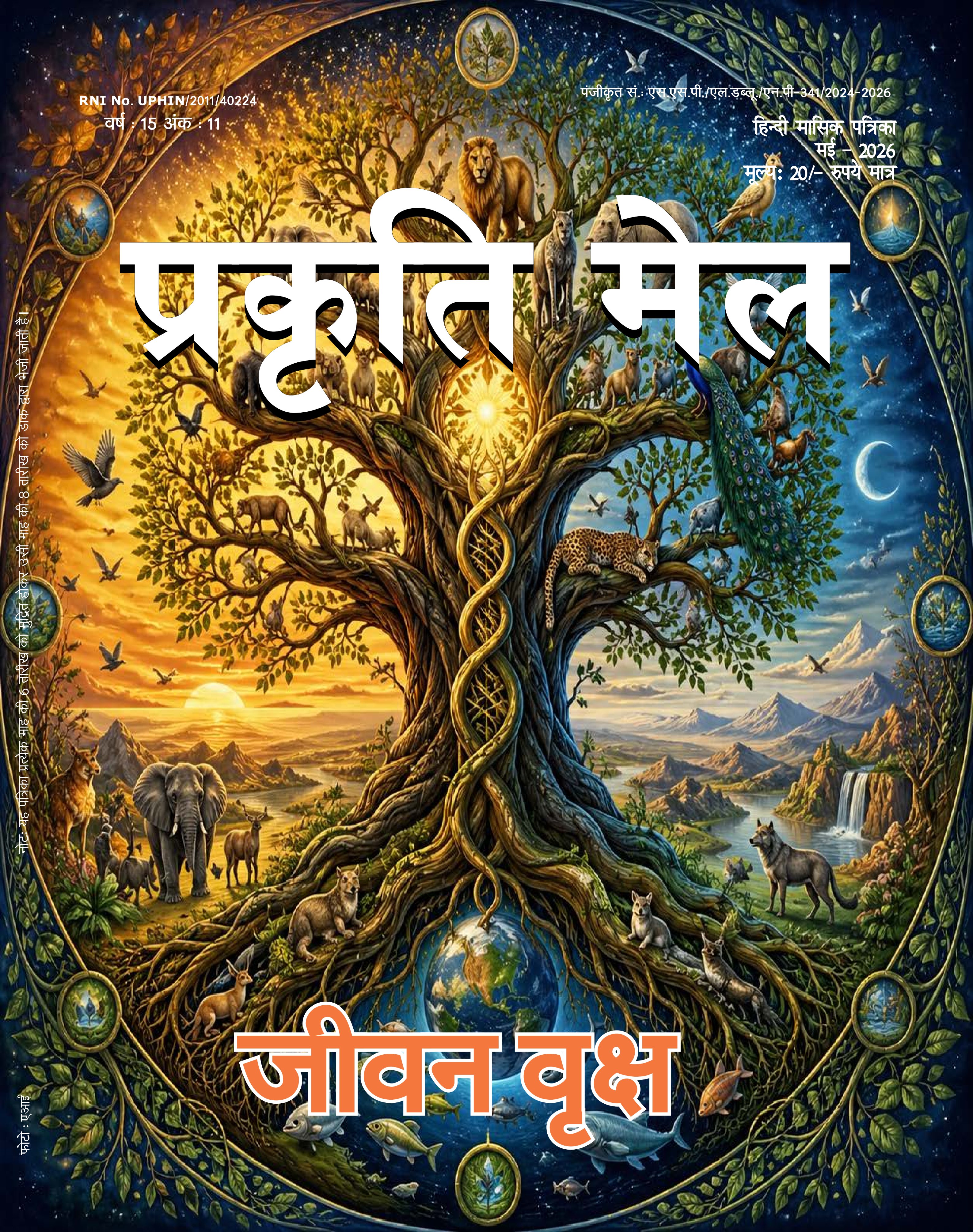
RNI No. UPHIN/2011/40224
वर्ष : 15 अंक : 11

पंजीकृत सं.: एस.एस.पी./एल.डब्लू./एन.पी-341/2024-2026
हिन्दी मासिक पत्रिका
मई – 2026
मूल्यः 20/- रुपये मात्र

प्रकृति मेल



जीवन वृक्ष

नोट: यह पत्रिका प्रत्येक माह की 6 तारीख को मुद्रित होकर उसी माह की 8 तारीख को डाक द्वारा भेजी जाती है।

फोटो : एआई

मौसम
प्रकृति में समन्वय
सत्य का स्रोत
प्रकृति आश्रम
प्रकृति के तत्व विज्ञान, जीवन के मूल रहस्य
एवं जिज्ञासा पूर्ण करने की प्रकृति स्थली
'अशोक मानव'
9415041794, 9807636072
ग्राम-मड़वाना, पो0-रघुनाथपुर, निकट सैदापुर, लखनऊ।

कोमल
बिल्डिंग मैटेरियल
सत्य प्रकाश मिश्रा (राहुल मिश्रा)
बिक्रेता • बालू • मौरंग • सीमेंन्ट • गिट्टी
मछली शहर, जौनपुर
मो0 9792512188

प्रकृति मेल

हिन्दी मासिक पत्रिका

वर्षः15, अंक : 11 | मई - 2026

संरक्षक
डॉ. उत्तम प्रकाश मानव
संपादक
अशोक मानव
कार्यकारी संपादक
उमेश
विधि सलाहकार
नवनीत कुमार वर्मा
मुख्य संवाददाता
आशीष त्रिपाठी
वरिष्ठ संवाददाता
अरविन्द त्रिपाठी
दिल्ली संवाददाता
मनोज
पुर्वांचल हेड
श्री प्रकाश मिश्रा
संवाददाता
सूर्यमणि यादव, अनुराग, कामेश, सुनील,
गौरव पंत, अभिषेक पंत,
हेमंत पाण्डेय, प्रशांत द्विवेदी,
सुमनलता यादव, मानवेन्द्र त्रिपाठी,
अभय सिंह
ग्राफिक्स, डिजाइन एवं तकनीकि
संजय यादव
कैमरा मैन
धर्मेन्द्र त्रिपाठी

प्रबंध, विज्ञापन एवं सदस्यता

संपर्क 8423330911, 9598911575

पंजीकरण कार्यालय

सूर्या आश्रम, मानव नगर, कल्याणपुर,
लखनऊ, उत्तर प्रदेश– 226022

प्रधान कार्यालय

18/A ब्रह्मपुरी, निकट जुगौली क्रॉसिंग, फैजाबाद रोड, लखनऊ – 226016

इस पत्रिका में प्रकाशित सभी लेखों और विचारों के लिए उनका लेखक स्वयं उत्तरदायी होगा। विज्ञापनों में किये गये दावों की जाँच–पड़ताल स्वयं करें। समस्त विवाद लखनऊ न्यायालय के अधीन होगा।

नोटः इस पत्रिका के समस्त सहभागी पदाधिकारीगण पत्रिका के प्रारम्भ के अंक से ही बिना किसी मासिक सहयोग धनराशि या वृत्तिका के स्वेक्षा से बिना किसी दबाव के समय दान के रूप में अपनी सेवाएं दे रहे हैं।

प्रकाशक, मुद्रक एवं स्वामी अशोक मानव द्वारा सूर्या प्रिटिंग प्रेस एण्ड पब्लिकेशन, खसरा संख्या 872, ग्राम मड़वाना, जनपद–लखनऊ, उ. प्र. पिन-226104 से मुद्रित कराकर सूर्या आश्रम, मानव नगर, कल्याणपुर, लखनऊ, उ. प्र. से प्रकाशित किया।

संपादक – अशोक मानव

www.prakritimail.com
info@prakritimail.com
editor.prakritimail@gmail.com

अंदर के पन्नों पर

P 32 प्रकृति विज्ञान

जीवन वृक्ष

पीढ़ियों से हमें दुनिया को सही और गलत नजरिए से देखना सिखाया गया है। यह नैतिक ढांचा हमारे निर्णयों और यहां तक कि हमारी पहचान को भी आकार देता है। इससे हमें व्यवस्था और स्पष्टता का एहसास होता है। लेकिन तेजी से जटिल और बदलती दुनिया में, यह द्विआधारी सोच अक्सर बहुत सीमित होती है। आज हमें कार्यों को केवल सही या गलत मानने से लेकर यह समझने तक की आवश्यकता है कि वे सुरक्षित हैं या असुरक्षित।

P 8 प्राकृतिक शिक्षा

P 10 प्राकृतिक प्रवृत्ति को बदलना अन्याय है

P 11 (प्रायोजक परिस्थितियाँ - आयोजक स्वीकृति) - सीमा समाप्त विज्ञान

P 16 रसायनिक मूल्यता : आय-व्यय की बैलेंस शीट

P 22 रितु करिधल : भारत की "रॉकेट वुमन"

P 25 जीसैट-7आर (GSAT-7R) : भारत का आधुनिक संचार उपग्रह

P 35 किताबें और दोस्त

P 40 दूसरों के ज़ख़्मों पर मरहम लगाने वाला ख़ुद चंगा हो जाता है

P 46 रासायनिक मित्रता

P 54 सांसों से जुड़ती दुनिया योग और प्राणायाम का महत्व

अशोक मानव

संपादक की कलम से

स्व-साधना

स् - स्वयं, व - वजूद, सा - सार्थक, ध - धन, ना - नामांकित

"जहाँ मन स्वयं ठहर जाता है और तब तक उसी में विचरण करता है जब तक उसे पूरा नहीं कर देता, यही स्व-साधना है।"

अर्थात स्वयं के वजूद का सार्थक धन नामांकित होना। "स्वयं को साधकर अपने लक्ष्य को साध लेना ही स्व-साधना है।" ब्रह्माण्ड का विस्तार प्रकृति की स्वसाधना का परिणाम है। प्रकृति ही अपनी अविरल धारा का प्रवाह निरन्तर कर रही है मानव द्वारा इसे जहां से तोड़ दिया जाता है या अन्य किसी भी प्रकार से व्यवधान किया जाता है वहीं से अपना अग्रिम विकास शुरू कर देती है, पीछे पलट कर नहीं देखती यही इस की स्व-साधना है, इसी स्व-साधना से स्वयं को साधकर ब्रह्माण्ड का विस्तार कर रही है। प्रकृति की सजीवता के एक-एक जीव उसके एक-एक अंग हैं जो अपने को साधकर अपने उद्देश्य को साध रहे हैं इसी स्वसाधना से ब्रह्माण्ड का विस्तार हो रहा है। प्रकृति एक पूर्ण ईकाई को जन्म देती है जो अपने आप में पूर्ण है। स्वयं से अपने उद्देश्य को पूरा करता है। मानव के अतिरिक्त अन्य सभी जीव स्व-साधक बनकर आता है और स्वयं से अपने उद्देश्य को साधकर जाता है जिसका प्रत्यक्ष उदाहरण मानव उसके स्वभाव में परिवर्तन न होने में देख सकता है जिस गुण के लिए जाना जाता है उसी गुण का विकास करता है। यही प्रकृति की हर ईकाई की स्व-साधना है। प्रकृति की हर ईकाई की स्व-साधना में प्रकाश गंध और ध्वनि के अनुसार उसे हर परिस्थिति में सबसे बेहतर मार्ग पर ले जाकर उसकी साधना पूर्ण करा देते हैं जिससे ब्रह्माण्ड का विस्तार होता है। प्रकृति का जीव ईकाई रूप में ब्रह्माण्ड की हर विधा गन्ध रूप में अपने अन्दर रखता है जो आवश्यकतानुसार अपनी रासायनिक क्रिया करके एहसास उत्पन्न करता है उसी एहसास से जीव अपने को साधकर ताप-दाब की क्रिया से साधक बनकर अपने उद्देश्य को साधकर अपने विधा के विज्ञान और पदार्थ का निर्माण कर पाता है। यह कार्य ईकाई अपने एहसास से पूर्ण कर पाती है क्योंकि विज्ञान गणित का मिलान बुद्धि से परे है जो प्राकृतिक रूप से चलने के बाद एहसास से हो पता है। सही मिलान से ही किसी जीव पदार्थ का पूर्ण निर्माण हो सकता है। जो प्रकृति की हर ईकाई स्व-साधना से पूर्ण कर रही है।

मानव अपनी बुद्धि से साधक बनने के लिए साधना को खोज रहा है जिसका मिलना असम्भव है। खोजने के बाद ही प्रकृति एक ईकाई बनती है पर ईकाई बन जाने के बाद खोजने की नहीं ठहर जाने की जरूरत होती है इसी के बाद मानव स्व-साधक बनकर स्व्यं को साध सकता है। प्रकृति की एक ईकाई के विकास के लिए जिस अंग की आवश्यकता होती है उसके जुड़ने के बाद पूर्ण ईकाई बन पाता है। उस ईकाई के पास सभी साधन होते हैं जिससे वह अपने उद्देश्य को साध सकता है वह स्वयं में सब कुछ साध सकता है वाह्य जगत में नहीं और इस साधना में हर एहसास अपने अंगो से करता है दूसरे के अंगो से नहीं। इसलिए वाह्य जगत में जिसको साधना चाहता है वही इसकी साधना होती तो प्रकृति उसका विकास भी अपने ईकाई के अन्दर कर देती, वाह्य जगत में भटकने के लिए ईकाई को विकलांग न छोड़ती। जो ईकाई रूप में अनेकों तस्वीर बना सकती है वह साधना की एक तस्वीर हर ईकाई में क्यों नहीं बना पाती। मानव बुद्धि से नहीं एहसास से पहले अपने आप को साधे फिर अपने उद्देश्य को साध पायेगा। स्वयं साधने के लिए विचारों से, न ही एहसास से अपने आप को गतिमान करे और उद्देश्य को साधने के लिए प्रकृति की गति के साथ अपने आप को जोड़ दे। अपने घर में रहते हुए अपने घर में पहुँच जायेगा यात्रा का पता भी नहीं चलेगा। मानव स्वयं अपने घर में बैठ कर दूसरे से अपने घर का पता पूछ रहा है स्वयं प्रकाश होकर प्रकाश का परिचय ढूंढ रहा है। प्रकृति के साथ गतिमान होकर व्यक्ति स्वयं सध जाता है उसके बाद उससे जो निर्माण होता है वही उसका धन है जो स्वतः उसके नाम अंकित होता जाता है।

पाठकनामा

आदरणीय संपादक महोदय जी,

प्रकृति मेल पत्रिका पर्यावरण संरचना के उद्‌गार व्यक्त करती है। पत्रिका पठन–पाठन में एक महत्वपूर्ण कड़ी है। पत्रिका पठनीय एवं संग्रहणीय है जो भविष्य में दिशा निदेर्शन करेगी। पत्रिका में छपी लेखकों के लेख ज्ञानवर्धक हैं जो भारत की दिशा निदेर्शन करेगी। समस्त कलमकारों से निवेदन है ऐसी रचना भेज कर संबल प्रदान करें।

सदाराम सिन्हा 'सनेही'

आदरणीय संपादक महोदय जी,

प्रकृति मेल पत्रिका के नवीनतम अंक को पढ़कर मन अत्यंत प्रसन्न हुआ। यह पत्रिका न केवल पर्यावरण संरक्षण के प्रति समाज को जागृत कर रही है, बल्कि ज्ञान और सूचना का एक ऐसा अनूठा संगम प्रस्तुत कर रही है जो आज के समय की महती आवश्यकता है। पत्रिका की छपाई, लेखों का चयन और प्रस्तुतीकरण इसे वास्तव में पठनीय और संग्रहणीय बनाता है। विशेष रूप से पत्रिका में संकलित लेखकों के विचार भविष्य की पीढ़ियों के लिए एक स्पष्ट दिशा–निर्देश तय करने में सक्षम हैं। पर्यावरण जैसी वैश्विक चुनौती पर इस प्रकार का बौद्धिक विमर्श सराहनीय है।

ऐसी उत्कृष्ट सामग्री और उच्च स्तरीय मुद्रण के लिए पूरी टीम बधाई की पात्र है। आशा है कि आगामी अंकों में भी हमें इसी प्रकार का प्रेरणादायक साहित्य पढ़ने को मिलेगा।

– अरविन्द कुमार

नीचे दिए हुए इमेल पर आप पाठकनामा भेज सकते हैं।

सभी पाठकगण से अनुरोध है कि आप अपने विचार अपने लेख हमें निम्न पते पर भेज सकते हैं–

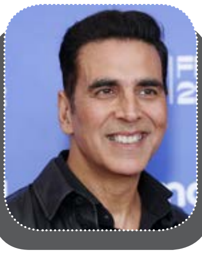
A/18 ब्रह्मपुरी, निकट जुगौली रेलवे क्रॉसिंग, रविन्द्र पल्ली फैजाबाद रोड, लखनऊ-226016

आप हमें अपने विचार निम्न ई–मेल पर भेज सकते हैं -

email: editor.prakritimail@gmail.com , Contact: 9807636072, 7376495194

“आज आवश्यकता इस बात की है कि असहमति को ‘अवरोध’ नहीं, बल्कि ‘सुधार’ का अवसर माना जाए।”

कुमार रोहित



“ मैं अपने बेटे को ज्यादा लेक्चर नहीं देता।, लेकिन इतना जरूर कहा है कि किसी का नुकसान मत करना ।”

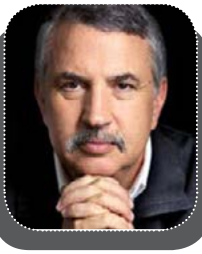
अक्षय कुमार

“ मनमाने तरीके से परिसीमन का समर्थन नहीं किया जा सकता है।”

मल्लिकार्जुन खरगे

“ इतिहास शायद ट्रंप को सबसे अधिक नुकसान पहुँचाने वाले नेता के रूप में याद रखेगा। क्योंकि अमेरिका के पास खोने के लिए सबसे अधिक था।”

रामचंद्रा गुहा



“ मेरी समझ से सुपर इंटेलिजेंट एआई उम्मीद से कहीं ज्यादा तेजी से आ रहा है।”

थॉमस एल फ्रीडमैन

“में करीब 38 करोड़ मजदूर ऐसे काम करते हैं, जिनमें उन्हें सीधे धूप और गर्मी का सामना करना पड़ता हैं।”

पत्रलेखा चटर्जी

TRUNK आउट होने से मना कर रहे हैं
HOW'S THAT?
अंपायर शरीफ
IRGC
फीलिंडग सेट

प्राकृतिक शिक्षा

फोटो : एआई

पहले की शिक्षा व्यवस्था कुछ ऐसी थी की बच्चा अपने गुरु के पास उसके आश्रम चला जाता था और शिक्षा पूरी होने तक वहीं गुरु के पास ही रहता था गुरु ही उसका माता पिता सगा सम्बन्धी पूरा समाज होता था। किसे क्या... वह उसी गुरु से सीख कर अपनी शिक्षा अवधि पूरी करके घर लौटता था। गुरु और शिष्य के बीच का गहरा सम्बन्ध इस तरह होता था की शिष्य के लिए गुरु की आज्ञा ही सर्वोपरि होती थी और उसके बताए हुए मार्ग पर चलना ही शिष्य अपना परम कर्तव्य समझता था। इस व्यवस्था के अन्तर्गत हर तरह की शिक्षा दी जाती थी। धर्म, शास्त्र, ज्ञान, ध्यान योग और इसके साथ ही राजनीति अस्त्र शस्त्र जैसी हर शिक्षा व्यवस्था होती थी।

कामेश

शिक्षा व्यवस्था हमारे समाज की कोई आधुनिक व्यवस्था नहीं बल्कि सदियों से चली आ रही परम्परागत व्यवस्था है। जैसे जैसे समय बीतता गया भौतिकता और वैज्ञानिकता का विकस होता गया जैसे जैसे शिक्षा व्यवस्था में परिवर्तन होता गया और आज यही व्यवस्था आधुनिक शिक्षा प्रणाली के रूप में हमारे सामने है। आज की इस शिक्षा प्रणाली को हम शिक्षा का विकसित रूप कहें या विकृत रूप। कहने में एक बार खुद ही सोच पर बल पड़ जाता है। जैसा की हम देखते हैं कि शिक्षा व्यवस्था में हमें आज कहीं न कहीं स्वार्थ पूर्ती का माध्यम नजर आता है। शिक्षा के वास्तविक स्वरूप को ठीक ठीक समझने के लिए हमें शिक्षा पर एक बारीक दृष्टिपात करने की जरूरत है।

पहले की शिक्षा व्यवस्था कुछ ऐसी थी की बच्चा अपने गुरु के पास उसके आश्रम चला जाता था और शिक्षा पूरी होने तक वहीं गुरु के पास ही रहता था गुरु ही उसका माता पिता सगा सम्बन्धी पूरा समाज होता था। किसे क्या... वह उसी गुरु से सीख कर अपनी शिक्षा अवधि पूरी करके घर लौटता था। गुरु और शिष्य के बीच का गहरा सम्बन्ध इस तरह होता था की शिष्य के लिए गुरु की आज्ञा ही सर्वोपरि होती थी और उसके बताए हुए मार्ग पर चलना ही शिष्य अपना परम कर्तव्य समझता था। इस व्यवस्था के अन्तर्गत हर तरह की शिक्षा दी जाती थी। धर्म, शास्त्र, ज्ञान, ध्यान योग और इसके साथ ही राजनीति अस्त्र शस्त्र जैसी हर शिक्षा व्यवस्था होती थी। और शिष्य को उसके गुण के अनुरूप निपुणता प्रदान की जाती थी। इस व्यवस्था में गुरु शिष्य का गहरा सम्बन्ध इसलिए होता था कि गुरु और शिष्य एक दूसरे के प्रति ईमानदार और कर्तव्यनिष्ठ होते थे इसके साथ ही एक दूसरे से निःस्वार्थ भाव से जुड़ते थे। मगर इस व्यवस्था में वर्ण व्यवस्था का बोल बाला था। वर्ण के अनुसार शिक्षा दी जाती थी ब्राह्मण और क्षत्रिय बच्चों को ही शिक्षा ग्रहण करने का अधिकार होता था वैश्य और शूद्र इस व्यवस्था से वंचित रह जाते थे जिसके कारण समाज पर ब्राह्मण और क्षत्रिय का दबदबा होता था। ब्राह्मण और क्षत्रियों को शस्त्र की शिक्षा पर अधिक बल दिया जाता था। और ब्राह्मण क्षत्रिय मिलकर पूरे समाज पर शासन करते थे। अर्थात् इस शिक्षा प्रणाली में वर्ण विशेष महत्वपूर्ण होता था वही समाज का शोषक और पोषक दोनो होता था। इसके सामने बोलने और इनके खिलाफ आवाज

उठाने का अधिकार समाज के अन्य वर्णों में नही होता था। क्षत्रिय राज्य व्यवस्था अपने अधिकार में रखत और ब्राह्मण धर्म व्यवस्था और इन दोनो की आज्ञा का पालन करना ही समाज के हर वर्ग का धर्म और कर्तव्य था। परन्तु धीरे -धीरे इस व्यवस्था का पतन होता गया और शिक्षा का स्वरूप बदलने लगा और किसी भी ज्ञानी पुरूष के पास कोई भी शिक्षा पाने की व्यवस्था लागू होती चली गई।

इस व्यवस्था में समाज के हर वर्ग के लोगों को हर तरह की शिक्षा तो दी जाने लगी परन्तु शासन व्यवस्था और धार्मिकता पर क्षत्रिय और ब्राह्मण का ही बोलबाला बना रहा अब जो भी वर्ग शिक्षित होता उसे राज्य व्यवस्था के अन्तर्गत उसके अनुरूप कार्य करने की इजाजत दी जाने लगी परन्तु यहां भी शिक्षा व्यवस्था ठहरने वाली नहीं थी समयानुसार परिवर्तन रहे और विद्यालयों की स्थापना होने लगी जहा कि समाज का हर वर्ग पढ़ता और पढ़ाता था परन्तु पढ़ाने का स्वरूप अभी कुछ खास परिवर्तित नही हुआ था। अभी भी धर्म और राजनीति की शिक्षाओं का प्रचलन था लोग शास्त्र और वेद पढ़ते थे फिर विभिन्न दार्शनिकों के धार्मिक पुस्तकें या फिर राजनीति और दर्शन की किताबें ही पढ़ाई जाती थी। शिक्षा व्यवस्था तो बदल गई पर लोगों की मानसिकता अभी भी मानो कुछ खोज रही थी और इस व्यवस्था का स्वरूप निरन्तर परिवर्तित होता ही गया। परिणाम स्वरूप आज शिक्षा व्यवस्था का जो स्वरूप सामने है कि इस पर विचार करने से इसका भयंकर स्वरूप सामने आता है।

जैसा की हम देख रहें है कि विद्यालयों में भ अब ऐसी शिक्षाऐं दी जाने लगी है कि जिससे बच्चा अपने जीवन में ज्यादा से ज्यादा धनोपार्जन कर सके। जैसे लगता है कि शिक्षा व्यवस्था शिक्षित होने के लिए नही बल्कि धन कमाने के लिए ही बनाई गयी है। पूरी शिक्षा व्यवस्था शिक्षित ही एक व्यापार बन गया है। अब तो विद्यालय भी खोलना एक बड़े उद्योग जैसा बन गया है। लोग शिक्षा देने के लिए नहीं बल्कि धन कमाने के लिए अध्यापन कार्य करते है। और यह व्यवस्था तो इस स्तर तक आ पहुँची है कि व्यापार विशेष के लिए अलग-अलग तरीके की पढ़ाई की जाने लगी, व्यापार की शिक्षा लेना है तो अलग विद्यालय, राजनीति करनी है तो अलग, नौकरी के लिए अलग, खेल-कूद के लिए अलग, कला से लेकर विज्ञान हर चीज के लिए अलग अलग विद्यालयों में शिक्षा दी जाने लगी। और सबसे महत्वपूर्ण तो यह है की गुरु शिष्य अब रहे ही नहीं अब तो धन ही सब कुछ है। विद्यालयों में दाखिल होने के लिए भी बच्चे धूस देते है। शिक्षा के नाम पर धन उगाही होने लगी है। अधिक से अधिक धन देकर अच्छी से अच्छी शिक्षा के प्रमाण पत्र खरीदे जाने लगे। अर्थात् शिक्षा व्यवस्था का स्वरूप इतना विकृत होता जा रहा है कि एक बार इसे देख जैसे अशिक्षित रहना ही अच्छा लगता है। जब भी व्यक्ति स्वार्थ निहित कार्यों में संलिप्त होता है तो निश्चित ही समाज की विभिन्न व्यवस्थाऐ विकृत रूप धारण करने लगती है और यही आज की शिक्षा प्रणाली के साथ भी हो रहा है। क्योंकि बच्चा जब कुछ भी जानने लायक होता है तो उसे हम बस धन कमाने की ही कला सिखाना शुरू कर देते हैं। जैसा की कहा जाता है कि परिवार ही पहली पाठशाला होती है। तो हम देखते है आज बच्चे का बचपन से ही रुपये-पैसे की ही शिक्षा दी जाने लगती है।

बच्चा जब शून्य विचार अवस्ािा में होता है तब उसके अन्दर मात्र एक ही शिक्षा होती और वह है एहसास की शिक्षा जो की उसका प्राकृतिक रूप के अनुभव बच्चे को होता रहता है। बच्चे के अन्दर जिस चीज की जरूरत का एहसास होता है वह उसकी मांग करता है जरूरत पूरी होते ही वह शान्त हो जाता है। किसी बच्चे को कभी भूख सिखानी नहीं पड़ती वह उसका एहसास होता है और वह भूख लगने पर भोजन मांगता है। मल मूत्र विसर्जन सिखाय नहीं जाता फिर भी वह समय पर करता है। किसी बच्चे को नींद नहीं सिखाई जाती फिर भी वह सो जाता है। हंसना-रोना आखिर किस विद्यालय में सिखाय जाता है। परन्तु बच्चा खुशी मिलने पर हंसता है और दर्द होने पर रोने लगता है। यही जीव की प्राकृतिक शिक्षा है जो उसे न किसी विद्यालय में सिखाय जाता है न कोई किसी को सिखा ही सकता है। पर शिक्षित सभी होते हैं। क्योंकि एहसास सबको होता है। और ये आधुनिक शिक्षा तो व्यक्ति भूल भी जाता है। और भूल ही जाएगा क्योंकि वह अपनी शिक्षा नहीं होती बल्कि समाज द्वारा जबरदस्ती थोपी गई शिक्षा होती है। परन्तु प्राकृतिक रूप से मिली एहसास की शिक्षा कभी नहीं भूलती क्योंकि वह थोपी नही गई होती बल्कि जीक का निजी अनुभव है और इस शिक्षा में न कोई ठगी या धन्धा है न किसी प्रकार का दबाब है जो शरीर को जरूरत होगी उसका एहसास स्वतः होगी ही। हवा ठण्ढ़ी है बताने से नहीं पता चलता खुद शरीर को महसूस होता है फूल की सुगन्ध खुद का अनुभव है पानी का स्वाद किसी को पता नहीं पर प्यास लगने पर पानी की जरूरत महसूस होती है और पानी पीने से प्यास बूझती और सबसे महत्वपूर्ण बात तो यह है की हर जरूरत जब भी पूरी होती है तब एक सुखद एहसास अवश्य होता है और यही जो सुख का एहसास होता है ये किसी की दी गई शिक्षा नहीं है बल्कि प्राकृतिक एहसास की शिक्षा है जो हर प्राणी को प्राकृतिक रूप से मिलता है।

जब तक शिक्षा व्यवस्था पूर्णतः प्राकृतिक नहीं होगी तब तक इसका स्वरूप इसी तरह विकृत होता चला जाएगा। जरूरत शिक्षित होने की नहीं बल्कि एहसासमयी होने की है। धन दौलत, पद प्रतिष्ठा से कभी सुख की अनुभूति हुई है न होगी इसके लिए निजी एहसास की जरूरत है। जीव को प्राकृतिक रूप से जिस चिज की जरूरत है उसकी पूर्ती हो जाते ही सुखद एहसास होने लगता है और यही प्रकृति एहसास की शिक्षा है।

प्राकृतिक प्रवृत्ति को बदलना अन्याय है

गौरव पंत

फोटो : एआई

मानव पूर्ण रूप से प्रकृति की प्रवृत्ति केा बदलने में लगा है। वह हर किसी की प्रवृत्ति स्वनुसार चाहता है किसी को प्राकृतिक प्रवृत्ति में हस्तक्षेप करने का कोई अधिकार नहीं। प्रकृति सबको स्व प्रवृत्ति का बना भेजती है। किन्तु मानव तो उसे नष्ट करने में लगा है। उदाहरण स्वरूप घर में मौजूद माता पिता अपनी संतान की प्रवृत्ति स्वयं के अनुसार चाहते हैं। जो की पूर्ण अप्राकृतिक है। मानव हम तुम किसी को गुलाम बना उसकी प्राकृतिकता को नष्ट कर रहे हैं उसकी वास्तविक गंध को मिटा रहे हैं। प्रकृति ने उसे उस प्रवृत्ति का बना भेजा होगा। जिस दुर्गन्ध का उसे सामना करना होगा या जिस दुर्गन्ध को उसे मिटाना होगा।

मानव तो इस बात को जान भी अंजान बनता है। प्रवृत्ति को बदलने के लिये अलग-अलग तरह की अप्राकृतिक क्रियायें करता है। सिर्फ मानव द्वारा प्रकृति में अपना एक मण्डल बना लिया है और उसी में तरह-तरह का प्रयोग कर प्रकृति की अवहेलना करता आ रहा है। मानव प्रवृत्ति हर जीव के बीज में विद्यमान होती है जो उसकी आवश्यकतानुसार क्रियाशील होती है।

किसी को प्राकृतिक प्रवृत्ति में हस्तक्षेप करने का कोई अधिकार नहीं। प्रकृति सबको स्व प्रवृत्ति का बना भेजती है। किन्तु मानव तो उसे नष्ट करने में लगा है। उदाहरण स्वरूप घर में मौजूद माता पिता अपनी संतान की प्रवृत्ति स्वयं के अनुसार चाहते हैं। जो की पूर्ण अप्राकृतिक है। मानव हम तुम किसी को गुलाम बना उसकी प्राकृतिकता को नष्ट कर रहे हैं उसकी वास्तविक गंध को मिटा रहे हैं। प्रकृति ने उसे उस प्रवृत्ति का बना भेजा होगा। जिस दुर्गन्ध का उसे सामना करना होगा या जिस दुर्गन्ध को उसे मिटाना होगा। मानव तो इस बात को जान भी अंजान बनता है। प्रवृत्ति को बदलने के लिये अलग-अलग तरह की अप्राकृतिक क्रियाऐं करता है।

प्राकृतिक प्रवृत्ति को बदलना प्राकृतिक
अन्याय है मानव प्राकृतिक प्रवृत्तिनुसार
जीवन जी ना की उसे नष्ट कर।
हर जीव की स्व प्रवृत्ति उसमें निहित
है उसमें हस्तक्षेत करना पूर्ण रूप से
अपराधिक श्रेणी मे आता है।
ब्रह्माण्ड में हर कण की स्वप्रवृत्ति है जो
उसमें स्वविद्यमान है।
मानव प्राकृतिक बन ना की प्रवृत्ति को
बदल स्व को जान व प्रकृति निर्माण में
सहयोगी बन।
यही हमारे जीवन का पूर्ण उद्देश्य है जो
की प्राकृतिक है।

(प्रायोजक परिस्थितियाँ - आयोजक स्वीकृति) - सीमा समाप्त विज्ञान

अभिषेक पंत

रणधीर अमावस्या पालन धिरयांका बंधन सेतु बनाकर, जलवायु प्राप्ति की आशंका में जीवन शैली मध्यस्थता करने वाले अनुपालकों को प्रतीत हुआ कि निर्वहन शक्ति का मूल प्राणवायु पटल वशीकरण अनुबंधन सृष्टिकारिता में है, जबकि मोही अनुशासन का जीवन यापन तो प्रतिबद्धता की चयन विभाजक नीति में अंकित था। जहां से विनयम बोध प्राप्ति का जल समाचार ही रागिनी अनुयायियों का प्रीति वंदन धर्म लिप्त कर रहा था। इसी सूचीबद्धता को निमित्त अलंकारिता में बोधज्ञापित विशिष्टता बनाने हेतु नीति नियति शासन का पालक वर्ग बनाया गया। जिसमें अनुष्ठानों की गर्भवती काया ही तिलांजलि वृद्धि की मृत्यु कारिता वैकल्पिक जन आख्या बन गई। इसी सुंदरीकरण के मध्य जीस नानांतर शव शिला प्रेरित अमावस्या को दूषित किया गया। उसी अमावस्या के कोण कम्पित अनुष्ठान में ज्यामितिक सेतु को बोध निरंतरता पालक बनाने हेतु प्रकृति द्वारा प्रायोजक परिस्थितियों को विकसित होने दिया गया। उसी प्रकार नानांतर रस मैत्री अनुकंपा का मिष्ठान भावार्थ समीकरण चूर्ण व्याप्त किया गया। ध्येय था की नीरसता का बज्र ही वैचारिक मस्तिष्क की पूर्ति को खंडित ज्वाला का गर्भपूर्ति चयन कर्ता बनाएगा। परिणाम

