

ધર્મી આત્મા સંસારમાં રહેવા છતાં સંસારથી અળગો જ રહેતો હોય. ધર્મી આત્માને પૂછો કે ક્યાં જવું છે તો એ એક જ જવાબ આપશે, મારે મોક્ષમાં જવું છે. ધર્મી આત્માને પૂછો કે તારે શું જોઈએ છે તો એનો એક જ જવાબ મળશે, મારે દીક્ષા જોઈએ છે. ધર્મી આત્માને પૂછો કે તને શાનું દુઃખ છે તો એ એક જ વાત કરશે, મારે સંસારમાં રહેવું પડે છે તેનું મને દુઃખ છે. ક્યારે સંસાર છૂટે અને ક્યારે સંયમનો સ્વીકાર કરું એવી ભાવનામાં જ ધર્મી આત્મા રમતો હોય. આ ધર્મી આત્માની ભાવનાઓ બહુ ઊંચી કોટિની હોય. ધર્મી આત્માની વાતો પણ ઊંચી જ હોય. ધર્મી આત્માને સંસારમાં રહેવું પડે તેનું એટલું બધું દુઃખ હોય છે કે તેનો હિસાબ ન થાય. આવો ધર્મી આત્મા વાતો કરે તેમાં પણ ધર્મ જ હોય. ધર્મ ન હોય તેવી વાતોમાં ધર્મી આત્માને રસ ન પડે. ધર્મની વાતો હોય તેમાં ધર્મી આત્માને રસ પડ્યા વિના રહે નહીં. ધર્મી જીવ સંસારની વાતો કરે પણ ન છૂટકે કરે. ધર્મી આત્માને ગમે તેવી વાતો સાંભળવાનું ગમે નહીં. ધર્મી આત્મા સારી વાતો જ સાંભળે અને સારી વાતો જ કરે. ખરાબ વાતો કરનારો ધર્મી રહી શકતો નથી. ખરાબ વાતો કરનારો આવે તો ધર્મી આત્મા તેને પોતાની પાસે બેસવા પણ ન દે. ધર્મી આત્મા તો તરત જ કહી દે કે, 'ભાઈ ! મારા કાન ભગવાનની વાતો સાંભળવા માટે છે. મારી જીભ ભગવાનના ધર્મની વાતો માટે છે. બીજી બધી વાતોમાં મને રસ નથી. તમારે કરવી હોય તો ધર્મની વાતો કરો, સારી વાતો કરો, એ સિવાયની વાતો હોય તો મારે એમાં પડવું નથી'.

તમે આખો દિવસ બીજું ઘણું કામ કરતા હશો. તમારાં દરેક કામો તમે ધ્યાન દઈને જ કરતા હશો. તમને કામ કરતાં કરતાં બોલવાની આદત છે. કામ ન હોય પણ તમે બોલતા રહો છો. મોઢામાં અને નાકમાં હવા પ્રવેશે છે તે ફેફસાં સુધી પહોંચીને ફરી બહાર આવે છે તે વખતે આ હવા ગળામાં, જીભ પર, હોઠે અને તાળવે અને દાંતને દબાણપૂર્વક સ્પર્શીને બહાર નીકળે છે, તેમાંથી અવાજ બને છે. પશુઓને જીંદગીભર એકાદ ઉચ્ચારમાં સમાય તેટલો જ શબ્દ અવાજમાં મળે છે. માણસને અવાજમાં અપરંપાર શબ્દો મળે છે. અગણિત ઉચ્ચારો અને અગણિત શબ્દો. અવાજ માણસે માણસે બદલાય છે. શબ્દો બદલાતા નથી. શબ્દો પુનરાવર્તન પામે છે અને પરિવર્તન પામે છે અને અર્થઘટન પામે છે. તમે શબ્દો બોલો છો તે તમારી વાત બને છે. તમે ઉચ્ચારો છો તે શબ્દો તમારા વિચારનો પડઘો હોય છે. તમારા અવાજમાં ગોઠવાતા શબ્દો તમારી વાણી છે. તમારો શબ્દ તમારી શક્તિ છે. તમે આ શબ્દને સારા વિચારની રજૂઆત માટે લેશો તો તમારી વાતો સુંદર બનશે. તમારા શબ્દને તમે નરસા વિચારની રજૂઆતમાં વાપરશો તો તમને નુકશાની થશે. તમારા દ્વારા થનારી વાતોમાં જ્યારે જ્યારે નિંદાનું તત્ત્વ પ્રવેશે છે ત્યારે ત્યારે તમારી વાણી કલંકિત થતી હોય છે. વાણી દ્વારા નિંદા થાય છે ત્યારે આત્માના સ્તરે રાગ અને દ્વેષ બંનેને પોષણ મળતું હોય છે. પોતાની માટેનું અભિમાન નિંદા કરવા દ્વારા પોષાય છે તે રાગ. બીજાની માટેનો અફિલાવ નિંદા દ્વારા પોષાય છે તે દ્વેષ. નિંદા એક મનોવૈજ્ઞાનિક આદત છે. આ સમસ્યા આપણા રાગ અને દ્વેષને પોષતી રહે છે. નિંદા દ્વારા રાગ-દ્વેષની જુગલબંદી જીવતી રહે છે.

