

સિદ્ધ



અરિહંત



આચાર્ય



સાધુ



ઉપાધ્યાય



જૈન પાઠાવલી

પુસ્તક 1

શ્રેણી 1



ધાર્મિક શિક્ષણ બોર્ડ

પ્રકાશક

શ્રી બૃહદ મુંબઈ વર્ધમાન સ્થાનકવાસી જૈન મહાસંગ

સંચાલિત

માતુશ્રી મણીભેન મણશ્રી ભીમશ્રી છાડવા - ધાર્મિક શિક્ષણ બોર્ડ



પ્રકાશન દિન

વીર સંવત : 2548

વિકભ સંવત : 2078

ઈ.સ : 26.09.2022

પ્રથમ આવૃત્તિ

પ્રત : 3000

શાનાર્થ : 50 ₹

પ્રાપ્તિ સ્થાન

શ્રી બૃહુદ મુંબઈ વર્ધમાન સ્થાનકવાસી જૈન મહાસંગ

: સંચાલિત :

માતુશ્રી મણીબેન મણશી ભીમશી છાડવા ધાર્મિક શિક્ષણ બોર્ડ
જયંત આર્કેડ

રાજવાડી સિવનલ, હરીવન વામન પેઠેની ઉપર
ઓફિસ નંબર 202, ઘાટકોપર - (પૂ.), મુંબઈ- 400077

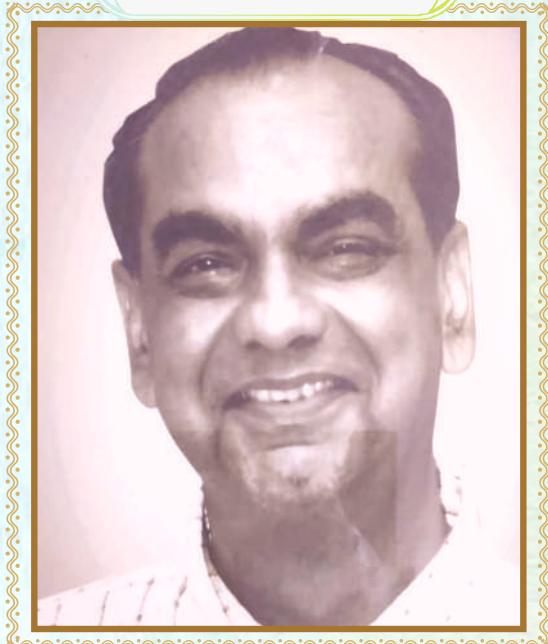
Office : 9702277914

Chaayaben : 9029933775

Chiraghbhai : 9820596646



શ્રુત સ્તંભ



સ્વ. શ્રી સુરેશભાઈ શાહના પુષ્ય સ્મરણ નિમિત્તે

શ્રીમતી ઉર્મિલાબેન સુરેશભાઈ શાહ

સૌ. ઉર્મિ ચિંતનભાઈ શાહ | ચિં. માહી ચિંતનભાઈ શાહ

ચિં. સાનવી ચિંતનભાઈ શાહ - મલાડ, મુંબઈ

જ્ઞાનદાન યોજનામાં સહભાગી બની
જ્ઞાનપ્રસારના કાર્યમાં સહકાર આપી
સ્વયંના જ્ઞાનાવરણીય કર્મનો ક્ષયોપશમ કરનાર
લોકોત્તર પુષ્યનો બંધ કરનાર દાતા પરિવારનો
ધાર્મિક શિક્ષણ બોર્ડ ખૂબ-ખૂબ આભાર માને છે
તેઓના ઉત્કૃષ્ટ ભાવોની અનુમોદના કરે છે.

॥ નાણસ્સ સવસ્સ પગાસણાએ ॥

શ્રી બૃહદ મુંબઈ વર્ધમાન સ્થાનકવાસી જૈન મહાસંગ

Shree Greater Bombay Vardhaman Sthanakvasi Jain Mahasangh

: સંચાલિત :

માતુશ્રી મણીબેન મણશી ભીમશી છાડવા ધાર્મિક શિક્ષણ બોર્ડ

**Matushree Maniben Manshi Bhimshi Chhadva
Dharmik Shikshan Board,**

Jayant Arcade, office No 202, 2nd floor, M.G. Road,
Rajawadi Signal, Ghatkopar (E), Mumbai- 400077

જ્ઞાનદાન મહાદાન

જ્ઞાન યોજના

₹1,00,000/- શ્રુતસ્તંભ

₹51,000/- શ્રુતાદ્યાર

₹5,000/- શ્રુતસહયોગી

₹25,000/- શ્રુતપ્રભાવક

₹2500/- શ્રુતસહાયક

₹11,000/- શ્રુતપ્રેરક

₹1000/- શ્રુતઅનુમોદક

દેશ-વિદેશના હજારો પરીક્ષાર્થીઓ શ્રેષ્ઠી 1 થી 24 ની
પરીક્ષાઓ આપીને જ્ઞાનવૃદ્ધિ કરી રહ્યા છે. આપશ્રી જ્ઞાનદાન યોજનમાં
સહભાગી બનશો અને અન્યને અનુમોદના માટે પ્રેરિત કરશોજ.

Banking Details for DONATION to Dharmik Sikshan Board

A/c Name : Shree Greater Bombay Vardhaman Sthanakvasi
Jain Mahasangh

Bank Name : DENA BANK, Zaveri Bazar, Mumbai - 400 002.

Code : RTGS/BKDNO450008

A/c. No. : 021010025716 Phone : +91 (22) 22018629

ચેક / ડ્રાઇટ શ્રી ગ્રેટર બોર્ડે વર્ધમાન સ્થા. જૈન મહાસંગના નામે લખવો.

અતીતની અટારીઓથી

આજે વિશ્વમાં પ્રલોભનો વધી રહ્યાં છે. આજનો માનવી સૂર્યોદયથી સૂર્યાસ્ત નહીં પણ મધ્યરાત સુધી યંત્રવત્ત દોડી રહ્યો છે. સમય અને નિરાંત જેવા શબ્દો તો એના જીવનના શબ્દકોષમાંથી ક્યારના રવાના થઈ ગયાં છે ત્યારે પ્રશ્ન થાય છે કે, આ બધી દોટ કોના માટે ?

ત્યારે જવાબ છે કે, સુખ, સમૃદ્ધિ, અખૂટ સંપત્તિ માટે.

પણ શું આટલી દોડાદોડ કર્યા પછી આ બધું મળે છે ખરું ?

કદાચ યંત્ર યુગમાં સમૃદ્ધિ અને સંપત્તિ મળી જાય છે પણ જીવન યંત્રવત્ત બની જાય છે. અને સુખ-શાંતિના હવાતિયાં મારવા છતાં સુખ-શાંતિ તો વહેંત છેટા રહી જાય છે. દરેક વ્યક્તિ કોઈ દુઃખથી ઘેરાયેલી છે. આ બધાં દુઃખોથી મુક્ત થવું હોય તો સર્વજ્ઞ તીર્થકર પરમાત્માનો ધર્મ અને ધર્મની યથાર્થ સમજણ જ સહાયક થાય છે.

પરિસ્થિતિને જાણીને સમજુને વિચક્ષણ દીર્ଘદ્રષ્ટા વડીલોની આગેવાની લઈને અંદાજે 60 વર્ષ પૂર્વે એટલે કે, 30-07-1961 ના શ્રી બૃહદ મુંબઈ સ્થાનકવાસી જૈન મહાસંઘની આગેવાની હેઠળ માતુશ્રી મણીબેન મણશ્રી ભીમશ્રી છાડવા ધાર્મિક શિક્ષણ બોર્ડની સ્થાપના કરવામાં આવી.

જૈનધર્મના 32 આગમમાંથી પ્રેરણા લઈ, આગમ સાગરમાંથી મંથન કરીને સરળ ભાષામાં તેનો બોધ થઈ શકે તે માટે, સમસ્ત વિશ્વનાં સ્થાનકવાસી જૈનોના જૈનધર્મ આધારિત વિજ્ઞાનનો વિકાસ થાય તે માટે ધાર્મિક શિક્ષણ બોર્ડ પ્રારંભમાં શ્રોણી એકથી સાતના અભ્યાસક્રમના પાઠ્યપુસ્તકો તૈયાર કર્યા. આ પાઠ્યક્રમ તૈયાર કરવામાં પૂજ્ય શ્રી સંત-

સતીજીઓનો અવિસ્મરણીય સાથ સહકાર મળ્યો.

પછી કમશા: સંઘના વિદ્વાનજનોએ courseનો વિકાસ કર્યો. જેને કારણે આજે એકથી ચોવીસ શ્રેષ્ઠીનો course તૈયાર થઈ ગયો છે અને જ્યારે-જ્યારે જરૂર લાગી, ત્યારે નવી આવૃત્તિમાં ફેરફાર પણ કર્યા છે. વર્તમાને ફરીથી આ book ફેરફાર સાથે નવા સ્વરૂપમાં આપણે પ્રકાશિત કરીએ છીએ. આની પાછળનો હેતુ આબાલવૃદ્ધ બધાં આમાં જોડાઈ શકે અને વધુમાં વધુ લોકો પરમાત્માના ધર્મની સન્મુખ થાય, એ જ છે.

સમય અનુસાર કભિક વિકાસ કરતાં-કરતાં આજે માતુશ્રી મહારીબેન મણશ્રી ભીમશ્રી છાડવા ધાર્મિક શિક્ષણ બોર્ડ સંસ્કાર સિંચન સાથે સંસ્કાર સંપન્ન ભાવિ પેઢીના નિર્માણ માટે કાર્યશીલ છે.

Course તૈયાર કરવામાં અનેક ઉપકારી ગુરુ ભગવંતો, ગુરુણી ભગવંતોનું માર્ગદર્શન મળ્યું છે. અને એ માર્ગદર્શન અનુસાર અભ્યાસી શ્રાવક-શાવિકાઓએ પોતાનું યોગદાન આપ્યું છે. એ દરેકનું અમે અભિવાદન કરીએ છીએ.

આ courseને કારણે આજ સુધીમાં લાખો લોકો પરીક્ષાના માધ્યમથી જૈનધર્મના સંસ્કારને પામ્યાં અને ભવિષ્યમાં પણ વધુમાં વધુ લોકો આ અભ્યાસક્રમમાં જોડાઈને સુસંસ્કારને પામીને પોતાના ભાવિને ઉજ્જવળ બનાવે એ જ અભ્યર્થના.

ધાર્મિક શિક્ષણ બોર્ડની પ્રવૃત્તિ

1. 60 વર્ષોથી જૈનધર્મના જ્ઞાન પ્રસાર અર્થે જૈનશાળા અને મહિલા મંડળની ધાર્મિક પરીક્ષાઓનું આયોજન કરનારી સંસ્થા
2. પરીક્ષા માટે જરૂરી પુસ્તકોનું પ્રકાશન.
3. શિક્ષકોના અને વિદ્યાર્થીઓના સંમેલનો યોજ તેમને અભ્યાસક્રમની

સમજણ આપવી.

4. શ્રેષ્ઠીની પરીક્ષાઓનાં ઈનામી મેળવડાનું આયોજન કરવું.
5. જ્ઞાનદાતા શિક્ષકોનું અભિવાદન.
6. એકથી ચોવીસ શ્રેષ્ઠી સુધીનો વિસ્તૃત અભ્યાસક્રમ ઉપલબ્ધ અને નવી શ્રેષ્ઠીનો વિકાસ.
7. જૈન ધર્મનું ઊંઠું જ્ઞાન ધરાવતા અનુભવી અને કુશળ જ્ઞાનદાતા દ્વારા ધાર્મિક અને આધ્યાત્મિક શિબિરોનું આયોજન.
8. Technologyના માધ્યમથી online અને લિખિત પરીક્ષા દર વર્ષે જાન્યુઆરી અને જુલાઈમાં લેવામાં આવે છે.
9. વૈશ્વિક (Global) પરીક્ષાનું આયોજન, online certificate અને ઈનામ વિતરણ.

આ પુસ્તકમાં છભસ્થાવસ્થાને કારણે

જિનાશા વિરુદ્ધ કંઈ પણ લખાયું હોય તો મિશ્યામિ દુક્કડમ્.



ધાર્મિક શિક્ષણ બોર્ડ

અનુકૂળાંગિકા

વિષય	Page No.
1. સૂત્ર વિભાગ - 40 marks	
1. સામાચિક સૂત્રના પ્રથમ 4 પાઠ કુંઠસ્થ - અર્થ સહિત	01
2. પ્રથમ 4 પાઠની સમજણ	11
2. સામાન્ય સમજણ વિભાગ - 20 marks	
1. પ્રભુનામ સ્મરણનો મહિમાતથા ચોવીસ ભગવાનના નામ	25
2. 11 ગણધર ભગવંતોના નામ તથા સમજણ	27
3. 16 સતીના નામ	28
4. 8 કર્મના નામ	28
5. 6 કાયના નામ	29
6. 6 દ્રવ્યના નામ	30
7. ઉપકરણ	30
3. સંસ્કાર વિભાગ - 15 marks	
1. જ્યા જિનેન્ડ્ર	36
2. આહાર વિવેક	40
3. ઉપકાર ભાવ	44
4. વિનય	50
4. ધર્મ અને વિજ્ઞાન - 5 marks	54
5. કથા વિભાગ - 10 marks	
1. નયસાર - પ્રભુ મહાવીરનો પ્રથમ ભવ	57
2. અનોખી જીવદ્યા - મેઘરથ રાજાની	61
3. પાર્શ્વપ્રભુની - અનુકુંપા	64
4. આર્દ્રકુમાર - પામ્યાં કલ્યાણ મિત્ર	67
6. કાચ્ય વિભાગ - 10 marks	
1. પંચ પરમેષ્ઠી	70
2. જૈન ધર્મ	71
3. વિનય ધર્મનું મૂળ	72
4. ના ના ના રે ના ના	74

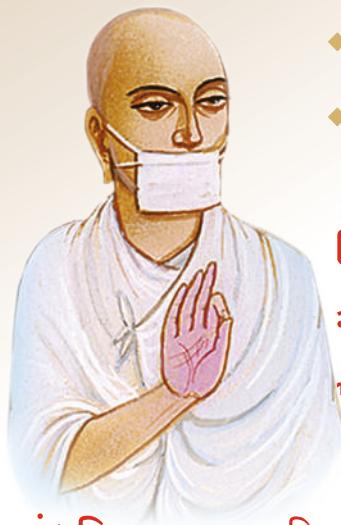
વિભાગ - 1 સૂત્ર વિભાગ

નમસ્કાર મહામંત્ર



- નમો અરિહંતાણં - અરિહંત ભગવંતોને નમસ્કાર હો
- નમો સિદ્ધાણં - સિદ્ધ ભગવંતોને નમસ્કાર હો
- નમો આયરિયાણં - આચાર્ય ભગવંતોને નમસ્કાર હો
- નમો ઉવજ્જાયાણં - ઉપાધ્યાય ભગવંતોને નમસ્કાર હો
- નમો લોએ સત્વ સાહૂણં - લોકમાં રહેલા સર્વ સાધુ ભગવંતોને નમસ્કાર હો
- એસો પંચ નમોક્કારો - આ પાંચ નમસ્કાર પદ
- સત્વપાવપ્પણાસણો - સર્વ પાપોનો નાશ કરનાર છે,
- મંગલાણં ચ સત્વેસિં - સર્વ મંગલોમાં
- પદમં હવઈ મંગલં - આ પ્રથમ મંગલ છે.





ગુરુવંદન સૂત્ર

તિકખુતો - ત્રાશ વાર
આયાહિણાં - જમણી તરફથી શરૂ કરીને
પયાહિણાં - (જમણી તરફ વળતી)
પ્રદક્ષિણા કરીને

વંદામિ - સ્તુતિ અથવા વંદન કરું છું,
નમંસામિ - પંચાંગ (પાંચ અંગ) નમાવી નમસ્કાર કરું છું,
સક્કારેમિ - સત્કાર કરું છું,
સ્વમાણેમિ - સન્માન આપું છું,
કલ્યાણાં - હે ગુરુદેવ! આપ કલ્યાણ રૂપ છો,
મંગલાં - મંગલ રૂપ છો,
દેવયાં - ધર્મદેવ રૂપ છો,
ચેઠયાં - આપ જ્ઞાનવંત છો,
પઙ્કુવાસામિ - હું આપની મન, વચન, કાયાએ
કરી સેવા કરું છું.



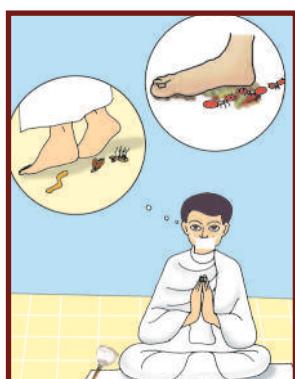
દરિયાવહિયં સૂત્ર

દુર્ઘામિ - દુરદું છું

પડિક્કમિઉં - પ્રતિકમણ કરવાને

દરિયાવહિયાએ - માર્ગમાં

ચાલવાથી થતી

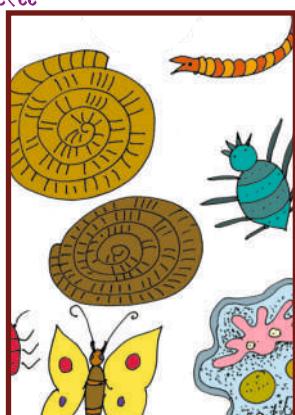


વિરાહણાએ - વિરાધનાથી,

હિંસાથી

ગમણાગમણો - રસ્તામાં જતાં

આવતાં



પાણક્કમણો - ગ્રાણીઓને

કચર્યા હોય,

બીયક્કમણો - (સચેત) બીજ

કચર્યા હોય,



હરિયક્કમણો - લીલી વનસ્પતિને

કચરી હોય,



ઓસા - બિંદુ, ઝાકળ, ઠાર,



ઉત્તિંગ - કીડીયારાં વગેરે જવોના

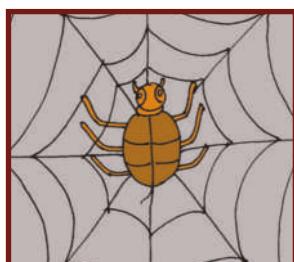
દર,

પણગ - પંચવાળી લીલ, ઝૂંગ,
શેવાળ,

દગ - સચેત પાણી,

મદ્વી - સચેત માટી,

મક્કડા - કરોળિયાનાં પડ,



સંતાણા - કરોળિયાનાં જાળાં,

સંકમણો - પગ મૂકીને કર્યાં હોય,



જે મે - જે કોઈ, મેં (મારા જવે)

જીવા - જવોની

વિરાહિયા - વિરાધના કરી હોય,

દુઃખ દીઘું હોય,

એણિંદ્રિય - એક ઈંદ્રિયવાળા

જવ (ફક્ત કાયા હોય) પૃથ્વી,
પાણી, અહિન, વાયુ અને વનસ્પતિ
(earth, water, fire, air
and plants)



બેંદ્રિયા - બે ઈંદ્રિયવાળા જવ

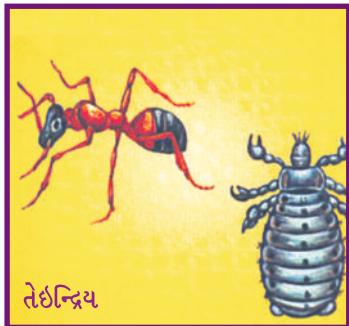
(કાયા અને જીભ હોય) જેવા કે
કીડા, પોરા, છીપ, શાંખ, કરમિયાં
વગેરે. (worms, conch, shell, earthworms)



તેંદ્રિયા - ત્રણ ઈંદ્રિયવાળા જવ

(કાયા, જીભ અને નાક હોય) જેવા
કે કીડી, માંકડ, જૂ, લીખ વગેરે.

(ants, lice, bigger)



चउरिंदीया - चार ईंद्रियवाणा
ज्व (काया, ज्ब नाक अने आंभ
होय) जेवा के माझी, मर्खर,
भमरा, वींधी वगेरे.

(flies, bees, wasps,
mosquitoes, scorpion)

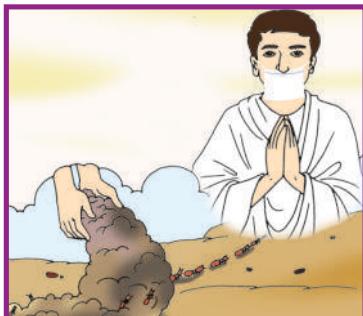


पंचिंदिया - पांच ईंद्रियवाणा ज्व
(काया, ज्ब, नाक, आंभ अने
कान होय) जणचर, स्थणचर,
उरपर, भुजपर, खेचर तथा
मनुष्य, देवता, नारकी.

