मोक्षमार्गस्य नेतारं भेत्तारं कर्म-भूभृताम्।
ज्ञातारं विश्वतत्त्वानां वन्दे तद्गुणलब्धये॥

तत्त्वार्थ-सूत्र ग्रन्थराज में द्वितीय-अध्याय के माध्यम से जीवों की विशेषताओं को जाना जा रहा है। जो जीव के पास में इन्द्रियाँ होती हैं, उन इन्द्रियों की रचना कैसे होती है, इस बारे में आप लोगों ने सुना है और वे इन्द्रियाँ कितनी होती हैं? उनका अपना-अपना विषय क्या होता है? यह सब भी क्रम-क्रम से इस सूत्र-ग्रन्थ में बताया जा रहा है। आगे का सूत्र पढ़ते हैं-

Class 33

स्पर्शनरसनघ्राणचक्षु:श्रोत्राणि।**।19।।**

ये तो बहुत simple से सूत्र हैं, जो आप जानते ही हैं।

इन्द्रियों के नाम सही तरीके से लेना

'स्पर्शन-रसन-घ्राण-चक्षु-श्रोत्राणि'। इस सूत्र में 5 इन्द्रियों का वर्णन किया गया है। किसका? 5 इन्द्रियों का। आप थोड़ी-सी सावधानी से देखेंगे तो आपको पता चलेगा कि इन्द्रिय का जो हम नाम लेते हैं, वह नाम भी कभी-कभी हम जल्दी में शायद गलत बोल देते होंगे। क्या लिखा है? ये 5 इन्द्रियों के नाम बताए जा रहे हैं। सबसे पहली इन्द्रिय का नाम क्या है? स्पर्शन-इन्द्रिय। हम लोग जल्दी में क्या बोल जाते हैं? स्पर्श-इन्द्रिय। यद्यपि आपकी बात को कोई भी व्याकरण विज्ञ व्यक्ति सही कर सकता है लेकिन ध्यान देने योग्य बात यह है- सूत्र के अनुसार इन्द्रिय का नाम है- स्पर्शन-इन्द्रिय। जब भी कभी आपको पहली इन्द्रिय का ज्ञान हो तो आप स्पर्शन-इन्द्रिय रूप से ही शब्द का प्रयोग करें।

सभी इन्द्रियों का आधार स्पर्शन इन्द्रिय है

स्पर्शन-इन्द्रिय सबसे पहली इन्द्रिय है क्योंकि किसी-भी जीव में अन्य इन्द्रियाँ बाद में बनती हैं। सभी इन्द्रियों का आधार यदि कोई इन्द्रिय है, तो वह स्पर्शन-इन्द्रिय ही है। सभी इन्द्रियाँ इसके बाद ही बनेगी और जो भी इन्द्रियों की उत्पत्तियाँ अलग-अलग जीवों में होती हैं तो स्पर्शन-इन्द्रिय के साथ होने पर ही होती हैं। आपको कोई-भी जीव ऐसा नहीं मिलेगा जिसके पास में यह स्पर्शन-इन्द्रिय न हो। इस स्पर्शन-इन्द्रिय-ज्ञान का क्षयोपशम सभी जीवों के पास में रहता है। कम-से-कम भी यदि क्षयोपशम होता है, तो वह स्पर्शन-इन्द्रिय-जन्य क्षयोपशम तो रहता ही है।

इन्द्रियों का सम्बन्ध ज्ञानात्मक उपयोग से है

यहाँ पर उपयोग का विषय चल रहा है। इन्द्रियों का सम्बन्ध भी उपयोग से ही है, मन का सम्बन्ध भी हमारे आत्मा के ज्ञान-उपयोग से ही है। इसी-तरह से इन्द्रियों का सम्बन्ध भी आत्मा के उपयोग से ही है। अब हम थोड़ा-सा यह देखे कि आत्मा है, इन्द्रियाँ हैं और मन है और ये सभी चीजें ज्ञान के साथ चल रही हैं। ये सभी परिणतियाँ कैसी हैं? ज्ञानात्मक परिणतियाँ हैं। इन ज्ञानात्मक-परिणतियों में सबसे ज्यादा जो ज्ञान की प्रवृत्ति है,

वह हमें स्पर्शन-इन्द्रिय में ही दिखाई देगी क्योंकि स्पर्शन-इन्द्रिय के लिए बहुत ज्यादा, उसका शरीर के माध्यम से, उसका विषय जो है, बहुत ज्यादा फैला हुआ रहता है। पूरे शरीर में एक स्पर्शन-इन्द्रिय है, जो फैली हुई है।

प्रत्येक जीव में स्पर्शन-इन्द्रिय का क्षयोपशम अलग-अलग होता है

इस स्पर्शन-इन्द्रिय का क्षयोपशम भी अलग-अलग जीवों में अलग-अलग होता है और इस क्षयोपशम के लिए भी आत्मा ही जिम्मेदार है। यह क्षयोपशम कहाँ होगा? आत्मा में क्षयोपशम हुआ। इन्द्रिय में जो ज्ञान आया, वह ज्ञान कहाँ से आया? आत्मा से आया। मन में भी ज्ञान आया तो कहाँ से आया? आत्मा में जो ज्ञानावरण-कर्मों का क्षयोपशम है, उससे आया। इन इन्द्रियों को जानकर के हम धीरे-धीरे यह भी जान लेंगे कि यद्यपि इन इन्द्रियों की रचना आत्मा ही करता है।

द्रव्य इन्द्रिय और भाव इन्द्रिय किन कर्मों पर निर्भर करती है**?**

जैसा हम जानते हैं- 'द्रव्य-इन्द्रिय हैं, भाव-इन्द्रिय हैं'

- द्रव्य-इन्द्रिय- जो नाम-कर्म के विशेष उदय से होने वाली रचना विशेष है। जब द्रव्य-इन्द्रिय की बात आएगी तो उसमें नाम-कर्म के कारण से, अंगोपांग-नाम-कर्म के कारण से या शरीर-नाम-कर्म के उदय से जो उसकी इन्द्रिय बनेगी, उसी की वहाँ पर मुख्य भूमिका होगी। यह कहलाती है- द्रव्य-इन्द्रिय।
- भाव-इन्द्रिय आएगी तो उसमें ज्ञानावरण-कर्म के क्षयोपशम की मुख्य भूमिका होगी और ज्ञानावरण में भी कौन-से ज्ञानावरण-कर्म के क्षयोपशम से इन्द्रिय बनेगी?

