



‘એકાદશી’ સત્ય-શાંતિ સંયમ આપનારું વ્રત

આ જે માગસર વદ ‘સફલા’ એકાદશી છે. એક વર્ષમાં સુદ અને વદ પક્ષમાં કુલ ૨૪ અગિયારસો આવે છે અને પોતાના નામ પ્રમાણે વ્રત કરનારને ફળ મળે છે. તો આજે એકાદશી વ્રત વિશે જાણી લઈએ.

અષાઢ સુદ અગિયારસનું દેવશયની એકાદશી નામ છે. અહીંથી ચાતુર્માસ પ્રારંભ થાય છે. મહારાષ્ટ્રમાં પંદરપુરમાં શ્રી વિઠ્ઠલ ભગવાનનો ઉત્સવ હોય છે અને લાખોની સંખ્યામાં વારકરી સંપ્રદાયના ભક્તો અને ભાગવતધર્મપ્રેમી પંદરપુર જાય છે. ચંદ્રભાગા નદીમાં સ્નાન અને વિઠ્ઠલ ભગવાનના પગ તથા મંદિરના કળશનાં દર્શન કરીને પાવન-પવિત્ર બને છે.

કારતક અને અષાઢ એકાદશીઓ મહાએકાદશી તરીકે ઓળખાય છે. આ એકાદશીથી એકાદશી વ્રત કરવાની શરૂઆત થાય છે અને વ્રત ઉદ્ઘાપન કોઈ પણ એકાદશીના દિવસે કરી શકાય છે. સુદ પક્ષમાં આવનારી એકાદશી ‘નિત્ય’ વ્રતમાં ગણાય છે અને વદ પક્ષમાંની અગિયારસ ‘કામ્ય’ વ્રતમાં આવે છે. કોઈ પણ કામના, સિદ્ધિ માટે મનોરથ પૂર્તિ માટે વદ પક્ષમાં આવતી એકાદશી લાભદાયી બને છે અને સફલા એકાદશીવ્રત કામના પૂર્ણ કરનારું વ્રત છે. ગૃહસ્થાશ્રમી માણસે સુદ પક્ષમાં આવનારી એકાદશીનો ઉપવાસ કરવો અને વૈષ્ણવપંથી માણસે બધી જ એકાદશીનો ઉપવાસ રાખવો.

એકાદશી વ્રત ધર્મશાસ્ત્રીય રીતે મહત્વનું છે જ પણ આ વ્રત ખગોળ અને ભૌગોલિક રીતે પણ બહુ મહત્વનું છે. અગિયારસનું ઉપોષણ, શારીરિક તથા માનસિક પાવિત્ર્ય વધારે છે. શાસ્ત્રીય રીતે આ વ્રત કરવું હોય તો એકાદશીના આગલા દિવસે દસમીની રાત્રે અન્ન ભક્ષણ ન કરવું અને એકાદશીના દિવસે સવારને શૌચમુખમાર્જન સ્નાન પછી ઈષ્ટદેવતા સામે બેસીને બોલવું કે મારાથી થયેલ પાપનો નાશ કરીને મારી બધી જ ઐહિક- પારમાર્થિક ઉન્નતિની સિધ્ધિ માટે શ્રી પરમેશ્વર પ્રીત્યર્થે અને સર્વ સુખ સંપન્નતા



પ્રાપ્તિ માટે હું એકાદશી વ્રત કરું છું અને પાણી પ્રાશન કરવું. આ દિવસે જળપાન વધારે કરવું. ફળોનો રસ, શરબત અને દૂધ લેવાં અને ખાદ્યપદાર્થો ન ખાવા.

શુધ્ધાચરણ રાખવું, મૌન રાખવું બપોરે નિદ્રા ન કરવી. જપ, ધ્યાન ભજનમાં દિવસ પસાર કરવો. બીજા દિવસે તાજી ગરમ રસોઈનું ભોજન કરવું. સત્ય, સંયમ, સંતોષથી દિવસ પસાર કરવો. અભદ્ર, અશ્લીલ ન ઉચ્ચારવું.

