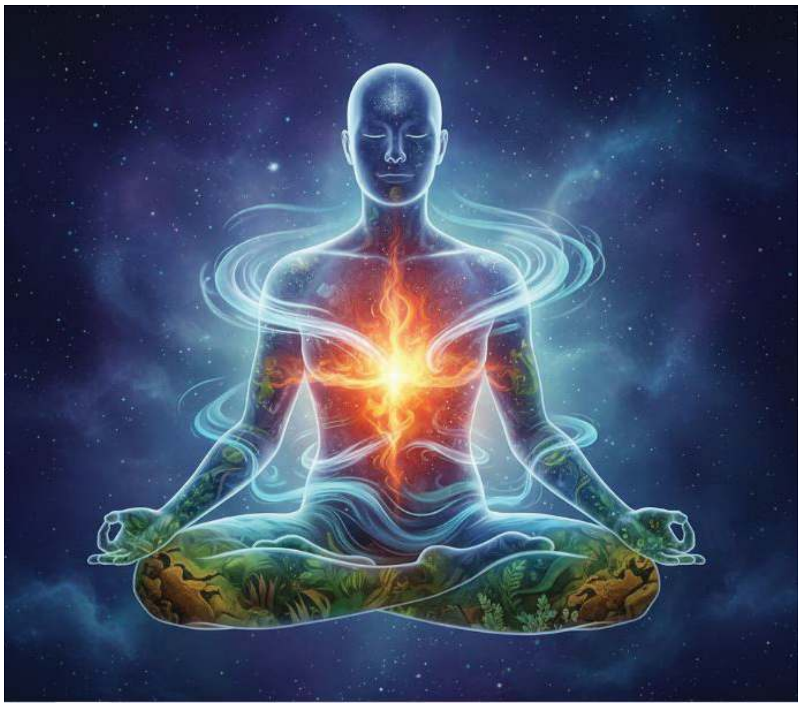

સુખી ક્ષણની ખોજ

ઓશો વાણી

જયારે તમે દુઃખમાં હોવ છો તો તમે દુઃખી જ બની જાઓ છો, આ જ કારણ છે કે તમારું આખું જીવન નર્ક થઈ જાય છે. તમે કોઈ પણ દિવસ હકારાત્મકતાનો અનુભવ નથી કર્યો. તમે હંમેશાં નકારાત્મક્તાનો જ અનુભવ કર્યો છે. જીવન એટલું દુઃખી નથી જેવું આપણે એને બનાવી દીધું છે. દુઃખ એ ફકત આપણી વ્યાખ્યા છે. બુદ્ધ અહીંયા અને હાલ સુખમાં છે આ જ જીવનમાં સુખી છે, કૃષ્ણ નૃત્ય કરી રહ્યા છે અને વાંસળી વગાડી રહ્યા છે. આ જ જીવનમાં હમાણા અને અહીં જયાં આપણે દુઃખમાં છીએ ત્યાં જ કૃષ્ણ નૃત્ય કરી રહ્યા છે. જીવન દુઃખ પણ નથી જીવન આનંદ પણ નથી, દુઃખ અને આનંદ આપણી વ્યાખ્યા છે, આપણી દ્રષ્ટિ છે, આપણી રૂચિ છે, આપણો જોવાનો દ્રષ્ટિકોણ છે.

આ તમારા મન પર નિર્ભર છે કે જીવનને તમે કઈ રીતે લો છો, પોતાના જીવનનું સ્મરણ કરો અને વિશ્લેષ્ણ કરો શું તમે ક્યારે સંતોષની પરિતૃપ્તિના, સુખની આનંદની ક્ષણોનો હિસાબ રાખ્યો છે? તમે એનો કોઈ હિસાબ નથી રાખ્યો પરંતુ તમે તે દુઃખ, પીડા અને સંતાપનો તમામ હિસાબ રાખ્યો છે અને તમારી પાસે તેનો મોટો સંગ્રહ છે. તમે એક સંગ્રહિત નર્ક છો અને તે તમારો પોતાનો નિર્ણય છે. મન નકારાત્મક્તાને પકડે છે અને તેનો સંગ્રહ કરે છે અને પોતે જ નકારાત્મકતા બની જાય છે અને આમ તે દુષ્ચક્ર બની જાય છે. આમ નકારનો સંગ્રહ વધતો જાય છે. સમાન સમાનને આકર્ષિત કરે છે અને આ શૃંખલા જનમો જનમોથી ચાલતી આવી છે. તમે પોતાની નકારાત્મક દૃષ્ટિને કારણે બધું ચૂકી રહ્યા છો, આ વિધિ તમને હકારાત્મક દૃષ્ટિ આપે છે. આ વિધિ સામાન્ય મન અને તેની પ્રક્રિયાથી એકદમ વિપરીત છે, જયારે પણ સંતોષ મળે જે કોઈ પણ કૃત્યથી સંતોષ મળતો હોય એને વાસ્તવિક કરો અને અનુભવ કરો એમાં લીન થઈ જાઓ. આ સંતોષ એક વિશાળ હકારાત્કતાની ઝલક બની શકે છે. અહીં દરેક વસ્તુ એક બારી છે

