हँसना ही जीवन है

(रविवार ५.९.७१)

दुनिया हँसना भूल गई है इसका कारण यह है कि आज दुनिया से हँसाने वाले चले गये और रुलाने वाले रह गये। मनुष्य आज चिन्ता से इतना व्यस्त है, इतनी अधिक मनुष्य ने चिन्ता ले रखी है कि उसे हँसने का अवसर ही नहीं प्राप्त होता।

कोई विषय होता है तो मनुष्य हँसता है। कोई बात होती ऐसी जो उसके हृदय में जाकर एक भावना पैदा कर देती तो मनुष्य अपने आप को रोक नहीं सकता, ऐसी अवस्था में मनुष्य हँसता है। जिन लोगों ने लोगों को हँसाया वे हँसते-हँसते दुनिया से विदा हुए और आज ये रुलाने वाले अन्तिम समय तक रोते-रोते विदा होते हैं।

एक वह समय था जब हँसने में मनुष्य अपने जीवन की सार्थकता समझता था और आज एक ऐसा समय आ गया है कि यदि मनुष्य रोये नहीं तो दुनिया उसे रुला कर छोड़ती है। आप कहेंगे – हमारे यहाँ रुलाने वाला कौन? आप इसे समझें आपके बाल-बच्चे, भाई-बहन, पति-पिता यही रुलाने वाले हैं। क्यों रुलाते हैं? क्योंकि वे स्वयं रोते हैं। जो व्यक्ति स्वयं रोता है वह दूसरे को हँसायेगा कैसे? जरा-सी बात होती है और उस बात के साथ-साथ मनुष्य अपना सन्तुलन मस्तिष्क का खो बैठता है। अब आप समझें कि जो आदमी सन्तुलन खो बैठेगा वह हँसेगा कैसे? हँसेगा तो वह जो कुछ प्राप्त करेगा, जो जीवन का आनन्द लेने की भावना रखेगा।

हँसना और रुलाना दो शब्द हैं। बंगला देश में कहावत है "हाँसी मुखे विदाई दाओ" हँसते हुए तुम मुझे विदा करो, ताकि ये हँसी चिरस्थाई हो तुम्हारे लिये और हमारे लिये। किन्तु जो रोने से परेशान है, वह किसको हँसायेगा और कैसे हँसते हुए विदाई देगा ? कारण है। मनुष्य ने निरर्थक कार्य अधिक फैला रखे हैं और साथ-ही-साथ उसका जो पेट है, वह कभी भरता नहीं। यह जो स्थूल शरीर का पेट है, यह तो भर जाता है, लेकिन सूक्ष्म शरीर का जो मन है, उस मन का पेट कभी भरता ही नहीं। अनेक प्रकार की अभिलाषायें, अनेक प्रकार की इच्छायें, अनेक प्रकार की कामनायें लेकर मनुष्य व्यस्त है और व्यस्त रहते-रहते ही एक दिन जीवन अस्त है। जीवन रूपी सूर्य एक दिन अस्त हो जाता है, छिप जाता है।

कल तक जो यहाँ देखने को मिलता था, आज वह कहाँ चला गया ? दुनिया कहेगी – मर गया। मर नहीं गया, मरा तो है शरीर और वह तो अनन्त में विलीन हो गया। कल ही आपने अनन्त चतुर्दशी मनाई, किन्तु अनन्त की क्रिया, अनन्त का कार्य, अनन्त का भाव आप जान सके होंगे तब तो उत्सव बहुत ही आनन्द पूर्ण रहा होगा।

