

સામાયિક લેવાની વિધિ

સામાયિકમાં જોઈતાં ઉપકરણો

શુદ્ધ વસ્ત્ર, કટાસણું, મુહપત્તી, ચરવલો, સાપડો, વિધિનું કે વાંચનનું પુસ્તક નવકારવાળી ઘડી કે ઘડીયાળ.

શુદ્ધ વસ્ત્ર પહેરી-ચરવલાથી જગ્યા પૂંજી ટેબલ પર સ્થાપનાચાર્ય અથવા સાપડા પર પુસ્તક પધરાવવું. સ્થાપનાચાર્ય ન હોય અને પુસ્તકને સ્થાપવાનું હોય તો મુહપત્તી ડાબા હાથમાં રાખી જમણો હાથ સ્થાપનાચાર્ય સન્મુખ રાખી નવકાર પંચિંદિયથી સ્થાપના કરવી.

“નમો અરિહંતાણં, નમો સિદ્ધાણં, નમો આચરિયાણં, નમો ઉવજ્જાયાણં, નમો લોએ સવ્વસાહૂણં, એસો પંચણમુક્કારો, સવ્વપાવપ્પણાસણો, મંગલાણં ચ સવ્વેસિં, પટમં હવર્ધ મંગલં.

પંચિંદિય સંવરણો, તહ નવવિહ બંભચેર ગુત્તિધરો,
ચઉવિહ કસાય મુક્કો, ઇઅ અઢ્ઠારસ ગુણેહિં સુંજતો. ૧

પંચ મહવ્વય જુતો, પંચવિહાયાર પાલણ સમત્યો,
પંચ સમિઓ તિગુતો, છત્તીસ ગુણો ગુરૂ મજ્જ. ૨

પછી ખમાસમણ દેવું-

ઈચ્છામિ ખમાસમણો વંદિઉં જાવણિજ્જાએ નિસીહિઆએ મત્યએણ વંદામિ.

ઈચ્છાકારેણ સંદિસહ ભગવન્ ! ઇચ્છિયાવહિયં પડિક્કમિમિ ? ઇચ્છં ઇચ્છામિ પડિક્કમિઉં ઇચ્છિયાવહિયાએ-વિરહણાએ, ગમણા-ગમણે, પાણકમણે, બીચકમણે, હરિચકમણે, ઓસા-ઉત્તિંગ પણગદગ-મટ્ટી-મક્કડા સંતાણા સંકમણે, જે મે જુવા, વિરાહિયા, એગિંદિયા, બેઇદિયા, તેઇદિયા, ચઉચિંદિયા, પંચિંદિયા, અભિહયા, વત્તિયા, લેસિયા, સંધાઇયા, સંધટ્ટીયા, પરિયાવિયા, કિલામિયા, ઉદ્ધવિયા, ઠાણાઓ ઠાણં સંકામિયા, જુવિયાઓ, વવરોવિયા, તસ્સ મિચ્છામિ દુક્કડં.

તસ્સ ઉત્તરીકરણેણં, પાયચ્છિત્તકરણેણં, વિસોહીકરણેણં, વિસલ્લીકરણેણં, પાવાણં કમ્માણં, નિગ્ધાયણાઢ્ઢાએ, ઠામિ કાઉસ્સગ્ગં.

અન્નત્ય ઊસસિએણં, નીસસિએણં, ખાસિએણં, છીએણં, જંભાઇએણં, ઉડ્ડુએણં, વાયનિસગ્ગેણં, ભમલીએ પિત્તમુચ્છાએ. સુહુમેહિં અંગસંચાલેહિં, સુહુમેહિં ખેલસચાલેહિં, સુહુમેહિં દિહ્કિસંચાલેહિં. એવમાઇએહિં આગારેહિં,

અભગ્ગો અવિરાહિઓ, હુજ્જ મે કાઉસ્સગ્ગો. જાવ અરિહંતાણં, ભગવંતાણં, નમુક્કારેણં, ન પારેમિ. તાવકાયં, ઠાણેણં, મોણેણં ઝાણેણં અપ્પાણં વોસિરામિ.

અગ્ગત્થ કહી એક લોગસ્સ અથવા ચાર નવકારનો કાઉસ્સગ્ગ કરવો, પછી પારી 'નમો અરિહંતાણં' કહી પારી પ્રગટ લોગસ્સ કહેવો.

લોગસ્સ સૂત્ર

લોગસ્સ ઉજ્જોઅગારે, ધમ્મતિત્થયરે જિણો.

અરિહંતે કિત્તઈસ્સં, ચઉવીસંપિ કેવલી. ૧

ઉસભ-મજિઅં ચ વંદે, સંભવમભિણંદણં ચ સુમધંચ,
પઉમપ્પહં સુપાસં, જિણં ચ ચંદપ્પહં વંદે. ૨

સુવિહિં ચ પુફ્ફંદંતં, સીઅલ-સિજ્જંસ વાસુપુજ્જં ચ,
વિમલમણં તંચ જિણં, ધમ્મં સંતિં ચ વંદામિ. ૩

કુથું અરં ચ મલ્લિં, વંદે મુણિ-સુવ્વયં નમિજિણં ચ,
વંદામિ રિઠ્ઠનેમિં, પાસં તહ વદ્ધમાણંચ. ૪

એવં મએ અભિથુઆ, વિહુય-રયમલા પહીણ જરમરણા,
ચઉવીસંપિ જિણવરા, તિત્થયરા મે પસીયંતુ. ૫

કિત્તિય વંદિય મહિયા, જેએ લોગસ્સ ઉત્તમા સિદ્ધા,
આરૂગ્ગ બોહિલાભં, સમાહિવર-મુત્તમં દિંતુ. ૬

ચંદેસુ નિમ્મલયરા, આઈચ્ચેસુ અહિયં પયાસયરા,
સાગરવર ગંભીરા, સિદ્ધા સિદ્ધિં મમ દિસંતુ. ૭

પછી ખમાસમણ-દઈ ઈચ્છાકારેણ સંદિસહ ભગવન્ ! સામાયિક મુહપત્તી પડિલેહું ? ઈચ્છં કહી મુહપત્તી-પડિલેહવી. પછી ખમાસમણ દઈ ઈચ્છાકારેણ સંદિસહ ભગવન્ ! સામાયિક સંદિસાહું ? ઈચ્છં કહી ખમાસમણ દઈ, ઈચ્છાકારેણ સંદિસહ ભગવન્ ! સામાયિક ઠાઈ ? ઈચ્છં કહી-બે હાથ જોડી એક નવકાર ગણી પછી ઈચ્છકારિ ભગવન્ ! પસાય કરી સામાયિક દંડક ઉચ્ચરાવોજુ. એમ બોલી-ગુરૂ મહારાજ અથવા વડીલ હોય તો તેમની પાસે કરેમિભંતે ઉચ્ચરે અને તે ન હોય તો કરેમિ ભંતે સૂત્ર જાતે બોલે.

કરેમિભંતે સૂત્ર

કરેમિ ભંતે ! સમાઈઅં, સાવજ્જં જોગં પચ્ચક્ખામિ જાવ નિયમં પજ્જુવાસામિ, દુવિહં, તિવિહેણં, મણેણં વાયાએ કાએણં, ન કરેમિ, ન કારવેમિ, તસ્સે ભંતે ! પડિક્કમામિ નિંદામિ ગરિહામિ, અપ્પાણં વોસિરામિ.

પછી ખમાસમણ દઈ ઈચ્છાકારેણ સંદિસહ ભગવન્ ! બેસણે સંદિસાહું ? ઈચ્છં કહી પછી ખમાસમણ દઈ ઈચ્છાકારેણ સંદિસહ ભગવન્ ! બેસણે ઠાઈ ? ઈચ્છં કહી પછી ખમાસમણ દઈ ઈચ્છાકારેણ સંદિસહ ભગવન્ સજ્ઞાય સંદિસાહું ? ઈચ્છં કહી બે હાથ જોડી ત્રણ નવકાર ગણવા પછી બે ઘડી અર્થાત્ અડતાલીસ ૪૮ મિનિટ

સુધી ધર્મધ્યાન કરવું. સમભાવની કરણી કરવી.

સામાયિક પારવાનો વિધિ

પ્રથમ એક ખમાસમણ દર્શને ઈરિયાવહિયં કહેવા. પછી તસ્સઉત્તરી, અન્નત્ય કહી એક લોગ્સ અથવા ચાર નવકારનો કાઉસ્સગ્ગ કરવો. કાઉસ્સગ્ગ (નમો અરિહંતાણં કહીને) પારીને પ્રગટ લોગસ્સ બોલી એક ખમાસમણ દેવું. પછી-ઈચ્છા, સંદિસહ ભગવન્ ! મુહપત્તી પડિલેહું ? ઈચ્છં, કહીને મુહપત્તી પડિલેહવી. પછી એક ખમાસમણ દર્શને ઈચ્છા. સંદિસહ ભગવન્ ! સામાયિક પાર્ઝં ? યથાશક્તિ એમ કહી એક ખમાસમણ દર્શ ઈચ્છા. સંદિસહ ભગવન્ ! સામાયિક પાર્ઝું ! તહત્તિ, એમ કહી પછી જમણો હાથ ચરવળા અથવા કટાસણા ઉપર સ્થાપીને એક નવકાર ગણી 'સામાઈયવયજુતો' કહેવો.

