

॥श्री कृष्ण शरणं ममः॥

सुखी कौन

गीता मैय्या की गोद में बैठ कर उनके आंचल में उंगलियां घुमाते हुए, कभी उनके गाल को, कभी माथे की बिंदी को और कभी ठुड्डी को छूते हुए बतियाने से अधिक आनन्ददायक कुछ भी नहीं लगता। मां के पास में असीम प्यार है और अनन्त ज्ञान। सारी उलझनों को चट से सुलझा देती हैं वे।

उस दिन गई थी पार्टी में। पकौड़े और आलू चाट खाते खाते सब अपनी अपनी कहने में लगी हुई थी। कोई खुशी से फूली नहीं समा रही थी कोई अपने उमड़ते आसुओं को रोकने की कोशिश में लगी थी। किसी की तो आंखें रो रही थी, होठ मुस्कुरा रहे थे। पल में सुख, पल में दुःख के इन इन्द्रधनुषी रंगों को निहार कर जब लौटी तो मन बड़ा उद्विग्न था। हे भगवान! इस संसार में नित नए कितने खेल रचते हो तुम! हर व्यक्ति या तो गम में डूबा हुआ है या सुख में फूला हुआ। और किसी की भी कोई भी अवस्था टिकती नहीं। रात बड़ी देर तक नींद नहीं आई।

सबेरे सबेरे आंचल पकडा मैंने मां का। मां सदा की भांति शांत, गंभीर और मंद मंद मुस्कान बिखेरती हुई..... कितना सौम्य, कितना आकर्षक, कितना ममतामय था वह रूप! लेकिन इतराया बच्चा अपनी आदत छोड़ेगा भला? मां से लिपट जाने के बदले मैं तो झुंझला पड़ी।

मैं- 'मम्मी, आप तो हमेशा ऐसा मुस्कुराती रहती हो जैसे कोई मास्क लगा हो। आपके चेहरे का भाव तो कभी बदलता ही नहीं जैसे इंडियन एयरलाइंस की एयर होस्टेस।'

मां- बेटी, वह तो, लिप् स्टिक स्माइल होती है- जबर्दस्ती चिपकाई हुई। ध्यान से देखो और बताओ, क्या मेरी मुस्कान तुम्हें वैसी ही दिखती है?'

मैं शर्मा गई- 'सॉरी मम्मी। मैं भी क्या कह गई। आपकी मुस्कान में तो अन्तर का आनन्द और उनकी मुस्कान में लिपस्टिक की चमक। दोनों में जरा भी साम्य कहां? असल में मैं कुछ उलझन में थी इसीलिए

मां ने प्यार के साथ पैनी नजरों से देखा मुझे- 'लगता है रात भर कुछ सोचती रही है मेरी रानी। आ न, बैठ कर बात करें।' जम गए हम दोनों।

मैं- 'मां, सबसे पहले तो यह बताओ कि सुख क्या होता है?'

मां- 'देखो, छात्र को शिक्षक से कोई विशेष बात पूछनी हो तो पहले उसे अपना होमवर्क दिखाना पड़ता है, पुराना पाठ ठीक ठीक सुनाना होता है। तुमने भी तो आज रात भर होमवर्क किया है, पहले वह दिखाओ, और तुम्हें इस विषय में क्या आता है वह बताओ।'

मैं- 'मां, मैंने तो सात प्रकार के सुख की बात सुनी है। लोगों को कहते हुए सुना है कि सातों सुख तो किसी को नहीं मिल सकते। मैंने यह भी सुना है कि स्वर्ग में तो सुख ही सुख है।'

मां- 'अच्छा बताओ सात सुख कौन कौन से होते हैं?'

मैं- 'पहला सुख निरोगी काया, दूजा सुख है घर में माया और मम्मी आगे की लाइनें मुझे याद नहीं, लेकिन पुत्र का सुख, पत्नी का सुख, यश, मान, बड़ाई आदि होंगे और क्या?'

मां- 'ठीक है। अब 'स्वर्ग में सुख ही सुख है' की भी कुछ व्याख्या करो।'

मैं- 'मम्मी, यह प्रश्न आपने सरल पूछा। अरे, स्वर्ग में सुख कैसे नहीं होगा। बूढ़ा नहीं होना पड़ता, रोग नहीं सताते और मन में कोई कामना उठी नहीं कि पूरी हो जाती है। ताली बजाओ, अप्सराएं हाजिर। ताली बजाओ, पकवान हाजिर। जो चाहे खा लो। हमारे टी. वी. के रिमोट कंट्रोल की तरह एक सैकेण्ड में जिस चैनल में चाहे चले जाएं।'

मां- 'बस हो गई शुरू तुम्हारी बकवास। अपने बिंदु से भटको नहीं।'

मैं- 'अच्छा मां। टू द प्वाइंट बात यह है कि स्वर्ग लोक में हर कामना पूरी होती है इसलिए वहां सुख ही सुख है।'

