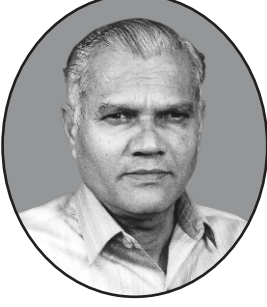


जैन समाजात प्रचंड खपाचे व लोकप्रिय मासिक



जैन जागृति

(Since 1969)

www.jainjagruiti.in

६२ ऋतुराज सोसायटी, पुणे-सातारा रोड, भापकर पेट्रोल पंपा
समोर, सिटी प्राईडच्या पुढची लेन, पुणे ४११०३७.

☎ : ०२० - २४२१५५८३, मो. : ८२६२०५६४८०

मोबाईल : संजय ९८२२०८६९९७, सुनंदा ९४२३५६२९९९

संपादक व प्रकाशक : संजय के. चोरडिया

: सौ. सुनंदा एस. चोरडिया

❖ संस्थापक ❖

स्व. श्री. कांतीलालजी चोरडिया

❖ वर्ष ५२ वे ❖ अंक १ ला ❖ सप्टेंबर २०२० ❖ वीर संवत् २५४६ ❖ विक्रम संवत् २०७६

या अंकात	पान नं.	पान नं.
● क्षमा	१५	● सम्बुज्झह ८९
● कोरोना काल के पहले और कोरोना काल के बाद	२५	● जीवन बोध ९१
● अंतिम महागाथा - भगवान महावीर		● उपसर्ग ९२
२० : चक्रवर्ती और वह भी पैदल	३५	● अनमोल है जल ९२
२१ : भिन्न पथ के यात्री	३९	● नशे से नाश ९३
● सप्तदश पापस्थानक : माया मृषावाद	४७	● कथाएँ तीन - बोध हजार ९७
● वासुदेव श्रीकृष्ण के गुणानुरागी बनें	५९	● प्रेम को संकिर्ण न बनाएँ ९९
● ऐसी हुई जब गुरुकृपा - किस्मत रो विश्वास कर	६४	● कडवे प्रवचन १००
● सफलता के सुत्र	६५	● मुलीच्या वारस हक्कांचा सर्वाच्च सन्मान १०१
● कलिकाल सर्वज्ञ आचार्य हेमचन्द्र	६७	● क्षमा १०४
● भला मित्र एक ही भला	७१	● धर्माच्या कॉलम मध्ये जैन लिहा १०५
● हास्य जागृति	७३	● आनंद वचनमृत १०७
● क्या होगा आत्म ध्यान से ?	७५	● हे बंध हळूवार नात्याचे ११३
● बहुयं माय आलवे	७९	● आवाज का बाजीगर ११६
● सुखी जीवन की चाबियाँ - सत्संग	८१	● इक्कीसवी शताब्दी का धर्म - जैन धर्म ११७

● आत्मसाधक प्रसन्नचन्द्र राजर्षि	१२०	● सुर्यदत्ता एज्युकेशन फाँडेशन	
● स्वस्थ रहना स्वयं पर निर्भर	१२३	असेट बँकेची निर्मिती	१३३
● दो कछुए	१२७	● उपाध्याय श्री प्रवीणऋषिजी म.सा.	
● कडवे प्रवचन	१२८	भव्य ऑन लाईन चातुर्मास, पुणे	१३५
● मौन साधना का अभ्यास करो	१२९	● समाज रत्न बॅ. वीरचंदजी गांधी	१४५
● जीओ और जीने दो	१३१	● डॉ. दिलीप धींग - गोल्ड मेडल	१४५
● कडवे प्रवचन	१३१	● श्री. तेजमलजी बोरा - पुरस्कार	१४५
● कु. आर्या कोटेचा - सुयश	१३३	● विविध धार्मिक, सामाजिक व राजकीय बातम्या	

जैन जागृति मासिकाचे वर्गणी दर ❖ एका वर्षात तीन मोठ्या अंकासहित

पंचवार्षिक रु. २२००

त्रिवार्षिक रु. १३५०

वार्षिक रु. ५००

या अंकाची किंमत ५० रुपये.

● www.jainjagruti.in

● www.facebook.com/jainjagrutimagazine

सुसंस्कार व सदाचाराचा पुरस्कार करणाऱ्या 'जैन जागृति' मासिकाचे वर्गणीदार व्हा !

- वीतराग वाणी, आचार्य, साधू, साध्वी यांचे लेख, धार्मिक, सामाजिक व शैक्षणिक लेख, धार्मिक कथा, बोधकथा, ऐतिहासिक पुरुषांचे जीवन चरित्र, तीर्थक्षेत्र परिचय, समाज प्रबोधन लेखमाला, दीपावली पूजन विधी व मुहूर्त, आरोग्य व गृहोपयोगी लेख, विविध बातम्या इ. साहित्य जैन जागृति प्रकाशित केले जाते.
- आपण स्वतः जैन जागृतिचे ग्राहक बना व आपले नातेवाईक, मित्र, व्यापारी बंधू इत्यादींना वर्गणीदार नसतील तर त्यांना वर्गणीदार होण्यास सांगा. ● 'जैन जागृति' मासिकाची वर्गणी भरून इतरांना भेट पाठवा.

जैन जागृति वर्गणी व जाहिरात - रोख/मनिऑर्डर/ड्राफ्ट/AT PAR चेक/ पुणे चेकने / RTGS / SBI Online / Jain Jagruti Website इत्यादी द्वारा पाठवावी.

BANK ACCOUNT DETAILS - A/C Name : JAIN JAGRUTI

Bank : STATE BANK OF INDIA

Branch : Market Yard, Pune 37.

Current A/c No. : 10521020146

IFS Code : SBIN0006117

'जैन जागृति' हे मासिक मालक, मुद्रक व प्रकाशक एस. के. चोरडिया यांनी प्रकाश ऑफसेट, शॉप नं. १२-१३, पर्वती टॉवर्स, पुणे - ४११००९ येथे छापून ६२ बी, ऋतुराज सोसायटी, पुणे-सातारा रोड, पुणे - ४११ ०३७ येथे प्रसिध्द केले. संपादक - एस. के. चोरडिया

"Jain Jagruti" monthly magazine is owned, printed & published by S. K. Chordia, Printed at Prakash Offset, Shop No. 12-13, Parvati Towers, Pune 411009. Published at 62-B, Ruturaj Society, Pune - Satara Road, Pune - 411 037. Editor - S. K. Chordia

टिप : या अंकात प्रसिध्द झालेल्या मताशी संपादक सहमत असतीलच असे नाही. जैन जागृति संबंधित कोणत्याही कायदेशीर कारवाईसाठी पुणे न्यायलय क्षेत्र ग्राह्य धरले जाईल.

टिप : जैन जागृति अंकात प्रकाशित लेख, बातम्या, जाहिरातीचे सर्वाधिकार सुरक्षित आहेत.



