

ஏகாதசி விரதம்

முக்கியத்துவமும் பயிற்சி செய்யும் வழிமுறையும்

ஏகாதசி-வைஷ்ணவர்களின் முக்கியமான விரதம்; இஃது இதனைக் கடைப்பிடிக்கும் ஒவ்வொருவரையும் பகவானுக்கு அருகில் அழைத்துச் செல்லத்தக்க வல்லமைமிக்க விரதமாகும். பெரும்பாலான மக்கள் ஏகாதசி விரதத்தினை, மற்ற சாதாரண விரதங்களைப் போன்று, பௌதிக ஆசைகளை நிறைவேற்றுவதற்கானது என்று தவறாக நினைக்கின்றனர். ஆனால், அமாவாசை மற்றும் பௌர்ணமிக்குப் பிறகு வரும் பதினோறாவது நாளான ஏகாதசி தினமானது பகவான் ஹரிக்கு மிகவும் பிரியமான நாளாகும். ஹரி-வாஸர எனப்படும் இந்த உகந்த நாள் குறித்த எண்ணற்ற விளக்கங்களை ஹரி பக்தி விலாஸ் என்னும் நூல் நமக்கு எடுத்துரைக்கின்றது. ஏகாதசி விரதத்தைக் கடைப்பிடிப்பவர் பகவான் கிருஷ்ணரை மகிழ்விப்பார் என்பதை வேதங்கள் நமக்கு உறுதிப்படுத்துகின்றன.

ஏகாதசி விரதத்தின் குறிக்கோள்
ஏகாதசி விரதம் நாம ஸர்வ காம பலப்ரதம்
கர்தவ்யம் ஸர்வதா விப்ரனரர் விஷ்ணு ப்ரீணை காரணம்

"ஒருவனது அனைத்து விருப்பங்களையும் கற்பக மரம்போல் நிறைவேற்றும் ஏகாதசி விரதத்தைக் கடைப்பிடிப்பதன் மூலம் பகவான் விஷ்ணுவை திருப்திப்படுத்த முடியும். எனவே, அனைத்து உயிர்வாழிகளும் இவ்விரதத்தைக் கடைப்பிடித்து பகவான் ஹரியை மகிழ்விக்க வேண்டியது அவசியம்."

மேலும் பிருஹத் நாரதீய புராணத்தின்படி, "ஏகாதசி விரதத்தை ஏற்றுக்கொண்டுள்ள ஒவ்வொருவரையும்-பிராமணர், சத்திரியர், வைசியர், சூத்திரர், பெண் என யாராக இருந்தாலும் அவர்களை-உடனடியாக பிறப்பு, இறப்பு என்னும் பௌதிகக் கட்டிலிருந்து விடுவிக்கும் சக்தி ஏகாதசிக்கு உண்டு." ஏகாதசி விரதத்தை கடைப்பிடிப்பவர் களின் பௌதிக ஆசைகள் உடனடியாக நிறைவேறும் என்று சாஸ்திரங்கள் கூறும்போதிலும், பகவத் சேவையைப் பெறுவது மட்டுமே ஒருவரின் குறிக்கோளாக இருக்க வேண்டும். ஒருவர் பகவானின் பக்தராகும்போது பௌதிக அறச் செயல்கள், பொருளாதார முன்னேற்றம், புலனின்பம் ஆகிய நான்கும் தானாகவே பின்தொடரும்; இருப்பினும், உண்மையான பக்தர்கள் அத்தகைய பாழங்கிணற்றில் வீழ்ந்து விடாது உன்னத தர்மமாகிய கிருஷ்ண பிரேமையை அடைவதில் மட்டுமே கவனமாக இருப்பர்.

கலி யுகத்திற்கு ஏற்ற தவம்

குறைந்த ஆயுள் கொண்ட கலி யுக மக்களால், தர்மத்தின் நான்கு தூண்களில் ஒன்றான தவத்தினை கடுமையான முறையில் பயிற்சி செய்ய இயலாது. முந்தைய யுகங்களில் பகவான் ஹரியின் கருணையை வேண்டி, அனைத்து உணவுகளையும் தவிர்த்து, சகலவித துன்பங்களையும் பொறுத்துக் கொண்டு தியாக மனப்பான்மையுடன் கடுந்தவம் இயற்றியதைப் போல், இக்கலி யுக மக்களால் செய்ய இயலாது; அதற்கான திறனும் இல்லை, ஆயுளும் இல்லை, சகிப்புத்தன்மையும் இல்லை. இருப்பினும், கலி யுகத்தின் குறைந்த ஆயுளிலும் நிறைந்த பலனைக் கொடுக்கும் குறைந்தபட்ச தவமேயான ஏகாதசி விரதத்தினைக் கடைப்பிடித்தல் மிகச்சிறந்ததாகும்-ஏகாதசி ஒரு மாதத்திற்கு இருமுறை மட்டுமே வரக்கூடியதாகும்.

