OM-11-2020 FILE_Page 1 and 2 30/08/2020 9:58 AM Page 4

खुद की सुरक्षा के लिए खुद ही खुद को धागा बांधे

ब्र.कु. शिवानी,
जीवन प्रबंधन विशेषज्ञा

अब आज के समय में महिला सशक्तिकरण की बात की जाती है। वास्तव में सशक्तिकरण सिर्फ महिलाओं का न हो, बल्कि हर आत्मा अपने आपको इतना सशक्त कर ले कि वो अपनी रक्षा खुद कर सके।

हमें अपने मन की नकारात्मकता से खुद को बचाने की प्रतिज्ञा लेनी चाहिए। ये रक्षा है हमारी अपनी, अपने आपसे।

रक्षाबंधन के त्योहार पर जो सबसे अच्छा उपहार हमें एक-दूसरे को देना चाहिए, वह है शुभ भावनाओं का आशीर्वाद। यह उस धागे की बात ही नहीं है। यह तो उस धागे के प्यार, पवित्रता और रक्षा की बात है।

भाई-बहन का पवित्र संबंध है। यानी एक दूसरे के लिए कोई गलत सोच नहीं होती। मेरी आत्मा, दूसरी आत्मा के लिए गलत नहीं सोचे।

किसी त्योहार को मनाने के लिए स्वच्छ मन का होना बहुत ज़रूरी है। संबंधों में जब भी हम दर्द में होते हैं तो प्यार और स्नेह की ऊर्जा का बहाव नहीं होता है। हम आपस में मिल सकते हैं, सेलिब्रेट कर सकते हैं, मुस्कुरा सकते हैं, मीठी-मीठी बातें कर सकते हैं लेकिन हमने एक-दूसरे को ऊर्जा कौन-सी दी? भाई-बहन के मधुर संबंधों का प्रतीक है रक्षाबंधन का त्योहार। यह जितना महत्वपूर्ण है, उतना ही यह नाजुक धागों से बंधा होता है। जैसे-जैसे हम बड़े होते गए तो हमारे संस्कार बदलते गए। बहन बोलती है मेरा भाई बदल गया है। अब भाई की शादी हो गई, उनके कार्मिक अकाउंट में जो नई आत्मा आई, चाहे वो उनकी पत्नी, उनके बच्चे हैं, तो उनके भी संस्कारों में थोड़ा-थोड़ा परिवर्तन आया। वे जैसे 10 या 20 साल की उम्र में थे, अब वैसे नहीं रहेंगे। आज वे 40 साल के हैं तो उनके संस्कार बदल गए। हम तो बहुत सहजता से कह देते हैं कि मेरा भाई या मेरी बहन गदल गई है। भाई-बहन का पवित्र संबंध होता है। मतलब एक-दूसरे के लिए कोई गलत सोच नहीं होती। पवित्र संबंध का मतलब, मेरी आत्मा, दूसरी आत्मा के लिए गलत नहीं सोच सकती।

रक्षाबंधन के त्योहार पर जो सबसे अच्छा गिफ्ट हम एक-दूसरे को देंगे वो है शुभ भावनाओं का आशीर्वाद। यह उस धागे की बात ही नहीं है। यह तो उस धागे के प्यार, पवित्रता और रक्षा की बात है। अब आज के वक्त में यह महसूस करना है कि रक्षा किससे करनी है और रक्षा का बंधन क्या है। इसको समझना ज़रूरी है। आज हम देखते हैं कि रिश्तों के मायने बदल गए हैं। हम पहले देखते थे कि हर घर में पूजा हवन होता था तो उसके बाद पंडित जी एक धागा बांधते थे। कई बार तो उस धागे को हम लंबे समय तक पहने रहते थे। हम जब पूजा में बैठते हैं तो हम देवी-देवताओं का आह्वान करते हैं, अपने अन्दर की दिव्यता जगाते हैं। जब पंडित जी कहते हैं कि देवी-देवता हमारी रक्षा करेंगे मतलब हमारी अपनी दिव्यता ही हमारी रक्षा करेगी। जब पंडित जी धागा बांधते हैं तो इसका मतलब है कि मैंने आज ये प्रतिज्ञा की। धागा बांधकर कहते हैं, ये धागा आपकी रक्षा करेगा। धागे में शक्ति है। धागा बांधकर हम याद रखेंगे कि मैं इस प्रतिज्ञा से बंधा हुआ हूँ। जैसे हम देखते हैं कि रामायण में लक्ष्मण ने एक लकीर खींची। वह लकीर रक्षा करने वाली नहीं थी लेकिन जैसे ही मर्यादा की लकीर को पार किया तो रावण ने पकड़ लिया। मतलब जैसे ही मैंने अपनी मर्यादा को तोड़ा मेरे अंदर का रावण, मेरे अंदर की नकारात्मकता ने मुझ पर विजय प्राप्त कर ली। हमें यही समझना होता है कि जब हम कोई भी प्रतिज्ञा करते हैं उसमें हमारी अपनी रक्षा समाई होती है। जब बहन अपने भाई को राखी बांधती है, अपने साथ रक्षा के बंधन में बांध लेती है।

