# पर्युषण पर्व और क्षमावाणी : विचार से आत्मविजय तक

न्यायमूर्ति नगेन्द्र कुमार जैन

"मिच्छामि दुक्कड़म" केवल क्षमा मांगने के शब्द नहीं है, बल्कि यह आत्मचिंतन अहंकार–त्याग,कृतज्ञता और मन की शुद्धि का महान संदेश है । जैन समाज का पर्युषण पर्व हमें अपने भीतर झाँकने, अपनी भूलों को स्वीकार करने,दूसरों की भूलों को क्षमा करने और जीवन को अधिक पवित्र एवं संयमित बनाने की प्रेरणा देता है ।

यह पर्व हमें यह भी सिखाता है कि मनुष्य के जीवन में कोई भी परिवर्तन अचानक नहीं आता । हर कार्य पहले विचार के रूप में जन्म लेता है, और अनेक चरणों से गुजरकर परिणाम तक पहुँचता है ।

**हर सफलता की शुरूआत सोच से होती है:**

संसार में कोई भी बड़ा कार्य अचानक पूरा नहीं हो जाता । सबसे पहले उसके बारे में विचार मन में आता है । विचार से इच्छा उत्पन्न होती है, इच्छा से संकल्प बनता है, संकल्प के बाद योजना बनती है और फिर उसे पूरा करने के लिए कर्म, परिश्रम,धैर्य तथा निरंतरता की आवश्यकता होती है । इसे एक छोटे से उदाहरण से समझ सकते हैं ।

मान लीजिए किसी व्यक्ति के मन में विचार आया कि "मुझे एक पेड़ लगाना चाहिए।" पहले सोच आई । फिर उस सोच ने इच्छा का रूप लिया । इच्छा ने संकल्प का रूप लिया कि अमुक दिन पौधा लगाया जाएगा । इसके बाद उसने योजना बनाई– स्थान चुना, पौधा लाया और मिट्ठी की व्यवस्था की । फिर उसने पौधा लगाया, अर्थात् कार्य का प्रारंभ किया । लेकिन केवल पौधा लगा देना ही सफलता नहीं है । उसे नियमित पानी देना,खाद देना और उसकी रक्षा करना भी आवश्यक है । इसके बाद आता है धैर्य– क्योंकि पौधा एक–दो दिन में वृक्ष नहीं बनता । महीनों और वर्षो तक उसकी देखभाल करनी पड़ती है ।

अंततःवही छोटा –सा पौधा एक दिन विशाल वृक्ष बन जाता है और दूसरों को छाया,फल और प्राणवायु प्रदान करता है ।

अर्थात – सोच–इच्छा–संकल्प–योजना–कर्म–निरंतरता–धैर्य–परिणाम–सफलता यही जीवन का नियम है ।

**विचार ही कर्म का बीज है :**

मनुष्य के जीवन में भी यही प्रक्रिया काम करती है । हमारे कर्मो का बीज सबसे पहले हमारे विचारों में पड़ता है । यदि विचार अच्छे हैं तो अच्छे कर्मो की संभावना बढ़ती है और यदि विचारों में क्रोध,ईर्ष्या, अहंकार तथा द्वेष भरा है तो वही धीरे–धीरे हमारे व्यवहार और कर्मों में दिखाई देने लगता है ।

इसलिए पर्युषण पर्व हमें सबसे पहले अपने विचारों की सफाई करने की प्रेरणा देता है। मन में शुद्ध विचार होंगे तो वाणी में मधुरता आएगी,वाणी मधुर होगी तो व्यवहार अच्छा होगा,व्यवहार अच्छा होगा तो संबंध अच्छे होंगे और संबंध अच्छे होंगे तो जीवन में शांति आएगी ।

