

પાઠ - ૧૮ સમ્યક્ ચારિત્ર અને માર્ગાનુસારી

સાચી શ્રદ્ધા અને સાચા જ્ઞાન પછી ત્રીજું રત્ન પણ સૌથી મહત્વનું મોક્ષ માર્ગ માટેનું ઘટક છે સમ્યક્ ચારિત્ર. જૈન ધર્મમાં સાચા આચરણને ખૂબ જ મહત્વ આપવામાં આવેલ છે કારણકે સાચી શ્રદ્ધા અને સાચું જ્ઞાન વ્યક્તિને ખોટી માન્યતાથી સ્વતંત્ર થવાના સાધન આપે છે. પરિણામ સ્વરૂપ સાચા જ્ઞાનથી અને તેના સિદ્ધાંતોથી એ સ્પષ્ટ થાય છે કે મુક્તિ માટે શું મહત્વનું છે અને એ સમજ પછી એ સાચા આચરણને અનુસરે છે. જ્યારે સાચી શ્રદ્ધા અને સાચું જ્ઞાન હોય ત્યારે આચરણ ઉત્તમ બને છે. એટલા માટે મોક્ષમાર્ગ પર આગળ વધવા સાચા ચારિત્રનું ખૂબ જ મહત્વ છે. સમ્યક્ ચારિત્ર જે સમ્યક્ જ્ઞાન અને સમ્યક્ દર્શન પર આધારીત છે તે જો વ્યવહારમાં અને આધ્યાત્મિકતામાં પરિવર્તીત કરવામાં આવે તો મોક્ષમાર્ગ મળે છે અને આત્મા જન્મ મરણના ચક્રમાંથી મુક્ત થાય છે.

એ સ્પષ્ટ છે કે જૈન ધર્મ માં જણાવેલ આચરણ એટલે સાચી શ્રદ્ધાથી આવતું સાચું જ્ઞાન અને તે પ્રમાણેનું આચરણ. એટલે જૈન શાસ્ત્રમાં વ્યવહારમાં આચરણ લાવવાની વાત કહી છે કારણકે જો એ મુજબનું આચરણ હશે તો જ વ્યક્તિ બધા કર્મબંધનો તોડી શકશે. સાચા આચરણના નિયમોમાં અનુશાસન છે જે, ૧) બધી મન, વચન અને કાયાની પ્રવૃત્તિ પર સંયમ રાખે ૨) કષાયવાળી બધી પ્રવૃત્તિને ઓછી કરે અથવા નષ્ટ કરે અને ૩) રાગ છોડી શુદ્ધતા તરફ લઈ જાય.

સમ્યક્ ચારિત્રના ત્રીવ્રતાના આધારે બે પ્રકાર છે.

૧) સકલ ચારિત્ર : સંપૂર્ણ પણે ત્યાગ જ્યાં બધા જ નિયમોનું કડક રીતે પાલન કરવું. આધ્યાત્મિકતાને ચરમસીમા પર લઈ જઈ પાળવા. સાધુઓ જેમણે દુન્યવી બંધનો છોડી દીધા છે તેમના માટે આ નિયમો છે જેને સાધુ અથવા મૂનિ ધર્મ પણ કહેવાય છે.

૨) વિકલ ચારિત્ર : થોડી છૂટછાટ સાથેના નિયમો. એજ નિયમો પણ ત્રિવ્રતા થોડી ઓછી. જેટલું થઈ શકે તેટલું કરવું. આ નિયમો શ્રાવક માટે છે. આને ગૃહસ્થ ધર્મ અથવા શ્રાવક ધર્મ કહેવાય છે.

વ્રત :

વ્યાખ્યા : પાપોથી નિવૃત્તિ અથવા વિરમવું તે વ્રત જે સંવરનું કારણ છે. વ્રત માટે વિરતી શબ્દ પણ વપરાય છે. વ્રત ગ્રહણ કરે તે વ્રતધારી અથવા વ્રતી કહેવાય.

શલ્ય : વ્રત શલ્ય રહિત હોવા જોઈએ. શલ્ય એટલે કાંટો, જે પીડા આપે, દુઃખ આપે, સ્વ સ્વભાવથી પતિત કરે.

સ્વ સ્વભાવથી પતિત કરે એવા ૩ શલ્ય છે :

૧) માયા શલ્ય : કપટ સાથે વ્રત

૨) નિયાણ શલ્ય : ભોગની ઈચ્છા માટે વ્રત

૩) મિથ્યાત્વ શલ્ય : ખોટી માન્યતા

પ્રકાર :

૧) અગારી (છૂટછાટ સાથેના) અને અણગારી (છૂટછાટ વગરના) અથવા અણુવ્રત અને મહાવ્રત.

અણુવ્રતધારી (અગારી)	મહાવ્રતધારી (અણગાર)
૧) છ કોટી પચ્ચખાણ છે. (૩ યોગ X ૨ કરણ) કરવું અને કરાવવું નહીં પણ અનુમોદનાનો ત્યાગ હોતો નથી.	૧) નવ કોટી પચ્ચખાણ છે. (૩ યોગ X ૩ કરણ) અનુમોદનાનાં પણ પચ્ચખાણ હોય છે.
૨) દેશવિરતી ધર્મ પાળે.	૨) સર્વવિરતી ધર્મ પાળે.
૩) સંચમાસંચમ (મિશ્ર) કહેવાય.	૩) સંપૂર્ણ પણે સંચમી કહેવાય.
૪) શ્રાવકને ત્રસ જીવોની હિંસાનો ત્યાગ છે. સ્થાવરજીવોની જયણા પાળવાની છે.	૪) સર્વ હિંસાનો ત્યાગ છે.
૫) ઉત્કૃષ્ટ રીતે દેશવિરતી પાળે તો વધુમાં વધુ બારમા (૧૨ મા) દેવલોક સુધી જાય છે.	૫) ઉત્કૃષ્ટ રીતે ચારિત્ર પાળે તો પાંચમાં અનુતર દેવલોક કે મોક્ષ સુધી જાય છે.
૬) સમવસરણમાં ભગવાન સર્વ પ્રથમ દેશના અણગાર ધર્મની જ આપે છે. ધર્મ પાળવા અસમર્થ હોય તેને અગાર ધર્મની દેશના આપે છે.	
૭) ૧૨ વ્રત	૭) ૫ વ્રત

આગળ જણાવ્યા પ્રમાણે વ્યક્તિ જ્યાં સુધી સારો વ્યક્તિ ન બને ત્યાં સુધી ધર્મમાર્ગ પર ચાલી ન શકે એટલે જૈન શાસ્ત્રમાં માનવતાનસ નિયમો છે જેને 'માર્ગાનુસારી ના ૩૫ બોલ' કહેવાય છે. શ્રાવકાચાર સમજતા પહેલા આ નિયમો જાણવા જરૂરી છે જે શ્રાવક અને સાધુ બંને માટે છે. માનવતાના પાયા વગર ધર્મની શરૂઆત અશક્ય છે. આપણે માર્ગાનુસારીના નિયમો સમજીશું.

માર્ગાનુસારી ગુણ : (માનવતાના માર્ગ પર ચાલવાના ૩૫ નિયમો)

થોડા નિયમો અને આચરણ સામાજિક જીવન માટે અને સહજીવન માટે અનિવાર્ય છે. સમાજ અરાજકતા, અવ્યવસ્થા અને વિકૃતિથી વિભાજીત હોય તો તે ક્યારેક મજબૂત અને સ્થિર ન થઈ શકે અને જો સમાજ મજબૂત અને અનુશાસિત ન હોય તો દેશ નિર્ભળ બની જાય છે. ૩૫ નિયમો માર્ગાનુસારીના જૈન ધર્મ પ્રમાણેના માનવતા ભર્યા જીવનને દર્શાવે છે. આ બધા ગુણમાં વ્યક્તિની સારી સમજ આધાર સ્તંભ છે. જીવન અનુશાસનમય, વ્યવસ્થિત અને પ્રગતિમય ત્યારે જ બને છે જ્યારે તેનો પાયો મજબૂત અને નક્કર હોય. આ નિયમો વ્યક્તિના આધ્યાત્મિક વિકાસના મૂળમાં હોવા જરૂરી છે.

- ૧) ન્યાયોપાર્જિત ધન : પ્રામાણિક, ન્યાયી અને મૂલ્યો પર ચાલીને કમાયેલો પૈસો હોવો જોઈએ.
- ૨) ઉચિત વિવાહ : વ્યક્તિ એ એવા છોકરા/છોકરી સાથે લગ્ન કરવા જેમાં સંસ્કાર અને ધાર્મિક ગુણ હોય.
- ૩) શિષ્ટ પ્રશંસા : સુસંસ્કૃત અને ઉમદા વ્યક્તિઓને માન આપવું.
- ૪) શત્રુતા ત્યાગ : કોઈની સાથે વેર ન રાખવું, વિરોધી સાથે પણ નહીં.
- ૫) ઈન્દ્રિયજય : ઈન્દ્રિયો પર કાબૂ રાખવો.
- ૬) અનિષ્ઠ સ્થાન ત્યાગ : જ્યાં મન અને તન ખરાબ થવાની શક્યતા છે તે સ્થાન છોડી દેવું.
- ૭) ઉચિત ગૃહ : ઘર પ્રત્યેની લાલસાને મર્યાદામાં રાખવી અને સંસ્કૃતિ અને ધર્મના નિયમો પ્રત્યે જાગૃતિ રાખવી.
- ૮) પાપ ભય : પાપનો ભય રાખવો અને પાપ કર્મથી છુટવાનો પ્રયત્ન કરવો.
- ૯) દેશાચાર પાલન : દેશના દરેક નિયમોનું પાલન કરવું.
- ૧૦) લોકપ્રિયતા : લોકોના મનમાં જગ્યા બનાવવી, મન જીતવું.
- ૧૧) ઉચિત વ્યય : આવક પ્રમાણે જ ખર્ચ કરવો.
- ૧૨) ઉચિત વ્યવહાર : સમય અને પરિસ્થિતિ અનુસાર વ્યવહાર કરવો.
- ૧૩) માતાપિતા પૂજન : માતાપિતાની સંભાળ રાખવી, રક્ષણ કરવું અને સેવા કરવી.

- ૧૪) સત્સંગ : સુસંસ્કૃત અને ઉમદા લોકો સાથે સંબંધ જાળવવો.
- ૧૫) કૃતજ્ઞતા : તમારા દ્વારા જેને લાભ થાય તેનો કે જેનાથી તમને લાભ થાય તેના પ્રત્યે તિરસ્કાર ન રાખવો, પ્રેમભાવ રાખવો.
- ૧૬) અજીર્ણ ભોજન : ભૂખ લાગ્યા વગર ભોજન ન કરવું, પાચન થયા પછી જ ભોજન કરવું. સમયાંતરે ઉપવાસ કરવા.
- ૧૭) ઉચિત આહાર : શરીરની તંદુરસ્તીનું ધ્યાન રાખી ભોજન કરવું.
- ૧૮) જ્ઞાની પૂજા : જ્ઞાનીને માન આપવું, પૂજા કરવી.
- ૧૯) નિંદીત કાર્ય : નિંદા થાય તેવા કોઈપણ સામાજિક કે ધાર્મિક કાર્ય ન કરવા.
- ૨૦) ભરણ પોષણ : બધા પરિવારજનોએ એકબીજાની મદદ કરવી, ટેકો આપવો તેમજ બીમાર, જરૂરતમંદને મદદ કરવી.
- ૨૧) દીર્ઘ દ્રષ્ટિ : પોતાના વર્તનની અસર શું થશે એ વિચારીને પગલું ભરવું.
- ૨૨) ધર્મ શ્રવણ : પોતાની જીંદગી શુદ્ધ બનાવે તેનું શ્રવણ કરવું.
- ૨૩) દયા : પિડીત કે દુઃખી જીવો પ્રત્યે દયા કરવી.
- ૨૪) બુદ્ધી : ૮ નિયમોનું પાલન જેનાથી બુદ્ધીનો વિકાસ તિક્ષ્ણ અને સૂક્ષ્મ થાય.
- ૨૫) ગુણ પક્ષપાત : ગુણોનું સન્માન કરવું અને અવગુણને દૂર કરવાની કોશિશ કરવી.
- ૨૬) દુરાગ્રહ ત્યાગ : એવું વિચારવું કે મારું સત્ય નથી પણ જે સત્ય છે એ મારું છે.
- ૨૭) જ્ઞાનાર્જન : દરરોજ કંઈક નવું શીખવાનો પ્રયત્ન કરવો.
- ૨૮) સેવા ભક્તિ : મહાન માણસોની સેવા કરવી.
- ૨૯) ત્રિવર્ગ સાધન : સારો હેતૂ, સારી લક્ષ્મી અને સારા કાર્યો કરવાની કોશિશ કરવી.
- ૩૦) દેશકાળ જ્ઞાન : સ્થળ, સમય અને પરંપરાનો વિચાર કરવો.
- ૩૧) બળાબલ વિચાર : સામેવાળાની ક્ષમતા જોઈને કાર્ય કરવા.
- ૩૨) લોક યાત્રા : સમાજ કલ્યાણ અને વિકાસ હેતુ કાર્ય કરવું.
- ૩૩) પરોપકાર પ્રવીણતા : નિરાધાર, ગરીબોની સેવા.
- ૩૪) લજ્જા : મોટાને, આધ્યાત્મિક વડાને, અનુશાસિત વ્યક્તિને માન આપવું, શરમ રાખવી.
- ૩૫) સૌમ્યતા : હંમેશા ખુશ રહેવું, શાંતિથી બોલવું, મીઠું બોલવું.

મનુષ્યના સ્વભાવના વિકાસ માટે પણ આ નિયમો જરૂરી છે. જેઓ ધર્મના માર્ગે જવા ઈચ્છતા હોય તેઓએ પહેલા આ નિયમો પાળવા જરૂરી છે. જ્યારે આ જીવનમાં પળાય નહી તો ધર્મ ફક્ત ભાષામાં જ રહી જશે તે જીવનમાં અસર નહી કરે.

પાઠ : ૧૮-૧ - શ્રાવકાચાર

પ્રસ્તાવના :

માર્ગાનુસારી પછી આપણે શ્રાવકાચારનો અભ્યાસ કરીશું. માર્ગાનુસારી સજ્જન બનવાનો પાયો છે જે આધ્યાત્મિક પથ પર ચાલવાની પૂર્વ તૈયારી છે. શ્રાવકાચાર એટલે ધર્મની શરૂઆત જ્યાં વ્યક્તિ અહિંસા અને સંયમને આર્થીક રીતે સ્વીકાર કરે છે અને એ પ્રમાણે નિયમો પાળે છે. શ્રાવક પણ જો શ્રેષ્ઠ સાધના કરે તો સાધુ પણ વગર મોક્ષ પામે છે પણ એવી અનેક કથાઓ જૈન કથામાં છે.

જૈન શાસ્ત્રમાં મુક્તિ માટે સારી શ્રદ્ધા, જ્ઞાન અને આચરણ સાથે ચાલવાના સિદ્ધાંત પર ભાર મૂકાયેલો છે, યથા શક્તિ વ્રત પાલન કરી શકાય તે માટે સમ્યક્ ચારિત્રને બે વિભાગમાં વર્ણવેલ છે. ૧) શ્રાવક કે ગૃહસ્થ માટે ૨) સાધુ માટે. સાધુના નિયમો ગૃહસ્થ કરતા કઠોર છે. ગૃહસ્થે સંસાર ત્યાગ નથી કર્યો, પરિવાર અને સમાજ પરત્વેની ફરજ બજાવવાની હોય છે. જ્યારે સાધુએ સંસારનો ત્યાગ કરેલ છે જે ઘર અને સંબંધોનો ત્યાગ કરી પાંચ મહાવ્રતોનું પાલન કરે છે.

