

आलोचना-सूत्र

जैसा कि हम देखते व जानते हैं कि जब हम चलते, फिरते, उठते हैं, किसी न किसी जीव की हिंसा जाने-अनजाने में हो जाती है। क्योंकि जैन धर्म में हिंसा सबसे बड़ा पाप है और उस पाप का फल मिथ्या हो यानि हमें उस पाप का फल न भोगना पड़े, इसलिए हम इस पाठ का उच्चारण करते हैं। इस पाठ में छोटे-2 जितनी भी प्रकार के जीवों की हिंसा की सम्भावना रहती है उन सबके नाम गिनाए गये हैं।

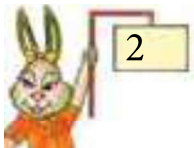
पाप को पाप समझने से पाप नष्ट या खत्म इस प्रकार से हो जाता है जैसे कभी-2 परीक्षा में किसी प्रश्न का गलत उत्तर लिखने पर अगर हम उस पर X लगा दें तो हमारे Marks नहीं कटते और प्रश्न का उत्तर गलत नहीं माना जाता है। इसी प्रकार जब हम किसी पाप की आलोचना (Criticise, Repent) कर लेते हैं तो हमारे पाप निष्फल हो जाते हैं।

मूल पाठ:

इच्छाकारेणं संदिसह भगवं । इरियावहियं पडिक्कमामि
इच्छं, इच्छामि पडिक्कमिउं, इरियावहियाए, विराहणाए,
गमणागमणे, पाणक्कमणे, बीयक्कमणे, हरियक्कमणे,
ओसा-उत्तिंग-पणग-दग-मट्टी-मक्कडांसंताणा संकमणे,
जे मे जीवा विराहिया, एगिंदिया, बेइंदिया, तेइंदिया
चउरिंदिया, पंचिंदिया, अभिहया, वत्तिया, लेसिया,
संघाइया, संघट्टिया, परियाविया, किलामिया, उद्विया,
ठाणाओ ठाणं संकामिया, जीवियाओ ववरोविया
तस्स मिच्छामि दुक्कडं ॥

अर्थ:

इच्छाकारेणं संदिसह भगवं	हे भगवन् इच्छापूर्वक आज्ञा दीजिए
इरियावहियं पडिक्कमामि	इर्यापथिक क्रिया का प्रतिक्रमण करूँ
इच्छं इच्छामि पडिक्कमिउ	निवृत्त होने के लिए आज्ञा चाहता हूँ
इरियावहियाए, विराहणाए	इर्यापथ सम्बन्धी विराधना
गमणा गमणे, पाणक्कमणे	गमन करने में, प्राणी को दबाने में
बीयक्कमणे, हरियक्कमणे	बीज को दबाने में, वनस्पति को दबाने में



ओसा उतिंग	ओस को, कीड़ी आदि के बिल को
पण्णादग, मट्टी, मक्का	5 वर्ण की काई, जल मिट्टी, मक्की के जाल
सतांणा, संकमणे	कुचलने से, मसलने से
जे में जीवा विराहिया	जो जीव मैंने पीड़ित किये हों
एंगदिया, बेइदिया, तेइदिया चउरिंदिया, पंचिदिया	1, 2, 3, 4, 5, इन्द्रियों वाले
अभिहया, वत्तिया, लेसिया	सामने से आते हुए रोकें हो, धूल से ढके हों, आपस में मसले हों।
संघाइया, संघट्टिया	इक्कठे किये हों, छूए हों
परियाविया, किलामिया	परितापना दी हो, थकाए हों
उद्विया	हैरान किया हो
ठाणाओ ठाणं	एक स्थान से दूसरे स्थान पर
संकामिया	रक्खे हों
जीवियाओ ववरोविया	जीवन से रहित किये हो
तस्स मिच्छा मि दुक्कडं	मेरे वैसे पाप निष्फल हों

प्र. विराधना किसे कहते हैं?

उ. व्रत को दूषित करने वाली प्रवृत्ति तथा विधि के अनुसार आचरण नहीं करना विराधना है, जीवों को दुःख पहुँचाने वाली क्रिया भी विराधना है।

प्र. आराधना किसे कहते हैं?

उ. जिनेश्वर देवों की जैसी आज्ञा है, वैसे ही आचरण करना।

प्र. जीव-विराधना न हो इसका उपाय क्या है?

