

जीवन में ये सच भी परखें

धीरेन्द्र स्वामी

वरिष्ठ साहित्यकार

उपाध्यक्ष, श्री दादू महाविद्यालय, जयपुर

हमारे ग्रंथ श्रीमद् भगवतगीता में भगवान श्रीकृष्ण ने कहा है- ‘जो सत्य है, वह नष्ट नहीं हो सकता और असत्य का कोई अस्तित्व नहीं होता।’ इस संसार में कुछ बातें अटल सत्य हैं, यथा: सूर्य-चन्द्रमा का उदय होना, रात और दिन का होना। शीत, ग्रीष्म व वर्षा ऋतुओं का आना तथा जीवन के पश्चात् मृत्यु होना। हमारे जीवन की अनेकों सच्चाईयाँ ऐसी भी हैं, जिन्हें शायद हम नहीं जानते और ना ही जानने का प्रयास करते हैं। अगर उन सच्चाईयों को हम जान सकें, तो शायद हमारा जीवन सहज व सुखमय बन जाये। प्रस्तुत है जीवन की कुछ ऐसी ही सच्चाईयाँ।

इस संसार में जो भी उत्पन्न हुआ है, उसका नष्ट होना निश्चित है। संतप्रवर श्री दादूजी महाराज ने भी अपनी ‘अनुभववाणी’ में कहा है-

दादू जियरा जायगा, यहु तन माटी होई।
जे उपज्या सो विनश है, अमर नहीं कलि कोई।।
जे उपज्या सो विनश है, कोई थिर न रहाइ।
दादू बारी आपणी, जो दीसे सो जाइ।।

इसी प्रकार एक प्रसंग में श्रीकृष्ण ने भी कहा है कि आत्मा कभी नहीं मरती और शरीर कभी नहीं बचता। फिर इस शरीर के प्रति हमारा मोह क्यों? अगर मृत्यु का चिंतन मनुष्य में जागृत रहता है, तो उसका कदम कभी गलत राह पर नहीं पड़ता। किसी भी वस्तु में उसकी आसक्ति उत्पन्न नहीं होती।

- अगर आप एक घर में एक साथ रहकर भी आपस में बातचीत नहीं करते, तो वह घर किस काम का है?
- इच्छाओं के मकड़जाल में फँसने की बजाय अपनी इच्छाशक्ति को बढ़ायें व अन्तर देखें।

- प्रतिकूल पलों में अगर आप तीन सैकेण्ड का भी धैर्य धारण कर लेते हैं, तो वह आपको आगामी तीन महिनो की मुसीबत से बचाये रखेगा।
- अगर एक गली में से कचरे से भरी गाड़ी निकले जब किसी को कोई आपत्ति नहीं होती, तो फिर उस गली में एक 'ताजिया' या 'गणेशझाँकी' निकालने पर टकराव क्यों? इससे किसी हानि हो रही है? केवल हमारी सद्भावना की ही ना?
- प्रयास करने से क्या कुछ नहीं हो सकता? एक मूर्ख व्यक्ति भी प्रयास करे, तो वह भी 'महाकवि कालिदास' बन सकता है।
- क्रियाशील रहने पर अस्सी वर्ष के वृद्ध का भी मस्तिष्क बूढ़ा नहीं होता, परन्तु खाली बैठे रहने वालों का तो भरी जवानी में ही बूढ़ा हो जाता है।
- दुनिया के किसी शास्त्र से दिमाग नहीं चलता, अपितु दुनिया के सारे शास्त्र दिमाग से उत्पन्न होते हैं।
- जैसे खाली बोरी को खड़ा नहीं किया जा सकता, उसी प्रकार से मनुष्य का व्यक्तित्व, प्रेम, करुणा, धैर्य, सम्मान व सेवा जैसे गुणों के बिना, ऊँचा नहीं उठ पाता।
- एक बार क्रोध करने पर दस हजार तन्तु नष्ट हो जाते हैं। जो बच्चे अधिक क्रोध करते हैं, उनका मस्तिष्क जवानी में ही कमजोर हो जाता है।
- क्रोध में व्यक्ति का विवेक नष्ट हो जाता है और कड़वाहट भरा मुँह खुल जाता है। जिससे वर्षों पुराने संबंधों पर भी पानी फिर जाता है।
- भोजन से प्राप्त चौबीस घण्टों में ऊर्जा, दो मिनट के क्रोध से नष्ट हो जाती है।
- क्रोध को अगर जीभ का सहारा मिल जाये तो वह ज्वालामुखी के समान भयंकर हो जाता है।
- चिन्तामुक्ति का पहला व महत्त्वपूर्ण सूत्र याद रखें, कि ईश्वर जो कुछ करता है वह भले के लिये करता है। "साँई किया सो है रहया, जो कुछ करे सो होई। कर्ता करे सो होत है, काहे कलपे कोइ।।"
- जीवन में ऊँचाइयों को छूने के लिये, शान्त और एकाग्र होना उतना ही आवश्यक है, जितना सरोवर में अपना चेहरा देखने के लिये पानी का शान्त होना।
- जैसे पापड़ सेकते समय एकाग्रता आवश्यक है, अन्यथा वह जल सकता है, उसी प्रकार की एकाग्रता से जीवन में सफलता की प्राप्ति होती है।

