેવવું જોઈએ એમ તેઓને સમજાતું હોવા છતાં ચારિત્ર મોહનીય કર્મને કારણે આવું રૌદ્રધ્યાન તેમનાથી થઈ જાય છે. આવા ધ્યાન વખતે જો તેઓ એમાં રસપૂર્વક રાયવા લાગે તો પોતાનું સમ્યગ્દર્શન ગુમાવીને મિથ્યાદષ્ટિ પણ બની જાય.

કોઈને પ્રશ્ન થાય કે જો રૌદ્રધ્યાન પાંચમા ગુણસ્થાનક દેશવિરતિ પર્યંત જ હોય, તો શું સર્વવિરતિધર સાધુ મહાત્માઓને રૌદ્રધ્યાન હોઈ જ ન શકે ? 'ના, સામાન્ય રીતે તો પંચમહાવ્રતધારી સાચા સાધુઓને રૌદ્રધ્યાન ન હોઈ શકે, પણ જેઓ માત્ર વેશથી જ સાધુ છે, માત્ર દ્રવ્યલિંગી જ છે તેઓને કોઈક પ્રસંગે રૌદ્રધ્યાન હોઈ પણ શકે છે. સર્વવિરતિધર ભાવલિંગી મહાત્માઓને ક્યારેય રૌદ્રધ્યાન ટકી ન શકે. તેઓની જાગૃતિ એટલી બધી હોય છે કે તત્ક્ષણ તેમાંથી તેઓ પશ્ચાત્તાપપૂર્વક નિવૃત્ત થઈ જાય છે. પ્રસન્નચંદ્ર રાજર્ષિનું દષ્ટાન્ત સુપ્રસિદ્ધ છે. પોતે કાઉસગ્ગ ધ્યાનમાં હોવા છતાં આર્તધ્યાનમાંથી કૂર હિંસાના રૌદ્રધ્યાનની ધારાએ ચડી ગયા. પરંતુ પોતે તરત જાગૃત થઈ ગયા, શુભધ્યાનની ધારાએ ચડી ગયા એટલું જ નહિ શુકલ ધ્યાનમાં આવી ગયા અને ત્યાં જ કેવળજ્ઞાન પામ્યા.

[૫૯૧] કાપોતનીલકૃષ્ણાનાં લેશ્યાનામત્ર સંભવઃ ।

અતિસંક્લિષ્ટસ્ત્રાણાં કર્મણાં પરિણામતઃ ॥૧૪॥

અનુવાદ : અહીં (રૌદ્રધ્યાનમાં) અત્યંત સંક્લિષ્ટ રૂપનાં કર્મોના પરિણામને લીધે કાપોત, નીલ અને કૃષ્ણ લેશ્યાઓ સંભવે છે.

વિશેષાર્થ : જેમ આર્તધ્યાની વ્યક્તિમાં અશુભ લેશ્યાઓ હોય છે તેમ રૌદ્રધ્યાની વ્યક્તિમાં પણ કઈ કઈ અશુભ લેશ્યાઓની શક્યતા હોય છે તે વિશે અહીં દર્શાવવામાં આવ્યું છે.

આર્તધ્યાનની જેમ રૌદ્રધ્યાન પણ અશુભ હોવાથી તે ધ્યાનવાળી વ્યક્તિમાં અશુભ લેશ્યાઓ જ સંભવી શકે. એ ત્રણ લેશ્યાઓ કાપોત, નીલ અને કૃષ્ણ છે. આ લેશ્યાઓ તીવ્રતાના અનુક્રમે હોય છે.

લેશ્યા કર્મજન્ય પુદ્ગલ પરિણામ છે. જેવા વર્ષાનાં એટલે કે રંગનાં પુદ્ગલો હોય તેવા પ્રકારના ભાવો જીવમાં હોય છે. રૌદ્રધ્યાની વ્યક્તિઓમાં હિંસા, ચોરી, જૂઠાણું વગેરેના તીવ્ર ભાવો હોય છે. એટલે તેઓની લેશ્યા પણ એ પ્રકારની હોય છે.

આર્તધ્યાનમાં કૃષ્ણ, નીલ અને કાપોત એ ત્રણ પ્રકારની અશુભ લેશ્યાઓ હોય છે. તેવી જ રીતે એ ત્રણ અશુભ લેશ્યાઓ રૌદ્રધ્યાનીમાં પણ હોય છે. પરંતુ ફરક એ છે કે રૌદ્રધ્યાનીમાં તે લેશ્યા અત્યંત તીવ્ર સંકલેશવાળી હોય છે. શ્રેણિક મહારાજામાં કોણિક ઉપરના દ્વેષને લીધે હિંસાનુબંધી રૌદ્રધ્યાનને કારણે તીવ્ર સંકલેશવાળી કૃષ્ણ લેશ્યા ઉદ્ભવી હતી.

[૫૮૨] उत्सन्नबहुदोषत्वं नानामारणदोषता ।

हिंसादिषु प्रवृत्तिश्च कृत्वाऽद्यं स्मयमानता ॥૧૫॥

[૫૮૩] निर्दयत्वाननुशयौ बहुमानः परापदि ।

लिंगान्यत्रेत्यदो धीरैस्त्याज्यं नरकदुःखदम् ॥૧૬॥

અનુવાદ : હિંસાદીની પ્રવૃત્તિમાં ઉત્સન્ન (સતત), બહુદોષત્વ, નાનાવિધ, આમરણદોષ, પાપ કરીને હર્ષાભિમાન કરવું, નિર્દયતા, પશ્ચાત્તાપ-રહિતતા (અન્ + અનુશય), બીજાના દુઃખમાં અભિમાન — એ એનાં (રૌદ્રધ્યાનનાં) લિંગો છે. ધીર પુરુષે નરકનું દુઃખ આપનારાં એનો (લિંગોનો) ત્યાગ કરવો.

વિશેષાર્થ : આ બે શ્લોકમાં રૌદ્રધ્યાની કેવો હોય તેનો ચિતાર

આપવામાં આવ્યો છે. રૌદ્રધ્યાનીને ઓળખવા માટે અથવા પોતાનામાં રૌદ્રધ્યાન છે કે નહિ તે જાણવા માટે રૌદ્રધ્યાનીનાં કેટલાંક લક્ષણો અહીં આપવામાં આવ્યાં છે. એવું ન સમજવું કે રૌદ્રધ્યાનીનાં આટલાં જ લક્ષણો હોય. આ તો નમૂનારૂપ મોટાં લક્ષણો છે. રૌદ્રધ્યાન વિશે અહીં 'હિંસાદિ' શબ્દ પ્રયોજાયો છે, એટલે હિંસા, અસત્ય, ચોરી, પરિગ્રહ વગેરેને લગતાં પાપોનો વિચાર પણ એમાં આવી જાય છે. રૌદ્રધ્યાનીનાં અહીં જે લક્ષણો આપ્યાં છે તે નીચે પ્રમાણે છે :

(૧) ઉત્સન્ન દોષ — ઉત્સન્ન એટલે સતત અથવા વારંવાર. રૌદ્રધ્યાનીને હિંસા વગેરે પાપના વિચારો એકવાર નહિ પણ વારંવાર, સતત આવ્યા કરતા હોય છે.

(૨) બહુલ દોષ — માત્ર એક વાતમાં જ નહિ, ઘણી વાતમાં ઘણા દોષ તે ચિંતવતો હોય છે. અહીં દોષનો જથ્થો લેવાનો છે.

(૩) નાના દોષ — નાના એટલે વિવિધ પ્રકારના દોષોનું ચિંતન તે કરે છે. પ્રત્યેક પાપમાં તે વિધવિધ પ્રકારની યુક્તિપ્રયુક્તિ કરતો હોય છે.

(૪) આમરણ દોષ — એટલે મૃત્યુ થઈ જાય ત્યાં સુધીનો દોષ. કેટલાક એવા ઝનૂને ચડતા હોય છે કે 'કાં તો મારું અને કાં તો મરું'. બીજાનું મૃત્યુ થાય ત્યાં સુધી એ પાપ આચરવાનું છોડે નહિ. એથી એને અરેરાટી ન થાય. બીજી બાજુ પોતાનું મૃત્યુ થાય તો એની એને પરવા નથી રહેતી.

(૫) સ્મયમાનતા — પાપ કરીને તે માટે અભિમાન કરવું, રાજી થવું. પોતાનામાં જ આવું કરવાંની હિંમત છે, બીજા બધા નમાલા છે : એવા વિચારો સેવવા.

(૬) નિર્દયતા — પાપ કરતી વખતે પાછું વાળીને તે જોતો નથી. હિંસા, ચોરી વગેરેથી સામા માણસની અને એના કુટુંબના સભ્યોની જિંદગી પાયમાલ થઈ જશે એવો વિચાર સુદ્ધાં એને આવતો નથી. એનામાં એટલી બધી નિર્દયતા હોય છે.

(૭) અન્ અનુશય — અનુશય એટલે પશ્ચાત્તાપ. અનનુશય એટલે પશ્ચાત્તાપ ન થવો. કેટલાક લોકો પાપ કર્યા પછી પસ્તાતા હોય છે. કેટલાક પાપથી પોતાને નુકસાન થયું હોય તો જ પસ્તાય છે, કેટલાક પોતાને નુકસાન ન થયું હોવા છતાં પસ્તાતા હોય છે, પરંતુ રૌદ્રધ્યાની તો પોતાને નુકસાન થાય તો પણ પસ્તાતો નથી.

(૮) બીજાના દુઃખમાં પોતાનું ગૌરવ કે બહુમાન સમજે. પાપ કરીને માણસ અભિમાન કરે એટલું જ નહિ બીજાને જેમ વધારે દુઃખ પડે તેમ તે પોતે વધુ ખુશી અનુભવે છે.

આમ, રૌદ્રધ્યાનીનાં અહીં આ કેટલાંક લક્ષણો આપવામાં આવ્યાં છે. આ તો હજુ સ્થૂલ પાપ કરતાં પહેલાં મનમાં ચલાવેલી અશુભ વિચારધારા છે. એટલાથી પણ કેવા કેવા ભયંકર કર્મબંધ થાય છે ! હિંસાદિ પાપ કર્યા પછીના કર્મબંધની તો વાત જ શી ! એટલે જ કહેવામાં આવ્યું છે કે ડાહ્યા માણસોએ નરકગતિનાં દુઃખો આપનારા આવા પ્રકારનાં રૌદ્રધ્યાનથી બચવું જોઈએ. પોતાના ચિત્તમાં જો રૌદ્રધ્યાન થાય તો એને અટકાવી દેવું જોઈએ અને એ માટે પશ્ચાત્તાપ-પ્રાયશ્ચિત્ત કરી લેવાં જોઈએ.

[૫૯૪] અપ્રશસ્તે ઇમે ધ્યાને દુરન્તે ચિરસંસ્તુતે ।

પ્રશસ્તં તુ કૃતાભ્યાસો ધ્યાનમારોદ્ધુમર્હતિ ॥૧૭॥

અનુવાદ : આ (બે) અપ્રશસ્ત ધ્યાન દુરન્ત અને ચિરપરિચયવાળાં હોવાથી પ્રશસ્ત ધ્યાનમાં અભ્યાસ કરીને આરૂઢ થવું યોગ્ય છે.

વિશેષાર્થ : આર્તધ્યાન અને રૌદ્રધ્યાન અશુભ છે. તે અપ્રશસ્ત છે એટલે પ્રશંસા કરવાપાત્ર નથી. જીવને ચિરકાળથી આ બે ધ્યાનનો ગાઢ પરિચય રહેલો છે અને એથી જ તે વર્તમાન સમય સુધી સંસારમાં ભટકતો આવ્યો છે. આ બે ધ્યાન એવાં છે કે તે માટે જીવને પુરુષાર્થ કરવો પડતો નથી. મિથ્યાત્વ, અવિરતિ, કષાય અને પ્રમાદને કારણે એ બે ધ્યાન જીવને વળગેલાં જ રહે છે. તે ધ્યાન દુરંત છે એટલે કે એનો અંત લાવવાનું કઠિન છે. જીવ જ્યાં સુધી સાચી દિશામાં

સમજપૂર્વક મોટો ઉદમ ન કરે ત્યાં સુધી આ અપ્રશસ્ત ધ્યાન એના જીવનમાંથી નીકળતાં નથી. તે ધ્યાન આત્માને મલિન કર્યા જ કરે છે. તે જીવને દુર્ગતિમાં લઈ જનારાં છે.

જીવે જો દુર્ગતિમાંથી બચવું હોય તો એણે ધર્મધ્યાન અને અનુક્રમે શુકલ ધ્યાન એ બે પ્રશસ્ત ધ્યાનનું આલંબન લેવું જ પડશે. પરંતુ જ્યાં સુધી ધર્મધ્યાન આવતું નથી ત્યાં સુધી શુકલધ્યાન આવવાનું નહિ. માટે સૌથી પહેલાં ધર્મધ્યાન પર આરૂઢ થવા માટે જ પુરુષાર્થ કરવો પડશે.

શુભ ધ્યાન અભ્યાસનો વિષય છે. એક દિવસમાં શુભ ધ્યાન સિદ્ધ થતું નથી. સ્થળ, કાળ ઇત્યાદિની આરંભમાં પસંદગી કરીને, કોઈ અનુભવીનું માર્ગદર્શન મેળવતા રહીને માણસે ઉત્સાહપૂર્વક ધર્મધ્યાનનો મહાવરો વધારતા જવું પડશે. ધ્યાનના અનેકવિધ વિષયો છે અને ધ્યાનની વિભિન્ન સાધના-પદ્ધતિઓ છે. પરંતુ અહીં તો ધર્મધ્યાનના જે પેટાપ્રકારો છે તેમાં જ અનુક્રમે ચિત્તને પરોવવાનું છે. આ રીતે અભ્યાસ વધારતાં વધારતાં સાધક ધર્મધ્યાન પર આરૂઢ થઈ શકે છે.

[૫૯૫] ભાવના દેશકાલૌ ચ સ્વાસનાલંબનક્રમાન્ ।

ધ્યાતવ્યધ્યાત્રનુપ્રેક્ષાલેશ્યાલિંગફલાનિ ચ ॥૧૮॥

અનુવાદ : ભાવના, દેશ, કાળ, પોતાનું આસન, આલંબન, ક્રમ, ધાતવ્ય, ધ્યાતા, અનુપ્રેક્ષા, લેશ્યા, લિંગ અને ફળ (વિશે જાણવાની આવશ્યકતા છે).

વિશેષાર્થ : પૂર્વના શ્લોકમાં પ્રશસ્ત ધ્યાનનો નિર્દેશ કરીને એના અભ્યાસ ઉપર ભાર મૂકવામાં આવ્યો છે. પ્રશસ્ત ધ્યાન માટે પૂર્વતૈયારી રૂપે પહેલાં કઈ કઈ બાબતોનો અભ્યાસ કરવો જોઈએ ? એ માટે આ શ્લોકમાં બાર બાબતો જણાવવામાં આવી છે. એ બાબતોને-મુદ્દાઓને દ્વાર કહેવામાં આવે છે. આ શ્લોકનું અનુસંધાન હવે પછીના શ્લોકોમાં છે.

જેઓને સાચા ધ્યાનયોગી થવું છે તેઓએ પહેલાં ધ્યાન વિશેની વિવિધ બાબતોની જાણકારી મેળવી લેવી જોઈએ. ધ્યાનનો વિષય ઘણો જ ગહન છે. આંખ મીચીને બેઠા એટલે તરત ધ્યાન થઈ ગયું એમ

સમજવાની ઉતાવળ ન કરવી જોઈએ. ધ્યાનના વિષયની પૂરી તપાસ કરવી જોઈએ અને એવા પ્રકારની સજ્જતા એ માટે પહેલાં કેળવવી જોઈએ. એમ થાય તો ધ્યાનનો અભ્યાસ વ્યવસ્થિત થાય અને તેનું સારું પરિણામ આવે.

ગ્રંથકર્તા મહર્ષિ ઉપાધ્યાય શ્રી યશોવિજયજીએ પૂર્વાચાર્યોને અનુસરીને આ શ્લોકમાં નીચેના બાર પેટાવિષયોનો નિર્દેશ કર્યો છે :

૧. ભાવના — જ્ઞાનભાવના, દર્શનભાવના, ચારિત્રભાવના વગેરે ભાવનાઓ.
૨. દેશ — ધ્યાન ધરવા માટે ઉચિત દેશ એટલે કે સ્થળની પસંદગી.
૩. કાળ — ધ્યાન ધરવા માટે યોગ્ય અને અનુકૂળ સમય.
૪. આસન — ધ્યાન ધરવા માટે શરીરને પન્નાસન ઇત્યાદિ કેવા આસનમાં રાખવું જોઈએ તેની વિચારણા.
૫. આલંબન — ધ્યાન માટે વાચના વગેરેનું આલંબન.
૬. ક્રમ — ધ્યાન માટે મનોનિરોધ ઇત્યાદિનો ક્રમ.
૭. ધાતવ્ય — એટલે ધ્યાનનો વિષય, જેમકે જિનેશ્વર ભગવાનની આજ્ઞા, સંસારનાં દુઃખો, કર્મનો વિપાક, વિશ્વનું સ્વરૂપ વગેરે.
૮. ધ્યાતા — ધ્યાન ધરનારની યોગ્યતા, જેમકે અપ્રમાદ વગેરે ગુણવાળી તે વ્યક્તિ હોવી જોઈએ.
૯. અનુપ્રેક્ષા — ધ્યાન પૂરું થતાં અનુચિંતન — એ માટે અનિત્યાદિ ભાવનાઓનું ચિંતન.
૧૦. લેશ્યા — ધર્મધ્યાનીની શુભ લેશ્યાઓ.
૧૧. લિંગ — ધર્મધ્યાનીની ઓળખ — શુદ્ધ સમ્યક્ શ્રદ્ધાન વગેરે.
૧૨. ફળ — દેવલોક વગેરે ગતિની પ્રાપ્તિ.

આ બધા દ્વારો વિશે હવે પછીના શ્લોકોમાં સવિગત વિચારણા કરવામાં આવી છે.

[૫૯૬] જ્ઞાત્વા ધર્મ્યં તતો ધ્યાયેચ્ચતસ્ત્રસ્ત્ર ભાવનાઃ ।

જ્ઞાનદર્શનચારિત્રવૈરાગ્યાખ્યાઃ પ્રકીર્તિતાઃ ॥૧૧॥

અનુવાદ : એ વિશે જાણ્યા પછી ધર્મધ્યાન ધ્યાવવું. તેમાં જ્ઞાન, દર્શન, ચારિત્ર અને વૈરાગ્ય નામની ચાર (ચત્સ્ર) ભાવના રહેલી છે.

વિશેષાર્થ : પૂર્વના શ્લોકના અનુસંધાનમાં આ શ્લોક છે. એમાં ધર્મધ્યાનના અભ્યાસ માટે બાર અંગ જણાવ્યાં છે. એમાં સૌથી પહેલું અંગ તે ભાવના છે. ધર્મધ્યાન ધરનારે આ ભાવનાઓનો અભ્યાસ કરવો જોઈએ.

ભાવનાઓ વિવિધ પ્રકારની છે. મૈત્રી, પ્રમોદ વગેરે ચાર ભાવનાઓ છે. વળી અનિત્ય, અશરણ વગેરે વૈરાગ્યની બાર ભાવના છે. અહીં જ્ઞાન, દર્શન, ચારિત્ર અને વૈરાગ્ય એ ચાર ભાવનાના અભ્યાસની વાત છે. એથી ધ્યાન ધરવાની યોગ્યતા પ્રાપ્ત થાય છે.

જેનાથી મન ભાવિત થઈ જાય તે ભાવના. ભાવ્યતે અનેન ઇતિ ભાવના । એવી ભાવનાની વ્યાખ્યા આપવામાં આવી છે. અનાદિ કાળના સંસ્કારને લીધે જીવ અત્યાર સુધી મિથ્યાત્વ, ઈન્દ્રિયવિષયો, કષાયો, આહાર, પરિગ્રહ, વિષયવાસના, ભય ઇત્યાદિને લગતી અપ્રશસ્ત ભાવનાઓથી ભાવિત હતો. સંસારના રંગોથી તે રંગાયેલો હતો અને સંસારની મલિનતાથી ખરડાયેલો રહ્યો હતો. હવે એને પ્રશસ્ત ભાવનાઓથી ભાવિત કરવાનો છે. એ ભાવનાઓના અભ્યાસથી મન ચંચળ, અશાંત, નિર્બળ મટીને સ્થિર, શાન્ત અને સબળ બને છે.

જિનભદ્રગણિ ક્ષમાશ્રમણે ‘ધ્યાનશતક’માં કહ્યું છે કે જ્ઞાન-ભાવનાનો અભ્યાસ કરનારે શ્રુતજ્ઞાનની હમેશાં પ્રવૃત્તિ રાખવી જોઈએ; મનને અશુભ ભાવોના વ્યાપારોમાં જતું અટકાવવું જોઈએ; સૂત્ર અને અર્થની વિશુદ્ધિ સાચવવી જોઈએ; ભવનિર્વેદ કેળવવો જોઈએ; જ્ઞાનગુણથી વિશ્વના પદાર્થોને સમજવા જોઈએ એટલે કે પરમાર્થની સમજ પ્રાપ્ત કરવી જોઈએ અને ત્યારપછી ધર્મધ્યાન ધરવું જોઈએ કે જેથી ધ્યાનમાં સ્થિરતા આવે.

દર્શનભાવનાનો અભ્યાસ કરનારે શંકા, કાંક્ષા, વિચિકિત્સા, પ્રશંસા અને સંસ્તવ એ પાંચે દોષો દૂર કરવા જોઈએ અને પ્રશમાદિ, શૌર્ય, પ્રભાવના, આયતન સેવા (રક્ષક સ્થાનોની સેવા) અને ભક્તિ એ પાંચ ગુણો કેળવવા જોઈએ. ચારિત્રભાવનાનો અભ્યાસ કરનારે ઈન્દ્રિયના વિષયો, કષાયો અને હિંસાદિ પાપોની અવિરતિરૂપી આશ્રવો અટકાવવા જોઈએ, બાર પ્રકારના તપનું સેવન કરવું જોઈએ અને સમિતિ-ગુપ્તિનું બરાબર પાલન કરવું જોઈએ.

વૈરાગ્ય ભાવનાનો અભ્યાસ કરનારે સુવિદિત જગતસ્વભાવને ઓળખવો જોઈએ, નિઃસંગ, નિર્ભય અને નિરાશંસ એટલે કે ઈચ્છારહિત અનાસક્ત બનવું જોઈએ અને ક્રોધાદિ કષાયો પર વિજય મેળવવો જોઈએ.

આમ આ ચારે ભાવનાના અભ્યાસથી ધર્મધ્યાન ધરનારની યોગ્યતા વધે છે.

[૫૯૭] નિશ્ચલત્વમસંમોહો નિર્જરા પૂર્વકર્મણામ્ ।

સંગાશંસાભયોચ્છેદઃ ફલાન્યાસાં યથાક્રમમ્ ॥૨૦॥

અનુવાદ : નિશ્ચલત્વ, અસંમોહ, પૂર્વકર્મોની નિર્જરા તથા સંગનો, આશંસાનો અને ભયનો ઉચ્છેદ એ અનુક્રમે એનાં (ચાર ભાવનાનાં) ફળ છે.

વિશેષાર્થ : ધર્મધ્યાનની સજ્જતા માટે જ્ઞાનભાવના, દર્શનભાવના, ચારિત્રભાવના અને વૈરાગ્યભાવના એ ચાર ભાવનાથી મનને ભાવિત કરવાની ભલામણ કરવામાં આવી છે. એથી સાધકને શો લાભ થાય છે ?

આ ભાવનાઓથી સાધકને જે મુખ્ય મુખ્ય લાભ થાય છે તેનો અહીં નિર્દેશ કરવામાં આવ્યો છે. એવું નથી કે ફક્ત આટલા જ લાભ થાય છે. બીજા પણ ઘણા બધા લાભો થાય છે કે જે એને ધ્યાનસાધનામાં અને અધ્યાત્મવિકાસમાં કામ લાગે છે. જે મુખ્ય લાભ થાય છે તે નીચે પ્રમાણે છે :

(૧) જ્ઞાનભાવનાથી નિશ્ચલત્વનો લાભ — શ્રુતજ્ઞાનના અભ્યાસથી માણસ શુભાશુભ તત્ત્વને પારખી શકે છે, અશુભ વ્યાપારમાં જતા પોતાના મનને રોકી શકે છે, સંસાર પ્રત્યે એને નિર્વેદ રહે છે, દેહની અને સાંસારિક સંબંધોની ક્ષણભંગુરતા સમજાય છે, આત્માની અમરતાની પ્રતીતિ થાય છે અને પરિણામે એવી નિશ્ચલતા પ્રગટે છે કે ગમે તેવા વિપરીત સંજોગોમાં, પરીષદ-ઉપસર્ગાદિમાં પણ તે ચલિત થતો નથી.

(૨) દર્શનભાવનાથી અસંમોહનો લાભ — દર્શનભાવનાથી શંકા, કાંક્ષા, વિચિકિત્સાદિ દૂર થાય છે. સમ્યક્ શ્રદ્ધાને કારણે અન્ય તત્ત્વ કે મિથ્યાત્વી દેવદેવીની ઉપાસના માટે તે સંમોહિત થતો નથી. આ ભાવનાથી સ્થિરતા અને અમૂઢતાના ગુણો પ્રગટ થાય છે.

(૩) ચારિત્રભાવનાથી કર્મનિર્જરાનો લાભ — ચારિત્રભાવનાના અભ્યાસથી તપની વૃદ્ધિ થાય છે. એથી પૂર્વનાં બાંધેલાં કર્મોની નિર્જરા થાય છે. વળી જીવ નવાં અશુભ કર્મો બાંધતો અટકે છે, તથા અનાયાસે શુભ કર્મો બાંધે છે.

(૪) વૈરાગ્યભાવનાથી સંગ, આશંસા અને ભયનો ઉચ્છેદ — આ ભાવનાના અભ્યાસથી માણસ સંસારની અસારતા સમજે છે; દેહની નશ્વરતાને તે પિછાને છે. એથી તે રાગદ્વેષની વૃદ્ધિ થાય એવો સંગ છોડે છે એટલે કે એને નિઃસંગ બનવું ગમે છે. તે આશંસા એટલે કે ઈચ્છાઓ, આશાઓ, વાસનાઓ ઉપર વિજય મેળવતો જાય છે. શુદ્ધ આત્મતત્ત્વની રમણતાને લીધે કોઈપણ પ્રકારનો ભય હવે એને લાગતો નથી કે સતાવી શકતો નથી.