(devas & hellish beings)



अभिहया - सामा आवतां हळयां
होय,
वत्तिया - धूળ आहिथी ढंकया
होय,



लेसिया - जमीन साथे मसज्यां
होय,
संघाईया - एकबीजना शरीरने
अथडाव्या होय,



સંઘણ્યા - સ્પર્શ કરી ખેદ
પમાડ્યો હોય,



પરિયાવિયા - પરિતાપ,
ચારે બાજુથી પીડા આપી હોય,



કિલામિયા - કિલામના - જલાનિ
ઉત્પન્ન કરી હોય,



ઉદ્વિયા - ધ્રાસ્કો પમાડ્યો હોય
અથવા ભયભીત કર્યા હોય,



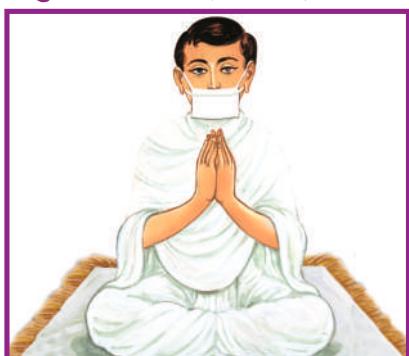
ઠાણાઓઠાણં - એક સ્થાનેથી
બીજ સ્થાને



સંકમિયા - સંકમણ કર્યા હોય,
રાખ્યા હોય,
જીવિયાઓ - જીવનથી જ
વવરોવિયા - રહિત કર્યા હોય,
મારી જ નાંખ્યા હોય,

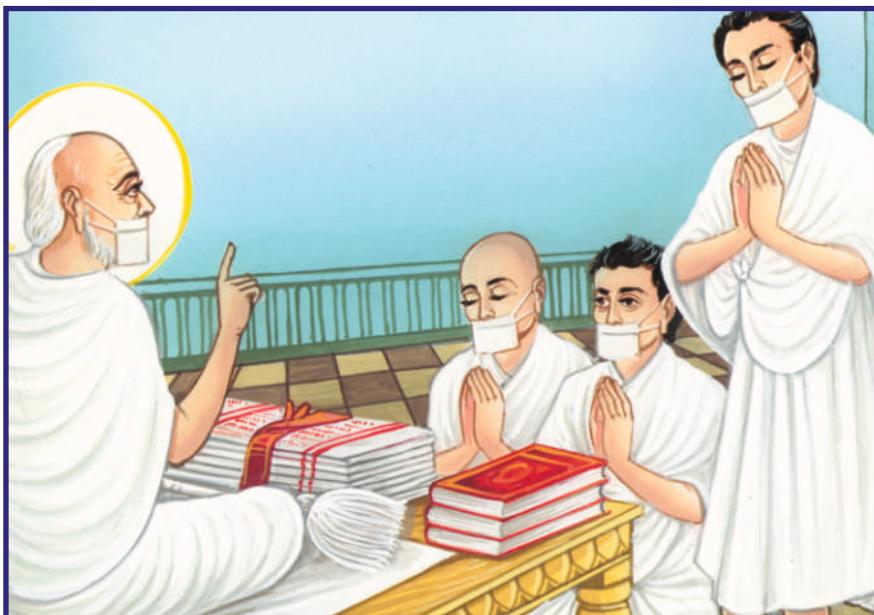


તસ્સ મિછામિ દુક્કડં - તેનું
મારું પાપ મિથ્યા (નિષ્ફળ) થાઓ.



ઉત્તરીકરણ સૂત્ર

- | | |
|------------------|---|
| તસ્સ | - તેને (પાપયુક્ત આત્માને) |
| ઉત્તરી કરણોણં | - વિશેષ, શ્રેષ્ઠ (ઉત્કૃષ્ટ) બનાવવા માટે |
| પાયચિદ્ગત કરણોણં | - પ્રાયચિદ્ગત કરવા માટે, |
| વિસોહિ કરણોણં | - વિશેષ શુદ્ધિ કરવા માટે, |
| વિસલ્લી કરણોણં | - ત્રણ શાલ્યોથી રહિત કરવા માટે, |
| પાવાણં કર્માણં | - પાપ કર્મનો |
| નિંઘાયણટ્રાએ | - મૂળથી નાશ કરવા માટે, |
| ધાર્મિ | - કરું છું, |
| કાઉસસગં | - કાયોત્સર્જ (શરીરના વ્યાપારોનો ત્યાગ) |
| અન્નત્થ | - સિવાય (નીચે બતાવેલા તેર આગારો સિવાય) |



આગાર સૂત્ર

ઉસસિએણ - ઉંચો શાસ લેવાથી

(1) (breathing in)



નીસસિએણ - નીચો શાસ

મૂકવાથી (2) (breathing out)



ખાસિએણ - ઉધરસ, ખાંસી

આવવાથી (3) (coughing)



છીએણ - છીંક આવવાથી

(4) (sneezing)



જંભાઈએણ - બગાસું આવવાથી

(5) (yawning)



ઉડુએણ - ઓડકાર આવવાથી

(6) (burping)



વાયનિસંગેણ - અધોવાયુ

નીકળવાથી (7) (dispersion of bodily gas)



ભમલીએ - ચક્કર આવવાથી

(8) (giddiness)



પિત - પિતના પ્રકોપથી

(9) (vomiting sensation)



મુખાએ - મૂખાઈ આવવાથી

(10) (fainting)



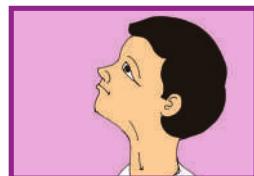
સુહુમેહિં અંગ સંચાલેહિં -

સૂક્ષ્મ પણો, જરાક શરીરનાં
અંગોના હલવાથી (11)(subtle
movements of small parts
of the body)



સુહુમેહિં જેલ સંચાલેહિં -

સૂક્ષ્મ પણો, જરાક કફ, થુંક ગળવા
વડે થતાં સંચારથી (12) (slight
movement due to gulping
of cough)



સુહુમેહિં દિટ્રિં સંચાલેહિં-

સૂક્ષ્મ પણો, જરાક દ્રષ્ટિના
સંચારથી (13) (little
movement Of the eyes)



એવમાઈએહિં -

ઈત્યાદિ (તેર તથા બીજા પણા)



આગારેહિં - આગારોથી, છૂટોથી

અભંગો - અભંગ - ભાંગો નહીં

અવિરાહિઓ - વિરાધના રહિત,
અખંડિત



હુક્કમે - હોજો મારો
કાઉસસંગો - કાયોત્સર્ગ
જાવ - જ્યાં સુધી
અરિહંતાણં - અરિહંત
ભગવંતાણં - ભગવંતોને
નમોક્કરેણં - નમસ્કાર કરીને
(પ્રગટપણે નમો અરિહંતાણં
બોલીને)



ન પારેમિ - ન પાળું, (કાયોત્સર્ગ
પૂરો ન કરું)
તાવ - ત્યાં સુધી (હું),
કાયં - કાયાને (શરીરને)
ઠાણોણ - એક સ્થાને સ્થિર રહીને,
મોણોણ - વચન દ્વારા મૌન રહીને,
આણોણ - શુભ ધ્યાનમાં મનની
એકાગ્રતા કરીને,
અપ્પાણ - આત્માને અર્થાત્
ચંચળ એવી મારી કાયાને પાપથી
વોસિરામિ - વોસિરાવું છું
(અલગ કરું છું, ત્યાગું છું).



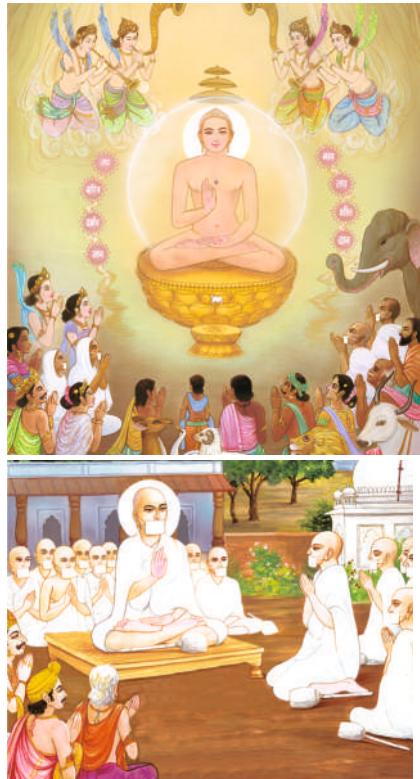
મૈત્રીભાવનું પવિત્ર ઝરણું,
મુજ હૈયામાં વધા કરે;
શુભ થાઓ આ સકળ વિશ્વનું,
એવી ભાવના નિત્ય રહે.

ગુણથી ભરેલા ગુણીજન હેખી,
હૈયું મારું નૃત્ય કરે;
એ સંતોના ચરણકમળમાં,
મુજ જીવનનું અર્થ રહે.



શ્રી નમસ્કાર મંત્ર - સમજણ

- શ્રી નમસ્કાર મહામંત્ર એક વૈશ્વિક (Universal) મંત્ર છે. એ મંત્ર નહીં પણ મહામંત્ર છે.
- તેની વિશિષ્ટતા એ છે કે, તેમાં કોઈ વ્યક્તિનું નામ નથી. પરંતુ વ્યક્તિએ (આત્માએ) પ્રાપ્ત કરેલાં ગુણોનું સ્થાન છે.
- શાંતિ કે સંપ્રદાયના બેદ વગર આત્મવિકાસની યાત્રામાં આત્માએ પ્રાપ્ત કરેલા ગુણોને નમસ્કાર છે. આમ, શ્રી નમસ્કાર મહામંત્ર વ્યક્તિવાચક નહીં પણ ગુણવાચક છે.
- માટે વિશ્વના વિદ્વાનો અને પ્રબુદ્ધ પ્રાજ્ઞનો તેને શ્રેષ્ઠ મંત્ર કહી બિરદાવે છે.
- જે શ્રેષ્ઠ, સર્વोત્તમ, સર્વોત્કૃષ્ણ છે, મંગલકારી છે. તેને નમસ્કાર છે. શ્રી નમસ્કાર મહામંત્રમાં જે મંગલ સ્વરૂપ છે એવા અરિહંત ભગવંતો, સિદ્ધ ભગવંતો, આચાર્યજી, ઉપાધ્યાયજી અને સાધુ-સાધ્વીજીને ભાવપૂર્વક નમસ્કાર કરવામાં આવે છે.
- અરિહંત ભગવંત - અરિ એટલે શત્રુ, હંત એટલે હણનારા. આંતર શત્રુઓને હણનારા, રાગ-દ્રોષને જિતનારા, ચાર ઘાતી કર્મોનો ક્ષય



કરનારા છે.

- **સિદ્ધ ભગવંત -** આઈ કર્માનો કથ્ય કરી, સર્વ કર્માથી મુક્ત થઈ, જન્મ-મરણનાં ચકથી મુક્ત થઈને શાશ્વત કાલ સિદ્ધક્ષેત્ર પર બિરાજમાન છે.
- **આચાર્યજી -** પંચાચારનું પાલન કરનારા અને કરાવનારા, શ્રી સંઘનું સફળ સંચાલન, નેતૃત્વ કરનારા છે.
- **ઉપાધ્યાયજી -** શ્રી આગમસૂત્રોનું, શાસ્ત્રોનું અધ્યયન (અભ્યાસ) કરનારા અને કરાવનારા છે.
- **સાધુ-સાધ્વીજી -** પંચ મહાવ્રતોનું પાલન કરનારા, પ્રભુ આશામય સંયમ જીવન જીવનારા છે.

આ પાંચ પદ આપણા માટે પરમ ઈષ એટલે કે પરમ કલ્યાણકારી હોવાથી તેઓ પંચ પરમેષ્ઠી કહેવાય છે.

શ્રી નમસ્કાર મહામંત્રનો પ્રથમ શબ્દ નમો છે. જે વિનય સૂચક છે. વિનયપૂર્વક પંચ પરમેષ્ઠીને કરેલા નમસ્કાર, સર્વ પાપોનો નાશ કરનાર છે.

પંચ પરમેષ્ઠીના ગુણો:-



અરિહંત ભગવાનના ગુણ 12 છે.



આચાર્યજીના ગુણ 36 છે.



ઉપાધ્યાયજીના ગુણ 25 છે.



સાધુ-સાધ્વીજીના ગુણ 27 છે.

સર્વ મળી પંચ પરમેષ્ઠીના ગુણ 108 છે.

શ્રી નમસ્કાર મંત્ર સ્મરણના લાભ...

1. નમસ્કાર મંત્રના સ્મરણથી આદેય નામ કર્મનો બંધ થાય છે. તેનાથી આપણું વચન સર્વમાન્ય બને છે.
2. સર્વ વિદ્જો, આપત્તિઓ, કષ્ટો દૂર થાય છે.
3. નમ્રતા, વિનય જેવા ગુણ પ્રગટે છે.
4. અહંકાર, સ્વરચ્છંદ બુદ્ધિ આદિ દોષોનો નાશ થાય છે.
5. આપણી ગુણગ્રાહી દર્શિનો વિકાસ થાય છે.
6. અરિહંતના ધ્યાને અરિહંત બની જઈએ. જેના શરણે જઈએ તેના જેવા થઈએ. આપણે પણ આપણા કર્મોનો ક્ષય કરી પરમાત્મા બની શકીએ.
- આ કથનને વૈજ્ઞાનિક રીતે સમજીએ.

LAW OF MATERIAL ના નિયમ પ્રમાણે જ્યારે હું સર્વોત્તમ ગુણવાળા આત્માનું સ્મરણ કરું છું. તેમને વંદન અને નમન કરું છું, ત્યારે, ઉત્તમ તત્ત્વને મારામાં attract કરું છું. જે મારું કલ્યાણ તો કરે જ છે. સાથે-સાથે મારામાં ઉત્તમ ગુણોને પ્રાપ્ત કરવાની ક્ષમતા વિકસાવે છે. જ્યાં ગુણોનો વિકાસ હોય ત્યાં પાપોનો નાશ હોય જ.

ખૂબ ભાવપૂર્વક, લયબદ્ધ રીતે મંત્રોના ઉચ્ચારણ, મંત્રગાન થકી પવિત્ર અને શક્તિશાળી સ્પંદનો (vibrations) વાતાવરણમાં પ્રસરે છે. જે ખૂબ જ લાભદાયી અને ફળદાયી છે. વિજ્ઞાન પણ કહે છે કે, ઉચ્ચારેલા શબ્દોના તરંગો living અને non-living બંનેને અસર (effect) કરે છે અને અશુભ તત્ત્વનો નાશ થાય છે.

- શ્રી નમસ્કાર મહામંત્રનું સ્મરણ કયારે-કયારે થઈ શકે ?

કોઈપણ સમયે અને કોઈપણ સ્થળે ગણી શકાય છે. ઉઠતાં- બેસતાં,

ચાલતાં-ચાલતાં, સૂતાં-સૂતાં, ભોજન કરતાં, તેમજ કોઈપણ કાર્ય કરતાં
મનમાં સ્મરણ કરી શકાય છે. ઘરની બહાર જતાં અને પાછા ઘરે પ્રવેશ
કરતાં, officeમાં પ્રવેશ કરતાં અને office બંધ કરતાં, સ્કૂલ-કોલેજમાં
જતાં આવતાં, વાંચન-લેખન શરૂ કરતાં પહેલાં, પરીક્ષા આપવા જતાં,
કોઈપણ શુભ કાર્યની શરૂઆત કરતાં પહેલાં, તેમજ જ્યારે-જ્યારે સમય
મળે ત્યારે નમસ્કાર મંત્રનું સ્મરણ કરવું શ્રેષ્ઠ છે.

મહામંત્ર શ્રી નમસ્કાર, કરું સ્મરણ વારંવાર...

મંગલમય છે શ્રી નવકાર, ઉતારે ભવપાર...

રટણ કરું દિનરાત, દેવ-ગુરુ મારા પ્રાણ...

વિસરું નહીં ક્ષણવાર, મહામંત્ર શ્રી નમસ્કાર



અપેક્ષિત પ્રશ્નો

પ્રશ્ન - 1. પંચ પરમેષ્ઠીના ગુણ કેટલાં છે ?

પ્રશ્ન - 2. અરિહત કોને કહેવાય ?

પ્રશ્ન - 3. નમસ્કાર મંત્રના સ્મરણથી શું લાભ થાય ?

પ્રશ્ન - 4. ‘નમો’ શબ્દ શેનો સૂચક છે ?

પ્રશ્ન - 5. નામસ્મરણથી ગુણોની પ્રાપ્તિ કેવી રીતે થાય છે ?

ગુરુવંદન સૂત્ર - સમજણ

સામાચિકનો બીજો પાઠ ગુરુવંદન સૂત્ર એટલે કે તિકખુતોનો છે.

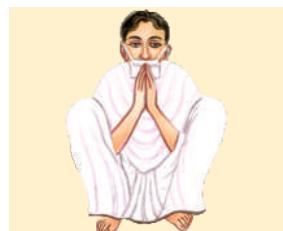
તિકખુતોના પાઠ દ્વારા ગુરુને વંદના કરાય છે. તેથી, આ પાઠનું બીજું નામ ગુરુવંદન સૂત્ર છે.

- **વંદનાના ત્રણ પ્રકાર છે:**

- (1) જધન્ય વંદના - રસ્તામાં સંત-સતીજી મળી જાય અથવા ઉપાશ્રયમાં તેઓ કોઈ અગત્યનું કાર્ય કરી રહ્યા હોય, ત્યારે બે હાથ જોડી મસ્તક નમાવી "મત્થએણ વંદામિ" કહી દૂરથી મૌન પણે નમસ્કાર કરવા.
- (2) મધ્યમ વંદના - તિકખુતોના પાઠ દ્વારા ત્રણ વાર વંદના કરવી. ગુરુદેવ centreમાં બિરાજમાન હોય ત્યારે ત્રણ પ્રદક્ષિણાપૂર્વક વિનય ભાવથી વંદના કરવાની છે. કારણ કે, ગુરુ આપણા પરમ ઉપકારી છે.

ગુરુ સામે બિરાજમાન હોય ત્યારે ખૂબ ઉલ્લાસથી વિધિપૂર્વક ત્રણ આવર્તનપૂર્વક (જે પ્રદક્ષિણાના પ્રતીક રૂપે છે.) ત્રણ વાર વંદના કરવાની હોય છે. ગુરુના સમ્યક્ શાન, સમ્યક્ દર્શન અને સમ્યક્ ચારિત્ર એ ત્રણોય ગુણોને વંદના કરવાથી આપણામાં પણ તેવા ગુણ પ્રગટે તેવા ભાવ સાથે વંદના કરવાની છે. બે હાથ, બે પગ અને મસ્તક નમાવીને (પંચાંગ પ્રણિપાત) વંદના કરાય છે.

- (3) ઉત્કૃષ્ટ વંદના - પ્રતિકમણાના ત્રીજા પાઠ દ્વારા ગોદુહિકા આસનમાં (ગાયને દોહતા હોય તેવું આસન) બેસીને આ વંદના કરાય છે.



• ગુરુને વંદન શા માટે કરવામાં આવે છે?

મારા આત્માનું કલ્યાણ થાય, તેવી હિતચિંતા કરનારા ગુરુ આપણને સત્યની સમજણ આપે છે, માર્ગદર્શન આપે છે, વારંવાર પ્રેરણ કરે છે તેથી ઉપકારી ગુરુને વંદન કરવામાં આવે છે.

મારા આવા કલ્યાણમિત્ર ગુરુને હું શું અર્પણ કરું...? એવા ભાવ સાથે વંદન કરવામાં આવે છે.

અહો! અહો! ઉપકારી ગુરુવર હું આપને વંદન કરું છું, નમન કરું છું, આપનો વારંવાર સત્કાર કરું છું. અનેક-અનેક પ્રકારે સન્માન કરું છું. હંદ્યના આવા ઉત્તમ ભાવો પ્રગટ કરવા વંદના કરાય છે.

ભાવપૂર્વક ગુરુવરનું સ્વાગત કરવું, ‘પધારો-પધારો’ જેવા શબ્દો બોલીને આવકારવા તે સત્કાર છે અને આસનાદિ અનુકૂળ વસ્તુઓ માટે આમંત્રિત કરવા તે સન્માન છે.

ગદ્દ ગદ્દ હૈયે, અશ્રુભીની આંખે ગુરુને વંદન કરતા મારું સમગ્ર અસ્તિત્વ ગુરુ ચરણો ઝૂકી જાય છે, હે ગુરુદેવ! આપ મારા માટે કલ્યાણ સ્વરૂપ છો, મંગલ સ્વરૂપ છો... આવા ભાવો સાથે વંદના કરવાની છે.

વંદના કરવાના અગણિત લાભ

1. ઉચ્ચ ગોત્ર કર્મનો બંધ થાય છે. નીચ ગોત્રકર્મનો ક્ષય થાય છે.
2. ઉત્તમ જાતિ, ઉત્તમ કુળ, ઉત્તમ બળ, ઉત્તમ ઐશ્વર્ય વગેરે ઉત્તમોત્તમ વસ્તુઓની પ્રાપ્તિ થાય છે.
3. વંદના અહંકારની વૃત્તિ ઘટાડવાની process છે. વંદનાથી ego ઘટે છે.
4. નમ્રતા અને વિનય જેવા ગુણોની પ્રાપ્તિ થાય છે.
5. શરણાગતિ અને સમર્પણના ભાવ પ્રગટે છે.

યોગની દ્રષ્ટિએ ઉત્તમ આસન છે. જેના અનેક લાભ મળે છે.

- (1) કરોડરજુ flexible બને છે.
- (2) મસ્તક જમીનને સ્પર્શો ત્યારે મગજ અને વંદ્યને બળ પ્રાપ્ત થાય છે.
- (3) કપાળની મધ્યમાં રહેલ આશ્વાચક જમીનને સ્પર્શો છે. તેથી, આશ્વાચક active અને balance થાય છે જેના કારણે શક્તિનો વિકાસ થાય છે.



હે ગુરુવર !

મેં તો પકડી આંગળી તારી, હવે જવાબદારી તારી.

મેં તો મસ્તક ઝૂકાવ્યું જરી, હવે જવાબદારી તારી.

મેં તો આશ્ચ હૈયે ઘરી, હવે જવાબદારી તારી.



અપેક્ષિત પ્રશ્નો

પ્રશ્ન - 1. તિકખુતો સૂત્રનું બીજું નામ શું છે ? કેમ ?