- मनुष्य पद से बड़ा नहीं बनता, अपितु अपने व्यवहार से बड़ा बनता है, और याद किया जाता है।
- अपनी पुत्री का रिश्ता करने से पूर्व, लड़के की मित्र मंडली के बारे में अवश्य जानकारी लेवें।
- परिवार में खरबूजे की भांति रहें, जो बाहर से तो अलग-अलग फाड़ियों में दिखता है, परन्तु अन्दर से एक होता है, ना कि सन्तरे की तरह, जो बाहर से तो एक दिखती है, परन्तु अन्दर से अलग-अलग कलियाँ होती हैं।
- एकता की सीख हमें कबूतरों से लेनी चाहिये, जो मन्दिर का शिखर हो या मस्जिद की मीनार पर एक साथ बैठकर गुटरगूँ करते हैं।
- प्रेम में बाधकतत्व अहंकार, गुस्सा, गाली-गलौच आदि को सदा अपने से दूर रखें।
- व्यक्ति भगवान शिवशंकर की भाँति धैर्यवान होना चाहिये, जो भयंकर सर्दी में भी लोगों द्वारा डाला गया सैकड़ों घड़ों का ठंडा पानी बर्दाश्त करते हैं।
- सज्जन की बात से सहमन होने के लिये जितनी ताकत चाहिये, उससे कई गुना ताकत दुर्जन की बात से असहमत होने के लिये चाहिये।
- क्रोध की आँधी से मस्तिष्क का दीपक बुझ जाता है।
- दुर्बल चरित्र वाला व्यक्ति उस सरकंडे के समान होता है, जो हवा के हर झोंके के साथ झुक जाता है।
- छोटी छोटी वस्तुओं को संगठित कर, बड़े कार्य किये जा सकते हैं। जैसे घास की बँटी हुई रस्सी से हाथी तक बाँधा जा सकता है।
- रिश्तेदारों की परख विपदा में, सिपाही की परख खतरे में तथा पत्नी की परख तब होती है, जब आप संतप्त हो।
- बिना सोचे-समझे बोलना, ठीक उसी प्रकार होता है, जैसे बगैर निशाना साधे गोली दाग देना।
- शिक्षा हमारे मस्तिष्क की खुराक है और संस्कृति हमारे हृदय की।
- आपके विरुद्ध कही गई बात को ध्यान से ही नहीं पूरे ध्यान से सुनें। शायद उससे आपको अपनी भूल समझने में आसानी हो।
- इन्सान अपने स्वास्थ्य को दाँव पर लगाकर सम्पत्ति के लिये भागता है, और फिर खोये हुए अपने स्वास्थ्य को पुनः पाने के लिये सम्पत्ति खर्च करता है।

