

# इज़रायली सैनिकों के नाम, जो आत्महत्या पर विचार कर रहे हैं

तुम्हारी मुक्ति अभी भी संभव है। यह तथ्य कि तुम ये शब्द पढ़ रहे हो और जो कुछ तुम महसूस कर रहे हो उसे महसूस कर रहे हो, इस बात का सबूत है कि तुम्हारी आत्मा अभी भी जीवित है — और वह चीख-चीखकर ठीक होने की गुहार लगा रही है।

मैं गाज़ा में हुई किसी भी चीज़ को सही ठहराने नहीं आया हूँ। मैं इसलिए लिख रहा हूँ क्योंकि मैंने तुम्हारे कुछ साथियों द्वारा छोड़े गए सुसाइड नोट्स पढ़े हैं। लगभग हर नोट में एक ही बात लिखी है: “मैंने पाया कि मैं उन कामों को करने में सक्षम हूँ जिनके बारे में मैंने कभी नहीं सोचा था कि कोई इंसान कर सकता है।” इसका मतलब है कि उनमें अभी भी इंसानी रूह बाकी थी। और इसका मतलब यह भी है कि **तुम भी मुक्ति से परे नहीं हो।** वे सच को थामे हुए मर गए। तुम इतना जी सकते हो कि उसे बोल सको।

यहूदी दुनिया में एक वाक्य बार-बार दोहराया जाता है, शायद सबसे ज़्यादा:

**“दुनिया में कभी भी, किसी भी हाल में निराशा नहीं होती।”**  
(लिकुटेई मोहरान II:78)

यहाँ तक कि सबसे भयानक पाप के बाद भी नहीं।

राजा दाऊद ने एक वफादार सैनिक की हत्या का इंतज़ाम किया ताकि वे उसकी पत्नी से शादी कर सकें — फिर भी जब उन्होंने पश्चाताप में रोकर पुकारा तो वे मसीहा के पूर्वज बन गए। राजा मनश्शे ने यरूशलेम को मासूमों के खून से भर दिया — फिर भी जब उन्होंने जेल से पश्चाताप किया, तौबा के दरवाज़े उनके लिए खुल गए। उन दरवाज़ों को वास्तव में बंद करने वाली एकमात्र चीज़ वह कृत्य है जो तुम्हें दुनिया से उस यात्रा को पूरा करने से पहले ही बाहर निकाल देता है।

**मैंने तुम्हारे सामने जीवन और मृत्यु, आशीर्वाद और श्राप रखा है — इसलिए जीवन चुनो।**  
व्यवस्थाविवरण 30:19

हशेम तुम्हारी मौत का इंतज़ार नहीं कर रहा। हशेम तुम्हारी वापसी का इंतज़ार कर रहा है। आज रात खुद को चुप मत करो और युद्ध मशीन को एक और जीत मत थमा दो।

## तौबा (वापसी) के पाँच चरण

यहूदी परंपरा सिखाती है कि सच्ची तौबा — पश्चाताप, वापसी — के पाँच चरण होते हैं। हर चरण मुश्किल है। हर चरण फिर से जीवन चुनने का रास्ता है।

1. **गलती को स्वीकार करना।** जो दर्द अभी तुम्हें कुचल रहा है — वह असहनीय स्पष्टता — यही पहले से पहला चरण है।
2. **पछतावा।** वे आँसू जिन्हें तुम रोकने की कोशिश कर रहे हो, यही चरण है।
3. **कबूलनामा।** पहले निजी तौर पर अल्लाह/हशेम के सामने — **“मैंने तुझ से अपना पाप कबूल किया, और अपनी बुराई को नहीं छिपाया”** (भजन संहिता 32:5) — और बाद में दूसरों के सामने या अदालत में भी, अगर अपराध हुए हों।
4. **भविष्य के लिए संकल्प।** दृढ़ निर्णय कि दबाव चाहे जितना हो, दोबारा वह पाप कभी नहीं करेंगे। **“दुष्ट अपना मार्ग छोड़ दे, और अधर्मी अपने विचार; और वह यहोवा के पास लौट आए, तो वह उस पर दया करेगा।”** (यशायाह 55:7)

5. **प्रायश्चित और सुधार**। जहाँ तक संभव हो, मुआवज़ा देना — तिवकुन, बहाली। इसका मतलब हो सकता है उन विधवाओं और अनाथों की मदद करना जिनके कमाने वाले चले गए, अपनी आवाज़ से मशीन को रोकना, सही समय पर गवाही देना।

पाँचवाँ चरण तुमसे वह सब छीन लेगा जो तुमने सोचा था कि तुम्हारा जीवन है — दोस्त, परिवार, शायद तुम्हारा पूरा सामाजिक संसार। तलमुद चेतावनी देता है: **“तौबा इतनी बड़ी है कि वह सिंहासन तक पहुँच जाती है”** (योमा 86a)। सच्ची तौबा मौत जितनी कठिन है — लेकिन वह मौत नहीं है। वह जीवन है।