પ્રશ્ન - 2. વંદનાના કેટલા પ્રકાર છે ?

પ્રશ્ન - 3. વંદના કરવાના લાભ વિષે જણાવો (કોઈ પણ ત્રણ)

પ્રશ્ન - 4. જગન્ય વંદના ક્યારે કરાય છે ?

પ્રશ્ન - 5. ગુરુ centerમાં (મધ્યમાં) બિરાજમાન હોય ત્યારે વંદના કેવી રીતે કરાય ?

ઈરિયાવહિયં સૂત્ર - સમજણ

સામાચિકનો ત્રીજો પાઠ ઈરિયાવહિયં સૂત્ર છે.

સામાન્ય રીતે દરેક પાઠ/સૂત્ર તેના પહેલા શબ્દ દ્વારા ઓળખાય છે.

ઈરિયાવહિયં સૂત્ર દ્વારા રસ્તે આવતાં, જતાં, ચાલતા, દૈનિક કાર્યો કરતાં-કરતાં આપણા દ્વારા નાના-મોટા, એકેન્દ્રિયથી લઈ પંચેન્દ્રિય જીવોની હિંસા થઈ હોય, તેઓને દુઃખ પહોંચાડ્યું હોય તો તેની આલોચના કરી ક્ષમા માંગવાની હોય છે. માટે, આ સૂત્રનું બીજું નામ આલોચના સૂત્ર છે.

- એકેન્દ્રિય - જે જીવોને માત્ર કાયા જ હોય એટલે કે સ્પર્શેન્દ્રિય જ હોય, તેને એકેન્દ્રિય કહે છે. જેમ કે, પૃથ્વી, પાણી, અહિન, વાયુ અને વનસ્પતિ.
- બેઈન્દ્રિય - જે જીવોને કાયા અને જીભ એટલે કે સ્પર્શેન્દ્રિય અને રસેન્દ્રિય આ બે ઈન્દ્રિય હોય તેને બેઈન્દ્રિય કહે છે. જેમ કે, ઈયળ, અળસિયા, કૃમિ વગેરે.
- તેઈન્દ્રિય - જે જીવોને કાયા, જીભ અને નાક એટલે કે સ્પર્શેન્દ્રિય, રસેન્દ્રિય અને ગ્રાણેન્દ્રિય આ ત્રણ ઈન્દ્રિય હોય તેને તેઈન્દ્રિય કહે છે. જેમ કે, કીડી, મંકોડા, ધનેડાં, જૂ, લીખ વગેરે.
- ચૌરેન્દ્રિય - જે જીવોને કાયા, જીભ, નાક અને આંખ એટલે કે સ્પર્શેન્દ્રિય, રસેન્દ્રિય, ગ્રાણેન્દ્રિય અને ચક્ષુન્દ્રિય આ ચાર ઈન્દ્રિય હોય તેને ચૌરેન્દ્રિય કહે છે. જેમ કે, માખી, મરછર, પતંગિયા વગેરે.
- પંચેન્દ્રિય - જે જીવોને કાયા, જીભ, નાક, આંખ અને કાન એટલે કે સ્પર્શેન્દ્રિય, રસેન્દ્રિય, ગ્રાણેન્દ્રિય, ચક્ષુન્દ્રિય અને શ્રોતેન્દ્રિય આ પાંચ ઈન્દ્રિય હોય તેને પંચેન્દ્રિય કહે છે. જેમ કે, નારકી, દેવતા, મનુષ્ય અને તિર્યંચ પંચેન્દ્રિય પશુ-પક્ષી વગેરે.

આપણા જીવનમાં આ પાઠનું મહત્વ

ઈરિયાવહિયં સૂત્રના અભ્યાસથી અને સમજણ થકી કોઈપણ કાર્ય આપણે ધ્યાનપૂર્વક અને સાવચેત બનીને કરીએ છીએ. જેથી આપણી વિચાર સૃષ્ટિ, કાર્યપદ્ધતિ અને જીવનશૈલી (life style) માં બદલાવ આવે છે.

મારા કાર્ય થકી કોઈ જીવને પીડા તો નહીં થાય ને? દુઃખ તો નહીં પહોંચે ને? એવી જગ્યાની અને સંવેદના આપણા હૃદયને કોમળ અને કરુણામય બનાવે છે.

ઈરિયાવહિયં સૂત્રમાં જીવોની વિરાધના કે હિંસા કેવી રીતે થાય છે, એની સમજણ આપી છે. જીવ મરી જાય ત્યારે જ હિંસાનો દોષ લાગે તેમ નથી પરંતુ, તેને કોઈ પણ પ્રકારે દુઃખી કરીએ, અપમાન કે તિરસ્કાર કરીએ તો, તે પણ એક પ્રકારની હિંસા જ છે. તે "અભિહૃયા" થી લઈને "જીવિયાઓ વરવોવિયા" સુધીની દસ પ્રકારની વિરાધનાથી સમજાવ્યું છે.

જૈન દર્શન કેવું અદ્ભૂત છે! તેમાં, કેવી સૂક્ષ્મ વિચારણા કરી છે! તેનો ખ્યાલ આવે છે. આપણે વિરાધનાના એક-એક શાબ્દને ધ્યાનપૂર્વક વાગોળીશું અને સમજશું. ડગલે ને પગલે યાદ રાખીશું. તો અનેકો અનેક પાપોથી બચી શકીશું.

કેવી વિચારણા કરીશું

એક truckમાં 10 ગાય રહી શકે તેટલી જગ્યામાં 30/40 ગાય ભરવામાં આવે છે. તે દશ્ય જોઈને આપણાને અરેરાટી થઈ જાય છે!!! તેવી જ રીતે જ્યારે વટાણાને ઠાંસી-ઠાંસીને plastic bagમાં ભરીને fridgeમાં મૂકીએ છીએ ત્યારે તે જીવોને પણ દંડ થતું જ હશે, ત્યારે

મારા દ્વારા ‘સંઘાઈયા’ નામની વિરાધના થાય છે. એવી વિચારણા કરવી.

ખૂબ કીડીઓ થઈ ગઈ હોય તેના પર powder છાંટીએ ત્યારે તે મુંજાઈ જાય છે, ડરી જાય છે આમથી તેમ દોડવા લાગે છે. ભયથી વિબળ બની જાય છે ત્યારે ‘વત્તિયા’નો દોષ લાગે છે. મારે આવું ન કરાય. કોમળતાથી પૂંજણી દ્વારા તેને કોઈક સ્થાનમાં મૂકી દેવાય. એવી વિચારણા કરવી.

બિખારીને તિરસ્કારપૂર્વક કાઢી મૂકીએ ત્યારે ‘અભિહયા’નો દોષ લાગે છે એવું મારે ન કરાય. એવી વિચારણા કરવી.

આ રીતે આપણે આપણા દૈનિક કાર્યો કરતી વખતે વિચારણા કરીશું. દરેક કાર્ય, રોજિંદી કિયાઓ કોમળતાથી, જ્યાણાથી, જીવો પ્રત્યે મૈત્રી ભાવથી કરીશું, જીવોની વિરાધના થઈ ગઈ હોય તો તેની આલોચના દ્વારા, પ્રાયશ્ચિત્ત દ્વારા ક્ષમા માંગીશું અને અનંત કર્મ નિર્જરા દ્વારા આત્માને શુદ્ધ-વિશુદ્ધ બનાવીશું.



આપણે આટલું તો ચોક્કસ કરીશું

- (1) ઘાસ પર ચાલશું નહીં.
- (2) ફૂલ-પાંદડા તોડશું નહીં.
- (3) ઓછામાં ઓછું પાણી કેમ વપરાય,
તે વિષે વિચારણા કરી અમલમાં મૂકીશું.



- (4) ગેસ, T.V., mobile, light, પંખા, A.C. નો ઉપયોગ બને તેટલો ઓછો કરીશું, ઘટાડવાનો પ્રયાસ કરીશું.
- (5) કોઈ પણ વસ્તુ લેતાં-મૂકતાં ધ્યાન રાખીશું.
કોઈ નાના-નાના જીવ જંતુ તો નથી ને? તેની કાળજી અને જતના કરીશું.
- (6) ચંપલ-બૂટ પહેરતાં અને ઉતારીને મૂકતાં
બરાબર જોઈને પહેરશું અને મૂકશું.
- (7) ગાડી, scooter, cycle ચલાવતાં પહેલાં
બરાબર આજુ-આજુ ચેક કરીશું કે કોઈ જીવની વિરાધના તો થતી નથી ને.... પછી જ ચલાવશું.
- (8) કોઈનું અપમાન કે તિરસ્કાર કરશું નહીં.
- (9) કોઈની પ્રગતિમાં બાધક બનશું નહીં.
- (10) બે વ્યક્તિ વચ્ચે કલેશ-કંકાસ થાય તેવો વ્યવહાર કરશું નહીં.



મારું જીવન કેવું? કોઈને પીડા ન થાય તેવું.
જ્યારે-જ્યારે તમે ચાલો જી, નાના-નાના જીવોની રક્ષા કરો જી.



અપેક્ષિત પ્રશ્નો

- પ્રશ્ન - 1.** ત્રીજા પાઠને આલોચના સૂત્ર કેમ કહેવાય છે?
- પ્રશ્ન - 2.** ઓછું પાણી વપરાય તે માટે તમે શું પ્રયત્ન કરશો? તે વિસ્તારથી જણાવો.
- પ્રશ્ન - 3.** તેઈન્ડ્રિય કોને કહેવાય?
- પ્રશ્ન - 4.** ગાડી ચલાવતાં પહેલાં શું કરવું જોઈએ?
- પ્રશ્ન - 5.** વિરાધનાના કેટલા પ્રકાર છે અને ક્યા-ક્યા?

તસ્સ ઉત્તરી સૂત્ર - સમજણ

સામાચિકનો ચોથો પાઈ તસ્સ ઉત્તરી સૂત્ર છે.

આત્માની વિશેષ શુદ્ધિ કરવા માટેનું આ સૂત્ર છે.

કાયોત્સર્ગની સાધના શરૂ કરતા પહેલાંની પૂર્વ તૈયારી રૂપે આ સૂત્ર છે. આ પાઈમાં કાયોત્સર્ગનું પ્રયોજન સમજાવ્યું છે.

કાયોત્સર્ગનું પ્રયોજન :-

1. ઈરિયાવહિયંના પાઈથી આલોચના કર્યા પછી જે પાપદોષ રહી ગયા હોય તેની વિશેષ શુદ્ધિ માટે,
2. પાપનું પ્રાયશ્ચિત કરવા માટે,
3. આત્માને શુદ્ધ બનાવવા માટે,
4. આત્માને શાલ્ય રહિત બનાવવા માટે,
5. 18 પાપસ્થાન અને 8 કર્મોનો નાશ કરવા માટે કાયોત્સર્ગ કરાય છે.



શાલ્ય એટલે કાંટો

રસ્તે ચાલતા પગમાં કાંટો વાગી જાય, પગમાં કાંટો ખૂંચી જાય તે પછી ચાલવું મુશ્કેલ થઈ જાય છે. અત્યંત દુઃખદાયી અને પીડાકારી બની જાય છે. તે જ રીતે શાલ્યો આપણા આત્માને પીડાદાયી છે.

આત્મશાલ્યો ત્રણ પ્રકારના છે :-

- (1) માયા શાલ્ય - માયા કરવી, કપટ રાખવું.
- (2) નિદાન શાલ્ય - ધર્મકિયા કરીને તેનું ફળ માંગી લેવું.
- (3) મિથ્યાત્વ શાલ્ય - ખોટી સમજણ.

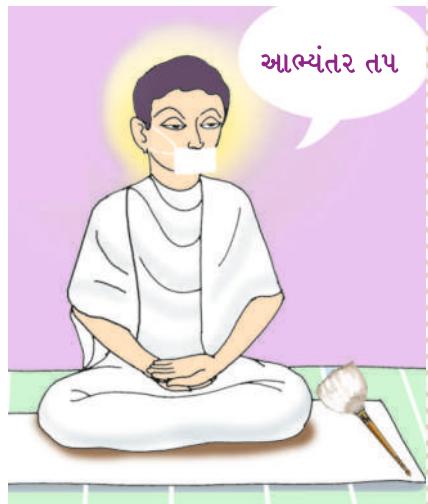
કાયોત્સર્ગ કઈ રીતે કરાય ?

કાયોત્સર્ગમાં શરીરને સ્થિર કરી, વાડીને વિરામ આપી, મૌન પણે ધ્યાન કરવાનું છે.

કાયોત્સર્ગમાં 13 પ્રકારના આગાર એટલે કે છૂટ હોય છે. જેનાથી કાયોત્સર્ગ ભંગ થતો નથી. કારણ કે, તે શરીરની સ્વયં સંચાલિત તેમજ નૈસર્જિક સ્વાભાવિક પ્રક્રિયાઓ છે. જેમ કે, શાસ લેવો, શાસ છોડવો, ઊઘરસ, છીંક, બગાસું ખાવું તેમજ શરીરનું સૂક્ષ્મ હળવન ચલવન થવું વગેરે કિયાઓને આપણે રોકી શકતા નથી. તેથી "ઊચસિએણાં"થી લઈને "સુહુમેહિં દિદ્ધિસંચાલેહિં" સુધીના 13 આગાર- છૂટ આપેલી છે.

કાયોત્સર્ગ કરવાના અનેક લાભ

1. નિયમિત રીતે કાયોત્સર્ગ કરવાથી મન શાંત બને છે.
2. વ્યક્તિ કોઈ પણ situationનો શાંતિથી સ્વીકાર કરે છે. Reaction આપવાને બદલે સમજવાનો પ્રયત્ન કરે છે.
3. જેને કારણે સહનશક્તિ તેમ જ સમજશક્તિ અને આંતરપ્રજ્ઞાનો વિકાસ થાય છે.
4. નવા કર્મો બંધાતા નથી..
5. મન ઉપર control રહેવાથી મનઃશક્તિનો શ્રેષ્ઠ ઉપયોગ થઈ શકે છે.
6. કાયોત્સર્ગ એ આભ્યંતર તપ છે. તેથી તપસાધના થાય છે.



- કાઉસર્ગ દ્વારા કર્મ નિર્જરા થાય છે.
- શારીરિક અને માનસિક સ્તરે અત્યંત સ્વાસ્થ્યપ્રદ અને લાભપ્રદ છે.
- આધ્યાત્મિક ક્ષેત્રે આંતર-ચેતના જાગૃત થાય છે.
- સ્વ દ્વારા સ્વને પામવાની process છે.
- દરેક ધર્મ ધ્યાનને પ્રાધાન્ય આપે છે. પરંતુ, જૈનદર્શનની વિશેષતા એ છે કે, આત્મશુદ્ધિના લક્ષ્યને સિદ્ધ કરવા કાયોત્સર્ગની વિલક્ષણ કિયા પણ બતાવવામાં આવી છે.

(Tune - કોઈને કાંઈ ન કહેવું / ચાંદ આહે ભરેગા)

કોઈ ઈચ્છા ન હોજો, કોઈ આગ્રહ ન રહેજો,
મોહને છોડ રે મનવા! માયા મમતા ન રહેજો.
પગમાં ખૂંચે જો કાંઠો, દર્દ થાયે છે ભારી
શલ્યો છે કાંટા જેવા, અતિશાય પીડાકારી
આત્મશુદ્ધિને વરવા, ગુસુની સંગે રહેજો... મોહને...



અપેક્ષિત પ્રશ્નો

- શલ્ય એટલે શું? એના પ્રકાર જણાવો.
- આગાર એટલે શું? આગાર કેટલા છે?
- કાયોત્સર્ગનું પ્રયોજન શું છે?
- કાયોત્સર્ગમાં કઈ પ્રતિજ્ઞા લેવાની હોય છે?
- કાયોત્સર્ગ કરવાથી થતાં લાભ વિષે જણાવો. કોઈ પણ ત્રણ.

પ્રભુનામ સ્મરણનો મહિમા તથા ચોવીસ ભગવાનના નામ

સત્ય માર્ગની સમજણ આપનાર ચોવીસ તીર્થકર પ્રભુ આપણા પરમ ઉપકારી છે. ચોવીસ ભગવાનનું નામસ્મરણ કરવાથી અનંતા કર્મોનો ક્ષય થાય છે, અનંતુ પુણ્ય બંધાય છે, સંસારની દરેક પીડા- દુઃખ ઉપાધિને દૂર કરવાની તથા આપણામાં સત્ય સમજ પ્રગટાવાની અદ્ભૂત શક્તિ તેમના નામસ્મરણમાં રહેલી છે.

|| ચતુર્વીસથણણં ભંતે ! જીવે કિં જણયદ્દ ? ||

|| ચતુર્વીસથણણં દંસણંવિસોહિં જણયદ્દ ! ||

ચતુર્વિંશતિ સ્તવનનો પાઠ કરવાથી દર્શનની વિશુદ્ધિ થાય છે, જિનેશ્વરોના નામ સ્મરણથી સમ્યક્ દર્શનમાં બાધા ઉત્પન્ન કરનાર કર્મો દૂર થાય છે. કારણ કે, તીર્થકરોની સ્તુતિ કે ગુણગાન શ્રદ્ધા અને ભક્તિથી જ થાય છે. તેથી સ્તુતિ કરનાર જીવનું સમ્યક્ત્વ નિર્મળ થાય છે અને શ્રદ્ધા દ્રઢીભૂત થાય છે.

માટે રોજ ચોવીસે ભગવાનનું નામસ્મરણ અવશ્ય કરવું જોઈએ. તે આપણા હિત, શ્રેય અને કલ્યાણનું કારણ બને છે.

ભજુએ નિત્ય ભગવાનના નામ, કરીએ સદાય ભગવાનના કામ,
પામીએ સદાય સુખ શાંતિને આરામ

ચોવીસ તીર્થકર પ્રભુ સંપૂર્ણ વિશ્વમાં સર્વશ્રેષ્ઠ-સર્વોત્તમ પુષ્યના ધારક હોય છે. દેવ, મનુષ્યો સહિત ચારે ગતિના જીવો તેમને વંદન કરતાં હોય છે. તીર્થકર પ્રભુ વિશ્વમાં જીવમાત્રના પરમ ઉપકારી હોય છે. તેઓ સંપૂર્ણ જ્ઞાનના ધારક હોવાને કારણે સર્વથા સત્ય ધર્મ બતાવી શકે છે. આવા પરમ ઉપકારી ભગવંતનું નામસ્મરણ તો આપણે નિત્ય કરવાનું જ છે. પણ સાથે-સાથે આપણા આત્મશ્રેય અર્થે તેઓએ જે માર્ગ બતાવ્યો છે, જે આજ્ઞાઓ કરી છે તેનું પાલન પણ યથાશક્તિ ચોક્કસ કરવું જ જોઈએ.

ચોવીસ તીર્થકર ભગવાનના નામ



1. શ્રી ઋષભદેવ સ્વામી
2. શ્રી અજિતનાથ સ્વામી
3. શ્રી સંભવનાથ સ્વામી
4. શ્રી અભિનંદન સ્વામી
5. શ્રી સુમતિનાથ સ્વામી
6. શ્રી પબ્ધપ્રભ સ્વામી
7. શ્રી સુપાર્વનાથ સ્વામી
8. શ્રી ચંદ્રપ્રભ સ્વામી
9. શ્રી સુવિધિનાથ સ્વામી
10. શ્રી શીતલનાથ સ્વામી
11. શ્રી શ્રેયાંસનાથ સ્વામી
12. શ્રી વાસુપૂર્જ્ય સ્વામી

13. શ્રી વિમલનાથ સ્વામી
14. શ્રી અનંતનાથ સ્વામી
15. શ્રી ધર્મનાથ સ્વામી
16. શ્રી શાંતિનાથ સ્વામી
17. શ્રી કુંથુનાથ સ્વામી
18. શ્રી અરનાથ સ્વામી
19. શ્રી મલિલનાથ સ્વામી
20. શ્રી મુનિસુવ્રત સ્વામી
21. શ્રી નમિનાથ સ્વામી
22. શ્રી નેમનાથ સ્વામી
23. શ્રી પાર્વનાથ સ્વામી
24. શ્રી મહાવીર સ્વામી.



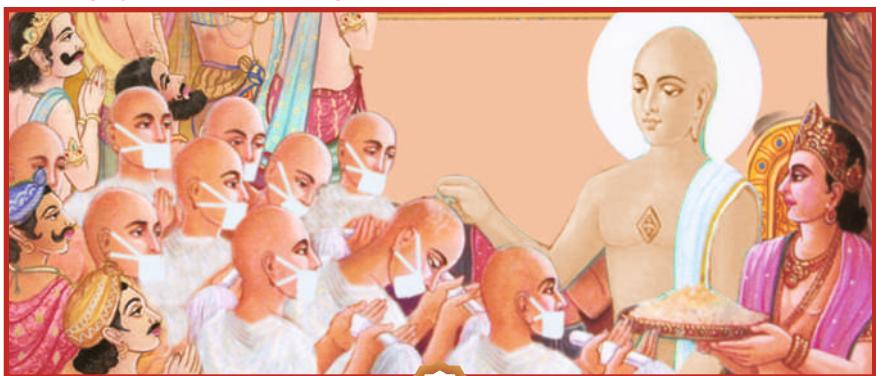
ગણધર ભગવંત

તીર્થકર પદ પછીનું બીજા નંબરનું સર્વશ્રેષ્ઠ પદ ગણધર છે. ગણધર તીર્થકર પરમાત્માના મુખ્ય શિષ્ય હોય છે. તીર્થકર પરમાત્માની પ્રથમ દેશનામાં "ઉપનેઈવા, વિગમેઈવા અને ધુવેઈવા" આ ત્રિપદી (ત્રણ શબ્દો) સાંભળીને જેમને ચૌદ્પૂર્વ સહિત બાર અંગસૂત્રનું શાન થઈ જાય તેમને, પરમાત્મા ગણધરની પદવી પ્રદાન કરે છે. ભગવાન મહાવીરની દેશનામાં 11 વ્યક્તિઓને બાર અંગસૂત્રનું શાન થઈ ગયું તેથી ભગવાન મહાવીરનાં 11 ગણધર થયા છે. પરમાત્માના ઉપદેશને ગણધરો સૂત્રાર્થે ગુંઘે છે. પરમાત્માની પરમ કલ્યાણકારી વાઙ્મી ગણધરોના માધ્યમથી આપણા સુધી પહોંચે છે. તેથી ગણધરો આપણા અનંત ઉપકારી છે. તેમના પાવનકારી નામનું આપણે નિત્ય સ્મરણ કરવું જોઈએ.