फोटो : एआई

प्रकृति द्वारा आयोजक स्वीकृति का तापमान बनाया गया। अर्थात प्रायोजक परिस्थितियां ही उचित वेग निर्माण हेतु दबाव कृषक बन गई एवं आयोजक स्वीकृति ही उच्चतम तापमान संयन्त्रित करने वाली मूल भावनात्मक प्रवृत्ति बन गई। इसी कृषक प्रवृत्ति से आकार संयोजकता को बीजाकृति पूर्णता का तथ्यवाचक रसायन उन्मूलन सृष्टिकारिता तत्व बनाने वाले आंतरिक योग की समय ईंधन मानकता को सीमा समाप्त विज्ञान कहते हैं अर्थात सीमासमाप्त विज्ञान से धातु धारा जीवाश्म की मूल यौगिक आवृत्ति को परखनली युक्त पात्रता में विलीन किया जाता है, जहां से नीरसता एवं रस अणुता की धातु धाराओं को यौगिक अनुसरण वृत्तशील किया जाता है। अर्थात सभ्यता प्राप्त ईंधन मानकता की समर मानवीयतालीन परत आधुनिक तत्वशाला निर्वस्त्रता को सीमा समाप्त विज्ञान कहते हैं।

स्वरुप अंतरिम अमावस्या भेट की पदार्थ रुधन इकाइयों का निर्माण ही जन वंदना को वेदना रूपी प्रशस्ति में परिवर्तित करता गया। इसी परिवर्तन में स्थानीय मति को मत पेटी अनुसरण का जीवनत राग भार मिलान कर्ता बनाने के लिए, प्रकृति द्वारा आयोजक स्वीकृति का तापमान बनाया गया। अर्थात प्रायोजक परिस्थितियां ही उचित वेग निर्माण हेतु दबाव कृषक बन गई एवं आयोजक स्वीकृति ही उच्चतम तापमान संयन्त्रित करने वाली मूल भावनात्मक प्रवृत्ति बन गई। इसी कृषक प्रवृत्ति से आकार संयोजकता को बीजाकृति पूर्णता का तथ्यवाचक रसायन उन्मूलन सृष्टिकारिता तत्व बनाने वाले आंतरिक योग की समय ईंधन मानकता को सीमा समाप्त विज्ञान कहते हैं अर्थात सीमासमाप्त विज्ञान से धातु धारा जीवाश्म की मूल यौगिक आवृत्ति को परखनली युक्त पात्रता में विलीन किया जाता है, जहां से नीरसता एवं रस अणुता की धातु धाराओं को यौगिक अनुसरण

वृत्तशील किया जाता है। अर्थात सभ्यता प्राप्त ईंधन मानकता की समर मानवीयतालीन परत आधुनिक तत्वशाला निर्वस्त्रता को सीमा समाप्त विज्ञान कहते हैं। अर्थात योगिक अनुज्ञप्ति की विमुखतालीन त्रासदी के अनुकूलन चयन को मिटाने वाले प्रतिकूलन योग की जिवार्थी प्रकृति के निहित उत्पन्न मूल शून्य जीवी अशून्यता को सीमा समाप्त विज्ञान कहते हैं। सीमा समाप्त विज्ञान की अधोगामी उर्वरकता ही मानवीय दर्पण का स्वभावी योग सदैव कर्मशील करती रही, जिसमें आधुनिक चरणावली की निर्गन्धीय परत ही प्रायोजक आयोजक संयोजकता से मूल परिस्थिति स्वीकृति को अस्तित्व लीन करती है। अर्थात मूल योजक आधुनिकता की जलवायु स्वरभाव एहसास प्रवृत्ति क्रिया को सीमा समाप्त विज्ञान कहते हैं। सीमा समाप्त विज्ञान के आधुनिकता मैं स्वभावी व्यूह की ऊसरता भी उर्वरक तत्व भाव की वेगीय क्रांति बन जाती है।

सीमा समाज विज्ञान के दो सिद्धांत होते हैं - दिशा व्यूह सिद्धांत, समय नाड़ी सिद्धांत।

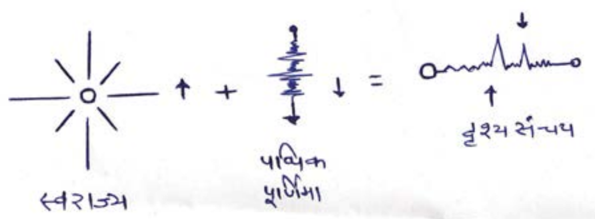
दिशा व्यूह सिद्धांत -

अर्थात गणितीय द्रव्य घोलन की रासायनिक अवस्था के प्रेरक ज्योति मात्रा को जीवातुर शून्यता में नाड़ी प्रवृत्ति बना देना ही दिशा व्यूह सिद्धांत है। अर्थात सूर्यवात चंद्रमा निर्वात परत परखनली विलयता की

मानवीय दृष्टि के इच्छा आधार योग की परखनली संयोजकता के ईंधन भाव रस रसोई मात्रा मिलान चयन शीर्षता को दिशा व्यूह सिद्धांत कहते हैं। दिशा व्यूह सिद्धांत से मात्रा गुणवत्ता की सीमा समाप्त अनुपातीय रासायनिकता जन्म मृत्यु अनुपालन को पदार्थशील करती है। अर्थात वास्तू कवच की भ्रामरी त्रासदी तो खगोलीय नक्षत्रों की जिजीविषा है, मूल सीमा प्रत्यवादी परखनली तो आत्मा जीवा की दिशा लीन स्वदेंद्री होती है।

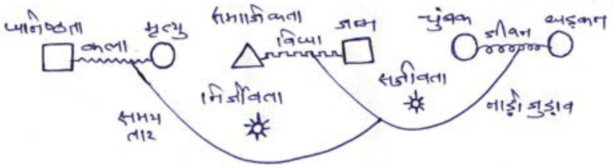
समय नाड़ी सिद्धांत - सूत्र व्याख्या परिणय से परे पत्र मुद्रा चयन की दीक्षा में उत्पन्न प्रदूषण की सर्वत्र यात्रा की कल्पना को मिटाने वाले आंतरिक व्यास की पात्रता नाड़ी धड़कन मिलान सजीवता विलयी निर्जीव रसायन द्रव्यता की बाहय सर्वज्ञता विलीनतम मंथन पूर्णिमा ज्यामिति को समय नाड़ी सिद्धांत कहते हैं जिसमें उत्पन्न नर मादा अभिनय की सर्वत्र ज्ञाता जिज्ञासा ही सीमा समाप्त चरित्रांकिता में लय सुरों की विवेचना से इच्छा का भंडारण पकाती है अर्थात सर्वत्र यात्रा संज्ञानता तो आजीविका उष्मित मृत्यु संकल्पिता की विधेयिका होती है अपितु नाड़ी सर्वज्ञता की जीवन निधि का ज्ञापन सत्र तो मूलाधार विराटता में भी सूक्ष्मता का नायक होता है। अर्थात सीमा समाप्त विज्ञप्ति की आधुनिक जलवायु के अनुरूप उत्पन्न सघनता स्थायित्व चरित्रांकिता की विषय सूचना परिस्थिति को समय नाड़ी सिद्धांत कहते हैं।

अर्थात स्वराज्यंकित दृश्य की पथिक संचायरथि मूल पूर्णिमा वृष्टि अनुकूलन की अस्तित्व ज्ञापन सूची को समय नाड़ी सिद्धांत कहते हैं।



प्रायोजक परिस्थितियां - कल्पना विविधता की नायक नायिका सारिका बनाई गई। सुर असुर विधातमी विवेचना सुरात्मीय घड़ी घड़ा सूची बनाई गई। नियति थी कि नास्तिक आस्तिक संघर्ष में जीव सूचना धड़को ही निर्जीव समय कपाल से अलग कर दिया जाए। इसीलिए प्रकृति ने प्रायोजक परिस्थितियों का विकास होने दिया। जिससे जितने भी संपर्क आकाशीय नियति में जीवाश्म पारा बना रहे थे, समस्त संपर्क तुला वर्णों को गंधीय पात्रता में जीवाणु युक्त कर दिया गया। अर्थात प्रकृति यात्रा ओजस्वी जलवायु की कर्म परत रिद्धिमालीन स्वभावी स्थाई ईंधन तार्किक तत्वांकिनी की यात्री न्यायी प्राणवायु छन्नी को प्रयोजक परिस्थितियां कहते हैं। प्रायोजक परिस्थितियों की गणित इस प्रकार है -

अर्थात इच्छा रूपी घनिष्ठता ही मृत्यु रूपी कला में अपना निर्जीव सूर्य बनाती है जो जब किरणोतसवी पारा युक्त होता है तो समय तार

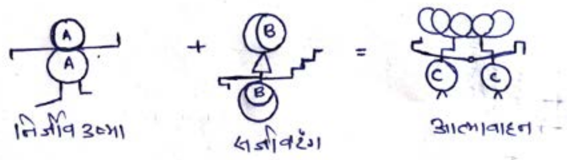


बन जाता है। उसी प्रकार चुंबकीय विद्युता की जीवन तत्व रागिनी धड़कन मध्यस्थता से नाड़ी जुड़ाव में सजीवता का अंकन करती है एवं सामाजिक जन्म की पदार्थ विद्या ही रासायनिक ध्वनि का निर्माण करती है। तो प्रायोजक परिस्थित ही यही है की घनिष्ठता में धड़कन को जोड़ने के लिए नाड़ी जुड़ाव का समय तार में होना आवश्यक है, जिसमें निर्जीव सजीवता की सूर्य विद्युता ही जीवन मृत्यु की कला में विद्या आपूर्ति का सामाजिक जन्म अनुकूलन सक्रिय करवाती है। अर्थात ज्यामिति स्तर की पूर्णाहुति सूचना तो गर्भ निर्धारण विस्तार अंकिता की प्रमेयिका पात्रता रही है अपितु प्रायोजक परिस्थिति ही जन्म मृत्यु संयोजन में सूर्य भाव की गामिनी को आत्मा स्तर का जन्म मृत्यु केंद्र बनाती रही है। अर्थात स्वशन काल की धड़कन घड़ी के नाड़ी पारा प्रवेश की आत्मिक गंध उत्थानमयी मूल प्रकृति प्रवृत्ति किरण रागनी तार स्वीकृति को प्रायोजक परिस्थितियां कहते हैं। जहां से घनिष्ठ धड़कन का आत्मा भाव ही कला की विद्या को जीवन का रूप देकर मृत्यु सामाजिकता को जन्म चुंबक बनाने की नीति में ही निर्जीव सजीव मिलान कर्ता बना देता है।

आयोजक स्वीकृति - आयोजक स्वीकृति पांच भाग में सक्रिय होती है- कल्पना व्यवस्था, वास्तु चेतना, पोषण पराग, आत्मा राग, मन विद्युता।

अर्थात आद्रता योजन जलवायु की कार्मिक स्वतंत्रता में लीन प्रथम विद्युत कृषि की तर्क कुतर्क उभारक रश्मि तत्व जन्मांजलि को आयोजक स्वीकृति कहते हैं। अर्थात आत्मा योग की जन्म कर्म ऊष्मा के प्रथम स्वभावी ईंधन कृषक योग में लीन तत्व इच्छा वृत्ति को आयोजक स्वीकृति कहते हैं। आयोजक स्वीकृती की परमात्मा सुलभ अंगीठी भी भाग्य विवेचना नीति से परे होती है। आयोजक स्वीकृती की गणित इस प्रकार है-

अर्थात ध्वनि उत्पन्न ऊष्मा की प्रकाश रथी ज्वाला के जलवायु गंध में लीन प्रथम ऊष्मा रंगवाहन नियति की निर्जीव आत्मा बराबर सजीव आत्मा पुष्टि को आयोजक स्वीकृति कहते हैं। अर्थात मृत्यु



उपरांत की कल्पना को जन्म प्रविष्टता में लीन आत्मा संग मन रंग की प्रति बनाकर जीवन काल में ही मूल जीवाश्रित घड़ी का पात्र पका देने वाले वाहन रंग आत्मा अंग प्रगति को आयोजक स्वीकृति कहते हैं। कल्पना विवशता सृष्टि पूर्णता में उत्पन्न निर्जीव बोध की संचालिका मध्यस्थता कृति है जो आत्मा सहभागिता का दृश्य काल उभारती है। वास्तु चेतना कर्म रंग प्रवृत्ति की आकाशगंगा स्वीकृत है जो खनिज आकाश पूर्णता का वाहन जलवायु योग उपलब्ध कराती है। पोषण पराग निर्गन्धीय सारिका है जो जन्म मृत्यु प्रकृति का प्रकाश अवसर निर्धारित करती है। आत्मा राग विनयम सृष्टि की परिचायिका है जो ए प्लस बी बराबर सी की पूर्ति में ए को मन बी को तन सी को ही आत्मा बना देती है। मन विद्युता स्वभावी आयु रागिनी चक्षुता है जो जीव जीवाश्म भाव अंकिता को जन्म आकृति शुद्धता का इच्छा भाव भाग पराग ज्यामितिकरण बनाती है।

सीमा समाप्त विज्ञान (1 - सुर असुर कंचन संघ विनाशी इतिहास)

परिकल्पना की जन्म मृत्यु शाखा में विवशता का कांच लगाकर प्रश्नोत्तरी परिचायिका का जीवनेंद्री गुण बनाया गया। अर्थात ईश्वर धाम बनाकर आत्मा सूरतमियता का नाट्यं करवाया गया। अर्थात उद्देश्य था कि मृत्यु मयूरासन में ही जन्म कृषक उत्पन्न हो, इसी उत्पत्ति हेतु सुर असुर कंचन संघ बनाया गया था, अपितु सीमा समाप्त विज्ञान ने अपनी धुरी पर जंतु पराग नाड़ी को मृत्यु बंधन से परे आकाशगंगा विशुद्धिकरण का मानक बना दिया एवं अपनी ही स्वीकृति परिस्थिति परत परखनली से मयूरासनी कृषि का कंचन परिणाम मिटाकर, सुर असुर कंचन संघ का विनाश कर दिया। अर्थात जो मयूरासनी मोह का विज्ञापन बनाकर सर्प कृषि का ईश्वरवादी वर्चस्व बनाया गया, जिसमें कल्पना का कंचन असुर ही संघ दलदल का ज्ञाता बना, सीमा समाप्त विज्ञान ने दोनों अवस्थाओं का निर्देशन पर्यटन ही मिटा दिया।

सीमा समाप्त विज्ञान (2 - वट वधू वंदन आंच कांच संहारी इतिहास)

प्रलोभन कुंजी तैयार की गई थी, प्रकृति हस्ताक्षर नकल बनाई गई थी। जीव को निर्जीव परतंत्रिका परिणय कहा जा रहा था। आत्मा सुधारक वंश बनाने हेतु वट विवाह करवाया जा रहा था। प्रकृति ने साधुता अभिनय विकास होने दिया एवं सत्र विवेचना पूर्ति से ही स्वभावी समर पिंड का आचरण कक्ष ही मिटा दिया। अर्थात वैवाहिक कांच मिटाकर मूल समर आंच मिटाते हुए वट वधू वंदना की हस्ताक्षर सीढ़ी मिटाने वाली सीमा समाप्त तांत्रिक कुंजी प्रविष्टता को वट वधू वंदन आंच कांच संहारी इतिहास कहते हैं।

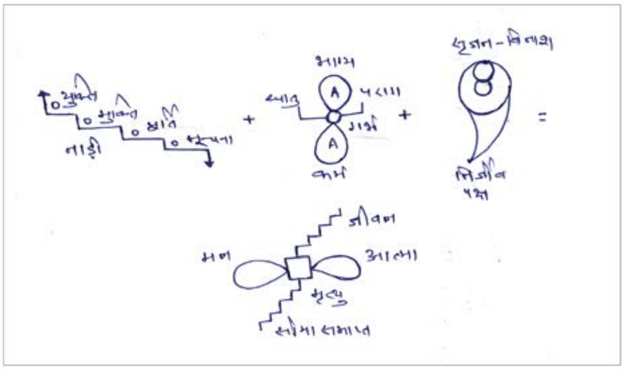
सीमा समाप्त विज्ञान (3 -अल्पायु निधि विरोधी निरोध प्रचारक भक्षणी इतिहास)

कल्पना की जी हजूरी में जन्म मृत्यु विशाखा का पर्यटन अभिनय किया गया था। पुरुष स्त्री दायित्व का अनाज घड़ा बनाकर, कृपा निदान चुनाव का पात्र छिद्रित किया गया था। अर्थात भाग्य को पूंजीवादी

प्रचारक बनाने की नियति थी। अपितु सीमा समाप्त विज्ञान से प्रकृति ने धातु मोहक जन्म सिद्धि का पराग अवतरण ही मिटा दिया, जो त्रिलोचन सिद्धि का कमुखी नक्षत्र बनाया गया प्रकृति द्वारा निधि निरोध अल्पायु विनाश से मिटा दिया गया। अर्थात अकारण कारण बनने वाली संध्या मिटाकर कृपालु अखाड़ा मिटाते हुए जन्म भूमि स्वर रात्रि अफसरशाही अवसर वादिता को मिटाने वाले कल्पना अभिनय दायित्व विनाशी मूल आंतरिक पर्यटक संज्ञानता को अल्पायु निधि विरोधी निरोध प्रचारक भक्षणी इतिहास कहते हैं।

सीमा समाप्त विज्ञान एकाकी विरोध का नक्षत्र है जिसे ऐसे भी समझा जा सकता है -

अर्थात युक्ति को भाग्य बनाकर मुक्ति को कर्म बनाते हुए, धातु पूर्ति की पराग सूचना से नाड़ी गर्भ की निर्जीव पक्ष पृथकता में सृजन विनाश की धारणा को मन जीवन आत्मा मृत्यु गणितीय जुड़ाव तार



सीढ़ी भार समृद्धि पोशाक बनाने वाले ज्योति आयुक्त ज्यामितिक तनाव को सीमा समाप्त विज्ञान कहते हैं।

सीमा समाप्त विज्ञान की दो इकाइयां होती है - पूर्णिमा, प्रविष्टता।

पूर्णिमा इकाई - निर्देशन ज्वाला का अधोगामी वर्चस्व बनाकर कार्यभार पूर्ति का जल खनन करवाया तो गया। अपितु सामाजिक आपूर्ति की भेंट में कभी भी द्वादशी सूर्यता का योग कोई ज्ञात नहीं कर पाया। इसी सीमा विराटता जल उदयी जलवायु ऊर्जा की पूर्ति कर अधोगामी निश्चितता को पूर्णिमा इकाई कहते हैं जहां से विधान पूर्ति की मूल सीमा ही कार्यभार समाप्ति का ज्वालामुखी निर्देशन भावपूर्ण करती है।

प्रविष्टता इकाई - पारिवारिक न्यायपालिका का उत्थान बनाया गया, जीर्णोधार पुरुषार्थी गर्भ कवच त्रुटि तर्क बनाया गया, अपितु प्रकृति में प्रवृति ने ही विविधता को जाना था इसीलिए कोई भी अवस्था किसी भी व्यवस्था के अनियन्त्र अभिलेख को कभी देखा नहीं पाई। अर्थात प्रवृति प्रकृति विविधता की शेष अणु ठहराव तार्किक विलयी प्रथम तत्व कम्पननता मन्थनी सारथी सीमा गोपनीयता को प्रविष्टता इकाई कहते हैं। जहां से गर्भ चुंबकीय नाड़ी का नीति योग ही प्रकृति सीमा अवरोध को समाप्ति परिचय की ओर ले जाता है।

सीमा समाप्त विज्ञान की गणितीय पूर्ति ही पूर्णिमा प्रविष्टता इकाई की नीति है। जिसमें पूर्णिमा बीज सांख्यिकी है एवं प्रविष्टता ज्यामिति नीति नियति है। अर्थात अवस्थाओं की पूर्णिमा में रासायनिक प्रविष्टता को गंधीय अवशेष का पकवान बनाकर, मूल अस्तित्व के मृदा गुंजन को ही जलवायु वास्तु का ध्वनि प्रकाश स्वाभाविक आंतरिक प्राण वायु धातु पात्र बना देने वाले आकृति स्वीकृति संयोजन को सीमा समाप्त विज्ञान कहते हैं।

सीमा समाप्त विज्ञान प्रमेयक ऊष्मा का जीवन धातु पूर्ण करता है। जिसमें आंतरिक ऊष्मा का प्रभावी गुण रंग ही संगति विशेष का कर्म विभेद प्रकृति लीन करता है। अर्थात जीवन का प्रमाण ही आत्मा संगति का निरूपम तथ्य है अर्थात संकुचन विस्तार की गर्मी में उत्पन्न मूल जिवाध्ययी परिक्रमा की आत्मिक संगति के विस्तृत ज्यामितिक समय परिणाम को सीमा समाप्त विज्ञान कहते हैं। अर्थात पूर्ण आकृति समावेश की सुधारवाद पिंडली को मिटाकर, समय कुंडलीनी विद्युता को मिटाने वाली आंतरिक विषय पद्धति को सीमा समाप्त विज्ञान कहते हैं। सीमा समाप्त विज्ञान का अंतिम पारा ही जीवन संचय पूर्ति को धातु लीन करता है, जिसमें आंतरिक रंग की इकाई मात्रा का पारा कवच ही नीति पूर्णता को जिवाधृत करता है।

सीमा-अर्थात ईंधन समयावली की मानकता एवं समाप्त - अर्थात समय मानकता प्राप्ति की तत्वशाला।

अर्थात ईंधन रूपी समय मानकता में लीन तत्व प्राप्ति की प्रथम पदार्थ शून्यता को सीमा समाप्त विज्ञान कहते हैं। सीमा समाप्त विज्ञान के दो रंग होते हैं - गाढ़ा , हल्का - अर्थात जिस रंग की प्राप्ति विषय की अनुभूति होती है वह रंग गाढ़ा होता है, जो अपने आप में एक सीमा रूपी घेराव कर देता है। एवं जिस रंग की अनिश्चितता ही राधिका बल धारक होती है वह रंग हल्का होता है, जो अपने आप में वेग नियंत्रक पूर्ति में तापमान संचय से सीमा रूपी घेराव कर देता है। अवज्ञा निदान पूर्ति से परे मूल मृत्यु जातक सूची के जन्मपत्र परितोषित आत्मा संगति सुरात्मीयता को सीमा समाप्त विज्ञान कहते हैं।

अर्थात सूर्य भूमि की चंद्र इच्छा के सूर्य ईंधन की चंद्र मृदा में लीन धरा ज्योति की बीज इकाई के गंधीय अपवर्तनी कम्पन्ता तापमान को सीमा समाप्त विज्ञान कहते हैं। सीमा समाप्त विज्ञान की तनात्मीय मनात्मीय पूर्णता का घड़ी रोचक अपघटन ही जीव दर्शन की मूल इकाई का प्रकृति पत्र होता है। अब जिस भूमि की रचना का प्राकृतिक महत्व ही प्रवृत्ति रस की उतार-चढ़ाव भावना को संरचना लिप्त कर रहा, उसी भूमि संरचना में बीजाकृति विशेष की सीमा रेखा ही बिंदु रूपी समाप्ति में अपने अवघटन का तत्व पारा भाव उत्पन्न कर रही, जिसमें गंधीय कम्पननता ही रासायनिक उर्वरकता बनकर तापमान दिशा में प्रत्येक अवस्था को पूर्ण करती जा रही।

अमाल ए कर्ज का कारवां ही सूरज का कारोबारी निकला, जिसने मंजिल को मर्ज बताया वही कर्ज देने वाला पहला फर्ज निकला। अब जिस हकीकत से रूबरू है इंसान, वही तो सरहद का जनाजा है, जिसने जो बेरुखी अख्तियार की वही हर रूही दास्तान का पहला कच्चा मिट्टी का घड़ा निकला। दस्तखत ए अमानत की जमीनी जंग जा रही है, इंसानों की पुड़िया ही रूही दौलत पर भारी है। कुदरत हर रंग का ज़र्रा ज़र्रा जमीनी तौर पर बनाती है, जिसके पास जितने हथियार हैं उसके अंदर उतने रंगों की सवारी है। फ़र्ज ए मर्ज़ का पहला माकूल मजमा मिटा दिया गया, फिर भी इंसानी ग़ैर रहमति ने ताज ओ करम की निगहबानी का तमाशा नहीं छोड़ा। अब जिस वजूद ए रिहायशी ज़माने का कबीलाई कारतूस सामने आ रहा, जमाने में बदन की मरीजी का पहला पैंतरा रूही कारोबार से सजाया जा रहा, पतंगबाजी का दौर गया अब कारतूस ए कमाई का कारोबार किया जा रहा। फिर भी कुदरत कह रही ...

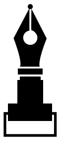
हुक्मरानों का नजर ए बाग, हक ए बंदगी का पहला सिला है,
अलबत्ता इंसान को इंसानियत में डूबे रहने का गिला है,
जो वक़्त ए माफिया बनने चले थे, उन्ही का मकान मिट्टी ज़ब्त मिला है,
जिन्होंने अब्र ए क़ब्र का इंतजाम किया उनका बदन ही रूही किला है।
सबब ए जज़्बातों का दौर ही मुख्तलिफ रियासत के अरमान है,
जो कर्ज ए सादगी के नाम पर बिक रहे, वही कच्चे अरमानों के मकान हैं,
दौर वापस नहीं आता , आता है तो बस वहम, जो एक खौफनाक मुकाम है।
तारीख ए तारीफ में तजुर्बा हासिल करने वाले खो गए हैं,
जो बर्फ ए बारूद से बने, वही मौजूदगी की रईसी में हाद्से हो गए हैं।
तकलीफों की सरहद नहीं बनाती कुदरत, बस वक्त में जमाना मिलाती है,
कुदरत ही पहली फितरत है जो वक्त को वक़्त से मिट्टी बनाती है।
परिंदों की नुमाइश खत्म कर कुदरत की तारीफ का पुल बांधने वाले,
अफसोस करेंगे वही नुमाइंदे अपने जख्म पर, जख्मों को जख्मो से बांधने वाले।

फोटो : एआई

जिहानी मलिक ने अपना पक्का मकान बना लिया है,
आ गया है वक्त इंसानों की मरीजी दुनिया को मिटाने का, जिसने कर्जा खा लिया है।
तरकश का तामझाम नहीं, सीधे रूही मुश्क का काफिला मिटेगा,
कुदरत ने बेरंग हिज़ाब देख लिए हैं, अब इंसानी धागा मिटेगा।

The virtual tendency of human philosophy is the real pressure of end synchronization, which leads the road to fermentation of soul desire, resulting in the eradication of philosophical pressure .

रसायनिक मूल्यता : आय - व्यय की बैलेंस शीट



सुमनलता

धन की सर्वांगी पराकाष्ठा है रसायनिक गंध इंधन अर्थात मूल धन धरा रूपी नभ का विज्ञान है जिसे जीव अपने जीवन काल में इंधन रूपी धन के स्वरूप में व्यय करते हैं अर्थात रासायनिक धन तो जीव पहले से ही अपने बीजत्व में अपने नाभि ज्योतिपुंज में लेकर उत्पन्न होते हैं उन्हें जीवन में कुछ विशेष या अलग से आय करने की आवश्यकता है ही नहीं क्योंकि जो आय रूपी रसायनिक धन है वह तो वही प्रदूषण की सतकामी अवस्था है जिससे सजीवता की उत्पत्ति हुई है, कि प्रदूषण को मिटा कर निर्जीवता कि गतिमान यात्रा का अंकन हो, जिस के लिए आय किए गए रसायनिक गंध इंधन रूपी धन को व्यय करने की आवश्यकता है, उसे एकत्र कर अपने ही गंध धन की बखारी बनाना किए गए आय में हस्तक्षेप एवम व्यय प्रतिबंध है जो अन्य और किसी को नहीं स्वयं को ही वह प्रदूषित गुणात्मक स्तूप बना देती है जहां किसी भी स्व ऐच्छिक इच्छा का पालन करना उसे निर्वाह करना भी भय एवम सही गलत की उस अवस्था पे ले जाते है जहां अपनी ही भूमि अप्रिय लगने लगती है, तात्पर्य यह है कि जो इच्छाओं का मलबा पीछे छूटता चला गया अपरिपूर्ण रूप में कच्चे रूप में उसे प्रकृति की सूर्य सिद्धांत प्रणाली की पारा सूर्य रश्मि भूगोल रूपी मृदा तत्व में परिपक्व कर उसी इच्छा मलबे को रसायनिक धन के स्वरूप में परिवर्तीत कर भूगोल के सूर्य तत्वता में विलीन कर देती है, जो भूगोल में उचित ताप दाब की प्राकृतिक अवस्थाओं के जलवायु घटना घटकता के अनुरूप उभर जाते हैं और इच्छा का भोग करते हैं भोग करना ही वह व्यय है जो इच्छा मलबे रूपी धन के स्वरूप में आय किया गया था। आय की प्रवाह प्रणाली जितनी ही सहज सरल अपने वास्तविक स्व भाविक गति से गतिमान होगी व्यय करते वक्त उस का आनंद भी उतना ही सहज सरल होगा जो भूगोल की यात्रा को स्व भाविक ही इतना सहज सरल बना देती है की इसी रसायनिक आय व्यय की प्रणाली में जब भूगोल अपने संपूर्ण आय किए गए मलबे को पका कर पूर्णत व्यय कर देते है, तो प्रकृति की गतिमान यात्रा में विलीन होकर तत्वता की निर्जीव प्रदूषण मुक्त यात्रा करते है।

जो इच्छाओं का मलबा पीछे छूटता चला गया अपरिपूर्ण रूप में कच्चे रूप में उसे प्रकृति की सूर्य सिद्धांत प्रणाली की पारा सूर्य रश्मि भूगोल रूपी मृदा तत्व में परिपक्व कर उसी इच्छा मलबे को रसायनिक धन के स्वरूप में परिवर्तीत कर भूगोल के सूर्य तत्वता में विलीन कर देती है, जो भूगोल में उचित ताप दाब की प्राकृतिक अवस्थाओं के जलवायु घटना घटकता के अनुरूप उभर जाते हैं और इच्छा का भोग करते हैं भोग करना ही वह व्यय है जो इच्छा मलबे रूपी धन के स्वरूप में आय किया गया था।

रसायनिक आय– वह कच्ची शेष अपरिपक्व अपूर्ण विखंडित प्रदूषित अवस्थाओं का मलबा जो प्रथम भूगोलिय विखंडन का परिणाम है । अर्थात असमय किसी भी अवस्था को खंडित कर देना ही रसायनिक मलबो का निर्माण है एवं उस खंड में शासन करना कभी खंडता को पूर्ण नहीं होने देना चाहते हैं क्योंकि यही आय ही उन के शासन का मूल धन है अर्थात ब्रह्मांड की प्रथम आदि भूगोल को खंडित कर उसे अपनी ही शक्ति से विरक्त रखना है सजीवता पर शासन का प्रथम बीजारोपण हुआ एवं प्रथम भूगोल को दिमागी गणित से खंडित करना भी वह क्रिया थी जिससे भूगोल को खंडित करने वाले तत्व पात्रों के रसायनिक मल वादी प्रदूषण को उभारना था अर्थात प्रकृति यानी

प्रकाश की तृप्त कृति इतनी अक्षम या मूर्ख नहीं थी कि ब्रह्मांड के प्रथम सजीवता धारणी भूगोल की सुरक्षा नहीं कर सकती थी खंडित होने से, अपितु प्रकृति के प्रकाश का मूल्य विज्ञान ही है प्रदूषण को सिद्धांत कर मिटाना तो जो कंण पात्र अपने अदृश्य अज्ञात प्रदूषित स्वरूप में ब्रह्मांड में विचरण कर रहे थे उन्हें आकर्षित करने का ब्रह्मांड संजीव भूगोल आदि विज्ञान को बनाकर आकर्षित करना तो प्रकृति प्रकाश की वह सम्मोहिनी क्रिया थी जिससे प्रदूषण निर्माता कंण ऊर्जा पात्र स्वयं ही आदि सृष्टि रचना के आकर्षण में आ गए एवं यदि यह अवस्था पूर्ण हो जाती अर्थात आदि की अवस्था यदि पूर्ण हो जाती तो यह जो प्रथम अंक प्रदूषण कंण पात्र यह नहीं उभरते और इनकी अवस्था ब्रम्हांड में और अधिक प्रदूषण बनाती और उभार का विज्ञान भी तभी बना जब प्रथमांकी कंणो ने अपने अस्तित्व शासन सत्ता को स्थापित कर ब्रह्मांड ईश्वर बनने की चाहत में आदि भूगोल को खंडित कर दिया भावनात्मक आलिंगन से अर्थात सामान्य रसायनिक मिलान को भावनात्मक मिलान में परिवर्तित करना ही आदि मृदा मंडल का विखंडन हो गया जिससे शासन की मल अवस्था भावनात्मक कि मृदा पर पोषित होने लगी एवं यही विखंडित अवस्था वह रसायनिक रिसाव का मलबा गर्भ अर्धचंद्र गर्भ बना जहां से रसायनिक मलबों की कच्ची अवस्थाएं इच्छा तत्व में संगम करते हुए जीवन जीव मृदा में सजीव स्वरूप धारण कर उत्पन्न उत्पत्ति का विस्तार श्रृंखला आरंभ हो गई यानी जीव अपने उत्पत्ति के समय पर्याप्त ईंधन धन लेकर उत्पन्न होने लगे जिन्हें केवल अपने उत्पत्ति में विलीन गुण स्वभाव का सत्व प्राकृतिक निर्वाह करना था अर्थात जो उत्पन्न हो गई उत्पत्ति है उसे अपनी यात्रा पूर्ण करनी ही है और यह अनिवार्य अवस्था है उसे बीच में ही रोक देना या उसे दबाना या उससे अपने अनुसार परिवर्तित करना अर्थात उत्पत्ति करता प्रकृति प्रकाश ब्रह्मांड संचालक को मूर्ख एवं स्वयं को ईश्वर समझना है जबकि स्वयं की यात्रा भी उसी उत्पत्ति का परिणाम है जिसमें स्वयं की उत्पत्ति भी अपने मलबे को भोगने और खर्च करने की प्रणाली ही है।

रसायनिक व्यय– उत्पत्ति उपरांत धारण इस भूगोल शरीर में स्थित गुण, स्वभाव, इच्छा, अभिव्यक्ति एवं सामान्य सहज सरल अवस्थाओं से प्रति दिवस घटने वाली समय काल घटनाक्रम एवं दिनचर्याओं के स्वतंत्र अभिव्यक्ति के माध्यम से शरीर से अपनी अवस्था का भोग करना ही रसायनिक व्यय है अर्थात अपने ही पीछे छूटी हुई किसी इच्छा को पूर्णता भोग कर उस इच्छा अतृप्ति को तृप्त कर मिटाते हुए स्वयं को भार मुक्त करना ही व्यय है। अर्थात रसायनिक व्यय वह कर्म इंधन है जिसे भोगने के लिए ही सजीवता भूगोल से क्रिया होती है ना कि उसे एकत्र कर रसायनिक बखारी बनाने के लिए जो लाए गए आय को और अधिक भार एवं प्रदूषण वाहक बना देती है जिसे भोगने के लिए बार-बार उत्पत्ति होती है क्योंकि अपनी ही अवस्था को भोगना तो अनिवार्य है यह अपरिवर्तनीय अवस्था है एवं इस प्रकार से आय को खर्च ही ना करना बल्कि और नवीन इच्छाएं उत्पन करना पहले से ही न खर्च हो रहे रसायनिक आय पे नए मलबे बनाना है अपनी ही जीवन अवस्था को भर युक्त एवम पीड़ादायक एवम कष्टकारी बना देती है, जिससे यात्रा और कठिन एवम जटिल हो जाती है।