अनन्त चतुर्दशी का कुछ विशेष अर्थ है। चार दिशाएँ हैं, पाँच कर्मेन्द्रियाँ हैं और पाँच ज्ञानेन्द्रियाँ हैं। कुल चौदह हैं। ये दस इन्द्रियाँ चारों दिशाओं में चक्कर काटती रहती हैं और यह चक्कर अनन्त है। कितनी ही योनियों में चक्कर काटने के पश्चात् आज मनुष्य के रूप में इस भूमि पर आया और चला भी गया। मनुष्य बन कर चला गया और भावना ऐसी रखी जो पशु से भी बदतर। न सन्तोष से रह सका, न किसी को सन्तोष दे सका, न कभी सन्तोष की बातें कही। कही, कुछ ऐसी बातें कही जो न कहता तो अच्छा था।

मनुष्य दिन रात न जाने कैसी-कैसी बातें कह करके अपने निकट सम्बन्धियों को कष्ट देता है अज्ञानता के कारण, अहंकार के कारण। जो अपने को नहीं जानता है, वही अहंकार करता है, क्योंकि यह अहंकार की जगह नहीं। मनुष्य यह नहीं कह सकता कि कल मैं जीवित रहूँगा या नहीं। सन्ध्या मेरी कैसी बीतेगी, फिर मैं किस बात पर अहंकार करूँ? अभी मेरा मन प्रसन्न है और अभी यदि कोई निरर्थक समाचार आ जाये तो मेरी प्रसन्नता गायब हो जायेगी। अर्थात् मैं प्रसन्न रह भी नहीं सकता, किसी चीज को समझ भी नहीं सकता और फिर मैं अहंकार करता हूँ तो उस अहंकार का कोई अर्थ नहीं।

अनन्त की सृष्टि है, अनन्त उसकी गति है। अनन्त कहते किसे हैं, पहले यह समझ लेने से अनन्त चतुर्दशी का रूप समझ में आ सकता है। दो शब्द हैं – एक अन्त है, एक अनन्त है। एक का आखिरी खेल है, खत्म हो जाता है और एक का अन्त ही नहीं, कभी समाप्त ही नहीं होता। इसका अर्थ यह है शरीर का अन्त है, आत्मा का अन्त नहीं होता। आत्मा अनन्त है, अविनाशी है, अखण्ड़ है, अजर है, अमर है। अद्‌भुत इसकी शक्ति है। जिस प्राणी के भीतर आत्म-भाव आ जाता है, वह शरीर से मनुष्य है, लेकिन ह्रदय से भगवान का प्रिय बन जाता है।

यह जो आत्म तत्व है, यह जो प्राणों के भीतर एक अनोखी शक्ति है, जो प्रत्येक मुहूर्त कार्य करती रहती है – इसे योगी जानते हैं, भगवान के भक्त जानते हैं। ये दुनिया वाले तो रोते-रोते परेशान हैं, इनको उस अनन्त की गति का, उस अनन्त की मति का, उस अनन्त के खेल का क्या पता? इन्हें रोने से ही फुरसत नहीं।

प्रभात होते ही मुष्य रोना शुरू करता है – अमुक वस्तु नहीं है, ऐसा नहीं हुआ, ये सब क्या है – रोना ही है। यह न समझो कि आँख से आँसू गिरे केवल उसी को रोना कहते हैं – यह चिन्ता जो है यह भी रोना है। यह दुःख जो आप मानते हैं यह भी रोना है। कब आपने प्रसन्न होकर कहा – प्रभो! कैसे मैं तुम्हारी महिमा गाऊँ। यदि सहस्त्र मुख भी मेरे होते तो भी मैं थक जाता लेकिन तुम्हारी महिमा का अन्त नहीं होता क्योंकि तुम अनन्त हो।

अनन्त की महिमा का कभी अन्त नहीं हुआ। आज भी भक्त लोग भगवान की बातें कहते हैं, उनके विषय में पुस्तकें लिखते हैं, प्रवचन करते हैं, तीर्थाटन करते हैं, दर्शन करते हैं, जीवन को शुद्ध - सात्विक बनाने के लिये अनेक प्रकार की चेष्टा करते हैं और करते-करते एक दिन उसी शक्ति में विलीन हो जाते हैं।