ઉપવાસનો અર્થ છે ઉપ એટલે બેસવું. એટલે જ ભગવાન પાસે બેસવું અને ઉપવાસ પરિણામકારક ત્યારે જ બને છે જ્યારે પેટને આરામ મળે છે. એટલે લંઘન

કરાય છે. એકાદશીના દિવસે બ્રહ્મચર્યનું વિશેષ મહત્વ છે. તમે એકાદશી કરો કે ન કરો પણ સ્ત્રીસંગ અવશ્ય ટાળો એ એકાદશીના નિયમમાં છે. એકાદશીવ્રત નિત્યવ્રત નામે છે એટલે વર્ષની ૨૪ એકાદશીઓ કરવી શક્ય ના હોય તો પણ મહા એકાદશીએ એટલે અષાઢ અને કારતક માસની સુદ એકાદશીનો ઉપવાસ અવશ્ય કરવો. એકાદશીએ

કૃષ્ણ, વિષ્ણુ, વિઠ્ઠલનો જપ કરવો. સ્માર્ત અને ભાગવત એમ બે પ્રકારની એકાદશીઓ હોય છે. વૈષ્ણવપંથના લોકો ભાગવત એકાદશી રાખે છે અને બીજા ભક્તો સ્માર્ત એકાદશીનો ઉપવાસ રાખે છે. જ્યારે પંચાગમાં

ધર્મ દર્શન બાળકૃષ્ણ વડનેરે

ગો પીગીતની આ યાત્રાને ગતિશીલ બનાવીએ. આપણે જોયું કે ગોપીઓ બધું જ છોડીને કૃષ્ણની વેણુ સાંભળી ચાલી નીકળી છે. ગોપીઓના મનમાં કોઈ ભય નથી કેમ કે ગોપીઓ જે કંઈ કરી રહી છે એ ખોટું નથી એ જીવનનું લક્ષ્ય છે. શ્રીકૃષ્ણ સાથે રમણ કરવું એ ભગવદ્ પ્રાપ્તિ છે. કૃષ્ણની કામના કરવી એ તો સારી વાત છે. કામ કૃષ્ણ વિષયક હોય તો તે જીવનની ધન્યતા છે. સૌને એક જ અનુભૂતિ થઈ કે તે મને બોલાવે છે, મારું નામ લઈને બોલાવે છે અને એ એકલી ચાલી નીકળી પણ એના જેવી તો બીજી કેટલીય નીકળી હતી. એનો અર્થ એ કે દુનિયામાં શ્રીકૃષ્ણની પ્રાપ્તિ માટે અનેક લોકો સાધના કરે છે પણ આપણી પોતાની યાત્રા આપણે એકલા કરવાની છે. ભગવાન અને આપણા સંબંધમાં સિકેટ કંઈ નથી પણ પ્રાઈવેટ છે.

મીરાં કહે છે - ‘અબ તો બાત ફેલ ગઈ, જાને સબ કોઈ, મેરે તો ગિરધર ગોપાલ, દૂસરા ન કોઈ.’ ગોપીઓ કહે છે: અમે અમારા પતિ, પુત્ર, ભાઈ બધાંને છોડીને તમારા પ્રેમમાં પાગલ થઈને આવ્યા છીએ. ભગવદ્ પ્રેમને લીધે સંપન્ન પરિવારનાં બાળકો સંસાર છોડીને સાધુ બનીને નીકળી પડે છે. એ જ રીતે ગોપીઓ પણ પુત્ર, પરિવાર, સુખ, સુવિધા છોડીને વન તરફ નીકળી પડી. ગોપીઓ પ્રેમ-સંન્યાસિની છે. સંન્યાસ મતલબ સમ્યક ન્યાસ. અર્થાત્ જેનો તમે ત્યાગ કર્યો તે પણ તમને યાદ ન રહે તે છે સમ્યક્ ત્યાગ... બધું જ પરમાત્માનું છે અને બધું જ ભગવદ્ રૂપ છે.

પરમાત્મા સર્વત્ર અને સર્વદા છે. હૃદય એ ગર્ભગૃહ છે એમાં ભગવાન બેઠા છે. મંદિર આપણે બનાવ્યું, શરીર ભગવાને બનાવ્યું. આપણે કૃત્રિમ રોબોટ બનાવ્યું જે ખતરનાક છે. સમાચાર વાંચે લેડી; એવી સુંદર કે કુંવારા લોભાય. એનો ઈન્ટરવ્યૂ લેનારો સાચો પણ લેડી રોબોટ તરત



જવાબ આપે, ‘યુ આર મય મોર પાવરફુલ’. પેલી કહે, ‘યસ, આ હ્યુમન બિઈંગ રોબોટ કરતાં વધારે પાવરફુલ છે’ તો પેલી રોબોટ લેડી પીડાના ભાવથી બોલી - ‘મેરે પાસ આત્મા નહીં.’