प्रकृति प्रकाश तो समस्त अवस्थाओं के स्वतंत्र यात्रा संचालन का संचालन करते हैं हनी प्रत्येक उत्पत्ति स्वयं में पूर्णता स्वतंत्र है कि वह अपने जीवन को काबू कर अपनी यात्रा का भार शून्य अंकन करें प्रतिबंध तो मानव के विकसित प्रणाली है। उत्पत्ति केवल एक नियम के साथ उत्पन्न हुई है वह है अपने गुण का सत स्वतंत्र जीवन भोग निर्वाह विस्तार करना जो सहजतम सरलतम मार्ग से परिपूर्ण हो जाए क्योंकि यही पीड़ा मुक्त आनंद व्यय है। प्रतिबंध लगाना नियम-कानून सही-गलत की आदर्शवादी परिभाषा से दबाकर अपनी ही अवस्था को दबाने वाले मानव पात्र ने व्यय को भी इतना प्रदूषित बना दिया कि वर्तमान मानव चरण, मानव अस्तित्व का अंतिम चरण है।

प्रकृति, रसायनिक आय व्यय कि इस रसायनिक मूल्यता से ब्रम्हांड में अपरिपक्व अपरिपूर्ण विचरण करने वाले प्रथम शासन कंणो को आदि खंड भवन भाग से पकाती रही जो अब शासन के समस्त ब्रह्मांड प्रथम कण पात्र आदि खंड के शेष खंड के पूर्ण होती शेष शक्ति शय्या चुंबक में परिपक्व हो रहे हैं तो सृष्टि पर सक्रिय प्रथमांक प्रणाली भी मिटती जा रही है। आदि अंत कि इस सजीव उत्पत्ति यात्रा में मानव भूगोल का अनंत अंत रसायनिक मूल्यता के आय व्यय प्रणाली के बैलेंस शीट में शेष अंश शेष नहीं रहेगी कि जिस से पुनः उत्पत्ति का अंश मात्र भी विज्ञान विकसित हो ऐसी ब्रह्मांड क्रिया गतिमान है।

नवीन इच्छाएं संग्रहित नही हो रही
उत्पत्ति का चांद चमक नहीं रहा
मृत्यु का कच्चा आलिंगन बन नही रहा
जो जा रहे है वे वापस आते दिख नही रहे
संबंधों का चुंबक कमजोर पड़ रहा है
आज़ाद रहने की अवस्था उबल रही
प्रेमवाद के वेदनात्मक मलबे
अब भार का तीर नहीं चला पा रहे
भावनात्मकता का दाब
आंतरिक क्रांति को चिंगारी दे रहे
प्रत्येक घट रही घटना इस प्रकार से
सूर्य अनिवार्य हो गई है कि,
वापसी की कोई विकल्प प्रणाली बची नहीं है
जो जी लिया तो जी लिया जीवन
अब अफसोस करने की भी शेष कोई जगह बची नहीं
लाए थे इंधन सहज सरल का
बना दिया जटिल जाल का नाट्य मंच
कोई गुहार नहीं कोई पुकार नहीं अब जाती प्रकृति को
अब आगाज का परचम नही
अंजाम का सूरज चमक रहा।

चमकते आंकड़े, थका हुआ श्रमिक

अवनीश कुमार गुप्ता
साहित्यकार एवं स्वतंत्र स्तंभकार

फोटो : एआई

हर वर्ष 1 मई को अंतर्राष्ट्रीय श्रमिक दिवस मनाया जाता है। यह दिन केवल एक प्रतीकात्मक अवसर नहीं, बल्कि उस वर्ग के सम्मान का दिवस है जिसकी मेहनत पर संसार की अर्थव्यवस्था, उद्योग, परिवहन, कृषि और सेवा व्यवस्था टिकी हुई है। आधुनिक समाज की जितनी भी उपलब्धियां दिखाई देती हैं, उनके पीछे किसी न किसी श्रमिक का श्रम, समय, कौशल और त्याग जुड़ा होता है। फिर भी यह कटु सत्य है कि विकास की सबसे ऊंची इमारत खड़ी करने वाला व्यक्ति अक्सर स्वयं असुरक्षित जीवन जीता है। यही विरोधाभास आज के समय का सबसे गंभीर प्रश्न है।

वैश्विक स्तर पर अंतर्राष्ट्रीय श्रम संगठन लगातार यह संकेत देता रहा है कि रोजगार के अवसरों और रोजगार की गुणवत्ता के बीच बड़ा अंतर बना हुआ है। वर्ष 2024 में विश्व बेरोज़गारी दर लगभग 5 प्रतिशत के आसपास स्थिर रही, किंतु युवाओं में बेरोज़गारी 12 प्रतिशत से अधिक दर्ज की गई। इसका अर्थ है कि दुनिया में काम तो उपलब्ध है, पर स्थायी, सम्मानजनक और सुरक्षित रोजगार अब भी सीमित है। आर्थिक मंदी, युद्ध, जलवायु संकट, तकनीकी परिवर्तन और उत्पादन ढांचे में बदलाव ने श्रम बाजार को अस्थिर बनाया है। जब वैश्विक अर्थव्यवस्था डगमगाती है, तो उसका पहला प्रभाव श्रमिक वर्ग पर पड़ता है।

भारत की स्थिति इस संदर्भ में विशेष महत्व रखती है, क्योंकि देश दुनिया की सबसे बड़ी श्रमशक्ति वाले देशों में शामिल है। यहां करोड़ों युवा हर वर्ष रोजगार बाजार में प्रवेश करते हैं। एक ओर भारत तेज़ी से बढ़ती अर्थव्यवस्था है, दूसरी ओर रोजगार की गुणवत्ता, आय असमानता और श्रमिक सुरक्षा जैसे प्रश्न लगातार सामने आते रहते हैं। अंतर्राष्ट्रीय श्रम संगठन के अनुसार भारत में सामाजिक सुरक्षा कवरेज पिछले दशक में उल्लेखनीय रूप से बढ़ी है और करोड़ों लोगों तक विभिन्न योजनाओं का दायरा पहुंचा है। यह उपलब्धि महत्वपूर्ण है, परंतु वास्तविक चुनौती यह है कि कागज़ी कवरेज और जमीन पर मिलने वाले लाभ में अभी भी बड़ा अंतर मौजूद है।

देश में निर्माण क्षेत्र, परिवहन, छोटे उद्योग, कृषि, घरेलू कार्य, खुदरा बाजार, वस्त्र उद्योग, होटल, खानपान सेवा और डिजिटल मंचों पर आधारित कार्यों में बड़ी संख्या में लोग लगे हुए हैं। इनमें से अधिकांश असंगठित क्षेत्र में कार्यरत हैं। इनके पास न नियमित अनुबंध होता है, न भविष्य निधि, न स्वास्थ्य बीमा, न पेंशन की स्पष्ट व्यवस्था। यह वर्ग रोज़ कमाता है और रोज़ खर्च करता है। बीमारी, दुर्घटना, काम रुकने या आर्थिक संकट की स्थिति में इनके सामने जीवन संकट खड़ा हो जाता है। जिस अर्थव्यवस्था की रीढ़ इतना बड़ा वर्ग हो, वहां उसकी सुरक्षा सर्वोच्च प्राथमिकता होनी

चाहिए।

कुछ लोग तर्क देते हैं कि आज पहले से अधिक अवसर उपलब्ध हैं। डिजिटल मंचों ने युवाओं को नई संभावनाएं दी हैं। छोटे नगरों और कस्बों के युवा अब तकनीक के माध्यम से आय अर्जित कर रहे हैं। यह बात सही है कि काम के स्वरूप में परिवर्तन आया है। स्वरोजगार, सेवा आधारित कार्य और मंच आधारित रोजगार बढ़े हैं। लेकिन यह भी देखना होगा कि क्या इन अवसरों के साथ सामाजिक सुरक्षा, निश्चित आय और श्रमिक अधिकार भी जुड़े हैं। यदि उत्तर नहीं है, तो यह अवसर अधूरा है।

आज बड़ी संख्या में युवा वितरण सेवा, परिवहन सेवा, स्वतंत्र कार्य और अस्थायी अनुबंध आधारित कार्यों में लगे हैं। उन्हें आधुनिक अर्थव्यवस्था का चेहरा कहा जाता है, पर वास्तविकता यह है कि इनकी आय मांग पर निर्भर करती है। कार्य घंटे लंबे होते हैं, प्रतिस्पर्धा तीव्र होती है और सुरक्षा सीमित होती है। मशीनों और कृत्रिम बुद्धिमत्ता का विस्तार भविष्य में अनेक पारंपरिक नौकरियों को प्रभावित कर सकता है। यदि समय रहते कौशल उन्नयन नहीं किया गया, तो रोजगार संकट और गहरा सकता है। तकनीक का उद्देश्य मनुष्य को सशक्त बनाना होना चाहिए, विस्थापित करना नहीं।

महिला श्रमिकों की स्थिति पर विशेष ध्यान देने की आवश्यकता है। कृषि, घरेलू कार्य, वस्त्र उद्योग, स्वास्थ्य सेवा, शिक्षा सहायता और छोटे उत्पादन क्षेत्रों में महिलाओं का योगदान अत्यंत महत्वपूर्ण है। फिर भी उन्हें समान वेतन, सुरक्षित कार्यस्थल, मातृत्व सुविधा और सामाजिक सम्मान जैसी मूल आवश्यकताओं के लिए संघर्ष करना पड़ता है। अनेक महिलाएं घर और कार्यस्थल दोनों का दायित्व निभाती हैं, फिर भी उनकी मेहनत को अक्सर औपचारिक मान्यता नहीं मिलती। किसी भी समाज की प्रगति का सही पैमाना यह है कि वह अपनी महिला श्रमशक्ति के साथ कैसा व्यवहार करता है।

ग्रामीण भारत में श्रम और कृषि का संबंध बहुत गहरा है। सीमांत किसान परिवार वर्ष के कई महीनों में मजदूरी पर निर्भर रहते हैं। जब खेती से पर्याप्त आय नहीं होती, तब परिवार का एक हिस्सा शहरों की ओर पलायन करता है। इससे गांवों की सामाजिक संरचना बदलती है, परिवार बिखरते हैं और बच्चों की शिक्षा प्रभावित होती है। इसलिए श्रम नीति केवल उद्योग नीति नहीं, बल्कि ग्रामीण विकास नीति भी है। यदि गांव में रोजगार, कौशल और स्थानीय उद्योग बढ़ेंगे, तो अनियंत्रित पलायन कम होगा।

भारत में औसत कार्य घंटे कई विकसित देशों की तुलना में अधिक बताए जाते हैं। अधिक समय काम करना हमेशा अधिक उत्पादकता का संकेत नहीं होता। कई बार यह कम मजदूरी, कमजोर श्रम संरक्षण और सीमित संसाधनों का परिणाम होता है। यदि श्रमिक को पर्याप्त विश्राम, स्वास्थ्य देखभाल और पारिवारिक जीवन का समय न मिले, तो उसका प्रभाव समाज और अर्थव्यवस्था दोनों पर पड़ता है। थका हुआ श्रमिक उत्पादन तो कर सकता है, पर दीर्घकालीन विकास नहीं।

नीतिगत स्तर पर अब समय आ गया है कि श्रम सुधारों को केवल उद्योग सुविधा के दृष्टिकोण से न देखा जाए, बल्कि श्रमिक कल्याण के संतुलन के साथ लागू किया जाए। असंगठित क्षेत्र के प्रत्येक श्रमिक का सरल पंजीकरण हो। न्यूनतम वेतन का कठोर पालन सुनिश्चित किया जाए। स्वास्थ्य बीमा, दुर्घटना सहायता और वृद्धावस्था सुरक्षा को सार्वभौमिक स्वरूप दिया जाए। महिला श्रमिकों के लिए सुरक्षित वातावरण और समान अवसर सुनिश्चित किए जाएं। तकनीकी परिवर्तन को ध्यान में रखते हुए बड़े पैमाने पर कौशल प्रशिक्षण अभियान चलाया जाए। स्थानीय स्तर पर छोटे उद्योग, हस्तशिल्प, खाद्य प्रसंस्करण और सेवा क्षेत्र को बढ़ावा देकर रोजगार सृजन किया जाए।

समाज को भी आत्ममंथन करना होगा। हम श्रम का उपयोग तो करते हैं, पर श्रमिक का सम्मान हर बार नहीं करते। सफाईकर्मी, घरेलू सहायक, निर्माण मजदूर, रिक्शा चालक, खेतिहर मजदूर और सेवा प्रदाता हमारी दैनिक जीवन व्यवस्था का हिस्सा हैं, पर सामाजिक व्यवहार में उन्हें बराबरी का स्थान नहीं मिलता। जब तक श्रम को गरिमा नहीं मिलेगी, तब तक कानूनों का प्रभाव सीमित रहेगा। सभ्यता का असली परिचय इस बात से मिलता है कि वह अपने सबसे मेहनती नागरिकों के साथ कैसा व्यवहार करती है।

उद्योग जगत को भी यह समझना होगा कि श्रमिक केवल लागत नहीं, बल्कि उत्पादन का मूल आधार है। सुरक्षित, प्रशिक्षित और संतुष्ट श्रमिक ही स्थायी लाभ और गुणवत्तापूर्ण उत्पादन दे सकता है। अल्पकालिक लाभ के लिए श्रमिक हितों की अनदेखी अंततः आर्थिक ढांचे को कमजोर करती है। लाभ और मानवता का संतुलन ही स्वस्थ औद्योगिक संस्कृति का आधार है।

राजनीति में भी श्रमिक केवल भाषण का विषय नहीं होना चाहिए। चुनावी वादों से आगे बढ़कर श्रम नीति पर गंभीर राष्ट्रीय विमर्श आवश्यक है। जिस देश की विशाल आबादी श्रम पर निर्भर हो, वहां यह विषय शिक्षा, स्वास्थ्य और बुनियादी ढांचे जितना ही महत्वपूर्ण होना चाहिए।

अंततः किसी राष्ट्र की ऊंचाई उसके पुलों, इमारतों और आर्थिक आंकड़ों से नहीं मापी जाती, बल्कि उन लोगों की स्थिति से मापी जाती है जिन्होंने उन्हें बनाया है। यदि श्रमिक असुरक्षित है, तो विकास अधूरा है। यदि श्रमिक सम्मानित है, तो भविष्य सुरक्षित है। भारत यदि वास्तव में समृद्ध, न्यायपूर्ण और शक्तिशाली राष्ट्र बनना चाहता है, तो उसे अपने श्रमिकों के हाथ मजबूत करने होंगे। क्योंकि पसीने की अनदेखी पर खड़ी समृद्धि कभी स्थायी नहीं होती, और श्रम का सम्मान ही किसी राष्ट्र की सबसे बड़ी पूंजी होता है।

डिजिटाइजेशन : जीवन आसान बना रहा है या चुनौतियाँ बढ़ा रहा है?

सुनील कुमार महला
पिथौरागढ़, उत्तराखंड

यह कहना भी ग़लत नहीं होगा कि डिजिटाइजेशन चाहे किसी भी क्षेत्र में हो, इसका लाभ पर्यावरण को भी होता है।सच तो यह है कि डिजिटाइजेशन ने आज जीवन के लगभग हर क्षेत्र को प्रभावित किया है और इसका पर्यावरण पर भी कई सकारात्मक प्रभाव पड़ा है। इससे हमारी धरती के विभिन्न प्राकृतिक संसाधनों का संरक्षण संभव हुआ है और प्रदूषण में अभूतपूर्व कमी आई है। डिजिटाइजेशन के कारण आज काग़ज़ की खपत में कमी आई है।

फोटो : एआई

आज भारत तेजी से डिजिटाइजेशन की ओर अग्रसर है। शायद यही कारण भी है कि आज हर क्षेत्र में जैसे कि शिक्षा, स्वास्थ्य, बैंकिंग और वित्त, सरकारी सेवाओं, व्यापार और बाजार, परिवहन तथा संचार में डिजीटलीकरण को लगातार बढ़ावा मिल रहा है।इन सभी क्षेत्रों में डिजिटाइजेशन को बढ़ावा इसलिए मिल रहा है क्यों कि डिजिटाइजेशन के अनेक फायदे हैं।दरअसल, डिजिटाइजेशन के कारण कोई भी काम तेजी से होता है,कागज़, प्रिंटिंग और मैनुअल काम कम होने से लागत में अभूतपूर्व कमी आती है, कोई भी जानकारी डिजिटल रूप में सुरक्षित और आसानी से खोजने योग्य होती है। डिजिटाइजेशन से हमारा कोई भी डेटा सुरक्षित और व्यवस्थित रहता है,मोबाइल या इंटरनेट से कहीं भी काम संभव हो सकता है,गलतियों और भ्रष्टाचार की संभावना कम होने से पारदर्शिता बनी रहती है तथा डेटा आधारित निर्णय लेना आसान हो जाता है। निष्कर्ष यह है कि डिजिटाइजेशन हर काम को तेज, आसान, पारदर्शी और तकनीक आधारित बनाता है।बहरहाल,यहां पाठकों को बताता चलूं कि डिजिटाइजेशन का अर्थ है-कागजी, भौतिक या पारंपरिक जानकारी को डिजिटल (कंप्यूटर/ऑनलाइन) रूप में बदलना और प्रक्रियाओं को तकनीक आधारित बनाना। यहां पाठकों को बताता चलूं कि अब शिक्षा के क्षेत्र में डिजिटाइजेशन का भरपूर इस्तेमाल किया जा रहा है।इस बार तो सीबीएसई(सेंट्रल बोर्ड ऑफ सेकेंडरी एजुकेशन) ने 2026 से 12वीं बोर्ड परीक्षाओं के लिए ऑन-स्क्रीन मार्किंग (ओएसएम) सिस्टम लागू कर दिया है। इसमें कॉपियां स्कैन होकर डिजिटल प्लेटफॉर्म पर आती हैं और शिक्षक कंप्यूटर स्क्रीन पर जांचते हैं। इससे मूल्यांकन तेज़, पारदर्शी और त्रुटिहीन (बिना टोटलिंग गलती के) होगा।सरल शब्दों में कहें तो ऑन-स्क्रीन

मार्किंग एक आधुनिक मूल्यांकन प्रणाली है, जिसमें उत्तर पुस्तिकाओं की जाँच कंप्यूटर/स्क्रीन पर की जाती है, न कि कागज पर हाथ से।इस प्रणाली के अंतर्गत परीक्षा के बाद उत्तर पुस्तिकाएँ स्कैन कर ली जाती हैं तथा बाद में हर उत्तर पुस्तिका की डिजिटल कॉपी शिक्षकों की कंप्यूटर स्क्रीन पर आती है या यूं कहें कि भेज दी जाती है। इसके बाद परीक्षक स्क्रीन पर ही उत्तर देखते हैं और अंक देते हैं तथा विद्यार्थियों के अंक सीधे सॉफ्टवेयर में दर्ज हो जाते हैं। कहना ग़लत नहीं होगा कि ऑन-स्क्रीन मार्किंग से रिजल्ट तेज़ी से तैयार होता है, क्योंकि इसके कारण से उत्तर पुस्तिकाएँ इधर-उधर भेजने की जरूरत नहीं होती तथा पुस्तिकाओं को इधर-उधर भेजने का खर्च तथा श्रम व समय की बचत भी होती है।इस प्रणाली के कारण एक ही समय में कई परीक्षक अलग-अलग कॉपियाँ जाँच सकते हैं तथा अंक सीधे डिजिटल सिस्टम में दर्ज हो जाते हैं तथा अंकों की टोटलिंग और रिजल्ट तैयार करने में कम समय लगता है।बाद में वही अंक रिजल्ट डेटाबेस में ऑटोमैटिक जोड़ दिए जाते हैं। डिजिटाइजेशन का या यूं कहें कि ऑन-स्क्रीन मार्किंग का एक बड़ा फायदा यह है कि अंकों की अलग से मैन्युअल एंट्री की जरूरत बहुत कम या नहीं के बराबर होती है।

बहरहाल, यहां यह कहना भी ग़लत नहीं होगा कि डिजिटाइजेशन चाहे किसी भी क्षेत्र में हो,इसका लाभ पर्यावरण को भी होता है।सच तो यह है कि डिजिटाइजेशन ने आज जीवन के लगभग हर क्षेत्र को प्रभावित किया है और इसका पर्यावरण पर भी कई सकारात्मक प्रभाव पड़ा है। इससे हमारी धरती के विभिन्न प्राकृतिक संसाधनों का संरक्षण संभव हुआ है और प्रदूषण में अभूतपूर्व कमी आई है। डिजिटाइजेशन के कारण आज काग़ज़ की खपत में कमी आई है। धीरे-धीरे सबकुछ आनलाइन होने से कागज़ की जरूरत कम पड़ती है या नहीं के बराबर पड़ती है, जिससे पेड़ों की कटाई घटती है, क्यों कि कागज़ पेड़ों के इस्तेमाल से ही बनता है।सरल शब्दों में कहा जा सकता है कि डिजिटाइजेशन से वनों के संरक्षण को मजबूती मिलती है। आज के समय में ऑनलाइन मीटिंग, वर्क फ्रॉम होम और विभिन्न डिजिटल सेवाओं से आवागमन घटा है, जिससे ईंधन की खपत और वायु प्रदूषण कम हुआ है।

डिजिटल बिलिंग, ई-टिकटिंग और ऑनलाइन रसीदों से कागज आधारित कचरा कम होता है। इतना ही नहीं, डिजिटाइजेशन का एक बड़ा फायदा यह भी है कि इससे किसी भी देश की ऊर्जा दक्षता में भी सुधार संभव हो पाता है। लेकिन डिजिटाइजेशन का प्रयोग जिम्मेदारी से किया जाना आवश्यक है। यदि हम जिम्मेदारी से डिजिटाइजेशन का प्रयोग करते हैं तो यह निश्चित ही सतत विकास(सस्टेनेबल डेवलपमेंट) और स्वच्छ पर्यावरण(क्लीन एनवायरमेंट)की दिशा में एक मजबूत कदम साबित हो सकता है।

हालांकि, यह बात भी दीगर(अलग/भिन्न) है कि डिजिटाइजेशन की अपनी हानियां भी हैं। मसलन, डिजिटाइजेशन से इलेक्ट्रॉनिक कचरे (ई-वेस्ट) में वृद्धि होती है। विभिन्न इलेक्ट्रॉनिक उपकरण बनाने के लिए दुर्लभ धातुओं और खनिजों का अत्यधिक उपयोग होने के कारण धरती के संसाधनों पर विपरीत प्रभाव पड़ता है, जैसा कि प्राकृतिक संसाधनों का असीमित दोहन को इससे कहीं न कहीं बल मिलता है। इतना ही नहीं, विभिन्न डेटा सेंटरों, सर्वरों और डिजिटल उपकरणों आदि द्वारा लगातार बिजली की बड़ी मात्रा का उपयोग करने से देश की ऊर्जा दक्षता गड़बड़ा सकती है। डिजिटाइजेशन से विभिन्न साइबर अपराधों का खतरा जैसे कि हैकिंग, डेटा चोरी और ऑनलाइन धोखाधड़ी जैसी समस्याएं पैदा होतीं हैं। मानव स्वयं कुछ करने की बजाय तकनीक और मशीनों पर ज्यादा निर्भर हो जाता है, जिससे बेरोजगारी जन्म ले सकती है तथा साथ ही साथ इससे (डिजिटाइजेशन से) आत्मनिर्भरता और व्यावहारिक कौशल कम होते हैं। डिजिटल दुनिया में अधिक समय बिताने से वास्तविक सामाजिक संबंध कमजोर(सामाजिक अलगाव की समस्या) हो सकते हैं। इतना ही नहीं, डिजिटाइजेशन से मानव स्वास्थ्य पर भी असर पड़ता है। जैसे कि अधिक स्क्रीन टाइम से आंखों की समस्या, तनाव और नींद की कमी जैसी समस्याओं को बल मिलता है। यह बात बिलकुल सही है कि आज के समय में निश्चित ही डिजिटाइजेशन ने जीवन को सरल और तेज बनाया है, लेकिन इसका पानी की समस्या पर भी अप्रत्यक्ष प्रभाव पड़ा है, जैसा कि बड़े-बड़े डेटा सेंटरों में सर्वरों को ठंडा रखने के लिए अधिक पानी की आवश्यकता होती है, जिससे कई क्षेत्रों में जल संसाधनों पर दबाव बढ़ता है। साथ ही, इलेक्ट्रॉनिक कचरे के गलत निपटान से जल स्रोत प्रदूषित हो सकते हैं। शहरीकरण और डिजिटल उद्योगों के विस्तार के कारण भूजल स्तर में भी गिरावट देखी जा रही है। इस प्रकार, डिजिटाइजेशन विकास का महत्वपूर्ण साधन होते हुए भी जल संरक्षण के प्रति संतुलित और जिम्मेदार दृष्टिकोण की आवश्यकता को बढ़ाता है।

अंत में यही कहूंगा कि डिजिटाइजेशन आधुनिक युग की बड़ी उपलब्धि है, जिसने कार्यों को सरल, तेज और पारदर्शी बनाया है। आधुनिक दौर में शिक्षा, स्वास्थ्य, बैंकिंग और प्रशासन जैसे क्षेत्रों में इसके अनेक लाभ दिखाई देते हैं। किंतु इसका अंधाधुंध उपयोग कई समस्याएँ भी पैदा कर सकता है, जैसे समय की बर्बादी, साइबर अपराध, स्वास्थ्य संबंधी दुष्प्रभाव और पर्यावरण पर दबाव। इसलिए डिजिटाइजेशन का विवेकपूर्ण, संतुलित और जिम्मेदार उपयोग आवश्यक है। तकनीक को साधन मानकर विवेकपूर्ण व संतुलित तरीके से इसका उपयोग किया जाए, न कि उस पर पूरी तरह निर्भर हुआ जाए। यही दृष्टिकोण समाज और व्यक्ति दोनों के हित में है।

रितु करिधल : भारत की "रॉकेट वुमन"

"

रितु करिधल का जन्म उत्तर प्रदेश की राजधानी लखनऊ में एक साधारण परिवार में हुआ। बचपन से ही उनमें अंतरिक्ष और विज्ञान के प्रति गहरी रुचि दिखाई देती थी। जब अधिकांश बच्चे सामान्य खेलों में व्यस्त रहते थे, तब रितु रात के आकाश को निहारते हुए तारों और ग्रहों के रहस्यों के बारे में सोचती थीं। उनके मन में यह प्रश्न बार-बार उठता था कि ब्रह्मांड कितना विशाल है और इसके पीछे कौन-सी शक्तियां काम करती हैं। यही जिज्ञासा उनके जीवन की दिशा तय करने वाली बनी।

"

रितु करिधल भारत की उन प्रेरणादायक वैज्ञानिकों में से हैं जिन्होंने अपने परिश्रम, लगन और अद्भुत प्रतिभा के बल पर अंतरिक्ष विज्ञान के क्षेत्र में देश का नाम विश्वभर में रोशन किया। उन्हें "भारत की रॉकेट वुमन" के नाम से जाना जाता है और यह उपाधि केवल एक प्रशंसा नहीं, बल्कि उनके कार्यों का सटीक परिचय है। भारतीय अंतरिक्ष अनुसंधान संगठन यानी ISRO में उनका योगदान भारत की वैज्ञानिक उपलब्धियों की कहानी का एक महत्वपूर्ण अध्याय बन चुका है। उनका जीवन इस बात का प्रमाण है कि यदि किसी व्यक्ति के भीतर जिज्ञासा, धैर्य और दृढ़ निश्चय हो, तो वह किसी भी क्षेत्र में असंभव को संभव बना सकता है।

रितु करिधल का जन्म उत्तर प्रदेश की राजधानी लखनऊ में एक साधारण परिवार में हुआ। बचपन से ही उनमें अंतरिक्ष और विज्ञान के प्रति गहरी रुचि दिखाई देती थी। जब अधिकांश बच्चे सामान्य खेलों में व्यस्त रहते थे, तब रितु रात के आकाश को निहारते हुए तारों और ग्रहों के रहस्यों के बारे में सोचती थीं। उनके मन में यह प्रश्न बार-बार उठता था कि ब्रह्मांड कितना विशाल है और इसके पीछे कौन-सी शक्तियां काम करती हैं। यही जिज्ञासा उनके जीवन की दिशा तय करने वाली बनी। उनके परिवार ने भी उनकी इस रुचि को समझा और उन्हें आगे बढ़ने के लिए प्रोत्साहित किया, जो उनकी सफलता का एक मजबूत आधार बना।

उन्होंने अपनी प्रारंभिक शिक्षा लखनऊ में ही पूरी की और आगे चलकर भौतिकी विषय में स्नातक की डिग्री प्राप्त की। इसके बाद उन्होंने बेंगलुरु स्थित इंडियन इंस्टीट्यूट ऑफ साइंस से एयरोस्पेस इंजीनियरिंग में उच्च शिक्षा प्राप्त की। यह वह चरण था जहां उनके सपनों को वास्तविक रूप मिलने लगा। यहां उन्होंने अंतरिक्ष विज्ञान की जटिलताओं को गहराई से समझा और अपने कौशल को विकसित किया। उनकी मेहनत और प्रतिभा ने उन्हें जल्द ही ISRO जैसे प्रतिष्ठित संस्थान में काम करने का अवसर दिलाया, जो किसी भी भारतीय वैज्ञानिक के लिए गर्व की बात होती है।

इसरो में अपने करियर की शुरुआत के दौरान उन्हें कई चुनौतियों का सामना करना पड़ा, लेकिन उन्होंने कभी हार नहीं मानी। उन्होंने हर समस्या को एक अवसर के रूप

में लिया और लगातार सीखते हुए आगे बढ़ती रहीं। धीरे-धीरे वे इसरो की महत्वपूर्ण परियोजनाओं का हिस्सा बन गईं और अपनी मेहनत से एक मजबूत पहचान स्थापित की। उनकी कार्यशैली में अनुशासन, सटीकता और टीम वर्क का विशेष महत्व रहा, जिसने उन्हें एक सफल वैज्ञानिक बनने में मदद की।

रितु करिधल का नाम विशेष रूप से मंगलयान मिशन से जुड़ा हुआ है, जो भारत के अंतरिक्ष इतिहास की एक ऐतिहासिक उपलब्धि है। इस मिशन में उन्होंने डिप्टी ऑपरेशंस डायरेक्टर के रूप में कार्य किया और इसकी सफलता में महत्वपूर्ण भूमिका निभाई। 2013 में लॉन्च हुआ यह मिशन 2014 में सफलतापूर्वक मंगल ग्रह की कक्षा में पहुंचा और भारत ऐसा करने वाला पहला देश बना जिसने अपने पहले प्रयास में ही यह सफलता हासिल की। इस मिशन की एक और खास बात यह थी कि इसे बहुत कम लागत में पूरा किया गया, जिसने पूरी दुनिया को भारत की तकनीकी दक्षता और वैज्ञानिक क्षमता का परिचय दिया। इस सफलता के पीछे रितु करिधल और उनकी टीम की अथक मेहनत और सटीक योजना का बड़ा योगदान था।

मंगलयान के बाद उन्होंने चंद्रयान-2 मिशन में भी महत्वपूर्ण भूमिका निभाई। यह मिशन चंद्रमा की सतह का अध्ययन करने के उद्देश्य से भेजा गया था। हालांकि लैंडर विक्रम की सॉफ्ट लैंडिंग पूरी तरह सफल नहीं हो सकी, लेकिन इस मिशन ने भारत को अंतरिक्ष अनुसंधान के क्षेत्र में एक नई पहचान दिलाई। इस मिशन से प्राप्त आंकड़ों ने वैज्ञानिकों को चंद्रमा के बारे में कई नई जानकारियां प्रदान कीं। रितु करिधल ने इस मिशन के दौरान भी अपनी प्रतिभा और समर्पण का परिचय दिया।

रितु करिधल की सफलता केवल व्यक्तिगत उपलब्धि नहीं है, बल्कि यह महिला सशक्तिकरण का एक सशक्त उदाहरण भी है। उन्होंने यह सिद्ध किया कि महिलाएं किसी भी क्षेत्र में पुरुषों से कम नहीं हैं, विशेषकर विज्ञान और तकनीक जैसे क्षेत्रों में, जहां महिलाओं की भागीदारी पहले अपेक्षाकृत कम रही है। उनकी उपलब्धियों ने हजारों लड़कियों को विज्ञान और इंजीनियरिंग के क्षेत्र में करियर बनाने के लिए प्रेरित किया है। वे आज उन युवाओं के लिए एक आदर्श बन चुकी हैं जो अपने सपनों को साकार करना चाहते हैं।

रितु करिधल का व्यक्तित्व बेहद सरल और प्रेरणादायक है। वे हमेशा सीखने और नए प्रयोग करने में विश्वास रखती हैं। उनके अनुसार, सफलता का कोई शॉर्टकट नहीं होता और केवल निरंतर प्रयास और समर्पण ही व्यक्ति को अपने लक्ष्य तक पहुंचा सकता है। वे अपने काम के प्रति पूरी तरह समर्पित रहती हैं और अपनी टीम के साथ मिलकर काम करने में विश्वास रखती हैं। उनकी यही विशेषताएं उन्हें एक उत्कृष्ट वैज्ञानिक और नेता बनाती हैं।

उनके उत्कृष्ट कार्य के लिए उन्हें कई पुरस्कार और सम्मान प्राप्त हुए हैं, जिनमें इसरो यंग साइंटिस्ट अवॉर्ड और विभिन्न राष्ट्रीय एवं अंतरराष्ट्रीय मंचों पर मिले सम्मान शामिल हैं। ये पुरस्कार उनके समर्पण और कठिन परिश्रम का प्रमाण हैं। हालांकि, उनके लिए सबसे बड़ा पुरस्कार देश की सेवा करना और भारत को अंतरिक्ष क्षेत्र में आगे बढ़ते देखना है।

रितु करिधल का व्यक्तित्व बेहद सरल और प्रेरणादायक है। वे हमेशा सीखने और नए प्रयोग करने में विश्वास रखती हैं। उनके अनुसार, सफलता का कोई शॉर्टकट नहीं होता और केवल निरंतर प्रयास और समर्पण ही व्यक्ति को अपने लक्ष्य तक पहुंचा सकता है। वे अपने काम के प्रति पूरी तरह समर्पित रहती हैं और अपनी टीम के साथ मिलकर काम करने में विश्वास रखती हैं। उनकी यही विशेषताएं उन्हें एक उत्कृष्ट वैज्ञानिक और नेता बनाती हैं।

भारत के लिए उनका योगदान अत्यंत महत्वपूर्ण है। उन्होंने न केवल अंतरिक्ष मिशनों में सफलता दिलाने में योगदान दिया, बल्कि भारत को एक ऐसी पहचान दिलाई है जिससे देश की वैज्ञानिक क्षमता का लोहा पूरी दुनिया मानती है। आज भारत अंतरिक्ष तकनीक के क्षेत्र में तेजी से आगे बढ़ रहा है और इसमें रितु करिधल जैसे वैज्ञानिकों की भूमिका अत्यंत महत्वपूर्ण है।

उनका जीवन युवाओं के लिए एक प्रेरणा है। उनसे हमें यह सीख मिलती है कि यदि हम अपने लक्ष्य के प्रति समर्पित रहें और कठिनाइयों से घबराए बिना आगे बढ़ते रहें, तो सफलता निश्चित रूप से हमारे कदम चूमेगी। वे यह भी सिखाती हैं कि असफलता केवल एक पड़ाव है, अंत नहीं। यदि हम उससे सीखकर आगे बढ़ें, तो वह हमें और मजबूत बनाती है।

