प्रतिक्रिया उठती है। कहने का भाव है कि जिसने अपनी ज्ञानेन्द्रियों पर राज करना नहीं सीखा है, उसके मन में ये इंद्रियाँ बोलती रहती है अर्थात् ये इंद्रियाँ भी जीभ की 'राजदूत' बनकर उसके कार्य को जारी रखती हैं।

सर्वोत्तम एकांतवास है मौन

यदि मन को श्रेष्ठ कल्याणकारी चिन्तन में टिका लिया जाये तो यही मन का मौन कहा जा सकता है। मौन का जो आदी है, वह जब बोलता है तो उसके बोल सारयुक्त, गहरे, गंभीर व मीठे होते हैं। **मौन, मन का गुंजन है, हृदय का स्पंदन है, विश्वसनीय मित्र है, सर्वोत्तम एकांतवास है, आत्मा का मार्गदर्शक है, हृदय की भाषा है, विचारशीलता की जननी है। मौन के वृक्ष पर ही शान्ति के फूल खिलते हैं। अधिक बोलना पोल खोलता है, कम बोलना कमज़ोरियों को ढक देता है। अधिक बोलना ढोल है, ना बोलना ढाल है जो दूसरों के वाक्यप्रहार से बचाती है। जिस प्रकार सब्जी में हल्का-सा नमक उसके स्वाद को बढ़ा देता है, उसी प्रकार का महत्त्व योग-साधना में मौन का है।**

जो जागा हुआ है, उसकी जीभ सोई हुई है

जो कार्य किसी को बार-बार समझाने व लंबी-चौड़ी दलीलें देने से भी नहीं बन पाता, वह कार्य जीभ पर बंधन लगाने से सहज सफल हो जाता है। जो व्यक्ति आपके मीठे सारगर्भित शब्दों से अप्रभावित है, वह आपके लंबे-चौड़े व्याख्यान से भी नहीं समझेगा। किसी को बार-बार समझाने की बजाय आप उसकी हरकतों पर मौन धारण कर लें, तो वह अपने को असहज महसूस करने लगेगा। वह खुद ही आपसे अपनी गलती बतला कर उसके सुधार का आश्वासन देगा। देखने में यह आता है कि आज जिसके पास जितना ज़्यादा धन है वह उतना ही ज्यादा वाचाल होता है। कम धन व संसाधनों वाले मनुष्य कम बोलते हैं। यही कारण है कि ऐसे कम बोलने वाले मनुष्य ही आध्यात्मिक ज्ञान को जल्दी प्राप्त कर लेते हैं। जो प्रज्ञावान है, जागा हुआ है, उसकी जीभ सोई होती है परंतु जो धनवान है, अज्ञान की नींद में है, उसकी जीभ इतनी जगी होती है कि अक्सर सोते हुए भी बड़बड़ाती है। दस निर्धन मनुष्यों को आप रात में एक कमरे में सुला दें, वे चुपचाप सो जायेंगे परंतु दो धन्ना सेठों को आप एक कमरे में सुला कर देखें, वे शायद पूरी रात न सो सकें। उनके अहं के प्रकंपन लेटे हुए भी टकराते रहेंगे।

जीभ का सबसे बड़ा अवगुण है निन्दा

जिसकी जेब में धन है, उसकी जीभ नमकीन होती है और जिसकी जेब खाली है, उसकी जीभ पर शहद होता है। धन का आगमन या पलायन मनुष्य की जीभ के स्वास्थ्य व चपलता पर प्रभाव डालता है। अचानक बड़ा नुकसान हो जाये तो जीभ सूखने व लड़खड़ाने लगती है और यदि अचानक बड़ी पूंजी हाथ लग जाये तो जीभ की तरावट तो बढ़ती ही है, इसकी चपलता व सजगता भी बढ़ जाती है। एक बार एक भिखारी की पचास लाख रुपये की लॉटरी खुल गई थी तो उसकी झुकी पीठ सीधी हो गई, आँखों की रोशनी बढ़ गई और दयनीय आवाज़ कड़क आवाज में बदल गई। निर्धन में धैर्य का गुण होता है परंतु संपन्न व्यक्ति हमेशा अधीर रहता है। यह अधीरता उसकी जीभ को कुछ ज्यादा ही चलायमान रखती है। धैर्य से सहनशक्ति का गुण स्वत: आता है। धैर्य पुरुष का विशेष आभूषण है और शील नारी का। परंतु सहनशीलता, नर-नारी दोनों का गुण है। अति वाचाल जीभ से आत्मा अपने गुणों को खोती जाती है और अवगुणों को धारण करती जाती है। जीभ के माध्यम से प्राप्त सबसे बड़ा अवगुण है 'निन्दा'। ऐसा मनुष्य दूसरों की अच्छाइयों को घटा कर बतलाता है और बुराइयों को बढ़ाकर। परंतु ऐसा मनुष्य आध्यात्मिक पुरुषार्थी के लिए वरदान है क्योंकि उसकी आलोचना से पुरुषार्थी के पुरुषार्थ की जांच हो जाती है।

(क्रमशः)