



# क्यों युवा और कारोबारी कर रहे खुदकुशी



आर.के.सिन्हा

हमने युवाओं,  
कारोबारियों और अन्य  
लोगों के आत्म हत्या  
करने के कारणों और  
इस समस्या के हल  
तलाशने के लिए विश्व  
आत्महत्या निवारण  
दिवस ( 12 सितंबर) को  
राजधानी दिल्ली में एक  
महत्वपूर्ण समिनार का  
भी आयोजन किया है,  
जहां पर मनोचिकित्सक,  
पत्रकार और सोशल वर्कर  
अपने अनुभवों के आधार  
पर अपने पेपर पढ़ेंगे।  
उन निष्कर्षों के बाद हम  
आगे की रणनीति  
बनाएँगे।

ते सालों की तरह इस बार भी सारे देश ने 5 सितंबर को गर्मजोशी से अध्यापक दिवस मनाया। सोशल मीडिया पर तो अध्यापकों का उनके राष्ट्र निर्माण में योगदान के लिए विशेष रूप से आभार व्यक्त किया जा रहा था। पर अब सुधी अध्यापकों, मनोचिकित्सकों और अन्य जागरूक नागरिकों को यह भी सोचना होगा कि नौजवानों का एक बड़ा वर्ग निराशा और नाकामयाबी की स्थितियों में अपनी जीवनलीला खत्म करने पर क्यों आमादा है। अब शायद ही कोई दिन ऐसा गुजरता हो जब अखबारों में किसी प्रतियोगी परीक्षा की तैयारी करने वाले युवा के खुदकुशी करने संबंधी दिल ढहलाने वाला समाचार ना छपता हो। यह बेहद गंभीर मसला है और इस पर सारे देश को सोचना होगा। इसी तरह से आजकल बिजनेस में घाटा होने के कारण भी आत्म हत्या करने वालों की तादाद लगातार बढ़ती ही चली जा रही है। अभी कुछ दिन पहले एक साइकिल बनाने वाली मशहूर कंपनी के अरबपति मालिक ने भी खुदकुशी कर ली थी।

पिछले साल 6 दिसंबर को लोकसभा में बताया गया था कि देश में 2019 से 2021 के बीच 35,000 से ज्यादा छात्रों ने आत्महत्या की। छात्रों के खुदकुशी करने के मामले 2019 में 10,335 से बढ़कर 2020 में 12,526 और 2021 में 13,089 हो गए। इसमें कोई शक नहीं है कि सीधे हालत में किसी खास परीक्षा में सफल होने के लिए माता-पिता, अध्यापकों और समाज का भारी दबाव और अपेक्षाएँ छात्रों के मानसिक स्वास्थ्य पर धातक प्रभाव डाल रही हैं। राजस्थान का एक शहर है कोटा। यहां पर हर साल एक अनुमान के मुताबिक, हजारों नहीं लाखों छात्र-छात्राएँ देश के शीर्ष कॉलेजों में से एक में प्रवेश पाने की उम्मीद में कोटा पहुंचते हैं। इनके जीवन का एक ही लक्ष्य होता है कि किसी तरह से आईआईटी/एनआईटी या मेडिकल की प्रवेश परीक्षा को क्रैक कर लिया जाए। आप कोटा या फिर देश के किसी भी अन्य शहर में चले जाइये जहां पर मेडिकल और इंजीनियरिंग कॉलेजों के साथ-साथ सिविल सेवाओं वगैरह के लिए कोचिंग संस्थान चल रहे हैं। वहां पर छात्र अत्यधिक दबाव और असफलता के डर से मनोवैज्ञानिक रूप से बहुत कष्ट की स्थिति में हैं। इंडियन मेडिकल एसोसिएशन (आईएमए) के पूर्व अध्यक्ष डॉ.विनय अग्रवाल कहते हैं कि हमें खुदकुशी के बढ़ते मामलों पर सिर्फ चिंता ही व्यक्त नहीं करना। हमें इसे रोकना