- उत्तेजना में विचारशीलता एवं विवेकशीलता गुम हो जाती है।
- हमारी स्वयं के साथ संवादहीनता ही क्रोध की जननी है
- आज व्यक्ति चिन्ता और अवसाद में जी रहा है, उस प्रेशर कुकर की भाँति जहाँ भाप का दबाव बढ़ जाये और सीटी अटक जाये। नतीजा विस्फोट! आवश्यकता है जीवन में एक प्रसन्नता की 'सीटी' की।
- जब तक 'भूत' का पीछा नहीं छोड़ेंगे, आपका 'भविष्य' कभी सुखमय नहीं हो पायेगा।
- 'ध्यान' करें और 'ध्यान' से रहें। आपका जीवन सुखमय बन जायेगा।
- अपने दुःखों को दूसरों के सामने प्रकट करने से कम नहीं होते। उनका समाधान तो स्वयं को ही ढूँढना पड़ता है।
- उत्तेजना में विचारशीलता एवं विवेकशीलता गुम हो जाती है।
- 'पतन' मात्र एक गलत कदम से बँधा है, जबकि 'उत्थान' प्रत्येक कदम की सावधानी से बँधा है।
- चिन्ता को चिन्तन में बदलकर देखें। कितना सुकून मिलता है।
- क्रोध हमारी समझ को, मस्तिष्क से बाहर निकालकर कुण्डी लगा लेता है।
- 'अहंकार' के शब्दकोष में दया, प्रेम, करुणा और आत्मीयता जैसे शब्द नहीं होते।
- अगर 'सत्संग' से जुड़ जाये तो मायारूपी नशा स्वतः उतर जायेगा।
- 'स्वाभिमान' को आधार बनाये बिना किसी चरित्र निर्माण नहीं किया जा सकता।
- चिन्ता 'घुन' की तरह आत्मघातक है, चिन्ता 'घुन' की तरह आत्मप्रकाशक है।
- जीवन में अगर सुखी रहना है तो 'सुख और दुःख' दोनों को समान रूप से स्वीकार करें।
- मर्यादा में रहकर ही व्यक्ति शोभा व आदर पाता है। फिर चाहे वह संत हो, गृहस्थ हो, अधिकारी हो, चपरासी हो या फिर नेता। यह कोई बंधन नहीं है बल्कि एक जीवन शैली है। मर्यादाएँ संत एवं गृहस्थ दोनों के लिये होती हैं।
- आज व्यक्ति बीमार हो रहा है। परन्तु 'तन' से कम 'मन' से अधिक। मन में अधिक रोग हैं। विकृत मन क्रोध करता है, ईर्ष्या से घिर जाता है, और आतंक व हिंसा पर उतारू रहता है। इन सभी का एक ही समाधान है, और वह है 'ध्यान'।

- अगर आप बच्चों में झूठी थाली व चड्डी, बनियान स्वयं साफ करने के संस्कार डालेंगे, तो वे जीवन में कभी आलसी व प्रमादि नहीं बनेंगे।
- अपनी 'मुस्कान' को 'फिक्स डिपोजिट' बनाकर किसी बैंक में न रखें, बल्कि इसे करेन्ट अकाउन्ट में रखें और रोजाना के लेनदेन में काम लेते रहें।
- 'चंदन' की चुटकी भली, गाड़ा भला न 'काठ'। चातुर तो एक ही भला, मूरख भला न साठ।। अर्थात् सौ मूर्खों को मित्र बनाने की अपेक्षा एक बुद्धिमान अधिक श्रेष्ठ होता है।
- समय की कीमत पहिचानें। एक घावक एक सैकण्ड के सौवें हिस्से में पदक जीतकर दूसरे को उससे वंचित कर देता है। समय पर न पहुँचन पर ट्रेन या प्लेन छूट जाते हैं। समय पर बिल न भरन पर विलम्ब शुल्क चुकाना पड़ता है। बीते हुए पलों को लौटाना इस ब्रह्माण्ड में किसी के भी वश का नहीं है।
- किसी को आप जैसा संबोधन करेंगे, वह भी आपको वैसा ही संबोधन करेगा। अच्छा किया तो अच्छा और बुरा किया तो बुरा। जीवन की यह व्यवस्था प्रतिध्वनि (ECHO) के सिद्धान्त पर चलती है।
- गुब्बारे अपने रंगों व आकार के कारण नहीं, बल्कि उनके अन्दर भरी जाने वाली गैस के कारण ऊपर आकाश में उड़ते हैं। इसी प्रकार मनुष्य भी अपने महान गुणों के कारण समाज में ऊपर उठता है।
- धैर्य से बहुत से काम सम्पन्न हो जाते हैं, अधैर्य से बिगड़ जाते हैं।

उक्त पंक्तियों में जो भी बातें लिखी गई हैं वह जीवन में परखी जा चुकी हैं। पाठक भी इन्हें परखें व उन पर चलने का प्रयास करें।

पूर्व वायुसैनिक

मो. 9588985004