સત્સંગ
ગુજરાતમિત્ર તથા ગુજરાતદર્પણ

‘સ્મરણ’નો મહિમા

ધર્મ મર્મ
શ્રીજીવ વ્યાસ

‘સ્મરણ’ માત્રથી સંતોષ પામનાર, પુણ્યની પ્રાપ્તિ કરાવનાર, કષ્ટ હરનાર દેવદેવીઓ પણ છે. જેમ કે આપણી પતિત પાવની તાપી માતા માટે ‘ગંગા સ્નાને, યમુના પાને, નર્મદા દર્શને અને તાપી ‘સ્મરણે’. તાપીનું સ્મરણ માત્ર પુણ્યદાયી છે. દત્ત માલા મંત્રમાં ‘સ્મરણ માત્ર સંતુષ્ટાય’. દત્તાવતારી સમર્થ સદગુરુ શ્રી ગજાનન મહારાજ અષ્ટોત્તરશત નામાવલીમાં પણ ‘સ્મરણ માત્ર સંતુષ્ટાય નમઃ’ તો પૂ. રંગ અવધૂત ‘બાપજી’ની ખૂબ જાણીતી અને અનુભૂત શ્રી દત્ત બાવનીમાં ‘સ્મતૃઁગામી કલિતાર કૃપાળ’, સ્મરણ માત્રથી કળિયુગમાં ભક્તોની વહારે આવે છે. દત્ત બાવનીમાં જ-’આધિ વ્યાધિ,ઉપાધિ સર્વ, ટળે ‘સ્મરણ’ માત્રથી સર્વ!, મૂઠચોટ ના લાગે જાણ, પામે નર ‘સ્મરણે’ નિર્વાણ’. ગોસ્વામી શ્રી

તુલસીદાસજી રચિત ખૂબ જ લોકપ્રિય અને અનુભૂત ‘હનુમાન ચાલીસા’માં પણ ‘સુમિરૌં પવન કુમાર’, ‘સંકટ કટૈ મિટૈ સબ પીરા, જો સુમિરૈ હનુમત બલબીરા’.

પૂ.અવધૂતજી વિરચિત પાપનાશન સ્તોત્રમ્ માં ‘શ્રીગુરુદેવ અવધૂતઃ પ્રત્યક્ષં પરમેશ્વરમ્ સાયં પ્રાતઃ ‘સ્મરે’ નિત્યં સર્વ પાપનાશનમ્’.

કરુણાનિધિ, ભોલેનાથ શિવ-શંકરનું એક નામ ‘આશુતોષ.’ (જલ્દીથી ભક્તો પર રીઝનાર ગણાય છે.) ‘દ્વાદશ જ્યોતિર્લિંગ સ્તોત્ર’ની અંતિમ પંક્તિમાં બાર જ્યોતિર્લિંગોનું સાંજ-સવાર સ્મરણ કરવાની ફલશ્રુતિમાં કહ્યું છે કે, ‘સપ્તજન્મકૃતં પાપં ‘સ્મરણેન’ વિનશ્યતિ’ અનુભૂત શ્રી વિષ્ણુ સહસ્ત્રનામની તો પહેલી પંક્તિમાં જ ‘યસ્ય સ્મરણમાત્રેણ જન્મસંસાર બંધનાત્ વિમુચ્યતે નમસ્તસ્મૈ વિષ્ણુવે પ્રભવિષ્ણવે’.

આ બધાં ‘સ્મરણ’નો મહિમા દર્શાવતાં કેટલાંક ઉદાહરણો છે. આવી સ્તુતિ કે સ્તોત્રના રચયિતા ઋષિ-મુનિ, સિદ્ધ સંતો, તપસ્વીઓ, યોગીઓ, અવધૂતોએ ખાલી અમસ્તું જ આમ નથી લખ્યું. તેમાં તેમના તપ, સાધના, અનુભૂતિનું બળ સમાયેલું હોય છે એટલે શ્રદ્ધાપૂર્વક નિષ્ઠાથી ‘સ્મરણ’- શ્રવણ કરનારને ફળદાયી બને છે. કેટલીક સ્તુતિ સ્તોત્ર ઉદાહરણ તરીકે ગણપતિ અથર્વશીર્ષ કે સિદ્ધ કુંજિકા સ્તોત્ર જેવામાં તો સ્પષ્ટ લખ્યું હોય છે ‘અભક્ત’ અથવા શ્રદ્ધા વગરનાને આ સ્તુતિ કે સ્તોત્ર આપવું નહીં અને મોહવશ આપવામાં આવે તો આપનાર અને લેનાર બંનેને પાપ લાગે, બંનેનું અહિત થાય.