ही होगा। हमने युवाओं, कारोबारियों और अन्य लोगों के आत्म हत्या करने के कारणों और इस समस्या के हल तलाशने के लिए विश्व आत्महत्या निवारण दिवस ( 12 सितंबर ) को राजधानी दिल्ली में एक महत्वपूर्ण सेमिनार का भी आयोजन किया है, जहां पर मनोचिकित्सक, पत्रकार और सोशल वर्कर अपने अनुभवों के आधार पर अपने पेपर पढ़ेंगे। उन निष्कर्षों के बाद हम आगे की रणनीति बनाएँगे।

हरियाणा के सोनीपत में सेंट स्टीफंस कैम्ब्रिज स्कूल चलाने वाली दिल्ली ब्रदरहुड सोसायटी (डीबीएस) के अध्यक्ष और सोशल वर्कर ब्रदर सोलोमन जॉर्ज कहते हैं कि हम पूरी तरह से सुनिश्चित करते हैं कि हमारे स्कूल या सेंट स्टीफंस कॉलेज में पढ़ने वाले बच्चे बिना किसी दबाव में पढ़े-लिखे। हम अपने अध्यापकों की भी क्लास लेते हैं कि किसी भी बच्चे के साथ कक्षा में उसकी जाति न पूछी जाए और या न ही उसके पिता की आय। कुछ गैर-जिम्मेदार अध्यापक अपने विद्यार्थियों से इस तरह के गैर-जरूरी सवाल पूछते हैं। फिर वे एक ही कक्षा में पढ़ने वाले बच्चों की एक-दूसरे से तुलना भी करने लगते हैं। इस कारण वे जाने-अनजाने एक बच्चे को बहुत सारे बच्चों को कमजोर साबित कर देते हैं। जाहिर है, इस वजह से उस छात्र पर बहुत नकारात्मक असर पड़ता है जो कमतर साबित कर दिया गया होता है। इसी तरह के बच्चे कई बार निराशा और अवसाद में डूब जाते हैं। देखिए बच्चे को पालना एक बीस वर्षीय प्लान है। कौन नहीं चाहता कि उसका बच्चा समाज में ऊँचा मुकाम हासिल करे, शोहरत-नाम कमाए? पर इन सबके लिए जरूरी है कि बच्चे को उसकी काबिलियत और पसंद के अनुसार मनचाहा करियर चुनने की आजादी भी दी

जाए। यह एक कड़वा सच है कि हमारे समाज में सफलता का पैमाना अच्छी नौकरी, बड़ा घर और तमाम दूसरी सुख-सुविधाएं ही मानी जाती है। अफसोस कि हम भविष्य के चक्कर में अपने बच्चों को आत्महत्या जैसे कदम उठाने पर मजबूर करने लगे हैं। ब्रदर सोलोमन जॉर्ज कहते हैं कि हम अपने यहां बच्चों को इस बात के लिए तैयार करते हैं कि वे कठिन परिस्थितियों का भी सम्पन्न करें। असफलता से हार मान लेने से जीवन नहीं चलता। यह तो कायरता है। महान कवि पद्मभूषण डॉ० गोपाल दस नीरज की पंक्तियाँ याद आ रही हैं, 'छुप- छुप अश्रु बहाने वालों, जीवन व्यर्थ लुटाने वालों, इक सपने के मर जाने से, जीवन नहीं मरा करता है।' सफलता और असफलता का चक्र तो चला करता है। उसे स्वीकार करने में ही भला है।

करता है। उस स्थानाकार करना महा भला है। जैसा किमैने ऊपर जिक्र किया कि बीते दिनों एक अरबपति बिजनेसमैन ने राजधानी के अपने भव्य बंगले में गोली मारकर सुसाइड कर लिया है। पुलिस पुरे मामले की जांच में जुट गई है। कहा जा रहा है कि बिजनेस में नुकसान होने के कारण ही साइकिल बनाने वाली कंपनी के मालिक ने आत्महत्या की।

राष्ट्रीय अपराध रिकॉर्ड ब्यूरो (एनसीआरबी) के आंकड़ों से पता चला है कि 2020 में, जब कोविड- की लहर ने व्यापार को तबाह कर दिया था, तब 11,716 व्यापारियों ने आमदन्त्या की थी, जो 2019 की तुलना में 29% अधिक थी, जब 9,052 व्यापारियों ने अपनी जान ले ली थी।

