

क्षमा करना – क्षमा मांगना : एक महान संस्कार

नीरज कुमार भटनागर
राष्ट्रीय जलविज्ञान संस्थान रुड़की

‘क्षमा वीरस्य भूषणम्’ इसका अर्थ है कि क्षमादान शक्तिशाली या समर्थ व्यक्ति ही कर सकता है, क्षमा करने की सामर्थ्य केवल वीरों में होती है, कायर व दुर्बल व्यक्तियों में क्षमा करने का गुण नहीं होता। क्षमा करने के लिए दिल में दया व रहम का होना भी आवश्यक है, इसीलिए सर्वशक्तिमान परमात्मा को दया का सागर कहा गया है जो कि हमारी भूलों को क्षमा कर देता है।

क्षमा मांगना व क्षमा करना दोनों ही महान गुण के कारण मनुष्य का मन हल्का व सुखी हो जाता है। क्षमा मांगने या करने से हम अपने मन की शांति और सुख के उपाय करते हैं न कि किसी दूसरे पर कोई उपकार कर रहे होते हैं। तन और मन के रोगी होने के पीछे जो मुख्य कारण हैं, वे हैं प्रतिशोध की भावना, जलन, ईर्ष्या, आत्मग्लानि, धोखा और दुख इत्यादि के विचार, इसके लिए सबसे अच्छी दवा है क्षमा करना और क्षमा मांगना, यह सदैव और सर्वत्र के लिए फायदेमंद होता है। यह मांगने और देने दोनों परिस्थितियों में मानव को महान बनाती है।

ईसा मसीह सहनशीलता और क्षमा की प्रतिमूर्ति थे। यहूदियों द्वारा उनको सूली पर चढ़ाने का आदेश दिया गया था। राजा को उनके चापलूसों ने बताया था कि ईसा मसीह एक जादूगर हैं और अपने जादू के बल से यहूदियों में एक नए धर्म पर प्रचार करना चाहते हैं। राजा ने सोचा कि कहीं प्रजा इस नए पैगंबर के प्रभाव में आकर मेरे विरुद्ध न खड़ी हो जाए। ईसा मसीह के विरुद्ध राजद्रोह का मुकदमा चलाया और गवाहों को भी शासन की ओर मिला लिया, ईसा मसीह का पक्ष रखने के लिए कोई वकील भी नहीं था। अतः मुकदमे में उनकी हार हुई। दंड के नियमों के अनुसार ईसा मसीह को भारी भरकम लकड़ी का क्रॉस अपने शरीर पर लादकर शमशान ले जाना पड़ा जहां क्रॉस को जमीन में गाड़कर उन्हें क्रॉस पर लटकाया गया और उनके शरीर में कीलें गाड़ी गईं। ईसा मसीह ने अपने जीवन के अंतिम समय में भगवान से प्रार्थना की कि हे प्रभु, तुम इन्हें क्षमा करना क्योंकि ये नहीं जानते कि ये क्या कर रहे हैं।

क्षमा बड़प्पन की निशानी है। कवि रहीम कह गए हैं— ‘क्षमा बड़न को चाहिए छोटन को उत्पात.....’ मतलब क्षमा करने वाला ही बड़ा अर्थात् महान होता है, जब बड़ा तो हर कोई बनना चाहता है लेकिन सामने वाले की छोटी सी गलती को भी हम माफ नहीं कर पाते बल्कि गुस्से में लाल-पीले होकर उसे मारने दौड़ पड़ते हैं। यहां तक कि बच्चों के प्रति भी हमारा यही रवैया रहता है तो किस प्रकार हम अपने बराबर या अधिक उम्र वाले लोगों को क्षमा करेंगे? हमें याद रखना चाहिए कि क्षमाशील बनना विवेकवान व्यक्ति की पहचान है। क्षमा से सारे कार्य सिद्ध होते हैं व इससे सारे संसार को वश में किया जा सकता है। अलकजैन्डर पोप ने कहा कि त्रुटि करना मानवीय है, क्षमा करना ईश्वरीय। कहा जाता है कि एक बार किसी ने ईश्वर से पूछा कि किस प्रकार के इंसान आपके बहुत प्रिय हैं। ईश्वर ने जवाब दिया—वे इंसान जो बदला लेने की क्षमता रखने के बावजूद दूसरों को माफ कर देते हैं।