उ. यतना रखना।

प्र. यतना किसे कहते हैं?

उ. जीव-विराधना का प्रसंग न आवे, इसका पहले से ही ध्यान रखना तथा प्रसंग आने पर जीव-विराधना टालने का प्रयत्न करना।

प्र. क्या 'मिच्छामि दुक्कडं' कहने से ही पाप धुल जाते हैं?

उ. नहीं। बिना मन केवल जीभ से कहने पर पाप निष्फल नहीं होते। मन से पश्चाताप पूर्वक कहने से पाप अवश्य ही निष्फल हो जाते हैं।

कायोत्सर्ग-सूत्र

इस पाठ में हम कायोत्सर्ग करते हैं। इसके द्वारा हम शरीर और आत्मा के भेद को समझते हुए, शरीर को स्थिर करते हैं और सिर्फ आत्मा का चिन्तन करते हुए अपने लगे हुए पाप कर्मों को आत्मा से हटाने का प्रयास करते हैं। क्योंकि कुछ क्रियाएँ शरीर की स्वभाविक रूप से चलती रहती हैं, जिन्हें हम रोक नहीं सकते हैं अतः इस पाठ में उन क्रियाओं का आगार (Exception) रखा गया है। यह पाठ ध्यान प्रक्रिया के लिए किया जाता है।

मूल पाठः

तस्स उत्तरी करणेणं, पायच्छित्त करणेणं
 विसोहि करणेणं, विसल्ली करणेणं
 पावाणं कम्माणं निग्घायणट्ठाए, ठामि काउस्सगं,
 अन्नत्थ ऊससिएणं, नीससिएणं,
 खासिएणं, छीएणं, जंभाइएणं, उड्डुएणं,
 वायनिसग्गेणं, भमलीए, पित्तमुच्छाए,
 सुहुमेहिं अंगसंचालेहिं, सुहुमेहिं खेलसंचालेहिं,
 सुहुमेहिं दिट्ठिसंचालेहिं, एवमाइएहिं आगारेहिं,
 अभग्गो, अविराहिओ, हुज्ज में काउसग्गो,
 जाव अरिहंताणं, भगवंताणं, नमुक्कारेणं न पारेमि,
 ताव कायं ठाणेणं, मोणेणं, ज्ञाणेणं, अप्पाणं वोसिरामि ॥

अर्थः

तस्स उत्तरी करणेणं	उस [पापयुक्त आत्मा] की उत्कृष्टता के लिए
पायच्छित्त करणेणं	प्रायश्चित्त करने के लिए
विसोहि करणेणं	विशुद्धि करने के लिए
विसल्ली करणेणं	शल्य का त्याग करने के लिए
पावाणं कम्माणं निग्घायणट्ठाए	पाप कर्मों का नाश करने के लिए
ठामि काउस्सगं	कायोत्सर्ग करता हूँ
अन्नत्थ	आगे कहे जाने वाले [आगार]



ऊससिएणं, नीससिएणं	उच्छ्वास से, निःश्वास से
खासिएणं, छीएणं	खांसी से, छींक से
जंभाइएणं, उडूएणं	जंभाई-उवासी से, डकार से
वायनिसग्गेणं	अपान वायु से
भमलीए, पित मुच्छाए	चक्कर आने से, पित्त विकार की मूर्छा से
सुहुमेहिं अंगं संचालेहि, सुहुमेहिं खेल संचालेहि	सुक्ष्म अंग के संचार से, सुक्ष्म कफ के संचार से
सुहुमेहिं दिट्ठि संचालेहिं	सुक्ष्म दृष्टि के संचार से
एवमाइएहि आगेरिहं	इत्यादि अपवादो से
अभग्गो अविराहिओ	अभग्न विराधना रहित
हुज्ज में काउस्सगो	मेरा कायोत्सर्ग हो
जाव अहिंताणं, भगवताणं	जब तक अरिहंत भगवान को
नमुक्कारेणं	नमस्कार
न पारेमि	नहीं पारुगां
ताव कायं ठाणेण, मोणेणं झाणेणं	तब तक शरीर को स्थिर कर मौन रहकर, ध्यान रखकर
अप्पाणं वोसिरामि	अपने को [पापकर्मों से] अलग करता हूँ

प्र. इसे उत्तरीकरण का पाठ क्यों कहते हैं?

