पं.क्र. (04/21/05/207665/19)

अन्तरा शब्दशक्ति
प्रकाशन एवं बहुउद्देशीय संस्था
www.antrashabdshakti.com

शब्द
से संवेदना तक...
लेखन से
परिवर्तन तक...

हिन्दी
हमारी पहचान
हमारी शक्ति

'समसामयिक प्रश्नों पर आपकी कलम'

(लेख प्रतियोगिता)

विचार...
चिंतन...
संवाद...
और
एक बेहतर
कल की ओर...

समाज
विकास
शिक्षा
पर्यावरण
युवा
मूल्य
राजनीति
महिला
संस्कृति
समाधान

समाज
साहित्य
संस्कृति
विकास
नई पीढ़ी
बेहतर कल

विचारों की
स्याही से
बदलता समाज...

रचनाकार :-
महिमा सामंत

आयोजक:-
अन्तरा शब्दशक्ति प्रकाशन
वारासिवनी (म.प्र.)

पं.क्र. (04/21/05/207665/19)

अन्तरा शब्दशक्ति

प्रकाशन एवं बहुददेशीय संस्था
www.antrashabdshakti.com

कलम की शक्ति, समाज की दिशा

हिन्दी
हमारी पहचान
हमारी शक्ति

शब्द से संवेदन तक...
लेखन से परिवर्तन तक...

संपादक : डॉ. प्रीति समकित सुराना
तकनीकी संपादक : Webcoodee.com
मुख्य कार्यालय : 15 नेहरू चौक, वारासिवनी,
जिला बालाघाट (म.प्र.) 481331

Antrashabdshaktiprakashan

संपर्क : 9009423393
ईमेल : antrashabdshakti@gmail.com
वेबसाइट : www.antrashabdshakti.com

वैधानिक सूचना

पुस्तक में प्रकाशित सभी रचनाएँ संबंधित रचनाकारों की मौलिक अभिव्यक्तियाँ हैं। प्रत्येक रचना में व्यक्त विचार, कथ्य एवं अभिमत के लिए संबंधित रचनाकार स्वयं उतरदायी हैं। रचनाओं के चयन एवं प्रकाशन का उद्देश्य साहित्यिक अभिव्यक्ति को मंच प्रदान करना एवं हिन्दी लेखन को प्रोत्साहित करना हैं।

हिन्दी
से ही है
पहचान...

विचार...
संवाद...
समाज...
और एक बेहतर कल...

पं.क्र. (04/21/05/207665/19)
अन्तरा शब्दशक्ति
www.antrashabdshakti.com
प्रकाशन एवं बहुद्देशीय संस्था

लेख प्रतियोगिता

लेखक/लेखिका - **महिमा सामंत**

हमने इंतज़ार करना क्यों छोड़ दिया?

हमने इंतज़ार करना क्यों छोड़ दिया?

बचपन में हमें गर्मियों की छुट्टियों का इंतज़ार रहता था। किसी रिश्तेदार के आने का इंतज़ार, त्योहार का इंतज़ार, परीक्षा के परिणाम का इंतज़ार, चिट्ठी के आने का इंतज़ार, शाम को खेलने जाने का इंतज़ार—जिंदगी जैसे छोटी-छोटी प्रतीक्षाओं से बनी हुई थी। तब इंतज़ार हमें परेशान नहीं करता था। बल्कि कई बार इंतज़ार ही खुशी का एक हिस्सा होता था। किसी त्योहार से कई दिन पहले ही उसके आने की खुशी शुरू हो जाती थी। जन्मदिन आने से पहले ही मन उत्साहित हो जाता था। किसी प्रिय व्यक्ति के आने की खबर मिलते ही घर में एक अलग-सी हलचल दिखाई देती थी। चिट्ठी आने में कई दिन लगते थे, लेकिन उन दिनों में कल्पना जीवित रहती थी। डाकिए की साइकिल की आवाज़ तक उम्मीद जगा देती थी। आज तस्वीर बदल गई है। खाना चाहिए—कुछ मिनटों में सामने। सामान चाहिए—कुछ घंटों में घर पर। किसी से बात करनी है—संदेश भेजिए और तुरंत उत्तर की अपेक्षा कीजिए। मनोरंजन चाहिए—एक स्क्रीन खोलिए। किसी सवाल का जवाब चाहिए—तुरंत खोज लीजिए। किसी व्यक्ति को जानना है—उसकी प्रोफाइल देख लीजिए। किसी खबर का इंतज़ार है—अभी जान लीजिए। सफलता की कहानी सुननी है—कुछ सेकंड में सामने है। तकनीक ने हमारा इंतज़ार कम कर दिया है, लेकिन एक विचित्र बात हुई है— इंतज़ार कम होने के साथ हमारी बेचैनी बढ़ गई है।