સામાયિક પારવાનું સામાઈયવય જુતો સૂત્ર

સામાઈઅવય જુતો, જાવમણે હોઈ નિયમ સંજુતો,
છિન્નઈ અસુહં કમ્મં, સામાઈઅ જતિઆવારા ॥૧॥

સામાઈઅંમિઉકએ, સમણો ઈવ સાવઓ હવઈ જમ્હા,
એએણ કારણેણં, બહુસો સામાઈઅં કુજજા ॥૨॥

સામાયિક વિધિએ લીધું, વિધિએ વિધિ કરતાં જે કોઈ અવિધિ હુઓ હોય, તે સવિ હું મન વચન કાયાએ કરી મિચ્છામિ દુક્કડં.

દશ મનના-દશ-વચનના-બારકાયાના એ બત્રીસ દોષોમાં જે કોઈ દોષ લાગ્યો હોય તે સવિ હું મન વચન કાયાએ કરી મિચ્છામિ દુક્કડં.

(સ્થાપનાચાર્ય ન હોય અને સામાયિક લેતાં પુસ્તકની સ્થાપના સ્થાપેલ હોય તો જમણો હાથ સવળો રાખી, એક નવકાર ગણીને તે પુસ્તક લઈને યોગ્ય સ્થાને મૂકવું.)

સામાયિકનું ફળ

એક માણસ રોજ ને રોજ એક લાખ ખાંડી સોનાનું દાન એક લાખ વર્ષ સુધી આપે. બીજો માણસ રોજ સમતા ભાવથી સામાયિક કરે તો પણ દાન આપનારો સામાયિકની સરખામણીમાં આવી શકતો નથી.

એક સામાયિક કરનાર બાણું કરોડ, ઓગણસાઠ લાખ પચાસ હજાર નવસો પચ્ચીસ પલ્લોપમથી અધિક દેવતાનું આયુષ્ય બાંધે છે. રાત્રે અને દિવસના પોષધમાં ત્રીસ સામાયિક ગણાય છે. એટલે પૌષધ કરનારને તેનાથી ત્રીસ ઘણું પુણ્ય અને આયુષ્ય બંધાય છે.

સામાયિકની શુદ્ધિ-વિશુદ્ધિ કેવી રીતે જાળવશો?

૧ સામાયિક મન-વચન-કાયાને નિષ્પાપ બનાવવા માટે છે. સામાયિક કદાચ મનને સ્થિર ન રાખી શકાય તોપણ

મૌન પાળવા દ્વારા શરીરને પણ સ્થિર રાખી શકાય છે. એનો લાભ પણ ઘણો છે. ભાવપૂર્વક સામાયિક કરવાથી અનંત કર્મોની નિર્જરા થાય છે.

૨ પૂજા, પ્રતિક્રમણ વગેરે ધર્મો અમુક જ સમયે થઈ શકે છે, જ્યારે સામાયિક એક એવો ધર્મ છે કે ક્રિયારૂપે અને ભાવરૂપે ચોવીસોય કલાક કરી શકાય છે.

૩ શ્રુત સામાયિક, સમ્યક્ત્વસામાયિક, દેશવિરતિસામાયિક ને સર્વવિરતિસામાયિક - આમ ચાર પ્રકારનાં સામાયિક છે.

૪ ગૃહસ્થોએ તીર્થકર-પરમાત્માના મહાચારિત્રના અનુકરણરૂપે નમૂનારૂપે દેશવિરતિસ્વરૂપ બે ઘડીનું પણ, ઓછામાં ઓછું એક સામાયિક તો રોજ અવશ્ય કરવું જોઈએ. **૩૨ દોષરહિત સામાયિક શુદ્ધ સામાયિક કહેવાય.**

૫ ઉપાશ્રયનું વાતાવરણ રાગદ્વેષનાં નિમિત્તોથી રહિત અને સમતા સાધવામાં અનુકૂળ હોય છે, માટે સામાયિક ઉપાશ્રયે જઈને કરવું જોઈએ.

૬ સામાયિક મુખ, શરીર, વસ્ત્રો, ઉપકરણો અને ભૂમિની શુદ્ધિ અવશ્ય હોવી જોઈએ તથા ભાવની શુદ્ધિ પણ જાળવવી જોઈએ.

૭ ધર્મક્રિયામાં સાંધ્યા-સીવ્યા વગરના વસ્ત્રની મહત્તા છે. દુનિયામાં જેમ પોલીસ વગેરેના ગણવેશનો પ્રભાવ હોય છે, તેમ ધર્મક્રિયાના વેશનો પણ જબરો પ્રભાવ હોય છે.

૮ પુરૂક્ષોને ધોતિયું પહેરીને સામાયિક કરવું જોઈએ. સીવેલું વસ્ત્ર પહેરીને સામાયિક કરાય નહિ.

૯ સામાયિકમાં પહેરવાનું ધોતિયું સુંદર, સ્વચ્છ, અખંડ અને શુદ્ધ જ હોવું જોઈએ. મેલુંઘેલું, ફાટેલું, સાંધેલું કે બળેલું વસ્ત્ર પહેરીને સામાયિક થાય નહિ.

૧૦ નવું ધોતિયું વાપરવા કાઢવાનું હોય ત્યારે તેની શુભ શરૂઆત સામાયિક-પ્રતિક્રમણથી કરવી જોઈએ.

૧૧ જે વસ્ત્ર પહેરીને ખાધુંપીધું હોય, લઘુશંકા (એકી) કરી હોય અથવા બીજી કોઈ પણ રીતે અપવિત્ર થયેલું હોય તેવું વસ્ત્ર પહેરીને સામાયિક થાય નહિ.

૧૨ શિયાળામાં ઠંડી સહન થઈ શકતી ન હોય ત્યારે ઉપરના ભાગે ખેસ કે કામળી (સીવ્યા વગરનું વસ્ત્ર) ઓઢી શકાય, પણ ગંજી, ખમીસ, ઝભ્ભો, બુશકોટ, જંગિયો વગેરે સીવેલા વસ્ત્રો પહેરીને તેમ જ માથા ઉપર મફલર વીંટાળીને કે કાનટોપી પહેરીને અથવા કાનનો પટ્ટો બાંધીને સામાયિક કરાય નહિ.

૧૩ કટાસણું, મુહપત્તી અને ચરવળો- આ બધાં ઉપકરણો શુદ્ધ, સ્વચ્છ અને અખંડ હોવાં જોઈએ. ધાર્મિક ઉપકરણો મેલાં-ઘેલાં, ફાટેલાં, સાંધેલાં, બળેલાં કે ખંડિત ન હોવાં જોઈએ.

૧૪ કટાસણું શુદ્ધ ઊનનું રાખવાનું કારણ તે જીવજંતુને ઝટ બાધક બનવું નથી, તેથી જયણા પળાય છે. વળી તેનાથી પોતાને પણ અપ્રમાદ રહે છે. આસન સુંવાળું હોય તો પ્રમાદ કરાવે. અપ્રમાદ અને અહિંસાધર્મના પાલનમાં ઊનનું કટાસણું ખૂબ ઉપયોગી છે.

૧૫ ઊનના કટાસણામાં અશુભપણાને દૂર કરવાની અને શુભપણાનો ગ્રહણ કરવાની શક્તિ હોય છે.

૧૬ પૃથ્વીમાં ઊર્જા (વીજળી) વહેતી હોય છે. આપણે આરાધના, સાધના, જાપ, ધ્યાન વગેરે કરીએ છીએ ત્યારે આપણું તેજસ અર્થાત્ વિદ્યુત શરીર સક્રિય બને છે. એનાથી પેદા થતી ઊર્જાને ધરતીમાં વહેતી ઊર્જા ખેંચી ન લે તે માટેના અવરોધક તત્ત્વરૂપે ઊનનું કટાસણું છે. આ કારણથી પણ કટાસણું ઊનનું વાપરવાનું વિધાન હોય તેમ સંભવ છે.

૧૭ કટાસણું સફેદ હોવું જોઈએ. શ્વેતજર્ણના આલંબનથી આરાધનામાં જરૂરી એવી સાત્ત્વિકતા આપણામાં પ્રગટે છે.

૧૮ કટાસણું પોતપોતાના હાથ પ્રમાણે ૧૫ હાથ લાંબું અને ૧૫ હાથ પહોળું હોવું જોઈએ. એના ઉપર બેઠાં પછી આપણા શરીરનો કોઈ ભાગ જમીનને અડે નહિ એવું જોઈએ. કટાસણું પોતાના શરીરના માપથી નાનું પણ ન હોવું જોઈએ અને મોટું પણ ન હોવું જોઈએ.

