

## અજા ભાગવત એકાદશી - આધ્યાત્મ અગિયારસ

ત-વૈકલ્ય, ઉપોષણ, એકટાણું, તહેવારો અને જયંતીઓની ઉજવણી ભારતીય પંચાંગમાં માસવાર આપવામાં આવે છે. તે માહિતી ધર્મપ્રેમીઓ અને સનાતનીઓ માટે મહત્વની હોય છે. અઠવાડિયામાં એક વાર ઉપવાસ કે સુદ અથવા વદ પક્ષમાં આવનારી આઠમ, એકાદશી, પૂનમનો ઉપવાસ રાખનારાઓ ધર્મપ્રેમી પણ જોવા મળે છે.

વર્ષ દરમિયાન આવા ઉપવાસથી ઈશ ભક્તિ કરનારા ભાવિકો મન: શાંતિ મેળવીને ચિંતામુક્ત થતાં લાગે છે અને આ વાત સત્ય સાથે મળેલી છે. ભાવિકો કપાળે ચંદનનો ચાંદલો કરે છે.

પૂર્ણ વર્ષમાં કુલ 24 અગિયારસો આવે છે. જેમનાં અલગ અલગ નામો છે અને નામ પ્રમાણે એકાદશીનું ફળ મળે છે. એકાદશીનો ઉપવાસ વ્રત તરીકે મનાય છે. આ વ્રત આજન્મ કરી શકાય છે. કોઈ પણ એકાદશીના દિવસથી આ વ્રતનો પ્રારંભ કરી શકાય છે. પરિસ્થિતિવશ અથવા શારીરિક અવસ્થા પ્રમાણે આ વ્રત બંધ પણ કરી શકાય છે. એકાદશી વ્રત માટે ઉદાપનવિધિ પણ નથી. દ્વાદશીના દિવસે ઉપવાસનું પારણું કરવાનું હોય છે. એકાદશી વ્રતના દેવતા શ્રી વિષ્ણુ ભગવાન છે. શ્રી વિષ્ણુનું પૂજન (શ્રીકૃષ્ણ, દત્ત ભગવાન આદિ દેવોને) તુલસીદલ અર્પણ વિધિ મહત્વ ધરાવે છે. આ દિવસે ઉપોષણ (અન્ન વર્જ-ફળ ફળાદિ હવિષ્યાન્નનો આહાર બપોરે લેવો. દૂધના પદાર્થો, શરબત, ફળોના રસ, પાણી ગ્રાહ્ય છે.) જપ-પુરસ્ચરણ, ગ્રંથવાંચન, મૌન આદિ શુભ કાર્યો કરવાં, સત્યવાણી, કરણી અને ધ્યાન ધારણા કરવી.

અગિયારસના આગળના દિવસે એટલે સુદ કે વદ દસમના દિવસે રાત્રે ભોજન ન કરવું. હવિષ્યાન્ન

અથવા દૂધ લેવું અને અગિયારસે પૂર્ણ દિવસ ઉપવાસ રાખવો. હલકો ખોરાક લેવો. મંદિરે જવું, દાનધર્મ કરવાં. અન્નદાન, વસ્ત્રદાન, અર્થદાન કરવું. સર્વ સમભાવ રાખવો. મૃદુ વાણી અને શાંત સ્વભાવ



રાખવો, વેર, મદ, મત્સર, શત્રુત્વનો ત્યાગ કરવો. શુદ્ધ, પવિત્ર, નિર્મળ રહેવું. એકાદશી વ્રત અલભ્ય લાભ આપવાવાળું કામિક વ્રત છે. સર્વ સામાન્ય ઈચ્છિત મનોરથ પ્રાપ્તિ માટે ચૈત્ર સુદ 'કામદા એકાદશી', અષાઢ વદ 'કામિકા એકાદશી' માર્ગશીર્ષ વદ 'સફલા' એકાદશી. પુત્ર સંતાનપ્રાપ્તિ માટે શ્રાવણ સુદ પુત્રદા એકાદશી અને પોષ સુદ પુત્રદા એકાદશીનો ઉપવાસ યોગ્ય ફળ આપે છે.