यदि आज मुझसे पूछा जाए कि वर्तमान समय की सबसे बड़ी और विकराल समस्या क्या है, तो मैं केवल बेरोजगारी, प्रदूषण, महँगाई, हिंसा, तनाव या तकनीकी निर्भरता का नाम नहीं लूँगी। इन सबके पीछे छिपी एक ऐसी मानसिक समस्या की ओर मेरा ध्यान जाता है, जो धीरे-धीरे हमारे जीवन के लगभग हर हिस्से में प्रवेश कर चुकी है— हमें हर चीज़ का परिणाम तुरंत चाहिए। हमने केवल इंतज़ार करना नहीं छोड़ा है। हमने अनिश्चितता सहना छोड़ दिया है। हमने प्रक्रिया पर विश्वास करना छोड़ दिया है। हमने लोगों को समय देना छोड़ दिया है। हमने स्वयं को बदलने के लिए समय देना छोड़ दिया है। और सबसे दुखद बात— हमने प्रतीक्षा के बीच भी जीना छोड़ दिया है। यही मेरी चिंता है। और शायद यही मेरा व्यक्तिगत सवाल भी।

क्या वास्तव में हमारे पास समय कम हो गया है? हम अक्सर कहते हैं—“आज समय ही कहाँ है?” लेकिन क्या सचमुच समय कम हो गया है? घड़ी आज भी चौबीस घंटे ही देती है। दिन आज भी उतने ही लंबे हैं। सूरज आज भी अपनी गति से उगता और डूबता है। फर्क शायद समय में नहीं, हमारी मानसिक गति में आया है। हम जल्दी जवाब चाहते हैं। जल्दी परिणाम चाहते हैं। जल्दी सफलता चाहते हैं। जल्दी पहचान चाहते हैं। जल्दी आगे बढ़ना चाहते हैं। हमने जीवन को भी एक ऐसी सेवा मान लिया है, जिसमें हर चीज़ की डिलीवरी तुरंत होनी चाहिए। लेकिन जीवन कोई ऑनलाइन ऑर्डर नहीं है। कुछ चीज़ें “ऑर्डर” करने के बाद तुरंत नहीं आतीं। विश्वास बनने में समय लगता है। ज्ञान गहराने में समय लगता है। रिश्ते परिपक्व होने में समय लगता है। बच्चे को समझने में समय लगता है। घाव भरने में समय लगता है। असफलता को स्वीकार करने में समय लगता है। और स्वयं को समझने में तो कभी-कभी वर्षों लग जाते हैं।

समस्या तब शुरू होती है जब हम इन सबको अपनी सुविधा के अनुसार समय-सीमा देना शुरू कर देते हैं। हम कहते हैं—“इतना किया, अभी तक परिणाम क्यों नहीं आया?”“इतने दिन हो गए, अब तक बदलाव क्यों नहीं हुआ?”“मैंने कोशिश की, फिर भी सफलता क्यों नहीं मिली?”“मैंने माफी माँग ली, फिर भी वह पहले जैसा क्यों नहीं हुआ?”“मैं दुखी हूँ, अब तक ठीक क्यों नहीं हुआ?” मानो जीवन के हर भाव के लिए कोई टाइमर लगा हो।

पहले दूरी प्रतीक्षा पैदा करती थी। आज तकनीक ने दूरी मिटा दी, लेकिन प्रतीक्षा सहने की क्षमता भी कम कर दी। हमने सुविधा प्राप्त की, लेकिन उसके साथ एक अनजानी बेचैनी भी प्राप्त कर ली। किसी ने संदेश देखा और जवाब नहीं दिया तो मन तुरंत कहानी बनाने लगता है—“नाराज़ है क्या?”“जानबूझकर जवाब नहीं दे रहा?” “मुझेमहत्व नहीं देता?” कुछ मिनटों की चुप्पी भी हमें असहज करने लगती है। कभी-कभी सोचती हूँ—हम दूसरों के जवाब का कुछ मिनट इंतज़ार नहीं कर पाते, लेकिन अपने जीवन के सही जवाब के लिए वर्षों तक भटकते रहते हैं। यह विरोधाभास कितना गहरा है! हम तत्काल उत्तर चाहते हैं, जबकि जीवन के सबसे महत्वपूर्ण प्रश्नों के उत्तर अक्सर धीरे-धीरे मिलते हैं।“तुरंत” अब सुविधा नहीं, मानसिक आदत बन चुका है।

शायद इस समस्या को समझने के लिए हमें “तुरंत” शब्द पर थोड़ा ठहरना होगा। तुरंत जवाब, तुरंत मनोरंजन, तुरंत जानकारी, तुरंत खरीदारी, तुरंत डिलीवरी, तुरंत प्रसिद्धि, तुरंत सफलता, तुरंत समाधान। हमारी दुनिया ने “तुरंत” को सुविधा से उठाकर सामान्य अपेक्षा बना दिया है। बाजार कहता है—जो चाहिए, अभी चाहिए। तकनीक कहती है—जो जानना है, अभी जानिए।