ફરી ‘સ્મરણ’ની વાત પર આવીએ ‘યસ્ય સ્મરણ માત્રેણ’ માત્ર સ્મરણ માત્રથી અહીં ‘સ્મરણ’ નો અર્થ માત્ર જીભથી નામ લેવાનો કે કોઈને યાદ કરવાનો નથી. શાસ્ત્રોમાં સ્મરણની પરાકાષ્ઠાને ‘તન્મયતા’ કહેવામાં આવી છે એટલે કે જ્યારે ભક્ત અને ભગવાન વચ્ચેનું અંતર દૂર થઈ જાય. ‘જન્મ સંસાર બંધનાત્’ સંસારના બંધનોથી મુક્તિ. હિન્દુ તત્ત્વદર્શનમાં આ દુનિયા-સંસારને એક ચક્ર માનવામાં આવ્યું છે. જન્મ, મૃત્યુ, કર્મ અને ફરી પુનર્જન્મ. આપણે સહુ આપણાં કર્મો, ઈચ્છાઓ, મોહ અને અજ્ઞાનતાનાં બંધનોમાં બંધાયેલા છીએ.’વિષ્ણવે પ્રભુ વિષ્ણવે’ સર્વવ્યાપી અને સર્વ શક્તિમાન પ્રભુ વિષ્ણુ- વિષ ધાતુ પરથી બન્યું છે, જેનો અર્થ દરેક કણમાં વ્યાપ્ત છે, તે માત્ર વૈકુંઠમાં નથી પરંતુ આપણી ભીતર અને આ બ્રહ્માંડના દરેક પરમાણુમાં છે. પ્રભુ વિષ્ણવેનો અર્થ છે જે અત્યંત શક્તિશાળી છે અને જેના થકી આ આખા બ્રહ્માંડની ઉત્પત્તિ અને વિકાસ થાય છે. આનો ગૂઢ સંદેશ એ છે કે મુક્તિ પામવા માટે કોઈ અત્યંત આકરા- કઠણ માર્ગની જરૂર નથી. જો કોઈ જીવ પૂર્ણ સમર્પણ અને શુદ્ધ અંતઃકરણથી તે સર્વવ્યાપી પરમાત્માનું ધ્યાન સ્મરણ કરે તો તે આ જીવનમાં દુનિયાનાં દુઃખો, બંધનો અને ચિંતાઓથી મુક્ત બની પરમ શાંતિ પ્રાપ્ત કરી શકે છે એટલે જેના સ્મરણ માત્રથી જે માનવ જીવનનું બંધન છે, મૃત્યુલોકમાં આવવાજવાનો ક્રમ છે, જે બંધન છે તે માત્ર ભગવાન શ્રી વિષ્ણુના નામ સ્મરણ કરવાથી દૂર થાય છે. જન્મ- મરણના ફેરામાંથી મુક્ત થઈ જાય છે. આપણે તો માત્ર પાઠ કરી શકીએ છીએ એટલા માટે ભગવાને સ્વયં તેને વધુ આસાન કરી દીધું કે માત્ર સ્મરણ કરી લો કે શ્રવણ કરી લો એટલામાં જ સમસ્ત બંધનોથી મુક્તિ પામશો. મુખ્ય વાત એ છે કે, સ્મરણ આપણે કોનું કરી શકીએ? તો જેની સ્મૃતિ પહેલેથી જ આપણા ચિત્તમાં બિરાજમાન હોય, જેનું ચિત્ર આપણા મન મસ્તિષ્કમાં, હૃદયમાં પહેલેથી જ વસ્યું હોય તેનું જ તો સ્મરણ આપણે કરી શકીએ છીએ એટલા માટે કહે છે કે, માત્ર તેના ‘સ્મરણ’ માત્રથી જ જીવનફળ પ્રાપ્ત થઈ જાય છે. ભગવાન શ્રી વિષ્ણુનું સ્મરણ હોય કે ભગવાન શિવ કે હનુમાનનું સ્મરણ હોય તેમની સ્મૃતિ આપણા દિલ- દિમાગમાં અનિવાર્ય રીતે હોવી જોઈએ. ‘ઈદં ન મમ’.