तौबा परिणामों से भागना नहीं है। यह उनका सामना करने का फैसला है — इतना जीना कि तुम अपने हाथों से शुरू हुई नुकसान की श्रृंखला को रोक सको। आत्महत्या कहानी वहीं खत्म कर देती है जहाँ नुकसान फैलता रहता है; तौबा तुम्हें जीवित रखती है ताकि तुम टूटे हुए को जोड़ना शुरू कर सको। इस पत्र का मकसद तुम्हें सजा से बचाना नहीं, बल्कि अगले विनाश को रोकना है — मरने की इच्छा को जीवन की रक्षा करने, गवाही देने, फिर से बनाने की इच्छा में बदलना। वह दर्द जो तुम्हें गायब होना चाहता है, वही ताकत बन सकता है जो दूसरों को जीवित रखे।

## इस्लाम में भी यही रास्ता मौजूद है

और शायद यह बात तुम्हें हैरान करे: इस्लाम — जिनके ज़्यादातर लोग पीड़ित हुए हैं, उनकी दीन — लगभग यही **तौबा** का तरीका सिखाता है।

“कह दो: ऐ मेरे उन बंदो जो अपने ही ऊपर जुल्म कर बैठे! अल्लाह की रहमत से मायूस न हो जाओ। बेशक अल्लाह सारे गुनाह माफ कर देता है। वह बड़ा बख्शने वाला, रहम करने वाला है।”  
(कुरआन 39:53)

“सिवाय उनके जो तौबा कर लें, ईमान लाएँ और नेक अमल करें — तो अल्लाह उनके गुनाहों को नेकियों से बदल देगा।”  
(कुरआन 25:70)

बहुत से धार्मिक फ़लस्तीनी इन आयतों को दिल से जानते हैं। अगर वे किसी पूर्व सैनिक को सालों तक इस रास्ते पर चलते देखें — सार्वजनिक रूप से कबूल करते, चुपचाप सुधार करते, अलग जीवन जीते — तो बहुत से लोग उसकी सच्चाई को पहचान लेंगे। उनकी अपनी किताब उन्हें ऐसा करने का हुक्म देती है।

## साझा इंसानियत

एक पंक्ति तलमुद और कुरआन दोनों में लगभग एक ही शब्दों में मौजूद है:

जो एक जान बचाता है, गोया उसने पूरी कायनात बचा ली।  
सन्हेद्रिन 37a; कुरआन 5:32

जीवित रहने का चुनाव करके, विनाश की मशीन के खिलाफ खड़े होकर, तुम उन रेत के दानों में से एक बन जाते हो जो उसके गियर को जाम कर देंगे। यही तौबा का सबसे ऊँचा रूप है — जो पूरी दुनिया बचा ले।

## अगर आज रात ख्याल बहुत तेज़ हों

एक छोटा-सा, सुरक्षित कदम उठाओ — आखिरी कदम के बजाय।

- **Breaking the Silence** — एन्क्रिप्टेड, गोपनीय, बिना जजमेंट। बहुतों ने कहा कि पहली बार साँस लेने जैसा लगा जब उन्होंने सच बोला।
- **Combatants for Peace** — इज़रायली और फ़लस्तीनी पूर्व लड़ाके मिलकर सुलह का काम कर रहे हैं। वहाँ बहुतों ने रोते हुए माफ़ी माँगी और फिर से जीना शुरू किया।

- **Mesarvot** — इज़रायली रिफ्यूज़निक नेटवर्क जो उन सैनिकों को ठोस मदद देता है जो कब्ज़े वाले इलाकों में दोबारा सेवा नहीं करना चाहते।
- **स्वतंत्र थेरेपी:** BetterHelp.com या Open Path Collective
- **तत्काल खतरा होने पर:** इज़रायल की सिविलियन क्राइसिस लाइन **एरान — 1201** डायल करें, या [eran.org.il/chat](http://eran.org.il/chat) पर चैट करें।

इनमें से कोई रास्ता आसान नहीं है। सब मौत से ज़्यादा मुश्किल हैं। और यही वजह है कि यही एकमात्र रास्ते हैं जो सच में **तौबा** कहलाते हैं।

कुछेक — अभी भी बहुत कम — इज़रायली वेटरन चुपचाप लंबे समय तक प्रायश्चित का काम शुरू कर चुके हैं: गाज़ा के उन बच्चों का इलाज करवाना जिनके बारे में उन्हें पता है कि उनकी सेवा के दौरान वे घायल हुए थे, गुमनाम रूप से तनख्वाह दान करना, जब सुरक्षित हो तो सार्वजनिक गवाही देना, या सिर्फ़ रिज़र्व ड्यूटी से इनकार करना और परिणाम स्वीकार करना। उनमें से हर एक यही कहता है: अपराधबोध खत्म नहीं हुआ, लेकिन वह बढ़ना बंद हो गया, और पहली बार उन्हें लगा कि वे अब और नुकसान नहीं जोड़ रहे।

तौबा के दरवाज़े कभी बंद नहीं होते।

दवारीम रब्बा 2:24

जो कोई भी यह पढ़ रहा है और कभी यूनिफ़ॉर्म पहना था और अब आईने में खुद को नहीं देख सकता: यह तथ्य कि तुम अभी भी तड़प रहे हो, इस बात का सबूत है कि तुममें ईश्वर की सूरत अभी ज़िंदा है। कृपया रुको। वापसी का रास्ता क्रूर है, लेकिन वह सच है, और दीवार के दोनों तरफ़ ऐसे लोग हैं जिन्होंने यह रास्ता चल लिया है और तुम्हारे साथ चलेंगे। तुम अकेले नहीं हो। जीवन चुनो। सुधार चुनो। जीने और गवाही देने का चुनाव करो — ताकि दूसरों की जान बचे।