सोशल मीडिया कहता है—जो पाना है, जल्दी पाइए। और धीरे-धीरे "अभी" हमारी आवश्यकता से बढ़कर हमारी मानसिक आदत बन जाता है। यही कारण है कि पाँच मिनट की डिलीवरी में देरी हमें परेशान कर देती है, लेकिन किसी सपने को पाँच साल लग जाएँ तो हम स्वयं पर संदेह करने लगते हैं। हम सुविधा को अधिकार समझने लगे हैं और गति को सफलता का प्रमाण। जबकि हर तेज़ चीज़ अच्छी नहीं होती और हर धीमी चीज़ असफल नहीं होती। कुछ निर्णय जल्दी लेने चाहिए। लेकिन कुछ समझ धीरे आती है। कुछ अवसर तुरंत पकड़ने चाहिए। लेकिन कुछ रिश्ते धीरे बनते हैं। कुछ समस्याओं का तुरंत समाधान चाहिए। लेकिन कुछ घावों को समय चाहिए।

हमने प्रतीक्षा को खाली समय समझ लिया। शायद हमारी सबसे बड़ी भूल यह है कि हमने प्रतीक्षा को निष्प्रयोज्य समय मान लिया है। बस आने तक का समय। उत्तर आने तक का समय। परिणाम आने तक का समय। किसी अवसर के मिलने तक का समय। सपना पूरा होने तक का समय। हमें लगता है कि ये समय हमारे जीवन के बाहर के क्षण हैं। लेकिन जीवन में कोई "खाली समय" होता ही नहीं। जिस समय हम परिणाम की प्रतीक्षा कर रहे होते हैं, उसी समय हमारा जीवन घटित हो रहा होता है। बच्चा बड़ा हो रहा है। मौसम बदल रहा है। रिश्ते बदल रहे हैं। हम स्वयं बदल रहे हैं। आज की शाम कल की याद बनने की प्रक्रिया में है। आज की असफलता भविष्य की समझ बनने की प्रक्रिया में है। आज का छोटा प्रयास किसी दूर की उपलब्धि की नींव हो सकता है। जिस समय को हम प्रतीक्षा समझते हैं, वही समय वास्तव में हमारा जीवन है। फिर हम उसे बेकार कैसे कह सकते हैं?

इंतज़ार और निष्क्रियता एक चीज़ नहीं हैं। यहाँ एक बात स्पष्ट करना जरूरी है। इंतज़ार करने का अर्थ हाथ पर हाथ रखकर बैठ जाना नहीं है। यदि कोई परीक्षा है, तो पढ़ाई करनी होगी। नौकरी चाहिए, तो आवेदन करना होगा। स्वास्थ्य चाहिए, तो सावधानी रखनी होगी। रिश्ता बचाना है, तो संवाद करना होगा। सपना पूरा करना है, तो काम करना होगा। अन्याय हो रहा है, तो आवाज़ उठानी होगी। अवसर सामने है, तो कदम बढ़ाना होगा। प्रयास में देरी नहीं होनी चाहिए। लेकिन प्रयास करने के बाद परिणाम को अपनी घड़ी से चलाने की ज़िद भी तो नहीं होनी चाहिए। यही अंतर हमने खो दिया है। आज हमें "तुरंत प्रयास" चाहिए और "तुरंत परिणाम" भी। जब परिणाम देर से आता है, हम अक्सर प्रक्रिया पर संदेह करने लगते हैं। शायद इसलिए हम बहुत-सी अच्छी चीज़ें शुरू तो करते हैं, लेकिन उन्हें पर्याप्त समय नहीं देते। नई किताब शुरू की—कुछ पन्नों में रुचि नहीं आई, छोड़ दी। नई आदत शुरू की—कुछ दिनों में परिणाम नहीं दिखा, छोड़ दी। नई सीख शुरू की—तुरंत दक्षता नहीं आई, छोड़ दी। नई कोशिश की—पहली बार सफलता नहीं मिली, छोड़ दी। लेकिन जीवन की अधिकांश महत्वपूर्ण उपलब्धियाँ पहली कोशिश में नहीं मिलतीं। बीज बोने और पेड़ के नीचे बैठकर छाया पाने के बीच एक लंबा समय होता है। वही समय असली परीक्षा है।

