आईना नहीं
शक्ल बदलो

जीवन सिक्के के दोनों पक्ष उभारकर
उत्थान की दिशा तय करने वाली

आईना नहीं शक्ल बदलो

प्रस्तुति

साध्वी युगल निधि-कृपा

E-mail : **info@sadhviyugal.com**
Website : **www.sadhviyugal.com**

अनुक्रम

1.	आईना नहीं शक्ल बदलो	1
2.	कथनी नहीं करनी करो	5
3.	टकराव नहीं समझौता करो	9
4.	आग नहीं बाग लगाओ	13
5.	शिकायत नहीं धन्यवाद दो	17
6.	उम्र नहीं जीवन जीओ	21
7.	पैसा नहीं पुण्य कमाओ	25
8.	मुख नहीं मूलाचार देखो	29
9.	भविष्य नहीं वर्तमान देखो	33
10.	भोग नहीं त्याग अपनाओ	37
11.	दोष नहीं गुण देखो	41
12.	दूसरे को नहीं अपने को जानो	45
13.	गम नहीं सरगम बजाओ	49
14.	ढोंग नहीं ढंग से जीओ	53
15.	स्थान नहीं स्वभाव बदलो	57
16.	धन नहीं धर्म के पीछे चलो	61
17.	रूप नहीं स्वरूप देखो	65
18.	कामना नहीं करुणा से जीओ	69
19.	छत्तीस नहीं त्रेसठ बनो	73
20.	वस्तुनिष्ठ नहीं आत्मनिष्ठ बनो	77
21.	बुराई नहीं अच्छाई चाहो	81
22.	विचार नहीं विवेक से जीओ	85
23.	कांटे नहीं फूल बनो	89

24.	परिधि नहीं केन्द्र पकड़ो	93
25.	इन्कार नहीं स्वीकार करो	97
26.	कठोर नहीं कोमल बनो	101
27.	निन्दक नहीं प्रशंसक बनो	105
28.	जुटाओ नहीं जीओ	109
29.	लड़ना नहीं सहना सीखो	113
30.	कृपाकांक्षी नहीं आत्मलक्षी बनो	117
31.	इच्छा नहीं आवश्यकता से जीओ	121
32.	पर में नहीं स्व में रहो	125
33.	मिथ्यादर्शन नहीं सम्यग्दर्शन हो	129
34.	चिन्ता नहीं चिन्तन करो	133
35.	विषमता नहीं समता अपनाओ	137
36.	अभाव में नहीं सद्भाव में जीओ	141
37.	अहंकार नहीं परोपकार करो	145
38.	बहिर्मुखी नहीं अंतर्मुखी बनो	149
39.	क्रोध नहीं बोध से जीओ	153
40.	कृतघ्न नहीं कृतज्ञ बनो	157
41.	कुसंग नहीं सत्संग करो	161
42.	फूल नहीं मूल सींचो	165
43.	बटोरो नहीं बाँटो	169
44.	परिस्थिति नहीं मनःस्थिति बदलो	173
45.	दूसरों को नहीं खुद को जिम्मेदार मानो	177
46.	दुनिया को नहीं अपने को जीतो	181
47.	स्वार्थ नहीं परार्थ साधो	185
48.	कलह नहीं सुलह करो	189
49.	लाभ नहीं शुभ देखो	193
50.	ऐश्वर्य नहीं शान्ति चाहो	197

1. आईना नहीं शक्ल बदलो

एक बुढ़िया ने घर लौटते ही आईने में अपनी शक्ल देखी। सुबह से शाम खेत में काम करने से उसका मुख मलिन हो रहा था। दर्पण में मटमैली छवि देखकर वह परेशान हो गई। अपनी भद्दी शक्ल बार-बार निहारने से वह इतनी उत्तेजित हुई कि उसने तमक कर दर्पण को नीचे उतार दिया।

बुढ़िया की इस प्रक्रिया को उसकी पुत्रवधू देख रही थी। उसने सहज स्वर में पूछा, "माताजी! आपने इस दर्पण को क्यों हटा दिया?" बुढ़िया खीझकर बोली, "जो मेरे प्रतिबिम्ब को विद्रूप दिखाए, मेरी शक्ल कुरूप झलकाए ऐसे आईने को मैं घर में रखना नहीं चाहती। अतः कल बाजार से मैं नया शीशा लाऊँगी।"