कर्नाटक में 2020 में व्यवसायियों द्वारा आत्महत्या से सबसे अधिक मौतें (1,772) दर्ज की गईं - जो 2019 से 103% अधिक है, जब राज्य में 875 व्यवसायियों ने अपनी जान ले ली थी। माहाराष्ट्र में 1,610 व्यवसायियों ने आत्महत्या की, जो पिछले वर्ष से 25% अधिक है, और तमिलनाडु में 1,447 की मृत्यु हुई, जो 2019 से 36% अधिक है। यह सबको पता है कि भारत के व्यवसायी समुदाय का बड़ा हिस्सा सूक्ष्म, लघु और मध्यम उद्यमों से जुड़ा है, जो बड़े इंटर्नेशनल कंपनियों को सहन नहीं कर पाता है। इसके चलते कई कारोबारियों ने कर्ज में ढूबने या बिजेनेस में नुकसान के कारण आत्महत्या कर ली। लब्बो लुआब यह है कि भारत में युवाओं और कारोबारियों के साथ - साथ अन्य लोगों के आत्महत्या की बढ़ती घटनाओं को भी प्रभावी ढंग से रोकना ही होगा।

(लेखक वरिष्ठ संपादक, स्टंभकार और पूर्व सांसद हैं)

(*W. H. D. Rouse, Cambridge University*)

# विश्व मैत्री दिवसः क्षमा की धरती को उर्वरा बनाते हैं मैत्री के फूल



ललित गर्गी

जै नर्धर्म की त्याग प्रधान संस्कृति में पर्युषण पर्व का अपना अपूर्व एवं विशिष्ट आध्यात्मिक महत्व है। यह एकमात्र आत्मशुद्धि का प्रेरक पर्व है। इसीलिए यह पर्व ही नहीं, महापर्व है। संपूर्ण जैन समाज इस पर्व के अवसर पर जागृत एवं साधनारत हो जाता है। आठ दिनों की कठोर साधना के बाद मैत्री दिवस का आयोजन होता है। पर्युषण पर्व का हृदय है-'क्षमापना दिवस' जिसे मैत्री दिवस भी कहते हैं। इस दिन अपनी भूलों या गलतियों के लिए क्षमा मांगना एवं दूसरों की भूलों को भूलना, माफ करना, यही इस पर्व को मनाने की साथकता सिद्ध करता है। यदि कोई व्यक्ति इस दिन भी दिल में उलझी गांठ को नहीं खोलता है, तो वह अपने सम्यग्दर्शन की विशुद्धि में प्रश्न चिन्ह खड़ा कर लेता है। क्षमायाचना करना, मात्र वाचिक जाल बिछाना नहीं है। परंतु क्षमायाचना करना अपने अंतर को प्रसन्नता से भरना है। बिछुड़े हुए दिलों को मिलाना है, मैत्री एवं करुणा की स्रोतस्विनी बहाना है।

मैत्री पर्व का दर्शन बहुत गहरा है। मैत्री तक पहुंचने के लिए क्षमायाचना की तैयारी जरूरी है। क्षमा लेना और क्षमा देना मन परिष्कार की स्वस्थ परम्परा है। क्षमा मांगने वाला अपनी कृत भूलों को स्वीकृति देता है और भविष्य में पुनः न दुहराने का संकल्प लेता है जबकि क्षमा देने वाला आग्रह मुक्त होकर अपने ऊपर हुए आघात या हमलों को बिना किसी पर्वाग्रह या निमित्तों को सह लेता है। क्षमा ऐसा विलक्षण आधार है जो किसी को मिटाना नहीं, सुधरने का मौका देता है। भगवान महावीर ने कहा-