सफलता की सबसे बड़ी समस्या शायद असफलता नहीं, अधैर्य है। आज की पीढ़ी को अक्सर अधीर कहा जाता है। लेकिन क्या केवल युवा ही अधीर हैं? नहीं। माता-पिता चाहते हैं कि बच्चे जल्दी अच्छा प्रदर्शन करें। शिक्षक चाहते हैं कि परिणाम जल्दी दिखाई दें। कर्मचारी चाहते हैं कि पदोन्नति जल्दी मिले। व्यवसायी चाहते हैं कि लाभ जल्दी आए। लेखक चाहता है कि पहली रचना से पहचान मिल जाए। कलाकार चाहता है कि पहली प्रस्तुति से प्रसिद्धि मिल जाए। अधैर्य अब किसी एक उम्र की समस्या नहीं रहा; यह हमारी सामूहिक जीवनशैली का हिस्सा बन गया है। सोशल मीडिया ने इस समस्या को और गहरा कर दिया है। हम किसी व्यक्ति की दस साल की मेहनत नहीं देखते। हम उसकी दस सेकंड की सफलता देखते हैं। हमें उसका पुरस्कार दिखाई देता है, उसके असंख्य अस्वीकार नहीं। हमें उसकी किताब दिखाई देती है, उसके वर्षों का लेखन नहीं। हमें उसका मंच दिखाई देता है, मंच तक पहुँचने की सीढ़ियाँ नहीं। हमें उसका परिणाम दिखाई देता है, उसकी रातें नहीं। फिर हम अपने शुरुआती अध्याय की तुलना किसी और के अंतिम अध्याय से करने लगते हैं। और पूछते हैं—"मेरे साथ ऐसा क्यों नहीं हो रहा?" शायद समस्या यह नहीं कि हमारी यात्रा धीमी है। शायद समस्या यह है कि हम दूसरों की यात्रा का केवल परिणाम देखते हैं और अपनी यात्रा का पूरा संघर्ष।
हमने सफलता की भी एक गलत घड़ी बना ली है। किसी की उम्र पच्चीस वर्ष है—हम पूछते हैं, "क्या कर रहे हो?" तीस की उम्र—"अब तक क्या हासिल किया?" चालीस की उम्र—"अब आगे क्या?" हमने सफलता को भी उम्र, पद, आय और उपलब्धियों से मापने के लिए एक अदृश्य घड़ी बना ली है। मानो जीवन की हर उपलब्धि की एक अंतिम तारीख हो। लेकिन क्या हर व्यक्ति एक ही समय पर खिल सकता है? एक ही खेत में बोए गए दो पौधे भी बिल्कुल एक जैसे नहीं बढ़ते। फिर मनुष्य से एक जैसी गति की अपेक्षा क्यों? किसी का रास्ता सीधा है। किसी को कई मोड़ लेने पड़ते हैं। किसी को अवसर जल्दी मिलता है। किसी को अपने अवसर के लिए लंबी तैयारी करनी पड़ती है। किसी की सफलता दिखाई देती है। किसी की सफलता अभी निर्माणाधीन होती है। इसलिए शायद हमें अपने जीवन की घड़ी किसी और के हाथ में नहीं देनी चाहिए।

बच्चों से भी हमने बचपन का इंतज़ार छीन लिया है। एक समय था जब बच्चा किसी खिलौने के लिए कई दिनों तक इंतज़ार करता था। उस इंतज़ार में इच्छा बढ़ती थी। उसे उस चीज़ की कीमत समझ आती थी। आज इच्छा और पूर्ति के बीच का अंतर बहुत छोटा हो गया है। बच्चे को कुछ चाहिए—तुरंत उपलब्ध। बच्चा ऊब रहा है—स्क्रीन उपलब्ध। बच्चा परेशान है—मनोरंजन उपलब्ध। बच्चा हार रहा है—तुरंत दूसरी गतिविधि उपलब्ध। धीरे-धीरे बच्चा यह सीख सकता है कि असुविधा टिकनी नहीं चाहिए; उसे तुरंत हटा जाना चाहिए। लेकिन जीवन में हर असुविधा हटाई नहीं जा सकती। कभी परीक्षा कठिन होगी। कभी दोस्त साथ नहीं देगा। कभी मनचाहा अवसर नहीं मिलेगा।

कभी मेहनत के बाद भी असफलता मिलेगी। कभी कोई व्यक्ति हमारी बात नहीं मानेगा। यदि हमने बच्चे को हर बेचैनी से तुरंत बचा लिया, तो हम उसे जीवन की वास्तविकता के लिए तैयार कैसे करेंगे? बच्चे को हर चीज़ देना जरूरी नहीं; कुछ चीज़ों के लिए इंतज़ार करना सिखाना भी जरूरी है। क्योंकि प्रतीक्षा केवल किसी वस्तु के मिलने की प्रक्रिया नहीं है। प्रतीक्षा इच्छा और संयम के बीच का पहला पाठ है।

रिश्तों में हमने व्यक्ति से अधिक उसकी प्रतिक्रिया को महत्व देना शुरू कर दिया है। रिश्ते समय माँगते हैं। किसी व्यक्ति को जानना किसी प्रोफाइल को पढ़ना नहीं है। किसी के कुछ अच्छे फोटो देखकर उसके स्वभाव को समझा नहीं जा सकता। किसी के दो संदेशों से उसकी संवेदनशीलता तय नहीं की जा सकती। किसी की एक गलती से उसका पूरा व्यक्तित्व तय नहीं किया जा सकता। लेकिन हमारी आदत बदल रही है। हम जल्दी प्रभावित होते हैं। जल्दी जुड़ते हैं। जल्दी उम्मीद करते हैं। जल्दी नाराज़ होते हैं। और कभी-कभी उतनी ही जल्दी रिश्ता छोड़ देते हैं। क्यों? क्योंकि हमने रिश्तों से भी तत्काल संतुष्टि की अपेक्षा करना शुरू कर दिया है। जबकि एक सच्चा रिश्ता कई बार उस समय बनता है जब सामने वाला हमारे मन के अनुसार व्यवहार नहीं करता और फिर भी हम संवाद करना चुनते हैं। एक व्यक्ति को समझने के लिए केवल उसके अच्छे दिन पर्याप्त नहीं। उसकी चुप्पी समझनी होगी। उसकी कमजोरी समझनी होगी। उसकी परिस्थिति समझनी होगी। उसकी बदलती हुई अवस्थाओं को देखना होगा। रिश्ते उत्तरों से नहीं, समय से गहरे होते हैं।

