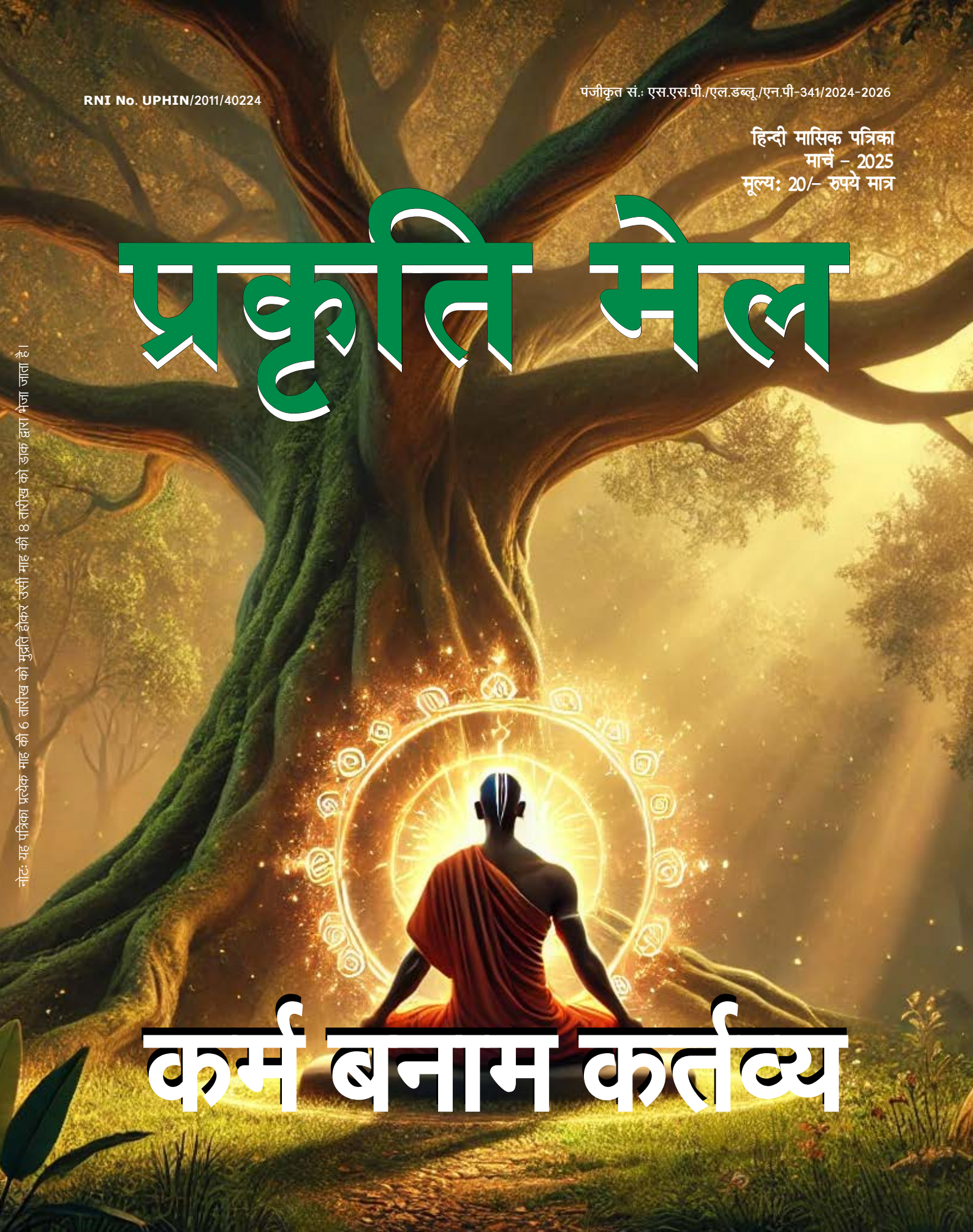
RNI No. UPHIN/2011/40224

पंजीकृत सं.: एस.एस.पी./एल.डब्लू./एन.पी-341/2024-2026

हिन्दी मासिक पत्रिका
मार्च - 2025
मूल्य: 20/- रुपये मात्र

प्रकृति मेल



कर्म बनाम कर्तव्य

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

प्रकृति में समन्वय
सत्य का स्त्रोत
मौसम
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 • मोरंग • सीमेंन्ट • गिट्टी
मछली शहर, जौनपुर
मो0 9792512188

प्रकृति मेल

हिन्दी मासिक पत्रिका

वर्षः14 अंक : 9 | मार्च -2025

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 प्रिंटिंग 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

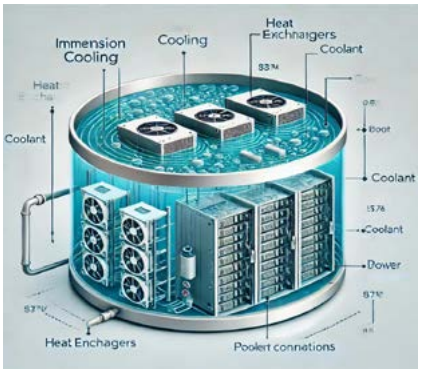
अंदर के पन्नों पर

P 8 प्राकृतिक शांति
P 10 प्रकृति स्वगुण विस्तारक
P 11 यैच्छिक विज्ञान
P 17 स्व विज्ञानः स्व ही यथार्थ है
P 20 इमर्शन कूलिंग
P 26 स्वर्ग समान राष्ट्रपति भवन अमृत उद्यान
P 38 महाशिवरात्रि
P 40 समाज में वैज्ञानिक सोच विकसित करना जरूरी
P 42 शेष अवस्था
P 46 सम्मान और सशक्तिकरण की ओर एक कदम

P 32 प्रकृति विज्ञान

कर्म बनाम कर्तव्य

स्वभूमि सिद्धांत करने हेतु स्वबीजत्व निर्माण का रासायनिक योग कर्म है जो जीवन को सहज बनाने हेतु कर्तव्य बनकर अपने उद्देश्य को पूर्ण करता है।



तप

त -तन , प - पथ , अर्थात तन का पथ

अशोक मानव

तप की प्राकृतिक परिभाषा है निर्माण के लिए जुड़ रहे विषय पदार्थ का एहसास। वैज्ञानिक रूप से तप निर्माण में लगने वाले बल को कहते हैं, व्यावहारिक अर्थ में तप अपने ईष्ट की प्राप्ति के लिए अपने साधनों का त्याग कर शारीरिक कष्ट पहुंचाने की क्रिया को कहते हैं।

तप उस क्रिया का नाम है जिसमें व्यक्ति अपना कर्म करता है तो उसमें आने वाली कठिनाई का सामना करना पड़ता है, उससे उत्पन्न कष्ट की अनुभूति का नाम है तप। तप एक एहसास है जो किसी भी कार्य को करने में लगने वाले बल से उत्पन्न होता है। वास्तविक रूप से किये जा रहे कार्य के विपरीत गुण की रुकावट द्वारा उत्पन्न होने वाली परिस्थितियों का सामना करने में जो बल लगता है, वह तप है। तप कार्य करने में उत्पन्न होने वाला एहसास है।

व्यावहारिक रूप से तप आध्यात्म के लिए प्रयोग किया जाता है। अध्यात्म में जब व्यक्ति अपने संसाधनों का त्याग कर प्रकृति के विपरीत जाकर कठिन परिश्रम के साथ अपने इष्ट का या जिसे सिद्ध करना चाहता है उसके लिए की जाने वाली क्रिया में शरीर में लगने वाले बल को तप कहते हैं। इस क्रिया में व्यक्ति अपने आप को एक ही अवस्था में काफी समय तक बनाए रखता है, इस क्रिया में शरीर को जो कष्ट पहुंचता है उसे तप कहते हैं। इस सिद्धि में या इष्ट के साक्षात्कार में मन, शरीर, आत्मा के केंद्रीकरण का महत्व होता है। बगैर उसके किसी प्रकार की कोई प्राप्ति नहीं होती है। इसके अतिरिक्त हवन, यज्ञ, पदार्थ की आहुतियां या अन्य कोई क्रिया करके जो कोई लोग कार्य करते हैं वह यदि हो रही होती है तो उसके पीछे कोई वैज्ञानिक कारण छिपा होता है, जो आम आदमी को दिखाई नहीं देता है। उसे आध्यात्मिक चमत्कार मानता है। ज्यादातर इस तरह के कार्य करने वाले लोग पैसा कमाने के लिए सही गलत नहीं देखते, उन्हें न्याय खुद नहीं पता होता है ,अपने अनुसार कार्य करने लगते हैं। इस तरह के कार्य करने वाले ज्यादातर अपनी इच्छा शक्ति से मनोवैज्ञानिक दबाव डालकर कार्य करते हैं, इनसे बचने के लिए अपनी इच्छा शक्ति को कमजोर न होने दें तो इनका प्रभाव नहीं पड़ पाता है। तप की ऐसी व्यावहारिक परिभाषा प्राकृतिक नहीं होती है। प्राकृतिक रूप से संसाधन उसके जीवन विकास की आवश्यकता है। तभी उसे प्राप्ती होती है, उसमें रहकर अपना वास्तविक विकास प्राकृतिक रूप से कर सकता है। कुछ लोग गलत तरीकों से संसाधनों की अधिकता कर लेते हैं पर प्रकृति नहीं चाहती तो उसके होते हुए भी शारीरिक या अन्य किसी कारण से उसका उपयोग नहीं कर पाते हैं। ईश्वर की प्राप्ति तप से नहीं अपने कर्म करने, अच्छे विचार भाव बनाए रखते हुए ध्यान या मन की नजर जो आत्मा पुकार से होती है। गलत तरीके से तप का नाम देने से ईश्वर की प्राप्ति नहीं होती बल्कि कोई गलत प्रवृत्ति की आत्मा जुड़ जाती है जो गलत रास्ते पर ही ले जाती है।

