

निन्दक नियरे राखिए.....!

निन्दा, स्तुति मनुष्य द्वारा किये गये कर्मों के प्रतिफल पर दूसरों के द्वारा दी गयी प्रतिक्रिया है। निन्दा सामान्य तौर पर सबको बुरी तथा प्रसंशा अच्छी लगती है। परन्तु श्रेष्ठ पुरुष वही होता है जो निन्दा में भी खुश रहे। महान पुरुष निन्दक के प्रति भी शुभभावना की दृष्टि रखता है तथा जिस बात की निन्दा की गयी है उसको दूर करने का प्रयास करता है। वास्तव में देखा गया है कि जब कोई भी मनुष्य किसी की स्तुति, महिमा करता है तो वह प्रसन्नचित्त हो जाता है और यदि कोई उसकी निन्दा करता है तो वह दुःखी हो जाता है तथा निन्दा करने वाले को दुश्मन मान बैठता है। कई ऐसे शुभचिन्तक होते हैं जो हमारे अन्दर की कमी कमजोरी और बुरी आदतों के प्रति सावधान करने के लिए शिक्षा सावधानी देते हैं तो वह भी हमें नागवार गुजरता है। जबकि यदि कोई हमारी झूठी प्रसंशा करता है तो हमें अच्छा लगने लगता है। यह अच्छा लगना अपने आपको धोखा देना है क्योंकि झूठी प्रसंशा से हम अपने किये गये गलत कार्यों का अन्तःनिरीक्षण नहीं कर पाते हैं। कई बार सामने वाला हमारी प्रसंशा इसलिए करता है कि वह इस गुण को अपने में समझे और सदा ऐसा करने का प्रयास करे। क्योंकि जब कोई व्यक्ति किसी दूसरे की अच्छे कार्यों की महिमा करता है और कहता है कि आप में बहुत अच्छे गुण हैं, आप बहुत अच्छे हैं तो वह उस व्यक्ति के सामने कभी भी बुरा करने के बारे में नहीं सोचेगा क्योंकि वह यही समझेगा कि अमुक व्यक्ति हमें अच्छा समझता है। लोक-लाज का भय सताता रहेगा और वह अच्छा करने की कोशिश करेगा। परन्तु कई बार सामने वाला व्यक्ति प्रतिद्वंद्विता और ईर्ष्या वश हमारे गलत कर्मों की भी झूठी महिमा करता है ताकि वह अपनी बुरी आदतों को अच्छा समझकर और बुरा कर्म करके सबके सामने बुरा बन जाये। ऐसे व्यक्तियों से सदैव सावधान रहना चाहिए।

आत्म उन्नति और आध्यात्मिक क्षेत्र में आगे बढ़ने के लिए निन्दा हमारे लिए उन्नति की सीढ़ी है। इसलिए निन्दा करने वाला ही हमारा सच्चा मित्र और सबसे अच्छा डाक्टर है। क्योंकि जब शरीर की बीमारी होती है तो बीमारी जानने के लिए हमें डाक्टर के पास जाना पड़ता है और डाक्टर फीस लेकर हमारी बीमारी को बताता है और उसे ठीक होने की सलाह देता है। परन्तु हमारी आत्मा में जो अवगुणों रूपी बीमारी लगी हुई है बुरी आदतें, बुरे संस्कारों के कारण खुद दुखी होते हैं और दूसरों को भी दुःखी करते हैं ऐसी बीमारी को बताने वाला निन्दक नहीं बल्कि सच्चा मित्र और सबसे अच्छा डाक्टर है। इसलिए कबीर दास जी ने कहा कि *निन्दा हमारी जो करे, मित्र हमारा सो*। अथवा *निन्दक नियरे राखिए.....*। निन्दक को सदैव नजदीक रखना चाहिए। जब हमारी कोई निन्दा करता है तो ऐसी स्थिति में हमें विचलित नहीं होना चाहिए बल्कि उसके बारे में शीतल मन से सोचकर उसको दूर करने का प्रयास करना चाहिए जिससे आगे किसी को उसके बारे में कहने का मौका ही न मिले।