'अहो ते खांति उत्तमा'-क्षांति उत्तम धर्म है। 'तितिक्ष्य परमं नच्चा'-तिक्ष्या ही जीवन का परम तत्व है, यह जानकर क्षमाशील बनो। पर्युषण महापर्व से जुड़ा मैत्री पर्व मानव-मानव को जोड़ने व भानव हृदय को संर्णाधित करने का पर्व है, यह मन की खिड़कियों, रोशनदानों व दरवाजों को खोलने का पर्व है, जो एकाग्रता एवं एकांत आध्यात्मिक जिज्ञासाएं जगाकर एक समृद्ध एवं अलौकिक अनुभव तक ले जाता है। इस भीड़भाड़ से कहीं दूर सबसे पहली जो चीज व्यक्ति इस पर्युषण की साधना से सोखता है वह है - 'अनुशासनयुक्त मैत्रीमय जीवन।' यह विलक्षण साधना तनावमुक्ति का विशेष प्रयोग है जिससे शरीर को आराम मिलता है, अपने आपको, अपने भीतर को, अपने सपनों को, अपनी आकांक्षाओं तथा उन प्राथमिकताओं को जानने का यह अचूक तरीका है, जो घटना-बहुल जीवन की दिनचर्या में दब कर रह गयी है। इस दौरान परिवर्तन के लिये कुछ समय देकर हम अपने व्यक्तित्व का विकास कर सकते हैं तथा साथ ही इससे अपनी आंतरिक प्रकृति को समझ सकते हैं, उसे उन्नत एवं समृद्ध बना सकते हैं। भगवान महावीर ने क्षमा यानि समता का जीवन जीया। वे चाहे कैसी भी परिस्थिति आई हो, सभी परिस्थितियों में सम रहे। 'क्षमा वीरो का भूषण है'-महान व्यक्ति ही क्षमा ले व दे सकते हैं। पर्युषण पर्व क्षमा के आदान-प्रदान का पर्व है। इस दिन सभी अपनी मन की उलझी हुई ग्रथियों को सुलझाने हैं, अपने भीतर की राग-द्वेष की गांठों को खोलते हैं वह एक दूसरे से गले मिलते हैं। पूर्व में हुई भूतों को क्षमा के द्वारा समाप्त करते हैं व जीवन का पवित्र बनाते हैं। पर्युषण महापर्व का समाप्त मैत्री दिवस के साथ होता है। इस तरह से पर्युषण महापर्व एवं क्षमापना दिवस- यह एक दूसरे को निकटता में लाने का पर्व है। यह एक दूसरे को अपने ही समान समझने का पर्व है। गीता में भी कहा है - 'आत्मप्रयेन सर्वतः; समे पश्यति योर्जुन्' -श्रीकृष्ण ने अर्जुन से कहा-हे अर्जुन ! प्राणीमात्र को अपने तुल्य समझा। भगवान महावीर ने कहा- 'मिती में सच्च भूएसु, वेमंज्ज्ञण केणइ' सभी प्राणियों के साथ मेरी मैत्री है, किसी के साथ वैर नहीं है। मानवीय एकता, शांतिपूर्ण सह-अस्तित्व, मैत्री शोषणविहीन सामाजिकता, नैतिक मूल्यों की स्थापन अहिंसक जीवन, आत्मा की उपासना शैली का समर्थ आदि तत्त्व इस पर्व के मुख्य आधार हैं। ये तत्त्व जन जन के जीवन का अंग बन सके, इस दृष्टि से इस महापर्व को जन-जन का पर्व बनाने के प्रयासों की अपेक्षा है। पर्युषण पर्व आत्म उन्नति, अहिंसा, शांति और मैत्री व पर्व है। अहिंसा और मैत्री के द्वारा ही शांति मिल सकती है। आज जो हिंसा, युद्ध, आतंक, आपसी-द्वेषी नक्षलवाद एवं प्रद्युम्नाचार जैसी ज्वलतं समस्याएं केवल देश के लिए बाल्कि दुनिया के लिए चिंता का बड़ा कारण बनी हुई है और सभी कोई इन समस्याओं का समाधान चाहते हैं। उन लोगों के लिए मैत्री पर्व एवं प्रेरणा है, पथेय है, मार्गदर्शन है और अहिंसक-निरोगी शांतिमय जीवन शैली का प्रयोग है। आज भातिकता एवं स्वार्थपूर्ण जीवन की चाकाचौंदी में, भागती जिंदगी व अंधी दौड़ में इस पर्व की प्रासारिकता बनाये रखना ज्यादा जरूरी है। इसके लिए जैन समाज संवेदनशील बिशेषतः युवा पाठी मैत्री पर्व की मूल्यवत्ता से परिचित है और वे आत्मचेतना को जगाने वाले इन दुर्लभ क्षणों व स्वयं लाभान्वित हो और जन-जन के सम्मुख मैत्री व एक आदर्श प्रस्तुत करे।