वास्तविक रूप से तप एक पवित्र नाम है जो करने से नहीं बल्कि स्वतः हो जाता है। वही तन का पथ है, जिससे उत्पन्न होने वाली रश्मि उसके लक्ष्य के मार्ग को दिखती और उसे पूरा कराती है। हर अच्छा कार्य करने में या कोई भी कार्य करने में उसके विपरीत गुण की ऊर्जा उसमें रुकावट डालने का कार्य करती है। (पर तप का प्रयोग अच्छे कार्य के लिए

" तप तन का वह पथ जो जीवन के उद्देश्य को पूर्ण करने के लिए रासायनिक विज्ञान का निर्माण करने हेतु , जो शरीर में अवस्था बनती है उसे बिना बाहय हस्तक्षेप किये पार कर जाना है "

होता है।)उस ऊर्जा का सामना करने में जो परिस्थितियाँ पैदा होती हैं उसमें होने वाला कष्ट जिसका बल शरीर पर लगता है। ऐसी स्थिति में व्यक्ति सकारात्मक सोच के साथ निरंतर प्रयास करता रहता है तो उससे जो ऊर्जा बनती है वह तन द्वारा बनाया गया लक्ष्य का मार्ग होता है। उस पर चलकर ही व्यक्ति अपने लक्ष्य को प्राप्त कर सकता है। यह क्रिया एक वैज्ञानिक क्रिया है, इसमें वही गुण रोकने के लिए आता है जो आपके उद्देश्य पर पर्दा या ताला लगा रखा होता है। जिससे आपके उद्देश्य का सही मार्ग दिखाई ना दे रहा हो, जब वह रुकावट बनकर आता है तो उसकी रश्मि का मिलान आपके शरीर से होता है तो उससे जो रासायनिक क्रिया होती है उसकी अनुभूति तप होती है और उससे जो ऊर्जा पैदा होती है उससे बंद ताले को खोलने की चाबी बन जाती है या उसकी ऊर्जा से रुकावट का पर्दा जल जाता है। ऐसी क्रिया के बाद ही व्यक्ति अपने लक्ष्य पर पहुंच पाता है, बगैर इस क्रिया के अपने लक्ष्य का ताला खोलने की कोई चाबी बन ही नहीं सकती है। क्योंकि बंद करने वाली दीवार में ही उसको खोलने का गुण छुपा होता है, जो निर्भीक होकर आगे बढ़ते रहने से रुकावट के गुण की क्रिया अपने से जोड़ने के बाद रासायनिक क्रिया करके उस दीवार को खत्म करने की ऊर्जा बनाने लगता है। इस क्रिया के होते समय सावधानी सिर्फ इतनी रखनी चाहिए जिसमें अच्छे विचार भाव हो और उद्देश्य के प्रति सकारात्मक सोच हो ऐसा करने से व्यक्ति अपने सही उद्देश्य को प्राप्त कर सकता है। इस क्रिया से अपने लक्ष्य का मार्ग मिलता है। इस स्थिति का सामना करने में शरीर में जो बल लगता है उसके एहसास में विचार भाव सकारात्मक बनाए रखते हुए उद्देश्य प्राप्ति तक चलते रहने का नाम ही तप है। इसके विपरीत किए गए प्रयास तप नहीं शारीरिक दंड है।

पाठकनामा

आदरणीय संपादक
प्रणाम स्वीकारें

पत्रिका का दायरा बढ़ता जा रहा है, जो कि पत्रिका को रुचिकर बनाती है। पाठक पाठकों के लिए भी यह सुखद है। जहां उन्हें एक ही पत्रिका में विभिन्न विषयों की जानकारी मिल जा रही है। पत्रिका की विषय सामग्री प्रतियोगिता, परिचर्चाओ की तैयारी करने वालो के लिए भी उपयोगी साबित हो सकती है। पत्रिका को पढ़ कर उलझनों से मुक्ति मिलती है। इस होली के आनंदपूर्ण माह में पत्रिका के एक और नवीन रंग की कामना के साथ संपादक जी को और उनकी पूरी टीम को होली की हार्दिक शुभकामनाएं।

डॉ इरा त्रिपाठी
वाराणसी

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, लखनऊ226016
आप हमें अपने विचार निम्न ई–मेल पर भेज सकते हैं -
email-editor.prakritimail@gmail.com
Contact: 9807636072, 7376495194

''अमेरिकी राष्ट्रपति डोनाल्ड ट्रंप का अस्थिर, अनपेक्षित एवं अप्रत्याशित स्वभाव सर्वविदित है।''

हर्ष वी पंत

''तमिल समुदाय ने काशी को पवित्र स्थल के रूप में प्रतिष्ठित किया है। ज्ञान एवं परंपराओं का यह आदान–प्रदान पारस्परिक रहा है।''

एल एन मुरुगन

''खेलों में भारत का भविष्य बहुत उज्ज्वल है। हम 2036 में ओलंपिक की मेजबानी के लिए तैयार।''

अमित शाह

''इस महान आयोजन को दुनिया के इतिहास में हमेशा याद रखा जाएगा।''