விரதம் மேற்கொள்ளும் முறை

ஏகாதசியின் முந்தைய நாளான தசமியில் ஒருவேளை மட்டும் உண்டு, ஏகாதசி முழுவதும் முழு உபவாசம் மேற்கொண்டு, மறுநாள் துவாதசியில் ஒருவேளை மட்டுமே ஏற்று ஏகாதசியைக் கடைப்பிடிப்பது கடுந்தவமாகும். இதைப் பயிற்சி செய்ய இயலாதவர்கள், முதல் நாளான தசமியில் ஒருவேளை மட்டும் உண்டு, ஏகாதசியன்று முழு உபவாசம் மேற்கொள்ளலாம். இதையும் கடினமாக உணர்பவர்கள் (கலி யுகத்தில் இருக்கும் பெரும்பாலான நபர்கள்), ஏகாதசியன்று மட்டும் தானிய உணவுகளை தவிர்த்து, பழங்களையும் கிழங்குகளையும் உண்டு விரதத்தைக் கடைப்பிடிக்கலாம்.

*அஷ்டைதான்ய வ்ரதாஹ்நானி ஆபோ மூலம் பலம் பய
ஹவிர் பிராமண காம்ப்யா ச குரோர் வசனம் ஆஸதமே*

"நீர், பழங்கள், கிழங்குகள், பால், நெய், பிராமணனைத் திருப்திப்படுத்துபவை, ஆன்மீக குருவால் அனுமதியளிக்கப்பட்டவை, மருந்துகள் ஆகிய எட்டும் ஏகாதசி விரதத்தை முறிப்பதில்லை." (உத்யோக பர்வம், மகாபாரதம்; ஹரி பக்தி விலாஸம் 12.40)

ஏகாதசி திருநாளில் தவிர்க்க வேண்டியவற்றில் சில: (1) அரிசி, அரிசி வகைப் பொருட்கள், (2) கோதுமை, மைதா போன்றவை, (3) பார்லி, (4) பருப்பு வகைகள், பட்டாணி, (5) கடுகு எண்ணெய், நல்லெண்ணெய். இவற்றை ஏகாதசியன்று உட்கொண்டால் விரதமானது முறியடிக்கப்படுகிறது.

ஹரியின் திருப்திக்கான விரதம்

ஏகாதசி, ஹரி-வாஸர என்ற பெயரிலும் அழைக்கப்படுகிறது. ஏனெனில், அந்நாள், நமது எல்லா புலன்களையும் பகவான் ஹரியின் திருப்திக்காக மட்டுமே ஈடுபடுத்தும் நாள்; ஹரிக்காக மட்டுமே வாழும் நாள்; நமக்குக் கிடைக்கப் பெற்றுள்ள அரிய வரப்பிரசாதம். இந்நாளில் ஒவ்வொருவரும் பகவானுக்கும் அவரின் பக்தர்களுக்கும் சேவை செய்வதில் தம்மை ஈடுபடுத்திக் கொள்ள வேண்டும்.

மேலும், ஏகாதசியன்று பாவ காரியங்களையும் புலனின்பங்களையும் விடுத்து, இல்லறக் கடமைகளைச் சற்று ஒதுக்கி வைத்துவிட்டு, ஆன்மீக உயர்விற்காக பகவானின் உன்னத சேவையில் நம்மை நாம் ஈடுபடுத்திக் கொள்ள வேண்டும். கிருஹ்ய பரிஷிஷ்ட காத்யாயன ஸ்மிருதி, விஷ்ணு தர்மம், பிரஹ்ம வைவர்த புராணம் ஆகிய சாஸ்திரங்களிலிருந்து ஹரி பக்தி விலாஸம் (13.14) பின்வரும் கருத்தை எடுத்துரைக்கின்றது.

உபால்ருத்தஸ்ய பாபேயோ யஸ்து வாலோ குணை ஸஹ
உபவாஸ ச விக்னேய ஸர்வ போக விவர்ஜித

“உபவாசம் அல்லது விரதம் என்றால், அனைத்து வகையான புலனின்பத்திலிருந்தும் பாவ காரியங்களிலிருந்தும் விலகியிருத்தல் என்பதே பொருள்.”

ஸ்ரீல பிரபுபாதரின் ஆன்மீக குருவான ஸ்ரீல பக்திஸித்தாந்த சரஸ்வதி கோஸ்வாமி அவர்கள் தனது சைதன்ய சரிதாம்ருதத்தின் விளக்கவுரையில் (ஆதி லீலை, 15வது அத்தியாயம்) பின்வருமாறு கூறுகிறார்:

“ஏகாதசி விரதத்தைப் புறக்கணிப்பவர் தனது வாழ்வை அழித்துக் கொண்டவர் என்று சைதன்ய மஹாபிரபு கூறுகிறார். இந்த ஏகாதசி நன்னாளில் தூய பக்தர்கள் ஸ்ரீ கிருஷ்ண நாமாம்ருதத்தை மிக அதிக அளவில் பருகி, உன்னத ஆனந்தத்தில் திளைக்கின்றனர். அவர்கள் புலனின்பச் செயல்கள், தேவையற்ற பேச்சுகள், பொழுதுபோக்கு செயல்கள் ஆகியவற்றிலிருந்து விலகி திருநாமம் என்னும் அமிர்தத்தின் பேரின்பத்தில் மூழ்கியவர்களாக லயிக்கின்றனர்.