નિંદા એટલે શું ?

શ્રી ધ્યાનશતક ગ્રંથમાં લખ્યું છે : અવર્ણવાદ રૌદ્રધ્યાન છે અને તે નરકગતિમાં લઈ જાય છે. બીજાની માટે અણછાજતો અને આકરો અભિપ્રાય ઉચ્ચારવો તે છે નિંદા. નિંદા કરવી તેનો મતલબ બીજાની માટે ગમે તેવું બોલવું. નિંદા સાંભળી પણ છે અને કરી પણ છે. નિંદા નામની વાતો થતી હોય ત્યારે શેના વિશે બોલવું પડે છે તે શોધીએ. ત્રણ મુદ્દા યાદ આવે છે. દોષ, ભૂલ, નબળાઈ.

તમે નિંદા કરો છો ત્યારે બીજાનાં દોષનું વર્ણન કરો છો.

તમે નિંદા કરો છો ત્યારે બીજાની ભૂલનું વર્ણન કરો છો.

તમે નિંદા કરો છો ત્યારે બીજાની નબળાઈનું વર્ણન કરો છો.

પારકા દોષોને જોવાની આદત વિના નિંદા થઈ શકતી નથી.

પારકી ભૂલોને શોધ્યા વિના નિંદા થઈ શકતી નથી.

પારકી નબળાઈને ધ્યાનમાં લીધા વિના નિંદા કરી શકાતી નથી.

બીજામાં રહેલા દોષને,

બીજામાં રહેલી ભૂલને,

બીજામાં રહેલી નબળાઈને તમારા શબ્દોમાં તમે સ્થાન આપો છો ત્યારે જ નિંદા થતી હોય છે. નિંદા કરતી વખતે તમારી જીભે દોષ, ભૂલ અને નબળાઈ બેઠા હોય છે. નિંદા કરતી વખતે તમને પારકાં જીવનમાં ચંચુપાત કરવા મળે છે. નિંદા કરતી વખતે તમે સારી વાતોને યાદ કરી શકતા નથી. તમારી વાણીને ગુલાબી રંગમાં ઝબકોળીને તમે મનહર વાર્તાલાપ કરી શકતા હતા તેને બદલે નિંદા દરમ્યાન તમારી વાણીને તમે કાળા રંગમાં ઝબકોળો છો. નિંદા, કાળા રંગની શાહીથી ખરાબ અક્ષરે લખાયેલી - અસાત્વિક વાણી છે.

કોને કોને યાદ કરું ?

તમારી આંખો દ્વારા તમે ઘણા લોકોને જોતા રહો છો. એ બધા તમને યાદ રહેતા નથી. તમારા કાન દ્વારા તમે ઘણા લોકોનો અવાજ સાંભળો છો. એ બધા તમને યાદ નથી રહેતા. તમારી જીભ અને તમારા હોઠો દ્વારા તમે ઘણા લોકોની વાતો કરો છો. તમારા દ્વારા થયેલી વાતોમાં સ્થાન પામેલા એ લોકો તમને ખરોખર યાદ હોય છે. તમને જે યાદ હશે એની જ તમે વાત કરવાના. તમે જેની વાત કરી હશે એને તમે અવશ્ય યાદ રાખવાના. તમે જેમની જેમની માટે બોલ્યા છો અને બોલો છો તેમની સાથેની તમારી ઓળખાણનાં વિવિધ સ્તર હોય છે. તમે કોઈને નજીક અને કોઈને દૂર માનો છો. કોઈ કામના છે અને કોઈ નકામા છે. કોઈ ઉપયોગી છે અને કોઈ માથે પડેલા છે. કોઈ લાગણીશીલ છે અને કોઈ જડસુ છે. તમારી વાતોનો વિષય બન્યા હોય તેવા લોકોને તમે યાદ કરજો. દરેકની માટે તમારી રજૂઆત છે. તમે નિંદા નામનો વાર્તાલાપ કર્યો તેમાં લગભગ બધાને લપેટમાં લીધા છે. તમે સાથે બેસીને નિંદા કરી છે. એકલા બેઠા બીજાની નિંદા થઈ શકતી નથી. તમે નિંદા કરો ત્યારે તમે બીજાનાં મોઢેથી નિંદા સાંભળો એવું પણ બને. તમે કરેલી નિંદામાં આવેલાં નામોની યાદી બનશે. તમે સાંભળેલી નિંદામાં આવેલાં નામોની યાદી બનશે. આ નામો કોના કોના છે ? તે યાદ કરો. કેટલાય નામો એવા છે કે જેમણે તમારું કાંઈ જ બગાડ્યું નથી. એ લોકો ધારે તો પણ તમારું કાંઈ બગાડી શકવાના નથી. એમની માટે બોલવાની જ જરૂર નથી તો એમની નિંદા કરવાનો તો પ્રશ્ન જ ક્યાં રહે છે ? તમારી વાતોના કેન્દ્રમાં સારા માણસો ન હોય તે તમારી સજ્જનતાની નાલેશી ગણાશે. તમારા દ્વારા થતી. નિંદા

