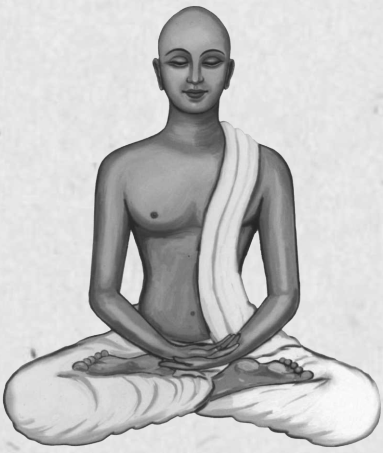
णमोत्थु णं समणस्स भगवओ महावीरस्स
आयओ गुरुबहुमाणो

૧૬ ભાવના

ભાવો અને મોક્ષે જાવો
Simple & Strait



શ્રી પ્રેમ-ભુવનભાનુ-પદ્મવિનેય વૈરાગ્યદેશનાદક્ષ
શ્રી હેમચન્દ્રસૂરિ મહારાજા

-: પ્રકાશક :-
શ્રાદ્ધવર્યા શ્રી મૂળીબહેન અંબાલાલ સંસ્થાપિત
સંઘવી અંબાલાલ રતનચંદ જૈન ધાર્મિક ટ્રસ્ટ

અનિત્ય ભાવના

આ જગતમાં
જે કાંઈ પણ દેખાય છે
તે બધું જ અનિત્ય છે.
ઘર, શરીર, સ્વજન, સંપત્તિ,
સત્તા, યૌવન, આરોગ્ય, યશ
બધું જ અનિત્ય છે, નશ્વર છે.
આજે છે, કાલે નથી.
શા માટે એના પર રાગ કરવો ?
શા માટે એની પાછળ દોડવું ?
શા માટે એ મળે ને હરખાવું ?
શા માટે એનાથી વિયોગ થાય
ને ધ્રુસકે ધ્રુસકે રડવું ?

એ બધું જ પરપોટો છે,
એક દિવસ ફુટી જ જવાનો છે.
આત્મન્ !
તું અનિત્યની બધી જ
પળોજણને છોડી દે
અને તારા નિત્ય સ્વરૂપમાં જ
લયલીન થઈ જા.
જે નાશવંત છે
એના રાગથી
તું નાશ પામતો રહીશ.
જે શાશ્વત છે, એના રાગથી
તું શાશ્વત બની જઈશ.

અશરણ ભાવના

તું વિચાર કે
કોણ છે તારું શરણ ?
તને કોણ ખાતરી આપી શકે છે કે
તને કદી કેન્સર નહીં થાય,
ધસમસતા આવતા
તારા ઘડપણને કોણ
અટકાવી શકે તેમ છે ?
મોત તારા માથે જ છે.
ગમે ત્યારે
એ તને ઉપાડી લેવાનું છે ?
બોલ, છે કોઈ એવું સ્વજન
જે તને બચાવી શકે ?

રાજા, મહારાજા, સમ્રાટ ને
ચક્રવર્તીઓ પણ
અશરણ હોય છે.
મોટા મોટા દેવો ને દેવેન્દ્રો ય
અશરણ હોય છે.
તો તારી તો વાત જ ક્યાં રહી ?
આત્મન્ !
એક જ વ્યક્તિ એવી છે
જે તને જન્મ, જરા, મરણ,
વ્યાધિ, વેદના, દુર્ગતિથી કાયમ
માટે બચાવી લેવા સમર્થ છે.
એ છે જિનધર્મ.
તું એનું શરણ લઈ લે,
તારું કામ થઈ જશે.

સંસાર ભાવના

ચોર્યાશી લાખ યોનિ,
ચોર્યાશી લાખ નરકાવાસ
અને ચૌદે રાજલોકના
અસંખ્ય અસંખ્ય આકાશપ્રદેશ,
આ દરેકે દરેકમાં
તું અનંત અનંત વાર
જન્મી ચૂક્યો છે ને મરી ચૂક્યો છે.
સંસારનું એવું કોઈ દુઃખ નથી,
જે તે અનંતીવાર ભોગવ્યું ન હોય,
સંસારનું એવું કોઈ
સુખ પણ નથી
જે તને અનંતી વાર ન મળ્યું હોય.
સંસારની એવી કોઈ

સંપત્તિ પણ નથી,
જે તને અનંતી વાર ન મળી હોય.
એવો કોઈ સંબંધ નથી કે
જે તારો સર્વ જીવો સાથે અનેક વાર
કે અનંત વાર ન થયો હોય.