हमने लोगों को भी “तुरंत परिणाम” में बदल दिया है। आज कभी-कभी हम किसी व्यक्ति से पहली मुलाकात में ही तय कर लेते हैं—यह अच्छा है। यह बुरा है। यह भरोसे के लायक है। यह नहीं है। यह सफल है। यह असफल है। लेकिन मनुष्य कोई एक पन्ने की रिपोर्ट नहीं। एक व्यक्ति के पीछे उसका बचपन है, संघर्ष है, भय है, अनुभव है, असफलताएँ हैं, सपने हैं और ऐसी कई बातें हैं जिन्हें हम पहली मुलाकात में देख ही नहीं सकते। लेकिन हर जल्दी लिया गया निर्णय सही नहीं होता। कभी-कभी किसी व्यक्ति को समझने के लिए उसे समय देना पड़ता है। हमारी अधीरता केवल रिश्ते तोड़ती नहीं; कई बार सही लोगों को पहचानने की हमारी क्षमता भी कम कर देती है।

अधैर्य केवल हमारी गति नहीं बदलता, हमारी दृष्टि भी बदल देता है। अधैर्य का सबसे बड़ा नुकसान यह नहीं कि हम जल्दी में रहते हैं। उसका असली नुकसान यह है कि धीरे-धीरे हमारी देखने की क्षमता बदल जाती है। हम चीज़ों को पूरा होने से पहले ही उनका मूल्य तय करने लगते हैं। किसी विद्यार्थी ने एक बार अच्छा प्रदर्शन नहीं किया—हम मान लेते हैं कि वह कमजोर है। किसी कर्मचारी से एक गलती हुई—हम उसके पूरे काम को उसी गलती से देखने लगते हैं।

कोई व्यक्ति एक बार हमारी अपेक्षा पर खरा नहीं उतरा—हम उसके बाकी अच्छे पक्षों को भूल जाते हैं। कोई प्रयास पहली बार सफल नहीं हुआ—हम उसके भविष्य पर ही प्रश्नचिह्न लगा देते हैं।

हर चीज़ को तुरंत नाम देना जरूरी नहीं। हर व्यक्ति को तुरंत अच्छा या बुरा तय करना जरूरी नहीं। हर असफलता को तुरंत अंतिम मान लेना जरूरी नहीं। हर देरी को तुरंत नुकसान समझना जरूरी नहीं। कभी-कभी थोड़ी-सी प्रतीक्षा हमें उस सच्चाई तक पहुँचाती है जो जल्दबाज़ी में दिखाई ही नहीं देती। अधैर्य हमें परिणाम जल्दी दिखाता है; धैर्य हमें अर्थ गहराई से दिखाता है।

हम अपने ही जीवन के साथ भी अधीर हो गए हैं। दूसरों से हमारी अपेक्षाएँ तो बढ़ी ही हैं, अपने आप से भी हमारी अपेक्षाएँ असामान्य हो गई हैं। हम चाहते हैं कि हम तुरंत सफल हों। तुरंत आत्मविश्वासी बनें। तुरंत अपनी कमियाँ दूर कर लें। तुरंत किसी दुख से बाहर निकल जाएँ। तुरंत अपने जीवन का उद्देश्य समझ लें। लेकिन मन कोई मशीन नहीं है। हर व्यक्ति की अपनी गति होती है। किसी को एक अनुभव से सीख मिलती है, किसी को उसी सीख तक पहुँचने में वर्षों लगते हैं। किसी का आत्मविश्वास जल्दी लौटता है, किसी को लंबा समय चाहिए। किसी को असफलता के बाद अगले दिन फिर खड़े होने की ताकत मिलती है, किसी को कुछ महीने लगते हैं। इसका अर्थ यह नहीं कि वह कमजोर है। इसका अर्थ है कि मन की भी अपनी ऋतु होती है। हम पेड़ को देखकर यह नहीं कहते कि "तुमने अभी तक फल क्यों नहीं दिया?" हम जानते हैं कि मौसम चाहिए। लेकिन स्वयं के लिए हम यह समझ क्यों भूल जाते हैं?