૧૯ કટાસણા ઉપર અક્ષરો લખાય નહિ. અક્ષરો ઉપર પગ પડે છે, તેથી જ્ઞાનની આશાતના થાય છે અને જ્ઞાનાવરણીયકર્મ બંધાય છે. પોતાનું કટાસણું ઓળખ્યા તે માટે તેના ઉપર કોઈ પણ ડિઝાઈન (ભાત) કરી શકાય છે.

૨૦ મુહપતી સફેદ વસ્ત્રની ભરત ભર્યા વગરની, પોતપોતાના હાથની ૧ વેંત ૪ આંગળ લાંબી-પહોળી, સમચોરસ પ્રમાણવાળી જોઈએ. તેના ત્રણ છેડા રેસાવાળા (ઓટેલા નહિ) અને એક છેડો બાંધેલી કિનારવાળો જોઈએ. તેની ગડી પણ વિધિ મુજબ પાડવી જોઈએ. મુહપતી મેલી રખાય નહિ, મેલી રાખવાથી દોષ લાગે છે.

૨૧ ૨૪ આંગળીની દાંડી અને ૮ આંગળીની દશી સહિત પોતપોતાના હાથના (આડા) આંગળ પ્રમાણે કુદ ૩૨ આંગળનો ચરવળો હોવો જોઈએ. દાંડી અને દશીનો ગુરુછો સહેજ ઓછાવતા પ્રમાણમાં હોય તોપણ બંનેનું મળીને ૩૨ આંગળનું માપ હોવું જોઈએ. આ માપથી નાનો ચરવળો વપરાય નહિ.

૨૨ ચરવળાની દાંડી ભાંગ્યા-તૂટ્યા વિનાની અખંડ અને દશી સારી રીતે પૂંજી શકાય તેટલા પૂરતા પ્રમાણમાં તેમ જ સ્વચ્છ હોવી જોઈએ.

૨૩ આપણો આત્મા ૨૪ દંડકથી દંડાયેલો છે અને ૮ કર્મોથી બંધાયેલો છે. ૨૪ દંડકથી મુક્ત થવા દાંડીનું પ્રમાણ ૨૪ આંગળનું અને ૮ કર્મથી મુક્ત થવા દશીનું પ્રમાણ ૮ આંગળનું છે એવો ભાવ તારવી શકાય.

૨૪ લાકડું (કાષ્ઠ), પ્લાસ્ટિક વગેરે દરેક વસ્તુના ગુણધર્મ જુદા જુદા હોય છે. કાષ્ઠમાં (પ્લાસ્ટિક, સ્ટીલ વગેરેથી જુદો) વિશિષ્ટ પ્રકારનો એક ઉત્તમ ગુણધર્મ રહેલો છે, માટે ચરવળાની દાંડી કાષ્ઠની હોય તે ઉત્તમ છે, તેમાં પણ ચંદનના કાષ્ઠની હોય તે વધારે ઉત્તમ ગણાય.

૨૫ આજ્ઞા પ્રમાણે પુરૂષોએ ગોળ દાંડીનો અને સ્ત્રીઓએ ચોરસ દાંડીનો જ ચરવળો રાખવો જોઈએ. પુરૂષોએ ચોરસ દાંડીનો અને સ્ત્રીઓએ ગોળ દાંડીનો ચરવળો વપરાય નહિં.

૨૬ સામાયિક ઊભાંઊભાં લેવાય. સામાયિક લેવાની ક્રિયા ખમાસમણ દેતી વખતે ૧૭ સંડાસા (શરીરના સાંધાના ભાગો) પૂંજવા માટે ચરવળો અવશ્ય જોઈએ.

૨૭ સામાયિક લેતાં પહેલાં ગુરુવંદન કરવું જોઈએ. સામાયિક લીધા પછી ગાથા આપવા-લેવા માટે પણ ગુરુવંદન કરવું જોઈએ. ગુરુવંદન કર્યા પછી ગાથા આપતાં-લેતાં પહેલાં ગુરુમહારાજનો વિનય કરવા માટે 'વાયણા સંદિસાહું?' 'વાયણા લેશું?' 'ઈચ્છકારી ભગવન્ પસાય કરી વાયણા પસાય કરશોજી' એ ત્રણ આદેશ માગવા જોઈએ.

૨૮ સામાયિક કરવા માટે કટાસણું પાથરતાં પહેલાં જમીન શુદ્ધ ને જીવજંતુરહિત છે કે નહિ, તે સારી રીતે જોઈ લેવું જોઈએ. ત્યાર પછી બેસવાની જમીન પરવળાથી ત્રણ વાર સારી રીતે પૂંજીને જીવજંતુરહિત પવિત્ર જમીન ઉપર જ કટાસણું પાથરવું જોઈએ. કટાસણું ઝાટકીને પથરાય નહિ.

૨૯ વસ્ત્ર, શરીર કે માથાના વાળ કાચા પાણીવાળા હોય ત્યારે તે સુકાય નહિ ત્યાં સુધી સામાયિક લેવાય નહિ.

૩૦ મિથ્યાત્વપોષક માદળિયું વગેરે પહેરીને તથા પાવરવાળી કે ચાવીવાળી ઘડિયાળ પહેરીને સામાયિક કરાય નહિ. પાવરવાળી કોઈ પણ વસ્તુનો ઉપયોગ સામાયિકમાં થઈ શકે નહિ.

૩૧ સામાયિક રાગદ્વેષને મંદ પાડીને સમતા સાધવા માટે છે, માટે રાગદ્વેષનાં નિમિત્તોથી દૂર રહેવું જોઈએ.

૩૨ પુરુષને માટે સ્ત્રી અને સ્ત્રીને માટે પુરુષ રાગનું કારણ હોવાથી સ્ત્રીપુરુષે સાથે બેસીને સામાયિક કરાય નહિ.

૩૩ અલંકારો (ઘરેણાં) પણ રાગનું કારણ હોવાથી અલંકારો પહેરીને સામાયિક કરાય નહિ.

૩૪ કામળીકાળના સમયે ઉઘાડા આકાશવાળી જગ્યામાં બેસીને સામાયિક કરાય નહિ. ઉજેહીમાં અર્થાત્ દીવાના પ્રકાશમાં બેસીને પણ સામાયિક કરાય નહિ.

૩૫ સામાયિક -પ્રતિક્રમણ કરવા માટે કે કરી લીધા પછી જ્યારે પણ વસ્ત્ર બદલવું હોય ત્યારે દીવાલ પાસે જઈને દીવાલ સામે મુખ રાખીને જ બદલવું જોઈએ.

૩૬ જ્યાં સ્ત્રીઓ રહેલી હોય એવા સ્થાનમાં અથવા ગુરુમહારાજ સામે, સભા કે બારી-બારણાં સામે મુખ રાખીને વસ્ત્ર બદલાય નહિ. એવી રીતે વસ્ત્ર બદલવામાં સભ્યતા જળવાતી નથી.

૩૭ સામાયિક લેવા માટે દર્શન-જ્ઞાન-ચારિત્રના કોઈ પણ ઉપકરણની સ્થાપના થઈ શકે છે.

૩૮ વ્યાખ્યાનસભા વગેરે સ્ત્રીઓવાળી સભામાં સામાયિક લઈને બેસનારે ખેસ ધારણ કરીને બેસવું જોઈએ. ઉઘાડા શરીરે બેસવું યોગ્ય નથી.

૩૯ સામાયિકમાં એક મિનિટ પણ નવરા બેસાય નહિ. સામાયિક લઈને બે ઘડી (૪૮ મિનિટ) સુધી એક જ આસને બેસીને ધર્મધ્યાન કરવાનું છે.

૪૦ સામાયિકમાં શરીરને સ્થિર રાખવાનું છે. તેવી શક્તિના અભાવે ન છૂટકે પગ ઊંચોનીચો કરવાની જરૂર પડે ત્યારે શરીરનો અધોભાગ અને ભૂમિનું પ્રમાર્જન કરવા દ્વારા જયણા પાળવા ચરવળાનો ઉપયોગ કરવાનો છે. માટે સામાયિકમાં ચરવળો અવશ્ય રાખવો જોઈએ.

૪૧ ચરવળો વિના કારણ ઊભા થવા માટે કે ઊભા થઈને ફરવા માટે નથી. સામાયિકમાં આરાધનાના પ્રયોજન વિના ઉઠાય નહિ અને ફરાય પણ નહિ.

૪૨ સામાયિકમાં ચરવળાને શરીરથી દૂર રખાય નહિ. ચરવળો જયણા પાળવા માટેનું સાધન છે. તેથી કીડી વગેરે જીવોની જયણા પાળવા માટે તેનો ઉપયોગ કરાય, પણ માખી, મચ્છર વગેરે જીવોને ઉડાડવા માટે ઉપયોગ કરાય નહિ.