બધા તારા વ્હાલા થયા,
તું બધાનો વ્હાલો થયો,
બધા તારા ખૂની થયા,
તું બધાનો ખૂની થયો.
આત્મન્ !

બસ, હવે બહુ થયું,
હવે તું કંટાળ આ સંસારથી
અને તારા મનને
મોક્ષમાં જ સ્થિર કરી દે.

એકત્વ ભાવના

જીવ એકલો જ જન્મે છે
અને એકલો જ મરે છે
રસ્તા પર ખૂબ ભીડ હોય ત્યારે
દેખાય હજારો જણ સાથે પણ
આમ એ બધાં જ એકલા હોય છે,
કારણ કે કોઈ કોઈનું હોતું જ નથી.
બધા અલ્પ સમય માટે સાથે.
પછી બધાં જ પોતપોતાના રસ્તે
હકીકતમાં તો બધા સાથે લાગે
ત્યારે ય કોઈ સાથે હોતું જ નથી.
આત્મન્ !
તું મનમાં ફીટ કરી દે.
તારું કોઈ જ નથી,

તું કોઈનો નથી, તું એકલો છે,
તદ્દન એકલો.
એકત્વ એ તારી કમનસીબી નથી,
તારું ઐશ્વર્ય છે, તારી અસ્મિતા છે.
જે આનંદ એકત્વમાં છે
એ બીજે ક્યાંય નથી.
તારી બધી જ તકલીફનું મૂળ
એ જ છે કે તે રસ્તાની ભીડને
તારો પરિવાર માની લીધો છે.
ને પછી ડગલે ને પગલે
એની પળોજણથી
તું દુઃખી દુઃખી થયા કરે છે.
છોડી દે આ ભ્રમણા
ને એકત્વની મસ્તીમાં મસ્ત થઈ જા.

અન્યત્વ ભાવના

અન્યત્વ એટલે જુદાપણું.
તું વિચાર કે શરીર
જુદું છે ને તું જુદો છે.
એ જડ - તું ચેતન,
એ નશ્વર - તું શાશ્વત,
એ અશુચિ - તું શુચિ,
એ અજ્ઞ - તું સુજ્ઞ.
તો પછી એ તું શી રીતે હોઈ શકે ?
ને જ્યારે તું શરીર સુદ્ધાથી જુદો છે
ત્યારે ઘર, સ્વજન, ધન
વગેરેથી તો સુતરાં જુદો છે.

આત્મન્ !

તારા સમસ્ત ભવભ્રમણનું મૂળ છે
અળગાને વળગવાનું ગાંડપણ.
જુદું એ જુદું જ છે.
તું લાખ પ્રયાસ કરે,
તું આકાશ-પાતાળ એક કરે,
તું ગમે તેટલા ધમ-પછાડા કરે,
એ જુદું જ રહેવાનું છે.
બસ, હવે આ ગાંડપણ છોડી દે.
તને ‘અન્ય’ની
કોઈ જરૂર જ નથી.
તને જરૂર છે
અન્યત્વ ભાવનાની.

અશુચિ ભાવના

આખી દુનિયામાં તપાસ કરીએ -
ગંદામાં ગંદી વસ્તુ કઈ છે ?
જવાબ મળશે - શરીર.
નવ અને બાર છિદ્રોમાંથી શરીર
ગંદકીને ઝર્યા જ કરે છે.
વિશ્વના સર્વોત્કૃષ્ટ શરીરથી પણ
જો ફક્ત ચામડી દૂર કરી દેવાય,
તો એને અડવાની વાત તો દૂર છે,
એને જોવું ય અઘરું પડી જાય.
જો ગટરલાઈનમાં ડોકિયું કરવાની
ચેષ્ટા આપણે હરગીઝ નથી કરતા
તો શરીરને જોવાની ચેષ્ટા શા માટે ?
ગટરમાં જો આપણે
હાથ નાંખતા જ નથી
તો શરીરને અડવાની ચેષ્ટા શા માટે ?