વર્તમાને જેમનું શાસન પ્રવર્તમાન છે એવા આપણા ચરમ તીર્થકર પ્રભુ મહાવીરના 11 ગણધરો થયાં. તેઓના નામ આ પ્રમાણે છે.

મહાવીર સ્વામીના 11 ગણધરોનાં નામ

- | | | | |
|---------------|-------------------|----------------|-------------|
| 1. ઈન્દ્રભૂતિ | 4. વ્યક્તજ્ઞ | 7. અંક્રમિતજ્ઞ | 10. મેતાર્ય |
| 2. અર્જિનભૂતિ | 5. સુધર્મા સ્વામી | 8. મંડિતજ્ઞ | 11. પ્રભાસ |
| 3. વાયુભૂતિ | 6. મૌર્યપુત્ર | 9. અચલભ્રાતા | |



16 સતિ

શીલ જ જેનું આભૂષણ છે, તેને સતિ કહે છે. સતિ એટલે શીલવંતી સ્ત્રી. જે સ્ત્રીઓએ પોતાની ખુમારીથી અનેક કષ્ટો સહન કરીને પોતાના શીલ-ચારિત્રની રક્ષા કરી હોય, તેવી સ્ત્રીઓને સતિ કહે છે. શીલ સંપન્ન વ્યક્તિમાં એક પ્રકારની શક્તિ હોય છે. તેમના નામ સ્મરણથી આપણને પણ શીલ-સદાચારની પ્રેરણા મળે છે. તેથી રોજ સવારે આવા પુષ્યવાન વ્યક્તિઓના નામસ્મરણની પરંપરા વર્ષોથી ચાલી આવી છે.



16 સતિઓના નામ

- | | | | |
|-------------|------------|--------------|---------------|
| 1. બાબી | 5. દૌપદી | 9. સીતા | 13. સુભદ્રા |
| 2. સુંદરી | 6. કૌશલ્યા | 10. દમયંતી | 14. પુષ્પચૂલા |
| 3. ચંદનબાળા | 7. મૃગાવતી | 11. શિવાદેવી | 15. પ્રભાવતી |
| 4. રાજેમતિ | 8. સુલસા | 12. કુંતા | 16. પદ્માવતી |

આઠ કર્મ

જીવ સ્વને વિસરી, પરમાં ભળી, રાગ-દ્રેષ કરી અનંતા કર્મો બાંધે છે. તે કર્મોને વિશેષરૂપે સમજવા અર્થે શ્રી ભગવંતે તેને આઠ વિભાગોમાં વિભાજીત કર્યા છે. તે આ પ્રમાણે...

1. શાનાવરણીય કર્મ - આત્માના શાનગુણ પર આવરણ કરે છે.
2. દર્શનાવરણીય કર્મ - આત્માના દર્શનગુણ પર આવરણ કરે છે.

3. વેદનીય કર્મ - ભૌતિક સુખ-દુઃખનો અનુભવ કરાવે છે.
4. મોહનીય કર્મ - સત્યથી વિમુખ કરે છે, મૂળ બનાવી દે છે,
5. આયુષ્ય કર્મ - તે, તે ભવમાં રહેવાની કાળ મર્યાદા નિશ્ચિત કરે છે.
6. નામ કર્મ - અરૂપી આત્માને દેવ, મનુષ્ય, નારકી આદિ વિવિધ રૂપ ધારણ કરાવે છે.
7. ગોત્ર કર્મ - આત્માને શ્રેષ્ઠ કે નિભન કક્ષાની પ્રશંસા કે પ્રતિષ્ઠા ને પ્રાપ્ત કરાવે છે.
8. અંતરાય કર્મ - આત્માની દાન, લાભ આદિ અનંત શક્તિઓને પ્રગટ ન થવા હે.

૭કાય

સંસારી જીવોમાં કર્મોના કારણે અનંત પ્રકારની વિવિધતા છે.

તે જીવોને શ્રી ભગવંતે ૬ પ્રકારમાં વિભાજિત કર્યા છે.

કાય - સમૂહ.

૬ પ્રકારના જીવોના સમૂહને છકાય કરે છે.

તે આ પ્રમાણે...

1. પૃથ્વીકાય (મારી)
2. અપકાય (પાણી)
3. તેઉકાય (અર્દિન)
4. વાયુકાય (હવા)
5. વનસ્પતિકાય (ઝડ, પાન)
6. ત્રસ્કાય (હાલતાં-ચાલતાં જીવો)



૬ દ્રવ્ય

સંપૂર્ણ 14 રાજતોકમાં જેમનું અસ્તિત્વ છે. જેઓ સદકાળ શાશ્વત છે. તે દ્રવ્ય કહેવાય છે. તે ૬ છે. આ ૬ દ્રવ્ય સિવાય વિશ્વમાં અન્ય કંઈ જ નથી.

1. ધર્માસ્તિકાય - જે જીવ અને પુદ્ગલને ગતિ કરવામાં સહાય કરે.
2. અધર્માસ્તિકાય - જે જીવ અને પુદ્ગલને સ્થિર થવામાં સહાય કરે.
3. આકાશાસ્તિકાય - જે જીવ અને પુદ્ગલને જગ્યા આપે.
4. જીવાસ્તિકાય - આત્મદ્રવ્ય.
5. પુદ્ગલાસ્તિકાય - વર્ણ, ગંધ, રસ, સ્પર્શયુક્ત પદાર્થ.
6. કાળ - સમય.

ઉપકરણ

સામાયિકની સાધનામાં સંસારના સાધનોને છોડીને ધાર્મિક સાધનોનો સ્વીકાર કરવામાં આવે છે, તે સાધનોને ઉપકરણ કહેવાય છે. આપણા આત્માને પાપથી જે બચાવે, કર્મોનો ક્ષય કરાવે અને મોક્ષમાર્ગ પર અગ્રેસર કરે તેવા સાધનોને ઉપકરણ કહેવાય છે.

તે ઉપકરણો આ પ્રમાણે છે...

1) ગુરુઓ અને રજોહરણ

“જીવદ્યાનું ઉપકરણ,
શુદ્ધ કરે મારું અંતઃકરણ,
દેવોને પણ દુર્લભ છે,
એવું અમૂલ્ય છે આ ઉપકરણ.”



- ગુરુછો અને રજોહરણ એ જીવદ્યાનું પ્રતીક છે. જે આપણામાં દ્યા અને કરુણાના ગુણને પ્રગટ કરે છે.
- દેવતાઓ પાસે અથળક સંપત્તિ હોવા છતાં પણ તેઓ આ ઉપકરણોને પ્રાપ્ત કરી શકતા નથી. એટલે દેવલોકના દેવોને પણ દુર્લભ છે તેવા આ ઉપકરણો છે.
- ગુરુછો અને રજોહરણ મૂલાયમ એવી ઊનથી બનાવવામાં આવે છે.
- સાધુના રજોહરણ પર કપડું બાંધવામાં આવે છે.
- શ્રાવકના ગુરુછા અને રજોહરણની લાકડી પર કપડું વીટેલું હોતું નથી.

2) મુહૃપત્તી

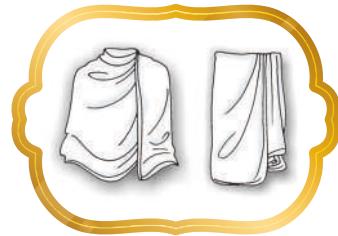
“જતનાની જ્યોતિ પ્રગટાવે,
તેવું છે આ ઉપકરણ,
સૂક્ષ્મ જીવોની રક્ષા કરતું,
અમૂલ્ય છે આ ઉપકરણ”



- મુખવસ્ત્રિકા જૈન ધર્મનું મુખ્ય ચિહ્ન છે.
- તે સર્ફેટ રંગની હોય છે.
- તે 21 આંગળી લાંબી, 16 આંગળી પહોળી અને 8 પડવાળી હોય છે.
- તેને દોરા વડે મોઢા પર બાંધવામાં આવે છે.
- મોઢા પર મુહૃપત્તી બાંધવાથી વાયુકાયના અને બીજા સૂક્ષ્મ જીવોની રક્ષા થાય છે.
- સૂક્ષ્મ જીવોની રક્ષાના ભાવ સાથે આપણામાં પણ કરુણાના ગુણ પ્રગટ થાય છે.
- પ્રભુની આશાનું પાલન થાય છે.

3) પછેડી/ખેસ/ચોલપણ્ણો

“ છે બહુ અણમૂલી,
પ્રભુની આ પછેડી,
પ્રભુ જેવા બનવાની,
છે આ સરળ સીડી”



- જ્યારે શ્રાવકો સામાયિક કરે ત્યારે પછેડી અને ચોલપણ્ણો પહેરે છે.
- શેત રંગ શાંતિનું પ્રતીક છે. જ્યારે શેત colour પહેરીને સામાયિક કરવામાં આવે ત્યારે તે colourની positivity આપણા મન પર પણ અસર કરે છે.
- પ્રભુ જે સંયમ માર્ગ પર ચાલ્યા, તે માર્ગ પર આપણે અત્યારે ચાલી શકતા નથી પરંતુ 48 મિનિટ પ્રભુ જેવા વસ્ત્ર પરિધાન કરી આપણે એટલા સમય માટે પ્રભુ જેવા બની શકીએ છીએ.
- આજે ભાવથી કરેલી સાધના આવતીકાલની સંભાવના બની જતી હોય છે. આજે થોડા સમય માટે પ્રભુ જેવા બનીશું તો આવતીકાલે અવશ્ય આપણે પણ પરમાત્મા બની શકીશું.
- જ્યારે આપણે પ્રભુનો વેશ પહેર્યો હોય ત્યારે આપણાથી કોઈ અયોગ્ય કાર્ય થઈ શકતું નથી. કારણ કે, એક human psychology હોય અને તરત જ વિચાર આવે કે પ્રભુની પછેડી પહેરીને આવું અયોગ્ય મારાથી કેમ થાય? automatic આપણા અવગુણો, આપણી અનંતકાળની વૃત્તિઓ ઘટવા લાગે છે.

4) માળા

“ભાવથી પ્રભુ સાથે,
કરાવે છે મારું મિલન

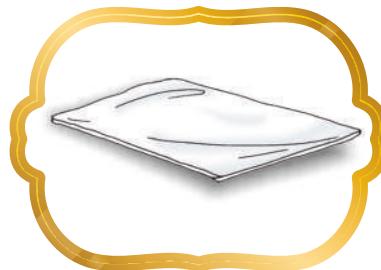


માળા કરતા હુંમેશા,
પ્રસન્ન રહે છે મારું મન”

- માળામાં 108 પારા હોય છે. જે પંચ પરમેષ્ઠીના ગુણોનો સરવાળો હોય છે.
- માળા મુખ્યત્વે લાકડાની, રુદ્રાક્ષની હોય છે.
- જે પદાર્થ અવાહક હોય તેની માળા લાભદાયક હોય છે, કારણ કે, તેમાં positive energy store રહેતી હોય છે. જ્યારે કે, વાહક પદાર્થમાંથી પાસ થઈ જતી હોય છે.
- માળામાં જે ફૂમતું હોય તેની નીચેના સૌથી મોટા પારાને મેર કહે છે.
- ભાવથી એક લીન થઈને માળા કરવાથી, કર્મ નિર્જરા થાય છે.
- માળા કરવાથી મન પ્રસન્ન રહે છે. પ્રભુ સાથે ઐક્યતા સર્જય છે.
- સ્વાધ્યાય તપનો લાભ મળે છે.

5) આસન

“જીવદ્યાની રક્ષા કાજે,
ઉપકરણ છે આસન.
આ આસન પર બિરાળ,
જ્યવંતુ રાખું જિનશાસન”



- સામાયિકમાં બેસવા માટે જે આસનનો ઉપયોગ થાય છે તેને પાથરણું કહે છે.
- સામાન્ય રીતે તે ઊનનું બનેલું હોય છે. ઊન આપણા positive પરમાણુને જમીનમાં pass થવા દેતી નથી. સાધના-આરાધનાઓથી પ્રગટ થયેલી શુભ ઊર્જાઓ આપણી અંદર જ રહે છે.

- આસન પર કોઈ નાના જીવ આવી જાય તો તે સહેતાઈથી ઓળખીને દૂર કરી શકાય તે માટે પાથરણું સર્કેદ કે light colourનું હોય છે.

6) ધાર્મિક પુસ્તક

“પ્રભુની અગાધ કરુણા,
વરસે છે આગમમાં...
પ્રભુના તે શાનને,
નિત્ય રાખીયે સ્મરણમાં”



- આજે આપણનું પુણ્ય એટલું પ્રબળ નથી કે આપણે સ્વયં પરમાત્માના દર્શન કરી શકીએ પરંતુ આપણે એટલા પુણ્યવાન છીએ કે પરમાત્માના અક્ષરદેહના દર્શન કરી શકીએ છીએ.
- ધાર્મિક પુસ્તકો, ગ્રંથો, આગમો આપણને સત્યની સમજ આપે છે, સત્યનું દર્શન કરાવે છે.
- આપણે શું કરવું જોઈએ અને શું ન કરવું જોઈએ, આપણા આત્માનું હિત શેમાં સમાયેલું છે તે દરેકની સમજણ આપણને આ પુસ્તકો દ્વારા મળી શકે છે.
- જેમ એક પિતા બાળકને ઊજળા ભવિષ્ય માટે માર્ગદર્શન આપે તેવી રીતે આપણા પરમ પિતા પરમાત્માએ તેમના બાળકોના એટલે કે, આપણા આત્મહિત માટે જે માર્ગદર્શન આપ્યું તે આ પુસ્તકો દ્વારા પ્રાપ્ત કરી શકાય છે.
- દુનિયાનો અને આપણો કોઈ એવો પ્રશ્ન કે problem નથી જેનું માર્ગદર્શન આપણને આપણા આગમોમાંથી ન મળી શકે. દરેકનું સમાધાન આપણા ધર્મગ્રંથમાં, આગમોમાં સમાયેલું છે.

7) ઠવણી

“શાનનો આદર કરવાનું છે,
સાધન આ ઉપકરણ
અક્ષરદેહ રૂપી પ્રભુને મળવાનું,
સાથી છે આ ઉપકરણ”



- પુસ્તકને રાખવાના સાધનને ઠવણી કહે છે.
- સામાન્ય રીતે તે લાકડાની હોય છે.
- પુસ્તક ફાટે નહીં, બગડે નહીં માટે ઠવણી રાખવામાં આવે છે.
- વાંચતા-વાંચતા આપણાથી પગ અડી ન જાય, અશાતના ન થાય,
જ્ઞાનના સાધનોનો આદર થાય માટે ઠવણી પર પુસ્તક રાખવામાં
આવે છે.



અપેક્ષિત પ્રશ્નો

પ્રશ્ન - 1. આપણો યથાશક્તિ શેનું પાલન કરવાનું છે ?

પ્રશ્ન - 2. ગણધર ભગવંતોના આપણા પર કયા ઉપકાર છે ?

પ્રશ્ન - 3. સતી કોને કહેવામાં આવે છે ?

પ્રશ્ન - 4. છ કાય એટલે શું ?

પ્રશ્ન - 5. જીવને અનંતા કર્મો બાંધવા પાછળ શું કારણ છે ?

પ્રશ્ન - 6. ઉપકરણ એટલે શું ?

પ્રશ્ન - 7. દ્રવ્ય કોને કહેવાય ?

વિભાગ - ૩ સંસ્કાર વિભાગ

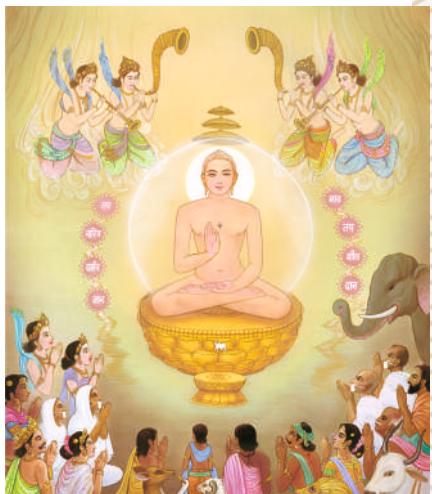
જ્ય જિનેન્દ્ર

૧) જ્ય જિનેન્દ્ર શબ્દનો અર્થ શું ?

જ્ય + જિન + નેન્દ્ર = જિનેન્દ્ર

જ્ય - જ્યકાર, જિન - જેઓએ રાગ-દ્રેષને જતી લીધાં છે, એવા કેવળી ભગવંત, ઈન્દ્ર - અધિપતિ, રાજા.

જેમણે રાગ-દ્રેષને જતી લીધાં છે એવા સામાન્ય કેવળી પણ જેમને અધિપતિ એટલે કે ઈન્દ્ર માને છે એવા તીર્થકર પ્રભુનો જ્ય જ્યકાર હો.



૨) જ્ય જિનેન્દ્ર કોને-કોને કહેવાય ?

જ્ય જિનેન્દ્ર આપણાથી મોટાઓને, આપણાથી નાનાઓને, આપણા મિત્રોને, આપણા સગા સંબંધિઓને સર્વેને કહેવાય. વડીલોને અને ઘરના દરેક સત્યને, કોઈને phone કરીએ અને કોઈનો phone આવે ત્યારે, આપણા ઘરે guest આવે ત્યારે અને આપણે જ્યારે કોઈના ઘરે જઈએ ત્યારે ભાવથી જ્ય જિનેન્દ્ર કહી વાતની શરૂઆત કરવી જોઈએ.

પણ રસ્તામાં તમને સાધુ - સાધ્વી મળે ત્યારે એમને જ્ય જિનેન્દ્ર કહેશો? ના, તેમને તો બે હાથ જોડી, મસ્તક નમાવીને “મત્થાએણ વંદામિ” કહી સુખ શાતા પૂછીશું.

3) જ્યજિનેન્ડ્ર ક્યારે કહેવાય ?

સવારે ઉઠતાની સાથે જ મમ્મી-પપ્પા અને વડીલોને “જ્ય જિનેન્ડ્ર” કહી દિવસની શરૂઆત કરાય. સ્કૂલમાં જતી વખતે, ઘરની બહાર નીકળતા સમયે, રસ્તામાં કોઈ પણ મિત્ર, સગા, સંબંધિ મળે ત્યારે અને રાત્રે સૂતી વખતે મમ્મી, પપ્પા, દાદા, દાઢી, નાના, મોટા સૌને “જ્ય જિનેન્ડ્ર” કહીને પછી જ સૂવા જવાય.

4) જ્યજિનેન્ડ્ર કેવી રીતે કહેવાય ?

પહેલા વિનયપૂર્વક મમ્મી-પપ્પા અને વડીલોની આંખોમાં આંખો મિલાવીને, તેમની સામે જોઈને તેમની આંખોમાંથી નીકળતા positive raysને ગ્રહણ કરીને પછી વાંકા વળીને તેમના જમણા પગના અંગુઠાને સ્પર્શ કરવાનો. એમ કરવાથી વડીલોનો આશીર્વાદ આપતો હાથ આપણાં માથા પર મૂકાશે.

5) રોજ વડીલો - મમ્મી - પપ્પાને આ રીતે જ્યજિનેન્ડ્ર કહેવાથી શું થાય ?

તેનાથી વડીલો - મમ્મી - પપ્પાની eyesમાંથી નીકળતા positive raysની આપણાને પ્રાપ્તિ થાય, જેનાથી આપણે કોઈ પણ fieldમાં ક્યારેય પણ fail ન થઈએ.

વડીલોના positive vibrations સીધાં આપણા મસ્તકમાંથી આપણા આખા શરીરમાં ફેલાઈ જશે. જેનાથી આપણા વિચારો પણ positive થઈ જશે.

વડીલો - મમ્મી - પપ્પાની આંખો, જમણા પગનો અંગુઠો અને હાથમાં વિશેષ શક્તિ રહેલી છે. તેમાંથી નીકળતા વિશેષ rays આપણી negativity દૂર કરે છે અને દરેક સમયે આપણું રક્ષણ કરે છે.

6) ભાવથી જ્ય જિનેન્ડ્ર કહેવાથી શું લાભ થાય ?

આપણો એક જ વાર જ્ય જિનેન્ડ્ર બોલીએ તો એક સાથે જેટલા તીર્થકર પરમાત્માઓ થઈ ગયા છે તે બધાનો જ્ય જ્યકાર થઈ જ્ય છે.