क्षमा

लेखक : श्री. पी. एम. चोरडिया, मद्रास



क्षमा का स्वरूप

क्षमा आत्मा का नैसर्गिक गुण है। यह आत्मा का स्वभाव है। जब हम विकारों से ग्रस्त हो जाते हैं तो स्वभाव से विभाव में चले जाते हैं। क्रोध, भय, द्वेष आदि के रूप में ये विकार प्रकट होते हैं। क्षमा विभाव से स्वभाव में आने की प्रक्रिया है। इसमें विकारों को ललकारा जाता है और उन्हें बुरी तरह खदेड़ कर बाहर निकाला जाता है। जब ये विकार परास्त हो जाते हैं तो हमारी आत्मा में क्षमा का शांत झरना बहने लगता है।

क्षमा से मन की आकुलता नष्ट होती है तथा उसमें स्थिरता आती है। क्षमा मन को निर्मल कर उसमें सात्विकता का संचार करती है। जो मनुष्य दूसरों को क्षमा नहीं कर सकता, वह अपने को क्षमा नहीं कर सकता। तन पानी से साफ होता है और मन पानी जाने से अर्थात् पश्चाताप के आँसू बहने से निर्मल होता है।

मनुष्य को भीतर-बाहर से कोई दुख उत्पन्न हो, चाहे किसी दूसरे मनुष्य के द्वारा वह दुख उसे दिया गया हो; और चाहे उसके कर्मों के द्वारा ही उसे मिला हो, पर उस दुख को सहन करना, क्रोध न करना तथा किसी को हानि नहीं पहुँचाना, क्षमा है। दया, सहनशीलता, नम्रता, अहिंसा, शान्ति इत्यादि क्षमा के सदगुण साथी हैं।

क्षमा का सबसे अच्छा उदाहरण धरती माता है। धरती का दूसरा नाम क्षमा है। धरती पर लोग कूड़ा-करकट डालते हैं, उसको हल, फावड़ा, ट्रैक्टर इत्यादि से काटते हैं, सब प्रकार के अत्याचार प्राणी धरती पर करते हैं, परन्तु पृथ्वी माता सब सहन करती है। सहन ही नहीं करती, बल्कि उपकार करती है। नाना प्रकार के अन्न, फल, फूल, वनस्पति उत्पन्न कर प्राणी मात्र का पालन पोषण करती है, इसलिए पृथ्वी का नाम 'क्षमा' है।

प्राणी मात्र के लिए क्षमा का तात्पर्य है - क्रोध के भाव को न आने देना। चाणक्य ने कहा है - 'क्रोध पर विजय पाना अच्छा है, किन्तु उसके पास न जाना और भी अच्छा है।' इससे स्पष्ट है कि गर्म को ठण्डा मारता है, उफनता दूध पानी के चन्द छींटों से बैठ जाता है। गरम लोहे को ठण्डा लोहा काट देता है अर्थात् प्रत्येक प्राणी क्षमा के नीर से क्रोध की ज्वाला को शांत कर, आत्मा से परमात्मा बन सकता है। 'उत्तराध्ययन' सूत्र में कहा है -

'कोहविजयणं खतिं जीवे जणयइ' अर्थात् क्रोध को जीतने से जीव क्षमा को उत्पन्न करता है।

महात्मा गांधी देव पुरुष थे। उन्होंने शत्रु के प्रति सदा मित्रता का व्यवहार किया। गांधीजी ने एक स्थान पर लिखा है - 'शत्रुओं का अन्त करना सर्वथा न्याय संगत है, किन्तु उन्हें नष्ट करने का सर्वोत्तम उपाय यह है कि उन्हें क्षमा कर मित्र बना लिया जाए।'

एक बार कुछ लोगों ने अमेरिका के राष्ट्रपति अब्राहम लिंकन से कहा - 'आपके हाथ में सम्पूर्ण सत्ता है। आप इसका उपयोग अपने शत्रुओं को समाप्त करने में क्यों नहीं करते? राजनीति कहती है कि वही समझदार नेता होता है जो विरोधियों के अस्तित्व को उखाड़ कर फेंक देता है।' लिंकन ने कहा - 'जो आप कहते हैं वही तो मैं कर रहा हूँ। मैं अपने शत्रुओं को मार रहा हूँ, विरोधियों को समाप्त कर रहा हूँ। जितने मेरे शत्रु हैं, उन सबको मैं अपना मित्र बना रहा हूँ। उनके साथ शिष्ट व्यवहार कर उनकी शत्रुता को धो रहा हूँ। कुछ समय बाद वे सब मेरे मित्र बन जायेंगे। क्या यह शत्रुओं को, विरोधियों को, समाप्त करना नहीं है?'

क्षमा का महत्त्व

सभी धर्मों व महापुरुषों ने क्षमा को श्रेष्ठ बताया है

तथा उसके गुण गान किये है ।

वैदिक धर्म में क्षमा का मंत्र कूट-कूट कर भरा है।
वेदों में कहा गया है -

“मित्रस्याहं चक्षुषा सर्वाणि भूतानि समीक्षे,
मित्रस्य चक्षुषा सर्वाणि भूतानि समीक्षन्ताम् ।”
अर्थात् मैं समस्त प्राणियों को मित्र की दृष्टि से
देखूँ, मुझे भी समस्त प्राणी मित्र की दृष्टि से देखें ।

श्रीकृष्ण ने कहा -
“क्षमा स्वयं भगवान का एक रूप है । ईश्वर क्षमा
सिन्धु है ।”

कुरान में पैगम्बर मुहम्मद साहब ने साफ-साफ
कहा है - “जो गुस्सा पी जाते हैं और लोगों को माफ
कर देते हैं, अल्लाह ऐसी नेकी करने वालों को प्यार
करता है ।”

‘धम्मपद’ में कहा गया है - “जो कोई दूसरे को
दुख देकर अपने लिए सुख चाहता है, वह वैर की लपेट
में पड़ा जीव वैर से कभी नहीं छूटता ।”

‘महाभारत’ में कहा है -
क्षमा ब्रह्म, क्षमा सत्यं, क्षमा भूतं च भविष्य ।
क्षमा तपः क्षमा शौचं, क्षमयैद् धृतं जगत् ॥
अर्थात् क्षमा ब्रह्म है, सत्य है, भूत और भविष्य है
। क्षमा ही तप है और क्षमा ही शुद्धि है । क्षमा ने ही इस
जगत को धारण कर रखा है ।

ईसा ने कहा है - ‘तुम अपने भाईयों को क्षमा
करो, ईश्वर तुम्हें क्षमा करेगा ।’

भगवान महावीर ने कहा -
‘समयं सया चरे’ अर्थात् सदैव क्षमा (समभाव)
का आचरण करो ।

विष देकर अपने को ही मारने वाले को स्वामी
दयानन्द ने क्षमा कर दिया तथा उसकी प्राण रक्षा के
लिए धन देकर उसे वहाँ से शीघ्र ही अन्यत्र भेज दिया।
यह क्षमा का श्रेष्ठ प्रसंग है ।