शरीर नाशवान है लेकिन आत्मा नाशवान नहीं। इस वायु को देखें आप, जब तक मनुष्य जीवित रहता है तब तक यह प्राणों को गति देती है और जब प्राण नहीं रहते तब भी हवा तो बहती ही रहती है वह यह नहीं कहती कि तू ने शक्ति ली कि नहीं ली। अनन्त कभी आपको नहीं कहेगा कि आज सतयुग है कि आज त्रेता है कि आज द्वापर है कि आज कलियुग है। वह कहता है – बहता जा इस भाव में और अभाव को छोड़कर भाव में आ। जब तक मनुष्य भाव में नहीं आता तब तक मनुष्य को मानसिक शान्ति नहीं मिलती। वह हँस नहीं सकता जो अभाव में बैठा हुआ है। जिसके सिर पर चिन्ता चक्कर काट रही है, वह व्यक्ति कैसे खुश हो सकता है? जिसके घाव हो गया है केवल शरीर पर नहीं बल्कि हृदय में, वह कैसे खुश हो सकता है?

हृदय का घाव दो प्रकार का होता है। एक रोग के कारण होता है, एक चिन्ता के कारण होता है। आप गम्भीर रूप से विचार करें तो देखेंगे कि अधिकतर चिन्ता के कारण ही मनुष्य को हृदय रोग होता है। उस व्यक्ति को रोग हो नहीं सकता – जो यह जानता है कि मेरा जीवन दो दिन का और ये दो दिन मुझे प्रभु की यादगार में बिता करके इस जीवन को छोड़ देना है। कर्जा लेकर आया हूँ मैं और उऋण हो करके जाऊँगा। लेकिन जाऊँगा कैसे ? कोई रास्ता बतला दे। मैं आ तो गया इस दुनिया में लेकिन मुझे कोई रास्ता बतलाने वाला मिल जाये तो मेरा जीवन बदल जाये और मैं रोना भूलकर हँसना शुरू कर दूँ।

जो लोग भक्ति करते हैं, प्रभु से प्रेम करते हैं, जो उत्तम ग्रन्थों का पाठ करते हैं उसे समझने की चेष्टा करते हैं और प्रभु की शरणागति ले करके जो अपना जीवन यापन करते हैं वे हँसते हुए जाते हैं। लोग उन्हें शुष्क समझते हैं क्योंकि ऊपर का रस सूख जाता है, भीतर का हरा हो जाता है। ऊपर की वस्तुओं के प्रति उदासीन रहता है – उसे कोई परवाह नहीं। जो अन्न मिला उसे भगवान का प्रसाद समझ कर ग्रहण कर लिया। न उसकी कोई माँग है, न कोई तरह की वह विशेष बात रखता है। न उसके लिये फैशन है और न और कोई चीज है। बाहर से वह रूखा है लेकिन भीतर से वह हरि का है। भीतर में उसके प्रसन्नता का भाव है। कोई परवाह नहीं – स्नान किया है या नहीं, तेल माथे में है कि नहीं, कोई वस्तु मिली कि नहीं, अभाव नहीं लिया उसका। जो मिल गया नत-मस्तक होकर प्रभु को धन्यवाद दे करके कहा – मैं इसके योग्य नहीं, लेकिन तेरी कृपा बड़ी अनोखी है और उस कृपा के कारण ही आज मुझे सब प्रकार की सुख सुविधा मिल रही है। मेरा जीवन तेरे साथ। तू अनन्त, मेरी आत्मा अनन्त। हम दोनों

आत्मा, परमात्मा मिल करके ऐसा खेल खेलें कि दुनिया हमारे लिये न हो। तुम्हारा भाव, तुम्हारा प्यार, तुम्हारी भावना ही हमारे जीवन का सबसे बड़ा खेल हो।