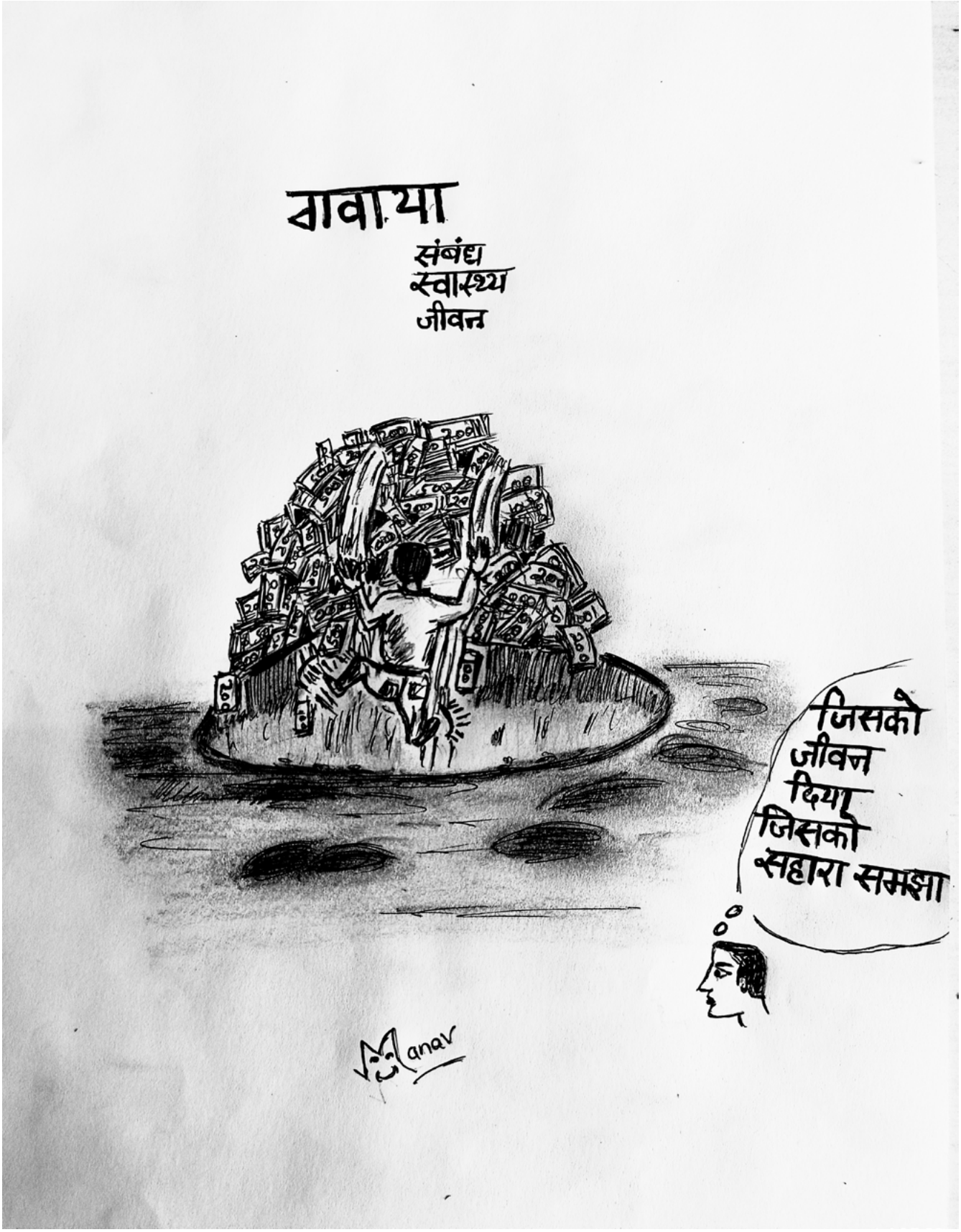
देवेंद्र फडणवीस

''एक चीज जो चलेगी वो यह कि आप उस कहानी को अडाप्ट करिए।''

पृथ्वीराज सुकुमारन

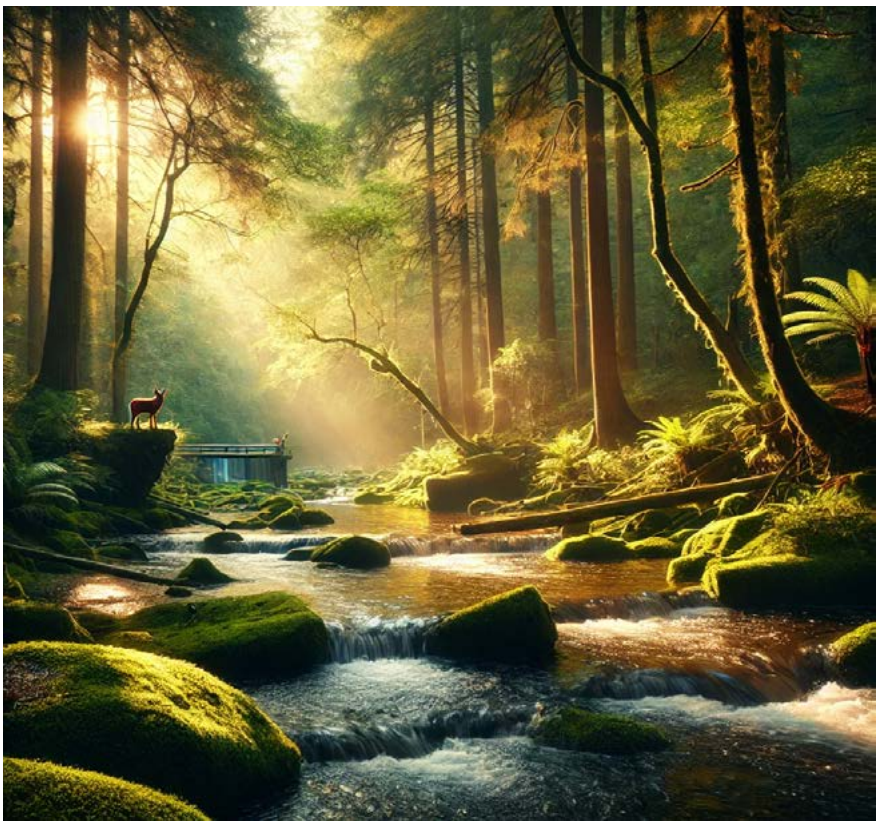
''जहां तक संभव हो, भारत को वही रक्षा उपकरण खरीदने चाहिए, जिनकी तकनीक भी मिले।''

संजय गुप्त


बाबाया
संबंध
स्वास्थ्य
जीवन
जिसको
जीवन
दिया
जिसको
सहारा समझा
anav

प्राकृतिक शांति

कामेश



जिस दिन मनुष्य अपने अंतरमन की गहराई में उतर जाएगा, उस दिन उसे सच्ची शांति की अनुभूति होगी। वह महसूस करेगा कि अब सारी इच्छाएँ समाप्त हो चुकी हैं, अब कहीं जाने की कोई आवश्यकता नहीं है। उस अवस्था में केवल शांति ही शेष रह जाती है- एक अनंत, अचल और अव्यक्त शांति।

मनुष्य का हृदय सागर के समान गहरा और रहस्यमय होता है। सागर को हृदय की उपमा क्यों दी जाती है? इसका कारण यह है कि दोनों की गहराई मापना असंभव है। वैज्ञानिकों ने तकनीकों के माध्यम से सागर की गहराई को समझने का प्रयास किया है, लेकिन वे इसकी सम्पूर्णता को नहीं माप सके। इसी प्रकार, किसी व्यक्ति के हृदय की गहराई और उसकी वास्तविक भावनाओं को पूर्ण रूप से जान पाना भी कठिन है। हृदय में जो भाव होते हैं, वे स्थान और परिस्थितियों के अनुसार बदलते रहते हैं।

एक ही व्यक्ति समाज में भिन्न-भिन्न छवियाँ रख सकता है—वह किसी के लिए अच्छा मित्र हो सकता है, किसी के लिए प्रेरणास्रोत, और किसी अन्य के लिए मात्र एक आम इंसान। इसी प्रकार, कोई राष्ट्रवादी हो सकता है लेकिन वह समाजवादी न हो, या कोई अपने परिवार के प्रति उदासीन होकर भी समाज में सम्मानित हो सकता है। इसका तात्पर्य यह है कि व्यक्ति का हृदय और उसकी भावनाएँ किसी विशेष स्थिति और संबंधों के आधार पर भिन्न-भिन्न रूप ले सकती हैं।

प्राकृतिक शांति किसी बाहरी साधन से नहीं, बल्कि स्वयं के भीतर गहराई में उतरने से प्राप्त होती है। जब तक हम अपने भीतर पूरी तरह प्रवेश नहीं करते, तब तक वास्तविक शांति की अनुभूति नहीं कर सकते। परंतु शांति की कोई निश्चित व्याख्या नहीं हो सकती, क्योंकि जिसे शांति का अनुभव होता है, वह इसे शब्दों में पूर्णतः व्यक्त नहीं कर सकता। शांति केवल अनुभव की जा सकती है, इसे पढ़ाया या सिखाया नहीं जा सकता। यह एक ऐसी अनुभूति है जिसे कोई व्यक्ति केवल स्वयं महसूस कर सकता है।

कहा जाता है कि एक बार एक नमक का पुतला सागर की गहराई नापने के लिए उसमें प्रवेश कर गया। जैसे-जैसे वह गहराई में उतरा, वह स्वयं सागर में विलीन होता गया और अंततः पूर्णतः सागर का ही अंश बन गया। यही स्थिति तब होती है जब कोई व्यक्ति अपने हृदय रूपी सागर में उतरता है—वह जितना शांत होता जाता है, उतना ही अपने भीतर विलीन होता जाता है। एक समय आता है जब वह इतनी गहराई में पहुँच जाता है कि शब्दों के माध्यम से उसे व्यक्त नहीं कर सकता। इस अवस्था में पहुँचने के बाद वह दूसरों को समझाने का प्रयास तो करता है, लेकिन जो उसे समझना चाहते हैं, उन्हें भी उस स्तर तक पहुँचना होगा। जो उस स्तर तक पहुँच जाता है, वह स्वयं सुनने की आवश्यकता नहीं समझता।

शांति के स्वरूप

शांति के दो प्रमुख स्वरूप होते हैं—एक जो सांसारिकता से प्राप्त होती है और दूसरी जो युगों में कभी-कभी किसी आत्मज्ञानी को प्राप्त होती है। सांसारिक शांति वस्तुतः एक अस्थायी विराम मात्र होती है, जो मनुष्य की शारीरिक थकान के कारण होती है। यह वास्तविक शांति नहीं होती, बल्कि भौतिक आवश्यकताओं को पूरा करने की एक क्षणिक संतुष्टि होती है। चेतना को सच्ची शांति की तलाश रहती है, लेकिन मनुष्य अपनी दैनिक आवश्यकताओं और सांसारिक उलझनों में उलझकर इसे समझ नहीं पाता।

मनुष्य यह सोचता है कि जब वह अपनी इच्छाओं की पूर्ति कर लेगा, तब उसे शांति मिलेगी। लेकिन जब वह एक लक्ष्य प्राप्त कर लेता है, तो उसे कोई नया लक्ष्य दिखने लगता है। यह दौड़ कभी समाप्त नहीं होती। मनुष्य जीवन भर इस भौतिक संग्रहण में उलझा रहता है और वास्तविक शांति को प्राप्त किए बिना इस संसार से विदा हो जाता है।