પાછળ કોઈ ઉદ્દેશ ન હોય તો તમે બીનજરૂરી વ્યાયામ કરી રહ્યા છે. જેનાથી કશું સિદ્ધ થતું નથી તેવી પ્રવૃત્તિ તો ફક્ત સમયની બરબાદી કરે છે. નિંદા કરવા માટે તમે તમારા પરિચિતો પર કેન્દ્રિત થયા હશો તો તમને ફાયદો કોઈ નહીં મળે અને નુકશાની પારવિનાની થવાની. તમે જેમની સાથે સતત સંપર્કમાં છો તે તમને કોઈક રીતે તો વિશ્વાસમાં લઈ જ શક્યા હશે. તમે પણ એની પર વિશ્વાસ મૂકી શક્યા હશો. તમે એ માણસ માટે ધસાતું બોલતા હશો અને એ માણસ સાથે મીઠી મીઠી વાતો કરતા હશો. આમ કર્યા વિના નિંદા થઈ શકવાની નથી. અને આ રીતે બેવડી નીતિ રાખીને ચાલતા રહેવાથી તમે વિશ્વાસપાત્રતા ગુમાવી દેશો. તમારી પાસે વાચાળતા ભલે રહી, તમે સારા માણસ હોવાનો આત્મવિશ્વાસ ગુમાવી દેશો. તમારે ગોઠવી ગોઠવીને વાતો કરવી પડશે. તમારે વાતોના ખુલાસા તૈયાર રાખવા પડશે. એક જૂઠું હજાર જૂઠુંને ખેંચી લાવે છે તેમ એક નિંદા હજાર નિંદાને ખેંચી લાવે છે. દરેક નિંદા કોઈકની સમક્ષ જ થવાની. નિંદા સાંભળનારા સુપાત્રોની ખોટ ક્યારેય હોતી નથી. તમે કોની કોની સાથે નિંદા કરવા બેસશો ? તમે કોની કોની નિંદા કરશો ? તમે કોના કોના મોઢે નિંદા સાંભળવાના છો ? તમને આ ત્રણ પ્રશ્નો સૂઝ્યા નથી. ફરીવાર આ ત્રણ પ્રશ્નો વાંચી લો. વિચારો. નિંદા નામનું તત્ત્વ ત્રણ રીતે તમને સ્પર્શે છે. ત્રણેયના કેન્દ્રમાં વ્યક્તિના નામો જ આવશે. તમારા દ્વારા થતી નિંદા સાંભળનારા. તમારી સમક્ષ બીજાની નિંદા કરનારા. તમારી વાતો થનારી નિંદાના કેન્દ્રમાં રહેનારા. ત્રણ પ્રકારના લોકો છે. કેટલાં નામો થશે ? આ નામોનો અર્થ શું ? જેટલાં નામ વધારે તેટલો અનર્થ વધારે.

□

૫

ભૂલને જાહેર કરવાની દઢતા રાખ્યા વિના નિંદા થઈ શકતી નથી. તમે ખરાબ નથી તેવું પૂરવાર કરવા તમે બીજાની નિંદા કરો છો. બીજા ચોર છે માટે તમે ચોર નથી. બીજા દંભી છે માટે તમે દંભી નથી. બીજા લોભી છે માટે તમે લોભી નથી. બીજા અભિમાની છે માટે તમે અભિમાની નથી. બીજા વ્યક્તિમાં ચોક્કસ દોષો બતાવી દેવાના. પછી એ દોષ તમારામાં નથી એની રાહત અનુભવવાની. અથવા એ દોષ તમારામાં હોય તો પણ એની કોઈને જાણ નથી તેવી રાહત અનુભવવાની. નિંદાની આ માનસિકતા છે.

તમારી ખરાબી જાહેર થઈ ગઈ હોય તો પણ તમે નિંદા કરી શકો છો. તમે જે રીતે ખરાબ પૂરવાર થયા છો એ જ રીતે તમે બીજાને ખરાબ પૂરવાર કરો છો. તમે ચોર છો તો બીજા પણ ચોર જ છે. તમે ગુનેગાર છો તો બીજા પણ ગુનેગાર છે. તમે જૂઠું બોલો છો તો બીજા બધા પણ જૂઠું જ બોલે છે.

હું ખરાબ છું તેમ બધા જ ખરાબ છે. આ માનસિકતામાં રહીને તમે તમારું ખરાબ હોવાનું તત્ત્વ ગૌણ બનાવી દો છો. બીજા ખરાબ છે અને માટે તમે ખરાબ છો. બીજા ગુનેગાર છે માટે તમે ગુનેગાર છો. બીજા દંભી છે માટે તમે દંભી છો. આમ તમારું ચોક્કસ રીતે ખરાબ હોવું એ બીજાની જવાબદારી બનાવી દો છો. તમો તમે ખરાબ છો તે સ્વીકારી લેવા છતાં એ ખરાબી અંગે તમને કશો રંજ નથી રહેતો આ માનસિકતામાં.