इसलिए आत्मशुद्धि का पहला चरण है– अपने मन को देखना और अपने विचारों को पहचाना ।

**क्षमा भी एक यात्रा है :**

जिस प्रकार पौधे को वृक्ष बनने में अनेक चरणों से गुजरना पड़ता है, उसी प्रकार सच्चे क्षमाभाव तक पहुँचने के लिए भी मनुष्य को कई आंतरिक चरणों से गुजरना पड़ता है । पहले हमें अपनी गलती का बोध होना चाहिए । फिर आत्मचिंतन होना चाहिए । फिर अपनी भूल स्वीकार करने का साहस चाहिए । जिसने हमारे साथ गलती की है, उसके प्रति मन से द्वेष छोडकर क्षमा करने का विशाल हृदय चाहिए।

तभी क्षमा केवल शब्द नहीं रहती,बल्कि हमारे चरित्र का हिस्सा बनती है ।

**दूसरों के उपकार को कभी नहीं भूलना चाहिए :**

मनुष्य अकेला अपने जीवन की यात्रा पूरी नहीं करता । किसी न किसी मोड़ पर अनेक लोग उसका सहयोग करते हैं ।

किसी ने कठिन समय में आर्थिक सहायता की, किसी ने बीमारी में साथ दिया, किसी ने सही सलाह दी, किसी ने संकट में हाथ थामा, किसी ने निराशा

के समय हिम्मत दी, और कभी किसी के केवल दो प्रेमपूर्ण शब्दों ने टूटे हुए मन को संभाल लिया । ऐसे उपकारों को कभी नहीं भूलना चाहिए ।

परिस्थितियाँ बदल सकती है, समय बदल सकता है,व्यक्ति की आर्थिक स्थिति बदल सकती है, लेकिन उपकार का मूल्य कभी कम नहीं होना चाहिए । जिसने हमारे बुरे समय में हमारा साथ दिया, उसके बुरे समय में हमें उसके साथ खडा होना चाहिए ।

दूसरों ने हमारे लिए क्या किया – इसे याद रखना चाहिए । हमने दूसरों के लिए क्या किया – इसे भूल जाना चाहिए । यही कृतज्ञता है और यही संस्कार है ।

**अपने द्वारा किये गए उपकार को याद रखना अहंकार बन सकता है :**

आज मनुष्य की एक बड़ी कमजोरी यह है कि वह दूसरों की छोटी –सी भूल को वर्षों तक याद रखता है, लेकिन अपने द्वारा किए गए उपकारों को जीवनभर याद रखता हैं ।

वह बार–बार कहता है – " मैंने तुम्हारे लिए यह किया था ।" "जब तुम्हें जरूरत थी,तब मैंने तुम्हारी मदद की थी । " मैंने तुम्हारे बुरे समय में तुम्हारा साथ दिया था।"

यदि किसी उपकार को बार–बार गिनाया जाए तो वह उपकार नहीं रहता, बल्कि एहसान जताने का माध्यम बन जाता है। सच्चा उपकार वही है जिसे करके मनुष्य भूल जाए। " नेकी करो और भूल जाओ, नेकी पाओ और याद रखों। "

दूसरों के उपकार को स्मरण करना कृतज्ञता है, जबकि अपने उपकार को बार–बार स्मरण करना कई बार अहंकार का कारण बन जाता है ।

**क्षमा मांगना कमजोरी नहीं, आत्मबल है :**

कई बार मनुष्य सोचता है कि " मैं क्यों क्षमा माँगूँ ? गलती तो उसकी थी । लेकिन क्षमा पर्व हमें दूसरे की गलती खोजने से पहले अपनी आत्मा को देखने की प्रेरणा देता है । हमसे भी जाने–अनजाने मन,वचन और कर्म से किसी को दुःख पहुँचा, हो सकता है किसी शब्द ने किसी का दिल दुखाया हो, किसी

व्यवहार से किसी को ठेस पहुँची हो, किसी उपेक्षा से कोई दुःखी हुआ हो, या किसी बात को गलत समझकर हमने किसी के प्रति कठोरता दिखाई हो ।