5 ज्ञान हैं, 5 ज्ञानावरणी-कर्म हैं तो इन्द्रिय के लिए कौन-से ज्ञानावरण-कर्म का क्षयोपशम चाहिए? मति-ज्ञानावरण-कर्म का क्षयोपशम चाहिए।

इन्द्रियों की रचना कैसे होती है**?**

मतलब कि अन्तरंग में आत्मा के अन्दर वीर्यान्तराय-कर्म का क्षयोपशम हो, साथ में मति-ज्ञानावरण-कर्म का क्षयोपशम हो तब यह मतिज्ञान की प्रवृत्ति बनती है। इन्द्रिय बनी है, तो उस इन्द्रिय की उत्पत्ति के लिए या रचना के लिए शरीर-नाम-कर्म का भी उदय हो तो वह इन्द्रियों की रचना होती है। द्रव्य-इन्द्रिय और भाव-इन्द्रिय, इन दोनों प्रकार की इन्द्रियों में अगर हम देखे तो कर्मों के एक में तो उदय की अपेक्षा है और एक में क्षयोपशम की अपेक्षा है। जो द्रव्य-इन्द्रिय है, वह तो शरीर-नाम-कर्म आदि के उदय से होगी और जो भाव-इन्द्रिय है, वह हमारे वीर्यान्तराय, ज्ञानावरण, स्पर्शन-इन्द्रियावरण, जो मतिज्ञान है, इसके क्षयोपशम से होगी। मतलब कि एकेन्द्रिय-जीव भी यदि एक इन्द्रिय को उपलब्ध हो रहा है, तो उसमें भी इतने कर्मों का क्षयोपशम होता है तब उसको एक इन्द्रिय उपलब्ध होती है। तब उसके अन्दर यह स्पर्शन-इन्द्रिय सम्बन्धी मतिज्ञान आता है। यह स्पर्शन-इन्द्रिय के माध्यम से स्पर्श को जाना जाता है। क्या किया जाता है? स्पर्श को जाना जाता है।

ज्ञानेन्द्रिय क्यों कहा**?**

अब आप थोड़ा-सा गहराई से देखते जाएँ। ज्ञान इन्द्रिय में आ रहा है, तो इन्द्रिय जान रही है कि आत्मा अपना ज्ञान इन्द्रिय में पहुँचा रहा है, तो आत्मा जान रही है। कौन जान रहा है? आत्मा ने इन्द्रियों की रचना की, इन्द्रियों में ज्ञान आया इसलिए हमने इनको ज्ञानेन्द्रिय कहा। स्पर्शन-इन्द्रिय जब उत्पन्न हुई तो स्पर्शन-इन्द्रिय के माध्यम से क्या जाना? स्पर्श को जाना।

- जिसके माध्यम से स्पर्श को जाना जाए- वह स्पर्शन-इन्द्रिय।
- जिसके माध्यम से रस को चखा जाये- वह रसना-इन्द्रिय।
- जिसके माध्यम से गन्ध को सूँघा जाए- वह घ्राण-इन्द्रिय।
- जिसके माध्यम से रूप को देखा जाए- वह चक्षु-इन्द्रिय और
- जिसके माध्यम से शब्द को सुना जाए- वह कर्ण-इन्द्रिय (श्रोतृ-इन्द्रिय)

इन्द्रिय जानने का एक माध्यम है

ये इन्द्रियों की परिभाषा क्या बताती है? कि इन्द्रियों के माध्यम से जाना जा रहा है। यह परिभाषा हमें क्या बता रही है? जिसके माध्यम से स्पर्श को जाना जाए उसका नाम स्पर्शन-इन्द्रिय। समझ आ रहा है? मतलब इन्द्रिय एक करण हो गया जिसके माध्यम से जाना जाए। क्या हो गया? करण मतलब एक साधन हो गया। एक बीच में, इसको बोलते हैं- instrumental cause मतलब ऐसा साधन जिसके through, जो ज्ञान हमारा ही है लेकिन हमें इसके माध्यम से वह ज्ञान करना पड़ता है। आत्मा का ही ज्ञान है, कर्म का क्षयोपशम आत्मा में हुआ लेकिन उसी क्षयोपशम के कारण से आत्मा में इस इन्द्रिय की अधीनता आ गई। अब आत्मा स्पर्श को अगर जानेगा तो स्पर्शन-इन्द्रिय के माध्यम से जानेगा। रस को जानेगा तो रसना-इन्द्रिय के माध्यम से जानेगा। आत्मा रस को **direct** नहीं जान सकता।

भेद ज्ञान ध्यान में काम आता है

क्या समझ में आया? यह आपको बहुत अच्छा भेद-ज्ञान बता रहा हूँ। भेद-ज्ञान तभी होगा जब आप इन्द्रियों की प्रवृत्ति और आत्मा में उपयोग की प्रवृत्ति, इन दोनों को अच्छे ढंग से समझेंगे। यह matter आपको meditation में भी काम आएगा। meditation में हमें क्या करना? वह तो बाद में बताएँगे। पहले आप यह जान लो कि जब हम बैठ गए और हमने कहा- आँखें बन्द करो, आपने आँखें बन्द कर ली। अब इसके आगे जो आपको करना होता है, वह आपकी knowledge पर depend करता है। अगर इस subject की knowledge आपको होगी तब तो वह आगे meditation का कोई process हो पाएगा और अगर नहीं है, तो meditation में knowledge तो नहीं दी जा सकती है। theory तो आपको अभी सीखनी पड़ेगी।

आत्मा को बाहर की जानकारी इन्द्रियाँ ही देती हैं

देखो! कितना बड़ा यह function है, जो इन्द्रियों के माध्यम से आत्मा से चल रहा है। इन्द्रियों ने एक बीच में mediator का काम किया, एक वह हमारे लिए medium बन गई। किसके लिए? बाहर की किसी भी चीज की जानकारी या ज्ञान के लिए। अब आप देखो कि मान लो नींबू रखा है। नींबू के स्वाद का खट्टापन, मैं जान रहा हूँ कि नींबू खट्टा होता है। हम तुरन्त बोल देते हैं- क्यों भाई! नींबू कैसा है? हाँ! वह खट्टा है। आम कैसा है? मीठा है। यह आम कैसा है? यह खट्टा है। कैसे जाना? अरे! मैंने चख लिया, मैंने चख लिया। जब आपने बोला कि मैंने

चख लिया तो अब आप यह सोचो कि यह चखने वाला "मैं" कौन है? मैंने चख लिया, किसने चख लिया भाई? मैंने मतलब? मुझे पता है इसका taste ऐसा है। इस चीज का स्पर्श soft है या hard है, hot है या cool है। मुझे पता है, मैंने जान लिया, मैंने इसको touch कर लिया, मैंने मतलब? यह किसी को पता नहीं होता।