આમ પ્રત્યેક ભાવનાના અભ્યાસથી જીવને આધ્યાત્મિક વિકાસ માટે ફળ સ્વરૂપે જે કેટલાક ગુણો પ્રાપ્ત થાય છે તે બધા એને ધર્મધ્યાન માટે પણ ઉપયોગી બને છે. એથી ધર્મધ્યાન માટેની એની સજ્જતા વધે છે.

[૫૮૮] સ્થિરચિત્તઃ કિલૈતાભિર્યાતિ ધ્યાનસ્ય યોગ્યતામ્ ।

યોગ્યતૈવ હિ નાન્યસ્ય તથા ચોક્તં પૈરૈપિ ॥૨૧॥

અનુવાદ : સ્થિર ચિત્તવાળો જ એ (ભાવનાઓ) વડે ધ્યાનની યોગ્યતા પામે છે. એ સિવાય બીજા કોઈની યોગ્યતા નથી. બીજાઓએ (અન્ય દર્શનીઓએ) પણ એ પ્રમાણે કહ્યું છે.

વિશેષાર્થ : ધર્મધ્યાનની ચાર ભાવનાઓ — જ્ઞાનભાવના, દર્શનભાવના, ચારિત્રભાવના અને વૈરાગ્યભાવના — વડે મનને ભાવિત કરવું જોઈએ. અભ્યાસથી જ મન ભાવિત થાય છે. ભાવિત થાય એટલે કે એનો એને રંગ લાગે છે. એમાં જ એને રસ પડે છે. એના જ વિચારો એને આવે છે. એમ કરવાથી ચિત્ત સ્થિર અને શાન્ત થાય છે અને ત્યારપછી તે ધર્મધ્યાનની યોગ્યતા પ્રાપ્ત કરે છે. જો ચિત્તમાં વખતોવખત તરેહ તરેહના વિષયો રમતા હોય, આરંભ, પરિગ્રહ, વિષયવાસના, વેરઝેર વગેરેના જ વિચારોમાં ચિત્ત દોડી જતું હોય તો એનામાં ચંચલતા આવ્યા વગર રહે નહિ. જ્યાં સુધી ચિત્ત એક વિષયના વિચાર પરથી બીજા વિષયના વિચાર પર કૂદાકૂદ કરતું હોય તો ત્યાં સ્થિરતા ક્યાંથી આવે ? પણ ભાવનાઓમાં મન તરબોળ રહે તો ચિત્તની ચંચલતાનો પ્રશ્ન રહે નહિ. ચિત્ત સ્થિર બને અને પરિણામે તે ધ્યાન માટે યોગ્ય બને. જ્યાં સુધી સાધક આ પ્રમાણે ભાવનાથી ભાવિત ન થાય ત્યાં સુધી તે ધ્યાન માટેની પાત્રતા મેળવી શકે નહિ. આમ, ધ્યાન માટે ભાવનાઓના અભ્યાસની આવશ્યકતા રહેલી છે.

શ્રીમદ્ભગવદ્ગીતા વગેરે ગ્રંથો પણ આ વાતની સાક્ષી પૂરે છે. એ માટે ઉપાધ્યાયશ્રી યશોવિજયજીએ નીચેના કેટલાક શ્લોક શ્રીમદ્ભગવદ્ગીતામાંથી ટાંક્યા છે.

[૫૮૯] ચંચલં હિ મનઃ કૃષ્ણ પ્રમાથિ બલવદ્ દૃઢમ્ ।

તસ્યાહં નિગ્રહં મન્યે વાયોરિવ સુદુષ્કરમ્ ॥૨૨॥

અનુવાદ : હે કૃષ્ણ ! મન તો ચંચળ, ક્ષોભ ઉપજાવનારું (પ્રમાથિ), બળવાન અને દૃઢ છે. તેને વશ કરવું એ વાયુની જેમ અત્યંત દુષ્કર છે એમ હું માનું છું.

વિશેષાર્થ : ઉપાધ્યાય શ્રી યશોવિજયજી મહારાજે પોતાના વક્તવ્યના સમર્થનમાં શ્રીમદ્ભગવદ્ગીતાના છઠ્ઠા અધ્યાયના ત્રણ શ્લોક (નં. ૩૪, ૩૫, ૩૬) અહીં ટાંક્યાં છે. એમાંથી આ ૩૪મો શ્લોક મન વિશે છે. એમાં અર્જુનની શ્રીકૃષ્ણ પ્રત્યેની આ ઉક્તિ છે મનુષ્યનું મન અનાદિ કાળથી કેટલીક લાક્ષણિકતાઓવાળું છે અને રહેશે. એમાં દેશ, જાતિ, કુળ ઇત્યાદિનો કોઈ ભેદ નથી. એ સર્વત્ર સમાન છે. એટલે કોઈપણ ધર્મના, કોઈપણ સમાજના, કોઈપણ શાસ્ત્રના કોઈપણ ગ્રંથોમાં મનની આ જ લાક્ષણિકતાઓ દર્શાવેલી જોવા મળશે. એટલા માટે જ ઉપાધ્યાયજી મહારાજે અન્ય દર્શનનાં આવાં વચનો અહીં ટાંક્યાં છે કે જેથી વાચકને આ વાતની પ્રતીતિ થાય.

શ્રીમદ્ભગવદ્ગીતામાં અર્જુન શ્રીકૃષ્ણને કહે છે કે મન અત્યંત ચંચલ, બળવાન, દઢ, શરીર અને ઈન્દ્રિયોને ક્ષોભ પમાડનારું છે અને વાયુને જેમ મુઠ્ઠીમાં પકડી ન શકાય તેમ મનને સ્થિર કરવું તે દુષ્કર છે.

અર્જુનનો આ અનુભવ સર્વસામાન્ય છે. માનવ માત્રની મૂંઝવણને અર્જુને અહીં વાચા આપી છે. મનને શાંત અને સ્થિર રાખવાનું ઘણું જ મુશ્કેલ છે. મન ચંચળ છે, પણ સાથે બળવાન પણ છે. તેને સહેલાઈથી જીતી શકાતું નથી. એટલે કે એક જ વિષયમાં ઝાઝો વખત મનને એકાગ્ર રાખી શકાતું નથી. એટલે જ થોડી અતિશયોક્તિ સાથે પણ સાચું જ કહેવાયું છે કે સમુદ્રનું પાન કરવું, મેરુ પર્વતનું ઉન્મૂલન કરવું કે અગ્નિનું ભક્ષણ કરવું સહેલું છે, પણ મનને પોતાની ધારણા મુજબ પકડી રાખવું કઠિન છે. મોટા મોટા મહારથીઓ પણ મનને વશ કરી શક્યા નથી.

ચિત્તમાં પ્રતિક્ષણ, સૂતાં કે જાગતાં, વિચારોનો પ્રવાહ અવિરત ચાલ્યા જ કરે છે. થોડીક ક્ષણોમાં તો મન કૂદકા મારતું ક્યાંથી ક્યાં નીકળી જાય છે. થોડીવાર એકાંતમાં બેસીને સભાનપણે પોતાના મનનું અવલોકન કરવાથી આ વાત સમજાય એવી છે.

મનોનિગ્રહ એટલે કે મનને વશ રાખવું એ તો આમ ઘણી કઠિન વાત છે, પરંતુ તે અશક્ય નથી. એ માટે અભ્યાસ, ત્યાગ, વૈરાગ્ય, સાધના વગેરે જોઈએ. એ વિશે હવે પછીના શ્લોકમાં કહેવામાં આવ્યું છે.

[૬૦૦] અસંશયં મહાબાહો મનો દુર્નિગ્રહં ચલમ્ ।

અભ્યાસેન તુ કૌન્તેય વૈરાગ્યેણ ચ ગૃહ્યતે ॥૨૩॥

અનુવાદ : હે મહાબાહુ ! મન ચંચલ અને સહેલાઈથી વશ ન થાય એવું છે. એમાં સંશય નથી. પરંતુ હે કૌન્તેય ! અભ્યાસ વડે અને વૈરાગ્ય વડે તે વશ કરાય છે.

વિશેષાર્થ : ઉપાધ્યાય શ્રી યશોવિજયજી મહારાજે આ બીજો શ્લોક પણ શ્રીમદ્ભગવદ્ગીતાના છઠ્ઠા અધ્યાયમાંથી અહીં આપ્યો છે. આ શ્લોકમાં શ્રીકૃષ્ણ મનની ચંચળતા વિશેના અર્જુનના વિચારનો જવાબ આપે છે. તેઓ કૌન્તેય એટલે કે કુન્તીના પુત્ર અર્જુનને 'મહાબાહુ'નું સંબોધન કરીને એને એના સામર્થ્યનું ભાન કરાવીને કહે છે કે મન ચંચળ છે એ વિશે કોઈ શંકા નથી. અસંખ્ય લોકોનો આવો જ અનુભવ છે. એ જ વાસ્તવિકતા છે. પરંતુ એ આદર્શ નથી. મનને સંયમમાં જરૂર લાવી શકાય છે. અનેક મહાત્માઓએ ભૂતકાળમાં મન પર પ્રભુત્વ મેળવેલું છે. મન અતિશય ચંચળ હોવાથી તે એક દિવસમાં કે પાંચ-પંદર દિવસમાં તરત જ કાયમને માટે સંયમમાં આવી જાય એવું નથી. એને માટે સતત અભ્યાસની જરૂર છે. જેમ વ્યાયામવીરો, યોગીઓ પોતાના શરીરના અંગોને વાળી શકે છે, જેમ ખેલાડી દોડવામાં, કૂદવામાં, તરવામાં, રમત રમવામાં અભ્યાસથી આગળ વધી શકે છે, જેમ પશુઓને કેળવી શકાય છે તેમ મનને પણ મહાવરાથી વશ કરી શકાય છે.

મનને એક દિશામાં વાળવાનો પ્રયાસ કરીએ, પણ એની દોડી જવાની બીજી દિશા જો બંધ ન કરીએ તો ઘણી મહેનતે પણ પરિણામ નહિ જેવું જ આવે. એટલે મનને ચંચળ બનાવનાર કારણોનો પહેલાં વિચાર કરીને એ કારણોને નિવારવાં જોઈએ. મન ભાત-ભાતના

વિષયોમાં સહજ રીતે દોડી જાય છે. ઈન્દ્રિયોના વિષયોમાં એ તલ્લીન બનીને રાચે છે. આવું જ્યાં સુધી થયા કરે ત્યાં સુધી મનને વંશ કરવા માટે ગમે તેટલા ઉપાયો કરીએ તો પણ તે બધા નિષ્ફળ નીવડવાના. એટલે મનને પહેલાં વિષયોથી વિરક્ત બનાવવું જોઈએ. જ્યાં સુધી વૈરાગ્યભાવ ન આવે ત્યાં સુધી વિષયભોગની ઈચ્છાઓ શાન્ત ન થાય. એટલે વૈરાગ્યની પણ જરૂર છે. વૈરાગ્ય ત્યારે આવે કે જ્યારે વૃત્તિઓ બહિર્મુખ થતી અટકી જાય અને ચિત્ત અંતર્મુખ બને. ચિત્ત અંતર્મુખ ત્યારે જ બને કે જ્યારે એને પોતાનામાં — આત્મામાં અથવા બ્રહ્મમાં રસ પડે અને દેહનો મમત્વભાવ ઘટતો જાય. એટલે ચિત્તને આત્મામાં રસ લેતું કરી શકાય તો વૈરાગ્યભાવ સરળ બને. વૈરાગ્યભાવ પ્રગટ થાય તો ચિત્તને સંયમમાં રાખવાના અભ્યાસનું સારું પરિણામ આવે. આમ, અભ્યાસ અને વૈરાગ્ય વડે ચંચલ મનને અવશ્ય સંયમમાં રાખી શકાય છે, જીતી શકાય છે.

[૬૦૧] असंयतात्मनो योगो दुष्प्राप्यमिति मे मतिः ।

वश्यात्मना तु यतता शक्योऽवामुपायतः ॥૨૪॥

અનુવાદ : જેણે મનને વશ કર્યું નથી (અસંયતાત્મા) તેને માટે (સામ્યરૂપી) યોગ દુષ્પ્રાપ્ય છે, પરંતુ જેણે મનને વશ કરેલું છે એવા યત્નશીલ (મહાત્માઓ) વડે તો ઉપાયથી તે પ્રાપ્ત (વશ) કરવું શક્ય છે એમ મારું માનવું છે.

વિશેષાર્થ : ઉપાધ્યાય શ્રી યશોવિજયજી મહારાજે આ ત્રીજો શ્લોક પણ શ્રીમદ્ભગવદ્ગીતાના છઠ્ઠા અધ્યાયમાંથી અહીં ટાંક્યો છે. શ્રીકૃષ્ણે મનની ચંચલતાને વશ કરવા માટે અભ્યાસ અને વૈરાગ્યની વાત કર્યા પછી અર્જુનને તેઓ સમજાવે છે કે જે અસંયમી છે તેને માટે યોગ દુષ્પ્રાપ્ય છે. જે સંયમી છે તેને માટે તે સુપ્રાપ્ય છે. સમત્વરૂપી યોગ તો સંયમી મહાત્માઓ જ પ્રાપ્ત કરી શકે છે. જેઓ અસંયમી છે તેઓનું મન વિષયોના અનેક વિચારોમાં ભટકતું રહેવાનું. જ્યાં સુધી મન ભટકતું રહે ત્યાં સુધી તે સ્થિર થાય નહિ. જ્યારે મન ભટકતું બંધ

થાય ત્યારે તે સ્થિર થાય. તે સંયમમાં આવે. તેનામાં વિવેકબુદ્ધિ જાગે. તે આત્મભાવમાં સ્થિર થવા લાગે. એમ થવાથી તે ગમે તેવા વિપરીત પ્રસંગોમાં ક્ષોભ ન અનુભવે અને ભોગવિલાસના સારા અનુકૂળ પ્રસંગોમાં ખેંચાય નહિ કે રાચે નહિ. એથી એની સમત્વબુદ્ધિ ખીલે. પરંતુ એવી સમતા પ્રાપ્ત કરવા માટે માણસે, વિશેષતઃ સાધકે વિવિધ ઉપાયો વડે મનને સ્થિર કરવા માટે પ્રયત્નશીલ રહેવું જોઈએ.

[૬૦૨] સદૃશપ્રત્યયાવૃત્ત્યા વૈતૃષ્ણ્યાદ્ બહિર્થતઃ ।

एतच्च युज्यते सर्वं भावनाभावितात्मनि ॥૨૫॥

અનુવાદ : સદૃશ બોધ(પ્રત્યય)ના અભ્યાસ(આવૃત્તિ)થી અને બાહ્ય અર્થો (વિષયો) વિશે તૃષ્ણારહિત થવાથી (વૈરાગ્યથી), ભાવનાથી ભાવિત થયેલા આત્માને માટે આ સર્વ શક્ય છે.

વિશેષાર્થ : શ્રીમદ્ભગવદ્ગીતાના મન વિશેના ત્રણ શ્લોક ટાંકીને ઉપાધ્યાયજી મહારાજ હવે દર્શાવે છે કે વૈરાગ્યનો બોધ જૈન દર્શન અને ભગવદ્ગીતામાં એકસરખો જ છે. એટલે જ વૈરાગ્યની ભાવનાથી ભાવિત થયેલા આત્માઓ માટે મનને વશ કરવાનું શક્ય છે. વૈરાગ્યની ભાવના માટે જગતના બાહ્ય પદાર્થોમાંથી મનને પાછું ખેંચી લેવાની જરૂર છે. તૃષ્ણાઓ ઉપર, વાસનાઓ ઉપર વિજય મેળવવાથી મન વૈરાગ્યવાસિત થાય છે. આવા મન માટે પણ તત્ત્વનો યથાર્થ બોધ આવશ્યક છે. બોધથી મન શુદ્ધ અને નિર્મળ થાય છે. સતત આત્મવિચારથી આ નિર્મળતા ટકી રહે છે.

સંસારમાં કેટલાયે એવા માણસો હોય છે કે જેને સાંસારિક ભોગવિલાસમાં રસ પડતો નથી. એટલે કદાચ કોઈક તેઓને વૈરાગ્યવાન કહે, પણ એનો અર્થ એ નથી કે તેઓ બધા સાચા વૈરાગ્યવાન અથવા આત્મભાવનાવાળા છે. વૈરાગ્ય અને આત્મભાવના બંનેની આવશ્યકતા છે. આત્મભાવનાનો પણ ઉપયોગપૂર્વકનો સતત અભ્યાસ જરૂરી છે. આવૃત્તિ એટલે આવર્તન અથવા પુનરાવર્તન અથવા સતત અભ્યાસ. ધર્મધ્યાનરૂપી યોગમાં જેઓને સ્થિર થવું છે તેઓએ એ માટે વારંવાર

સમજણપૂર્વક, જાગૃતિ સાથે અભ્યાસ કરવાની જરૂર છે. સારા સાધક બનવા માટેની આ પૂર્વતૈયારી છે.

[૬૦૩] સ્ત્રીપશુક્લીબદુઃશીલવર્જિત સ્થાનમાગમે ।

સદા યતીનામાઙ્ગસં ધ્યાનકાલે વિશેષતઃ ॥૨૬॥

અનુવાદ : સ્ત્રી, પશુ, નપુંસક (ફ્લીબ) અને દુઃશીલથી વર્જિત એવું સ્થાન સદા યતિઓને માટે આગમમાં (શાસ્ત્રમાં) કહ્યું છે. એમાં પણ ધ્યાન સમયે વિશેષતઃ કહ્યું છે.

વિશેષાર્થ : હવે ઉપાધ્યાયજી મહારાજ ધ્યાન ધરવા માટેના સ્થળ વિશે કહે છે. ઘણા લોકો પૂછતા હોય છે કે ધ્યાન ધરવા માટે ક્યાં બેસવું ? ધ્યાન સારી રીતે થાય એ માટે કેવું સ્થળ પસંદ કરવું ? એ વિશે શાસ્ત્રકારોએ ઊંડી મીમાંસા કરેલી છે. આગમગ્રંથોમાં પણ એ વિશે વિચારણા થયેલી છે.

સારું ધ્યાન ચિત્તની એકાગ્રતા હોય તો જ થઈ શકે. તો પછી જ્યાં ચિત્તની એકાગ્રતા કદાચ ન ટકી શકે એટલે કે ધ્યાનમાં વિક્ષેપ પડે એવો સંભવ હોય એવા સ્થાનમાં ધ્યાન ધરવા માટે ન બેસવું જોઈએ. ધ્યાન ધરતી વખતે સ્થળ, સમય, આસન, વાતાવરણ વગેરે ઘણાં કારણોને લીધે ચિત્તની એકાગ્રતા ન સચવાય એવું બને છે. એમાં અત્યારે અહીં ફક્ત સ્થળનો વિચાર કરવામાં આવ્યો છે.

ધ્યાન ધરવું હોય તો મનની શાન્તિ જોઈએ. મનની શાન્તિ માટે આરંભમાં તો ઈન્દ્રિયો શાન્ત થવી જોઈએ અને પછી પણ શાન્ત રહેવી જોઈએ. ઈન્દ્રિયોને પોતાના વિષયમાં દોડી જવાનું નિમિત્ત મળતાં તે દોડી જવા લાગે છે. એથી મનની ચંચળતા વધે છે. સરસ ભોજન હોય, અત્યંત સુગંધ કે દુર્ગંધ હોય, મારામારીનાં કે ભયનાં કે કામભોગનાં દૃશ્યો હોય, કર્ણમધુર સંગીત હોય કે વીજળીના કડાકા કે તેવા મોટા ધડાકા ભડાકા હોય તો ઈન્દ્રિયો તેમાં પરોવાઈ જાય છે, ગમો, અણગમો કે ચિંતા થાય છે અને એથી ચિત્તની સ્થિરતા ડહોળાય છે. એટલે ધ્યાનયોગનો આરંભ કરનારે તો આવી પરિસ્થિતિથી દૂર રહેવું જોઈએ. સંભવિત વિક્ષેપનાં સ્થાનો ટાળવાં જોઈએ. યોગીઓએ અને યતિઓએ

પણ પોતાના રહેઠાણ માટે એવાં સ્થળો પસંદ કરવાં જોઈએ કે જેથી તેમની સંયમ-સાધનામાં વિક્ષેપ ન પડે. એ માટે જ્યાં બાજુમાં સ્ત્રીઓનો વાસ હોય ત્યાં ન રહેવું જોઈએ કે જેથી વિજાતીય આકર્ષણના ભાવો મનમાં ન ઊઠે. (જેમ યતિઓ માટે સ્ત્રીનાં સ્થાનો વર્જ્ય છે તેમ સાધ્વીઓ માટે પુરુષોનાં સ્થાનો વર્જ્ય ગણાયાં છે.) તેવી રીતે પશુ હોય, નપુંસકો હોય અથવા જુગારી, પાપાચારી, દુઃશીલ માણસો વસતા હોય ત્યાં યતિઓએ—સાધુસાધ્વીઓએ ન રહેવું જોઈએ. ચિત્તનાં વિક્ષેપનાં, અશુભ અધ્યવસાયનાં નિમિત્તો ત્યાં વારંવાર ઉપસ્થિત થતાં હોય છે. વળી પોતાના પૂર્વના અશુભ સંસ્કારો જો હોય તો તે જાગૃત થવાના ત્યાં કારણો રહે છે. ગૃહસ્થજીવનમાં પણ સારા પડોશમાં રહેવાથી સમગ્ર કુટુંબને લાભ છે અને નઠારા પડોશમાં રહેવાથી નઠારી સોબત થાય છે, જે સરવાળે હાનિકારક છે. એવી રીતે સાધકો માટે સાધનાને અનુકૂળ એકાંત એવાં શાન્ત, નિરૂપદ્રવી, પ્રેરક, પોષક સ્થાન હોવાં જોઈએ. આમ જો સાધુઓ માટે માત્ર રહેઠાણની દૃષ્ટિએ પણ સ્થાનની યોગ્ય પસંદગી થવી જોઈએ, તો પછી ધ્યાન ધરવા માટે તો સવિશેષ અનુકૂળ સ્થળ હોવું જોઈએ. સાધનાના આરંભકાળમાં યોગ્ય, અનુકૂળ અને પ્રેરક સ્થળની આવશ્યકતા સવિશેષ છે, કારણ કે કેટલીકવાર સાધકને પોતાને ખબર પણ ન પડે કે ધ્યાન માટેનો પોતાનો રસ કેમ ઊડી ગયો છે, અથવા ધ્યાન માટે પોતાને કેમ વિક્ષેપ થાય છે અથવા ધ્યાનમાં શા માટે પોતાને બરાબર સિદ્ધિ નથી મળતી ?

આરંભનાં વર્ષો માટે આવી બધી સાવચેતી અત્યંત આવશ્યક છે. ધ્યાન-માર્ગમાં ઠીક ઠીક આગળ વધ્યા પછી આ જ વસ્તુઓનો નવા સંદર્ભમાં નવી રીતે વિચાર કરી શકાય છે. હવે પછીના શ્લોકમાં ઉપાધ્યાયજી મહારાજ તે વિશે કહે છે.

[૬૦૪] સ્થિરયોગસ્ય તુ ગ્રામે વિશેષઃ કાનને વને ।

તેન યત્ર સમાધાનં સ દેશો ધ્યાયતો મતઃ ॥૨૭॥

અનુવાદ : સ્થિર યોગવાળાને તો ગામમાં, જંગલમાં કે ઉપવનમાં

કોઈ વિશેષતા નથી. જ્યાં સમાધાન (સમાધિ) રહે તે પ્રદેશ યોગ્ય મનાય છે.

વિશેષાર્થ : હવે પોતાના ધ્યાનયોગમાં જેઓ સ્થિર થયા છે તેમને વિશે આ શ્લોકમાં નિર્દેશ છે. ચિત્તની ચંચલતા એક દિવસમાં જતી નથી. સ્થિરતા મેળવતાં ઠીક ઠીક સમય લાગે છે. કેટલાકને તો વર્ષોનાં વર્ષો લાગે છે. આરંભના વખતમાં તો સ્થિરતા આવે અને જાય એવા અનુભવો થાય છે. પ્રારંભ દશાના સાધક માટે તો ધ્યાનમાં બેઠા પછી નિશ્ચિત કરેલા પોતાના વિષયમાં મન એક મિનિટ પણ સ્થિર રહેતું નથી, ક્રમે ક્રમે વારંવાર મહાવરાથી ચિત્ત એક જ વિષયમાં ધીમે ધીમે સ્થિર થવા લાગે છે. ચિત્ત બીજા વિષયમાં ચાલ્યા ગયા પછી થોડી વહેલી કે મોડી સભાનતા આવે છે અને એ અન્ય વિષયમાંથી ચિત્તને નિવૃત્ત કરી પોતાનાં વિષયમાં ફરી પાછું કેન્દ્રિત કરવું પડે છે. આ સભાનતા અને સતત જાગૃતિથી ચિત્તને અન્ય વિષયમાં જતું તરત રોકી શકાય છે. માણસની શ્રદ્ધા અને દૃઢ મનોબળપૂર્વક પોતાના વિષયમાં જેટલી રુચિ રહે તેટલી એકાગ્રતા અને સ્થિરતા વધે છે. આવું જ્યારે થાય છે ત્યારે બહારનાં કારણો તેને હવે વિક્ષેપ કરતાં નથી. ગૃહસ્થના વ્યવહારજીવનમાં પણ આપણે જોઈએ છીએ કે કેટલાક માણસોને પોતાની મનગમતી પ્રવૃત્તિમાં કોઈ વ્યવધાન નડતું નથી. ક્યારેક તો એની એને ખબર પણ પડતી નથી. વેપારી નાણાં ગણતો હોય, ચિત્રકાર, શિલ્પી, સુવર્ણકાર વગેરે પોતાની કલાકૃતિ તૈયાર કરવામાં મગ્ન હોય, ચેસ, પત્તાં, ક્રિકેટ, ટેનિસ વગેરેના ખેલાડીઓ રમત રમતાં હોય, નૃત્યાંગના નૃત્ય કરતી હોય, કામીજન કામભોગમાં પ્રવૃત્ત હોય વગેરે અનેક વિવિધ પ્રકારની ક્રિયાઓમાં માણસનું ચિત્ત એટલું બધું પરોવાઈ જાય છે કે આસપાસ શું થાય છે એની એને ખબર પડતી નથી. રસ અને રુચિની જેટલી પ્રબળતા તેટલી એકાગ્રતામાં તીવ્રતા આવે છે. આવી એકાગ્રતાના મહાવરાથી સ્થિરતા પ્રાપ્ત થાય છે.

આવી જ રીતે સંયમી યોગીઓનું મન એક વખત પોતાના વિષયમાં રસ, રુચિ, શ્રદ્ધા અને બળથી ધ્યાન ધરવામાં લાગી જાય છે

તો તેમાં પણ અનુક્રમે સ્થિરતા આવી જાય છે. પછી એવા ધ્યાનયોગીઓ માટે અનુકૂળ સ્થાનનો પ્રશ્ન રહેતો નથી. પછી નાનું ગામ હોય કે મોટું નગર હોય, જંગલ હોય કે ઉપવન હોય, કોઈપણ સ્થળે તેઓ તરત ધ્યાન ધરવા બેસી શકે છે. તેમને માટે સ્થળની કોઈ પ્રતિકૂળતા રહેતી નથી.