तथागत बुद्ध ने कहा-क्षमा ही परमशक्ति है। क्षमा ही परम तप है। क्षमा धर्म का मूल है। क्षमा के समक्ष दूसरा को भी तत्त्व हितकर नहीं है। क्योंकि प्रेम, करुणा और मैत्री के फूल सहिष्यता और क्षमा की धरती पर ही खिलते हैं। 'सबके साथ मैत्री करो' यह कथन बहुत महत्वपूर्ण। किंतु हम वर्तमान संबंधों को बहुत सीमित बना लेते हैं दर्द सबका एक जैसा होता है, पर हम चेहरों के देखकर अपना-अपना अन्दाज लगाते हैं। यह स्वार्थपरक व्याख्या हमें प्रेम से जोड़ सकती है मगर करुणा से नहीं। प्रेम स्वार्थ है, राग-द्वेष के संस्कार है, जबकि करुणा परमात्मा का पर्याय बनती है। कहा जाता है- 'वसुधैव कुटुम्बकम् वसुधा कुटुम्ब है, परिवार है।' मिती में सच्च भूएसु वे मज्जा न केण्ठि- यह सार्वभौम अहिंसा एवं सौहांद व ऐसा संकल्प है जहां वैर की परम्परा का अंत होता है।

मित्रा का भाव हमारे आत्म-विकास का सुरक्षा कवच है। आचार्य श्री तुलसी ने इसके लिए सात सूत्रों का निर्देश किया। मित्रा के लिए चाहिए- विश्वास, स्वार्थ-त्यग, अनासन्क्ति, सहिष्णुता, क्षमा, अभय, समन्वय। यह सप्तपदी साधना जीवन की सार्थकता एवं सफलता की पृष्ठभूमि है। विकास का दिशा-सूचक यंत्र है। मित्रा का यह पर्व आमंत्रित कर रहा है अपनी ओर, बाहें फैलाये हुए, हमें बिना कुछ सोचे, ठिके बैगर, भागकर मित्रा की पगड़ंडी को पकड़ लेने के लिये। जीवन रंग-बिरंगा है, यह श्वेत है और श्याम भी। मित्रा की यही सरगम कभी कानों में जीवनराग बनकर घुलती है तो कहीं उठता है संशय का शोर। मित्रा को मजबूत बनाता है हमारा संकल्प, हमारी जिजीविता, हमारी संवेदना लेकिन उसके लिये चाहिए समर्पण एवं अपनतव की गर्माहट। यह जीना सिखाता है, जीवन को रंग-बिरंगी शक्त देता है। प्रेरणा देता है कि ऐसे जिओं कि खुद के पार चले जाओ। ऐसा कर सके तो हर अहसास, हर कदम और हर लक्ष्य खुबसूरत होगा और साथ-साथ सुन्दर हो जायेगी तिरन्ती।

जिन्दगी। मानवीय संवेदनाओं एवं आपसी रिश्तों की जमीं सूखती जा रही है ऐसे समय में एक दूसरे से जुड़े रहकर जीवन को खुशहाल बनाने और दिल में जार्डू संवेदनाओं को जगाने का सशक्त माध्यम है मैत्री दिवस। क्षणिक और स्वार्थों पर टिकी मित्रता वास्तव में मित्रता नहीं, केवल एक पहचान मात्र होती है ऐसे मित्र कभी-कभी बड़े खतरनाक भी हो जाते हैं। जिनके लिए एक विचारक ने लिखा है- 'पहले हम कहते थे, हे प्रभु! हमें दुश्मनों से बचाना परन्तु अब कहना पड़ता है, हे परमात्मा, हमें दोस्तों से बचाना।' दुश्मनों से भी ज्यादा खतरनाक होते हैं दोस्त। विश्व मैत्री दिवस वैयक्तिक स्वार्थों को एक और रखकर औरें को सुख बांटने एवं दुःख बटोरने की मनोवृत्ति को विकसित करने का दुर्लभ अवसर प्रदत्त करता है। इस दिवस को मनाने का मूल हार्द यही है कि मित्रता में विचार-भेद और मत-भेद भले ही हों मगर मन-भेद उसी से नाप्रिय। उसेही विचार भेद नाप्रिय जगत् तै

