



યોગમાં દુઃખદ અને સુખદ વૃત્તિઓ : એક અધ્યયન

પ્રાસ્તાવિક :

યોગ એટલે મનુષ્ય સ્વયં પોતાનો સાચો પરિચય કેળવે એ માટે પ્રાચીન સમયમાં આપણા દેશના મનીષીઓએ સ્વાનુભવથી નિપજાવેલી શાસ્ત્રીય યુક્તિ. એ યુક્તિથી માણસ પોતાને ઓળખે અને સ્વરૂપમાં રહે એ મુક્તિ. માણસનો સાચો પરિચય ફક્ત એના જાગૃત અવસ્થાના અનુભવોને કારણે જ ન થઈ શકે. એ માટે એણે એના દૈનંદિન જીવનમાં અનુભવાતી જાગૃત, સ્વપ્ન અને ગાઢ નિદ્રા એ ત્રણે અવસ્થાઓના બધા અનુભવોનું તટસ્થ, વૈજ્ઞાનિક કે શાસ્ત્રીય મૂલ્યાંકન કરવું જરૂરી છે. વળી માણસ પ્રકૃતિનો એક ભાગ છે તે એની ઉત્ક્રાંતિનું સૌથી વિકસિત એકમ છે. તેથી સમગ્ર પ્રકૃતિનાં બધાં પરિબલોનું પરિગણન તેમજ એમના બંધારણ અને કાર્યોનું ગહન, શાસ્ત્રીય અધ્યયન પણ માણસના અધ્યયનના ભાગરૂપે આપોઆપ થઈ જાય છે. આ સંકલિત કામ અતિપ્રાચીન સમયમાં વિકસેલી સાંખ્ય-યોગ-દર્શનના નામે ઓળખાતી સર્વાંગપૂર્ણ વિચારપ્રણાલીના પ્રણેતાઓએ કર્યું હતું. તેમાં પતંજલિનાં યોગસૂત્રોનું મહત્ત્વ ભારતીય પરંપરામાં યુગોથી છે. આ યોગસૂત્રો પર મહર્ષિ વ્યાસવિરચિત સાંખ્યપ્રવચન ભાષ્ય અને વાચસ્પતિમિશ્ર દ્વારા વિરચિત તત્ત્વવૈશારદી આ બે ભાષ્યો સંસ્કૃત પરંપરામાં અગત્યનું સ્થાન ધરાવે છે. આ યોગસૂત્રો અને બન્ને ભાષ્યોમાં યચિત દુઃખદ અને સુખદ વૃત્તિઓની યચા અહીં કરવામાં આવી છે.

વૃત્તયઃ પચ્ચતયઃ ક્લિષ્ટાઽક્લિષ્ટાઃ ।

દુઃખદ અને સુખદ વૃત્તિઓ પાંચ પ્રકારની છે. યોગના અભ્યાસમાં ઉપયોગી એવી એમની અવાંતર વિશેષતા બતાવે છે કે વૃત્તિઓ દુઃખદ અને સુખદ છે. સુખનો આશરો લઈ દુઃખનો નિરોધ કરવો અને સુખનો પણ વૈરાગ્યથી નિરોધ કરવો જોઈએ. મનુષ્યના પ્રમાણ વગેરેથી વસ્તુઓ સારી કે ખરાબ છે. એનો નિર્ણય કરી, એમાં રાગ કે દ્વેષ કરે છે. તદનુસાર કર્મ કરી કર્મસંચય કરે છે. આમ ધર્મ અને અધર્મના સંચય અને પ્રસવ માટે ભૂમિરૂપ બનનારી વૃત્તિઓ દુઃખકારક છે. રજશ્, તમસ્ વિનાના શાન્તપણે વહેતા બૃહ્દિસત્ત્વમાં પ્રજ્ઞાનો પ્રકાશ થાય એને સુખદ વૃત્તિઓ કહે છે, આ વૃત્તિઓ પાંચ છે. પ્રમાણવિપર્યયવિકલ્પનિદ્રાસ્મૃતયઃ । (૧) પ્રમાણ (૨) વિપર્યય (૩) વિકલ્પ (૪) નિદ્રા અને (૫) સ્મૃતિ .