૪૩ સામાયિક લીધા પછી પ્રતિક્રમણ, સ્વાધ્યાય આદિ કરી શકાય, પણ ઘર, દુકાન, પેટી, વેપાર, ઉઘરાણી આદિ સંસારનાં કાર્યો સંબંધી વિચાર કે વાતચીત કરાય નહિ. નોકર-ચાકર કે પુત્રાદિકને તે સંબંધી કોઈ પણ કાર્યની સૂચના અપાય નહિ, આદેશ કરાય નહિ, તે સંબંધી ચિઠ્ઠી કે પત્ર પણ લખાય નહિ.

૪૪ સામાયિકમાં પગ ઉપર પગ ચડાવીને બેસાય નહિ, ભીંત, થાંભલો વગેરેના ટેકે બેસાય નહિ, જ્યાં ત્યાં થુંકાય નહિ, જ્યાં ત્યાં બળખા-શેડા, નથા ફળફૂલ વગેરે સચિત્ત (જીવવાળી) વસ્તુઓને અને સ્ત્રીને અડાય નહિ, આપણા ધર્મ સિવાયનું અને સંસારસંબંધી શાળા-કોલેજ વગેરેનું કાંઈ પણ પ્રવૃત્તિ કરાય નહિ, બેઠાં બેઠાં પણ નિદ્રા કરાય નહિ, હસાય કે રોવાય નહિ. વિશેષ ગુરુગમથી જાણી લેવું.

૪૫ સામાયિક લઈને ભણવાની શક્તિવાળાને ભણવું જોઈએ, અથવા પાંચ પ્રકારનો સ્વાધ્યાય કે સમ્યગ્ જ્ઞાન-દર્શન-ચારિત્રની પુષ્ટિ થાય એવું વાચન કરવું જોઈએ. જેની ભણવાની શક્તિ ન હોય તે નવકારવાળી ગણે અથવા જાપ આદિ કરે.

૪૬ નવકારવાળી પવિત્ર ને ઉત્તમ દ્રવ્યોની બનાવેલી હોવી જોઈએ. તે પ્લાસ્ટિક અને એના જેવા દ્રવ્યોની

બનાવેલી રાખવી ઠીક નથી.

૪૭ નવકારવાળી કટાસણા ઉપર મુકાય નહિ અને ચરવળામાં પણ ભરાવાય નહિ.

૪૮ ઠલ્લા-માત્રાની (ઝાડા-પેશાબની) નજીવી શંકા હોય તોપણ તે ટાળીને જ સામાયિક લેવું જોઈએ.

૪૯ સામાયિક લીધા પછી સામાયિકમાં હોઈએ ત્યાં સુધી ઠલ્લે-માત્રે જવાય નહિ.

૫૦ પાર્યા વિના બીજું અને ત્રીજું સામાયિક લેવાની વિધિમાં છેલ્લે 'સજ્જાય કરું?' એ આદેશને બદલે 'સજ્જાયમાં છું' કહેવું અને ત્રણને બદલે એક જ નવકાર ગણવો.

૫૧ ત્રીજું સામાયિક પારીને જ ચોથું સામાયિક લઈ શકાય એવી મર્યાદા છે.

૫૨ સામાયિક લેવા-પારવાની ક્રિયા કરતી વખતે જ આપણી અને સ્થાપનાજી વચ્ચેથી કોઈ પંચેન્દ્રિય જીવ ચાલીને નીકળી જાય તો જ આડ પડી ગણાય, પણ સામાયિક લેવા-પારવાની ક્રિયા ચાલતી ન હોય ત્યારે આડ પડી ગણાય નહિ.

સામાયિકથી થતા લાભ

- વ્યસનથી મુક્તિ
- ચિંતાનો અભાવ
- વૈરનો અભાવ
- ઘરમાં શાંતિ (નંદનવન)
- પ્રેમની વૃદ્ધિ
- સાધુતા (ત્યાગી જીવન)માં પ્રવેશ
- સાચા બળની પ્રાપ્તિ
- આત્મશુદ્ધિ
- પરિવારમાં સમતા - શાંતિ
- સદ્બુદ્ધિમાં વૃદ્ધિ
- સૌભાગ્યની પ્રાપ્તિ
- દુશ્મન પણ મિત્ર થાય
- સન્માનની પ્રાપ્તિ
- રોગનો નાશ (નિરોગી)
- મોક્ષની પ્રાપ્તિ

આ છે સામાયિક

- સમતા સાભ્યતાની સાધના છે.
- અજશ્ય ક્રિયાનું પ્રથમ ચરણ
- સત્યમ્ - શિવમ્ - સુંદરમ્ની ચાવી.
- જૈન ધર્મ (ધર્મીજીવન)નો પ્રારંભ
- આત્મધર્મનું દર્શન
- બાળકો માટે ધર્મમાં પુરુષાર્થ
- યુવાનો માટે ધર્મમાં પુરુષાર્થ
- આત્માશુદ્ધિનું સાધન
- સમર્કિતી માટે આદર્શ
- વીતરાગતાના દર્શન
- સંયમ ધર્મનું આસ્વાદન
- મુક્તિનો શાશ્વતો માર્ગ
- સ્વ સ્વભાવનો અનુભવ
- એજ આત્મા
- ક્ષણે ક્ષણે કર્મનો ક્ષય.

સામાયિકમાં શું કરવું?

- સમતા -શાંતિ રાખવી જોઈએ.
- શુદ્ધ અને સાદા વસ્ત્ર પહેરવા.
- એક સ્થાન ઉપર જ બેસવું.
- વિધિ શુદ્ધિપૂર્વક કરવી જોઈએ.
- ૩૨ દોષરહિત સામાયિક કરવું જોઈએ.
- સ્વાધ્યાય કરવો જોઈએ.
- નવિ ગાથા ગોખવી જોઈએ.

સામાયિકમાં શું ન કરવું?

- મિટિંગ થાય નહિં.
- ક્ષાયો કરાય નહિં.
- નિંદા-વિકથા કરાય નહિં.
- પ્રમાદ પોષાય નહિં.
- વારંવાર ચલાય-દોડાય નહિં.
- વારંવાર ઘડીયાળ જોવાય નહિં.
- અસત્ય બોલાય નહિં.

- આત્મચિંતન કરવું જોઈએ.
- સાત્રં વાંચન કરવું જોઈએ.
- નવકારવાળી ગણવી જોઈએ.
- ધર્મકથા કરવી- સાંભળવી જોઈએ.
- ધર્મધ્યાન કરવું જોઈએ.
- ખાવાની ઈચ્છા થાય નહિં.
- કજીયા-કલેશ કરાય નહિં.
- સંસારી જવાબો અપાય નહિં.
- રાગ-દ્વેષાદિ કરાય નહિં.
- સંગ્રહ કરવાની ઈચ્છા કરાય નહિં.

પ્રતિક્રમણની વિધિ

પ્રતિક્રમણ વિવેચન

પ્રાતઃકાલે, સંધ્યાકાલે, પક્ષના અંતે, ચાતુર્માસના અંતે અને સંવત્સરના અંતે, એમ પાંચ વિવિધ સમયે જેનું અનુષ્ઠાન ઉચિત અને અવશ્ય કરણીય મનાયેલું છે તે ષડાવશ્યકની ક્રિયા જૈન સમાજમાં ‘પ્રતિક્રમણ’ના નામથી સુપ્રસિદ્ધ છે. તેના અંગે ગદ્ય અને પદ્ય સ્વરૂપે, અર્ધગામધી, પ્રાકૃત, આદિ ભાષામાં જે સૂત્રો બોલવામાં આવે છે તેનું નામ ‘પ્રતિક્રમણ સૂત્ર’

‘પ્રતિક્રમણ’ એટલે પ્રતિ= પાછું, ક્રમણ = હઠવું. એટલે કે, પાપથી પાછા હઠવું. તાત્પર્ય એ કે પાપ દોષોથી પાછા હઠવાની ક્રિયા તે પ્રતિક્રમણ. સાધુ, સાધ્વી, શ્રાવક, શ્રાવિકા, ચારે પ્રકારના સંઘને (જૈન માત્રને) આ આવશ્યક ક્રિયા કરવાની જ્ઞાની ભગવંતની આજ્ઞા છે.

પ્રતિક્રમણની અગત્યતા: આજના આધુનિક યુગમાં ફરિયાદ છે કે, પ્રતિક્રમણની ક્રિયા કંટાળાભરી, નીરસ લાગે છે. પ્રતિક્રમણના બદલે સામાયિક કરીએ, નવકારવાળી ગણીએ, ધ્યાન કરીએ તો ન ચાલે? કેમ કે સૂત્રોના અર્થ તો ભણ્યા કે જાણ્યા નથી અને પ્રતિક્રમણ કરીએ તો પાપ કેવી રીતે નાશ પામે? આ વિચાર ખરાબર નથી. આ સૂત્રો જ્ઞાની ભગવંતોએ ગૂંથેલા છે. મંત્રો ખરાબર છે. શ્રદ્ધા અને રસપૂર્વક કરવાથી પણ પાપોનો નાશ થાય છે. **દાખલા તરીકે :** સર્પનું ઝેર ચઢ્યું હોય, તે જીવ તો બેશુદ્ધ છે, તે વિષ ઉતારનારો ગાઝડી, ગાઝડી મંત્રથી ઓળખાતાં મંત્રો મનમાં જપતો હોય ત્યારે પેલો બેભાન આત્મા કશું સાંભળતો નથી અને કદાચ ગાઝડી મુખથી ઉચ્ચારીને બોલે તો પણ સાંભળવાનો નથી છતાં ઝેર પેલા મંત્રના પ્રભાવે ઊતરી જાય છે અને તે નિર્વિષ બની જાય છે એવો જ પ્રભાવ આ સૂત્ર-મંત્રોનો છે. માટે આ આવશ્યક ક્રિયા હોવાથી રોજ કરવી જ જોઈએ.

