

અનંત જન્મના અનુભવોથી પેદા થયેલા સારા-નરસા સંસ્કારો કે શુભ-અશુભ ભાવો પણ ભાવમનમાં સંઘરાય છે. જે મન મોહના સર્જનનું ઘર છે, તે જ મન મોહના વિસર્જનનું પણ સાધન છે. કષાયોથી અને વિકારોથી વાસિત મન તે જ સંસાર છે અને તેનાથી મુક્ત મન તે જ મોક્ષ છે. ચોવીસે કલાક કર્મનો બંધ આ મનને આધારે છે. ફક્ત કાયા કે વાણી કે ઈન્દ્રિયોને લીધે કોઈ કર્મનો બંધ નથી થતો, પણ બધી જ પ્રવૃત્તિમાં જો મન ભળે તો જ કર્મનો બંધ કે કર્મની નિર્જરા થાય છે. આથી જ મનનું મહત્ત્વ અતિશય છે. લોકમાં પણ કહેવત છે કે “મન ચંગા તો કથરોટમે ગંગા”.

સુખ-દુઃખનું કારણ મન અને બંધ-મોક્ષનું કારણ પણ મન :

Dr.Herman Jacobi નામનો Research Scholer (સંશોધક) “ઉપમિતિભવપ્રપંચા કથા” નામનો ગ્રંથ વાંચીને એટલો રાજી થયો કે ગ્રંથ માથે લઈને નાચ્યો હતો. તેના જેવું મનોવિજ્ઞાનનું Analysis દુનિયાના કોઈ ગ્રંથમાં નથી. મનની ખાસિયતો, તેનું ફળ આ બધું એક રૂપકકથારૂપે તેમાં આલેખ્યું છે. પૂ. ઉપાધ્યાયજી શ્રીયશોવિજયજી મહારાજ સાહેબે લખ્યું છે કે આવું અદ્ભુત વિવેચન બીજે ક્યાંય સાંભળ્યું નથી. ઉપમિતિકારે પૂર્વભૂમિકામાં લખ્યું છે કે આ જગતમાં સર્વ કલ્યાણ અને અકલ્યાણની ભૂમિ મન છે. મનના સુખ વગર આ જગતમાં કોઈ સુખી થતું નથી. તેવી જ રીતે મનના દુઃખ વગર કોઈ દુઃખી પણ થતું નથી.

સર્વકર્મના ક્ષય અને બંધનું કારણ પણ મન છે. જીવનમાં સર્વપ્રકારની શાંતિ અને અશાંતિ મનને આભારી જ છે. મન એ આખા જગતનું માલિક છે. જો મનને જ તમે મહત્ત્વ આપ્યું હોત તો અત્યાર સુધીમાં કેટલીય સાધના કરી શક્યા હોત ! પણ તમે તો જીવનમાં શરીરને મહત્ત્વ આપ્યું છે. જે મનને ઓછું મહત્ત્વ આપે છે તે દિશા ભૂલી રહ્યા છે. કોઈ પણ માણસ સંતત્ત્વ મનને સાથે રાખીને સુખી થતો નથી. કારણ કે જીવનમાં દરેક વસ્તુ સંબંધી સાચા ખોટાનો નિર્ણય તો તમારું ભાવમન જ કરે છે. ચશમાં, આંખ વગેરે તો માત્ર જોવાનાં સાધન છે. તેને ક્યાં ગોઠવવાં તે નિર્ણય મનનો છે. તેથી આંખો ટીકી-ટીકીને વિકારી દશ્યો જુએ તો તેમાં મુખ્ય ગુનેગાર તમારી આંખ નથી, પણ તમારું ભાવમન છે. કારણ કે વિકારોનો જન્મ મનમાં છે. આંખો તો તેની વાહક છે. જેમ ચશમાં તે આંખને માટે દેખવાનું સાધન છે, પણ ખરું ને ખોટું તો મન જ નક્કી કરે છે, તેમાં ઈન્દ્રિયો ગુનેગાર નથી હોતી.

સ્વામી વિવેકાનંદ એક પ્રસંગે તેમની યુવાવસ્થામાં સંન્યાસી તરીકે રસ્તામાં જઈ રહ્યા હતા ત્યારે, એક સુંદર યુવતીને જોઈ આકર્ષણ થવાથી ટીકીટીકીને જોઈ; પરંતુ પછી પાછળથી

૪ મનોવિજય અને આત્મશુદ્ધિ