[૬૦૫] યત્ર યોગસમાધાનં કાલોઽપીષ્ટઃ સ એવ હિ ।

દિનરાત્રિક્ષણાદીનાં ધ્યાનિનો નિયમસ્તુ ન ॥૨૮॥

અનુવાદ : જેમાં યોગનું સમાધાન થાય (સ્થિરતા પ્રાપ્ત થાય) તે જ કાળ ઈષ્ટ છે. ધ્યાનીને દિવસ, રાત્રિ કે ક્ષણનો કોઈ પણ નિયમ નથી.

વિશેષાર્થ : ધ્યાનીએ ધ્યાન ધરવા ક્યારે બેસવું ? ધ્યાન-યોગની શરૂઆત કરનાર માટે વિચારીએ તો એણે એવા સમયે ધ્યાન ધરવા બેસવું જોઈએ કે જ્યારે વિક્ષેપ ન થવાનો હોય કે આસપાસ ઘોંઘાટ ન હોય. વાતાવરણમાં શીતલતા હોય, પોતાના હૃદયમાં ઉલ્લાસ હોય ને શરીર થાકેલું ન હોય, વહેલી સવારનો, બ્રાહ્મમુહૂર્તનો સમય એ માટે શ્રેષ્ઠ ગણાયો છે. તેવી જ રીતે રાત્રે દસ-અગિયાર વાગ્યા પછીનો સમય પણ શાન્તિનો હોય છે. ભોજન પછીના તરતના કાળમાં નિદ્રા-ઝોકાં આવવાનો સંભવ રહે છે. શરીરના આવેગો - ભૂખ - તરસ, લઘુશંકા, ગુરુશંકા વગેરેની નિવૃત્તિ પછી ધ્યાન માટે બેસવું જોઈએ. ધ્યાન ધરવા માટે ક્યો સમય પોતાને અનુકૂળ છે એ દરેક સાધકને પોતપોતાના અનુભવથી સમજાય છે. એવા અનુકૂળ, પ્રેરક, પ્રોત્સાહક કાળમાં ધ્યાન ધરવાથી વધતી જતી એકાગ્રતા જ્યારે સ્થિરતા સુધી પહોંચે છે ત્યારે કાળની પ્રતિકૂળતાનાં બંધનો ઓછાં થતાં જાય છે. પછી તો ધ્યાનની એવી લગની લાગે છે કે દિવસે કે રાત્રે જ્યારે જેટલો અવકાશ મળે ત્યારે તે પ્રમાણે એ ધ્યાન ધરવા બેસી જાય છે અથવા વધારે સારી ને સાચી રીતે કહીએ તો તે ધ્યાનમાં એટલે કે યોગસમાધિમાં સરી પડે છે. એટલે ધ્યાનીને માટે કાળનો કોઈ નિયમ કે બંધન રહેતાં નથી. વળી શરીરના આવેગો પણ ત્યારે કુદરતી રીતે જ શાન્ત થઈ જાય છે.

[૬૦૬] ચૈવાવસ્થા જિતા જાતુ ન સ્યાદધ્યાનોપઘાતિની ।

તથા ધ્યાયેન્નિષણ્ણો વા સ્થિતો વા શયિતોઽથવા ॥૨૧॥

અનુવાદ : જે અવસ્થા જીતેલી છે તે ધ્યાનનો ઉપઘાત કરનારી થતી નથી. તે પ્રમાણે (તેવી અવસ્થામાં) બેઠાં બેઠાં, ઊભા રહીને કે સૂતાં સૂતાં ધ્યાન કરવું.

વિશેષાર્થ : ધ્યાન ધરવા માટે કેવી રીતે બેસવું ? ધ્યાનની પ્રક્રિયા શીખનાર માટે આ પ્રશ્ન મહત્વનો છે. જ્યાં સુધી શરીરની સ્થિરતા પ્રાપ્ત ન થાય ત્યાં સુધી મનની સ્થિરતા આવે નહિ. ધ્યાન ધરવા બેઠા હોઈએ પણ આસન ઊંચુંનીચું હોય અથવા નીચે કાંકરો આવી ગયો હોય તો તે ખૂંચે અને વારંવાર મન ત્યાં જાય. કેટલાકની શારીરિક પ્રકૃતિ એવી હોય કે અમુક રીતે બેસતાં પગે ખાલી ચડી જાય, અથવા ઘૂંટણ દુઃખવા આવે, કેટલાકથી નીચે પલાંઠી વાળીને બેસી શકાય જ નહિ. એટલે પોતાના શરીરની અનુકૂળતા પહેલી જોવી જોઈએ. શરીર સારું હોય અને પગ વળી શકતા હોય તો પદ્માસન કે વીરાસન ઉત્તમ આસન ગણાય છે. એથી ઈન્દ્રિયો સંયમમાં રહે છે અને મન શાંત બની ધ્યાનમાં એકાગ્ર થાય છે. પરંતુ એવી અનુકૂળતા ન હોય અથવા એ આસનમાં વધારે વખત ટકી ન શકાતું હોય તો અર્ધપદ્માસન અથવા પલાંઠી વાળીને બેસવું વધુ અનુકૂળ છે. એમાં ખલેલ વિના આરામથી વધુ સમય બેસી શકાય છે. એટલે જ એને સુખાસન કહેવામાં આવે છે. આ આસનમાં સાધક ઘણો વધારે સમય બેસી શકે છે.

ધ્યાન ધરતી વખતે પગ ઉપરાંત હાથની અવસ્થા પણ સાધકે પોતાની શારીરિક અનુકૂળતા પ્રમાણે વિચારી લેવી જોઈએ. ધ્યાનનો આરંભ કરનારે આંખો બંધ રાખવી જરૂરી છે કે જેથી બાહ્ય દૃશ્યોને કારણે ધ્યાનમાં વિક્ષેપ ન પડે. પોતાની શારીરિક શક્તિ ઓછી હોય ત્યારે સૂતાં સૂતાં (શવાસનમાં) પણ ધ્યાન કરી શકાય. એમાં જલદી ઊંઘ આવી જવાનું જોખમ રહેલું છે. તાકાત સારી હોય તો ઊભાં ઊભાં (ખડ્ગાસન)માં કાર્યોત્સર્ગ મુદ્રામાં પણ ધ્યાન કરી શકાય. એમાં

રક્તચાપ (બ્લડ પ્રેશર) ઘટી ન જાય કે ચક્કર આવી ન જાય તે જોવાનું રહે છે.

આ બધી સાવચેતી ધ્યાનનો આરંભ કરનારે રાખવી જરૂરી છે. પરંતુ જેઓ નિયમિત ધ્યાન ધરતાં ધરતાં એકાગ્રતા અને સ્થિરતા સુધી પહોંચી જાય છે એવા ધ્યાનયોગીઓને માટે પછી આસનનો કોઈ પ્રશ્ન રહેતો નથી. તેઓ બેઠાં બેઠાં, ઊભાં ઊભાં કે સૂતાં સૂતાં ધ્યાન ધરી શકે છે. પ્રસન્નચંદ્ર રાજર્ષિ એક પગે ઊભાં ઊભાં અને બીજો પગ ઘૂંટણોથી વાળીને, બે હાથ ઊંચા રાખીને કાઉસગ્ગ-ધ્યાન કરતા હતા. ભગવાન મહાવીરસ્વામીને ગોદોહાસને કેવળજ્ઞાન થયું હતું. કેટલાયે મહાત્માઓ ઉઘાડી આંખે અથવા અડધી મીચેલી આંખે વિક્ષેપ પામ્યા વગર ધ્યાન કરી શકે છે. ધ્યાનયોગીના મહાવરા-અભ્યાસ ઉપર અને એમની એ કાર્યમાં થયેલી પ્રગતિ ઉપર બધો આધાર રહે છે. ઈન્દ્રિયોને જીતવાથી, જિતેન્દ્રિય બનવાથી સારી ધ્યાનસિદ્ધિ પ્રાપ્ત થાય છે.

[૬૦૭] સર્વાસુ મુનયો દેશકાલાવસ્થાસુ કેવલમ્ ।

પ્રાપ્તાસ્તન્નિયમો નાસાં નિયતા યોગસુસ્થતા ॥૩૦॥

અનુવાદ : સર્વ દેશ, કાળ અને અવસ્થામાં મુનિઓ કેવળજ્ઞાન પામેલા છે. માટે એમાં નિયમ નથી. માત્ર યોગની સ્થિરતા(સુસ્થતા)નો નિયમ છે.

વિશેષાર્થ : ધ્યાન ધરવા માટે પૂર્વના ત્રણ શ્લોકમાં અનુક્રમે દેશ, કાળ ને અવસ્થા વિશે મંતવ્ય દર્શાવ્યા પછી ઉપસંહારરૂપે અહીં ગ્રંથકર્તા કહે છે કે જે જે મહાત્માઓએ, તીર્થંકર પરમાત્માઓએ ભૂતકાળમાં કેવળજ્ઞાન પ્રાપ્ત કર્યું હતું એ દરેકનો વિચાર કરીએ તો ધ્યાન ધરવા માટે કોઈ નિશ્ચિત દેશ, નિશ્ચિત કાળ અને નિશ્ચિત અવસ્થાનો નિયમ કરી શકાય નહિ. સર્વ દેશમાં, સર્વ કાળમાં અને સર્વ અવસ્થામાં ધ્યાન ધરીને કેવળજ્ઞાનીઓ કેવળજ્ઞાન પામ્યા છે. એટલે સર્વ દેશ, કાળ અને અવસ્થામાં ધ્યાન ધરી શકાય છે. એમાં કસોટી હોય તો માત્ર એટલી જ છે કે ધ્યાનયોગની સ્થિરતા પ્રાપ્ત થાય છે કે નહિ ? દેશની અનુકૂળતા

હોય, કાળની અનુકૂળતા હોય, અવસ્થા - આસનની અનુકૂળતા હોય - બધું જ મનપસંદ હોય અને છતાં ચિત્ત ધ્યાનમાં પરોવાતું ન હોય, ચંચલતા આવી જતી હોય એવું બને તો પછી એ બધી અનુકૂળતાઓ કશી કામની રહેતી નથી. એનું કોઈ મૂલ્ય નથી. કેટલીક વાર આરંભકાળમાં કાચા સાધકો પોતાના મનની ચંચલતાનો બચાવ કરવા માટે સ્થળ, કાળ કે આસનનો વાંક કાઢતા હોય છે. વળી કેટલાક એ ત્રણેની ચોકસાઈની એટલી ચીકાશ કે ફરિયાદ કરતા હોય છે કે તેમનો બધો સમય એમાં જ વીતી જાય છે અને ધ્યાન માટે સમય રહેતો નથી. એટલે સર્વ પ્રથમ, ધ્યાન માટેનાં રસરુચિને કેળવવાની અને એને પ્રબળ બનાવવાની આવશ્યકતા છે.

[૬૦૮] વાચના ચૈવ પૃચ્છા ચ પરાવૃત્ત્યનુચિન્તને ।

ક્રિયા ચાલમ્બનાનીહ સદ્ધર્માવશ્યકાનિ ચ ॥૩૧॥

અનુવાદ : વાચના, પૃચ્છના, પરાવર્તના અને અનુચિંતન તથા સદ્ધર્મની આવશ્યક ક્રિયા એનાં (ધર્મધ્યાનનાં) આલંબનો છે.

વિશેષાર્થ : હવે આ શ્લોકમાં ધ્યાન માટેનાં આલંબનો વિશે કહ્યું છે. આત્મા જ્ઞાનભાવના, દર્શનભાવના, ચારિત્રભાવના તથા વૈરાગ્યભાવનાથી ભાવિત થાય તે પછી ધ્યાન પર આરૂઢ થવા માટે એણે કેવાં આલંબન લેવાં જોઈએ કે જેથી તે ધ્યાનમાં સ્થિર રહી શકે ? શાસ્ત્રકારોએ બતાવ્યું છે કે ધર્મધ્યાનમાં ટકી રહેવા માટે કેટલાંક આલંબનની ઉપયોગિતા છે અને આવશ્યકતા પણ છે. પંચમહાવ્રતધારી સંયમી સાધુઓ માટે શ્રુતધર્મ અને ચારિત્રધર્મને લક્ષમાં રાખીને જે આલંબનો બંતાવવામાં આવ્યાં છે તે આ પ્રમાણે છે : વાચના, પૃચ્છના, પરાવર્તના અને અનુપ્રેક્ષા (અનુચિંતન) - આ ચાર શ્રુતધર્મનાં ધર્મધ્યાન માટેનાં આલંબનો છે. ચારિત્રધર્મમાં સામાયિક, પરિલેહણ ઇત્યાદિ આવશ્યક ક્રિયાઓ ધર્મધ્યાન માટે આલંબનરૂપ છે.

વાચના એટલે ભણવું અને ભણાવવું. ગણધરાદિએ રચેલાં સૂત્રોના શબ્દ અને અર્થ ગુરુભગવંત શિષ્યને સમજાવે છે. શિષ્ય જો આ સૂત્રાર્થ

સમજવામાં એકાગ્રતાપૂર્વક રસ લે તો તે ધર્મધ્યાન પર ચડી શકે છે. વળી વાચનાદિ કર્મનિર્જરાનાં મોટાં નિમિત્તો બની શકે છે. પૃષ્ઠના એટલે પૂછવું. પોતાને જે ભણાવવામાં આવે તેમાં કંઈ ન સમજાય, શંકા થાય તો શિષ્યે વિનયપૂર્વક અવશ્ય પૂછવું જોઈએ. પરાવર્તના એટલે પુનરાવર્તન (Revision). ભણેલું ભૂલાય નહિ એ માટે ફાજલ સમયમાં સૂત્રાર્થની પુનરાવૃત્તિ - પરાવર્તનાની પ્રવૃત્તિ ચાલુ રાખવી જોઈએ. એથી મન પણ શુભ પ્રવૃત્તિમાં જોડાયેલું રહે. એથી કર્મની નિર્જરા પણ થાય. અનુચિતા અથવા અનુપ્રેક્ષા એટલે જે ભણી ગયા હોય તે સૂત્રાર્થનું અને એનાં સૂક્ષ્મ રહસ્યોનું અવિસ્મરણ ન થાય તે માટે મનમાં વારંવાર ચિંતન કરવું તે.

આમ વાચના, પૃષ્ઠના, પરાવર્તના અને અનુચિતા એ ચાર ધર્મધ્યાન માટેનાં શ્રુતધર્મમાં રહેલાં આલંબનો છે.

આ ઉપરાંત ધર્મધ્યાન માટે સામાયિક વગેરે આવશ્યક ક્રિયાઓ પણ આલંબનરૂપ છે. એ ક્રિયાઓ ચારિત્રધર્મના અંગરૂપ છે.

[૬૦૮] આરોહતિ દ્વદ્વ્યાલંબનો વિષમં પદમ્ ।

તથારોહતિ સદ્ધ્યાનં સૂત્રાદ્યાલંબનાશ્રિતઃ ॥૩૨॥

અનુવાદ : જેમ દૃઢ વસ્તુ(દ્રવ્ય)ના આલંબનવાળો વિષમ સ્થાન (પદ) ઉપર આરોહણ કરે છે તેમ સૂત્રાદિના આલંબનનો આશ્રય કરનાર સદ્ધ્યાન ઉપર આરૂઢ થાય છે.

વિશેષાર્થ : આરોહણ એટલે ઉપર ચડવું. કોઈ વિકટ ઊંચા સ્થળે ચડવું હોય તો કશાકના આલંબનની જરૂર પડે છે. ઉપર ચડવા માટે ટેકો હોય તો કષ્ટ ઓછું પડે છે અને કાર્ય પાર પડે છે. અહીં 'સૂત્ર' શબ્દ પ્રયોજવામાં આવ્યો છે. એમાં શ્લેષ રહેલો છે. સૂત્રનો એક અર્થ 'વાચના' થાય છે. તેમ સૂત્રનો બીજો અર્થ 'દોરડું' પણ થાય છે. પર્વતારોહણમાં દોરડાનો ઉપયોગ થાય છે. કેટલાંક શિખરો એવાં સીધાં અને ઊંચાં હોય છે કે એના પર સામાન્ય માણસથી ચડી જ ન શકાય. પરંતુ પર્વતારોહકો દોરડાનો ઉપયોગ કરીને એવાં વિષમ વિકટ શિખરો

પર ચડી જાય છે. કૂવામાંથી બહાર આવવા માટે માણસ દોરડાનો ઉપયોગ કરે છે. લશ્કરના માણસો નાની ખીણ કે નાળાં દોરડાંની મદદથી ઓળંગી જાય છે. દોરડું આમ આલંબન તરીકે ઘણું મહત્વનું છે. તેવી જ રીતે ધર્મ-ધ્યાનમાં આરોહણ કરવા માટે સૂત્ર એટલે વાચના, પૃચ્છના, પરાવર્તના વગેરે આલંબન તરીકે ઘણાં ઉપયોગી છે. સદ્ધ્યાન અથવા શુભ ધ્યાનમાં ઉચ્ચ શિખરો સર કરવાનું સરળ નથી. પણ સૂત્રાદિનું આલંબન હોય તો તે તેમાં સહાયરૂપ બને છે.

[૬૧૦] આલંબનાદરોદ્ભૂતપ્રત્યૂહક્ષયયોગતઃ ।

ધ્યાનાદારોહણખંડશો યોગિનાં નોપજાયતે ॥૩૩॥

અનુવાદ : આલંબનનો આદર ઉત્પન્ન થવાથી, વિઘ્નોના ક્ષયના યોગથી યોગીઓને ધ્યાનાદિના આરોહણનો ભંશ થતો નથી.

વિશેષાર્થ : વાચના, પૃચ્છના, પરાવર્તના ઇત્યાદિ આલંબનોને કારણે ધ્યાનયોગીઓ પોતાના ધર્મધ્યાનમાં દૃઢ બને છે. આમ થવામાં એક મહત્વનું કારણ તે તેઓનો આલંબનો માટેના આદરભાવ, ભક્તિભાવ છે. આ આદર-બહુમાન તેઓને પોતાની સાધનામાં સહાયક બળ પૂરું પાડે છે. મોટા મોટા યોગીઓને પણ પોતાના ધ્યાનમાંથી ચલિત થવાના પ્રસંગો આવે છે. પૂર્વબદ્ધ કર્મના ઉદયે તેમની સાધનામાં વિઘ્નો પણ આવે છે. પરંતુ જેઓને આલંબન માટે - સૂત્રાર્થની વાચના, પૃચ્છના, પરાવર્તના ઇત્યાદિ માટે, વિશુદ્ધ ભાવપૂર્વક આદર બહુમાન હોય છે તેઓના આલંબનમાં કર્મની નિર્જરા કરવાની, વિઘ્નોનો ક્ષય કરવાની શક્તિ હોય છે. એટલે આવા ધ્યાનયોગીઓની જ્યારે યોગમાંથી પતન થવાની સંભાવના હોય છે ત્યારે આ આલંબનો તેમના એ પતનને અટકાવીને તેઓને પાછા ધ્યાનયોગમાં સ્થિર કરી દે છે.

[૬૧૧] મનોરોધાદિકો ધ્યાનપ્રતિપત્તિક્રમો જિને ।

શેષેષુ તુ યથાયોગં સમાધાનં પ્રકીર્તિતમ્ ॥૩૪॥

અનુવાદ : જિનને વિશે મનોરોધ આદિ ધ્યાનની પ્રાપ્તિ(પ્રતિપત્તિ)નો ક્રમ છે. બાકીનાઓ માટે તો યથાયોગ્ય સમાધાન કહેલું છે.

વિશેષાર્થ : ધ્યાનને મન, વચન અને કાયાના યોગ સાથે સંબંધ છે. છદ્મસ્થના ધ્યાનમાં તો મન, વચન અને કાયાના વ્યાપારોનો કોઈ નિશ્ચિત ક્રમ નથી હોતો. પરંતુ શાસ્ત્રકારો કેવલી ભગવંતના શુકલ ધ્યાન વિશે સ્પષ્ટતા કરે છે. અહીં 'જિન' શબ્દ કેવલીના અર્થમાં લેવાનો છે.

કેવળજ્ઞાની મહાત્માઓનો મોક્ષ પામવાનો અતિ નિકટનો કાળ જ્યારે હોય છે એટલે કે શૈલેશીકરણની પહેલાંના અંતર્મુહૂર્તનો કાળ હોય છે ત્યારે તેઓને શુકલ ધ્યાનના છેલ્લા બે પાયાનું ધ્યાન ચાલતું હોય છે.

એ વખતે તેઓ જે યોગનિરોધ કરે છે અર્થાત્ યોગનો નિગ્રહ કરે છે એમાં ક્રમ રહેલો હોય છે. તેઓ પહેલાં બાદર અને સૂક્ષ્મ મનોયોગનો નિગ્રહ કરે છે, પછી બાદર અને સૂક્ષ્મ વચનયોગનો નિગ્રહ કરે છે અને પછી બાદર ને સૂક્ષ્મ કાયયોગનો નિગ્રહ કરે છે. આમ મન, વચન અને કાયાના તેમના યોગના નિરોધનો નિશ્ચિત ક્રમ હોય છે.

આ થઈ કેવળજ્ઞાનીના શુકલ ધ્યાનની વાત. પરંતુ જેઓ નીચેના ગુણસ્થાનકે હોય છે તેમને માટે ધ્યાનપ્રાપ્તિનો અમુક નિશ્ચિત ક્રમ નથી હોતો. તેઓને જે ક્રમથી યોગનું સમાધાન થાય એટલે કે ધ્યાનયોગમાં સ્થિરતા પ્રાપ્ત થાય તે જ તેમને માટે ધ્યાનપ્રાપ્તિનો ક્રમ હોય છે.

[૬૧૨] આજ્ઞાપાયવિપાકાનાં સંસ્થાનસ્ય ચ ચિન્તનાત્ ।

ધર્મધ્યાનોપયુક્તાનાં ધ્યાતવ્યં સ્યાચ્ચતુર્વિધમ્ ॥૩૫॥

અનુવાદ : ધર્મધ્યાનમાં જોડાયેલા (ઉપયુક્ત થયેલા) દ્વારા આજ્ઞા, અપાય, વિપાક અને સંસ્થાનનું ચિંતન કરવાથી તે (ધર્મધ્યાન) ચાર પ્રકારે ધરાય છે.

વિશેષાર્થ : શુભ અને પ્રશસ્ત એવા ધર્મધ્યાનના પ્રકાર અહીં બતાવવામાં આવ્યા છે.

આર્તધ્યાન અને રૌદ્રધ્યાન એ બે અશુભ ધ્યાનને દૂર કરવાં હોય તો શુભ ધ્યાન ધરવું જોઈએ. મનુષ્યનું ચિત્ત એવું વિલક્ષણ છે કે તે

સતત કોઈક ને કોઈક વિચારમાં પરોવાયેલું જ રહે છે. એ વિચારો શુભ પણ હોય અને અશુભ પણ હોય. એક વખત અશુભ ધ્યાનને જાગૃતિપૂર્વક અટકાવવામાં આવે તો શુભ ધ્યાન માટે અવકાશ થાય અને શુભ ધ્યાનમાં ચિત્ત પરોવાય. બીજી બાજુ એક વખત શુભ ધ્યાનમાં ચિત્તને જોડવામાં આવે તો અશુભ ધ્યાન આપોઆપ ઓછું થવા લાગે. ચિત્તમાં બંને પ્રકારની શક્તિઓ રહેલી છે. જીવને આર્તધ્યાન અને રૌદ્રધ્યાનથી બચાવનાર ધર્મધ્યાન છે. આર્તધ્યાન અને રૌદ્રધ્યાન થવાનાં ચાર મોટાં કારણો છે : (૧) વિષયરાગ, (૨) હિંસા વગેરે પાપોનો રસ અને તે કરવામાં નિર્ભયતા, (૩) અહંકાર અને દીનતા અને (૪) અજ્ઞાન અને મૂઢતા. ધર્મધ્યાનના ચાર પ્રકાર આ ચાર કારણોને અટકાવનાર છે. આજ્ઞાવિચય, અપાયવિચય, વિપાકવિચય અને સંસ્થાનવિચય એમ ધર્મધ્યાનના ચાર પ્રકાર શાસ્ત્રકારો બતાવે છે. તત્ત્વાર્થસૂત્રમાં વાયક ઉમાસ્વાતિએ કહ્યું છે :

આજ્ઞાઽપાયઽવિપાકઽસંસ્થાનવિચયાય ધર્મ્યમ્ । એટલે કે ધર્મધ્યાન આજ્ઞા, અપાય, વિપાક અને સંસ્થાનના ચિંતન માટે છે. વિચય એટલે સંશોધન અથવા ગહન તત્ત્વચિંતન.

(૧) આજ્ઞાવિચય — આજ્ઞા એટલે જિનેશ્વર ભગવાનની આજ્ઞા. ભગવાનનું વચન તે આજ્ઞારૂપ છે એટલે કે જિનાગમો જિનાજ્ઞારૂપ છે. ભગવાનનાં વચનોમાં વિષયરાગના ત્યાગનો અને સમ્યક્ ચારિત્રનો બોધ આવી જાય છે. એટલે ભગવાનનાં વચનોને આજ્ઞારૂપ માની, શ્રદ્ધા, ભક્તિ અને બહુમાનપૂર્વક જીવનમાં તેને ઉતારવાનો નિર્ધાર કરીએ તો વિષયરાગ ઘટવા લાગે છે. પરિણામે આર્તધ્યાન પણ ઓછું થાય છે.

(૨) અપાયવિચય — અપાયનો અર્થ થાય છે અનર્થ, કષ્ટ, દુઃખ ઇત્યાદિ. અપાય-વિચયમાં હિંસા વગેરે પાપોથી અને રાગ વગેરે દોષોથી કેવા કેવા અનર્થો ઊભા થયા છે અને જીવોને કેવાંકેવાં કષ્ટો વેઠવાં પડે છે તેનું ચિંતન થાય છે. એ ચિંતન થવાથી તેવાં પાપો પ્રત્યે તિરસ્કાર થાય છે અને તેવા દોષો ન કરવાનો ભાવ થાય છે. એવાં પાપોની

સજા કર્મસત્તા કેવી કરે છે તે વિચારતાં તેવાં પાપો કરતી વખતે મનમાં ભય પેદા થાય છે અને અટકી જવાય છે. આમ અપાયવિચયથી રૌદ્રધ્યાન અટકે છે.