જૈન શાસ્ત્ર પ્રમાણે નીચેના ૧૨ વ્રતોનું પાલન ગૃહસ્થ માટે જરૂરી છે. જે તેમણે પોતાની ક્ષમતા અને પરિસ્થિતિ અનુસાર કરવાનું છે. આ બારમાંથી પ્રથમ પાંચ વ્રત અણુવ્રત કહેવાય છે. જે મહાવ્રતની સરખામણીએ પાળવામાં સરળ છે. ઓછા કઠોર છે. પછીના ત્રણ વ્રત ગુણવ્રત છે કારણકે તે પાંચ અણુવ્રતની ગુણવતા અને શુદ્ધતા વધારે છે. આ વ્યક્તિના બાહ્યચારને કાબૂમાં રાખે છે. છેલ્લા ચારને શિક્ષા વ્રત કહેવાય છે એ શ્રાવકોને સાધુ બનવા માટે પ્રેરિત કરે છે અને શિક્ષણ આપે છે. તે વ્યક્તિનું આંતરીક જીવન સુધારે છે અને સાધુપણાની જીંદગીના પ્રાથમિક નિયમો છે. ત્રણ ગુણવ્રત અને ચાર શિક્ષા વ્રત સાથે મળી સાત શીલવ્રત કહેવાય છે.

શ્રાવકની વ્યાખ્યા :

‘શ્રુણોતી ઈતિ શ્રાવક’ - જે પ્રવચન ધ્યાનથી સાંભળે છે તે શ્રાવક છે.

શ્રાવકના પ્રકારો :

૧) પાક્ષિક શ્રાવક : વ્યક્તિ જેને ધર્મમાં શ્રદ્ધા છે અને જે ધર્મના મૂળ ગુણ અને અણુવ્રતનું પાલન કરે તેને પાક્ષિક શ્રાવક કહેવાય છે.

૨) નૈશ્ચીક શ્રાવક : વ્યક્તિ જે શ્રાવકના ૧૨ વ્રત પાળે છે અને આધ્યાત્મ પથ પર આગળ વધી પ્રતિમા પણ પાળે છે અને જ્યાં સુધી ૧૧મી પ્રતિમા સુધી ન પહોંચે તે નૈશ્ચીક શ્રાવક છે.

૩) સાધક શ્રાવક : જેણે સંલેખનાનું વ્રત લીધું છે તે શ્રાવક.

શ્રાવક ધર્મને ૧) અગારી ધર્મ એટલે છૂટછાટ સાથેનો ધર્મ અને ૨) દેશવિરતી ધર્મ એટલે થોડા પ્રમાણમાં અહિંસાને અને અપરિગ્રહનું પાલન કરે. અગારનો એક અર્થ છે ઘર અર્થાત જેને

ઘરબાર છે તે.

પ્રતિક્રમણમાં શ્રાવક તેના ભૂતકાળમાં વ્રત પાળવામાં થયેલી ભૂલોનું પ્રાયશ્ચિત કરે છે. જાણે અજાણે થયેલી ભૂલો માટે માફી માંગે છે અને ભવિષ્યમાં એવી ભૂલો ન કરવાનું વ્રત લે છે અને સાથે જગૃત રહેવાનું વચન આપે છે.

આ બધા વ્રતો મન, વચન અને કાયાથી પાળવાના હોય છે અને બીજાને પાળવા માટે પ્રોત્સાહિત કરવાના છે. શ્રાવકે આ વ્રતો પાળવામાં ઘણી તકેદારી રાખવાની હોય છે. આ અણુવ્રતો છે પરંતુ પાળવા માટે ઘણી જહેમત માંગી લે છે કારણકે ન પાળવાથી ઘણા પાપ કર્મ બંધાય છે.

શ્રાવકાચારના નિયમો :

- ૧) ૧૨ શ્રાવકાચાર અને સંલેખનાની ઈચ્છા
- ૨) ૪ વ્યવહાર ભાવના જેનું નિરંતર ચિંતન કરવું
- ૩) ૪ 'મ' નો ત્યાગ - મધ, માખણ, મદીરા, માંસ
- ૪) દરરોજની આવશ્યક ક્રિયાઓ કરવી - ૬ આવશ્યક
- ૫) સાધુ પણાની તાલીમ માટે પ્રતિમા પાલનની કોશીશ
- ૬) સાત પ્રકારના વ્યસન છોડવા - વ્યસન ત્યાગ

દરેક શ્રાવકે ૩ મહત્વના મનોરથ કેળવવાના છે :

- ૧) હું ક્યારે સાચો શ્રાવક બનીશ ?
- ૨) હું ક્યારે દિક્ષા લઈશ ?
- ૩) હું યોગ્ય સમયે સંલેખના વ્રત લઈશ.

A) શ્રાવક અને શ્રાવિકાના ૧૨ વ્રત

પાંચ અણુવ્રત

- ૧) અહિંસા - સ્થૂલ પ્રાણાતિપાત વિરમણ વ્રત : મર્યાદિત અહિંસા વ્રત
- ૨) સત્ય - સ્થૂલ મૃષાવાદ વિરમણ વ્રત : મર્યાદિત અસત્ય વ્રત
- ૩) અચોર્ય - સ્થૂલ અદ્તાદાન વિરમણ વ્રત : મર્યાદિત અદ્તાદાન વ્રત
- ૪) બ્રહ્મચર્ય - સ્વદારા સંતોષ : મર્યાદિત બ્રહ્મચર્ય
- ૫) પરિગ્રહ પરિમાણ વ્રત - ઈચ્છા મર્યાદા : મર્યાદિત પરિગ્રહ

ત્રણ ગુણ વ્રત

- ૬) દિગ્પરિમાણ વ્રત - દિશા મર્યાદા જેથી ઓછી હિંસાનું પાપ લાગે
 ૭) ભોગઉપભોગ વ્રત - ભોગ અને ઉપભોગમાં લેવાતી વસ્તુઓના ઉપયોગમાં સંયમ - મર્યાદા
 ૮) અનર્થદંડ વ્રત - હેતુ વગરની ક્રિયાઓ જેનાથી પાપબંધ

૪ શિક્ષા વ્રત

- ૯) સામાયિક વ્રત - ૪૮ મિનિટનું ધ્યાન અથવા સમભાવ
 ૧૦) દેશાવકાસિક વ્રત - વધારે ક્ષેત્ર મર્યાદા અને કાળમર્યાદા
 ૧૧) પૌષધ વ્રત - સિમિત કાળ માટે સાધુ જીવન જીવવું
 ૧૨) અતિથિ સંવિભાગ વ્રત - દાનનું વ્રત ખાસ કરીને સાધુને આપવાની ગોચરી સંબંધી
 હવે આપણે આ ૧૨ વ્રતને વિસ્તારથી સમજીએ.

પાંચ અણુવ્રત :

૧) અહિંસા અણુવ્રત : સ્થૂલ પ્રાણાતિપાત વિરમણ વ્રત :

‘અહિંસા પરમો ધર્મ’ કહે છે અહિંસા સૌથી શ્રેષ્ઠ ધર્મ છે. પાંચ અણુવ્રતમાં અહિંસા જૈન ધર્મનો મૂળ સિદ્ધાંત છે. દરેક સજીવ જીવવાનો હક ધરાવે છે અણે પીડા મુક્ત રહેવાનો પ્રયત્ન કરે છે. એટલે આપણે તેમને પીડા ન આપવી જોઈએ એવું જૈન ધર્મ કહે છે. ૨૫૦૦ વર્ષ પહેલા તિર્થંકર મહાવીરે અહિંસાના વિચારને બધાજ સજીવો સુધીની અહિંસા માટે પ્રચાર કર્યો હતો. તેમણે એકેન્દ્રિયજીવ સાથે પણ અહિંસા પાળવાની વાત કરી હતી.

જ્યાં સુધી આપણે જીવીએ છીએ ત્યાં સુધી ઘણા સજીવોને ઈજા પહોંચાડીએ છીએ. જે હવા શ્વાસમાં લઈએ છીએ, જે પાણી પીએ છીએ તે બધામાં જીવો છે. શાકાહાર પણ જે વનસ્પતિથી તૈયાર થાય છે તે એકેન્દ્રીય જીવ છે. સંપૂર્ણ અહિંસા પાળવી અશક્ય છે કારણકે અસ્તિત્વ માટે થોડીક હિંસા અનિવાર્ય છે. આચાર્ય ઉમાસ્વાતિએ હિંસાની વ્યાખ્યા આપી છે ‘પ્રમત યોગાત્ પ્રાણ વ્યપરોપણં હિંસા’ એટલે કે, પ્રમાદના યોગથી અન્ય જીવોના પ્રમાણનો નાશ કરવો.

તિર્થંકર મહાવીરે કહ્યું છે કે, વ્યક્તિએ કોઈને ઈજા ન પહોંચાડવી, ગુલામી ન કરાવવી, ત્રાસ ન આપવો અને કોઈને મારવું નહીં. બધા સજીવો જેમકે જાનવર, કીડા, વનસ્પતિ દરેકને લાગુ પડે છે.

આ વ્રતમાં કોઈ વ્યક્તિએ વનસ્પતિ, પ્રાણી કે મનુષ્યની જાણી જોઈને હિંસા ન કરવી. કોઈપણ સજીવની લાગણી પણ દુભાવવી નહીં. વિચારો, વાણી અને વર્તન ત્રણેથી પોતે કદી ખોટું કાર્ય કરવું નહીં અને બીજા પાસે કરાવવું નહીં અથવા બીજાએ એવું કોઈ કાર્ય કરે તો તેનું સમર્થન ન કરવું.

જૈન શાસ્ત્રમાં હિંસાનું ચાર પ્રકારમાં વર્ગીકરણ કર્યું છે.

૧) સંકલ્પી હિંસા : જાણીજોઈને કોઈ જીવને મારવું /દુભાવવું

૨) આરંભી હિંસા : ઘરના કામ કરવામાં થતી રોજીંદી હિંસા (રાંધવું, સાફસફાઈ વગેરે).

૩) ઉદ્યમી હિંસા : વ્યવસાયમાં થતી હિંસા.

૪) વિદ્રોહી હિંસા : પોતાની સુરક્ષા માટે થતી હિંસા.

સંકલ્પી હિંસાનો બધા માટે નિષેધ છે. સામાન્ય પણે થતી આરંભી હિંસા અસ્તિત્વ માટે રોકવી મુશ્કેલ છે એટલે તેને ઓછામાં ઓછી કરવી. જૈન ઘરોમાં પાણી ગાળીને પીવાય છે એ ઉત્તમ ઉદાહરણ છે. શાકાહાર, રાત્રિભોજન ત્યાગ, મધપાન ન કરવું, પોતાનો વ્યવસાય, ઉદ્યોગ વગેરે જે હોય તે જીવહિંસા ન કરાવે એવો હોવો જોઈએ અને જો એ અનિવાર્ય હોય તો ઓછી જીવ હિંસા થાય એ ધ્યાન રાખવું. શક્ય હોય તો એવોજ વ્યવસાય કરવો જેમાં જીવ હિંસા ન્યૂનતમ હોય. ક્યારેક ઘરમાં જીવ હિંસા કરવી અનિવાર્ય થઈ જતી હોય છે. ક્યારેક વ્યક્તિએ પોતાના ઘર, સમાજ, ધર્મ કે દેશના બચાવ માટે હિંસા કરવી પડે છે. વગર હેતુ એ કરેલી હિંસામાં સાવચેતી રાખવી કારણકે હેતુ વગર કરેલી હિંસા પાપ જ છે, જ્યારે પણ એવો સમય આવે તો વિચારવું કે આ હિંસા નીવારી શકાય એવું છે કે નહીં.

અહિંસા જૈન ધર્મનો અર્ક છે જેમાં બધાનું એટલે કે મનુષ્ય, પ્રાણી, જંતુ, વનસ્પતિ, હવા, પાણી વગેરે સમગ્ર જીવોનું કલ્યાણ છે. જૈન ધર્મ એનાથી ઉપર જઈને કહે છે ઉર્જા સ્ત્રોતો વેડફવા, પ્રદુષણ ફેલાવવું એ પણ એક પ્રકારની હિંસા જ છે.

અહિંસાને સકારાત્મક કે નકારાત્મક રીતે જોઈ શકાય. નિષેધાત્મક કે નકારાત્મક અહિંસા એટલે કોઈને ઈજા ન પહોંચાડવી અને વિદેયાત્મક કે સકારાત્મક અહિંસા એટલે લોકોને મદદ કરવી. અર્થાત કોઈના દુઃખને દૂર કરવું તે પણ અહિંસા છે. અહિંસાને માનનાર કોઈને ઈજા પહોંચાડી શકે નહીં, પોતાને પણ નહીં. જે સાચેજ અહિંસામાં માને છે તેનો અભિગમ હંમેશા કઠિણનો છે, તેમણે નકારાત્મક લાગણીઓ જે હિંસા પ્રકૃતિ પેદા કરે છે જેવી કે ક્રોધ, અભિમાન, દુશ્મની, ઈર્ષ્યા વગેરે બધા પર કાબૂ મેળવી લીધો હોય છે.

કઠોર શબ્દો કે ખોટા વિચારોથી માનસિક ત્રાસ પણ હિંસા જ છે. જ્યારે વ્યક્તિ પૂરી નિષ્ઠાથી અહિંસા અપનાવે છે ત્યારે તેઓ જરૂરીયાતોને મદદ કરે છે, લોકોની કાળજી લે છે, બધા તરફ કઠિણ ભાવથી વર્તે છે. બીજા કોઈને ઈજા પહોંચાડવાનો વિચાર પણ ન કરે તે ભાવ થી પણ અહિંસક છે. જો કે એ માટે પુરુષાર્થ કરવો પડે છે.

અહિંસાનો મોક્ષ માર્ગ માટે અલગ અર્થ છે. બીજા પ્રત્યે હિંસક બનવું તેનાથી કર્મબંધ થાય છે. તેનાથી આત્માનો મુક્તિ માર્ગ અવરોધાય છે, પણ પોતાની આત્માના સદ્ગુણોની હિંસા વધારે ભયજનક છે જેનાથી આધ્યાત્મિક પ્રગતિ અવરોધાય છે. સ્વગુણ હિંસા જ પર હિંસાનું ઉગમ સ્થાન છે. જે સ્વમાં સ્થિર રહે તે પરહિંસા કરતો નથી.

તત્વાર્થ સુત્ર પ્રમાણે હિંસાની વ્યાખ્યા : 'પ્રમત યોગત્ પ્રાણ વ્યયરોપણં હિંસા'

પ્રમાદ	યોગ	પ્રાણ	વિયોગ થવો
૧૫	૩	૧૪	પ્રાણના વિયોગથી
૪ કષાય	મન	૧૦ સ્વ કે પર દ્રવ્ય પ્રાણ	આત્માને દુઃખની
૫ ઈન્દ્રિય	વચન	પાંચ ઈન્દ્રિય, ૩ મન, વચન,	અનુમતિ થાય
૪ વિકૃત્યા	કાયા	કાયબળ, શ્વાસ, આયુષ્ય	
૧ નિંદ્રા		દ્રવ્ય હિંસા (વ્યવહાર)	
૧ રાગ/દ્વેષ		જ્ઞાન, દર્શન, ચારિત્ર,	
		વિર્ય - ૪ ભાવ	
		પ્રાણનો વિયોગ તે	
		ભાવ હિંસા (નિશ્ચય)	
		ભાવહિંસા વધારે મહત્વની છે	
		<div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;"> <div style="text-align: center;"> <p>સ્વભાવહિંસા</p> <p>રાગ-દ્વેષ</p> </div> <div style="text-align: center;"> <p>પરભાવહિંસા</p> <p>બીજાના રાગ-દ્વેષમાં</p> <p>નિમિત્ત બનવું</p> </div> </div>	

વિવિધ રીતે હિંસા થાય તેના પ્રકાર

અભિહયા - સામેથી આવતા જીવનો ઘાત કરવો.