பாவத்தை ஏற்றல்

ஏகாதசியன்று தானியங்களை உண்பதால், பிராமணனை அல்லது பசுவைக் கொன்ற பாவத்திற்கு நிகரான பாவத்தை ஏற்க வேண்டியிருக்கும். ஏகாதசி

திருநாளில் தானிய உணவுகளை உண்டு, பாவ வாழ்வில் சிக்கிக் கொள்ளக் கூடாது.

ஆனால் யாரொருவர் பக்தித் தொண்டின் விதிமுறைகளை முறையாக ஏற்றுக் கடைப்பிடிக்கின்றாரோ, அவர் பக்திதேவியின் அருளைப் பெறுவது மிக மிக எளிதாகும். எனவே பக்தர்கள் அல்லாதவர்களின் சங்கத்தை தவிர்த்து ஏகாதசி விரதத்தை தவறாது கடைபிடித்து பரமபுருஷ பகவானின் திருநாமத்தை ஜெபிப்பதில் உற்சாகத்தை வளர்க்க வேண்டும் என்று மஹாபிரபு நமக்கு கட்டளையிடுகிறார்.

திதியின் கணக்கு

கௌடீய வைஷ்ணவர்கள் தங்களது விரதங்களையும் பண்டிகைகளையும் முறையான திதியின்படி கொண்டாடுவர். சில நேரங்களில் கௌடீய வைஷ்ணவர்களின் திதியானது மற்றவர்களிடமிருந்து வேறுபடலாம். காரணம் என்னவெனில், சூரிய உதயத்திற்கு 96 நிமிடங்களுக்கு முன்பாக ஏகாதசி திதி இருந்தால் மட்டுமே, அன்றைய நாளில் ஏகாதசி அனுசரிக்கப்படுகிறது; இல்லையேல், ஏகாதசியானது மறுநாளன்று அனுசரிக்கப்படுகிறது. இது குறித்து வைஷ்ணவ ஸ்மிருதியான ஹரி பக்தி விலாஸத்தில், கருட புராணத்தில் பின்வருமாறு கூறப்பட்டுள்ளது: "சூரிய உதயத்திற்கு 96 நிமிடங்களுக்கு முன்பாக ஏகாதசி திதி இருந்தால் மட்டுமே அந்நாள் முழுமையான ஏகாதசி திதியாகும். அந்நாளையே ஏகாதசி நாளாகக் கொண்டாட வேண்டும்."

மேலும், ஏகாதசி திதியானது முதல் நாள் திதியுடன் கலந்து வந்தால், ஏகாதசி விரதத்தை அடுத்த நாள் கடைப்பிடிக்க வேண்டும் என்றும், அவ்விரதத்தினை அதற்கு அடுத்த நாளே முடிக்க வேண்டும் என்றும் பவிஷ்ய புராணத்தில் கண்டன் என்னும் மகரிஷி கூறியுள்ளார்.

"ஒரு முழுமையான நாள் என்பது ஒரு சூரிய உதயத் திலிருந்து மறு சூரிய உதயம் வரை இருக்கும் காலமாகும். ஆனால் ஏகாதசி தினத்திற்கு இது பொருந்தாது. சூரிய உதயத்திற்கு முன்பு, குறைந்தது 96 நிமிடங்களுக்கு ஏகாதசி திதி இருந்தால் மட்டுமே, அந்நாள் கலப்படமில்லாத முழுமையான ஏகாதசி எனப்படும்." (ஸ்கந்த புராணம்)

விரதத்தினை முடித்தல்

ஏகாதசி விரதமானது அதன் மறுநாள் (அதாவது துவாதசி அன்று) காலையில் தானியங்களை ஏற்றுக்கொள்வதன் மூலமாக முடிக்கப்படுகிறது. குறிப்பிட்ட நேரத்தில் விரதத்தை முடிப்பது முக்கியமானதாகும். அவ்வாறு முடிக்கத் தவறினால், ஏகாதசி விரதம் முழுமையடையாது.

பின்பற்றுவோம், வாரீர்!

ஏகாதசி திருநாளில் முழு உபவாசம் இருக்கலாம்; அல்லது தானியமற்ற உணவுகளை எளிய முறையில் பிரசாதமாக ஏற்று, முழு நேரத்தையும் ஸ்ரீ ஸ்ரீ ராதா கிருஷ்ணரின் புகழைப் பாடுவதிலும் கேட்பதிலும் நினைவுகூர்வதிலும் அர்ப்பணிக்க வேண்டும் என்பதே சாஸ்திர விதியாகும். குருவின் கருணையையும் பகவானின் கருணையையும் எளிதில் பெற்றுத்தரும் மிக எளிய வழியாக ஏகாதசி அமையும். அனைவரும் பின்பற்றலாம், வாரீர்!