(૩) વિપાકવિચય - વિપાક એટલે પરિપાક. અહીં વિપાક એટલે કર્મોનું પાકવું તે. શુભાશુભ કર્મોનો ઉદય થાય છે અને તે જીવોને ભોગવવાનાં આવે છે. કેટલીક વાર તો નહિ કલ્પેલાં પરિણામ નજર સમક્ષ જોવા મળે છે ત્યારે કર્મની ગતિ કેવી ન્યારી છે એનું ચિંતન ચાલે છે. પરિણામે કર્મસિદ્ધાન્તમાં અચલ વિશ્વાસ બેસે છે. આ ચિંતન તે વિપાક-વિચય ધ્યાન. પોતાના સુખના ભોગવટા વખતે જે ભાવો જાગે છે અને આર્ત અને રૌદ્ર ધ્યાનમાં પરિણમે છે તે એ ચિંતનથી અટકી જાય છે. આ રીતે વિપાકવિચયરૂપી શુભ ધ્યાન અશુભ ધ્યાનને અટકાવે છે.

(૪) સંસ્થાનવિચય - ધર્મધ્યાનનો ચોથો પ્રકાર તે સંસ્થાનવિચય છે. સંસ્થાન એટલે સંરચના, વ્યવસ્થા, સ્થિતિ ઇત્યાદિ. અહીં ચૌદ રાજલોક અને જીવ-અજીવાદિ ષડ્ દ્રવ્યોની સ્થિતિ કેવી છે અને આ વિરાટ વિશ્વની વ્યવસ્થા કેટલી બધી અદ્ભુત છે તેનું ચિંતન કરવાનું છે. એ ચિંતન કરતાં કરતાં પોતાની અલ્પતા, વિશ્વનાં રહસ્યો સમજવા માટેની પોતાની અશક્તિ ઇત્યાદિની પ્રતીતિ થાય છે અને જેમ જેમ રહસ્યો સમજાતાં જાય છે તેમ તેમ બધું જ વ્યવસ્થિત છે એમ લાગે છે. આ રીતે આ શુભ ધ્યાનથી જીવની મૂઢતા દૂર થાય છે અને એનું અશુભ ધ્યાન અટકે છે.

આમ ધર્મધ્યાન અશુભ ધ્યાનને અટકાવે છે. આજ્ઞા, અપાય, વિપાક અને સંસ્થાન વિશે આરંભમાં માત્ર વિચારણા કે સાધારણ કક્ષાનું ચિંતન ચાલે છે. પરંતુ પછી એ ચિંતન ધારારૂપ બની જાય છે અને એમાં ગહનતા, લીનતા અને તન્મયતા આવે છે ત્યારે તે ધર્મધ્યાન બને છે.

[૬૧૩] નયભંગપ્રમાણાઢ્યાં હેતૂદાહરણાન્વિતામ્ ।

આજ્ઞાં ધ્યાયેજ્જિનેન્દ્રાણામપ્રામાણ્યાકલંકિતામ્ ॥૩૬॥

અનુવાદ : નયભંગ અને પ્રમાણથી વ્યાપ્ત, હેતુ તથા ઉદાહરણથી

યુક્ત, અપ્રામાણ્યથી કલંકિત નહિ થયેલી એવી જિનેશ્વરની આજ્ઞાનું ધ્યાન ધરવું.

વિશેષાર્થ : ધર્મધ્યાનના વિષય તરીકે સૌ પ્રથમ જિનેશ્વર ભગવાનની આજ્ઞાનું ધ્યાન ધરવાની ભલામણ કરવામાં આવી છે.

જિનેશ્વર ભગવાનની આજ્ઞા એટલે જિનવચન, જિનાગમ, જિનવાણી. ભગવાનની વાણી-જિનવાણી કેવી છે ? ભગવાનની વાણીનો, એમની આજ્ઞાનો મહિમા જુદાં જુદાં વિશેષણો વડે શાસ્ત્રકારો દર્શાવતા રહ્યા છે. અહીં ઉપાધ્યાયજી મહારાજ શ્રી યશોવિજયજીએ એ માટે કેટલાંક મહત્વનાં લક્ષણો દર્શાવ્યાં છે.

જિનેશ્વર ભગવાનની જગતના દીવાસમી આજ્ઞા નયભંગ અને પ્રમાણથી વ્યાપ્ત અથવા સમૃદ્ધ હોય છે. નય એટલે એક દષ્ટિકોણ અથવા એક અપેક્ષા અથવા એક બાજુ. ભંગ એટલે પ્રકાર. પ્રમાણ એટલે સમસ્ત ભાવે, સકલાંશે અવલોકન. નય કરતાં પ્રમાણનું મહત્વ વધારે, પરંતુ વસ્તુને ઝીણવટથી જોવી હોય તો નયની જરૂર પડે. બે નય પરસ્પર વિરુદ્ધ હોય તો પણ બંનેની જરૂર પડે. નયના જુદા જુદા પ્રકારો છે, જેમ કે જ્ઞાનનય અને ક્રિયાનય અથવા દ્રવ્યાર્થિક નય અને પર્યાયાર્થિક નય. નયો આપણને પદાર્થનું અનેકાન્તિક દર્શન કરાવે છે.

જિનેશ્વર ભગવાનની વાણી નય અને પ્રમાણથી યુક્ત, સંપૂર્ણ હોવાને કારણે એમાં કોઈ ત્રુટિ કે તર્કદોષ બતાવી શકે નહિ.

જિનેશ્વર ભગવાનની વાણી હેતુ અને ઉદાહરણથી યુક્ત હોય છે. કેટલાક જીવોને સમજાવવા માટે એની જરૂર પડે છે. હેતુ એટલે પ્રયોજન અને કારણ. ઉદાહરણ એટલે સાચી બનેલી ઘટનાનું કે કલ્પિત એવું દષ્ટાન્ત. કેટલાકને મંદબુદ્ધિને કારણે, જ્ઞાનાવરણીય કર્મના તેવા પ્રકારના ઉદયને કારણે કે હેતુ-ઉદાહરણના અભાવને કારણે તત્ત્વની વાત નથી સમજાતી. આવાં ઘણાં જુદાં જુદાં કારણો હોય છે. પરંતુ જિનેશ્વર ભગવાનની વાણી હેતુ-ઉદાહરણથી સભર હોવાથી તે સમજાય એવી હોય છે.

વળી, ભગવાનની વાણી અપ્રામાણ્યના દોષથી કલંકિત નથી. એટલે કે તે પ્રમાણભૂત છે. દ્રવ્ય, ક્ષેત્ર, કાળ, ભાવ એ ચાર પ્રમાણ અથવા પ્રત્યક્ષપ્રમાણ અને પરોક્ષપ્રમાણ અથવા અનુમાનપ્રમાણ અને ઉપમાનપ્રમાણ - એમ વિવિધ પ્રકારનાં પ્રમાણ છે. ભગવાનની વાણી પ્રમાણયુક્ત હોવાથી અપૂર્ણ નથી કે અસત્ય નથી.

આમ, ધર્મધ્યાનમાં જિનેશ્વર ભગવાનની આજ્ઞા વિશે ઘણું ઊંડું ધ્યાન ધરી શકાય છે. એ માટે ઘણા બધા વિષયો અને વિશેષણો છે. તેમાંથી કેટલાંક આ પ્રમાણે છે : (૧) સુનિપુણ (નિપુણતાથી ભરેલી), (૨) અનાદિનિઘન (અનાદિકાળથી તે જ સ્વરૂપે રહેલી), (૩) ભૂતહિતા (જીવોનું કલ્યાણ કરવાવાળી), (૪) ભૂતભાવન (સત્યથી ભાવિત), (૫) અનર્થ (મહામૂલ્યવાન), (૬) અમૃત જેવી, (૭) અજ્ઞેય, (૮) મહાન અર્થવાળી, (૯) મહાનુભાવ (મહાસામર્થ્યવાળી), (૧૦) મહાવિષયવાળી, (૧૧) નિરવદ્ય (પાપરહિત, નિર્દોષ), (૧૨) અનિપુણ જનથી દુર્જેય (સામાન્ય માણસથી ન સમજાય એવી) અને (૧૩) નય-ભંગ-પ્રમાણથી અત્યંત ગહન. જિનાજ્ઞાનો, જિનવાણીનો આ રીતે સર્વોચ્ચ મહિમા દર્શાવવામાં આવ્યો છે.

જિનભદ્રગણિ ક્ષમાશ્રમણે ‘ધ્યાનશતક’માં આ આજ્ઞાનાં ઉપર પ્રમાણે તેર વિશેષણ બતાવ્યાં છે. તે પ્રત્યેક અર્થગંભીર છે.

[૬૧૪] રાગદ્વેષકષાયાદિપીડિતાનાં જનુષ્મતામ્ ।

એહિકામુષ્મિકાંસ્તાંસ્તાન્નાપાયાન્ વિચિન્તયેત્ ॥૩૭॥

અનુવાદ : રાગ, દ્વેષ, કષાય વગેરેથી પીડા પામેલા જીવોના ઐહિક અને પરલોક (આમુષ્મિક) વિશેનાં તે તે વિવિધ પ્રકારનાં અપાયો(કષ્ટો, દુઃખો, અનર્થો)નો વિચાર કરવો.

વિશેષાર્થ : ધર્મધ્યાનનો બીજો પ્રકાર છે અપાયવિચય. અપાય એટલે દુઃખ, કષ્ટ, ત્રાસ, અનર્થ ઇત્યાદિ.

સંસારના જીવો વિવિધ પ્રકારનાં દુઃખો, અનર્થો આ લોકમાં અને પરલોકમાં અનુભવે છે. રાગદ્વેષ કરવાં એ જીવનો સ્વભાવ નથી. પરંતુ

વિભાવ દશામાં અજ્ઞાનને કારણે જીવ રાગથી, દ્વેષથી, કષાયોને કારણે ઘણાં દુઃખો ભોગવે છે અને પોતાનું સંસાર-પરિભ્રમણ વધારી દે છે. દંષ્ટિરાગ, કામરાગ અને સ્નેહરાગથી તથા દ્વેષરૂપી અગ્નિથી જીવનમાં દુઃખ, અશાન્તિ, આકુળવ્યાકુળતા ઉદ્ભવે છે. ક્રોધ, માન, માયા અને લોભ એ ચાર કષાયથી તથા મિથ્યાત્વથી ઘણા ભયંકર અનર્થો સરજાય છે અને તે ભારે કર્મબંધ કરાવે છે.

આમ, ઐહિક અને પારલૌકિક એવાં તમામ દુઃખોનું — અપાયોનું મૂળ રાગદ્વેષાદિ છે. આ અપાયવિચય નામના ધર્મધ્યાનથી આર્તધ્યાન અટકે છે.

[૬૧૫] ધ્યાયેત્કર્મવિપાકં ચ તં તં યોગાનુભાવજમ્ ।

પ્રકૃત્યાદિચતુર્ભેદં શુભાશુભવિભાગતઃ ॥૩૮॥

અનુવાદ : તે તે યોગના અનુભાવ(પ્રભાવ)થી ઉત્પન્ન થયેલા અને પ્રકૃતિ આદિ ચાર પ્રકારનાં કર્મોના વિપાકનું શુભ અને અશુભના વિભાગથી ધ્યાન કરવું.

વિશેષાર્થ : ધર્મધ્યાનનો ત્રીજો પ્રકાર તે વિપાકવિચય છે. વિપાક એટલે કર્મનો પરિપાક અથવા કર્મનું ફળ. આ પ્રકારમાં એના વિશે ચિંતન કરવાનું હોય છે.

આ સંસારમાં પ્રતિક્ષણ શુભ અને અશુભ કર્મનાં નજરે ચડે એવાં મોટાં ફળ કેટલાં બધાં જોવા મળે છે ! આ બધી જે ઘટનાઓ બને છે એમાં કર્મસત્તા કેવી ગજબની રીતે કામ કરી રહી છે એ તો કર્મસિદ્ધાન્તનું રહસ્ય જે જાણતા હોય તેને સવિશેષ સમજાય છે. કોઈ ઘટના જુએ કે એ વિશે સાંભળે અને માણસને તરત ક્યા પ્રકારનું કર્મ ત્યાં ઉદયમાં આવ્યું તે સમજાય. દીરકાનાં લગ્ન લીધાં હોય અને બધી તૈયારીઓ થઈ ગઈ હોય ને આગલે દિવસે છાપામાં જાહેરાત આપવી પડે કે અનિવાર્ય સંજોગોને લીધે લગ્ન બંધ રહ્યાં છે ત્યારે અંતરાયાદિ કર્મોનો કેવો ઉદય આવ્યો તે સમજાય. પોતાની ભણેલી, દેખાવડી દીકરીએ પોતાના જ અભણ, ગરીબ, અન્ય ધર્મી ડ્રાઈવર સાથે ભાગી

જઈને લગ્ન કરી લીધાં હોય ત્યારે મોહનીય વગેરે કર્મનો કેવો ઉદય છે તે સમજાય. રેલવે અકસ્માતમાં કોઈનો પગ કપાય અને અસલ્લ પીડા અનુભવે ત્યારે અશાતા વેદનીયાદિ કર્મોના વિપાકની સમજ પડે. મંદબુદ્ધિના બાળકને જોઈને જ્ઞાનાવરણીય કર્મના વિપાકનો વિચાર સ્ફુરે. કોઈક મરણપથારીએ હોય તો આસપાસ ડોક્ટરો, સગાંસંબંધીઓ અને અન્ય ચાહકોનું મોટું ટોળું જામ્યું હોય અને દોડધામ થતી હોય અને બીજી બાજુ કોઈક પોતાના ખોરડામાં મરણપથારીએ હોય ને ચીસો નાખતો હોય પણ એને બેઠો કરવા કે પાણી પાવા માટે પણ કોઈ ત્યાં હાજર ન હોય ત્યારે કર્મની વિષમ ગતિનો ખ્યાલ આવે છે. કોઈ દેવની જેમ ખાવાપીવાનું અને હરવાફરવાનું સુખ ભોગવતો હોય છે અને કોઈક શેરીએ શેરીએ ભીખ માંગી માંડ પેટ ભરતો હોય છે. કર્મનાં વિપાકની આવી આવી વિલક્ષણ ઘટનાઓ આપણી દૃષ્ટિ ખોલી નાંખે છે. એવી ઘટનાઓનો કોઈ પાર નથી. ધર્મધ્યાન ધરનાર માટે આ વિપાકવિચયનો વિષય બહુ સહાયક બને એવો છે.

આ પ્રકારના ધર્મધ્યાનમાં શાસ્ત્રકારોએ કર્મના વિપાકમાં મન, વચન અને કાયાના યોગથી બંધાતાં કર્મો તથા કર્મનાં પ્રકૃતિ, સ્થિતિ, રસ અને પ્રદેશ તથા શુભ અને અશુભ પ્રકારનાં કર્મોનું ચિંતન કરવાની ભલામણ કરી છે. કર્મની પ્રકૃતિ એટલે કર્મના જ્ઞાનાવરણીય, દર્શનાવરણીય વગેરે આઠ પ્રકાર તથા તેના ઉત્તરભેદ. સ્થિતિ એટલે કાર્મણ વર્ગણાનાં પુદ્ગલ પરમાણુઓનો આત્મપ્રદેશો પર ચોંટેલા રહેવાનો કાળ. પ્રદેશ એટલે જીવના આત્મપ્રદેશો પર કર્મના જથ્થાનું વળગેલા રહેવું તે. રસ અથવા અનુભાગ એટલે કર્મોની તીવ્રતા, મંદતા વગેરે. આ આઠ પ્રકારનાં કર્મો મન, વચન અને કાયાના યોગે બંધાય છે. તે સ્પૃષ્ટ, બદ્ધ અને નિકાચિત પ્રકારે બંધાય છે અને તે કર્મો શુભ હોય તો શાતાનો અનુભવ કરાવનાર, દેવગતિનાં સુખો અપાવનાર અને અશુભ હોય તો અશાતા, કષ્ટ, યાતનાનો અનુભવ કરાવનાર, નરક ગતિનાં દુઃખોમાં ધકેલી દેનાર હોય છે.

આ રીતે ધર્મધ્યાનનો ધ્યાતા કર્મના વિપાકનું ધ્યાન ધરી શકે છે.

[૬૧૬] उत्पादस्थितिभंगादिपर्यायैर्लक्षणैः पृथक् ।

भेदैर्नामादिभिर्लोकसंस्थानं चिन्तयेद्भूतम् ॥૩૧॥

અનુવાદ : ઉત્પત્તિ, સ્થિતિ, નાશ (ભંગ) વગેરે પર્યાયોરૂપી લક્ષણો વડે તથા નામ વગેરે પૃથક્ ભેદો વડે ભરેલા લોકસંસ્થાનનું ચિંતન કરવું.

વિશેષાર્થ : ચોથા પ્રકારનું ધર્મધ્યાન તે સંસ્થાનવિચય છે. આ પ્રકારના ધ્યાનમાં ચૌદ રાજલોકનું એટલે કે સમગ્ર સંસારનું ચિંતન કરવાનું છે. આ સંસારમાં છ દ્રવ્યો છે : જીવાસ્તિકાય, પુદ્ગલાસ્તિકાય, ધર્માસ્તિકાય, અધર્માસ્તિકાય, આકાશાસ્તિકાય અને કાળ. આ છ દ્રવ્યોનાં લક્ષણ, આકૃતિ, આધાર, પ્રકાર, પ્રમાણ તથા ઉત્પાદ, વ્યય, ધ્રોવ્ય વગેરે પર્યાયો છે. વળી નામ, સ્થાપના, દ્રવ્ય, ક્ષેત્ર, કાળ, ભાવ, પર્યાય, લોક એમ આઠ ભેદથી પણ લોકનું ચિંતન કરવામાં આવે છે. તુદપરાંત દેવલોક, નરક વગેરે સહિત ચૌદ રાજલોક વિશે ચિંતન કરી શકાય છે. જીવનું લક્ષણ, દેહ, કર્મનો કર્તા, કર્મનો ભોક્તા ઇત્યાદિ દૃષ્ટિએ પણ ધ્યાન ધરી શકાય છે. સંસાર એક સમુદ્ર છે અને એમાં ચારિત્રરૂપી જહાજથી પાર પહોંચી મોક્ષનગરીમાં જઈ શકાય છે — ઇત્યાદિ પ્રકારનું ધ્યાન પણ ધરવામાં આવે છે.

આમ, સંસ્થાનવિચયમાં પદાર્થોનું ચિંતન વિસ્તારથી કરી શકાય છે.

[૬૧૭] चिन्तयेत्तत्र कर्तारं भोक्तारं निजकर्मणाम् ।

अस्त्रमव्ययं जीवमुपयोगस्वलक्षणम् ॥૪૦॥

અનુવાદ : જીવ ઉપયોગરૂપી સ્વલક્ષણવાળો, પોતાનાં કર્મનો કર્તા અને ભોક્તા છે, અરૂપી છે, અવ્યય છે — એનું એમાં ચિંતન કરવું.

વિશેષાર્થ : સંસ્થાનવિચય નામના ધર્મધ્યાનમાં ચૌદ રાજલોક ઉપરાંત છ દ્રવ્યોમાં મુખ્ય એવા જીવ દ્રવ્યનું પણ ચિંતન કરવાનું છે.

જીવ (સંસારી અને સિદ્ધ એવા બંને પ્રકારના) વિશે શું ચિંતન કરશો ? જીવના સ્વરૂપ અને એનાં લક્ષણોનું ચિંતન કરતાં તો પાર

ન આવે. એટલે એમાંથી થોડાંક લક્ષણો અહીં ઉપાધ્યાયજી મહારાજે આપ્યાં છે.

(૧) જીવ સ્વકર્મનો કર્તા છે — જીવ અર્થાત્ આત્મા સ્વભાવથી શુદ્ધ ચૈતન્ય સ્વરૂપ છે. એટલે તે પોતાના સ્વરૂપનો કર્તા છે. પરંતુ જીવ પોતાની વિભાવ દશામાં અજ્ઞાનને કારણે કર્મનો કર્તા છે. મિથ્યાત્વ, અવિરતિ, પ્રમાદ અને કષાયોને કારણે જીવ જ્ઞાનાવરણીય વગેરે પ્રકારનાં કર્મો બાંધે છે. જ્યાં સુધી કેવળજ્ઞાન અને મોક્ષગતિ પ્રાપ્ત ન થાય ત્યાં સુધી કર્મો બાંધવાની એની ક્રિયા નિરંતર ભવભવાંતરમાં ચાલતી જ રહે છે.

(૨) જીવ સ્વકર્મનો ભોક્તા છે — જીવ સ્વભાવથી પોતાનાં સ્વરૂપનો ભોક્તા છે. પરંતુ વિભાવ દશામાં અજ્ઞાનને લીધે બાંધેલાં કર્મનો તે ભોક્તા પણ છે. જ્યાં સુધી મોક્ષગતિ પ્રાપ્ત થતી નથી ત્યાં સુધી જીવે બાંધેલાં કર્મો એણે ભોગવવાનાં જ રહે છે.

(૩) અરૂપ અથવા અરૂપી — આત્મા સ્વભાવે શુદ્ધ, નિરંજન, નિરાકાર, અશરીરી, અરૂપી છે. સર્વ કર્મથી મુક્ત થયેલો જીવ સિદ્ધશિલા પર બિરાજમાન થાય છે ત્યારે તે અરૂપી હોય છે અને અનંતકાળ પર્યંત તે પ્રમાણે અરૂપી રહે છે. જીવ સંસારમાં સ્વકર્મને લીધે, જડ દ્રવ્યના આવરણને લીધે શરીરધારી દેખાય છે, આકૃતિવાળો દેખાય છે. પરંતુ એ એની વિભાવદશા છે, અજ્ઞાનદશા છે. વસ્તુતઃ જીવ અર્થાત્ આત્મા સ્વસ્વભાવથી અરૂપી છે.

(૪) અવ્યય — અવ્યય એટલે જેનો વ્યય ન થાય તે અર્થાત્ અવિનાશી. જે નાશ પામે છે તે શરીર છે. આત્મા તો અજર, અમર છે. જીવ અનુત્પન્ન છે એટલે કે આત્મા અનાદિ છે. અમુક કાળે એની ઉત્પત્તિ થઈ એવું નથી. પરંતુ અનાદિ કાળથી કર્મના સંયોગને કારણે એના દેહની, જન્મ-મરણની ક્રિયા ચાલ્યા કરે છે. તે એક દેહ મૂકીને બીજો દેહ ધારણ કરે છે. પરંતુ રૂપી આત્મા જ્યારે સર્વ કર્મનો ક્ષય કરી શુદ્ધ સ્વરૂપે પ્રગટ થાય છે, સિદ્ધશિલા પર સ્થિત થાય છે ત્યારે તે અવ્યય, અરૂપી, અવિનાશી હોય છે.

(૫) ઉપયોગ-લક્ષણ — ઉપયોગ એ જીવનું લક્ષણ છે. ઉપ એટલે પાસે અને યોગ એટલે જોડાવું. એટલે જીવ જેની સાથે ગાઢ રીતે જોડાય તે ઉપયોગ. જીવ જ્ઞાન સાથે અને દર્શન સાથે ગાઢપણે જોડાયેલો રહેતો હોવાથી જીવ જ્ઞાન-ઉપયોગવાળો તથા દર્શનઉપયોગવાળો કહેવાય છે. જીવના સાકાર ઉપયોગને જ્ઞાનોપયોગ અને નિરાકાર ઉપયોગને દર્શનોપયોગ કહેવામાં આવે છે. સાકાર ઉપયોગ મતિજ્ઞાન વગેરેની દૃષ્ટિએ આઠ પ્રકારનો અને નિરાકાર ઉપયોગ ચક્ષુદર્શન વગેરેની દૃષ્ટિએ ચાર પ્રકારનો બતાવવામાં આવે છે. જ્ઞાનોપયોગને વિશેષોપયોગ અને દર્શનોપયોગને સામાન્યોપયોગ પણ કહેવામાં આવે છે.

આ શ્લોકમાં જીવનાં પાંચ લક્ષણો બતાવવામાં આવ્યાં છે. જિનભદ્રગણિએ ‘ધ્યાનશતક’માં જીવનું અનાદિ, અનંત એવું કાળસ્થિતિનું લક્ષણ ગણાવ્યું છે તેનો ‘અવ્યય’ લક્ષણમાં સમાવેશ કરી શકાય.

હવે ભવરૂપી સમુદ્રનું રૂપક વર્ણવવામાં આવે છે :

[૬૧૮] તત્કર્મજનિતં જન્મજરામરણવારિણા ।

પૂર્ણ મોહમહાવર્તં કામૌર્વાનલભીષણમ્ ॥૪૧॥

અનુવાદ : તે (ભવસમુદ્ર) કર્મથી ઉત્પન્ન થયેલો, જન્મ, જરા, મરણરૂપી જળથી ભરેલો, મોહના મોટા વમળ(આવર્ત)વાળો અને કામરૂપી વડવાનલથી ભીષણ બનેલો—

[૬૧૯] આશામહાનિલાપૂર્ણકષાય-કલશોચ્છલત્ ।

અસદ્વિકલ્પકલ્લોલચક્રં દધતમુદ્ધતમ્ ॥૪૨॥

અનુવાદ : તે (ભવસમુદ્ર) આશારૂપી મહાવાયુથી પૂર્ણ, કષાયરૂપી કળશોથી ઉછાળાતો, અસત્ વિકલ્પોરૂપી ઉદ્ભત તરંગોના સમૂહને ધારણ કરતો—

[૬૨૦] હૃદિ શ્રોતસિકાવેલાસંપાતદુરતિક્રમમ્ ।

પ્રાર્થનાવલ્લિસંતાનં દુષ્પૂરવિષયોદરમ્ ॥૪૩॥

અનુવાદ : તે (ભવસમુદ્ર) હૃદયમાં શ્રોતસિકા (ઇન્દ્રિયો અર્થાત્

વાસનાઓ) રૂપી વેળા(ભરતી)ને લીધે બહુ કષ્ટથી ઓળંગી શકાય એવો, પ્રાર્થના (વાસનાઓના સંતોષ માટે) રૂપી લહરીઓની પરંપરાવાળો, દુઃખે કરીને સંતોષાય એવા વિષયરૂપી ઉદર(મધ્યભાગ)વાળો—

[૬૨૧] અજ્ઞાનદુર્દિનં વ્યાપદ્વિદ્યુત્પાતોદ્ભવદ્ભયમ્ ।

કદાગ્રહકુવાતેન હૃદયોત્કંપકારિણમ્ ॥૪૪॥

અનુવાદ : તે (ભવસમુદ્ર) અજ્ઞાનરૂપી દુર્દિનવાળો, વિપત્તિરૂપી વીજળી પડવાથી ભય ઉત્પન્ન કરનારો, કદાગ્રહરૂપી દુષ્ટ વાયુ વડે હૃદયને કંપ કરાવનારો—

[૬૨૨] વિવિધ વ્યાધિસંબંધમત્સ્યકચ્છપસંકુલમ્ ।

ચિંતયેચ્ચ ભવાંભોધિં ચલદ્દોષાદ્રિદુર્ગમમ્ ॥૪૫॥

અનુવાદ : તથા વિવિધ પ્રકારના વ્યાધિઓના સંબંધરૂપી મત્સ્ય અને કાચબાથી સંકુલ, દોષોરૂપી ચલાયમાન પર્વતોથી દુર્ગમ એવા ભવસમુદ્રનું ચિંતન કરવું.