> મુક્તિ પામવા માટે કોઇ અત્યંત આકરા- કઠણ માર્ગની જરૂર નથી, જો કોઇ જીવ પૂર્ણ સમર્પણ અને શુદ્ધ અંતઃકરણથી તે સર્વવ્યાપી પરમાત્માનું ધ્યાન સ્મરણ કરે તો તે આ જીવનમાં દુનિયાનાં દુઃખો, બંધનો અને ચિંતાઓથી મુક્ત બની પરમ શાંતિ પ્રાપ્ત કરી શકે છે

અધરું વ્રત

માધવ મલ્હાર
તપન ત્રિવેદી

ભારતીય સનાતન ધર્મમાં પરમ તત્ત્વની પ્રાપ્તિના અનેક માર્ગોનું નિદર્શન કરાયું છે. અનેક વ્રતોનું મહત્ત્વ સ્વીકારાયું છે. દરેક જણ પોતાને અનુકૂળ અને યોગ્ય લાગે તે વ્રતનું આચરણ કરે છે. એક ગામમાં માધવદાસની રામકથા ચાલી રહી હતી. લોકો શ્રધ્ધાપૂર્વક કથાનું રસપાન કરી રહ્યાં હતાં. કથાના સમય બાદ રાત્રે સત્સંગ-પ્રશ્નોત્તરીના કાર્યક્રમનું આયોજન કરવામાં આવ્યું હતું.

આવા જ એક કાર્યક્રમ દરમ્યાન એક સન્નારીએ પ્રશ્ન પૂછયો કે ‘‘મહારાજ, ભગવાનની પ્રાપ્તિ માટે અઘરામાં અઘરું વ્રત કયું? જે કરવાથી ભગવાન સરળતાથી અને સહજતાથી મળી જાય. એવું કોઇ અઘરું વ્રત હોય તો મને સમજાવો.

માધવદાસે કહ્યું, ‘‘બહેન, સંયુકત કુટુંબમાં રહીને બધાની સેવા કરવી. સાસુ-સસરાને પોતાનાં જ માતા-પિતા સમજીને તેમની સેવા કરવી. તેમનાં સૂચનોનું પાલન કરવું. નણંદ, દિયર, જેઠ વગેરેને પોતાનાં જ ભાઇ-બહેનો સમજી તેઓની સાથે માન-મર્યાદા જાળવી આત્મીયતાપૂર્વક વ્યવહાર કરવો. કુટુંબમાં સ્નેહ, સંપ અને શાંતિ જળવાઇ રહે તેની કાળજી રાખવી. કોઇ પણ કંઇ પણ કહે તો સહન કરી લેવું. મૌન ધારણ કરવું. એકમેકની સગવડો સાચવવી અને એકમેકને અનુકૂળ થઇ સાંસારિક જીવન જીવવું અને જે સમય મળે તેમાં પોતાના ઈષ્ટનું સ્મરણ કરવું. ઘરની, કુટુંબની જવાબદારીને બાજુ પર મૂકી દેવદર્શને ચાલ્યા જવું કે પૂજા-પાઠમાં વ્યસ્ત રહેવું તે યોગ્ય નથી. ધર્મનું, આધ્યાત્મિકતાનું, પરમ તત્ત્વની પ્રાપ્તિનું, સંસારજીવનનું આ અઘરામાં અઘરું વ્રત છે. જેણે આ વ્રતનું જીવનમાં સતત આચરણ કર્યું છે તેણે કયાંય કોઇ મંદિરમાં જવાની જરૂર નથી. ઘરને જ મંદિર બનાવો. એમાં સ્નેહ, સમર્પણ, આત્મીયતા, માનવતા, જવાબદારીના પંચાયતન દેવતાની સ્થાપના કરો અને પ્રભુની પ્રસન્નતાનો અનુભવ કરો.’’

