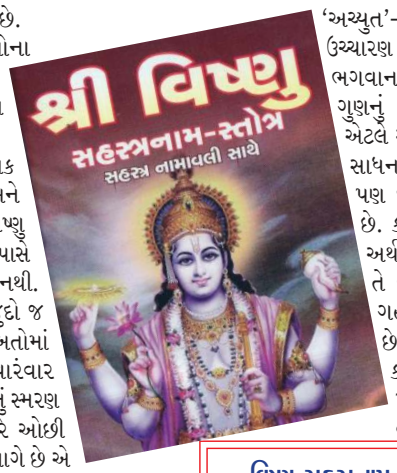
શ્રી વિષ્ણુ સહસ્રનામનો વાસ્તવિક ઉદ્દેશ

હિંદુ સમાજમાં ઈશ્વરીય સ્તુતિની કેટલીક રચનાઓ એટલી લોકપ્રિય અને પ્રચલિત છે કે તે શિવ, શાક્ત, ગાણપત્ય,રામ, કૃષ્ણ વગેરેના ઉપાસકો પણ શ્રદ્ધાપૂર્વક ઉત્સાહથી ગાય છે કે તેના સમૂહગાનમાં જોડાય છે. જેમ કે હનુમાન ચાલીસા, દત્તબાવની, રામચરિત માનસનો સુંદરકાંડ, શ્રી વિષ્ણુ સહસ્રનામના સામૂહિક પઠન માટે મંડળ ચાલે છે. શ્રી લલિતા સહસ્રનામનો પાઠ પણ ઘણા ભક્તો સમૂહમાં કરે છે. કેટલાક ભક્તો દત્ત બાવની, હનુમાન ચાલીસા,શ્રી વિષ્ણુ સહસ્રનામ નિત્ય નિયમથી કરે છે, તો મંડળો ગુરુવારે દત્ત બાવની, મંગળવારે- શનિવારે હનુમાન ચાલીસા, સુંદરકાંડના પાઠ કરે છે. શ્રી વિષ્ણુ સહસ્રનામ રવિવારે કરતા હોય છે. આ સ્વાભાવિક ક્રમ છે. આ સ્તુતિઓ પર ખૂબ લખી શકાય કેમ કે તે અનુભૂત છે.

આજે વાત શ્રી વિષ્ણુ સહસ્રનામની કરવાની છે. વિષ્ણુ સહસ્રનામનું મહત્ત્વ ખૂબ ગહન અને વ્યાપક છે એટલે કે તે ભગવાન શ્રી વિષ્ણુના એક હજાર દિવ્ય નામોનો માત્ર સંગ્રહ નથી પરંતુ ભગવાનના સ્વરૂપ, ગુણ, શક્તિ, તત્ત્વ અને તેની સાથે જીવનના સંબંધનું આધ્યાત્મિક નિરૂપણ છે. વિષ્ણુ સહસ્રનામનું સૌથી પ્રસિદ્ધ અને પ્રમાણિત સ્વરૂપ મહાભારતના અનુશાસન પર્વમાં જોવા મળે છે. મહાભારતના યુદ્ધ બાદ જ્યારે ભીષ્મ પિતામહ બાણશૈયા પર હતા ત્યારે યુધિષ્ઠિરે તેમને ધર્મ, જીવન કલ્યાણ સાથે સંબંધિત ખૂબ મહત્ત્વના પ્રશ્ન કર્યા. યુધિષ્ઠિરે પૂછ્યું કે, ''દુનિયામાં સર્વોચ્ચ દેવ કોણ છે? મનુષ્ય કોની સ્તુતિ અને આરાધના કરી પરમ કલ્યાણ પ્રાપ્ત કરી શકે?'' તેના ઉત્તરમાં ભીષ્મ પિતામહે ભગવાન શ્રી વિષ્ણુ સહસ્રનામોનો ઉપદેશ આપ્યો. વિષ્ણુ સહસ્રનામ માત્ર સ્તોત્ર નથી પરંતુ ભીષ્મપિતા દ્વારા ધર્મ, ભક્તિ અને આધ્યાત્મિક સાધનાનો અમૂલ્ય ઉપદેશ છે. 'સહસ્ર'- હજાર નામ માત્ર ગણનાના રૂપમાં નથી પરંતુ હિન્દુ આધ્યાત્મિક પરંપરામાં અનેક વાર 'સહસ્ર'નો અર્થ 'અનંતતા' અને 'અસંખ્ય' દિવ્ય ગુણોનો પણ થાય છે. ભગવાનના દરેક નામમાં તેના કોઈ વિશેષ તત્ત્વ કે ગુણનો સંકેત મળે છે. જેમ કે વિશ્વમ્ - જે સંપૂર્ણ વિશ્વના રૂપમાં વિદ્યમાન છે. વિષ્ણુ: - જે સર્વત્ર વ્યાપક છે. ભૂતભવ્યભવત્પ્રભુ- જે ભૂત,ભવિષ્ય અને વર્તમાનના પ્રભુ છે.