दुनिया का कोई भी जीव इन्द्रियों में और मुझमें का अन्तर नहीं जानता

दुनिया में हर जीव इन्हीं इन्द्रियों से अपना काम ले रहा है। दुनिया में हर जीव इन्द्रियों के माध्यम से अपना बाहरी वस्तुओं का ज्ञान लेता है और किसी को यह पता नहीं होता कि इन इन्द्रियों में और मुझमें,'मैं' में कोई अन्तर बीच में है कि नहीं, वे सब एक में एक होकर के चलते हैं। मतलब आत्मा मूल में है, ज्ञानावरण-कर्मों का क्षयोपशम है, उसके कारण से इन्द्रियों की रचना होना शुरू हुई। इन्द्रियों के लिए पुद्गल-कर्मों का आवरण, पुद्गल-कर्मों का बन्ध, पुद्गल-कर्मों के माध्यम से इन्द्रियों की रचना इकट्ठी होती गई और वह पुद्गल अब बीच में हमारे लिए इतना medium बन गया कि वही हमें रस का स्वाद दे रहा है मतलब मैं कितना पराश्रित हो गया कि मैं direct नींबू को नहीं चख सकता।

ज्ञान आत्मा का है पर उसे सीधे नहीं होता

आप मेरी बात अभी भी नहीं समझ पा रहे होंगे। हो सकता है आप तो चख रहे हो, मैं नहीं चख सकता, ऐसा समझ लो पहले। मुझे ऐसा लगता है कि मैं direct नींबू को नहीं चख सकता। अब मुझे यह सोचने में आता है कि जब यह ज्ञान मेरा है, आत्मा में क्षयोपशम मेरा है, तो मुझे अपने ज्ञान से नींबू direct क्यों नहीं चखने में आ रहा है? यह बीच में जीभ क्यों आ जाती है? इस पर रखे बिना आत्मा को उसकी knowledge नहीं होती है? ऐसा क्यों? जब आप यह जानोगे तभी आपको भीतर से लगेगा कि मेरी ही आत्मा का ज्ञान है, मेरी ही आत्मा का अपना क्षयोपशम है। मेरी ही आत्मा में जानने की इच्छा है और मेरी ही आत्मा जानने की क्रिया कर रही है, सब कुछ मैं ही कर रहा हूँ। लेकिन देखो आप किसी-भी पदार्थ का direct contact उस आत्मा से नहीं होता।

Meditation में क्या-क्या किया जा सकता है

यह भेद-विज्ञान बता रहा हूँ, किसी भी पदार्थ का direct contact किसी भी इन्द्रिय के माध्यम से ही होकर के जाता है और वह indirect हो गया फिर वह direct कहाँ रहा? समझ आ रहा है? पुद्गल वह भी है, पुद्गल यह भी है और पुद्गल का पुद्गल से सम्बन्ध हो रहा है और पुद्गल का ज्ञान पुद्गल के माध्यम से हो रहा है और करने वाला चैतन्य आत्मा है। बताओ आप! कैसे आप के लिए ध्यान करना कठिन हो जाता है? अगर आप कुछ भी न जानते हो और ध्यान में केवल बस आप बैठ जाएँ तो बस आप यही देखते रहें कि

1. हमारा उपयोग क्या कर रहा है?
2. इन्द्रियों के माध्यम से हमको किन-किन चीजों का ज्ञान हो रहा है? और
3. मन के माध्यम से हमें कौन-कौन-सी वस्तुओं का ज्ञान किस तरह के विचारों से आ रहा है?

अगर आप इन तीन चीजों की theory जानते होंगे तो आप meditation में बैठे-बैठे, यही देखते-देखते भी बहुत सारे **time** तक **meditation** कर सकते हो। महाराज meditation में क्या करना पड़ता है? करना कुछ नहीं

पड़ता। जो जान रहा है, जिसके द्वारा जाना जा रहा है या जो जान कर के खुद और ज्यादा याद कर रहा है या अपनी जानकारी कहीं से कहीं तक ले जा रहा है, उस सबको वह अलग-अलग देखता रहता है। यह इन्द्रिय के ज्ञान से जाना जा रहा है, यह मन के माध्यम से जाना जा रहा है और यह हमारे उपयोग स्वभाव के माध्यम से हमें उपयोग में अनुभव में आ रहा है।

चक्षु के अलावा बाकि चारों इन्द्रियों के विषय का ज्ञान आत्मा को **direct** नहीं होता

स्पर्शन-इन्द्रिय का भी आपको स्पर्शन direct नहीं होता। स्पर्शन-इन्द्रिय-जन्य ज्ञान भी आपको स्पर्शन-इन्द्रिय के माध्यम से होगा। अब देखो! इसका मतलब मैं थोड़ा-सा अलग तरीके से सोच कर बता रहा हूँ कि कोई भी आत्मा पदार्थ को direct न तो चखती है, न सूँघती है, न स्पर्श करती है और न सुनती है।

Class 34

क्या समझ आया? एक देखने के काम को छोड़कर। कौन-से काम को? हाँ! कोई कितना ही बड़ा ज्ञानी हो जाए, अवधिज्ञानी हो या मन:पर्यय ज्ञानी हो, even केवलज्ञानी भी हो तो उन्हें भी पदार्थ का स्वाद नहीं पता होता। उन्हें भी पदार्थ का स्वाद कोई direct जानने में नहीं आता, पदार्थ के स्वाद का ज्ञान उन्हें तो इसलिए भी नहीं हो सकता क्योंकि उनकी इन्द्रियाँ तो अपने से भी ज्यादा काम करना ही बन्द कर दी हैं। उनकी तो इन्द्रियाँ कोई काम कर ही नहीं रही। उनकी द्रव्य-इन्द्रियों ने अन्तरंग से अपना सम्बन्ध cut-off कर लिया है। भाव-इन्द्रिय का कोई काम बचा नहीं क्योंकि ज्ञान के क्षयोपशम के साथ भाव-इन्द्रिय काम करती थी, वह भी क्षय को प्राप्त हो गया, अब तो ज्ञान भी क्षायिक हो गया। अब देखो! न तो मतिज्ञान वालों को कोई direct किसी-भी प्रकार के स्पर्श, रस का ज्ञान हो रहा, न श्रुतज्ञान वालों को हो रहा, न अवधिज्ञान वालों को हो रहा है, न मन:पर्यय ज्ञान वालों को हो रहा। even केवलज्ञान वालों को भी नहीं हो रहा। कौन-कौन-सी इन्द्रियों का ज्ञान? स्पर्शन, रसना, घ्राण और श्रोतृ इन 4 इन्द्रियों के विषय का ज्ञान किसी को भी direct नहीं होता।

