

सत्य मार्ग की खोज, सीरीज़ - 29



कैसे ~~रुके~~ आत्महत्या ?



जमाअत इस्लामी हिन्द

दावत नगर, अबुल फ़ज़ल इन्कलेव, ओखला, नई दिल्ली-110025

 09650022638

 www.islamsabkeliye.com

 www.facebook.com/islamsabkeliyeofficial

ईश्वर, अति दयावान, अत्यंत कृपाशील के नाम से

कैसे रुके आत्महत्या ?

आत्महत्या की घटनाएँ देश तथा पूरे विश्व में बहुत तेजी से बढ़ रही हैं। लगभग रोज ही अखबारों में ऐसी खबरें पढ़ने को मिलती हैं जिसमें, निराश व हताश, किसी व्यक्ति के अपनी जीवन लीला समाप्त कर लेने का उल्लेख होता है। कभी-कभी तो पूरे परिवार की सामूहिक आत्महत्या की घटनाएँ भी सामने आती हैं, जो हर किसी के हृदय को झंझोड़ कर रख देती हैं। ऐसी ही एक घटना जुलाई 2019 में घटित हुई थी जो पूरे देश में चर्चा का विषय बन गई थी। एक अत्यन्त सम्पन्न व्यक्ति, जो गुरुग्राम की एक बड़ी कम्पनी में डॉक्टर था, ने आत्महत्या कर ली। और इतना ही नहीं, आत्महत्या करने से पहले उसने अपने पूरे परिवार की हत्या भी कर दी। पत्नी एक स्कूल चलाती थीं, बेटी दिल्ली के एक विश्वविद्यालय से पोस्ट ग्रेजुएशन कर रही थी और बेटा स्कूल में पढ़ रहा था। मृत डॉक्टर की जेब से एक सुसाइड नोट मिला जिसपर आत्महत्या का कारण बताते हुए लिखा था कि, “मैं अपने परिवार को ठीक से नहीं चला पाया। जो कुछ भी हुआ, इसके लिए मैं स्वयं जिम्मेदार हूँ।”

इसी प्रकार जुलाई 2018 में दिल्ली के बुराड़ी में हुई सामूहिक आत्महत्या तथा 2016 में रोहित वेमुला की चर्चित घटना ने पूरे देश की आत्मा को हिलाकर रख दिया था और काफ़ी समय तक आत्महत्या ही चर्चा का विषय बनी रही।

विश्व स्वास्थ्य संगठन डब्ल्यू एच ओ(WHO) के आकड़ों पर आधारित इंडिया टुडे की एक रिपोर्ट के अनुसार अन्तर्राष्ट्रीय स्तर पर 15-19 वर्ष के आयुवर्ग में मृत्यु का दूसरा सब से बड़ा कारण आत्महत्या है और विश्व में प्रतिवर्ष आत्महत्या करने वालों की संख्या 8 लाख तक पहुँचती है अर्थात् हर 40 सेकंड में विश्व में कहीं न कहीं एक व्यक्ति स्वयं अपनी जीवन लीला समाप्त कर लेता है। भारत में आत्महत्या की प्रवृत्ति कितना भयानक रूप ले चुकी है इसका अनुमान इस बात से लगाया जा सकता है कि विश्व में महिलाओं द्वारा की जाने वाली आत्महत्या की 1/3(एक तिहाई) घटनाएँ और पुरुषों की 1/4(एक चौथाई) घटनाएं भारत में ही होती हैं। एन सी आर बी के आकड़ों के अनुसार छात्रों में आत्महत्या की प्रवृत्ति बहुत तेजी से बढ़ रही है और देश में प्रति घंटा एक छात्र अपने हाथों अपना जीवन समाप्त कर लेता है। इसी प्रकार किसानों में इस प्रवृत्ति ने अत्यन्त विकराल रूप धारण कर लिया है और अनुमान है कि देश में प्रतिवर्ष 15,000 किसान आत्महत्या कर रहे हैं। 2018 में सरकार की ओर से कर्ज माफ़ी की घोषणा के बाद भी इसमें कमी देखने में नहीं आई है।