પૂતાત્મા- જેનું સ્વરૂપ પરમ પવિત્ર છે. પરમાત્મા- જે સમસ્ત જીવોના અંતરસ્થિત પરમતત્ત્વ છે.

મુક્તાનાંપરમાગતિ- જે મુક્ત જીવોની પરમ ગતિ છે.

આ રીતે દરેક નામની અંદર એક દાર્શનિક અર્થ, સાધનાનો માર્ગ અને ભગવાનના સ્વરૂપનો સંકેત છે. વિષ્ણુ સહસ્રનામનો પાઠ માત્ર ભગવાન પાસે સાંસારિક ઈચ્છાઓ માંગવા માટે નથી. તેનો સૌથી મહત્ત્વનો ગહન હેતુ જુદો જ છે. મન સ્વાભાવિક રીતે અનેક બાબતોમાં ભટકતું રહે છે. સહસ્રનામમાં વારંવાર ભગવાનના નામ, ગુણ અને સ્વરૂપનું સ્મરણ કરવાથી મનની ચંચળતા ધીરે ધીરે ઓછી થઈને દિવ્ય વિષયમાં કેન્દ્રિત થવા લાગે છે એ દૃષ્ટિએ સહસ્રનામ એટલે નામસ્મરણ, ધ્યાન, સ્તુતિ, આત્મચિંતન આ ચારેય સાધનાઓનો સુંદર સમન્વય છે. નિયમિત શ્રદ્ધાપૂર્વક પાઠ કરવાથી ભક્ત સાધકની અંદર અનેક પ્રકારના સકારાત્મક સંસ્કાર વિકસિત થાય છે. પહેલું, તો ચિત્તની શુદ્ધિ. ભગવાનનાં નામોનું ચિંતન મનને સાત્ત્વિક વિચારો તરફ દોરી જાય છે અને બીજું, લગાતાર નામોનાં ઉચ્ચારણ અને શ્રવણ મનને એકાગ્ર બનવાની ટેવ પાડે છે. જ્યારે મનુષ્ય મુશ્કેલ પરિસ્થિતિમાં ભગવાનના નામનું સ્મરણ કરે છે ત્યારે તેની અંદર ઈશ્વર પ્રતિ આશ્રય અને વિશ્વાસની ભાવના દ્રઢ થાય છે. સહસ્રનામમાં વારંવાર ભગવાનની મહત્તા અને આપણી મર્યાદાનો ખ્યાલ આવે છે. એથી 'હું જ કર્તા છું' એવો 'અહમ' ધીરે ધીરે નબળો પડતો જાય છે. આપણી ધર્મ પરંપરામાં 'નામ' અને 'નામી' વચ્ચે ખૂબ ગાઢ સંબંધ માનવામાં આવ્યો છે. જ્યારે આપણે કહીએ છીએ, 'ગોવિંદ', 'માધવ', 'કેશવ','નારાયણ', 'અચ્યુત'- તો આપણે માત્ર શબ્દોનું ઉચ્ચારણ નથી કરતા હોતા પરંતુ આપણે ભગવાનના કોઈ વિશિષ્ટ સ્વરૂપનું અને ગુણનું સ્મરણ કરતા હોઈએ છીએ એટલે સહસ્રનામનો પાઠ માત્ર વાણીની સાધના નથી પરંતુ સ્મૃતિની સાધના પણ છે. વાણી ભગવાનનું નામ લે છે. કાન તેને સાંભળે છે. બુદ્ધિ તેના અર્થનું ચિંતન કરે છે અને હૃદય તે ભાવને ગ્રહણ કરે છે. આ જ ગહનતા સાધકે સમજવાની હોય છે.