આપણી પાસે શ્રીકૃષ્ણરૂપી આત્મા છે, મનુજતા છે. મનુષ્ય છો એ જ મોટા આશીર્વાદ છે. એક બેન સાસરીનું દુઃખ મા પાસે રડતી હતી. મા કહે - પાછી આવતી રહેજે. દીકરી કહે - ના, એ મારું ઘર છે. હું ત્યાં જ રહીશ. મારો પતિ મને ખૂબ પ્રેમ કરે છે.

હું બધી સમસ્યા જીતી લઈશ. એક સમજદાર દીકરી આમ કહે તો આપણે ન કહી શકીએ કે સમસ્યા સામે લડીશ. ભગવાનનો પ્રેમ યાદ રાખીએ. એના પ્રેમ સામે નથી લાગતું કે બાકી બધું સહી લઈશું? આપણને રાઈના દાણા જેટલો પ્રેમ છે. આપણે પણ કલાક

ભજન કરીએ પણ ભગવાન ૨૪ કલાક આપણને સંભાળે છે. ભગવાન મફતમાં આપણને ઓક્સિજન આપે. ભગવાને સુંદર ફેફસાં આપ્યા, આપણે બીડી પી બગાડ્યા. ઈશ્વર પવન, પાણી, સૂર્યની રોશની, અન્ન, વનસ્પતિ આપે. આપણે દાણો વાવીએ એ ઉગાડે. પશુ, પક્ષી બધું બનાવ્યું.

આપણને એકલું ન લાગે. જેમ બાપ પોતાના સંતાન માટે રમકડાં લાવે તેમ. પશુપક્ષી રૂપી રમકડાં બનાવ્યા. જીવતાં - તરતાં હંસ, ફૂદતાં હરણ, વાઘ, સિંહ, હાથી, ચિત્તો જોઈ રાજી થઈએ. જોવા જઈએ ત્યારે એ પાંજરામાં ને આપણે બહાર. આપણો બાપ આપણને યાદે છે. આપણે દીવો પ્રગટાવી ઓફિસે જતા રહીએ. ભગવાન રાજી થાય. કહે - લડ તું, હું તારી સાથે છું. કેટકેટલાં પ્લાન્ટ, કેવી સુંદર રચના! નાનકડી ઘડિયાળ ઉપર નાંખીએ તો નીચે આવે અને ક્યારેક એવી ઘટના ઘટે કે માણસ સ્તબ્ધ થાય તો ગામડામાં ‘રૂદાલી’ આવતી, રડતી અને રડાવતી,

સ્માર્ત કે ભાગવત એમ ઉલ્લેખ ના હોય ત્યારે બધા વ્રતીઓ એકાદશી રાખે છે.

લગભગ બે હજાર વર્ષોથી પણ અધિક સમયના પૂર્વે એકાદશીના સમર્થક નામો અનુભવસિદ્ધ ભક્તો, વિદ્વાનોએ આપ્યા છે. તે પ્રમાણેનો ઉલ્લેખ પંચાગોમાં હોય છે. ચૈત્ર સુદ ‘કામદા’ વદમાં વરચિની, વૈશાખ સુદ- મોહિની, વદમાં અપરા, જેઠ સુદ નિર્જલા, વદમાં

સુદ પક્ષમાં આવનારી એકાદશી ‘નિત્ય’ વ્રતમાં ગણાય છે અને વદ પક્ષમાંની અગિયારસ ‘કામ્ય’ વ્રતમાં આવે છે

યોગિની, અષાઢ સુદ-કાયની વદમાં-કામિકા. શ્રાવણ સુદ-પુત્રદા, વદમાં-અજા, ભાદ્રપદ સુદ- પરિવર્લિની, વદમાં ઈન્દિરા, અશ્વેત સુદ-પાશાંકુ રંગ, વદમાં રમા, કારતક સુદ-પ્રભોધિની, વદમાં ઉત્પત્તિ. માગસર સુદ મોક્ષદા, વદમાં સફલા, પોષ સુદ પુત્રદા, પોષ વદમાં ષટતિલા. મહા સુદ-જયા, વદમાં વિજયા, ફાગણ સુદ આમલકી, વદમાં પાપમોચની એવાં સમર્થક નામો આપ્યાં છે અને નામ પ્રમાણે વ્રત કરનારને અવશ્ય ફળ મળતું હોય છે. ઉપવાસ શારીરિક-માનસિક ઔષધિ છે.