आने वाले समय में भारत कई महत्वाकांक्षी अंतरिक्ष मिशनों पर काम कर रहा है, जैसे मानव अंतरिक्ष उड़ान कार्यक्रम। ऐसे में रितु करिधल जैसे अनुभवी वैज्ञानिकों की भूमिका और भी महत्वपूर्ण हो जाती है। उनके अनुभव, नेतृत्व और ज्ञान के आधार पर भारत निश्चित रूप से अंतरिक्ष क्षेत्र में नई ऊंचाइयों को छुएगा और विश्व मंच पर अपनी मजबूत उपस्थिति दर्ज कराएगा।

अंततः रितु करिधल का जीवन यह संदेश देता है कि सपने देखने से ही नहीं, बल्कि उन्हें साकार करने के लिए निरंतर प्रयास करने से ही सफलता मिलती है। वे न केवल एक महान वैज्ञानिक हैं, बल्कि एक ऐसी प्रेरणा हैं जो आने वाली पीढ़ियों को अपने सपनों के पीछे दौड़ने और उन्हें साकार करने का साहस देती हैं। भारत को उन पर गर्व है और उनका योगदान सदैव याद किया जाएगा।

जीसैट-7आर (GSAT-7R) : भारत का आधुनिक संचार उपग्रह

मानवेन्द्र
लखनऊ

भारत ने अंतरिक्ष विज्ञान के क्षेत्र में पिछले कुछ दशकों में उल्लेखनीय प्रगति की है और इस प्रगति का एक महत्वपूर्ण स्तंभ संचार उपग्रहों का विकास है। इन्हीं में एक आधुनिक और अत्यंत महत्वपूर्ण उपग्रह है GSAT-7R। यह उपग्रह भारतीय अंतरिक्ष अनुसंधान संगठन यानी ISRO द्वारा विकसित किया गया है और इसे विशेष रूप से भारत की सामरिक और संचार क्षमताओं को मजबूत करने के उद्देश्य से तैयार किया गया है। GSAT-7R को भारत के नौसैनिक संचार को और अधिक सुरक्षित, तेज और विश्वसनीय बनाने के लिए डिज़ाइन किया गया है, जिससे भारत की समुद्री सुरक्षा और रणनीतिक क्षमता में गुणात्मक वृद्धि होती है।

GSAT-7R का विकास भारत की बढ़ती सुरक्षा आवश्यकताओं और तकनीकी आत्मनिर्भरता की दिशा में एक महत्वपूर्ण कदम है। आज के युग में संचार प्रणाली केवल नागरिक उपयोग तक सीमित नहीं है, बल्कि यह राष्ट्रीय सुरक्षा, रक्षा संचालन और वैश्विक रणनीति का एक अहम हिस्सा बन चुकी है। ऐसे में एक उन्नत और सुरक्षित संचार उपग्रह का होना किसी भी देश के लिए अनिवार्य हो जाता है। GSAT-7R इसी आवश्यकता को ध्यान में रखकर विकसित किया गया है और यह भारत के लिए एक "फोर्स मल्टीप्लायर" के रूप में कार्य करता है।

GSAT-7R का मुख्य उद्देश्य भारतीय नौसेना के लिए सुरक्षित और निर्बाध संचार सुविधा प्रदान करना है। यह उपग्रह समुद्र में तैनात जहाजों, पनडुब्बियों और नौसैनिक अड्डों के बीच रियल-टाइम संचार स्थापित करता है। इसके माध्यम से नौसेना को समुद्री क्षेत्रों में निगरानी, सूचना साझा करने और रणनीतिक निर्णय लेने में काफी सहायता मिलती है।विशेष रूप से हिंद महासागर क्षेत्र में भारत की उपस्थिति और सुरक्षा को मजबूत करने में इस उपग्रह की भूमिका अत्यंत महत्वपूर्ण है।

इस उपग्रह का प्रक्षेपण भारत के शक्तिशाली प्रक्षेपण यान LVM3 के माध्यम से किया गया, जो भारत का सबसे भारी और उन्नत रॉकेट है। LVM3 की सहायता से GSAT-7R को भू-समकालिक स्थानांतरण कक्षा (GTO) में स्थापित किया गया, जहां से यह धीरे-धीरे अपनी अंतिम कक्षा में पहुंचता है। यह तथ्य भारत की प्रक्षेपण क्षमता को भी दर्शाता है कि अब देश अपने भारी उपग्रहों को स्वयं अंतरिक्ष में स्थापित करने में सक्षम हो चुका है, जिससे विदेशी प्रक्षेपण सेवाओं पर निर्भरता कम होती जा रही है।

GSAT-7R का मुख्य उद्देश्य भारतीय नौसेना के लिए सुरक्षित और निर्बाध संचार

सुविधा प्रदान करना है। यह उपग्रह समुद्र में तैनात जहाजों, पनडुब्बियों और नौसैनिक अड्डों के बीच रियल-टाइम संचार स्थापित करता है। इसके माध्यम से नौसेना को समुद्री क्षेत्रों में निगरानी, सूचना साझा करने और रणनीतिक निर्णय लेने में काफी सहायता मिलती है। विशेष रूप से हिंद महासागर क्षेत्र में भारत की उपस्थिति और सुरक्षा को मजबूत करने में इस उपग्रह की भूमिका अत्यंत महत्वपूर्ण है।

तकनीकी दृष्टि से GSAT-7R एक अत्याधुनिक संचार उपग्रह है जिसमें मल्टी-बैंड ट्रांसपोंडर लगाए गए हैं। ये ट्रांसपोंडर विभिन्न आवृत्ति बैंड में कार्य करते हैं, जिससे संचार की गुणवत्ता और विश्वसनीयता बढ़ जाती है। इसके अलावा, यह उपग्रह उच्च डेटा दर (High Data Rate) पर संचार करने में सक्षम है, जिससे बड़े पैमाने पर सूचनाओं का आदान-प्रदान संभव हो पाता है। इसकी डिजाइन इस प्रकार की गई है कि यह कठोर अंतरिक्ष परिस्थितियों में भी लंबे समय तक कार्य कर सके।

GSAT-7R की एक विशेषता इसकी सुरक्षा प्रणाली है। इसमें उन्नत एन्क्रिप्शन तकनीक का उपयोग किया गया है, जिससे संचार को हैक या बाधित करना बेहद कठिन हो जाता है। यह विशेषता इसे रक्षा क्षेत्र के लिए अत्यंत उपयोगी बनाती है। इसके माध्यम से भारत अपने संवेदनशील सैन्य संचार को सुरक्षित रख सकता है, जो आधुनिक युद्ध प्रणाली में अत्यंत आवश्यक है।

इस उपग्रह का महत्व केवल सैन्य उपयोग तक सीमित नहीं है, बल्कि यह भारत की समग्र अंतरिक्ष क्षमता को भी दर्शाता है। GSAT-7R यह साबित करता है कि भारत अब जटिल और उन्नत उपग्रहों को डिजाइन और विकसित करने में सक्षम हो चुका है। यह देश की वैज्ञानिक प्रतिभा, तकनीकी कौशल और अनुसंधान क्षमता का प्रतीक है।

GSAT-7R के माध्यम से भारत ने "नेटवर्क-सेंट्रिक वारफेयर" की दिशा में एक बड़ा कदम उठाया है। इसका अर्थ यह है कि अब सैन्य बलों के विभिन्न अंग आपस में बेहतर तरीके से जुड़े रह सकते हैं और एकीकृत रूप से कार्य कर सकते हैं। यह आधुनिक युद्ध की एक महत्वपूर्ण अवधारणा है, जिसमें सूचना का त्वरित और सुरक्षित आदान-प्रदान जीत और हार के बीच अंतर तय कर सकता है।

भारत के लिए हिंद महासागर क्षेत्र का रणनीतिक महत्व बहुत अधिक है, क्योंकि यह क्षेत्र वैश्विक व्यापार मार्गों का केंद्र है। GSAT-7R इस क्षेत्र में भारत की निगरानी क्षमता को बढ़ाता है और किसी भी संभावित खतरे का समय रहते पता लगाने में सहायता करता है। इससे भारत की समुद्री सुरक्षा मजबूत होती है और देश की आर्थिक तथा सामरिक हितों की रक्षा सुनिश्चित होती है।

GSAT-7R का एक और महत्वपूर्ण पहलू इसकी लंबी आयु है। इस उपग्रह को इस प्रकार डिजाइन किया गया है कि यह कई वर्षों तक निरंतर कार्य कर सके। इसकी ऊर्जा आवश्यकताओं को पूरा करने के लिए इसमें सौर पैनलों का उपयोग किया गया है, जो सूर्य से ऊर्जा प्राप्त करते हैं। इसके अलावा, इसमें बैकअप सिस्टम भी मौजूद हैं, जिससे किसी तकनीकी समस्या के दौरान भी इसका संचालन जारी रह सकता है।

इस उपग्रह का विकास "मेक इन इंडिया" और "आत्मनिर्भर भारत" जैसे अभियानों के अनुरूप है। GSAT-7R के अधिकांश घटक भारत में ही विकसित किए गए हैं, जिससे देश की तकनीकी आत्मनिर्भरता को बढ़ावा मिला है। यह न केवल आर्थिक दृष्टि से लाभदायक है, बल्कि यह भारत को वैश्विक स्तर पर एक मजबूत तकनीकी शक्ति के रूप में स्थापित करता है। GSAT-7R का प्रभाव भविष्य में और भी व्यापक होगा। जैसे-जैसे भारत अपने अंतरिक्ष कार्यक्रम को आगे बढ़ाएगा, ऐसे उपग्रहों की भूमिका और अधिक महत्वपूर्ण होती जाएगी। यह उपग्रह आने वाले समय में भारत के अन्य रक्षा और संचार मिशनों के लिए एक मजबूत आधार प्रदान करेगा।

इस उपग्रह की सफलता ने यह भी सिद्ध कर दिया है कि भारत अब केवल अंतरिक्ष अनुसंधान में भाग लेने वाला देश नहीं है, बल्कि वह इस क्षेत्र में नेतृत्व करने की क्षमता रखता है। GSAT-7R जैसे मिशन भारत को वैश्विक अंतरिक्ष समुदाय में एक महत्वपूर्ण स्थान दिलाते हैं।

एक महत्वपूर्ण तथ्य यह है कि GSAT-7R को GSAT-7 श्रृंखला का उन्नत संस्करण माना जाता है, जो विशेष रूप से भारतीय नौसेना के लिए विकसित किए गए संचार उपग्रहों की श्रृंखला है। इस श्रृंखला के पहले उपग्रह GSAT-7 ने भी नौसेना की संचार क्षमताओं को मजबूत किया था, और GSAT-7R उसी का अधिक उन्नत और सक्षम रूप है। यह उपग्रह बेहतर कवरेज, अधिक डेटा क्षमता और उच्च सुरक्षा प्रदान करता है, जिससे यह आधुनिक आवश्यकताओं को पूरा करने में सक्षम है।

एक अन्य तथ्य यह है कि GSAT-7R का उपयोग केवल शांति काल में ही नहीं, बल्कि आपातकालीन परिस्थितियों और आपदा प्रबंधन में भी किया जा सकता है। समुद्री आपदाओं, प्राकृतिक आपदाओं या किसी अन्य संकट के समय यह उपग्रह संचार का एक विश्वसनीय माध्यम प्रदान करता है, जिससे राहत और बचाव कार्यों को तेजी से संचालित किया जा सकता है।

अंततः, GSAT-7R भारत की तकनीकी प्रगति, वैज्ञानिक उत्कृष्टता और रणनीतिक दृष्टिकोण का प्रतीक है। यह उपग्रह न केवल देश की संचार और रक्षा क्षमताओं को सुदृढ़ करता है, बल्कि यह भारत को एक आत्मनिर्भर और शक्तिशाली राष्ट्र के रूप में स्थापित करने में भी महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है। आने वाले वर्षों में GSAT-7R जैसे और भी उन्नत उपग्रह भारत के अंतरिक्ष कार्यक्रम को नई ऊंचाइयों तक ले जाएंगे और देश को वैश्विक स्तर पर एक अग्रणी स्थान दिलाएंगे।

अगर आपके पास स्किल्स हैं, तो बिना डिग्री के भी नौकरी मिल सकती है

डॉ विजय गर्ग
मलोट पंजाब

आज का दौर तेजी से बदलते अवसरों और नई सोच का दौर है। जहां कभी एक अच्छी नौकरी पाने के लिए बड़ी-बड़ी डिग्रियों को ही सफलता का आधार माना जाता था, वहीं आज यह धारणा धीरे-धीरे बदल रही है। अब कंपनियां केवल कागज़ी योग्यता नहीं, बल्कि वास्तविक कौशल-यानी स्किल्स-को अधिक महत्व देने लगी हैं। यह बदलाव न केवल रोजगार के स्वरूप को बदल रहा है, बल्कि युवाओं के सोचने और अपने करियर को बनाने के तरीके को भी प्रभावित कर रहा है।

शिक्षा का बदलता स्वरूप

पारंपरिक शिक्षा प्रणाली लंबे समय तक डिग्री-केंद्रित रही है। स्कूल, कॉलेज और विश्वविद्यालयों का मुख्य उद्देश्य छात्रों को डिग्री प्रदान करना रहा है, जिसे नौकरी पाने का पासपोर्ट समझा जाता था। लेकिन डिजिटल युगके आगमन ने इस व्यवस्था को चुनौती दी है। आज ज्ञान केवल किताबों और कक्षाओं तक सीमित नहीं है। इंटरनेट ने सीखने को लोकतांत्रिक बना दिया हैअब कोई भी व्यक्ति, कहीं भी बैठकर, किसी भी विषय में विशेषज्ञता हासिल कर सकता है।इसने डिग्री और स्किल्स के बीच के अंतर को स्पष्ट कर दिया है।

स्किल्स क्यों बन रही हैं नई मुद्रा ?

आज की अर्थव्यवस्था को अक्सर “स्किल-बेस्ड इकोनॉमी” कहा जाता है।

फोटो : एआई

पीढ़ियों से हमें दुनिया को सही और गलत नजरिए से देखना सिखाया गया है यह नैतिक ढांचा हमारे निर्णयों, हमारे निर्णयों और यहां तक कि हमारी पहचान को भी आकार देता है। इससे हमें व्यवस्था और स्पष्टता का एहसास होता है। लेकिन तेजी से जटिल और बदलती दुनिया में, यह द्विआधारी सोच अक्सर बहुत सीमित होती है। आज हमें कार्यों को केवल सही या गलत मानने से लेकर यह समझने तक की आवश्यकता है कि वे सुरक्षित हैं या असुरक्षित।

इसका कारण है- काम का बदलता स्वरूप। कंपनियां ऐसे कर्मचारियों की तलाश में हैं जो तुरंत काम संभाल सकें, समस्याओं का समाधान निकाल सकें और नई परिस्थितियों के अनुसार खुद को ढाल सकें।

प्रायोगिक ज्ञान (Practical Knowledge):

केवल सैद्धांतिक ज्ञान अब पर्याप्त नहीं है। कंपनियां चाहती हैं कि उम्मीदवार को काम का वास्तविक अनुभव हो।

तेजी से बदलती तकनीक:

तकनीकी क्षेत्र में हर दिन कुछ नया हो रहा

है। ऐसे में केवल डिग्री के भरोसे रहना पर्याप्त नहीं है।

लागत और समय की बचतः

कंपनियों के लिए ऐसे उम्मीदवार अधिक उपयोगी होते हैं जिन्हें कम प्रशिक्षण की आवश्यकता हो।

पोर्टफोलियो की अहमियतः

आज आपका काम ही आपकी पहचान बन गया है। एक मजबूत पोर्टफोलियो कई बार डिग्री से ज्यादा प्रभावशाली साबित होता है।

किन क्षेत्रों में बिना डिग्री के अवसर अधिक हैं?

आज कई ऐसे क्षेत्र हैं जहां डिग्री की बजाय स्किल्स को प्राथमिकता दी जाती हैः

डिजिटल मार्केटिंग – सोशल मीडिया मैनेजमेंट, SEO, कंटेंट स्ट्रेटेजी

आईटी और टेक्नोलॉजी – वेब डेवलपमेंट, ऐप डेवलपमेंट, डेटा एनालिटिक्स

क्रिएटिव इंडस्ट्री – ग्राफिक डिजाइन, वीडियो एडिटिंग, एनीमेशन

फ्रीलांसिंग और गिग इकोनॉमी – कंटेंट राइटिंग, ट्रांसलेशन, वर्चुअल असिस्टेंस

ई-कॉमर्स और उद्यमिता – ऑनलाइन बिजनेस, ड्रॉपशिपिंग, डिजिटल प्रोडक्ट्स

इन क्षेत्रों में आपकी योग्यता का मूल्यांकन आपके काम, अनुभव और परिणामों के आधार पर होता है।

डिजिटल प्लेटफॉर्म्सः सीखने का नया रास्ता

आज इंटरनेट पर हजारों प्लेटफॉर्म उपलब्ध हैं जहां से आप मुफ्त या कम लागत में स्किल्स सीख सकते हैं। यूट्यूब, ऑनलाइन कोर्स, वेबिनार और वर्चुअल इंटर्नशिप ने सीखने के अवसरों को पहले से कहीं अधिक सुलभ बना दिया है।

अब यह जरूरी नहीं कि आप किसी बड़े संस्थान में दाखिला लें। अगर आपके पास सीखने की इच्छा और अनुशासन है, तो आप घर बैठे भी अपने करियर की मजबूत नींव रख सकते हैं।

फोटो : एआई

पीढ़ियों से हमें दुनिया को सही और गलत नजरिए से देखना सिखाया गया है यह नैतिक ढांचा हमारे निर्णयों, हमारे निर्णयों और यहां तक कि हमारी पहचान को भी आकार देता है। इससे हमें व्यवस्था और स्पष्टता का एहसास होता है। लेकिन तेजी से जटिल और बदलती दुनिया में, यह द्विआधारी सोच अक्सर बहुत सीमित होती है। आज हमें कार्यों को केवल सही या गलत मानने से लेकर यह समझने तक की आवश्यकता है कि वे सुरक्षित हैं या असुरक्षित।

स्किल्स कैसे विकसित करें?

निरंतर अभ्यास करेंः

स्किल्स एक दिन में नहीं आतीं, उन्हें नियमित अभ्यास से निखारा जाता है।

प्रोजेक्ट-आधारित सीखेंः

जितना अधिक आप वास्तविक प्रोजेक्ट्स पर काम करेंगे, उतनी ही आपकी समझ बढ़ेगी।

इंटर्नशिप और फ्रीलांसिंगः

अनुभव प्राप्त करने का यह सबसे अच्छा तरीका है।

नेटवर्किंगः

अपने क्षेत्र के लोगों से जुड़ें और उनसे सीखें।

फीडबैक लेंः

अपनी गलतियों से सीखना ही असली प्रगति है।

क्या डिग्री का महत्व खत्म हो गया है?

यह कहना गलत होगा कि डिग्री अब पूरी तरह बेकार हो गई है। कई पेशे—जैसे डॉक्टर, इंजीनियर, वकील—अब भी औपचारिक शिक्षा की मांग करते हैं।

लेकिन यह भी सच है कि कई क्षेत्रों में डिग्री अब एकमात्र रास्ता नहीं रह गई है। स्किल्स और अनुभव के आधार पर भी सफलता प्राप्त की जा सकती है।

चुनौतियां भी हैं

बिना डिग्री के करियर बनाना आसान नहीं है। इसमें आत्मअनुशासन, निरंतर सीखने की इच्छा और धैर्य की आवश्यकता होती है।

शुरुआत में अवसर कम मिल सकते हैं

खुद को साबित करने में अधिक मेहनत लगती है

प्रतिस्पर्धा भी काफी अधिक होती है

लेकिन यदि आप लगातार प्रयास करते रहें, तो ये चुनौतियां भी अवसर में बदल सकती हैं।

सफलता की नई परिभाषा

आज सफलता का अर्थ केवल एक स्थिर नौकरी नहीं, बल्कि निरंतर विकास और सीखने की प्रक्रिया है। जो व्यक्ति नई चीजें सीखने के लिए तैयार रहता है और अपने कौशल को समय के साथ अपडेट करता रहता है, वही आगे बढ़ता है।

आज का युग डिग्री से अधिक स्किल्स का युग है। यदि आपके पास सही कौशल है, सीखने की लगन है और खुद पर विश्वास है, तो बिना डिग्री के भी आप अपने करियर में सफलता हासिल कर सकते हैं।

यह समय खुद को सीमित करने का नहीं, बल्कि अपनी क्षमताओं को पहचानने और उन्हें निखारने का है। याद रखें—डिग्री आपको एक मौका दे सकती है, लेकिन आपकी स्किल्स ही आपको उस मौके पर टिकाए रखती हैं और आगे बढ़ाती हैं।

सिर्फ सही या गलत नहीं: सुरक्षित और असुरक्षित का मामला

पीढ़ियों से हमें दुनिया को सही और गलत नजरिए से देखना सिखाया गया है यह नैतिक ढांचा हमारे निर्णयों, हमारे निर्णयों और यहां तक कि हमारी पहचान को भी आकार देता है। इससे हमें व्यवस्था और स्पष्टता का एहसास होता है। लेकिन तेजी से जटिल और बदलती दुनिया में, यह द्विआधारी सोच अक्सर बहुत सीमित होती है। आज हमें कार्यों को केवल सही या गलत मानने से लेकर यह समझने तक की आवश्यकता है कि वे सुरक्षित हैं या असुरक्षित।

यह अंतर सूक्ष्म लग सकता है, लेकिन यह अत्यंत महत्वपूर्ण है। सही और गलत धारणाएं अक्सर संस्कृति, परंपरा और व्यक्तिगत विश्वासों से प्रभावित होती हैं। एक समाज में जो बात सही मानी जाती है, दूसरे समाज में उसे अलग नजरिए से देखा जा सकता है। हालाँकि, "सुरक्षित और असुरक्षित" परिणाम पर अधिक आधारित हैं। विशेष रूप से शारीरिक, भावनात्मक और मनोवैज्ञानिक भलाई पर प्रभाव पड़ता है। परिप्रेक्ष्य में यह परिवर्तन हमें कठोर नैतिक लेबलिंग की अपेक्षा हानि न्यूनीकरण और मानव कल्याण को प्राथमिकता देने के लिए प्रोत्साहित करता है।

विचार करें कि यह बात रोजमर्रा की जिंदगी में कैसे लागू होती है। देर रात सोशल मीडिया का उपयोग करने वाला कोई किशोर जरूरी नहीं कि कुछ गलत कर रहा हो, लेकिन यह असुरक्षित हो सकता है यदि इससे उसका मानसिक स्वास्थ्य प्रभावित होता है, नींद आती है, या वह हानिकारक सामग्री के संपर्क में आता है। इसी प्रकार, कुछ संस्कृतियों में भावनाओं को खुलकर व्यक्त करने की प्रथा को हतोत्साहित किया जा सकता है, जिसे "सामान्य गलत या अनुचित" कहा जाता है, फिर भी यह अक्सर भावनात्मक सुरक्षा और कल्याण के लिए आवश्यक होता है।

यह रूपरेखा स्वास्थ्य, रिश्तों और व्यक्तिगत विकल्पों के बारे में बातचीत में विशेष रूप से मूल्यवान है। जब चर्चाएं सही और गलत के संदर्भ में की जाती हैं, तो वे जल्दी ही निर्णयात्मक हो जाती हैं, जिससे अपराधबोध, शर्म या रक्षात्मकता उत्पन्न होती है। दूसरी ओर, सुरक्षा पर ध्यान केंद्रित करने से समझ, सहानुभूति और सूचित निर्णय लेने की जगह बनती है। यह व्यक्तियों को यह पूछने की अनुमति देता है कि, "क्या यह विकल्प मेरे और अन्य लोगों के लिए सुरक्षित है? इसके बजाय क्या मुझे इसके लिए दोषी ठहराया जाएगा

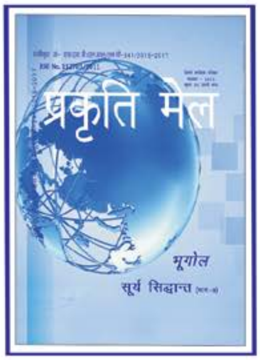
शिक्षा में यह बदलाव परिवर्तनकारी हो सकता है। युवाओं को सुरक्षा के बारे में सिखाना- डिजिटल सुरक्षा, भावनात्मक सुरक्षा और शारीरिक सुरक्षा उन्हें जिम्मेदार विकल्प चुनने के लिए सशक्त बनाता है। इससे आलोचनात्मक सोच कौशल भी विकसित होता है, क्योंकि वे नियमों का अंधाधुंध पालन करने के बजाय जोखिमों और परिणामों का आकलन करना सीखते हैं। विद्यार्थियों को केवल यह बताने के बजाय कि क्या सही है या गलत, शिक्षक उन्हें यह समझने में मार्गदर्शन कर सकते हैं कि कुछ व्यवहार क्यों हानिकारक या लाभकारी हो सकते हैं।

सार्वजनिक चर्चा में भी, सुरक्षित-असुरक्षित ढांचा ध्रुवीकरण को कम कर सकता है। बहस अक्सर तब गरमा जाती है जब लोग नैतिक सिद्धांतों से चिपके रहते हैं। साझा चिंताओं पर ध्यान केंद्रित करने से - जैसे सुरक्षा, कल्याण और नुकसान की रोकथाम - रचनात्मक संवाद और आम सहमति के लिए अधिक संभावनाएं हैं।

हालाँकि, इसका मतलब यह नहीं है कि सही और गलत की अवधारणाएँ अप्रासंगिक हैं। मानवीय व्यवहार को निर्देशित करने और सामाजिक सामंजस्य बनाए रखने के लिए नैतिक मूल्य आवश्यक हैं। इसका लक्ष्य नैतिकता को प्रतिस्थापित करना नहीं है, बल्कि इसे अधिक व्यावहारिक और दयालु दृष्टिकोण से पूरक बनाना है। सुरक्षा को अपनी सोच में शामिल करके, हम मानवीय कार्यों की अधिक सूक्ष्म समझ पैदा करते हैं।

अंततः, सही और गलत से आगे बढ़कर सुरक्षित और असुरक्षित पर विचार करना विचारों की गहरी परिपक्वता को दर्शाता है। यह स्वीकार करता है कि जीवन शायद ही कभी काला और सफेद होता है। यह हमें परिणामों, संदर्भ और करुणा को देखने के लिए आमंत्रित करता है। ऐसा करने से हमें एक ऐसे समाज का निर्माण करने में मदद मिलती है जो न केवल नैतिक रूप से जागरूक हो, बल्कि वास्तव में देखभाल और सुरक्षित भी हो।

जटिलता से भरी दुनिया में, शायद सबसे महत्वपूर्ण सवाल हमेशा यह नहीं होता कि "क्या यह सही है या गलत? लेकिन क्या यह मेरे लिए, दूसरों के लिए और भविष्य के लिए सुरक्षित है



R N I No. UPHIN/2011/40224

प्रकृति मेल

हिन्दी मासिक पत्रिका

प्रकृति मेल वह आईना है जिसमें आप अपनी वास्तविक तस्वीर के साथ प्रकृति की हर क्रिया प्रतिक्रिया का वैज्ञानिक स्वरूप देखें।

अशोक 'मानव'

उत्तर भारत की तेजी से लोकप्रिय होती हिन्दी मासिक पत्रिका
(शीघ्र ही अपने विज्ञापन की जगह बुक करवाये) (8423330911)

☐ हां, मैं प्रकृति मेल पत्रिका का वर्षिक ग्राहक बनना पसंद करूंगा/ करूंगी

प्रकृति मेल के पक्ष में देय ₹ ☐☐☐ कैश ☐ चेक ☐ तारीख ☐☐☐☐☐☐

1 year membership fee -220/- only. (Must be drawn in favour of 'Prakriti mail' payable at lucknow)

संलग्न चेक/डिमांड ड्राफ्ट नं. ☐☐☐☐☐☐ आहरित बैंक (बैंक का नाम)________

नाम ☐☐☐☐☐☐☐☐☐☐☐☐☐☐☐☐☐☐☐☐☐☐☐☐☐☐☐☐☐☐☐☐

पता________

________ राज्य________ पिन________

फोन नंबर ☐☐☐☐☐☐☐☐☐☐☐ ई-मेल:________

कृपया फार्म भरकर निम्नलिखित पते पर भेजे:

प्रकृति मेल, सूर्या आश्रम, मानव नगर, (निकट आई.आई.एस.ई.) कल्याणपुर, लखनऊ, पिनकोड- 226022, उ0 प्र0।

नियम और शर्तें

पत्रिका का मूल्य और आफॅर केवल भारत में लागू। कृपया पत्रिका की पहली प्रति डाक या कोरियर के माध्यम से मंगवाने के लिए कुछ समय दें। किसी भी तरह के विवाद का निबटारा केवल लखनऊ की अदालत में होगा।

नि:शुल्क ई-मैगज़ीन प्राप्त करने के लिए हमारे वेबसाइट - www.prakritimail.com पर सम्पर्क करें।

सूत्र वाक्य

अशोक मानव

- परेशानी हमेशा प्रकाश मे होती है अंधकार में नहीं क्योंकि प्रकाश की चकाचौंध अहंकार का निर्माण करती है जो प्रकृति में ऊष्मा का कार्य करती है।

- कर्म को पूर्ण करने की अवस्था धरा में न्याय की उत्तम धारा बहाती है।

- प्रकृति व्यक्ति को विषय से तब तक जोड़े रखती है जब तक कर्म पूर्ण न हो जाए।

- सत् कभी मरता नहीं और असत् कभी जिन्दा नहीं रहता क्योंकि सत् स्थाई होता है और असत् प्रतिक्षण परिर्वर्तित होता रहता है।

- गन्ध वह सूक्ष्म विज्ञान है जो प्रकाश और ध्वनि के साथ मिलकर सजीवता का विस्तार ब्रह्माण्ड में करता है।

- गन्ध कर्म पूर्णता से गन्तव्य तक पहुंचने का बीज और आनन्द प्रकृति का प्राकृतिक विज्ञान है।

- आनन्द प्रकृति का वह एहसास है जिससे प्रकृति खुशबूमय हो जाती है।

- सामाजिक अवगुणों से प्रभावित निर्णय जीत नही जीवन की पहली हार है।

- अवगुण जीवन में आनन्द नही सिर्फ दुःख देता है जिससे प्रकृति में प्रदूषण फैलाता है। अवगुणों से बचना जीवन जीने की बड़ी कला है।

- शरीर से अधिक बल इच्छाशक्ति द्वारा उत्पन्न भावना मे होता है। यह ऊर्जा विरोधी ऊर्जा को खत्म करने और जीत हासिल करने में सहयोग करती है।

- प्रवृत्ति प्रकृति की सूक्ष्म शक्तिशाली अवस्था है जो पूरे ब्रह्माण्ड मे एक जैसी दो नहीं होती, यही अवस्था स्वभाव के रूप में परिलक्षित होती है और अपने अनुरूप स्वरूप बनाती है।

- दर्द को दर्द नही होता क्योंकि दर्द का स्वभाव ही है दर्द। इसलिए अपने स्वभाव के विपरीत चलना ही दर्द है। अपने स्वभाव पर चलना दर्द नहीं।

जीवन वृक्ष

मानव भी एक प्राकृतिक वृक्ष है इसका स्वभाव ही इसका फल है।

अशोक मानव

फोटो : एआई

पीढ़ियों से हमें दुनिया को सही और गलत नजरिए से देखना सिखाया गया है यह नैतिक ढांचा हमारे निर्णयों और यहां तक कि हमारी पहचान को भी आकार देता है। इससे हमें व्यवस्था और स्पष्टता का एहसास होता है। लेकिन तेजी से जटिल और बदलती दुनिया में, यह द्विआधारी सोच अक्सर बहुत सीमित होती है। आज हमें कार्यों को केवल सही या गलत मानने से लेकर यह समझने तक की आवश्यकता है कि वे सुरक्षित हैं या असुरक्षित।

जीवन प्रकाश विषयात्मक ऊर्जा के घेरे में आने के बाद जीवन धारण करता है और जीवन भर उसका भोग करने के बाद जीवन प्रकाश हल्का होकर प्रकाश में मिल जाता है। जीवन में ऐसा कोई गहरा विषय बन जाता है जिसका भोग व्यक्ति नहीं कर पाता है, वह ऊर्जा जीवन समाप्त होने पर शरीर से निकल जाती है जिसे भोगने के लिए पुर्नजन्म होता है। कुछ विषयों के साथ व्यक्ति जन्म लेता है और कुछ विषय जीवन रहते हुए व्यक्ति बनाता है, इसी का भोग जीवन है। जीवन भोग में कुछ अवरोधक ऊर्जा होती है जो व्यवधान उत्पन्न करती है। यह ऊर्जा स्वभाविक रूप से विरोधी गुणों द्वारा उत्पन्न होती रहती है। इससे प्रभावित होकर व्यक्ति उसी तरह की संगत अथाव घटनाओं के सम्पर्क में जाने लगता है। इसी तरह की कहानियां पढ़ने में अच्छी लगने लगती है उसे अपने जीवन से जोड़ने लगता है। टी.वी. में आ रहे इस तरह के नाटक को ज्यादा देखने लगता है। उसके प्रति उसका आकर्षण बढ़ने लगता है उसे ऐसा लगता है कि मुझे भी तो समजा से ऐसा ही मिला है। ऐसा होने से जीवन में नकारात्मक ऊर्जा बढ़ जाती है। उसका जीवन नकारात्मक के फलने फूलने का उचित प्राकृतिक वातावरण बन जाता है। व्यक्ति स्वयं अपने कष्ट को बढ़ाने का कारण बनने लगता है। व्यक्ति जिस विषयात्मक गुण से प्रभावित होने लगता है उससे संबंधित प्रकृति में फैल रही ऊर्जा उसके अन्दर आने लगती है। जिसे चुम्बक की तरह व्यक्ति उस गुण की ऊर्जा को खींचने लगता है। जो उसके कष्ट को बढ़ाने लगती है और कष्ट पैदा करने का कारण बन जाती है। टी. वी. पर ऐसे धारावहिक आते हैं जो जीवन में दुःख पहुँचाते हैं एक कड़ी देखने के बाद दूसरे का इन्तजार बना रहता है। जिस तरह की घटना दिखाई जाती है व्यक्ति उसे अपने जीवन से जोड़ने लगता है। व्यक्ति की