वैसे भी निन्दा की स्थिति में दुःखी हो जाना और महिमा की स्थिति में खुश हो जाना आत्मा की कमजोरी की निशानी है। क्योंकि जब मनुष्यात्मा आध्यात्मिक रूप से सशक्त होती है तो निन्दा-स्तुति, मान-अपमान में मनुष्य समान स्थिति में रहता है। जब हम आत्मिक रूप से कमजोर होते हैं तो परिस्थितियां हमें प्रभावित करती हैं। खुशी का माहौल आया तो हम खुश हो गये और दुःख की परिस्थिति आयी तो दुःखी हो गये। मनुष्य को कभी भी अपनी प्रसंशा स्वीकार नहीं करनी चाहिए क्योंकि इससे ही अहंकार का जन्म होता है और यदि इससे व्यक्ति सावधान न हो तो वह धीरे-धीरे मनुष्य को अपने आगोश में इतना ले लेता है

कि उसके सारे गुण धीरे-धीरे समाप्त हो जाते हैं और उसका एक दिन विनाश हो जाता है। बल्कि जब हमारी कोई निन्दा करे तो उसे स्वीकार कर, मनन चिन्तन कर उसको दूर करने का उपाय सोचना चाहिए तथा उसके बदले अच्छे गुण धारण करना चाहिए जिससे हमारी दिन-प्रतिदिन उन्नति होती रहे।

निन्दा और स्तुति में समान स्थिति रखना बहुत बड़ा तप है। जो व्यक्ति ऐसी स्थितियों में समान रहता है वास्तव में वही सच्चा ज्ञानी और सिद्धि पुरुष है। जब हमारी आन्तरिक स्थिति आध्यात्मिक रूप से सशक्त होगी तभी हम हर परिस्थिति में समान रह सकेंगे। अब सवाल उठता है कि आध्यात्मिक शक्ति कहाँ से आयेगी? आध्यात्मिक शक्ति का स्रोत केवल आध्यात्मिक सत्ता ही है। जिसके अन्दर आत्मा के लिए वो सारी शक्तियाँ मौजूद हैं जिससे आत्मा सशक्त होकर अपने शक्ति के बल पर श्रेष्ठ कर्म कर सके और आध्यात्मिक सत्ता से शक्ति लेने के लिए आत्मज्ञान का होना अति आवश्यक है। जब तक आत्मज्ञान नहीं होगा तब आध्यात्मिक सत्ता से हम शक्ति नहीं प्राप्त कर सकते। आध्यात्मिक सत्ता केवल एक परमपिता परमात्मा है और ईश्वर से शक्ति पाने के लिए आत्म ज्ञान ही एक ऐसी सीढ़ी है जो परमात्मा के साथ जोड़ने का काम करती है। श्रेष्ठ कर्म भी मनुष्य को आत्मिक शक्ति प्रदान करते हैं। क्योंकि श्रेष्ठ कर्मों से दुआओं और पुण्य का खाता जमा होता है जो आत्मा को सम्बल प्रदान करते हैं।

इसके अलावा निन्दा-स्तुति में अपनी स्थिति में समान रखने के लिए सकारात्मक सोच की बहुत आवश्यकता है। क्षमा भाव, शुभभावना, कल्याण की भावना ही निन्दा स्तुति में समान रखने में सहायक हो सकती है। जब भी कोई हमारी निन्दा करे हमें उसे स्वीकारते हुए अपने अन्दर उसका अन्तरावलोकन करना चाहिए और यदि उस तरह की कोई कमी कमजोरी है तो उसे श्रेष्ठ कर्मों की कसौटी पर रखते हुए बदलने का प्रयास करना चाहिए। क्योंकि प्रायः देखा गया है कि मनुष्य की दूर की नजर तेज तथा नजदीक की नजर कमजोर होती है। अर्थात् अपने अन्दर की कमियाँ कम दिखती हैं तथा दूसरों की कमियाँ सहज ही दिख जाती हैं। इसलिए हमारे अन्दर कमी क्या है? यदि हम खुद अनुभव नहीं कर पाते हैं तो उसको निन्दक के द्वारा ही जाना जा सकता है। इसलिए निन्दक के प्रति शुभकामना रखना चाहिए कि इसमें भी मेरा कल्याण समाया हुआ है। इसलिए निन्दक ही हमारा सच्चा मित्र है जो हमें सुधरने के लिए प्रेरित कर रहा है। इसलिए परमात्मा से शक्ति लेते हुए स्वयं को आन्तरिक स्थिति से मजबूत करके निन्दा करने वालों का भी भला करें।

- ब्रह्माकुमारीज् वार्ता फिचर्स

www.bkvarta.com