रहो भीतर, जीओ बाहर

प्रो. (डॉ.) सोहन राज तातेड़,

पूर्व कुलपति सिंघानिया विश्वविद्यालय, राजस्थान

हर मनुष्य के जीवन में दो जगत हैं– बाहर का जगत एवं भीतर का जगत। बाहर का जगत पंचेन्द्रियों का जगत है। यहां पर मन, वचन और काया की प्रवृत्ति चलती रहती है। बाहर द्वैत है द्वैत के बिना बाह्य जगत नहीं चलता। दिन–रात, नर–नारी, स्त्री–पुरुष, राग–द्वेष, लाभ–हानि बाहरी जगत से सम्बन्धित है। ऋतुओं का बदलना, जीवन और मरण, प्राकृतिक परिवर्तन इत्यादि कार्य प्रकृति के नियमानुसार चलते रहते हैं। इससे संसार चलता है। बाह्य जगत को व्यवस्थित करने से भीतर का जगत व्यवस्थित हो जाता है। भीतर के जगत में प्रवेश करने के लिए आत्मा का ज्ञान होना जरूरी है। आंख को बन्द करके मन को नियंत्रित करके आत्मानुभूति करनी होती है। धीरे–धीरे अभ्यास से मन नियंत्रित हो जाता है और आत्मानुभूति होती है।

आत्मा अमूर्त्त है। कार्मण शरीर के कारण मुक्त आत्मा बंधनग्रस्त हो जाता है। आत्मा जैसे ही कर्ममुक्त होता है वह अपने स्वभाव में स्थित हो जाता है। बाह्य जगत में सुख–दुःख की अनुभूति होती है। संसार का सुख आत्मानन्द का बिन्दूमात्र है। आत्मानन्द सुख का भण्डार है। जीवन किसे कहते हैं? जन्म से लेकर मृत्यु तक का समय जीवन कहलाता है। जन्म के साथ ही मृत्यु निश्चित हो जाती है। जहां संयोग है वहां वियोग भी है। महत्वपूर्ण बात यह है कि जीवन में मनुष्य क्या करता है? समाज को क्या देता है? उसके कार्यों से समाज में उसका मूल्यांकन होता है। महापुरुषों को देश हमेशा याद करता है क्योंकि उन्होंने समाज के लिए जीवन जीया है।

जीवन के दो पक्ष हैं– आतंरिक एवं बाह्य। बाह्य पक्ष वह पक्ष है जो हम एक–दूसरे के साथ व्यवहार करते हैं। पंच इन्द्रियों का जगत बाह्य पक्ष है। इन्द्रियों के द्वारा संसार में भोग विलास किया जाता है। यह भौतिक पदार्थों का जीवन है। इन्द्रिया बाह्य विषयों को ग्रहण कर मन को देती है। मन इन्हें नियोजित करता है। मानव द्वारा जितने भी क्रिया–कलाप किये जाते हैं वह सब बाह्य जगत में घटित होता हे। बाह्य जगत के लिए मानव पदार्थ में लोलुप होता है। मनुष्य के वाणी में विष और अमृत दोनों हैं। जब इससे अमृत निकलता है तो यह सबको मित्र बना लेती है किन्तु जब विष निकलता है तो सबको शत्रु बना देती है। भीतरी जगत प्रबंधन का जगत है। भीतरी जगत सूक्ष्म जगत है। बाह्य जगत स्थूल जगत है। भीतरी जगत से ही बाह्य जगत संचालित होता है। पवित्रता, शुद्धता, स्वच्छता मानव जीवन को ऊँचा उठाने के

लिए एक महत्वपूर्ण सद्गुण है। अनेक लोग स्वच्छता अथवा सफाई का अर्थ केवल ऊपर की टीपटाप, आकर्षक सिंगार या बढ़िया फैशन को समझते है।

बाह्य स्वच्छता और पवित्रता से अन्तःकरण की पवित्रता की भी वृद्धि होती है। मन में अशुद्ध भावों का उदय होना स्वयं ही कम हो जाता है। पवित्रता और स्वच्छता से मनुष्य की श्रेष्ठता और सुखी होने का परिचय मिल जाता है। हमारे देश में ऐसे संत पाये जाते है जो सब तरह से बुरा काम करने में ही आध्यात्मिकता समझते है। सर्वसाधारण भी उनको परम आत्म ज्ञानी समझकर पूजनीय मान लेता है। पर यह उनका भ्रम या अज्ञान ही है। मनुष्य के विकास और आध्यात्मिकता का प्रमाण केवल ज्ञान और भक्ति की बाते करने से नहीं मिल सकता। मनुष्य जो कुछ कहता है। उसका प्रमाण उसके व्यावहारिक जीवन में ही मिल सकता है। संसार के लोग सुदरता के बड़े प्रेमी बनते है।

क्या साधारण ग्रामीण और क्या नगर निवासी रईस सभी सुंदरता के प्रशंसक और चाहने वाले होते है। पर उनकी सुन्दरता की रूचि या कसौटी पृथक–पृथक होती है। एक बात तो सबको माननी पड़ती है कि सुन्दरता में स्वच्छता और निर्मलता का समावेश अवश्य होना चाहिए। संसार में सभी सुन्दरता चाहते है। परन्तु वास्तविक सौन्दर्य का ज्ञान तो किसी–किसी बुद्धिमान विवेकी मानव को ही होता है। जो मलयुक्त है, दोषयुक्त है, वही असुंदर है। जिस प्रकार सुन्दर वस्त्रों के धारण करने से शरीर सुन्दर प्रतीत होने लगता है और सुन्दर शरीर पर वस्त्राभूषण भी सजने लगते है, उसी प्रकार सुन्दर मधुर शब्दों से वाणी सुन्दर होती है, सुन्दर भावों से मन सुन्दर बन जाता है, सुन्दर विचारों से बुद्धि सुन्दर हो जाती है और आत्मा–परमात्मा के संग से जीवात्मा सुन्दर हो जाता है।

वास्तविक सुन्दरता वही है जिससे मनुष्य का जीवन ही ऐसा सुन्दर बन जाये कि सब लोग उसकी तरफ आकर्षित हो जाये। ऐसी सुन्दरता तभी प्राप्त हो सकती है, जब हमारा शरीर, मन, चरित्र, आत्मविचार आदि सबकुछ निर्मल और पवित्र हो। शारीरिक स्वच्छता और पवित्रता के बिना स्वास्थ्य का ठीक रह सकना सम्भव नहीं। जिस व्यक्ति का स्वास्थ्य गिरा हुआ रहेगा वह व्यक्ति किसी भी सांसारिक कार्य में अच्छी सफलता नहीं प्राप्त कर सकेगा। संसार में सच्चे साथी, मित्र, हितैषी सद्व्यवहार द्वारा ही मिल सकते है। चरित्र की पवित्रता से ही मनुष्य समाज में विश्वनीय बनता है। ऐसे आदमी का सभी लोग सम्मान करते है। किसी एक विषय में उन्नति कर लेने से मानव जीवन कभी सफल नहीं माना जा सकता। यदि केवल बाहरी सुन्दरता और रूप रंग को ही महत्व माना जाये तो यह ठीक नहीं।