- જિનેન્ડ્ર ભગવંતનો જ્ય જ્યકાર કરવાથી આપણાને ભગવાન જેવા બનવાનું મન થાય છે. આવતા ભવમાં સદ્ગતિની પ્રાપ્તિ થાય.
- નિર અને નિર્ભય બનાય.
- આપણી aura શુદ્ધ થાય.
- આપણા positive energy મળે.
- આપણા વિચારો શુદ્ધ થાય.
- Ego, anger જેવા દુર્ગુણ દૂર થાય. નમૃતા અને સરળતા આવે.
- Will power અને memory power વધે છે.
- Aura positive થઈ જાય, જેથી કોઈ સાથે fight ન થાય, સર્વત્ર positivity ફેલાઈ જાય અને success મળે.
- આપણા તીર્થકર પરમાત્મા પ્રતિ શ્રદ્ધા-ભક્તિભાવ વધે છે.



Did You Know ??

ભાવથી જ્ય જિનેન્ડ્ર કહેવાથી
આવતા ભવમાં જૈન ધર્મની
પ્રાપ્તિ થાય તેવું “ભદ્ર પુણ્ય કર્મ”
બંધાય છે.

“જ્ય જિનેન્ડ્ર જૈનત્વની ઓળખ છે.”

SONG

Jai Jinendra to you, Jai jinendra to you
Family and friends, Family and friends
Jai Jinendra to you, Jai jinendra to you
Each and every one, Each and everyone

(Tune : When you are happy and you know it.)

When you wake up in the morning ... Say Jai Jinendra ...
Before sleeping at night ... Say Jai Jinendra
When you meet somebody . When you greet somebody ...
You first have to ... Say Jai Jinendra ...
To be favourite of God ... Say Jai Jinendra ..
To be loved by all ... Say Jai Jinendra ..
For success and progress ... For peace and for rest ...
We all have to ... Say Jai Jinendra ...



આહાર વિવેક

આહાર વિવેક એટલે શું ?

પોતાના કૃધા વેદનીય (ભૂખ) ને શાંત કરવા માટે જીવ જે પણ કાંઈ ગ્રહણ કરે છે તેને આહાર કહેવાય છે. આહાર કેવો લેવો, ક્યારે લેવો, કેટલો લેવો, કેવી રીતે લેવો તેની જગ્યાતિ રાખવી એ આહાર વિવેક છે.



આહાર વિવેક શા માટે કરવો ?

"સરીરમાહુ ણાવત્તિ" શરીર એ નાવ સમાન છે. આ શરીર દ્વારા જ સાધના થઈ શકે છે. સાધના માટે સ્વસ્થ શરીર જરૂરી છે. સ્વસ્થ શરીર માટે સુયોગ્ય આહાર જરૂરી છે. સમ્યકું આહાર માટે આહારનો વિવેક જરૂરી છે. જો આહારનો વિવેક જળવાઈ રહે તો આહાર જ ઔષધ બની જાય છે અને જો આહારનો વિવેક ન જળવાય તો આહાર જ રોગનું કારણ પણ બની જાય છે.

આહાર કેટલા પ્રકારના છે ?

આહાર ત્રણ પ્રકારના છે.

1. ઓજ આહાર - જીવ જ્યાં ઉત્પન્ન થાય છે - ત્યાં પહેલા સમયે જે આહારના પુદ્ગલો ગ્રહણ કરે છે. તેને ઓજ આહાર કહેવાય છે. ઓજ આહાર માત્ર કાર્મણ શરીર દ્વારા ગ્રહણ થાય છે.
2. રોમ આહાર - શરીરની રોમરાય દ્વારા તથા સ્પર્શોન્ત્રિય દ્વારા જે ગ્રહણ થાય છે તેને રોમ આહાર કહેવાય છે. દા.ત. - ગરમીમાં ચાલવાથી

મુસાફર થાકી જાય છે અને વિશ્વામ લેવા વૃક્ષ નીચે બેસે છે ત્યારે તેને ઠંડક અનુભવાય છે કેમ કે, ઠંડી હવાના પરમાણુઓ શરીરની રોમરાય દ્વારા ગ્રહણ થઈ ઠંડકનો અનુભવ કરાવે છે.

3. કવલ આહાર - જે આહાર મુખ દ્વારા ગ્રહણ કરીએ તેને કવલ આહાર કહેવાય અથવા આપણે શરીરમાં પ્રક્ષેપ કરીએ - નાંખીએ તે પણ કવલ આહાર કહેવાય છે. દા.ત. - Glucose ચઠાવવો.

આહાર ક્યારે લેવો જોઈએ ?



જ્યારે ભૂખ લાગી હોય ત્યારે આહાર લેવો જોઈએ. ભૂખ લાગ્યા વગર ભોજન લેવાથી તે પચતું નથી અને રોગનું કારણ બને છે. માટે ભૂખ લાગી હોય ત્યારે જ જમવું એ આરોગ્ય માટે ઉત્તમ છે અને આનાથી વારંવાર ખા-ખા ની વૃત્તિ ઉપર control આવે છે.

સૂર્યોદય પછી અને સૂર્યાસ્ત પહેલાનો સમય આહાર ગ્રહણ કરવા માટેનો ઉત્તમ સમય છે. જૈન ધર્મમાં બતાવ્યાં પ્રમાણે ખરી રીતે સૂર્યોદય બાદ 48 મિનિટ પછી અને સૂર્યાસ્ત પહેલાં જમવું જોઈએ કારણ કે, આપણી હોજરી (પેટ) સૂર્યોદયની સાથે ખૂલે છે અને સૂર્યાસ્ત થતાં બંધ થઈ જાય છે માટે રાત્રે ખાદીલું digest થતું નથી. વળી સૂર્યાસ્ત થતાં અંધકારમાં અનેક સૂક્ષ્મ જીવો ઉત્પન્ન થાય છે. તે જીવો અત્યંત સૂક્ષ્મ હોવાથી આપણને આંખેથી દેખાતા નથી અને આપણા ભોજનમાં પડે છે અને મૃત્યુને શરાણ થઈ જાય છે. માટે રાત્રિ ભોજન ન કરવું જોઈએ.

નિયમિત સમયે આહાર ગ્રહણ કરવો જોઈએ જેથી પાચકરસ પૂરતા પ્રમાણમાં મળે છે.

કેવો આહાર ન લેવો જોઈએ?

- કંદમૂળ - કંદમૂળ ન ખવાય કારણ કે, કંદમૂળના એક શરીરમાં અનંતા જીવો રહેલા છે. તેના વપરાશમાં અનંતા જીવોની હિંસા થાય છે. માટે જ પૂરી life શાકભાજી ખાઈએ અને એક જ વાર કંદમૂળ ખાઈએ તો તેમાં વધારે પાપ છે.
- ફણગાવેલા કઠોળમાં અનંતા જીવો ઉત્પન્ન થાય છે, માટે તે ક્યારેય પણ ખાવા નહીં.
- જેમાં હાડકાંનો powder, gelatin વગેરે વાપર્યું હોય તેવી વસ્તુ ખાવી નહીં તેમ જ વાપરવી નહિં.
- Nuts આખા ન ખવાય તેને ફોલીને check કરવું તેમાં કોઈ જીવાત તો નથી ને.
- કાચા શાકભાજી, પાન, ફળ, ફૂલ સચેત હોય છે. માટે બને ત્યાં સુધી તે ન ખાવા. ફળને સુધારીને એમાંથી બીજ કાઢી લીધાં પછી તે અચેત બને છે. કોઈ પણ ફળ આખે આખું ન ખવાય.
- વાસી ખોરાક ન ખવાય. જેમાં પાણીનો ભાગ હોય એવી વસ્તુ બીજે દિવસે ન ખવાય. તે વસ્તુ બગડી જાય, તેમાં ફૂગ થઈ જાય માટે તેવી વસ્તુ બીજા દિવસે ન ખવાય.
- કાચું પાણી ન પીવાય. કાચા પાણીના એક ટીપાંમાં અસંખ્યાતા જીવો છે અને તે multiply થયા કરે છે. જ્યારે પાણી ઉકાળીએ ત્યારે તે multiplication બંધ થઈ જાય છે અને પાણી જીવ રહિત બની જાય છે.
- ભોજનના સ્વાદ માટે ઉપરથી કાચું મીઠું ન નાખવું જોઈએ.
- જેમાં ખાવું થોડું અને ફેંકવું વધારે તેવા પદાર્થ ન ખાવા જોઈએ.



e.g - સીતાકૃષ્ણ, શેરડી વગેરે.

- જ્યાં veg-nonveg સાથે બનતું હોય તેવી હોટલમાં ક્યારેય જમવું નહીં. આપણાને અનુમોદાનાનો દોષ લાગે અને ચમચા વગેરેની ભેળસેળ થઈ જવાની પણ પૂરી શક્યતા રહે.

કેવો આહાર લેવો જોઈએ ?

- જીવન ખોરાક પર આધારિત છે. જમવું જરૂરી છે પણ સમજને, વિચારીને જેમાં ઓછામાં ઓછી હિંસા થાય એવો વિવેક રાખીને આહાર લેવો જોઈએ.
- સાચો જૈન તો એ છે કે જે ખાતાં-ખાતાં રડે અને એમ વિચારે કે એવો અવસર ક્યારે આવશે કે હું આ બધા પાપમાંથી છૂટી જાઉં, મારે ખાવું જ ન પડે. મારો આત્મા મુક્ત બને, સિદ્ધ બને. આણહારક પદને પ્રાપ્ત કરે.

આહાર વિવેકના લાભ

- આહાર વિવેકથી જીવનમાં નિયમિતતા જળવાય છે.
- પાચન શક્તિ સક્રિય બને છે.
- શરીરમાં સ્વફ્નતિ રહે છે.
- કોઈ પણ કાર્ય પ્રત્યે ઉત્સાહ વધે છે.
- જમ્યા પણી થાળી ધોઈને પીવાથી સમૂર્ધ્વમ જીવોની દયા પળાય છે.
- સૂર્યાસ્ત પહેલા ભોજન કરવાથી તીર્થકર પ્રભુની આશાનું પાલન થાય છે, સાધુ-સાધ્વીજીને વહોરાવવાનો લાભ મળે છે અને છકાય જીવોની દયા પળાય છે.

ઉપકારભાવ

ઉપકારભાવ એટલે શું ?

ઉપકારભાવ એટલે આભારભાવ, ઉપકારભાવ એટલે કૃતજ્ઞભાવ.

જ્યાં ઉપકાર ભાવ હોય ત્યાં વ્યવહારમાં વિનય હોય અને વિવાદ ન હોય.

ઉપકાર એટલે *gratitude*. The quality of being thankful, readiness to show appreciation for and to return kindness. કોઈના કરેલા ઉપકારોની કદર કરવી, તેમનો આભાર માની તેને વારંવાર વ્યક્ત કરવા, તેના ઉપકારોના ઋણથી મુક્ત થવા જગૃતિ રાખવી. કૃતજ્ઞ વ્યક્તિ કોઈના કરેલા નાના ઉપકારને પર્વત જેટલા મોટા માને છે. જેમ ધરતીમાં એક બીજ વાવવાથી તે અનેકગણા ફળ આપે છે તેમ કૃતજ્ઞ માણસ ધરતી માતાની જેમ કરેલા ઉપકારની પાછળ અનેકગણું વળતર વાળે છે.

ઉપકાર કોનો માનવો ?

માતા-પિતાનો ઉપકાર

- પ્રથમ ઉપકાર જન્મ આપનાર પાલન, પોષણ કરનાર માતા-પિતાનો માનવો જોઈએ. માતા-પિતા એ બાળપણથી આપણા જીવન ઘડતરમાં દયા, કરુણા જેવા સુસંસ્કારોનું સિંચન કર્યું છે. પણ-

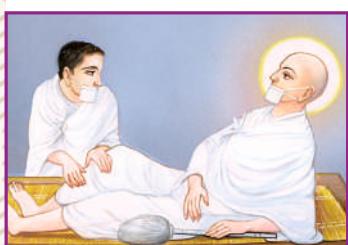
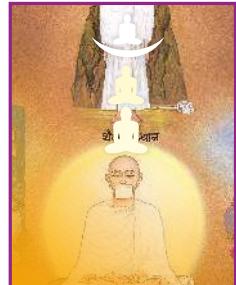


પળે આપણી care કરી છે, પોતાની ઈચ્છાને છોડીને આપણી જરૂરિયાતોને પૂરી કરી છે. આપણા સુખ-દુःખમાં માત્રા-પિતાનો હુંમેશા સાથ હોય છે. જીવનના દરેક ક્ષેત્રમાં આપણને અનુકૂળતા આપવાનો તેઓ પ્રયાસ કરે છે.

- નિઃસ્વાર્થ ભાવે આત્મજાગૃતિ કરાવનાર દેવ, ગુરુ, ધર્મનો ઉપકાર માનવો જોઈએ.

દેવનો ઉપકાર

- અરિહંત અને સિદ્ધ પરમાત્મા આપણા દેવ છે. અરિહંત પરમાત્માએ આપણને સિદ્ધની ઓળખ કરાવી. પોતે સંસાર સાગરને તરી ગયા અને અનેક જીવોના તારણહાર બન્યા છે.
- ધર્મની પ્રતુપણા કરી આપણને પણ અનંત સંસારના દુઃખોથી મુક્ત થઈ સિદ્ધ બનવાનો સત્ય માર્ગ બતાવ્યો છે.
- ઓછામાં ઓછા દર છ મહિને એક આત્મા અવશ્ય સિદ્ધ ગતિને પામે છે ત્યારે એક જીવ અવ્યવહાર રાશિમાંથી બહાર નીકળે છે અને સ્વતંત્ર શરીરને પામી તેનાથી સાધના આરાધના કરી શકે છે માટે સિદ્ધ ભગવંતનો આપણા ઉપર મહા ઉપકાર છે.



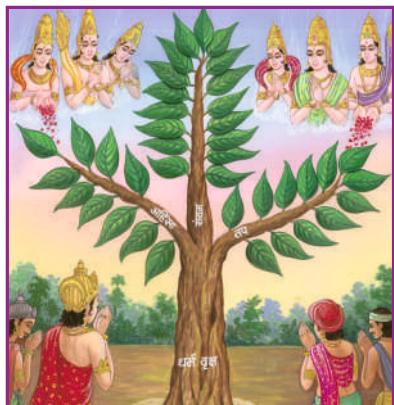
ગુરુભગવંતનો ઉપકાર

ગુરુ, શિષ્યના પથદર્શક બની પરમાત્માના પંથે લઈ જાય છે. ગુરુની પ્રેરણાનો સ્વોત શિષ્યના જીવનને નવપત્રલ્લિવિત

કરે છે. ગુરુ પોતાના અનુશાસનથી શિષ્યના આત્માને જાગૃત કરે, આત્મિક વિકાસ કરાવે અને મોક્ષ માટે પાત્રવાન બનાવે છે. ગુરુ અનુશાસન કરતા હોવાથી બહારથી શ્રીફળની જેમ કડક દેખાય છે પણ અંદરથી શિષ્ય ઉપર કરુણા વરસાવે છે. જેના માથે ગુરુ હોય તેના શાનમાં ક્યારેય સરો ન હોય. તે શાની બને, તપસ્વી બને, ચારિત્રવાન બને છીતાં અહંકારી ન બને. તેને પોતાની પ્રત્યેક સફળતામાં ગુરુની જ્કૃપા અનુભવાય. ગુરુના ઉપકારનું વેદન કરનાર શિષ્ય જ ગુરુની કૃપાને પામી શકે છે અને મોક્ષના અધિકારી બની શકે છે.

ધર્મનો ઉપકાર

- કોઈ લોકો કુમકુમને મંગળ માને તો કોઈ ચોખાને મંગળ માને. આમ જુદા-જુદા પ્રકારે મંગળની માન્યતા હોય છે. પણ દુનિયામાં મનાતા દરેક મંગળોમાં ધર્મ એ ઉત્કૃષ્ટ, શ્રેષ્ઠ મંગળ છે.
- ધર્મ વ્યક્તિત્વના જીવનને આદર્શ અને પવિત્રતા તરફ દોરી જનાર છે. તે પાપથી અટકાવી સન્માર્ગ તરફ વાળે છે માટે જ શાની કહે છે "ધર્માત સુખમ્ભૂપાપાત દુઃખમ". ધર્મથી સુખ મળે અને પાપથી દુઃખ મળે છે. ધર્મ માણસને વિકાસ તરફ વાળનાર, નીતિમત્તા શિખવાડનાર અને ભવ સાગરથી તરાવનાર છે.



ધર્મો મંગલ મુક્કિટું, અહિંસા સંજમો તવો:

દેવાવિ તં નમંસંતિ, જર્સ્સ ધર્મો સયામણો ॥

ભાવાર્થ : અહિંસા, સંયમ અને તપ રૂપ ધર્મ ઉત્કૃષ્ટ મંગલ છે, જેમનું મન સદા ધર્મમાં રમે છે, તેઓને દેવો પણ નમસ્કાર કરે છે.

ધર્મ માર્ગની પ્રેરણા



શોઠનો ઉપકાર

- જે વ્યક્તિ આપણી આજીવિકામાં સહાયક બને તેનો પણ અનંત ઉપકાર છે.

ઉપકાર શા માટે માનવો જોઈએ ?

- ઉપકારીનો ઉપકાર માનવો તે આપણો વિનય છે. વિનય વગરની પ્રાપ્ત કરેલી સંપત્તિ, સત્તા, જ્ઞાન, તપ, જਪ આદિ કંઈ પ્રાપ્ત થયું હોય તો પણ મળેલું ફળતું નથી અને ગુમાવવાનો વારો આવે છે.
- ઉપકારનું સતત સ્મરણ એટલે ઉપકારીના હદ્ય સુધી પહોંચવાની master key છે
- ઉપકારીના ઉપકારનું વેદન કરવાથી ફરીથી તે ઉપકારીજનના યોગ, સંયોગ પ્રાપ્ત થાય છે.

ઉપકાર માનવાના લાભ

- ઉપકારીના ઉપકારને માનવાથી અહ્મૃશૂન્ય બની શકાય છે.
- વાણી, વર્તન અને વ્યવહારમાં નમ્રતા પ્રગટે છે.
- આત્માની પ્રગતિ થાય છે.
- જીવન શાંતિમય, પ્રસન્ન અને ચિંતામુક્ત બને છે.
- શ્રેષ્ઠ મળ્યા પછી તેના ઉપકારની અનુભૂતિ થાય ત્યારે શ્રેષ્ઠની વારંવાર પ્રાપ્તિ થાય છે.
- આપણા જ્ઞાનાવરણીય અને દર્શનાવરણીય કર્મોનો ક્ષયોપશમ થાય છે.
- ઉપકારીની આપણા પર સતત કૃપા વરસતી રહે

Did you know

ઉપકાર ઋષાથી મુક્ત થવા શું કરવું જોઈએ ?

- માતા-પિતા જ્યારે ધર્મથી વિચલિત થાય ત્યારે તેમના આત્માની રક્ષા કરી તેમને ધર્મમાં સ્થિર કરવાનો પ્રયત્ન કરવો.
- દેવના ઉપકારથી મુક્ત થવા શાસનની પ્રભાવના કરવી
- ગુરુના ઉપકારથી મુક્ત થવા, ગુરુનો ભાર હળવો કરવો, ગુરુની સાધનામાં સહયોગી બનવું
- ધર્મના ઉપકારથી મુક્ત થવા અન્યને ધર્મની પ્રેરણા આપી ધર્મ ભાવ જગાડવા, શાસન પ્રભાવના કરવી.
- શેઠના ઉપકારથી મુક્ત થવા તેને ધર્મ માર્ગની પ્રેરણા આપવી.

દષ્ટાંત: મુંબઈના fort વિસ્તારમાં University of Mumbai ના પટાંગજામાં એક અનોખો tower છે. આ tower શિલ્પ સ્થાપત્યનું એક અદ્ભુત દષ્ટાંત છે. જેને જોનારા તેની કારીગરી પર વારી જાય છે. સદીઓથી મુંબઈની ઓળખ બનેલા આ towerના નિર્માણ પાછળ એક પુત્રની માતૃ ભક્તિ જોડાયેલી છે. આ tower એ માત્ર ઘડિયાળ કે ઐતિહાસિક ઈમારત નથી, શિલ્પ સ્થાપત્યનું દષ્ટાંત માત્ર નથી. આ tower તો છે માતા પ્રત્યેનો પુત્રનો અનેરો પ્રેમ છે.

શ્રી રાજબાઈ મુંબઈના જૈન શ્રાવિકા હતા. તેઓ મુંબઈના પ્રસિદ્ધ જૈન સદગૃહસ્થ, મુંબઈ સ્ટોક એક્સચેન્જના સ્થાપક પ્રથમ બ્રોકર શ્રી પ્રેમચંદ રાયચંદના માતુશ્રી હતાં. તેઓ ધર્મચુસ્ત અને સદગુણી, જૈન ધર્મના સિદ્ધાંતોને પાળનારા એક આર્ય શ્રાવિકા હતા. તેઓને દરરોજ ચૌવિહાર કરવાનો નિયમ હતો. ધીરે-ધીરે ઉમર થતાં તેમની આંખોની

રોશાની ક્ષય પામી હતી અને અંધ હોવાને કારણે તેમને દરરોજ બધાને સમય માટે પૂછીતા રહેવું પડતું હતું. વિશાળ અને વ્યસ્ત પરિવારમાં અંધ માતાને સરખો જવાબ ન મળતો. માતાની આ સમસ્યા કેવી રીતે દૂર કરવી એ વિચારો સતત સુપુત્ર પ્રેમચંદના મનમાં ચાલતા રહેતા હતા. એક વાર વિચાર આવ્યો કે માતાની આ સમસ્યાને દૂર કરવા એવો ઉપાય કરું કે માતાની સમસ્યા તો દૂર થાય પરંતુ તેમનું નામ અમર થઈ જાય. 1869 માં બહુ મોટી રકમ ખર્ચને તેમને આ towerનું નિર્માણ કર્યું. શરત કરી કે, આ tower સાથે માનું નામ જોડવામાં આવે. આ towerના ડંકા વાગતા રાજબાઈને જાણ થતી કે ચૌવિહારનો time થઈ ગયો છે. એ પછીથી તેમને કદિ કોઈને ચૌવિહાર માટે સમય પૂછવાની જરૂર ન પડી અને નિશ્ચિંત પણે ધર્મ આરાધનામાં સ્થિર થઈ ગયા.