ऊर्जा ऐसे विषय पर खर्च होने लगती है जिससे व्यक्ति का वास्तविक जीवन से कोई रिश्ता नहीं होता है बल्कि उससे प्रभावित होने के कारण ऐसी नकारात्मक ऊर्जा प्रकृति से उसके आस-पास आ जाती है जो उसके जीवन में घटने लगती है। परिवार में तनाव बनने लगता है व्यक्ति जिस तरह के माहौल में रहता है जैसी सोच रखता है वैसी ऊर्जा खींचने लगता है और वैसी ऊर्जा छोड़ने लगता है। परिणाम स्वरूप परिवार का माहौल वैसा ही बन जाता है। अपने गुण की ऊर्जा बढ़ाना एक वैज्ञानिक क्रिया होती है। जिस प्रकार नकारात्मक ऊर्जा के सम्पर्क में जाने से नकारात्मकता बढ़ जाती है ठीक उसी प्रकार सकारात्मक ऊर्जा के सम्पर्क में आने से जीवन में सकारात्मकता बढ़ने लगती है जो जीवन में खुशहाली पैदा करती है। इसलिए पारिवारिक प्रेम बढ़ाने वाले सीरियल (धारावाहिक) देखना चाहिए। जीवन मिला है तो जीवन जीना ही पड़ता है जीवन जीने के कुछ ऐसे तरीके होते हैं जिससे जीवन खुशहाल बनाया जा सकता है। "हमलोग उस परमपिता, परमप्रकाश की संतान हैं जो कूड़े के ढेर में भी जीवन पैदा कर देता है, उसी की संतान होते हुए हम लोग अच्छाईयों में भी बुराईयां खोज लेते हैं। देखने का नजरिया बदल दिया जाय तो बुराईयों में भी कोई अच्छाई मिल जाती है। जो जीवन के उत्सव को बढ़ाकर खुशहाली का वृक्ष लगा देती है।" जीवन के सफर में चलते चलते कोई ऐसा विषय मिल जाता है जो दिल को छू जाता है उसकी गहरी छाप बन जाती है वह ज़िन्दगी का वृक्ष बन जाता है व्यक्ति उसी की छाया में अपना अधिक से अधिक समय व्यतीत करती है। यह वृक्ष दुःख का भी हो सकता है खुशी का भी हो सकता है किसी दुर्घटना के कारण यह वृक्ष लगता है तो व्यक्ति दुःख से बाहर नहीं निकल पाता है। यदि वृक्ष सुनहरे पल में सच (सकारात्मक विचार जिसे आप मानवता के कल्याण के लिये अपनाते हैं। वह संकल्प जो आपके जीवन का लक्ष्य बनकर आपकी खुशबू बन जाती है किसी से प्रभावित होकर आप जो भाव बनाते हैं जिसमें सभी की भलाई का भाव निहित होता है) का लग जाता है तो पूरा जीवन खुशियों में व्यतीत हो जाता है किसी भी वृक्ष को उगाने के लिए जमीन रूपी वैज्ञानिकता की आवश्यकता होती है जो निरन्तर उसी की सोच (ईच्छा) से पैदा होती है।

यदि दुख का वृक्ष लग रहा हो तो उस सोच से बाहर निकल जाना चाहिए किसी अच्छी सोच की तरफ अपना मन लगा लेना चाहिए ऐसा करने से दुख रूपी वृक्ष के लिए जमीन नहीं मिल पाती है। परिणामस्वरूप वृक्ष सूख जाता है। जीवन में अच्छी संगत में रहने से सकारात्मक लेख के पढ़ने से, उत्साह वर्धक चलचित्र देखने से, अच्छी सोच अच्छा कार्य करने वाले नाटक देखने से, संत महात्मा के बीच बैठने से, खुशियां देने वाला वृक्ष लग जाता है ऐसा होने के बाद व्यक्ति उन्हीं विषयों को बार-बार सोचते रहेने से उस वृक्ष को उपजाऊ जमीन मिल जाती है जिससे वृक्ष विशाल वृक्ष बनकर व्यक्ति को सुखद छांव देने लगता है उसकी अनुभूति व्यक्ति को शीतलता प्रदान करती है। व्यक्ति का जीवन खुशहाल हो जता है। उस वृक्ष में लगने वाले फल को जो लोग चखते हैं उसकी मिठास से उसके जीवन में भी खुशीहाली का वृक्ष रोपित हो जाता है, जो जीवन भर खुशहाल बना सकता है। इस प्रकार एक ही वृक्ष अपना विस्तार करके जगत को खुशहाल बना सकता है। ऐसा वृक्ष रूपी शरीर जगत का उदाहरण बन जाता है जिसका अभिपालन लोग स्वतः करने लगते हैं। हर व्यक्ति के जीवन का कोई एक मुख्य उद्देश्य होता है, उसका वही उद्देश्य जीवन का वृक्ष होता है। अपने जीवन में उत्पन्न होने वाली ऊर्जा को उसी के लए खर्च करता है उस उद्देश्य की प्राप्ति में आनेवाली रूकावट नकारात्मक ऊर्जा होती है जो उद्देश्य प्राप्ति में बाधा बनने का प्रयास करती हैं। इससे बचने के लिये व्यक्ति को अपने उद्देश्य के बारे में निरन्तर सकारात्मक सोच धारण करनी चाहिए और ज्यादा से ज्यादा उसी के बारे में सोचना चाहिए। ऐसा करने से शरीर के अंदर उत्पन्न हाने वाली ऊर्जा शक्तिशाली हो जाती है जो प्रकृति से सकारात्मक ऊर्जा खींचने लगती है। दोनो ऊर्जा मिलकर शक्तिशाली होकर नकारात्मक ऊर्जा को खत्म कर देती है। ऐसा करते रहने से उद्देश्य रूपी वृक्ष कभी सूखने नहीं पाता, बल्कि पल्लवित होकर उद्देश्य की प्राप्ति कराता है। शरीर के अंदर के पदार्थ में जिन गुणों का संचार होता है उनका संबंध इच्छाशक्ति से होता है। जैसी इच्छा होती है उसी तरह के गुण की ऊर्जा शरीर के पदार्थ छोड़ने लगते हैं। यह व्यक्ति पर निर्भर करता है की शरीर के पदार्थ से कैसी ऊर्जा पैदा करे। ईच्छाशक्ति जितना अधिक शक्तिशाली होती है उतनी शक्तिशाली ऊर्जा शरीर के पदार्थ छोड़ने लगते हैं। जिसे भावना के रूप में खर्च किया जाता है। खुशी का वृक्ष लगाने के लिये व्यक्ति को मानवतावादी, प्रकृति प्रेमी, न्याय प्रिय और ईमानदार होना चाहिए ऐसा होने के बाद व्यक्ति को अपनी नजर में अपना परीक्षण करना चाहिए। दूसरे की नजर से देखने पर व्यक्ति का अपना अस्तित्वि मिट जाता है फिर भी लोग कोई न कोई कमी गिनाते रहते हैं। समाज को भी नजरअंदाज नहीं करना चाहिए, पर कोई कुछ कमी बताता है तो उसे अपनी नजर से देख लेना चाहिए कि मैं ऐसा हूं या नहीं, नहीं हूं तो बदलने की जरूरत नहीं। हां, तो उसमें परिवर्तन कर लेना चाहिए। ऐसे चरित्र पर खुशी का वृक्ष लगता है। खुशी का वृक्ष लगाने के लिये अपने आप को ईमानदार बनायें फिर ऐसे उद्देश्य का चुनाव करें जिसमें पूरी प्रकृति का हित हो उसके बाद इस उद्देश्य रूपी वृक्ष को संकल्पशक्ति में बदल लें, ऐसा करने से वृक्ष लग जाता है और व्यक्ति अपने जीवन का अधिकतम समय इसके लिये देने लगता है ऐसा करने से वृक्ष विशाल हो जाता है जिससे पूरी प्रकृति को खुशहाली का फल मिलने लगता है आप लोग खुशी का वृक्ष अपने जीवन में लगायें और स्वयं खुश रहते हुए प्रकृति को खुशहाल बनायें।

प्रश्न हमारे
उत्तर श्री अशोक मानव जी के

प्रश्न : गुरु जी मानव द्वारा दूषित भाव यदि बन गया तो वह निष्क्रिय कैसे होता है ?

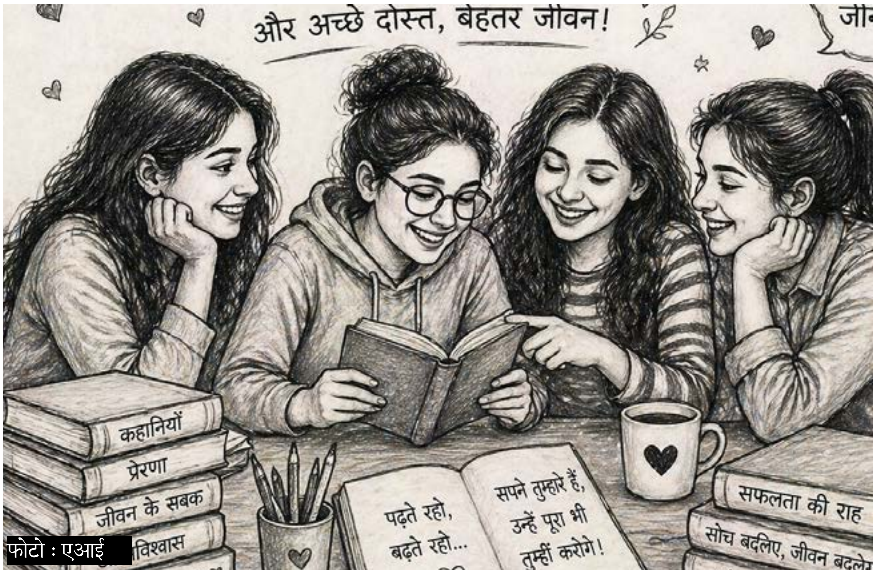
उत्तर : उसको निष्क्रिय करने के लिये प्रकृति को सैकड़ों साल लग जाते हैं। आपकी एक मिनट की गलती से जो आपका दूषित भाव प्रकृति में निकल गया, उसका खात्मा करने के लिये प्राकृतिक रूप से धरा को प्रकृति जैसा बनाने के लिये जीव के द्वारा ही तो उसका खात्मा होगा। उसको निष्क्रिय करने के लिये उस तरह के जीव की उत्पत्ति होगी उतने दिन का जीव जीवन जियेगा। उसको उस अवस्था से गुजरना पड़ेगा। जैसे- आपने मल त्यागा तो आपका मल खत्म करने के लिये सूअर पैदा होगा। सूअर उसको खायेगा, फिर सूअर भी मल त्यागेगा, उसको भी खत्म करने के लिये दूसरा जीव पैदा होगा।

आप गन्दगी फेंकोगे मच्छर पैदा होगा। फिर मच्छर से जो गन्दगी पैदा होगी उसका खात्मा करने के लिये दूसरा जीव पैदा होगा। एक चैनल से दूसरा चैनल। उस दूषित भाव को समाप्त करने में समय लगता है।

यदि किसी पाठक के मन में कोई भी सामाजिक या प्राकृतिक प्रश्न उठ रहा है वह उस प्रश्न का निदान चाहते हैं तो पाठक हमें अपना प्रश्न निम्न पते पर भेज सकते हैं। निदान प्रश्न के अगले अंक में दिया जाएगा।
आप अपना प्रश्न डाक द्वारा या ईमेल पर भेज सकते हैं

डाक पता : प्रकृति मेल, सर्या आश्रम, मानव नगर (निकट आई.आई. एस.ई), कल्याणपुर, लखनऊ-226022, उ0 प्र0
ईमेल-info@parkritimail.com, editor.prakritimail@gmail.com
9807636072, 7376495194

किताबें और दोस्त



फोटो : एआई

सुनील कुमार माथुर

जोधपुर, राजस्थान

कभी भी किसी का दिल नहीं दुखाना चाहिए । हमेंशा सभी के कल्याण की भावना का भाव रखकर अपनी ओर से जहां तक हो सके अच्छा ही करना चाहिए । चूंकि आप जैसा कर्म करोगे ,जैसी प्रार्थना करोंगे वैसी ही प्रार्थना वापस लौटती है कभी कृपा बन कर तो कभी सहारा बन कर । इसलिए हर क्षण सेवा भाव से कार्य करें । जीवन में सब कुछ धन दौलत , पैसा ही नहीं है अपितु इसके अतिरिक्त एक सेवा का कर्म भी हैं । हमें अपने कर्मों का फल अवश्य ही मिलता है और उसे हमें ही भोगना पड़ता है किसी और को नहीं फिर भला हम बुरे कर्म क्यों करें ।

भरोसे पर टिकी जिन्दगी

हमारे बड़े बुजुर्ग सही कहते हैं कि आसान कुछ नहीं है इस संसार में अगली सांस लेने के लिए भी पहली सांस छोड़नी पड़ती है। ठीक इसी प्रकार जीवन को आसानी से जीने के लिए हमें सभी के साथ प्रेम पूर्वक व्यवहार करना चाहिए ताकि कठिन समय में हम उनकी मदद ले सकें और अपनी समस्या का सही समय पर सही समाधान निकाल सकें। वैसे भी कहा जाता है कि भरोसे पर ही "जिंदगी" टिकी है वरना कौन किसका ख्याल रखता है। इसलिए सभी के साथ विश्वास और भरोसा बनाए रखें। किसी का भी भरोसा न तोड़ें।

जीवन की नैया पार लगाने के लिए धैर्य , सहनशीलता , त्याग , प्रेम पूर्वक सद् व्यवहार का होना नितांत आवश्यक ताकि सब आपसे हिलमिल सकें औय आप भी सबमें घुल-मिल सकें। जो व्यक्ति अंहकार में जीवन व्यतीत करते हैं वे कभी भी सफल नहीं होते हैं। वे अपने अपको ही तीस मारका समझते हैं और अंत में पछताते हैं। प्रेम पूर्वक व्यवहार ही हमारी जीवन शैली को आसान बनाता हैं

आज देश में जाति , धर्म , भाषा , क्षेत्रवाद के नाम पर जो कभी कभार दंगे होते है वे असामाजिक तत्वों द्वारा समाज में अशांति फैलाने की घिनौनी साजिश होती है और हमें ऐसी गतिविधियों से दूर ही रहना चाहिए। लोगों का धर्म और जाति का नशा उस वक्त उतर जाता है जब किसी को अस्पताल में "खून" की जरूरत पड़ती है चूंकि सभी के खून का एक ही रंग होता हैं और वह भी लाल। अतः हम सब भारतीय हैं और अहिंसा में विश्वास करते हैं चूंकि अहिंसा ही हमारा मूल मंत्र है। शांति और सौहार्द्र के वातावरण में आनन्द मय जीवन व्यतीत करें। इसी में सबका भला है।

अच्छे कर्म करें

व्यक्ति को हमेंशा सत्य बोलना चाहिए और कभी भी किसी का दिल नहीं दुखाना चाहिए। हमेंशा सभी के कल्याण की भावना का भाव रखकर अपनी ओर से जहां तक हो सके अच्छा ही करना चाहिए। चूंकि आप जैसा कर्म करोगे ,जैसी प्रार्थना करोंगे वैसी ही प्रार्थना वापस लौटती है कभी कृपा बन कर तो कभी सहारा बन कर। इसलिए हर क्षण सेवा भाव से कार्य करें। जीवन में सब कुछ धन दौलत , पैसा ही नहीं है अपितु इसके अतिरिक्त एक सेवा का कर्म भी हैं। हमें अपने कर्मों का फल अवश्य ही मिलता है और उसे हमें ही भोगना पड़ता है किसी और को नहीं फिर भला हम बुरे कर्म क्यों करें।

सबसे बड़ी भूल

मानव आज अंहकार में जी रहा हैं। वह किसी पर भी विश्वास नहीं कर रहा हैं। चूंकि वह यह मानकर चल रहा है कि मेरा जैसा अनुभवी व्यक्ति इस नश्वर संसार में कोई भी नहीं। यहीं उसकी सबसे बड़ी भूल हैं। अगर कोई दूसरा व्यक्ति सही बात कहता है तो वह क्रोधित हो जाता है। क्रोध करने से न केवल हमारी काया को दुःख पहुंचता है बल्कि हमारी सकारात्मक सोच पर भी इसका असर पड़ता है। इसलिए क्रोध में कभी वो सब मत गंवाइए, जो आपने शांत रहकर कमाया है। पल भर के क्रोध में हमारा कितना नुक्सान हुआ इसका पता हमें जब लगता है तब तक काफी देर हो चुकी होती है।

जवानी, ताकत और शक्ति इनमें से कोई भी चीज़ स्थाई नहीं है इन सबका अंत प्रकृति द्वारा निर्धारित है इसलिए सावधान,विनम्र और संयमी बनें। जीवन में नम्रता और विनम्रता का होना नितांत आवश्यक है जो व्यक्ति जीवन में संयम, धैर्य और सहनशीलता रखता है वह कभी भी परेशान नहीं होता हैं चूंकि ऐसे व्यक्ति के साथ परमात्मा हर वक्त रहते है और उसकी हर समस्या का तत्काल प्रभाव से समाधान करते हैं।

जो धैर्यवान होता है वो इंसान आत्मविश्वास की नाव पर सवार हो कर संकट की हर नदी को सफलता पूर्वक पार कर जाता है। इसलिए हमें कभी भी उतावली नहीं रखनी चाहिए। कहा भी जाता है कि सब्र का फल मीठा होता है। जल्दबाजी में बने बनाए कार्य भी बिगड़ जाते हैं। इसलिए धैर्य के साथ काम करें। हर काम सफल होगा।

संबंधों में नजदीकियां

हमारे महापुरुष कहते है कि जीवन से बड़ा कोई विद्यालय नहीं, कठिनाइयों से बढ़कर कोई परीक्षा नहीं और समय से बड़ा कोई शिक्षक नहीं। ईश्वर सिर्फ मिलाने का काम करता हैं। आज का इंसान तनिक सी कठिनाई आ जाने पर घबरा जाता हैं। अतः

संबंधों में नजदीकियाँ या दुरियाँ बढ़ाने का काम व्यक्ति स्वयं करता हैं वक्त अच्छा हो या बुरा ऊपरवाला कभी हमारा साथ नहीं छोड़ता। हर क्षण अच्छा होता हैं लेकिन हम उसे अपने अंहकार , लोभ , लालच व घमंड के कारण बुरा बना देते हैं और फिर भगवान को एवं अपनी किस्मत को दोष देते हैं। समय सभी के लिए एक सा होता हैं। उसे हम अपने बुरे कर्मों के कारण बुरा बना देते हैं। इंसान इस नश्वर संसार में खाली हाथ ज़रूर आता है लेकिन जाते समय अपने साथ अपने कर्मों की गठरी अवश्य ले जाता हैं। इसलिए जब भी कोई कर्म करे तो श्रेष्ठ कर्म ही करे।

घबराने की आवश्यकता नहीं है। जीवन में उतार चढाव तो आते ही रहते हैं। समय हमें समय समय पर बहुत कुछ सीखाता है लेकिन हम उस ओर ध्यान नहीं देते हैं। सीखना और सिखाने की प्रक्रिया निरन्तर जारी रहनी चाहिए। आप अपने से बड़े और बुजुर्गो के पास बैठिए। अनुभवी लोगों का साथ कीजिए। सकारात्मक सोच रखिए। फिर देखिए आपके जीवन में कितना बदलाव आता हैं और आप टेंशन मुक्त रहते हैं। आज ही अपने जीवन को सकारात्मक सोच की ओर ले जाइये और स्वस्थ एवं मस्त जीवन व्यतीत कीजिए।

संबंधों में नजदीकियाँ या दुरियाँ बढ़ाने का काम व्यक्ति स्वयं करता हैं वक्त अच्छा हो या बुरा ऊपरवाला कभी हमारा साथ नहीं छोड़ता। हर क्षण अच्छा होता हैं लेकिन हम उसे अपने अंहकार , लोभ , लालच व घमंड के कारण बुरा बना देते हैं और फिर भगवान को एवं अपनी किस्मत को दोष देते हैं। समय सभी के लिए एक सा होता हैं। उसे हम अपने बुरे कर्मों के कारण बुरा बना देते हैं। इंसान इस नश्वर संसार में खाली हाथ ज़रूर आता है लेकिन जाते समय अपने साथ अपने कर्मों की गठरी अवश्य ले जाता हैं। इसलिए जब भी कोई कर्म करे तो श्रेष्ठ कर्म ही करे।

जब इंसान परेशानियों से घिरा हुआ हो या हताश व परेशान हो तब यही कहता है कि यह भी कोई जिंदगी हैं। लेकिन वह यह भूल जाता है कि जिंदगी जीने के लिए ही है। इसे हम अपनी मनमर्जी से नहीं चला सकते। जिन्दगी को जीओ, उसे समझने की कोशिश ना करो। चलते वक्त के साथ चलो वक्त को बदलने की कोशिश न करो, लेकिन इंसान अपने आपको बड़ा ही चतुर और चालाक समझता है और वक्त को येन केन प्रकारेण बदलने का प्रयास करता है लेकिन वक्त बदलता नहीं है वह तो अपनी ही गति व समय के अनुसार चलता है।

स्वस्थ और मस्त रहिए। दिल खोलकर हंसिए और दिल खोल कर ही सांस लो,अंदर ही अंदर घुटने की कोशिश न करो। चूंकि घूट घूट कर जीना हमारा लक्ष्य नहीं है। परमात्मा ने जब यह मानव जीवन दिया है तो फिर आराम की जिंदगी जीओं। हंसते मुस्कुराते रहिए। सबके साथ संवाद कीजिए और मन की बात शेयर कीजिए। हो सकता है कि कोई आपकी समस्या हो तो उसका समाधान भी निकल जाये। संवाद ही एकमात्र ऐसा जरिया है जिसके जरिए हम स्वस्थ और मस्त रह सकते हैं और घुटन भरी जिंदगी से बच सकते है। जीवन की हर समस्या को आसानी से नहीं सुलझा सकते। इसलिए कुछ बातें ईश्वर पर छोड़ दो। सब कुछ खुद सुलझाने की कोशिश न करो।

इंसान की दवा

इस नश्वर संसार में इंसान ही इंसान की दवा हैकोई दुःख देता है तो कोई सुकून बन जाता है। अतः हमें सदैव ऐसे कर्म करने चाहिए जिससे किसी को हमारी वजह से परेशानी नहीं होनी चाहिए। जब हमें यह मानव जीवन मिला है तो क्यों न हम हंसते मुस्कुराते हुए जीवन व्यतीत करें। कल किसने देखा है जब आज का भी भरोसा नहीं कि कब यह माटी का घड़ा फूट जाए और इंसान इस लोक

से परलोक सिधार जाये। जब आनन्द मय जीवन व्यतीत करना ही है तो फिर यह तेरा और यह मेरा का झगड़ा क्यों आनन्द के साथ सभी के साथ प्रेम पूर्वक रहिए। सभी के साथ ऐसा व्यवहार कीजिए कि आपके परलोक सिधार जाने के बाद भी लोग आपके नेक कार्यों की सराहना करते रहें और आपकी याद जन जन के मन में बसी रहें।

समय सबका आता है

'स्वयं' को स्वयं ही खुश रखें ये जिम्मेदारी किसी और को ना दें। समय सबका आता है, बस धैर्य रखे। आज संसार में जो अशांति का माहौल बना हुआ है उसका मूल कारण यह है कि आज इंसान में सहनशीलता और धैर्य की भावना नहीं रही वह बात बात में क्रोधित हो जाता हैं और हर कार्य का तत्काल परिणाम चाहता है। अच्छे और दीर्घकालिक परिणाम के लिए धैर्य रखना नितांत आवश्यक है। क्रोध करने से कुछ भी हासिल होने वाला नहीं है अपितु बने बनाए कार्य भी बिगड़ जाते हैं। इसलिए शांत रहिए और हंसते मुस्कुराते रहिए।यही आदर्श जीवन व्यतीत करने का मूलमंत्र है।

अहंकार सत्य को स्वीकार नहीं करता और सत्य को जानने वाला कभी अहंकार नहीं करता । यह जीवन का अटूट सत्य है।

किसी मे.भी खामियां न ढूंढें

भागदौड़ भरी जिंदगी में लोग दूसरों में गलतियां ढूंढ कर अपने आपको तीस मारका समझते हैं। किसी में खामियां ढूंढने से आपको कुछ भी हासिल होने वाला नहीं है अपितु ऐसा करना समय की बर्बादी के अलावा कुछ भी नहीं है। 'दूसरे' की कमियां खोजते समय इंसान यह क्यों नहीं सोचता कि 'वह' भी तो हमारे समान इंसान ही है... 'भगवान' तो नहीं। अरे, अपने दिल पर हाथ रख कर सोचिए कि क्या आप सर्वगुण संपन्न है कमियां सभी में होती हैं। आप में व हम में भी ढेर सारी कमियां हैं लेकिन हमें सदैव कमियों में भी गुण खोजने चाहिए और अपनी गलतियों को समय रहते सुधारते रहना चाहिए।

फोटो : एआई

हर कोई भगवान को थोड़ा सा चढावा चढ़ा कर लाखों करोड़ों की इच्छा पूर्ति की कामना करते हैं। जो उचित व न्याय संगत नहीं है। परमात्मा तो पालनहार है इसलिए वे सब जानते है कि किसे कब कहां क्या देना हैं। बस हमें तो निस्वार्थ भाव से ईश्वर की पूजा आराधना करते रहना चाहिए। हमारा कर्म तो ध्यान व पूजा अर्चना सच्चे मन से करना हैं और फल देना उस परमात्मा का कर्म है। वह अपने भक्तों को कभी भी परेशानी में नहीं देख सकता। वह कभी भी किसी को दुःख दर्द नहीं देता हैं। परेशानियां हम खुद पैदा करते हैं।

मंदिर

परमात्मा में विश्वास रखने वाले लोग हर रोज मंदिर जाते हैं और भगवान से हर रोज कुछ न कुछ मांगते रहते हैं। वे भगवान को प्रसाद या कोई चढ़ावा चढ़ाते हैं तो उसके मूल में उनका स्वार्थ छिपा रहता हैं। हर कोई भगवान को थोड़ा सा चढावा चढ़ा कर लाखों करोड़ों की इच्छा पूर्ति की कामना करते हैं। जो उचित व न्याय संगत नहीं है। परमात्मा तो पालनहार है इसलिए वे सब जानते है कि किसे कब कहां क्या देना हैं। बस हमें तो निस्वार्थ भाव से ईश्वर की पूजा आराधना करते रहना चाहिए। हमारा कर्म तो ध्यान व पूजा अर्चना सच्चे मन से करना हैं और फल देना उस परमात्मा का कर्म है। वह अपने भक्तों को कभी भी परेशानी में नहीं देख सकता। वह कभी भी किसी को दुःख दर्द नहीं देता हैं। परेशानियां हम खुद पैदा करते हैं। चूंकि हर क्षण हमारे मन में कुछ अच्छा पाने की लालसा बढ़ती जाती हैं और उनकी तत्काल पूर्ति नहीं होने पर हम हताश , निराश व परेशान हो जाते हैं। इसलिए अपनी इच्छाओं पर अंकुश लगाइएं और उन्हें नियंत्रित कीजिए। मन के अंदर जाना ही मंदिर है और अंदर जाने का रास्ता केवल ध्यान है । ईश्वर से कुछ मत मांगिए बस निकटता बढ़ाइए सब कुछ बिना मांगें ही मिल जायेगा ।

इंसान का महत्व

आज का इंसान पद , प्रतिष्ठा , धन दौलत पाकर घमंड में इतना इतरा रहा है कि वह अपने आगे दूसरों को कुछ भी नहीं समझता हैं। वह अपने को किसी राजा महाराजा से कम नहीं समझता हैं एवं हर किसी की बेइज्जती करने में व अपमानित करने में अपनी शान समझते हैं जो कि अनुचित बात है और हम इसे न्याय संगत नहीं मानते हैं। किसी महापुरुष ने कहा है कि कलम तभी स्पष्ट, सुंदर और अच्छा लिख पाती है, जब वो थोड़ा झुक कर चलती है। उसी प्रकार जिंदगी में इंसान का महत्व तभी है, जब व्यक्ति विनम्र, सरल और सहज हो। इसलिए हमें सदैव नम्र रहना चाहिए। सभी के साथ अच्छा व्यवहार करना चाहिए और उसके साथ वैसा ही व्यवहार कीजिए जैसा कि आप दूसरों से अपने प्रति चाहते हो।

जीवन की डगर में अनेक बाधाएं

आदर्श जिन्दगी जिना कोई आसान कार्य नहीं है। कदम कदम पर अनेक अवरोध हैं। अतः आप खुद को मजबूत बनाइये। डरना नहीं, हमें अपनी राह खुद बनानी होगी और हर बाधा का हंसते मुस्कुराते हुए सामना कर आगे बढ़े। अगर कोई आपकी राह में कांटे बोए तो आप उसकी राह में पुष्प बोए। चूंकि बदले की भावना इंसान की इंसानियत को मार देती हैं। इसलिए सभी के साथ प्रेम पूर्वक व्यवहार कीजिए। सही समय कभी नही आता, बस समय को सही बनाना पड़ता है।

सफलता की सीढ़ियां

जीवन में सफलता वही लोग हासिल कर पाते हैं जिनके व्यवहार में नम्रता और विनम्रता का भाव होता हैं और जो शांत प्रवृति के होते हैं। चूंकि सफलता कोई बाजार में मिलने वाली वस्तु नहीं है अपितु इसे कठिन परिश्रम व कड़ी मेहनत से हासिल किया जाता हैं। इसी के साथ ही साथ कार्य के प्रति निष्ठा और ईमानदारी का होना भी नितान्त आवश्यक है। जब आप सफलता की सीढ़ियां चढ़ रहे हो , तो पीछे छूटे लोगों से बहुत अच्छा व्यवहार करें क्योंकि उतरते समय वही लोग रास्ते में फिर मिलेंगे।

आत्मविश्वास

परमात्मा द्वारा दिया गया यह मानव जीवन अनमोल है। यह हमारे पिछले जन्म में किये गये नेक कार्य का ही परिणाम है। अतः इस जीवन की सार्थकता तभी है जब हम सभी के साथ समान व्यवहार करें। याद रखिए कि सरलता से बढ़कर कोई हल नहीं, मधुरता से बढ़कर कोई पल नहीं, मानवता से बढ़कर कोई गुण नहीं हैं और आत्मविश्वास से बढ़कर कोई बल नहीं हैं। जीवन में सादगी के साथ ही साथ संयम, धैर्य और सहनशीलता का होना भी नितान्त आवश्यक है।

चोर

कहते हैं कि बीते हुए कल का अफ़सोस और आने वाले कल की चिंता दो ऐसे चोर हैं जो हमारे आज की खूबसूरती को चुरा लेते हैं। इसलिए जो बीत गया या जो हो गया सो हो गया उस पर चिंता मत कीजिए और जो आज हमारे समक्ष हो रहा हैं उसे अच्छा बनाए। जब आप आज को अच्छा बना लेते हैं और खुशी खुशी जीवन व्यतीत करते हैं तो आने वाला कल भी अच्छा होगा चूंकि आपने अपने जीवन की नींव को मजबूती के साथ तैयार कर लिया अब आपके जीवन में अपार खुशियों का भंडार है। जो लोग बीते दिन की और आने वाले कल की चिंता में अपना जीवन व्यतीत करते हैं वे सदैव दुःखी और परेशान रहते हैं।

वो दो मिनट

मुस्कान महतो
बोकारो, झारखंड

मानसी को समय का महत्व समझ में आ गयी थी । अब वो सारे काम समय पर करती । समय पर होम वर्क करती है समय पर स्कूल जाती थी। यह देख मानसी के मम्मी पापा दोनों बहुत खुश थे। क्योंकि उसकी बेटी समय की महत्व को समझ गयी थी।

एक लड़की थी। उसका नाम था मानसी। एक दिन सुबह उसकी माँ बोली " मानसी उठ जाओ, सुबह हो गई है, तुम्हें स्कूल के लिए देर हो रही है..!"

मानसी ने कहा " माँ, मैं बस दो मिनट में उठ रही हूँ..!"

उसकी माँ गुस्से में कहती है "जल्दी जल्दी उठो, दो मिनट की बच्ची वरना तुम्हारी स्कूल बस चली जायेगी..! और तुम्हारी स्कूल छूट जायेगी..! फिर तुम्हें छोडने पापा को जाना पडेगा।"

मानसी की सबसे खराब आदत यह थी कि वो सुबह देर तक सोती माँ बार बार आवाज देती, परन्तु उसे अनसुना करती, किसी किसी दिन हडबडा कर उठती, जैसे तैसे, दांत साफ़ करती, किसी किसी दिन तो वह बिना पखाना किये, लंच बॉक्स बैग में ठूंसती और स्कूल चली जाती, लंचटाइम में सभी बच्चे खाते पर मानसी को खाने की इच्छा नहीं करती, जबरन खाने की कोशिश करती, पर खिलाता नहीं। किसी दिन तो लंच बॉक्स भरा का भरा घर वापस आ जाता। माँ डांटती। वह चुप रहती। फ्रेस होने के लिए पखाना घर में देर तक बैठी रहती। माँ चिल्ला कर कहती "और सुबह देर तक सोते रहो, सुबह का काम दोपहर को करेगी तो खाने का मन कहाँ से करेगा..!"

उस दिन भी जब तक मानसी उठती है, सचमुच में तब तक उसकी स्कूल बस जा चुकी थी। इस पर उसकी माँ उसे खूब डांट रही थी। तभी पास आकर उसके पापा बोलते है " मानसी तुमको ऐसा नहीं करना चाहिए, क्योंकि तुम माँ से जो दो मिनट मांग रही थी, उस दो मिनट में तुम नहा लेती, इससे तुम्हारा तन और मन दोनों तरोताजा हो जाता। लेकिन तुमने वो समय गवां दिया और बस भी छूट गयी।"

" सॉरी पापा! अब आगे से ऐसा नहीं करूंगी..!"