4 इन्द्रियों के विषयों का ज्ञान सभी को मतिज्ञान से ही होता है

बस चक्षु-इन्द्रिय का जो विषय है, वह जैसे हमें आँख से दिखाई देता है वैसे केवलज्ञानी को direct अपनी आत्मा से, अवधि-मन:पर्यय ज्ञानियों को भी direct अपनी आत्मा से दिखाई देगा। समझ में आ रहा है? समझो आप संसार के सभी पदार्थों में, जिनमें रस हैं, गन्ध हैं, स्पर्श हैं, शब्द हैं, इन सबको मतिज्ञान के माध्यम से ही जाना जाता है और मतिज्ञान के माध्यम से ही हम बाहरी इन इन्द्रियों के उपयोग को कर पाते हैं। ये मति-ज्ञानावरण-कर्म के क्षयोपशम का यह परिणाम है, यह लाभ है। direct इसका सम्बन्ध इन्द्रिय से नहीं होता मतलब कि स्पर्शन-इन्द्रिय, रसना-इन्द्रिय यह जो इन्द्रियाँ हैं, ये इन्द्रियाँ आगे की भी सभी इन्द्रियों के साथ में कोई भी अपने विषय को direct आत्मा तक नहीं पहुँचा रही है, बीच में इन इन्द्रियों का माध्यम लेना जरूरी है।

स्वाद इन्द्रिय लेती है और जानकारी आत्मा को होती है

स्वाद हम लेंगे, आप केवल जानकारी लेंगे। नहीं समझ आ रहा है? स्वाद हम लेंगे, आप केवल, यह कौन कह रहा है? मैं नहीं कह रहा हूँ, स्वाद हम लेंगे, आप केवल जानकारी लेंगे, यह कौन कह रहा है? यह इन्द्रिय कह रही है। हाँ! यह कौन कह रहा है? यह इन्द्रिय कह रही है। स्वाद हम लेंगे, आप केवल जानकारी लेंगे। खट्टा है, मीठा है, कड़वा है, ये स्वाद लेंगे हम, हम मतलब 'मैं' मैं मतलब अब देखो आप 'मैं' को differentiate करो। कब 'मैं' कौन कहलाता है? अभी यह 'मैं' कौन कह रहा है? अभी यह 'इन्द्रिय' कह रही है। स्वाद मैं लूँगी, आपको जानकारी forward कर दूँगी। हाँ! यह sweet है, यह sour है, यह bitter है, यह आपको जानकारी बाद में forward कर दी जाएगी, स्वाद पहले मैं लूँगी।

आत्मा का काम केवल जानना है

आत्मा केवल जानती है, यह मुलायम है, चिकना है, कोई भी चीज है, यह स्पर्शन-इन्द्रिय ज्ञान ले रही है। लेकिन आत्मा केवल जान रही है। अब आप देखो! आत्मा का काम क्या है? केवल जानना ही तो है। आत्मा का काम केवल कितना रह गया? जानना बस। उसे बस बता दो, अगर कभी उसके लिए ऐसा लगने लग जाए कि यह चीज हमारे स्पर्श में नहीं आ रही या इसका स्वाद हमें नहीं आ रहा या हमें इसकी गन्ध महसूस नहीं हो रही तो आत्मा तड़पेगी कि इन्द्रिय तड़पेगी? अब बताओ! अब कौन तड़पेगा? अब मैं, अब 'मैं' मतलब कौन हो गया? अब 'मैं' मतलब हो गया 'आत्मा'। मुझे सूँघने में नहीं आ रहा, कहीं कोरोना तो नहीं हो गया! यह भी एक कोरोना का लक्षण है। करेला खा रहा हूँ तो, रसगुल्ला खा रहा हूँ तो, कुछ taste ही समझ नहीं आ रहा, यह भी एक कोरोना का लक्षण है। यह चिन्ता इन्द्रिय को नहीं है। नहीं समझ आ रहा? अब यह चिन्ता किसको? यह 'आत्मा' को। मतलब की ज्ञान देना, ज्ञान लेना, ज्ञान का माध्यम बनाना, सब काम आत्मा का है और हम सोचते हैं कि रस हमने खाया, रस हमने पीया और पीने वाला कौन? चखने वाला कौन? आत्मा में कोई रस गया क्या? आत्मा ने तो कितना? हाँ! रस बहुत अच्छा था, ठण्डा था, मीठा था, मजा आ गया। बस! यह काम, यह काम किसने किया? यह सोच-विचार किसका? यह आत्मा का।

इन्द्रिय अचेतन नहीं है क्योंकि वह ज्ञान इन्द्रिय है

जबकि रस चखने का काम उस इन्द्रिय का, वह इन्द्रिय भी अचेतन नहीं है क्योंकि वह ज्ञान-इन्द्रिय है, उसको ज्ञान हमने दे दिया। समझ आ रहा है? वह इन्द्रिय भी अपने ज्ञान से अपनी जानकारी को फिर हमारे लिए forward करती है। आप चिन्ता नहीं करो, हमने चख लिया है, बढ़िया है। ऐसा कभी विचार आता है आपको? आप क्या बोलते हो? 'मैंने चख लिया', अब 'मैंने' मतलब आप क्या बोलते हो? 'मैंने' मतलब 'मैं' मतलब 'मेरी आत्मा' ने चख लिया। कभी आपको ऐसा differentiate करना आता है कि मैंने चख नहीं लिया, चखा तो यह इन्द्रिय ने था। इसने मुझे चख कर के फिर अपनी knowledge मेरे पास पहुँचा दी। यह मैंने इसको knowledge दी थी कि तू चखती रहना और फिर उसने ही मुझे फिर वह knowledge reverse करके दे दी। हाँ! मैंने चख लिया, तुम जान लो, वह खट्टा है, वह मीठा है। ऐसे कभी महसूस करने में आता है? खाते-जाते हो, खाते-जाते हो, दिन-भर खाते हो, रात-भर खाते हो, कभी कुछ महसूस नहीं करते! यह सूत्र हमें कुछ ऐसा ही ज्ञान देते हैं। अब आपने तत्त्वार्थ सूत्र पढ़ा तो कई बार होगा लेकिन आपने कभी-भी इस तरह से इन्द्रिय-ज्ञान को समझा नहीं होगा, यह मैं definitely कह सकता हूँ क्योंकि यह चीज भी मैं भी शायद पहली-बार ही आपको बता रहा हूँ।