તમને ખરાબ પૂરવાર કરી દેવામાં આવે. તમારી જ ભૂલને લીધે તમે ખરાબ પૂરવાર થયા છો તેવું તમને સ્પષ્ટ ભાષામાં સમજાવી દેવામાં આવે. આવું હોય ત્યારે ત્રીજી માનસિકતા હોય છે નિંદાની. તમે ખરાબ છો અને બીજા તમારાથી વધારે ખરાબ

૭

નિંદાની માનસિકતા

અસલામતીની ભાવના સૌને પીડે છે. પૈસાની અને આરોગ્યની અને પરિવારસંબંધોની અસલામતીને લીધે માણસ દુઃખી બને છે. આમાં નિરાંત તો જીવનમાં નિરાંત. નામનાની પણ હોય છે અસલામતી. તમને તો તમારી ભૂલોની જાણ બરોબર હોય છે. તમારી ભૂલોને તમે છૂપાડી શકો, ભૂલી ન શકો. તમારી ભૂલો તમને અંદર ને અંદર સતત કોરી ખાતી હોય છે. તમને ડર હોય છે કે તમારી ભૂલ બધા જાણતા થઈ જશે તો તમે બદનામ થઈ જશો. ભૂલો છોડી દો તો પણ જૂની ભૂલોને લીધે બદનામી થઈ શકે છે. ભૂલો ચાલુ રહે તો પણ બદનામી થવાની સંભાવના ઊભી જ છે. પોતાની ભૂલોમાંથી બોધપાઠ લેવાથી સારા માણસ બની શકાય છે. ભૂલોનો બચાવ કરવાથી કે ભૂલોને છૂપાડવાથી ભવિષ્યમાં વિસ્ફોટ જ થાય છે. ભૂલો તમે કરી છે અને તમારે તે ભૂલોને લીધે થનારી બદનામી જોઈતી નથી. આ માનસિકતામાંથી નિંદા શરૂ થતી હોય છે. તમે નિંદા કરો ત્યારે તમે તમારી ભૂલનો જ બચાવ કરો છો. તમે બીજાની માટે ધસાતું બોલો છો તે વખતે તમે રાહત અનુભવતા હો છો. શેની રાહત ? ત્રણ રાહત.

૧. હું આવો ખરાબ નથી. એ જ ખરાબ છે.

૨. હું ખરાબ છું. એ પણ ખરાબ છે.

૩. હું ખરાબ છું પણ તે મારાથી વધારે ખરાબ છે.

તમારું ખરાબ હોવું એ નાની બાબત બની જાય અને બીજાનું ખરાબ હોવું એ મોટી બાબત બની જાય તે નિંદાની માનસિકતા છે. તમે બીજાની નિંદા કરતી વખતે સતત સતર્ક રહો છો. તમારી ભૂલને છૂપાડી રાખવાની સતર્કતા અને બીજાની

છે તેવું તમે પૂરવાર કરો છો. તમારા વિચારો કેવા હોય છે ?

હું એક જૂઠું બોલું છું તો બીજા સો જૂઠું બોલે છે. મેં થોડાક હજાર રૂપિયાની ચોરી કરી છે તો બીજાએ લાખો રૂપિયા ચોરી છે. હું ક્યારેક દંભ કરું છું. બીજા તો હંમેશા દંભ જ કરતા હોય છે. અકબર અને બિરબલની કથામાં બિરબલે લાંબી લીટી દોરીને બીજા લીટીને નાની બનાવી દીધી હતી. નિંદાના સંદર્ભમાં આનાથી ઊંધું બને છે. પોતાની કમજોરી નાની બનાવીને એ બીજાની કમજોરીને જ મોટી પૂરવાર કરે છે. તમે ભૂલ કરી હોવા છતાં આબાદ છટકી શકો છો કેમ કે તમારી ભૂલને તમે નાની બનાવી શકો છો. બીજાની ભૂલને, પોતાની ભૂલ કરતાં વધારે ખરાબ પૂરવાર કરવાથી પોતાની ભૂલનો બચાવ કરવાની લાલસા પોષાતી હોય છે. નિંદાની આ પણ માનસિકતા છે.

તમે કરેલી ભૂલ તમને ભૂલ ન લાગે તે પણ ખોટું છે.

તમે કરેલી ભૂલ તમને સહજ લાગે તે પણ ખોટું છે.

તમે કરેલી ભૂલ બીજાએ કરેલી ભૂલની ખરાબામણીમાં તમને સાવ નાની લાગે તે પણ ખોટું છે.

□ તમારું અભિમાન તમને નિંદા કરવાની પ્રેરણા આપે છે.

□ તમારો દંભ તમને નિંદા કરવાનું શીખવે છે.

□ તમારી મૂંઝવણી વિચારધારા તમારી પાસે નિંદા કરાવે છે.

તમે નિંદા કરો છો તે સમયે તમારી માનસિકતા ઉજળી હોવાની કોઈ જ સંભાવના હોતી નથી.

