ISSN 0974-0053
Vol-23-Issue-05
May-2020

शांति का प्रबोध

प्रो. बनवारी लाल जैन

विभागाध्यक्ष, शिक्षा विभाग, जैन विश्वभारती संस्थान, लाडनूं

सारांश

सच्ची शान्ति मनुष्य की अन्तरात्मा में निहित है। कषाय, विकार और दुर्गुणों का विसर्जन करने से मन में शांति के भाव निर्झरित हो सकते हैं। शांति से ही मन निर्मल, स्वच्छ व पवित्र रह सकता है। अशांत मन, विवाद, झगड़ा, क्रोध और मूल्यहीनता के कार्यों की ओर अग्रसर होता है। शांति और अशांति के क्या लक्षण? शांत और अशांत मन वाले व्यक्ति की कैसे पहचान करें? शांति के लिए कौन-कौनसी गंदगी का विसर्जन करें?किस प्रकार की क्रियाएं आचरित करें? जिससे अन्तर्मन निर्मल, पवित्र व मंगलमय रह सकता है। शांति व अशांति की सही समझ विकसित करने का प्रयास इस लेख में विवेचित किया है।

मुख्य शब्द: भ्रांति, आडम्बर, लालसा, प्रतीति।

प्रस्तावना

आज एक साधारण व्यक्ति के पास जितनी सुविधाएं हैं, उतनी पहले के सम्पन्न व्यक्ति के पास भी नहीं थी। लेकिन सुविधा प्राप्ति के बाद भी मनुष्य अशांत है, इसका क्या कारण है? वास्तविकता यह है कि मनुष्य के पास सुविधाएं जितनी बढ़ी है, उतनी अशांति का संवर्धन हुआ है। सुविधाएं का विकास, सम्पत्ति का बढ़ना, जायदाद का विस्तार, सामान का एकत्रित करना, धन की लालसा आदि ने मन को विचलित किया है। सुविधाएं बढ़ने से बीमारी बढ़ी, अपराध बढ़े, नैतिक मूल्यों का क्षरण हुआ। शांति को सुविधाएं और भौतिकता के मध्य ढूंढने का प्रयास किया, ऐसी धारणा, मान्यताएं ने मनुष्य जीवन को दुःखी बनाया है। शांति पर ध्यान नहीं देने वाले व्यक्ति के मन की गति तेज होती है। उसके मन की गति राग-द्वेष, ईर्ष्या, लालच, मोह-अहंकार आदि वेग में तेज हो जाती है। शांति होने पर तो मन का वेग धीमा हो जाता है। हर कार्य धैर्य, आत्मविश्वास व आत्मचेतना के माध्यम से करता है। भौतिक विकास में मन की गति इतनी अधिक तीव्र कर दी कि आध्यात्मिक विकास के लिए

Copyright©authors

ISSN 0974-0053
Vol-23-Issue-05
May-2020

समय ही नहीं बचा। आध्यात्म का आधार शांति है। अमेरिका, रूस आदि देश अधिक भौतिकता में विकासशील व गतिमान हैं लेकिन शांति में नहीं हैं। भारत की गति अध्यात्म में अधिक गतिमान है, इसलिए उन देशों की अपेक्षा शांति अधिक है।

मन की भ्रांति को मिटाने से शांति

आधा घण्टा भजन कर लिया, एक घण्टा ध्यान कर लिया, दो बार दिन में भगवान् की माला फेर ली, भगवान् के समक्ष या मंदिर में आधा घण्टा पूजा पाठ कर ली, मंदिर में किसी पुस्तक को पढ़ लिया, घर में पुस्तक का अध्ययन कर लिया। तो यह मानना गलत होगा कि शांति का कोई कार्य कर लिया है। यह शांति उस समय तक ही हो सकती है। अन्दर की गन्दगी को छिपाने के लिए यह बाह्य या आडम्बर के कार्य है। जब तक मन में वासना, घृणा, ईर्ष्या, स्पृह, लालसा, राग, द्वेष, क्रोध, लोभ, मोह, माया को नहीं निकालेंगे तब तक मन में शांति का भाव नहीं आ सकता। बाह्य सफाई पर तो ध्यान दे देते हैं, लेकिन आन्तरिक कूड़े-कचरे को साफ नहीं करते हैं।

आडम्बर रहित कार्य करने से शांति

माथे पर तिलक लगाने, हाथ में चिमटा ले लेना, शरीर पर राख लगाने, गेरूआ कपड़ा पहनने, मंदिर का पुजारी बनना, हाथ में माला ले लेना, गले में सूत की माला डालने से मन पवित्र, स्वच्छ, निर्मल, साफ नहीं हो सकता, मन में दुर्गुणों, दुर्विचार, व दुर्व्यसनों को निकालने से मन पवित्र व शांत हो सकता है। वह मंदिर में मूर्ति की पूजा करता है, तीर्थ यात्रा पर जाता है लेकिन रास्ते में सुन्दर नारी को देखकर मन ललचाता है, रास्ते में पड़े हुए रूपये उठाकर जेब में रख लेता है, रूपये देकर नौकरी प्राप्त करता है, गरीब से कार्य करवाकर मेहनत से कम रूपये देने का प्रयास करता है, प्रिय व्यक्तियों से बिना मेहनत किये प्राप्त करने की लालसा रखता है। वह जीवन में सबसे अधिक अशांति भोगता है।

