

भूकंप का झटका

पहले कभी ऐसा नहीं हुआ कि भूकंप आया हो और उसी समय हमें एहसास न हुआ हो, बल्कि टेलीविजन के समाचारों से बाद में पता चला हो। ऐसा भी नहीं कि इस बार के भूकंप का झटका एक बार और बहुत हल्का-फुल्का आया हो। पहले तो कभी हल्का-सा झटका भी आता था, तो उस वक्त अनुभव जरूर होता था। कई बार घनी आबादी की सँकरी गलियों, जहाँ सदैव कोई-न-कोई हलचल होती रहती है, वहाँ भी जब सन्नाटा होता था, तब अकेले-दुकेले भूकंप आने का एहसास होने और उसके हल्के होने के कारण जान-माल के नुकसान न होने की संभावना पर संतोष होता था। भूकंप आने का अनुभव पहले होता था और उसका सत्यापन समाचारों-खबरों से बाद में। यों भी यह कोई नियम तो है नहीं कि जैसा पहले न हुआ हो, वैसा बाद में भी नहीं होगा। फिर भी यह कैसे संभव है कि कम आग में जलन महसूस हो, पर अधिक आग में नहीं। इस बार के भूकंप में बिहार एवं उत्तर प्रदेश में सौ से अधिक लोगों की जानें गई हैं और नेपाल में दस हजार से अधिक लोगों की मौत होने की आशंका है।

इस बार भूकंप के झटके कई बार आए और हर बार राष्ट्रीय राजधानी क्षेत्र व उसके आस-पास की सड़कों, पार्कों, खुले स्थानों की ओर भागकर एकत्र होते लोगों को दूरदर्शन पर दिखाया गया। इन झटकों के समय फरीदाबाद में इत्मीनान से आराम कर रहा था, उस समय आस-पास के लोगों को टेलीविजन के माध्यम से ही सड़कों-गलियों में इकट्ठे देखा। ऐसा भी नहीं कि कोई बड़ी व्यस्तता, चहल-पहल, शोरगुल के कारण भूकंप आने की आहट पर ध्यान न गया हो, बल्कि हर बार घर पर अकेले ही था और वह भी सजगता से, क्योंकि यही स्वभाव है। 'जनसत्ता' में विष्णु नागर जी का लेख भी पढ़ा, जिसमें उन्होंने कहा है कि इस बार के भूकंप के समय कोई टेबल के नीचे छिपने की कोशिश कर रहा था, तो कोई भागने की, परंतु खुद उन्हें भूकंप का झटका बिल्कुल भी महसूस नहीं हुआ।

अपने कुछ नए-पुराने परिचित जिनमें जवान से लेकर वृद्ध तक सम्मिलित हैं, जब फोन करते हैं या घर पर आकर कभी भी मिलते हैं तो सर्वप्रथम पूछते हैं कि सो रहे थे क्या? 24 अप्रैल को फरीदाबाद जाने से पहले ऐसे ही एक मानुष का फोन आया और उन्होंने पूछा कि सो रहे हो क्या? हालाँकि उनकी खुद की आवाज सुषुप्तावस्था की थी, पर ये लोग मेरे मन में अपने प्रति कुछ प्रत्याशित टीस रखना चाहते हैं, मानों इनकी पहले की चालाकी-होशियारी से दी गई टीस कम यादगार या कारगर है क्या? अमूमन जो कर रहा होता हूँ, वही बताकर ऐसे प्रश्नों का उत्तर देना पड़ता है। लेकिन उस दिन हमने सोने के बारे में भगवद्गीता से लेकर कवीर तक के उद्धरणों की फोन पर झड़ी लगा दी। भगवद्गीता के उस परमप्रिय श्लोक का अर्थ भी बताया कि संपूर्ण प्राणियों के लिए जो रात्रि के समान है, उस नित्य ज्ञानस्वरूप परमानंद की प्राप्ति में स्थितप्रज्ञ योगी जागता है और जिस नाशवान् सांसारिक सुख की प्राप्ति में सब प्राणी जागते हैं, परमात्मा के तत्त्व को जानने वाले मुनि के लिए वह रात्रि के समान है -