વિષ્ણુ સહસ્રનામનો માત્ર પાઠ કરવો જ મહત્ત્વનો નથી. શ્રવણ પણ મહત્ત્વનું છે. જો કોઈ વ્યક્તિ જાતે પાઠ ન કરી શકે તો શ્રદ્ધાપૂર્વક સહસ્રનામનું શ્રવણ પણ ભગવાનના નામ અને ગુણોને ચિત્ત સાથે જોડવાનું માધ્યમ બની શકે. વિષ્ણુ સહસ્રનામના સામૂહિક પાઠથી એક વિશેષ આધ્યાત્મિક વાતાવરણ સર્જાય છે. જ્યાં વાણી, શ્રવણ, સ્મરણ અને ભાવના ચારેય એક સાથે ભગવાનની તરફ વળે છે. વિષ્ણુ સહસ્રનામની એક ખૂબ મહત્ત્વની વાત એ છે કે, તેમાં ભગવાનને માત્ર પૂજનીય દેવતાના રૂપમાં નહીં પરંતુ ધર્મના આધાર અને સમગ્ર સૃષ્ટિના પરમ તત્ત્વના રૂપમાં જોવામાં આવ્યા છે. નામના અર્થ પર ચિંતન કરતાં સાધકને સત્ય, ધર્મ, કરુણા, અહિંસા, સંયમ કેમ આવશ્યક છે? આપણે કર્તવ્યનું પાલન કેમ કરવું જોઈએ? અને જીવનનું અંતિમ લક્ષ્ય માત્ર ભૌતિક સુવિધાઓ પ્રાપ્ત કરવાનું નથી. આમ સહસ્રનામ ભક્તિ સાથે જીવનદર્શન પણ કરાવે છે. વિષ્ણુ સહસ્રનામની સાધનામાં વ્યક્તિ પોતાની ભાવના અનુસાર જોડાઈ શકે છે. કોઈ વ્યક્તિ સંકટમાં ભગવાનનું સ્મરણ કરે છે. કોઈ માનસિક શાંતિ માટે, કોઈ આધ્યાત્મિક ઉન્નતિ માટે અને કોઈ માત્ર ભગવાન પ્રત્યે પ્રેમને કારણે નામ લે છે પરંતુ સાધનાની સર્વોચ્ચ અવસ્થા એ છે કે, 'હું ભગવાનનું નામ કોઈ ફળ માટે નહીં પરંતુ ભગવાન પ્રત્યે પ્રેમ અને સમર્પણના કારણે લઉ છું' અને એ રીતે નામસ્મરણ ધીરે ધીરે ઉપાસનાથી આત્મ સમર્પણ તરફ આગળ વધે છે. એવી પરંપરા પણ છે કે વિષ્ણુ સહસ્રનામનો પાઠ સંકટ, રોગ, ભય, મુશ્કેલ પરિસ્થિતિઓમાં ખાસ કરવામાં આવે છે. એનો અર્થ એ નથી કે બીમાર વ્યક્તિ માટે તબીબી સારવારનો વિકલ્પ માનવામાં આવે પરંતુ તેનું આધ્યાત્મિક પાસું એ છે કે ભગવાનનું સ્મરણ વ્યક્તિને ધૈર્ય, આશ્રય, માનસિક સ્થિરતા અને આશાવાદી દ્રષ્ટિ પ્રદાન કરી શકે છે. ખાસ કરીને જ્યારે સંજોગો આપણા કાબૂ બહારના હોય ત્યારે સહસ્રનામ આપણને એ સ્મરણ કરાવે છે કે 'મનુષ્ય પ્રયાસ તેના હાથમાં છે, પરિણામ પરમ સત્તાને આધીન છે'. વિષ્ણુ સહસ્રનામની સાધનાનો વાસ્તવિક ઉદ્દેશ માત્ર હજાર નામો પૂરા કરવાનો નથી જ. આપણે સહસ્રનામ વાંચતા રહીએ અને મન ભગવાન સાથે જોડાવાને બદલે ગણતરીમાં લાગ્યું રહે તો સાધનાનો અર્થ નહીં સરે. એટલે દરેક નામ વાંચતી વખતે આપણે થોડી પળો અટકી તેના અર્થમાં ઉતરીએ તો સહસ્રનામ આપણે માટે એક આધ્યાત્મિક આત્મચિંતન બની શકે. વિષ્ણુ સહસ્રનામનો સૌથી સુંદર બોધ-સંદેશ એ જ છે કે ભગવાનના નામનું સ્મરણ કરતાં- કરતાં આપણું મન ભગવાનના ગુણોનું ચિંતન કરવા લાગે અને ભગવાનના ગુણોનું ચિંતન કરતાં- કરતાં આપણું જીવન પણ તેના ગુણો તરફ આગળ વધતું રહે. 'ઈદં ન મમ'.