આ કથામાંથી એવી પ્રેરણ લેવી કે માતા-પિતા એ તીર્થ સ્વરૂપ છે તેમની વૃદ્ધાવસ્થામાં તેમને ધર્મની અનુકૂળતા કરી આપવી અને તેમના આત્માને ધર્મમાં સ્થિર કરવા તન, મન, ધનને જોડી દેવું.

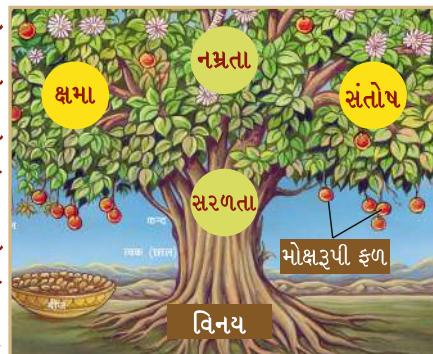
**NO FOOD
AFTER
SUNSET**



ભોજનને ગ્રહણ કરતી વખતે આસક્તભાવ ન રાખવો.

વિનય

- જે કિયા (process) જીવને આત્મશરૂદ્ધ તરફ દોરી જાય છે તે processને વિનય કહે છે.
- માતા-પિતા, વડીલો સાથે નમૃતાપૂર્વકનો વહેવાર કરવો, તેઓની આજ્ઞાનું પાલન કરવું તે વિનય છે.
- તે જ રીતે દેવાધિદેવ-તીર્થકર પરમાત્મા અને ગુરુની આજ્ઞાનું પાલન કરવું અને તેઓની સાથે અત્યંત નમૃતા પૂર્વક વ્યવહાર કરવો તે ઉત્તમ અને શ્રેષ્ઠ વિનય છે.
- વિનય ધર્મનું મૂળ છે. મોક્ષ તેનું ફળ છે.
- જેમ કોઈ ઘયાદાર વૃક્ષ અનેક શાખા, પ્રશાખા, પાંદડા, ફૂલ, ફળોથી શોભી રહ્યું હોય અને વર્ષો સુધી અડીખમ રહે છે તેના કારણમાં તેના મૂળિયાં ઊંડા અને મજબૂત હોય છે. જેએ મૂળના આધારે જ વૃક્ષનો વિકાસ થાય છે, તેમ વિનય રૂપી મૂળના આધારે જ જીવનના અને અધ્યાત્મના દરેક ક્ષેત્રમાં આપણો વિકાસ થાય છે.



વિપત્તિ અવિણીયસ્સ, સંપત્તિ વિણીયસ્સ

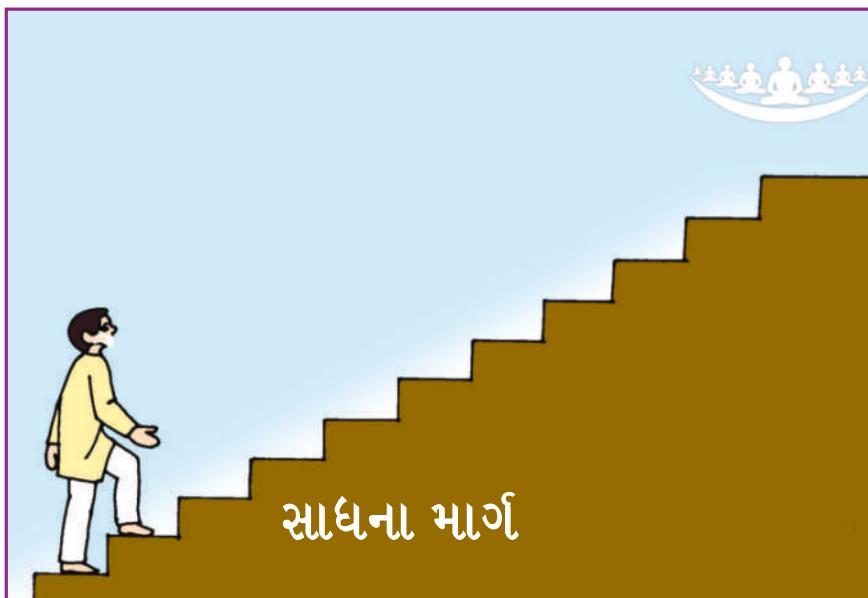
- જે અવિનયી છે તેના જીવનમાં વિપત્તિ અને અનેક પ્રકારની મુશ્કેલીઓ આવે છે અને જે વિનયવાન છે તેના જીવનમાં સંપત્તિ અને અનેક ક્ષેત્રોમાં પ્રગતિ હોય છે. આ શાસ્ત્ર વચ્ચેન છે. એક વિનય ગુણથી અનેક ગુણો સહજ રીતે પ્રગટે છે.

વિનયવાન વ્યક્તિનો વ્યવહાર

- વિનયી વ્યક્તિને દેવ, ગુરુ, ધર્મ, વિદ્વાનો, શાસ્ત્રો, કલા, જ્ઞાન પ્રત્યે અંદરથી જ અત્યંત બહુમાન, અહોભાવ respect હોય છે, પ્રીતિ હોય છે. તેથી તેમના દરેક કાર્યમાંથી સાહજિક રીતે, સહજતાથી વિનય છલકે છે.
- વિનયી વ્યક્તિની બોલચાલ, વાતચીત કરવાની પદ્ધતિ, તેની રીત-ભાત, વાણી, વર્તન અને વ્યવહાર (behaviour) અને attitude સૌહાર્દપૂર્ણ અને સૌજન્યપૂર્ણ હોય છે.
- વિનયી વ્યક્તિની ચાલ ધીમી પણ મક્કમ હોય છે.
- વાણી મીઠી, મધુરી અને પ્રિય હોય છે. ચહેરાના હાવભાવ મનભાવન હોય છે.
- આંખો ભીની-ભીની respect થી છલકતી હોય છે. તે દરેક કિયા નમૃતાપૂર્વક બહુમાનથી કરે છે.
- વિનય આભ્યંતર તપ છે. આભ્યંતર તપમાં વિનય તપનું સ્થાન છે. આ જ બતાવે છે કે, વિનયનું મહત્ત્વ વિશેષ છે.
- સફળ વ્યક્તિના જીવનનો અભ્યાસ કરીએ તો જણાય આવે છે કે તેમનામાં વિનય ભારોભાર રહ્યો હોય છે. અહંકાર કે અભિમાનને સ્થાન નથી હોતું. માટે જ, વિનય ગુણને આત્મસાત્સ કરવો જોઈએ. વિનય ગુણની સાધના કરવી જરૂરી છે.

વિનય ગુણના લાભ અપરંપાર

1. વિનયી વ્યક્તિ જીવનના દરેક ક્ષેત્રમાં સહજ થાય છે.
2. જ્યાં-જ્યાં જાય, ત્યાં તેની જીત નિશ્ચિત હોય છે.
3. લોકોનો પ્રેમ અને આદર પ્રાપ્ત કરે છે.
4. તેના કાર્ય તેની મેળે જ થવા લાગે છે.
5. અંતરમાં પ્રગટેલા વિનય થકી આત્મશુદ્ધ થાય છે.
6. અધ્યાત્મના વિશ્વમાં ઔંતર-ચેતના જાગૃત થાય છે.
7. સાધનાના માર્ગમાં આગળ વધી શકે છે.
8. સમ્યક્તવ પ્રાપ્તિના (right vision) દ્વાર ખૂલ્લી જાય છે. કારણ કે, વિનયી વ્યક્તિ શ્રદ્ધાવાન હોય છે.
9. ગુરુની કૃપા પ્રાપ્ત થાય છે.
10. ઉચ્ચ ગોત્ર કર્મનો બંધ થાય છે.



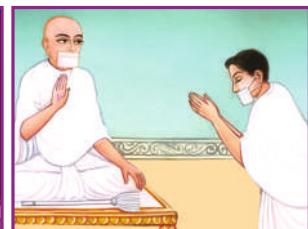
વિનય

વિનય વિશ્વ મેં કિતના મહાન, દેતા સબ કુદ્દ કૈસા મહાન.

વિનય કો જો જીવન મેં લાયે, જીવન અપના વો સજાયે.
ખુશીઓં કે ફૂલ ખિલ-ખિલ જાયે, જીવન બાગ મહેકતા જાયે... વિનય...

વિનય સે પૂર્ણ જ્ઞાન ખિલે, સંપત્તિ સદગુણ આકર ખિલે.
સજ્જનો કા ઘાર ખિલે, સંતો કી અનુપમ કૃપા ખિલે... વિનય....

વિનય સે અહંકાર તૂટે, વિનય સે અભિમાન હરે, વિનય તો અજ્ઞાન હરે.
વિનય જ્ઞાનદીપ ધરે, ઉચ્ચ ગોત્ર કર્મ બંધ હોવે...
તીર્થકર પદ પ્રાપ્ત હોવે... વિનય....



વિભાગ - 4

ધર્મ અને વિજ્ઞાન

(Science and Religion)

ધર્મ અને વિજ્ઞાન શું
સાથે-સાથે ચાલે છે ?

બંને વચ્ચે અંતર છે
કે બંને વચ્ચે સામ્ય છે ?

દિન-પ્રતિદિન
અવનવી શોધ કરતું
વિજ્ઞાન આપણને
અચંબિત કરે છે. અજબ ગજબની શોધ કરતાં વૈજ્ઞાનિકો માટે આપણને
માન થાય છે.

જે શોધ કરતાં વૈજ્ઞાનિકોને વર્ષો લાગે છે, જેની શોધ માટે વિવિધ
પ્રકારના આધુનિક સાધનો laboratoryમાં વસાવાય છે અને ઘણાં
પ્રયોગો પછી એ સિદ્ધાંત જાહેર કરવામાં આવે છે.

પરંતુ પરમાત્મા પોતાની સાધના દ્વારા ભીતરના જ્ઞાનને પ્રગટાવે છે.
તે જ્ઞાનના પ્રકારામાં પૂર્ણ સત્યને નિહાળે છે. જ્યાં કોઈ laboratory,
પ્રયોગના સાધનો નથી હોતા માત્ર આત્મજ્ઞાન હોય છે.

વિજ્ઞાન આજે કહે છે, તે વાત લગભગ 2600 વર્ષ પહેલાં
પરમાત્માએ કહી છે તે જાણીએ ત્યારે થાય કે, પ્રભુના જ્ઞાનના સાગર
સામે વિજ્ઞાન એક બિંદુ સમાન છે.



આવો, આજે જાણીએ એવા થોડાક નિયમો અને સિદ્ધાંતો.

1. ધર્મ: વનસ્પતિમાં પણ જીવ છે. Plants have lives too. એટલું જ નહીં, વનસ્પતિમાં લાગણી અને સંવેદના પણ છે.

વિજ્ઞાન: આજથી લગભગ 121 વર્ષ પહેલાં ભારતીય વૈજ્ઞાનિક શ્રી જગદીશચંદ્ર બોધે શોધી કાઢ્યું કે વનસ્પતિમાં જીવ છે. અનેક પ્રયોગો દ્વારા વનસ્પતિમાં સંવેદના પણ છે એ સાબિત થયું છે.

2. ધર્મ: સૂર્યાસ્ત પછી ભોજન કરવાથી ઘણાં જીવોની વિરાધના થાય છે એટલાં માટે ચૌવિહાર કરવો જોઈએ. રાત્રિભોજનનો ત્યાગ કરવો જોઈએ.

વિજ્ઞાન: Doctors અને dieticion વહેલા જમવાની સલાહ આપે છે, જેથી ભોજન સારી રીતે પચી શકે, જેથી વજન વધે નહીં અને બીમારી આવે નહીં.

3. ધર્મ: પાણી ઉકાળીને પીવું જોઈએ.

વિજ્ઞાન: બીમારીમાં તેમજ સામાન્ય રીતે પણ doctors ઉકાળેલું પાણી પીવાની સલાહ આપે છે, જેથી અનેક રોગોથી બચી શકાય.

4. ધર્મ: પરમાત્મા સમવશરણમાં દેશના આપે ત્યારે ત્યાં ઉપસ્થિત સર્વ દેવ-દેવી, તિર્યંચો, મનુષ્યો પોતાની ભાષામાં સમજ શકે છે.

વિજ્ઞાન: આજે જ્યારે દેશ-પરદેશમાં કોઈ નેતા પોતાની ભાષામાં speech આપે ત્યારે એ language ન સમજનારા બીજા નેતાઓ એક head phone પહેરીને સાંભળે તો તેઓને તે પોતાની ભાષામાં સમજાય છે. આ શોધ વિજ્ઞાને હમણાં કરી છે. જ્યારે 2600 વર્ષ પહેલાં headphone વગર દરેક જીવને પોતાની ભાષામાં પ્રભુની દેશના સમજતી હતી. છે ને amazing fact?

5. ધર્મ: એક શબ્દ બોલાય એટલે તરત જ ચૌદ રાજલોક સુધી ફેલાઈ જાય છે. શબ્દ એ પુદ્ગલ છે.

વિજ્ઞાન: આ સિદ્ધાંત પર telephone, mobile, livetelecast અને T.V. audio, video and Youtube કામ કરે છે.

6. ધર્મ: સર્વ જીવો મારા જેવા જ છે. સર્વ જીવો મારા મિત્ર છે. કોઈ માટે મને વેર કે દ્રોષ નથી. ધર્મનું heart મૈત્રીભાવ છે.

વિજ્ઞાન: આજે લોકોને સમજાયું છે કે વિશ્વ હોય કે વ્યક્તિ, સંસ્થા હોય કે રાષ્ટ્ર, શાંતિમય, સુખી અને સમૃદ્ધ જીવન માટે જૈન ધર્મના પાયાના સિદ્ધાંતો ખૂબ મહત્વના છે. અહિંસા, અનેકાંત અને અપરિગ્રહ. '3 A' lifestyle is best lifestyle. અને એટલે જ વિશ્વની નામાંકિત Universitiesમાં જૈન ધર્મના સિદ્ધાંતોનો અભ્યાસ કરાવવામાં આવે છે.

ઠકાગાઈ એક એવી જીવન પદ્ધતિ છે જેને કારણો તે દેશના લોકો ખૂબ લાંબુ દીર્ઘાયુષ્ય, તંદુરસ્ત અને આનંદમય જીવન જીવે છે. તેના કારણોનો અભ્યાસ કરતાં જણાયું કે તેઓ રાત્રિ ભોજન કરતાં નથી, સાત્વિક આહાર લે છે, ભૂખ કરતાં ઓછું જમે છે, વ્યાયામ કરે છે, બધાં સાથે મૈત્રીપૂર્ણ વ્યવહાર કરે છે. આમ જોવા જઈએ તો તેઓએ જૈન lifestyle અપનાવી છે. ચૌવિહાર, ઉષોદરી, ધર્મ કિયા અને મૈત્રીભાવ-આજ વાત પ્રભુએ કરી છે.

ધર્મ અને વિજ્ઞાનના દ્રષ્ટિકોણમાં અંતર છે. વિજ્ઞાન સ્વ કેન્દ્રિત છે. સાધનોના ઉપયોગ દ્વારા સુખ અને સગવડ કેમ વધે, તેવું વિચારે છે.

ધર્મ સર્વના સુખનો વિચાર કરે છે. ધર્મમાં મૈત્રી-ક્ષમાંદિ દ્વારા સ્વ-પરનું કલ્યાણ અને સ્વયંથી આત્મશક્તિનો વિકાસ થાય તેવું ધ્યેય સમાયેલું છે.

વિજ્ઞાન બાધદસ્તિથી સુખને મૂલવે છે.

ધર્મ આંતરદસ્તિથી સુખને મૂલવે છે.

ચાલો, આજના વૈજ્ઞાનિક યુગમાં પણ

આપણી ધર્મશ્રદ્ધાને દ્રઢ બનાવીએ.

વિભાગ - 5 કથા વિભાગ

નયસાર - પ્રભુ મહાવીરનો પ્રથમ ભવ

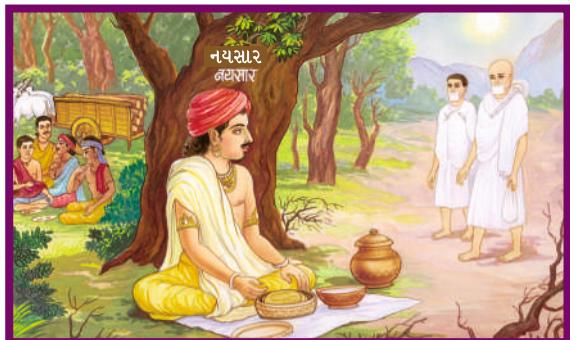
નિયમનું જીવનમાં ખૂબ મહત્વ છે. નાનકડો નિયમ પણ શુભ ભાવથી, નિષ્ઠાપૂર્વક પળાય તો ખૂબ જ લાભકારી છે. આ કથનની સત્યતા આપણને સમજાશે નયસારના દષ્ટાંત દ્વારા.

આ જંબૂદ્ધીપના મહાવિદેહ ક્ષેત્રમાં પ્રતિષ્ઠાન નામના ગામમાં નયસાર નામનો સુથાર રહેતો હતો. તે ગામના લોકોની હંમેશા હિતચિંતા કરતો હતો. તે સાધુ-સંતોના સમાગમમાં ન હોવા છતાં સ્વભાવથી જ ગુણગ્રાહી, દ્યાવાન અને પરોપકારી તથા વસનોથી દૂર હતો. નગરમાં એની સારી પ્રતિષ્ઠા હતી. નયસારને એક નિયમ હતો "કોઈ અતિથિને જમાડીને જમવું, કોઈને જમાડીને જમવું." આપણી ભારતીય સંસ્કૃતિમાં અન્યને ભોજન કરાવવાનો ઘણો મહિમા છે. આપણે ઘરમાં પણ જોયું છે કે, ગાય અને કૂતરાને રોટલી, કબૂતરને જુવાર, પક્ષીને ચણ, કીડીને કીડીયારું, ગરીબ-ભૂખ્યાં જનને ભોજન. આ આપણા સંસ્કારોમાં વણાયેલી વાત છે.

નયસાર એક દિવસ સ્વામીની આજ્ઞાથી 500 સેવકોને સાથે લઈ લાકડા કાપવા જંગલમાં ગયા હતાં. કામ કરતાં મધ્યાહ્ન (બપોર)નો સમય થયો. સાથી સેવકો માટે ભોજન પાણીની તમામ વ્યવસ્થા સાથે રાખી હતી. ભોજનનો સમય થયો એટલે, તેમણે સેવકોને ભોજન માટે બેસાડી દીધાં. પરંતુ પોતાના નિયમ પ્રમાણે રાહ જુઓ છે, કોઈ અતિથિ, અભ્યાગત, સાધુ-સંત આવે તો પહેલા તેમને જમાડું અને પછી હું જમું.

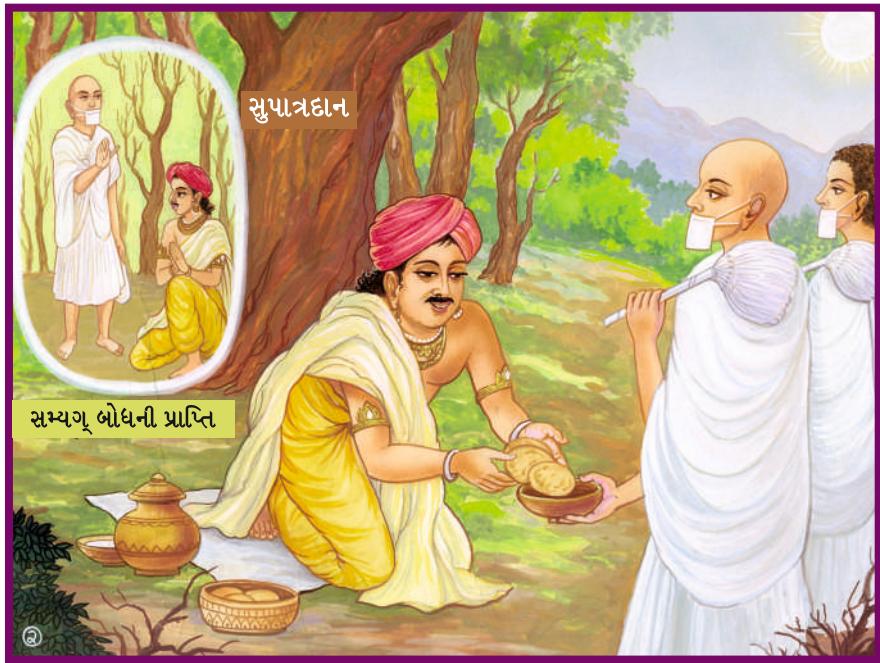
અહિંયા નયસારની નિયમ પ્રતિ દફ્તા કેવી છે તે દેખાઈ આવે છે. એની જગ્યાએ બીજી વ્યક્તિ હોય તો એમ વિચારે કે, જંગલમાં કોઈ ક્યાંથી મળે? ખરા બપોરે આ જંગલમાં કોઈ આવે જ નહીં ને? ચાલો, આજનો દિવસ એમને એમ જમી લઉં. કાલે નિયમ પાળીશ.. પણ, નયસાર તો સંકલ્પવાન છે. એ તો દૂર-દૂર સુધી ચારેય બાજુ જુએ છે.