क्यों करते हैं लोग आत्महत्या? क्या होती है उनकी मानसिक दशा जो उन्हें इसके लिए प्रेरित करती है? किस प्रकार के सामाजिक और पारिवारिक दबाव होते हैं जो एक व्यक्ति को अपना जीवन समाप्त करने पर बाध्य कर देते हैं? इन सभी प्रश्नों के उत्तर सरलता से प्राप्त हो सकते थे यदि आत्महत्या के बाद मृतकों से संपर्क का कोई रास्ता होता। चूँकि यह असंभव है इसलिए इस सम्बन्ध में मनोवैज्ञानिक,

समाजशास्त्री व अन्य शोधकर्ताओं के समस्त उत्तर एवं निष्कर्ष मात्र अनुमान पर आधारित होते हैं या आत्महत्या करने वालों द्वारा छोड़े गए सुसाइड नोट पर। प्रसिद्ध मनोविज्ञानिक जेसी बेरिंग 2018 में प्रकाशित अपनी पुस्तक “आत्मघाती: हम खुद को क्यों मारते हैं” (Suicidal: Why We Kill Ourselves) में इसके कारणों पर प्रकाश डालते हुए लिखते हैं, “किसी भी व्यक्ति को आत्महत्या की ओर ले जाने वाले विशिष्ट मुद्दे निश्चित रूप से उतने ही अलग-अलग होते हैं जितने की उनके डीएनए।” यानि हर व्यक्ति का आत्महत्या करने का कारण दूसरे से भिन्न होता है। फिर भी मनोविज्ञानिकों ने जो कारण बताये हैं उनमें से कुछ महत्वपूर्ण कारण इस प्रकार हैं:-

- 1. भौतिक संपदा एवं सम्पन्नता को बढ़ाने में असफलता:** आजकल धन-दौलत समेटना ही जीवन का उद्देश्य बनकर रह गया है। दूसरे शब्दों में आज का इंसान पैसा कमाने की मशीन बनना चाहता है। दूसरों को सफल होता देख उसमें हीन भावना उत्पन्न होने की सम्भावना बढ़ जाती है।
- 2. वित्तीय समस्याएँ:** जीवन-यापन के लिए आवश्यक संसाधन की कमी परिवार में असंतोष और कलह का कारण बनती है। दूसरी ओर जीवन-स्तर को ऊपर उठाने के प्रयत्न में भी इंसान प्रायः स्वयं को वित्तीय संकट का शिकार बना लेता है। और जब इससे निकलने का कोई मार्ग नहीं सूझता तो निराशा और हताशा का शिकार हो जाता है।
- 3. अकेलापन:** समाज और परिवार में रहने के उपरान्त भी कई लोग स्वयं को बिलकुल अकेला महसूस करते हैं। मां-बाप की अवहेलना से जहाँ बच्चों में अकेलेपन की भावना उत्पन्न होती है, वहीं भावनात्मक समर्थन या प्रोत्साहन के अभाव में बड़े भी इसका शिकार बन जाते हैं।
- 4. डिप्रेशन:** यह एक गंभीर बीमारी है जो व्यक्ति के सोचने-समझने और निर्णय लेने की शक्ति को क्षीण कर देती है। इससे उदासी और निष्क्रियता की भावना जन्म लेती है और काम के प्रति रुचि समाप्त हो जाती है जिससे अनेकों भावनात्मक और शारीरिक समस्याएँ उत्पन्न होने लगती हैं।
- 5. बीमारी:** बीमारी यदि दीर्घकालिक तथा असाध्य हो जाए, तो यह अनेकों मानसिक-रोगों का कारण बन जाती है। उदासी और निराशा की भावना व्यक्ति पर हावी हो जाती है और वह धीरे-धीरे डिप्रेशन का शिकार होने लगता है।
- 6. काम पर उत्पादक होने में असमर्थता:** हर व्यक्ति अपने परिश्रम के लाभदायक परिणाम की अपेक्षा करता है। पर हर व्यक्ति अपने परिश्रम में सफल हो, ऐसा आवश्यक नहीं। अपने श्रम को व्यर्थ और अनुत्पादक होते देख, कुछ लोगों में असफलता की नकारात्मक भावना घर कर लेती है।
- 7. किसी प्रियजन की मृत्यु:** प्रियजनों से बिछड़ना अत्यंत दुखदाई अनुभव होता है। मृत्यु जीवन का सबसे बड़ा सत्य है, जानने के उपरान्त भी कुछ लोग इस दुःख को सहन कर पाने में असमर्थ होते हैं और अपने प्रियजन की जुदाई के उपरान्त स्वयं उनको अपना जीवन व्यर्थ नज़र आने लगता है।

