

सामाजिक संस्था संपूर्ण
संपूर्ण विकास की ओर अग्रसर
(गैर सरकारी संगठन)

"आलेख"

दिल है कि मानता नहीं.....

-डॉ शोभा विजेंद्र
संपूर्ण संस्थापिका

यह जिसने भी लिखा है बहुत सोच समझकर लिखा है। सच तो यही है। हम सब लोग जानते बुझते भी सारे फैसले इस शैतान मन से ले लेते हैं। और बाद में फिर फँस जाते हैं। कहते हैं कि स्त्रियां बहुत भावुक होती हैं। भावुक होकर वह कुछ भी कर सकती हैं। हां, मैं भी उनमें से एक ही हूँ। मैंने भी ऐसा अनुभव किया है। दिल आ जाए तो इस कोरोना काल में भी कोई दुनियाभर का पकवान नहीं है, जो बनाने से बाज आ जाए। लेकिन अगर मन नहीं है तो सारा घर चाहे कितना भी पीछे क्यों ना पड़ जाए चटनी भी बनाकर नहीं दी जाती।

दिल ने कोरोना काल में मेरी सहेली को कहा कि चाहे कुछ भी हो जाए घर से बाहर नहीं निकलना और वह मान गई। लेकिन अब प्रश्न यह है कि इस दिल की मानने से कई सारे संकट भी खड़े हो जाते हैं। और यह संकट कई बार जीवन को ऐसे मोड़ पर ला देते हैं कि उससे निकलना बहुत मुश्किल हो जाता है।

यह दिल क्या है? यह मन क्या है? आप जानते हैं कि मन के अंदर कितने वेग हैं? कितनी गति है? कितनी ऊंचाई है? कितनी अनिश्चितता है? कितना असंयम है? मैं ऐसे हजारों शब्द भी प्रयोग करूँ तो मन की विवेचना नहीं हो सकती। महाभारत में युधिष्ठिर ने भी कहा था कि सबसे तीव्र गति से कौन भाग सकता है ? वह केवल मन ही था। एक साधारण व्यक्ति गाना दोहराता रहता है कि यह दिल है कि मानता नहीं।

यह दिल है कि हर दिन प्रण कर लेता है कि तला मसालेदार भोजन नहीं करेंगे। क्योंकि इस पेट को अंदर करना है। लेकिन दिल है कि मानता ही नहीं।

अभी अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस गया है। संकल्प लिया कि नित्य योग करेंगे। किंतु सुबह की चाय और उसके बाद सुबह का नित्यक्रम छोड़ते ही नहीं कि योग किया जाए। फिर दिल कहता है कि चलो कल से प्रारंभ करेंगे। क्योंकि यह दिल है कि मानता ही नहीं।

कई बार तो बड़े ज्ञानी महापुरुषों को सुनने के बाद यह मन धारण कर लेता है कि किसी से ईर्ष्या नहीं करेंगे। ना किसी की बुराई करेंगे। परंतु जैसे ही किसी सहेली का फोन आ जाता है कि सारी चीजें भुलाकर सारा ध्यान दूसरी सहेली की बुराइयों में लग जाता है। क्या करें? ये दिल है कि मानता ही नहीं।

एक सहेली ने बताया कि रोज प्रण लेती हूँ कि बच्चों के साथ खेलूंगी, बातें करूंगी। लेकिन जैसे ही बच्चे आकर तंग करने लगते हैं तो उनको कहती हूँ कि अपने-अपने कमरों में चले जाओ। क्या करूँ? ये दिल है कि मानता ही नहीं।

कोरोना में माननीय प्रधानमंत्री मोदी जी ने दिल को काफी कुछ मनवा दिया। और हम सब लोग घरों के अंदर बंद हो गए। कोरोना वायरस का डर और मोदी जी का आदेश ने हमारी सारी स्वतंत्रता पर लक्ष्मण रेखा खींच दी। और हमने अपने दिल को समझा लिया।

ये दिल कैसे मान गया? मैं बताऊं। रामायण में गोस्वामी तुलसीदास जी ने लिखा है कि भय बिन होय न प्रीति। साधारण मानव और एक उत्तम मानव में एक यही अंतर है कि वह भय से मुक्त होकर दुर्गम जनकल्याण के रास्तों को चुनता है। और उसके लिए लगातार अभ्यास करता है। अभ्यास के फल स्वरूप मन को वश में करके सर्व कल्याण के रास्ते पर निकल पड़ता है।

आइए! दिल को मनाए और भयमुक्त होकर साधारण से विलक्षण मानव बनने की मुहिम में शामिल हो जाएं।

संपूर्णा के अंदर कार्यरत ऐसे बहुत से मेरे भाई-बहन हैं, जो इस भयानक गर्मी और बरसात छोड़कर दिन-रात जरूरतमंद को पका हुआ भोजन बनाने और परोसने के काम में लगे हुए हैं। उनके इस शुभ कार्य के लिए मैं नतमस्तक हूं। यह लोग भी इस गर्मी की दोपहर में सो सकते थे, टीवी देख सकते थे या गप्पे लड़ा सकते थे। परंतु इन्होंने अपने मन पर संयम करके एक अति पवित्र कार्य का जिम्मा लिया और यह साधारण से विशिष्ट होते चले गए।

आज का यह आलेख ऐसे दिल वालों को समर्पित है, जो हर बात में कहते थे कि यह दिल है कि मानता नहीं। मैं उनको बताना चाहती हूं कि व्यक्ति से मन बड़ा नहीं है। भगवान शंकर का त्रिनेत्र मन को संयमित करने की प्रेरणा देता है। अतैव आइए! हम सब मिलकर आज से इस मन को संयमित करने की साधना में लीन हो जाएं।