વતિયા - ધૂળથી ઢાંકી દેવા

લેસિયા - મસળવા

સંઘાઈયા - ટકરાવવા

સંઘટિયા - સ્પર્શથી ઈજા

પરિચાવિયા - સંતાપ આપવો

કિલામિયા - ખેદ પમાડવો

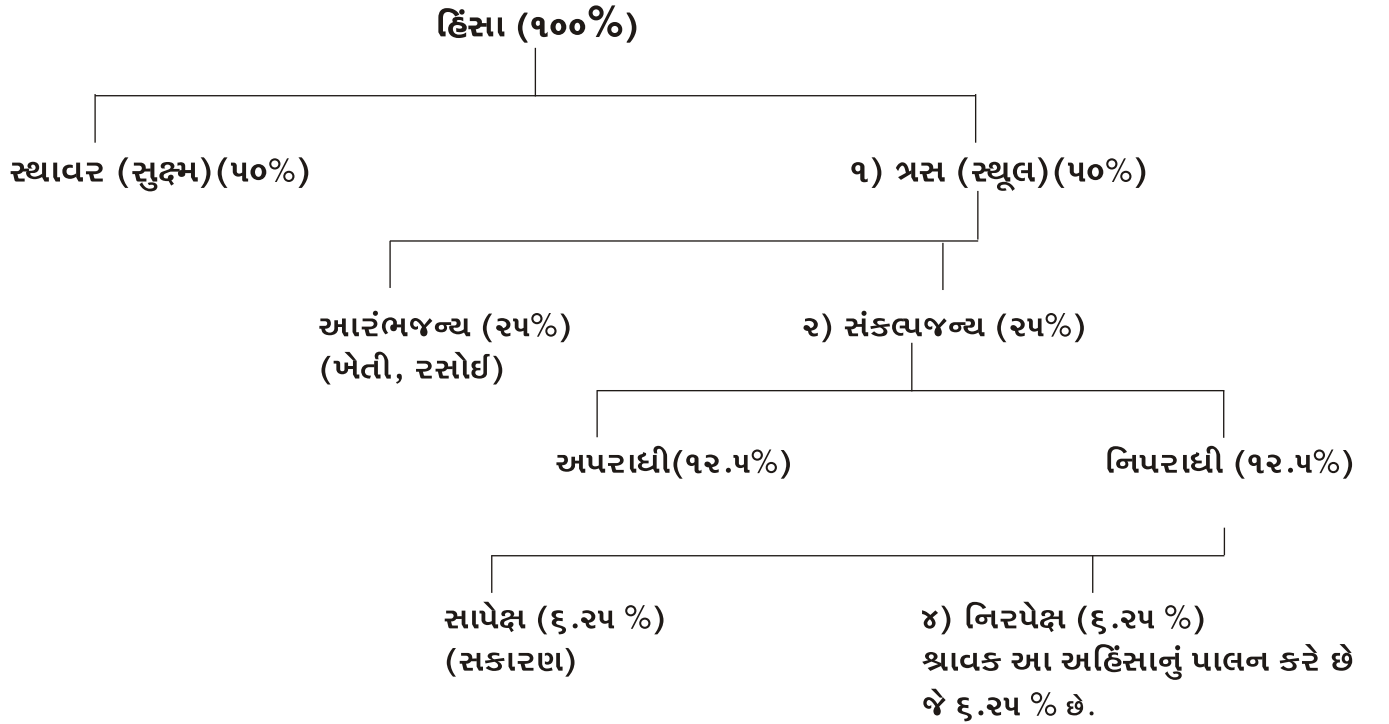
ઉદ્વિયા - ભયભીત કરવા

ઠાણાઓ ઠાણં સંકામિયા - એક સ્થાનેથી બીજા સ્થાને મુકતા ઈજા

જીવીયાઓ વવરોવિયા - જીવનથી રહિત કરવા

શ્રાવક માટે ત્રસ જીવોની સંકલ્પી હિંસાનો સર્વથા નિષેધ છે અને અન્ય હિંસામાં જયણા કરવાની છે. શ્રમણ માટે દરેક પ્રકારની હિંસાનો નિષેધ છે.

શ્રાવકની અહિંસા સાધુ અહિંસાના ૬.૨૫ %



અહિંસા જૈન ધર્મના પાયાનો સિધ્ધાંત છે અને માનવતાને તે જૈન ધર્મની ભેંટ છે. અહિંસાના વ્રતમાં સત્ય, અચોર્ય, બ્રહ્મચર્ય અને અપરિગ્રહ જેવા બધા જ વ્રત આવી જાય છે.

૨) સત્ય અણુવ્રત : સ્થૂલ મૃષાવાદ વિરમણ વ્રત

આ વ્રતમાં અસત્ય બોલવામાં સંયમ રાખવાનો છે. જે વ્યક્તિ ખોટા ઉદ્દેશ્ય સાથે અને ખબર હોવા છતા ખોટું છે તે સાચા વિધાન તરીકે પ્રદર્શિત કરે છે તે પણ અસત્ય છે. આ વ્રતમાં વ્યક્તિ બધા પ્રકારના અસત્યથી બચે છે. ખોટી સાબિતી, છેતરપીંડી, ખોટા સાક્ષી બનવું, ન્યાયાલયમાં કે બહાર ખોટા દસ્તાવેજ બનાવવા, કરચોરી કરવી, ધંધામાં છેતરપીંડી કરવી આ બધા અસત્યના રૂપો છે.

પ્રમાણિકતા અને સાચા નૈતિક મૂલ્યો સાથે અર્થ ઉપાર્જન કરવું જોઈએ. માનસિક શાંતિ, માનસિક આરોગ્ય અને કલ્યાણ વ્યક્તિની ખુશીના મૂળ કારણો છે. અસત્ય એ સત્યને ન માનવાના રૂપમાં પણ હોઈ શકે, જેનું અસ્તિત્વ ન હોય, જે વસ્તુ છે તેને બીજા નામે ઓળખવી કે કોઈ બીજા માટે દુઃખ રૂપ હોય તેવા વાક્યો કહેવા તે પણ અસત્ય છે. સકારાત્મક દ્રષ્ટિએ જોઈએ તો એવું સત્ય જે બીજાની પીડાનું કારણ બને. તે બોલવામાં પણ સંયમ પાળવો. જો સત્ય બોલવાથી કોઈને દુઃખ થતું હોય તો રૂપ રહેવું. ગૃહસ્થે સત્યના વ્રત પાળવામાં ન્યૂનતમ ભૂલો કરવી પડે છે કારણકે તેને ઘણી વખત પોતાના પરિવાર, ધંધો, દેશ અને નોકરીની પરિસ્થિતિમાં ખોટું બોલવું પડતું હોય છે તેને તેમાં અતિચારની ખબર હોવી જોઈએ અને તેનો પશ્ચાતાપ કરી લેવી જોઈએ.

સત્ય મન, વચન અને આચરણ બધામાં હોવું જોઈએ, કોઈ ખોટું બોલવું નહી, કોઈ પાસે બોલાવવું નહી અને કોઈ બોલે તો સમર્થન આપવું નહી.

ગુસ્સો, લોભ, ડર, અહમ, તિરસ્કાર અને ગપ્પાઓ અસત્યના માટે ખુલ્લા મેદાન સમાન છે. સત્ય બોલવા માટે હિંમતની જરૂર છે. જે લોકોએ ક્રોધ, માન, માયા, લોભ, ઈર્ષ્યા બધા પર વિજય મેળવ્યો છે તે જ સત્ય બોલી શકે છે. આ વ્રત ઘણું કરીને ખોટાથી બચવા માટે છે. આ સત્યના વ્રતથી વ્યક્તિની આંતરીક તાકાત વધે છે. સત્યનો પાયો અહિંસા છે. અહિંસાનું પાલન ન થાય તો પણ સત્યનું મહત્વ નથી.

અસત્યના પ્રકાર :

૧) ભૂતતિનહનવ : ભૂતકાળ અથવા શાશ્વત વાતને છૂપાવવી.

૨) અભૂતોદ્ભાવન : નહી બનેલું અથવા ન હોય તે કહેવું.

૩) અર્થાતર : અર્થ બદલાવીને બોલવું.

૪) નિંદા અથવા ગર્હા.

સત્યમ ખુયાત, પ્રિયં ખુયાત : સત્ય સાથે પ્રિય વચન હોવા જરૂરી છે.

૩) અચોર્ય / અસ્તેય અણુવ્રત : અદ્તાદાન વિરમણ વ્રત

ચોરી એટલે બીજાની વસ્તુ તેમની જાણ બહાર, મરજી વગર અન્યાયી કે અનૈતિક રીતે લઈ લેવી કે નધાણિયાતી ચીજો લેવી પણ આ વ્રતમાં આવી જાય છે.

દાણચોરી, ચોરીની ચીજો લેવી-વેચવી, ખોટા વજન વાપરવા, સારી વસ્તુને બદલે નકલી વસ્તુ વેચવી, કાળા બજાર કરવા, કર ચોરી, દસ્તાવેજ બદલવા વગેરે ચોરીના પ્રકાર છે. વ્યક્તિએ આ વ્રતનું બહુજ કડક પાલન કરવું જોઈએ. નાનામાં નાની, સસ્તામાં સસ્તી ચીજ પણ જો કોઈ બીજાની હોય તો હાથ ન લગાડવો, મદદ સ્વીકાર કરવામાં પણ જરૂરતથી વધારે ન લેવી, જરૂરત કરતા વધારે કમાણી કરવી પણ ચોરી છે એવું જૈન ધર્મ કહે છે. જરૂરતથી વધારે કોઈ સ્ત્રોત વાપરવા અને કુદરતી ચીજોનું દુરુપયોગ પણ ચોરી જ છે.

અસ્તેયના વ્રતમાં વ્યક્તિએ ખૂબજ પ્રમાણિક રહેવું જોઈએ. પોતાના વિચારો, વર્તન અને વાણી બધામાં અન્યાયીક રીતે દુન્યવી ચીજો મેળવવી પણ ચોરી જ છે. આ ચીજો બીજા દ્વારા મેળવવી કે બીજા કોઈ એવું કરતા હોય એમાં સમર્થન આપવું પણ ચોરી જ છે.

પ્રકાર :

અ) સ્વામી અદત્ : માલિકની રજા વગર લેવું.

બ) જીવ અદત્ : કોઈ સચિત વસ્તુ લેવી (વસ્તુનો માલિક જીવ છે તેથી ન લેવાય).

ક) તિર્થંકર અદત્ : શાસ્ત્રોમાં આજ્ઞા ન હોય તે. દા.ત. સાધુએ ખાસ પોતાના માટે બનાવેલ આહાર ન લેવાય.

ડ) ગુરુ અદત્ : ગુરુની આજ્ઞા વગર લેવું.

૪) બ્રહ્મચર્ય અણુવ્રત : મૈથુન વિરમણ વ્રત

અધ્યાત્મિક અર્થમાં બ્રહ્મચર્ય એટલે રાગ અને દ્વેષથી મુક્તિ મેળવવી અને સંયમમાં રહેવું. વ્યવહારીક ભાષામાં બ્રહ્મચર્ય રહેવું એટલે ઈન્દ્રિય ને લગતી કે વિષય વાસનાને લગતી પ્રવૃત્તિથી દૂર રહેવું. આ મૂળભૂત વૃત્તિને સંયમમાં રાખવી અને આરોગ્ય અને મન પર કાબૂ રાખવા લગ્નથી પહેલા બ્રહ્મચર્ય વ્રતનું પાલન કરવું.

એક વચસ્ક પ્રમાણે તમારી પારિવારીક જીંદગી, અર્થઉપાર્જન, છોકરાનું ભરણ પોષણ અને સામાજિક જવાબદારી હોય છે. લગ્ન મુખ્યત્વે ન્યાયીક રીતે સુરક્ષિત અબ્રહ્મચર્ય અને પ્રજનન માટે હોય છે. ગૃહસ્થ માટે પણ સંયમ વગરની જીંદગી નિષેધ છે. ઇતિહાસ બહુ પત્નીત્વથી ભરેલો છે પણ એક જ પત્ની સાથેના સંબંધ હિતાવહ છે.

લગ્ન પહેલા અને લગ્ન પછી બહારના સંબંધો અને અનૈતિક પણે અબ્રહ્મચર્ય બધા કષાય વધારવાની પ્રવૃત્તિ છે. ડ્રગ્સ અને દારૂ પીને વિભત્સ ચલચિત્ર જોવા, એવી ચોપડીઓ વાંચવી, ઉત્તેજના

આવે તેવા ગીતો સાંભળવા વગેરે પ્રવૃત્તિથી દૂર રહેવું જોઈએ.

- મિથુન એટલે સ્ત્રી-પુરુષનું યુગલ

- મૈથુન એટલે સ્ત્રી-પુરુષનું જોડાવું

- બ્રહ્મ એટલે આત્મા ચર્ચ એટલે રમણ કરવું : ઈન્દ્રિયો અને મનનો સંયમ રાખી આત્મ સ્વભાવમાં રમણ કરવું તે બ્રહ્મચર્ય.

૫) અપરિગ્રહ અણુવ્રત :

અપરિગ્રહ પાંચમું અણુવ્રત છે. જ્યાં સુધી વ્યક્તિને એ ખબર નથી કે આનંદ અને શાંતિ અંદરથી આવે છે ત્યાં સુધી તે આ બિનજરૂરી ચીજો ખરીદીને તેમાં આનંદ અને શાંતિ શોધે છે. પરિગ્રહનો અર્થ છે મૂર્છા (આસક્તિ, મમત્વ, સ્વામિત્વ સાથે એકત્વ વગેરે.)

જૈન ધર્મ માને છે જેટલી વધારે સંપત્તિ માણસ જમા કરે છે તેટલા જ વધારે પાપ બાંધે છે. વધારે સંપત્તિ મેળવવા અને તેને રાખવા માટે જે કર્મ બાંધે છે તેમાંથી લાંબે ગાળે એ દુઃખી જ થાય છે. સંપત્તિથી રાગ થાય છે જેનાથી લોભ, ઈર્ષ્યા, સ્વાર્થ, અહમ, તિરસ્કાર, હિંસા વધે છે. તિર્થંકર મહાવીર કહે છે કે ઈચ્છાઓનો અંત નથી, દુન્યવી ચીજોનો રાગ કર્મબંધનું કારણ છે, ઈચ્છાઓ ઓછી રાખવી અને ઈચ્છા પૂરી કરવાના સાધન પણ સિમિત રાખવા.

દરેકે પોતાની જરૂરીયાતોને સંયમમાં રાખવાની જરૂર છે. જમીન, સંપત્તિ, સરસામાન, પ્રાણીઓ, પૈસા બધું જરૂરત પડે એટલા જ રાખવા. વધારાનું સમાજ કલ્યાણ માટે વાપરવું. રોજીંદા જીવનમાં પણ વાપરવાની અને ખાવાની વસ્તુ સિમિત કરવી.