8. साथियों द्वारा लगातार चिढ़ाया जाना: दूसरों को चिढ़ाना और मज़ाक बनाना कुछ लोगों के लिए मनोरंजन और दिल-बहलाव का साधन बन गया है। पर आवश्यक नहीं कि हर कोई इसे इसी रूप में ले। ऐसे लोगों की कमी नहीं जिनकी भावनाएं इस तरह के चिढ़ाने और मज़ाक बनाने से आहत हो जाती हैं और जो इससे बचने के लिए किसी भी सीमा तक जा सकते हैं।

9. मानसिक या शारीरिक शोषण: शोषण का यह रूप हर जगह देखने को मिलता है। पति-पत्नी के संबंधों में, भाइयों और बहनों के आपसी संबंधों में, विद्यार्थियों में, सरकारी और गैर-सरकारी कार्यालयों में, व्यापारिक संबंधों में आदि। कई बार यह शोषण इतना भीषण रूप धारण कर लेता है कि इससे बचने के लिए लोग आत्महत्या करने पर मजबूर हो जाते हैं।

10. तलाक अथवा परिवार में कलह: आंकड़ों से स्पष्ट होता है कि पारिवारिक कलह आत्महत्या का बड़ा कारण है। पारिवारिक कलह का दुष्परिणाम तलाक के रूप में सामने आता है, जो पत्नी के लिए अत्यन्त दुखदाई होता है। समाज जब ऐसी महिलाओं को बेसहारा छोड़ देता है तो विवश होकर वह आत्महत्या का मार्ग अपना लेती हैं।

कारण इनमें से कोई भी हो, आत्महत्या करने वाला व्यक्ति निराशा की ऐसी चरम सीमा तक पहुँच जाता है की उसे अपने जीवन का अंत कर लेने के अतिरिक्त अपनी समस्याओं का कोई और समाधान नज़र नहीं आता। निराशा की यह अति उसमें सकारात्मक सोच की समस्त शक्ति को समाप्त कर देती है और नकारात्मकता उसपर ऐसी हावी हो जाती है की वह अपने जीवन के सुनहरे पलों को भी भुला बैठता है। जिन घटनाओं में दूसरों को आशा की किरण नज़र आ जाती है इसे निराशा और असफलता के अतिरिक्त कुछ नज़र नहीं आता। विडम्बना तो यह है की जो लोग आत्महत्या के प्रयत्न में असफल रहे बाद में उनमें से अधिकतर का कहना था की वह अपनी वर्तमान अवस्था में प्रसन्न हैं और उन्हें अपने उस निर्णय पर पछतावा है। आत्महत्या का असफल प्रयत्न करने वालों में से 80% आवेग को कारण बताते हैं, 24% कहते हैं की यह निर्णय उन्होंने मात्र 5 मिनट पूर्व ही लिया था जबकि 70% का कहना था की एक घंटा पूर्व ही उन्होंने अपने जीवन को समाप्त करने का निर्णय लिया था।