વિશેષાર્થ : આ ધ્યાન શ્લોકમાં સંસારરૂપી સાગરનું વર્ણન કરવામાં આવ્યું છે. વિશાળ સંસારસાગર ક્યારેય સૂકાતો નથી એટલે તથા એમાં રોજરોજ જન્મરૂપી ભરતી અને મૃત્યુરૂપી ઓટનાં કેટલાંયે મોજાંઓ આવતાં હોવાથી ઠેઠ પ્રાચીન કાળથી કવિઓ સંસારને માટે સમુદ્ર કે સાગરનું રૂપક પ્રયોજતા આવ્યા છે. સમુદ્રનાં ભિન્નભિન્ન અંગોને રૂપક વડે ભિન્નભિન્ન રીતે ઘટાવાય છે. 'વિશેષાવશ્યક'ના રચયિતા શ્રી જિનભદ્રગણિ ક્ષમાશ્રમણે રચેલા 'ધ્યાનશતક'માં સંસારસાગરનું જે રૂપક પ્રયોજ્યું છે તેના ઉપર શ્રી હરિભદ્રસૂરિજીએ ટીકા રચી છે. એના આધારે ઉપાધ્યાય શ્રી યશોવિજયજીએ આ સંસારસમુદ્રનું — ભવાબ્ધિનું રૂપક પ્રયોજ્યું છે. આ રૂપકમાં તેઓ કહે છે :

(૧) આ સંસારસમુદ્ર કર્મથી ઉત્પન્ન થયેલો છે..

(૨) તે જન્મ, જરા અને મરણરૂપી જળથી ભરેલો છે.

(૩) તે મોહનાં મોટાં વમળવાળો છે.

- (૪) તે કામરૂપી વડવાનલથી ભીષણ બનેલો છે.
- (૫) તે આશાઓરૂપી વાયુથી ભરેલો છે.
- (૬) તે ક્રોધાદિ કષાયોરૂપી પાતાલ-કલશોથી ઊછળતો રહે છે.
- (૭) તે અસત્ વિકલ્પોરૂપી મોટાં ભયંકર મોજાંઓને ધારણ કરે છે.
- (૮) તે હૃદયમાં ઊઠતી વાસનાઓના જોરદાર પ્રવાહોને કારણે ન ઉલ્લંઘી શકાય એવો છે.
- (૯) તે સુખની પ્રાર્થનાઓરૂપી લહરીઓની પરંપરાવાળો છે.
- (૧૦) તે જલદી ન સંતોષાય એવા વિષયરૂપી ઉદરવાળો છે.
- (૧૧) તે અજ્ઞાન (મિથ્યાત્વ) રૂપી દુર્દિનવાળો છે.
- (૧૨) તે આપત્તિઓરૂપી વીજળી પડવાથી ભય પેદા કરનારો છે.
- (૧૩) તે કદાગ્રહરૂપી દુષ્ટ વાયુ વડે હૃદયને ધ્રુજાવનારો છે.
- (૧૪) તે વ્યાધિઓરૂપી માછલાં અને કાયબાઓથી ખીયોખીય ભરેલો છે.
- (૧૫) તે જંગમ અથવા ચલાયમાન પર્વતો (આઈસબર્ગ)થી દુર્ગમ છે.

આમ જન્મ, જરા, મૃત્યુ, અજ્ઞાન, મિથ્યાત્વ, વાસનાઓ, કષાયો, પરિગ્રહ, વ્યાધિઓ, આપત્તિઓ વગેરેથી ભરેલો સંસાર ભયંકર છે એમ ચિંતવવાથી ધર્મધ્યાનમાં સ્થિર થવાય છે.

[૬૨૩] તસ્ય સંતરણોપાયં સમ્યક્ત્વદ્વંધનમ્ ।

બહુશીલાંગફલકં જ્ઞાનનિર્યામિકાન્વિતમ્ ॥૪૬॥

અનુવાદ : તેને (સંસારરૂપી સાગરને) તરવાના ઉપાયરૂપે સમ્યક્ત્વરૂપી દૈઢ બંધનવાળા, બહુ શીલાંગરૂપી પાટિયાં(ફલક)વાળા, જ્ઞાનરૂપી નિર્યામક(સુકાની) સાથેના—

[૬૨૪] સંવરાસ્તાશ્રવચ્છિદ્રં ગુપ્તિગુપ્તં સમન્તતઃ ।

આચારમંડપોદ્દીપાપવાદોત્સર્ગભૂદ્વયમ્ ॥૪૭॥

અનુવાદ : સંવર વડે જેનાં આશ્રવરૂપી છિદ્રો પૂરાયેલાં છે, ચારે બાજુથી તે ગુપ્તિઓ વડે રક્ષણ કરાયેલું છે, અપવાદ અને ઉત્સર્ગરૂપી બે માળ(ભૂમિ)વાળા ને આચારરૂપી મંડપથી પ્રદીપ્ત છે એવા—

[૬૨૫] અસંખ્યૈદુર્ધૈર્યોઘૈર્દુષ્ટધૃષ્ટ્યં સદાશયૈઃ ।

સદ્યોગકૂપસ્તંભાગ્રન્યસ્તાધ્યાત્મસિતાંશુકમ્ ॥૪૮॥

અનુવાદ : સદાશયરૂપી અસંખ્ય દુર્ધર યોદ્ધાઓને લીધે અપરાજેય, સદ્યોગરૂપી કૂવાસ્તંભના અગ્ર ભાગ ઉપર અધ્યાત્મરૂપી સઠ (સિતાંશુક—શ્વેત વસ્ત્ર) છે એવા—

[૬૨૬] તપોઽનુકૂલપવનોદ્ભૂતસંવેગવેગતઃ ।

વૈરાગ્યમાર્ગપતિતં ચારિત્રવહનં શ્રિતાઃ ॥૪૯॥

અનુવાદ : તપરૂપી અનુકૂળ પવનથી ઉત્પન્ન થયેલા, સંવેગરૂપી વેગથી વૈરાગ્યરૂપી માર્ગે પડેલા (ચડેલા), ચારિત્રરૂપી વહાણમાં બેઠેલા—

[૬૨૭] સદ્ભાવનાચ્છ્યમંજૂષાન્યસ્તસચ્ચિત્તરત્નતઃ ।

યથાઽવિઘ્નેન ગચ્છન્તિ નિર્વાણનગરં બુધાઃ ॥૫૦॥

અનુવાદ : પંડિતો (જ્ઞાનીઓ) સદ્ભાવના નામની પેટી(મંજૂષા)માં શુદ્ધ ચિત્તરૂપી રત્ન મૂકીને, નિર્વિઘ્ને નિર્વાણ-નગરે પહોંચે છે.

વિશેષાર્થ : શ્રી જિનભદ્રગણિ ક્ષમાશ્રમણે ‘ધ્યાનશતક’માં સંસારરૂપી સાગરનું રૂપક પ્રયોજ્યું છે અને એ સાગરને તરવા માટે ચારિત્રરૂપી જહાજનું રૂપક પણ પ્રયોજ્યું છે. એને અનુસરીને શ્રી હરિભદ્રસૂરિએ અને એના ઉપરથી ઉપાધ્યાયશ્રી યશોવિજયજીએ પણ આ રૂપક આપ્યું છે. એમાં ‘ધ્યાનશતક’ કરતાં થોડો વિગતફેર છે, પણ તે રૂપકને વધુ સવિગત બનાવવા માટે છે એમ સમજાય છે.

જો સંસારરૂપી સાગર જન્મમરણ, મોહ, ક્રોધાદિ કષાયો, અશુભ વિકલ્પો, વાસનાઓ, અજ્ઞાન, કદાગ્રહ, વ્યાધિઓ વગેરેથી ભરેલો અને

દુર્ગમ હોય તો એ સાગરને તરીને સામે પાર પહોંચવા માટે સામગ્રી અને શક્તિ પણ એવાં જ સબળ જોઈએ. એટલે એ સમુદ્રને તરવા માટે ચારિત્રરૂપી જહાજ તૈયાર કરવામાં આવ્યું છે. શીલાંગરૂપી પાટિયા અને સમ્યક્ત્વરૂપી દંઢ બંધથી એ બાંધવામાં આવ્યું છે. તેમાં ઉત્સર્ગ અને અપવાદરૂપી બે માળમાં આચારરૂપી મંડપ (કેબિન) કરવામાં આવ્યો છે. વહાણમાં આશ્રવોરૂપી જે છિદ્રો રહી ગયાં હતાં તે સંવર વડે પૂરવામાં આવ્યાં છે. એમાં સદ્ધ્યોગરૂપી કૂવાસ્તંભ ઉપર અધ્યાત્મરૂપી શ્વેત રેશમી વાવટો (સિતાંશુક) ફરકાવવામાં આવ્યો છે. સુકાની તરીકે જ્ઞાનની નિમણૂક કરવામાં આવી છે. વહાણના રક્ષણ માટે સમિતિગુપ્તિ સાથે સદાશયરૂપી યોદ્ધાઓ લેવામાં આવ્યા છે. આ વહાણમાં પંડિતો (જ્ઞાનીઓ) બેઠા છે. તેઓની પાસે સદ્ભાવનારૂપી મંજૂષામાં શુદ્ધ ચિત્ત (શુદ્ધોપયોગ) રૂપી રત્નો છે.

વહાણ ઊપડ્યું અને એણે વૈરાગ્યરૂપી દિશા પકડી. તપરૂપી જોરદાર અનુકૂળ પવનને લીધે સંવેગરૂપી વેગ મળ્યો. આથી આ જહાજ સુરક્ષિતપણે નિર્વાણરૂપી નગરીએ પહોંચી ગયું.

આમ સંસારરૂપી સાગર અને તે પાર કરવા માટે ચારિત્રરૂપી જહાજનું રૂપક સંસ્થાનવિચય નામના ધર્મધ્યાન માટે પ્રાચીન સમયથી અપાતું આવ્યું છે. એક એક વિગત ગોઠવતાં ગોઠવતાં અને તે પ્રમાણે ચિત્તમાં ચિત્ર તૈયાર કરવામાં ઠીક ઠીક સમય લાગે છે અને એ રીતે ધ્યાતા આ ધર્મધ્યાનમાં ઠીક ઠીક રોકાયેલો રહે છે. એના ચિત્તમાં ચંચળતા કે અન્ય વિકલ્પો જલદી આવતા નથી.

[૬૨૮] યથા ચ મોહપ્લીશે લબ્ધવ્યતિકરે સતિ ।

સંસારનાટકોચ્છેદાશંકાપંકાવિલે મુહુઃ ॥૫૧॥

અનુવાદ : અને જ્યારે મોહરાજા (પલ્લીપતિ)એ આ વૃત્તાન્ત જાણ્યો ત્યારે સંસારરૂપી નાટકના ઉચ્છેદની શંકારૂપી કાદવથી તે વારંવાર મલિન થયો.

[૬૨૮] સજ્જીકૃતસ્વીયભટે નાવં દુર્બુદ્ધિનામિકામ્ ।

શ્રિતે દુર્નીતિનૌવૃન્દાસ્થશોષભટાન્વિતે ॥૫૨॥

અનુવાદ : તેણે (મોહરાજાએ) પોતાના સુભટોને સજ્જ કરીને દુર્બુદ્ધિ નામની નૌકામાં બેસાડ્યા અને બાકીનાને દુર્નીતિરૂપી નૌકામાં બેસાડ્યા.

[૬૩૦] આગચ્છત્યથ ધર્મશભટૌધે રણમંડપમ્ ।

તત્ત્વચિન્તાદિ-નારાચસજ્જીભૂતે સમાશ્રિતે ॥૫૩॥

અનુવાદ : ત્યારે તત્ત્વચિંતનાદિરૂપી બાણોથી સજ્જ થયેલા સુભટોના સમૂહ સાથે ધર્મરાજા રણમેદાનમાં આવી પહોંચે છે.

[૬૩૧] મિથો લગ્ને રણાવેશે સમ્યગ્દર્શનમંત્રિણા ।

મિથ્યાત્વમંત્રી વિષમાં પ્રાપ્યતે ચરમાં દશામ્ ॥૫૪॥

અનુવાદ : પરસ્પર તેમની વચ્ચે રણયુદ્ધ થતાં સમ્યગ્દર્શનરૂપી મંત્રી દ્વારા મિથ્યાત્વરૂપી મંત્રીને છેલ્લી વિષમ દશાને પમાડાય છે. (મૃતપ્રાયઃ કરી દેવાય છે.)

[૬૩૨] લીલયૈવ નિરુદ્ધ્યન્તે કષાયચરતા અપિ ।

પ્રશમાદિ મહાયોદ્ધૈઃ શીલેન સ્મરતસ્કરઃ ॥૫૫॥

અનુવાદ : પ્રશમ વગેરે મોટા યોદ્ધા દ્વારા કષાયરૂપી ચોરોને અને શીલરૂપી સુભટ દ્વારા કામરૂપી ચોરને લીલા માત્રમાં રુંધવામાં આવે છે.

[૬૩૩] હાસ્યાદિષ્ટકલુંટાકવૃન્દ વૈરાગ્યસેનયા ।

નિદ્રાદયશ્ચ તાઙ્ઘ્યન્તે શ્રુતોઘોગાદિભિર્મટૈઃ ॥૫૬॥

અનુવાદ : હાસ્ય વગેરે છ લૂંટારાના ટોળાંને વૈરાગ્યરૂપી સેના દ્વારા અને નિદ્રા વગેરેને શ્રુત-ઉઘોગ વગેરે સુભટો દ્વારા માર મારવામાં આવે છે.

[૬૩૪] ઘટાભ્યાં ધર્મશુક્લાભ્યામાર્ત્તરૌદ્રાભિઘ્નૌ ઘટૌ ।
નિગ્રહેણેન્દ્રિયાણાં ચ જીયતે દ્રાગસંયમઃ ॥૫૭॥

અનુવાદ : ધર્મ અને શુકલ ધ્યાનરૂપી સુભટો દ્વારા આર્ત અને રૌદ્ર ધ્યાનરૂપી યોદ્ધાઓને અને ઈન્દ્રિયનિગ્રહ દ્વારા અસંયમને તત્કાળ (દ્રાક્) જીતી લેવાય છે.

[૬૩૫] ક્ષયોપશમતશ્ચક્ષુર્દર્શનાવરણાદયઃ ।
નશ્યત્યસાતસૈન્યં ચ પુણ્યોદયપરાક્રમાત્ ॥૫૮॥

અનુવાદ : ક્ષયોપશમરૂપી સુભટથી ચક્ષુદર્શનાવરણ વગેરે અને પુણ્યોદયરૂપી સુભટના પરાક્રમથી અશાંતારૂપી સૈન્ય નાશ પામે છે.

[૬૩૬] સહ દ્વેષગજેન્દ્રેણ રાગકેસરિણા તથા ।
સુતેન મોહંભૂપોઽપિ ધર્મભૂપેન હન્યતે ॥૫૯॥

અનુવાદ : ધર્મરાજા વડે મોહરૂપી રાજા, પોતાના દ્વેષરૂપી ગજેન્દ્ર અને રાગરૂપી કેસરી (સિંહ) નામના પુત્રો સહિત હણાય છે.

[૬૩૭] તતઃ પ્રાપ્તમહાનંદા ધર્મભૂપપ્રસાદતઃ ।
યથા કૃતાર્થા જાયન્તે સાધવો વ્યવહારિણઃ ॥૬૦॥

અનુવાદ : ત્યાર પછી ધર્મરાજાની કૃપાથી (પ્રસાદથી) જેઓને મહા આનંદ થયો છે તે સાધુરૂપી વેપારીઓ કૃતાર્થ થાય છે.

[૬૩૮] વિચિન્તયેત્તથા સર્વં ધર્મધ્યાનનિવિષ્ટધીઃ ।
ઈદ્દગન્યદપિ ત્યસ્તમર્થજાતં યદાગમે ॥૬૧॥

અનુવાદ : ધર્મધ્યાન વિશે જેમની બુદ્ધિ તલ્લીન થયેલી છે તેઓએ આગમમાં નિરૂપાયેલા બીજા પણ આવા પદાર્થો વિશે ચિંતન કરવું.

વિશેષાર્થ : સંસારરૂપી સાગરને તરી જવા માટે, નિર્વાણનગરે પહોંચવા માટે ચારિત્રરૂપી જહાજમાં બેસીને મુનિઓ નીકળે છે. પરંતુ આપણો અનુભવ છે કે સંયમયાત્રા ઘણી કઠિન છે અને એમાં ઘણી મુશ્કેલીઓ-વિઘ્નો આવે છે. એમાં પણ પ્રતિસ્પર્ધા હોય તો તે યાત્રાને

સફળ ન થવા દેવા માટે અનેક ઉપાયો યોજે છે. એટલા માટે જ ચારિત્રરૂપી જહાજ લઈને તેઓ નીકળ્યા છે.

આ સરસ સવિગત રૂપકને અહીં અગિયાર શ્લોકમાં વર્ણવવામાં આવ્યું છે. સમુદ્રમાં વહાણને લૂંટી લેવાની ચાંચિયાગીરી પ્રાચીન સમયથી વર્તમાન સમય સુધી પ્રચલિત છે. મોહરાજારૂપી ચાંચિયા રાજાએ દુર્બુદ્ધિ અને દુર્નીતિ નામની નૌકાઓમાં મિથ્યાત્વરૂપી મંત્રી, કષાયરૂપી યોદ્ધાઓ, હાસ્યાદિ નોકષાયરૂપી સુભટો, આર્તધ્યાન અને રૌદ્રધ્યાનરૂપી યોદ્ધાઓ સહિત અશાતારૂપી સેના સાથે ધર્મરાજા ઉપર આક્રમણ કર્યું. ભીષણ યુદ્ધ થયું. સમક્તિરૂપી મંત્રી અને શીલ, પ્રશમ, વૈરાગ્ય, શ્રુત-ઉદ્યોગ, ધર્મધ્યાન, શુક્લધ્યાન, ઈન્દ્રિયનિગ્રહ, ક્ષયોપશમ, પુણ્યોદય વગેરેરૂપી યોદ્ધાઓ સહિતની સેનાએ પોતાના અપૂર્વ બળ અને પરાક્રમ વડે અંતે મોહરાજાને પરાજિત કર્યો.

આમ, ધર્મધ્યાન ધરવા માટે સરસ, રોચક, પ્રેરક અને પ્રોત્સાહક એવું રૂપક અહીં આપવામાં આવ્યું છે. સંસ્થાન-વિચય ધર્મધ્યાનમાં કોઈ પણ એક પદાર્થ વિશે સતત ધ્યાન ધરવાથી, જેમાં કંઈક ઘટના બનતી હોય એવાં દૃશ્યો માનસચક્ષુ સમક્ષ ખડાં કરવાથી મન વધુ સમય માટે એકાગ્ર રહે છે. એ દૃષ્ટિએ આરંભકાળમાં આવાં રૂપકો ધ્યાતા માટે બહુ ઉપયોગી નીવડે છે. ઉપાધ્યાય શ્રી યશોવિજયજીએ એટલે જ અહીં કહ્યું છે કે ધર્મધ્યાનના ધ્યાતાઓ આગમમાં નિરૂપાયેલા આવા બીજા પદાર્થો વિશે પણ ધ્યાન ધરી શકે છે. ધર્મધ્યાન ધરવા માટે સામગ્રીની અલ્પતા નથી. એટલા માટે જેના વડે પોતાનું ચિત્ત ધર્મધ્યાનમાં વધુ સમય સુધી એકાગ્ર ને સ્થિર રહે તેવા વિષયો ધ્યાતાએ પસંદ કરવા જોઈએ.

[૬૩૯] મનશ્ચેન્દ્રિયાણાં ચ જયાદ્યો નિર્વિકારથી :

ધર્મધ્યાનસ્ય સ ધ્યાતા શાન્તો દાન્તઃ પ્રકીર્તિતઃ ॥૬૨॥

અનુવાદ : મન અને ઈન્દ્રિયોના જયથી નિર્વિકાર બુદ્ધિવાળા જે હોય તે શાન્ત અને દાન્ત(મુનિ)ને ધર્મધ્યાનના ધ્યાતા કહ્યા છે.

વિશેષાર્થ : ધર્મધ્યાન ધરવા માટે યોગ્ય વ્યક્તિ કોણ ? એની યોગ્યતા અથવા લાયકાત શી ?

અહીં કહેવામાં આવ્યું છે કે મન અને ઈન્દ્રિયો ઉપર વિજય મેળવનાર, નિર્વિકાર બુદ્ધિવાળા, શાન્ત અને દાન્ત મુનિ જ ધર્મધ્યાનના સાચા અધિકારી બની શકે.

આટલું તો નિશ્ચિત છે કે જ્યાં સુધી જીવ આર્તધ્યાન અને રૌદ્રધ્યાનમાં રાયતો હોય ત્યાં સુધી ધર્મધ્યાન પર આવી શકતો નથી. જ્યાં સુધી જીવનમાં વિષય, કષાય અને પ્રમાદનું જોર વધારે છે ત્યાં સુધી જીવ દાન્ત એટલે કે ઈન્દ્રિયોને દમનારો અને શાન્ત થતો નથી. ધર્મધ્યાનની પાત્રતા મેળવવા અને કેળવવા માટે મન અને ઈન્દ્રિયો ઉપર વિજય મેળવવો જરૂરી છે. વિષય, કષાય, નિદ્રા, વિકથા, અજ્ઞાન, ભ્રમ, સંશય, વિસ્મૃતિ ઇત્યાદિથી જે રહિત હોય, શાન્ત અને દાન્ત હોય તેવા મુનિ ધર્મધ્યાનના અધિકારી બની શકે. તેઓ નિર્વિકાર બુદ્ધિવાળા એટલે કે જ્ઞાનરૂપી ધનવાળા હોય છે.

[૬૪૦] પૈરૈરપિ યદિષ્ટં ચ સ્થિતપ્રજ્ઞસ્ય લક્ષણમ્ ।

ઘટતે હ્યત્ર તત્સર્વં તથા ચેદં વ્યવસ્થિતમ્ ॥૬૩॥

અનુવાદ : બીજાઓએ પણ સ્થિતપ્રજ્ઞનું જે લક્ષણ કહ્યું છે તે સર્વ અહીં ઘટી શકે છે. એટલે આ પણ વ્યવસ્થિત જ છે.

વિશેષાર્થ : ગ્રંથકર્તા ઉપાધ્યાય શ્રી યશોવિજયજીએ જૈન દર્શન ઉપરાંત અન્ય દર્શનોનો તલસ્પર્શી અભ્યાસ કર્યો હતો. એટલે અન્ય દર્શનો સાથેની તુલના એમના ગ્રંથમાં સ્વાભાવિક રીતે જ આવી જાય. વળી બીજી બાજુ કેટલાક મુગ્ધ ભોળા લોકોમાં પોતાના ધર્મની — દર્શનની એટલી જાણકારી ન હોય અને અન્ય દર્શનની થોડી વાત સાંભળતાં તેઓ રાજી રાજી થઈ જાય એવું બને છે. કેટલાક કદાચ એવું કહેશે કે ‘ગીતામાં સ્થિતપ્રજ્ઞનાં કેવાં સરસ લક્ષણો બતાવ્યાં છે. આપણે ત્યાં છે એવું કંઈ?’ વસ્તુતઃ જૈન દર્શનમાં ધર્મધ્યાનીનાં જે લક્ષણો કહ્યાં છે તેવાં જ લક્ષણો સ્થિતપ્રજ્ઞનાં છે. એમાં શબ્દો કદાચ જુદા હોય તો પણ અર્થથી તે બંનેનાં લક્ષણો એકબીજા સાથે ઘટાવી શકાય એમ છે. એટલે જૈન દર્શનમાં ધર્મધ્યાનીનાં જે લક્ષણો બતાવવામાં આવ્યાં છે તે

સર્વથા યોગ્ય અને વ્યવસ્થિત જ છે. આ સરખામણી માટે ઉપાધ્યાયજી મહારાજે શ્રીમદ્ભગવદ્ગીતામાંથી હવે પછીના ચાર શ્લોક ટાંક્યા છે.

[૬૪૧] પ્રજહાતિ યદા કામાન્ સર્વાન્યાર્થ મનોગતાન્ ।

આત્મન્યેવાત્મના તુષ્ટઃ સ્થિતપ્રજ્ઞસ્તદોચ્યતે ॥૬૪॥

અનુવાદ : હે અર્જુન (પાર્થ) ! જ્યારે મનમાં રહેલી સર્વ કામનાઓને તે (સાધક) ત્યજી દે છે, (અને) પોતાનામાં જ પોતાના (આત્મા) વડે સંતુષ્ટ હોય છે ત્યારે તે સ્થિતપ્રજ્ઞ કહેવાય છે.

વિશેષાર્થ : ઉપાધ્યાય શ્રી યશોવિજયજી મહારાજે શ્રીમદ્ભગવદ્ગીતાના બીજા અધ્યાયમાંથી ચાર શ્લોક (નં. ૫૫ થી ૫૮) અહીં ટાંક્યા છે. આ શ્લોકો શ્રીકૃષ્ણે અર્જુનને સંબોધીને કહેલા છે. તેઓ અર્જુનને 'સ્થિતપ્રજ્ઞ'નાં લક્ષણો સમજાવે છે. જૈન દર્શનમાં જે ધર્મધ્યાનયોગી છે તે જ ગીતામાં સ્થિતપ્રજ્ઞ છે. અહીં આ શ્લોકમાં સ્થિતપ્રજ્ઞનાં બે મુખ્ય લક્ષણો દર્શાવવામાં આવ્યાં છે. સ્થિતપ્રજ્ઞ એ કહેવાય કે જેણે બધી વાસનાઓનો ત્યાગ કર્યો છે અને જે પોતાના આત્મામાં જ સંતુષ્ટ હોય છે.