યોગ ધારણા આસન સિદ્ધિ માટે જેઠ સુદ 'યોગિની એકાદશી.' ભૂલથી કે અન્ય પ્રકારે કોઈ અપરાધ થયો હોય તો પ્રાયશ્ચિત્ત રૂપે જેઠ સુદ 'નિર્જલા' એકાદશીનો

ઉપવાસ અને એક વખત પાણી પીવું. ભાદ્ર પદ સુદ 'પરિવર્તિની એકાદશી', અને ફાલ્ગુન વદ પાપમોચની એકાદશી.' સુમાર્ગદાયી લક્ષ્મીપ્રાપ્તિ માટે ભાદ્રપદ વદ 'ઈંદિરા' અને આસવવદ 'રમા એકાદશી'. કામાંધતા અને અનિવાર ક્રોધ નિવારણાર્થે આસવ સુદ 'પાશાંકુશાં', માહ સુદ જ્યા, મહા વદ 'વિજ્યા એકાદશી' ઉપવાસ રાખવો અને આધ્યાત્મ વિદ્યાપ્રાપ્તિ માટે શ્રાવણ વદની અજા અગિયારસ તથા માર્ગશીર્ષ સુદ 'મોક્ષદા' એકાદશી શ્રદ્ધાળુઓને યથોચિત ફળ આપે છે. એકાદશી વ્રત એક્ય, સખ્ય, દ્રવ્ય આપે છે. 'અજા' એકાદશી શ્રાવણ વદની અને મોક્ષદા એકાદશી માર્ગશીર્ષ સુદની આધ્યાત્મવિદ્યા અને ભક્તિમાર્ગ માટે બહુ જ કલ્યાણકારી વ્રતો છે. જેમાં અજા અગિયારસ જે શ્રાવણ માસ વદ પક્ષમાં આવે છે તે શ્રાવણમાસ અને શ્રી મહાદેવનું પૂજન, સેવા અને એકાદશી વ્રત એટલે શ્રી વિષ્ણુ ભગવાનનું પૂજન, અર્ચન, સેવા, ઉપવાસ તેથી શિવ- વિષ્ણુપૂજનો લાભ મળે છે અને સાધકને આધ્યાત્મવિદ્યામાં સવિશેષ પ્રગતિ માર્ગ

વર્ષમાં કુલ 24 અગિયારસો આવે છે. જેમનાં અલગ અલગ નામો છે અને નામ પ્રમાણે એકાદશીનું ફળ મળે છે. એકાદશીનો ઉપવાસ વ્રત તરીકે મનાય છે. આ વ્રત આજન્મ કરી શકાય છે. કોઈ પણ એકાદશીના દિવસથી આ વ્રતનો પ્રારંભ કરી શકાય છે

સાંપડે છે. વિષ્ણુ સહસ્ત્રનામવાંચન અને તુલસીદલ અર્પણ વિધિથી એકાદશી વ્રતની સાંગતા વ્યવસ્થિત પાર પાડે છે.

તે મંદાનધર્મ, પરોપકાર કાંચો

કરવાથી સાધક વધારે ભક્તિવાન થાય છે. કોઈ કારણવશ એકાદશી વ્રતમાં ભક્તિપૂજા, જપ આદિ ન થઈ શકે તો પણ કેવળ આજે એકાદશી છે એવું સ્મરણ કરવાથી પણ વ્રતનો લાભ મળે છે અને સાધકના હસ્તે કોઈની હિંસા થતી નથી. અસત્યભાષણ, કુકર્મચરણ, પૈશુન્ય, પરદારસેવન, સ્વસ્તી સંપર્ક, પરસ્ત્રીસંગવિચાર, અભદ્રલક્ષણ, વ્યસનધીનતા, ચૌર્ય, અનીતિ, વ્યભિચાર, લોભ, લાલચ, ભ્રષ્ટાચાર, કુસંગ આદિ પાપાચાર થતાં નથી અને સાધક સાધુત્વને અંગીકારે છે. એકાદશી વ્રત કરનારા ભક્તોએ શ્રીકૃષ્ણ, વિષ્ણુ, પાંડુરંગ અને દત્તાત્રેય ભગવાનનો જપ કરવો ઈષ્ટ છે અને દારિકા, પંદરપુર, રણછોડરાય આદિ દેવોના દર્શન કરવા. મુખમાં રામકૃષ્ણ હરિનો નામોચ્ચાર રાખવો. રામકૃષ્ણ- હરિ જય જયરામકૃષ્ણ હરિ.

ભારત દેશ સંત મહાત્માઓ, ઋષિઓ દેશ છે. પવિત્ર પાવન આત્માઓનો પ્રદેશ છે અને સ્વયં રામકૃષ્ણનું જન્મ સ્થાન છે એટલે અહીંની ભક્તિ ફળે છે. દેવ-દેશ-ધર્મ- આપણું દૈવત છે.