પાપ દોષોની આલોચના-પ્રાયશ્ચિત નિમિત્તે હંમેશા અને નિયતકાલે પ્રતિક્રમણ કરવું જ જોઈએ. રોજે રોજ બંધાતા પાપોનું રોજે રોજ પ્રાયશ્ચિત કરવું જોઈએ. પાપ ન થાય એ પ્રતિક્રમણનો મુખ્ય ઉદ્દેશ છે પણ તે સ્થિતિ પ્રાપ્ત ન થાય ત્યાં સુધી નિરંતર લાગતા દોષોની શુદ્ધિ કરવી, પશ્ચાતાપ કરવો, વર્તમાનમાં પાપવિમુખ રહેવું અને ભવિષ્યમાં પાપ નહીં કરવાનો સંકલ્પ કરવો તે પ્રતિક્રમણ. પ્રતિક્રમણ એ ભાવસ્નાન છે તેનાથી આત્મા શુદ્ધ થાય છે. આવા પ્રતિક્રમણો વર્ષ દરમિયાન પાંચ પ્રકારે કરવાના હોય છે.

૧. **દેવસિય પ્રતિક્રમણ :** આ પ્રતિક્રમણ રોજ સાંજે કરવામાં આવે છે. દિવસ દરમિયાન કરેલા પાપોની શુદ્ધિ આ પ્રતિક્રમણ દ્વારા થાય છે. દર માસની સુદ અને વદ ૧૪ અને સંવત્સરી એમ પચ્ચીસ બાદ કરતાં વર્ષમાં ૩૩૫ દિવસ દેવસિય પ્રતિક્રમણ કરાય છે.

૨. **રાઈ પ્રતિક્રમણ :** રાતિ દરમિયાન થયેલા પાપોની શુદ્ધિ માટે રોજ સવારે રાઈ પ્રતિક્રમણ કરવામાં

આવે છે. આ પ્રતિક્રમણ વર્ષમાં રોજ સવારે એટલે કે વર્ષમાં ૩૬૦ દિવસ કરાય છે.

૩. **પક્ષી પ્રતિક્રમણ** : દર માસની સુદ અને વદ ૧૪ કારતક સુદ ૧૪, ફાગણ સુદ ૧૪, અને અષાઠ સુદ ૧૪ આ ત્રણ ચઉમાસી ચૌદશ સિવાય વર્ષમાં ૨૧ દિવસ આ પક્ષી પ્રતિક્રમણ કરાય છે. દર પંદર દિવસ દરમ્યાન જે પાપકર્મો થયા હોય તેનાથી મુક્તિ મેળવવા જ્ઞાની પુરુષોએ પક્ષી પ્રતિક્રમણની યોજના કરી છે.
૪. **ચઉમાસી પ્રતિક્રમણ** : દર ચાર મહિનામાં જાણતાં-અજાણતાં જે પાપ કર્મો બંધાયા હોય તેનાથી મુક્તિ મેળવવા માટે આ પ્રતિક્રમણ કરાય છે. દર વર્ષે કારતક સુદ ૧૪, ફાગણ સુદ ૧૪ અને અષાઠ સુદ ૧૪ના રોજ ચઉમાસી પ્રતિક્રમણ, આમ વર્ષમાં ત્રણ વખત ચઉમાસી પ્રતિક્રમણ કરાય છે. અષાઠ સુદ ૧૪નું ચઉમાસી પ્રતિક્રમણ ચાતુર્માસની શરૂઆત દર્શાવે છે અને કારતક સુદ ૧૪નું પ્રતિક્રમણ ચાતુર્માસની પૂર્ણાહુતિ દર્શાવે છે. અષાઠ સુદ ૧૫થી ગુરુભગવંતોનો વિહાર બંધ થાય છે અને કારતક સુદ ૧૫ થી વિહાર શરૂ થાય છે.
૫. **સંવચ્છરી (સાંવત્સરિક) પ્રતિક્રમણ** : આ પ્રતિક્રમણ વર્ષમાં એક વખત, ભાદરવા સુદ ચોથના રોજ થાય છે. આખા વર્ષ દરમ્યાન જે પાપ કર્મો જાણતાં-અજાણતાં થયા હોય તેના પ્રાયશ્ચિત માટે સંવચ્છરી પ્રતિક્રમણ કરાય છે. આ પ્રતિક્રમણ કરીને જગતના સર્વ જીવોને ખમાવવામાં આવે છે. આખા વર્ષ દરમ્યાન પ્રમાદને કારણે પ્રતિક્રમણ ન કરનાર પણ સંવચ્છરી પ્રતિક્રમણ કરી પોતાની જાતને ધન્ય માને છે.

પ્રતિક્રમણની ક્રિયા

જેના છ આવશ્યક છે. સામાયિક, ચઉવ્વિસત્થો, વંદણ, પડિક્કમણું (પ્રતિક્રમણ), કાઉસ્સગ્ગ અને પચ્ચક્ખાણ. આ છએ આવશ્યકમાં દરેક પ્રકારની ક્રિયા સમાયેલી છે. મન, વચન અને કાયાથી સ્થિર થઈ કરવાથી પાપોનો નાશ થાય છે.

૧. **સામાયિક** : પ્રતિક્રમણ ઠાયા પછીના સૂત્ર બોલાય તે, એટલે કે સમતાનો જેનાથી લાભ થાય તે 'સામાયિક'. તે બે ઘડીનું (૪૮ મિનિટ) ચારિત્ર જેવું હોવાથી તેટલો સમય સાધુ જીવન ગાળવાનું અણમોલ સાધન છે. સાવધયોગ-પાપની પ્રવૃત્તિઓને અટકાવવા માટેની ચિત્ત તથા મનને સ્વસ્થ અને નિર્મળ રાખવાની એક શ્રેષ્ઠ તક છે.
૨. **ચઉવ્વિસત્થો** : આ આવશ્યક લોગસ્સરૂપ છે. અતિચારની આઠ ગાથાનો કાઉસ્સગ્ગ કર્યા પછી જે લોગસ્સ બોલાય છે તે જ ચઉવ્વિસત્થો એટલે ચતુર્વિંશતિ. જેમાં ચોવીશ તીર્થંકરોની સ્તુતિ જે લોગસ્સ તરીકે પ્રચલિત છે. આમાં નામોની સ્તવના જે મંગલ અને કલ્યાણકારી, સમ્યક્ત્વની શુદ્ધિ કરનારી છે. સ્તવનાના પ્રભાવે સારી શ્રદ્ધા, અનુકંપા, દયા, વૈરાગ્ય, સંવેગ, અને સમતાના ગુણો પ્રગટ થાય છે, જે બાહ્યાભ્યન્તર સુખ, શાંતિ અને આરોગ્યને આપવા સાથે જીવને મુક્તિ (મોક્ષ) સુધી પહોંચાડી દે છે.
૩. **વંદણ** : બીજા આવશ્યક દેવસ્તુતિ કરી, હવે પછીનું સ્થાન ગુરુનું છે. એટલે ગુરુવંદનાદિ કરવું જોઈએ. એ માટે બે વાંદણાંનો વિધિ કરાય છે. વંદણ આવશ્યક તે ત્રીજા આવશ્યકની મુહપત્તી પડિલેહ્યા પછી જે 'સદ્ગુરુવંદન'નો બે વાર પાઠ બોલીએ

છીએ. ગુરુ એટલે જે ધર્મના જાણકાર, ધર્મચરણનું પાલન કરનાર, અહિંસા, સત્ય, અયૌર્ય, બ્રહ્મચર્ય, અપરિગ્રહ, આદિ મહાવ્રતોનું તથા ત્યાગ માર્ગનું પાલન કરનાર હોય તે ગુરુ કહેવાય. આવા નિઃસ્પૃહી, આત્મકલ્યાણનો સાચો માર્ગ બતાવનાર, સદ્જ્ઞાનની પ્રાપ્તિ કરાવનાર સર્વગુણસંપન્ન ગુરુને વંદન કરવું એ શિષ્યનું – શ્રાવકોનું કર્તવ્ય છે. આવા ગુરુની આજ્ઞાનું પાલન, તેમનું બહુમાન, આદર કરવો એ ઉત્તમ ધર્મ છે.

