

पाखंड से मुक्ति की चाह में रुकावटे और समाधान

प्रायः देखा जाता है कि घर और समाज में सब जगह पाखंड व्याप्त हो तो ऐसी स्थिति में उस व्यक्ति की मनः स्थिति क्या होगी ? जो समाज को पाखंडवाद से मुक्ति दिलाने के लिए अपने आपको समाज सुधारक कहता हो, लेकिन अपने घर में पाखंडवाद के सामने घुटने टेक दे।

घर में हो रहे पाखंड से दुखी व्यक्ति की व्यथा एक ऐसी स्थिति है जहाँ व्यक्ति को घर के सदस्यों या वातावरण में होने वाले दिखावा, अंधविश्वास और बेईमानी से मानसिक रूप से तकलीफ होती है। यह पाखंड अक्सर उस व्यक्ति की जीवनशैली, विश्वास और व्यवहार को प्रभावित करता है, जिससे उसे भावनात्मक और मानसिक रूप से नुकसान होता है।

व्यथा के कारण:

दिखावा और बेईमानी:

पति पत्नी से और पत्नी पति से तथा घर के अन्य सदस्य दिखावा और बेईमानी करते हैं, जिससे वह व्यक्ति विश्वास की कमी महसूस करता है और साथ में स्वयं दुखी भी महसूस करता है, जो पाखंड के लिए समाज से लड़ना चाहता है।

अंधविश्वास:

वह जानता है कि पाखंड अंधविश्वास को बढ़ावा देता है, जिससे व्यक्ति को तर्कसंगत सोच और निर्णय लेने में परेशानी होती है। फिर भी वह घर और समाज में अपने आप को अनुकूलित स्थिति में ढालने का भरसक प्रयास करता है।

परिवार का माहौल:

जब घर में दो विचार धाराओं के सदस्य हों तो उस घर का माहौल अक्सर नकारात्मक और तनावपूर्ण होता है, जिससे व्यक्ति को अकेलापन और निराशा महसूस होती है। इस स्थिति से उसे उबरने के लिए और घर का माहौल संतुलित करने के लिए उसे अपने अरमानों का गला घोट कर झुकना ही श्रेयस्कर होता है।

मानसिक और भावनात्मक नुकसान:

पाखंड व्यक्ति को मानसिक और भावनात्मक रूप से नुकसान पहुंचाता है, जिससे उसे चिंता, अवसाद और तनाव जैसी समस्याएं हो सकती हैं। लेकिन ऐसे पाखंडी व्यक्ति लाख समझाने पर भी नहीं मानते हैं।

समाधान:

पाखंड को पहचानना:

व्यक्ति को यह समझना चाहिए कि पाखंड क्या है और यह कैसे उसकी जिंदगी को प्रभावित कर रहा है.

खुले मन से बात करना:

घर में पाखंडी व्यक्ति को और पाखंड मुक्त अवधारणा रखने वाले व्यक्ति को अपने परिवार के सदस्यों से खुले मन से बात करनी चाहिए और उन्हें अपनी भावनाओं को व्यक्त करना चाहिए। इससे घर का माहौल तनावपूर्ण नहीं होता।

तर्कसंगत सोचना:

घर और समाज की भलाई के लिए पाखंडी और अशिक्षित व्यक्ति को तर्कसंगत सोचना चाहिए तथा अंधविश्वासों को त्यागना चाहिए।

मदद लेना:

अवसादग्रस्त व्यक्ति को जरूरत पड़ने पर मानसिक स्वास्थ्य विशेषज्ञ से मदद लेनी चाहिए। तथा ऐसे व्यक्ति को अपनी देखभाल स्वयं करनी चाहिए और उन गतिविधियों में शामिल होना चाहिए जो उसे खुशी देती हैं।

- हरी सिंह खोवाल