अशांत व्यक्ति के लक्षण

जिसके मन में, चित्त में अशांति चलती है वह बैठे-बैठे हाथ-पैर हिलाता रहता है, खाना खाते हुए भी उसका ध्यान भटकता रहता है, चलते हुए इधर-उधर देखना, पैर पटकर चलता है, बोलते समय विचारों का तालमेल नहीं होता है ये अशांति के लक्षण है। उसके बाहरी आचरण, हाथ-पैर तथा उसके मन से अशांति को पहचाना जा सकता है।

Copyright©authors

ISSN 0974-0053
Vol-23-Issue-05
May-2020

शांत व्यक्ति के गुण

उठना-बैठना, खाना-पीना सभी शालीनता के साथ होता है। शांत व्यक्ति कार्य (कर्म) में ही लगा रहता है, लेकिन अशांत व्यक्ति हमेशा छल ही करता है। इसकार्य के करने से मुझे क्या मिलेगा, इस इच्छा से ही वह कार्य करता है।

कम पाने की लालसा से शांति

आज ज्यादा को प्राप्त करने की इच्छा से लोग थोड़े का त्याग करने का अभिमान करते हैं। जैसे एक हजार रूपये पाने की लालसा में सौ रूपये को दान देने का ढोंग करते है। गरीबों को दान में भी क्या अपने फटे-पुराने कपड़े आदि देते हैं। वे सदैव छल, झूठ, चतुराई, बेईमानी के रास्ते ही ढूंढते रहते हैं। उनकी सारी चेतना इसी में लगी रहती है। वह चक्की का बैल बनकर उसी का चक्कर करता रहता है। उसकी स्थिति सांप और छछुन्दर के समान होती है। जो बच्चे के समान अशांत रहित होकर कार्य करता है वह श्रेष्ठी होता है।

अशांत व्यक्ति की प्रतीति

अशांत व्यक्ति के जैसा चश्मा लगा होता है, वैसा ही उसे संसार दिखाई देता है। शांत व्यक्ति में निन्दा व प्रशंसा की लहरें नहीं उठती हैं। वह राग-द्वेष रहित होकर कार्य करता है।

शांत व्यक्ति की प्रतीति

मन से ध्यान करने पर विषय भोग नहीं आते हैं, विषय भोग आने पर ध्यान नहीं होता है। ध्यान शांत अवस्था है, जिसमें मन विचलित नहीं होता है। भाग दौड़ वही करता है जो अशांत है, असंतुष्ट है। शांत व्यक्ति कभी भागदौड़ की जिन्दगी नहीं जीता है। वह स्वतन्त्र जिन्दगी जीता है, उसे कभी प्रलोभन हटा नहीं सकते हैं। उसकी इच्छाएं आकांक्षाएं समाप्त हो जाती है।

निष्कर्ष

शांति अन्दर विद्यमान है, उसे बाहर खोजने की आवश्यकता नहीं है। कषाय, विकार, कामना, वासना, अभिमान को जीवन का सांगोपांग नहीं बनाना चाहिए। सुविधाएं का संयमित उपयोग करें, भौतिकता की अपेक्षा आध्यात्मिकता को प्रश्रय दें, मन को विचलित न होने दें, नैतिक ढंग से कार्य करें, मन की गति अध्यात्म में लगावें, आडम्बर व ढ़ोग के कार्य नहीं करें,

Copyright©authors

ISSN 0974-0053
Vol-23-Issue-05
May-2020

जीवन को वास्तविकता में जीने का प्रयास किया जावें। मन की भ्रांति को दूर करें, मन में लालसा कम से कम पालें। अशांत व्यक्ति का उठना, बैठना बेढ़ंग तरीके का होता है, हमेशा ध्यान चलायमान रहता है, थोड़ी-थोड़ी देर में इधर-उधर की बातें करना, विचारों में असमन्वय तथा उठा-पटक के कार्य करता है। शांत व्यक्ति इन सबके विपरीत होता है। उसके हर कार्य में शालीनता, विनम्रता, माधुर्य, आत्मविश्वास, धैर्य, सहनशक्ति, कर्मशीलता, मेहनत, निष्ठा, कत्र्तव्यपरायण आदि भाव निहित होते हैं।

संदर्भ ग्रन्थ सूची

1. **आचार्य मानिक**. 2019. **प्राचीन श्री अष्टावक्र महागीता**. **साधना पब्लिकेशन्स**, **डी.जी. प्रिन्टर्स**, **शाहदरा**, **दिल्ली**-110032., **अध्याय-अठारहवां।**
2. **श्री चन्द्रप्रभ**. 2018. **घर को कैसे स्वर्ग बनाएं**. **श्री सितयशा श्री फाउंडेशन**, **बी**-7, **अनुकम्पा द्वितीय**, **एम.आई.रोड़**, **जयपुर** (**राज**). **पृ**. 121**।**
3. **सम्बोधि टाईम्स**. **नवम्बर**, 2018. **श्री जितयशा श्री फाउण्डेशन**, **जयपुर अंक**-1, **पृ**.-5.