> **જીવન દુઃખ પણ નથી જીવન આનંદ પણ નથી, દુઃખ અને આનંદ આપણી વ્યાખ્યા છે, આપણી દ્રષ્ટિ છે, આપણી રૂચિ છે, આપણો જોવાનો દ્રષ્ટિકોણ છે**

જો તમો કોઈ દુઃખની સાથે તાદાત્મ્ય કરો છો તો તમે દુઃખની બારીમાંથી ડોકિયું કરી રહ્યા છો અને દુઃખ અને સંતાપની બારી નર્ક તરફ જ ખૂલે છે અને જો તમે કોઈ સંતોષની ક્ષણની સાથે આનંદ અને સમાધિના ક્ષણની સાથે એકાત્મ થાઓ છો તો તમે બીજી બારી ખોલી રહ્યા છો. અસ્તિત્વ તો ત્યાં જ છે પરંતુ તમારી બારીઓ અલગ-અલગ છે. જયાં જયાં જે કોઈ કૃત્યમાં સંતોષ મળતો હોય તેને વાસ્તવિક કરો. શરત, જયાં પણ સંતોષ મળે એને જીવો. તમો કોઈ મિત્રને મળો છો અને તમને પ્રસન્નતા અનુભવાય છે, તમને પોતાના પ્રેમી કે પ્રેમિકાને મળીને સુખ અનુભવ થાય છે તે અનુભવને વાસ્તવિક બનાવો. તે ક્ષણે સુખ માત્ર થઈ જાઓ અને તે સુખને દ્વાર/માર્ગ બનાવી લો. ત્યારે તમારું મન પરિવર્તિત થવા લાગશે અને તમે સુખ ભેગું કરવા માંડશો ત્યારે તમારું મન હકારાત્મક થવા માંડશે અને આ જ જગત તમને અલગ દેખાવા લાગશે.

(ઓશો : તંત્ર સૂત્ર પુસ્તકમાંથી સૌજન્ય : ઓશો ઈન્ટરનેશનલ ફાઉન્ડેશન, પુણે.)

મહિમા જેઠ માસનો – અધિક માસનો

ધર્મ મર્મ

શ્રીજીવ વ્યાસ

જેને માટે કહેવાય છે કે,'અધિકસ્ય અધિકમ્ ફલમ' એવો અધિક મહિનો આગામી તારીખ 17 મીને રવિવારથી શરૂ થઈ રહ્યો છે. આ વર્ષે જેઠ માસ અધિક માસ છે. આ અગાઉ વર્ષ 2023માં શ્રાવણ મહિનો અધિક હતો, તો વર્ષ 2020 માં આસો મહિનો અધિક હતો. અધિક માસમાં ભક્તિ, દાન, પુણ્ય કરવાથી અધિક ફળ પ્રાપ્ત થતું હોવાની પરંપરાગત માન્યતા છે તેથી અધિક મહિનાનું મહત્ત્વ વધુ છે. આ મહિના સાથે બે મુખ્ય પાસા એક ખગોળીય તથા પંચાંગ અનુસાર ગણતરી અને જન સમુદાયને ભક્તિ માર્ગે વાળી આત્મકલ્યાણ માટે પ્રવૃત્ત રાખવાનું આયોજન આપણા દીર્ઘદ્રષ્ટા ઋષિ, મુનિ, શાસ્ત્રજ્ઞોએ કર્યું છે.

આ વર્ષે જેઠ માસ અધિક તો છે જ પરંતુ જેઠ મહિનાનું પોતાનું પણ આગવું મહત્ત્વ છે તે પહેલા જોઈશું પછી અધિક મહિનાના મહિમાની વાત.