(૧) પ્રમાણ :

પ્રત્યક્ષાનુમાનાગમાઃ પ્રમાણાનિ ।

પ્રત્યક્ષ, અનુમાન અને આગમ એ પ્રમાણો છે. યોગસૂત્રોના ભાષ્યકારો પ્રમાણ વૃત્તિને બધાથી જુદી પાડે છે. એનું સામાન્ય લક્ષણ આપતાં કહે છે, કે ‘અગાઉ ન જણેલી વસ્તુનું સાચું જ્ઞાન પ્રમાણ છે. એ પુરૂષના વ્યવહારનું કારણ બને છે. તેમાં પ્રત્યક્ષએ બધાં પ્રમાણોનું મૂળ છે. ચિત્તમાં રહેલી વૃત્તિઓનું ફળ પુરૂષમાં કેવી રીતે આવે છે. આ શંકાના નિવારણ માટે ભાષ્યકાર જણાવે છે કે પુરૂષથી જુદી ન પાડી શકાય તેવી પ્રત્યક્ષ બુદ્ધિવૃત્તિથી તેનો બોધ થાય છે. અનુમાન એટલે બે વસ્તુ સાથે રહેતી હોવાનાં ચિત્તે વગેરે જોઈને પુરૂષ કાર્યમાં પ્રવૃત્ત થાય છે. અનુમાનના જ્ઞાન પર આગમ આધારિત છે. માટે આગમ પહેલાં અનુમાનનું નિરૂપણ છે. આગમનો સંબંધ તત્ત્વનું જ્ઞાન, કરુણા અને ઈન્દ્રિયોની દોષરહિતતા સાથે છે. સામાન્ય રીતે પુરૂષે સ્વયં જોઈલા કે અનુમાન કરેલા પ્રદાર્થના પોતાના જ્ઞાનને અન્યમાં સંકાન્ત કરવા શબ્દથી તે જ્યારે ઉપદેશ કરે છે ત્યારે તે પ્રદાર્થ વિશે સાંભળનારની વૃત્તિને આગમ કે શબ્દપ્રમાણ કહે છે.

(૨) વિપર્યય

વિપર્યયો મિથ્યાજ્ઞાનમતદ્રૂપપ્રતિષ્ઠમ્ ।

વિપર્યય એટલે ખોટું જ્ઞાન, જે વસ્તુના પોતાના સ્વરૂપમાં પ્રતિષ્ઠિત નથી. વિપર્યય લક્ષ્યનો નિર્દેશ કરે છે. ખોટું જ્ઞાન લક્ષ્યને નિર્દેશે છે. પોતાના રૂપમાં પ્રતિષ્ઠિત ન હોય, પણ અન્યના રૂપમાં પ્રતિષ્ઠિત હોય છે. છતાં તેનું જ્ઞાન ભાસે છે. દાખલા તરીકે ‘અશ્રાદ્ધભોજી’ નો દેખીતો અર્થ થાય છે કે પિતૃઓને અર્પણ ન કરેલું ખાનાર બ્રાહ્મણ. પણ તેનો ખરો અર્થ થાય ‘પિતૃઓને અર્પણ કરેલું ન ખાનાર’ આમાં સંયયનો પણ સમાવેશ થાય છે. ફરક એટલો છે કે અહીં જ્ઞાનની અપ્રતિષ્ઠા જ્ઞાન પર જ આરૂઢ છે.

(૩) વિકલ્પ

શબ્દજ્ઞાનાનુપાતી વસ્તુશૂન્યો વિકલ્પઃ ।

શબ્દજ્ઞાન પછી વસ્તુવિના થતી ચિત્તવૃત્તિ વિકલ્પ છે. આ વૃત્તિ પ્રમાણ કે મિથ્યાજ્ઞાનની કક્ષાએ પહોંચતી નથી. કોઈપણ વસ્તુના અભાવમાં શબ્દજ્ઞાનના માહાત્મ્યને કારણે વ્યવહાર ચાલતો દેખાય છે. યોગમાં વૃત્તિ તરીકે વિકલ્પ ક્યારેક અભેદમાં ભેદનું અને ક્યારેક ભેદમાં અભેદનું આરોપણ કરે છે. તેથી વસ્તુમાં ખરેખર ભેદ કે અભેદ ન હોવાથી એનાથી થતો એ બેનો આભાસ વિકલ્પ છે. જે પ્રમાણ કે વિપર્યય નથી છતાં વ્યવહારમાં એનાથી કોઈ મુશ્કેલી થતી નથી.