क्षमा मोक्ष का भव्य द्वार है । क्षमा के वृक्ष पर ज्ञान
के फल लगते हैं । क्षमा से मोह भाव का क्षय होता है ।

क्षमा से लाभ

गौतम स्वामी ने भगवान् महावीर स्वामी से पूछा
कि प्रभु ! क्षमा धारण करने से क्या लाभ है ? प्रभु ने
बताया -

“खंतिणं जीवे परिषहं जणयइ ।”

अर्थात् क्षमा से प्राणी परिषह को जीत लेता है ।
क्षमा से आत्मा में प्रमोद भाव की जागृति होती है । दिल
में करुणा, दया, वात्सल्य, स्नेह, सहानुभूति, त्याग एवं
मैत्री भाव का संचार होता है । क्षमा से हमारे संस्कारों में
तेजस्विता व दृढ़ता आती है । कर्मों की निर्जरा होती है
। सारे सद्गुण दौड़कर चले आते हैं । संस्कारित गुण
मजबूत बनते हैं ।

क्षमा रहित मन भीरु अथवा अपराधी हो जाता है
तथा मनुष्य की उन्नति में बाधक हो जाता है । क्षमा
करना मनुष्य का नैतिक कर्तव्य ही नहीं, अपितु उसका
अपना स्वार्थ भी है । उसे धारण करने से जीवन सुखमय
बीतने लगता है ।

क्षमा : सबलता की सूचक

क्षमा दुर्बलता का पर्याय नहीं है, सबलता की
सूचक है । भूल हो जाने पर हमें साहस बटोर कर
अपराध ही नहीं स्वीकार करना चाहिए बल्कि
क्षमायाचना भी करनी चाहिए । आत्म-सुधार के लिए
अपराध-स्वीकृति एवं क्षमायाचना प्रथम कदम है ।
क्षमा माँगने और देने के लिए नैतिक साहस की
आवश्यकता होती है । क्षमायाचना अहंकार को
विगलित कर देती है । महात्मा गांधी कहते थे कि दुर्बल
की अहिंसा तो कायरता होती है क्योंकि वह तो उसकी
लाचारी है । वास्तव में सबल एवं निर्भय व्यक्ति ही
सच्ची क्षमा कर सकता है ।

कविवर रामधारी सिंह ‘दिनकर’ के शब्दों में -

क्षमा शोभती उस भुजंग को,

जिसके पास गरल हो ।

उसको क्या जो दंत हीन,

विष रहित विनीत, सरल हो ॥

स्पष्ट है कि सबल ही क्षमा देने का अधिकारी है। बकरी यदि शेर से कहे - जाओ मैंने तुझे क्षमा किया, वास्तव में यह कथन कोई अर्थ नहीं रखता। यदि शेर, बकरी को क्षमा करे तो वह क्षमा कहलाती है। सम्पूर्ण संकीर्णताओं से उपर उठकर प्राणी मात्र को हृदय से लगाने वाला तथा जीव मात्र से प्रेम करने वाला व्यक्ति ही सम्यक् प्रकार से क्षमा धारण कर सकता है।

क्षमा : सहिष्णुता की जननी

क्रोधी प्राणी क्रोध की ज्वाला में जलकर भस्म हो जाता है और क्षमावान क्षमा धारण कर कर्मों की निर्जरा कर देता है। मान कषाय की उग्रता ने अंतुकारी भट्टा को भयंकर कष्टों में धकेल दिया। माया एवं लोभ कषाय ने साध्वी पंडा और आर्य मंगु को दुर्गति में डाल दिया और चण्डकौशिक को क्रोध की उग्रता के कारण कितने कष्टों को सहन करना पड़ा। जो महापुरुष होते हैं वे मान-अपमान से उपर उठकर क्षमाशीलता को अपना लेते हैं और अपने लक्ष्य बिन्दु की ओर अग्रसर होते रहते हैं, अतः स्पष्ट है क्षमा सहिष्णुता की जननी है, क्षमा एक महान् दिव्य गुण है। यह भी सच है कि कभी भी वैर से वैर का शमन नहीं हो सकता। पर क्षमा भाव की साधना से वैर निस्तेज हो सकता है। क्षमा से भटकते हुए को सुधारा जा सकता है। कविवर अमर मुनिजी ने क्षमा के विषय में काव्य की भाषा में क्या ही सुन्दर लिखा है -

घृणा-घृणा से, वैर वैर से,
कभी शान्त हो सकते क्या ?
कभी खून से सने वस्त्र को,
खून ही से धो सकते क्या ?
क्षमा हृदय की दिव्य ज्योत है,
क्षमा सृष्टि का मोती है,
इसको पा कुछ शेष न पाना,
वसुधा दिव्य चमकती है।

क्षमा और साधना

जिस प्राणी के हृदय में क्रोध, मान, माया और लोभ ये चार कषाय अग्नि की भाँति धधकते हों, उस

हृदय में शांति की अनुभूति कैसे हो सकती है ? यदि मनुष्य जलती हुई चिता के पास एक मिनट के लिए भी बैठ जाय तो वह छटपटाने लगता है तो फिर जिस हृदय में चारों कषाय एक साथ धधकते रहते हों, उस मानव की क्या दशा होगी ? क्षमा से व्यक्ति स्वयं तो शांत होता ही है, किन्तु प्रतिपक्षी को भी उपशांत होने का अवसर प्राप्त होता है। भगवान् महावीर ने कहा है उपशम भाव (क्षमा) ही साधुता का सार है।

क्षमा धर्म के महामन्दिर का मुख्य द्वार है। क्षमा को छोड़कर कोई भी साधना सफल नहीं हो सकती। शास्त्रों की भाषानुसार एक व्यक्ति महीनों तप करता है, अन्न-जल का कण भी प्रयोग में नहीं लाता, तथापि उसके पास यदि क्षमा नहीं है, शांति का अभाव है, क्रोध की आग में वह प्रतिक्षण जलता है, सड़ता है तो उसका सब तप निरर्थक है, उससे उसका कल्याण नहीं हो सकता।

क्षमा के विषय में पण्डित जवाहरलाल नेहरू ने कितने अच्छे विचार व्यक्त किये हैं - “बिना क्षमा का जीवन रेगिस्तान है और यह मैंने प्रत्यक्ष जीवन में अनुभव किया है।”