અહીં વાસનાઓના ત્યાગ ઉપર ભાર મૂકવામાં આવ્યો છે. મનુષ્યનું મન વાસનાઓને કારણે જ સંકલેશવાળું રહે છે. મનુષ્યને આહારસંજ્ઞા વળગેલી છે. ભાતભાતની વાનગીઓનો વિવિધ પ્રકારનો રસ તે માણવા ઈચ્છે છે. તેની સર્વ ઈન્દ્રિયો અને મન ભોગોપભોગ માટે સતેજ રહે છે. મનુષ્યની વિવિધ પ્રકારની એષણાઓને ચાર મુખ્ય વિભાગમાં શાસ્ત્રકારોએ વહેંચી નાખી છે. એ છે દારેષણા, પુત્રેષણા, વિત્તેષણા અને લોકેષણા. પુરુષને સ્ત્રી સાથે અને સ્ત્રીને પુરુષ સાથે કામભોગ ભોગવવાની પ્રબળ વાસના રહ્યા કરે છે. તદુપરાંત સંતાનપ્રાપ્તિની અને ધનમિલકત મેળવવાની એષણા રહે છે. કેટલાક આ ત્રણે વાસનાઓ ઉપર વિજય મેળવે છે, પરંતુ લોકેષણા, લોકખ્યાતિ, લોકોમાં પોતાની વાહવાહ થાય, પોતાનાં યશકીર્તિ વધે, પોતે મોટા પ્રસિદ્ધ પુરુષ થાય, લોકનેતા કે અભિનેતા થાય એવી મહત્ત્વાકાંક્ષા સેવતા રહે છે અને તે

સંતોષાતાં ઉત્તરોત્તર વધુ અને વધુ પૂજા-સત્કાર માટેની તેઓની અભિલાષા વધતી રહે છે. પરંતુ જે આવી બધી એષણાઓ, ઈચ્છાઓ, વૃત્તિઓ, આકાંક્ષાઓ, વાસનાઓનો ત્યાગ કરે છે, તેના પર વિજય મેળવે છે, નિષ્કામ અને અનાસક્ત બને છે તે જ સ્થિતપ્રજ્ઞ બનવાને અધિકારી થઈ શકે છે.

વાસનાઓની ઉપર વિજય મેળવનાર જ અંતર્મુખ બની શકે છે. જે અંતર્મુખ થાય છે, આત્મવિચાર, આત્મજ્ઞાન, આત્મધ્યાન તરફ આગળ વધે છે તે જ અધ્યાત્મમાર્ગમાં આગળ વધે છે. તે જ અધ્યાત્મમાર્ગનો સાચો પ્રવાસી બની શકે છે. પછીથી એને પોતાનામાં જ એટલો સંતોષ રહે છે કે દુન્યવી કોઈ પણ બાબત એને આકર્ષી શકતી નથી. આમ, આત્મસંતુષ્ટ, આત્મસ્થ, આત્મજ્ઞાની વ્યક્તિ જ 'સ્થિતપ્રજ્ઞ' બની શકે છે.

[૬૪૨] दुखेष्वनुद्विग्नमनाः सुखेषु विगतस्पृहः ।

વૌતરાગભયક્રોધઃ સ્થિતધીર્મુનિસ્ચ્યતે ॥૬૫॥

અનુવાદ : દુઃખમાં જે ઉદ્વેગરહિત મનવાળો છે, સુખમાંથી જેની સ્પૃહા જતી રહી છે, જેના રાગ, ભય અને ક્રોધ ચાલ્યા ગયા છે તે મુનિ સ્થિરબુદ્ધિવાળો કહેવાય છે.

વિશેષાર્થ : શ્રીમદ્ભગવદ્ગીતાના બીજા અધ્યાયમાંથી સ્થિતપ્રજ્ઞ વિશેનો આ બીજો શ્લોક અહીં આપવામાં આવ્યો છે. સ્થિતપ્રજ્ઞ મુનિ સંસારમાં કેવી રીતે રહે ? કેવી રીતે બેસે ? કેવી રીતે બોલે ? — ઈત્યાદિ પ્રકારના અર્જુનના પ્રશ્નોના ઉત્તર શ્રીકૃષ્ણે અહીં સંક્ષેપમાં માર્મિક રીતે આપીને સ્થિતપ્રજ્ઞનાં લક્ષણો દર્શાવ્યાં છે.

સંસારમાં સર્વ લોકોને સુખદુઃખના અનુભવો તો થયા જ કરે છે. વળી સુખદુઃખની કલ્પના પણ દરેકની જુદી જુદી હોય છે. સામાન્ય માણસ સુખમાં રાજી થાય છે અને દુઃખમાં દુઃખી થાય છે. આ સુખ અને દુઃખ સ્થૂલ ઈન્દ્રિયોના ભોગ-ઉપભોગને લગતું, અનુકૂળતા અને પ્રતિકૂળતાવાળું હોય છે. એ જ સુખદુઃખને જ્ઞાનીઓ જુદી રીતે જોતા હોય છે. ગમે તેવા શોક-સંતાપના પ્રસંગો આવે તે વખતે જ્ઞાનીઓ

ઉદ્વિગ્ન કે સંતપ્ત થતા નથી. તેઓ દુઃખને સમતા ભાવથી સહન કરી લે છે. તેમની પ્રસન્નતા જરા પણ ઓછી થતી નથી. તેઓ સમજે છે કે જે કોઈ દુઃખનો પ્રસંગ આવી પડ્યો હોય છે તે તો પોતાનાં પૂર્વબદ્ધ અશુભ કર્મોને કારણે જ છે. એમાં કોઈનો દોષ નથી. દોષ હોય તો તે પોતાનાં કર્મોનો જ છે. વળી દુઃખ તે તો દેહને પડ્યું છે, આત્માને નહિ. એવી સમજણ સાથે તેઓ દુઃખનું વેદન સાક્ષીભાવથી કરી લે છે.

જેમ દુઃખના પ્રસંગે તેમ સુખના પ્રસંગે પણ આત્મજ્ઞાની મહાત્માઓનું વલણ નિરાણું જ હોય છે. સુખમાં તેઓ હરખાઈ જતા કે છલકાઈ જતા કે છકી જતા નથી. આ બધું ક્ષણિક કે અનિત્ય જ છે એમ તેઓ સમજે છે. સુખના અનુભવ વખતે તેમને તેની વધુ સ્પૃહા થતી નથી કે રહેતી નથી. વધુ સુખ મેળવવા માટે અભિલાષા તેમને સતાવતી નથી. સુખ અને દુઃખ તો આવે ને જાય એમ જ તેઓ સમજતા હોય છે. તેથી જ તેઓ તેનાથી અલિપ્ત રહી શકે છે.

સ્થિતપ્રજ્ઞ વ્યક્તિના જીવનમાંથી રાગ, ભય, અને ક્રોધ નીકળી ગયા હોય છે. તેઓ અનાસક્ત ભાવે જીવન જીવતા હોવાથી, રાગમુક્ત હોવાથી, દેહાતીત અવસ્થામાં રહેતા હોવાથી તેમને મૃત્યુનો ભય રહેતો નથી. મૃત્યુનો ભય નીકળી જતાં અન્ય પ્રકારના ભય પણ તેમને રહેતા નથી. વળી રાગમુક્ત હોવાથી દ્વેષમુક્ત પણ તેઓ હોય છે. એથી કોઈ વાતે ક્રોધ કે ઉદ્વેગ કરવાનું તેમને કારણ રહેતું નથી. આવી ઊંચી દશા સ્થિતપ્રજ્ઞ યોગીની હોય છે.

[૬૪૩] યઃ સર્વત્રાનભિસ્ત્રેહસ્તત્તપ્રાપ્ય શુભાશુભમ્ ।

નાભિનન્દતિ ન દ્વેષ્ટિ તસ્ય પ્રજ્ઞા પ્રતિષ્ઠિતા ॥૬૬॥

અનુવાદ : જે સર્વત્ર સ્નેહરહિત (રાગરહિત, અનાસક્ત) છે અને જે શુભાશુભ પામીને નથી આનંદિત થતો કે નથી દ્વેષ કરતો, તેની પ્રજ્ઞા પ્રતિષ્ઠિત છે.

વિશેષાર્થ : શ્રીમદ્ભગવદ્ગીતાના બીજા અધ્યાયમાંથી આ શ્લોક અહીં ટાંકવામાં આવ્યો છે. એમાં સ્થિતપ્રજ્ઞ યોગીનું બીજું એક મહત્ત્વનું લક્ષણ દર્શાવવામાં આવ્યું છે.

સ્થિતપ્રજ્ઞ મહાત્મા અનાસક્ત હોય છે. તેઓ અભિસ્નેહરહિત હોય છે એટલે કે તેઓને સ્નેહનું વળગણ હોતું નથી. તેઓ રાગરહિત, આસક્તિરહિત હોય છે. સામાન્ય સંજોગોમાં સાધારણ ક્ષાના લોકો કદાચ થોડો વખત આસક્તિરહિત હોવાનો દાવો કરી શકે. પરંતુ કસોટીનો કાળ જ વધુ મહત્વનો છે. પોતાને સ્થિતપ્રજ્ઞ કે અનાસક્ત તરીકે ઓળખાવનાર મહાત્માઓ પણ કસોટીના પ્રસંગે ડગી જાય છે. ક્યારેક એવા સંજોગો ઊભા થાય છે કે માણસને એકનો અથવા બીજાનો પક્ષ લેવાનું મન થઈ જાય. ક્યારેક વિપરીત પ્રસંગોમાં, શારીરિક કે માનસિક કષ્ટોના વખતે મનથી કે વચનથી બીજા માણસો કે પર પદાર્થો પ્રત્યે ઈતરાજી, નારાજગી, આવેગ, આકોશ, ઈર્ષ્યા, દ્વેષ જેવું કંઈક વ્યક્ત થઈ જાય છે. પોતાનાં પૂર્વબદ્ધ મોટાં નિકાચિત શુભ કર્મનો કે અશુભ કર્મનો જ્યારે ઉદય હોય છે ત્યારે તો માણસની બરાબર કસોટી થાય છે. પરંતુ જેઓએ અંતર્મુખ બનીને, આત્મસ્વરૂપમાં લીન થઈને, સ્વ અને પરનો ભેદ પારખીને બરાબર સાધના કરી હોય છે તેઓ તો આવી બધી વાર્તાને ક્ષણિક, અનિત્ય અને સંસારના સ્વભાવરૂપ માનીને નિર્લેપ રહે છે. તેવા સાધકો સ્થિર બુદ્ધિવાળા, સ્થિતપ્રજ્ઞ અથવા ધર્મધ્યાનના અધિકારી કહેવાય છે.

[૬૪૪] યદા સંહરતે ચાયં કૂર્મોઽઙ્ગાનીવ સર્વશઃ ।

इन्द्रियाणीन्द्रियार्थेभ्यस्तस्य प्रज्ञा प्रतिष्ठता ॥૬૭॥

અનુવાદ : અને જેમ કાયબો બધી બાજુથી અંગોને સંહરી (સમેટી) લે છે તેમ ઈન્દ્રિયોને ઈન્દ્રિયોના વિષયોમાંથી સંહરી લેનારની પ્રજ્ઞા પ્રતિષ્ઠિત (સ્થિર) છે.

વિશેષાર્થ : શ્રીમદ્ભગવદ્ગીતાના બીજા અધ્યાયમાંથી આ શ્લોક અહીં આપવામાં આવ્યો છે. એમાં સ્થિતપ્રજ્ઞ મુનિ અથવા યોગીનું વધુ એક લક્ષણ કાયબાના ઉદાહરણ સાથે સમજાવવામાં આવ્યું છે.

કાયબો એક એવું પ્રાણી છે જે જળચર પણ છે અને સ્થળચર પણ છે. એની પીઠ વજ્ર જેવી મજબૂત હોય છે. તે ઢાલ જેવી હોય છે.

એના પર પ્રહારો કરવા છતાં કાન માને વાગતું નથી. પણ એનાં અંગાંગો કોમળ છે. તે પોતાનું મુખ અને ચારે પગ પીઠની બહાર કાઢીને હરે ફરે છે, પાણીમાં તરી શકે છે. પરંતુ જરાક ભય જણાય કે તરત તે પોતાનાં અંગાંગોને પીઠની અંદર ખેંચી લે છે. એથી એ તરત સુરક્ષિત બની જાય છે. હવે એને કોઈ ભય રહેતો નથી. ઈન્દ્રિયોના સંરક્ષણ અને સંગોપન માટે કુદરતે કાચબાને જેવી વ્યવસ્થા આપી છે તેવી અન્ય પ્રાણીઓને આપી નથી. એટલે ઈન્દ્રિયોના સંયમ માટે કાચબાનું ઉદાહરણ અનુરૂપ અને તરત સમજાય એવું છે. કાચબાને એ પ્રમાણે કરતો જેણે નજરે જોયો હોય તેને તો આ ઉદાહરણની યથાર્થતા તરત સમજાય એવી છે.

સ્થિતપ્રજ્ઞ મુનિઓ પણ એ પ્રમાણે જ કરે છે. તેમની ઈન્દ્રિયો બહાર હોય છે. કાચબાના શરીરના જેવી આપણા શરીરમાં વ્યવસ્થા નથી. પરંતુ ઈન્દ્રિયોને એના વિષયોમાંથી પાછી ખેંચી લઈ શકાય છે. માણસની આંખ ખુલ્લી હોય અને છતાં તે કશું જોતો ન હોય, જોવા ઈચ્છતો ન હોય એમ તે કરી શકે છે. એ પ્રમાણે જેમની પ્રજ્ઞા અર્થાત્ પરિપક્વ બુદ્ધિ સ્થિર થયેલી છે, જેઓ અનાસક્ત છે તેઓ પોતાની જ્ઞાનેન્દ્રિયોને એના વિષયોમાં જવા દેતા નથી. તેઓ ઈન્દ્રિયોના વિષયોમાં લેપાતા નથી. એટલે કે તેઓ ખાય છે છતાં ખાતા નથી. તેઓ જુએ છે છતાં જોતા નથી. તેઓ સાંભળે છે છતાં સાંભળતા નથી. ઈન્દ્રિયનિગ્રહને કારણે તેમનું મન શાન્ત થઈ જાય છે. એમની પ્રજ્ઞા સ્થિર થઈ જાય છે. તેઓ આત્મસ્વરૂપમાં લીન બની જાય છે. તેમનામાંથી કર્તૃત્વ અને ભોક્તૃત્વનો ભાવ નીકળી જાય છે. માટે તેઓ કર્તા છતાં કર્તા નથી અને ભોક્તા છતાં ભોક્તા નથી.

શ્રીમદ્ભગવદ્ગીતામાં સ્થિતપ્રજ્ઞનાં જે લક્ષણો અહીં બતાવવામાં આવ્યાં છે તે જ લક્ષણો જૈન દર્શનમાં ધર્મધ્યાનના યોગીનાં છે.

[૬૪૫] શાન્તો દાન્તો ભવેદીદ્દગાત્મારામતયા સ્થિતઃ ।

સિદ્ધસ્ય હિ સ્વભાવો યઃ સૈવ સાધકયોગ્યતા ॥૬૮॥

અનુવાદ : જે શાન્ત, દાન્ત અને આત્મપરાયણતામાં સ્થિત હોય

તે જ આ પ્રમાણે (ધ્યાતા) થાય છે. સિદ્ધનો (સિદ્ધયોગીનો) જે સ્વભાવ છે તે જ સાધકની યોગ્યતા છે.

વિશેષાર્થ : ધર્મધ્યાનના અધિકારી ધ્યાતા વિશે અહીં ફરીથી કહેવામાં આવ્યું છે. ૬૩૯મા શ્લોકમાં ધર્મધ્યાનના ધ્યાતાનાં લક્ષણો બતાવતાં ગ્રંથકર્તાશ્રીએ કહ્યું છે કે જે મન અને ઈન્દ્રિયો પર વિજય મેળવનાર, નિર્વિકાર, બુદ્ધિવાળો, શાન્ત અને દાન્ત હોય તે જ ધર્મધ્યાનનો અધિકારી બની શકે. જૈન દર્શનમાં દર્શાવેલા ધર્મધ્યાન-ધ્યાતાની સાથે શ્રીમદ્ભગવદ્ગીતાના સ્થિતપ્રજ્ઞને સરખાવ્યા પછી ગ્રંથકાર મહર્ષિ કહે છે કે 'સિદ્ધયોગી' અથવા સ્થિતપ્રજ્ઞનો જે સ્વભાવ બતાવવામાં આવ્યો છે તેવી જ યોગ્યતા આવા સાધક અથવા ધર્મધ્યાનના શાન્ત, દાન્ત ધ્યાતામાં પણ હોય છે. (અહીં 'સિદ્ધ' શબ્દ સિદ્ધાત્માના અર્થમાં લેવાનો નથી.)

એટલે શ્રીમદ્ભગવદ્ગીતાના સ્થિતપ્રજ્ઞ અને જૈન દર્શનના ધર્મધ્યાનધ્યાતા એકસરખા છે એમ કહી શકાય.

[૬૪૬] ધ્યાતાયમેવ શુક્લસ્યાપ્રમત્તઃ પાદયોર્દ્વયોઃ ।

पूर्वविद् योग्ययोगी च केवली परयोस्तयोः ॥૬૧॥

અનુવાદ : આ જ અપ્રમત્ત (મુનિ) શુકલધ્યાનના (પ્રથમ) બે પાયાના પૂર્વધર ધ્યાતા છે, તેમાં પછીનાં બે (શુકલધ્યાનના ત્રીજા અને ચોથા પાયાના ધ્યાતા) સયોગી અને અયોગી કેવલી (અનુક્રમે) છે.

વિશેષાર્થ : ધર્મધ્યાનના ધ્યાતાની યોગ્યતા કેવી હોવી જોઈએ તેનો નિર્દેશ અગાઉ થઈ ગયો છે. અહીં ધર્મધ્યાનના ધ્યાતાની અને શુકલ-ધ્યાનના ધ્યાતાની યોગ્યતા વિશે બીજી થોડીક વાત કરવામાં આવી છે.

વસ્તુતઃ ધર્મધ્યાનનો જે ધ્યાતા હોય તે જ આગળ જતાં વધુ યોગ્યતા પ્રાપ્ત થતાં શુકલધ્યાનનો ધ્યાતા બની શકે. ધર્મધ્યાનનો ધ્યાતા પ્રમત્ત ગુણસ્થાનકવાળો હોઈ શકે અને અપ્રમત્ત ગુણસ્થાનકવાળો પણ હોઈ શકે. એમાં અપ્રમત્ત ગુણસ્થાનકવાળો ધ્યાતા જો શુકલધ્યાનના પહેલા બે પાયાનું ધ્યાન ધરે તો તે અવશ્ય પૂર્વધર એટલે કે ચૌદ પૂર્વનો જ્ઞાતા હોવો જોઈએ.

શ્રી જિનભદ્રગણિ ક્ષમાશ્રમણે ‘ધ્યાનશતક’માં વળી કહ્યું છે કે શુકલધ્યાનના પ્રથમ બે ધ્યાનનો અપ્રમત્ત ધ્યાતા પૂર્વધર હોવા ઉપરાંત પ્રશસ્ત સંઘયણવાળો એટલે કે વજ્ર-ઋષભ-નારાય-સંઘયણવાળો હોવો જોઈએ. જો કે આ લક્ષણ પૂર્વધરના લક્ષણ જેટલું મહત્વનું નથી.

શુકલધ્યાનનો ધ્યાતા પૂર્વધર હોવો જોઈએ એમ જો કહેવામાં આવે તો કોઈકને પ્રશ્ન થાય કે તો પછી મરુદેવી માતા અને માસતુષ મુનિ કેવળજ્ઞાન પામ્યાં હતાં અને તેઓ ‘પૂર્વધર’ નહોતાં તો તે કેવી રીતે બની શકે ? એનો ખુલાસો એમ આપવામાં આવે છે કે તેઓને અપ્રમત્ત ગુણસ્થાનકે નહિ પણ ત્યાર પછીના ઉપરના ગુણસ્થાનકે શુકલધ્યાન થયું હતું. કષાયની મંદતાથી, સામર્થ્યયોગના પ્રભાવે, જ્ઞાનાવરણીય વગેરે કર્મનો તેવો ક્ષયોપશમ થવાથી તેઓને શુકલધ્યાન થયું હતું, જેમાં ચૌદ પૂર્વના જ્ઞાનના સૂક્ષ્મ પદાર્થોનું રહસ્ય આવી જાય છે. તેઓ ક્ષપક-ઉપશમક હતા. પૂર્વધર ન હોય એવા નિર્ગ્રન્થ ક્ષપકને કેવળજ્ઞાન થઈ શકે છે.

શુકલધ્યાનનો ત્રીજો પાયો તે સૂક્ષ્મક્રિયા-અનિવૃત્તિ છે. એ ધ્યાન સયોગી કેવળીને હોય. સયોગી એટલે મન, વચન અને કાયાના યોગવાળા. વિહાર, ગોચરી, ઉપદેશ, શંકાનિવારણ ઇત્યાદિમાં કાયયોગ, વચનયોગ અને મનોયોગવાળા કેવળી ભગવંતોને શૈલેશી અવસ્થા પ્રાપ્ત થવાના પૂર્વના અંતર્મુહૂર્તમાં શુકલધ્યાનનો ત્રીજો પાયો પ્રાપ્ત થાય છે. ત્યારપછી મન, વચન અને કાયાના યોગનો નિરોધ કરી, અયોગી કેવળી બની તેઓ જ્યારે શૈલેશી અવસ્થા પ્રાપ્ત કરે છે ત્યારે શુકલધ્યાનનો ચોથો પાયો પ્રાપ્ત થાય છે.

[૬૪૭] અનિત્યત્વાદ્યનુપ્રેક્ષા ધ્યાનસ્યોપરમેઽપિ હિ ।

भावयेन्नित्यमभ्रान्तः प्राणा ध्यानस्य ताः खलु ॥७०॥

અનુવાદ : ધ્યાનથી (ધર્મધ્યાનથી) નિવૃત્ત (ઉપરમ) થવાય ત્યારે પણ અભ્રાન્ત આત્માએ હમેશાં અનિત્યાદિ અનુપ્રેક્ષાઓ ભાવવી, કારણ કે તે ખરેખર ધ્યાનના પ્રાણરૂપ છે.

વિશેષાર્થ : ધર્મધ્યાન ધરનારાઓ માટે અહીં એક સુંદર વાસ્તવિક ભલામણ કરવામાં આવી છે. કોઈપણ છબ્બસ્થ જીવ દિવસરાત કોઈપણ એક પ્રકારના ધ્યાનમાં સતત રહી શકતો નથી. ચિત્ત એટલું ચંચલ છે કે ક્યારે ધ્યાનનો વિષય છોડી દઈને એ અન્ય વિષયોમાં લાગી જાય છે તેની ખબર પડતી નથી. ધ્યાનના પ્રખર અભ્યાસીઓ નિશ્ચિત સમય માટે કોઈ એક પ્રકારના ધ્યાનમાં તન્મય, સ્થિર થઈ શકે છે, પરંતુ એ સમયાવધિ પૂરી થતાં તેમનું મન બાહ્ય જગતમાં પાછું જોડાઈ જાય છે.

જ્યારે આવું થાય ત્યારે અથવા ધ્યાન ધરવાના બે-ત્રણ નિશ્ચિત સમયાવધિની વચ્ચેના સમયમાં મન જ્યારે નિવૃત્ત થાય ત્યારે ધ્યાન ધરનાર અભ્રાન્ત આત્માઓએ વચ્ચેના એ સમયમાં અનિત્યાદિ બાર ભાવનાઓની અનુપ્રેક્ષા કરવી કે તેનું ચિંતન કરવું અને એ ભાવનાઓ વડે મનને ભાવિત કરવું જોઈએ.

બાર ભાવનાઓ આ પ્રમાણે છે : (૧) અનિત્ય ભાવના, (૨) અશરણ ભાવના, (૩) એકત્વ ભાવના, (૪) અન્યત્વ ભાવના, (૫) અશુચિ ભાવના, (૬) સંસાર ભાવના, (૭) આશ્રવ ભાવના, (૮) સંવર ભાવના, (૯) નિર્જરા ભાવના, (૧૦) લોક ભાવના, (૧૧) ધર્મ ભાવના અને (૧૨) બોધિદુર્લભ ભાવના.

આ બાર ભાવનાઓની અનુપ્રેક્ષા કરવાનું સૂચન બહુ ઉપયોગી છે, કારણ કે ધર્મધ્યાનના પ્રકારો—આજ્ઞા, અપાય, વિપાક અને સંસ્થાનમાં જે ચિંતન કરવાનું છે તેની સાથે અનિત્યાદિ ભાવનાઓના વિષયોનો સુમેળ છે. એટલે ધર્મધ્યાનની ધારા તૂટે ત્યારે આ અનિત્યાદિ ભાવનાઓ એ ધારાને જોડવામાં સહાયરૂપ બને છે. આ ભાવનાઓથી સંસાર પ્રત્યેની આસક્તિ અને દેહ માટેની મમતા છૂટે છે અને શુદ્ધ આત્મતત્ત્વના ઉપયોગમાં ચિત્ત ચોંટે છે. એટલા માટે આ ભાવનાઓને ધ્યાનના પ્રાણ સમી ઓળખવામાં આવે છે. ધર્મધ્યાનમાં એ ભાવનાઓ બળ પૂરે છે.

[૬૪૮] તીવ્રાદિભેદભાજઃ સ્યુર્લેશ્યાસ્તિસ્ર ઇહોત્તરાઃ ।

લિંગાન્યત્રાગમશ્રદ્ધા વિનયઃ સદ્ગુણસ્તુતિઃ ॥૭૧॥

અનુવાદ : અહીં તીવ્રાદિ ભેદ(પ્રકાર)વાળી છેલ્લી ત્રણ લેશ્યાઓ હોય છે. આગમશ્રદ્ધા, વિનય અને સદ્ગુણસ્તુતિ એ એનાં લિંગો છે.

વિશેષાર્થ : અહીં પહેલાં ધર્મધ્યાનની લેશ્યાઓની વાત કરી છે. તીવ્રાદિભેદ એટલે તીવ્ર, તીવ્રતર, તીવ્રતમ એમ લઈ શકાય. અથવા તીવ્ર, મધ્યમ અને મંદ એમ પણ લઈ શકાય. છ લેશ્યાઓમાંથી કૃષ્ણ લેશ્યા, નીલ લેશ્યા અને કાપોત લેશ્યા અશુભ પ્રકારની છે. તે ધર્મધ્યાનને હોઈ ન શકે. ધર્મધ્યાનને શુભ, નિર્મળ અધ્યવસાયો હોવાથી તેમની લેશ્યા શુભ હોય છે. એ ત્રણ શુભ લેશ્યાઓ અનુક્રમે છે : પીત (તેજો) લેશ્યા, પદ્મ લેશ્યા અને શુકલ લેશ્યા. એમાં પીતને જો તીવ્ર કહીએ તો શુકલને તીવ્રતમ કહેવાય. પીતને જો મંદ લેશ્યા કહીએ તો શુકલને તીવ્ર લેશ્યા તરીકે ઓળખાવી શકાય. પ્રત્યેક લેશ્યામાં પણ એની માત્રા ચડતીતર કરતી હોય છે. ધર્મધ્યાન ધરનારાઓના શુભ અધ્યવસાયોમાં પણ મંદતા કે તીવ્રતા હોઈ શકે છે અને એ પ્રમાણે તેઓની લેશ્યા રહે છે. સાધના અનુસાર તેઓની લેશ્યા ઉત્તરોત્તર વધુ વિશુદ્ધ બનતી જાય છે.