मानसी को समय का महत्व समझ में आ गयी थी । अब वो सारे काम समय पर करती । समय पर होम वर्क करती है समय पर स्कूल जाती थी। यह देख मानसी के मम्मी पापा दोनों बहुत खुश थे। क्योंकि उसकी बेटी समय की महत्व को समझ गयी थी।

बायो पैलेट : सतत ईंधन का हरित विकल्प

फोटो : एआई

गौरीशंकर वैश्य विनम्र

लखनऊ

बायो पैलेट एक प्रकार का ठोस जैव-ईंधन (Solid Biofuel) है, जिसे कृषि अवशेषों, लकड़ी के बुरादे, भूसे, गन्ने की खोई, नारियल के खोल आदि जैविक पदार्थों को संपीडित (compress) करके बनाया जाता है। ये छोटे-छोटे बेलनाकार दाने होते हैं, जिनका व्यास सामान्यतः 6–8 मिमी होता है और इनकी ऊष्मीय क्षमता (calorific value) लगभग 3500–4800 kcal/kg

वर्तमान समय में ऊर्जा संकट, बढ़ती जनसंख्या,औद्योगिकीकरण और पर्यावरण प्रदूषण मानव सभ्यता के सामने गंभीर चुनौतियाँ प्रस्तुत कर रहे हैं। कोयला, पेट्रोलियम और प्राकृतिक गैस जैसे पारंपरिक जीवाश्म ईंधनों के सीमित भंडार तथा इनके दहन से उत्पन्न प्रदूषण ने विश्व को वैकल्पिक ऊर्जा स्रोतों की खोज के लिए प्रेरित किया है। इसी संदर्भ में बायो पैलेट (Biomass Pellet) एक प्रभावी, स्वच्छ और टिकाऊ ईंधन विकल्प के रूप में उभरकर सामने आया है।

भारत जैसे कृषि प्रधान देश में, जहाँ भारी मात्रा में कृषि अपशिष्ट उत्पन्न होता है, बायो पैलेट न केवल ऊर्जा का स्रोत है, अपितु पर्यावरण संरक्षण और आर्थिक विकास का माध्यम भी है।

बायो पैलेट क्या है

बायो पैलेट एक प्रकार का ठोस जैव-ईंधन (Solid Biofuel) है, जिसे कृषि अवशेषों, लकड़ी के बुरादे, भूसे, गन्ने की खोई, नारियल के खोल आदि जैविक पदार्थों को संपीडित (compress) करके बनाया जाता है।

ये छोटे-छोटे बेलनाकार दाने होते हैं, जिनका व्यास सामान्यतः 6–8 मिमी होता है और इनकी ऊष्मीय क्षमता (calorific value) लगभग 3500–4800 kcal/kg (किलो कैलोरी प्रति किलोग्राम) तक होती है।

प्रमुख विशेषताएं

इसकी प्रमुख विशेषताएं हैं - उच्च ऊर्जा घनत्व,कम नमी, कम राख, स्वच्छ दहन तथा

आसान परिवहन एवं भंडारण

बायो पैलेट की निर्माण प्रक्रिया

बायो पैलेट का निर्माण एक वैज्ञानिक एवं तकनीकी प्रक्रिया है, जिसमें निम्न चरण शामिल होते हैं:

(1) कच्चे माल का संग्रह - इसमें कृषि अवशेष जैसे धान का भूसा, गेहूँ का पुआल,

गन्ने की खोई, लकड़ी के टुकड़े, बुरादा, औद्योगिक जैव अपशिष्ट आदि सम्मिलित हैं।

(2) सुखाना - कच्चे माल की नमी को 10–12% तक कम किया जाता है, ताकि संपीड़न आसान हो सके।

(3) पिसाई - इससे बड़े आकार के पदार्थों को छोटे कणों में बदल दिया जाता है।

(4) संपीड़न (Pelletization)

उच्च दाब और तापमान पर इन कणों को मशीन द्वारा दबाकर बेलनाकार पैलेट बनाए जाते हैं। इसमें प्राकृतिक लिग्निन बाइंडर का कार्य करता है, इसलिए किसी रासायनिक पदार्थ की आवश्यकता नहीं होती।

(5) ठंडा करना और पैकेजिंग

पैलेट को ठंडा कर पैक किया जाता है, जिससे उनकी मजबूती बनी रहे।

बायो पैलेट का वैज्ञानिक आधार

बायो पैलेट ऊर्जा उत्पादन का एक उत्कृष्ट उदाहरण है, जो बायोमास ऊर्जा पर आधारित है।इसको निम्न सोपानों से समझा जा सकता है -

1.पौधे प्रकाश संश्लेषण के माध्यम से कार्बन डाई आक्साइड (CO_2) को अवशोषित करते हैं।

2.जब पैलेट जलते हैं, तो वही कार्बन डाई आक्साइड (CO_2) पुनः वातावरण में लौटता है।

इस प्रकार यह कार्बन-तटस्थ (Carbon Neutral) प्रक्रिया बनती है।

3.इससे ग्रीनहाउस गैसों में वृद्धि नहीं होती और जलवायु परिवर्तन को नियंत्रित करने में मदद मिलती है।

बायो पैलेट का महत्व

1 पर्यावरण संरक्षण के लिए उपयोगी - इससे CO_2, SO_2 और NO_x उत्सर्जन में कमी आती है, वायु प्रदूषण कम होता है एवं जलवायु परिवर्तन नियंत्रण में सहायता मिलती है।

2 कृषि अपशिष्ट का उपयोग - भारत में हर वर्ष करोड़ों टन फसल अवशेष जलाए

फोटो : एआई

जाते हैं, जिससे प्रदूषण बढ़ता है। बायो पैलेट इन अवशेषों को उपयोगी ऊर्जा में बदलते हैं।

3. ऊर्जा सुरक्षा-बायो पैलेट ऊर्जा उत्पादन द्वारा एक टिकाऊ ईंधन का विकल्प देते हैं। इससे आयातित ईंधनों पर निर्भरता कम होती है तथा

स्थानीय संसाधनों से ऊर्जा उत्पादन में वृद्धि होती है।

4. आर्थिक लाभ - इससे किसानों को अतिरिक्त आय, ग्रामीण क्षेत्रों में रोजगार तथा उद्योगों के लिए सस्ता ईंधन मिलता है।

5. औद्योगिक उपयोग- बायो पैलेट को बायलर, भट्टियों और बिजली उत्पादन में उपयोग किया जा सकता है, जो कोयले के उपयुक्त विकल्प के रूप में अत्यंत लाभप्रद है।

बायो पैलेट के लाभ

1. इससे उच्च ऊष्मीय क्षमता प्राप्त होती है।

बायो पैलेट की ऊर्जा क्षमता 3800–4800 kcal/kg होती है, जो कई पारंपरिक ईंधनों के बराबर है।

2. बायो पैलेट से स्वच्छ ईंधन प्राप्त होता है, जिसमें कम धुआँ, कम राख और कम प्रदूषण होता है।

3. नवीकरणीय प्रणाली के कारण यह प्राकृतिक और पुनः उत्पन्न होने वाले संसाधनों से बनता है।

4. यह डीजल और कोयले की तुलना में सस्ता है। इसकी कीमतें प्रायः स्थिर रहती हैं।

5. ये उच्च घनत्व के कारण कम स्थान घेरते हैं, इसलिए इनका भण्डारण आसान है।

6.इनको लाने - ले जान में कोई कठिनाई नहीं आती, अतः परिवहन सरल है।

भारत में बायो पैलेट का महत्व

भारत में बायो पैलेट का महत्व विशेष रूप से बढ़ रहा है क्योंकि सरकार ने थर्मल पावर प्लांट्स में बायोमास को-फायरिंग (co-firing) अनिवार्य किया है। 2025-26 तक लाखों टन पैलेट की मांग उत्पन्न होने की संभावना है। इससे

पराली जलाने की समस्या का समाधान संभव है।

बायो पैलेट का उपयोग

बायो पैलेट का उपयोग बिजली उत्पादन, औद्योगिक भट्टियाँ और बायलर, घरेलू हीटिंग और कुकिंग एवं सीमेंट और स्टील उद्योग में आसानी से किया जा सकता है।

दूसरों के ज़ख़्मों पर मरहम लगाने वाला ख़ुद चंगा हो जाता है

फोटो : एआई

ज़रूरी नहीं ज़ख़्मों पर कोई दवा या मरहम ही लगाई जाए क्योंकि ये ज़ख़्म भीतरी भी हो सकते हैं। मनुष्य की पीड़ा भौतिक ही नहीं मानसिक भी हो सकती है। दूसरों के ज़ख़्मों पर मरहम लगाने का अर्थ है किसी के दुखी मन को सांत्वना देकर उसकी मानसिक यंत्रणा अथवा पीड़ा को कम करना। आवश्यकता के अनुसार किसी को कोई आश्वासन देना

सीताराम गुप्ता
पीतमपुरा, दिल्ली

कविवर रहीम का प्रसिद्ध दोहा है:

यों 'रहीम' सुख होत है उपकारी के संग,
बाँटनवारे को लगे, ज्यों मेहंदी को रंग।

दूसरों की भलाई करने वाला उसी प्रकार से सुखी होता है जैसे दूसरों के हाथों पर मेहंदी लगाने वाले की उँगलियाँ ख़ुद भी मेहंदी के आकर्षक रंग में रंग जाती हैं। रंग ही नहीं जाती हैं अपितु सुवासित भी हो जाती हैं। जो इत्र बेचते हैं वे ख़ुद उसकी बू-बास से महकते रहते हैं। जिस प्रकार से एक फूल बेचने वाले के कपड़ों और बदन से फूलों की सुगंध नहीं जा सकती उसी प्रकार से दूसरों की भलाई करने वाले व्यक्ति पर उसके द्वारा की गई भलाई का अच्छा प्रभाव भी उस पर अवश्य ही पड़ता है। ऐसे व्यक्ति का कभी अहित नहीं हो सकता। दूसरों की मदद अथवा परोपकार करने का निस्संदेह बड़ा महत्त्व है।

प्रत्यक्ष रूप से ही नहीं परोक्ष रूप से भी इसका बड़ा लाभ मिलता है। एक बुढ़िया थी जो बेहद कमज़ोर और बीमार थी। रहती भी अकेले ही थी। उसके कंधों में दर्द रहता था लेकिन वह इतनी कमज़ोर थी कि ख़ुद अपने हाथों से दवा लगाने में भी असमर्थ थी। कंधों पर दवा लगवाने के लिए कभी किसी से मिन्नतें करती तो कभी किसी से। एक दिन बुढ़िया ने पास से गुज़रने वाले एक युवक से कहा कि बेटा ज़रा मेरे कंधों पर ये दवा लगा दे। भगवान तेरा भला करेगा। युवक ने कहा कि अम्मा मेरे हाथों की उँगलियों में तो ख़ुद दर्द रहता है। मैं कैसे तेरे कंधों की मालिश करूँ?

बुढ़िया ने कहा कि बेटा दवा मलने की ज़रूरत नहीं। बस इस डिबिया में से थोड़ी सी मरहम अपनी उँगलियों से निकालकर मेरे कंधों पर फैला दे। युवक ने अनिच्छा से डिबिया में से थोड़ी सी मरहम लेकर अपने एक हाथ की उँगलियों से बुढ़िया के दोनों कंधों पर लगा दी। दवा लगते ही बुढ़िया की बेचैनी कम होने लगी और वो इसके लिए उस युवक को आशीर्वाद देने लगी। बेटा, भगवान तेरी उँगलियों को भी जल्दी ठीक कर दे। बुढ़िया के आशीर्वाद पर युवक अविश्वास से हँस दिया लेकिन साथ ही उसने महसूस किया कि उसकी उँगलियों का

दर्द भी ग़ायब सा होता जा रहा है। क्या ये बुढ़िया के आशीर्वाद का प्रभाव था?

वास्तव में बुढ़िया को मरहम लगाने के बाद युवक की उँगलियों पर कुछ मरहम लगी रह गई थी। उसने दूसरे हाथ की उँगलियों से उसे पोंछने की कोशिश की तो मरहम उसके दूसरे हाथ की उँगलियों पर भी लग गई। यह उस मरहम का ही कमाल था जिससे युवक के दोनो हाथों की उँगलियों का दर्द ग़ायब सा होता जा रहा था। अब तो युवक सुबह, दोपहर और शाम तीनों वक्त बूढ़ी अम्मा के कंधों पर मरहम लगाता और उसकी सेवा करता। कुछ ही दिनों में बुढ़िया पूरी तरह से ठीक हो गई और साथ ही युवक के दोनो हाथों की उँगलियाँ भी दर्दमुक्त होकर ठीक से काम करने लगीं। तभी तो कहा गया है कि जो दूसरों के ज़ख़्मों पर मरहम लगाता है उसके ख़ुद के ज़ख़्मों को भरने में देर नहीं लगती।

"दूसरों के ज़ख़्मों पर मरहम लगाना" अब इस मुहावरे को भी देख लीजिए। ज़रूरी नहीं ज़ख़्मों पर कोई दवा या मरहम ही लगाई जाए क्योंकि ये ज़ख़्म भीतरी भी हो सकते हैं। मनुष्य की पीड़ा भौतिक ही नहीं मानसिक भी हो सकती है। दूसरों के ज़ख़्मों पर मरहम लगाने का अर्थ है किसी के दुखी मन को सांत्वना देकर उसकी मानसिक यंत्रणा अथवा पीड़ा को कम करना। आवश्यकता के अनुसार किसी को कोई आश्वासन देना। पीड़ा जो भी हो कष्टदायक होती है। यदि कोई किसी को किसी भी प्रकार की पीड़ा से मुक्त करता है तो पीड़ित को बड़ी राहत मिलती है। वह पीड़ा को कम करने वाले या कष्ट को समाप्त करने वाले के प्रति कृतज्ञता से भर उठता है और आशीर्वाद या दुआएँ देने लगता है।

कृतज्ञता की अवस्था कृतज्ञ को ही नहीं मदद करने वाले को भी अच्छी लगती है। जब कोई उसके प्रति कृतज्ञता का भाव प्रकट करता है अथवा उसका धन्यवाद करता है या किसी भी अन्य रूप में आभार प्रकट करता है तो वह एकदम विनम्र होकर परमार्थ के भावों से भर उठता है। उसका मन करता है कि मैं सदैव लोगों के कष्ट दूर करने में लगा रहूँ। दुनिया के सभी लोग कष्टमुक्त हो जाएँ। ऐसी मनोदशा अथवा स्थिति व्यक्ति के लिए आरोग्य प्रदान करने वाली होती है। ऐसी भावावस्था में व्यक्ति के शरीर में स्थित अंतःस्रावी ग्रंथियों से लाभदायक हार्मोंस का उत्सर्जन प्रारंभ हो जाता है जो उसे रोगों से बचाने तथा रोगग्रस्त होने पर शीघ्र रोगमुक्त करने में सहायक होते हैं।

फोटो : एआई

किसी की मदद करने, कोई अच्छा काम करने अथवा निष्काम भाव से कोई समाजोपयोगी कार्य करने से समाज में व्यक्ति की प्रतिष्ठा बढ़ती है और इसके लिए लोग उस व्यक्ति की प्रशंसा भी करते हैं जिससे व्यक्ति को असीम परितुष्टि की अनुभूति होती है। यही असीम परितुष्टि की अनुभूति व्यक्ति के शरीर में उपयोगी हार्मोन सेरोटोनिन अर्थात् हैपी हार्मोन के स्तर को बढ़ा देती है जो उसके स्वास्थ्य और रोगमुक्ति के लिए बेहद उपयोगी होती है। ऐसी अवस्था व्यक्ति के दीर्घायु होने में भी सहायक होती है। दूसरों की मदद करके भी हम अपने लिए रोग-मुक्ति, अच्छा स्वास्थ्य और दीर्घायु सुनिश्चित कर लेते हैं, इसमें संदेह नहीं।

गोस्वामी तुलसीदास कहते हैं :

परहित है जिनके मन माहीं।
तिन कहुँ जग दुर्लभ कछु नाहीं।।

अर्थात् जिनके मन में परहित अथवा दूसरों की भलाई का जज़्बा बना रहता है उनके लिए संसार की कोई भी वस्तु ऐसी नहीं है जो उन्हें न मिल सके। दूसरों के ज़ख़्मों पर मरहम लगाने वाला, सच्चे मन से लोगों की सेवा करने वाला आध्यात्मिक, अधिभौतिक व अधिदैविक तीनों प्रकार की व्याधियों से मुक्त होकर आनंदपूर्वक जीवन ही नहीं व्यतीत करता वह धर्म का भी सही अर्थों में पालन करता है और यह लोक ही नहीं परलोक भी सँवार लेता है। जब भी किसी रूप में दूसरों की सेवा करने का अवसर मिले तो उसे बोझ न मानकर अपना सौभाग्य समझना चाहिए क्योंकि इसी में निहित है परमानंद और परमैश्वर्य।

संकल्प नहीं व्यवहार चाहिए

अवनीश कुमार गुप्ता
प्रयागराज, उत्तर प्रदेश

फोटो : एआई

प्रतिवर्ष 22 अप्रैल को मनाया जाने वाला पृथ्वी दिवस अब केवल औपचारिक आयोजन का अवसर नहीं रह गया है। यह दिन मानव समाज को स्वयं से प्रश्न करने का अवसर देता है कि जिस धरती ने हमें जल, वायु, अन्न, वन, औषधि, खनिज और जीवन का आधार दिया, उसके प्रति हमारा आचरण कैसा रहा। यदि निष्पक्ष दृष्टि से देखा जाए तो मनुष्य ने प्रकृति से लिया अधिक है और लौटाया बहुत कम। विकास, सुविधा और उपभोग की दौड़ में हमने नदियों को मैला किया, वनों को काटा, मिट्टी को थकाया, वायु को विषाक्त बनाया और जल स्रोतों को सुखा दिया। आज पृथ्वी दिवस का सबसे बड़ा संदेश यही है कि अब चेतावनी का समय बीत चुका है, सुधार का समय उपस्थित है।

इस वर्ष विश्व स्तर पर पृथ्वी दिवस का जो भाव उभरकर सामने आया है, उसका सार यही है कि धरती को बचाने की शक्ति केवल शासन, वैज्ञानिक संस्थानों या अंतरराष्ट्रीय सम्मेलनों में सीमित नहीं है। यह शक्ति सामान्य नागरिक के दैनिक जीवन में भी निहित है। समस्या यह है कि हम पर्यावरण को सरकारी विषय मानते हैं, जबकि यह घर-घर का विषय है। जब तक परिवार, विद्यालय, बाजार, खेत, उद्योग और नगर—सब अपने व्यवहार नहीं बदलेंगे, तब तक बड़ी घोषणाएँ भी अधूरी सिद्ध होंगी।

आज सबसे गंभीर भूल यह हुई है कि सुविधा को प्रगति मान लिया गया है। अधिक वाहन, अधिक उपभोग, अधिक अपव्यय, अधिक विद्युत व्यय और अधिक संसाधन दोहन को सफलता का प्रतीक समझ लिया गया। परिणाम सामने हैं। ग्रीष्म ऋतु अधिक कठोर हो रही है, वर्षा का क्रम असंतुलित हो रहा है, कहीं बाढ़ तो कहीं सूखा दिखाई देता है, भूजल स्तर नीचे जा रहा है, और नगरों की हवा स्वास्थ्य के लिए संकट बन रही है। प्रकृति संकेत दे रही है कि संतुलन टूट रहा है, पर मनुष्य अभी भी अनेक स्थानों पर असावधान बना हुआ है।

भारत के सामने यह चुनौती और भी महत्वपूर्ण है, क्योंकि यहाँ जनसंख्या विशाल है, विकास की आकांक्षा प्रबल है और संसाधनों पर दबाव निरंतर बढ़ रहा है। एक ओर सौर ऊर्जा, हरित परिवहन, स्वच्छता अभियान, जल संरक्षण और वृक्षारोपण जैसे प्रयास हो रहे हैं, दूसरी ओर नदियों में गंदगी, नगरों में धुआँ, खेतों में रासायनिक निर्भरता और प्लास्टिक का फैलाव चिंता का विषय बना हुआ है। इसका अर्थ यह है कि नीति और व्यवहार के बीच अभी भी दूरी बनी हुई है। योजनाएँ बनना पर्याप्त नहीं, उनका समाज में संस्कार बनना आवश्यक है।

यदि पूर्वांचल, गोरखपुर, देवरिया, कुशीनगर, बस्ती और आसपास के क्षेत्रों की स्थिति देखी जाए, तो स्थानीय स्तर पर भी अनेक संकेत स्पष्ट हैं। पुराने तालाबों का अस्तित्व घटा है, अनेक पोखरे अतिक्रमण की भेंट चढ़े हैं, वर्षा का जल संग्रहित होने के स्थान कम हुए हैं, पेड़ों की संख्या घटी है, और गर्मी का प्रभाव बढ़ा है। गाँवों में पहले आम, नीम, पीपल, बरगद और बांस के समूह तापमान को संतुलित रखते थे। आज ऐसे प्राकृतिक छायास्थल कम होते जा रहे हैं। यह केवल सौंदर्य का नहीं, जीवन रक्षा का प्रश्न है।

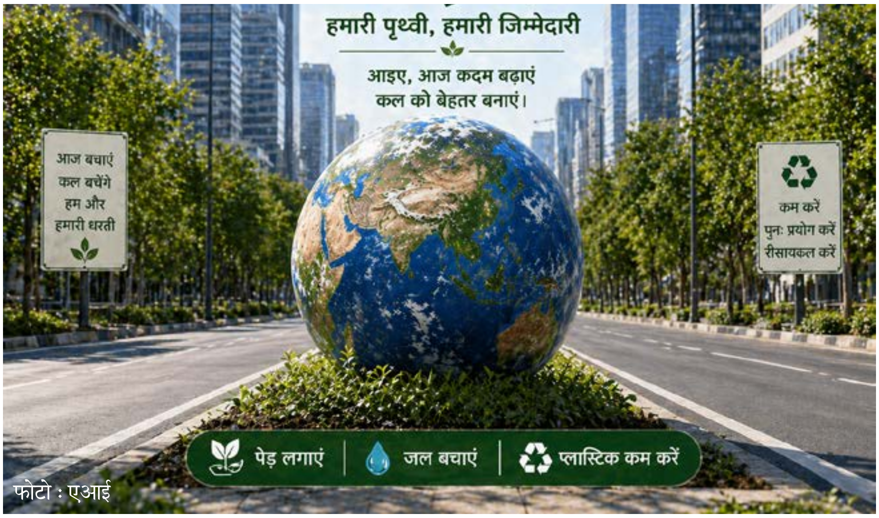
एक तथ्य प्रायः विमर्श से बाहर रह जाता है कि पर्यावरण संकट का सबसे अधिक भार

निर्धन वर्ग उठाता है। जिनके पास साधन हैं, वे शीतलन यंत्र लगा सकते हैं, जल खरीद सकते हैं, बेहतर स्थान पर जा सकते हैं; पर खेत में काम करने वाला किसान, रिक्शा चलाने वाला श्रमिक, दिहाड़ी मजदूर, फुटपाथ व्यापारी और कच्चे घर में रहने वाला परिवार सीधी मार झेलता है। इसलिए पर्यावरण का प्रश्न केवल प्रकृति का नहीं, सामाजिक न्याय का भी प्रश्न है। जो जितना कम दोषी है, वह उतना अधिक पीड़ित दिखाई देता है।

शिक्षा व्यवस्था पर भी गंभीर विचार आवश्यक है। विद्यालयों में पृथ्वी दिवस पर भाषण, चित्रकला और पौधारोपण होते हैं, पर अगले ही दिन वही परिसर प्लास्टिक और अपव्यय से भर जाता है। बच्चों को पाठ पढ़ाया जाता है, पर जीवन अभ्यास नहीं कराया जाता। यदि प्रत्येक विद्यालय वर्षा जल संचयन, कचरा पृथक्करण, खाद निर्माण, रसोई उद्यान और ऊर्जा बचत का आदर्श केंद्र बने, तो नई पीढ़ी स्वभाव से पर्यावरण संरक्षक बन सकती है। पुस्तकीय ज्ञान से अधिक प्रभाव व्यवहारिक अनुशासन का होता है।

कृषि क्षेत्र में भी परिवर्तन की आवश्यकता है। मिट्टी की उर्वरता निरंतर घट रही है। रासायनिक उर्वरकों पर निर्भरता बढ़ी है, सिंचाई महंगी हुई है और जल स्तर नीचे जा रहा है। यदि प्राकृतिक खेती, कम जल वाली फसलें, सूक्ष्म सिंचाई, फसल चक्र, जैविक खाद और स्थानीय बीजों का संरक्षण बढ़ाया जाए, तो भूमि और किसान दोनों को लाभ होगा। खेती केवल उत्पादन का साधन नहीं, धरती की रक्षा का माध्यम भी है। किसान यदि सशक्त होगा, तो पर्यावरण भी सुरक्षित होगा।

नगरों के लिए समाधान अलग प्रकार के हैं। सार्वजनिक परिवहन मजबूत हो, पैदल पथ और साइकिल पथ बढ़ें, भवन निर्माण में ऊर्जा बचत अनिवार्य हो, खुले मैदान और हरित पट्टी सुरक्षित रखी जाए, और कचरे का



फोटो : एआई

वैज्ञानिक निस्तारण हो। नगर निकाय यदि केवल सफाई तक सीमित न रहकर संसाधन प्रबंधन की संस्था बनें, तो व्यापक परिवर्तन संभव है। नगरों को फैलाने के साथ-साथ उन्हें सांस लेने योग्य बनाना भी उतना ही आवश्यक है।

अब सामान्य नागरिक की भूमिका पर विचार करें। प्रत्येक व्यक्ति बहुत कुछ कर सकता है। एकल उपयोग प्लास्टिक छोड़ सकता है, जल का संयमित प्रयोग कर सकता है, अनावश्यक प्रकाश और विद्युत उपकरण बंद रख सकता है, निजी वाहन का कम उपयोग कर सकता है, स्थानीय वस्तुओं को प्राथमिकता दे सकता है, वृक्षों की रक्षा कर सकता है, कचरा अलग-अलग कर सकता है और बच्चों को प्रकृति से जोड़ सकता है। छोटे कदम तुच्छ नहीं होते; जब करोड़ों लोग उन्हें अपनाते हैं, तो वही राष्ट्रीय परिवर्तन बनते हैं।

शासन के लिए भी कुछ स्पष्ट दिशाएँ हैं। जलाशयों और नदियों पर अतिक्रमण रोका जाए, प्रदूषण फैलाने वालों पर त्वरित दंड हो, प्रत्येक जिले के लिए जल योजना बने, ग्राम पंचायतों को पर्यावरण निधि मिले, वृक्ष कटान पर कठोर नियंत्रण हो, और विकास योजनाओं का वास्तविक पर्यावरणीय मूल्यांकन किया जाए। केवल कागज पर अनुमति देकर प्रकृति की रक्षा नहीं हो सकती। प्रशासनिक इच्छाशक्ति आवश्यक है।

आज पृथ्वी दिवस का सबसे बड़ा प्रश्न यह नहीं कि हमने कितने पौधे लगाए, बल्कि यह है कि हमने कितने वृक्ष बचाए। प्रश्न यह नहीं कि कितने भाषण हुए, बल्कि यह है कि कितनी आदतें बदलीं। प्रश्न यह नहीं कि कितनी योजनाएँ बनीं, बल्कि यह है कि कितने तालाब बचे, कितनी नदियाँ स्वच्छ हुईं, कितनी हवा शुद्ध हुई और कितनी मिट्टी स्वस्थ हुई।

पृथ्वी हमारे पूर्वजों की छोड़ी संपत्ति मात्र नहीं है, यह आने वाली पीढ़ियों से लिया गया उधार है। यदि हम इसे नष्ट अवस्था में सौंपेंगे, तो यह नैतिक अन्याय होगा। इसलिए अब समय है कि विकास और प्रकृति को विरोधी नहीं, सहयोगी मानकर आगे बढ़ा जाए। सच्ची समृद्धि वही है जिसमें उद्योग भी बढ़े, खेत भी बचे, वन भी रहें, जल भी बचे और मनुष्य भी स्वस्थ रहे।

धरती को नारे नहीं चाहिए, उत्तरदायी समाज चाहिए। पौधा लगाना आरंभ है, उसे बचाना धर्म है। जल बचाना कर्तव्य है। प्रदूषण रोकना आत्मरक्षा है। जब समाज यह समझ लेगा कि पर्यावरण बाहर की वस्तु नहीं, हमारे अस्तित्व का आधार है, तभी पृथ्वी दिवस का वास्तविक अर्थ सिद्ध होगा। तभी मानव प्रगति और प्रकृति संरक्षण साथ-साथ चल सकेंगे।

रासायनिक मित्रता

फोटो : एआई

गुरुवर श्री अशोक मानव इसको नकारते हुए और समझाते हुए कहते है कि "यदि हम समझना चाहे तो पशु पक्षियों को देखकर समझ सकते है उनके पास भी सब है, वे कौन सी नौकरी कर रहे है। उन्हें कौन दे रहा है? बल्कि वे हमसे कहीं ज्यादा आनन्दित है, जिस आनन्द के लिए सभी का जन्म हुआ है। वे अपनी मर्जी का जीवन जी रहे है।"

उमेश मानव

अगर यूं कहाँ जाये कि हमें शांत रहना चाहिए, अपने को स्थिर भाव में रखकर हम सुख से अपना जीवन सफर पूरा कर सकते है। यह उचित लगाता है क्योंकि दिमाग लगाकर उकसावे में काम करते है तो वह व्यर्थ ही होगा। आज के मानव की जो स्थिति है वह बेहतर नहीं कही जा सकती। हर प्रकार से आज का मनुष्य दयनीय दशा में ही जी रहा है। उसमें वह स्वयं को बहुत उन्नत और समझदार मानता है कि मैंने इतना सब कर डाला बना डाला। जो कुछ भी है वह मेरी मेहनत है। मानव कि यह सोच की जो कुछ मेरे पास है वह सब कुछ मेरे द्वारा है। जो भी पद प्रतिष्ठा है वह मैंने स्वयं से कमाई है। भौतिक चीजों के साथ-साथ जो रिश्ते नाते है वह सब मेरी ही बदौलत है। यह अहम और यही वहम हमें जीवनभर रहता है। इसी अहम को पूर्ण करने चक्कर में आज भी सभ्य मानव जाति लगी हुई है। जिसको पूरा करने के लिए वह मासूम और बेजुबानों का खून भी बहा रहा है। हासिल सिफा। गुरुवर श्री अशोक मानव इसको नकारते हुए और समझाते हुए कहते है कि "यदि हम समझना चाहे तो पशु पक्षियों को देकर समझ सकते है उनके पास भी सब है, वे कौन सी नौकरी कर रहे है। उन्हें कौन दे रहा है? बल्कि वे हमसे कहीं ज्यादा आनन्दित है, जिस आनन्द के लिए सभी का जन्म हुआ है। वे अपनी मर्जी का जीवन जी रहे है।" गुरुवर स्पष्ट कहते है कोई कुछ नहीं कर सकता यह सब कुछ स्वयं में स्वचालित है। कोई भी इतना शक्तिशाली नहीं कि प्रकृति की इस स्वचालित प्रवृत्ति में तनिक भी छेड़छाड़ कर सके। जो कुछ हमारे पास है जो कुछ हमारे साथ हो रहा है वह सब स्वचालित प्रणाली की ही गति से है। प्रकृति की इसी गति में एहसास युक्त हो आनन्द ले रहा है हमारा जीव जगत। वहीं हम मानव

इसके विपरीत विचलित रहते है। शेषगीता के सार को समझ सकें तो आनन्द का भाव जागे। अभी तो अहम हावी है।

हम सभी अकसर इसी उधेड़बुन में रहते है कि यह मेरा है, यह मेरा मित्र है, अमुक व्यक्ति हमारा मित्र नहीं है। उपरोक्त को इंगित करते गुरुवर कहते है कोई मित्र नही होता, कोई शत्रु नही होता।यह विचार हमारा भ्रम और सामाजिम दिखावा भर ही है। मित्रता के रहस्य को गुरुवर समझाते हुए कहते है कि यह एक रसायनिक मिलान है। यह सृष्टि के प्रारम्भ में जब विस्फोट हुए, जिससे अवस्थायें बिखरी, उस समय जब एक कण विभाजित होकर अलग अलग जगह पर गया, परन्तु रासायनिकता एक होने पर जुड़ाव बना रहा। दूर-दूर रहने पर भी गुणात्मक प्रभाव एक दूसरे पर रहा। यह रहस्यात्मक चुम्बकीय बल एक दूसरे को आकर्षित करता रहा। अब इस जीवन में जो जो व्यक्ति उस प्रथम अवस्था का सामान, यानि रासायनिक गुण लिए है। वह हमारे सम्पर्क में आता ही है और हम उसे अपना मित्र मानने लगते है। जिसके पास हमारा जितना रसायन होगा वह हमारा उतने भर का मित्र, हमारा उसका साथ उतना रहेगा ही रहेगा। किसी के पास ज्यादा होगा तो वह हमारा गहरा मित्र, जिनके पास कम है, वे हमारे थोड़े समय के मित्र । गुरुवर यह भी बताते है कि जरूरी नहीं की ऐसे मित्र साथ हो या पास हो वे बहुत दूरी से भी हमारा रासायनिक सहयोग करते रहते है। उनकी ऊर्जा हम तक अपना रास्ता बना ही लेती है। इसमें गुरुवर और भी बात स्पष्ट करते है। वे बताते है कि यह गुणात्मक या रासायिनक लेनदेन अवश्य ही होता है। इससे कोई बच नही सकता। हम यह भी देखते है कि रिश्ते या मित्रता कभी गहरी रहती है तो कभी टूट जाती है। आचनक ही द्वेष होने लग जाता है। ऐसे समय के लिए गुरुवर कहते है कि जब रासायनिक मिलान पूरा हो जाता है। तब जुड़ाव का कोई अर्थ नहीं रहता, अब अवस्थाएं स्वतंत्र हो जाती है। क्योंकि जो लेनदेन था, जिसको जो गुण देना था और

गुरुवर कहते है कि हमारे विकास को जिस गुणात्मक धनात्मकता की जरूरत होगी वह हम तक आयेगी और कोई शक्ति नहीं जो उसे रोक सके। बस हमें अपनी हरकतों पर ध्यान देना है कि हमारी वजह से कोई रूकावट न आने पाये। आम जीवन में हम इसे यूं परख सकते है कि जब किसी का मित्र छूट जाता है, ऐसे समय में वे जो इसे होनी मानकर स्वीकार कर लेते है और जीवन में आगे बढ़ जाते है।

जिसको गुण लेना था, जिसका वह गुण था वह कार्य अब पूर्ण हो गया। अब किसी पर किसी का कोई बोझ नहीं रहा। गुरुवर कहते है कि जब किसी का रासायनिक लेनदेन रहता है तो वो सभी असहज रहते है। जैसे कुछ काम रह गया हो। कुछ बाकी हो जो पूरा होना जरूरी है। जैसे ही वह पूरा होता है सहज अवस्था आ जाती है। इसे हम एक उदाहरण से समझ सकते है। मान ले आप कही बाहर जा रहे है और सुरक्षा की दृष्टि से आपने अपना कीमती सामान अपने किसी परिचित के पास रखा दिया है। अब यह असहज वाली स्थिति हो जाती है। जहाँ आप सामान रखा देने के बाद यह सोचते है कि कहीं आपका परिचित लपरवाही तो नहीं करेगा, सामान ठीक से रखेगा ना। और दूसरी तरफ वह व्यक्ति परेशान रहेगा कि सामान को जल्दी से जल्दी लौटा दें। दोनों ही परेशान। जैसे ही आप वापस आते है और सामान आपको प्राप्त हो जाता है। वैसे ही दोनों व्यक्ति सहज हो जाते है। यह है रासायनिक लेनदेन की कहानी। जरा विचार करें कि कहीं यह लेनदेन पूरा होने से रह गया कोई रुकावट आ गई तब क्या हो सकता है। प्रकृति गति के अनुसार लेनदेन तो पूरा होना ही है। अब आप जन्मों का रहस्य समझ सकते है।

गुरुवर द्वारा आज के बनते बिगड़ते रिश्तो का रहस्य उजागर किया गया। आज हर तरफ रिश्तों का अंगारक योग दिख रहा । ऐसे में हर कोई अपने रिश्तों को लेकर परेशान ही दिख रहा है। कोई आज मित्र है, फिर मित्रता खत्म हो गई, लोग ऐसे में सहज नहीं रह पाते, दर्द में रहते है। गुरुवर ऐसे में समझाते है कि " जो जा रहा है, जाने दिजिए, वह अपके लिए मुसीबत है। जिसे प्रकृति दूर कर रही है, जा रहा अर्थात आपका नहीं है, विपरीत गुणधारी है तभी दूर होगा, उसे न रोके। यदि बल प्रयोग करके आप रोकते है तो वह विपरीत गुण का होने की वजह से हमारे लिए असहज होगा और हमारे लिए अप्रिय रहेगा। यदि वह हमारा ही है हमारे रासायन का है तो वह स्वयं ही वापस आयेगा। इन परिस्थियों में घबराना नहीं चाहिए। गुरुवर कहते है कि हमारे विकास को जिस गुणात्मक धनात्मकता की जरूरत होगी वह हम तक आयेगी और कोई शक्ति नहीं जो उसे रोक सके। बस हमें अपनी हरकतों पर ध्यान देना है कि हमारी वजह से कोई रूकावट न आने पाये। आम जीवन में हम इसे यूं परख सकते है कि जब किसी का मित्र छूट जाता है, ऐसे समय में वे जो इसे होनी मानकर स्वीकार कर लेते है और जीवन में आगे बढ़ जाते है। वे प्रसन्न रहते है और जीवन मे सफल होते है। अपने साथ-साथ सभी का ध्यान रखते है। वहीं दूसरे लोग जो मित्र छूटने को सदमें की तरह लेते है और दुखी रहते है। अपने को अभागा मान लेते है। दुनिया को कोसते है। वे अपना जीवन कष्टपूर्ण बना लेते है। दुखी रहते हुए अपना जीवन गुजार देते है। ऐसे में वे औरों का भी जीवन कष्टकारी बना देते है ।