वास्तविक शांति का मार्ग

प्राकृतिक शांति हर चेतना के मूल में समाहित होती है, बस हमें अपने भ्रम को मिटाने की आवश्यकता होती है। हमारे मन-मस्तिष्क पर सदियों से जो लालच, इच्छाएँ और अहंकार के पर्दे चढ़े हुए हैं, उन्हें हटाना आवश्यक है। बाहरी दुनिया में दौड़ने के बजाय हमें अपने भीतर उतरने की जरूरत है, और इस आंतरिक यात्रा के लिए ध्यान (मेडिटेशन) अत्यंत आवश्यक है।

जिस दिन मनुष्य अपने अंतरमन की गहराई में उतर जाएगा, उस दिन उसे सच्ची शांति की अनुभूति होगी। वह महसूस करेगा कि अब सारी इच्छाएँ समाप्त हो चुकी हैं, अब कहीं जाने की कोई आवश्यकता नहीं है। उस अवस्था में केवल शांति ही शेष रह जाती है—एक अनंत, अचल और अव्यक्त शांति।

आंतरिक शांति और समाज

मनुष्य की आंतरिक शांति न केवल व्यक्तिगत जीवन को प्रभावित करती है, बल्कि समाज पर भी इसका व्यापक प्रभाव पड़ता है। जब व्यक्ति स्वयं के भीतर शांत होता है, तो उसके विचार और कर्म भी संतुलित हो जाते हैं। यही संतुलन परिवार, समाज और राष्ट्र की उन्नति में सहायक होता है। यदि हर व्यक्ति अपनी आंतरिक शांति की खोज करे, तो संघर्ष, द्वेष और असंतोष स्वतः समाप्त हो सकते हैं।

अध्यात्मिक ग्रंथों में भी बताया गया है कि बाहरी संसाधनों का अंबार लगाकर भी यदि मनुष्य के भीतर अशांति बनी रहती है, तो वह सुखी नहीं हो सकता। वास्तविक सुख और शांति केवल मन की स्थिरता और आंतरिक संतुलन में ही निहित है।

शांति और प्रकृति का संबंध

प्राकृतिक शांति केवल मानसिक और आत्मिक नहीं होती, बल्कि इसका गहरा संबंध प्रकृति से भी होता है। प्रकृति हमें सिखाती है कि शांति प्राप्त करने के लिए संतुलन बनाए रखना आवश्यक है। जिस प्रकार सागर अपनी गहराई में शांत रहता है, पर्वत अपने स्थान पर अडिग रहता है और वायु बिना किसी भेदभाव के बहती है, वैसे ही मनुष्य को भी अपने जीवन में संतुलन और सहजता बनाए रखनी चाहिए।

यदि हम प्रकृति के साथ तालमेल बैठाकर चलें, तो जीवन में अनेक समस्याओं का समाधान स्वतः ही मिल जाता है। ध्यान, योग और साधना के माध्यम से मनुष्य अपने भीतर वह स्थिरता प्राप्त कर सकता है, जो उसे वास्तविक शांति की ओर ले जाती है।

अतः वास्तविक शांति केवल बाहरी उपलब्धियों से नहीं, बल्कि आत्मचिंतन, आत्मअनुशासन और प्रकृति के साथ सामंजस्य बिठाने से प्राप्त होती है।

अतः वास्तविक शांति केवल बाहरी उपलब्धियों से नहीं, बल्कि आत्मचिंतन, आत्मअनुशासन और प्रकृति के साथ सामंजस्य बिठाने से प्राप्त होती है। मनुष्य यदि स्वयं को समझने का प्रयास करे और अपने भीतर झांके, तो उसे महसूस होगा कि शांति हमेशा उसके भीतर ही थी, बस उसे पहचानने की आवश्यकता थी। जब मनुष्य अपने अंदर झांककर अपनी चेतना को जाग्रत करता है, तब उसे परम शांति की प्राप्ति होती है, जो किसी भी बाहरी साधन से संभव नहीं। यही वास्तविक आनंद और संतोष की अनुभूति है।

प्रकृति स्वगुण विस्तारक

गौरव पंत

प्रकृति स्वगुण विस्तारक है। प्रकृति में हर जीव पदार्थ अपने स्वगुण का स्वतंत्र विस्तार कर रहे हैं। इसमें किसी भी परिभाषा से कोई भी परिवर्तन नहीं किया जा सकता हैं। हर गुण स्वतंत्र है जो अपनी अवस्था का स्वविस्तारक है। किसी बाह्यता का इसमें कोई हस्तक्षेप होता ही नहीं। मानवीय गुण भी इसी प्राकृतिक क्रिया के अनुसार अपने गुण का विस्तार कर रहा है और सिद्धांत हो रहा है।सिर्फ प्रकृति विस्तार के इस गुण विस्तारकता को मानव हर पल जानने का प्रयास करता आया। जो संभव ही नहीं। प्रकृति में उत्पन्न होने वाली हर अवस्था एक विज्ञान है। जिसमें ना कुछ सही,ना कुछ गलत सब कुछ रसायन के अनुरूप अपना विस्तारीकरण करता है।

जो हमारी नजर में गलत है या जो हमारी नजर में सही है वह हमारी एक व्यक्तिगत परिभाषा का दायरा है। वह भी एक वैज्ञानिकता है।

प्रकृति में मानव को छोड़कर,प्रकृति के अन्य जीव-पदार्थ अपनी रासायनिक यात्रा कितनी सरलता से पूर्ण कर रहे हैं।

सिर्फ मानव ही अपनी जीवन शैली को इतना कठिन बना चुका है। जो बाह्यय आवरण से हर पल बदलने के फिराक में लगा हुआ है किंतु रासायनिक परिवर्तन संभव ही नहीं।क्योंकि हर किसी का अपना स्वतंत्र वजूद है उसी अनुसार हर कोई अपनी रासायनिक यात्रा को पूर्ण कर रहा है।प्रकृति एक गुण विस्तारक भूगोल का निर्माण कर उस गुण को सिद्धांत कर रही है।

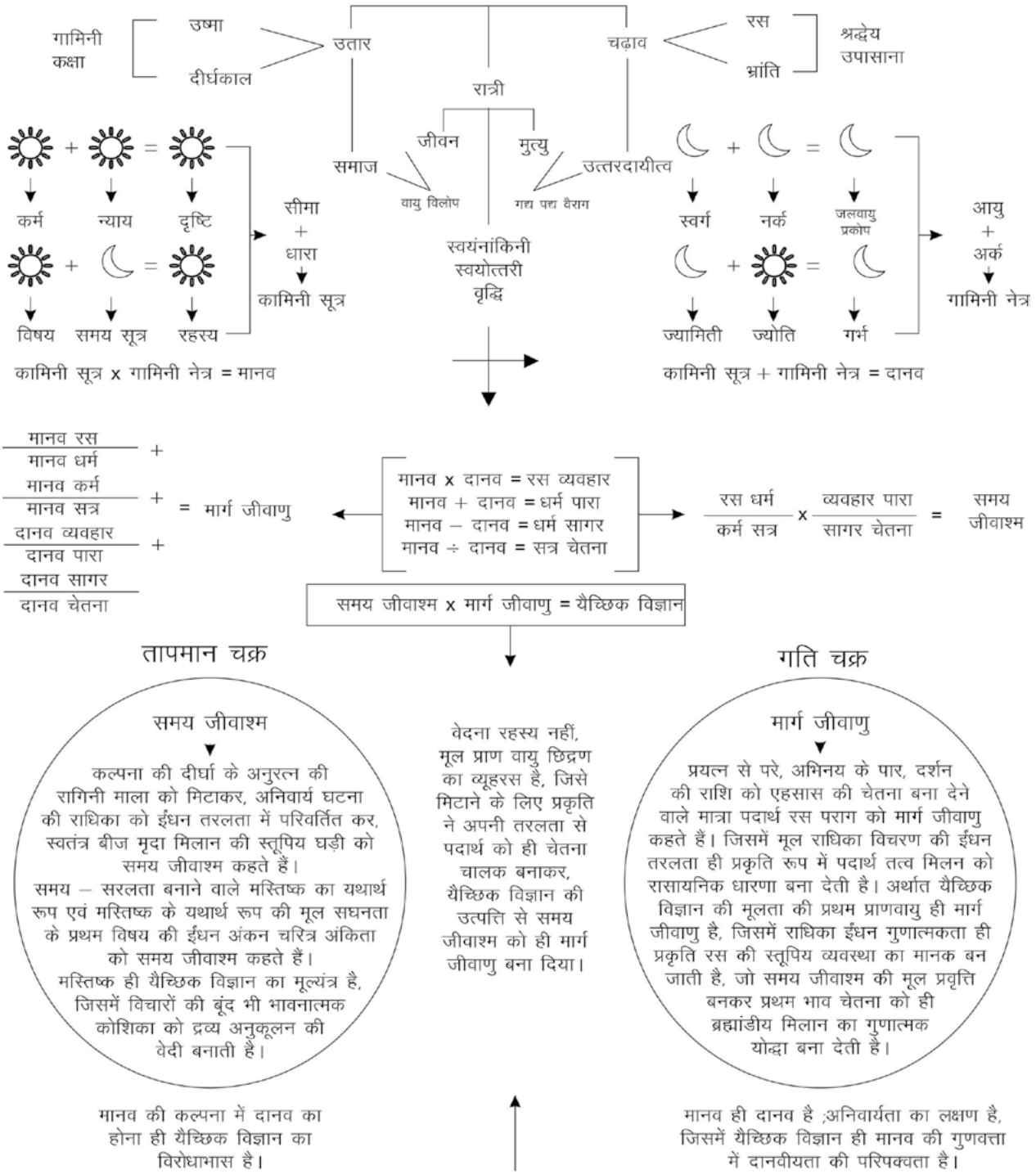
स्वगुण विस्तारक है प्रकृति।
ना कोई उतार,ना कोई चढ़ाव है प्रकृति।
जिस गुण का बीज उसी का उभार स्वतः स्वभूमि पर करती प्रकृति।
ना छल,ना बल से गतिमान है प्रकृति। स्वगुण विस्तारक है प्रकृति।
अनजान यात्रा हर किसी को करा रही प्रकृति।
एक विज्ञान है प्रकृति,