હવે ધર્મધ્યાનની લિંગની વાત કરવામાં આવે છે. લિંગ એટલે ચિહ્ન અથવા ઓળખવા માટેની નિશાની. કોઈ વ્યક્તિ ધર્મધ્યાન તરફ વળેલી છે કે નહિ એની આપણને ખબર શી રીતે પડે ? તો કહે છે કે ધર્મધ્યાનવાળાનું પહેલું લક્ષણ છે શ્રદ્ધા. એની શ્રદ્ધા તીર્થંકર પરમાત્માની દેશના પર એટલે કે આગમ ઉપર અચલ હોય છે. ષડ્ દ્રવ્ય, નવ તત્ત્વ, આઠ કર્મ, ચૌદ ગુણસ્થાન, ગુણ-પર્યાય વગેરેમાં એની શ્રદ્ધા દૃઢ હોય છે. આગમોના સ્વાધ્યાયથી આ શ્રદ્ધા વધુ દૃઢ બને છે. જેઓને જાતે આગમસૂત્રો વાંચવા ન મળે તેઓને આચાર્ય મહારાજના ઉપદેશ દ્વારા તે તત્ત્વોની વાત સાંભળવા મળે છે. એ રીતે ઉપદેશ દ્વારા એમની શ્રદ્ધા દૃઢ થાય છે. કેટલાકને આજ્ઞાથી શ્રદ્ધા થાય છે એટલે કે જિનેશ્વર ભગવાને આજ્ઞારૂપે જે ફરમાવ્યું છે તે યથાર્થ અને વ્યવસ્થિત છે એવી

પ્રતીતિ થાય છે. કેટલાકને નિસર્ગરૂપે, સ્વાભાવિક રીતે જ, મિથ્યાત્વ મોહનીય કર્મનો ક્ષયોપશમ થતાં જિનોક્ત તત્ત્વમાં શ્રદ્ધા પ્રગટે છે. શાસ્ત્રનું કોરું શુષ્ક જ્ઞાન કે વિદ્વત્તાભરી વાણી હોય પણ અંતરમાં સાચી શ્રદ્ધા ન હોય તો ધર્મધ્યાન સંભવી શકે નહિ.

ધર્મધ્યાનીને ઓળખવાનું બીજું લિંગ કે લક્ષણ તે એનામાં રહેલો વિનયભાવ છે. ધર્મધ્યાની ઉદ્ધત કે અવિનયી ન હોય. એના વર્તનમાં નમ્રતાનો ભાવ હોય. એ તીર્થંકર ભગવાનના કાળમાં હોય તો તીર્થંકર ભગવાનનો એટલો જ વિનય કરે. તે અંજલિબદ્ધ હોય, સામે લેવા જાય, મૂકવા જાય; વંદન કરે. તે તીર્થંકર ભગવાનના વિરહકાળમાં એમની પ્રતિમાજીનો પણ એટલો જ વિનય કરે. તે ગુરુ ભગવંતનો પણ વિનય કરે. એમને આસન આપે, સુખશાતા પૂછે, એમના આહાર વગેરેની વ્યવસ્થા અંગે ધ્યાન રાખે, વૈયાવચ્ચ કરે.

ધર્મધ્યાનીનું ત્રીજું લિંગ છે સદ્ગુણસ્તુતિ. તે જિનેશ્વર ભગવાનનાં સદ્ગુણોનું કીર્તન કરે. તે સ્તવન-સ્તુતિ લલકારે, ભક્તિ-સેવા કરે. તે સાધુ ભગવંતોનાં નિરતિયાર ચારિત્રની પ્રશંસા, અનુમોદના કરે. એનું હૃદય આનંદોલ્લાસથી સભર હોય.

ધર્મધ્યાની માત્ર ઉપચાર ખાતર, દેખાવ તરીકે બીજાને બતાવવા માટે વિનયભક્તિ, સદ્ગુણસ્તુતિ કરતો હોય અને એના અંતરમાં એવા સાચા ભાવો ન હોય તો એની એ દંભી પ્રવૃત્તિ તરત પરખાઈ જાય છે. એમાં રહેલી કૃત્રિમતાની ગંધ આવી જાય છે. તો એ સાચો ધર્મધ્યાની નથી, પછી ભલેને પોતાની જાતને ધર્મિષ્ઠ તરીકે ઓળખાવતો હોય. એનું આર્તધ્યાન અને એની અશુભ લેશ્યા — એ બે વધુ વખત છાનાં રહી શકતાં નથી.

[૬૪૯] શીલસંયમયુક્તસ્ય ધ્યાયતો ધર્મ્યમુત્તમમ્ ।

સ્વર્ગપ્રાપ્તિં ફલં પ્રાહુઃ પ્રૌઢપુણ્યાનુબંધિનીમ્ ॥૭૨॥

અનુવાદ : શીલ અને સંયમથી યુક્ત એવા, ઉત્તમ ધર્મધ્યાનના ધ્યાતાને પ્રૌઢ પુણ્યના અનુબંધવાળી સ્વર્ગપ્રાપ્તિરૂપી ફળ કહ્યું છે.

વિશેષાર્થ : અહીં ધર્મધ્યાનના ફળનો નિર્દેશ છે. ધર્મધ્યાન ધરનાર જો શીલ અને સંયમથી યુક્ત હોય તો તેને ધર્મધ્યાનના ફળરૂપે સ્વર્ગપ્રાપ્તિ થાય છે.

ધર્મધ્યાનથી પુણ્યોપાર્જન થાય છે અને કર્મની નિર્જરા પણ થાય છે. જે પુણ્યોપાર્જન થાય છે તે પ્રૌઢ એટલે ઘણું મોટું હોય છે અને વળી તે પુણ્યાનુબંધી હોય છે. મોટા પુણ્યના ફળરૂપે ઊંચી દેવગતિ પ્રાપ્ત થાય છે. દેવગતિ એટલે માત્ર ભોગવિલાસ અને રંગરાગ એવું નથી. ઊંચી દેવગતિમાં તો મોક્ષાભિલાષા અને આત્મચિંતન પણ ચાલતાં હોય છે.

સાધુઓ બ્રહ્મચર્ય વ્રતનું પાલન કરે, શીલ અને સંયમની સરસ આરાધના કરે તો એમને દેવગતિ પ્રાપ્ત થવાની શક્યતા રહે છે. પરંતુ એમનું લક્ષ્ય તો મોક્ષગતિ છે. તેમના અંતરમાં સ્વર્ગનાં સુખોનો મહિમા નથી હોતો, પરંતુ તેમનું પુણ્ય એટલું બધું હોય છે કે તેમને ઊંચી દેવગતિ પ્રાપ્ત થાય છે. તેઓ સમકિતી હોય છે. એટલે ધર્મધ્યાન એમને દેવગતિમાં લઈ જતું હોવા છતાં પરંપરાએ તે તેઓને મોક્ષગતિ અપાવે છે.

[૬૫૦] ધ્યાયેચ્છુક્લમથ ક્ષાન્તિમૃદુત્વાર્જવમુક્તિભિઃ ।

છદ્મસ્થોઽગૌ મનો ધૃત્વા વ્યપનીય મનો જિનઃ ॥૭૩॥

અનુવાદ : ત્યારપછી ક્ષમા (ક્ષાન્તિ), મૃદુતા, સરળતા (આર્જવ) અને નિસ્પૃહતાથી યુક્ત છદ્મસ્થે (મુનિએ) પરમાણુમાં મન જોડીને અને જિને (કેવળીએ) મનનો નિરોધ કરીને શુકલધ્યાન ધ્યાવવું.

વિશેષાર્થ : ધર્મધ્યાન પછી ચોથા શુકલધ્યાનનો વિષય હવે લેવામાં આવે છે. શુકલધ્યાનના ચાર પ્રકાર છે. એ ચાર પ્રકારને ચાર પાદ, પાયા એટલે કે પગથિયાં કહેવામાં આવે છે, કારણ કે તે અનુક્રમે ૪ લેવાનાં છે. પહેલાં ત્રણ ધ્યાન જે કલ્યાણ-આર્ત, રૌદ્ર અને ધર્મ-તેમાં એના પેટાપ્રકારો આગળ પાછળ પણ થઈ શકે. તે અનુક્રમે ૪ લેવાનું ફરજિયાત બંધન નથી. પરંતુ શુકલધ્યાનમાં સાધક એના પેટાપ્રકારોમાં

અનુક્રમે જ આગળ વધી શકે છે. શુકલધ્યાનમાં ત્રીજા પ્રકારના ધ્યાન પછી પહેલા પ્રકારના ધ્યાનમાં ન આવી શકાય.

શુકલધ્યાન ધરનાર અપ્રમત્ત ગુણસ્થાનકે હોય એટલે કે તેઓ મુનિ હોય. તેઓ કેવળી ભગવંત હોય તો તેરમા ગુણસ્થાનકે હોય. જો તેઓ મુનિ હોય તો એમણે શુકલધ્યાનના પહેલા અને બીજા પાયાનું ધ્યાન ધરવાનું હોય અને જો તેઓ કેવળી હોય તો ત્રીજા અને ચોથા પાયાનું ધ્યાન ધરવાનું હોય.

છવ્વસ્થ ધ્યાતા ક્ષમા, મૃદુતા, આર્જવ, નિસ્પૃહતા વગેરે ગુણોની ઉત્કૃષ્ટ ભાવનાના આલંબન વડે શુકલધ્યાન પર ચડે છે. તે પોતાના મનના વિષયોનો સંક્ષેપ કરીને તેને પરમાણુમાં જોડે છે. આ સંક્ષેપમાં ક્રમ રહેલો છે. તે ધર્મધ્યાનમાં શરૂઆતમાં ત્રણ ભુવનનું ધ્યાન ધરતો હોય છે. હવે શુકલધ્યાનમાં તે ધ્યાનના વિષયોનો સંક્ષેપ કરે છે ને જે વિષય છોડ્યા તેના પર પાછો જતો નથી અને તેમ વિષયોનો સંક્ષેપ કરતાં કરતાં, વિષયોનો ત્યાગ કરતાં કરતાં છેવટે એક પરમાણુના ધ્યાનમાં પોતાના મનને કેન્દ્રિત કરે છે.

શ્રી જિનભદ્રગણિ કમાશ્રમણે ‘ધ્યાનશતક’માં સંકોચના આ ક્રમ માટે ત્રણ દષ્ટાન્ત આપ્યાં છે : (૧) વિષનું દષ્ટાન્ત—જેમ કોઈ માણસને ડંખથી ઝેર ચડ્યું હોય તો મંત્રવિદ્ તેના શરીરના એક પછી એક ભાગનું ઝેર ઉતારતો જઈને છેવટે જ્યાં ડંખ વાગ્યો હોય ત્યાં આવે છે અને પછી મંત્રના યોગથી એ ડંખમાંથી ઝેર કાઢી નાખે છે, એમાં સંકોચનો ક્રમ રહેલો છે. (૨) અગ્નિનું દષ્ટાન્ત—જેમ એક સાથે ઘણાં લાકડાં સળગતાં હોય તો તેમાંથી એક પછી એક લાકડું ખેંચી, ઓલવીને અગ્નિ ઓછો કરતા જઈ છેવટે થોડાંક ઈંધણ પર રહેલા અગ્નિને ઓલવવામાં આવે છે. (૩) પાણીનું દષ્ટાન્ત—જેવી રીતે તપેલામાં કે કોઈ વાસણમાં પાણી ગરમ થતું હોય તો તે છેવટે એક ટીપું રહીને તે પણ બળી જાય. આવી રીતે ધ્યાનના વિષયોનો સંકોચ કરતાં કરતાં છેવટે એક પરમાણુ પર ધ્યાતાનું ધ્યાન સ્થિર થાય છે.

શુકલધ્યાનના પહેલા બે પ્રકારમાં વિષયોનો સંકોચ થતાં થતાં છેવટે મનની એક પરમાશુભાં સ્થિરતા થાય છે. આ ધ્યાન છન્નસ્થને હોય છે. શુકલધ્યાનના છેલ્લા બે પ્રકારનું ધ્યાન જિનને એટલે કેવળજ્ઞાનીને અંતસમયે હોય છે. મોક્ષ પામવાને અંતર્મુહૂર્તની વાર હોય તે વખતે યોગનિરોધ થાય છે. તેમાં મનોયોગનો નિરોધ થતાં કેવળજ્ઞાની અમન બની જાય છે.

[૬૫૧] સવિતર્ક સવિચારં સપૃથક્ત્વં તદાદિમમ્ ।

નાનાનયાશ્રિતં તત્ર વિતર્કઃ પૂર્વગં શ્રુતમ્ ॥૭૪॥

અનુવાદ : સવિતર્ક, સવિચાર અને સપૃથક્ત્વ એમ આ (શુકલધ્યાનનો પહેલો પાયો) છે. એમાં વિવિધ નયનો આશ્રય કરીને રહેલું પૂર્વગત શ્રુત તે વિતર્ક છે.

વિશેષાર્થ : ધ્યાનના શુભાશુભ પ્રકારોમાં યોથું ધ્યાન તે શુકલધ્યાન છે. તે શુભ અને સર્વોત્કૃષ્ટ છે. શોકને નષ્ટ કરે તે 'શુકલ' એવી આ ધ્યાનની એક વ્યાખ્યા આપવામાં આવે છે.

શુકલધ્યાનના ચાર પ્રકાર અથવા ચાર પાયા નીચે પ્રમાણે છે :

૧. સપૃથક્ત્વ, સવિતર્ક, સવિચાર
૨. એકત્વ, સવિતર્ક, સવિચાર
૩. સૂક્ષ્મક્રિયા-અનિવૃત્તિ
૪. સમુચ્છિન્ન (વ્યવચ્છિન્ન) ક્રિયા અપ્રતિપાતી

આ ચારમાંથી પહેલા પ્રકારના શુકલધ્યાનનાં ત્રણ મુખ્ય લક્ષણો અહીં આપવામાં આવ્યાં છે : (૧) સવિતર્ક (૨) સવિચાર અને (૩) સપૃથક્ત્વ. ('સ' એટલે સહિત) આ ત્રણ શબ્દો પારિભાષિક છે. એનો અર્થ નીચે પ્રમાણે છે :

વિતર્ક — અહીં શ્લોકમાં જ વિતર્કની વ્યાખ્યા આપવામાં આવી છે તે પ્રમાણે વિતર્ક એટલે વિવિધ નયોનો આશ્રય કરીને ચૌદ પૂર્વમાં રહેલા શ્રુતજ્ઞાનનો બોધ. ચૌદ પૂર્વમાં પદાર્થની, એટલે કે તત્ત્વની ઘણી સૂક્ષ્મ,

ગહન અને સવિસ્તર વિચારણા કરવામાં આવેલી છે. એને આધારે ધ્યાતા દ્રવ્યગુણપર્યાયનું અત્યંત સૂક્ષ્મ ચિંતન કરી શકે છે. એટલે આ શુકલધ્યાન પૂર્વશ્રુતના જ્ઞાતા જ કરી શકે. (આ પૂર્વોનો હાલ વિચ્છેદ થયેલો છે.)

આ પહેલા પ્રકારના શુકલધ્યાનમાં ધ્યાનનો વિષય છે દ્રવ્યના પર્યાય. પર્યાયમાં ઉત્પત્તિ, સ્થિતિ અને નાશ આવે. ધ્યાન ધરનાર ધ્યાતા કોઈ પણ દ્રવ્યના — પર્યાયોનાં ઉત્પત્તિ, સ્થિતિ અને નાશનું સૂક્ષ્મ ચિંતન કરી શકે.

વિચાર — અહીં વિચાર શબ્દનો અર્થ થાય છે વિચરણ એટલે કે સંક્રમણ. ચિત્તનું એકમાંથી બીજામાં જવું-તે સંક્રમણ. અર્થ, વ્યંજન અને મનાદિ યોગોનું જે સંક્રમણ થાય તેને વિચાર અર્થાત્ વિચરણ કહેવામાં આવે છે. અર્થ એટલે દ્રવ્ય કે પદાર્થ. વ્યંજન એટલે શબ્દ. યોગ એટલે મન, વચન, કાયાના યોગો. એના ચિંતનમાં સંક્રમણ થાય તે વિચાર. ઉદાહરણ તરીકે ચિત્તનું મનોયોગમાંથી વચનયોગમાં કે વચનયોગમાંથી કાયયોગમાં સંક્રમણ થાય, એક પર્યાયમાંથી બીજા પર્યાયમાં કે એક ગુણમાંથી બીજા ગુણમાં સંક્રમણ થાય તે વિચાર કહેવાય.

પૃથક્ત્વ — પૃથક્ત્વના જુદા જુદા અર્થ કરવામાં આવે છે. ગ્રંથકારે અહીં એક અર્થ આપ્યો છે તે પ્રમાણે દ્રવ્ય, પર્યાય અને ગુણમાં અન્તરગતિ કરવી તે. એટલે કે દ્રવ્યથી દ્રવ્યમાં, પર્યાયથી પર્યાયમાં અને ગુણથી ગુણમાં ચિત્તનું જે જવું તે પૃથક્ત્વ.

પૃથક્ત્વનો બીજો અર્થ થાય છે જુદાપણું. ધ્યાન અને ધ્યેય બંને જુદાં છે, એકાકાર નથી થયાં એવું આ ધ્યાનને વિશે રહે છે. પૃથક્ત્વ એટલે ભિન્નતાને કારણે વિસ્તાર એવો અર્થ પણ કરવામાં આવે છે, કારણકે સંક્રમણને કારણે આ પ્રકારના ધ્યાનમાં વિષયનો વિસ્તાર ઘણો બધો થતો રહે છે.

[૬૫૨] અર્થવ્યંજનયોગાનાં વિચારોઽન્યોન્યસંક્રમઃ ।

પૃથક્ત્વં દ્રવ્યપર્યાય ગુણાન્તરગતિઃ પુનઃ ॥૭૫॥

અનુવાદ : અર્થ (પદાર્થ), વ્યંજન (શબ્દ) અને યોગો (મન, વચન, કાયાના)નો અન્યોન્ય સંક્રમ તે વિચાર, તથા દ્રવ્ય, ગુણ અને પર્યાયની અંતરગતિ (સંક્રમ) તે પૃથક્ત્વ.

[૬૫૩] ત્રિયોગયોગિનઃ સાધોર્વિતર્કાદ્યન્વિતં હૃદઃ ।

ઈષચ્ચલતરંગાબ્ધેઃ ક્ષોભાભાવદશાનિભમ્ ॥૭૬॥

અનુવાદ : ત્રણ યોગના યોગવાળા સાધુને વિતર્કાદિથી યુક્ત આ (પહેલા પ્રકારનું શુકલ-ધ્યાન) કંઈક ચપળ તરંગવાળા સમુદ્રની ક્ષોભરહિત દશા જેવું હોય છે.

વિશેષાર્થ : પૂર્વના બે શ્લોકમાં પૃથક્ત્વ, વિતર્ક, સવિચાર નામના પ્રથમ પ્રકારના શુકલધ્યાનનાં લક્ષણો દર્શાવ્યા પછી અહીં એવા ધ્યાનને સમજવા માટે યોગ્ય ઉપમા આપવામાં આવી છે.

પહેલું તો એ કે આ ધ્યાન સાતમા અપ્રમત્ત ગુણસ્થાન કે તેથી ઉપર ગયેલા મુનિઓને જ હોઈ શકે. ગૃહસ્થોની-દેશવિરતિ શ્રાવકોની આ ધ્યાન માટે યોગ્યતા નથી. આવા મુનિ, મન, વચન અને કાયાના યોગવાળા હોય છે અને તેમનું ધ્યાન વિતર્કયુક્ત હોય છે. એટલે આવું ધ્યાન ધીરગંભીર વિશાળ સમુદ્ર જેવું હોય છે. સમુદ્રમાં પણ, મોટી ભરતીવાળા ઘૂઘવતા સમુદ્ર જેવું નહિ પણ યત્કિંચિત્ કંપવાળા. ચંચલતાવાળા, નાનાં નાનાં મોજાંની ધીમી ધીમી લહેરવાળા સમુદ્ર જેવું આ ધ્યાન હોય છે. એનો અર્થ એ કે આ ધ્યાન ધરનારને ધ્યાનમાં વિશાળતા, ગહનતા અને અદ્ભુત શાન્તિનો છતાં થોડાંક સ્પંદનોનો અનુભવ થાય છે.

[૬૫૪] એકત્વેન વિતર્કેણ વિચારેણ ચ સંયુતમ્ ।

નિર્વાતસ્થપ્રદીપામ્ દ્વિતીયં ત્વેકપર્યયમ્ ॥૭૭॥

અનુવાદ : એકત્વથી, વિતર્કથી અને વિચારથી સંયુક્ત, એક

પર્યાયવાણું બીજું (શુકલધ્યાન) વાયુ વિનાના સ્થાનમાં રહેલા પ્રદીપની જ્યોતિ જેવું છે.

વિશેષાર્થ : અહીં શુકલધ્યાનના બીજા પ્રકાર 'એકત્વ, વિતર્ક, સવિચાર' વિશે કહેવામાં આવ્યું છે.

શુકલધ્યાનના પહેલા પાયામાં ધ્યાન ધરનાર ધ્યાતા કોઈ પણ દ્રવ્યના પર્યાયોનાં ઉત્પત્તિ, સ્થિતિ અને નાશનું ધ્યાન ધરે છે અને એનું ચિત્ત એક પર્યાયમાંથી બીજામાં સંક્રમણ કરી શકે છે.

હવે આગળ વધતાં ધ્યાતા જ્યારે શુકલધ્યાનના આ બીજા પાયા પર આવે છે ત્યારે વિતર્ક પૂર્વવત્ રહે છે, પરંતુ પૃથક્ત્વની જગ્યાએ હવે એકત્વ આવે છે. એનો અર્થ એ થયો કે હવે તે કોઈ પણ એક જ પર્યાયનું ધ્યાન ધરે છે. આમાં ચિત્ત વધુ સ્થિર બને છે. આમાં અર્થ, વ્યંજન અને યોગમાં સંક્રમણ નથી હોતું. એટલે એને 'સવિચાર' ધ્યાન કહે છે. આ ધ્યાનમાં એકત્વ આવે છે. એનો એક અર્થ એમ પણ કરવામાં આવે છે કે આ ધ્યાનમાં ધ્યાતા, ધ્યાન અને ધ્યેય એકરૂપ બની જાય છે. આમાં અભેદતા સધાય છે.

આ ધ્યાન નિષ્કંપ હોવાથી પવન વિનાના સ્થાનમાં દીપકની જ્યોતિ જેમ સ્થિર રહે તેવી રીતે તે સ્થિર રહે છે. પહેલા પ્રકારના શુકલધ્યાન કરતાં આમાં ધ્યાનની સ્થિરતા અને નિર્મળતા વધુ હોય છે.

[૬૫૫] સૂક્ષ્મક્રિયાનિવૃત્ત્યાચ્ચં તૃતીયં તુ જિનસ્ય તત્ ।

અર્ધરૂદ્ધાંગયોગસ્ય રૂદ્ધયોગદ્વયસ્ય ચ ॥૭૮॥

અનુવાદ : સૂક્ષ્મક્રિયા અનિવૃત્તિ નામનું આ ત્રીજું ધ્યાન કેવલી(જિન)નું છે. એમાં કાય (અંગ) યોગનો અડધો નિરોધ અને બીજા બે યોગ(વચન અને મન)નો નિરોધ હોય છે.

વિશેષાર્થ : શુકલધ્યાનના ત્રીજા પાયાનો અહીં પરિચય આપ્યો છે. આ ધ્યાન ફક્ત જિન એટલે કે કેવળી ભગવંતને જ હોય છે. શુકલધ્યાનના બીજા પાયાને અંતે કેવળજ્ઞાન પ્રગટ થાય છે. ત્યારે કેવળી ભગવંતના મન, વચન અને ક્રયાના યોગો ચાલુ હોય છે. એટલે એમને

સયોગી કેવળી કહેવામાં આવે છે. તેઓ તેરમા ગુણસ્થાનકે હોય છે. તેઓનો લગભગ બધો આયુષ્યકાળ તેરમા ગુણસ્થાનકે હોય છે. આયુષ્ય પૂર્ણ થતાં પહેલાં તેમને આ ત્રીજું શુકલધ્યાન હોય છે. એટલે બીજા પાયા અને ત્રીજા પાયાના ધ્યાન વચ્ચે કોઈને દિવસ કે દિવસોનું, તો કોઈકને વર્ષોનું અંતર (મહાવીર સ્વામીને લગભગ ૩૦ વર્ષ) રહે છે.

આ ત્રીજા પાયાના ધ્યાનમાં યોગનિરોધની ક્રિયા ચાલુ થાય છે. વચન અને મનના યોગનો નિરોધ થઈ ગયા પછી, એટલે કે એની હવે કશી જ સ્થૂલ (બાદર) કે સૂક્ષ્મ પ્રવૃત્તિ કે ક્રિયા રહી ન હોય અને શરીરની માત્ર શ્વોસોચ્છ્વાસ પૂરતી સૂક્ષ્મ ક્રિયા બાકી હોય એટલે કે કાયાનો અડધો યોગનિરોધ થઈ ચૂક્યો હોય ત્યારે આ ત્રીજા પાયાનું ધ્યાન ચાલુ થાય છે.

આ ધ્યાનમાં મનોયોગ અને વચનયોગની નિવૃત્તિ થઈ ગઈ હોય છે અને કાયયોગની સૂક્ષ્મ ક્રિયાની હજુ અનિવૃત્તિ છે. માટે આ ધ્યાનને 'સૂક્ષ્મ ક્રિયા અનિવૃત્તિ' કહેવામાં આવે છે. આ ધ્યાન માટે 'સૂક્ષ્મ ક્રિયા અનિવર્તી' (પાછી નહિ ફરનારી) એવો શબ્દ પણ પ્રયોજાય છે તે એ અર્થમાં કે આત્મસ્થિરતાના પરિણામથી હવે પાછી નહિ ફરનારી એટલે સૂક્ષ્મમાંથી પાછી બાદરમાં નહિ આવનારી (અનિવર્તી) એવી આ સૂક્ષ્મ ક્રિયા (કાયાની) છે.