જેઠ માસ હિન્દુ પંચાંગનો ત્રીજો મહિનો છે. આ મહિનો તારીખ 17 મીને રવિવારથી શરૂ થશે. રાબેતા મુજબ આ મહિનામાં ગરમી તેની ચરમ સીમા પર પહોંચે છે. જેઠ મહિનાને તપ, સંયમ, સેવાનો મહિનો માનવામાં આવે છે. આ માસમાં જલદાન, વ્રત પૂજા-પાઠનો, પાણીની પરબ બેસાડવાનો વિશેષ મહિમા છે. જેષ્ઠ મહિનો લોકભાષામાં જેઠ મહિનો કહેવાય છે. જેઠમાં સૂર્યદેવની સાથે સાથે વરૂણદેવની ઉપાસના શુભ ફળની પ્રાપ્તિ કરાવે છે. પૌરાણિક માન્યતા અનુસાર, જેઠ મહિનામાં ભગવાન શ્રીરામ સાથે હનુમાનજીની પહેલી મુલાકાત થઈ હતી એટલા માટે આ મહિનો હનુમાનજીની પૂજા માટે ખાસ મનાય છે. જેઠમાં શ્રીરામજી સાથે હનુમાનજીની પૂજા કરવી, હનુમાન ચાલીસાના પાઠ કરવા શુભ ફળદાયક ગણાય છે. જેઠ મહિનો અધિક હોવાથી બંને એકાદશી અનુક્રમે પદ્મિની એકાદશી અને પરમા એકાદશી કહેવાશે. તદુપરાંત ગંગા દશહરા વિશેષ ઉત્સવ છે. ગંગાસ્નાન, દર્શન, પૂજન વિશેષ રૂપે ભક્તો કરે છે કેમ કે ગંગાજી પાપનાશક અને મુક્તિદાતા ગણાય છે. જેઠ મહિનામાં સૂર્યપૂજાનું વિધાન છે. આ મહિનામાં સૂર્યદેવની તીવ્રતા વધી જાય છે તેથી સૂર્યદેવને અર્ધ્ય આપવાથી આરોગ્ય અને સમૃદ્ધિના આશીર્વાદ મળે છે. જેઠ મહિનાની તીવ્ર ગરમીમાં તીખા, તળેલા ખોરાકનું સેવન આરોગ્ય માટે હિતાવહ નથી પરંતુ શીતળતા પ્રદાન કરે તેવા આહાર-વિહાર કરવાનું વિધાન છે. જલદાન, પાણીની પરબ, છાશની પરબ બેસાડવાથી, પંખા, બુટચંપલ, છત્રી, માટલા, અન્નનું દાન કરવાથી હનુમાનજી પ્રસન્ન થાય છે. સૂર્યદેવની કૃપા પ્રાપ્ત થાય છે. ફરી મૂળ વાત અધિકમાસને પુરુષોત્તમ માસની ધાર્મિક ઓળખ મળી છે. તેને મલમાસ પણ કહેવાય છે. અધિક મહિનાના મહિમાનું વર્ણન પદ્મ પુરાણમાં છે. જ્યારે બૃહન્નારદીય પુરાણના 30 અધ્યાયોમાં આ અધિક પુરુષોત્તમ માસના મહિમાનું વર્ણન કરવામાં આવ્યું છે. તેના બીજા અધ્યાયમાં ભગવાન શ્રીકૃષ્ણે કહ્યું છે કે,