વ્રતના દિવસે અન્ન ખાવું નહીં અને પ્રવાહી દ્રવ્ય લેવું. સંયમ, શાંતિમાં દિવસ કાઢવો. પરોપકાર અને પરમાર્થ કરવો. સંયમી અને ઓછું બોલવું. દાનધર્મ કરવાં. ગ્રંથપોથી વાંચન કરવું. વિષ્ણુદેવ, પંદરીનાથ, કૃષ્ણ, દત્તાત્રયનો કે પોતાના ગુરુમંત્રનો જપ કરવો. ફક્ત ખાવાના અન્નમાં બદલ કરીને ઉપવાસમાં અન્ય પદાર્થો ખાઈને એકાદશીનો લાભ થતો નથી. આહાર- વિહાર-વ્યવહારમાં સત્ય-સંયમ અને નિયમપાલન એ અગિયારસ વ્રતમાં મહત્વનાં છે. મહિનામાં ફક્ત બે જ દિવસનો ઉપવાસ એટલે અગિયારસ બહુ સાડું વ્રત છે એટલે કહે છે ધર્મ- જે રાખે એકાદશી, તેનું જીવન પ્રસન્ન અહર્નિશી.

હવે તો લગ્નનું વાતાવરણ પણ બદલાયું ! કન્યા રડવાનું જ ભૂલી ગઈ! કલાસ ચાલે રડાવવાના, કન્યા વિદાય. હવે તો પોતાના લગ્નમાં વરરાજો જાતે નાચો નાચી લે, પછી તો પેલી નચાવશે. પહેલાં લગ્નમાં ‘કન્યા પધરાવો સાવધાન’ કરે ત્યાં તો બહેનપણી

દુનિયામાં શ્રીકૃષ્ણની પ્રાપ્તિ માટે અનેક લોકો સાધના કરે છે પણ આપણી પોતાની યાત્રા આપણે એકલા કરવાની છે

ઊભી કરે. એ કંઈ ૮૦ વર્ષની ડોશી થોડી છે? પણ પિયર છોડવાના દુઃખથી ઊભી ન થઈ શકે. હવે તો સાસુને ફિકર કે વૃથાશ્રમમાં લઈ જશે કે સેવા કરશે? વરરાજો કોઈ જોખમ લઈ રહ્યો છે એનું ય ભાન નહીં ને નાચે! ખરખરામાં રડવાનું ભૂલી ગયા! પુરુષો સાવ ખોટા રડે.

ફળિયામાં ઉભડક બેસે. ઘરનો સભ્ય કહે, રાખી જાવ તો ટુવાલ ગળામાં નાંખે ને આંખો જુઓ તો કોરી ધાક! બહેનો બીજાનું દુઃખ જોઈને રડી લે, તેથી બહેનોને હાર્ટઅટેક ઓછા આવે. હાર્ટ સાજું રહે. રડવાનું તો જાણે બહેનોને જ સોંપ્યું! મર્દાંગી આડી આવે પુરુષને રડી ન શકે. અરે! રડવું આવે ત્યારે રડો. મુક્ત મને હસો. લાફિંગ કલબમાં ખોટા હસે. એને હસતાં જોઈને આપણને સાચું હસવું આવે. જીવન શું છે?

‘ભલે ઔર બુરે કા હિસાબ હૈ યે જિંદગી, પાપ ઔર પુણ્યકી કિતાબ હૈ યે જિંદગી. સોના હૈ, જગના હૈ, હંસના હૈ, રોના હૈ, શૂલ સે ધિરા હુઆ, ગુલાબ હૈ યે જિંદગી.’ ગોપીગીતની કૃષ્ણપ્રેમની ધારાનું વર્ણન હવે પછી. (પૂ. રમેશભાઈ ઓઝાના સત્સંગને આધારે.)

પંચામૃત

નીલાક્ષી પરીખ