### ભાગ-2

મિત્રો, તા. 4/9ના રોજ આબાલવૃદ્ધ સૌના લાડીલા આપણા આરાધ્ય અને ઈષ્ટ શ્રીકૃષ્ણ પ્રાગટ્ય દિવસ જન્માષ્ટમી ગઈ. આજે આપણે શ્રીકૃષ્ણના ગુણો જાણીએ, માણીએ, અપનાવીએ અને ધન્ય થઈએ. રામ અને કૃષ્ણ જેવા અવતારો આપણી મધ્યમાં શું કામ આવે? કારણ કે એ એમના આચરણનું લીલાથી આપણું જીવનનું માર્ગદર્શન કરે. શ્રીકૃષ્ણ પાસે કંઈ શીખવાનું હોય તો તે અનાશક્તિ છે. બુદ્ધની કુરુણા, રામની મર્યાદા અને કૃષ્ણની અનાશક્તિ. શું અનાશક્તિ છે કૃષ્ણમાં! ગોકુળમાં ગોપીઓના પ્રેમને લઈને છાલિયાભર છાશ માટે, ગોપીઓના કહેવાથી નાચે અને એ જ શ્રીકૃષ્ણ ગોકુળ છોડ્યા પછી પાછું વળીને જોતાં ય નથી! અને તમે વ્રજમાં જાવ તો એવા ભગવાનના દર્શન છે જ્યાં રાધાજી સૂતાં છે અને કૃષ્ણ બેઠા-બેઠા પગ દબાવે છે! રાધાજીની ચરણસેવા કરે છે! અને એ ચિત્રો મળે છે ય ખરાં! અરે એ રાગી! આ રાગની ચરમસીમા રાસલીલામાં દેખાય પણ કૃષ્ણ અંદરથી કેવા વિરાગી! એક વાર છોડ્યા પછી પાછું વળીને જોયું ય નથી! એક પદમાં ખૂબ સરસ ભાવ છે -

‘કહું છું પ્રેમીઓ ભોળા, મજા છે દૂર રહેવામાં, સમીપ સંતાપ છે ઝાઝા, મજા છે દૂર રહેવામાં, ઊગે આકાશમાં ભાનુ, કમળનું મુખનું મલકે, પણ રવિને સ્પર્શવા કરતાં, મજા છે દૂર રહેવામાં.’ સૂર્ય ઊગે અને સરોવરનું કમળ એને જોઈને ખુશ-ખુશ! પણ એ કમળ સૂર્યને સ્પર્શવા જાય તો? સૂર્ય કહે- મને એક આલિંગન આપ. અને આપવા જાય તો? બળી મરે. એનું અસ્તિત્વ જ ન રહે ને? એક સુરક્ષિત અંતર જરૂરી છે. આપણો અનુભવ છે કે પુસ્તક વાંચવું હોય તો પણ એક નિશ્ચિત દૂરી આવશ્યક છે. ક્યારેક-ક્યારેક આશક્તિનું આપણે સાવ ચીપકી જઈએ અને પછી

### ભગવાન શ્રીકૃષ્ણ એટલે બધા રંગોની રંગોળી



ફરિયાદ કરીએ એણે મને દગો આપ્યો. આપણે ચીપકવાનું નથી. એ નહીં પણ આપણે એને ચીપક્યા તો આ બન્યું ને? સંબંધોમાં પણ નિશ્ચિત અંતર હોય તો અકસ્માત ન થાય. વળી જો ઉપેક્ષા કરીએ તો પણ માણસ ન વંચાય. હવે કૃષ્ણ વિષે વાત કરે છે કવિ - ‘કરીને ગોપીઓ ઘેલી વસ્યા શ્રીકૃષ્ણ દારિકા, પ્રભુએ પણ પીછાણ્યું કે, મજા છે દૂર રહેવામાં.’

અતિ પરિચય અવજ્ઞામાં પરિણામે છે. વ્યાવહારિક વાત વિચારીએ. જુઓ, માણસ પરણ્યો ન હોય ત્યાં સુધી એક-બીજા વગર ન ચાલે. પણ પરણી ગયા પછીના હાલ આપણને ખબર જ છે. ‘આઈ લવ યુ’ ક્યારે ‘આઈ હેટ યુ’ માં ફેરવાય જાય એ કહેવાય નહીં. કૃષ્ણ