औरन को शीतल करे आपह शीतल होय

क्षमा शीतल जल का स्रोत है। क्रोध जहाँ स्वयं को तथा दूसरे को दग्ध करता है, वहाँ क्षमा दूसरों को शीतल कर अपने आपको भी शीतल करती है। इसलिए इसे साता वेदनीय रूप में गिना गया है। यह एक मनोविज्ञान सम्मत बात है कि क्रोध के बाद पश्चाताप होता है, थकान, ग्लानि जैसे भावों का अनुभव होता है, परन्तु क्षमा के बाद चित्त में शान्ति, सुख और संतोष मिलते हैं। यह स्वाभाविक भी है। जिस वस्तु को हम धारण करेंगे उसके गुण-स्वभाव हमें प्राप्त होंगे। मिश्री से मुँह मीठा होगा और नमक से खारा। अग्नि से हवा गर्म होगी और पानी की ओर से आने वाली हवा शीतल होगी। इसी तरह क्षमा धारण कर मन, मस्तिष्क तथा आत्मा को शीतल बनाया जा सकता है।

क्षमा ज्ञान का सार

क्षमा के बिना ज्ञान सम्भव नहीं। ज्ञान की उपलब्धि के लिए चाहिए नम्रता, विनयशीलता, सरलता और इन सभी का क्षमा के साथ आगमन होता है। अहंकारी को ज्ञान प्राप्त नहीं हो सकता। अहंकार का भाई है क्रोध। क्रोध हृदय में उत्पन्न होकर हमारे मन एवं आत्मा को मलीन तथा अपवित्र बनाता है। क्रोध हलाहल है। विष खाने से तो मानव एक बार मरता है किन्तु क्रोध से पुनः-पुनः मरना पड़ता है। क्रोध एक प्रकार की आग है जो सर्वप्रथम अपने को ही जलाती है। क्रोध तन ही नहीं तपाता बल्कि मन को तपाता है, रक्त को सुखाता है। इस प्रकार क्रोध हमारा सर्वनाश करता है। लेकिन जब क्रोध और अहंकार दोनों मिल जाते हैं तो वे केवल जीवन को ही दूषित नहीं करते, बल्कि वे ज्ञान के मार्ग को भी अवरुद्ध कर देते हैं। क्रोध को शान्ति व क्षमा से जीतकर ज्ञान की खिड़कियाँ खोली जाती हैं। अतः क्षमा ज्ञान का सार है। मनुष्य का आभूषण रूप है। रूप का आभूषण गुण है, गुण का आभूषण ज्ञान है, ज्ञान का आभूषण क्षमा है।

क्रोध और क्षमा

क्षमा एक ऐसा कवच है जिसको धारण करने के पश्चात् क्रोध के जितने प्रहार होते हैं, वे निरर्थक हो जाते हैं। क्षमा अन्दर से उत्पन्न होती है। वह आत्मा का स्वभाव है। क्षमा शील व्यक्ति निर्भय होता है, पर क्रोधी-व्यक्ति का हृदय काँपता रहता है। जो जितना वीर होगा, वह उतना ही अधिक क्षमानिष्ठ भी होगा। क्रोध मृत्यु का मुँह है, क्षमा जीवन का मुख है। क्रोध के मुख में गया व्यक्ति राख बन जाता है, किन्तु क्षमा के मुँह में गया हुआ व्यक्ति लाखों वर्ष तक चमकता रहता है। कपड़े में यदि सलवट पड़ती है तो पानी में भिगोकर सुखाने से निकल जाती है, परन्तु मन की सलवट तो क्षमा देने और लेने से ही निकल पाती है। क्रोधी प्राणी क्रोध की ज्वाला में जलकर भस्म हो जाता है पर क्षमावान क्षमा धारण कर कर्मों की निर्जरा कर

देता है। बदला लेने की भावना छोड़कर क्षमा करना अंधकार से प्रकाश की ओर आना है।

क्षमा – श्रेष्ठ मानवीय मूल्य

प्रेम के अनेक रूप हैं, अनेक पर्याय हैं। क्षमा प्रेम का चरम बिन्दु है। क्षमा वह कुंकुम है जिसके चन्द छिंटे जहाँ भी गिरते हैं, वह स्थल पवित्र हो जाता है। क्षमा वह शुद्ध मक्खन है जिसके सेवन करने से सजगता और जागरुकता महसूस होती है। क्षमा वाणी की नहीं, आचरण की वस्तु है। क्षमा रुपी सागर में गोते लगाकर करोड़ों भव के संचित कर्मों को कुछ ही क्षणों में नष्ट किया जा सकता है।

अपनी त्रुटियों के लिए क्षमायाचना करना अपने घर आत्म-स्वभाव में लौटना है, परम सुख की अनुभूति करना है। आत्मा जब कषायों से लिप्त होती है तो भारी होती है, उसे चैन नहीं मिलता। क्षमा रुपी रसायन से कषायों को धोकर आत्मा को हल्का करने से वह गुब्बारे की तरह हल्की हो जाती है और मानव चैन की जिन्दगी बसर करने लगता है।

क्षमा के बिना मानव का अन्तर्मन व्याकुल रहता है। अनेक संकल्पों-विकल्पों के, प्रतिक्रियाओं से प्रताड़ित रहता है। क्षमा को धारण कर मानव अतुल शांति को धारण करता है। अतः क्षमा एक श्रेष्ठ मानवीय मूल्य है।

क्षमा की महानता के प्रसंग

क्षमाशील व्यक्ति के सोचने का ढंग अनूठा होता है। जब कोई उसको गाली देता अथवा अपशब्द कहता है, तब वह सोचता है – “कह रहा होगा कोई, इससे मेरा क्या बिगड़ता है? जो कहता है, उसका मुँह गन्दा होता है। वे शब्द कहीं मेरे चिपक थोड़े गए हैं?” इस प्रकार चिन्तन कर वह पूर्ण जागरुक रहता है। वह अपने आप को धन्य समझता है कि अपशब्द कहने वाले व्यक्ति ने उस पर महान् उपकार किया है और उसे यह मौका दिया है कि वह इस परीक्षा में उत्तीर्ण हो। वास्तव में ऐसे अवसर पर ही साधक की साधना की

परीक्षा होती है।

यहाँ कुछ प्रसंग द्रष्टव्य हैं -

१. महात्मा बुध्द के जीवन का प्रसंग है। एक व्यक्ति उन्हें खूब गालियाँ देने लगा। महात्मा बुध्द चुपचाप सुनते रहे। जब वह गाली देकर थक गया तब बुध्द ने पूछा - “भाई ! मैं तुमसे एक प्रश्न करता हूँ। यदि तुम किसीको कोई चीज दो और वह न ले तो वह चीज किसकी ?” उस व्यक्ति ने सहज उत्तर दिया - “इसमें पूछने की क्या बात है ? स्पष्ट ही है देने वाले की।” तब महात्मा बुध्द ने कहा कि “बस तुमने मुझे गाली दी और मैंने नहीं ली। मैंने तेरी गालियाँ स्वीकार नहीं कीं।” उस व्यक्ति की आँखें खुल गईं और वह बुध्द के चरणों में गिर पड़ा।