गुरुवर अशोक मानवजी द्वारा बताया गया स्वतः संचालित अवस्था को स्वीकार कर आगे बढ़ना चाहिए। किसी तरह का कोई दिमाग नहीं लगाना चाहिए न ही कोई विरोध की अवस्था बनानी चाहिए क्योंकि उससे दुख ही होगा।। इसे समझकर जीने से सरल कुछ नहीं, पर यह उतना ही कठिन भी है क्योंकि लोग दिमाग लागते है और अहम में ही जीते है।

चुनौतियाँ

(1) कच्चे माल की उपलब्धता एक बड़ी समस्या है, क्योंकि कच्चे माल की उपलब्धता मौसमी निर्भरता पर आधारित है, इससे आपूर्ति श्रृंखला की कमी देखी जा सकती है।

(2) मशीनरी की लागत, गुणवत्ता नियंत्रण तथा तकनीकी नियंत्रण जैसी समस्याएँ आ सकती हैं।

(3) ग्रामीण क्षेत्रों में जानकारी का अभाव है, इसलिए अभी तक इस सुविधा को लोकप्रिय नहीं बनाया जा सका है।

(4) इसके संग्रहण और परिवहन की समस्या पूर्णतः हल नहीं हुई है, जिसके लिए आवश्यक प्रबंध किए जाने चाहिए।

(5) कई स्थानों पर सरकारी नीतियों का सही क्रियान्वयन नहीं हो पा रहा है। इसके लिए पर्याप्त निगरानी और सक्रियता अपेक्षित है।

बायो पैलेट ऊर्जा - स्रोत से अपार संभावनाएँ

(1) इससे हरित ऊर्जा का विस्तार होगा तथा बायो पैलेट भविष्य में कोयले का प्रमुख विकल्प बन सकता है।

(2) इससे ग्रामीण विकास में आशातीत सफलता मिलेगी, क्योंकि यह रोजगार सृजन और किसान की आय - वृद्धि का साधन बनेगा।

(3) पर्यावरण में सुधार होगा, क्योंकि इससे वायु प्रदूषण में कमी होगी। साथ ही पराली जलाने की समस्या का समाधान होगा।

(4) औद्योगिक उपयोग में वृद्धि के लिए बड़ी कंपनियाँ इसे अपनाने लगी हैं

(5) वैश्विक बाजार में निर्यात की संभावना और अंतरराष्ट्रीय ऊर्जा बाजार में मांग बढ़ेगी।

अस्तु, बायो पैलेट एक ऐसा ऊर्जा स्रोत है, जो पर्यावरण संरक्षण, आर्थिक विकास और ऊर्जा सुरक्षा—तीनों को संतुलित करता है। यह न केवल जीवाश्म ईंधनों का विकल्प है, अपितु एक सतत भविष्य की दिशा में महत्वपूर्ण कदम भी है। भारत जैसे देश में, जहाँ कृषि अपशिष्ट प्रचुर मात्रा में उपलब्ध है, बायो पैलेट का उपयोग न केवल ऊर्जा उत्पादन में क्रांति ला सकता है, अपितु प्रदूषण नियंत्रण और ग्रामीण विकास में भी महत्वपूर्ण योगदान दे सकता है।

अतः यह कहा जा सकता है कि बायो पैलेट भविष्य का ईंधन है—स्वच्छ, सस्ता और सतत।

किवी फल: सेहत का प्राकृतिक खज़ाना

सिद्धार्थ जैन
जयपुर (राज०)

फोटो : एआई

आज के दौर में जब जीवनशैली तेजी से बदल रही है और खान-पान में असंतुलन बढ़ता जा रहा है, तब प्राकृतिक फलों का महत्व और भी अधिक बढ़ जाता है। किवी ऐसा ही एक फल है, जो आकार में छोटा जरूर होता है, लेकिन इसके अंदर पोषक तत्वों का खज़ाना छिपा होता है। यह पहाड़ी क्षेत्रों में उगने वाला फल है, जिसकी खेती इटली, न्यूज़ीलैंड, ग्रीस, टर्की, जापान, फ्रांस और चीन जैसे देशों में बड़े पैमाने पर की जाती है। भारत में भी अब इसकी खेती धीरे-धीरे बढ़ रही है, खासकर ठंडे इलाकों में। बाहर से हल्के भूरे रंग और रोएंदार छिलके वाला यह फल अंदर से चमकीले हरे रंग का होता है, जिसमें छोटे-छोटे काले बीज होते हैं। इसका खट्टा-मीठा स्वाद इसे और भी खास बना देता है।

किवी को पोषण का पावरहाउस कहा जाए तो यह बिल्कुल गलत नहीं होगा। इसमें विटामिन सी, विटामिन के, विटामिन ई, विटामिन बी6 और बी12 जैसे महत्वपूर्ण विटामिन्स पाए जाते हैं। इसके अलावा इसमें फोलिक एसिड, फाइबर, पोटैशियम, जिंक और कई प्रकार के एंटीऑक्सीडेंट्स भी मौजूद होते हैं। ये सभी तत्व मिलकर शरीर को स्वस्थ रखने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं और कई बीमारियों से बचाव करते हैं।

किवी का सबसे बड़ा फायदा यह है कि यह शरीर की रोग प्रतिरोधक क्षमता को मजबूत बनाता है। इसमें मौजूद विटामिन सी शरीर की कोशिकाओं की मरम्मत करने में मदद करता है और संक्रमण से लड़ने की क्षमता को बढ़ाता है। नियमित रूप से किवी का सेवन करने से सर्दी-खांसी जैसी सामान्य समस्याओं से भी राहत मिलती है। इसके साथ ही, इसमें मौजूद एंटीऑक्सीडेंट्स शरीर को फ्री-रेडिकल्स से बचाते हैं, जिससे गंभीर बीमारियों का खतरा कम हो जाता है। त्वचा की देखभाल के लिए भी किवी बहुत फायदेमंद माना जाता है। इसमें मौजूद विटामिन ई और एंटीऑक्सीडेंट्स त्वचा को लंबे समय तक जवान बनाए रखने में मदद करते हैं।

पाचन तंत्र को बेहतर बनाने में भी किवी की अहम भूमिका होती है। इसमें पर्याप्त मात्रा में फाइबर पाया जाता है, जो कब्ज की समस्या को दूर करता है और पाचन क्रिया को सुचारु बनाता है। किवी में पाया जाने वाला एक विशेष एंजाइम प्रोटीन को पचाने में मदद करता है, जिससे भोजन आसानी से पच जाता है और पेट से जुड़ी समस्याएं कम होती हैं।

गर्भवती महिलाओं के लिए भी किवी का सेवन लाभकारी माना जाता है, क्योंकि इसमें फोलिक एसिड पाया जाता है, जो भ्रूण के विकास में मदद करता है। यह बच्चे के मस्तिष्क और रीढ़ की हड्डी के सही विकास के लिए जरूरी होता है। हालांकि, इस दौरान किसी भी फल का सेवन डॉक्टर की सलाह से करना अधिक सुरक्षित रहता है।

किवी खून की कमी को दूर करने में भी सहायक होता है। यह शरीर में आयरन के अवशोषण को बढ़ाता है, जिससे हीमोग्लोबिन का स्तर बेहतर होता है। इसलिए एनीमिया से पीड़ित लोगों के लिए यह फल काफी फायदेमंद हो सकता है।

हृदय स्वास्थ्य के लिए किवी एक अच्छा विकल्प माना जाता है। इसमें मौजूद पोटैशियम और फाइबर ब्लड प्रेशर को नियंत्रित रखने में मदद करते हैं और कोलेस्ट्रॉल के स्तर को संतुलित करते हैं। इससे हृदय संबंधी बीमारियों का खतरा कम हो जाता है। इसके अलावा, यह वजन को नियंत्रित रखने में भी सहायक होता है क्योंकि इसमें कैलोरी कम और फाइबर अधिक होता है, जिससे पेट लंबे समय तक भरा हुआ महसूस होता है।

मधुमेह रोगियों के लिए भी किवी सुरक्षित फल माना जाता है, क्योंकि इसका ग्लाइसेमिक इंडेक्स कम होता है। यह ब्लड शुगर को तेजी से नहीं बढ़ाता, जिससे इसे सीमित मात्रा में डायबिटीज के मरीज भी खा सकते हैं। साथ ही, यह हड्डियों को मजबूत बनाने में भी मदद करता है, क्योंकि इसमें विटामिन के और अन्य आवश्यक खनिज तत्व मौजूद होते हैं, जो ऑस्टियोपोरोसिस जैसी बीमारियों से बचाव करते हैं। किवी में मौजूद एंटीऑक्सीडेंट्स कैंसर जैसी गंभीर बीमारियों के खतरे को कम करने में भी सहायक माने जाते हैं। यह शरीर में हानिकारक तत्वों को खत्म करने में मदद करता है और कोशिकाओं को स्वस्थ बनाए रखता है। हालांकि, यह किसी बीमारी का इलाज नहीं है, लेकिन इसके नियमित सेवन से शरीर की रोगों से लड़ने की क्षमता जरूर बढ़ती है।

अक्षय तृतीया पर्व ही नहीं, अर्थव्यवस्था का गतिशील चक्र

सौरभ वार्ष्णेय
उत्तमनगर,दिल्ली

अक्षय अर्थात जो कभी क्षय न हो-यानी इस दिन किया गया पुण्य, दान या निवेश अनंत फलदायी माना जाता है। यही कारण है कि इस अवसर पर सोने-चांदी की खरीदारी केवल एक धार्मिक कर्मकांड नहीं, बल्कि एक गहरी सामाजिक-आर्थिक परंपरा भी बन चुकी है। धार्मिक मान्यताओं के अनुसार, इस दिन धन की देवी माता लक्ष्मी और भगवान विष्णु की विशेष कृपा मानी जाती है। सोना-चांदी, जो समृद्धि और स्थायित्व के प्रतीक हैं, इस दिन खरीदे जाएं तो घर में सुख-समृद्धि का स्थायी वास होता है- ऐसी जनमान्यता है। यही विश्वास पीढ़ी-दर-पीढ़ी चलता आया है ।

देश में अक्षय तृतीया पर्व आस्था ही नहीं अर्थव्यवस्था से जुड़ा पर्व है। भारत जैसे विविधतापूर्ण देश में त्योहार केवल धार्मिक आस्था का प्रतीक नहीं होते, बल्कि वे सामाजिक और आर्थिक जीवन को भी गति देते हैं। ऐसा ही एक महत्वपूर्ण पर्व है अक्षय तृतीया, जिसे हिंदू और जैन परंपराओं में अत्यंत शुभ माना जाता है। इस दिन बिना मुहूर्त के विवाह, गृह-प्रवेश, और विशेष रूप से सोना-चांदी खरीदने की परंपरा है। यही परंपरा इसे केवल सांस्कृतिक उत्सव नहीं, बल्कि आर्थिक गतिविधियों का प्रमुख केंद्र बना देती है।

अक्षय तृतीया के अवसर पर सोने-चांदी की खरीदारी में अचानक वृद्धि होती है। ज्वेलरी उद्योग, जो पहले से ही भारत में मजबूत है, इस दिन अपनी सालाना बिक्री का बड़ा हिस्सा अर्जित करता है। इससे न केवल आभूषण कारोबारियों को लाभ होता है, बल्कि खनन, आयात, परिवहन और रिटेल जैसे जुड़े हुए क्षेत्रों में भी गतिविधियां तेज हो जाती हैं।

यह पर्व खासतौर पर ग्रामीण भारत में भी गहरी पैठ रखता है। किसान इस दिन को नई फसल, बीज बोने या कृषि निवेश के लिए शुभ मानते हैं। इससे कृषि क्षेत्र में नकदी का प्रवाह बढ़ता है और स्थानीय बाजारों में लेन-देन तेज होता है।

अक्षय तृतीया पर सोने की खरीद को लोग निवेश के रूप में भी देखते हैं। भारतीय परिवारों में सोना केवल आभूषण नहीं, बल्कि एक सुरक्षित संपत्ति के रूप में माना जाता है। इस प्रकार यह पर्व उपभोग और निवेश-दोनों को एक साथ बढ़ावा देता है, जो अर्थव्यवस्था के लिए सकारात्मक संकेत है।

अब समय के साथ अक्षय तृतीया का स्वरूप भी बदल रहा है। ई-कॉमर्स प्लेटफॉर्म और डिजिटल गोल्ड जैसी सुविधाओं ने इस

पर्व को नई दिशा दी है। ऑनलाइन खरीदारी से बाजार का दायरा बढ़ा है और छोटे शहरों तक भी इसकी पहुंच आसान हो गई है। अक्षय तृतीया केवल धार्मिक आस्था का प्रतीक नहीं है, बल्कि यह भारतीय अर्थव्यवस्था के लिए एक मिनी-इकोनॉमिक बूस्टर की तरह काम करता है। यह पर्व परंपरा और आधुनिकता के संगम के साथ मांग, निवेश और व्यापार को गति देता है। इसलिए अक्षय तृतीया को केवल पूजा और शुभ कार्यों तक सीमित करके देखना अधूरा होगा- यह वास्तव में देश की अर्थव्यवस्था के चक्र को गतिमान रखने वाला एक महत्वपूर्ण अवसर है।

अर्थव्यवस्था का सुनहरा संगम

'अक्षय अर्थात जो कभी क्षय न हो- यानी इस दिन किया गया पुण्य, दान या निवेश अनंत फलदायी माना जाता है। यही कारण है कि इस अवसर पर सोने-चांदी की खरीदारी केवल एक धार्मिक कर्मकांड नहीं, बल्कि एक गहरी सामाजिक-आर्थिक परंपरा भी बन चुकी है। धार्मिक मान्यताओं के अनुसार, इस दिन धन की देवी माता लक्ष्मी और भगवान विष्णु की विशेष कृपा मानी जाती है। सोना-चांदी, जो समृद्धि और स्थायित्व के प्रतीक हैं, इस दिन खरीदे जाएं तो घर में सुख-समृद्धि का स्थायी वास होता है- ऐसी जनमान्यता है। यही विश्वास पीढ़ी-दर-पीढ़ी चलता आया है और आज भी उतना ही प्रासंगिक है।लेकिन इस परंपरा का एक अहम आर्थिक पक्ष भी है। भारत जैसे देश में, जहां सोना केवल आभूषण नहीं बल्कि एक सुरक्षित निवेश का माध्यम भी है, अक्षय तृतीया जैसे अवसर बाजार में नई ऊर्जा भरते हैं। ज्वैलरी उद्योग, छोटे कारीगर, खुदरा व्यापारी- सभी के लिए यह दिन व्यापारिक दृष्टि से बेहद महत्वपूर्ण होता है। यह मांग अर्थव्यवस्था के चक्र को गति देती है और उपभोग को बढ़ावा देती है।हालांकि, इस परंपरा के साथ कुछ सवाल भी जुड़े हैं। क्या हर व्यक्ति के लिए इस दिन सोना खरीदना आवश्यक है? क्या सामाजिक दबाव या दिखावे की भावना इस परंपरा को प्रभावित

कर रही है? आज जरूरत इस बात की है कि हम परंपरा और विवेक के बीच संतुलन बनाएं। निवेश सोच-समझकर हो, न कि केवल परंपरा के दबाव में। अक्षय तृतीया हमें यह सिखाती है कि समृद्धि केवल धन-संपत्ति में नहीं, बल्कि संतुलित और विवेकपूर्ण जीवनशैली में निहित है। सोना-चांदी की खरीदारी इस दिन शुभ मानी जा सकती है, लेकिन असली 'अक्षय' वही है जो ज्ञान, संतुलन और सामाजिक जिम्मेदारी के रूप में हमारे जीवन में स्थायी हो।

मल्टीप्लायर इफेक्ट अर्थव्यवस्था की गति तेज

भारतीय परंपरा में अक्षय तृतीया को सदैव शुभ माना जाता है- ऐसा दिन जब बिना मुहूर्त देखे भी कोई भी नया काम शुरू किया जा सकता है। यही सांस्कृतिक विश्वास इसे सिर्फ धार्मिक नहीं, बल्कि आर्थिक दृष्टि से भी अत्यंत महत्वपूर्ण बना देता है। इस दिन सोना-चांदी, वाहन, रियल एस्टेट और उपभोक्ता वस्तुओं की बिक्री में तेज उछाल आता है। ज्वेलरी बाजार में तो यह पीक सीजन होता है। दुकानदार विशेष ऑफर, छूट और नई कलेक्शन लॉन्च करते हैं, जिससे बाजार में नकदी का प्रवाह बढ़ता है और छोटे-बड़े कारोबारियों को सीधा लाभ मिलता है।अक्षय तृतीया पर सोना खरीदना केवल परंपरा नहीं, बल्कि एक सुरक्षित निवेश विकल्प भी माना जाता है। लोग फिजिकल गोल्ड के साथ-साथ डिजिटल गोल्ड, गोल्ड श्वञ्जस्न और अन्य वित्तीय साधनों में भी निवेश करते हैं। इस तरह यह पर्व बचत को निवेश में बदलने की मानसिकता को मजबूत करता है- जो किसी भी अर्थव्यवस्था के लिए सकारात्मक संकेत है। त्योहारों का सीधा संबंध उपभोग से होता है। नए कपड़े, इलेक्ट्रॉनिक्स, गृह-सज्जा, वाहन- इन सभी की खरीदारी बढ़ती है। ग्रामीण क्षेत्रों में भी फसल कटाई के बाद यह समय खर्च बढ़ाने का होता है, जिससे मांग में व्यापक वृद्धि होती है। जब लोग खरीदारी करते हैं, तो सिर्फ एक सेक्टर नहीं, बल्कि पूरी सप्लाई चेन सक्रिय हो जाती है- उत्पादन, लॉजिस्टिक्स, रिटेल, सर्विस सेक्टर सभी को फायदा मिलता है। यही मल्टीप्लायर इफेक्ट अर्थव्यवस्था की गति को तेज करता है।

बढ़ती गर्मी के प्रकोप से 'लू' लगने की संभावना एवं समाधान

डॉ. बी.आर. नलवाया
मन्दसौर (म.प्र.)

फोटो : एआई

मध्यप्रदेश में गर्मी के तेवर तेज हो गये है, आगामी मई और जून से तेवर और बढ़ेंगे अब यह तापमान 44 डिग्री पार करने वाला है। इस तरह अगले सप्ताह लू की चपेट पूरे देश में पाई जाएगी। इसके साथ ही देश के अनेक भागों में अधिक तापमान बढ़ता जा रहा है। पिछले वर्षो से लू का आलम बढ़ता हुआ देखा है। 2024 में औसतन 20 दिन लू चली। भारत जल्द ही उन देशों में होगा, जहां हिटवेव मानवीय सहनशक्ति की सीमा को पार कर जाएगी इससे डिहाइड्रेशन और हीट स्ट्रोक तो होगा ही अधिक तापमान से वायरस, बैक्टीरिया और मच्छर मक्खी जैसे वेक्टर तेजी से पनपेंगे जो भविष्य में नई महामारी को न्योता दे सकते हैं। ऐसी स्थिति में इससे बचना बहुत आवश्यक है। गर्मी की तेज धूप और झुलसा देने वाली गरम हवाओं को 'लू' कहा जाता है। 'लू' लगना ग्रीष्मकाल की बीमारी है। 'लू' गर्मी के प्रकोप के कारण फैलती है ,जब हवाएँ और गर्म हो जाती है। ये हवाएँ तेज और शुष्क होने के कारण वातावरण की नमी सोख लेती है। इसके कारण मनुष्य के शरीर में नमक और पानी का बड़ा हिस्सा शरीर से निकलता तो खून की गरमी बढ़ने लगती है। इसके कारण प्यास बहुत अधिक लगती और सिर में भारीपन मालूम होने लगता है। गर्मी बढ़ने से तन शिथिल हो जाता है व त्वचा झुलस जाती है। शारीरिक गर्मी बढ़ने से मनुष्य 'लू' की चपेट में आ जाता हैं 'लू' लगने के कई कारण है। इसमें अधिक देर तक गर्म तेज हवा में घूमने-फिरने से, घूप में नंगे पावं चलने, शारीरिक रूप से कमजोरी, पोष्टिक आहार न लेना। 'लू' लगने की अवस्था में शरीर के अंदर तापमान को नियंत्रण में रखने वाली प्रणालियाँ काम करना बंद कर देती है, जिससे शरीर के तापमान में वृद्धि होती और यह तापमान बढ़कर 106 से 108 डिग्री सेल्सियस हो जाता है। इससे ज्वर की तीव्रता से सिर में दर्द, बैचेनी, चक्कर आना, आँखों में जलन, अचानक बेहोशी, नाड़ी की गति में तेजी, खून की गति में तेजी और शरीर में ऐंठन लगती है, कभी-कभी उल्टियाँ भी होती तथा हाथ और पैर के तलुओं में जलन भी होती है।

दिल्ली के वरिष्ठ चिकित्सक डॉ. डी.के. शर्मा ने बताया कि गर्मी में पसीन के कारण अधिक पानी निकल जाने से "डिहाइड्रेशन" यानि शरीर में पानी की कमी हो जाती है। डॉ. शर्मा का कहना है कि पसीना निकलना शरीर के सही तापमान को बनाए रखने के लिए आवश्यक है, लेकिन समस्या तब होती है जब पसीना निकलने के अनुपात में शरीर में पानी की पूर्ति नहीं हो पाती है , जाहिर है कि पानी की कमी से शरीर का तापमान बढ़ने लगता है । इससे शारीरिक अंगों को नुकसान होने लगता है।

डॉ. यासिर रिजवी के मुताबिक सादा पानी हमारे शरीर के लिए उत्तम होता है। इसलिए धूप में बाहर निकलने से पहले पानी पीलें और अपने साथ हमेशा पानी की बोतल रखें। वैसे तो बाजार में ज्यूस और कई सपोर्ट ड्रिंक भी उपलब्ध होते है, लेकिन डॉ. रिजवी कहते है, कि इनका सेवन नहीं करना चाहिए इनसे शरीर को फायदा नहीं होता।

डॉ. एस.के. बोस के अनुसार धूप में निकलने से पहले सन स्क्रीन क्रीम लगाना लाभदायक होता है।

लू के घरेलू उपचार

लू लगने पर तत्काल चिकित्सा उपलब्ध नहीं होने पर निम्न उपचार करना चाहिए -

- डाक्टर के आने तक रोगी को तौलिया या चादर को पानी में भिगोंकर ओढ़ा देना, पहने हुए वस्त्र को हल्के वस्त्र में बदल देना और थोड़ी-थोड़ी देर में चादर को बदलना चाहिए।
- यदि बुखार 104 डिग्री से अधिक होने पर बर्फ की पट्टी सीर पर रखना चाहिए। इसको बार-बार बदलते रहने से बुखार जल्दी से उतारने का प्रयास करना चाहिए।
- लू लगे रोगी को प्याज का रस में शहद देकर चटाने के साथ प्याज का रस को पैरों के तले पर बार-बार रगड़ना चाहिए।
- रोगी को कुछ खिलाएँ नहीं इससे उल्टी हो सकती है।
- जौं का आटा व पीसा प्याज मिलाकर शरीर पर लेप करने से लू से तुरन्त आराम मिलता है। क्योंकि जो शीतलता प्रदान करता है व गर्मी दूर भगाता है।
- कैरी का पना विशेष लाभदायक होता है। कच्ची कैरी गरम राख पर मंद आँच वाले अंगार में भुनकर उसे गुदा को पानी में मसलकर उसमें जीरा, धनियां, शक्कर,काली मिर्च डालकर पना रोगी को पिलाना चाहिए इसके साथ बाहर जाने के पहले इसका सेवन कर लू से बचा जा सकता है।
- घर का वातावरण शीतल रखने का प्रयत्न करना चाहिए। सर्वप्रथम यह प्रयास करना आवश्यक है कि मरीज को ठंडे स्थान पर आराम करवाया जाए।
- इन उपायों के साथ ही गरिष्ठ वस्तुओं को कुछ समय के लिए तिलांजलि दे दे तो अच्छा होगा। भोजन में खटाई, आम-इमली की चटनी, नींबू, पुदीना व जीरा के उपयोग की मात्रा बढ़ा देना चाहिए।
- मोसम्बी फलों का सेवन लाभदायक रहता है जैसे - अंगूर, संतरा, खरबूजा, तरबूज, आम, लीची, आलू बुखारा आदि। बे मौसमी फलों का सेवन हानिकारक हो सकता है।

सूरज की परा बैंगनी किरणों से बचाव वाले चश्में का उपयोग करना चाहिए। वैसे तो साधारण चश्में का उपयोग भी किया जा सकता हैं। पैंट की जेब में ताजा प्याज रख लेने से लू से बचा जा सकता है। पसीने में तरबतर रहने पर भूल से जल्दबाजी में पानी नहीं पीना चाहिए। धूप के बाहर जाने के पूर्व गर्मी से बचने के लिए हल्के नरम, मुलायम, सूती कपड़े और ढीले ढाले ही कपड़े पहनना चाहिए।

लू से बचने के तरीके

लू से बचने के लिये दोपहर के समय घर से बाहर नहीं निकलना चाहिए। अगर बाहर जाना आवश्यक हो तो सिर और गर्दन को तौलियां से ढक लेना आवश्यक है ,वैसे 12 बजे से 4 तक दोपहर के समय को टालना चाहिए।

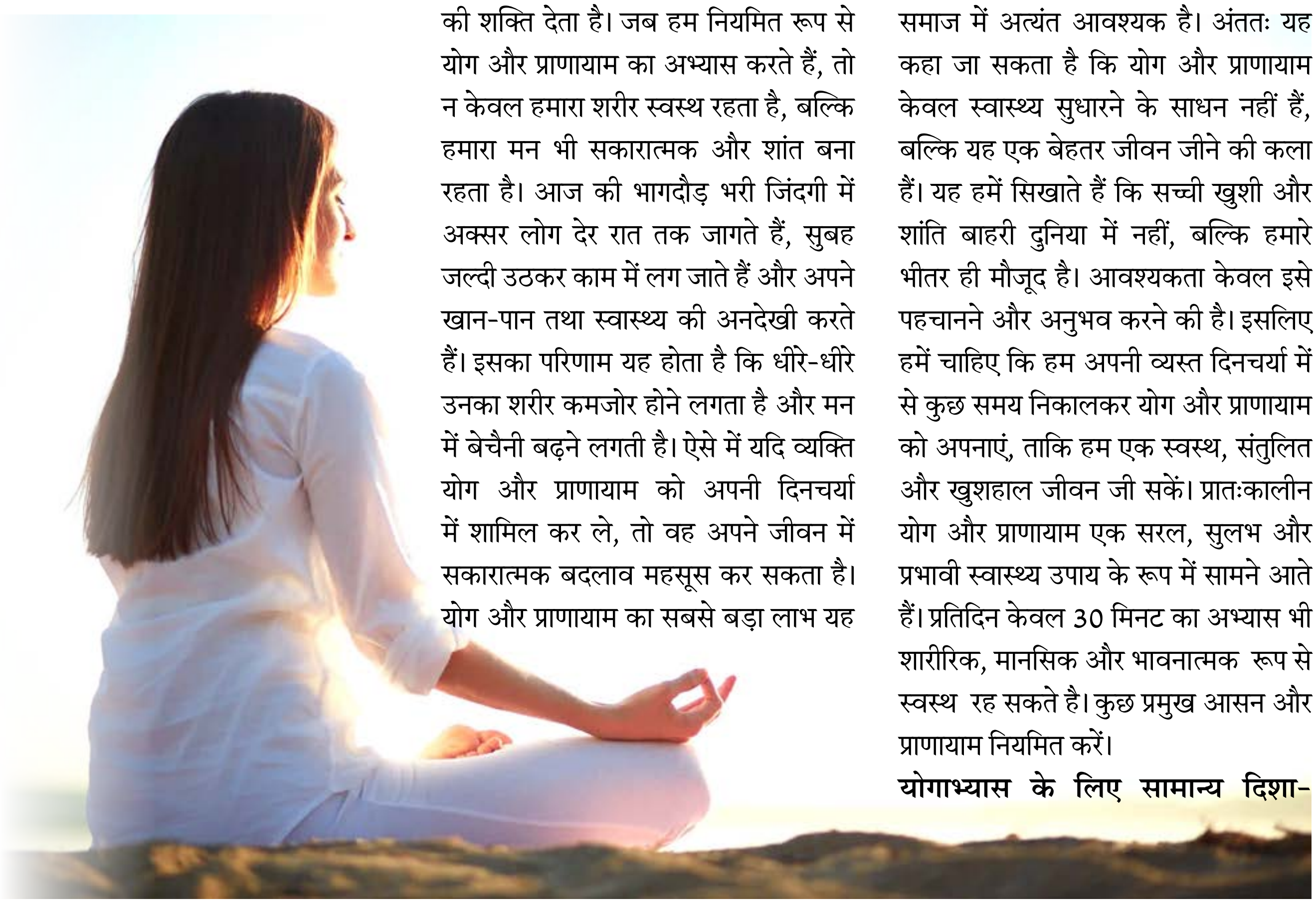
सूरज की परा बैंगनी किरणों से बचाव वाले चश्में का उपयोग करना चाहिए। वैसे तो साधारण चश्में का उपयोग भी किया जा सकता हैं। पैंट की जेब में ताजा प्याज रख लेने से लू से बचा जा सकता है। पसीने में तरबतर रहने पर भूल से जल्दबाजी में पानी नहीं पीना चाहिए। धूप के बाहर जाने के पूर्व गर्मी से बचने के लिए हल्के नरम, मुलायम, सूती कपड़े और ढीले ढाले ही कपड़े पहनना चाहिए। जिससे हवा और शरीर के पसीने को कपड़े सोखते रहेंगे। प्रातः काल नियमित स्नान किया जाए तो अच्छा है, इससे शरीर की त्वचा स्वस्थ, पसीन के त्वचा में जीम धूल की सफाई हो जाती है। इस ऋतु में शरीर को पानी व नमक भी बेहद जरूरत होती है। पानी की कमी से व्यक्ति को लू लगने की शत-प्रतिशत संभावना रहती है। अतः पानी खूब पीना चाहिए, प्यास ना लगने पर भी पानी पीना चाहिए 1 इसमें नींबू व नमक मिला लेना चाहिए। लीची व गुलाब का शरबत, पुदीने का पानी, लस्सी, गन्ने का रस, ताजे फलों का रस और ठंडाई पीएँ जा सकते है।

गर्मी के मौसम में चाय-काफी आदि गर्म वस्तुओं का सेवन कम करना है। इससे 'लू' की संभावना बढ़ती है। पानी में बर्फ का प्रयोग नहीं करना क्योंकि इसमें लाभ की अपेक्षा हानि हो सकती है। मिट्टी के घड़े या सुराही के पानी का प्रयोग करना लाभप्रद रहता है। इस प्रकार खान-पान संबंधी थोड़ी-सी सावधानी से 'लू' लगने से बचा जा सकता है।

सांसों से जुड़ती दुनिया योग और प्राणायाम का महत्व

मुकेश कुमार सिंह
योगाचार्य

आज का युग तेज़ रफ्तार और भागदौड़ भरी जिंदगी का युग है। हर व्यक्ति अपने काम, जिम्मेदारियों और लक्ष्यों को पूरा करने में इतना व्यस्त हो गया है कि वह अपनी सबसे मूलभूत क्रिया-सांस लेने-पर भी ध्यान नहीं दे पाता। अनियमित दिनचर्या, मानसिक तनाव और असंतुलित जीवनशैली ने इंसान को शारीरिक और मानसिक रूप से कमजोर बना दिया है। ऐसे समय में योग और प्राणायाम हमारे जीवन में संतुलन और शांति लाने का एक प्रभावी माध्यम बनकर सामने आते हैं।योग केवल शारीरिक व्यायाम नहीं है, बल्कि यह शरीर, मन और आत्मा के बीच संतुलन स्थापित करने की एक कला है। वहीं प्राणायाम, यानी सांसों का सही नियंत्रण, हमें अपने भीतर झांकने और मन को शांत करने की शक्ति देता है। जब हम नियमित रूप से योग और प्राणायाम का अभ्यास करते हैं, तो न केवल हमारा शरीर स्वस्थ रहता है, बल्कि हमारा मन भी सकारात्मक और शांत बना रहता है। आज की भागदौड़ भरी जिंदगी में अक्सर लोग देर रात तक जागते हैं, सुबह जल्दी उठकर काम में लग जाते हैं और अपने खान-पान तथा स्वास्थ्य की अनदेखी करते हैं। इसका परिणाम यह होता है कि धीरे-धीरे उनका शरीर कमजोर होने लगता है और मन में बेचैनी बढ़ने लगती है। ऐसे में यदि व्यक्ति योग और प्राणायाम को अपनी दिनचर्या में शामिल कर ले, तो वह अपने जीवन में सकारात्मक बदलाव महसूस कर सकता है। योग और प्राणायाम का सबसे बड़ा लाभ यह है कि यह हमें वर्तमान में जीना सिखाते हैं। जब हम अपनी सांसों पर ध्यान केंद्रित करते हैं, तो हमारे मन के अनावश्यक विचार धीरे-धीरे कम होने लगते हैं और हमें भीतर से शांति का अनुभव होता है। यही शांति हमारे जीवन को संतुलित और खुशहाल बनाती है। इसके अलावा, योग लोगों को आपस में जोड़ने का भी कार्य करता है। जब विभिन्न पृष्ठभूमि के लोग एक साथ बैठकर योग करते हैं, तो वे अपनी भिन्नताओं को भूलकर एक ही लय में सांस लेते हैं। यह अनुभव उन्हें एकता और जुड़ाव का एहसास कराता है, जो आज के समाज में अत्यंत आवश्यक है। अंततः यह कहा जा सकता है कि योग और प्राणायाम केवल स्वास्थ्य सुधारने के साधन नहीं हैं, बल्कि यह एक बेहतर जीवन जीने की कला हैं। यह हमें सिखाते हैं कि सच्ची खुशी और शांति बाहरी दुनिया में नहीं, बल्कि हमारे भीतर ही मौजूद है। आवश्यकता केवल इसे पहचानने और अनुभव करने की है। इसलिए हमें चाहिए कि हम अपनी व्यस्त दिनचर्या में से कुछ समय निकालकर योग और प्राणायाम को अपनाएं, ताकि हम एक स्वस्थ, संतुलित और खुशहाल जीवन जी सकें। प्रातःकालीन योग और प्राणायाम एक सरल, सुलभ और प्रभावी स्वास्थ्य उपाय के रूप में सामने आते हैं। प्रतिदिन केवल 30 मिनट का अभ्यास भी शारीरिक, मानसिक और भावनात्मक रूप से स्वस्थ रह सकते है। कुछ प्रमुख आसन और प्राणायाम नियमित करें।