पुत्रवधू जानती थी माताजी भोली अवश्य है किन्तु जिद्दी नहीं है। इसलिए उसने नम्रीभूत होकर कहा, "मेरे कहने से आप एक बार चेहरे को साफ कर लीजिए।" बुढ़िया ने फौरन साबुन और पानी से मुख को प्रक्षालित किया तो चेहरा चमक उठा।

बहू ने मन ही मन गालिब का शेर दोहराया,

उम्र भर गालिब यही भूल करता रहा।
धूल चेहरे पर थी और आईना साफ करता रहा॥

बहू ने फौरन माताजी के हाथ में आरिसा थमा दिया। बुढ़िया अपनी धवल छवि देख अत्यंत प्रसन्न हुई। बहू ने मुस्कुराते हुए कहा, "माताजी! आईना पहले भी वही था और अब भी वही है।

अतः उसे दोषी ठहराना उचित नहीं है। अन्तर मात्र इतना है, पहले आपके चेहरे पर कीचड़ के दाग लगे हुए थे किन्तु साफ करने से आपकी छवि निखर उठी।" ध्यान रहे,

"समस्या चेहरे की और दोषी बना आईना।
अपना पूत कपूत किन्तु दोषी है जमाना।"

ऐसा मानने वालों को बुढ़िया की भाँति अपनी शक्ल को माँजने का उपक्रम करना होगा। वस्तुतः समस्या शक्ल है, आईना नहीं। शीशा सिर्फ झलकाता है, वह किंचित् मात्र भी अन्तर नहीं करता। फोटोग्राफर फर्क डाल सकता है, चित्रकार भी कसर रख सकता है पर दर्पण हूबेहूब पेश करता है। कहा भी है,

"मैं आईना हूँ जो देखूंगा वो झलकाऊँगा।
मुझे फरेब करने का हुनर नहीं आता॥"

हालाँकि आईना इन्सान की प्रतिकृति है किन्तु आज वह जीवन का एक अपरिहार्य अंग बन गया है। इसलिए लोग रोजाना दर्पण में स्वयं को निहारते हैं। सुबह उठे, आईना देखा। नहाए तो आईना देखा। बाल संवारे आईना देखा। इतना ही नहीं घर से जितनी बार भी निकलते हैं उतनी बार चेहरे को दर्पण में निहार लेते हैं।

जैसे सोने की परख के लिए कसौटी है ऐसे ही चेहरे के परीक्षण हेतु आईना है। दर्पण में झांकने से खुद की जाँच हो जाती है। कहीं कुछ बेठीक हो तो ठीक करने की प्रेरणा मिलती है। इसलिए दर्पण स्वयं को निहारने, परखने और सुधारने का अनिवार्य साधन है।

स्मरण रहे, शक्ल बदलने का मतलब है अपने आंतरिक जीवन को बदलना। मन के मटमैलेपन का अवलोकन, परिमार्जन और प्रक्षालन करना। इसलिए मन के आरिसे में बार-बार झांकना चाहिए ताकि अपने को जानने, समझने और सुधारने का अवसर हाथ लगे। अपने को बदलना मुश्किल जरूर है लेकिन नामुमकिन नहीं।

सावधान! मन रूपी शीशे में अपनी कालिमा युक्त छवि निहारकर बुढ़िया की भाँति मत झल्लाना बल्कि अपनी आकृति, प्रकृति एवं प्रवृत्ति को माँजने का प्रयास करना। सत्संग और प्रायश्चित्त के साबुन-पानी से अपना जीवन निखारने का पुरुषार्थ करना ही शक्ल को बदलने का अभिप्राय है।

कहते हैं, युनिवर्सिटी के पुस्तकालय में एक व्यवस्थापक ने सुव्यवस्था हेतु अनेक परिवर्तन किये। उसने नूतन साहित्य को एक ओर सजाकर रखा। इतना ही नहीं लेखक एवं विषय की दृष्टि से ऐसा वर्गीकरण किया कि पाठकों का ध्यान पुस्तकों पर शीघ्र केन्द्रित हो सके। पुस्तकालय के अंतिम द्वार पर सुन्दर अक्षरों में लिखा था, 'पुस्तकालय में आपने तमाम लेखकों की श्रेष्ठतम कृतियाँ देखी है अब अपनी असली कृति निहारिए।' सामने था एक आदमकद सुन्दर दर्पण।

