इकाई 16 काम नियंत्रण

इकाई की रूपरेखा

16.0 उद्देश्य

16.1 प्रस्तावना

16.2 काम नियंत्रण (3/36–40) श्लोक, अनुवाद और व्याख्या

16.3 सारांश

16.4 शब्दावली

16.5 बोध/अभ्यास प्रश्नों के उत्तर

16.6 कुछ उपयोगी पुस्तकें

16.0 उद्देश्य

इस इकाई के अध्ययन के पश्चात् आप –

- काम के स्वरूप के विषय में जान सकेंगे।
- काम पर नियन्त्रण क्यों आवश्यक है यह जान सकेंगे।
- काम को नियन्त्रित करके कैसे योग की सिद्धि होती है यह जान पाएंगे।
- काम से उत्पन्न क्रोध के विषय में जान सकेंगे।
- काम से दुःख की प्राप्ति क्यों होती है इस विषय में जान पाएंगे।
- किस प्रकार काम के नियन्त्रण से मनुष्य सांसारिक विषयों से उत्पन्न होने वाले दुखों से दूर हो जाता है यह ज्ञान होगा।
- काम नियंत्रण से क्या लाभ है यह जान पाएंगे।

16.1 प्रस्तावना

गीता में अर्जुन की मोहग्रस्त हुई बुद्धि को कृष्ण के ज्ञानरूपी प्रकाश (उपदेशों) से प्रकाशित किया जाता है तथा अनेक संशयों का निराकरण किया जाता है। जिसमें 'काम नियन्त्रण' एक मुख्य विषय है। किस प्रकार के भोग से काम की उत्पत्ति होती है तथा किस प्रकार से कामरूपी शत्रु से बुद्धि का आच्छादन कर लिया जाता है इन्द्रियाँ, मन तथा बुद्धि किस प्रकार काम का आश्रय स्थान हैं। काम अर्थात इच्छा, आकांक्षा वासना आदि काम के अनेक पर्याय हैं, काम से क्रोध उत्पन्न होता है अर्थात जब मनुष्य की इच्छा अर्थात कामना की पूर्ति नहीं होती तब क्रोध उत्पन्न हो जाता है, जिससे मनुष्य का ज्ञान काम से उत्पन्न उस क्रोधाग्नि के द्वारा नष्ट कर दिया जाता है जिससे मनुष्य शरीर मन और बुद्धि से पतित हो जाता है। इसलिए मनुष्य द्वारा काम पर नियन्त्रण करना आवश्यक है। काम पर किस प्रकार से नियन्त्रण प्राप्त किया जा सके। इस प्रकार काम नियन्त्रण के विषय में अधोलिखित प्रस्तुत 'काम नियन्त्रण' नामक इकाई में विस्तृत वर्णन किया गया है।

16.2 काम नियंत्रण (3/36–40) श्लोक, अनुवाद और व्याख्या

अर्जुन उवाच

अथ केन प्रयुक्तोऽयं पापं चरति पूरुषः।
अनिच्छन्नपि वार्ष्णेय बलादिव नियोजितः॥३/३६॥

अनुवाद –अर्जुन बोले – हे कृष्ण ! फिर किससे प्रेरित होकर न चाहता हुआ भी बलपूर्वक लगाये हुए की भाँति यह मनुष्य (स्वयं) पाप का आचरण करता है ?

व्याख्या –अर्जुन कृष्ण से पूछता है – हे कृष्ण ! बलवान राजा के द्वारा नियुक्त हुए सेवक की तरह कार्य और अकार्य को जानने वाला भी यह पुरुष स्वयं पाप से साध्य फल की इच्छा न करता हुआ भी जो पाप का आचरण करता है वह किस से प्रेरित होकर करता है?

श्रीभगवानुवाच

काम एष क्रोध एष रजोगुणसमुद्भवः।
महाशनो महापाप्मा विद्ध्येनमिह वैरिणम् ॥३/३७॥

अनुवाद –श्रीभगवान् बोले– यह काम (ही) क्रोध है, (जो) रजोगुण से उत्पन्न हुआ सभी प्रकार का भोग करने वाला सर्वभक्षी और बड़ा पापी है, इस विषय में इसको (क्रोधको) तू शत्रु समझ।

व्याख्या –सबकी प्रवृत्ति का कारण काम ही है, यह काम जो सभी मनुष्यों का शत्रु है जिसके कारण सभी जीवों को दुःख की प्राप्ति होती है। यह काम किसी कारणसे बाधित होने पर क्रोध के रूप में बदल जाता है, इसलिए इसे क्रोध भी कहा गया है यह काम स्वयं रजोगुण से उत्पन्न हुआ रज का गुण राग है अर्थात विषय सम्बन्धित सामान्य इच्छा है, यही इच्छा विषय के समीप होने पर काम को उत्पन्न करती है इसलिए काम रजोगुण से उत्पन्न हुआ है। रजोगुणके कार्य – सेवा आदिमें लगे हुए दुःखित मनुष्यों का ही यह प्रलाप सुना जाता है कि तृष्णा ही हमसे अमुक काम करवाती है' इत्यादि। काम कभी भी विषयों के उपभोग से शान्त नहीं होता इसीलिए इसे (महाशन) बहुत खाने वाला कहा है। यह काम आवेश में आकर परस्त्री का गमन करने की इच्छा करता है, क्रुद्ध हुआ पुरुष गुरु को भी कोसता है, गौ को भी पीड़ा देता है इसीलिए यह काम महापापी है। इस कारण इस काम(क्रोध) को मोक्ष के मार्ग का वैरी जान।

