

क्लेशों में तपता मानव

प्रो. (डॉ.) सोहन राज तातेड़,

पूर्व कुलपति सिंघानिया विश्वविद्यालय, राजस्थान

इस संसार में तीन प्रकार के ताप हैं— दैहिक, दैविक ओर भौतिक ताप। दैहिक ताप शरीरजन्य है। दैविक ताप ईश्वरजन्य है। भौतिक ताप प्रकृति जन्य है। ये तीनों ताप ही मनुष्य को दुःख देते हैं। आधुनिक युग में सर्वत्र क्लेशों का दावानल जल रहा है। यह क्लेश क्रोध रूपी क्लेश है। अहंकार का भाव क्लेश को जन्म देता है। यह प्रतिशोध की आग से प्रज्वलित होता है। दोनों विश्व युद्ध का कारण प्रतिशोध ही था। अब आगे विश्व युद्ध न हो इसके लिए विश्व के सभी देशों को मंच पर आना चाहिए। प्रायः परिवार में देखा जाता है कि स्त्री और पुरुष के बीच कलह इतनी बढ़ जाती है कि दोनों अलग रहने लगते हैं इसका प्रभाव बच्चों पर पड़ता है, पूरा परिवार बिखर जाता है। भारत में विवाह एक संस्कार है विवाह से शिष्टाचार की शिक्षा मिलती है और समाज की व्यवस्था भी बनी रहती है। इसलिए स्त्री-पुरुष को परस्पर समझदारी के साथ रहकर क्लेश को समाप्त करना चाहिए। हमारे देश में एक पत्नी प्रथा है। इसलिए स्वदार संतोष का पालन करना चाहिए। द्वैत में क्लेश होता है, अद्वैत में नहीं। क्लेश दो या दो से अधिक के बीच में ही होता है। पती-पत्नी संसार रूपी रथ को चलाने के पहिए हैं। क्लेश को प्रेम से जितना चाहिए। प्रेम रूपी जल के सींचन से क्लेश समाप्त हो जाता है। तूँ-तूँ, मैं-मैं के कारण क्लेश बढ़ता है। यदि एक क्रोध करे तो दूसरे को शान्त रहना चाहिए क्लेश बहुत बड़ी बुराई है। आज पत्र-पत्रिकाओं में यही भरा रहता है कि पुत्र ने पिता की हत्या कर दी। पत्नी ने पति के हत्या कर दी, भाई ने बहिन को मार डाला। इन्हीं वृत्तांतों से समाचार-पत्र भरे रहते हैं। ईर्ष्या का कारण क्या है? ईर्ष्या का मुख्य कारण है क्लेश का परिवार और समाज में बढ़ना इसे दूर करने का उपाय है व्यक्ति में सुधार। सुधरे व्यक्ति समाज व्यक्ति से राष्ट्र स्वयं सुधरेगा। अर्थात् समाज की सबसे छोटी इकाई व्यक्ति में यदि सुधार हो जाये तो समाज और राष्ट्र अपने आप सुधर जायेंगे। तनाव को कम करने के लिए

योग की प्रक्रिया भी महत्वपूर्ण भूमिका निभाती है। एक स्वस्थ मनुष्य एक मिनट में सोलह श्वांस लेता है। श्वांस को लम्बा लेना चाहिए। भारतीय ऋषियों और मुनियों ने एकान्त में बैठकर साधना की है। वे प्राण वायु को रोककर उस पर नियंत्रण करते थे। इसके कारण उन्हें क्रोध, मान, माया, लोभ, राग, द्वेष नहीं रहता था। श्वांस पर नियंत्रण रखने से मन शान्त रहता है और नकारात्मक विचार नहीं आते।

कष्टों को सहन करना, दुःखों को सहन करना, प्रतिकूल परिस्थितियों को सहन करना और परीषहों को सहन करना कष्ट सहिष्णुता है। सहनशीलता, समभाव, राग-द्वेष से मुक्ति और सभी प्राणियों के साथ आत्मवत् दृष्टि रखना सद्गुण है। जब तक मानव में राग-द्वेष रहता है। तब तक वह मोक्ष नहीं प्राप्त कर सकता है। यह जगत दो दृष्टियों से विचारणीय है— इन्द्रिय जगत, भीतर का जगत। इन्द्रिय जगत बाह्य जगत है, इसे लौकिक जगत कह सकते हैं। आन्तरिक जगत आध्यात्मिक जगत है, यही भीतर का जगत है। यदि कोई व्यक्ति कष्ट प्रदान करता है तो इसका प्रतिरोध कई प्रकार से किया जा सकता है। लेकिन सबसे अच्छा ढंग सहनशीलता है। यदि प्रतिक्रिया की जाती है तो लड़ाई-झगड़ा होना निश्चित है। यदि परिस्थितियों को सह लिया जाता है तो टकराव टल जाता है। सहिष्णुता की पहचान यही है कि टकराव टालिए, टकराव विवाद को बढ़ाता है और सहिष्णुता मित्रता पैदा करती है। आज मानव की निगाहों में मानव का पतन हो चुका है। वह व्यक्ति को कीट पतंग से अधिक कुछ भी समझने के लिए तैयार नहीं। आत्मीयता जो मानव की एक विराट चेतना स्पन्दन है, आज लगभग जड़ बन चुकी है। यदि कुछ है तो वह कुछ इने गिने, पारिवारिक व्यक्तियों तक सीमित हो चुका है और उसके स्थान पर भयंकर घृणा का विष भर चुका है। घृणा के तपेदिक से पीड़ित मानव जीवन की जो आज स्थिति है वह किसी से छिपी हुई नहीं है। यह रोग आज घर में व्याप्त है। घृणा के ही प्रभाव से सत्य और न्याय की सरेआम हत्या होती है। सद्गुण की अवहेलना होती है और योग्य व्यक्ति का भी तिरष्कार होता है। इन्हें घर घर में फँलाना चाहिये— कोई छोटा नहीं, कोई तुच्छ नहीं, कोई पराया नहीं। अपनत्व और सम्मान का जितना अधिक विस्तार होगा, टकराव का विष उतना ही नष्ट होता हुआ चला जाएगा। सामाजिक संरचना के क्षेत्र में रचनात्मक कार्यक्रमों का सर्वाधिक महत्व है। समाज जो भी हो निश्चय ही

वह जबर्दस्त शक्ति का भंडार होता है। शक्ति का व्यय नहीं करेगा तो व्यय होता सामर्थ्य गलत कार्यों की तरफ मुड़ जाएगा। समृद्धि का कारण मद्यपान, माँसाहार शिकार, जुआ, सट्टा, परस्त्री गमन आदि पापों का सामाजिक निषेध है। आज भी हम देखते है कि दो देशों के बीच कभी सीमा विवाद को लेकर कभी किसी आर्थिक मामलों को लेकर टकराव की स्थिति बन जाती है। अगर स्थिति का सही ढंग से निपटारा न हो पाया तो दो देशों के बीच युद्ध की संभावना प्रबल हो जाती है। भारत एक ऐसा राष्ट्र है जो अपने पड़ोसी देशों के साथ मैत्री भाव और समता, सहअस्तित्व की नीति अपनाता है। टकराव को टालने का भरसक प्रयास करता है। यही कारण है कि क्लेशों और कष्टों के सहने के बावजूद भी हम सहनशील हैं।