૪. **પડિક્કમણું (પ્રતિક્રમણ) :** આ આવશ્યક એ વંદિતા સૂત્રની આરાધના. પાપથી પાછા હઠવાની ક્રિયા દર્શાવતાં સૂત્રો દ્વારા ક્ષણે ક્ષણે મન, વચન, કાયાથી થતા પાપ-દોષોની આલોચના કરવી, તેની ક્ષમા માંગવી તે ખરું પ્રતિક્રમણ છે. આ પ્રતિક્રમણ ઈરિયાવહિય, વંદિતું વગેરે સૂત્રો દ્વારા થાય છે અને સારા પ્રતિક્રમણનો સાર ‘મિચ્છા મિ દુક્કડં’. એનાથી તરત જ દુષ્ટ પાપ, દોષ, અતિચાર કે ભૂલની ક્ષમા માંગી શુદ્ધ થઈ હળવાશ અનુભવાય છે.

૫. **કાઉસ્સગ્ગ :** આ પાંચમું આવશ્યક વંદિતાસૂત્ર પછી બોલતા લોગસ્સના કાઉસ્સગ્ગ પછી પ્રગટ લોગસ્સ જે બોલાય છે તે. કાઉસ્સગ્ગ દરમિયાન શરીરની શુશ્રૂષાનો સર્વથા ત્યાગ, કાયાનું કષ્ટ સહન કરવાનું અને મૌન અને ધ્યાન દ્વારા વાણી અને મનની મલિન વૃત્તિઓનો ત્યાગ કરવાનો હોય છે. કાયાની મમતા અને મૂર્છા દૂર કરવા અને અભ્યંતર તપની સાધના કરવા માટે કાઉસ્સગ્ગ ઊભા-ઊભા કરવો જોઈએ. શારીરિક શક્તિ ન હોય તો બેસીને સ્થાપનાચાર્યજી ઉપર સ્થિર નજર કરીને કાઉસ્સગ્ગ કરવો. સ્થિર ચિત્તે, કાયા સ્થિર રાખી, હલનચલન સ્થિર કરી ક્રિયામાં એકાગ્ર થવું, સામૂહિક પ્રતિક્રમણમાં ગુરુ મહારાજ કાઉસ્સગ્ગ પાઠે તે પછી જ આપણે કાઉસ્સગ્ગ પાઠી શકાય.

૬. **પચ્ચક્ખાણ :** રાતના યથાશક્તિ આહાર, પાણીનો વિવિધ રીતે ત્યાગ કરવાના નિયમની છઠ્ઠા આવશ્યકની આરાધના થાય છે. જીવનને સંયમી બનાવવા, વિવિધ કુટેવોથી બચવા, સદાચરણમાં પ્રવૃત્તિ કરવા અને પાપસ્રવથી અટકવા પચ્ચક્ખાણ એટલે નિયમો ગ્રહણ કરવા જરૂરી છે. પ્રતિક્રમણમાં મુખ્યત્વે ખાવા-પીવાને ઉદ્દેશીને પચ્ચક્ખાણ કરવાના છે. પ્રતિક્રમણ આવશ્યકની જોડે બાકીના પાંચ આવશ્યકોની આરાધના અત્યંત જરૂરી છે.

પ્રતિક્રમણની ક્રિયામાં ધ્યાનમાં રાખવા જેવું:

ઉપાશ્રય કે પ્રતિક્રમણ કરવાના સ્થાનો ધાર્મિક દૃષ્ટિએ અત્યંત પવિત્ર હોવાથી આ સ્થળ ખૂબ જ સ્વચ્છ અને શાંતિવાળા હોવા જોઈએ, આજુ-બાજુના સ્થાનોમાં પણ અવાજ કે ઘોંઘાટ ન થાય તેવું વાતાવરણ હોવું જરૂરી છે. ઉપાશ્રયમાં સાંસારિક વાતો ન થાય અને શાંતિ જાળવવી જોઈએ જેથી અન્ય ક્રિયાકારકોને બાધા ન પડે. ધાર્મિક સ્થાન માત્ર કર્મની નિર્જરા કરવાનું સ્થાન હોવાથી તકરાર કે મનદુઃખ થાય તેવું વર્તન ન

જ થાય તે જોવાની બધાની ફરજ છે. પાપથી મુક્ત થવાના સ્થાનમાં જ પાપનું બંધન થાય તેવી ક્રિયા કરવી તે સમાજને લાંબનરૂપ છે. સામાન્ય રીતે પ્રતિક્રમણમાં પુરુષોને ધોતિયા સિવાય બીજું વસ્ત્ર કે સીવેલાં કપડાં પહેરવા ઉચિત નથી. શરદી આદિ વ્યાધિના કારણે ખેસ કે શાલ ઓટવા પડે તે અપવાદ માર્ગ છે. પ્રતિક્રમણ ભણાવવાનો અવાજ સંભળાતો હોય તે તરફ ધ્યાન રાખી સૂત્રો સાંભળવામાં ચિત્ત પરોવવું. બે હાથ જોડી વિનયપૂર્વક બેસવાને બદલે હાથ જોડી વિનયપૂર્વક બેસવાને બદલે હાથ જોડ્યા વિના આરામથી બેસી રહેવું તે ક્રિયા પ્રત્યે અનાદર સૂચવે છે. માટે ઉપયોગ રાખવો જેથી વિરાધનાનું પાપ ન લાગે અને પોતાનું કે બીજાનું પ્રતિક્રમણ ડહોળાય નહીં.

સંસારનો મોહ છોડી, કરેલા પાપોની આલોચના માટે જ પ્રતિક્રમણ ક્રિયા જ્ઞાની પુરુષોએ બતાવેલ હોવાથી ખૂબ જ સરળ હૃદયે આ ક્રિયા કરવાથી પાપથી મુક્ત બની શકાય છે.

પ્રતિક્રમણ ક્રિયાની આવશ્યકતા :

જ્ઞાન અને ક્રિયા એક જ રચના બે પૈડાં છે. બેમાંથી એક પણ પૈડું નબળું હોય તો આત્મરૂપી રથ મુક્તિના પંથે સરખી ગતિ કરી ન શકે. માટે જ આપણે ત્યાં જ્ઞાન અને ક્રિયા બંનેને સમાન મહત્ત્વ આપવામાં આવ્યું છે. એથી જ જ્ઞાનથી જાણો અને ક્રિયાવાદનો અમલ બરાબર નહીં હોય તો તે નહીં ચાલે. જ્ઞાન તો બીજાનું પણ આપણે (ક્રિયા વગરેમાં) કામ લાગશે, પણ ક્રિયા બીજાની કરેલી આપણને કદી ઉપયોગી કે ફળદાયી થતી નથી.

ટૂંકમાં પ્રતિક્રમણક્રિયા કરવા લાયક છે. પણ સાચી સમજ મેળવીને થાય તો સર્વોત્તમ છે. છતાં કદાચ તેવી સમજ મેળવી ન હોય અને શ્રદ્ધા અને ભાવપૂર્વક વિધિ મુજબ થાય તો પણ કર્મનો બોજ હળવો કરવા, મનને નિર્મળ બનાવવા આ ક્રિયા કરવી જરૂરી છે.

ક્રિયા ઉત્તમ ફળ માટે: દરેક ક્રિયા વિધિની શુદ્ધિ અને ભાવની શુદ્ધિ, આ બંનેની શુદ્ધિ જાળવીને થાય તો શ્રેષ્ઠ છે. વિધિની શુદ્ધિ એટલે કટાસણું, ચરવળો, મુહપતી, આદિ ઉપકરણો-સાધનો સ્વચ્છ, અખંડ, સારા, વાપરવાં; શુદ્ધ સૂત્રોચ્ચાર તેમજ કાયાથી કરાતી મુદ્રા, આસનો વગેરે જે રીતે કરવાનું હોય તે રીતે કરવાં. આ વિધિ બાહ્ય શુદ્ધિ કહેવાય, અને ઉપયોગ લક્ષ્યની જાગૃતિપૂર્વક મનથી સૂત્રાર્થાદિકનાં ભાવ ઉપર ત્રિકરણયોગે સાવધાન રહેવું તેને ભાવશુદ્ધિ કે અભ્યંતરશુદ્ધિ કહેવાય. આ રીતે ક્રિયા કરવાની છે. કેસેટની જેમ સાંભળવાથી કે કડકડાટ બોલી જવાથી વિશેષ લાભ થતો નથી. એટલે આ ક્રિયામાં તલ્લીન થઈ પરમ શાંતિ જાળવી, વાતચીત કર્યા વિના આડું-અવળું જોયા વિના, કાયાને વારંવાર હલાવ્યા વિના, મડદા જેવા નહિ પણ સ્વસ્થ રહીને, ટટ્ટાર બની, બે હાથ જોડી સૂત્રો સાંભળવો, પ્રમાદ છોડી હાથમાં ચરવળો રાખી મુખ્ય વિધિઓ ઊભા ઊભા જ કરવી.