‘વર્ષ, માસ, દિવસ, પ્રહર, ઘડી, પળ, વિપળ બધા કાળના વિભાગો છે તેમ સમુદ્ર, નદી, તળાવ, કૂવા, ઝરણાં વગેરે જળના વિભાગો છે. આ બધા વિભાગોના દેવો- અધિષ્ઠાતાની કૃપાથી સુખ મળતું હોય છે. એવામાં સંજોગોવસાત એક વધારાનો માસ ઉત્પન્ન થયો પરંતુ આ માસના અધિષ્ઠાતા દેવ નહોતા, આથી લોકો આ માસને મલમાસ તરીકે ઓળખવા લાગ્યા અને મલિન માની ભક્તો તે માસમાં સત્કાર્ય કરતા નહીં કેમ કે આ માસમાં સૂર્ય એક જ રાશિમાં રહેતો હતો તેથી લોકો તેને નિંદાપાત્ર ગણતા. આમ હડધૂત થયેલો ‘મલમાસ’ ખૂબ નિરાશ થયો અને હતાશામાં તે મારી પાસે વૈકુંઠલોકમાં આવ્યો. અશ્રુભીની આંખે બોલવા સાથે પોતાની વ્યથા, દુઃખ વર્ણવ્યાં અને અન્ય મહિનાઓની જેમ મારો પણ અધિષ્ઠાતા દેવ સ્થાપિત કરો જેથી લોકો મને મલમાસ કહી ધુતકારે નહીં. પરમ કૃપાળુ ભગવાને પોતાના ગુણો, કીર્તિ, પ્રભાવ, ઐશ્વર્ય, પરાક્રમ બધા ગુણોનું દાન મલમાસને આપ્યું અને કહ્યું કે, લોકમાં તેમ જ વેદમાં ‘મારું પુરુષોત્તમ’ નામ જાણીતું છે. હું આ મલમાસને તે નામાભિધાન આપું છું. તેનો સ્વામી હું છું. મારી સમાનતા પામી આ મલમાસ બીજા બધા મહિનાઓમાં ‘શ્રેષ્ઠ’ થશે. પૂજનીય અને વંદનીય બનશે. આની જે કોઈ પૂજા કરશે તે દારિદ્રમુક્ત થશે. આ માસમાં તીર્થ, સ્નાન, દાન, વ્રત, ભક્તિ કરનારા સુખી થશે અને મુક્તિ પામશે. પુરુષોત્તમ માસની પૂજા, વ્રત,અનુષ્ઠાન કરનાર આધિ વ્યાધિ, ઉપાધિથી મુક્ત બની મારા પરમધામને પાત્ર બનશે.’ પુરુષોત્તમ માસના મહિમાની સાથે સંકળાયેલ કથા બૃહન્ન નારદીય પુરાણમાં વિગતે વર્ણવી છે, તે સાથે લોકો માટે સરળ બોધદાયક અને ધર્મપરાયણ બનાવતી ‘કાંઠા ગોરમા’ના પૂજન અને મહિમાની કથા સાંકળી લેવામાં આવી છે જેનું શ્રવણ-પઠન અધિક માસમાં સૌથી વિશેષ કરવામાં આવે છે. પુરુષોત્તમ અધિક માસના પર્વમાં પદ્મિની એકાદશી, પરમા એકાદશી, વ્યતિપાત વ્રત, વૈધૃતિ વ્રત, દ્વાદશ વ્રત, પંચરાત્રિ વ્રત, પૂર્ણિમા વ્રત, અમાસનું વ્રત વગેરે વ્રતો આવે છે. પંચરાત્રિ વ્રત એકાદશીથી અમાસ સુધીનું હોય છે. આ વ્રત, ઉપવાસ ભાવિકો કરતા હોય છે. પુરુષોત્તમ માસની પૂનમ પવિત્ર ફળદાયક, સિદ્ધિદાયક હોવાથી ભક્તો વિશેષ રૂપે કરે છે. પુરુષોત્તમ માસની અમાસ ‘મહાપર્વ’ ગણાય છે. આ માસમાં કરેલ વ્રત, સ્નાન, દાન, ભક્તિ હજાર ગણાં ફળદાતા ગણાય છે. આ દિવસે વ્રતનું ઉદ્યાપન કરવામાં આવે છે. પુરુષોત્તમ માસમાં ભગવાનને તુલસીપત્ર ચઢાવવાનો મહિમા વિશેષ હોવાથી પુરુષોત્તમ સહસ્ત્રનામ બોલીને તુલસી ચઢાવવામાં આવે છે. વિષ્ણુસહસ્ત્રનામ પાઠ કરવાનું પણ વિધાન છે. ધર્મશાસ્ત્રમાં અધિક માસને ‘પાવન પુરુષોત્તમ માસ’ કહેવામાં આવે છે પરંતુ ‘મુહૂર્ત શાસ્ત્ર’માં તેને ‘મલમાસ’ કહ્યો હોવાથી આ માસમાં લગ્ન, જનોઈ, વાસ્તુ કે અન્ય માંગલિક પ્રસંગોનાં મુહૂર્ત હોતાં નથી. અધિક માસ દરમિયાન જ્ઞાન, સત્કર્મો, ભક્તિ, ઉપવાસ તથા સદવાચનનો મહિમા પણ છે. અધિક માસમાં ઈષ્ટદેવની ભક્તિ, પુરુષોત્તમ સહસ્ત્રનામ કરવા. ભગવાન વિષ્ણુને માત્ર તુલસીપત્ર ચડાવી સંતોષ નહીં માનવો પરંતુ તુલસીના રોપા, છોડનું દાન તેમ જ તેને ઉછેરવાનો પણ મહિમા છે. દરિદ્ર નારાયણની સેવાને પ્રભુ સેવા સમજી તે અનુસાર સત્કર્મો કરવા.

> **પૌરાણિક માન્યતા અનુસાર, જેઠ મહિનામાં ભગવાન શ્રીરામ સાથે હનુમાનજીની પહેલી મુલાકાત થઈ હતી એટલા માટે આ મહિનો હનુમાનજીની પૂજા માટે ખાસ મનાય છે. જેઠમાં શ્રીરામજી સાથે હનુમાનજીની પૂજા કરવી, હનુમાન ચાલીસાના પાઠ કરવા શુભ ફળદાયક ગણાય છે**

‘ઈદં ન મમ’.

(ક્રમશઃ)