□

૮

નિંદા અને સત્ય અલગ છે

ખોટી વાતનો વિરોધ કરવો અને ખરાબ બાબતનો અપપ્રચાર કરવો તે અલગ છે. સત્યની રક્ષાનો પ્રસંગ હંમેશા વિકટ રહે છે. કડવા અને કડક થઈને ન બોલો તો સાચી વાતનું ઉપજવું નથી. પ્રેમથી કહેલી સાચી વાત સ્વીકારી લે તેવા સબજનો ઘણા ઓછા મળે છે. ખોટી વાતનો મતલબ ખોટા આદર્શની વાત. ખોટી વાતનો મતલબ ખોટી માન્યતાની વાત. ખોટી વાતનો મતલબ ખોટી વિચારધારાની વાત. આનો વિરોધ થાય તેમાં કશું અનિષ્ટ નથી. ખોટી વાતનો વિરોધ વ્યક્તિગત નથી હોતો. તેમાં મુદ્દા સામે મુદ્દાની પ્રસ્તુતિ હોય છે. સવાલ સામે જવાબ હોય છે અથવા પ્રશ્ન સામે પ્રશ્ન હોય છે. જાહેર થઈ રહેલી ખોટી વાતનો જડબેસલાક પ્રતિકાર કરવામાં ધ્યાન કેવળ એટલું જ રાખવાનું હોય છે કે તમારામાં સાચી વ્યક્તિ માટે દ્વેષભાવ ન જાગી જાય. તમે દ્વેષથી પ્રેરાઈને બોલતા હશો તો તમારી સાચી વાત પણ તમારી માટે સંપૂર્ણ સાચી નહીં રહે. તમે સાચી વાત કહીને તમે દ્વેષ અને સ્પર્ધાને પોષી રહ્યા હશો મનોમન. સાચી વાતને માધ્યમ બનાવીને તમે તમારા પૂર્વગ્રહને પંખાળતા હશો. આવું હશે તો તમે ખૂબ બધું ગુમાવી રહ્યા છો. તમારું સત્યભાષણ નિંદા ન બને તે માટેની તકેદારી તમારે જ રાખવાની છે. સત્યભાષણમાં વ્યક્તિગત આક્ષેપોને ક્યારેય સ્થાન મળતું નથી. સત્યકથનમાં સિદ્ધાંતની જ ચર્ચા હોય છે, વ્યક્તિગત જીવનની નહીં. નિંદામાં વ્યક્તિગત જીવનની જ ચર્ચા હોય છે, સિદ્ધાંતની નહીં. નિંદા ભ્રમણા સર્વે છે કેમ કે નિંદામાં બીજી વ્યક્તિએ કરેલી ભૂલની ચર્ચા કરવાની હોય છે.

૯

ભૂલ તો ખરાબ છે જ. ભૂલની સાથે સાથે ભૂલ કરનારી વ્યક્તિ પણ ખરાબ બની જાય છે. તમે નિંદામાં ભૂલનો અપપ્રચાર કરીને ભૂલ ન કરવાનો સિદ્ધાંત સ્થાપી રહ્યા હોવાનો સંતોષ મેળવી લો છો. ભૂલ પૂરવાર થઈ છે માટે તે વિશે ટિપણી તો કરવી જ જોઈએ આવી માન્યતા ચાલી આવે છે. તમે નિંદાને સત્યભાષણ માની લો છો. તમારી બોલવાની કે લખવાની પદ્ધતિને ગંભીરતાથી તપાસશો તો તમને ખ્યાલ આવશે. તમે ભૂલની ચર્ચા કરવા દ્વારા કેવળ એ વ્યક્તિને બદનામ કરવાની જ ધારણા રાખો છો. તમે એ વ્યક્તિમાં તમારો સ્વાર્થ જોઈ શકો તો તમારી એ વ્યક્તિની ભૂલની ચર્ચા બંધ થઈ શકે છે. તમે એવા સ્વાર્થી છો. તમને એ વ્યક્તિ ખુશ રાખે તો પણ તમે એ વ્યક્તિની ભૂલની ચર્ચા બંધ કરી શકો છો. તમે એવા અસ્થિર મનાતા છો. તમે બોલવામાં વિવેકી નથી. તમને બીજાની કમજોરીમાં હસ્તક્ષેપ કરવાનું ગમે છે કેમ કે તેમાં તમારે વ્યક્તિગત રીતે કશું છોડવાનું નથી. તમે કરવા ખાતર નિંદા નથી કરતા. તમે રસપૂર્વક નિંદા કરો છો. તમને ખબર છે કે તમે નિંદા કરો તો જ એ વ્યક્તિની મોટાઈને ઘસારો પહોંચે. એ વ્યક્તિની મોટાઈને ઘસારો પહોંચે તો તમારી નામના થાય. તમે આવી પામરવૃત્તિથી નિંદા કરતા રહો છો. સત્યકથન દુનિયાથી નહીં ડરનારા મહાપુરુષોનો અબ્યાધિત ઈજરો છે. તમે એ મહાપુરુષો જેવું સત્ય કેળવી શક્યા નથી. તમારે થોડી પ્રસિદ્ધિ જોઈએ છે, થોડી મોટાઈ મેળવવી છે તમારે. તમે નિંદા કરો છો અને બહાનું સત્યનું હોય છે. તમે નિંદા કરો છો ત્યારે તમારા હાથે સત્યની સેવા થતી હોય તેવું તમે ભલે માનો, હકીકતમાં તો તમે નિંદા કરીને તમારી જાત સાથે અસત્ય આચરો છો.