જૈન ધર્મનો જરૂર પૂરતું જ વસાવવાનો નિયમ સામાજિક આચારના સાધનો અને સંપત્તિના વહેંચણીની અસમાનતા અટકાવે છે. ઉમદાપણે ધાર્મિક સંસ્થાને ફાળો આપવો કે સમાજસેવા માટે સમય કાઢવો એ દરેક જૈનની સમાજ પ્રત્યેની ફરજ છે. ધર્મથી આવતી સમજથી જૈનોએ અસંખ્ય શાળા, વિદ્યાલય, હોસ્પિટલ, દવાખાના, અનાથાશ્રમ, શિબિરો, અપંગો માટે કેમ્પો, વૃદ્ધ, માંદા અને કમનસીબ લોકો માટે આશ્રયસ્થાન, પશુ, પક્ષી માટે હોસ્પિટલો બનાવી છે.

અપરિગ્રહ વ્રત મન, વચન અને આચરણથી હોવું જોઈએ. જરૂરતથી વધારે ચીજો ન રાખવી જોઈએ, કોઈને એવું કરાવવું પણ નહીં અને કોઈ એવું કહે તો સમર્થન પણ આપવું નહીં.

અસંગ્રહ એ અહિંસા છે. બધા સજીવોમાં એકત્વપણાની લાગણી વધારે છે અને તે વ્યક્તિની અધ્યાત્મિક પ્રગતિ અને સમાજ માટે ફાયદાકારક છે.

શીલવ્રત - ૩ ગુણવ્રત અને ૪ શિક્ષાવ્રત મળીને ૭ શીલવ્રત કહેવાય.

ત્રણ ગુણવ્રત : જે વ્રતો અણુવ્રતોની પુષ્ટિ કરે, ગુણ કરે તેવા વ્રતો.

૬) દિક્ પરિમાણ વ્રત :

આ વ્રતથી દુન્યવી બધી ક્રિયાઓ જે દસ દિશા જેમકે ઉત્તર, દક્ષિણ, પૂર્વ, પશ્ચિમ, ઈશાન, અગ્નિ, નૈઋત્ય, વાયવ્ય, ઉપર અને નીચે (એમ દસ) હોય છે તેને ,મરણ પર્યંત સિમિત કરવાની છે. વ્યક્તિએ પોતાની મેળે સીમારેખા નક્કી કરવાની અને એટલી જ ત્રિજયાના દાયરામાં કામ કરવાનું.

આ વ્રતનો મુખ્ય હેતુ પ્રવાસ ઘટાડવાનો છે જે નકામી પ્રવૃત્તિઓ જે સીમા રેખાની બહાર હોય તે પોતાની મેળે જ ટાળી શકાય છે જેનાથી કારણ વગરની હિંસા પ્રવૃત્તિ ઓછી થઈ જાય છે. તેનાથી સ્વ-આત્મ વિકાસની તકો ઉભી થાય છે અને આધ્યાત્મિક કલ્યાણ થાય છે.

૭) ભોગ-ઉપભોગ વ્રત :

સામાન્ય રીતે ભોગથી જ પાપ બંધાય છે. ભોગ એટલે એવી ચીજો જે એક જ વખત વપરાય દા.ત. ભોજન, પાણી વગેરે. ઉપભોગ એટલે વારંવાર વપરાશ દા.ત. રાચરચીલું, વાહન વગેરે. આ વ્રતનો હેતુ છે કે આ ભોગ અને ઉપભોગની ચીજો પર નિયંત્રણ રાખવું. સીધી કે આડકતરી રીતે ચીજોના વપરાશમાં થોડેક અંશે હિંસા રહેલી છે. ખરીદતા પહેલા એ વિચાર કરવો કે એ જરૂરી છે ? ટાળી શકાય એમ છે કે નહીં ? તેમા હિંસાની કેટલી તીવ્રતા છે વગેરે. જો બીજી ચીજ જેમાં હિંસાની તીવ્રતા ઓછી હોય તે વાપરવાથી કામ ચાલતું હોય તો હિંસાની તીવ્રતા વધારે હોય તે ન ખરીદવું.

આનેજ લક્ષમાં રાખી માંસ, મદીરા, મધ, કંદમૂળ, રાત્રિભોજન બધાનો ત્યાગ કરવાથી જીવહિંસા ઓછી થાય છે. પહેલેથી જ નક્કી કરેલી વસ્તુનો જ ભોગ કરવો એનાથી સંયમ અને ઈચ્છા શક્તિ કેળવાય છે. ૧૪ પ્રકારના નિયમ અને ૧૫ પ્રકારના કર્માદાનનો ત્યાગ કરીને આજીવિકા મેળવવી એ આ સંબંધી વ્રત છે.

વ્રત લઈને પોતાની જરૂરત અને આવક અનુસાર ચીજો લેવામાં નિયંત્રણ રાખવું. આ આગળ જઈ અપરિગ્રહ મહાવ્રત તરફ લઈ જશે.

આ વ્રતથી શ્રાવક એ બધી પ્રવૃત્તિથી દૂર થઈ જાય છે જેમાં વનસ્પતિ કે સજીવોની હિંસા થતી હોય. જાનવરો પર ક્રુરતા થતી હોય, વાતાવરણ પ્રદુષિત થતું હોય, કુદરતી સ્ત્રોતોનો બગાડ થતો હોય અને ઝેરી ચીજોનું વેચાણ થતું હોય વગેરે.

૮) અનર્થ દંડ વિરમણ વ્રત : બીજા પ્રયોજન દંડ (પાપ)

આ વ્રતમાં વ્યક્તિએ જરૂર વગર અથવા હેતુ વગર ક્રિયા કરી પાપ ન બાંધવા. બીજાનું ખોટું થાય એવા વિચારો લાવવા, એવી વાણી બોલવી, જ્યાં પગદંડી હોય તો પણ ઘાસ પર ચાલવું, દાંત સાફ કરતી વખતે પાણી વહી જવા દેવું, યુધ્ધના સાધનો બનાવવા અને વેચવા, અનૈતિક સાહિત્ય વાંચવું કે સાંભળવું વગેરે.

ચાર શિક્ષા વ્રત : જે વ્રતો મુનિ જેમ વ્રતો પાલન કરવાની શિક્ષા આપે તે.

૯) સામાયિક વ્રત :

આ વ્રતમાં વ્યક્તિએ જમીન પર બેસીને એક જ જગ્યાએ ૪૮ મિનિટ સુધી રાગ-લેષ મનમાંથી કાઢી નાખી આત્માના સાચા સ્વભાવ વિશે ચિંતન કરવાનું છે. ગૃહસ્થ આમાં પોતાના જીવનની શુદ્ધતાનો પુરુષાર્થ કરે છે, ધાર્મિક પુસ્તકો વાંચે છે, સ્વવિકાસ, આધ્યાત્મિક પ્રગતિ, મુક્તિ પામેલા આત્માનું મનન વગેરે કરે છે. આ વ્રતમાં વ્યક્તિએ બધી વસ્તુઓ પરત્વે સમભાવમાં રહેવું, કોઈનું ખોટું કરવાની ઈચ્છાથી દૂર રહેવું અને શાંતિ સ્થાપિત કરવી.

૪૮ મિનિટના સમભાવમાં વ્યક્તિને જીવન પર્યંત પાપ વૃત્તિ કે પ્રવૃત્તિ કેવી રીતે ટાળવી એની પ્રતીતી થાય છે આ સંપૂર્ણ ત્યાગનો પાયો છે. સામાયિકમાં આત્માનું ધ્યાન ધરવાનું છે, આત્મા અને કર્મનો સંબંધ સમજવાનો છે. આ વ્રત એક દિવસમાં એકથી વધારે વખત પણ થઈ શકે છે.

૧૦) દેશવિરતિ - દેશાવગાસિક વ્રત :

આ વ્રતમાં એક બીજી સીમા નક્કી કરવાની છે. દિવ્ વ્રત ના પ્રમાણમાં અહિંચા દિશાનો સંકોચ વિશેષ છે. એક સમય માટે ચીજોની અને પ્રવૃત્તિની સીમા રાખવી એનો અર્થ છે કે વ્યક્તિએ એ સમય દરમ્યાન કોઈ ધંધાકીય કાર્ય ન કરવું, એક પ્રદેશથી બહાર ન જવું. (ગલી, ઘર, શહેર) આનો હેતુ દૂષિત પ્રક્રિયાઓથી સંયમ કરવાનો છે. સીમા મર્યાદામાં વધારો અને તેમાં કાળ મર્યાદા ઉમેરવાની છે. આ વ્રતના પાલન માટે વ્યવહારથી ૧૦ સામાયિક અથવા સવાર -સાંજ પ્રતિક્રમણ અને એકાસણા સાથે સામાયિક કરવાનો રીવાજ પ્રચલિત છે.

૧૧) પૌષધ વ્રત :

પૌષધ એટલે એવી પ્રવૃત્તિ જે આત્માના સ્વ સ્વભાવનું પોષણ કરે છે. આ વ્રતમાં વ્યક્તિએ એક કે તેનાથી વધારે દિવસ સાદુ જેવું જીવન જીવવાનું હોય છે. આ દિવસો દરમ્યાન એક જગ્યામાં રહેવું, કોઈ પાપ ક્રિયા ન કરવી, કોઈ પણ પ્રકારના ઈન્દ્રિયના આનંદનો ત્યાગ કરવો, મન, વચન અને કાયા પર સંયમ રાખવો. આ વ્રત દરમ્યાન વ્યક્તિ મહાવ્રતનું પાલન કરે છે. અહીં વ્યક્તિ આધ્યાત્મિક પ્રવૃત્તિ કરે છે જેમાં ધ્યાન, સામાયિક, સ્વાધ્યાય, શાસ્ત્રોનું વાંચન, પંચપરમેષ્ઠીની પૂજા વગેરે. પૌષધ વ્રતમાં આહાર, શણગાર, અબ્રહ્મ અને સાવધ ક્રિયાનો ત્યાગ મહત્વના છે. આ વ્રતથી ધાર્મિક જીવનને વેગ મળે છે અને સાદુ જીવનના શિક્ષણનો આરંભ છે.

૧૨) અતિથિ સંવિભાગ વ્રત :

અતિથિ એટલે અજાણ્યો અને સંવિભાગ એટલે વહેંચવું. આપણી વસ્તુ અજાણ્યાને આપવી એ ત્યાગનું પહેલું પગથિયું છે. આ વ્રત દાનનો મહિમા કહે છે. ભોજન, દવા વગેરે જીવન જરૂરિયાતની વસ્તુને સાદુને વહોરાવવું અને જરૂરતમંદને દાન કરવું. આ વસ્તુ એ પણ ઉચ્ચ કોટિની અને માન સન્માન સાથે આપવી. પોતાની ચીજોનું દાન કરવાથી આંતરીક સંતોષ મળે છે અને જાગૃતતાનું સ્તર વધે છે. એ દાનથી વ્યક્તિ તેજ વસ્તુના ઉપભોગથી થતા પાપથી બચી શકે છે.

શિક્ષાવ્રતો શ્રાવકને સાધુ ધર્મ માટે તૈયાર કરે છે .

સંલેખના :

આગળ જણાવ્યા પ્રમાણે આ શ્રાવકની ત્રીજી ઈચ્છા છે . જીવનના અંતિમ દિવસોમાં ગૃહસ્થ શાંતિથી મરણ પામી શકે છે . જો આ ઉપરના ૧૨ વ્રતનું પાલન કરે તો દુન્યવી કોઈપણ ચીજના રાગ વગર અને કોઈ પ્રકારના કષાય વગરનું મોત એટલે પંડિત મરણ . જ્યારે દેહ છોડે ત્યારે છેલ્લો વિચાર શાંતતા વાળો હોવો જોઈએ .

સંલેખના એ બરાબર સમજ સાથે યોજનાબદ્ધ રીતે મરજીયાત મરણ છે . જેમાં વ્યક્તિ શુદ્ધ ધ્યાન અને પૂરી જાગૃતામાં હોય છે . કોઈ કષાયથી પ્રેરીત નથી તે સમયાંતરે ભોજનનો થોડો થોડો ત્યાગ કરે છે જેનાથી તેની આંતરીક શાંતિ ન જોખમાય અને સમભાવ કાયમ રહે .

સાધુ મહારાજ પોતાના નિરીક્ષણ હેઠળ આધ્યાત્મિક રીતે ઉચ્ચ સ્તરે પહોચેલા વ્યક્તિને પોતાનું જીવન મરજીથી પુરુ કરવાની અનુમતિ આપે છે . જ્યારે વ્યક્તિને એમ લાગવા લાગે કે તેની વૃદ્ધાવસ્થાથી આરાધના નથી થતી અને તે સમાજને બોજાડૂપ છે ત્યારે જ એની અનુમતિ મળે છે . સામાન્ય રીતે વ્રત લીધા બાદ ૩૦ થી ૧૨૦ દિવસમાં મરણ થાય છે .

ઈચ્છિત વ્યક્તિને કોઈપણ પ્રકારનો અસંતોષ, દુઃખ, ભય નથી હોતા . મન શાંત અને કરુણામય હોય છે . તેન સમભાવથી મરણ પંડિત મરણ કે સમાધિ મરણ પણ કહેવાય છે

આ રીતે સંલેખના શરીરને અંદર અને બહારથી શુદ્ધ બનાવી તેને ત્યાગ કરવાની પ્રક્રિયા છે . એમાં સંબંધોનો ત્યાગ, દુશ્મનાવટ અને રાગનો શુદ્ધ મનથી ત્યાગ છે . લોકોને ક્ષમા આપવી અને માંગવી . સંલેખના એ આત્મહત્યા નથી એ યાદ રાખવું . એ અધ્યાત્મિક રીતે ઉચ્ચ સ્તરના વ્યક્તિ લે છે અને આ સાધુ કે ગુરુના નિરીક્ષણ હેઠળ જ શક્ય બને છે .

અનર્થદંડ, દિક્વિરતી, દેશાવકાસિક અને ભોગઉપભોગ વ્રતની સમજણ :

- અનર્થદંડ - પાપાકારી વ્યાપાર , રોજગાર , પ્રવૃત્તિ કારણ વગર ન કરવી કે સિમિત કરવી
- દિક્વિરતી - ક્ષેત્ર મર્યાદા
- દેશાવકાસિક - વધારે ક્ષેત્ર મર્યાદા અને કાળ મર્યાદા
- ભોગ-ઉપભોગ - ક્ષેત્ર , કાળ અને દ્રવ્ય મર્યાદા

B) ચાર ભાવના :

શ્રાવકે આ ચાર ભાવના કેળવવી જોઈએ . નિરંતર ચિંતન કરવું

૧) મૈત્રી - બધા જીવો માટે મિત્રતા

૨) પ્રમોદ - બધાના ગુણોની અનુમોદના - પ્રસંશા

૩) કરુણા - અજ્ઞાની, ગરીબ, પીડીત લોકો પર દયા

૪) માધ્યસ્થ - સુખ કે દુઃખમાં નિર્લેપ રહેવું અથવા કોઈને સુધારવાના પ્રયત્નમાં સફળ ન થઈએ તો પણ સમતાભાવમાં રહેવું.

C) ૪ 'મ'નો ત્યાગ

માંસ, મદિરા અને મધ અને માખણનો ત્યાગ.