विश्व के अन्य देशों की तरह भारत में भी आत्महत्या के प्रयत्न को एक अपराध माना जाता था। आई पी सी की धारा 309 के अनुसार “जो भी कोई आत्महत्या करने का प्रयत्न करेगा, और उस अपराध के करने के लिए कोई कार्य करेगा, तो उसे किसी एक अवधि के लिए सादा कारावास से जिसे एक वर्ष तक बढ़ाया जा सकता है, या आर्थिक दण्ड, या दोनों से दण्डित किया जाएगा।” परन्तु 2017 में इसे कानूनी अपराध के बजाए मानसिक रोग मानते हुए मानसिक स्वास्थ्य अधिनियम में संशोधन किया गया और आत्महत्या को अपराधमुक्त कर दिया गया।

कानून की दृष्टि से किए गए समस्त प्रयत्नों के उपरान्त भी आत्महत्या रुकने का नाम नहीं ले रही है और इसमें दिन प्रति दिन

बढ़ोतरी होती जा रही है। इंसानों की मानसिक दशा सुधारने और उनमें आशा की किरण जगाने में कानून से अधिक रोल धर्म का है और ऐसा माना जाता है कि आत्महत्या की प्रवृत्ति को कम करने में धर्म एक सुरक्षात्मक प्रभाव डालता है। यहूदी धर्म में आत्महत्या करने वालों को तो तिरस्कार की दृष्टि से देखा जाता है और ऐसा माना जाता है कि उनका अंतिम संस्कार यहूदी कब्रस्तान में नहीं किया जाना चाहिए। ईसाई धर्म में भी आत्महत्या को एक पाप के रूप में देखा जाता है पर इस बात को लेकर मतभेद है कि क्या ऐसे व्यक्ति को मोक्ष की प्राप्ति होगी या नहीं। बुद्ध धर्म में हर प्रकार की हत्या को बुराई माना गया है इसलिए आत्महत्या को भी एक अस्वीकार्य कर्म के रूप में देखा जाता है। जैन धर्म पूर्ण रूप से अहिंसा पर आधारित है इसलिए इसमें भी आत्महत्या को हत्या का ही एक रूप माना जाता है। हिन्दू धर्म में आत्महत्या को अहिंसा के आदर्शों का उल्लंघन माना जाता है और कुछ शास्त्रों के अनुसार ऐसे व्यक्ति की आत्मा तब तक भटकती रहती है जब तक उसकी प्राकृतिक मृत्यु का समय नहीं हो जाता। दूसरी ओर हिन्दू धर्म में सती प्रथा भी रही है जिसे आत्महत्या की संज्ञा दी जा सकती है।

हत्या हो या आत्महत्या, इस्लाम में दोनों को एक अक्षम्य पाप माना गया है। इस्लाम का मानना है कि यह जीवन अल्लाह की अमानत है और इसे स्वयं समाप्त करने का अधिकार किसी इंसान को नहीं है।

“और अपने आप को [या एक दूसरे को] क़त्ल मत करो। वास्तव में, अल्लाह आप पर सदा रहम करने वाला है।”

(कुरआन 4:29)

इस्लाम मृत्यु पश्चात एक अनन्तकालीन जीवन की धारणा प्रस्तुत करता है जिसमें हर व्यक्ति को उसके अच्छे या बुरे कर्मों के अनुसार पुरस्कृत या दण्डित किया जाएगा इसलिए आत्महत्या करने से किसी की समस्या हल नहीं होगी बल्कि उसमें बहुत अधिक वृद्धि हो जाएगी और मृत्युपश्चात सज़ा उसका इन्तेज़ार कर रही होगी।

“प्रत्येक जीव मृत्यु का मज़ा चखनेवाला है, और तुम्हें तो क्रियामत के दिन पूरा-पूरा बदला दे दिया जाएगा। अतः जिसे आग (जहन्नम) से हटाकर जन्नत में दाखिल कर दिया गया, वह सफल रहा। रहा सांसारिक जीवन, तो वह माया-सामग्री के सिवा कुछ भी नहीं।”

(कुरआन 3:185)