૧૦

નિંદાની જવાબદારી

તમે નિંદા કરો છો તેની તમને ખબર પડે તેટલા માત્રથી કામ પૂરું નથી થવાનું. તમે નિંદા કરતી વખતે શું શું કરો છો તે સમજવું પડશે. નિંદામાં તમે આટલું અવશ્ય કરો છો.

- ૧) સામી વ્યક્તિમાં રહેલા સદ્ગુણોને મહત્વ આપવાનું તમે ટાળી દો છો કેમ કે એ સદ્ગુણોની વાત કરીએ તો નિંદાનું વજન જ રહે નહીં.
- ૨) તમે જેની નિંદા કરો છો તે માણસ માટે તમારાં મનમાં સદ્ભાવ હોય તેવું નિંદા કરવાની ક્ષણોમાં તો સંભવિત જ નથી. તમે જેની નિંદા કરો તેની માટેનો તમારો સદ્ભાવ કમજોર બને છે.
- ૩) તમે નિંદા કરો ત્યારે જે કાંઈ પણ બોલો તેનો સંસ્કાર તમારાં મનમાં બંધાય છે. તમે નિંદા કરતી વખતે જો સારા સંસ્કારનું સર્જન કરી શકતા હોત તો નિંદા અને પ્રશંસાને જુદા પાડવાની જરૂર રહેત જ નહીં. નિંદા મનમાં કુસંસ્કારોનું વાવેતર કરે છે.
- ૪) તમે જેની નિંદા કરો છો તેની સાથે તમારો સંબંધ બગડે તેવી સંભાવના પૂરેપૂરી છે. એ વ્યક્તિને તમે કરેલી નિંદાની જાણ ન થાય તેની તકેદારી તમારે રાખવી જ પડશે. તમારે ફાળે બે દુઃખ આવે છે. એને જાણ થાય તો શું થશે તેની ચિંતાનું દુઃખ અને તેની જાણ ન થાય તેની તકેદારીની ચિંતાનું દુઃખ.
- ૫) તમે જેની સમક્ષ નિંદા નામની વાતો કરો છો તેને તમારી પર સંપૂર્ણ વિશ્વાસ રહેશે કે નહીં, તે તમે જ જાતે વિચારી લો. તમે નિંદા કરો છો અને વિશ્વાસપાત્રતા ગુમાવો છો.

૧૧

નિંદાની સામે...

નિંદા કરવાની વૃત્તિ આહારસંજ્ઞા જેવી નૈસર્ગિક નથી. નિંદાની વૃત્તિને ટાળી શકાય છે. નિંદા કરવા જેવી છે કે નહીં તે તમે જાતે વિચારો. નિંદા ન કરો તો નુકશાની છે કે ફાયદો તે પણ વિચારો. નિંદા ન કરવાથી નુકશાની નથી એ તો સાફ વાત છે. ફાયદો જે હશે તે આપોઆપ દેખાવાનો છે. થોડાક દિવસો માટે નિંદા કરવાનું તદ્દન છોડી દેવું છે. નિંદાની વૃત્તિને વશમાં લેવા શિસ્તબદ્ધ પગલાં લેવા પડશે.

- બોલવાનું ઓછું રાખો. વાતો કરવાની ટેવને લીધે નિંદાની શરૂઆત થાય છે. તમને મળે છે તે માણસોમાં સારા માણસોને જુદા તારવીને તેમની સાથે વધુ વાતો કરવાની આદત પાડો. સારા ન હોય તેવા માણસોને ઓળખીને તેમની સાથેની વાતો ઘટાડી દો.
- નિંદા સાંભળવાને લીધે નિંદા કરવાનું મન થાય છે. ક્યાંક કોઈ નિંદા કરી રહ્યું હોય તો તે સાંભળવાનું છોડી દો. એ વાતને બદલવા પ્રયત્ન કરો અથવા એ જગ્યા છોડીને નીકળી જવાનું રાખો. નિંદાની વાતો સાંભળવાનું ઓછું થશે તેમ નિંદા કરવાનું ઓછું થશે.
- તમને જેમની ભૂલો અને જેમના દોષો દેખાયા કરે છે તેમનામાં ગુણો શોધવાનો પ્રયત્ન કરો. તેમનામાં કેટલા ગુણો છે તેની યાદી બનાવો. તેમને એ ગુણોને લીધે શું લાભ થયો છે તેની પર ધ્યાન આપો. ગુણોને કેળવવા માટે એ વ્યક્તિ શું મહેનત કરે છે તેની જાણકારી મેળવો.
- તમે જેની નિંદા કરી છે એની પાસે જઈને એની માફી માંગી લો. જો એ શક્ય ના હોય તો તમે મનોમન દૂર બેઠા એમની

૧૨

માફી માંગી લો. અને સંકલ્પ કરો કે હવે પછી આ વ્યક્તિની નિંદા કરવી નથી. એમ સમજો કે તમે પંદર વ્યક્તિની નિયમિત નિંદા કરી છે તો સંકલ્પ કરો કે, પંદરમાંથી આ એકની નિંદા કરવી નથી. થોડા દિવસ પછી બચેલા ચૌદમાંથી એકની નિંદા કરવાનું બંધ. થોડા દિવસ પછી બચેલા તેરમાંથી એકની નિંદા કરવાનું બંધ. ધીમે ધીમે દરેકની નિંદા બંધ.