D) ૬ આવશ્યક : સાચા શ્રાવક આ છ આવશ્યકનું પાલન કરે છે - રોજુંદી ધાર્મિક ક્રિયાઓ

૧) સામાયિક : મન, વચન અને કાચાથી પાપ કર્મ છોડ્યા બાદ વ્યક્તિ આધ્યાત્મિક માર્ગ પર આગળ વધવા તેમજ સમતાભાવમાં રહેવા માટે ધ્યાન કરે છે, સામાયિક કરે છે.

૨) ચતુર્વિશાંતિસ્તવ : આ ચોવીસીના તિર્થંકરોની નામ સ્તવના છે, જેમને સિદ્ધત્વ પ્રાપ્ત થયેલ છે, જેઓ અનંતગુણના ભંડાર છે તેમના ગુણગાન ગાવા. ચતુર્વિશાંતિસ્તવને લોગ્ગસ્સ અથવા ચૌવિસંથો પણ કહેવાય છે.

૩) વંદના : જૈન સાધુ સાધ્વીને માન પૂર્વક વંદન કરવું.

૪) પ્રતિકમણ : રોજુંદા જીવનમાં કરેલ પાપનું પ્રાયશ્ચિત કરવું.

૫) કાર્યોત્સર્ગ : સંપૂર્ણ મનની શાંતિથી આત્માનું ચિંતન કરવું, કાયાનું મમત્વ છોડવું.

૬) પ્રત્યાખ્યાન/પચ્ચખાણ : થોડા સમય માટે દુન્યવી વસ્તુઓનો ત્યાગ, મન અને વચનની પણ શુદ્ધતા કેળવવી.

E) ૧૧ પ્રતિમા નીચે મુજબ છે :

પ્રતિમા શ્રાવકને સાધુ જીવન માટેની તાલીમ છે જે દિક્ષા લીધા પહેલાની છે. નીચેની બધી પ્રતિમામાં તે નિપૂર્ણ હોવો જોઈએ.

૧) દર્શન પ્રતિમા : જૈનોના સિદ્ધાંતમાં શ્રદ્ધા હોવી.

૨) વ્રત પ્રતિમા : શ્રાવકના ૧૨ નિયમો ઉલંઘન કર્યા વગર પાળવા.

૩) સામાયિક પ્રતિમા : સમભાવમાં રહેવું અને આત્માના સાચા સ્વભાવનું ધ્યાન કરવું.

૪) પૌષ્ઠ ઉપવાસ પ્રતિમા : શક્ય હોય ત્યારે સાધુ જીવન જીવવું. ઉપાશ્રયમાં રહેવું.

૫) સચિત ત્યાગ પ્રતિમા : કાર્યું, અર્ધ રાંધેલું શાકભાજી, ફળોનો ત્યાગ, કાચા પાણીનો ત્યાગ.

૬) રાત્રિભોજન ત્યાગ પ્રતિમા : જીવ હિંસા ટાળવી, સૂર્યાસ્ત પછી ખાવાનું ટાળવું.

૭) બ્રહ્મચર્ય પ્રતિમા : સંપૂર્ણ બ્રહ્મચર્યનું પાલન.

૮) આરંભ પ્રતિમા : કોઈને ઈજા પહોંચાડે એવા કાર્યો બંધ, ધંધો વ્યવસાય બંધ.

૯) પરિગ્રહ ત્યાગ પ્રતિમા : પોતાના જેટલું રાખીને બીજું આપી દેવું. જરૂર પૂરતું જ રાખવું કે વાપરવું.

૧૦) અનુમતિ ત્યાગ પ્રતિમા : કુટુંબ કે દુન્યવી કાર્યથી દૂર રહેવું, કોઈને સલાહ સૂચનાથી દૂર રહેવું.

૧૧) ઉદિષ્ટ ત્યાગ પ્રતિમા : ઘરનો ત્યાગ કરી સાધુના સિદ્ધાંત પાળવા.

F) સાત વ્યસનનો ત્યાગ :

જુગાર, માંસાહાર, દારૂ, વેશ્યાગમન, શિકાર, ચોરી અને અનૈતિક સંબંધોનો ત્યાગ.

અણુવ્રત ચળવળ

૧૯૪૫ બીજા વિશ્વ યુદ્ધમાં જે પ્રકારની હિંસા થઈ, જાપાન ઉપર બૉમ ફેંકાયો તેનાથી આચાર્ય તુલસી (તેરાપંથ)નું હૃદય દ્રવી ઉઠ્યું. તેમણે સર્વ વિશ્વ કલ્યાણ અને બિન સંપ્રદાયિક અહિંસાની પ્રેરણા આપવા અણુવ્રત ચળવળની શરૂઆત કરી. આ ચળવળ દ્વારા તેમણે ૧૧ નિયમો બનાવ્યા; જેનાથી વ્યક્તિ અહિંસક બને અને તેનાથી રાષ્ટ્ર અને વિશ્વમાં શાંતિ અને સુમેળ સાધી શકાય. આ વ્રતનો પાયો છે સ્વપુરુષાર્થ અને સ્વસંચમ દ્વારા વ્યક્તિ અને રાષ્ટ્રનું નિર્માણ. આ અણુવ્રત ચળવળમાં જે નિયમોનું પ્રતિપાદન કરેલ છે તે નિયમો ખાસ કરીને શ્રાવકાચારના નિયમોના આધારે બનાવવામાં આવ્યા છે.

ઉપસંહાર :

ઉપરના ૧૨ નિયમો અને બીજા સિદ્ધાંતો પાળીને જે સાચા શ્રાવકની જીંદગી જીવે છે અને આધ્યાત્મિક માર્ગ પર ચાલી ઈચ્છાઓ પર વિજય મેળવી આત્મશુદ્ધી કરે છે.

પોતાની જરૂરત પૂરતું જ લેવાનું એ નિયમથી સમાજમાં સંપતિની વહેચણી સુલભ થશે, ગરીબી ઘટશે, ગુના ઘટશે એટલે ઈચ્છાઓ પર સંચમથી આદર્શ સમાજ બની શકે છે.

વિશેષ વાંચન :

૧૫ કર્માદાન :- વેપાર નિષેધ અથવા મર્યાદા

૧) ઈગાંલ કમ્મે : અગ્નિ સંબંધી ઉત્પાદનો

૨) વણ કમ્મે : વૃક્ષો કાપવા

૩) સાડી કમ્મે : વાહનો બનાવવા

૪) ભાડી કમ્મે : વાહનો ભાડે આપવા

૫) ફોડી કમ્મે : જમીન ખોદવી

૬) દંત વાણિજ્યે : પ્રાણીઓના અવયવો નો વેપાર

- ૭) કેસ વાણિજ્યે : પ્રાણીઓના વાળનો વેપાર
 ૮) રસ વાણિજ્યે : નશીલી વસ્તુઓનો વેપાર
 ૯) લક્ષ્મ વાણિજ્યે : લાખ, મીણ નો વેપાર
 ૧૦) વિસ વાણિજ્યે : ઝેરી દવાનો વેપાર
 ૧૧) જંતપીલણ ક્રમે : તેલીળીયાને પીલવાનો ધંધો
 ૧૨) નિલ્લંછણ ક્રમે : અંગોપાંગ છેદવાનો ધંધો
 ૧૩) દવવિગ્ગદાવચણા : જંગલ વગેરે ને આગ લગાડવાનો ધંધો
 ૧૪) સર દહતલાગ પરિસોસણયા : પાણી ઉલેચવાનો ધંધો
 ૧૫) અસઈ જણ પોસણયા : હિંસક પશુઓ, ગુલામ, દુરાચારી મનુષ્ય વગેરેનું આજીવિકા અર્થે પાલનપોષણ કરવું.

૧૪ નિયમો - વસ્તુના મર્યાદિત ઉપયોગ વિશે

- ૧) સચિત : કાચી વસ્તુઓ જેમકે કાચા પાણી નો ત્યાગ
 ૨) દ્રવ્ય : રોટી, દાળ, ભાત વગેરે
 ૩) વિગાય : દૂધ, દહીં, ઘી, તેલ વગેરે
 ૪) ઉપાનત્ : ચખ્ખલ, બૂટ વગેરે
 ૫) તામ્બૂલ : મુખવાસ, પાન વગેરે
 ૬) વસ્ત્ર : બધી જાતના કપડા
 ૭) કુસુમ : સૂંઘવાની વસ્તુ ફૂલ, ઈતર વગેરે
 ૮) વાહન : વાહનવ્યવહારના સાધનો
 ૯) શયન : પલંગ, ગાદી વગેરે
 ૧૦) વિલેપન : ચંદન, ઉબટન વગેરે
 ૧૧) બ્રહ્મચર્ય : મૈથૂન ત્યાગ
 ૧૨) દિશા : દિશા મર્યાદા
 ૧૩) સ્નાન : પાણી વગેરે
 ૧૪) ભત્ત : મિઠાઈ, મિષ્ટાન વગેરે

પંચ મહાવ્રતની ભાવના અને અતિચાર

ભાવના : મહાવ્રતમાં સ્થિર રહેવા સતત ચિંતન-મનન કરવું તે.
અતિચાર : વ્રત લીધા પછી અજાણતા વ્રત ભંગ થયો હોય તે.

સુક્ષ્મ પ્રાણાતિપાત વિરમણ વ્રત

ભાવના	અતિચાર
ઈર્ષ્યા સમિતિ : સાવચેતી પૂર્વક ગમનાગમ	બંધ : બાંધવા
એષણા સમિતિ : આહાર વગેરે લેવામાં સાવચેતી	વધ : ઈજા પહોચાડવી કે મારવા
આદાન નિક્ષેપ સમિતિ : વસ્તુ લેવા મુકવામાં સાવચેતી	છવિચ્છેદ : ચામડીનો છેદ કરવો
મનોગુપ્તિ : મનનો ઉપયોગ ધર્મધ્યાનમાં રાખવો	અતિભારારોપણ : ગજાધી વધારે ભાર લદવો
આલાંકિત પાન ભોજન : સુક્ષ્મ નિરીક્ષણ કરીને આહાર લેવો	અન્નપાન નિરોધ : કામને કારણે ભોજનમાં બાધા નાખવી

સુક્ષ્મ મૃષાવાદ વિરમણ વ્રત

ભાવના	અતિચાર
૧) અનુવિચી ભાષણ : વિચાર પૂર્વક અને સંયમ પૂર્વક બોલવું	મિથ્યા ઉપદેશ
૨) ક્રોધ પ્રત્યાખ્યાન (ત્યાગ)	રહસ્ય અભ્યાખ્યાન : ખાનગી વાત જાહેર કરવી
૩) લોભ પ્રત્યાખ્યાન (ત્યાગ)	કૂટલેખક્રિયા : ખોટા લેખ, દસ્તાવેજ વગેરે બનાવવા
૪) ભય પ્રત્યાખ્યાન (ત્યાગ)	ન્યાસાપહાર : સામેની વ્યક્તિની ભૂલનો ફાયદો લેવો (સહસાભ્યાખ્યાન)
૫) હાસ્ય પ્રત્યાખ્યાન (મસ્કરી ત્યાગ)	સાકાર મંત્ર ભેદ : બીજી વ્યક્તિના હાવભાવથી જાણેલી ગુપ્તવાત પ્રગટ કરવી (સ્વદારામંત્ર ભેદ)

અદતાદાન વિરમણ વ્રત

ભાવના	અતિચાર
અવગ્રહ અવધારણ : જરૂર જેટલી જગ્યા માંગવી	સ્તેનપ્રયોગ : ચોરીની પ્રેરણા
અનુવીચિ અવગ્રહ યાચના : વિચાર પૂર્વક જગ્યા માંગવી	તદાહતાદાન : ચોરીનો માલ ખરીદવો
વારંવાર અવગ્રહ યાચના : માંગેલ સમય કરતા વધારે સમય વાપરવી પડે તો ફરીવાર આજ્ઞા માંગવી	વિરુદ્ધ રાજયાતિક્રમ : રાજયના કાયદા નહી માનવા
સમાન ધાર્મિક અવગ્રહ યાચના : જે જગ્યા પર પૂર્વ સાધુ ઉતરેલ હોય તો તેઓની આજ્ઞા માંગવી	પ્રતિરૂપક વ્યવહાર : ભેળસેળ કરવી
અનુજ્ઞાપિત પાન ભોજન : ગુરુની આજ્ઞા લઈ ગોચરીનો ઉપયોગ કરવો	

મૈથુન વિરમણ વ્રત

ભાવના	અતિચાર
સ્ત્રી-પશુ-પંડક(નપુંસક) સંસ્તવ વસતિ વર્જન : જ્યાં સ્ત્રી, પશુ કે નપુંસકો હોય તેવા સ્થાનનો ત્યાગ	પરવિવાહકરણ : અન્યના વિવાહ કરાવવા
રાગયુક્ત સ્ત્રીકથા વર્જન (ત્યાગ)	ઈત્વર પરિગૃહિતા ગમન : થોડો સમય અન્ય પરણેલ ગૃહિણી સાથે મૈથુન કરવું
મનોહર ઈન્દ્રિય અવલોકન વર્જન	અપરિગ્રહતા ગમન : જે કોઈની પત્ની નથી તેવી સ્ત્રી સાથે મૈથુન દા.ત. કન્યા/વેશ્યા
પૂર્વક્રિડા સ્મરણ વર્જન	અનંગક્રીડા : અકુદરતી મૈથુન ક્રિયા
પ્રણીત રસ ભોજન વર્જન : કામવાસના / વિકાર ઉત્તેજક આહારનો ત્યાગ	તીવ્રકામાભિનિવેશ : તીવ્ર-કામ-ઈચ્છા

પરિગ્રહ વિરમણ વ્રત

ભાવના	અતિચાર
ઈષ્ટ અનિષ્ટ રૂપાલોકન વર્જન	ક્ષેત્ર-વાસ્તુ પ્રમાણાતિક્રમ : ધારેલ પ્રમાણ કરતા વધારે જગ્યા રાખવી - સંબંધી પરિગ્રહ
ઈષ્ટ અનિષ્ટ રસાસ્વાદ વર્જન	ઠિરણ્યસુવર્ણ પ્રમાણાતિક્રમ : ધારેલ માપ કરતા વધારે ચાંદી-સોના રાખવા
ઈષ્ટ અનિષ્ટ ગંધાદ્રાણ વર્જન	ધનધાન્ય પ્રમાણાતિક્રમ
ઈષ્ટ અનિષ્ટ સ્પર્શ વર્જન	દાસ-દાસી પ્રમાણાતિક્રમ
ઈષ્ટ અનિષ્ટ શ્રવણ વર્જન	કુચ્ચ પ્રમાણાતિક્રમ : નજીવી કિંમતની વસ્તુ જેવી કે વસ્ત્ર, રાચ-રચીલું વગેરે

આ ઉપરાંત ચાર ભાવના, મૈત્રી, પ્રમોદ, કરૂણા અને માધ્યસ્થ પણ વ્રતોને સ્થિર કરવા મદદરૂપ છે.

દિગવ્રત : છઠ્ઠા વ્રતના અતિચાર

- ૧) ઉર્ધ્વદિશા વ્યતિક્રમ : ઉપરની દિશામાં ધારેલ માપ કરતા અધિક જવું.
- ૨) અધોદિશા વ્યતિક્રમ : નીચેની દિશામાં ધારેલ માપ કરતા અધિક જવું.
- ૩) તિર્યગ્દિશા વ્યતિક્રમ : બાકીની ચાર દિશા અને ચાર ખૂણામાં અધિક જવું.
- ૪) ક્ષેત્ર વૃદ્ધિ : એક દિશાનું માપ બીજી દિશામાં ઉમેરી નિયમ ભંગ કરવા.
- ૫) સ્મૃત્યન્તર્ધાન : સ્મૃતિ ભૂલને કારણે નિયમનું પાલન ન થવું.