વિષ્ણુ સહસ્રનામ માત્ર સ્તોત્ર નથી પરંતુ ભીષ્મપિતા દ્વારા ધર્મ, ભક્તિ અને આધ્યાત્મિક સાધનાનો અમૂલ્ય ઉપદેશ છે. 'સહસ્ર'- હજાર નામ માત્ર ગણનાના રૂપમાં નથી પરંતુ હિન્દુ આધ્યાત્મિક પરંપરામાં અનેક વાર 'સહસ્ર'નો અર્થ 'અનંતતા' અને 'અસંખ્ય' દિવ્ય ગુણોનો પણ થાય છે.

ધર્મ મર્મ
શ્રીજીવ વ્યાસ

આત્મસંયમ અને ઉત્થાન

વહાલાં વાચકો, આ કોલમમાં છેલ્લા બે ભાગમાં 'શબ-પરીક્ષણનો પહેલો દસ્તાવેજ' વિશે વાંચ્યું. મને અંગત રીતે એ સમગ્ર હકીકત ઘણી સ્પર્શી ગઈ. આથી મેં તે આપ સમક્ષ રજૂ કરી. એમાંથી મને જે મુદ્દાઓ ધ્યાનમાં આવ્યા તે માણસના અસ્તિત્વ અને વ્યકિતત્વને માટે અનિવાર્ય છે જેથી તેની છણાવટ કરવાનો મારો ઉપક્રમ છે.

સૌથી પહેલો મુદ્દો છે અહંકારથી રાવણનું મૃત્યુ. આપણે ખૂબ જ સરળતાથી અને સહજતાથી આ વાત કહીએ છીએ પણ અહંકારની ભીતરમાં કેવું અને કેટલું ઘાતક તત્ત્વ રહેલું છે તેની સમજ મળે છે. આપણાં તમામ શાસ્ત્રો, ઋષિમુનિઓ, સંતો સમાજને સાત્ત્વિકતાનો, ધર્મનો, પવિત્રતાનો, પ્રામાણિકતાનો બોધ આપે છે. માણસમાં ષડ્રિપુઓ-કામ, ક્રોધ, લાભ, મોહ, ઈર્ષ્યા અને અહંકાર રહેલાં છે. એને નિયંત્રણમાં લેવાં, એના પર વિજય મેળવવાનું શાસ્ત્રોમાં ઠેર ઠેર જણાવાયું છે. રામાયણ, મહાભારત એનાં જવલંત ઉદાહરણો છે. માણસના ષડ્રિપુઓનું પ્રવર્તન માણસના આંતર સત્ત્વનો નાશ કરી દે છે. કામ અને ક્રોધ માણસને સત્ત્વહીન બનાવે છે. લોભ અને મોહ ન કરવાનાં કૃત્યો કરાવે છે. પ્રામાણિકતા, પવિત્રતા, નૈતિકતાનું વિસ્મરણ થાય છે. ઈર્ષ્યાનો અગ્નિ પહેલાં પોતાને જ બાળે છે.