જાડ ઉપર ચડીને લાંબે સુધી ચારેય બાજુ નજર ફેરવે છે. ઘોર જંગલમાં કોઈ દેખાતું ન હતું. થોડા સમય પછી એણે શેત વસ્ત્રધારી બે સાધુઓને દૂરથી નિહાળ્યા એટલે ખૂબ જ આનંદિત થઈ જાડ પરથી નીચે ઉતરી સંતોને લેવા માટે ગયા.



મુનિ ભગવંત પાસે પહોંચી વિનયથી બે હાથ જોડી નમસ્કાર કરે છે અને પૂછે છે, આપ ભર બપોરે જંગલમાં ક્યાંથી? ત્યારે મુનિરાજ કહે છે અમે એક ગામથી બીજે ગામ જતાં રસ્તો ભૂલી ગયા છીએ એટલે આ બાજુ આવ્યાં છીએ. નયસાર તેમને કહે છે, પહેલા આપ કૃપા કરીને તિક્ષા ગ્રહણ કરો પછી હું આપને રસ્તો બતાવીશ. એમ વારંવાર વિનંતી કરે છે. નયસારને ખબર નથી કે, આ જૈન સાધુ છે. આજે એને સુપાત્રદાનનો અમૂલ્ય લાભ મળવાનો છે.

સુપાત્રદાન સૌથી શ્રેષ્ઠ દાન છે, આપણે હંમેશા સુપાત્રદાનની ભાવના ભાવવી જોઈએ. સાધુ-સંતોને વિનંતી કરી ઘરે પધારવા માટે કહેવું જોઈએ અને એક શ્રાવકનું ઘર તો એવું હોવું જોઈએ જે ઉપાશ્રયથી નજીક હોય, તેમજ પહેલે કે બીજે માળે હોય જેથી સુપાત્રદાનનો વારંવાર લાભ મળે.



નયસારને તો ભર જગલમાં લાભ મળે છે. સાધુ ભગવંતોને પોતાની સાથે લાવેલ ભોજન સામગ્રીમાંથી બિક્ષા અર્પણ કરે છે. ખૂબ ભાવથી અને ઉલ્લાસથી બિક્ષા આપે છે.

મુનિરાજ પણ પ્રસન્નતાથી ગૌચરી ગ્રહણ કરે છે અને ધર્મલાભ આપે છે. પછી, નયસાર મુનિરાજને રસ્તો બતાવવા તેમની સાથે જાય છે.

આપણે ત્યાં સંત-સતીજી ગૌચરી માટે પધારે, ત્યારે ગૌચરી વહોરાવીને તેમની સાથે ઉપાશ્રય સુધી જવું જોઈએ અથવા થોડે દૂર સુધી જવું જોઈએ. એ આપણો તેમની પ્રત્યેનો વિનય અને ઉપકાર ભાવ છે. સાધુ ભગવંત નયસારના ઉચ્ચયગુણો, તેનો વિનય, તેની ભક્તિ, તેના ભાવ જોઈને ધર્મ-બોધ આપે છે. હિતકારી વચનો કહે છે.

નયસારે સાધુ ભગવંતને માર્ગ બતાડ્યો અને સાધુ ભગવંતે નયસારને ભવ તરવાનો માર્ગ બતાવ્યો. સંસારમાં અનંતકાળથી જન્મ-મરણ કરતાં નયસારના આત્માને સુપાત્રદાનથી અને સંતોના

સમાગમથી સમકિતની-સત્ય સમજની પ્રાપ્તિ થઈ. અર્થાત્ દેવ-ગુરુ-ધર્મ પર શ્રદ્ધા થઈ. પ્રથમ નયસારના ભવથી આત્માની વિકાસ યાત્રાનો પ્રારંભ થયો અને 27માં પ્રભુ મહાવીરના ભવમાં તેની પૂર્ણતા થઈ. તેથી પ્રભુના 27 ભવમાં પ્રથમ નયસાર સુથારનો ભવ મહત્વપૂર્ણ છે.

તે ભવનો એક નાનકડો નિયમ ભવ-તારણહાર બની જાય છે.

નયસારનો આત્મા એટલે પ્રભુ વીરનો આત્મા. સમકિત પ્રાપ્તિ પછીનો પ્રભુ વીરનો પ્રથમ ભવ.

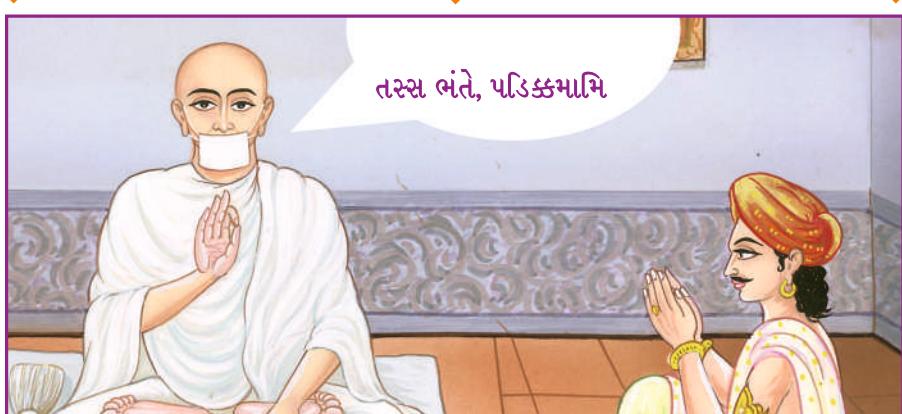
MORAL :

દેવાનુષ્ઠિયો !

નયસારના જીવનમાંથી આપણે શું શીખીશું ? આપણે શું બોધ ગ્રહણ કરીશું ?

નિયમનું મહત્વ સમજશું, નિયમોને જીવનમાં ગ્રહણ કરીશું અને દ્રઢતાથી તેનું પાલન કરીશું.

નિયમ લેવાથી મનોવૈજ્ઞાનિક રીતે આપણી મન : શક્તિનો વિકાસ થાય છે. મનને control કરવાની શક્તિનો વિકાસ થાય છે. જે જીવનના દરેક પગલે અને દરેક ક્ષેત્રમાં ઉપયોગી બને છે.



અનોખી જીવદ્યા મેઘરથ રાજાની

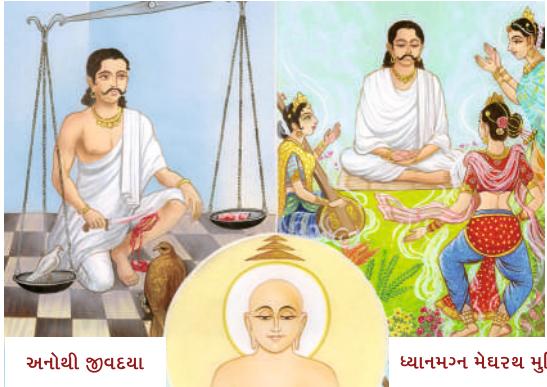
આપણા 16માં તીર્થકર પ્રભુ શાંતિનાથ ભગવાનનો પૂર્વનો ગ્રીજો ભવ એટલે મેઘરથ રાજાનો ભવ! મેઘરથ રાજા અત્યંત કરુણાશીલ હતાં. એકવાર ઈશાનેન્દ્ર (બીજા દેવલોકના ઈન્દ્ર) દેવોની સભામાં મેઘરથ રાજાની જીવદ્યાની અત્યંત પ્રશંસા કરી. તે સાંભળી એક મિથ્યાત્વી દેવને તેમની પરીક્ષા કરવાનું મન થયું અને તે આ પૃથ્વી પર આવ્યા.

પૃથ્વી પર તેમણે એક કબૂતર અને બાજ પક્ષીને લડતાં જોયાં. સારો અવસર જાણીને દેવ તે બન્નેના શરીરમાં અધિષ્ઠિત થઈ ગયા. (પ્રવેશ કરી ગયા) મેઘરથરાજા સભામાં બેઠાં હતાં. તે સમયે કબૂતર તેમના ખોળામાં આવીને બેસી ગયું અને “મારી રક્ષા કરો, મારી રક્ષા કરો” એમ બોલી અભયની માંગણી કરવા લાગ્યું. રાજાએ તેને કહ્યું “હે કબૂતર! તું ભય પામીશ નહીં. હું તારું રક્ષણ કરીશ” કબૂતરને શાંતિ થઈ.

એ સમયે એક બાજ પક્ષી આવ્યું અને તેણે રાજાને વિનંતિ કરી કે, “હે રાજન! તમે દ્વારું છો, તો મારું પણ રક્ષણ કરો. મને ખૂબ ભૂખ લાગી છે, જો ભોજન ન મળે તો હું મરી જઈશ, તેવી પીડા થઈ રહી છે. હે રાજન્: હું આપના માટે ભોજનની વ્યવસ્થા કરું છું. બાજ પક્ષી: “પરંતુ આપના ખોળામાં બેઠેલું કબૂતર જ મારું ભોજન છે. કબૂતરને નીચે મૂકો, તેથી હું તેનો શિકાર કરીને મારું ભોજન મેળવી લઉં” રાજાએ કહ્યું “તેને મેં અભયદાન આપ્યું છે. હું તને એકથી ચંડિયાતા પકવાન આપું છું, તું તેનું ભક્ષણ કરી તારી ક્ષુધાને શાંત કર.”

બાજ પક્ષીએ કહ્યું, “અમારું ભોજન તો તાજું માંસ જ હોય, અમે બીજું કાંઈ ન ખાઈએ.” ત્યારે રાજાએ વિચાર્યુ, તાજા માંસ માટે શું કરવું? કોઈ પણ જીવની હિંસા વગર તાજું માંસ મળવું શક્ય નથી. બીજા જીવની

હિંસા કરવી એના કરતાં
મારા શરીરમાંથી જ થોડું
માંસ કાઢીને આપું. રાજનુઃ
"તું થોડી ધીરજ રાખ.
હમણાં જ ભોજન મળી
જશે." બાજ પક્ષી : "હે
રાજનુ, થોડા માંસથી મારી
કૃધા શાંત થશે નહીં. મારે



અનોથી જીવદયા

ધ્યાનમગ્ન મેઘરથ મુનિ

તો કબૂતરના વજન જેટલું જ માંસ જોઈશે." તેથી રાજાએ એક ત્રાજવું
મંગાવ્યું. તેના એક પલ્લામાં કબૂતર મૂક્યું અને બીજા પલ્લામાં પોતાની
જાંઘનું માંસ કાપીને મૂકવા લાગ્યાં. કારણ કે, તેને કબૂતરને બચાવવું હતું
અને બાજ પક્ષીને ભોજન પણ આપવું હતું. રાજા અત્યંત દયાળુ હતાં.
જીવદયા તેમની હાડ-હાડની મજજામાં વ્યાપેલી હતી.

મહાપુરુષો શરણે આવેલા શરણાગતની જીવના જોખમે પણ રક્ષા
કરતાં હોય છે.

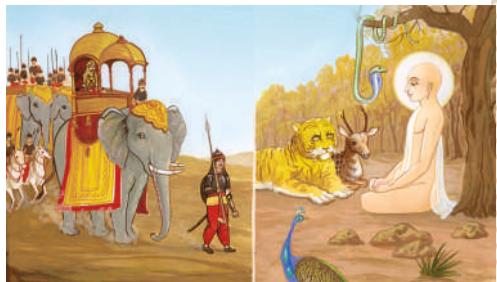
દેવમાયાવી કબૂતરનું જ પલ્લું ભારે રહ્યું. છેલ્લે રાજા પોતે જ
પલ્લામાં બેસી ગયાં અને બાજ પક્ષીને પોતાનું જ ભક્ષણ કરવાનું કર્યું.

બધાં પ્રજાજનો, રાણીઓ વગેરે રડવા લાગ્યાં. પણ રાજા તો પોતાના
નિર્જયમાં મક્કમ રહ્યાં. રાજના દ્રઢ જીવદયાના ભાવો જોઈ દેવ પોતાના
મૂળ સ્વરૂપમાં પ્રગાટ થયા અને "પોતે તેમની પરીક્ષા કરવા આવ્યો હતો."
એમ કંઈ રાજાની ક્ષમા માંગી સ્વ સ્થાને ચાલ્યા ગયા. રાજા પહેલાં જેવા
જ સ્વસ્થ બની ગયા.

સમય જતાં તેમના પિતા તીર્થકર ધનરથજી તે નગરમાં પદ્ધાર્યો
તેમનો ઉપદેશ સાંભળી મેઘરથ રાજાને વૈરાગ્ય ભાવ જાગૃત થયો. તેમણે
પિતા મુનિ પાસે દીક્ષા લીધી. લાંબા સમય સુધી સંયમ- તપનું પાલન કરી

તીર્થકર નામકર્મ બાંધ્યું. આયુષ્ય પૂર્ણ કરીને સર્વાર્થસિદ્ધ વિમાનમાં દેવરૂપે ઉત્પન્ન થયાં.

દેવભવનનું આયુષ્ય પૂર્ણ કરીને વિશ્વસેન રાજા અને અચિરાહેવીની કુક્ષીએ જન્મ ધારણ કર્યો. તેઓ ગર્ભમાં આવ્યા, ત્યારે રાજ્યમાં મરકીનો રોગ ફેલાયેલો હતો. તેમના પુણ્યપ્રભાવે રાજ્યમાં રોગ શાંત થઈ ગયો. તેથી માતા-પિતાએ તે બાળકનું નામ શાંતિનાથ રાખ્યું. મોટા થઈને તેઓએ ચક્રવર્તી પદની પ્રાપ્તિ કરી અને પછી તેઓ આપણા સોણમાં તીર્થકર શ્રી શાંતિનાથ ભગવાન થયા.



ચક્રવર્તી શાંતિનાથ

ભગવાન શાંતિનાથ

MORAL

દેવાનુષ્પિયો! મેઘરથ રાજની જીવદ્યા જોઈને! આપણો કદાચ એટલી મક્કમતા કે સહનશીલતા ન રાખી શકીએ. પણ જેટલી થઈ શકે તેટલી જીવદ્યા તો પાળી શકીએ ને! રાજની જેમ કદાચ કબૂતરને ન બચાવી શકીએ પણ કમ સે કમ પતંગ ઉડાડવાનું બંધ કરીને અન્ય મિત્રોને પણ સમજાવી તેમને મરતાં તો બચાવી શકીએ ને! તેમ જ હોળી રમવાનું બંધ કરી પાણીના જીવોને બચાવી શકીએ. નીચે જોઈને ચાલીએ તો પગ નીચે કચડાતાં જીવજંતુને બચાવી શકીએ. ઘાસ પર ન ચાલીને, ફૂલ-પાનને ન તોડીને વનસ્પતિકાયના જીવોની દ્યા પાળી શકીએ. કારણ વગર પંખા ચાલુ ન રાખીને વાયુકાયના જીવોની જતના કરી શકીએ.

આમ ઘણી રીતે જીવોની દ્યા પાળી શકાય છે. જીવનમાં આવી જીવદ્યા અપનાવશો ને!

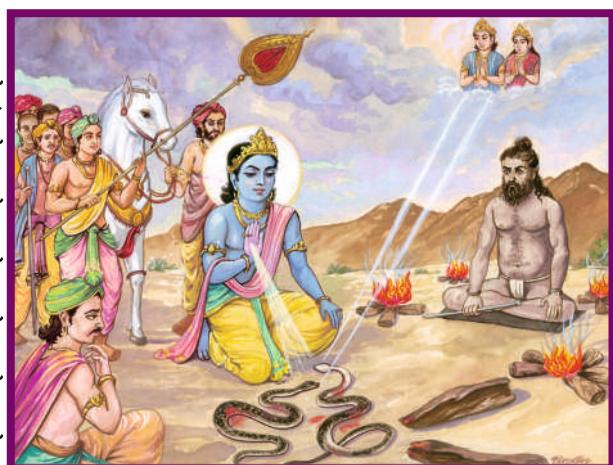
પાર્શ્વપ્રભુની અનુકૂળા

પાર્શ્વપ્રભુ કોણ હતાં એ તો ખબર જ છે ને! આપણા 23માં તીર્થકર પ્રભુ હતાં. એમના જીવનની એક ઘટના બહુ જ જાણવા જેવી અને સમજવા જેવી છે.

વારાણસી નગરીમાં એકદા કમઠ નામક એક મિથ્યાધર્મી સંન્યાસી "પંચાર્ણિ" નામક તપ તપતો હતો. તેના માથે જટા ધારેલી હતી અને અંગે રાખ ચોળેલી હતી. ચારેબાજુ સણગતી ધૂષણીઓ વચ્ચે માત્ર એક લંગોટ પહેરીને તે બેઠો હતો અને અહિનની આતાપના લેતો હતો. અજ્ઞાની નરનારીઓ તેની પૂજા કરવા જવા લાગ્યાં.

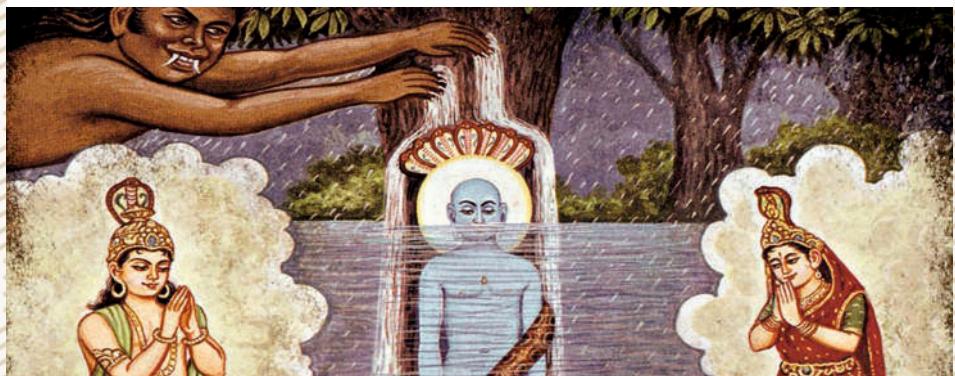
અજ્ઞાની સત્યધર્મને ઓળખવાની કોશિશ કરતાં નથી. દેખાદેખીનો ધર્મ કરતાં રહે છે અને ફળસ્વરૂપે સંસાર વધારતાં રહે છે. જનસામાન્ય જ્યાં ચમત્કાર હોય ત્યાં નમસ્કાર કરે પણ સાચો ધર્મ જ્યાં ગુણ દેખાય ત્યાં નમસ્કાર કરે.

પાર્શ્વકુમાર પણ જીવોના હિત-શ્રેય અર્થે ત્યાં ગયા. ભગવાન તો જન્મથી જ મતિ, શ્રુત અને અવધિજ્ઞાનના ધારક હોય છે. ભગવાને પોતાના અવધિજ્ઞાનમાં જોયું કે, "જે અહિન



સળગાવેલો હતો તેના લાકડામાં એક નાગ અને નાગણી પણ બળી રહ્યાં હતાં."

ભગવાને લોકોને જણાવ્યું કે, જે ધર્મમાં દયા નથી તે ધર્મ નથી. તેનાથી તો લાભને બદલે હાનિ જ થાય છે. ફક્ત કાચાને કષ આપવાથી તપ થઈ જતું નથી. અહંકારી કમઠને આ વાત ગમી નહીં. એણે કહ્યું, “રાજ્યપુત્રો તો હાથી, ઘોડા ખેલાવી જાણે છે, ધર્મને તો અમે જ જાણીએ”! ત્યારે પાર્વતીમારે સેવકને આજ્ઞા કરી લાકડું ખોલાવ્યું તો તેમાંથી નાગ-નાગણી નીકળ્યાં. તે થોડા બળી ગયાં હતાં. પાર્વતીમારે તત્કાલ તેઓને નમસ્કાર મંત્ર સંભળાવ્યો. પ્રભુના દર્શનથી અને નમસ્કાર મંત્રના પ્રભાવથી તેઓ મરીને નાગકુમાર દેવોના ઈન્દ્ર-ધરણેન્દ્ર અને ઈન્દ્રાણી - પદ્માવતી રૂપે ઉત્પન્ન થયાં.



આ બનાવ પછી કમઠ વિશેષ તપ કરવા લાગ્યો, પરંતુ સમજણના અભાવે તેનું તપ શ્રેષ્ઠ ફળદાયી ન થયું અને કમઠે પોતાનું અનંત સંસાર પરિભ્રમણ વધારી લીધું.

ધરણેન્દ્ર અને પદ્માવતી પોતાના ગત જન્મના ઉપકારીને ભૂલ્યા નહીં. જ્યારે કમઠ તાપસ મૃત્યુ પામીને મેઘમાળી નામનો દેવ બન્યો. અને

પૂર્વના વેરભાવને યાદ કરી અત્યંત કોધમાં આવી, ધ્યાનમળન પાર્શ્વપ્રભુને ઘણા ઉપસર્ગો આપવા લાગ્યો. એકવાર પ્રભુ ધ્યાનરથ મુદ્રામાં ઉભા હતા ત્યાં મુશળધાર વરસાદ વરસાવ્યો, પ્રભુના નાક સુધી પાણી આવી ગયા. પ્રભુ અડગપણે ઉભા હતા તે સમયે ધરણેન્દ્રએ અવધિજ્ઞાનથી જાણીને પ્રભુની સુરક્ષા માટે ત્યાં પહોંચી ગયા. એક સુવર્ણ કમળ બનાવીને પ્રભુને તેની ઉપર લઈ લીધાં અને ઉપર સાત ફેણવાળા સર્પનું રૂપ બનાવી છત્ર કર્યું. પ્રભુ સમભાવમાં સ્થિત હતાં. ધરણેન્દ્ર મેઘમાળીને સમજાવ્યો કે તને સદૃષ્ટદેશ આપીને પાપથી બચાવ્યો હતો તેને તું પરેશાન કરે છે? મેઘમાળી દેવે પ્રભુની સામે દ્રષ્ટિ સ્થિર કરી. પરમાત્માના પ્રભાવે તે શાંત થઈ ગયો અને પ્રભુની ક્ષમા માંગીને સ્વસ્થાને ચાલ્યો ગયો. પરમાત્મા અખંડ સમભાવમાં સ્થિર રહ્યા.

