

તૃષ્ણા જીર્ણ ન થઈ પણ હું પોતે જ જીર્ણ થઈ ગયો

("મુક્તા" - પાતંજલ યોગદર્શન સમાધિપાદ - પુસ્તકમાંથી સાભાર)

ન જાતુ કામઃ કામાનામ્ ઉપભોગેન શામ્યન્તિ
હવિષ્યા કૃષ્ણવર્ત્મેવ ભૂય એવાભિવર્ધતે

વૈરાગ્ય પ્રાપ્ત કરવાની પ્રેરણા મળે તેવો આ સુંદર શ્લોક મહાભારતમાં આપેલો છે. જેમ જેમ અગ્નિમાં ધીની આહુતિ પડે છે તેમ તેમ અગ્નિ વધતો જ જાય છે. અગ્નિને

શાંત કરવા માટે આહુતિઓ આપવી બંધ કરવી જોઈએ. આપણે એમ માનતા હોઈએ કે અગ્નિમાં ઘણી આહુતિ આપવાથી તે શાંત થઈ જશે તો તે આપણી ભ્રમણા છે. જેમ જેમ વિષયોને ભોગવીએ છીએ તેમ તેમ તૃષ્ણા વધતી જ જાય છે તેવો આપણો અનુભવ છે.

એક વિષય ભોગવી લઈએ એટલે પછી બીજાની અને પછી ત્રીજાની તૃષ્ણા જાગે છે. અને વિષયને એક વાર ભોગવીએ એટલે તરત જ બીજી વાર તે યાદ આવે છે, અને બીજી વાર ભોગવીએ એટલે ત્રીજી વાર ભોગવવાની લાલસા જાગે છે. આપણા આવા રોજના અનુભવથી આપણે ચેતી જવું જોઈએ કે વિષય ભોગવવાથી કદી શાંત થવાનો નથી. વિષયોનો ત્યાગ તો સાચી સમજણ અને તૃષ્ણારહિતપણાથી જ થઈ શકશે. વિષયોને ખૂબ ભોગવવાથી તેનાથી કદી ઉપરામ થવાનું નથી. વિષયોને ભોગવવાથી તૃષ્ણા વધતી જ જાય છે જેમ ધી નાખવાથી અગ્નિ વધે છે.

ઉપર્યુક્ત શ્લોક વિષયો ભોગવતી વખતે યાદ કરવા જેવો છે. આપણે એવી ખોટી માન્યતામાં ના રહેવું જોઈએ કે વિષયોને ખૂબ ભોગવવાથી તૃષ્ણા પોતાની મેજાએ જ છૂટી જશે. વિષયો વધતા જ જાય છે, તે કદી છૂટતા નથી. પણ હા, તે ત્યારે છૂટે છે કે જ્યારે આપણી ઈન્દ્રિયો નકામી થઈ જાય છે. વિષયોને ભોગવી ભોગવાંન તે એટલી થાકી જાય છે, એટલી શક્તિહીન થઈ જાય છે કે પછી વિષયોને તે ભોગવી શકતી જ નથી.

પાંચ જ્ઞાનેન્દ્રિયો અને પાંચ કર્મેન્દ્રિયો પાસેથી જો વધુ પડતું કામ લેવામાં આવે તો તે શરીરની હયાતીમાં જ નિષ્ક્રિય થઈ જાય છે, એટલે કે વિષયોને ભોગવી ના શકે એવી જડ-બહેરી થઈ જાય છે. પરંતુ ઈન્દ્રિયો આ રીતે વિષયને ભોગવી ના શકે એથી કાંઈ શાંતિ મળે? તેથી તો ખૂબ હાય-બળતરા જ થાય. કારણ કે વિષયોના ત્યાગથી કેટલાં સુખશાંતિ મળે છે તેની ખબર હજુ આપણને પડી નથી. આપણે તો, "વિષયોમાં ખૂબ સુખ છે" એવી માન્યતાવાળા છીએ અને આપણી ઈન્દ્રિયોએ દગો દીધો ! પછી આપણી અશાંતિની કોઈ સીમામર્યાદા રહે?! વિષયોને આપણે પોતે ત્યાગીએ અને વિષયો આપણને ત્યાગે તે બેમાં કેટલું મોટું અંતર છે? એક ત્યાગ સાધનાના કારણે છે - સાચી સમજણના નિચોડરૂપે છે; તો બીજો ત્યાગ લાચારી અને અશક્તિના કારણે છે.