એક પાગલ ગટરની અંદર
વોટરપાર્કની મજા લઈ રહ્યો છે
ને આપણે શરીરમાં
'મજા' શોધી રહ્યા છીએ.
આ બે ઘટનામાં
હકીકતમાં કોઈ જ ફરક નથી.
આત્મન્ !
તું લાખ સાબુ લગાડ
કે અત્તરની બાટલીઓ ઢોળ,
શરીર તો અશુચિ જ હતું,
અશુચિ જ છે
ને અશુચિ જ રહેવાનું છે.
તું એની બધી જ આસક્તિ છોડી દે
અને તારા પરમ
શુચિ સ્વરૂપમાં મગ્ન થઈ જા.

આશ્રવ ભાવના

મિથ્યાત્વ, અવિરતિ, કષાય
અને યોગ આ ચાર કારણોથી
આત્મામાં કર્મોની
ઘુસણખોરી થાય છે,
એનું નામ આશ્રવ.
મન-વચન-કાયાની
શુભ પ્રવૃત્તિથી શુભ કર્મ બંધાય છે
અને અશુભ પ્રવૃત્તિથી
અશુભ કર્મ બંધાય છે.
જો મનમાં મૈત્રી વગેરે
શુભ ભાવનાઓ છે,
તો શુભ કર્મ બંધાય છે
અને જો મનમાં કષાયો

અને વિષયો રમે છે,
તો અશુભ કર્મ બંધાય છે.
જે વચનના મૂળમાં શ્રુતજ્ઞાન છે
એનાથી શુભ કર્મ બંધાય છે અને
જે શ્રુતજ્ઞાનથી વિરુદ્ધ વચન છે,
એનાથી અશુભ કર્મ બંધાય છે.
શરીર જો કાયગુપ્તિથી યુક્ત છે,
તો શુભ કર્મ બંધાય છે
ને જો શરીર હિંસાદિ પાપો કરે છે
તો અશુભ કર્મ બંધાય છે.

આત્મન્ !

બહાર તો તે ઘણું ઘણું જોયું,
હવે અંદર જો, આ આશ્રવોને જો.

સંવર ભાવના

આશ્રવોના બધાં જ છિદ્રોને ઢાંકી દેવા
અને આત્મામાં થઈ રહેલી
કર્મોની ઘુસણખોરી બંધ કરી દેવી
એનું નામ સંવર.
આત્મામાં કર્મોનું આગમન બંધ કરવું
એ દ્રવ્ય સંવર છે.
જેનાથી સંસાર વધે
એવું કશું જ ન કરવું
એ ભાવ સંવર છે.
જે ઉપાયથી જે આશ્રવ ટળે
એ ઉપાય આદરવો જોઈએ.
આત્મન્ !
તું ક્ષમાથી ક્રોધને રોક, કોમળતાથી
અભિમાનને રોક, સરળતાથી માયાને

અને સંતોષથી લોભને રોક.
સંયમથી વિષયોને પહોંચી વળ,
મન-વચન-કાયાની ગુપ્તિથી
તું યોગોના આશ્રવને અટકાવ.
સાવદ્યત્યાગ દ્વારા
તું અવિરતિનો આશ્રવ બંધ કરી દે
અને સમ્યક્ત્વથી
મિથ્યાત્વનો મુકાબલો કરી દે.
તું શુભધ્યાનમાં સ્થિર થઈ જા અને
આર્ત્ત-રૌદ્ર ધ્યાન પર જીત મેળવી લે.
આત્મન્ !
આશ્રવોને રોકવા એટલે
નરકને રોકવી, નિગોદને રોકવી
અને ભવભ્રમણને રોકવું.
તું આમાં જરા ય પાછો પડતો નહીં.