(૪) નિદ્રા

અભાવપ્રત્યયાલમ્બના વૃત્તિનિદ્રા ।

અભાવ જ્ઞાનને અવલંબતી વૃત્તિ નિદ્રા છે. જાગ્યા પછી એનો વિચાર કરવામાં આવતો હોવાથી એ વિશેષ પ્રકારનું પ્રત્યક્ષ જ્ઞાન છે. ‘હું સુખપૂર્વક સૂતો હતો. મારું પ્રસન્ન મન બુદ્ધિને ઉજાળે છે.’ ‘હું દુઃખ પૂર્વક સૂતો હતો. મારું મન અસ્થિર બનીને ભમે છે. અને કાંઈ કરવાની ઈચ્છા થતી નથી.’ નિદ્રા દરમ્યાન આવાં અનુભવો થતાં ન હોય તો જાગ્યા પછી એમનો વિચાર થાય નહીં. અને એમના આશ્રયે એમને વિષય બનાવનારી સ્મૃતિઓ પણ પેદા થાય નહીં. તેથી નિદ્રા વિશેષ પ્રકારનું જ્ઞાન છે. યોગની સમાધી માટે બીજા જ્ઞાનોની જેમ એનો પણ નિરોધ કરવો જોઈએ.

(૫) સ્મૃતિ

અનુભૂતવિષયાસંપ્રમોષઃ સ્મૃતિઃ ।

અનુભવેલા વિષયને નષ્ટ ન થવા દેતી વૃત્તિ સ્મૃતિ છે. અનુભૂત વિષય ચોરાય નહીં એ સ્મૃતિ છે. પ્રમાણ વગેરેથી અનુભવને કારણે મનમાં પ્રવેશેલા વિષયનું અસ્તેય, ચોરાય ન જવું એ સ્મૃતિ છે. જે જ્ઞાન માત્ર સંસ્કારથી પેદા થાય છે. આ સંસ્કારના કારણરૂપ અનુભવથી ભાસિત થતો વિષય એનો પોતાનો કહેવાય. એનાથી વધારે વિષયનો પરિગ્રહ ચોરી કહેવાય. સ્મૃતિ બે પ્રકારની છે 1. ભાવિત સ્મૃતિ : જેમાં ચિત્ત અને એનો વિષય એકરૂપ બન્યા હોવાથી, પ્રયત્ન વિના સ્મૃતિ પેદા થાય છે. તેથી તે મિથ્યા હોય છે. 2. અભાવિત સ્મૃતિ : આમાં ચિત્ત અને વિષય એકરૂપ થયા વિના એને પ્રયત્નપૂર્વક યાદ કરે છે. તેથી આ સાચી સ્મૃતિ છે. ભાવિત સ્મૃતિ સ્વપ્નમાં થાય છે. અને અભાવિત સ્મૃતિ જાગૃત અવસ્થામાં થાય છે. આ બધી વૃત્તિઓ પ્રમાણ, વિપર્યય, વિકલ્પ અને નિદ્રા સ્મૃતિના અનુભવથી પ્રગટ થાય છે.

ઉપસંહાર

આ વૃત્તિઓ સુખ, દુઃખ અને મોહાત્મક છે. અને આ બધા ક્લેશો છે. સુખ સાથે રાગ અને દુઃખ સાથે દ્વેષ રહે છે. મોહ અવિદ્યા છે. માટે આ બધી વૃત્તિઓનો નિરોધ કરવો આવશ્યક છે. પતંજલિ આ બધી વૃત્તિઓના નિરોધનો ઉપાય જણાવતાં કહે છે કે અભ્યાસવૈરાગ્યભ્યાં તન્નિરોધઃ ।^{૧૮} અભ્યાસ અને વૈરાગ્યથી એમનો નિરોધ થાય છે. ઉત્સાહપૂર્વક અને પોતાની શક્તિ મૂજબ પ્રયત્ન કરવો તે અભ્યાસ છે. અને જોયેલા અને સાંભળેલા વિષયોમાં તૃષ્ણારહિત બનીને પોતાના જ સ્વામી બનીને વિષયોને પોતાના વશમાં રાખવાની સ્થિતિને વૈરાગ્ય કહેવામાં આવે છે.

સંદર્ભગ્રંથો :

(૧) પતંજલિનાં યોગસૂત્રો

માર્ગદર્શક

પ્રા. ડૉ. મનુભાઈ એસ. પ્રજાપતિ

શ્રી યુ.પી. આર્ટ્સ, શ્રીમતી એમ.જી. પંચાલ સાયન્સ

શ્રી વી.એલ.શાહ કોમર્સ કોલેજ, પિલવાઈ

સંશોધક

મનહરકુમાર એ મકવાણા

ગામ – દગાવાડિયા

તા. વિજાપુર, જિ. મહેસણા

Copyright © 2012- 2016 KCG. All Rights Reserved. | Powered By : Knowledge Consortium of Gujarat