આપણી આજુબાજુનું આખું જગત વિષયોમાં મોજ માણી રહ્યું છે, ભોગ ભોગવવામાં મશગૂલ છે. તે સૌને જોઈને આપણા હૃદયમાં કાળી બળતરા ઊપડે છે! કારણ કે બધા

ભોગ ભોગવી રહ્યા છે અને આપણે ભોગવવા છે તોય ભોગવી શકતા નથી. આપણે માની રહ્યા છીએ કે બધા સ્વાદો અને આનંદો વિષયભોગોમાં જ છે અને છતાંય આપણે તે ભોગવી શકીએ નહીં તેથી કેવી વ્યથા થાય? બીજાને ભોગવતા જોઈને આપણું મન કૂદકા તો બહુ મારે છે પણ અતિ ભોગના કારણે બધી ઈન્દ્રિયો શિથિલ કરી નાખી છે.

ઐઠ સંગતમે સંતનકી, કરૂં કલ્યાણ મેં અપના;
ભોગ દુનિયાકે ભોગોમે, મીજ ભૂટે તો ભૂટન દે.

એ આત્મવાક્ય આપણા હૃદયમાં ઊતરે નહીં પછી બળતરામાં જ બળી મરવાનું ને? પછી ટાંટિયા ઘસી ઘસીને જ મરવાનું ને?

આપણી એવી માન્યતા હતી કે 'વિષયોને ખૂબ ભોગવીશું પછી ઈન્દ્રિયો-તૃષ્ણાઓ શાંત થઈ જશે' પણ તે માન્યતા ઉપર્યુક્ત શ્લોકથી ભ્રમણા સાબિત થઈ. આવી રીતે તૃષ્ણા શાંત નથી થતી પણ આપણે જબરજસ્તી શાંત થઈ જવું પડે છે. શ્રીમાન ભતૃહરિનો પણ સુંદર શ્લોક છે તે જોઈએ.

ભોગા ન ભુક્તા વયમેવ ભુક્તા, તપો ન તપમ્ વયમેવ તપાઃ ।
કાલો ન યાતો વયમેવ યાતા, તૃષ્ણા ન જ્ઞાણ વયમેવ જ્ઞાણાઃ ॥

અર્થ : આજ સુધી હું એમ માનતો હતો કે ભોગોને હું ભોગવી રહ્યો છું, પરંતુ ભોગોએ મને ભોગવી નાખ્યો - જર્જરિત કરી નાખ્યો - વૃદ્ધ કરી નાખ્યો; આજ સુધી મને એમ હતું કે હું તપ તપી રહ્યો છું પણ હવે ખબર પડી કે તપે મને તપાવી નાખ્યો; હું આજ સુધી એમ માનતો હતો કે કાળ વહન થઈ રહ્યો છે, પરંતુ જ્યારે મૃત્યુ સામે ઊભીને પ્રવિયાં કરવા લાગ્યું ત્યારે ખબર પડી કે કાળ નહીં પરંતુ હું વ્યતીત થઈ ગયો; મારી એવી માન્યતા હતી કે સતત વિષયો ભોગવી ભોગવીને તૃષ્ણા જ્ઞાણ થઈ જશે પણ હવે ખબર પડી કે વિષયો ભોગવી ભોગવીને તૃષ્ણા નહીં પણ હું પોતે જ જ્ઞાણ થઈ ગયો.

ભતૃહરિનો આ શ્લોક અતિ મનનીય છે, કંઠસ્થ કરી લેવા જેવો છે. આ બંને શ્લોકો કંઠસ્થ કરી લેવાથી ગમે ત્યારે આપણને ઉપયોગી નીવડી શકે છે. જ્યારે આપણે વિરુદ્ધ આચરણમાં ફસાઈ જઈએ ત્યારે આ બંને શ્લોકોને યાદ કરવાથી ટટ્ટાર થઈ જઈએ છીએ અને વિકારો સામે ઝઝૂમી શકીએ છીએ.