

કુદરત દ્વારા મનની વિશેષ ભેટ મળી છે. જો આપણે આ મનનાં રહસ્યો સમજી શકીએ તો આ માનવભવને સફળ કરી શકીએ.

મન આખી દુનિયામાં એક ક્ષણમાં ફરીને પાછું આવી શકે છે અને જો રસ પડી જાય તો એક જ વસ્તુમાં એકાગ્રતા પણ લાવી શકે છે. મનની શક્તિ અજબગજબની છે. બીજી બાહ્ય ઈન્દ્રિયોની શક્તિ મન આગળ અશમાત્ર પણ ન આવે, પણ આ શક્તિનો પરિચય ન હોવાથી જ સાધના કરવામાં તમે ઉત્સાહિત થઈ શકતા નથી.

પશ્ચિમના ધર્મોમાં આર્યશાસ્ત્ર જેવી અધ્યાત્મિક દૃષ્ટિ નથી. મોક્ષનો Concept જ પૂર્વની સંસ્કૃતિનો છે. અંગ્રેજી ભાષામાં તો અધ્યવસાય જેવો શબ્દ જ નથી. ભારતીય ધર્મમાં આત્માનંદની વાત છે. પાશ્ચાત્ય સંસ્કૃતિ Salvation શબ્દને મોક્ષનો પર્યાયવાચી શબ્દ માને છે, જેનો અર્થ પાપની મુક્તિ થાય છે. મોક્ષમાં ફક્ત પાપની મુક્તિ જ નથી, પણ જડમાત્રથી મુક્તિ છે, જેમાં પુણ્યથી મુક્તિ પણ આવે જ છે.

ઊંચામાં ઊંચો શુદ્ધ ભાવ અને હલકામાં હલકો સંકલિષ્ટભાવ મનુષ્યના મનમાં શક્ય છે અને એનો કન્ટ્રોલ પણ તમારા જ હાથમાં છે. તમારે કઈ બાજુ ગતિ કરવી છે તે તમારો નિર્ણય છે.

મન શું ચીજ છે ? જૈન ફિલોસોફી પ્રમાણે શાસ્ત્રીય પરિભાષામાં સમજવું હોય તો દા.ત. જેમ આ શરીર છે, તે જડ છે અને નજરોનજર દેખાય છે. તેમાં બાહ્ય દુનિયાના જ્ઞાનના સાધન તરીકે જેમ પાંચ ઈન્દ્રિયો રચાઈ છે, તેમ અંદરમાં જ અતિશય સૂક્ષ્મ રચનાવાળું જ્ઞાનતંતુઓનું સૂક્ષ્મ માળખું છે કે જેને લોકવ્યવહારમાં મગજ કહેવાય છે અને જૈન શાસ્ત્રીય પરિભાષામાં તે મન:પર્યાપ્તિ છે. અને તેનાથી પણ અતિશય સૂક્ષ્મ મનોવર્ગજ્ઞાનાં પુદ્ગલોમાંથી બનેલું સાધન તે દ્રવ્યમન છે. તે જડ અણુપરમાણુની રચનામાંથી બનેલો Special (વિશેષ) આકાર છે, જે આકાર પણ વિચારો-ભાવો મુજબ સતત બદલાયા કરે છે.

જેની પાસે મન:પર્યવજ્ઞાન છે તે જ્ઞાનીઓ, રૂપી એવા આ મનને સ્પષ્ટ જોઈ શકે છે. સામાન્ય ઈન્દ્રિયોથી મન ગ્રાહ્ય નથી. રૂપીદ્રવ્ય પણ સૂક્ષ્મ હોવાથી આપણી ઈન્દ્રિયોથી અતીત છે; છતાં તે જડ પુદ્ગલ છે, એટલે મન:પર્યાયજ્ઞાની તેનો સાક્ષાત્કાર કરી શકે છે; જ્યારે અરૂપી એવા આત્માનું પ્રત્યક્ષ તો કેવળજ્ઞાની જ કરી શકે. આ દ્રવ્યમનની અસરોનો આપણે ચોવીસે કલાક અનુભવ કરી શકીએ છીએ.

શાસ્ત્રમાં મનના આકારની બાબતમાં વિશદ વિવેચનો કર્યા છે. દ્રવ્યમનની સ્પષ્ટ જાણકારી ભગવાને આપી છે. પરંતુ દ્રવ્યમન સાધન છે, જ્યારે ખરું મહત્ત્વનું મન ભાવમન છે, જે આત્મા સાથે જોડાયેલું છે. આ ભાવમન ચૈતન્યમય છે, જ્યારે દ્રવ્યમન જડ છે.

\*\*\*\*\*

મનોવિજય અને આત્મશુદ્ધિ

૩