धूमेनाव्रियते वह्निर्यथादर्शो मलेन च।
यथोल्बेनावृतो गर्भस्तथा तेनेदमावृतम् ॥३/३८॥

अनुवाद –जिस प्रकार धूएँ से अग्नि और धूल से शीशा ढका रहता है, जैसे गर्भाशय द्वारा भ्रूण (गर्भ) आवृत्त रहता है उसी प्रकार से ज्ञान उस काम के द्वारा ढ़का रहता है।

व्याख्या –जिस प्रकार अन्धकाररूप धुएँ से प्रकाशरूपी अग्नि को ढक लिया जाता है, जैसे जीव के प्रतिबिम्ब को दिखाने वाला दर्पण (मल)धूल के कणों से ढक जाता है, जैसे गर्भाशय द्वारा भ्रूण (गर्भ) आवृत रहता है, वैसे ही अप्रकाशरूप, मलिन, अचेतन इस काम से मनुष्य का प्रकाशरूपी दिव्य, चेतन ज्ञान को ढक लिया जाता है।

आवृतं ज्ञानमेतेन ज्ञानिनो नित्यवैरिणा।
कामरूपेण कौन्तेय दुष्पूरेणानलेन च ॥३/३९॥

अनुवाद –हे अर्जुन ! ज्ञानियों के नित्य शत्रु द्वारा काम रूप में कभी भी पूर्ण न होनेवाली इस अग्नि से, इस ज्ञान को ढका हुआ है।

व्याख्या –ज्ञानी पुरुष के इस कामरूपी नित्यशत्रु से ज्ञानीपुरुष का ज्ञान ढका हुआ है। ज्ञानी द्वारा पहलेसे ही यह जान लिया जाता है कि काम के द्वारा वह विषय–भोगों में नियुक्त कर लिया गया है इसके द्वारा वह नित्य दुखी भी रहता है। इसलिये यह ज्ञानी पुरुष का ही नित्य शत्रु है न कि मूर्खका, क्योंकि वह मूर्ख व्यक्ति तृष्णा के समय काम को मित्रके समान समझता है परन्तु जब उसके फल की परिणति दु.खरूप में प्राप्त होती है, तब उसे यह ज्ञान होता है कि वह कामरूपी तृष्णाके द्वारा दुखी किया गया है वह अविवेकी मनुष्य इसके परिणाम को पहले नहीं जान पाता, इसलिये यह काम अज्ञानी पुरुष का वैरी न होकरके ज्ञानी पुरुषों का नित्य बैरी है। कैसे कामके द्वारा ज्ञान आच्छादित है इसपर कहते हैं– काम – इच्छा रूप से जो चाहा जाता है, निरन्तर विषयों के उपभोग करने से भी जिसे तृप्ति न मिले तथा हृदय के भीतर जो अग्नि के सामान काम करता है वह अनल है, हमेशा बाह्य विषयों का आकर्षण, निष्काम का प्रतिकूल होने के कारण, ऐसे कामरूप शत्रु द्वारा ब्रह्म का ग्रहण करने वाली बुद्धि (ज्ञान) का आच्छादन किया गया है।

इन्द्रियाणि मनो बुद्धिरस्याधिष्ठानमुच्यते।
एतैर्विमोहयत्येष ज्ञानमावृत्य देहिनम् ॥३/४०॥

अनुवाद –इन्द्रियाँ, मन और बुद्धि – ये सभी इसके (कामके) निवासस्थान कहे गये हैं। यह काम मन, बुद्धि और इन्द्रियाँ इन सभी के द्वारा ही ज्ञान को आवृत कर देहधारी जीवात्मा को मोहग्रस्त कर देता है।

व्याख्या –चक्षु आदि इन्द्रियाँ, मन तथा बुद्धि ये सभी इस कामके आश्रयभूत निवासस्थान स्थान माने जाते हैं। यह काम इन आश्रयभूत चक्षुरादि इन्द्रियों के द्वारा (अवान्तर दृष्टिको) ज्ञानको ढक करके इस देहात्म बुद्धि वाले ज्ञानी तथा अज्ञानी पुरुष को नाना प्रकारसे मोह लेता है।