उ. इससे आत्मा को विशेष उत्कृष्ट बनाने के लिए कायोत्सर्ग की प्रतिज्ञा की जाती है।

प्र. कायोत्सर्ग में आगार क्यों रखे जाते हैं?

उ. क्योंकि जीव-रक्षा आदि के लिए कायोत्सर्ग बीच में छोड़ना पड़ता है तथा कायोत्सर्ग में श्वास आदि रोके नहीं जा सकते।

प्र. शल्य किसे कहते हैं?

उ. शल्य अर्थात् काँटा। आत्मा के भीतर लगा हुआ घाव, शल्य जिससे आत्मा पीड़ित होती रहती है।

चतुर्विंशति-स्तव-सूत्र

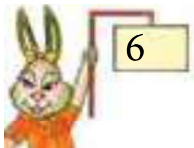
इस पाठ में हम हमारे 24 तीर्थकरों के अनेकों गुणों को याद करते हैं। उनकी प्रशंसा करते हैं। उनके नामों का स्मरण करते हैं और हम ऐसी आशा करते हैं कि उनके गुणों का स्मरण करने से हमें पूर्ण आत्मशान्ति, रत्नत्रय की प्राप्ति तथा समाधि लाभ मिलेगा।

मूल पाठ:

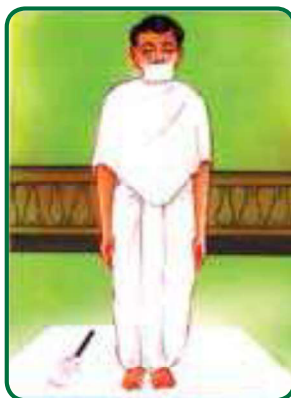
लोगस्स उज्जोयगरे, धम्म-तित्थयरे जिणे ।
 अरिहंते कित्तइस्सं, चउवीसं पि केवली ॥1॥
 उसभमजियं च वंदे, संभवमभिणंदणं च सुमइं चं
 पउमप्पहं सुपासं, जिणं च चंदप्पहं वंदे ॥2॥
 सुविहिं च पुप्फदंतं, सीअलसिज्जंस वासुपुज्जं च ।
 विमलमणंतं च जिणं, धम्मं संतिं च वदामि ॥3॥
 कुंथुं अरं च मल्लिं, वंदे मुणिसुव्वयं नमिजिणं च ।
 वंदामि रिट्ठनेमिं, पासं तह वद्धमाणं च ॥4॥
 एवं मए अभित्थुआ, विहूयरयमला, पहीणजरमरणा ।
 चउवीसं पि जिणवरा, तित्थयरा मे पसीयंतु ॥5॥
 कित्तियवंदिय महिया, जे ए लोगस्स उत्तमा सिद्धा ।
 आरुग्गबोहीलाभं, समाहिवरमुत्तमं दित्तु ॥6॥
 चंदेसु निम्मलयरा, आइच्चेसु अहियं पयासयरा ।
 सागरवरगंभीरा, सिद्धा सिद्धिं मम दिसंतु ॥7॥

अर्थ:

लोगस्स उज्जोयगरे	लोक को उधोत करने [चमकाने] वाले
धम्म तित्थयरे जिणे	धर्म तीर्थ के कर्ता और जिन [राग-द्वेष के विजेता]
अरिहंते कित्तइस्सं चउवीसंपि केवली	24 केवली अरिहतों [तीर्थकरो] का कीर्तन करुंगा।
उसभ मजियं च वंदे	ऋषभ देव और अजित को वंदन करता हूँ।
संभवमभिणंदणं च सुमइं चं	संभव, अभिनन्दन, सुमति