२. हॉकी के जादूगर के नाम से जाने वाले श्री. ध्यानचंद एक बार मैच खेल रहे थे। विपक्षी खिलाड़ी उनका खेल देखकर दंग रह गए। उन्होंने क्रोधित होकर ध्यानचंद के दे मारी। ध्यानचंद ने सिर पर पट्टी बांध ली और पुनः विशेष सावचेती से खेलने लगे। उन्होंने अपनी चोट का बदला न लेकर ५-६ गोल करके विपक्षी को अभूतपूर्व क्षमादान किया।

३. एक बार क्रांतिकारी नेता सुभाषचन्द्र बोस एक सभा को सम्बोधित कर रहे थे कि इतने में किसी व्यक्ति ने उन पर एक जूता फेंका। सुभाषचन्द्र बोस ने बिना विचलित हुए मंच से अपना भाषण जारी रखते हुए कहा - “जिस सज्जन ने एक जूता मेरी ओर फेंका है, वे कृपया दूसरा जूता भी फेंकने का कष्ट करें ताकि मेरे पहनने के काम आ जाये।” सुभाष बाबू ने यह कहकर कितना अच्छा अपनी क्षमा भावना का परिचय दिया।

४. महात्मा गांधी जब दक्षिण अफ्रीका में थे तो उन्होंने भारतीयों के खिलाफ बनाये गये काले कानूनों के विरोध में अहिंसक प्रदर्शन किए। उनकी अहिंसक नीतियों से असन्तुष्ट होकर एक पठान ने उन पर घातक प्रहार किया। वे बेहोश होकर गिर पड़े। जब वे होश में आए तो उनके सहयोगियों ने पठान के खिलाफ कानूनी

कार्यवाही करने के लिए गांधीजी को बहुत कहा पर गांधीजी ने यह कहकर उसे क्षमा कर दिया कि “वह अभी नासमझ है, जब वह समझने लगेगा तो अपने किये पर स्वयं पश्चाताप करेगा।” गांधीजी के ये उद्गार सुनकर वह पठान पानी पानी हो गया और उसने अपनी भूल की क्षमा गांधीजी से माँगी।

५. पंजाब केसरी महाराजा रणजीत सिंह को कौन नहीं जानता ? वे शूरता तथा सहिष्णुता के अद्भुत प्रतीक थे। एक बार किसी बालक के हाथ से उनके सिर पर पत्थर लग गया। महाराज के सिपाहियों को, बालक की इस हरकत पर बड़ा क्रोध आया। वे उस बालक को पकड़ लाये और उसे प्रताड़ित करने लगे। इस पर महाराजा रणजीत सिंह ने उस बच्चे को मोती का एक हार भेंट करते हुए कहा - “मैंने तो सुन रखा है कि वृक्ष भी पत्थर मारने के बदले मनुष्यों को फल-फुल देते हैं और मैं तो स्वयं मनुष्य हूँ, बल्कि पंजाब का राजा हूँ तो क्या मैं इस उपहार स्वरूप यह मोती का हार नहीं दे सकता ?” बालक यह सुनकर अवाक् रह गया। उसकी उद्वेगता हमेशा के लिए गायब हो गई।

६. दक्षिण भारत के महान् संत तिरुवल्लुवर बड़े परिश्रमी और क्षमाशील थे। वे धोतियाँ और साड़ियाँ बुनते और बाजार में बेच कर अपनी आजीविका अर्जित करते। एक बार बाजार में जब वे अपनी बुनी हुई सुन्दर साड़ियाँ बेच रहे थे, तो एक उद्वेग युवक आकर उनसे पूछने लगा - “इसकी कीमत क्या है ?” तिरुवल्लुवर ने उत्तर दिया - “दो रुपया”। युवक ने साड़ी के दो टुकड़े कर डाले और पूछा - “अब इसकी कीमत क्या है ?” उन्होंने शांत मुद्रा में कहा - “एक रुपया”। इसके बाद भी युवक साड़ी के टुकड़े-टुकड़े करता गया लेकिन तिरुवल्लुवर की मुद्रा में कोई परिवर्तन नहीं आया। वे निर्विकार बैठे रहे। अन्त में वह युवक संत तिरुवल्लुवर के चरणों में गिर पड़ा और उनसे क्षमा माँगी।

७. महात्मा सुकरात स्वभाव से बहुत शांत थे

लेकिन उनकी स्त्री बड़ी कर्कशा थी। वह हमेशा अपने पति सुकरात को अपशब्द कहती और लड़ाई-झगड़ा करती। एक दिन सुकरात कारणवश घर कुछ देरी से लौटे। वह उन्हें देखकर क्रोध से झल्ला उठी और कठोर अपशब्द कहने लगी। सुकरात शांत मुद्रा में खड़े रहे। उनकी पत्नी ने गन्दे पानी का भरा बर्तन लाकर उनके सिर पर डाल दिया, जिससे उनके सारे कपड़े गीले एवं गन्दे हो गये, लेकिन इतना होते हुए भी उन्होंने अपना संयम नहीं त्यागा। अत्यन्त विनोद एवं शांत मुद्रा में उन्होंने सिर्फ इतना कहा - 'पहले बादल गरजे फिर बरसें।'

८. एक बार एक औरत ने गुस्से में आकर समर्थ गुरु रामदास पर गीली मिट्टी का ढेला फेंका। उन्होंने उस मिट्टी के दीपक बनाये, दीप जलाये। रामदास ने उस औरत को क्षमा कर दिया।

भूलों से बचने वाला इन्सान बुद्धिमान होता है, परन्तु भूलों को स्वीकार करने वाला महात्मा होता है। उसने वाले सर्पों से कल्याणकारी शिव प्रेम करते हैं, उन्हें गले लगाते हैं, क्षमा करते हैं।

क्षमा के जैन शास्त्रों में अनूठे उदाहरण

जैन शास्त्रों में क्षमा के सैकड़ों उदाहरण भरे पड़े हैं। कुछ प्रेरक उदाहरण यहाँ प्रस्तुत किये जा रहे हैं -

१. गज सुकुमाल मुनि

गजसुकुमाल मुनि के पूर्व के बंधे हुए निकाचित कर्म उदय में आये। मुनि बनने की प्रथम रात्रि में भगवान नेमिनाथ की आज्ञा लेकर श्मशान भूमि में ध्यानस्थ खड़े हैं। चारों ओर चिताएँ जल रही हैं। बड़ा ही भयंकर दृश्य है। सोमिल ब्राह्मण उन्हें देखता है। पूर्व भव का बैर जागृत होता है। मुनि के मस्तक पर वह मिट्टी की पाल बाँध कर धधकते अंगारे डाल देता है। अत्यन्त वेदना हो रही है, फिर भी मुनि सम भाव से ध्यानस्थ खड़े हैं। मन में सोमिल ब्राह्मण के प्रति क्रोध नहीं। मुनि सोचते हैं - यह सोमिल ब्राह्मण मेरा ससुर है, मिट्टी की पाल बाँधकर इन्होंने मुझे पगड़ी पहनाई है