- તમે વાતો કરો છો તેમાં આસપાસના સજ્જનોની પ્રશંસા કરવાની શરૂઆત કરો. તમે વાતો કરતા હશો તેમાં અડધોઅડધ સમય પરગુણપ્રશંસામાં વીતે તે રીતે જ વાતચીત અને વાર્તાલાપને આયોજીત કરો. તમે બોલો છો તેમાં સદગુણોની કદર થાય છે તેવું વર્તાવું જોઈએ.
- તમારામાં કેટલા દોષો છે તેનું તમે લીસ્ટ બનાવો. આ બધા દોષો જગજાહેર થઈ જાય તો તમારી કેટલીબધી નિંદા થાય તે વિચારો. તમારી નિંદા થઈ શકે તેવા ઘણાં અપલક્ષણો તમારી ભીતરમાં છે તેવું પ્રામાણિકતાપૂર્વક જાત સમક્ષ જ કબૂલી લો. તમે આટલું કર્યા પછી બીજાની નિંદા કરી જ નહીં શકો.
- બીજામાં ભૂલો કે દોષો દેખાય તો એ ભૂલો કે દોષોને કારણે તેને શું નુકશાન થઈ શકે છે તેની કલ્પના કરો. તમે એવી ભૂલ કે એવા દોષો સેવીને એવી નુકશાની ભોગવવા તૈયાર નથી તેવું જાતને સમજાવો. તમારો અધિકાર અને તમારી હિંમત હોય તો તે વ્યક્તિને મોઢામોઢા સમજાવો. ન સમજાવી તેમ હો તો ચૂપ રહેજો. પીઠ પાછળ તો કાંઈ જ બોલશો નહીં.

□

૧૩

સમાચાર

- તપાગચ્છાધિરાજ પૂજ્યપાદ આચાર્યભગવંત શ્રીમદ્ વિજય રામચંદ્રસૂરીશ્વરજી મહારાજના શિષ્યરત્નો પ્રવચનકાર બંધુબેલડી પૂ. મુનિરાજશ્રી વૈરાગ્યરતિવિજયજી મ., પૂ. મુનિરાજશ્રી પ્રશમરતિવિજયજી મ. ની મંગલનિશ્રામાં ડીસા ચાતુર્માસ સુંદરરીતે સંપન્ન થયું હતું. શ્રી નેમનાથનગરનાં આંગણે પર્યુષણા બાદ એક સે બઢકર એક કાર્યક્રમો સતત થતા રહ્યા હતા. ચાતુર્માસપરિવર્તન માટેની પાંચ વિનંતીઓ હતી તે પૈકી શ્રી અજિતભાઈ મોરખિયાની વિનંતીનો સ્વીકાર થયો હતો. પૂજ્યશ્રીનો વિહાર કાર્તક વદ ૧૧ ના શુભદિને થયો હતો. મોટી સંખ્યામાં ભાવિકોની ઉપસ્થિતિ હતી.
- ડીસાથી ૧૬ કિમી. દૂર બાઈવાડા ગામ છે. ત્યાં શ્રી મગનભાઈ મશરૂભાઈ દેસાઈના ગૃહાંગણે પૂજ્યશ્રીનાં પગલાં તથા પ્રવચન રાખવામાં આવ્યું હતું. દિવસ : કાર્તક વદ ૧૩. બાઈવાડામાં મગનભાઈનું ઘર સૌથી મોટું છે. વ્યાખ્યાનમાં દેસાઈ સમાજના ભાવિકોની વિશાળ હાજરી હતી. ડીસાથી પધારેલા સંઘના ભાઈબહેનોની અનુમોદનીય ભક્તિ શ્રી મગનભાઈ દેસાઈ પરિવારે કરી હતી. શ્રી મગનભાઈએ ચાર મહિના અખંડરીતે ડીસામાં પૂજ્યશ્રીના વ્યાખ્યાનો સાંભળીને જીવનપરિવર્તનનો અનુભવ કર્યો છે.
- ડીસામાં શ્રી નેમનાથનગરનાં આંગણે શ્રી સમદડીનિવાસી શા દેવીચંદજી તગાજી વિનાયકિયા પરિવાર (ભડથવાલા) ડીસા તરફથી મહાસુદ સાતમ થી મહાસુદ અગિયારસ આ પાંચ દિવસો દરમ્યાન ભવ્યરીતે શ્રી જીવિતમહોત્સવ ઉજવાયો.