इन्द्रिय हमारे लिये कर्ता है या करण है**?**

जब तक हम इन्द्रियों का इस तरह से विवक्षा के अनुसार उसका व्यवहार नहीं देखेंगे कि यह इन्द्रिय हमारे लिए कर्ता है कि करण है? क्या है? इन्द्रिय कर्ता हो जाएगी तो फिर आत्मा और इन्द्रिय एक हो गए तो इन्द्रिय कर्ता हुई। जब आप कहते हो- 'मैंने चख लिया' इसका मतलब है आपने अपनी आत्मा को और अपनी इन्द्रिय को, दोनों को एक मिलाकर के कर्ता बना लिया। अब आपको कर्ता नहीं बनाना है। अगर कर्ता बनाते रहोगे तब तक तो फिर आप एक तरह से कहना चाहिए कर्तृत्व बुद्धि इन इन्द्रियों में रखे रहोगे, आप मूढ़ बने रहोगे। और मूढ़ किसे कहा जाता है**?** मिथ्यादृष्टि**-** जो अपनी आत्मा और अपनी इन्द्रियों को एक माने**,** वही बहिरात्मा है।

बहिरात्मा से अन्तरात्मा कैसे बने**?**

अब अन्तरात्मा बनना है**,** तो क्या करना**?** अपनी आत्मा और अपनी इन्द्रिय के बीच में एक **difference create** करना और वह difference कैसे आएगा? यह सोचना कि आत्मा तो कर्ता है, doer है, subject तो आत्मा ही है लेकिन उसकी knowledge के लिए इन्द्रियाँ जो है senses are medium. ये क्या हैं? ये medium है। अगर आप इतना-सा difference ले आओगे अपनी knowledge में तो आप बहिरात्मा से अन्तरात्मा बन जाओगे, अन्तरप्पा! अन्तरप्पाओं के लिए यह practice होनी चाहिए। क्या समझ आ रहा है? इसमें कुछ लग नहीं रहा है, आप सिर्फ बैठ कर के अपने अन्दर सिर्फ यह महसूस करो कि मैं जितनी देर meditation करूँगा, अर्हं-meditation, उतनी देर में इन्द्रियों को, अभी तक जो कर्ता मान के चल रहा था, मैंने चखा, मैंने छुआ, मैंने सुना, मैंने देखा, मैंने सूँघा, ये मैं जो अभी तक अपने आप को मैं मतलब 'मैं' और 'इन्द्रिय' दोनों को एक मानकर के, जो मैं कर्ता मान रहा था, अब मैं थोड़ी देर के लिए meditation में क्या करूँगा? मैं को अलग करूँगा, इन्द्रियों को अलग करूँगा और उनके जो objects हैं, उनको अलग रखूँगा।

ऐसी **meditation** की **practice** हमें औरों को भी कराना चाहिए

अगर आप यह करते रहे तो आप बहिरात्मा से अन्तरात्मा बन जाओगे। अन्तरप्पा की practice ऐसे ही कराई जाती है और ऐसे ही करना चाहिए। ऐसा ही हमें लोगों के लिए सीखाना भी चाहिए कि आप **meditation** में क्या करो**?** कुछ नहीं करो**!** आपके पास **5 senses** हैं**,** बस**!** आप इनको अपना **medium** बना करके इनके साथ में अपना **direct** जो **contact** हैं**,** उसको जो है थोड़ा**-**सा अपने से अलग करो। ठीक है न! यह जो आप meditation में करोगे तो उस समय आपको लगेगा, उपयोग**-**स्वभाव वाला जो जीव आत्मा है**,** वह उपयोग तो अलग चीज है**,** ये इन्द्रियाँ अलग चीज है और उसके साथ में जो इन्द्रियों के **object** हैं**,** वे अलग हैं। ये क्या हैं? जो आगे के सूत्र बताए जा रहे हैं-

स्पर्श**-**रस**-**गंध**-**वर्ण**-**शब्दास्तदर्थाः।**|**२०**||**

यह क्या लिखा? 'तदर्था' तत् मतलब उन इन्द्रियों के, अर्थ मतलब विषय; उन इन्द्रियों के ये अपने-अपने अलग-अलग object हैं।

स्पर्श और स्पर्शन में अन्तर

स्पर्शन-इन्द्रिय है और उसका जो object है, वह क्या है? स्पर्श है। अब देखो! दोनों में अन्तर समझ रहे हो! स्पर्शन तो इन्द्रिय है जो हमारे पास में है, यह ज्ञान की इन्द्रिय, यह क्या है? स्पर्शन और स्पर्श क्या है? जो हमारे पास ही book है, यह कपड़ा है, इसको जो हम touch कर रहे हैं, यह स्पर्श है। इसमें जो स्पर्श है, इसके स्पर्श का ज्ञान हमें (आत्मा को) इस स्पर्शन-इन्द्रिय के माध्यम से हो रहा है। ठीक है! रसना-इन्द्रिय है और रस, रस कहाँ है? रस नींबू में है, रसगुल्ले में है, उसके रस का ज्ञान रसना-इन्द्रिय कर रही है और फिर मैं यह जान रहा हूँ कि मैंने उसका रस ले लिया। मैंने क्या मान लिया? मैंने उसका रस ग्रहण कर लिया मतलब मैंने नींबू पी लिया, मैंने रस खा लिया, जबकि किया किसने? वास्तव में वह सब काम करने वाली बीच में जो इन्द्रिय है, वह रसना-इन्द्रिय का सब ज्ञान है, वह उसी का काम है।

इन्द्रियाँ क्रम-क्रम से हमको मिलती है

यह भी जानो! रसना तो इन्द्रिय है और रस उसका विषय है, object है। ऐसे ही घ्राण-इन्द्रिय का गन्ध, चक्षु-इन्द्रिय का वर्ण, किसी भी तरह का कोई भी वर्ण मतलब colour कोई भी और श्रोतृ-इन्द्रिय का शब्द। यह शब्द किसका विषय है? यह श्रोतृ-इन्द्रिय का यह विषय है। ये सब इन्द्रियाँ क्रम-क्रम-से ही हम को मिलती हैं इसलिए इनको इसी order में लिखा हुआ है। बीच में से कोई भी अलग से नहीं मिल जाएगी और आगे वाली इन्द्रिय यदि है, तो पिछली वाली होगी ही, यह भी जानना। स्पर्शन-रसन रसना है, तो स्पर्शन भी होगी ही। घ्राण है, तो स्पर्शन, रसना दोनों इन्द्रिय होंगी ही। चक्षु है, तो स्पर्शन, रसना, घ्राण तीनों इन्द्रिय होंगी ही और श्रोतृ-इन्द्रिय है, तो स्पर्शन, रसना, घ्राण, चक्षु ये चारों इन्द्रिय होंगी ही, इसीलिए यह order है। इसी के ये सब विषय बताये हैं कि ये क्रम-क्रम से इनके विषय हैं।