आईना अपने आप में निष्पक्ष है। वह मात्र एक माध्यम है, प्रेरणा है। सिर्फ अपनी शक्ल को निर्मल रखने की जरूरत है। स्मरण रहे, मन की चेकिंग और ड्रेसिंग करने से आंतरिक छवि धवल होगी तो दुनिया का हर दर्पण आपका स्वागत

करेगा। चूँकि हर इन्सान के लिए दुनिया एक आईना है। भीतर का नक्शा बदलते ही संसार के दर्पण में आपकी छवि निखर उठेगी। अन्तस् का अक्स बदलने के लिए एक प्रयोग अवश्य करें।

प्रयोग

आईने में जब भी देखो तब अपनी मन की सूरत को निखारने का संकल्प एक बार दोहरा लो।

2. कथनी नहीं करनी करो

देशभक्त सर सयाजीराव गायकवाड़ के सभापतित्व में एक विशाल सभा का आयोजन किया गया। सभा का विषय था, अहिंसा। महात्मा गांधी ने जिस अहिंसा के आधार पर देश को आजादी दिलाई उस देश में हिंसा का तांडव न हो, ऐसी चेतना जन-जन में जगाने का यह प्रयास था।

अनेक प्रबुद्ध वक्ता अहिंसा के प्रभाव को उजागर कर रहे थे। एक विद्वान वक्ता ने खूब जोर-शोर से अहिंसा शब्द की तलस्पर्शी व्याख्या की तो श्रोता झूम उठे। बिना अहिंसा के जीवन प्राणहीन क्यों है, यह समझाते हुए वे पसीने से तरबतर हो गए।

अत: भाषण की पूर्णाहूति पर उन्होंने पसीना पोंछने के लिए बैग से सहसा नैपकीन निकाला तो साथ ही दो अंडे भी गिर पड़े। यह देख श्रोताओं के चेहरों की भाव भंगिमा बदल गई। वे दंग रह गए कि अहिंसा की सूक्ष्म व्याख्या पर मार्मिक भाषण देनेवाला विद्वान अंडे खाता है ...? चर्चा में अहिंसा पर चर्या में ...?

सर सयाजीराव ने गंभीर स्वर में कहा, "यह कैसा बेमेल जीवन! जीभ पर राम नाम और जीवन रावण की पर्याय ....? रसना पर 'वसुधैव कुटुम्बकम्' की उदात्त भावना का संवाद और जीवन में 'हम दो हमारे दो' वाली उक्ति की चरितार्थता ... कथनी में शहद सी मिठास और जीवन में कड़वाहट ... जीभ जो बोलती है, जीवन उसके विरुद्ध क्यों है ...?"

"कथनी-करनी, मुख-मन, उच्चारण-आचरण एवं कलम-कदम में जब तक तालमेल नहीं होगा तब तक देश का विकास एवं जीवन का कल्याण कैसे होगा?"

कथनी और करनी का भेद मानव स्वभाव की दुर्बलता है। कहा भी है,

'जो स्वयं आचरण नहीं करते,
वे अज्ञानी बने हुए चिल्लपों करते हैं,
और गायों के समूह में गधे की भाँति रेंकते हैं॥'

जबान और जीवन के बीच की खाई को पाटने के लिए जीभ से उच्चारित कथन को जीवन में भी अवतरित करना होगा। बिना दीपक, तेल और बाती के कोरी बातों से अंधेरा दूर नहीं होगा। सबको यथाशक्ति, यथासंभव और यथाशीघ्र कथनी को करनी तक पहुँचाना होगा।

ख्याल रहे, जीभ की आवाज सिर्फ कानों तक पहुँचती है किन्तु जीवन जब बोलता है तो आवाज कानों को पार करती हुई हृदय तक पहुँच जाती है। चूँकि जीवन की आवाज चिरंजीवी होती है। यही कारण है, जो मात्र जिव्हा से बोलते हैं उनका खास प्रभाव नहीं पड़ता। ज्ञानी का जीवन बोलता है, अतः उनकी आवाज आज भी प्रतिध्वनित है।

कथनी और करनी की विमुखता के कारण आज इन्सान दोहरा जीवन जी रहा है। अधरों में अमृत और हृदय में हलाहल है। ऊपर से शांत किन्तु अंतरंग में कोलाहल है। ऐसा कर्त्तव्यभ्रष्ट