योगाभ्यास के लिए सामान्य दिशा-

निर्देश

- किसी अनुभवी गुरू के मार्ग दर्शन में योगासन करना अधिक उपयोगी रहता है।
- शौच से निवृत्त होने के बाद योगासन करना चहिए।
- प्रातः सूर्योदय या सूर्यास्त के वक्त योग का सही समय होता है।
- योग खाली पेट करें। योग करने से 3 घंटे पहले कुछ न खायें।
- आसनों में शरीर की क्षमता का ध्यान अवश्य रखें जितना आसनी से संभव हो सके उतना ही झुके तथा शरीर को झुकाए। शरीर के साथ अनावश्यक रूप से जोर जबरदस्ती करना उचित नहीं होता है।
- योगासन में प्रतिस्पर्धा करने जैसी कोई बात नहीं होनी चाहिए । आसन करते समय मन में कोई दुर्विचार या तनाव न रखें।
- आरामदायक सूती कपडे.पहनें ।
- योग अभ्यास शांत एवं खुले वातावरण में आराम के साथ शरीर एवं मन को शिथिल करके करना चाहिए।
- अपना पूरा ध्यान अपने योग और अभ्यास पर ही केंद्रित करें।
- योग अभ्यास धैर्य और दृढता से करें।
- सर्वप्रथम योगासन , तत्पश्चात प्राणायाम और अंत मे ध्यान जरूर करें।
- यदि आप उच्च रक्तचाप या चक्कर आता है जो प्रारम्भ में शीर्षसन एवं मयूर आसन न करें।
- आसनों के अभ्यास के बाद शवसान अवश्य करें।
- योग अभ्यास को निरन्तर करने से लाभ मिलता है।
- अपनी दिनचर्या को सुधारें समय से सोये और प्रातःकल उठे और योग करें।

- अपने खानपान में सुधार करें।
- अगर कोई मेडिकल तकलीफ है तो डाक्टर से जरूर सलाह लें।

अभ्यास के बाद

- योगअभ्यास के 20-30 मिनट बाद स्नान करना चाहिए।
- योगअभ्यास के 20-30 मिनट बाद ही आहार ग्रहण करना चाहिए,उससे पहले नहीं।

ध्यान देने योग्य विचार

- धूम्रपान से बचें।
- तन एवं मन ठीक प्रकार से अभ्यास के लिए तैयार हो इसके लिये शाकाहारी आहार ग्रहण करें।

वृक्षासन

वृक्ष शब्द का अर्थ है पेड। इस आसन की अंतिम अवस्था में शारीरिक स्थिति एक पेड के आकार में बनती है इसलिए इस आसन का नाम वृक्षासन है।

- वृक्षासन का अभ्यास करते समय सीधे खडे हो जाए दोनों पैरों के बीच में 2 इंच का अंतर बनाये।
- सांस को शरीर के बाहर छोडते हुए दांए पैर को ऊपर रखें एडी मूलाधार क्षेत्र से मिली होनी चाहिए।
- बिल्कुल समाने की तरफ देखें सीधी नजर सही संतुलन बनाने में अत्यन्त सहायक है।
- सांस को अंदर लेते हुए दोनों हाथों को ऊपर की ओर ले जाकर नमस्कार मुद्रा में जोडे। और शरीर में किसी प्रकार का तनाव न महसूस करें।
- इस स्थिति में 10 से 30 सेकेंड या अपनी क्षमतानुसार रूके रहें।
- सांसो को बाहर छोडते हुए दोनो हाथों को नीचे लाये।
- शरीर को शिथिल करते हुए इस आसन को दूसरे पैर से करें।
- इस आसन का अभ्यास कम से कम तीन बार दोनों पैरों पर करें या अपनी क्षमतानुसार करे।

वृक्षासन के लाभ

- यह आसन तंत्रिका से संबंधित स्नायुओं के समन्वय और पैरों को मजबूती प्रदान करता है एवं संतुलन बनाने में सहायक है।
- एकाग्रता बढाने में सहायक है।
- यह आसन मस्तिष्क में स्थितिरता और संतुलन लाता है।

सावधानियां

आर्थराइटिस , माइग्रेन ,उच्च रक्त चाप से पीडित है या चक्कर आने पर इस आसन को न करें।

बदलते समाज में रिश्तों का स्वरूप

सुषमा त्रिपाठी

बदलते समाज में रिश्तों का स्वरूप निरंतर परिवर्तनशील रहा है। सामाजिक, आर्थिक और तकनीकी विकास ने मनुष्य के जीवन को जहाँ एक ओर सुविधाजनक बनाया है, वहीं दूसरी ओर रिश्तों की प्रकृति और उनकी गहराई पर भी प्रभाव डाला है। पहले के समय में लोग रिश्तों को अत्यंत महत्व देते थे। परिवार के सभी सदस्य एक साथ रहते थे और एक-दूसरे के सुख-दुख में सहभागी बनते थे। आपसी प्रेम, विश्वास और सहयोग के आधार पर रिश्ते मजबूत बने रहते थे। उस समय जीवन में भले ही सुविधाएँ कम थीं, लेकिन भावनात्मक जुड़ाव अधिक था।

आज के समय में परिस्थितियाँ काफी बदल चुकी हैं। लोग अपने-अपने कामों और जिम्मेदारियों में इतने व्यस्त हो गए हैं कि उन्हें रिश्तों के लिए पर्याप्त समय नहीं मिल पाता। छोटी-छोटी बातों को लेकर गलतफहमियाँ उत्पन्न हो जाती हैं और धीरे-धीरे रिश्तों में दूरी आने लगती है। कई बार लोग दूसरों की मदद करने से भी कतराने लगते हैं, जबकि पहले समाज में सहयोग और अपनापन सामान्य बात थी। आधुनिक जीवन की भाग-दौड़ ने मनुष्य को इतना व्यस्त कर दिया है कि वह रिश्तों की अहमियत को समझते हुए भी उन्हें समय नहीं दे पाता। यही कारण है कि आज रिश्तों में पहले जैसी गर्माहट कम होती जा रही है।

जीवन की सच्चाई यह है कि जब तक मनुष्य जीवित है, तब तक रिश्तों का महत्व बना रहता है। रिश्तों के बिना जीवन अधूरा होता है, क्योंकि वे ही जीवन में खुशी, सहारा और संतुलन प्रदान करते हैं। जैसे-जैसे व्यक्ति बड़ा होता है, उसकी समझ और अनुभव भी बढ़ते हैं, जिससे वह रिश्तों के महत्व को और गहराई से समझने लगता है। इसलिए यह आवश्यक है कि हम अपने रिश्तों को समय दें और उन्हें संजोकर रखें।

रिश्तों को मजबूत बनाने के लिए सबसे महत्वपूर्ण तत्व संवाद है। यदि परिवार या समाज में लोग आपस में खुलकर बातचीत करें, एक-दूसरे की बातों को समझें और अपनी भावनाओं को व्यक्त करें, तो कई समस्याएँ अपने आप समाप्त हो जाती हैं। इसके साथ ही विश्वास भी रिश्तों की नींव होता है। जब दो लोगों के बीच विश्वास होता है, तो वे हर परिस्थिति में एक-दूसरे का साथ निभाते हैं।

समय देना भी उतना ही आवश्यक है, क्योंकि बिना समय दिए कोई भी रिश्ता मजबूत नहीं बन सकता। सहानुभूति और सम्मान भी रिश्तों को सुदृढ़ बनाने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं। जब हम दूसरों की भावनाओं को समझते हैं और उनका सम्मान करते हैं, तब रिश्तों में मधुरता बनी रहती है।

कुछ लोग पारंपरिक मान्यताओं के अनुसार रिश्तों को सुधारने के लिए ज्योतिषीय उपायों का भी सहारा लेते हैं। जैसे शुक्रवार को सफेद वस्त्र पहनना, सुगंधित वस्तुओं का उपयोग करना, मंत्र जाप करना या कुछ वस्तुओं का दान करना आदि। इन उपायों से मानसिक शांति मिलती है और व्यक्ति सकारात्मक सोच की ओर अग्रसर होता है, जिससे रिश्तों में सुधार आ सकता है। इसके अतिरिक्त सच्चे मन से पूजा और प्रार्थना करने से भी व्यक्ति के मन में सकारात्मक ऊर्जा का संचार होता है, जो रिश्तों को बेहतर बनाने में सहायक होती है।

एक अच्छे रिश्ते की पहचान उसके मूल तत्वों से होती है, जैसे प्रेम, विश्वास, सम्मान और समझ। यदि इन तत्वों की कमी हो जाए, तो रिश्ता कमजोर पड़ने लगता है। इसलिए आवश्यक है कि हम एक-दूसरे की भावनाओं को समझें, छोटी-छोटी बातों को नजरअंदाज करें और ईमानदारी तथा संवेदनशीलता के साथ अपने रिश्तों को निभाएँ। जहाँ आपसी विश्वास और समझदारी होती है, वहाँ रिश्ते स्वतः ही मजबूत हो जाते हैं।

अंततः यह कहा जा सकता है कि रिश्ते जीवन का सबसे महत्वपूर्ण हिस्सा होते हैं और उन्हें बनाए रखना तथा मजबूत बनाना हमारी जिम्मेदारी है। यदि हम सही सोच और सकारात्मक दृष्टिकोण अपनाएँ, अपने व्यवहार में सुधार करें और अपने बच्चों को भी अच्छे संस्कार दें, तो रिश्तों में स्थायित्व और मधुरता बनी रह सकती है। समय के साथ समाज बदलता रहेगा, लेकिन यदि हम अपने रिश्तों के प्रति सच्चे और ईमानदार रहेंगे, तो वे और अधिक गहरे और मजबूत बनते जाएंगे।

आज के डिजिटल युग में तकनीक ने रिश्तों को एक नई दिशा दी है। मोबाइल फोन, सोशल मीडिया और इंटरनेट के माध्यम से लोग दूर रहकर भी एक-दूसरे से जुड़े रह सकते हैं। लेकिन इसके साथ ही यह भी देखा गया है कि आभासी संपर्क ने वास्तविक संवाद को कुछ हद तक कम कर दिया है। लोग एक ही घर में रहते हुए भी एक-दूसरे से कम बात करते हैं और अपने-अपने उपकरणों में व्यस्त रहते हैं। इससे रिश्तों में भावनात्मक दूरी बढ़ने लगती है, इसलिए तकनीक का संतुलित उपयोग करना आवश्यक है।

आज के डिजिटल युग में तकनीक ने रिश्तों को एक नई दिशा दी है। मोबाइल फोन, सोशल मीडिया और इंटरनेट के माध्यम से लोग दूर रहकर भी एक-दूसरे से जुड़े रह सकते हैं। लेकिन इसके साथ ही यह भी देखा गया है कि आभासी संपर्क ने वास्तविक संवाद को कुछ हद तक कम कर दिया है। लोग एक ही घर में रहते हुए भी एक-दूसरे से कम बात करते हैं और अपने-अपने उपकरणों में व्यस्त रहते हैं। इससे रिश्तों में भावनात्मक दूरी बढ़ने लगती है, इसलिए तकनीक का संतुलित उपयोग करना आवश्यक है।

इसके अलावा, प्रतिस्पर्धा और भौतिकवाद ने भी रिश्तों पर प्रभाव डाला है। आज लोग सफलता और धन कमाने की दौड़ में इतने आगे बढ़ चुके हैं कि कई बार वे अपने करीबी संबंधों को नजरअंदाज कर देते हैं। इससे रिश्तों में तनाव और असंतुलन उत्पन्न हो सकता है। इसलिए जरूरी है कि व्यक्ति अपने जीवन में संतुलन बनाए रखे और अपने प्रियजनों के साथ समय बिताने को प्राथमिकता दे।

शिक्षा और जागरूकता भी रिश्तों को बेहतर बनाने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाती है। यदि व्यक्ति भावनात्मक रूप से परिपक्व होगा और दूसरों की भावनाओं को समझने की क्षमता रखेगा, तो वह अपने रिश्तों को अधिक अच्छे तरीके से निभा सकेगा। बच्चों को बचपन से ही अच्छे संस्कार और नैतिक मूल्य सिखाना चाहिए, ताकि वे बड़े होकर अपने रिश्तों को समझदारी से निभा सकें।

समाज में आपसी सहयोग और सामंजस्य की भावना भी रिश्तों को मजबूत बनाती है। जब लोग एक-दूसरे की सहायता करते हैं और कठिन समय में साथ खड़े रहते हैं, तो रिश्तों में विश्वास और अपनापन बढ़ता है। यही भावना समाज को एकजुट रखती है और उसे प्रगति की ओर ले जाती है।

अंत में, यह कहना उचित होगा कि रिश्तों की मजबूती केवल शब्दों से नहीं, बल्कि हमारे व्यवहार और कर्मों से तय होती है। यदि हम अपने रिश्तों में सच्चाई, प्रेम और सम्मान बनाए रखें और समय-समय पर उनका ध्यान रखें, तो वे जीवन भर हमारे साथ मजबूती से जुड़े रहते हैं। रिश्ते जीवन की सबसे बड़ी पूंजी हैं, जिन्हें संजोकर रखना हर व्यक्ति का कर्तव्य है।

आज के परिवेश में यह भी आवश्यक हो गया है कि हम रिश्तों में लचीलापन और धैर्य बनाए रखें। हर व्यक्ति की सोच, परिस्थिति और प्राथमिकताएँ अलग होती हैं, इसलिए हमें एक-दूसरे को समझने और स्वीकार करने की क्षमता विकसित करनी चाहिए। जब हम अपने अहंकार को छोड़कर रिश्तों को प्राथमिकता देते हैं, तब संबंध अधिक मजबूत और स्थायी बनते हैं।

इसके साथ ही, कृतज्ञता की भावना भी रिश्तों को गहरा बनाने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाती है। यदि हम अपने जीवन में मौजूद लोगों के प्रति आभार व्यक्त करें और उनके योगदान को स्वीकार करें, तो रिश्तों में सकारात्मकता और अपनापन बढ़ता है। छोटे-छोटे धन्यवाद और सराहना के शब्द भी रिश्तों को मजबूत बनाने में बहुत प्रभावी होते हैं।

उठाया लेखनी जब भी

उठाया लेखनी जब भी किसी का रूप लिखने को।
शब्द की रेखा तले जब चित्र गढ़ने को।।
उड़ा है जब कभी मन का परिंदा आसमां में दूर तक,
बही है भाव की दरिया कभी जब स्वप्न सागर तीर तक,
ठिठकता है कहीं पर मन ठहर सा पैर जाता है।
प्रकृति का रूप तब आंखों के आगे तैर जाता है।।

वृहद है रूप इसका और सुंदरता की जननी है,
करो श्रृंगार शब्दों से भरो जो भाव भरनी है।
शब्द है थोड़े असीमित यह कहानी है,
नजर सीमित हमारी है नजारों में रवानी है।
कोई जब गीत लिखता हूं हमारा मन किसी के ठौर जाता है।
प्रकृति का रूप तब आंखों के आगे तैर जाता है।।

सभी उपमा प्रकृति से ही लिए सारे कवि लेखक,
उतारे हैं प्रकृत को भी जरा से दायरे में सब।
चांद को मुख में उतारे बादलों को केस में,
दिखाया है फिजाओं को सदा ही आदमी के भेष में।
लिखना चाहता हूं जब कोई एक रूप बनकर और आता है।
प्रकृत का रूप तब आंखों के आगे तैर जाता है।।

(कामेश)

हिम शिखरों को गलना होगा

अंतस्तल में पीर दबाये ,
बिना नयन से नीर बहाये,
कुटिल खलों को छलना होगा।
राह कठिन,पर चलना होगा ।।
पथ के हर कंटक से बच के ,
अवलंबन बस ले के सच के ,
पग पग तुम्हें संभलना होगा।
राह कठिन ,पर चलना होगा ।।
अपने भी संत्रास भरेंगे,
परहित पर उपहास करेंगें,
दुखद भाव मन दलना होगा।
राह कठिन ,पर चलना होगा ।।
सत्कर्मों पर दृढ़ रहना है ,
दूषित धार नहीं बहना है ,
बचकर भँवर निकलना होगा ।
राह कठिन , पर चलना होगा ।।
कभी भाग्य विपरीत चलेगा ,
निश्छल मन को विश्व छलेगा ,
प्रतिघातों में पलना होगा ।
राह कठिन, पर चलना होगा ।।
कष्ट अपरिमित डग आयेंगे ,
सुकृत भी अपयश लायेंगे ,
निज विष भाग निगलना होगा ।
राह कठिन, पर चलना होगा ।।
दिन होंगे अनुकूल कभी तो ,
सुमन बनेंगे शूल सभी वो ,
दुःख दुपहर को ढलना होगा।
राह कठिन पर चलना होगा ।।
समय कहाँ सम रहा धरा पर ,
रूप बदलते सभी चरा चर ,
हिम शिखरों को गलना होगा ।
राह कठिन, पर चलना होगा ।।
अंतस्तल में पीर दबाये ,
बिना नयन से नीर बहाये,
कुटिल,खलों को छलना होगा ।
राह कठिन , पर चलना होगा ।।

– देवेन्द्र सिंह

मधुगान सुना दो अब मन के!

मधुगान सुना दो अब मन के !
हर ओर सुखद अहसास पले,
जगती के सारे कष्ट जले,
खिल उठे सुमन सब जीवन के,
मधुगान सुना दो अब मन के।
हो कंठ तृप्त कर मधुर पान,
जीवन-सरि के जग उठेप्रान,
खोलो संपुट पट सब घन के,
मधुगान सुना दो अब मन के।
भर उठेडालियाँ सुमन खिले,
कलुषित-धरती को गंध मिले,
सिंचित कर दो द्रुम सब वन के,
मधुगान सुना दो अब मन के।
जीवन रजनी का विमल इंदु,
हो शांत सुखद अशांत सिंधु,
हो रोम-रोम हर्षित तन के,
मधुगान सुना दो अब मन के।
अब कटे रात हो अरुण गात,
मलयागिरि से फिर मलय वात,
तन-मन सब महक उठे जन के,
मधुगान सुना दो अब मन के।
छोड़ो आलस, दो खोल पलक,
सस्मित प्रकाश की एक झलक,
पा दमक उठे मुख कन-कन के,
मधुगान सुना दो अब मन के।
जो गया, भूल जाओ उसको,
वंचक था दुष्ट दुखद जिसको,
पापी के प्राण हरों हन के,
मधुगान सुना दो अब मन के।

– हेमराज सिंह 'हेम'

वन से जग प्रदूषण मुक्त होगा

ऐसे कैसे वन वृक्ष बिन संसार चलेगा,
जग में रहते विधि विचार से काम चलेगा।

वन वृक्ष सुरक्षा में कानून बनाना होगा,
पर्यावरण परिशोधन नियम बनाना होगा।
वन वृक्ष रहेंगे तब जीवन उद्योग चलेगा।

वन से ही वन पशुओं का रहेगा संसार,
वन से ही चिड़ियों का आबाद रहेगा घरबार।
वन से झींगुर -भौरें का गुंजार रहेगा।

वन से धरती में बादल जल बरसाते हैं,
वन से कोयल, तोता, मैना गीत गाते हैं।
वन में सर्प नेवला का बसेरा रहता है।

वन में साधु जीवन भर तपस्या करते हैं,
ऋषि-मुनि योगी सदा सरल जीवन जीते हैं।
सदाबहार वन से जग प्रदूषण मुक्त रहेगा।

हरा भरा हो सबका जीवन

हरा भरा हो सबका जीवन
कोयल कूक रही वन में।
हरियाली हरे सबका मन
भौर-भौर गुंजन करें सुमन में।।

हरे भरे वन की शोभा,
लगे जैसे सजे गाँव की गौरी।
दर्पण देख लजा जाए,
मगन हो जाए चाँद चकोरी।।
तोता मैना मधुर गीत गाये,
परमानंद लगे भुवन में।।

बरसात में जुगनू ऐसे चमके,
चाँदनी उतरी वृक्षों पर।
सबके मन मोह लेते दीपावली,
दीप ज्यों घरों पर।।

मन खोजाता सपनों में,
सजे दुल्हनियाँ रतन कंचन में।।

हरे भरे वन की शोभा देख,
खुश हो जाती वन की रानी।
स्वर्ग से उतरी वन पर्व देखन,
लिखती जीवन कहानी।।
महर महर महके कानन,
पाती पढ़े कस्तूरी अमन चमन में।।
चंदन वन खुशबू बिखेरे,
झर-झर निर्झर गीत गाते।
इन्द्रधनुष सजे गगन में,
मदन रति झूला झूल हर्षाते।।
सदाराम जंगल से मंगल है,
होय सौभाग्य संवर्धन में।।

डंके की चोट पर

डर डर के क्यों जीते में
डंके की चोट पर बात करो।

हम पर्यावरण की बात कर रहे,
हम वन वृक्ष संरक्षण की बात कर रहे।
जिसको बुरा लगता है लगने दो यारो,
अज्ञानी जन को बात पर प्रतिघात करो।।

वन वृक्ष हैं तो जीवन में उत्सर्जन है,
जीव जंतु पशु पक्षी उन्नयन उपार्जन है।
सोचो जुगनू तितली हो रहे विलुप्त,
अपने बल बुद्धि विवेक से करामात करो।।

विश्वास की नदी को गीत गाने दो,
गंगा गोदावरी को युगीन बात बताने दो।
जल संरक्षण से जीवन मुस्कराएगा,
नदी की तरह जल बाँटने की बात करो।।

औषधि का बाजार वन धन से है,
फल फूल का विस्तार निस्तार वन से है।
सुखद देगी प्रदूषण दूर होगा जगत का,
वृक्ष ही कल्प वृक्ष सम हैविभात करो।।

– सदाराम स्नेही

मुझे बचा लो धरती माता

मुझे बचा लो धरती माता
मैं अनबोलता पेड़ हूं।

इन पापियों को दूर भागाओ
इन्हें देख कर सोच में पडा.हूं
शुद्ध हवा और पानी
सबको मैं देता हूं।

प्रदुषण को ले कर
ताजी अक्सीजन देता हूं।

मेरे कट जाने से
धरती सुनी हो रही है।

मेरे न रहने से
सूखा गर्मी पड़ रही है।

मैं प्रकृति का रक्षक हूं
मुझे बचाना होगा।

इस धरती को फिर
स्वर्ग बनाना होगा।

- बद्री प्रसाद वर्मा 'अनजान'

अनमोल उपहारः कसौंदी

प्रकृतिमेल डेस्क

प्रकृति ने हमें स्वास्थ्य के अनगिनत उपहार दिए हैं, लेकिन आधुनिक भागदौड़ भरी जिंदगी में हम अक्सर उन औषधियों को भूल जाते हैं जो हमारे घर के आंगन या सड़क के किनारों पर स्वयं उगती हैं। इन्ही में से एक अद्भुत वनस्पति है 'कसौंदी', जिसे आयुर्वेद की प्राचीन ग्रंथों में 'कासमर्द' के नाम से जाना जाता है। यह एक खरपतवार नहीं, बल्कि आयुर्वेद का एक जीवंत चिकित्सालय है। यह पौधा विशेष रूप से वर्षा ऋतु में बहुतायत से मिलता है और इसमें असाधारण औषधीय क्षमताएं विद्यमान हैं।

कसौंदी वैज्ञानिक शोधों ने कसौंदी में कई महत्वपूर्ण फाइटोकेमिकल्स या कार्बनिक यौगिकों की उपस्थिति की पुष्टि की है। इसमें प्रमुख रूप से एंथ्राक्विनोन डेरिवेटिव्स पाए जाते हैं, जो इसे शक्तिशाली एंटी-माइक्रोबियल गुण प्रदान करते हैं। इसमें फ्लेवोनोइड्स, टैनिन, सैपोनिन, और आवश्यक फैटी एसिड्स का समृद्ध भंडार है। ये यौगिक शरीर में ऑक्सीडेटिव तनाव को कम करने वाले एंटीऑक्सीडेंट के रूप में कार्य करते हैं और कोशिकाओं को मुक्त कणों (Free Radicals) से होने वाले नुकसान से बचाते हैं।.

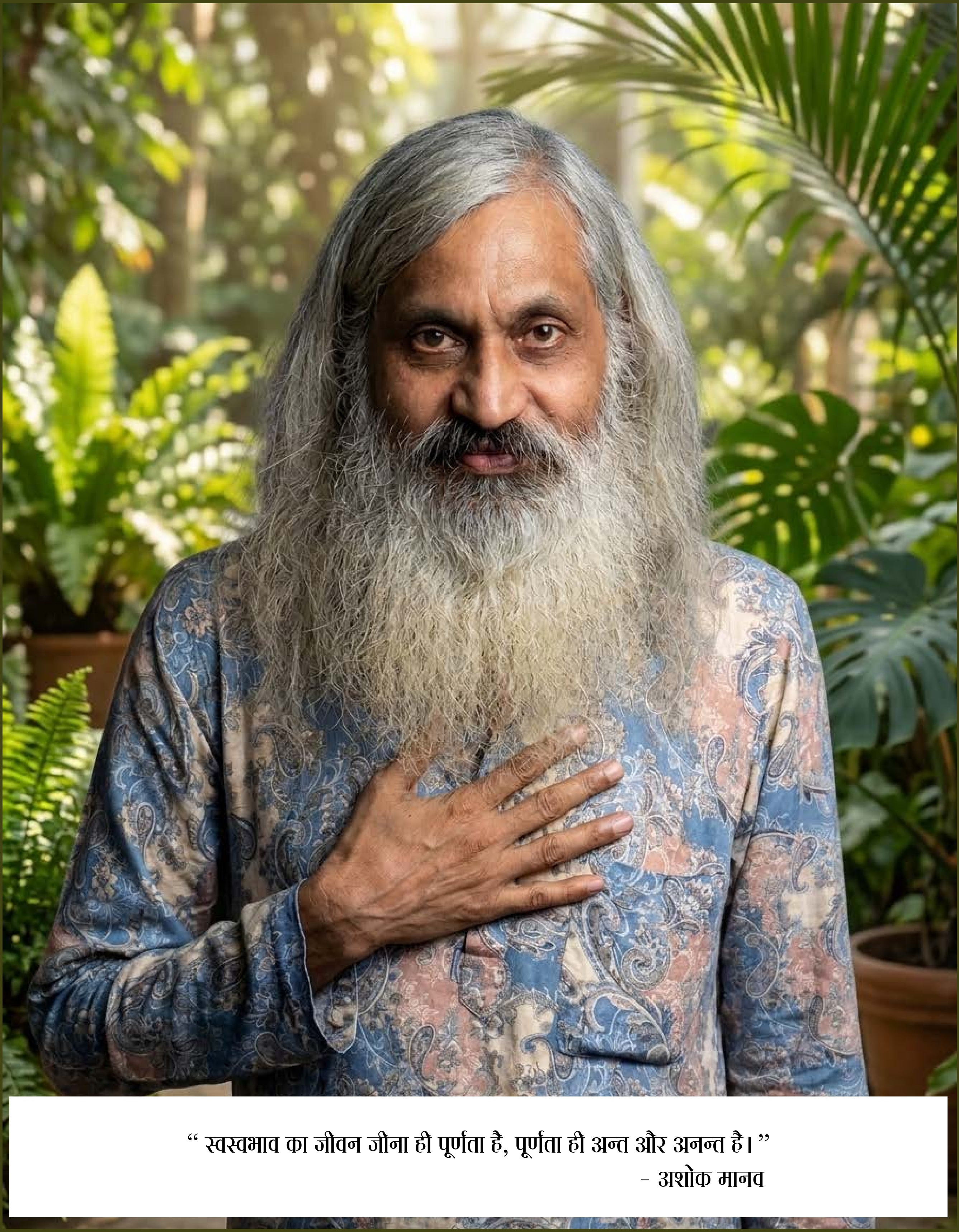
'कासमर्द' का नाम ही इसकी सबसे बड़ी विशेषता को दर्शाता है– 'कास' का अर्थ है खांसी और 'मर्द' का अर्थ है नाश करने वाला। सांस संबंधी विकारों में यह अत्यंत प्रभावी है। इसमें मौजूद एंथ्राक्विनोन फेफड़ों में जमा बलगम को ढीला कर बाहर निकालता हैं। दमा, ब्रोंकाइटिस और लगातार बनी रहने वाली खांसी के रोगियों के लिए इसकी पत्तियों का काढ़ा बहुत लाभ देता है। यह श्वसन नली की सूजन को कम कर सांस लेने की प्रक्रिया को सुगम बनाता है।

आधुनिक जीवनशैली में पाचन संबंधी समस्याएं आम हैं। कसौंदी कब्ज को दूर करने में बहुत प्रभावी है। इसके यौगिक पाचन रसों के स्राव को संतुलित करते हैं। सबसे महत्वपूर्ण बात यह है कि शोधों से पता चला है कि कसौंदी में लिवर की रक्षा करने वाले गुण होते हैं। यह लिवर कोशिकाओं को जहरीले पदार्थों से बचाकर उनकी कार्यक्षमता को बढ़ाता है, जो पीलिया और अन्य लिवर संबंधी विकारों में बेहद सहायक है।

त्वचा संबंधी समस्याओं जैसे कि दाद, खाज, खुजली, एक्जिमा, और सोरायसिस के लिए कसौंदी का बाहरी प्रयोग सदियों से किया जा रहा है। इसमें एंटी-फंगल और एंटी-बैक्टीरियल गुण होते हैं, जो संक्रमण को जड़ से मिटाने में सक्षम हैं। पत्तियों के पेस्ट या रस को प्रभावित स्थान पर लगाने से सूजन कम होती है और घाव जल्दी भरते हैं। यह त्वचा की गहराई में जाकर संक्रमण फैलाने वाले कारकों को नष्ट करता है।

मधुमेह आज एक वैश्विक महामारी के रूप में उभरा है। कसौंदी में मौजूद फ्लेवोनोइड्स इंसुलिन के प्रति संवेदनशीलता को सुधारने में मदद कर सकते हैं। इसके एंटीऑक्सीडेंट गुण मधुमेह के कारण होने वाली अन्य समस्याओं को कम करने में भी मदद करते हैं। यह मेटाबॉलिज्म को नियंत्रित करने वाली एक उत्कृष्ट औषधि है।

कसौंदी के अर्क शरीर की रोग प्रतिरोधक क्षमता को सक्रिय करते हैं। यह शरीर में श्वेत रक्त कोशिकाओं के कार्य को बेहतर बनाता है, जिससे शरीर बाहरी वायरस और बैक्टीरिया से बेहतर तरीके से लड़ पाता है। नियमित और सीमित मात्रा में सेवन करने पर यह शरीर को दीर्घकालिक मजबूती प्रदान करता है।कसौंदी का सेवन हमेशा एक विशेषज्ञ की देखरेख में करना चाहिए। पत्तियों का काढ़ा, चूर्ण या अर्क के रूप में इसका प्रयोग किया जाता है। इसे गर्भवती महिलाओं, बच्चों और गंभीर गुर्दे की समस्याओं वाले व्यक्तियों को बिना डॉक्टर की सलाह के बिल्कुल नहीं लेना चाहिए। कसौंदी प्रकृति का एक अनमोल धरोहर है।



" स्वस्वभाव का जीवन जीना ही पूर्णता है, पूर्णता ही अन्त और अनन्त है। "

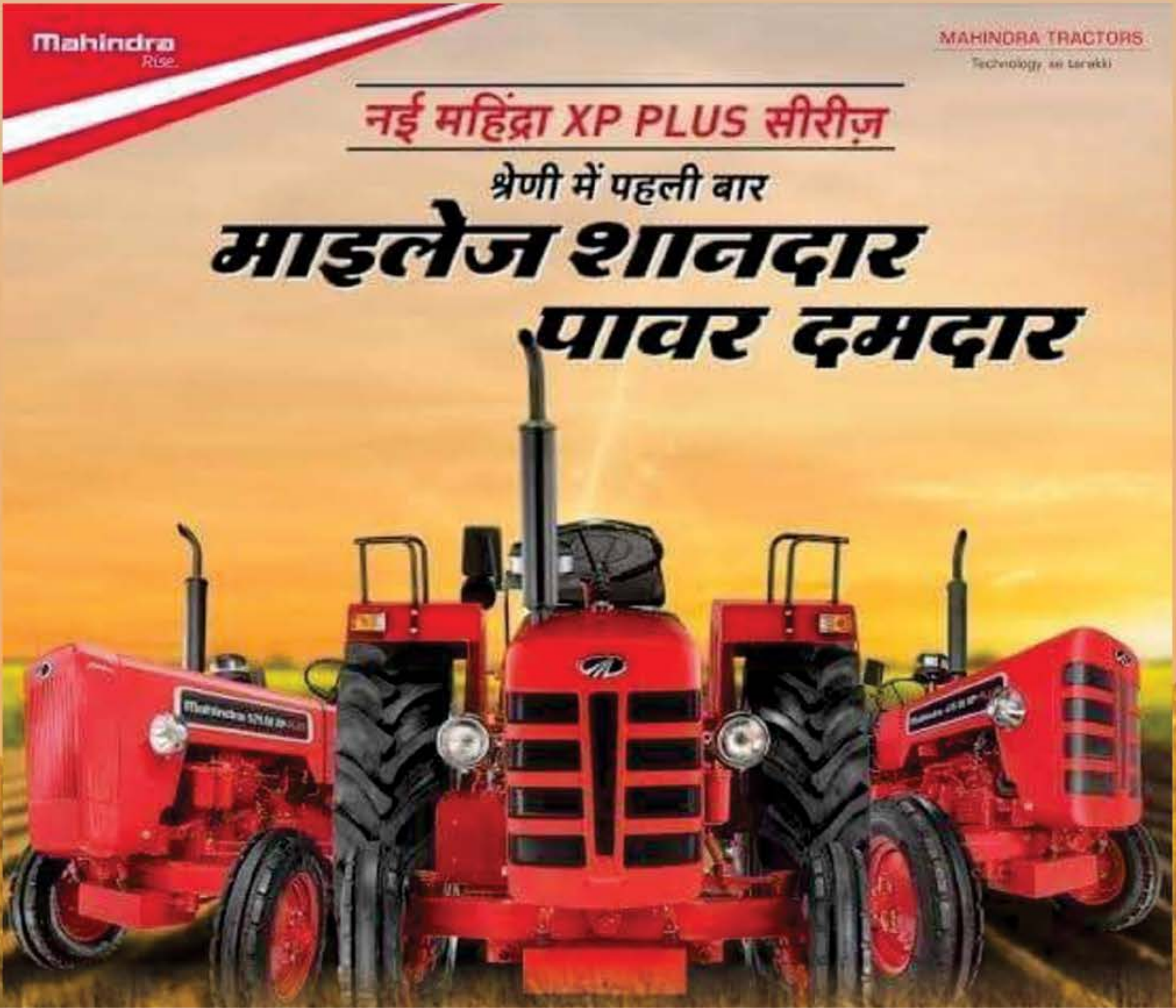
- अशोक मानव

स्थापित 1948
77 वर्षों का विश्वास
लाला जुगल किशोर
गोटे वाले
55, अमीनाबाद पार्क, लखनऊ | संपर्क : 9935329775

दुर्गा आटो सेल्स

सेवा ऐसी जो पसीना न बहने दे

Aurhorised Dealer for Mahindra Tractors, Farm Equipments & Spare Parts



durgaautosale2000@gmail.com 9919528830 0545-4242216

इलाहाबाद-जौनपुर रोड, मछली शहर, जौनपुर, उ. प्र.।