एक कर्ता, एक करण और एक कर्म का सिद्धान्त

अब यह ध्यान रखना कि स्पर्श और स्पर्शन में कितना अन्तर हो गया? स्पर्श क्या हो गया? स्पर्श तो किसी भी matter का उसके अन्दर की जो quality है, जो metalastic चीज है, पौद्गलिक चीज है, स्पर्श उसके अन्दर का वह गुण है और स्पर्शन यह हमारी sense है, touch-sense, जिसके माध्यम से हम उस स्पर्श की जानकारी ले रहे हैं और जानकारी लेने वाला आत्मा, वह उसका कर्ता है। अतः एक कर्ता, एक करण और एक कर्म। sentence तो तभी बनते हैं न! subject भी हो गया, object भी हो गया और बीच में उसके लिए कोई भी helping verb, उसको करण मान लो। नहीं समझ आया? इसके बिना कहाँ वाक्य पूरा होगा? अब क्या समझ में आएगा कर्ता कहने से? मैंने स्पर्श को, मैंने स्पर्श को स्पर्शन-इन्द्रिय से जाना। क्या बनेगा वाक्य? 'मैंने स्पर्श को स्पर्शन इन्द्रिय से जाना।' क्या बनेगी इसकी english? क्या बनेगी बोलो? 'I' ये 'I' आ गया, फिर आगे बोलो? I know touch by touch sense. इस तरह से जब आपकी knowledge में आएगा तब आपको हर चीज बिल्कुल clear होगी।

Class 35

इन सिद्धान्तों को कहीं पर कभी apply तो करो। सबको ऐसा लगता होगा, यह तो मैंने बचपन से पढ़ रखा है और न जाने कितनों ने अपने बच्चों को पढ़ा रखा है कि 5 इन्द्रियाँ होती है- स्पर्शन, रसना, घ्राण, चक्षु, श्रोतृ।

इन्द्रियों से भी हम **meditation** कर सकते हैं

सब रटा देते हैं, सब बोल देते हैं लेकिन कभी आपने इस तरह का कोई practical नहीं किया कि इन्द्रियों से भी हम meditation कर सकते हैं और भाई करोगे क्यों नहीं? जो अपने पास है, उसी का तो meditation में use करना है। उसी को object बनाओ, subject उसी को देखो, कौन है करने वाला? object उसी को बनाओ, जिसके लिए हम कर रहे हैं और जो जितनी उसकी बाहर की चीजें हैं, उनको बस जानो कि यह इस object के लिए helpful है, बस इतना ही है। आप के लिए इस तरह से जब ये 5 इन्द्रिय का ज्ञान आएगा तब आपको भीतर से लगेगा कि कर्ता, कर्म और करण, इन तीनों में जो अन्तर होता है, वही अन्तर हमारा इन्द्रिय और इन्द्रिय के विषय में है। इतना याद रखना है आप लोगों को और इसी को आप meditation का एक रूप देना।

अन्तरप्पा बनने की **process** की शुरुआत

अन्तरप्पा बनने की process यहीं से शुरू होगी। आपने मान लो T.V. में, mobile में कोई चीज देखी तो अब आपको उससे अपने को disconnect करना है। मान लो आपने कुछ ऐसा भी देखा कि आप नहीं देखना चाहते थे लेकिन आपने देख लिया। अब आप क्या करोगे? अब आप अपने पास जितना आओगे, उतना ही उस object से दूरी बनेगी, उसका एक ही साधन है, तो आपको क्या सोचना है? मैंने नेत्र-इन्द्रिय से वह वस्तु देखी, मैंने नेत्र-इन्द्रिय से वह वस्तु देखी।

meditation में बाहरी चीजें याद आये तो क्या करना चाहिए**?**

अब अगर मान लो वह वस्तु आपको meditation में भी याद आ रही है, आपने कुछ भी आपने देखा है, जाना है, बाहर की कोई भी चीजें आपको सब meditation में याद आ रही है, तो अब आप क्या करो? अब आप एकदम से उसको घबरा जाओगे कि यह मुझे क्या स्मृति आ रही है? यह मुझे क्या-क्या याद आ रहा है? मैं तो meditation करने बैठा था और मुझे न जाने क्या-क्या याद आ रहा है? क्या-क्या दिख रहा है? कई लोगों को problem होती है, तो आपको कुछ नहीं करना है, आपको उस समय पर भी अपने अन्दर यही देखना है कि आपको क्या दिख रहा है? जो दिख रहा है, उसे आप सिर्फ इतना देखो, मैंने नेत्र-इन्द्रिय से वह पदार्थ देखा था तो आपको तीन चीजें सामने होंगी, मैंने नेत्र इन्द्रिय से देखा था।

सूत्रों से ध्यान में साक्षी बनने की प्रक्रिया

अब जो आप देख रहे हो, अब आपकी नेत्र-इन्द्रिय बन्द है, तो अब आपको क्या सोचना है? अब यह नेत्र-इन्द्रिय बन्द है लेकिन नेत्र-इन्द्रिय से जो हमने पदार्थ देखा था, वह मुझे दिखाई दे रहा है, वह मुझे जानने में आ रहा है। लेकिन न तो वह पदार्थ मेरे सामने है, न तो नेत्र-इन्द्रिय का काम मेरे सामने है, मेरे सामने तो केवल मैं हूँ। इतना आप अगर विचार करोगे तो आपके सामने से वह object धीरे-धीरे गायब होते चले जाएँगे। सुन रहे हो? साक्षी बनने की प्रक्रिया इसी ज्ञान के साथ होती है। केवल श्वासें गिनने से कुछ नहीं होगा। इन सूत्रों को ध्यान में उपयोग में लाया जाए, ऐसा मेरा विचार है। सुन रहे हो! अब आगे आचार्य कहते हैं-

श्रुतमनिन्द्रियस्य॥२१॥

क्या लिखा हैं? 'श्रुतम' ऐसा नहीं पढ़ना। हाँ! 'श्रुत-मनिन्द्रियस्य' अब यहाँ देखो! यह बहुत अच्छा सूत्र है- अनिन्द्रिय मतलब होता है- मन। इन्द्रियों के विषय बता दिए, स्पर्शन-इन्द्रिय का विषय स्पर्श है, इत्यादि, सब इन्द्रियों के विषय हो गए। अब मन का भी तो कोई विषय होता है कि नहीं होता?