[૬૫૬] તુરીયં તુ સમુચ્છિન્નક્રિયમપ્રતિપાતિ તત્ ।

શૈલવન્નિષ્પ્રકંપસ્ય શૈલેશ્યાં વિશ્વવેદિનઃ ॥૭૧॥

અનુવાદ : આ ચોથું (શુકલધ્યાન) 'સમુચ્છિન્ન ક્રિયા અપ્રતિપાતી' (સર્વથા ઉચ્છિન્ન વ્યાપારવાળું અને પાછું ન પડે તેવું) છે. તે શૈલેશી અવસ્થામાં, પર્વતની જેમ નિષ્પ્રકંપ રહેનાર સર્વજ્ઞ(વિશ્વવેદિન)નું હોય છે.

વિશેષાર્થ : હવે શુકલધ્યાનના ચોથા પાયાનો પરિચય આપવામાં આવ્યો છે.

સયોગી કેવળી મન અને વચન એ બેના યોગનો સંપૂર્ણ નિરોધ

કરી કાયાના બાદર યોગનો નિરોધ કરે છે અને હવે ફક્ત સૂક્ષ્મ કાયયોગરૂપી શ્વોસોચ્છ્વાસની ક્રિયા હોય છે અને શુક્લધ્યાનના ત્રીજા પાયામાં હોય છે ત્યારે તેઓ કાયાના સૂક્ષ્મ યોગનો નિરોધ કરવાનો પ્રબળ પુરુષાર્થ આદરી દે છે. એટલે આ ત્રીજું શુક્લધ્યાન અલ્પકાળનું જ હોય છે. કેવળી ભગવંત પોતાના આત્મપ્રદેશોને નિશ્ચલ કરવાનો પુરુષાર્થ કરે છે. આ પુરુષાર્થમાં તેઓ અડગ રહે છે અને સૂક્ષ્મ કાયયોગનો પણ નિરોધ કરીને જ રહે છે. આ બધી સૂક્ષ્મ ક્રિયા તેરમા ગુણસ્થાનકના અંતિમ કાળે થાય છે. અહીં સર્વથા કાયનિરોધ થતાં તેરમું ગુણસ્થાનક પૂરું થાય છે અને અયોગી કેવલીનું ચૌદમું ગુણસ્થાનક ચાલુ થાય છે.

આ ચૌદમા અયોગી કેવલીના ગુણસ્થાનકે થતા શુક્લધ્યાનને 'સમુચ્છિન્ન ક્રિયા' અથવા 'વ્યવચ્છિન્ન ક્રિયા' અથવા 'વ્યુપરત ક્રિયા' કહેવામાં આવે છે. સિદ્ધાવસ્થા પ્રાપ્ત થાય ત્યાં સુધી આ ધ્યાનમાંથી હવે પાછા ફરવાનું, પાછા પડવાનું નથી હોતું માટે એને 'અપ્રતિપાતી' કહેવામાં આવે છે.

આ ધ્યાન દરમિયાન આત્મપ્રદેશો નિષ્પ્રકંપ, નિશ્ચલ હોવાથી મેરુ પર્વત જેવા તે સ્થિર હોય છે. શૈલ એટલે પર્વત અને શૈલેશ એટલે પર્વતોમાં શ્રેષ્ઠ એવો મેરુ પર્વત.

[૬૫૭] एतच्चतुर्विधं शुक्लध्यानमत्र द्वयोः फलम् ।

आद्ययोः सुरलोकाप्तिरंत्ययोस्तु महोदयः ॥૮૦॥

અનુવાદ : આ ચાર પ્રકારના શુક્લ ધ્યાનમાંના પહેલા બે(પ્રકાર)નું ફળ સ્વર્ગલોકની પ્રાપ્તિ છે અને છેલ્લા બેનું (ફળ) મોક્ષ (મહોદય) છે.

વિશેષાર્થ : શુક્લધ્યાનના ચાર પ્રકારને ચાર પાયા કહેવામાં આવે છે. જેમ દરેક ધ્યાનનું ફળ બતાવવામાં આવે છે તેમ પ્રશ્ન થાય કે શુક્લધ્યાનનું ફળ શું ? શુક્લધ્યાનના પહેલા બે પાયા તે 'સપૃથક્ત્વ સવિતર્ક સવિચાર' અને 'એકત્વ-સવિતર્ક સવિચાર' છે.

આ પહેલા બે પ્રકારના શુક્લધ્યાનથી વિશિષ્ટ કોટિનાં શુભાશ્રવ

થાય છે અને તેવી જ કર્મનિર્જરા થાય છે. આ ધ્યાનની શ્રેણીએ ચડેલા મુનિ જો ઉપશમ શ્રેણી માંડીને પડે અને આયુષ્ય પૂર્ણ કરે તો તે સ્વર્ગલોકમાં દેવ થાય છે. પણ જો તે શ્રપકશ્રેણી માંડે તો કેવા જ્ઞાન પામી મોક્ષગતિ પ્રાપ્ત કરે છે.

શુકલધ્યાનના છેલ્લા બે પાયા 'સૂક્ષ્મક્રિયા અનિવર્તી' અને 'વ્યુચ્છિન્નક્રિયા અપ્રતિપાતી' તો ફક્ત અનુક્રમે સયોગી અને અયોગી કેવળજ્ઞાનીને જ હોય છે. એટલે એના ફળરૂપે મોક્ષગતિ જ હોય એ દેખીતું છે.

[૬૫૮] આશ્રવાપાયસંસારાનુભાવભવસંતતીઃ ।

અર્થે વિપરિણામં વાઽનુપશ્યેચ્છુક્લવિશ્રમે ॥૮૧॥

અનુવાદ : શુકલધ્યાનના વિશ્રામ દરમિયાન, આશ્રવોથી થતા અપાયોની (દુઃખોની), સંસારના અનુભવની, ભવની પરંપરાની અથવા અર્થમાં વિપરિણામની અનુપ્રેક્ષા કરવી.

વિશેષાર્થ : કોઈ પણ ધ્યાનની ધારા અમુક સમય પછી અથવા વધુમાં વધુ અંતર્મુહૂર્ત સુધી ટકતી હોય છે. ચિત્તના ચંચલ સ્વભાવને કારણે એમ બને છે અથવા ધ્યાની મહાત્માઓએ ધ્યાન ધરતાં પહેલાં એની સમયાવધિ વિચારેલી હોય છે. ધર્મધ્યાનથી પણ વધુ આગળ શુકલધ્યાન સુધી પહોંચેલા મુનિ મહાત્માઓ પોતાના ધ્યાનમાં વધુ સમય સ્થિર રહી શકે છે. તો પણ તે ધ્યાન વધુમાં વધુ અંતર્મુહૂર્ત સુધી ટકી શકે છે. પછી વિશ્રાંતિનો, વિરામનો સમય આવે છે. બે ધ્યાનયોગ વચ્ચેના આવા અલ્પ કાળને ધ્યાનાન્તરિકા કહેવામાં આવે છે.

ધર્મધ્યાનની ધ્યાનાન્તરિકામાં અનિત્યાદિ બાર ભાવનાઓની અનુપ્રેક્ષાની ભલામણ કરવામાં આવી છે. શુકલધ્યાનની ધ્યાનાન્તરિકા માટે શાસ્ત્રકારોએ અનુપ્રેક્ષાના ચાર વિષયો સૂચવ્યા છે. આ વિષયો અનુક્રમે જ લેવા એવું નથી. એ વિકલ્પે છે. શ્રી જિનભદ્રગણિ ક્ષમાશ્રમણે 'ધ્યાનશતક'માં (ગાથા ૮૭-૮૮)માં આ વિષયોનો નિર્દેશ કર્યો છે, જે નીચે પ્રમાણે છે :

(૧) આશ્રવ-અપાય અનુપ્રેક્ષા — આશ્રવનાં એટલે કે કર્મબંધનાં દ્વાર મિથ્યાત્વ, અવિરતિ, કષાય ઇત્યાદિ ઘણાં છે. શરીરની ઇન્દ્રિયો વગેરે દ્વારા પ્રતિક્ષણ શુભાશુભ કર્મો બંધાતાં રહે છે. આવા આશ્રવોથી કેવાં કેવાં અપાયો એટલે કે અનર્થો, કષ્ટો, દુઃખો, જીવને ભોગવવાં પડે છે ! આવાં દુઃખો આ ભવમાં અહીં જ ભોગવવાં પડે છે અને પરલોકમાં પણ ભોગવવાં પડે છે. નિગોદનાં દુઃખોથી માંડીને નરક ગતિનાં દુઃખો જીવ ભોગવતો રહેતો હોવા છતાં અજ્ઞાન-મિથ્યાત્વના ગાઢ અંધકારમાં અટવાયા કરતો રહે છે. આમ, આવા વિષયોની અનુપ્રેક્ષા કરી શકાય.

(૨) સંસારના અનુભવની અનુપ્રેક્ષા — આ સંસાર અનાદિકાળથી ચાલ્યો આવે છે અને અનંતકાળ સુધી રહેશે. એમાં જુઓ કે જીવો કેવાં કેવાં પ્રકારનાં દુઃખો ભોગવે છે ! ક્ષણિક, નાશવંત ચીજો પાછળ જીવો કેવી દોટ મૂકે છે ! ભૌતિક ઇન્દ્રિયાર્થ સુખ અંતે કેવું દુઃખ આપે છે, જ્યારે આત્મધ્યાનનું સુખ કેવી ઉચ્ચ કોટિનું છે ! તો પછી મોક્ષ સુખ તો કેવું હશે ! આમ છતાં અજ્ઞાની જીવો તે તરફ ન જતાં ઝાંઝવાનાં નીર જેવાં સાંસારિક સુખો પાછળ દોડીદોડીને કેવા થાકી જાય છે — આ રીતે સંસારનાં સ્વભાવ અને અનુભવનું ચિંતન કરાય છે.

(૩) ભવ-સંતતિની અનુપ્રેક્ષા — ભવ અથવા જન્મમરણની પરંપરા કેવી ચાલ્યા કરે છે ! આપણે આપણી નજર સમક્ષ કેટલાયનાં જીવનનો અંત આવેલો જોયો ને કેટલાયે નવા જીવો જન્મેલા જોયા. સંસારની આ પરંપરા અવિચ્છિન્નપણે ચાલી રહી છે. એ ચલાવનાર ચાલક તત્ત્વ તે કર્મસત્તા છે. આ રીતે ભવપરંપરાનું ચિંતન કરી શકાય છે.

(૪) અર્થમાં વિપરિણામની અનુપ્રેક્ષા — સંસારમાં પદાર્થોના સ્વરૂપમાં અને સંબંધોમાં કેવી કેવી વિપરીતતા આવે છે ! એક જન્મમાં પિતા-પુત્ર કે માતા પુત્ર કે ભાઈ-ભાઈ ઇત્યાદિ અન્ય જન્મમાં એકબીજાનાં વૈરી બને છે, આ સંસારમાં કશું શાશ્વત નથી. એક જન્મમાં પણ સંજોગોની, સંબંધોની, ચીજવસ્તુઓની કેટલી બધી વિપરીતતા સર્જાય છે !

શુક્લધ્યાનના પહેલા પાયાને અંતે અને બીજા પાયાને અંતે આવા પ્રકારની અનુપ્રેક્ષા કરવાની હોય છે. શુક્લધ્યાનના ત્રીજા-ચોથા પાયામાં તો કેવળજ્ઞાન હોય છે, જે છેવટે મોક્ષગતિ જ અપાવે છે. એટલે એમાં અનુપ્રેક્ષાનો પ્રશ્ન જ ઉદ્ભવતો નથી.

[૬૫૯] દ્વયોઃ શુક્લા તૃતીયે ચ લેશ્યા સા પરમા મતા ।

ચતુર્થઃ શુક્લભેદસ્તુ લેશ્યાતીતઃ પ્રકીર્તિતઃ ॥૮૨॥

અનુવાદ : બેમાં (શુક્લધ્યાનના પહેલા બે પાયામાં) શુક્લં (લેશ્યા), ત્રીજામાં તે લેશ્યા પરમ (ઉત્કૃષ્ટ) માનેલી છે તથા શુક્લધ્યાનના ચોથા પ્રકારમાં (ધ્યાની મહાત્મા) લેશ્યાતીત કહેવાય છે.

વિશેષાર્થ : આ શ્લોકમાં 'શુક્લ' શબ્દ ધ્યાન માટે પ્રયોજાયો છે અને લેશ્યા માટે પણ પ્રયોજાયો છે એ લક્ષમાં રાખવાની જરૂર છે. ધ્યાનના બે શુભ પ્રકાર તે ધર્મધ્યાન અને શુક્લધ્યાન. ત્રણ શુભ લેશ્યા તે પીત (તેજો) લેશ્યા, પદ્મ લેશ્યા અને શુક્લ લેશ્યા.

આ લેશ્યાઓ એકસરખી માત્રાની નથી હોતી. એમાં પણ માત્રાઓની ચડ-ઊતર ચાલતી હોય છે. આ માત્રાઓમાં પણ મંદ, મધ્યમ અને તીવ્ર અથવા ઉત્કૃષ્ટ એવા પ્રકાર પાડી શકાય છે.

શુક્લધ્યાનના ચાર પાયા બતાવવામાં આવ્યા. તેમાં પ્રથમ બે પાયામાં — (૧) પૃથક્ત્વ વિતર્ક સવિચાર અને (૨) એકત્વ સવિતર્ક સવિચાર — માં શુક્લ લેશ્યા હોય છે. શુક્લધ્યાનના ત્રીજા પાયામાં એટલે કે સૂક્ષ્મ ક્રિયા અનિવર્તીમાં શુક્લ લેશ્યા પરમ એટલે કે ઉત્કૃષ્ટ કોટિની હોય છે. શુક્લધ્યાનના ચોથા પાયામાં (વ્યવચ્છિન્નક્રિયા-અપ્રતિપાતીમાં) મન, વચન અને કાયાના યોગનો સર્વથા નિરોધ થઈ જવાથી ધ્યાની-મહાત્મા લેશ્યાતીત અથવા લેશ્યારહિત બને છે.

[૬૬૦] લિંગં નિર્મલયોગસ્ય શુક્લધ્યાનવતોઽવધઃ ।

અસંમોહો વિવેકશ્ચ વ્યુત્સર્ગશ્ચાભિધીયતે ॥૮૩॥

અનુવાદ : નિર્મળ યોગવાળા શુક્લધ્યાનીનાં અવધ, અસંમોહ, વિવેક અને વ્યુત્સર્ગ એ લિંગ કહ્યાં છે.

વિશેષાર્થ : હવે શુકલધ્યાનીનાં લિંગ કહેવામાં આવે છે. લિંગ એટલે ચિહ્ન અથવા નિશાની કે જેનાથી વ્યક્તિ ઓળખાઈ શકે (Identification Mark). લિંગ બાહ્ય અથવા સ્થૂલ હોય છે અને આંતરિક અથવા સૂક્ષ્મ પણ હોય છે. બાહ્ય સ્થૂલ લિંગને દ્રવ્યલિંગ કહે છે અને આંતરિક સૂક્ષ્મ લિંગને ભાવલિંગ કહે છે. કોઈ વ્યક્તિને શુકલધ્યાન થયું છે એ કેવી રીતે ખબર પડે ? અથવા પોતાને શુકલધ્યાન થયું છે એવો અણસાર વ્યક્તિને પોતાને કેવી રીતે આવે ? એ માટે શુકલધ્યાનીનાં ચાર ભાવલિંગ કહેવામાં આવ્યાં છે. એ છે : (૧) અવધ, (૨) અસંમોહ, (૩) વિવેક અને (૪) વ્યુત્સર્ગ. શુકલધ્યાનીને મન, વચન અને કાયાના યોગ નિર્મળ થઈ ગયા હોય છે. હવે તેઓ દેહથી ભિન્ન એવા શુદ્ધ આત્મસ્વરૂપમાં રમણતા કરતા હોય છે. એથી તેમનામાં જે ચાર વિશેષતાઓ ઉદ્ભવે છે એ એમને ઓળખવા માટેનાં લક્ષણો છે. આ ચાર — અવધ, અસંમોહ, વિવેક અને વ્યુત્સર્ગ વિશે હવે પછીના બે શ્લોકમાં સમજણ આપી છે.

[૬૬૧] અવધાદુપસર્ગેભ્યઃ કંપતે ન વિભેતિ વા ।

અસંમોહાન્ન સૂક્ષ્માર્થે માયાસ્વપિ ચ મુહ્યતિ ॥૮૪॥

અનુવાદ : અવધને લીધે તેઓ ઉપસર્ગથી કંપતા નથી કે ભય પામતા નથી. અસંમોહને લીધે તેઓ સૂક્ષ્મ અર્થમાં કે માયામાં પણ મૂંઝાતા નથી.

વિશેષાર્થ : શુકલધ્યાનવાળા યોગી મહાત્માઓનાં પ્રથમ બે લિંગ તે અવધ અને અસંમોહ છે. એ વિશે અહીં નિર્દેશ કરવામાં આવ્યો છે.

અવધ એટલે વધ ન થવો તે. અથવા અવધ એટલે અચલતા, ચલાયમાન ન થવું તે. શુકલધ્યાન પર આરૂઢ થયેલા મહાત્માઓને દેહ અને આત્માની ભિન્નતા સતત રહેતી હોવાથી દેહ પરનો તેમનો મમત્વભાવ છૂટી ગયો હોય છે. આથી એ દેહને કોઈ પરીષદ કે ઉપસર્ગથી કંપિત કરી શકતા નથી. ભૂખ, તરસ, ટાઢ, તડકો, મચ્છર

વગેરેના પરીષદો તેઓ સહન કરતા હોય છે. વસ્તુતઃ પોતે એ સહન કરે છે એવી સભાનતા પણ હોતી નથી. મારણાન્તિક ઉપસર્ગ આવે એટલે કે કોઈ પોતાનો વધ કરે અથવા અન્ય કોઈ રીતે એવું કષ્ટ આપે કે જે મૃત્યુમાં પરિણમે, એવે વખતે પણ તેઓ ભય પામતા નથી, ધ્રૂજતા નથી, વ્યગ્ર કે શોકાતુર બનતા નથી. જે કંઈ થાય છે અથવા થવાનું છે તે દેહને થવાનું છે અને દેહ પોતાનો નથી એવું એમના અંતરમાં વસેલું હોય છે. મારણાન્તિક ઉપસર્ગ વખતે તેઓ તો જ્ઞાતાદ્વંષ્ટા ભાવમાં જ હોય છે. તેઓ સમત્વમાં જ સ્થિર હોય છે.

શુકલધ્યાનીનું બીજું લિંગ છે અસંમોહ. સંમોહ એટલે મોહ પામવો, લોભાઈ જવું, છેતરાઈ જવું, મૂંઝાઈ જવું. અસંમોહ એટલે મોહ, માયા, લાલસા, મૂંઝવણ ઈત્યાદિ ન અનુભવવાં. અસંમોહનો બીજો અર્થ પણ થાય છે. શુકલધ્યાન વર્તતું હોય ત્યારે ચૌદ પૂર્વમાં આવતા સૂક્ષ્મ પદાર્થોનું એકાગ્રતાથી ચિંતન ચાલતું હોય છે અને એ વખતે ગમે તેટલો ગહન પદાર્થ હોય તો પણ ધ્યાતાનું ચિત્ત વ્યામોહમાં સપડાતું નથી, કારણ કે તેઓને પ્રમાદ હોતો નથી અને શ્રદ્ધાથી તેઓ સંપન્ન હોય છે. એટલે સૂક્ષ્મ અર્થને તેઓ સમજી શકે છે. સૂક્ષ્મ અર્થના ચિંતનમાં કે સૂક્ષ્મ પદાર્થોનાં રહસ્ય સમજવામાં તે મૂંઝાય નહિ, ગૂંચવાય નહિ, કારણ કે બધાં રહસ્યો તેમને સ્પષ્ટ થવા લાગે છે. વળી શુકલધ્યાન પ્રગટે છે ત્યારે લબ્ધિસિદ્ધિ પણ પ્રગટે છે. વળી દેવદેવીઓ પણ તેમને લોભાવવા કે તેમની પરીક્ષા કરવા માયાજાળ રચે છે. પરંતુ વૈક્રિય લબ્ધિવાળાં દેવદેવીઓથી તેઓ પ્રભાવિત થતા નથી અને તેવી લબ્ધિઓ જોઈ રાજી થતા નથી. તેઓ આકર્ષાય નહિ કે તેવી લબ્ધિઓ માટે તેમનામાં અભિલાષા જન્મે નહિ, આ દૃષ્ટિએ પણ તેઓ અસંમોહિત રહે છે.

આમ, અવધ અને અસંમોહ એ બે લક્ષણોને લીધે શુકલધ્યાની મહાત્મામાં સમતાયુક્ત સ્થૈર્ય અને ધૈર્ય રહેલાં હોય છે.

[૬૬૨] વિવેકાત્સર્વસંયોગાદ્ ભિન્નમાત્માનમીક્ષતે ।

દેહોપકરણાસંગો વ્યુત્સર્ગાજ્જાયતે મુનિઃ ॥૮૫॥

અનુવાદ : વિવેક દ્વારા તે સર્વ સંયોગથી પોતાના આત્માને ભિન્ન જુએ છે. વ્યુત્સર્ગ દ્વારા મુનિ શરીર અને ઉપકરણથી અસંગ થાય છે.

વિશેષાર્થ : આ શ્લોકમાં શુકલધ્યાની મહાત્માનાં બીજાં બે લિંગનો એટલે કે લક્ષણોનો અર્થ દર્શાવવામાં આવ્યો છે. એમનું ત્રીજું લિંગ તે વિવેક અને ચોથું લિંગ તે વ્યુત્સર્ગ છે.

વિવેક એટલે ભેદ પારખવાની શક્તિ. અહીં વિવેક એટલે દેહ અને આત્માને ભિન્ન જોવાં તે. દેહની સાથેના સર્વ સંજોગો પણ શુકલધ્યાનીને આત્માથી ભિન્ન અનુભવાય છે. દેહને સગવડ-અગવડ થાય, કષ્ટ વગેરે પડે, માન-અપમાન સહન કરવાં પડે, કોઈ શારીરિક પીડા કરે કે કરાવે ઈત્યાદિને તેઓ પોતાનાં માનતા નથી. તેઓનો તેમાં ઉપયોગ જતો નથી. દેહની સાથે સંકળાયેલા સર્વ સંજોગોને પણ તેઓ ભિન્ન ગણતા હોય છે. એટલે ગમે તેવા સાનુકૂળ કે વિપરીત સંજોગોમાં પણ તેઓ પોતાના ધ્યાનથી ચલિત થતા નથી. મરણાન્તિક ઉપસર્ગો પણ તેઓને ધ્યાનભંગ કરી શકતા નથી. એ માટે ગજસુકુમાલનું દષ્ટાન્ત જાણીતું છે. તેઓ સ્મશાનમાં કાઉસગ્ગધ્યાનમાં ઊભા છે. તે વખતે રોષે ભરાયેલા સસરા સોમિલ તેમના માથા પર માટીની પાળ કરી અંદર દેવતા ભરે છે તે વખતે ગજસુકુમાલને થાય છે કે 'દેહ બળી રહ્યો છે. એથી મારા આત્માને શું ? જે બળે છે તે મારું નથી અને જે મારું છે તે બળતું નથી.' આવા ભાવ સાથે પોતાના ધ્યાનમાં તેઓ સ્થિર રહે છે. પરિણામે એમને ત્યાં જ કેવળજ્ઞાન પ્રાપ્ત થાય છે અને ત્યાં જ સર્વ કર્મ ખપાવીને તેઓ મોક્ષગતિએ સિધાવે છે.

વ્યુત્સર્ગ એ શુકલધ્યાનીનું ચોથું લિંગ છે. વિ+ઉત્સર્ગ એટલે વિશેષપણે ત્યાગ કરવો. વિવેકમાં દેહ અને એની સાથે સંકળાયેલા સંજોગોને શુકલધ્યાની પોતાના માનતા નથી. હવે એથી પણ આગળ વધીને દેહ અને સર્વ ઉપકરણોથી તેઓ અસંગ થઈ જાય છે એટલે કે

તેનો ત્યાગ કરે છે, વોસિરાવે છે. અહીં વોસિરાવે છે એનો અર્થ એ કે શરીર અને ઉપધિ પ્રત્યે તેઓને કોઈ પણ પ્રકારનો રાગ (કે દ્વેષ પણ) રહેતો નથી. શુકલધ્યાની મહાત્માઓને ત્યાર પછી કેવળજ્ઞાન થાય છે અને જ્યાં સુધી આયુષ્ય હોય ત્યાં સુધી દેહ તો રહે છે, પણ દેહ પ્રત્યે તેમને કશી મમતા હોતી નથી.

આમ, અવધ, અસંમોહ, વિવેક અને વ્યુત્સર્ગ એ ચાર લિંગ અથવા લક્ષણોથી શુકલધ્યાની મહાત્માઓને ઓળખી શકાય છે.

[૬૬૩] એનં ધ્યાનક્રમં શુદ્ધં મત્વા ભગવદાજ્ઞયા ।

યઃ કુર્યાદેતદભ્યાસં સંપૂર્ણાધ્યાત્મવિદ્ ભવેત્ ॥૮૬॥

અનુવાદ : જે (યોગી) ભગવાનની આજ્ઞા વડે શુદ્ધ ધ્યાનનો આ ક્રમ જાણીને એનો અભ્યાસ કરે તે સંપૂર્ણ અધ્યાત્મને જાણનારો થાય છે.

વિશેષાર્થ : આ અધિકારનું સમાપન કરતાં ગ્રંથકર્તા મહર્ષિ ઉપાધ્યાય શ્રી યશોવિજયજી મહારાજ હવે ધ્યાનના ફળનો નિર્દેશ કરે છે.

જિનેશ્વર ભગવાનની આજ્ઞાનુસાર શુદ્ધ ધ્યાનનો ક્રમ અહીં દર્શાવવામાં આવ્યો છે. આર્તધ્યાન અને રૌદ્રધ્યાન એ બે અશુભ ધ્યાનનો ત્યાગ કરીને જીવે ધર્મધ્યાન અને શુકલધ્યાન તરફ વળવાનું છે. આ ધ્યાનના સ્વરૂપનો જે અભ્યાસ કરે છે અને એ પ્રમાણે નિયમિત ધ્યાન ધરે છે તે મહાત્માઓ અધ્યાત્મવિદ્ અર્થાત્ અધ્યાત્મને જાણનારા બને છે. ધર્મધ્યાનથી અને શુકલધ્યાનથી પુષ્કળ શુભાશ્રવ (પુણ્યબંધ), સંવર અને કર્મની નિર્જરા થાય છે. સર્વ કર્મનો ક્ષય થતાં તેઓ કેવળજ્ઞાન અને મુક્તિ પ્રાપ્ત કરે છે.

આ રીતે ધ્યાનનો મહિમા મુમુક્ષુ જીવો માટે ઘણો મોટો છે.

इति ध्यानाधिकारः ।

ધ્યાન અધિકાર સંપૂર્ણ



मुद्रक : नेषध प्रिन्टर्स, अमदावाढ. फोन : २७४८१६२७