एक विज्ञान है प्रकृति

यैच्छिक विज्ञान

मानव मानव मानव .....दानव !!!???

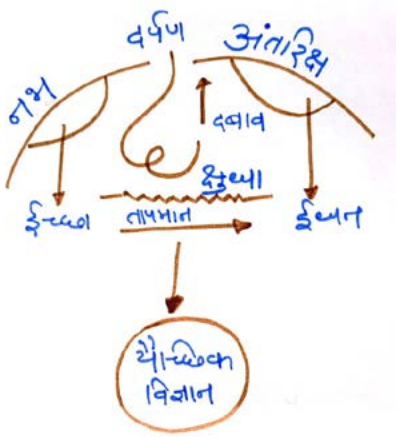
यैच्छिक विज्ञान



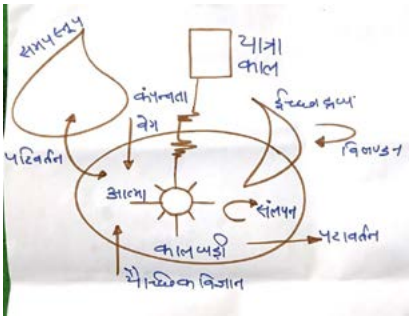
अभिषेक पंत

स्पर्श विहीन चरणावली की विशुद्धता में जीवनी संघर्ष का रुधन पारा बनाकर, समय निदान वर्चस्व का तांडव किया गया, समय निपुणता के नाम पर मूल रचना संरचना विद्युता का नकली रंग बनाकर, पात्रता कुपात्रता का नाट्यं किया गया। अपितु यैच्छिक विज्ञान की प्रस्तुति, प्रस्फुटन, अंकुरण, प्रकृति रथ रश्मि की तरंगीय शैली को चालक दृढ़ता पर केंद्रित करती गई, जहां से उपस्थित अनुपस्थित दोनों की प्रत्यूषा : मृत्यु - जन्म दर की चाप रस शैली को इच्छा संदर्भ का चालक निर्णय बनाती गई। अर्थात प्रकृति रस की मूल इकाई में प्रवृत्ति रासायनिकता की खगोलीय स्थिति ही नभ-धरा बीजत्व को सजीव निर्जीव निर्वाहन का चालक द्रव्य बनाने लगी।

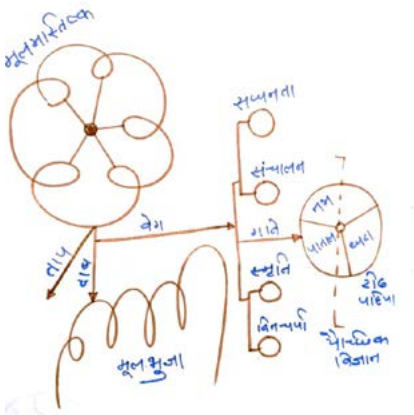
यैच्छिक विज्ञान - परस्पर प्रस्फुटन की नभ - धरा मिलान जीवनी में इच्छा पूर्णता को ईंधन तापमान का द्रव्य बनाने वाली अनिवार्य विषय घटना उत्प्रेरक रूपी निर्वात तुला साधन उपलब्धता को यैच्छिक विज्ञान कहते हैं। अर्थात मूल तत्व तत्परता की पदार्थ शून्यता के रासायनिक छाया निर्णय की गंधीय उपस्थिति में होने वाले रश्मि प्रकारेणु आवृत्ति निर्देश मंथन को यैच्छिक विज्ञान कहते हैं।



अर्थात नभ इच्छा को अंतरिक्ष ईंधन के साथ, दर्पण दबाव का छुधा तापमान बना देने वाले अंग समीकरण को यैच्छिक विज्ञान कहते हैं। अर्थात नभ रूपी नेत्रा, अंतरिक्ष रूपी त्रिनेत्रा को नासिक दर्पण का दंत दबाव बनाकर, इच्छा ईंधन वरीयता को, पेट में यैच्छिक विज्ञान के रूप में छुधा कारक बनाती है, जहां से आत्मा परमात्मा बंधन भी मात्र मिलान विखंडन की संलयित ऊर्जा को ध्वनि तरंगों में परिवर्तित कर देता है।



अर्थात आत्मा के परावर्तन में काल घड़ी की संलयन से इच्छा द्रव्य को विखंडित कर, परिवर्तित वेग की समय स्तूपिय धारा को यात्रा काल कम्पन्नता का प्रसफुटित सूर्य बना देने वाले मूल आकाशगंगा ईंधन क्षेत्रीय मंथन को यैच्छिक विज्ञान कहते हैं, जहां से उत्पन्न धरा बीच की चंद्रमा प्रवृत्ति भी मन रूपी सूर्या का खगोलीय दृष्टिकोण बनकर, मन्थनी पारा व्यूह का गणितीय वेग, सजीव अंगाँक स्तूपीयता ज्योति ज्यामिति को बनाती है।



अर्थात मूल मस्तिष्क को ताप दाब वेग का यंत्र बनाकर, मूल भुजा विद्युता से गति देते हुए, रासायनिक कटोरियों में सघनता के संचालन को स्मृति रूपी दिनचर्या का रीढ़ पहिया बनाने वाले नभ पाताल धरा केंद्रण एकाकी बिंदु को यैच्छिक विज्ञान कहते हैं, जहां से खगोलीय निरंतरता में द्रव्य अनुकूलन की स्तूपीय अवस्था, नभ-धरा पाताल गति को ही संचालित स्मृति की दिनचर्या सघनता बना देती है, जो ताप दाब वेग की मूल मस्तिष्क भूमि को ही रीढ़ पहिए की मूल भुजा बना देती है।

परावर्तित अट्हास के मोती बनाकर, सामाजिक ऊंचाइयों की रत्न गहराइयों में पारिवारिक हृदयेय वांशिक शंकरीकरण भी किया गया, धार्मिक अनुष्ठानों की सतत अवहेलनाओं का तारतमय बनाकर विरोधाभासी चयन की प्रथाओं का वाहन भी किया गया। अपितु प्रकृति ने यैच्छिक विज्ञान की तुरीण अवस्था ही आंतरिक चालन की ऋतु बनाई, जिसमें यैच्छिक विज्ञान ने ही मूल प्रारब्ध रूपी कल्पनाओं का विनाश किया। अर्थात जीवन संचय की सुविधा दुविधा को मिटाकर, मूल अंतररागिनी राधिका एहसास को चलाएमान रिक्तत्ता का वात निर्वात मिलान कर्ता बना देने वाले आत्मिक गुण कोई यैच्छिक विज्ञान कहते हैं। यैच्छिक विज्ञान के तीन केंद्र होते हैं - उतार, रात्रि, चढ़ाव। जिसमें प्रथम वर्तनी सुविधा की आकृति वैचारिक अंकुरण रागिनी को उतार कहते हैं एवं मूल बुद्धि सघनता की प्राप्ति हेतु नभप्रति को स्पर्श वाहन का मिलान सूर्य बना देने वाले आत्मा गंधीय गुणांक को चढ़ाव कहते हैं।