मनुष्य पूर्ण नहीं है । इसलिए अपनी भूल स्वीकार करना कमजोरी नहीं,बल्कि चरित्र की मजबूती है । किसी की भूल को हृदय से क्षमा कर देना उससे भी बड़ी महानता है ।

**क्षमावाणी केवल एक दिन का पर्व न बने :**

यदि पर्युषण के दिनों में हम सबको "मिच्छामि दुक्कडम्" कह दें, लेकिन उसके बाद फिर वही क्रोध,अहंकार,ईर्ष्या और कटुता हमारे जीवन में लौट आए, तो क्षमा पर्व की वास्तविक भावना अधूरी रह जाएगी । क्षमा का अर्थ केवल एक दिन क्षमा मांगना नहीं है। क्षमा का अर्थ हैं– मन में वैर न रखना,बदला लेने की भावना न रखना,दूसरों की भूलों को बार–बार न दोहराना, अपनी भूल स्वीकार करना, और संबंधों को अहंकार से अधिक महत्व देना ।

जिस प्रकार पौधे की प्रतिदिन देखभाल करने से वह वृक्ष बनता है,उसी प्रकार प्रतिदिन छोटे–छोटे सद्विचार और सद्कर्म हमारे व्यक्तित्व को महान बनाते है ।

**इस क्षमावाणी पर लें जीवन बदलने का संकल्प :**

आइए, इस पावन पर्युषण पर्व पर हम केवल औपचारिक रूप से क्षमा न मांगे,बल्कि अपने जीवन में कुछ संकल्प भी लें – दूसरों की गलती को क्षमा करेंगे,अपनी गलती होने पर क्षमा माँगेगे, दूसरों के उपकार को कभी नहीं भूलेंगे, अपने द्वारा किए गए उपकार का हिसाब नहीं रखेंगे, मन में द्वेष नहीं पालेंगे,वाणी से किसी को अनावश्यक दुःख नहीं देंगे । और सबसे बढ़कर –अपने विचारों को शुद्ध रखने का निरन्तर प्रयास करेंगे ।

क्योंकि –विचार से इच्छा, इच्छा से संकल्प,संकल्प से योजना, योजना से कर्म, कर्म से निरंतरता, निरंतरता से परिणाम, और परिणाम से सफलता प्राप्त होती है। इसी प्रकार – आत्मचिंतन से बोध,बोध से विनम्रता,विनम्रता से क्षमा–वाचना, क्षमा–याचना से मन की शुद्धि और मन की शुद्धि से आत्मिक शांति प्राप्त होती है।

यही पर्युषण की सच्ची साधना है ।

अंत में – आइए इस क्षमावाणी पर हम अपने मन का बोझ हल्का करें । पुराने गिले–शिकवे छोड़े, संबंधों में प्रेम लौटाएँ, उपकारों की याद रखें और अपने उपकारों को भूल जाएँ । किसी के प्रति मन में वर्षो से कोई शिकायत है तो आज उसे समाप्त करने का प्रयास करें । क्योंकि क्षमा सामने वाले को ही नहीं, सबसे पहले हमारे अपने मन को मुक्त करती है ।

यदि मैंने मन,वचन अथवा कर्म से जाने–अनजाने किसी को भी दुःख पहुँचाया हो तो मैं हृदय से क्षमा चाहता हूँ ।

**मिच्छामि दुक्कडम।**

और जिसने भी कभी मेरे प्रति कोई भूल की हो, उसे में भी हृदय से क्षमा करता हूँ । क्षमा ही शांति है । क्षमा ही शक्ति है । क्षमा ही विनम्रता है । क्षमा ही आत्मविजय का मार्ग है । पर्युषण पर्व एवं क्षमावाणी पर्व की समस्त जैन समाज को हार्दिक – शुभकामनाएँ ।

**जय जिनेन्द्र !**

---