अब आज के समय में महिला सशक्तिकरण की बात की जाती है। वास्तव में सशक्तिकरण सिर्फ महिलाओं का न हो, बल्कि हर आत्मा अपने आपको इतना सशक्त कर ले कि वो अपनी रक्षा खुद कर सके। ये रक्षा है हमारी अपनी, अपने आपसे। कहते हैं ना मन ही हमारा मित्र है और मन ही हमारा दुश्मन है। मन हमारा दुश्मन है, मतलब हमारे नकारात्मक विचार। जैसे बुरा लगने की आदत। थोड़ा-सा किसी ने कुछ कहा नहीं कि मेरे आंसू आने लगे। तो दुश्मन कौन है? जब परमात्मा इस सृष्टि पर अवतरित होते हैं तो वे हमें ज्ञान देते हैं, प्यार देते हैं, शक्ति देते हैं, लेकिन सिर्फ देने से वो हमारे अंदर आ नहीं जाता है। उसके बाद मुझ आत्मा को प्रतिज्ञा करनी होती है। तब हम अपनी रक्षा होते हुए देखते हैं। परमात्मा की भूमिका है, हमें वो धागा बांधना। फिर उसकी प्रतिज्ञा में बंधना, ये हमारी भूमिका है। हम अपनी रक्षा खुद करेंगे। अपने ज्ञान को इस्तेमाल करने से मेरी रक्षा हुई। लेकिन जब तक मैं उसको इस्तेमाल नहीं करूंगी, तब तक मेरी रक्षा नहीं होगी। जितना हम मर्यादाओं में चलेंगे उतनी आत्मा की शक्ति बढ़ती जाएगी। कई लोग मिलते हैं, जो कहते हैं आज हमारा रिश्ता पहले से अच्छा हो गया। कुछ तो ऐसे भी भाई-बहन मिलते हैं, जो कहते हैं कि हम तो सुसाइड करने तक पहुंच गए थे लेकिन हम बच गए। आखिर किससे बच गए? हम अपनी ही नकारात्मक सोच से बच गए ना! मतलब हर आत्मा की रक्षा उस आत्मा की मर्यादाओं में है। आज सच में फिर से वो पवित्रता का धागा बांधने की ज़रूरत है।

कथा सरिता

जो दूसरों को देंगे वही हमें मिलेगा

गाँव में एक किसान रहता था, जो दूध से दही और मक्खन बनाकर बेचने का काम करता था। एक दिन बीवी ने उसे मक्खन तैयार करके दिया। वो उसे बेचने के लिए अपने गाँव से शहर की तरफ रवाना हुआ। वो मक्खन गोल पेड़ों की शकल में बना हुआ था और हर पेड़े का वज़न एक किलोग्राम था। शहर में किसान ने उस मक्खन को हमेशा की तरह एक दुकानदार को बेच दिया, और दुकानदार से चायपत्ती, चीनी, तेल और साबुन वगैरह खरीदकर वापस अपने गाँव को रवाना हो गया। किसान के जाने के बाद, दुकानदार ने मक्खन को फ्रीज़र में रखना शुरू किया। उसे ख्याल आया कि क्यों न एक पेड़े का वज़न किया जाए, वज़न करने पर पेड़ा सिर्फ 900ग्राम का निकला, हैरत और निराशा से उसने सारे पेड़े तोल डाले, मगर किसान के लाए हुए सभी पेड़े 900-900 ग्राम के ही निकले। अगले हफ्ते फिर किसान हमेशा की तरह मक्खन लेकर जैसे ही दुकानदार की दहलीज़ पर चढ़ा, दुकानदार ने किसान से चिल्लाते हुए कहा, दफा हो जा, किसी बेईमान और धोखेबाज शख्स से कारोबार करना, पर मुझसे नहीं। भी देखना गंवारा नहीं करता।

किसान ने बड़ी ही विनम्रता से दुकानदार से कहा, 'मेरे भाई मुझसे नाराज़ ना हो, हम तो गरीब लोग हैं, हमारी माल तोलने के लिए बाट(वज़न) खरीदने की हैसियत कहाँ। आपसे जो एक किलो चीनी लेकर जाता हूँ उसी को तराजू के एक पलड़े में रखकर दूसरे पलड़े में उतने ही वज़न का मक्खन तोलकर ले आता हूँ।'

तात्पर्य यह कि जो हम दूसरों को देंगे, वह 900ग्राम मक्खन को पूरा एक किलोग्राम कहकर बेचने वाले शख्स की मैं शक्ल लौट कर हमारे पास ही आयेगा। चाहे वो इज्जत हो, सम्मान हो, या फिर धोखा।

सुन्नी शिमला-हि.प्र.। रक्षाबंधन पर्व पर माननीय राज्यपाल बंडारू दत्तात्रेय को हिमाचली टॉपी पहनाकर सम्मानित करने के पश्चात् रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. शकुन्तला।

सोनीपत-हरियाणा। रक्षाबंधन पर विधायक सुरेंद्र पंवार को रक्षासूत्र बांधने के पश्चात् ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. प्रमोद बहन तथा ब्र.कु. सुनीता।

टूंडला-जीवनी नगर(उ.प्र.)। प्रगतिशील समाजवादी पार्टी के राष्ट्रीय सचिव उदयवीर सिहं पूनिया को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. शालू।

भोपाल-गुलमोहर(म.प्र.)। रक्षाबंधन पर्व पर सभी भाई-बहनों को रक्षासूत्र बांधने के साथ-साथ मास्क व सैनिटाइज़र भी भेंट करते हुए सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. डॉ. रीना।

बीदर-जी.पी.वी.(कर्नाटक)। रक्षाबंधन पर्व पर वन क्षेत्रपाल अब्दुल क्यूम को रक्षासूत्र बांधने के पश्चात् ईश्वरीय संदेश भेंट करते हुए ब्र.कु. मेनका। साथ हैं ब्र.कु. उषा, ब्र.कु. कविता तथा अन्य।