દેશવિરત - દેશાવગાસિક - સાતમા વ્રતના અતિચાર

- ૧) આનયનપ્રયોગ : ધારેલા ક્ષેત્રના પ્રમાણની બહારથી કંઈ મંગાવવું.
- ૨) પ્રેષપ્રયોગ : ધારેલા ક્ષેત્રના પ્રમાણની બહારથી કંઈ મોકલવું.
- ૩) શબ્દાનુપાત : અવાજ કે શબ્દ દ્વારા ધારેલા ક્ષેત્રના પ્રમાણની બહારની વ્યક્તિને બોલાવવી (ફોન)
- ૪) રૂપાનુપાત : ધારેલ ક્ષેત્ર બહાર ઉભેલી વ્યક્તિ સાથે વાતચીત કરવા બોલાવવા, રૂપ દેખાડવું, ઈશારા કરવા વગેરે
- ૫) પુદ્ગલ પ્રક્ષેપ : ધારેલા ક્ષેત્ર બહારની વ્યક્તિને કાંકરો, ચીઠ્ઠી, પ્રકાશ પ્રતિબિંબ વગેરે નાખી બોલાવવી.

અનર્થદંડ વિરતી - આઠમા વ્રતના અતિચાર

- ૧) કંદર્ય : રાગયુક્ત અસભ્ય વચન બોલવા.
- ૨) કૌતુક્ય : કામવાસના ઉત્તેજન શારિરીક ચેષ્ટા.
- ૩) મૌખર્ય : બેફામ બોલવું.
- ૪) અસમીચ્યાધિકરણ : વગર વિચારે પાપના સાધનો ભેગા કરવા.
- ૫) ઉપભોગાધિકત્વાનિ : ભોગ-ઉપભોગના જરૂર કરતા વધારે સાધનો રાખવા.

સામાયિક (૯ માં વ્રતના) અતિચાર :

- ૧) મનદુષ્પ્રપિણધાન : મન સંબંધી ૧૦ દોષ.
- ૨) વચનદુષ્પ્રધાન : વચન સંબંધી ૧૦ દોષ.
- ૩) કાયાદુષ્પ્રધાન : કાયા સંબંધી ૧૨ દોષ.
- ૪) અનાદર : સામાયિક પ્રત્યે આદર ન રાખવો.
- ૫) સ્મૃતિનુપસ્થાન : સ્મૃતિ દોષને કારણે સામાયિક બરાબર ન થવી.

પૌષ્ઠોપવાસ (૧૦માં વ્રતના) અતિચાર :

- ૧) અપ્રત્યવેક્ષિત (જેયા વગર), અપ્રમાર્જિત (ચરવળાથી બરાબર પ્રમાર્જયા વગર), ઉત્સર્ગ (ત્યાગ).
- ૨) અપ્રત્યવેક્ષિત અપ્રમાર્જિત આદાન (લેવી) નિક્ષેપ (મુકવી).
- ૩) અપ્રત્યવેક્ષિત અપ્રમાર્જિત સંસ્તાર (આસન) ઉપક્રમણ (ઉપકરણો).
- ૪) અનાદર : અનાદરથી પૌષ્ઠ પૂર્ણ કરવો.
- ૫) સ્મૃતિનુપસ્થાપન : સ્મૃતિ દોષથી પૌષ્ઠમાં દોષ લાગવા.

ઉપભોગ પરિભોગ પરિમાણ વ્રત (૧૧માં વ્રતના) અતિચાર :

- ૧) સચિત આહાર : સચિત વસ્તુનો આહાર.
- ૨) સચિત સંબંધ આહાર : સચિતની સાથેના સંબંધવાળી વસ્તુનો આહાર દા.ત. ગોટલીવાળી કેરી.
- ૩) સચિત સંમિશ્ર આહાર : સચિત મિશ્ર કરેલો આહાર દા.ત. ખસખસવાળા લાડુ.
- ૪) અભિષવ આહાર : માદક પદાર્થોનો આહાર.
- ૫) દુષ્કવ આહાર : કાર્યું પાકું રંધાયેલું ખાવું.

અતિથિસંવિભાગ (૧૨માં વ્રતના) અતિચાર :

- ૧) સચિત નિક્ષેપ : વહોરાવવા લાયક આહાર સચિત વસ્તુ ઉપર મુકી દેવા (ગેસ, ચુલા પર).
- ૨) સચિતપિધાન : વહોરાવવા લાયક આહારને સચિત વસ્તુથી ઢાંકવા દા.ત. ચા-દૂધ પર કાચા પાણીનો ગ્લાસ.
- ૩) પરવ્યપદેશ : પોતાની વસ્તુ બીજાની છે તેમ કહી ન આપવી અથવા બીજાની વસ્તુ તેના માલિકની રજા વગર આપવી.
- ૪) માત્સર્ય : ઈર્ષ્યાથી આપવું, પોતાનું માન વધારવા આપવું.
- ૫) કાલાતિક્રમ : આહાર વાપરવાનો કાળ વીતી ગયા પછી અથવા ભિક્ષાકાળ થયા પહેલા મુનિઓને આમંત્રણ આપવું.

પાઠ - ૧૮-૨ - સંલેખના વ્રત

વ્યાખ્યા : ‘કાયા કષાય લેખના ઈતિ સંલેખના’ એટલે કાયા અને કષાયથી મુક્તિ એટલે સંલેખના.

સાધુ કે શ્રાવકને જ્યારે વૃધ્ધાવસ્થા, અસાધ્ય રોગ, દુકાળ, દુશ્મનના હુમલા પછી કે જંગલી પશુના હુમલા પછી એવું લાગે કે જીવનનો અંત નજીક છે ત્યારે સામે ચાલી મૃત્યુને સ્વીકારે તેને સંલેખના કહેવાય છે.

આવા સમયે વ્યક્તિ બધા કષાયથી મુક્ત થાય છે અને બધા દુનિયાના રાગથી પર થઈ જાય છે. ધીરે ધીરે તપથી તે ભોજન અને પછી પાણી છોડી દે છે. સાથે સાથે આત્માના ધ્યાનમાં લીન થાય છે. આત્માના સાચા સ્વભાવની ઓળખ કરે છે અને આત્મા શરીર ત્યાગી દે છે.

સંલેખના વ્રત ખૂબ જ અનન્ય વ્રત છે. આની પાછળનો સિદ્ધાંત એ છે કે જે વ્યક્તિ શરીરનો ત્યાગ કરે છે તે પૂર્ણ માનસિક શાંતિ, ધીરજ, કોઈપણ પ્રકારના ડર વગર આ કાર્ય કરે જેથી કર્મોનો આશ્રવ બંધ થઈ જાય અને જૂના કર્મો જે આત્માને ચોંટેલા છે તે પણ ખરી પડે. સંલેખનાને પંડિત મરણ, સન્યાસમરણ, સમાધિ મરણ પણ કહેવાય છે.

વર્તમાન કાળમાં આ વ્રત મુખ્ય મૂર્તિપૂજક પરંપરામાં માન્ય નથી.

સંલેખનાનો ઈતિહાસ :

શાસ્ત્રોક્ત :

‘આચારાંગ સૂત્ર’ (૫ મી શતાબ્દી બીસીઈ થી ૧ લી શતાબ્દી બીસીઈ) ત્રણ પ્રકારની સંલેખનાનું વર્ણન કરે છે. જૂના શ્વેતાંબર ગ્રંથ ‘શ્રાવકપ્રશાન્તી’માં લખેલું છે કે આ ફક્ત સાધુઓ માટે જ નથી. ‘ભગવતી સૂત્ર’માં પણ સંલેખના વિશે ઉંડાણપૂર્વક લખેલું છે કે સ્કંધ કાત્યાવાન જે મહાવીરના શિષ્ય હતા તેમણે સંલેખના વ્રત લીધું હતું.

૪ થી શતાબ્દીનો ગ્રંથ ‘રત્નકરંડશ્રાવકાચાર’ અને શ્વેતાંબર ગ્રંથ ‘નવ-પદ-પ્રકીર્ણ’માં પણ તેને વિસ્તારપૂર્વક સમજાવેલ છે. નવ-પદ-પ્રકીર્ણ ગ્રંથમાં લખેલ છે કે ‘મરજીયાત સ્વીકારેલ’ મૃત્યુના ૧૭ પ્રકારો છે, તેમાંથી ફક્ત ૩ પ્રકાર જૈન પરંપરામાં અપનાવાયા છે. આ પ્રકારની ક્રિયા સંગમ સાહિત્ય (૨ જી શતાબ્દી) ની કવિતા ‘સીસપંચમુલમ’માં પણ દર્શાવેલ છે.

આચાર્ય હરિભદ્ર (૫ મી શતાબ્દી) માં લખેલ પંચાકારમાં આ નામ જણાવેલ છે જો કે ‘ધર્મખિંદુ’ પુસ્તકમાં વર્ણન નથી મળતું. જીનસેન (૯ મી શતાબ્દી) ના પુસ્તક ‘આદિપુરાણ’માં પણ ત્રણ પ્રકારો વર્ણવેલા છે. સોમદેવ (૧૦ મી શતાબ્દી) ના પુસ્તક ‘યશસ્થિલકા’ માં આ ક્રિયા વર્ણવેલ છે. બીજા લેખકો વદ્ધન (૧૦મી શતાબ્દી) અને લલિતાગાથે ‘યાદપોગમ’ પ્રકારનું વર્ણન આપેલ છે. આચાર્ય હેમચંદ્રએ (૧૧ મી શતાબ્દી) શ્રાવકાચારમાં એક નાનો ફકરો આના માટે લખેલ છે.

તત્વાર્થ સૂત્ર પ્રમાણે શ્રાવક જ્યારે મૃત્યુ નજીક હોય ત્યારે પોતાની મરજીથી સંલેખના ધારણ કરે છે.

સ્થાપત્ય :

દક્ષિણ ભારત ખાસ કરીને કર્ણાટકમાં જે લોકો સંલેખના વ્રત લે છે તેના પાદ ચિન્હોને પથ્થરમાં જડાવી મૂકવામાં આવે છે. તેના માનમાં આને નિશીધી કહેવાય છે.

આ નિશીધીમાં જે વ્યક્તિએ આ વ્રત લીધું હોય તેનું નામ, તારીખ, વ્રતનો કાળ અને બીજા તપ કર્યા હોય તે લખેલું હોય છે. પહેલાના નિશીધી (૬ થી ૮ શતાબ્દી)માં ફક્ત પથ્થર પર કોતરણી કરેલી કોઈપણ ચિન્હ વગર હતા. આ પ્રકાર ૧૦ મી શતાબ્દી સુધી રહ્યો. પછી પગલાની છાપ શિલ્પની બાજુમાં રાખવામાં આવતી. ૧૧ મી શતાબ્દી પછી નિશીધી પાટીયા પર કે ઉંચાઈ પર અથવા થાંભલા પર ચિન્હો સાથે મૂકવામાં આવતી. આ થાંભલા કે પાટીયા મંદિરની બહાર રાખવામાં આવતા અથવા મંદિરની બહાર દ્વાર પાસે રાખવામાં આવતા.

૬ થી ૧૯ મી શતાબ્દી દરમિયાન શ્રવણ બૈલગોડા કર્ણાટકમાં ૯૩ નિશીધી બનેલ છે. તેમાંથી ૫૪ નિશીધી ૬ઠ્ઠી થી ૯ મી શતાબ્દી દરમિયાનની છે. આ બધી નિશીધી પહેલાની પ્રાચીન પરંપરાને અનુરૂપ લાગે છે. ઘણી કોતરણી ૬ ઠ્ઠી શતાબ્દીની છે જે ચંદ્રગુપ્ત મૌર્ય અને તેમના ગુરુજી ભદ્રબાહુસ્વામી ૩જી શતાબ્દી બીસી ને લગતી છે જ્યાં ચંદ્રગીરી પર્વત પર રાજા ચંદ્રગુપ્ત મૌર્યએ સંથારા વ્રત લીધું હતું.

દોડાહુડુંડી, તીરુમકુદલુનરસીપુરા બિંદાપુરની બાજુમાં તારીખ વગરની જૂની કન્નડ ભાષામાં લખેલી નિશીધી મળેલી છે. જે તેના પુત્ર સત્યવક્ર્ય એ બનાવી હતી. શ્રવણબૈલગોડામાં કુગબ્રહ્મદેવ થાંભલો છે જે નિશીધી છે જે મારાસિંહાની યાદમાં બનેલો છે. જે એજ ઘરાનાના બીજા રાજા હતા. ગંધર્વ બાસદીની સામે બનેલી નિશીધી રાષ્ટ્રકુટ કૃષ્ણ ૨ ના પૌત્ર ઈન્દ્રરાજાની યાદમાં બનાવેલી છે. જે ૯૮૨ સીઈ માં સંથારો વ્રત કરી મૃત્યુ પામ્યા હતા.

દક્ષિણ ભારતમાં શિલાલેખ જે મળ્યા છે તેમાંથી ખબર પડે છે સંલેખના વ્રત પહેલા સાધુઓજ કરતા હતા પછી ગૃહસ્થો કરવા લાગ્યા. આધ્યાત્મિક જીંદગીના આદર્શ મરણ તરીકે એની માન્યતા હતી જે ૧૨ મી શતાબ્દી સુધી રહી પછી દિગંબર આચાર્ય શાંતિસાગરે ૧૯૫૫માં આ પરંપરા પાછી જીવંત કરી.

અર્વાચીન કાળ :

સંલેખના જૈન પંપરામાં આદરણીય અનુકરણ છે. આ શ્રેતાંબર મૂર્તિપૂજક સમાજમાં સામાન્ય નથી પરંતુ દિગંબર સાધુઓએ એને જીવંત કરી. ૧૯૫૫ માં આચાર્ય શાંતિસાગરે આ વ્રત લીધું હતું કારણકે તેઓ મદદ વગર ચાલી ન શકતા હતા અને આંખો નબળી હતી. ૧૯૯૯માં બીજા દિગંબર સાધુ વિદ્યાનંદે ૧૨ વર્ષ લાંબુ સંલેખના વ્રત લીધું હતું.

ઈ.સ. ૧૮૦૦ થી ૧૯૯૨ સુધી જૈન સાહિત્યમાં ન્યૂનતમ ૩૭ દાખલાઓ સંલેખનાના લખાયેલા છે. ૨૬૦ અને ૯૦ દાખલા અનુક્રમે શ્રેતાંબર અને દિગંબર સમાજમાં ૧૯૯૩ થી ૨૦૦૩ સુધી થયા છે. સંલેખના બંને પુરુષ અને સ્ત્રી લઈ શકે છે કોઈપણ આર્થિક પરિસ્થિતિવાળા લઈ શકે છે અને ભણેલા અને સુધરેલા જૈનો પણ લે છે, મહત્તમ સ્ત્રીઓ લે છે.

સંલેખનાના પ્રકાર :

સંલેખનાના બે પ્રકાર છે ૧) અભ્યંતર ૨) બાહ્ય. પહેલું કષાયને અનુલક્ષી ને છે અને બીજું શરીરને અનુલક્ષીને છે. તપ જે કષાયને મંદ કરવામાં ઉપયોગી થાય તેને અભ્યંતર તપ કહેવાય છે.

પરિણામ શુદ્ધીના સંદર્ભમાં અભ્યંતર તપ :

એ ધ્યાન રાખવું કે અભ્યંતર અને બાહ્ય બંને સંલેખના સાથે સાથે જ થાય છે. સિવરાયા કહે છે કે એક પળ માટે પણ પરિણામ શુદ્ધીથી હટવું નહીં જ્યારે સંલેખના કરતા હોય.