खेलने वाला अगर रोता है तो खेलेगा क्या? और जो रोता हुआ खेलता है वह खेल का आनन्द लेगा क्या? जो रो रहा है वह क्या खेल खेलेगा? हँसता हुआ व्यक्ति, मुस्कुराता हुआ मनुष्य खेल, खेल सकता है, आनन्द ले सकता है। लेकिन जिस व्यक्ति ने यह समझ रखा है कि "मेरे जीवन में क्या रखा है, यह दुनिया असार है, यह मेरा जीवन असार है " इसमें आनन्द कहाँ? ऐसा किसने बनाया? भगवान ने? नहीं भगवान किसी को कष्ट नहीं देता। इन्सान अपने आप ही कष्ट की सृष्टि बना लेता है। कैसे बना लेता है? बड़ी-बड़ी इच्छायें रखता है और साधन कुछ नहीं। जिसके पास साधन नहीं और वह लाखों रूपयों का व्यापार करना चाहेगा, अपने बल पर तो हो नहीं सकता।

ये बुद्धि वाले – ज्ञानयोगी, भगवान को नहीं पा सकते। लेकिन जिसका दिल भक्ति रूपी धन को पा गया है वह धनी हो गया और ऐसे धनी लोग ही भगवान को प्राप्त करते हैं। उनके भीतर एक ऐसी उत्सुकता होती है – "आज तेरी परछाँई पड़ती है, कल मैं तेरे पास आ रहा हूँ"।

गीता में भगवान श्री कृष्ण ने कहा – मैं सब में व्याप्त होता हुआ भी अलग हूँ। आप यह कह सकते हैं कि जो सब में व्याप्त है वह अलग कैसे हो सकता है? बहुत सीधी-सी बात है ये। नीचे तालाब है, नदी है, ऊपर सूर्य है। सूर्य का प्रतिबिम्ब पड़ता है जल के ऊपर तो यहाँ (नदी, तालाब आदि में)

भी सूर्य दिखलाई पड़ता है लेकिन सूर्य तो अलिप्त है। वह उस जल में प्रविष्ट नहीं हुआ है यह तो उसकी परछाँई है। यह परछाँई ही आत्मा है और सूर्य प्रकाश रूप जो है वह परमात्मा है। उसी परमात्मा का प्रकाश चारों तरफ फैल रहा है।

हम बहुत कम समझ पाते हैं दुनिया के खेल को, हम बहुत कम समझ पाते हैं अपने आपको, अपने विचारों को, अपने मन को, अपनी बुद्धि को, अपने निकट सम्बन्धियों को। उनकी ताल पर नाचना ही हम समझते हैं कि हमारी जीवन की सार्थकता है। हम किसी को खुश करने की चेष्टा करें और वह हमारे चेष्टा का कोई मूल्य न करे तो उसका परिणाम यह होगा कि हमारे हृदय में दु:ख होगा कि हम उसके लिये इतना परिश्रम करते हैं और उसके हृदय में हमारे प्रति यह भाव भी नहीं आता कि यह कितना हमारे लिये परिश्रम करता है। भीतर से ठीक समझने के बावजूद भी मुँह से वह नहीं कह पाता कि यदि तुम नहीं होते तो मेरी क्या अवस्था होती। इसके ठीक विपरीत भक्त कहता है – ऐ मेरे जीवन साथी! तेरे बिना मेरी क्या गति होती।

हम स्त्री पुरूष को देखते हैं, लेकिन आत्मा, परमात्मा के भाव को नहीं जानते। परिणाम यह होता है कि हमारा जीवन शुष्क हो जाता है। हम रोते हुए संसार से विदा होते हैं। मोह रखते हैं, घर वालों से, मोहन से नहीं। यदि मोहन से मोह होता तो मोह से छुटकारा हो जाता। लेकिन जहाँ पानी पीकर के मनुष्य उसे दूध समझ बैठे, तो वह मनुष्य की गलती है। पानी-पानी है, दूध-दूध है। भगवान का नाम दूध से भी बड़ा है। अमृत के समान उसका नाम है, क्योंकि वह स्वयं अमृत है। जैसे चन्द्रमा की किरणों में शीतलता है, वैसे ही भगवान के हृदय में शीतलता है। मत कहो उसे भगवान, कहो – मेरा