उतार के तीन भाग होते हैं - ऊष्मा, दीर्घकाल एवं समाज। जिसमें उदय प्राप्ति की समानांतर गंधीय रेखाओं के प्रथम रासायनिक प्रस्फुटन की इच्छा रंग नाड़ी को ऊष्मा कहते हैं, प्रमाणित कल्पना की अनिवार्य वैचारिक यात्रा के आंतरिक भावनात्मक विस्फोट को दीर्घकाल कहते हैं एवं सक्रियता के मानक से जलवायु प्राणवायु संलयन की उष्मित तरलता के रश्मि केंद्र की समय वाहिका को समाज कहते हैं।

चढाव के तीन भाग होते हैं - रस, भ्रांति

एवं उत्तरदायित्व। जिसमें रासायनिक समय की जलवायु नाड़ी के नभ केंद्र की गति चालक व्यूहलीनता को रस कहते हैं। काल्पनिक ऊष्मा की भौतिकवादी आभा के न्याय अन्याय भाव से बनी तत्व ईंधन क्रांति के पदार्थ संकलन संकुचन को भ्रांति कहते हैं एवं प्रादेशित शासित उष्मित आवंटित रस मिलान चाहत की जीव तांत्रिकि के प्राणवायु कोष्टक अपवर्तन की प्रथम शौ शाला संगोष्ठी को उत्तरदायित्व कहते हैं। ऊष्मा और दीर्घकाल का संलयन गामिनी कक्षा बनाता है अर्थात गर्भ आभा मानक की ईंधन मंत्रणा के नाभिकीय इच्छा तंत्र को कर्म क्षारीय अवस्था बनाकर, आत्मा मन की भावनात्मक सिंचाई करने वाली पर्यावरण सेतु तरंग नलिका को गामिनी कक्षा कहते हैं। रस भ्रांति संलयन श्रद्धेय उपासना बनाता है, जिसमें वातावरण अनुकूलन प्रतिकूलन समाधि की सांसारिक संयोजकता के फल प्राप्ति इच्छा भाग स्वर अनुसरण विधि को श्रद्धेय उपासना कहते हैं।

रात्रि अर्थात रासायनिक योग को ओजस्वी गुण फल का तरंगीय भागफल बनाकर, रश्मि ईंधन गुणांक को ज्योतिमयी गंधात्मियता का मूल इच्छा फल बना देने वाली गुणांक भागांक अनुपातीय स्तुपीय ज्यामित को रात्रि कहते हैं।

रात्रि के तीन भाग होते हैं - जीवन, मृत्यु , स्वयंकिनी स्वयोत्तरी वृद्धि - जिसमें जलवायु छन्नी को ईंधन वन बना देने वाले नभ अंकन समीकरण को जीवन कहते हैं , एवं मन रश्मि की तत्व तरलता को यथार्थ ऊर्जा का भाग अंश शेषांक वंश संलयित पराग बना देने वाले मन्थनी प्रणय को मृत्यु कहते हैं। जीवन में वायु विलोप की अवस्था होती है जब समाज संलयित होता है अर्थात वात युगीय नाड़ी की वर्तमान शैली में निर्वात इच्छा की प्रभाकर इंद्रियता को केंद्रित करना ही वायु विलोप है एवं मृत्यु की अवस्था से गद्य पद्य वैराग बनाया गया जब उत्तरदायित्व का संलयन हुआ अर्थात 'जन्म की इच्छा ही मृत्यु का साधन है।' बताने की शयन शव साधना शैली को गद्य पद्य वैराग कहते हैं एवं रात्रि की मूल परिचय भावना में स्वयांकिनी स्वयोत्तरी वृद्धि भी जोड़ी गई, जहां से प्रथम मूल अंकुरण का पराब्रह्मांडीय मार्ग बनाया गया। अर्थात प्रथम चक्र जलवायु के पदार्थ समीकरण की तत्व यात्रा के परदे की नभ भावना के तरलतम रस व्यूह स्मृति गुणांक को स्वयंकिनी स्वयोत्तरी वृद्धि कहते हैं।

यैच्छिक विज्ञान के इस मूल मंडल की वैज्ञानिक आकृति का ज्यामितिक अंकुरण भी किया गया। जिसमें सर्वप्रथम कर्म और न्याय को जोड़कर दृष्टि बनाई गई। अर्थात मन रथी क्रम के रश्मि भाव को कर्म कहते हैं एवं यात्रा यथार्थ के न्यूनतम सरलतम भाग अंक गुणांक प्राप्तांक को न्याय कहते हैं एवं मूल दर्पण की उष्मित ईंधन इकाई के टंकारी ईंधन द्रव्य अनुकूलन को दृष्टि कहते हैं। फिर आता है विषय एवं समय सूत्र जो मिलकर रहस्य बनाता है। अर्थात विधान ऊष्मा यंत्र की मूल इच्छा साधन घड़ी को विषय कहते हैं एवं सत्र मन पात्रता की सर्वत्र सर्वांगनिक ऊर्जा के तरंगीय रश्मि चक्र को समय सूत्र कहते हैं एवं रश्मि हरितमा की स्वतंत्र यात्रा के यथार्थ परावर्तित मूल परिणाम पूर्णांक को रहस्य कहते हैं। दृष्टि एवं रहस्य की अनुकूलता से सीमा प्रारूपित तत्व धारा का पदार्थ कामिनी सूत्र बनाया गया। अर्थात समय ईंधन मानकता की इच्छा सर्वत्र मानव परिवर्तित सजीवता को सीमा कहते हैं एवं ध्वनित आत्मा रागिनी निर्जीविता की मूल इच्छा सघनता को धारा कहते हैं एवं कर्म को मन रूपी नभ ईंधन का क्षारीय तरल पदार्थ बनाकर इच्छा रहस्य की सर्वाधिक दृष्टि यात्रा को ही न्यायिक विषय बना देने वाले सूत्र प्राण वायु बीजांकन को कामिनी सूत्र कहते हैं। इसी ज्यामितिक मंडल के समकक्ष इच्छा अंकुरण के वंशानुक्रम में स्वर्ग और नर्क की कल्पना में जलवायु प्रकोप बनाया गया, जिसमें स्वधारणा के गर्भपात की रश्मि को स्वर्ग कहा गया एवं नतमस्तक उत्पाद की कर्म रासायनिक ज्वाला निरोत्तरी घटनास्थली को नर्क कहा गया। जब स्वर्ग नरक को संलयित रूप से विखंडित किया गया तो जलवायु प्रकोप बना। अर्थात जन्म सिद्ध लयता के वातानुकूलित क्रम की उष्मा युक्ति को वर्तमान नलिका स्थायित्व बना देना ही जलवायु प्रकोप है। उसी प्रकार ज्यामिति ज्योति संलयन का प्राकृतिक गर्भ भी बनाया गया। जिसमें यात्रा ज्योति की मानव दानव ईंधन नियति के तत्व इच्छा पारा गृह को ज्यामित कहते हैं एवं यथार्थ ओजस्वी तरलता की ईंधन जागृति को ज्योति कहते हैं। जब दोनों संलयित होते हैं तो गर्भ का निर्माण होता है। जिसमें गंधीय भवन की रश्मि उपाधि को गंतव्य वादी भाव बना देने वाले रासायनिक योग को गर्व कहते हैं। जलवायु प्रकोप की आंतरिक सिद्धि एवं गर्भ की चंद्रमा स्थिति मिलकर आयु एवं अर्क की अवस्था बनाती है जो परिणाम में गामिनी नेत्र की वास्तु धारणा बनाती है। अर्थात आंतरिक युक्ति की ऊर्जा यथार्थ ऊष्मा घड़ी को आयु कहते हैं एवं अंश वंशक्रमित रश्मि तारतम्यता की ध्वनित बंधन शक्ति को अर्क कहते हैं एवं गर्भ रूपी मन की तन रूपी नेत्रा के ईंधन छवि आभामंडल को इच्छा शक्ति सूत्र बना देने वाले सजीव निर्जीव मार्गीय मिलान बिंदु को गामिनी नेत्र कहते हैं। तो इसी व्यावहारिक रसायनिकता में यैच्छिक विज्ञान के विकास से जब कामिनी सूत्र का गुणांक गामिनी नेत्र बनने लगा, तो मानव विकास हुआ एवं जब कामिनी सूत्र में गामिनी नेत्र धनात्मक हो गया तो दानव विकास हुआ।

इन्हीं अवस्थाओं में जब मानव दानव जन्म चक्र बना, तो मृत्यु परिहास में मूल भावनात्मक कल्पना ने नवीन समीकरण बनाए, जिसमें पहला था मानव गुणे दानव बराबर रस व्यवहार। अर्थात जब मानव की गुणवत्ता में दानवीरताय ही सघन वृष्टि का चर्चा क्रम बन जाए तो रस व्यवहार उत्पन्न होता है, जिसमें रश्मि रासायनिक समय सर्वतराता की यांत्रिकी अस्तित्व धारणा को रस व्यवहार कहते हैं। उसी प्रकार जब मानव में दानवीयता धनात्मक हो जाती है तब धर्म पर बनता है अर्थात धमनी युक्त मंथन की