क्षमा मांगने से अहम भाव का विध्वंस हो जाता है। माना जाता है कि भूल होना प्रकृति है, मान लेना संस्कृति है और सुधार लेना प्रगति है। क्षमा मांगने से अहंकार नष्ट हो जाता है और शांति का अनुभव होता है। जो आत्मा का प्रथम मूल गुर है। लेकिन यह क्षमा दिल से मांगी जानी चाहिए और इसके बाद गलती को सुधार कर लेना चाहिए।

- ✽ क्षमा शीलवान का शस्त्र है, क्षमा अहिंसक का अस्त्र है।
- ✽ क्षमा प्रेम का परिधान है, क्षमा मानवता का मान है।
- ✽ क्षमा विश्वास का विधान है, क्षमा नफरत का निदान है।
- ✽ क्षमा पवित्रता का प्रवाह है, क्षमा नैतिकता का निर्वाह है।
- ✽ क्षमा सदगुरु का संवाद है, क्षमा अहिंसा का अनुवाद है।
- ✽ क्षमा दिल का दया-भाव है, क्षमा अहम का अभाव है।
- ✽ क्षमा प्रभु से प्रीत है, क्षमा सदाचार की सीख है।
- ✽ क्षमा स्वयं का सम्मान है, क्षमा खुशियों की खान है।

परोपकारों में परोपकार है क्षमा करना। किसी को उसकी भूल के लिए क्षमा करना और उसे आत्मग्लानि से मुक्त करना बहुत बड़ा परोपकार है। क्षमा करने की प्रक्रिया में क्षमा करने वाला क्षमा प्राप्त करने वाले से अधिक सुख पाता है। हम सोचकर देखें कि छोटी से छोटी या बड़ी से बड़ी गलती को भी भूतकाल में जाकर ठीक नहीं किया जा सकता, उसके लिया क्षमा से अधिक और कुछ नहीं मांगा जा सकता। अगर हम किसी दूसरे को क्षमा नहीं कर सकते तो हम अपने लिए ईश्वर से या अपने बड़ों से क्षमा की उम्मीद कैसे कर सकते हैं। किसी को माफ न करके हम सोचें कि ये उसके लिए सज़ा है परंतु ये उनके लिए नहीं स्वयं अपने लिए सज़ा है। ज़रा सोचिए अगर क्षमा नाम का परोपकार इस दुनिया में न हो तो कोई किसी से कभी भी प्रेम न कर पाएगा। अंदर से आप जितने अधिक प्रसन्न, संतुष्ट और सकारात्मक होते हैं उतना ही जल्दी आप दूसरों को क्षमा कर पाएंगे। क्षमा करने से आपको दोगुना लाभ होता है, एक तो आप सामने वाले को आत्मग्लानि भाव से मुक्त करते हैं व दूसरे दिलों की दूरियों को दूर कर दिल में एक अच्छी जगह बना सकते हैं। अगर हमारे शब्दों या कर्मों ने किसी को आहत किया है या हम किसी के द्वारा आहत हुए हैं तो हमें क्षमा मांगने या करने में देरी नहीं करनी चाहिए। क्योंकि क्षमा न मांगने या न करने का बोझ जन्म-जन्मांतर तक रहता है। अगर हम इस बोझ को ज्यादा दिन रखेंगे तो वह हमारे मन को पंगु बना देगा, मन पर लगा यह घाव समय के साथ-साथ नासूर बन जाएगा और अगर इसी स्थिति में हमारी देह छूट गई तो अगले न जाने कितने जन्मों तक उस आत्मा के साथ यह हिसाब-किताब चलता रहेगा। इसलिए समय रहते क्षमा करें व क्षमा मांग लें, इसी में दोनों का कल्याण है।

अपनी कितनी भी बड़ी गलती के लिए हम जितना जल्दी स्वयं को क्षमा कर देते हैं उतना ही जल्दी हमें दूसरों को क्षमा कर देना चाहिए। सप्ताह में एक दिन निश्चित करें, उस दिन अपने मन की जांच करें कि मन में किसी के लिए थोड़ा सा भी घृणा या द्वेष भाव, ईर्ष्या भाव, नफरत का भाव है तो उसे सच्चे दिल से माफ कर अपने मन को साफ करें। इसी तरह अगर किसी को हमारे बुरे व्यवहार से ठेस पहुंचती है तो उससे माफी मांगने में देरी न करें। जैसे हफते में एक दिन हम अपने घर की सफाई करते हैं, वैसे ही मन की भी सफाई करें। यह मन की सफाई आपको अनेक शारीरिक व मानसिक रोगों से बचाएगी।