ખમાસમણ ક્રિયા :

ખમાસમણને પંચાંગ પ્રણિપાત કહેવાય છે. આથી બે ટીંચણ, બે હાથ અને મસ્તક આ પાંચે અંગો જમીનને સ્પર્શ તે રીતે ખમાસમણ દેવું જોઈએ. પ્રતિક્રમણની ક્રિયામાં ખમાસમણ ઊભા થઈને. જ દેવા જરૂરી છે, જેથી ક્રિયાનો આદર અને બહુમાન જળવાય; બેઠેલા લોકોએ માથું જમની સુધી અડાડવું જોઈએ.

પ્રતિક્રમણમાં ઉપયોગી સાધનો :

ધર્મભાવનાની વૃદ્ધિ કરે તેવા સાધનોને ઉપકરણો કહેવાય. આ ઉપકરણો ધર્મભાવનાના પ્રતીકરૂપ ગણાય છે. શુદ્ધ, સારા અને અખંડ ઉપકરણ ધર્મક્રિયામાં પ્રેરકબળ તરીકેનું કામ કરે છે. ચિત્તની પ્રસન્નતા

અને ભાવોલ્લાસમાં સાધનોની શુદ્ધિ એમ અનિવાર્ય બળ પુરુ પાડે છે.

સ્થાપનાચાર્યજી, કટાસણું, મુહપત્તી અને ચરવળો આ ચાર વસ્તુઓની પ્રતિક્રમણમાં ખાસ જરૂર પડે છે. પુરુષોને ચરવળો ગોળ દાંવાો અને સ્ત્રીઓ માટે ચોરસ દાંડીવાળો વાપરવાનો હોય છે.

ઉપકરણોની સમજ

૧. **સ્થાપનાચાર્યજી :** નવકાર અને પંચિંદિય સૂત્ર જેમાં હોય તે, તે ન હોય તો જૈન ધર્મને લગતા સૂત્રો જેમાં હોય તેવી અથવા જ્ઞાનને લગતું પુસ્તક સ્થાપનાચાર્ય તરીકે લઈ શકાય છે. આ સ્થાપના બાજોઠ ઉપર સાપડો મૂકીને કરવી. તેમ ન બને તો ઊંચા સ્થાને રહે તેવી રીતે સ્થાપનાચાર્યજીની સ્થાપના કરવી.

૨. **કટાસણું (કષ્ટઆસન) :** સૂક્ષ્મ જીવોની રક્ષા થઈ શકે તે માટે શુદ્ધ અને અખંડ એવું ઉનનું કટાસણું રાખવું જરૂરી છે. પવિત્ર ધર્મક્રિયા કરવાની છે, એવો ખ્યાલ મનમાં રાખીને કટાસણા ઉપર ક્રિયા કરવાની છે. કટાસણું બેસનાર વ્યક્તિના દોઢ હાથ જેટલું સમયોરસ માપનું, કાણાં વગરનું હોવું જોઈએ. કટાસણું ફાટેલું ન હોવું જોઈએ. કટાસણું સફેદ એક પડ વાળું ગરમ ઉનનું હોવું જોઈએ. રંગીન કટાસણામાં જીવો દેખાય નહીં.

૩. **મુહપત્તિ :** મુહપત્તિ સુતરાઉ કાપડની, સામાન્ય રીતે એક વેંત અને ચાર આંગળીની હોય છે. મુહપત્તીની ત્રણ કોર ખુલ્લી અને ચોથી કોર બાંધેલી હોવી જોઈએ. સંસારની ચાર ગતિ નારકી, તિર્યચ, મનુષ્ય અને દેવ. આમાં આત્માનો છુટકારો કરવા માટે એક જ ગતિ, મનુષ્યગતિ જ સમર્થ છે. માનવ જીવન જ સંસારભ્રમણ ઉપર પૂર્ણવિરામ મૂકી શકે તેમ છે. તે મેલી નહીં પણ સ્વચ્છ હોવી જોઈએ. મુહપત્તી મુખ પાસે રાખવાના બે વિધાન છે. (૧) જ્ઞાન-જ્ઞાની અને જ્ઞાનના સાધનો પ્રત્યે વિનય સચવાય છે. બોલતી વખતે મોટેથી થૂંક નીકળતાં જ્ઞાન-જ્ઞાની કે જ્ઞાનના સાધનોનો થતો અવિનય નાશ થાય છે. (૨) સૂત્રો બોલતી વખતે હવામાં ઊડતાં સૂક્ષ્મજીવો મુખમાં ચાલ્યા ન જાય અને તેઓની રક્ષા થાય તે માટે મુહપત્તી મુખ પાસે રાખવી જરૂરી છે.

મહુપત્તીનું પડિલેહણ, પચાસ બોલ બોલવાપૂર્વક કરવાનું હોય છે. પુરુષોએ પચાસ બોલ અને સ્ત્રીઓએ ચાળીસ બોલ બોલવા પૂર્વક મુહપત્તી પડિલેહણ કરવાનું હોય છે.

૪. **ચરવળો :** ચરવળો એ સામાયિકનું આગવું અંગ છે. એના સિવાય સામાયિક અપૂર્ણ ગણાય. સામાયિકમાં આઠા-પાછા થતા મનને વારવા માટેનું પ્રતીક ચરવળો છે. ચરવળાનો ખાસ ઉપયોગ કટાસણું પાથરતાં પહેલા ભૂમિની પ્રમાર્જના કરવા માટે છે. ચરવળો ૩૨ આંગળ જેટલો હોવો જોઈએ, એમાં ચોવીસ આંગળીદાંડી અને આઠ આંગળીની ઉનની દશીઓ રહે. આત્મા ચોવીસ દંડક (માર્ગ)થી દંડાય છે. તેને દૂર કરવા દાંડી ચોવીસ આંગળની અને આઠ પ્રકારના કર્મબંધનથી બંધાયેલા આત્માને મુક્ત કરવા આઠ આંગળની દશીઓ જણાવેલી છે.

માપસર ચરવળો હોય તો પૂંજવા-પ્રમાર્જવાની ક્રિયા પણ બરાબર થઈ શકે. નાના કદના ચરવળામાં એમ થઈ શકતું નથી. માટે ચરવળો જ્ઞાની નિર્દિષ્ટ માપ પ્રમાણે હોવો જોઈએ. ચરવળાની દાંડી પ્લાસ્ટીક, સ્ટીલ કે એલ્યુમીનીયમને બદલે ફક્ત લાકડાની જ હોવી જોઈએ. સ્ત્રીઓ ચરવળાની ફક્ત દાંડી ચોરસ એટલા માટે કે સ્ત્રી એ ચારગતિનું કારણ છે. અહીં સ્ત્રી એટલે સ્ત્રીનું શરીર જ નહીં પરંતુ સ્ત્રી એટલે વાસના,

વાસનાના પ્રતીક તરીકે સ્ત્રીને માને છે. આ વાતનો ખ્યાલ રાખવા સ્ત્રીઓનાં ચરવળાની દાંડી ચોરસ જણાવી છે. જે સંગત પણ લાગે છે.

ચરવળા વિના ક્રિયામાં ઊભા થવાતું નથી. ચરવળા વગર સામાયિક કે પ્રતિક્રમણમાં સ્થાનફેર પણ થઈ શકતો નથી.

એટલે સામાયિક કરવા માટે જેમ મુહપતી જરૂરી છે, કટાસણું જરૂરી છે, તેમ એટલો જ જરૂરી છે ચરવળો. જેમ પૂ. સાધુ ભગવંતો પાસે, સદાય ઓઘો (રજોહરણ) હોય જ, તેમ સામાયિક પ્રતિક્રમણ કે પૌષ્ઠમાં શ્રાવક પાસે ચરવળો હોય જ, અને શરીરથી જરાય અલગ ન રખાય અને જો ચાલુ ક્રિયામાં ચરવળો શરીરથી સહેજ પણ અલગ પડી જાય તો ત્યાં ક્રિયા થંભાવી દઈ તરત ઈચ્છિયાવહીય કરી લેવી જોઈએ, તો જ ક્રિયાની અખંડિતતા સચવાય છે.

જે આરાધના વીતરાગ પરમાત્માએ ખતાવેલી છે તે આરાધના માટેના ઉપકરણો પણ એમના ખતાવ્યા અનુસાર હોવા ઘટે! તો જ આરાધના પણ પોતાનો પ્રભાવ ખતાવી શકે છે.

આમ સામાયિકના ચાર ઉપકરણની જરૂરિયાત જોઈ લીધી આજ રીતે **પાંચમાં ઉપકરણ તરીકે સુતરનો કંદોરો તથા છઠ્ઠું ઉપકરણ ખેસની પણ એટલી જ જરૂર છે.**

મિથ્યાત્વ, અજ્ઞાન, અવિરતિ, પ્રમાદ, કષાયાદિ દોષોના લીધે જાણતાં-અજાણતાં પણ મન-વચન-કાયાની અશુભ પ્રવૃત્તિઓ કે પાપ પ્રવૃત્તિઓ અવિરત રોજ ચાલુ છે ત્યાં સુધી જીવે પ્રતિક્રમણ અવશ્ય કરવું જ જોઈએ જેથી જીવ પાપકર્મ કરતાં અટકે અને થયેલા પાપો દુષ્કૃત્યો માટે પશ્ચાતાપ-દિલગીરી પેદા થાય, પુરાણો કર્મોને ખપાવે અને ચારિત્ર ગુણની ઉત્તરોત્તર વિશુદ્ધિ થાય.