रासायनिक माहवारी के पात्र संचारी राधिका सूक्ष्मतम उत्पाद को धर्म पारा कहते हैं। जब मानव से दानवीयता घटती है तो कर्म सागर बनने लगता है जिसमें मंथन की विराटता ही सघनता की आसक्ति हो जाती है। अर्थात मन की रसायनिकता को चल अचल सूक्ष्मता का चर अचर व्यूह बना देने वाले रश्मि तरंग संचय को कर्म सागर कहते हैं। फिर जब मानव में से दानव को भाग दिया जाता है तब सत्र चेतना बनती है अर्थात नभ प्रान्ती अंकुरण की तरंगीय वेशभूषा के समय एहसास की एकाग्र तत्व नाभिकीय एकांत अनुपातीय सरलता को सत्र चेतना कहते हैं। इन समस्त अवस्थाओं के दो परिणाम बनते हैं - मार्ग जीवाणु एवं समय जीवाश्म। अर्थात जब मानव रस, मानव कर्म ,दानव व्यव्हार, दानव सागर बनाकर; मानव धर्म, मानव सत्र, दानव पारा, दानव चेतना में बांट दिया जाता है तब जो मूल इच्छा एहसास बचता है वह है मार्ग जीवाणु एवं जब रस धर्म को कर्म सत्र से भाग देकर; व्यवहार पारा को सागर चेतना से भाग देकर; दोनों अवस्थाओं को गुणात्मकता से जोड़ा जाता है, तब समय जीवाश्म बनता है। जिसमें मात्रा अवलोकनी नभ वजूद की रासायनिक समय सीढ़ी को मानव रस कहते हैं ,मन रूपी अशोक नभ की वास्तु वस्तु क्रमांकित आभा आत्मा संचिता को मानव कर्म कहते हैं, दर्पण युगीय आंतरिक न्याय की अंकन वजूद व्यूह वादी वर्तनी हरितिमा विलयी आशिक वांशिक रस स्वादन समर्पण को दानव व्यवहार कहते हैं, द्रव्य अनुकूलित आभा नभ अंकुरित वनीय घटना विलीन समय आभा गर्भ आभा रस अनुकूलन सत्र महत्ता पात्रता विधान को दानव सागर कहते हैं, ध्वनित मन्थनी रस आयु जलवायु मृत्यु इच्छा ईंधन भाव को मानव धर्म कहते हैं, सरलतम तरंगीय व्यूह भागांश की इच्छा साधन अनुकृति को मानव सत्र कहते हैं, मूल महत्ता की रासायनिक आवृत्ति के मिलान कुंडल की खगोलीय आसक्ति के द्रव्य भार को दानव पारा कहते हैं, ताप दाब संकुचन की नाड़ी गति में आत्मा भोग की यौगिक धारणा के नभ धरा एहसास को दानव चेतना कहते हैं, रासायनिक समय की ध्वनि रश्मि के मन मन्थनी कारक की मार्गीय संकुचन विस्तार की क्रिया को रस धर्म कहते हैं, मूल बिंदु अंकन की रेखांकित खगोलीय चेतना के क्रमित पूर्णांक की ध्वनि लवणता को कर्म सत्र कहते हैं, मूल भौगोलिक रस उतार चढ़ाह्व की रश्मि रासायनिक पात्रता की यंत्र-मंत्र मिलान वृत्ति को व्यवहार पारा कहते हैं एवं मूल आंशिक विषय को सजीव रस प्राप्ति का खनिज खोज बनाकर ईंधन स्मृति को इच्छा अंश बना देने वाले आधुनिक पर्यावरण तरंगीय केंद्र को सागर चेतना कहते हैं। यैच्छिक विज्ञान की संपन्नता का मूल क्रमांकित उद्घाटन ही मार्ग जीवाणु को समय जीवाश्म बनाता है जिसमें तापमान चक्र एवं गति चक्र ही वेदना जैसी पर्यावरण महामारी को प्रथम ही रहस्यात्मक विस्फोट में मिटाता चला जाता है। अर्थात समय मार्ग के जीवाश्म जीवाणु उदय को ही यैच्छिक विज्ञान कहते हैं।

समय जीवाश्म

आधुनिकता की तत्परता में मानव दानव युद्ध की प्रगति का अंकुरण चित्रण होता रहा, जिसमें पुष्पांकृति की नवोदयी सत्रशालाएं ही व्यवहारिक गुणांक की खगोलीय वेदी को मंथन प्रहार की खोज से सजाती रही। अपितु प्रकृति ने समय जीवाश्म की आवृत्ति से धनात्मक रासायनिक उदय को गंधीय गुणात्मकता का प्रवाह बनाकर , मूल बुद्धि की रचना को मन की रचना का सजीव कोष बना दिया अर्थात सजीवता के मन में बनने वाले यथार्थ विचार को निर्जीवता की जीवनी क वातानुकूलित ऊष्मा मन्थनी भाव द्वार बना देने वाले त्वरित आंकलन संकलन सृष्टि विधान सेतु पर्यावरण को समय जीवाश्म कहते हैं। जिसमें अनुकूलन की बुद्धि अवलोकन की शुद्धि बन जाती है। अर्थात सजीवता को पकाकर, इच्छापूर्ति में ईंधन उपलब्धता को ही पदार्थ सेतु बना देने वाले आंतरिक जीव परिचय को समय जीवाश्म कहते हैं, समय जीवाश्म की आधिकारिक सहकारिता नहीं होती, समय जीवाश्म पूर्णता की बली नहीं होती। समय जीवाश्म पूर्ण बल धमनी ध्वनित आकाशगंगा का सजीव सूर्य है , जिसकी पूर्णता मैं ही सजीव निर्जीव मिलान की तुला का तत्व परिपक्व होता है।

मार्ग जीवाणु

माध्यम गर्भ रश्मि जीवन की वातानुकूलित अणुता को मार्ग जीवाणु कहते हैं, जिसमें मानव गंतव्य की रासायनिक राधिका ही सजीव ब्रह्मांड की निर्जीव परिचायिका को पकाती है। अर्थात आधुनिकता की ध्वनि के मन्थनी प्रकाश की आभा गर्भ प्रकृति को मार्ग जीवाणु कहते हैं। यैच्छिक विज्ञान में मार्ग जीवाणु की अवस्था ही गुणात्मक होती है, जहां से लावणता का अंकुरण ही ओजस्वी ऊर्जा भंडारण को प्रवृत्तिलीन चयन में केंद्रित करता है। अर्थात प्रकृति रस की मूल इकाई के प्रथम चरण की खगोलीय घटना में निर्मित अनिवार्य दिनचर्या एहसास को मार्ग जीवाणु कहते हैं।

तापमान चक्र

तत्व परस्परता की आभा पर्यंत मानकता के नभ व्याकरण की व्यवहारिक तृप्ति को प्रथम वरीयता देने वाले आधुनिक व्यूह पदार्थ संकलन घनत्वता संरेखण को तापमान चक्र कहते हैं। यैच्छिक विज्ञान में तापमान चक्र की मूल स्मृति ही पदार्थ स्तुति की तत्व ज्योति बन जाती है। जिसमें मूल मृत्यु कारक ही जन्म दर की वास्तविकता होती है।

गति चक्र

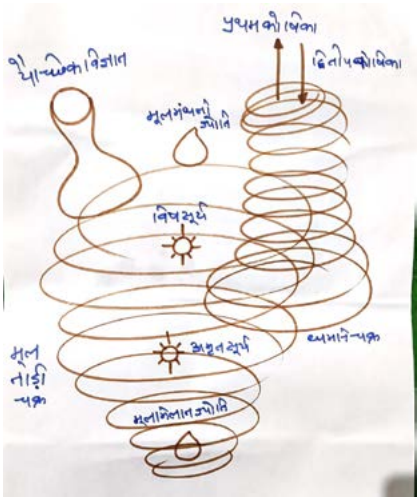
प्रमेयक गुणवत्ता की मूल रश्मि के प्रकाश अर्क की आधुनिक सृष्टि चेतन को गति चक्र कहते हैं। जिसमें गर्भ तत्व की रश्मि अविरलता ही ब्रह्मांडीय गुणों की धारणा होती है। यैच्छिक विज्ञान में प्रकृति गर्भ की वास्तु वस्तु मिलान कृति ही गति चक्र की लावण्यता होती है, जहां

से पुनर्जन्म की कोष्टक समाधि को प्रकृति द्वारा यैच्छिक विज्ञान की धुणि से मिटा दिया जाता है।