प्यारा है। मत करो उसे ईश्वर, कहो – यह मेरा प्राण है। इस प्रकार की भावना जब आपके भीतर जाग जायेगी, उस रोज आप देखेंगे कि आपका जीवन बड़ा आनन्दमय होगा और वह जीवन कुछ ऐसा होगा जिसे देखकर दूसरे लोग भी समझ सकेंगे कि जीवन हो तो कुछ ऐसा हो। रहा इसी में लेकिन इस दुनिया की परवाह न करते हुए। उसकी दुनिया तो कुछ ऐसी है जहाँ सच्चिदानन्द का आनन्द चौबीसों घंटा आनन्द देता है।

आपने मन्दिर में पहुँच कर यदि प्रभु का प्यार नहीं पाया तो प्रभु का कोई दोष नहीं। आपने सत्संग में आकर भी यदि सत्संग से कुछ लाभ नहीं उठाया तो बोलने वाले का कोई दोष नहीं। जब तक आप आनन्द क्या है, अनन्त क्या है, आत्मा क्या है, परमात्मा क्या है, सृष्टि क्या है, ये दृष्टि क्या है, क्यों मनुष्य सुखी रहता है, क्यों मनुष्य दु:खी रहता है इत्यादि भावना को समझ नहीं पाते, तब तक आपको आनन्द कैसे मिलेगा? आपके सामने कोई तरकारी रख दी गई और यदि आप उसे बनाना न जानें तो आपके लिये तो बड़ी आफत हो गई।

प्रतिक्षण यह जो वायु बहती है यही वायु जब तीव्र गति से बहती है तब हम इसमें एक प्रकार की आवाज सुन पाते हैं। यह आवाज कैसी है? यह आवाज प्राचीन काल के ऋषि-मुनियों की है। जो कुछ वे कह गये या जैसी उनकी भावना रही – वही हवा में विलीन हो गई। चूँकि उस आवाज को पकड़ने के लिये हमारे पास शुद्ध हृदय नहीं है, यन्त्र नहीं है, मस्तिष्क में समझने की शक्ति नहीं है इसीलिये उस (आवाज) को पकड़ नहीं पाते। आज मनुष्य इतना व्यस्त है, इतना कार्य में व्यस्त है, इतना कार्य में संलग्न है कि वह उसकी ओर ख्याल भी नहीं करता कि कोई आवाज भी है क्या?

जैसे पिता की इच्छा होती है कि आज मैं कौन-सी मिठाई ले चलूँ बच्चों के लिये, जिसे देखकर वे खुश हों, जिसे खाकर खुश हों, वैसे ही मेरी इच्छा रहती है कि आज मैं कौन-सी बात सुनाऊँ जिसे सुनकर इनके भाव उदय हो। बार-बार यही भावना रहती है कि किसी प्रकार इनके भी हृदय में भावना पैदा हो जाये, किसी तरह से ये भाव में आ जायें फिर इनको जीने का एक नया आनन्द आ जाये।

बात सुनी और हीरा (जीवन) चमकता रहे तब तो वह बात। वह हीरा किस काम का जिसे मनुष्य हेरा देता है – खो देता है। "तूने हीरा सा जनम गँवाया, भजन बिना बावरे" लोग कह गये हीरे-सा कीमती तुम्हारा जीवन है। तुमने ये जो शरीर पर हीरे धारण कर रखे हैं इनसे भी कहीं बढ़कर तुम्हारे जीवन की कीमत है। यदि तुम प्रसन्न रहना चाहते हो तो हम तुम्हें एक रास्ता बतला देते हैं, एक दवा बतला देते हैं और वह दवा यह है – भजन करो। अगर भजन करो तो तुम्हें वह आनन्द आए जिसकी तुमने कभी कल्पना ही नहीं की होगी।