पउमाप्पहं, सुपासं, जिणं च चंदप्पहं वंदे	पदम्प्रभु, सुपाश्व और चन्द्र प्रभु भगवान को वन्दना करता हूँ।
सुविहिं च पुष्पदंतं सीअलसिज्जंस वासुपुज्जं च	सुविधि, [पुष्पदन्त], शीतल, श्रेयांस, वासुपुज्य
विमिल, मणंतं च जिणं धम्मं संतिं च वंदामि	विमल, अनन्त, धर्मनाथ और शान्ति नाथ भ. को वन्दना करता हूँ।
कुंथु अरं चमल्लिं, वंदे मुणिसुव्वयं नमि जिणं च	कुंथुनाथ, अरहनाथ, मल्लिनाथ, मुनिसव्रत, नमिनाथ
वंदामि रिट्ठनेमि, पासं तह वद्धमाणं च	अरिष्टनेमि, पार्श्वनाथ तथा वर्धमान [महावीर] को भी वदना करता हूँ।
एवं मए अभित्थुआ, विहूयरयमला पहीणजरमरणा चउवीसंपि जिणवरा, तित्थयरा में पसीयतुं	पाप मल से रहित जन्म-मृत्यु से मुक्त 24 तीर्थकरो [जिनवरों] की जो मैं ने स्तुति की है, वे मुझ पर प्रसन्न हो।
कितिय वंदिय महिया, जे ए लोगस्स उत्तमा सिद्धा आरोग्य बोहीलाभं, समाहिवरमुत्तमं दित्तु	कीर्तन, वन्दन, पूजित किये हुए लोक में उत्तम सिद्ध भ. मुझे आरोग्य [कर्मरोगों से मुक्ति] और समाधि प्रदान करे।
चंदेसु निम्मलयरा आइच्चेसु अहियं पयासयरा सागरवर गंभीरा, सिद्धा सिद्धिं मम दिसंतु	चन्द्र से भी अधिक निर्मल सूर्य से भी अधिक प्रकाश करने वाले, सागर से भी अधिक गम्भीर सिद्धभगवान मुझको सिद्ध [मोक्ष] देवें [प्रदान करे]।



प्रणिपात-सूत्र [शक्र-स्तव-सूत्र]

इस पाठ में अरिहंत भगवन्तों (तीर्थंकर भगवन्तों) को नमस्कार किया गया है और उनमें क्या-2 गुण है तथा उन्होंने किस-किस प्रकार हमारे ऊपर परोपकार किया है। इन सब का वर्णन है।

मूल पाठ:

नमोत्थुणं, अरिहंताणं, भगवंताणं,
 आइगराणं, तित्थयराणं, सयं संबुद्धाणं,
 पुरिसुत्तमाणं, पुरिससीहाणं, पुरिसवरपुंडरीयाणं, पुरिसवरगंधहत्थीणं,
 लोगुत्तमाणं, लोगनाहाणं, लोगहियाणं, लोगपईवाणं, लोगपज्जोयगराणं,
 अभयदयाणं, चक्खुदयाणं, मग्गदयाणं,
 सरणदयाणं, जीवदयाणं, बोहिदयाणं,
 धम्मदयाणं, धम्मदेसायाणं, धम्मनायगाणं,
 धम्मसारहीणं, धम्मवरचाउरंत चक्कवट्टीणं,
 दीव-त्ताण-सरणगइ-पइट्टाणं,
 अप्पडिहय वर नाण दंसण धराणं, वियट्टछउमाणं,
 जिणाणं, जावयाणं, तित्थाणं, तारयाणं,
 बुद्धाणं, बोहयाणं, मुत्ताणं, मोयगाणं,
 सब्बन्नूणं, सब्बदरिसीणं, सिव-मयल-मरुअ-मणंत-मक्खय-मव्वबाह
 मपुणरावित्ति सिद्धिगइ-नामधेयं ठाणं संपत्ताणं,
 नमो जिणाणं जियभयाणं ।

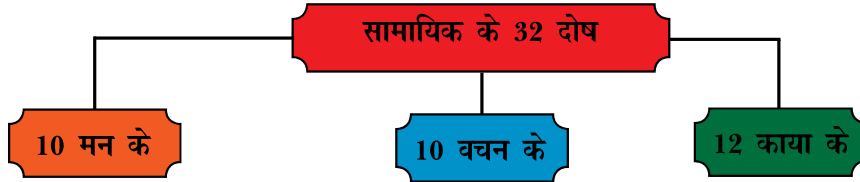
अर्थ:

नमोत्थुण, अरिहंताणं, भगवंताणं	अरिहंत भगवन्तों को नमस्कार हो
आइगराणं, तित्थयराणं	धर्म की आदि, धर्म तीर्थ की स्थापना करने वाले
सयं-संबुद्धाणं	स्वयं सम्यकबोध को पाने वाले
पुरिसुत्तमाणं, पुरिससीहाणं, पुरिसवरपुंडरीयाणं, पुरिसवरगंधहत्थीणं	पुरुषों में श्रेष्ठ, सिंह, कमल व गन्ध हस्ती के समान

