छींक! कैसे-कैसे मतलब

सुहास कुमार

कंपकंपी, जम्हाई, हिचकी, डकार आदि की तरह छींक भी शरीर की स्वाभाविक प्रक्रिया है। मगर छींक को हमारे यहां ही नहीं दुनिया भर के देशों में एक अलग ही महत्व और मान्यता दी गई है। यह शायद इसलिए है कि छींक नाक से आती है और नाक से ही हम सांस लेते हैं। सांस का आना-जाना जिंदगी से जुड़ा है।

अशुभ की निशानी

जब भी छींक आती है तो इससे जुड़े अंधविश्वास के कारण हमारे मन में खटका पैदा हो जाता है। कहीं कुछ अशुभ तो नहीं होने वाला है। अंधविश्वास मन में इतने गहरे पैठ जाते हैं कि आसानी से इनसे छुटकारा पाना मुश्किल है।

अभी दो साल पहले की बात है। मेरी सहेली भारती की दादी ने उसे छींक आने के कारण 5 मिनट घर से बाहर जाने से रोक दिया। नतीजा यह हुआ कि वह इम्तहान देने देर से पहुंची। बहुत कहने पर भी उसे हाल के अंदर जाना नहीं मिला। उसकी पूरे एक साल की पढ़ाई बर्बाद हो गई। छींक आने से अशुभ नहीं हुआ, बल्कि उससे जुड़े अंधविश्वास को मानने से हुआ। भारती के भैया को भी एक बार इंटरव्यू में देर से पहुंचने के कारण एक अच्छी नौकरी से हाथ धोना पड़ा।

दीदी के ब्याह के समय मुझे जुकाम हुआ था। बहुत छींकें आती थीं। मां की कड़ी हिदायत थी कि शुभ रस्मों के वक्त पास मत फटकना। मैंने उन्हें याद दिलाया कि जब भैया बी.ए. का परीक्षा-फल देखने जा रहे थे, उनको छींक आ गई थी। रोकने पर भी वह रुके नहीं थे और वह प्रथम श्रेणी में पास हुए थे। अम्मा का जवाब था 'सो तो ठीक है। फिर भी छींक आने से मन शंका से भर जाता है।'

अंग्रेज लोग मानते हैं कि यात्रा के समय छींक अगर बाईं नासिका से आएगी तो यात्रा अशुभ होगी और अगर दाईं नासिका से आएगी तो यात्रा शुभ होगी। वे लोग नए वर्ष की पूर्व संध्या में छींक आना अशुभ मानते हैं। हमारे यहां भी यात्रा के पहले और हवन पूजा आदि के पहले छींक आना अशुभ मानते हैं।

अमरीकी अंधविश्वास के हिसाब से भोजन के समय छींक आना मौत को न्यौता देना है। लेकिन हमारे यहां कहते हैं "छींकत खाय छींकत नहाय" यानि इन दोनों के पहले छींक आना अशुभ नहीं है।

छींक आना शुभ है

दुनिया के कुछ देश ऐसे भी हैं जहां छींक का आना शुभ माना जाता है। इनमें से एक है ग्रीस। यहां की सभ्यता भी भारत की तरह बहुत पुरानी है। वहां एक मशहूर विद्वान अरस्तू हुआ है। उसके हिसाब से अगर कोई व्यक्ति मौत की शैया पर पड़ा है और उसे छींक आ जाए तो वह जी जाएगा और स्वस्थ हो जाएगा।

पुराने समय में वहां विश्वास था कि छींक आत्मा द्वारा देवताओं को भेजा गुप्त संदेश है। सन् 480 की बात है कि वहां के एक राजा ने

युद्ध में जाने से पहले देवताओं को खुश करने के लिए पूजा और बलि का आयोजन किया। ठीक बलि से पहले उसे छींक आ गई। पुजारियों ने इसे बड़ा शुभ माना और उस लड़ाई में उस राजा की जीत हुई।

पश्चिमी देशों की कई लोक कथाओं में छींक को अच्छी सेहत की निशानी माना गया है। एक देश में आदतन ज़्यादा छींकने वाले को अच्छी सेहत और लंबी उम्रवाला माना जाता है।

शुभ-अशुभ दोनों

जापानी लोग मानते हैं कि अगर एक छींक आती है तो आपके सौभाग्य के रास्ते खुलने वाले हैं। अगर दो छींकें आती हैं तो आपने कोई अपराध किया है। अगर तीन छींकें आती हैं तो आप जरूर ही बीमार पड़ने वाले हैं। ये तीनों ही कितनी अलग चीजें हैं। इन्हें छींक से जोड़ कर हंसी आती है। है न?

यूरोप के कुछ देशों में यह भी माना जाता है कि अगर आपको कई बार लगातार छींक आए जा रही हैं तो ज़रूर आसपास कहीं चोर छिपे हैं।

इस सबसे साफ़ ज़ाहिर है कि अलग-अलग स्थानों पर घटी कुछ शुभ-अशुभ घटनाओं के छींक से जुड़ जाने के फलस्वरूप अंधविश्वासों ने जन्म लिया होगा। तर्कपूर्ण वैज्ञानिक खोज का जन्म तो बहुत बाद में हुआ होगा। किसी चीज़ के कारण को जानने की ज़्यादा कोशिश करे बिना जब कारण निर्धारित कर दिए जाते हैं तो यह सब अंधविश्वास के रूप में सामने आते हैं। खाली पढ़ा-लिखा होने से ही मनुष्य अंधविश्वास छोड़ दे ऐसा नहीं है।

तर्कपूर्ण वैज्ञानिक सोच से ही इनसे छुटकारा पाया जा सकता है। अगर हम ध्यान दें कि छींक के आने के बाद क्या होता है, ऐसा कई बार करें तो पाएंगे कि कभी अच्छा हुआ तो कभी बुरा। दरअसल अच्छा और बुरा दोनों ही हमारी जिंदगी के हिस्से हैं। छींक से इसका कोई रिश्ता नहीं है।

अंधविश्वासों की परीक्षा करनी ज़रूरी है। यह हमारे मानसिक विकास में मदद करेगा। इससे गलत रूढ़िवादी सोच को बदलने में मदद मिलेगी।

बात रज़ामंदी की

जब वह ब्याही गई, उम्र थी पंद्रह बरस
पांच बच्चों की मां बनी, उम्र थी पच्चीस बरस
इस सबमें उसकी रज़ामंदी थी

पति दूसरी औरत लाया
हर ज़ोर जुल्म उस पर ढाया
उसकी रज़ामंदी थी

उसे सिखाया गया था चुप रहना
हर हाल में समझौता करना

था 'विकल्प' शब्द उसके भाषाकोष के पार
क्या यही होता रहेगा
आधी दुनिया के जीवन का उपसंहार?

सुहास कुमार