16.3 सारांश

प्रस्तुत इकाई के अध्ययन के पश्चात हमें सार रूप में यह ज्ञात होता हैं कि काम (कामनाओं) से युक्त मनुष्य जीवन में हमेशा दुखी रहता है, हमारे शरीर में तीन गुणों का प्रवाह है जिनमें सत्व, रज तथा तम को कहा गया है इन तीनो गुणों के आधिक्य तथा न्यूनता के अनुसार मनुष्य का मन भी उसी प्रकार प्रवृत होता है, जैसे सतोगुण की मात्रा अधिक हो और रजोगुण तथा तमोगुण की मात्रा न्यून हो तो इस स्थिति में व्यक्ति का हाव–भाव, आचार–विचार तथा मन की स्थिति सात्विक होती है, जिससे व्यक्ति का मन अच्छे धार्मिक कार्यों की ओर प्रवृत्त होता है। उसी प्रकार यदि रजोगुण अधिक हो तो व्यक्ति के हाव–भाव, आचार– विचार तथा मन की स्थिति भी राजसी होती है ठीक इसी प्रकार तमो गुण को भी समझना चाहिए। जो यहाँ काम नियन्त्रण का विषय है उसकी उत्पत्ति रजोगुण से ही बताई गयी है और काम को ही सब मनुष्यों की प्रवृत्ति का कारण माना। यहाँ काम से ही क्रोध को उत्पन्न होने वाला बताया है जो कि मनुष्य का सबसे बड़ा शत्रु है। इसलिए जीवन में मनुष्य को चाहिए की वह काम अर्थात अपनी इच्छाओं कामनाओं का दमन करें। काम पर नियन्त्रण रखें। जिस व्यक्ति का काम (क्रोध) पर नियन्त्रण नहीं रहता वह जीवन में दुखों को प्राप्त करता है और पतित हो जाता है। जब मनुष्य की इच्छाओं की कामनाओं की पूर्ति नहीं

होती तो उससे क्रोध उत्पन्न हो जाता है। क्रोध रूपी अग्नि के धुएँ से प्रकाश रूपी बुद्धि आच्छादित हो जाती है जिसके कारण व्यक्ति क्या सही है और क्या गलत है इस विषय में भेद नहीं कर पाता जिसके परिणाम स्वरूप वह अनिष्ट कर बैठता है जिससे उसे अधोगति की प्राप्ति होती है अन्त में वह घोर दुःख को प्राप्त हो जाता है। यहाँ काम को ज्ञानी पुरुष का नित्य शत्रु कहा गया है और अज्ञानी पुरुष काम को मित्र समझने लगता है। मूर्ख अज्ञानी व्यक्ति तृष्णा के समय काम को मित्रके समान समझता है परन्तु जब उसके फल की परिणति दु.खरूप में प्राप्त होती है, तब उसे यह ज्ञान होता है कि 'वह कामरूपी तृष्णाके द्वारा दुखी किया गया है वह अविवेकी मनुष्य इसके परिणाम को पहले नहीं जान पाता, इसलिये यह काम अज्ञानी पुरुष का शत्रु न होकर ज्ञानी पुरुषों का नित्य शत्रु कहा गया है। चक्षु आदि इन्द्रियाँ, मन तथा बुद्धि ये सभी कामके निवास स्थान कहे गये हैं। यह काम इन आश्रयभूत चक्षुरादि इन्द्रियों के द्वारा ज्ञानको ढक करके ज्ञानी तथा अज्ञानी पुरुष को नाना प्रकारसे मोह लेता है। इसीलिए कहा गया है कि चक्षुरादि इन्द्रियों मन तथा बुद्धि को बाहरी विषयों (काम–इच्छाओं) से रहित करके काम का नियन्त्रण करके उस परमात्मा में लगाना चाहिए।

16.4 शब्दावली

- (३/३६)– वार्ष्णेय –कृष्ण के लिए
  अनिच्छन् – न चाहने वाला
- (३/३७)– महाशनः – अत्यधिक खाने वाला
- (३/३८)– आव्रियते – आच्छादित, ढका हुआ
  उल्वेन – जेर से (गर्भाशय से)
- (३/३६)– कौन्तेय – अर्थात कुन्तीपुत्र अर्जुन
  दुष्पूरेण – न पूर्ण होने वाले

16.5 बोध/अभ्यास प्रश्नों के उत्तर

1. काम को किस प्रकार से नियंत्रित किया जा सकता है? और उसके क्या लाभ हैं?
2. काम और क्रोध किस प्रकार ये सभी अनर्थों के हेतु हैं ?
3. काम रूपी शत्रु से किस प्रकार ज्ञान आच्छादित होता है ? टिप्पणी कीजिये।

16.6 कुछ उपयोगी पुस्तकें

- श्रीमद्भगवद्गीता माहात्म्य – गीताप्रेस गोरखपुर
- श्रीमद्भगवद्गीता साधारण भाषाटीकासहित – गीताप्रेस गोरखपुर
- श्रीमद्भगवद्गीता यथारूप – भक्तिवेदान्तबुक ट्रस्ट
- श्रीमद्भगवद्गीता गीतातात्पर्यबोधिनी – श्रीशंकरानन्दसरस्वतीविरचित, चौखम्बा संस्कृत प्रतिष्ठान, दिल्ली
- श्रीमद्भगवद्गीता – साधकसंजीवनी हिन्दीटीका – गीताप्रेस गोरखपुर
- पातञ्जलयोगदर्शनम् – व्यासभाष्यसहित 'योगदीपिका' – चौखम्बा संस्कृत प्रतिष्ठान, दिल्ली।