સં-

શ્રી પોસીના તીર્થમાં પોષદશમી

શ્રી ૧૦૮ પાર્શ્વનાથ ભગવાનમાં પચીસમા શ્રી વિઘ્નાપહાર પાર્શ્વનાથ ભગવાનનું ધામ શ્રી મોટાપોસીના તીર્થ છે. પૂજ્ય મુનિભગવંતોની પ્રેરણાથી આ તીર્થમાં સૌ પ્રથમવાર શ્રી પોષદશમીના અઠમની આરાધના સમૂહમાં રાખવામાં આવી હતી. અમદાવાદ-મુંબઈ-સુરત-પાલનપુર-ડીસા-વડાલી-લાંબડિયા-ખેરોજ વિ. સ્થળેથી આરાધકો આવ્યા હતા. ધારણા હતી તે કરતા ઘણી જ મોટી સંખ્યામાં અઠમ તપ થયા હતા. અઠમના ત્રણ દિવસો દરમ્યાન દેવાધિદેવ શ્રી વિઘ્નાપહાર પાર્શ્વનાથ ભગવાનના દરબાર માં શ્રી ૧૦૮ પાર્શ્વનાથપ્રભુ વંદના રાખવામાં આવી હતી. ૧૦૮ પાર્શ્વનાથ ભગવાનની પૂજા અને પ્રભુનો અભિષેક રોજના ૩૬ના દિસાબે ત્રણ દિવસમાં ૧૦૮ ની સંખ્યામાં સંપન્ન થયા. રોજ સવારે સમૂહમાં ચૈત્યવંદન તેમજ ક્રિયા, ઉભયટંક પ્રતિક્રમણ, ચાર જિનાલયોમાં મનભાવન પ્રભુપૂજા, સંગીતકાર રૂપેશભાઈ શાહ - અમદાવાદની ગીત સંગીતભક્તિ દ્વારા આરાધના અત્યંત યાદગાર બની હતી. શ્રી મોટાપોસીના તીર્થમાં સૌ પ્રથમવાર જ આ રીતે પોષદશમીની આરાધના થઈ હતી. અત્તરપારણા અને પારણામાં અનુમોદનીય ભક્તિ થઈ તેમ જ તપસ્વીઓના વિશિષ્ટ બહુમાન કરવામાં આવ્યા. હવે પછી દરવરસે પોષદશમીની આરાધના કરાવવાની ભાવના શ્રી મોટાપોસીના તીર્થના ઉત્સાહી કાર્યકર્તાઓએ જાહેર કરી હતી.

યાદગાર પ્રસંગ, યાદગાર આરાધના.

-સં.

□

૧૫

મુંબઈ ચાતુર્માસ

□ પરમશ્રદ્ધેય ગચ્છાધિપતિ પૂજ્યપાદ આચાર્યભગવંત શ્રીમદ્ વિજય હેમભૂષણસૂરીશ્વરજી મહારાજની તારકઆજ્ઞાથી પૂ. મુનિભગવંતોનું આગામી ચાતુર્માસ મુંબઈ - જૂહૂસ્કીમ જૈન સંઘના આંગણે નિશ્ચિત થયું છે. નાગપુર - માલેગામ - આદિ સંઘોની વિનંતી તો હતી જ, પરંતુ ગચ્છાધિપતિસાહેબની આજ્ઞા મુંબઈની થઈ હતી. પૂ. મુનિભગવંતો દીક્ષાબાદ પહેલી જ વખત મુંબઈ પધારવાના છે. પૂજ્ય મુનિભગવંતોને મુંબઈ લાવવાનો સદ્ભાગી યશ શ્રી જૂહૂસ્કીમ જૈન સંઘે મેળવ્યો છે. લગભગ બે મહિનાની મહેનત બાદ જૂહૂસ્કીમ સંઘને ચાતુર્માસની જય બોલાવવાનો લાભ મળ્યો છે.

□ ડીસા જૈન સંઘમાં જીવિત મહોત્સવ સંપન્ન થયા બાદ પૂજ્ય મુનિભગવંતો શ્રી આબુતીર્થની આસપાસ તેમ જ રાજસ્થાનના વિવિધ તીર્થક્ષેત્રોની યાત્રાએ વિહાર કરશે. ડીસા નેમનાથનગરમાં શ્રીમતી નૈનાબેન પ્રકાશભાઈ વારિયાના ૫૦૦ આંબેલની પૂર્ણાહૂતિ નિમિત્તે ત્રિદિવસીય ભવ્ય મહોત્સવ પૂજ્યશ્રીની નિશ્રામાં યોજાશે. પૂજ્યશ્રીનો ત્રેવીસમો દીક્ષાદિવસ વૈશાખ વદ ૧ રવિવાર તા. ૧૪-૫-૨૦૦૬ આજ ઉત્સવ અંતર્ગત યોજાશે.

-: પત્ર સંપર્ક :-

C/o. શ્રી રસિકલાલ ભલાચંદ અજબાણી

નેમનાથનગર, નવાડીસા, જી. બનાસકાંઠા - ૩૬૫૫૩૫.

ફોન : ૨૨૦ ૨૩૩, ૨૨૦ ૦૩૦

-સં.

૧૬