માધવદાસ મહારાજ એકી શ્વાસે બોલી ગયા. તેમની વાણીમાં અનોખો વેગ વર્તાતો હતો. વાતાવરણમાં સ્તબ્ધતા છવાઇ ગઇ હતી. વાતને આગળ વધારતાં માધવદાસે કહ્યું, ‘‘તમે સૌ રામકથા સાંભળી રહ્યાં છો. એનું ઘેર જઇ મનન ચિંતન કરો. ઘરમાં, કુટુંબમાં સ જા ત ા સંજોગોમાં કેવી રીતે વર્તવું તે આ કથાના માધ્યમ દ્વારા સમજવાનો પ્રયાસ કરજો. માત્ર પ્રયાસ જ નહીં, તે મુજબ એનું આચરણ પણ કરજો. તમને તમારા જીવનમાં, કુટુંબમાં કેવાં સ્નેહ,શાંતિ, સંપનો અનુભવ થાય છે તે જોજો. ભાઈઓ અને બહેનો, કથામાં બેસવું પૂરતું નથી. કથા તમારામાં બેસે તે જરૂરી છે. આથી તમે તમારા દિલમાં રામ, સીતા, લક્ષ્મણ, કેવટ, વિભીષણ, હનુમાન, શબરીને પ્રસ્થાપિત કરો. રામ પ્રસન્ન થશે. રામ અવશ્ય આવશે. એનું આગમન અનુભવગમ્ય છે. જીવનની સહજતા, સરળતા, સુખમાં રામને, રામની શક્તિના પ્રવર્તનને સમજવાનો, જોવાનો અનુભવ કરજો. ભાઈઓ અને બહેનો, માત્ર ઉપવાસ કરવાથી કે દેવદર્શન કરવા માત્રથી જ વ્રતની ઈતિશ્રી નથી. વ્રત એ તો મનની ક્રિયા-પ્રક્રિયા-પ્રતિક્રિયા છે. માનવતા જેવું કોઈ વ્રત નથી અને તે અઘરામાં અઘરું વ્રત છે.

માધવદાસે સમજાવેલી વ્રતની વાત આજના સમયને અનુરૂપ છે. પ્રત્યેક વ્યક્તિએ સમજવાની જરૂર છે. માધવદાસના જણાવવા પ્રમાણે ઘર જેવું અન્ય મંદિર નથી. માનવતા જેવો કોઈ ધર્મ નથી. સ્નેહ, સમર્પણ અને આત્મીયતા જેવું કોઈ તપ નથી. સહનશીલતા મંદિરનો ઉંબરો છે. જવાબદારી એનો મોભ છે.

મનુષ્યજીવન સ્વયં એક જવાબદારી છે. સમર્પણ એનું આભૂષણ છે. સ્નેહ સંયુક્ત કુટુંબની આધારશિલા છે. આજે સ્વતંત્રતા અને અંગતતાના નામે વ્યક્તિ માતા-પિતા, ભાઈ-બહેનો, સ્નેહીઓથી અલગ થતો જાય છે. સંયુક્ત કુટુંબો વિભક્ત બનતાં જાય છે. માણસનું મન સંકુચિત થતું જાય છે. અલગતા, અંગતતાના આધારે માણસ રામને મેળવવા મથે છે. આ બાબત સહેજ પણ યોગ્ય નથી. આથી જ સનાતન ધર્મ સંક્ષુબ્ધ બની ગયો છે. સનાતન સત્યને સ્વીકારે છે. એ સત્ય વૈયકિતકથી માંડીને સમષ્ટિ સુધી વિસ્તરેલું છે. આપણાં રામાયણ, મહાભારત, ભાગવત, ભગવદ્ ગીતા સનાતન ધર્મનાં વિવિધ પાસાંને ઉજાગર કરે છે. વ્રત એ સનાતન ધર્મનું એક પાસું છે. ઘરને રેઢું મૂકી આચરેલો ધર્મ કદી ફળદાયી થતો નથી. આથી ઘરનાં તમામ સભ્યોને, વડીલોને પ્રેમ કરો, આદર આપો. સેવા કરો. જાતને, જીવનને, ઘરને ઉજ્જવળ અને ઉન્નત કરવું એ જ સૌથી મોટું અને અઘરું વ્રત છે.

> માત્ર ઉપવાસ કરવાથી કે દેવદર્શન કરવા માત્રથી જ વ્રતની ઇતિશ્રી નથી, વ્રત એ તો મનની ક્રિયા-પ્રક્રિયા-પ્રતિક્રિયા છે, માનવતા જેવું કોઇ વ્રત નથી અને તે અઘરામાં અઘરું વ્રત છે