કુદરતી રીતે જ મનોદશા જે શરીર પર અસર કરે છે તે પરિણામ છે અને તેનું શુદ્ધીકરણ એટલે જ પરિણામ શુદ્ધી. સંલેખનામાં પરિણામ શુદ્ધીનો ફાળો સૌથી મહત્વનો છે. આ સંદર્ભમાં અમિતગતિ કહે છે કે સાધુઓ પોતાના શુદ્ધીકરણ વગર તપ કરે છે તે બીજું કંઈ નહીં પણ બાહ્ય લેશ્યા છે પરિણામ સ્વરૂપ આશ્રવ અશક્ય બને છે અને આત્મ તપ મુક્તિમાર્ગમાં અવરોધરૂપ છે.

કષાયની ચતુર્ભંગી આત્મા પર અસર કરે છે એટલે તેને પરિણામ કહી શકાય. પરિણામ શુદ્ધી માટે કષાયોને મંદ કરવા, માફીથી ક્રોધ મંદ કરવો, અંહકારને નમ્રતાથી મંદ કરવો, માયાને પ્રમાણિકતાથી મંદ કરવી અને લોભને સંતોષથી મંદ કરવો.

અભ્યાંતર સંલેખનાની વ્યાખ્યા કરીએ તો સિવરાય કહે છે કે, વ્યક્તિની પરિણામ શુદ્ધી શક્ય નથી જ્યાં સુધી તે કષાયથી કલૂષિત છે. એટલા માટે પરિણામશુદ્ધીને કષાય સંલેખના કહેવાય છે. પરિણામશુદ્ધી એ આંતરીક પ્રક્રિયા છે. પરિણામશુદ્ધી કષાય સંલેખના છે.

એટલે કુલ મળીને કષાય સંલેખના એટલે ચાર કષાય ઓછા કરવા, નવ નોકષાય ઓછા કરવા, ચાર સંજ્ઞા, ત્રણ ગર્વ અને ત્રણ અશુભ લેશ્યા મળી ૨૩ અશુદ્ધિઓ ઓછા કરવા.

છ બાહ્ય તપથી શરીર નબળું પડે છે એને બાહ્ય સંલેખના કહેવાય છે. તેના સામાન્ય રીતે ત્રણ પ્રકાર છે.

૧) ભક્ત પ્રત્યાખ્યાન મરણ : આ રીતમાં સમયાનુસાર ખાવાનું અને પાણી છોડવાના છે.

૨) ઈંગીની મરણ : આહાર પાણીનો પૂર્ણ ત્યાગ, વધુ પ્રતિકૂળ પરિસ્થિતિમાં, ફક્ત આંગળીના ઈશારાથી વાત કરવાની છૂટ.

૩) પાદોપગમન મરણ : સાધક મરણ પર્યંત એક જ અવસ્થામાં રહે છે.

સંલેખના કરવાની રીત :

શ્રાવક જે આ વ્રત લે છે તે રાગ-દ્વેષ બધું જ છોડી દે છે અને કષાયનો ત્યાગ કરે છે. સગાસંબંધીઓને માફી આપે છે અને પોતાના ખરાબ વર્તન બદલ સહુની માફી માંગે છે.

તેણે ગુરુજી પાસે પોતાના કરેલા પાપ, કોઈના કરાવેલા પાપ અને કોઈના પાપમાં અનુમતિ આપી ને કરેલા પાપ બધાની માફી માંગે છે. વ્રત જેટલો સમય ચાલે તેટલો સમય દુઃખ, ભય, રાગ,

તિરસ્કાર, પૂર્વ ગ્રહ, કષાય વગેરેને પૂરી રીતે ત્યાગે છે .

પહેલા તેણે ધીરે ધીરે આહાર ત્યાગી પ્રવાહી લેવું જોઈએ અને પછી પ્રવાહી છોડી ને ઉકાળેલું પાણી લેવું, પોતાની ક્ષમતા અનુસાર ઉપવાસ કરવો. બધા કષાય અને માનસિક નબળાઈને પણ ત્યાગવી. શરીરની પરવા કર્યા વગર ધ્યાન કરવું. સંલેખનાના પાંચ અતિચાર ન લાગે તેની સાવચેતી રાખવી.

સંલેખના વ્રતના પાંચ અતિચાર :

૧) ઈહલોગાસંસપઓગે : બીજા મનુષ્યભવમાં આ સંલેખનાનું ફળ દુન્યવી ચીજોથી મેળવવાની અપેક્ષા.

૨) પરલોગાસંસપઓગે : આ સંલેખનાનું ફળ દેવલોક મળે એવી અપેક્ષા.

૩) જીવીયાસંસપઓગે : નામ અને કિર્તી માટે સંથારો લાંબો ચાલે એવી અપેક્ષા.

૪) મરણાસંસપઓગે : તીવ્ર દુઃખોથી સંથારો વહેલો પૂરો થઈ મરણ આવે એવી અપેક્ષા.

૫) કામભોગાસંસપઓગે : બીજા માનવ કે દેવ ભવમાં ઘણા ઈન્દ્રિય વિલાસ આ સંથારાના ફળ રૂપે મળે એવી અપેક્ષા.

સંથારા કરવાવાળા સાધુ કે શ્રાવકે એવી જગ્યા પસંદ કરવી જ્યાં કોઈ ખલેલ ન પાડી શકે અને આજુબાજુવાળા લોકો તેની મનોદશા સમજી તેનો સાથ આપે અને માન આપે જેનાથી આ વ્રત નિર્વિઘ્ને પાર પડે.

જો મૃત્યુ નજીક કે નકકી ન હોય તો તેના વિરુદ્ધ સંલેખનાના સ્પષ્ટ અને ચોકકસ નિયમો છે. એક ઉદાહરણ છે આચાર્ય સામંતભદ્રનું. તેમને સારો ન થઈ શકે એવો ભસ્મરોગ થયો હતો. તેથી તેમનું જીનાજ્ઞા અનુસાર જીવન જીવવું મુશ્કેલ હતું. તેઓએ તેમના ગુરુનો સંપર્ક સાધ્યો. ગુરુએ પોતાના જ્ઞાન વડે કહ્યું કે તેમણે હજી ઘણું જીવન જીવવાનું બાકી છે અને જૈન સાહિત્યમાં તેઓ ઘણો મોટો ફાળો આપશે એટલે તેમને સંલેખનાની પરવાનગી ન મળી.

સંલેખના અને આપઘાત (આત્મહત્યા) વચ્ચેનો તફાવત :

ઘણા લોકોને સંલેખના અને આત્મહત્યામાં મૂર્ખવણ અનુભવાય છે કારણકે આ બંનેમાં સામે ચાલીને મરણને નોતરવાનું હોય છે.

આપઘાતમાં વ્યક્તિની પોતાની ક્ષમતાની છે. આપઘાત કરતો વ્યક્તિ માનસિક બિમારીનો શિકાર હોય છે. ઘણીવાર બહારના સંજોગો જે પોતે બદલી શકવા સમર્થ નથી હોતો ત્યારે આપઘાત કરે છે. હમણાના જમાનામાં માનસિક ક્ષમતા અને નૈતિકતા વ્યક્તિ કે સમાજમાં ઝડપથી ઓછી થઈ રહી છે. આપણી સંસ્કૃતિએ આપણને ઘણા માનસિક અને સામાજિક પ્રશ્નો આપ્યા છે જેમાં ફક્ત મજબૂત આત્મવિશ્વાસવાળા જ જીવી શકે. વ્યક્તિગત જીવનની હતાશા અને નિરાશા, અતિશય લાગણીશીલતા, ન જોયેલા કે ન કલ્પેલા ધંધાનું નુકશાન, કોઈ નજીકના સગાનું અચાનક

મૃત્યુ, અસાધ્ય રોગ, સામાજિક જવાબદારી, ડીપ્રેશન, લોકોની શરમ અને પરિવારનો તિરસ્કાર, મહત્વકાંક્ષા ન પૂરી થવાનું દુઃખ અને બીજા ઘણા કારણો આત્મહત્યામાં જવાબદાર હોઈ શકે. જ્યાં અચાનક જ લાગણીના પૂરથી લીધેલો નિર્ણય હોય છે.

બીજી બાજુ સંલેખનામાં આવા કોઈ માનસિક કે સામાજિક કારણો નથી હોતા. આનો હેતુ ઘણો જ અલગ છે, પરિસ્થિતિ જુદી છે અને સંલેખનાની રીત અને પરિણામો અલગ છે.

સંલેખના પ્રત લેવાવાળાને એક જ ઉદ્દેશ્ય છે આધ્યાત્મિકતાનો. ઘણા વર્ષોના પુરુષાર્થ પછી કષાયો મંદ કરીને આ પ્રત લેવાય છે. (મન શુદ્ધીકરણ પછી)

મનુષ્યએ પોતે કરેલા ખરાબ કર્મોના બંધમાંથી મુક્ત થવા ઈચ્છે ત્યારે એ આ પ્રત લે છે. તેના લીધે થતા જન્મ મરણના ફેરામાંથી પણ મુક્ત થવા ઈચ્છે છે. આપદાતથી વિરુદ્ધ અહીં અચાનક જ કોઈ યોગ્ય કારણ વગર જીવનનો અંત નથી. અહીં શરમ, હતાશા, વધુ પડતી લાગણીશીલતા છુપાવવા માટે જીવનનો અંત નથી અણાતો. પોતાને કે પોતાના પરિવારજનોને ઈજા પહોચાડવાનો હેતુ નથી હોતો. એક નક્કી કરેલી પદ્ધતિ છે તે અનુસાર પરિસ્થિતિ હોય તો જ આ પ્રત આપવામાં આવે છે. ગુરુની આજ્ઞાથી જ આ પ્રત લેવાય છે.

સંલેખના અને ઈચ્છામરણ (ઈથોનેશીયા) વચ્ચેનો તફાવત :

સંલેખના ઈચ્છામૃત્યુથી વિરુદ્ધ વિચાર છે. ઈચ્છામૃત્યુમાં જાણી જોઈને કોઈને પીડા અને દુઃખથી મુક્તિ આપવા અપાતું મૃત્યુ છે. જેમાં વ્યક્તિને બેભાન કરવાની અને બેહોશાવસ્થામાં તેને ઘાતક દવા આપવાની છે.

સંચારો તેનાથી વિરુદ્ધ પોતાના મૃત્યુને નજીકથી અનુભવી શકે તે પ્રક્રિયા છે તે કોઈને પીડા અને દુઃખના અંત માટે નથી કરાતો. હકિકતમાં સંચારો પ્રત લેવાથી પીડા અને દુઃખ વધતા હોય છે કારણકે વ્યક્તિ એમાં જરૂરી દવા અને પીડાનાશક ગોળીઓ પણ લેવાની બંધ કરે છે. પણ પ્રતનું મનોબળ આ પીડાને ગૌણ કરે છે મનુષ્ય માટે આ સૌથી મહાન તપ છે, સર્વોત્તમ ધ્યાન છે, પરમાત્મા બનવા માટે સૌથી મોટો કુદકો છે.

આ પ્રત પાળવા માટે કરાતા કાર્યો :

આ પ્રતમાં કોઈ હિંસક પદ્ધતિ જેમકે લટકાવવું, ઝેર આપવું, ગળું કાપવું, ગોળી મારવી કે ઊંડા પાણીમાં ડુબાડી દેવું કે ઊંચાઈથી પછાડીને મારી નાખવું વગેરે નથી અપનાવતી. પહેલેથી નક્કી કરેલી પદ્ધતિ મુજબ ઉપવાસ કરવાના હોય છે, ઉપવાસના દિવસો વધારવાના હોય છે, નક્કર ખોરાક પછી પ્રવાહી ખોરાક અપનાવવો અને પછી પાણી પણ છોડી દે છે. પોતાનો સમય વાંચન, પ્રવચન સાંભળવામાં, ધ્યાન કરવા વગેરેમાં પસાર કરે છે.

સાધુ કે શ્રાવક જે તેની નજીક હોય તેને ધર્મ સંભળાવી શકે છે. તેણે મૃત્યુની ઉતાવળ ન કરવી કે મોડું થાય તેવા કોઈ વિચાર ન કરવા. નૈસર્ગિક રીતે મૃત્યુની રાહ જોવી. શાંતિથી, પૂર્ણ ધ્યાનમાં અને સ્વમાં સ્થિરતા રાખી દેહ છોડવો.

સંથારાનું પરિણામ કોઈને આઘાતકર્તા કે દુઃખકર્તા નથી કારણકે વ્રત લેતા પહેલા બધા પ્રકારના બંધનો બધાની અનુમતિથી ત્યાગેલા હોય છે. ધર્મમાં શ્રદ્ધા અને સન્માનએ એના પરિણામ છે. વ્યક્તિની આજુબાજુનું વાતાવરણ પૂજનીય અને પવિત્ર હોય છે, દુઃખદાયક નથી હોતું.

આ પ્રસંગ ધાર્મિક ઉત્સવની જેમ ઉજવાય છે. પૂજા, ભજન અને ધર્મની ગાથાઓના મંત્રોચ્ચાર થાય છે. દુઃખનું કયાંય સ્થાન નથી, બધા ખુશ હોય છે. બધા સાધકની હિંમત, ધીરજ અને મૃત્યુ વખતની શાંતતા સાથે સાથે નવી પ્રેરણા અને જાગૃતિને બીરદાવે છે.

બધા માટે સંલેખના વ્રત લેવું અશક્ય છે કારણકે એના માટે વ્રત લેનાર મક્કમ હોવો જોઈએ. આત્મા અને શરીર જુદા થવાની પ્રક્રિયા અનુભવવી એ હિંમતનું કામ છે. એ જ લોકો આ વ્રત લે છે જેમણે મન શુદ્ધ કર્યું હોય, પસ્તાવો કરીને અને લોકોને માફી આપીને, પોતાના બધા કષાય અને રાગથી મુક્ત થયા હોય. મૃત્યુને આનંદથી અને સમતાથી આવકારે છે.

નોંધ : દિગંબર સંપ્રદાય સંથારાની જગ્યાએ સમાધિ શબ્દ વાપરે છે. મૂર્તિપૂજક શ્વેતાંબર સંપ્રદાયમાં આ વ્રત હાલના કાળમાં પ્રચલિત નથી કારણ કે આ વ્રત માટે જરૂરી સંઘયણ આ કાળમાં નથી.

પાઠ : ૧૮-૩ - શ્રમણાચાર

સાધુ અને સાધ્વીના આચરણના નિયમોને શ્રમણાચાર કહેવાય છે. જૈન અને બૌદ્ધ ધર્મમાં શ્રમણનું સ્થાન સર્વોપરી છે જ્યારે હિંદુ સમાજમાં ગૃહસ્થ સર્વોપરી છે. ભગવાન મહાવીરનો ઉપદેશ શ્રમણ પ્રધાન છે. જે યોગ્ય સાધુ-સાધ્વીજીઓ હશે તો ધર્મ ટકી રહેશે. તેમનું જીવન દરેક માટે પ્રેરણા રૂપ અને આચરવા યોગ્ય શ્રેષ્ઠ ઉદાહરણ છે.

શ્રમણનો અર્થ :

સમન પ્રાકૃત શબ્દ છે અને સંસ્કૃતમાં એને શ્રમણ અથવા શમન કહેવાય છે.