। ये मेरे परम उपकारी है। शायद मुझे अपने कर्मों का क्षय करने में समय लगता लेकिन इनके उपकार की वजह से मैं अपनी मंजिल शीघ्र प्राप्त कर सकूँगा। एक तरफ उनका पुद्गल शरीर जल रहा था तो दूसरी ओर क्षमा की भट्टी में सारे कर्म जल कर भस्म होने लगे। इस प्रकार क्षमा के सागर में तैरते हुए, वे सिद्ध, बुद्ध और मुक्त हो गए।

२. चण्डकौशिक सर्प

क्रोध की ज्वाला के साक्षात् प्रतीक चण्डकौशिक सर्प ने बहुत आतंक मचा रखा था। कई मीलों तक उसने अपनी विषदृष्टि का प्रभाव जमा रखा था। किसी मनुष्य की उस ओर प्रस्थान करने की हिम्मत नहीं पड़ती थी। लोगों के बहुत मना करने पर भी भगवान महावीर उस राह की ओर बढ़े और चण्डकौशिक सर्प के बिल के समक्ष शांत भाव से खड़े हो गए। अपने स्वभाव के अनुसार चण्डकौशिक सर्प ने भगवान के पैर में अपना दंश मारा। लेकिन आज उसे खून का रंग श्वेत और मीठा लगा। उसके चिन्तन ने नया मोड़ लिया। उसे जाति स्मरण ज्ञान हो गया। ज्योंही उसने भगवान से बोध पाया, अपने आप को क्षमा का सागर बना लिया। अब उसने अपना मुँह बिल के अन्दर डाल दिया और बाकी का अंग बाहर रख समाधि में चला गया। लोगों ने समझा शायद यह साँप मर गया है अतः दूध, मिठाई, फल, फुल आदि उस पर डालने लगे। फलस्वरूप चींटियाँ और मच्छर उसके शरीर पर मंडराने लगे तथा उसके शरीर को छलनी बना दिया फिर भी वह उत्तेजित नहीं हुआ और समता भाव से कर्मों को काटता हुआ मरकर देवलोक में देव बना।

३. क्षमापूर्ति भगवान महावीर

१) संगम देव द्वारा एक रात में बीस भयंकर कठिन उपसर्ग देने पर भी महावीर ने उसके प्रति मन में करुणा भाव दर्शाया। महावीर को यह जानकर बहुत दुख हुआ कि संगमदेव ने इन कार्यों से गहरे कर्मों का बन्धन कर लिया है। उन्होंने क्षमा का उपदेश कर उसे

माफ कर दिया ।

२) ग्वाले द्वारा बैल न मिलने पर कानों में कीले ठोकने पर भी महावीर समता भाव से विचलित नहीं हुए।

३) चण्डकौशिक सर्प के काटने पर भी जरा भी विचलित नहीं हुए और उसे बोध देखकर उसका कल्याण किया ।

४) गौशालक द्वारा तेजोलेश्या फेंकने पर भी उस पर किंचित रोष नहीं किया ।

४. सती मृगावती

सती मृगावती भगवान महावीर के समवसरण में बैठी हुई थी । सूर्य और चन्द्र देवों के आने से दिन के ढल जाने पर भी रात का भान मृगावती साध्वी को नहीं हुआ । ज्योंही सूर्य और चन्द्र देवता भगवान को वन्दन कर चले गए, रात स्पष्ट महसूस होने लगी । साध्वी मृगावती शीघ्र मन ही मन पश्चाताप करती हुई, अपने स्थान पर आई । महासती चन्दनबाला ने साध्वी मृगावती को उपालम्भ दिया । मृगावती साध्वी मन ही मन सोचने लगी – आज मेरी भूल के कारण मेरी गुरुणी महासती चन्दनबाला को बहुत दुख हुआ है, वास्तव में मुझसे बड़ी गलती हुई है । यदि मृगावती चाहती तो सफाई के रूप में सूर्य और चन्द्र देव की उपस्थिति की यथार्थ घटना बता सकती थी, लेकिन उसने ऐसा नहीं किया और स्वयं पश्चाताप की अग्नि से क्षपक श्रेणी पर आरुढ़ हो, ध्यान की तीव्रता द्वारा घनघातिक कर्मों को नष्ट कर दिया और उसी रात्रि को केवलज्ञान प्राप्त कर लिया :

५. महासती चन्दनबाला

१) यद्यपि रथी की स्त्री उसके साथ दुर्व्यवहार करती थी, फिर भी चन्दनबाला उसे माता तुल्य समझती थी ।

२) यद्यपि चन्दनबाला को २० लाख सौनेया में रथी ने सरे बाजार बेच दिया, फिर भी उसने इसे अपने कर्मों का फल समझकर समभाव से सहन कर लिया ।

३) मूला सेठानी ने उसके केश काटकर उसकी बड़ी दुर्दशा की, फिर भी उसने उसका उपकार माना, क्योंकि उसकी वजह से चन्दना के हाथ से भगवान महावीर का ५ महीने २५ दिन का अभिग्रह पूर्ण हुआ।

६. दीक्षित अवस्था में महासती चन्दनबाला भगवान महावीर के शासन में ३६००० साध्वियों की प्रधान थी । उसने मृगावती साध्वी को उपासने में देर से आने का उपालम्भ दिया और साध्वी मृगावती पश्चात्ताप कर केवलज्ञानी हो गई । जब वह बात महासती चन्दनबाला को ज्ञात हुई तो वह पश्चात्ताप करने लगी । उसके पश्चात्ताप का कारण यह था कि उसने केवलज्ञानी को उपालम्भ देकर उसका दिल दुखाया । पश्चात्ताप की अग्नि में उसने भी अपने घनघातिक कर्मों को नष्ट कर लिया और चन्दनबाला को भी उसी रात केवलज्ञान हो गया ।

७. राजा उदायन और चण्ड प्रद्योत

जिस राजा उदायन ने अन्याय का प्रतिकार करने के लिए महाराज चण्डप्रद्योत को गुलिका दासी और अनिल वेग हाथी को चुराने के अपराध में घमासान युद्ध कर बन्दी बनाया, उसी उदायन ने सांवत्सरिक प्रतिक्रमण कर न केवल उसका राज्य ही उसे लौटाया बल्कि गुलिका दासी भी वापस दे दी । राजा उदायन ने भगवान की इस वाणी को अपने जीवन में चरितार्थ किया –

खामेमि सव्वे जीवा, सव्वेजीवा खमंतु में ।

मित्ति में सव्व भुएसु, वैरं मज्झं न केणई ॥

उत्तम क्षमा

आचार्यों ने उत्तम क्षमा की व्याख्या प्रस्तुत करते हुए कहा है कि जहाँ आक्रोशमय वचन सुनकर भी पवित्र भावों का आविर्भाव होता है तथा चित्त आत्मा के गुणों में समाहित किया जाता है, वहाँ उत्तम क्षमा होती है । क्षमा अपराध को भूल जाना मात्र ही नहीं है, गलतियों पर पटाक्षेप करना ही क्षमा धर्म की आराधना नहीं है, अपितु अपराधी के अपराध को भूलकर उसके