लोगुत्तमाणं, लोगनाहाणं, लोगहियाणं, लोगपईवाणं, लोगपज्जोयगराणं	लोक में- उत्तम, नाथ, हितकारी, दीपक, ज्ञान के उद्योत के समान हैं।
अभयदयाणं, चक्खुदयाणं, मग्गदयाणं, सरणदयाणं, जीवदयाणं, बोहिदयाणं	अभय, नेत्र, धर्ममार्ग, शरण, जीवन व बोधि के दाता हैं।
धम्मदयाणं, धम्मदेसयाणं, धम्मनायगाणं, धम्मसारहीणं, धम्मवर	धर्म के दाता, उपदेशक, नायक व सारथि श्रेष्ठ हैं
चाउरतं चक्कवट्टीणं	चारगति का अंत करने वाले चक्रवर्ती
दीव ताण-सरण गई पइट्ठाणं	द्वीप के समान त्राणभूत, शरणभूत अजयभूत (संसार रूपी समुद्र में)
अप्पडिहय वर नाण दंसण धराणं, वियट्टुत्तमाणं	अप्रतिहर, श्रेष्ठ ज्ञान व दर्शन को धारण करने वाले व छद्म भल से रहित है।
जिणाणं, जावयाणं, तित्थाणं, तारयाणं	जितने वाले, जिताने वाले (रागद्वेष को), तरे हुए, तारने वाले (संसार से)
बुद्धाणं, बोहयाणं, मुत्ताणं, मोयगाणं	बोध को प्राप्त (स्वयं), बोध कराने वाले (दूसरों को) मुक्त (स्वयं) व मुक्त कराने वाले हैं (औरों को)
सव्वन्नूणं, सव्वदरिसीणं	सर्वज्ञ, सर्वदर्शी हैं।
सिव-मयल-मरूअ- मणंत-मक्खय-मव्वबाह	उपद्रव रहित, अचल, स्थिर, रोग रहित, अन्त रहित, अक्षय व बाधा रहित हैं।
मपुणरावित्ति सिद्धिगइ-नामधेयं ठाणं संपत्ताणं	पुनरागमन से रहित, सिद्ध-गति नामक स्थान को प्राप्त करने वाले
नमो जिणाणं जियभयाणं	भय के जीतने वाले, ऐसे जिन भगवान को नमस्कार हो।

सामायिक सम्बंधित 32 दोष

जैसा कि पहले हम बता चुके हैं कि जैन धर्म में सामायिक की साधना एक बहुत उत्तम और सटीक साधन है, मोक्ष की तरफ बढ़ने का। अभी तक हमने जाना कि सामायिक करते समय किन-किन सूत्रों (पाठों) का विधिपूर्वक उच्चारण करना चाहिए। परन्तु इन सब के बावजूद भी शुद्ध सामायिक के लिए हमें निम्न लिखित बातों का ध्यान रखना चाहिए। अगर हम इन बातों का ध्यान नहीं रखेंगे तो हमारी सामायिक अशुद्ध कहलाएगी और इन्हें ही हम सामायिक के 32 दोष कहते हैं। अतः हमें ये 32 दोष टालकर (Avoid) सामायिक करनी चाहिए।



	मन के 10 दोष	वचन के 10 दोष	काया के 12 दोष
S. No.	Mental Violations	Verbal Violations	Physical Violations
1.	To be Disrespectful,	To use Abusive Words,	To Sit at an Unsuitable Place,
2.	To be Greedy for Fame,	To use Alarming Words,	Not To sit Steady,
3.	To be Greedy for Gains,	To say Non-Religious Words,	To Walk Every Now and Then,
4.	To be Proud,	To speak Inadequate,	Doing Home Work,
5.	To be in Fear,	To use Words to Incite Fight,	To Stretch the Body,
6.	To Expect the Rewards,	To Gossip,	To Lean against a Support,
7.	To Doubt the Rewards,	To Make Fun,	Being Lazy,
8.	To be in Anger,	To Pronounce Improperly,	Cracking Knuckles,
9.	To be Rude,	To use Irrational Words,	To Clean Body Dirt,
10.	To Despise.	To Jargon.	To Scratch Body,
11.			To Make Vulgar Postures,
12.			To Sleep.

Though it may look difficult, it is not impossible to do samayik the right way.