જે પોતાની અવસ્થાનો પોતે જ જવાબદાર છે એમ માને છે તે શ્રમણ છે. ભિક્ષુક પોતે જ પોતાના આનંદ અને દુઃખ, પ્રગતિ અને અધોગતિનો જવાબદાર છે. એ હંમેશા છે તેનાથી સારા સ્તરને પામવાનો પ્રયત્ન કરે છે. માટે જ શ્રમણ પરંપરા વ્યક્તિને સ્વનિર્ભર થઈને ઉપર ઉઠવાની પ્રેરણા આપે છે. જીવો અને જીવવા દો ના સિદ્ધાંત સાથે શ્રમણ બધા સજીવો સાથે સમભાવથી વર્તે છે. તેઓ કોઈપણ જાતના દરજ્જો, જાતિ, વર્ણ, લિંગના ભેદભાવ વગર બધાને એક સરખા જ જુએ છે.

સમન એટલે ઈચ્છાને દબાવવી કે નષ્ટ કરવી માટે શ્રમણના ૩ મુખ્ય લક્ષણો નીચે પ્રમાણે છે :

શ્રમ - પુરુષાર્થ - સ્વપુરુષાર્થથી જ મોક્ષ મળે

સમાનતા - સર્વ માટે સમાનતાની લાગણી - સમાનતાભાવ

સમન - નાશ કરવાની લાગણી (ઈચ્છા) - ઈન્દ્રિયો ઉપર વિજય

સાધુ સંઘમાં આવતા પહેલા ગૃહસ્થે દિક્ષા લેવી પડે છે, તેને સંવર અને નિર્જરા કરવી પડે છે, તપ કરવું પડે છે, કોઈ નિયમોનું ઉલ્લંઘન ન થાય તેનું ધ્યાન રાખવું પડે છે. શ્રમણ ધર્મનું બીજું નામ સર્વ વીરતી છે. શ્રમણ ધર્મ એટલે બધા મહાવ્રત પાળવા, અણાગારી ધર્મ, છુટછાટ વગરનો ધર્મ. સાધુ ધર્મમાં પાપ કે પુણ્યને પ્રાધાન્યતા નથી, પણ સંવર અને નિર્જરા છે.

અસંખ્ય નિયમોમાંથી થોડા જ મહત્વના છે તે નીચે પ્રમાણે છે :

અ) પાંચ મહાવ્રત : પહેલા તો આ મહાવ્રતનું કડક પાલન કરવું જોઈએ.

૧) સૂક્ષ્મ પ્રાણાતિપાત વિરમણ વ્રત : સૂક્ષ્માતિસૂક્ષ્મ હિંસા ન કરવી.

૨) સૂક્ષ્મ મૃષાવાદ વિરમણ વ્રત : ખોટું ન બોલવું, વાણીથી કોઈને હાની ન પહોંચાડવી.

૩) અદ્તાદાન વિરમણ વ્રત : આજ્ઞા વગર કોઈ વસ્તુ ન લેવી.

૪) મૈથુન વિરમણ વ્રત : બ્રહ્મચર્યનું કડક રીતે પાલન.

૫) પરિગ્રહ વિરમણ વ્રત : કોઈ પ્રકારની વસ્તુ ન રાખવી.

સાધુએ ક્યારે પણ કોઈ ભૂલ કરવી નહી, કોઈ પાસે એવું કામ કરાવવું નહી અને ત્રીજો માણસ કરતો હોય તો અનુમતિ ન આપવી. આ બધું મન, વચન અને કાયા ત્રણેથી પાળવું. આ બધા વ્રતો પાંચ અભિગમથી પાળવા - જ્ઞાન, દર્શન, ચારિત્ર, તપ અને વીર્ય.

શ્રમણે કર્મો આવતા રોકવા સંવર કરવો, પાંચ પ્રકારની સમિતિ, ત્રણ ગુપ્તી, દસ પ્રકારના યતિ ધર્મ, બાર પ્રકારની અનુપ્રેક્ષા અને પાંચ પ્રકારના ચારિત્રનું પાલન કરવું એમ જેનું નવ તત્વના સંવરના પાઠમાં વિશેષ વર્ણન કરેલ છે.

બ) પાંચ સમિતિ : સાવચેતી - જાગૃતિ - અહિંસક દિનચર્યા.

૧) ઈર્થ્યા સમિતિ : ચાલવામાં સાવચેતી, કોઈ પણ જીવને હાનિ ન થાય તેની તકેદારી.

૨) ભાષા સમિતિ : બોલવામાં સાવચેતી, વાણીથી કોઈને દુઃખ ના પહોચાડવું.

૩) એષણા સમિતિ : ગોચરી લેવામાં સાવચેતી, અન્ય જરૂરીયાતની વસ્તુઓમાં સંયમ.

૪) અદાન નિક્ષેપ સમિતિ : કોઈપણ વસ્તુ લેવા, મૂકવા, વાપરવામાં સાવચેતી.

૫) ઉત્સર્ગ સમિતિ : મળમૂત્ર વગેરેના નિકાલમાં સાવચેતી.

ક) ત્રણ ગુપ્તી : સંયમ કે કાબૂ

મન, વચન અને કાયાની પ્રવૃત્તિથી કર્મોનો આશ્રવ થાય છે જેને આ ત્રણ ગુપ્તીઓ કાબૂમાં રાખશે.

૧) મનોગુપ્તી : મનને શુદ્ધ વિચારોથી ભરેલું રાખવું.

૨) વચનગુપ્તી : બોલતી વખતે વાચા ઉપર સાવધાની રાખવી. જરૂર ન હોય તો મૌન રહેવું.

૩) કાય ગુપ્તી : શારિરીક પ્રવૃત્તિ પર કાબૂ રાખવો.

ત્રણ ગુપ્તી અને પાંચ સમિતિ ને ‘અષ્ટ પ્રવચન માતા’ કહેવાય છે. સમિતિ અને ગુપ્તીમાં અહિંસા કેન્દ્ર સ્થાને છે. આ ઉપરાંત પ્રતિકૂળ પરિસ્થિતિમાં પણ અહિંસાનું પાલન કરવું એટલે - પરિષદજય જેના ૨૨ પ્રકાર છે. ભૂખ, તરસ, ઠંડી, ગરમી વગેરે સંજોગોમાં કોઈ હિંસા ન થાય તેનું ધ્યાન સાધુભગવંતોએ રાખવું પડે છે. હમણા સુધી શું ન કરવું એ શીખ્યા હવે સાધુએ શું કરવું એ શીખવાનું છે.

ડ) યતિધર્મ : દસ પ્રકારના

૧) ઉત્તમ ક્ષમા : ક્ષમા આપવી

૨) ઉત્તમ માર્દવ : અત્યંત વિનમ્રતા

૩) ઉત્તમ આર્જવ : પ્રમાણિકતા અથવા સરળપણું

૪) ઉત્તમ શૌચ : સર્વોચ્ચ પ્રકારની શુદ્ધતા

૫) ઉત્તમ સત્ય : હંમેશા સત્ય બોલવું

૬) ઉત્તમ સંયમ : ઉચ્ચ પ્રકારનો સંયમ પાળવો

૭) ઉત્તમ તપ : તપથી દેહ, કષાયનું દમન કરવું

૮) ઉત્તમ ત્યાગ : ઉચ્ચ પ્રકારનો ત્યાગ

૯) ઉત્તમ અર્કિયન્ય : અનાશકિત રાખવી

૧૦) ઉત્તમ બ્રહ્મચર્ય : ઉત્તમ બ્રહ્મચર્યનું પાલન

અન્ય સાત વિશિષ્ટ કાર્યો છે જે કરવાના છે તેમાં કેશ લોચ (સમયાંતરે), નગ્નતા (દિગંબરોમાં), સ્નાન કરવાનું નહીં, દાંત સાફ ન કરવા, ગોચરી ઉભા ઉભા જ વહોરવી, દિવસમાં એક જ વખત ખાવું, જમીન પર સુવું વગેરે છે જેમાં જુદી જુદી પરંપરાઓના જુદા જુદા નિયમ છે. પરંતુ આ બધાનો મૂળ હેતુ અહિંસાનું પાલન છે.

૧૧) ષટ્કાવશ્યક : ઉપરોક્ત આચરણ સાથે ૬ આવશ્યકનું પાલન કરવું, જે ફરજિયાત છે અને જે રોજ કરવાના નિયમ છે.

શા માટે તિર્થંકરોએ ૬ આવશ્યક પર ભાર મૂક્યો છે ? અને તે ફરજિયાત બનાવ્યા છે ? સરળ જવાબ એ છે ભલે વ્યક્તિ જાગૃત હોય પરંતુ ભૂલો તો થવાની જ છે. સાચું તો એ છે શ્રાવક જ નહીં પરંતુ સાધુ પણ ક્યારેક સૂક્ષ્મ કષાયના લીધે સાચા આચરણથી ભટકી શકે છે અને ભૂલ થઈ શકે છે. આ દોષોને થવાથી નિવારવા અને થઈ જાય તો પ્રાયશ્ચિત માટે કંઈક એવું હોવું જોઈએ જેનાથી રોજ ને રોજ તેનો ભરાવો થયા વગર પ્રાયશ્ચિત થઈ શકે. આ ક્રિયાઓ પધ્ધતિસર સમય સમય પર થઈ શકે છે એટલે એને આટલું મહત્વ આપવામાં આવ્યું છે. બીજા બધા વ્રતો પણ મહત્વના છે જેની આડકતરી અસર થાય છે જ્યારે ૬ આવશ્યકની સીધી અસર થાય છે. છ આવશ્યક શ્રાવક માટે પણ છે પરંતુ સાધુ માટે ફરજિયાત છે.

૧) સામાયિક : સમ એટલે સમભાવ રાગ-દ્વેષ વગરની અવસ્થા. આય એટલે મુક્તિ પથ. ઈક એટલે ઈચ્છા. સામાયિક એટલે સમભાવ દ્વારા મુક્તિની કામના. સાદા શબ્દોમાં કહીએ તો સાધુ માટે આ હરેક પણ જરૂરી છે. આત્મ ધ્યાન કરવું, પોતાનું આત્મવિશ્લેષણ કરવું. વિચારો અને લાગણીની શુદ્ધતાથી શાંતભાવે અપનાવવી.

૨) ચતુર્વિશાંતિસ્તવ : આ ૨૪ તિર્થંકરની સ્તુતિ છે, જેણે મુક્તિ મેળવી છે, તેમના ગુણોની સ્તુતિ છે. તેને લોગ્ગસસ પણ કહેવાય છે. ચૌવિસાંતો તેનું અન્ય નામ છે. આ સ્તુતિનો હેતુ તિર્થંકર જેવા ગુણો લાવવાનો છે.

૩) વંદના : જૈનોને સન્માન આપવું. સાધુ-સાધ્વી, શાસ્ત્રના પુસ્તક વગેરેને વંદના કરવી. ગુરુ જ્ઞાન આપે છે, સારી શ્રદ્ધા વધારવાનો પ્રયત્ન કરે છે, જ્ઞાન પ્રસારે છે. સર્વજ્ઞ જેવા બનવા શું જરૂરી છે અને કેવી રીતે નિયમો પાળવા એ સમજાવે છે.

૪) પ્રતિક્રમણ : આ ક્રિયામાં વ્યક્તિ પોતે કરેલા પાપોનું પ્રાયશ્ચિત કરે છે અને ફરી એ ન કરવાનો નિર્ણય કરે છે. આ પ્રક્રિયા જરૂરી છે તે શુદ્ધતા અને સર્વોપરીતા તરફ લઈ જાય છે. પ્રતિક્રમણ એટલે પાપથી પાછા ફરવું. પાપથી પુણ્ય તરફ જવું. અશુદ્ધ, મલિન પ્રક્રિયામાંથી શુદ્ધતા અને સ્વચ્છતા

તરફ જવું. અશુદ્ધ પ્રવૃત્તિઓ જે કષાય, અવિરતી, પ્રમાદ અને અશુભ યોગની અસર હેઠળ થાય છે તેનું પ્રાયશ્ચિત કરવું.

૫) કાર્યોત્સર્ગ : શરીરને ભૂલી જઈને ધ્યાન કરવું. જીવંત હોવાની, શરીર હોવાની અનુભૂતિ છૂટી જવી. સ્વવિકાસ માટે થોડા સમય માટે પોતાના શરીરને ભૂલીને આત્માના સાચા સ્વભાવનું ધ્યાન કરવું. આ કર્મબંધ તોડવામાં મદદ કરે છે. આ ખૂબ અઘરું છે પણ પ્રયાસ કરવાથી શક્ય બને છે.

૬) પ્રત્યાખાન : ભવિષ્યમાં પાપો ન કરવાના નિયમો લેવા. વૈરાગ્ય ભાવનાથી બધા દુન્યવી વિચારોનો ત્યાગ કરવો. આ ત્યાગે જ થાય જ્યારે ભૌતિક ચીજોનો મોહ છૂટે જેનાથી આપણી ઈન્દ્રિયોને આનંદ મળે છે. આનાથી મોક્ષ માર્ગ તરફ જવામાં સફળતા મળે છે. અશુદ્ધ વિચારોથી મુક્તિ મળે છે જે બંધનું કારણ છે.

શ્રમણની દૈનિક ક્રિયામાં નીચેની ક્રિયાઓ પણ સમાવેશ થાય છે. જેમાં પરંપરા પ્રમાણે વિવિધતા છે.

૧) પડીલેહણ

૨) સ્વાધ્યાય

૩) આલોચણા

૪) ગોચરી

૫) પ્રતિક્રમણ

ઉપસંહાર :

શ્રમણે હંમેશા આત્માના શુદ્ધીકરણની ક્રિયાઓ પર જ લક્ષ આપવું જોઈએ. દરેક પ્રકારની હિંસાથી બચવું, બધું જ સંવર અને નિર્જરા માટે જ કરવું, તેમણે શ્રાવકોને મુક્તિ માર્ગ પર ચાલવા માટે રસ્તો બતાવવો અને પ્રેરણા આપવી. સાથે સાથે એવું કાંઈ ન કરવું જેનાથી પોતાને કોઈ ચીજ કે વ્યક્તિનો રાગ થઈ જાય.

બીજા નામ	શ્રાવકાચાર આગારી દેશવિરતી વિકલ ચારિત્ર	અણાગારી અણાગારી સર્વવિરતી સકલ ચારિત્ર
વ્રતના નામ	સ્થૂલ પ્રાણાતિપાત વિરમણ ત્રણ જીવોની હિંસા ત્યાગ/સ્થાવર જીવોની જયણા	સૂક્ષ્મ પ્રાણાતિપાત વિરમણ સર્વ હિંસા ત્યાગ
	સ્થૂલ મૃષાવાદ વિરમણ	સૂક્ષ્મ મૃષાવાદ વિરમણ
	સ્થૂલ અદતાદાન વિરમણ	સૂક્ષ્મ અદતાદાન વિરમણ
	મૈથૂન વિરમણ - સ્વદારા સંતોષ	બ્રહ્મચર્ય
	પરિગ્રહ વિરમણ - ઈચ્છા મર્યાદા	અપરિગ્રહ
પચ્ચખાણ	૬ કોટી પચ્ચખાણ અનુમોદના ત્યાગ નથી	૯ કોટી પચ્ચખાણ અનુમોદના પણ પચ્ચખાણ છે
શ્રેણી	સંચમા સંચમ	સંચમ
મૃત્યુ પછીની મહત્તમ અવસ્થા	ઉત્કૃષ્ટ રીતે ૧૨ મા દેવલોક સુધી જઈ શકે	ઉત્કૃષ્ટ રીતે ૫ માં અનુત્તર દેવલોક કે મોક્ષ સુધી જઈ શકે