“जो कोई इस दुनिया में किसी भी चीज़ से खुद को मारता है, उसे क्रियामत के दिन उसी चीज़ से दण्डित किया जाएगा।”

(हदीस बुखारी)

इस्लाम इस सांसारिक जीवन को एक परीक्षा के रूप में देखता है और मानता है कि इस संसार की समस्त वस्तुओं की रचना इंसानों के इम्तिहान की लिए की गई हैं।

“धरती पर जो कुछ है उसे तो हमने उसकी शोभा बनाई है, ताकि हम उनकी परीक्षा लें कि उनमें कर्म की दृष्टि से कौन उत्तम है।”

(कुरआन 17:7)

इस्लाम का यह भी मानना है कि यह परीक्षा किसी भी रूप में हो सकती है – निराशा और असफलता के रूप में अथवा प्रसन्नता और सफलता के रूप में। इसलिए कठिन परिस्थितियों में इंसान हताश व निराश होने के बजाए बहादुरी और दृढ़ता से उसका मुकाबला करे। इस्लाम उसे प्रोत्साहित करते हुए कहता है कि **“अल्लाह किसी इंसान पर उसकी क्षमता से अधिक बोझ नहीं डालता”** (कुरआन 2:286) और यह कि **“हर कठिनाई के साथ आसानी है”** (कुरआन 93:5) यही कारण है की अत्यन्त कठिन परिस्थितियों में भी एक मुसलमान अल्लाह पर भरोसा करते हुए एक ओर जहाँ उससे सहायता की प्रार्थना करता है वहीं दूसरी ओर धीरज के साथ उसका मुकाबला भी करता है। उसे पूर्ण विश्वास होता है कि परीक्षा की यह घड़ी एक दिन अवश्य समाप्त होगी और सफलता उसके कदम चूमेगी। और यदि उसे पूरा जीवन भी कठिनाइयों से जूझते हुए व्यतीत करना पड़ता है तो इसका अच्छा फल उसे उस अनन्तकालीन जीवन में अवश्य प्राप्त होगा जो उसका वास्तविक गंतव्य है।

यही कारण है कि मुसलमानों में आत्महत्या की दर दूसरों की तुलना में काफी कम है। अंतर्राष्ट्रीय स्तर पर जहाँ आत्महत्या की अधिकतम दर 30.2 प्रति एक लाख है वहीं मुस्लिम देशों जैसे कुवैत, दुबई, सऊदी अरब, मोरक्को, अल्जीरिया आदि में यह दर 2-4 के लगभग है। शोधकर्ताओं का मानना है की इसका कारण इस्लाम की शिक्षाएं हैं। अभी कुछ समय पूर्व जर्मनी की मैनेहेम विश्वविद्यालय (University of Mannheim) द्वारा जारी एक सर्वे में पाया गया कि मुसलमानों के जीवन में संतोष का स्तर दूसरों की तुलना में काफी अधिक है। इसका श्रेय भी इस्लाम की एकेश्वरवाद की शिक्षा को ही जाता है।

“लेकिन इस्लाम में सबसे महत्वपूर्ण सिद्धांत 'तौहीद', 'एकेश्वरवाद की अदृश्य एकता अवधारणा' या एक एकीकृत ईश्वर में विश्वास है। इसलिए, यह शायद कोई आश्चर्य की बात नहीं है कि मुसलमान एकता की सबसे बड़ी भावना महसूस करते हैं।” (मैनेहेम विश्वविद्यालय की रिपोर्ट का एक अंश)

तेज़ी से बढ़ती हुई आत्महत्या की घटनाओं पर रोक लगाने के सारे प्रयत्न जब असफल होते प्रतीत हो रहे हैं तो मानवता की रक्षा और उसकी भलाई के लिए इस्लाम और उसकी शिक्षाओं का अध्ययन अवश्य किया जाना चाहिए।

अधिक जानकारी के लिए हमसे संपर्क करें।
धन्यवाद

dawah.jih@gmail.com