दु:ख को भी हमने जल्दी समाप्त होने वाली चीज़ समझ लिया है। शायद आधुनिक जीवन की सबसे कठोर अधीरता भावनाओं के साथ है। कोई दुखी है तो हम कहते हैं—"अब इसे भूल जाओ।" "आगेबढ़ो।""इतना मत सोचो।""समय सब ठीक कर देगा।"लेकिन समय अकेला कुछ ठीक नहीं करता। समय हमें महसूस करने, समझने, स्वीकार करने और धीरे-धीरे बदलने का अवसर देता है। दु:ख को भी हमने जल्दी समाप्त होने वाली चीज़ समझ लिया है। कोई दुखी हो तो हम कहते हैं—"अब भूल जाओ", "आगे बढ़ो", "इतना मत सोचो।" लेकिन हर दुख का अपना समय होता है। कुछ संबंधों के टूटने को स्वीकार करना पड़ता है, कुछ सपनों के समाप्त होने का शोक मनाना पड़ता है। हर आँसू कमजोरी नहीं होता; कभी-कभी वह मन का वह रास्ता होता है, जिससे वह भारीपन बाहर आता है जिसे शब्द नहीं निकाल पाते। हीलिंग कोई डाउनलोड होने वाली फाइल नहीं है।

प्रकृति आज भी हमें इंतज़ार करना सिखाती है। हम चाहे जितनी तेज़ दुनिया बना लें, प्रकृति ने अपनी गति नहीं बदली। बीज को पेड़ बनने में समय लगेगा। फूल अपने मौसम में खिलेगा। सुबह को रात बनने में समय लगेगा। ऋतु अपने समय पर बदलेगी। सूरज को उगने के लिए हमारी अधीरता की आवश्यकता नहीं। शरीर को स्वस्थ होने में भी अपनी प्रक्रिया चाहिए। ज्ञान को अनुभव में बदलने में समय चाहिए। फिर मनुष्य क्यों सोचता है कि वह जीवन की हर प्रक्रिया को तेज़ कर सकता है? तकनीक बहुत कुछ तेज़ कर सकती है। लेकिन वह हर चीज़ को परिपक्व नहीं कर सकती।

एक संदेश तुरंत पहुँच सकता है; विश्वास नहीं। एक किताब तुरंत खरीदी जा सकती है; ज्ञान नहीं। किसी व्यक्ति की तस्वीर तुरंत मिल सकती है; उसका चरित्र नहीं। सलाह तुरंत मिल सकती है; समझ नहीं। जानकारी तुरंत मिल सकती है; बुद्धिमत्ता नहीं। गति सूचना को बढ़ा सकती है; गहराई को नहीं।

प्रतीक्षा की अपनी एक अर्थव्यवस्था है। हमने बाजार की अर्थव्यवस्था तो समझी, लेकिन प्रतीक्षा की अर्थव्यवस्था शायद भूल गए। किसी त्योहार के कपड़े महीनों पहले खरीदे जाते थे। किसी यात्रा की तैयारी लंबे समय तक चलती थी। किसी परीक्षा के परिणाम के लिए कई दिन प्रतीक्षा होती थी। इसलिए मिलने का क्षण भी विशेष होता था। आज उपलब्धता इतनी तेज़ है कि इच्छा और प्राप्ति के बीच की दूरी बहुत कम हो गई है। और जब हर इच्छा तुरंत पूरी होने लगे, तो क्या होता है? नई इच्छा पैदा होती है। फिर दूसरी। फिर तीसरी। संतुष्टि का समय छोटा होता जाता है। शायद इसलिए सुविधा बढ़ने के बावजूद बेचैनी कम नहीं होती। जिस जीवन में हर इच्छा के बीच थोड़ा-सा अंतर होता है, उसमें इच्छा को समझने का समय मिलता है। और कभी-कभी प्रतीक्षा हमें यह भी सिखाती है कि जो हम चाहते थे, क्या हमें वास्तव में उसकी जरूरत भी थी?

हम परिणाम को समय देते हैं, लेकिन प्रक्रिया को नहीं। आज किसी काम के शुरू होते ही हम पूछते हैं—"इसका फायदा क्या होगा?" पढ़ाई कर रहे हैं—"कितने अंक आएँगे?" व्यायाम कर रहे हैं—"कितने दिन में बदलाव दिखेगा?" लेखन कर रहे हैं—"कितनी जल्दी प्रसिद्धि मिलेगी?" नौकरी कर रहे हैं—"कब पदोन्नति मिलेगी?" परिणाम महत्वपूर्ण है, लेकिन उसकी लगातार जाँच प्रक्रिया की शक्ति को कम कर देती है। हम काम करने के बजाय उसके प्रमाण खोजने लगते हैं। जैसे बीज को रोज़ खोदकर यह देखना कि जड़ निकली या नहीं, उसे बढ़ने में मदद नहीं करता। कुछ चीज़ों को बस अपना समय देना पड़ता है।