प्रति मंगलकामना करना, प्रभु से उसके उत्कर्ष और विकास की प्रार्थना करना क्षमा है।

किसी को वचन से क्षमा करना तो सरल है, किन्तु उसे मन से क्षमा कर देना, अपमान एवं हानि को भूल जाना कठिन है। क्षमा केवल बहिरंग में नहीं, अन्तरंग में भी होनी चाहिए। क्षमा का सम्बन्ध अन्तःकरण से होता है। 'क्षमा करो और भूलो' का अर्थ है क्षमा करो और कटुता को भूल जाओ।

क्षमा केवल औपचारिक न हो

क्षमा की भाषा तो हृदय की भाषा है। उसमें किसी प्रकार का दिखावा या कपट न हो। "आज क्षमा दिवस है। सांवत्सरिक प्रतिक्रमण कर ८४ लाख जीवयोनि को क्षमायाचना करनी है इसलिए सभी से खमतखामणा कर लें, यदि ऐसा न किया जाएगा तो लोग क्या कहेंगे, दुनिया में रहते हैं तो व्यावहारिक होना पड़ता है।" यदि इन भावनाओं से क्षमायाचना की जाती है तो वास्तविक क्षमापना नहीं है। यह क्षमापना का नाटक है। हम वास्तव में सच्चे हृदय से सबसे क्षमायाचना करें एवं प्रतिज्ञा करें कि भविष्य में सभी से मैत्री भाव रखेंगे। लेकिन आज कल इस प्रकार की क्षमायाचना बहुत कम देखने में आती है। केवल औपचारिकता पूरी करने के लिए क्षमायाचना कर ली जाती है और कुछ ही घण्टों में कहा-सुनी होने से मनमुटाव की प्रक्रिया प्रारम्भ हो जाती है। ऐसा करने वाले वास्तव में क्षमा का वास्तविक अर्थ ही नहीं समझते हैं।

शास्त्रों में यहाँ तक कहा गया है कि यदि हमारे से किसी प्रकार अपराध या गलती हो जाए तो हमें तुरन्त क्षमा माँग लेनी चाहिए। यदि उस समय ऐसा न हो सके तो शाम को देवसी एवं प्रातःकाल रायसी प्रतिक्रमण कर शुद्ध मन से क्षमायाचना कर लेनी चाहिए। यदि ऐसा मौका भी हाथ से चला जाए तो सांवत्सरिक प्रतिक्रमण कर के अवश्यमेव अपने मन की गाँठों को खोल देना चाहिए। क्षमा न माँगना या क्षमा न करना

तथा वैर की परम्परा को बढ़ाने का तात्पर्य है अपनी भव-परम्परा को बढ़ाना। जब तक यह कर्म-बंधन रहता है नया कर्म-बंधन होता रहता है। तीर्थंकर पार्श्वनाथ के जीवन चरित्र को पढ़ने से मालूम होता है कि किसप्रकार कमठ के जीव और भगवान पार्श्वनाथ के जीव की बैर-परम्परा पिछले १० भवों से चलती रही। अतः जागरूक साधक का कर्तव्य है कि वह अपने पापों की आलोचना करे और सभी से क्षमा ले और दे।

उपसंहार

क्षमा व्यक्ति के जीवन में निर्मलता का संचार करके उसे स्वस्थ एवं संतुलित, शांत एवं सुखी बनाती है, समाज के सुख की अभिवृद्धि करती है, स्वार्थ के सम्बन्धों को तोड़ती है, स्नेह सम्बन्धों को जोड़ती है, उन्हें मधुर बनाती है। क्षमा के माधुर्य का अनुभव अन्तःकरण से होता है। क्षमा अहिंसा का प्राण है। क्षमा "जीओ और जीने दो" का मूल मंत्र है। क्षमा मनुष्य के मनोबल एवं आत्मबल को बढ़ाकर जीवन को उदात्त बनाती है। क्षमा विनयशील व्यक्ति का आभूषण ही नहीं, शस्त्र भी है। जिसके हाथों में क्षमा है, दुर्जन भी उसकी हानि नहीं कर सकता।

क्षमा रहित व्यक्ति अपने हृदय में अपमान की स्मृति को पत्थर की लकीर की भाँति स्थायी बना लेता है, किन्तु क्षमाशील व्यक्ति के मन में वह जल रेखा की भाँति शीघ्र ही तिरोहित हो जाती है। क्षमा आत्मविजय प्राप्त करने पर अर्जित होती है। क्षमा प्रेमपूर्ण व्यक्तित्व का सहज गुण है। आत्मविजयी की अमूल्य निधि है। क्षमाशील व्यक्ति कटूता का उत्तर मधुरता से देता है।

जब अहं गलता है तो क्षमा का द्वार खुलता है, क्रोध की प्रचण्ड आँधी क्षमा के आगे समाप्त हो जाती है। क्षमा के शांत जलाशय में डुबकियाँ लगाकर हमें असीम सुख और शांति मिलती है। प्राणी मात्र क्षमा के गुण को धारण कर अपनी मोक्ष-मंजिल को प्राप्त करे, इसी मंगल भावना के साथ मैं अपनी लेखनी को विराम देता हूँ।

कोरोनाकाल के पहले और

करोनोकाल के बाद

प्रेषक : श्री तरुण बोहरा 'तीर्थ', जोधपूर

प्रिय विकास, जय जिनेन्द्र !

तुम्हारा पत्र मिला, जिसमें तुमने मुख्य रूप से यह लिखा कि, - 'मैं विचित्र स्थिति में हूँ, कोरोना वायरस से फैली इस महामारी से सब कुछ बदल चुका है, लॉकडाऊन खुलने के बाद भी दिन बहुत मुश्किल से कट रहे हैं... भविष्य की सभी योजनाएँ... बेकार हो चुकी हैं... आगे क्या होगा...कुछ पता नहीं... कुछ भी करने को मन नहीं करता... पूरी तरह से निराश हो चुका हूँ... जीवन में उदासी के काले बादल छा गए हैं... आप ही बताओं मैं क्या करूँ ?'