આ સંદર્ભમાં મને એક સત્ય ઘટના યાદ આવે છે. એક સજ્જને બીજાં લગ્ન કર્યાં. સજ્જનને એક પુત્રી હતી. બીજી પત્ની પણ એક પુત્રીને લઈને આવી હતી. મારી દીકરી-તારી દીકરીના સંદર્ભમાં રોજ કલેશ થતો. એક દિવસ સજ્જને પોતાની પરિણીત પુત્રીને મળવા જવાની તૈયારી કરી. સાથે દીકરીને આપવા થોડી ચીજવસ્તુ લીધી અને પત્નીએ ઝઘડો શરૂ કર્યો. આવેશમાં આવી પત્ની ઘરમાં જ સળગી ગઈ. સારવારના અંતે મૃત્યુ પામી. ઈર્ષ્યા ભાવે આત્મવિનાશ વેર્યો. રાવણ, દુર્યોધન અહંકાર-પ્રવર્તનનાં સર્વોત્કૃષ્ટ ઉદાહરણો છે. રાવણ શિવનો પરમ ભકત હતો. જ્ઞાની હતો. પણ અહંકારે તેના સમગ્ર અસ્તિત્વ અને વ્યકિતત્વને અજગર ભરડો લીધો હતો. પરિણામે તે ધર્મ, નૈતિકતા, સારાસારનો વિવેક ચૂકી ગયો. જેને પરિણામે અને પ્રતાપે તેનામાં જે ભકિત, જે જ્ઞાન, જે સામર્થ્ય હતું તે નષ્ટ થઈ ગયું. તેનું ભીતર-આંતર સત્ત્વ અંતે નાશ પામ્યું. આ વાત કહેવામાં, લખવામાં સરળ અને સહજ લાગે છે તેટલી સરળ અને સહજ નથી. આપણને સૌને તે સતેજ-સતર્ક-સભાન કરે છે આપણા આંતર સત્ત્વને જાળવી રાખવા માટે.



માણસના સંજોગો તેને ષડ્રિપુઓ તરફ વાળે છે. વિવેક ભુલાવે છે, માનવતા વિસરાવે છે, ધર્મવિમુખ કરે છે પણ જો માણસમાં ઈશ્વર પ્રત્યે શ્રધ્ધા, શરણાગતિ હોય, ઈશ્વરનો ડર હોય, માનવતા હોય, જતું કરવાની ભાવના હોય તો ષડ્રિપુની કાલિમા માનવ અસ્તિત્વ-વ્યકિતત્વને કલુષિત કરી શકતી નથી. અભાવો વેઠી લેવાનો સ્વભાવ હોય તો ઈર્ષ્યા, અહંકાર માણસને સ્પર્શી શકતાં નથી. આપણે જ્યાં છીએ, જે પરિસ્થિતિમાં છીએ, તેમાં સંતોષ અને આનંદ માણીશું તો ઈર્ષ્યા-અહંકાર આપણને અડવા નહીં આવે. માણસમાં જ્યારે ષડ્રિપુઓનું પ્રવર્તન થાય છે ત્યારે અસ્તિત્વમાં એક પ્રકારનાં ઝેરી તત્ત્વો ઉત્પન્ન થાય છે, જેનાથી માણસની વિચારશકિત કુંઠિત થઈ જાય છે. તે શારીરિક, માનસિક અશકિત અનુભવે છે. આથી અભાવો વેઠી લઈશું, સંઘર્ષથી દૂર રહીશું તો માનસિક શાંતિ અને સ્વસ્થતા જળવાઈ રહેશે. જીવનની અનેક સમસ્યાઓને આપણે શાંતિ અને સ્વસ્થતાથી ઉકેલી શકીશું, સહન કરી શકીશું, એમાંથી બહાર નીકળવાનો માર્ગ મળશે તેમ છતાં પરિસ્થિતિ યથાવત્ જ રહે તો તેની વિષમતા જીવનને હચમચાવી નહીં શકશે. આથી પ્રભુને પ્રાર્થના કરીએ કે અમને તમામ અસત્ તત્ત્વોથી દૂર રાખજે.