રસિક ભગવાન છે. પણ ભીતરથી સંપૂર્ણ અનાશક્ત. લીલા સંવરણ સમયે આટલાં મોટાં પરિવારમાંથી કોઈ સાથે નથી નિતાંત એકલા છે. સારથી દારૂકને પણ મોકલી આપ્યો અને કહ્યું - ‘દારિકાવાસીઓને જઈને કહે કે હું મેં દહાડે દારિકા સમુદ્રમાં ડૂબી જશે. ‘સોનાની લંકા હોય કે હોય દારિકા’ નાશ હી નિયતિ હૈ. આ શરીર પણ સાથે નથી આવવાનું એ સત્ય સમજો.’ ‘હું સૌનો પણ મારું કોઈ નથી કેવળ પરમાત્મા જ આપણો છે.’ તમે સૌના થઈ જાવ. પછી તે પ્રેમ પત્ર લખનાર રુક્મિણી હોય કે હોય સુદામા. સૌનો સ્વીકાર કરી, ભરપૂર પ્રેમથી ભીંજવનાર કૃષ્ણ જ છે. તેથી જ કહેવાનું કે - ‘ગોવિંદ મેરો હૈ, ગોપાલ મેરો હૈ.’

જેમ કમળપત્ર પર ઝામેલું પાણીનું બુંદ કમળને ભીંજવી શકતું નથી એ જ પ્રમાણે નિર્લેપ કે અનાશક્ત ભાવે સંસારમાં રહેવાનું છે અને જીવનને ઉત્સવ

બનાવીને જીવવાનું છે. રામકૃષ્ણ પરમહંસ કહે છે - ‘સાકર પર બેઠેલી માખીની જેમ સંસારમાં રહો, મધ પર બેઠેલી માખીની જેમ નહીં.’ મધ પર બેઠેલી માખી મધુરતા માણે પણ ચોંટી જાય અને જીવ ગુમાવે; ઊડી ન શકે. મધ તેના મૃત્યુનું કારણ બને જ્યારે સાકર પર બેઠેલી માખી મધુરતા ય માણે અને અનાશક્ત ભાવે ઊંડે પણ ખરી! હવે કૃષ્ણને જોઈએ. એનું નામે વાંકું, નામના બધા ય અક્ષર વાંકા, એ ઊભો રહે તોય વાંકો એનું કામ પણ વાંકું છતાંય પરાણે વહાલો લાગે. જુઓ, એ જન્મે જેલમાં ને કામ કરે મુક્તિનું! અર્જુનને રણમેદાનમાં જ ભાગતા રોકે અને પોતે

રામ અને કૃષ્ણ જેવા અવતારો આપણી મધ્યમાં શું કામ આવે? કારણ કે એ એમના આચરણનું લીલાથી આપણું જીવનનું માર્ગદર્શન કરે

મુક્રી વાળીને ભાગે! એની લીલા સમજ ન શકાય. ‘કૃષ્ણ ઈજ એ ક્વેશ્ચન માર્ક’ કૃષ્ણ એટલે પ્રશ્નાર્થ ચિહ્ન અને રામ એટલે પૂર્ણવિરામ. કૃષ્ણ એક એવી ગુચ્છી છે જે બુદ્ધિથી સુલઝાવવાની કોશિશ કરીએ તો વધારે ગૂંચવાય. ગુરુદેવ કહે છે - ‘મેં કોઈ જગ્યાએ અંગ્રેજી વાક્ય વાંચ્યું હતું, ‘ડોન્ટ ટ્રાય ટુ અન્ડરસ્ટેન્ડ મી, જસ્ટ લવ મી.’ આ વાક્ય કનૈયાની છબી નીચે લખી દેવા જેવું છે. કૃષ્ણ પણ જાણે કહે છે - ‘શું કામ બુદ્ધિની કસરત કરે છે? ‘જસ્ટ લવ મી ધેટ્સ ઈનફ’ આ તો પ્રેમથી માણી શકાય તેવું તત્ત્વ છે. મીરાંએ એને પ્રેમથી માણ્યો. બાકી બુદ્ધિથી એને કોણે જાણ્યો? ભક્તિ એટલે ભગવાનને ભોગવવાનું. સંસારને ભોગવશો તો હાથમાં દુઃખ આવશે પણ ભગવાનને ભોગવશો તો સુખ સુખ અને સુખ! આનંદ જ આનંદ! ભગવાન આનંદ સ્વરૂપ છે. રાસ એટલે જ ભગવાનને ભોગવવું. (ગુરુવર્ચ પૂર મેશભાઈ ઓઝા (પૂ. ભાઈશ્રી) ના સત્સંગ ને આધારે) (કમશા:)

### પંચામૃત

નીલાક્ષી પરીખ