इस पूरी समस्या की जड़ शायद यहाँ है—हम अनिश्चितता से डरने लगे हैं। नौकरी मिलेगी या नहीं? प्रयास सफल होगा या नहीं? रिश्ता बचेगा या नहीं? बीमारी कब ठीक होगी? मेहनत का परिणाम कब मिलेगा? हमारे भीतर बेचैनी पैदा होती है—"मुझे अभी पता क्यों नहीं?" और शायद यही आधुनिक मनुष्य की सबसे बड़ी बेचैनी है। उसे परिणाम से अधिक निश्चितता चाहिए। हम अनिश्चितता को खाली जगह समझ लेते हैं। जबकि कई बार वही खाली जगह संभावना की जगह होती है। बीज को यह नहीं पता कि वह कब पेड़ बनेगा। फिर भी वह मिट्टी में अपनी यात्रा शुरू करता है। बच्चे को यह नहीं पता कि वह भविष्य में क्या बनेगा। फिर भी वह आज सीखता है। हमें भी हर उत्तर पहले से जानना आवश्यक नहीं। कभी-कभी आगे बढ़ने के लिए पूरी सड़क दिखाई देना जरूरी नहीं होता। अगला कदम दिखाई देना पर्याप्त होता है।

क्या सोशल मीडिया ने हमारी प्रतीक्षा और कठिन कर दी है? सोशल मीडिया स्वयं समस्या नहीं है। समस्या तब शुरू होती है जब वह हमें दूसरों के परिणाम लगातार दिखाता रहता है। हम स्क्रीन पर दूसरों के जीवन के चुने हुए सुंदर क्षण देखते रहते हैं और फिर अपने जीवन के पूरे, उलझे हुए दिन से उनकी तुलना करते हैं।

यह तुलना हमारी प्रतीक्षा को और कठिन बनाती है। हमें लगता है—"सब आगे बढ़ रहे हैं।""मैं पीछे रह गया।" "सबकोअवसर मिल रहे हैं।""मेरी बारी कब आएगी?" लेकिन किसी की पोस्ट उसके जीवन की पूरी कहानी नहीं होती। वहाँ संघर्ष के वे दिन नहीं दिखाई देते जिनमें कोई लाइक नहीं था। अस्वीकृति नहीं दिखाई देती। अकेलापन नहीं दिखाई देता। भ्रम नहीं दिखाई देता। दस वर्षों की मेहनत दस सेकंड में दिखाई जा सकती है, लेकिन वह दस वर्ष की नहीं हो जाती। दिखाई देने वाली गति और वास्तविक गति एक ही चीज़ नहीं हैं।

शायद हमें "अपनी बारी" की चिंता कम करनी होगी। हम अक्सर कहते हैं—"मेरी बारी कब आएगी?" लेकिन जीवन कोई ऐसी कतार नहीं जहाँ सभी को एक ही समय पर नंबर मिलना है। किसी की बारी आज है। किसी की कल होगी। किसी को कोई दूसरा रास्ता मिलेगा। और कभी-कभी जिसे हम अपनी देरी समझते हैं, वही तैयारी का समय होता है। यदि किसी चीज़ में देर हो रही है, तो इसका अर्थ हमेशा यह नहीं कि हम असफल हैं। कभी-कभी देर हमें उस व्यक्ति, उस अवसर या उस जिम्मेदारी के लिए तैयार कर रही होती है जिसे हम अभी संभाल नहीं सकते। इसलिए हर देरी को सजा मान लेना भी उचित नहीं। कुछ विलंब अस्वीकार नहीं होते; वे तैयारी के अदृश्य चरण होते हैं।

हमें दुनिया से पीछे नहीं हटना। हमें तकनीक छोड़ने की जरूरत नहीं। हमें हर काम धीरे करने की आवश्यकता भी नहीं। जरूरत केवल इतनी है कि हम गति और अधीरता में अंतर समझें। तेज़ होना गलत नहीं। हर चीज़ में जल्दबाज़ होना गलत हो सकता है। तेज़ निर्णय लेना गलत नहीं। बिना समझे निर्णय लेना गलत हो सकता है। जल्दी काम पूरा करना गलत नहीं। जल्दी परिणाम न मिलने पर टूट जाना समस्या है। हमें तेज़ दुनिया में रहना है, लेकिन मन की हर प्रक्रिया को तेज़ नहीं करना।

हमें क्या बदलना होगा? शायद बहुत बड़ी क्रांति की आवश्यकता नहीं है। हमें बस कुछ छोटे अभ्यास वापस लाने होंगे। हर संदेश का उत्तर तुरंत न मिलने पर बेचैन न होना। हर असफलता को अंतिम निर्णय न मानना। हर बच्चे की तुलना उसकी उम्र से आगे भाग चुके किसी दूसरे बच्चे से न करना। हर रिश्ते को पहली कठिनाई पर समाप्त न कर देना। हर उपलब्धि को तुरंत नापने के बजाय प्रक्रिया को भी देखना। हर दिन कुछ समय बिना स्क्रीन के रहना। किसी काम को परिणाम से पहले उसके अनुभव के लिए करना। और सबसे जरूरी— अपने आप को भी समय देना। कभी-कभी बिना किसी उत्पादकता के कुछ देर बैठना। किसी प्रिय व्यक्ति की बात बिना जल्दी किए सुनना। किसी किताब को धीरे-धीरे पढ़ना। शाम को बिना किसी उद्देश्य के आसमान देखना। क्योंकि जीवन केवल वह नहीं है जो हमने हासिल किया। जीवन वह भी है जो हमने रास्ते में महसूस किया।

हमें बच्चों को केवल गति नहीं, गहराई भी सिखानी होगी। हम बच्चों को भविष्य के लिए तैयार करते हुए उन्हें यह सिखाना चाहते हैं कि वे तेज़ हों। तेज़ सीखें। तेज़ निर्णय लें। तेज़ प्रतिस्पर्धा करें। तेज़ आगे बढ़ें। लेकिन क्या हमने उन्हें यह भी सिखाया है कि जब परिणाम देर से आए तो क्या करना है? जब कोई उन्हें अस्वीकार करे तो कैसे संभलना है?