## अमेरिका में मोदी यूनुस मुलाकात



और वहाँ पैदा हैं। नके त में सुस, जैसे समें हैं। मुक्ति वाहिनी के योद्धाओं और भारतीय सैनिकों दे शौर्य और बलिदान को मिटाने की कोशिश की जा रही है। आज के माहौल में इस तरह के कुकृत्यों के खिलाफ विरोध करना आसान नहीं है। फिर भी बांग्लादेश का मौन बहुमत धीरे-धीरे अपनी आवाज बुलांड करने की कोशिश कर रहा है। हाल में पूरे बांग्लादेश में लाख लोगों ने राष्ट्रगान 'आमार सोनार बांग्ला' का सामूहिक रूप से गायन किया। यह यूनुस और कट्टरपंथी इस्लाम संगठनों को पहले चेतावनी है। उल्लेखनीय है वि जमाते इस्लामी गुरु देव रविंद्र नाथ टैगोर विरचित राष्ट्रगान को बदलना चाहती है। जाहिर है उसकी मंश

**डॉ. दिलीप चौधरी**

जलस्का भा इसक लिए तवार हो। अब आग दाखेहता ह क्वा?

## चिंतन-मनन

# सृष्टि के परम स्वामी कृष्ण

मनुष्य को जानना चाहिए कि भगवान कृष्ण ब्रह्मांड के सभी लोकों के परम स्वामी हैं। वे सृष्टि के पूर्व थे और अपनी सृष्टि से भिन्न हैं। सारे देवता इसी भौतिक जगत में उत्पन्न हुए, किंतु कृष्ण अजन्मा हैं, फलतः वे ब्रह्मा और शिव जैसे देवताओं से भी भिन्न हैं। और चौंक वे ब्रह्मा, शिव तथा अन्य समस्त देवताओं के स्रष्टा हैं अतः समस्त लोकों के परम पुरुष हैं। परमेश्वर का ज्ञान प्राप्त करने के लिए मनुष्य को समस्त पापकर्मों से मुक्त होना चाहिए। जैसे कि भगवद्गीता में कहा गया है, उन्हें केवल भक्ति के द्वारा जाना जा सकता है, किसी अन्य साधन से नहीं। मनुष्य को चाहिए कि वह कृष्ण को साधारण मनुष्य न समझे। इस जगत में शुभ या अशुभ वस्तुओं का बोध बहुत कुछ मनोर्धम है क्योंकि इस भौतिक जगत में कुछ भी शुभ नहीं है। प्रत्येक वस्तु अशुभ है। क्योंकि प्रकृति स्वयं अशुभ है। हम इसे शुभ मानने की कल्पना मात्र करते हैं। वास्तविक मंगल तो पूर्ण भक्ति और सेवाभाव से युक्त कृष्णभावनामृत पर ही निर्भर करता है। अतः यदि हम तनिक भी चाहते हैं कि हमारे कर्म शुद्ध हों, तो हमें परमेश्वर की आज्ञा से कर्म करना होगा। ऐसी आज्ञा श्रीमद्भागवत तथा श्रीमद्भाता जैसे शास्त्रों या प्रामाणिक गुरु से प्राप्त की जा सकती है। चौंक गुरु भगवान का प्रतिनिधि होता है, अतः उसकी आज्ञा प्रत्यक्षतः परमेश्वर की आज्ञा होती है। गुरु, साधु तथा शास्त्र एक ही प्रकार से आज्ञा देते हैं। इन तीनों स्त्रें में कोई विरोध नहीं होता। कर्म संपन्न करते हुए भक्त की दिव्य मनोवृत्ति वैराग्य की होती है, जिसे संन्यास कहते हैं। जैसा कि भगवद्गीता के छठे अध्याय के प्रथम श्लोक में कहा गया है कि जो भगवान का आदेश मानकर कोई कर्तव्य करता है और जो अपने कर्मफलों की शरण ग्रहण नहीं करता, वही असली संन्यासी है। जो भगवान के निदेशनुसार कर्म करता है, वास्तव में संन्यासी और योगी वही है।