श्रुतज्ञान हमारे मन का विषय है

मन किसको पकड़ता है? मन का object क्या होता है? आचार्य कहते हैं- श्रुत। श्रुत अर्थात् सुना हुआ नहीं, श्रुत का मतलब जो श्रुतज्ञान है, जो भीतर हमारे श्रुतज्ञान चल रहा है, वह मन का विषय है। क्या समझ आया? हमने इन्द्रियों के माध्यम से किसी चीज को ग्रहण कर लिया, उसके बाद भी हमारे अन्दर जो ज्ञान चलता रहता है, वह श्रुतज्ञान है। जो हमें कहीं से कहीं ले जाता है। इन्द्रियों से तो आप केवल किसी भी पदार्थ को देखकर के केवल उसकी knowledge लेते हो, उसी पदार्थ की और आपके अन्दर memory में वह चीज डली होगी तो वह आ जाएगी कि हाँ! यह है। जैसे- मान लो कोई नया व्यक्ति आया। आपने उस नए व्यक्ति को देखकर के आपका मतिज्ञान काम करा, यह नया व्यक्ति है लेकिन इस व्यक्ति को मैंने पहले देखा था या मैं जानता हूँ तो एकदम से आपको याद आ गया। हाँ! यह व्यक्ति दिल्ली से आया। यह क्या हो गया? यह हो गया मतिज्ञान और आपको उसके बारे में जो भी जानकारी है, यह इसकी family का है, ये इनके बच्चे हैं, ये है, वह है, ये सब आपको जो स्मृति में पड़ा है, वह सब आपको आ गया। यह सब क्या कहलाया? यह भी सब मतिज्ञान है। यह सब क्या है? मतिज्ञान। अब देखो! जो व्यक्ति आपके सामने आकर के बैठा, आपको उसके बारे में सब पता था, स्मृति में जितना था, वह सब आपके ज्ञान में आ गया, मति भी, वही मतिज्ञान भी उसी के साथ चल रहा है, स्मृति भी मतिज्ञान है।

श्रुत ज्ञान क्या है?

अब श्रुतज्ञान! जो है सामने उसको छोड़कर के इसके अलावा सोचना, यह यहाँ क्यों आया? इनका यहाँ आना हुआ होगा, यहाँ से आया होगा, इस काम से आया होगा। यह सब जो सोचना है, यह हो जाता है- श्रुतज्ञान क्योंकि यह तो आप की स्मृति में कुछ है ही नहीं। यह तो आप जो उससे अलग सोच रहे हो, इसको बोलते हैं- अर्थ से अर्थान्तर का ज्ञान। क्या सोच रहे हो? अर्थ से, अर्थ मतलब जो पदार्थ सामने है, जो व्यक्ति सामने है, उसके अलावा अब दूसरे पदार्थ का आपको ज्ञान हो रहा है। हाँ! यह यहाँ हस्तिनापुर यात्रा पर आया होगा तो सोचा होगा, चलो! महाराज के दर्शन करने आ जाएँ तो इसलिए यहाँ आया होगा या वहलना आया होगा तो चलो! महाराज पास में है, तो चलो दर्शन करने आ जाएँ। अभी उसने कुछ बताया नहीं आपको लेकिन आपने अपने मन से सोच लिया या इसका यहाँ पर इस तरह का कोई काम होगा, उस काम के कारण से यह दर्शन करने आया होगा। यह जो आपके अन्दर अर्थ से अर्थान्तर का ज्ञान हो रहा है, यह कहलाता है- श्रुतज्ञान, यह मन का काम है। अब जब आप meditation करने बैठोगे तो सबसे ज्यादा परेशानी किससे होती है? मतिज्ञान से होती है कि श्रुतज्ञान से होती है? मतिज्ञान की परेशानी तो थोड़ी है लेकिन श्रुतज्ञान की परेशानी ज्यादा है।

ध्यान यदि होता है, तो श्रुतज्ञान से ही होता है

यह भी बताया गया है, जब आप आगे नौवाँ अध्याय पढ़ोगे तो यह भी आपको बताया जाएगा कि ध्यान यदि होता है, तो श्रुतज्ञान से ही होता है। मतलब जो चीज आपके लिए आपको किसी भी तरीके से disturb करने के काम में आ रही है, वही चीज आपको concentrate करने के भी काम में आएगी। बस! आपको knowledge होनी चाहिए कि इसको कैसे काम में लेना। मन का विषय श्रुतज्ञान है, तो श्रुतज्ञान के माध्यम से जो आपने देखा था, उतना ही नहीं दिखता। उससे भी ज्यादा आप जो सोच रहे हो, वह क्या हो गया? वह श्रुतज्ञान। जिसे आप बोलते हो अपने मन की उड़ान। मन क्षण भर में, कोई चीज आप देख यहाँ रहे हो और उसकी कल्पना कर रहे हो किसी दूसरे पर्वत पर या किसी दूसरी नदी पर, यह किसका काम? यह श्रुतज्ञान का काम। जो आपके लिए एक शब्द सुनाई पड़ा और उस शब्द से आपने वहाँ की तमाम कल्पनाएँ कर डाली, भले ही आप वहाँ कभी पर गए थे, न कुछ जाना था लेकिन जो आपके पास में इतनी knowledge थी, उससे भी कई गुना आप आगे बढ़कर के उसके बारे में सोचने लग गए, यह कहलाता है- श्रुतज्ञान। यह काम मन का है।

मन से मन हल्का भी होता है और भारी भी

अब मन तो मिल गया है, अब मन से खतरा भी है और मन से बहुत बड़ा ध्यान भी होता है। मन से मन हल्का भी होता है, कर्म हल्के भी होते हैं और मन से मन भारी भी होता है, दोनों ही काम है। किसी को कोरोना हो रहा है, किसी के कोई रिश्तेदार हैं, किसी के आसपास के पड़ोसी हैं। देख रहे हैं, अरे! यह भी मर गया कोरोना से, अरे! इसको भी कोरोना हो गया। अरे! ये इतने रिश्तेदारों को हो गया, फिर एक खबर आ गई इनको भी हो गया। अब तो अगर आपको डर न लगता हो तो लगने लग जाएगा। मन का काम क्या? अब मन आप से क्या कह रहा है? आप देख रहे हो दूसरे को मरते हुए लेकिन मन आपका क्या कह रहा है? कहीं ऐसा ही मेरे साथ भी हो गया तो! बस! इतना-सा सोचा और मन के ऊपर क्या आ गया? वह जो बाहर की चीजें उनका pressure आने लग गया मन के ऊपर। जब वह pressure आया तो बस सिर्फ मन दबाव में आ गया। उसी का नाम हो गया अब वह depress हो गया।

