

## सद्भावना

प्रो. (डॉ.) सोहन राज तातेड़,

पूर्व कुलपति सिंघानिया विश्वविद्यालय, राजस्थान

सद्भावना का अर्थ है अच्छी सोच, अच्छा विचार, अच्छा चिंतन, रचनात्मक और विधेयात्मक विचार। हम दूसरों के प्रति कैसा सोचते हैं, यह बहुत ही महत्वपूर्ण चीज है। विचार के साथ मानस से जो तरंगे निकलती है वह भी व्यक्ति को प्रभावित करती है। हमारे संसार में विचार विनिमय के साधन हैं मन, वाणी और शरीर। मन के द्वारा आदमी चिंतन करता है, वचन के द्वारा चिंतन को व्यवहार में लाता है और शरीर के द्वारा उसका क्रियान्वयन करता है। जब हम किसी अनजान व्यक्ति को अन्धे को, लूले को, लंगड़े को जिससे की हमारा कोई परिचय नहीं है, आदर के साथ उसको उसका मार्ग दिखलाते हैं, या उसके साथ सद्भावना पूर्वक बात करते हैं तो उसको भी अच्छा लगता है और आत्मीयता प्रतीत होती है। मन, वाणी और शरीर का संयम सद्भावना को व्यक्त करता है। सद्भावना एक रचनात्मक भावना है। सद्भावना में सहनशीलता का गुण होना चाहिए। सद्भावना मानव का सबसे बड़ा गुण है। जिस मानव के अंदर यह गुण रहता है वह महान कहलाता है। जो व्यक्ति जितना सहन करके चलता है उसका चरित्र उतना ही ऊंचा होता है। चरित्र वह हीरा है जो टूटकर जुड़ता नहीं। चरित्र निर्माण मानव की स्वाधीन प्रक्रिया है। चरित्र ही ऐसा है जिसे मानव निर्मल बना सकता है। यह उसके अपने अधिकार का विषय है। किसी व्यक्ति को किसी बुराई का परित्याग करने को कहा जाता है तो अक्सर उत्तर मिलता है कि क्या करूं? मैं मानता हूं कि यह कार्य गलत है किंतु मेरी आदत पड़ गई है, आदत छूटना बड़ा कठिन है। कई तो यहां तक कह देते हैं कि मैंने इस आदत को त्यागने का खूब प्रयास किया किन्तु मैं इसे छोड़ नहीं सका। मैं एक बात पूछता हूं ऐसे व्यक्तियों से कि भाई तुम अपनी आदत को बदल नहीं सकते तो बताओं क्या बदल सकते हो? चांद-सूरज बदल सकते हो या धरती आसमान को बदल सकते हो? क्या अपने एक सफेद बाल को भी काले बाल में बदल सकते हो? वास्तविकता यह है कि मानव कुदरत के सिद्धान्तों को बदलने में नितांत असमर्थ है। हां, एक ही बात व्यक्ति के अपने हाथों में है, और वह है अपने आपको बदलना। यह कैसी विडंबना है कि जो मानव कर सकता है

उसके लिए ही कहा करता है कि मैं यह नहीं कर सकता। चरित्र निर्माण के संबंध में पहली आवश्यकता है, व्यक्ति अपनी आत्म-शक्ति को पहचाने। उसके अंदर एक अनंत शक्ति का स्रोत निरंतर प्रवाहित है, इस ध्रुव सत्य को आत्मसात कर लिया जाए। ध्यान धारणा द्वारा अपने-आपको अंतर पुष्ट करने की एक प्रबल आवश्यकता है। सद्भावना का अपने आप में अनुभव एक ऐसी जबर्दस्त प्रक्रिया है कि वह जीवन के प्रति समस्त दृष्टिकोण को बदल देती है। एक जगह जन्म लेने और पलने वाले व्यक्तियों में भी बड़ा भारी अंतर पाया जाता है। एक शेर की तरह जीता है और दूसरा गीदड़ की तरह दबा-दबा रहता है। आखिर यह अंतर क्यों? विभिन्न जीवन धाराओं का गहराई तक अध्ययन करने पर यह निष्कर्ष सामने आता है कि विभिन्न जीवन प्रक्रियाओं की मौलिक असमानता का कारण क्षेत्र, वातावरण, खान, पान, पहनावा मूल नहीं होकर मौलिक कारण आत्म-शक्ति का प्रकाट्य संबंधी अंतर है। सत्य और न्याय आत्म स्वीकृत तत्व हैं और उसके प्रत्येक स्फुरण में वे ही जगमगाते हैं। वह भी एक जीवन होता है किन्तु जगमगाता हुआ। मानव जीवन समता और सहिष्णुता और सद्भावना का जीवन है। भौतिक सुख-दुःख का मानव-जीवन में कोई स्थान नहीं। उसकी सम्पूर्ण चर्या आध्यात्मिक गुणों से परिपूर्ण होती है। जिसने संयम और सद्भावना के मार्ग को स्वीकार कर लिया है, उसके जीवन में कठोर और मृदु संवेदनों का आना आवश्यक है। संयम के कठोर मार्ग पर चलने वाले साधक के जीवन में परीषहों का आना स्वाभाविक है, क्योंकि साधक का जीवन चरित्र की मर्यादाओं से बधा है। मर्यादाओं के पालन से मानव जीवन की सुरक्षा होती है। मर्यादाओं का पालन करते समय संयममार्ग से च्युत करने वाले कष्ट एवं संकट ही मानव की कसौटी हैं। इसलिये उन कष्टों को समभाव और सद्भावना से सहन कर वह अपने आचार का पालन करे। साधक के लिये परीषह बाधक नहीं साधक होते हैं। मानव में जीवन यापन के दो प्रमुख आयाम होने चाहिए— अहिंसा और कष्ट सहिष्णुता। कष्ट सहने का अर्थ शरीर, इन्द्रिय और मन को पीड़ित करना नहीं, किन्तु अहिंसा आदि धर्मों की आराधना को सुस्थिर बनाये रखना है। मानव जीवन में अनेक बाधायें, प्रतिकूलतायें तथा उपसर्गादि आते ही रहते हैं, इन्हें समतापूर्वक सहना ही परीषह जय कहलाता है। कहा गया है—

**क्षमा बड़न को चाहिए,**

## छोटन को उत्पात।।

अर्थात् बड़े लोगों का यह धर्म है कि यदि छोटे लोग किसी प्रकार का उत्पात भी करे तो उन्हें क्षमा कर दें। सद्भावना के बिना यह संभव नहीं है। अतः सद्भावना मानव का सर्वोत्तम गुण है। सज्जन व्यक्ति का कार्य है यदि बिच्छू जल में गिरा है तो उसे बाहर निकाल दें और बिच्छू का कार्य है डंक मारना। सज्जन व्यक्ति की सद्भावना इस कार्य में दिखायी पड़ती है कि वे दूसरों के साथ सदैव अच्छा व्यवहार करते हैं। जो कर्म में सूर होते हैं वे धर्म में भी सूर होते हैं। उनके लिए स्वार्थ, परार्थ और परमार्थ की चेतना में परार्थ और परमार्थ ही प्रमुख होता है।