मां- 'तो उत्तर तो तुमने दे ही दिया अपने प्रश्न का। तुमने पूछा था कि सुख क्या होता है और तुम्हीं बता रही हो कि कामना पूर्ति ही सुख है।'

मैं- 'मां, मैं जानती हूं कि मन में तुम्हारे बात कुछ और है पर मेरी चिंतनशीलता को जगाने के लिए तुम चुप हो गई हो। चिंतन बहुत किया है मैंने। सभी कामनाओं की पूर्ति सुख है बोलना तो बिना सींग, बिना लात वाली गोरी भैंस की बात करने की तरह है जो दिन में चार बार बीस बीस लीटर दूध देती हो। जो बात संभव ही नहीं वह बोलने से क्या फायदा? और दूसरी बात यह कि स्वर्ग नरक किसने देखा है? और तीसरी बात यह कि प्लीज आप समता की बात मत कीजिएगा। सुख-दुःख, लाभ-हानि, जय-पराजय सबमें समत्व रखो, समत्व रखो, सुनते सुनते मैं बोर हो गई हूं।'

मम्मी मुस्कुरा रही थी और मैं उत्तेजित होती जा रही थी।

मैं- 'मम्मी, आप हर वक्त स्थितप्रज्ञता की बात करती रहती हैं। जब देखो तब एक ही राग- 'दुःख के साथ सुख का भी त्याग करो।' जो चीज

हमारे पास है ही नहीं उसका त्याग कैसे करें? क्या मैं अमेरिका में बनने वाली रेसिंग कार का त्याग कर सकती हूँ? अरे, पहले कार दिलाओ तो सही। फिर त्याग की बात बोलो। यहां तो सब सुख के कतरे कतरे के लिए मरे जा रहे हैं। एक आधा घंटे का भी सुख कहीं मिलता जान पड़ता है- सिनेमा में, फैशन शो में, म्यूजिक प्रोग्राम में, तो टूट पड़ते हैं सब टिकट के लिए। और आप कहती हैं सुख का त्याग करो। हरदम हवा में उड़ने से नहीं होता। कभी तो धरती पर पैर रखा कीजिए। कभी तो बताइये कि हम सुखी कैसे हो सकते हैं?’

मां ने वीणा संभाली। स्वर झंकार उठे।

शक्नोतीहैव यः सोढुं प्राक्शरीरविमोक्षणात्।

कामक्रोधोद्भवं वेगः स युक्तः स सुखी नरः॥

मां के स्वर इतने मीठे लगते हैं कि उत्तेजना एक क्षण में छू मंतर हो जाती है। मैं तुरंत संयत हो गई और मां के वचनों को समझने का प्रयत्न करने लगी। ‘जो पुरुष शरीर नाश के पूर्व इस जीवन में ही काम और क्रोध से उत्पन्न हुए वेग को सहने में समर्थ है वही योगी है और वही सुखी।’

मां- ‘देख लो, मैं स्वर्ग के सुख की बात नहीं कर रही, मैं इसी जीवन की बात कर रही हूँ। मैं कामना के त्याग की बात भी नहीं कर रही मैं तो स्पष्ट बता रही हूँ कि मनुष्य सुखी होना चाहता है तो उसे क्या करना होगा। सात सुख की बात मैं नहीं जानती। सुख तो दो ही हैं- काम के आवेग को रोकने की सामर्थ्य और क्रोध के आवेग को रोकने की सामर्थ्य। इन्हीं दो की कमी से मनुष्य सुख के साधन होते हुए भी सुखी नहीं।’

मैं- ‘मम्मी, मुझे अच्छी तरह समझाइये कि वह सुखी कैसे है जिसने काम और क्रोध के आवेग को रोक लिया है?’

मां- 'देखो, मन का तो स्वभाव ही है विचार करना, संकल्प विकल्प करना, किसी से राग, किसी से द्वेष, किसी की तृष्णा, किसी से वितृष्णा। इसलिए कामना तो मन में आएगी ही। अब देखना हमें है कि हम क्या करें?'

मैं- 'मम्मी मैं बताऊं? दो काम हो सकते हैं। एक तो यह समझना कि संसार में रहेंगे तो मन किसी न किसी वस्तु की कामना करता ही रहेगा। इसलिए छोड़ दें संसार को, जैसा बुद्ध ने छोड़ा था।'

मां- 'बिलकुल ठीक। और दूसरा?'

मैं- 'दूसरा यह कि हम मन को खुश करने के लिए सुख के कतरे कतरे बटोरते फिरें, जैसा करते हुए चारों ओर सभी सुख-दुःख के झूले में झूलते नजर आते हैं।'

मां- 'यह भी ठीक। अब बताओ तुम्हें क्या करना है?'