प्रिय विकास, परिवर्तन तो संसार का शाश्वत नियम है। तुम इसे कुदरत का कहर मानो या प्रकृति का प्रतिकार... पर वास्तव में यह तो महत्त्वपूर्ण संकेत है... समय का। समय हर प्राणी को सम्भलने के लिए अवसर दे रहा है। पूरे विश्व में करोड़ों लोग इस बीमारी से संक्रमित हुए, लाखों को अपनी जान गँवानी पड़ी और अरबों लोगों का जीवन अत्यन्त प्रभावित हुआ। अनेकों लोग इस महामारी के भय से गहरे अवसाद से ग्रसित हैं, अनेकों लोग भविष्य की चिन्ता से भयभीत हैं और हर कोई अपने प्राणों की सुरक्षा के लिए चिन्तित नज़र आ रहा है... लेकिन जिन लोगों को जीवन जीने की कला आती है... उन्होंने समय के इस बड़े परिवर्तन को भी सहजता से स्वीकार किया और इस समय का उपयोग स्वयं को और अधिक परिपक्व तथा और अधिक मजबूत बनाने में किया।

प्रिय विकास, मेरा तुमसे यही कहना है कि इस परिस्थिति को सकारात्मक रूप से स्वीकार करो। तुमने अपने पत्र में अपनी दैनिक दिनचर्या का भी उल्लेख किया, जिससे पता चला कि पिछले कुछ महीनों से

तुमने अपने आपको टी.वी. और इण्टरनेट के जालों में और ज्यादा उलझा लिया है। टी.वी. के चैनल क्या परोस रहे हैं ? समाचार के चैनल कुछ मिनटों के मुख्य समाचार दिखाकर बाकी समय घण्टों तक नकारात्मक खबरों की बारिश करते रहते हैं, राजनीति के नाम पर... धर्म के नाम पर... विभिन्न नेता और अभिनेता अपने हठाग्रहों की लड़ाइयाँ लड़ते नज़र आते हैं और दर्शक अनर्थदण्ड के वशीभूत होकर अपने पापों का भण्डार ही भरते रहते हैं। मनोरंजन के नाम पर अश्लील फिल्में और अपराध से जुड़े कार्यक्रम दिलोदिमाग को कमजोर और भयभीत ही कर रहे हैं। साजिशों और षड्यन्त्रों से भरे सीरियल देखकर किसी का भला नहीं हो सकता और अनेक परिवारों के टूटने का यह मुख्य कारण है। टीवी के विज्ञापन अनेक अनचाही वस्तुओं की इच्छाओं को जन्म देते हैं, जिससे मन और जीवन दोनों ही अशान्त हो रहे हैं। इण्टरनेट पर सभी तरह की सामग्री उपलब्ध है... बुरी भी और कुछ जानकारी पूर्ण अच्छी तथा उपयोगी भी, लेकिन मानव के अनादि काल के संस्कार ही ऐसे हैं कि अच्छाई को ग्रहण करे या न करे... किन्तु बुराई की ओर तुरन्त आकर्षित हो जाता है।

इस कोरोना काल में तुमने स्वयं महसूस किया कि अरबपतियों से भी कहीं ज्यादा वे भाग्यशाली हैं... जो स्वस्थ हैं शारीरिक के साथ-साथ मानसिक रूप से भी... और ये दोनों ही स्वास्थ्य अध्यात्म और अनुशासन युक्त जीवन शैली से सहज ही प्राप्त होते हैं। अतः प्रिय विकास, कोरोना काल से सबक लेते हुए इस निराशा को बाहर निकालकर... अब जीवन में आध्यात्मिकता और अनुशासन को स्थान दो... इसी के अनुसार नीचे लिखे बारह विचारों को अपनाने से तुम्हारा जीवन बहुत बेहतर हो जायेगा, ऐसा मुझे अटूट विश्वास है -

१) कोरोनाकाल से पहले तक इच्छाओं की पूर्ति

के लिए जी रहे थे, अब से आवश्यकता पूर्ति के लिए जीना शुरू करो ।

२) रोग से भी ज्यादा रोग का डर खतरनाक होता है, इसलिए डर कर नहीं बल्कि निर्भय होकर जीओ... सात्त्विक आहार और संयमित दिनचर्या से प्रतिरोधक क्षमता और निर्भयता दोनों बढ़ती हैं ।

३) जो सब कुछ तुम्हें मिला है वह पूरी दुनिया में ५०० करोड़ से भी ज्यादा लोगों के पास नहीं है, अतः जो मिला है उसमें सन्तुष्ट रहना ही शान्ति का मूलमन्त्र है ।

४) अपना परिवार से दुख-सुख दोनों ही साझा करना अत्यन्त आवश्यक है... बड़ों की आज्ञा का पालन और छोटों की भावनाओं का सम्मान करने से घर परिवार में शान्तिपूर्ण माहौल स्थापित होता है ।

५) त्याग से अतुलनीय सुख मिलता है... मिले हुए का सदुपयोग करो, जीवन की दिशा ही बदल जायेगी ।

६) अतीत की चिन्ता और भविष्य की कल्पनाएँ दोनों छोड़कर सिर्फ वर्तमान में जीने का प्रयास करो ।

७) परिस्थिति को बदलना तुम्हारे हाथ की बात नहीं है, किन्तु मनःस्थिति को बदलना अवश्य तुम्हारे वश में है... अतः लक्ष्य निर्धारण करके मन को सम्यक् पुरुषार्थ के लिए तैयार करो ।

८) मोबाईल - इण्टरनेट के उपयोग को कम करते जाओ और टी.वी. - अखबार पर ज्यादा समय

खर्च करने के बजाय... अच्छी पुस्तकों को पढ़ना तुम्हारे समय का सही सदुपयोग होगा ।

९) नकारात्मक खबरों एवं बातों से जितना पीछे हटोगे उतना सकारात्मकता की तरफ आगे बढ़ जाओगे ।

१०) अपने मन, वचन और जीवन को कुछ भी श्रेष्ठ कार्य करने में व्यस्त रखो, श्रेष्ठ कार्य यानी जिससे स्वयं का, परिवार का, समाज का एवं राष्ट्र का हित होता है ।

११) व्यापार में सफल होना अच्छा दिख सकता है, लेकिन जीवन में सफल होना सर्वोत्तम है... ऐसे अनुभवी लोगों के विचारों को सुनकर अथवा पढ़कर जीवन को सफल बनाने की कला सीखो ।

१२) अन्तिम... किन्तु सबसे महत्त्वपूर्ण सुझाव... अरबों रुपए खर्च करने पर भी नहीं खरीदी जा सकती... ऐसी अमूल्य निधि यानी असीम शान्ति का अनुभव होगा तुम्हें प्रार्थना, सामायिक और स्वाध्याय इन तीनों के त्रिवेणी संगम को अपनाने से ये तीनों अलौकिक साधनाएँ हैं ।

प्रिय विकास !... इन विचारों को अपनाने से तुम्हारे जीवन रुपी आकाश से उदासी के काले बादल हट जायेंगे और अध्यात्म के सूरज से उत्साह का नया उजाला होगा । इस आध्यात्मिक शुरुआत से तुम्हारा जीवन खुशहाल बनें । इसी मंगल भावना के साथ...

आपका कल्याण मित्र 'तीर्थ' ●

महाराष्ट्रातील जास्तीत जास्त जैन समाजापर्यंत पोहचण्याचा
सर्वात खात्रीशीर, सर्वात सोपा व सर्वात स्वस्त मार्ग...

जैन जागृति - जाहिराती साठी संपर्क करा.