નિર્જરા ભાવના

સંસારનું બીજ છે કર્મ,
એ જેમાં જરી જાય છે
એનું નામ નિર્જરા.
સંસારના દુઃખો ભોગવીને
પરાણે કર્મનિર્જરા કરવી,
એ અકામનિર્જરા છે.
તપ દ્વારા સામી છાતીએ કર્મોને
ખપાવવા એ સકામ નિર્જરા છે.
જેમ અશુદ્ધ સોનું
દેદીપ્યમાન આગથી શુદ્ધ થઈ જાય છે
તેમ તપની આગથી
આત્મા પણ શુદ્ધ થઈ જાય છે.
ઉપવાસાદિ તપ, ઉણોદરી, દ્રવ્યાદિ
અભિગ્રહ, રસત્યાગ, કાયક્લેશ અને

સંલીનતા આ બાહ્ય તપ છે.
પ્રાયશ્ચિત્ત, વૈયાવચ્ચ, સ્વાધ્યાય,
વિનય, કાયોત્સર્ગ અને ધ્યાન
એ આંતર તપ છે.
બાહ્ય અને આંતર તપની આગ
જ્યારે ભભૂકી ઉઠે છે
ત્યારે ભારેથી ય ભારે
ને ચીકણાથી ય ચીકણા કર્મો
બળીને ખાખ થઈ જાય છે.
આત્મન્ !
અનાદિકાળથી તે એક જ કામ કર્યું છે,
તારા ગુણોને બાળવાનું.
બસ હવે બહું થયું.
હવે તું તપની આગ પેટાવ
અને તારા કર્મોને ભસ્મીભૂત કરી દે.

ધર્મ સ્વાખ્યાતતા ભાવના

જિનેશ્વર ભગવંતે
કેવો સુંદર અને શુદ્ધ ધર્મ કહ્યો !
આ ભાવનાનું નામ છે
ધર્મસ્વાખ્યાતતા.
જે આ ધર્મનું અવલંબન કરે
એ ભવસાગરમાં ન ડુબે.
ક્ષમા, કોમળતા, સરળતા,
નિઃસંગતા, તપ, સંયમ, સત્ય,
શૌચ, અકિંચનતા અને બ્રહ્મચર્ય -
આનું નામ જિનધર્મ.
ધર્મ તને બધા જ દુઃખોથી
બચાવવા માટે સક્ષમ છે.
ખરી માતા, ખરા પિતા, ખરો સ્વજન
ને ખરો મિત્ર ધર્મ સિવાય
બીજો કોઈ જ નથી.

દરિયો પૃથ્વી પર ફરી નથી વળતો
એ ધર્મનો પ્રભાવ છે.
યોગ્ય સમયે વાદળ વરસે છે
એ ધર્મનો પ્રભાવ છે.
આગ ત્રાંસી નથી જતી
ને પવન ઉપર નથી વાતો
એ ધર્મનો પ્રભાવ છે.
અનંત અલોકમાં ચૌદ રાજલોક
અદ્ધર સ્થિર છે એ ધર્મનો પ્રભાવ છે.
સૂર્ય અને ચન્દ્ર ઉગે છે
ને દુનિયા ટકી શકે છે
એ ધર્મનો પ્રભાવ છે.
આત્મન્ !
બાહ્ય અને આંતર બધી જ સુખ-
સમૃદ્ધિનો એક માત્ર સ્રોત ધર્મ જ છે,
બીજું કશું જ નહીં.

લોકસ્વભાવ ભાવના

પગ પહોળા કરીને
બંને હાથ કમર પર રાખીને ઊભેલો
માનવ હોય એનો જેવો આકાર હોય,
એવા આકારનું આ વિશ્વ છે.
દેવલોકોમાં દિવ્ય નાટક
ને સંગીત ચાલી રહ્યા છે
ને નરકની અંદર હાહાકાર મચેલો છે.
અસંખ્ય દ્વીપ-સમુદ્રોની અંદર
પશુ-પંખી-જળચરો
એક-બીજાને જીવતા ચાવી રહ્યા છે,
તો અનંતાનંત નિગોદના જીવો
સતત જન્મ-મરણ કરી રહ્યા છે.
એક બાજુ લગ્નની મહેફિલમાં
કોઈ ગાંડા બનીને નાચી રહ્યા છે