मैं- 'मां, दोनों में से कुछ भी नहीं। इसीलिए तो मैं सुख की वास्तविक राह आपसे जानना चाहती हूँ।'

मां- 'मैं वही तो बतला रही थी। किसी भी व्यक्ति, वस्तु या परिस्थिति से सुख मिलता जान पड़ेगा तो कामना का आवेग होगा ही, किसी भी व्यक्ति, वस्तु या परिस्थिति से दुःख मिलता जान पड़ेगा तो क्रोध का आवेग होगा ही। तुम्हें बस इतना करना है कि इनके आवेग को झेलने की सामर्थ्य पैदा करो। कामना जागे, पर उसका सैलाब बाढ में मवेशी की भाँति तुम्हें बहा न ले जाए। न क्रोध तुम्हारे विवेक को ऐसा ढक डाले कि तुम सही गलत का निर्णय भी न ले सको। यदि इतना तुम कर पाओ तो तुम सुखी होओगी।'

मैं- 'मां, कुछ समझा कर बताओ न कि काम और क्रोध के आवेग को सहने से सुख कैसे मिलेगा?'

मां- 'देखो, बात बिलकुल सीधी सी है। काम और क्रोध के आवेग को रोकने का अर्थ है सदा होश में रह कर जीवन चलाना। यह यदि हम कर सकें तभी अपने प्रारब्ध वश मिले सुख के साधनों का उपभोग कर हम सुखी हो पाएंगे।'

मैं- 'मां जरा ठीक से बताओ न। जैसे कि पहला सुख शरीर का सुख माना गया है....

मां- 'वही मैं बताना चाहती थी। जैसे हमें भांति भांति के सुख भोगने लायक यह काया मिली है लेकिन हम खाने की कामना में पागल हो कर पेट में कचरा डाले जाते हैं, निरोगी काया का सुख कैसे मिलेगा हमें? और क्रोध से तो तुम जानती ही हो, शरीर में कितनी प्रकार के हानिकारक स्राव पैदा होते हैं, ब्लड प्रेशर बढ़ जाता है।'

मैं- 'मां, सब समझ गई, सब समझ गई। यदि खान पान तथा दूसरे मनोरंजनों के भोग में हम अपना होश न गंवाए, दूसरों के साथ व्यवहार करने में संयमित रहें तो निरोगी काया सुख निश्चित रूप से बड़ेगा।'

मां- 'अब दूसरे सुख की भी बात सुन लो। दूसरा सुख तुमने बताया घर में माया। यानि धन का सुख। जरा अपने चारों ओर नजर घुमा कर देख लो, धन का विवेक पूर्ण उपयोग कितने लोग कर रहे हैं? कितनों ने अपनी लालसा पर अंकुश लगाया है?'

मैं- 'मां तुम ठीक कह रही हो। यह गुप्ता आंटी है न। मैंने गिनी थी एक दिन, चार सौ साड़ियां हैं उनके पास। फिर भी लालसा का अंत नहीं। और वर्मा अंकल को देख लो! पैसा क्या कमाया, गुस्सा तो हर वक्त नाक पर चढ़ा ही रहता है। आंटी कितना रोती रहती हैं। क्या सुख है उन्हें?'

मां- 'लोग अपने अविवेक पूर्ण व्यवहार के कारण ही दुखी होते हैं और फिर कोसते हैं धन को कि इतना पैसा हो कर भी सुख नहीं।' इसी प्रकार पुत्र के सुख पर भी विचार कर लो। पुत्र के जनमते ही बड़ी बड़ी आशाएं बांध लेते हैं। वे पूरी होती नजर नहीं आती तो क्रोध में होश गंवा बैठते हैं और बच्चों के साथ ऐसा व्यवहार करते हैं.....

मैं- '... कि बच्चों को ही गंवा देते हैं। मम्मी, ऐसे उदाहरण तो चारों ओर भरे पड़े हैं। न माता पिता बच्चों से सुखी हैं न बच्चे माता पिता से।'

मां- 'पति पत्नी के सुख की भी बात समझ लो। पति पत्नी काम सुख का भी उपभोग तभी तक कर सकते हैं जब तक वह मर्यादित और अनुशासित हो। और क्रोध के आवेग में आ कर होश गंवा बैठने से तो नरक का द्वार ही खुलता दिखाई देता है।'

मैं- 'मां, तुम तो हर प्रकार के सुख को काम-क्रोध के आवेग से जोड़ती जा रही हो।'

मां- 'हां बेटी, मैं चाहती हूं कि तुम सातों प्रकार के सुख भोगने की सामर्थ्य पैदा करो। इन आवेगों को सहन करने का संकल्प करो। फिर आगे की राह तुम्हें स्वयं दिखाई देगी। यहां मेरी गोद में बैठ कर आंचल में उंगलियां उमेठते रहने से कुछ नहीं होगा। चिंतन करो और उसे जीवन में उतारने का प्रयत्न करो।'

मैंने शर्मा कर आंचल छोड़ा और चरण छू कर आशीर्वाद लिया।

आप भी करेंगे चिंतन मेरे साथ?