બીજો મુદ્દો છે રાવણના પિતા વિશ્રવા ઋષિકુળના અને માતા કૈકેસી મયાસુરની પુત્રી. આથી દૈવી અને આસુરી તત્ત્વોથી ભરેલા અસ્તિત્વમાં અધર્મનો આશ્રય આવતાં આસુરી તત્ત્વનો વિજય થયો-વિનાશ થયો. આ હકીકત મારી દૃષ્ટિએ આપણી લગ્ન પરંપરા, દામ્પત્યજીવન પર વિશેષ પ્રકાશ પાડે છે. આપણે ત્યાં લગ્ન પહેલાં વર-કન્યાનાં ઘર વગેરે જોવાની પ્રથા છે. જ્ઞાતિમાં લગ્ન કરવાનો આગ્રહ સેવાતો. બે સાત્ત્વિક પ્રકૃતિનાં શરીર, આત્મા, પરિવારનું મિલન સ્વસ્થ, પ્રસન્ન દામ્પત્યનું નિર્માણ કરે છે. આજના સમયમાં જ્ઞાતિને પ્રાધાન્ય અપાતું નથી અને પ્રેમલગ્નો યોજાય છે. સાંપ્રત સમયને અનુસરી તેનો સ્વીકાર કર્યા પછી પણ દામ્પત્યજીવનમાં સાત્ત્વિકતા, પવિત્રતા, નૈતિકતા, ઈષ્ટનું સ્મરણ અને આધ્યાત્મિકતાનું અનુસરણ અનિવાર્ય છે જે એક નવી સાત્ત્વિક પેઢીનું નિર્માણ કરશે. આથી દામ્પત્યની કેડીએ પ્રયાણ કરતાં પહેલાં અને પછી પણ આ અને આવી બાબતો ધ્યાનમાં રાખવી જરૂરી છે જેથી તે એક સ્વસ્થ સમાજ અને રાષ્ટ્રનું નિર્માણ કરશે અને આગળ જતાં વિશ્વશાંતિમાં એનું યોગદાન મળશે.

ત્રીજો મુદ્દો છે જિંદગીની અંતિમ ક્ષણોને નજરમાં રાખીને જ ઈશ્વર અને અધ્યાત્મપરાયણ જીવન જીવવાનો ઉપક્રમ જરૂરી જ નહીં, અનિવાર્ય પણ છે. રાવણના મૃતદેહના મંદોદરીએ કરેલા વર્ણન મુજબ કયારેક કોઈક માનવીના મૃતદેહને જોઈશું તો જણાશે કે તેના ચહેરા પર ઊંડી પ્રશાંતિ અને પ્રસન્નતાની આભા જોવા મળે છે, જેનું મૂળ કારણ સાત્ત્વિકતા અને પ્રામાણિકતા જ છે.

જો માણસમાં ઈશ્વર પ્રત્યે શ્રધ્ધા, શરણાગતિ હોય, ઈશ્વરનો ડર હોય, માનવતા હોય, જતું કરવાની ભાવના હોય તો ષડરિપુની કાલિમા માનવ અસ્તિત્વ-વ્યકતિત્વને કલુષિત કરી શકતી નથી

માણસ ભલે ગમે તેટલી ઉપાસના, જપ, ધ્યાન કરે પણ તેના જીવનમાં સાત્ત્વિકતા, પ્રામાણિકતા, નૈતિકતા અને માનવતાનો અભાવ હોય તો તે નિરર્થક છે. આથી સ્વ અને સમષ્ટિના કલ્યાણ માટે જીવનને સત્ તત્ત્વોથી સભર કરવું જરૂરી જ નહીં અનિવાર્ય પણ છે.

લેખના સમાપનમાં 'આત્મસંયમ' અને ચારિત્ર્યના અભાવનો ઉલ્લેખ કર્યો છે. આત્મસંયમ જ માણસમાં અનોખી શાંતિ, સ્વસ્થતા અને તેજસ્વિતાનો આવિર્ભાવ સાધે છે. ચારિત્ર્યનો અભાવ માણસના વ્યકિતત્વને નિસ્તેજ અને નિર્વીર્ય બનાવી દે છે. એટલે જીવનનું ઉત્થાન કે પતન માણસના જ હાથમાં છે એ રાવણનું મૃત્યુ અને મંદોદરીનું નિરીક્ષણ સમજાવે-શીખવે છે.

માધવ મલ્હાર
તપન ત્રિવેદી