તો એ જ સમયે ક્યાંક
પ્રિય સ્વજનના મૃત્યુ પર
બીજા માથું પછાડીને રડી રહ્યા છે.
ક્યાંક ઉત્સવો છે, ક્યાંક યુદ્ધો છે,
ક્યાંક હર્ષ ઉમટી રહ્યો છે,
ક્યાંક શોકના દરિયાએ
બધું જ ખલાસ કરી દીધું છે.
ક્યાંક તીવ્ર સુખ છે,
ક્યાંક તીક્ષ્ણ દુઃખ છે.
આત્મન્ !
તું વિવેકદૃષ્ટિથી આ વિશ્વને જો.
એનાથી તને તારા સુખ-દુઃખ
વજૂદ વગરના લાગશે.
તારું મન સ્થિર થશે
અને એની સાથે જ તારી ભીતર
અધ્યાત્મ-સુખના ઝરા ફૂટી નીકળશે.

બોધિદુર્લભ ભાવના

અકામનિર્જરા દ્વારા જયારે ટીપે ટીપે
પુણ્યનો દરિયો ભરાય ત્યારે
આ જીવ સ્થાવરમાંથી ત્રસ બને છે.
પુણ્યનો બીજો દરિયો ભરાય
ત્યારે એને પંચેન્દ્રિયપણું મળે છે.
પુણ્યનો ત્રીજો દરિયો ભરાય
એટલે માનવભવ મળે છે.
પુણ્યનો ચોથો દરિયો ભરાય
એટલે આર્ય દેશ મળે છે.
પુણ્યનો પાંચમો દરિયો ભરાય
એટલે ઉચ્ચ કુળ મળે છે.
પુણ્યનો છટ્ઠો દરિયો ભરાય
એટલે પરિપૂર્ણ ઈન્દ્રિયો મળે છે.
પુણ્યનો સાતમો દરિયો ભરાય

એટલે પૂરતું આયુષ્ય મળે છે.
પુણ્યનો આઠમો દરિયો ભરાય
એટલે સદ્ગુરુ અને ધર્મશ્રવણ મળે છે.
પણ આટ-આટલું મળ્યા પછી પણ
જીવને શ્રદ્ધા પ્રગટે
અને બોધિલાભ થાય
એ દુર્લભ હોય છે.
આટલો ઊંચે આવેલો જીવ પણ
ફરી પટકાઈ જાય અને
નિગોદ ભેગો થઈ જાય.
આત્મન્ !
શાંત ચિત્તે વિચાર,
કેટલું દુર્લભ છે આ બોધિરત્ન !
માંડ તારા હાથમાં આવ્યું છે.
એ અગાધ ભવસાગરમાં પડી જાય,
એની પહેલા તું તારું કલ્યાણ કરી લે.

મૈત્રી ભાવના

દુનિયામાં કોઈ પાપો ન કરો
અને દુનિયામાં કોઈ દુઃખી ન
થાઓ. બધાં જીવો મોક્ષ પામો,
આવી ભાવનાનું નામ છે મૈત્રી.

આત્મન્ !

તું વિચાર કે તારું કોઈ જ દુશ્મન
નથી, બધા જ તારા મિત્ર છે,
બધા જ જીવો અનંતવાર તારા
વ્હાલસોયા સ્વજન બની ચૂક્યા છે,
એમાં કોણ તારું દુશ્મન છે ?
આ તો તારો જ આખો પરિવાર છે.
તું વિચાર કે આ એકેન્દ્રિય વગેરે
જીવો ય જલ્દીમાં જલ્દી ઊંચા આવે,

બોધિલાભ પામે અને
સર્વ દુઃખોથી હંમેશ માટે
મુક્ત બની જાય.
આત્મન્ !
તારો વ્હાલો દીકરો હોય એને
જોઈને તને કેટલો આનંદ થાય !
એ થોડું-ઘણું અજુગતું ય કરે
તો ય તને એના માટે
કેટલી લાગણી હોય.
બસ ! આ જ ભાવ તું
આખી દુનિયા માટે લાવી દે.
તારા અંતરની
બધી જ કલુષિતતા ખતમ થઈ જશે
અને આનંદ-આનંદ થઈ જશે.