या निशा सर्वभूतानां तस्यां जाग्रति संयमी ।

यस्मां जाग्रति भूतानि सा निशा पश्यतो मुनेः ।।

और फिर कबीर का निम्न दोहा भी सुनाया -

सुखिया सब संसार है खावै और सोवै ।

दुखिया दास कबीर है जागै और रोवै ।।

सारी दुनिया सुखी है, खूब खाती है और चैन से सोती है; लेकिन कबीर दुखी हैं, इसलिए नींद नहीं आती, रोते हैं और जागते हैं। परंतु कबीर दुखी क्यों है? क्या उनका अपना दुख इतना भारी हो गया है कि रो-रोकर जागने के सिवा कोई चारा नहीं है? वास्तव में कबीर इस संसार की स्थिति देखकर क्षुब्ध-बेचैन हैं, जहाँ लोग बढ़ तो रहे हैं भयानक दुख-संकट की ओर, पर उन्हें भ्रमवश खुशी है कि सुख-सागर में गोते लगाने जा रहे हैं। इस विचित्र स्थिति को देखकर कबीर को रोना आता है और चैन की नींद नहीं आती -

झूठे सुख को सुख कहै, मानत है मन मोद ।

खलक चबेना काल का, कुछ मुख में कुछ गोद ।।

अस्तु, बहुत लोगों को नींद न आने की शिकायत मानसिक-शारीरिक कारणवश होती है। इसमें चिंता, दुख, अनिश्चय, संशय, उद्विग्नता आदि का भी योग होता है, जिनसे सेहत खराब हो जाती है। निस्संदेह अच्छी नींद अक्सर आती है, लेकिन बहुत पहले इन्हीं सब कारणों से नींद कम आती थी, जिसका सेहत पर भी असर पड़ना स्वाभाविक था, फलतः शरीर दुबला और वजन काफी कम रहता था। तब वजन बढ़ाने और दुबलापन कम करने के लिए यथासंभव अनेक उपाय किए; लेकिन कोई खास प्रभाव नहीं होता था। आजकल अच्छी नींद व नियमित दिनचर्या की वजह से वजन तब से दस से पन्द्रह किलोग्राम अधिक हो गया है। दस और पन्द्रह में काफी अंतर होता है। दस का डेढ़ गुना पन्द्रह है। या तो वजन दस किलोग्राम बढ़ सकता है या फिर पन्द्रह किलोग्राम। दोनों कैसे सही हो सकता है? मनुष्य के वजन का तर्कशास्त्र बड़ा अजीब है। बिना खाना व अधिक पानी पीए बिना तथा बिना कपड़े पहने भार, खाना-कपड़ा के साथ वाले भार से साढ़े तीन से चार किलोग्राम कम होता है। इसी प्रकार यदि सर्दी के कपड़े और जूते-जुराब पहने गए हों तो वजन में अंतर लगभग सात किलोग्राम तक बढ़ सकता है। इस प्रकार अपने वजन में किसी भी दृष्टि से दस किलोग्राम की बढ़ोतरी तो है ही। ऐसा नहीं कि चिंताएँ-समस्याएँ खत्म हो गई हैं, बल्कि नए ढंग की और कई मायने में गंभीर भी हैं, फिर भी नींद आती है तो शायद इसलिए कि अब वर्गीय पढ़ाई और किसी भी प्रकार नौकरी पाने की लालसा पूर्ण होकर खत्म हो गई है। यों अभी भी कभी-कहीं आवेदन करना पड़ जाता है केवल पैसे कमाने की इच्छा के कारण; परंतु खुद नहीं जानता कि नौकरी करनी भी है या नहीं? पर इतना समझना पड़ा है कि तब और अब जैसे नौकरी पाने-करने की इच्छा रही है, वैसे संभव ही नहीं और जैसे नौकरी पाना-करना संभव हो सकता है, वैसे पाने-करने की दूर-दूर तक अभिलाषा नहीं। दूसरा, उल्टा-सीधा कैसा भी बाहरी वातावरण हो और मन के विपरीत परिणाम दिखाई दे रहा हो, तब भी किसी कार्य को भरपूर ताकत से करने की कोशिश करके अपने-आप को कोसने का कोई भी मौका स्वयं को नहीं देना जानता। संभवतः इसी बोध के कारण नींद आती है, पर यह किसी भी सूरत में चौबीस घंटे में छह-सात घंटे से अधिक नहीं होती और यदि कभी दिन में नींद आ गई तो रात की नींद में उससे अधिक की कटौती स्वतः हो जाती है। पूरी पृथ्वी पर के पाप-पुण्य का भार उठाकर जब शेषनाग कभी-कभार हल्की करवट बदलने के सिवा चैन से विश्राम कर सकते हैं और भगवान विष्णु की शयन-शय्या बन सकते हैं, तो हम अपनी छोटी-छोटी समस्याओं के साथ क्यों नहीं चैन से रहना सीख सकते?