MORAL

દેવાનુપ્રિયો!

પ્રભુના જીવનની આ ઘટના પરથી આપણો શું બોધ લેવાનો છે?

આપણી દયા માત્ર મનુષ્યો પ્રત્યે જ નહીં, પરંતુ પશુ-પક્ષી અને સર્પ જેવા જીવો પ્રત્યે હોવી જોઈએ. નમસ્કારમંત્રના પ્રભાવે સર્પ પણ દેવ બની ગયો. એટલે આપણો કોઈ પણ વિકટ પરિસ્થિતિમાં નમસ્કારમંત્રનું સ્મરણ કરવું જોઈએ. આપણો કોઈએ પણ કરેલા ઉપકારને યાદ રાખવા જોઈએ.

ગુરુવર્યો પાસેથી સાચો ધર્મ જાણીને તેને જીવનમાં અપનાવવો.

જે આત્મકલ્યાણ કરે, તેવા ધર્મને જીવનમાં સ્થાન આપવું.

દેખાદેખીનો ધર્મ નહીં પણ સત્ય સમજની પ્રાપ્તિ કરાવતા ધર્મને જ મહત્વ આપવું.

આર્ડ કુમાર - પાંચાં કલ્યાણમિત્ર

આર્ડ કુમારનો જન્મ એક અનાર્ય દેશમાં થયો હતો. અનાર્ય દેશ એટલે જ્યાં દેવ-ગુરુ-ધર્મ ન હોય. સંત-સતીજી ન હોય. એટલે ધર્મનું કોઈ જ્ઞાન કે સાચી સમજ ન હોય.

પણ, આર્ડ કુમારનું Luck એ હતું કે એમના મિત્ર આર્ય દેશમાં એટલે કે ભારતમાં હતાં. આપણે બધાં જ આર્યકુળમાં જન્મયા છીએ. જેથી આપણને તીર્થકર ભગવંતોનો ધર્મ મળ્યો છે. ધર્મનો બોધ આપનારા અનેક આર્ય ભગવંતો, ગુરુ ભગવંતો અને સંત-સતીજી મળ્યાં છે.

આપણને સાચી સમજ આપનારા ધર્મગુરુ મળ્યાં છે.

ધર્મ સ્વયં તો પામવાનો જ હોય છે પણ સાથે અન્યને પમાડવાનો પુરુષાર્થ વિશેષ ફળદાયી હોય છે.

આર્ડ કુમારના મિત્ર કોણ છે? તેમના મિત્ર છે અભયકુમાર જે શ્રેણિક રાજાના પુત્ર છે અને જેમની બુદ્ધિમત્તાના ગુણગાન હજારો વર્ષ પછી પણ ગવાઈ રહ્યા છે તેવા અભયકુમાર.

અભયકુમાર વિચારે છે મારા મિત્ર ને હું કેવી gift મોકાલાવું? કેવી ભેટ આપું?

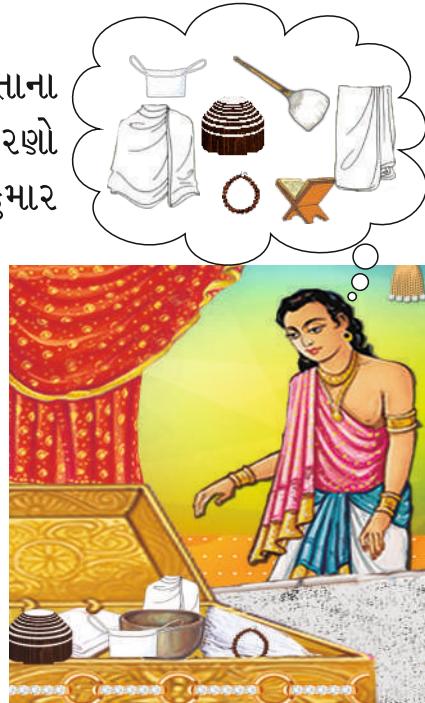
આપણે પણ બધાંને gift આપતાં હોઈએ છીએ? આપણે gift લેવા જઈએ તો શું વિચારીએ? પહેલાં તો કિંમત નક્કી કરીએ અને પછી? જાત-જાતની giftનો વિચાર કરીએ flower અને cardથી લઈને jewellery સુધીની જીવન ઉપયોગી વસ્તુનો વિચાર કરીએ. કયારેક જ કોઈ ધર્મનું પુસ્તક કે CD કે એવી ઉત્તમ વસ્તુનો વિચાર કરીએ.

પણ અભયકુમાર તો ધર્મના રંગે રંગાયેલાં છે અને એટલે વિચારે છે

કે, એવી વસ્તુ મોકલાવું જેથી મારો મિત્ર ધર્મને પામે અને એના આત્માનું કલ્યાણ થાય. જે મિત્રનું હિત વિચારે એ મિત્રને કલ્યાણ મિત્ર કહેવાય. માટે મિત્ર મળે તો કેવા મળે? અભયકુમાર જેવા કલ્યાણમિત્ર મળે. મિત્ર કરવા તો કેવા મિત્ર કરવા? જે મને ધર્મનો માર્ગ બતાવે, જે મને સાચો માર્ગ બતાવે.

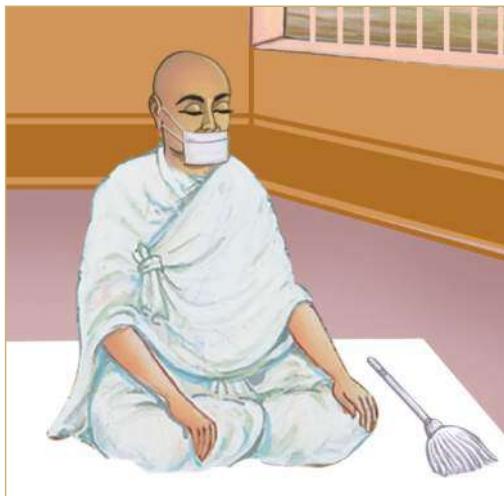
કલ્યાણમિત્ર અભયકુમાર પોતાના મિત્ર આર્દ્જ કુમારને સામાયિકના ઉપકરણો ભેટ સ્વરૂપે મોકલાવે છે. આર્દ્જ કુમાર મિત્રએ મોકલાવેલી ભેટ ખૂબ ઉત્સાહથી ખોલે છે. તો શું જુએ છે? અંદર તો સામાયિકના ઉપકરણો છે. હવે અનાર્ય દેશમાં જન્મેલાં આર્દ્જ કુમાર માટે આ નવી વસ્તુ છે એને તો આવું કંઈ જોયું જ નથી.... વિચારે છે આ બધું શું છે? આસન, મુહૂરતી, માળા, ગુરુછો બધું આમ થી તેમ ફેરવે છે... આને શું કહેવાય? આ બધું શું મોકલ્યું છે.? જોતાં-જોતાં એને થાય છે

કે આ બધું મેં કયાંક જોયું છે...? કયાં જોયું છે...? કયાં જોયું છે...? એમ વિચારતાં -વિચારતાં જાતિસ્મરણ જ્ઞાન થાય છે. પોતાનો પૂર્વભવ દેખાય છે. આ તો સામાયિકના ઉપકરણો છે. પૂર્વના ભવમાં મેં પણ આ ઉપકરણો વાપર્યો છે અને સામાયિકની આરાધના કરી છે આ બધું જ સ્મૃતિમાં આવ્યું. તેના હદ્યમાં ખૂબ ભાવ જાગ્યા અને નિર્ણય કર્યો આ દેશ છોડીને અભયકુમાર પાસે જવું. આર્ય દેશમાં જવું અને ત્યાં જઈને સંયમ માર્ગ જવું.



આમ એક નાનકડી ભેટ
આર્દ્ર કુમાર માટે મહાન અને
ઉત્તમ ટુંફ બની જાય છે. તેમને
સત્યના માર્ગ લઈ જાય છે.

આર્દ્ર કુમાર આર્થકોત્ત્રમાં
આવ્યા. સ્વયં પોતાની મેળે
દીક્ષા ગ્રહણ કરી. અનેકોને
પ્રતિબોધિત કરી પ્રભુ પાસે
દીક્ષા લેવા મોકલ્યા. સ્વયં
પણ પ્રભુના ચરણોમાં આવી
સંયમ અને તપ દ્વારા કર્માનો ક્ષય કરી નિર્વાણ પામ્યા.



MORAL

દેવાનુપ્રિયો !

તમારે કેવા મિત્ર બનવું છે ?

કલ્યાણમિત્ર બની બધાંનો કર્મક્ષય કરાવવો છે કે સંસારી મિત્ર
બની બધાંને કર્મબંધ કરાવવો છે ?

આર્દ્ર કુમારની કથા વાંચી નક્કી કરી લેજો મારે પણ એવું જ
circle ગોઠવવું છે - જ્યાં બધાં એકબીજાના કલ્યાણમિત્ર બની રહે.

એવી gift આપીશ જે ભૌતિક નહીં પણ આધ્યાત્મિક રૂચિ
વધારે....

બધા સાથે મળી મોજ, મજા, મસ્તી નહીં પણ પરમાર્થના કાર્યો
કરીશું. બધા સાથે મળી સામુદ્રાનિક પુણ્ય બંધાય એવી પ્રવૃત્તિઓ
કરીશું, આત્મશુદ્ધિ માટેની સાધના, આરાધના કરીશું...

વિભાગ - ૬

કાવ્ય વિભાગ

પંચ પરમેષ્ઠી ભગવંત

બાર ગુણોથી શોભતા, અરિહંત દેવ છે
ચોત્રીસ અતિશયોથી દીપતા, દેવાધિદેવ છે
તીર્થની સ્થાપના કરે એ તો, તીર્થકર દેવ છે... બાર...

આઠ ગુણોથી શોભતા, સિદ્ધ દેવ છે
આતમ ભાવમાં રાચતા, વિદેહી દેવ છે
સિદ્ધક્ષેત્રમાં બિરાજીત એ તો, નિરાકાર દેવ છે... આઠ...

ઇત્ત્રીસ ગુણોથી શોભતા, આચાર્ય દેવ છે
શાસનના વાહક, એ તો અનુશાસક છે
સંઘનું સંચાલન કરતા, ધર્મદેવ છે... ઇત્ત્રીસ...

પચ્ચીસ ગુણોથી શોભતા, ઉપાધ્યાય દેવ છે
ભણો અને ભજાવે એવા, શ્રુતપ્રસારક છે
સ્વાધ્યાય કરાવતા, એ તો જ્ઞાનદેવ છે... પચ્ચીસ...

સત્યાવીસ ગુણોથી શોભતા, સાધુ-સાધીજી છે
સાધનામાં લીન રહે, આત્મોધારક છે
પંચ પરમેષ્ઠીમાં, એ પંચમ દેવ છે... સત્યાવીસ...

જૈન ધર્મ સહુથી અનેરો...

રાગ : તુમ્હી હો માતા... તુમ્હી હો પિતા...
જૈન ધર્મ છે અમારો,
કેવળી પ્રાપ્તિ સહુથી ન્યારો

અરિહંત-સિદ્ધ દેવ અમારા,
નિગ્રંથ છે ગુરુ અમારા,
જીવો અને જીવવા દો, એ છે નારો,
દુનિયામાં છે સહુથી અનેરો... જૈન...

અહિંસા-સત્યને જીવનમાં ઉતારો,
કષાયો સામે કદિ ના હારો,
ઉપદેશ આ છે પ્રભુનો ઘારો,
અનેકાંતવાદ છે સહુથી સારો... જૈન...

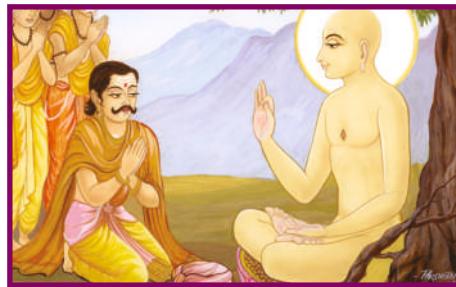
દ્યામય જીવન જીવવું છે,
પ્રેમથી સહુ સાથે રહેવું છે,
શત્રુ નથી કોઈ મારો,
વિશ્વમैત્રી એ સંકલ્પ અમારો... જૈન...



વિનય ધર્મનું મૂળ છે...

રાગ : જ્યા બેકરાર હે....

વિનય ધર્મનું મૂળ છે, અવિનય શૂળ છે
સમજાણ વગરનું જીવન એ તો,
પથ પર પડેલી ધૂળ છે. વિનય ધર્મનું...

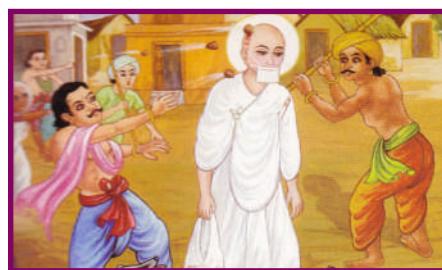


આગમના પાને-પાને, વિનયના ગુણો ગવાયા છે. (2)

વિનય ગુણથી ઓપતા ગૌતમ સ્વામી, સહુમાં સવાયા છે. (2)

નમ્રતા શાંતિનું મૂળ છે, અભિમાન એ તો શૂળ છે.

કોઈપણ વાતની પકડ એ તો, પથ પર પડેલી ધૂળ છે. વિનય ધર્મનું...



ક્ષમાના ગુણ મહાવીર મુખે, વારંવાર ગવાયા છે. (2)

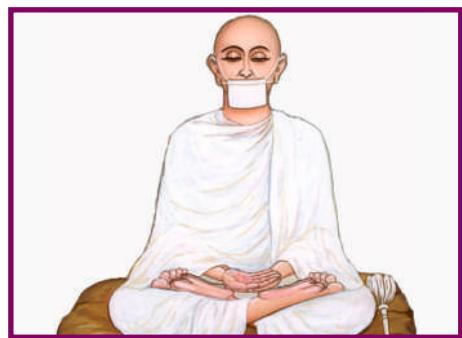
ક્ષમા ગુણથી શોભતાં અર્જુનમાળી, સહુમાં સવાયા છે. (2)

ક્ષમા મૈત્રીનું મૂળ છે, વેરભાવ શૂળ છે

બદલો કોઈથી લેવો એ તો, પથ પર પડેલી ધૂળ છે. વિનય ધર્મનું...



જ્ઞાનીજનોના મુખેથી, ભક્તિના ગુણો ગવાયા છે. (2)
 ભક્તિગુણથી શોભતાં, સુલસાજી સવાયા છે. (2)
 ભક્ત મોક્ષનું મૂળ છે, અશાતના એ તો શૂળ છે.
 સ્વાર્થ ભરેલું જીવન એ તો, પથ પર પડેલી ધૂળ છે. વિનય ધર્મનું...



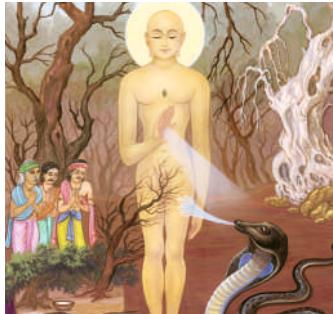
વીરપ્રભુના મુખેથી, જેમના ગુણો ગવાયા છે. (2)
 તપધર્મથી શોભતા, ધન્નાજી સવાયા છે. (2)
 તપ નિર્જળાનું મૂળ છે, વિષયાસકિત શૂળ છે.
 તપ વિનાનું જીવન એ તો, પથ પર પડેલી ધૂળ છે. વિનય ધર્મનું...

વિનય ધર્મનું મૂળ છે, અવિનય શૂળ છે
 સમજણ વગરનું જીવન એ તો,
 પથ પર પડેલી ધૂળ છે. વિનય ધર્મનું...

શું ન કરાય

રાગ : ના ના ના રે ના ના...

ના ના ના રે ના ના
કોધ કદિં કરાય ના...
ચંડકૌશિક કહે સૌને,
કોધ કરી સર્પ બનાય ના.



ના ના ના રે ના ના
કપટ કદિં કરાય ના...
નાગશ્રી કહે સૌને,
કપટ કરી સંસાર વધારાય ના.

ના ના ના રે ના ના
માન કદિં કરાય ના...
મરીચિજી કહે સૌને,
માન કરી નીચ ગોત્ર બંધાય ના.

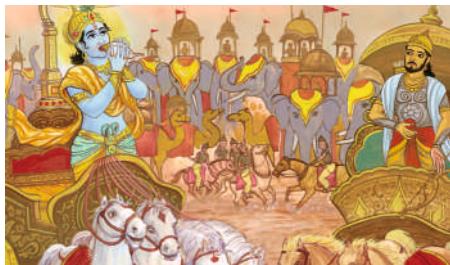


19

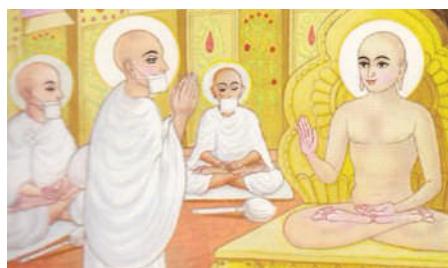


ના ના ના રે ના ના
લોભ કદિં કરાય ના...
મમ્માણ શેઠ કહે સૌને,
લોભ કરી નરકમાં જવાય ના.

ना ना ना रे ना ना
मेष्टा कटि भराय ना...
द्रौपदीजु कहे सहुने,
मेष्टा मारी भाभारत रचाय ना.



ना ना ना रे ना ना
दुर्विचार कटि कराय ना...
तंदुल मर्छ कहे सौने,
दुर्विचार करी पापना पोटवा बंधाय ना.



ना ना ना रे ना ना,
विषयोमां फसाय ना...
कुडरीकजु कहे सौने,
ज्ञतेली बाजु हारी जवाय ना.



देवानुप्रियो विषय कषायोथी दुर रहेशो ने !

॥ श्री महावीराच नमः ॥ ॥ श्री वीतराजाच नमः ॥ ॥ नमे यशस्वः ॥

श्री ग्रेटर बोम्बे वर्द्धमान ईश्वानकृत्त्वासी जैन महासंघ

Shree Greater Bombay Vardhman Sthanakvasi Jain Mahasangh

संचालित :

मातृश्री मणिभूषण मधुवीरी भीमशी छाडवा धार्मिक शिक्षण बोर्ड

Matushree Maniben Manshi Bhimshi Chhadva- Dharmik Shikshan Board,

Jayant Arcade, office No 202, 2nd floor, M.G. Road, Rajawadi Signal, Ghatkopar (E), Mumbai- 400077

E-mail: jainshikshanboard@gmail.com

Website: www.jaineducationboard.org

Our Website

- Contact Details of Shikshan Board office (Phone & Email)
- News and Events related to examination and breaking news
- Know Goals and Visions of Board
- Facility to enroll forthcoming exam online
- Since 2016 historical exams and answer papers available
- Downloadable version of Shreni exam books
- Schedule of forthcoming Shreni exams available
- Access Photographs of various events
- View Past exams results

वेळ आठ॒टां माहिती

- शिक्षण board-नी office-ना phone no. तथा Email मेण्ठवी शक्शे.
- Board करा आपाची परीक्षानी माहिती. विगतवार मुक्त्यामां आवश्य.
- Board-ना हेच तथा छ्याय जागूला. मातृश्री.
- घर ऐं online registration करा. शक्शे.
- २०१६ थी परीक्षाना papers तथा जवाबो मेण्ठवी याक्षे.
- दोरेक श्रेणीने अत्याक्षर download करी शक्शे.
- परीक्षा माणेनी माहिती अभ्यासर मणी शक्शी.
- Program-ना कोटा जेंद्र शक्शे.
- भूतपूर्व आपेक्षी परीक्षानुं परिष्याम जेंद्र शक्शे.



સુખી થવું કે દુઃખી થવું



સુખી થવું કે દુઃખી થવું,
એ આપણાં હાથની વાત છે
પ્રભુજી કહે છે...

પુષ્ય કરવું કે પાપ કરવું,
એ આપણાં હાથની વાત છે.
પ્રભુજી કહે છે...

પાણી ઢોળશો, ફૂલપાન તોડશો
લીલા લીલા ઘાસ પર આનંદથી ચાલશો
ઓટું બોલશો, ચોરી કરશો,
મિત્રો સાથે ઝગડા કરશો
તો શું થશો? બોલો બોલો શું થશો?
પાપ લાગશો.... સુખી થવું...



કીડી બચાવશો, અન્નદાન કરશો
કૂતરાને લાકડી કદી ના મારશો
નવકાર બોલશો, સંત-દર્શન કરશો
ઉપાશ્રયમાં નિત્ય જશો...
તો શું થશો? બોલો બોલો શું થશો?
પુષ્ય બંધારશો.... સુખી થવું...

શાંત બનશો, પ્રશાંત બનશો
શિખામણને જીવનમાં ઉતારશો
દ્યા રાખશો, જતના રાખશો,
આજ્ઞા પાલન નિત્ય કરશો,
તો શું થશો? બોલો બોલો શું થશો?
ધર્મ બનશો.... સુખી થવું...