मन ही मन को **depression** से निकलता है

जो outer-circumstances बन रही हैं, उन्हीं का pressure पहले मन ने अपने ऊपर डाल लिया और उसके कारण से फिर मन जो है घबरा गया। घबरा गया तो अब क्या है? वह pressure से डर गया, घबरा गया तो उसी pressure के कारण से, वह क्या हो गया? depressed हो गया। अब मन को अगर उस depression से उभारना है, तो मन से ही उभारा जाएगा। मन ही आपको उस दुविधा से निकालेगा तो आपके लिए इतना जानकारी होनी चाहिए कि किसी भी बाहरी चीज का ज्ञान हमारे मन के ऊपर किसी भी तरह का दबाव न बनाए।

मन के ऊपर किसी भी तरह का दबाव न बनाये

किसी भी बाहरी परिस्थिति का ज्ञान हमारे मन के ऊपर इतना हावी न हो, इसलिए आप अच्छी चीजों की जानकारी ले, अच्छी चीजें सुने, अच्छी चीजों को देखें, जिससे कि आपके मन में किसी तरह का pressure न हो, प्रसन्नता हो। समझ में आ रहा है? जब यह होगा तो मन जिन चीजों से डरता था, उन्हीं का वह ध्यान भी करेगा और उससे निश्चिन्त भी होगा। ये दोनों चीजें सम्भव है, मन खतरे का भी काम करता है और जिनका मन खतरे का काम करने लग जाता है, तो फिर उनके लिए उनका मन ही खतरा बन जाता है। देखो आप! जिसका मन

depress हो गया मतलब वे बीमारियाँ सारी की सारी पूरे शरीर में आ गई और मन अगर खराब हो गया तो अच्छा-खासा, चलता-फिरता आदमी, हट्टा-कट्टा आदमी भी फिर कोई काम नहीं कर सकता। फिर वह कुछ नहीं कर सकता, अब वह काम से गया। फिर क्या करना? मन को किसी भी तरह के खतरे सामने दिखाई दे तो उससे उस मन को बचाना। कैसे बचाना?

बाहर की बातों को मन के लिए खतरा न बनने दे

आप अपनी भावनाओं से, अपने ज्ञान से, अपने meditation से और अपने अन्तरंग में अपनी आत्मा के विश्वास से, आप उन चीजों से मन को बचाओ। जो हमारे पास है, बस! उसी को महसूस करो। बाहर की चीज को भीतर इतना महसूस मत करो कि वह मन के लिए ही खतरा बन जाए। जो हमारे पास है उसको महसूस करो, हमारे पास क्या है? 5 इन्द्रियाँ हैं, मन है। 'श्रुतमनिन्द्रियस्य' श्रुतज्ञान मन का विषय है, हमें श्रुतज्ञान को ही लेना है। जो हमारा श्रुतज्ञान इधर-उधर काम कर रहा है, वह वाला श्रुतज्ञान नहीं लेना। अब हमें इससे परेशानी होती है, तो हम कौन-सा श्रुतज्ञान ले? ये जो जिनवाणी हैं, यह तत्वार्थ-सूत्र सुन रहे हो, इसको भी श्रुतज्ञान कहते हैं। यह भी श्रुतज्ञान है, बोले इसका चिन्तन करो। 5 इन्द्रियों का महाराज ने आज क्या बताया था? उसका चिन्तन करो।

तत्त्वार्थ सूत्र, द्रव्य संग्रह आदि सुनना भी श्रुतज्ञान है

5 प्रकार के भावों के बारे में बताया था, उसका चिन्तन करो। 5 प्रकार के स्थावर-जीव होते हैं, उनका चिन्तन करो। और सोचो 5 क्या-क्या होता है? पाँच ही पाँच का चिन्तन करते रहो तो उससे क्या होगा? मन बाहर की चीजों से परेशान नहीं होगा और मन के अन्दर ज्ञान बढ़ेगा तो यही श्रुतज्ञान मन की रक्षा करेगा और अगर यह श्रुतज्ञान इसका आपने आलम्बन नहीं लिया तो दुनिया का जो श्रुतज्ञान आपके अन्दर आ रहा है, वह आपको खतरे में डाल देगा। मन का object तत्त्वार्थ सूत्र को भी बना सकते हो और जो बाहर की दुनिया की जानकारी आपके mobile पर आ रही है, इतने संक्रमित हो गये, इतने मर गये, आज इतना हो गया, यह हो गया, वह हो गया। यह भी आप के लिए जानकारी है। यह भी श्रुतज्ञान आपको खतरे में डाल सकता है। श्रुतज्ञान तो सब जगह काम कर रहा है, तो आपको क्या सोचना है? हमें कभी-भी अगर इस तरह के कोई-भी मन में खतरे महसूस हो, हम अपने आपको उससे cut-off करे। उससे यह न सोचे कि हम उस परिस्थिति के बारे में अगर हम नहीं जानेंगे तो क्या होगा? और उसके कारण से फिर हमको नुकसान होगा, कुछ नहीं होगा।

जिनवाणी से अपने को बाहर से **cut-off** करे

आप पहले अपने को सुरक्षित बनाए, अपनी इन्द्रियों और इन्द्रिय के विषयों को, मन और मन के विषयों को, अपनी आत्मा से अलग-अलग जान करके अपने मन को इस तरह के श्रुतज्ञान में लगाने की कोशिश करे। द्रव्य-संग्रह, तत्त्वार्थ-सूत्र, रत्नकरण्ड-श्रावकाचार, ज्ञानार्णव, कितने सारे आपको object दिए हैं और फिर भी मन नहीं लग रहा हो तो कोई-भी आजकल तो सब system होते ही है। बस! कुछ भी on करो और बस अपने कान में लगा लो, आँख बन्द कर लो। अब जब कान में कोई चीज जाएगी तो मन उसी को तो सुनेगा, बाहर की चीजें अपने आप cut-off हो जाएँगी। इन साधनों का उपयोग करके अपने आप को सुरक्षित रखना है।