जब मेहनत का फल तुरंत न मिले तो कैसे टिके रहना है? जब किसी दूसरे बच्चे को उनसे पहले सफलता मिले तो स्वयं को छोटा न समझना कैसे है? यह शिक्षा भी उतनी ही जरूरी है। क्योंकि जीवन में केवल गति की जरूरत नहीं। दिशा, गहराई और धैर्य की भी जरूरत है।

मेरी व्यक्तिगत चिंता- मैं जब अपने आसपास देखती हूँ तो मुझे लगता है कि यह समस्या केवल समाज की नहीं है। यह मेरे भीतर भी है। मैं भी कई बार किसी परिणाम को जल्दी देखना चाहती हूँ। मैं भी सोचती हूँ—इतना प्रयास किया, अब तक परिणाम क्यों? मैं भी कभी किसी उत्तर की प्रतीक्षा में बेचैन होती हूँ। मैं भी कभी भविष्य की चिंता में वर्तमान का आनंद खो देती हूँ। कभी-कभी मुझे यह भी महसूस होता है कि हम परिणाम के पीछे इतना आगे निकल जाते हैं कि वर्तमान में हो रही छोटी-छोटी अच्छी चीज़ों को देख ही नहीं पाते। कोई काम अभी पूरा नहीं हुआ, इसलिए हमें उसमें हुई प्रगति दिखाई नहीं देती। कोई सपना अभी पूरा नहीं हुआ, इसलिए रास्ते में मिली सीख दिखाई नहीं देती। कोई उत्तर अभी नहीं मिला, इसलिए आज मिले संकेतों का मूल्य समझ नहीं आता।

शायद मेरे लिए धैर्य का अर्थ अब केवल किसी चीज़ के आने तक प्रतीक्षा करना नहीं है। मेरे लिए धैर्य का अर्थ है—प्रतीक्षा करते हुए भी अपने वर्तमान को कम न समझना। परिणाम आने तक अपने आज को स्थगित न करना। यह न मानना कि “जब वह होगा, तभी मैं खुश होऊँगी।”क्योंकि यदि मैं हर खुशी को भविष्य के किसी परिणाम से जोड़ दूँगी, तो मेरा वर्तमान हमेशा किसी आने वाले कल का इंतज़ार करता रह जाएगा। और शायद यही वह जीवन है जिसे मैं बदलना चाहती हूँ—जिसमें मंज़िल जरूरी हो, लेकिन रास्ता भी व्यर्थ न लगे।और शायद यही इस विषय को मेरे लिए व्यक्तिगत बनाता है। मैं दूसरों को धैर्य रखने की सलाह देकर स्वयं को इससे अलग नहीं कर सकती। हम सब इस समस्या का हिस्सा हैं।

- महिमा सामंत

लेखक परिचय

नाम – महिमा सामंत
रसायन शास्त्रकी प्राध्यापिका
बेंगलुरु, कर्नाटक

अन्तरा शब्दशक्ति
प्रकाशन

पं.क्र. (04/21/05/207665/19)
अन्तरा शब्दशक्ति
www.antrashabdshakti.com
प्रकाशन एवं बहुद्देशीय संस्था

कलम की शक्ति, समाज की दिशा

सम्मान-पत्र

यह प्रमाणित किया जाता है कि

आ.....**महिमा सामंत**.....जी

ने हिन्दी पखवाड़े के अवसर पर आयोजित "**एक लेख प्रतियोगिता**" में उत्साहपूर्वक सहभागिता करते हुए **समसामयिक विषय पर अपने विचारों को** प्रभावी एवं सार्थक ढंग से अभिव्यक्त किया।

उनकी साहित्यिक **अभिव्यक्ति** एवं रचनात्मक सहभागिता की सराहना करते हुए **अन्तरा शब्दशक्ति प्रकाशन** की ओर से यह **सम्मान-पत्र** सादर प्रदान किया जाता है।

आपकी सृजनशीलता एवं साहित्यिक यात्रा के उज्ज्वल भविष्य की हार्दिक शुभकामनाएँ।

हिन्दी विचारों को विस्तार देती है... समाज को जोड़ती है...

हिंदी
हमारी पहचान...
हमारी शक्ति...

प्रीति सुराना
समकित सुराना

अन्तरा शब्दशक्ति प्रकाशन एवं संस्था
डॉ. प्रीति समकित सुराना

शब्द से संवेदन तक... लेखन से परिवर्तन तक...