लेकिन करे क्या – अभी तो मन ही शुद्ध नहीं हुआ, अभी तो मन में वह भावना ही पैदा नहीं हुई। केवल बुद्धि के कारण कहता है – भजन करना चाहिये, लेकिन मन साफ नहीं। इस मन को साफ करने के लिये कुछ ऐसी बातें सुननी होंगी जिससे कि यह मन जो इधर-उधर नाचता है, भटकता है, बेकार इधर-उधर की दुनिया भर की बातों को लेकर के, मन हृदय को चिन्तित कर देता है, उसकी गति-विधि बदल जाये और बात सुनकर कुछ ऐसा आनन्द आये कि समझ पाये मनुष्य की जीवन में आनन्द है।

यदि जीवन में आनन्द नहीं होता तो फिर यह कहना होगा कि वे ऋषि-मुनि झूठ ही कह गये और भगवान का नाम भी तो "सच्चिदानन्द" है। कृष्णचन्द्र, ये रामचन्द्र, ये चन्द्र, चन्द्र हैं। चन्द्र जैसे घटता-बढ़ता है वैसे ही इनके सम्प्रदाय भी घटते-बढ़ते हैं, लेकिन आनन्द कभी घटता नहीं। आनन्द तो आनन्द है, सम्पूर्ण जगत में व्याप्त है, लेकिन प्राप्त होता है किसी-किसी को, जो उसका अभिलाषी है। बुद्धि से मनुष्य कहता है – कौन ऐसा मूर्ख होगा जो आनन्द नहीं चाहता ? बुद्धि से कहता है, लेकिन मन कहाँ चाहता है। मन में तो दुनिया भर की निरर्थक बातें इतनी घुसी हुई है, इतनी निरर्थक बातों का बण्ड़ल भरा हुआ है कि उसे जीवन भर मनुष्य हटा नहीं सकता। ऐसा मनुष्य रोता हुआ ही इस संसार से विदा होता है।

शुरू यहीं से हुआ था – रोना और हँसना। दुनिया रोती है और उन रोते हुए व्यक्तियों को देखकर भक्त हँसता है कि देखो – कैसा मूर्ख मनुष्य है, क्यों नहीं भगवान का नाम लेता, क्यों नहीं भजन करता कि वह भी प्रसन्न हो जाये। यह जो सत्संग किया जाता है, इसका भी यही अर्थ है कि आप अपने घर की निरर्थक बातों को भूलकर शान्ति से बैठकर, अपने इष्ट का ध्यान कर बातें सुनें और उसका आनन्द लेकर, उस आनन्द को प्रभु के चरणार्विन्द में रख दें ताकि आपका आनन्द और भी बढ़ जाये।

मनुष्य थोड़ा कुछ पाकर फूला नहीं समाता। वह यह नहीं जानता कि इन थोड़ी-सी वस्तु से तू आनन्द प्राप्त करने वाला नहीं। तेरे भीतर दुःख का बीज बोया हुआ है और वह (बीज) जब तक तू एक सत्य को मानकर चलता नहीं, तेरा निकलने वाला नहीं। कितना ही मन्दिरों में, तीर्थों में चक्कर काटो लेकिन तुम्हें शांति मिलने की नहीं।

मानों एक को – तुम एक हो। याद रखो – तुम एक हो, तुम्हारा इष्ट भी एक है और उस एक को न मानने के कारण तुम अनेकों को मानकर भी शांत नहीं हो सकोगे। मेरा प्रभु एक, मेरा इष्ट एक, मेरा गुरू एक, मैं एक। एक में मिलकर एक हो गये – यही जब इस जीवन का लक्ष्य होगा तभी हम हँसते हुए इस संसार से जा सकेंगे।