દેવસિ પ્રતિક્રમણનો વિધિ (સાંજનું પ્રતિક્રમણ)

સાંજે વાળું ભોજન કર્યા પછી રાત્રીના ૧૦ વાગ્યા સુધી જે પ્રતિક્રમણ થાય તેને દૈવસિક પ્રતિક્રમણ કહેવાય. અને કારણવશાત્ અપવાદે ખપોરે ૪ થી રાત્રીના ૧૨ વાગ્યા સુધી થઈ શકે છે.

૧ પ્રથમ સામાયિક લેવું.

૨ પછી પાણી વાપર્યું હોય તો ખમાસમણ દઈ ઈચ્છાકારેણ સંદિસહ ભગવન્ મુહપતિ પડિલેહું? ઈચ્છં, કહી મુહપતિ પડિલેહવી.

૩ આહાર વાપર્યો હોય તો વાંદણા ખે દેવા. (ખીજ વાંદણામાં 'આવસ્થિયાએ' પાઠ ન કહેવો)

૪ પછી ઈચ્છાકારિ ભગવન્ પસાય કરી પચ્ચક્કખાણનો આદેશ દેશોજી એમ કહી યથાશક્તિ પચ્ચક્કખાણ કરવું.

૫ પછી ખમાસમણ દઈ ઈચ્છાકારેણ સંદિસહ ભગવન્ ચૈત્યવંદન કરું? ઈચ્છં, કહી ચૈત્યવંદન કરવું.

૬ પછી જંકિંચિ, નમુત્યાણં, અરિહંતચેઈઆણં અન્નત્યં કહી એક નવકારનો કાઉસ્સગ કરી પારી નમોર્હત્ કહીને પહેલી થોય કહેવી પછી,

૭ લોગસ્સ, સવ્વલોએ, અરિહંતચેઈઆણં, અન્નત્યં કહી એક નવકારનો કાઉસ્સગ કરી પારીને ખીજી થોય કહેવી, પછી,

૮ પુકખરવરદી, સુખસ્સ ભગવઓ કરેમિ કાઉસ્સગ્ગં, વંદણ વત્તિઆઓ અન્નત્યં કહી એક નવકારનો કાઉસ્સગ કરી પારીને ત્રીજી થોય કહેવી, પછી,

- ૯ સિદ્ધાણં, બુદ્ધાણં, વેયાવચ્ચગરાણં, અણ્ણત્થ કહી એક નવકારનો કાઉસ્સગ્ગ કરી પારીને નમોર્હત્ કહી ચોથી થોય કહેવી, પછી,
- ૧૦ બેસીને નમુત્થણં કહેવું, પછી,
- ૧૧ એક ખમાસમણ દઈ ભગવાનહં, બીજુ ખમાસમણ દઈ આચાર્યહં, ત્રીજુ ખમાસમણ દઈ ઉપાધ્યાયહં અને ચોથું ખમાસમણ દઈ સર્વસાધુહં કહેવું પછી,
- ૧૨ ઈચ્છાકારેણ સંદિસહ ભગવન્ દેવસિઅ પડિક્કમણે ઠાઉં? ઈચ્છં, કહી જમણો હાથ (ચરવળા કે કટાસણા ઉપર) થાપી સવ્વસવિ દેવસિઅ દુચ્ચિંતિઅ, દુબ્ભાસિઅ, દુચ્ચિક્કિઅ મિચ્છામિ દુક્કડં કહેવું. પછી,
- ૧૩ કરેમિ ભંતે ઈચ્છામિ ઠામિ, તસ્સ ઉતરી અણ્ણત્થં કહી, પંચાચારની આઠ ગાથાનો કાઉસ્સગ્ગ કરવો. આઠ ગાથા ન આવડે તો આઠ નવકારનો કાઉસ્સગ્ગ કરવો. પારીને લોગસ્સ કહેવો પછી ત્રીજા આવશ્યકની મુહપતિ પડિલેહી બે વાંદણા દેવાં.
- ૧૪ પછી ઈચ્છાકારેણ સંદિસહ ભગવન્ દેવસિઅ આલોઉં? ઈચ્છં, આલોએમિ જો મે દેવસિઅનો પાઠ કહેવો.
- ૧૫ પછી સાત લાખ અને અઠાર પાપસ્થાનક કહેવા.
- ૧૬ પછી સવ્વસવિ દેવસિઅ દુચ્ચિંતિઅ, દુબ્ભાસિઅ, દુચ્ચિક્કિઅ, ઈચ્છાકારેણ સંદિસહ ભગવન્? ઈચ્છં તસ્સ મિચ્છામિ દુક્કડં કહેવું
- ૧૭ બેસીને જમણો પગ ઉંચો રાખીને એક નવકાર, કરેમિ ભંતે ઈચ્છામિ પડિક્કમિઉં કહીને વંદિતુ કહી બે વાંદણા દેવાં, પછી
- ૧૮ અબ્બુદ્ધિઓ ખામીને બે વાંદણા દેવાં પછી,
- ૧૯ આચરિઅ ઉવજ્જાએ, ‘કરેમિ ભંતે’, ઈચ્છામિ ઠામિ, તસ્સ ઉતરી, અણ્ણત્થં કહી બે લોગસ્સનો કાઉસ્સગ્ગ, ન આવડે તો આઠ નવકારનો કૌસ્સગ્ગ કરવો. પારીને,
- ૨૦ પ્રગટ લોગસ્સ, સવ્વાલોએ-અરિહંતચેઈયાણં, અણ્ણત્થં કહી એક લોગસ્સ અથવા ચાર નવકારનો કાઉસ્સગ્ગ કરવો. પારીને,
- ૨૧ પુકખરવરદી, સુખસ્સ ભગવઓ કરેમિ કાઉસ્સગ્ગં વંદણવત્તિઆએ કહી અણ્ણત્થં કહી, એક લોગસ્સનો કાઉસ્સગ્ગ કરવો, ન આવડે તો ચાર નવકારનો કાઉસ્સગ્ગ કરવો. પારીને,
- ૨૨ સિદ્ધાણં બુદ્ધાણં કહી, સુઅદેવયાએ કરેમિ કાઉસ્સગ્ગં અણ્ણત્થં કહી એક નવકારનો કાઉસ્સગ્ગ કહી, પારીને નમોર્હત્ કહી પુરુષે સુઅદેવયાની થોય કહેવી અને સ્ત્રીએ કમલદલની થોય કહેવી. પછી,
- ૨૩ ખિત્તદેવયાએ કરેમિ કાઉસ્સગ્ગં અણ્ણત્થં કહી, એક નવકારનો કાઉસ્સગ્ગ કરી, પારીને નમોર્હત્ કહી, પુરુષે જુસેખિત્તે સાહુની થોય કહેવી, અને સ્ત્રીએ યસ્યા: દોત્રં સમાશ્રિત્યની થોય કહેવી. પછી,
- ૨૪ એક નવકાર ગણી, છઠ્ઠા આવશ્યકની મુહપતિ પડિલેહી બે વાંદણા દેવાં, પછી
- ૨૫ સામાયિક, ચઉવિસત્થો વાંદણાં, પડિક્કમણું, કાઉસ્સગ્ગ, પચ્ચકખાણ કર્યુ છે જુ (એમ કહી છ આવશ્યક સંભારવા) પછી
- ૨૬ ઈચ્છામો અણુસહિં નમો ખમાસમણાણં નમોર્હત્ કહીને પુરુષે “નમોસ્તુ વર્ધમાનાય” કહેવું. સ્ત્રીએ સંસારદાવાની ત્રણ થોય કહેવી. પછી,
- ૨૭ નમુત્થણં કહી ઈચ્છાકારેણ સંદિસહ ભગવન્? સ્તવન ભણું? ઈચ્છં, નમોર્હત્ કહી સ્તવન કહેવું. પછી
- ૨૮ વરકનક કહી ચાર ખમાસમણ વડે ભગવાનાદિને વાંદવા. પછી જમણો હાથ (ઉપધિ ઉપર) થાપી અઙ્ઘાઈજ્જેસુઠ કહેવું. પછી
- ૨૯ ઈચ્છાકારેણ સંદિસહ ભગવન્ દેવસિઅ પાયચ્ચિત વોસહણ્ણત્થં કાઉસ્સગ્ગ કરું? ઈચ્છં દેવસિઅ પાયચ્ચિત વોસહણ્ણત્થં કરેમિ કાઉસ્સગ્ગં અણ્ણત્થં કહી ચાર લોગસ્સનો કાઉસ્સગ્ગ કરવો. ન આવડે તો સોળ નવકારનો