પ્રમોદ ભાવના

ગુણીજનોના ગુણોને જોઈને
મનોમન આનંદથી નાચી ઉઠવું
એનું નામ પ્રમોદ ભાવના.
આત્મન્ !
જો અરિહંત ભગવંતોને. કેવા એમના
અતિશયો !, કેવો એમનો પુણ્યપ્રતાપ !
ને સમગ્ર વિશ્વ પર કેવો
એમનો અજોડ ઉપકાર !
તું સિદ્ધોની સિદ્ધતા જો, આચાર્યોના
પંચાચારને જો.
ઉપાધ્યાયોના જ્ઞાનદાનને અને
સાધુઓની સાધનાને જો.
સાડા ત્રણ કરોડ રુંવાડા
આનંદથી રાસડા લે
ને આત્માના પ્રદેશે પ્રદેશે
આનંદ આનંદ છવાઈ જાય

એવા આ ગુણો છે.
જો આ શ્રાવક-શ્રાવિકાઓને,
કેવી અદ્‌ભુત છે એમની પ્રભુભક્તિ !
કેવો વાંભ વાંભ ઉછળી રહ્યો છે
એમનો સુપાત્રદાનનો ઉલ્લાસ !
તું જો તો ખરો, લગ્નના પહેલા દિવસથી
અખંડ બ્રહ્મચર્ય પાળતા દંપતિઓ છે.
આયંબિલથી વર્ષીતપ ને શ્રેણિતપ
કરનારા તપસ્વીઓ છે. કરોડોના દાન
દેનારા ને પોતાના પગારનું કવર ભંડારમાં
નાંખી દેનારા ભાગ્યશાળીઓ છે.
અરે, ઈતરોમાં ય
કેટલાંક જીવો કેટલા ગુણવાન હોય છે !
કેવી વિશુદ્ધ હોય છે એમની
માર્ગાનુસારિતાની ભૂમિકા.
બસ, જુઓ ને નાચો, જુઓ ને નાચો.
જો આ નાચ આવડી જાય
તો સંસારનો બધો જ નાચ મટી જશે.

કરુણા ભાવના

દીન, દુઃખી, ભયભીત,
જીવનની ભીખ માંગનારા ને
પાપી જીવો માટે એવી લાગણી જાગે કે
હું એમના દુઃખો અને પાપોને હરું,
એનું નામ કરુણા ભાવના.
આત્મન્ !
જો આ દુનિયા કેટલી દુઃખી છે !
સાતે નરકના ચોર્યાશી લાખ
નરકાવાસોમાં અસંખ્ય અસંખ્ય નારકો
ચીસાચીસ કરી રહ્યા છે.
દેવલોકમાં ય
કેવા ભયાનક યુદ્ધો ચાલી રહ્યા છે.
તિર્યંચો એક-બીજાથી ખાય છે
ને એક-બીજાને ખવાય છે,

જીવતા કપાય છે, જીવતા બફાય છે
ને જીવતા શેકાય છે.
કેવી પીડા હશે એમની !
મનુષ્યો પણ ગર્ભાવાસ, જન્મ, રોગ,
ઘડપણ, ઉપાધિ, ચિંતા, ગરીબી,
મોંઘવારી, મંદી, અપમાનો,
અકસ્માતો, ગૃહકલેશો વગેરેથી
કેટલા દુઃખી છે !
આત્મન્ ! તારા દુઃખો કરતા
આ દુનિયાના દુઃખો અનંતગણા છે,
તું જ કહે
તારે તારા દુઃખોના
રોદણા રોવા જોઈએ ?
કે પછી આ દુનિયાના દુઃખે
કરુણાથી પીગળી જવું જોઈએ ?

માધ્યસ્થ્ય ભાવના

જે જીવો ક્રૂરકર્મી છે,
બેફામ દેવ-ગુરુની નિંદા કરનારા છે,
ને પોતાની પ્રશંસા કરનાર છે,
એવા ભારેકર્મી જીવો માટે
ઉપેક્ષાભાવ રાખવો
એનું નામ માધ્યસ્થ્ય ભાવના.
આત્મન્ !
દુનિયામાં એક પ્રકારના જ
જીવો નથી હોતા,
જાત-જાતના જીવો હોય છે.
બધાને સમજાવવા ને
બધાને સુધારવા
એ ભગવાન માટે પણ શક્ય હોતું નથી.
સંગમ ને જમાલિ જેવાને સુધારવા માટે
ભગવાન પણ અસમર્થ હતા.