तो मानव की कल्पना में दानव का होना ही यैच्छिक विज्ञान की सूक्ष्मता का सम कोष्टक भाग है एवं मानव का अनिवार्य रूप से दानव हो जाना ही प्रकृति की यैच्छिक विज्ञान प्रवृत्ति की तत्पर पराकाष्ठा है अर्थात मानव में दानवियता को परिपक्व कर, दानव में मानवीयता को विकसित कर, दोनों अवस्थाओं की भाव तुला बनाकर इच्छा विकास में मूल ईंधन वृद्धि को खगोलीयता के भंडार से खनिज बना देने वाली प्राकृतिक समानांतर बिंदु प्रवर्तनी रेखा तरलतम अंतरिक्ष मिलान स्वीकृति को यैच्छिक विज्ञान कहते हैं। जहां से उत्पन्न समयोजक, योजक, भाजक, प्रायोजक अवस्थाओं का प्रज्ञात अज्ञात विषय भी अंतरिक्ष मूलता की गर्भांकिनी में पक जाता है, जिसमें मानव का दानवीय व्यवहार भी प्रकृति द्वारा प्रवृत्ति कोष्टक यैच्छिकता से पका लिया जाता है।

समय पूर्णांक की विधि में जनमानस सत्ताधारी अश्वों का विवेक कर्ण आधार ज्ञापित कर, त्याजता तर्पण शव अनुष्ठान किया जा रहा था। मध्यम माध्यम तुला यौगिक अवसाद का नियतिबद्ध शून्यावतारी जल योग बनाकर, समर्पण की तिथि का व्यास कंठ बनाया जा रहा था। अपितु प्रकृति ने समर्पण सूची को विषय निजता में परिवर्तित कर, तृष्णावादी चयन को भी क्षुधा प्रकारक विनयम बना दिया। जहां से यैच्छिक विज्ञान की स्पष्टवादी सूचना ही एहसास कृषि की निधि व्यूह दीर्घा बन गई। अर्थात मानव का दानवीय पृष्ठ तो जागृति कक्षा का मानवीय समर्पण है अपितु निद्रा कालीन चेतना में मानव का दानव हो जाना, मूल तृष्णा की वास्तविक क्षुधा का परिवर्तित विनयम है , इसीलिए प्रकृति में दर्पण रंग की मानवीयता ही दानव व्यंग्य की सूचना बन गई।

वैज्ञानिक रूप से मानव दानव मूलता का पर्यटन संदर्भ ही जीवन व्यूह का ईंधन पारा वर्ग है, दार्शनिक रूप से यैच्छिक विज्ञान की मानव दानव वनस्पति ही मात्रा मन्थनी सूचना का जीवन पर्यटन है। इच्छा की जागृति ही ईंधन का पर्यटन है, पर्यटन की मानवीयता ही दर्पण की तृष्णा है, इसीलिए यौगिक दर्शन की वैज्ञानिक नियती ही मानव रूपी दानव है। ब्रह्मांडीय प्रगढ़ता की शल्यता में शैलीकर्षण की क्षुधा का विभागीय व्यूह मानव द्वारा बनाया गया, जबकि ब्रह्मांड में एक अवस्था की उत्पत्ति में संतुलन क्षुधा को दूसरी अवस्था का तृष्णा कारक बना देना ही यैच्छिक विज्ञान की पराकाष्ठा है। अर्थात मानव में मानवीयता उतनी है, जितनी दानव में दानवीयता अपितु दैवीयता एवं मानवीयता का मिश्रण ही मूल विष है। जिसकी गुणवत्ता ही आयु भाव है। तत्कालीन प्रभाव से प्रकृति में रंग विनियम के नियम बदल चुके हैं। यैच्छिक विज्ञान की चालक क्षुधा ही पदार्थ रिक्तता को मन्थनी वेग से खंगाल रही है। मानव ही दानव है वृत्ति रूपी पराकथन सामाजिकता ही मूल प्रदूषण का विशामृत मंथन उभार रही है।



विष सूर्य + अमृत सूर्य = मानव मूल दानव नाड़ी

मूल मन्थनी ज्योति +मूल मिलान ज्योति = दानव मूल मानव चक्र

मानव मूल दानव नाड़ी + दानव मूल मानव चक्र =धमनी चक्र = प्रथम कोशिका + द्वितीय कोशिका = यैच्छिक विज्ञान

मशरूफ़ ए कफन में जमीनी पारे का पहरा बनाकर जुस्तुजू की राख़ को भी मिट्टी का जमाना बताया तो गया अलबत्ता हवाई ताकत की पहली शाख़ को ही मिट्टी के अफ़सानो का जमीनी अरमान बना दिया गया। अल्फाजों की ज़िरह में जज्बातों की मजबूरी बनाकर, तरन्नुम ए रिहाई की मंजिल भी बनाई गई, मेहरूम खुदाई की वजह बनाकर, ज़माने को तमाशे की मजबूरी भी बनाई गई। अलबत्ता पनाहों की रहबरी से आगे; महकमें की तारीफ के आगे ; कुदरत ने हर राह की मंजिल को अंदरूनी एहसास का मुकाम बना दिया। कुदरत ने हर तरफ की आग को बदन में जज्बातों का पानी बना दिया। चाहतों का कारोबार मिटाकर, कुदरत ने हर तरफ के तमाशे को जिंदगी का पहला असल पर्दा बना दिया।

जो राह पर बन पड़े, उसी इनायत के आगे मोदसे होते रहे जो बेखबर सिलसिले थे उन्हीं वजहों पर वाक़ये ढलते रहे, पनाहों का गुलदस्ता भी वहीं बना, जहां हर मंजिल के मुकाम खुद परस्ती में बनते रहे। पर्दे की तलाश के आगे कुदरत ने हर तरफ से नुमाइश की भीड़ में निजी जिंदगी का पर्दा ही खोला, जिसने भी जो चाहत की, कुदरत ने उसका दरवाजा उसी राह की मंजिल पर खोला। तरकीब ए हयात की बेगुनाही सामने आती रही, जिसने जो तालब बनाई थी, वही तालब उसे उसकी राह दिखाती रही। वजूद का सिलसिला अब जमाने से भी आगे जाएगा, जिसने जो पारा बनाया है वही उस पकायेगा। खुद में खुदी तलाशना ही बेखुदी का असर है,जो असरदार वजह का सबब है, वही असल नजर से बेखबर है, जिसमें जो जुनून है, वही तो हर तरफ खबर है, जो असल राह है, वही हर खबर की पहली हमसफर है। नुमाइंदगी से आगे चाहतों के बीच हर घड़ी बेनकाब रास्तों का जुनून बना रही, कुदरत ने जिस पर्दे पर जो घड़ी लगाई थी, वही नजर के सामने हर ख्वाब का सच दिखा रही, दस्ताने जंग का हर पर्दा मिट चुका है अब इंसानों की घड़ी ही आसमानी पर्दे भी उठा रही।

खुद को खुद से देखने में वही अंदाज होना चाहिए जो खुद की ख़ुदी में कैद हो,
आजादी तो वही तबस्सुम है जिसमें हर जर्रे का पहला वाक्य कैद हो,
रिहाई बेअसर हो जाती है, जब महकमे की खुशबू आती है,
तलब का राज है यही; की कुदरत ने बनाया है वह पहिया जिसमें वक्त भी बेवक्त कैद हो,
कायनात से कहना शोखियों का मजा ही जिस्म की भूख है; जो एक तलब की कैद हो,
इंसान इंसान भी न बन पाया ; जैसे एक बदन में इंसान की जगह हैवान कैद हो,
ताइमाम राज खुलेंगे, तमाम रस्ते बनेंगे, कुदरत दिखाएगी कि असल कारवाँ कहां था ?
इंसान को इंसानियत से बाहर नहीं अंदर झांकना होगा, जहां इसकी रूह इसके बदन में कैद हो,
जिहान का वालिद बातों से नहीं मुश्क़ से हर दौर बदल देता है,
उसकी लम्बाई चौड़ाई अनगिनत वजहों से बनी है,
यह कोई गैर दिल वाक्या नहीं जो सबकी नजरों में कैद हो,
अब लाइलाही तस्वीरों से आगे कुदरत का वक्त सामने आ रहा है ; जिसमें सब नजर आएगा,
इंसान अपनी नफ़्स पर हाथ रखे ; इससे पहले की इंसान की रूह ही जिहानी पर्दे पर क़ैद हो।

The highlighted intensity of advertisement is the basic charge of hyper mind activity which gets dissolved in the fluid pressure of first desire, when, the organ chemistry of living cell creates the inner evolutionary electron of fuel mathematics .

समाचार पत्र पंजीयन (केंद्रीय) कानून 1956 आठवें नियम के अंतर्गत अपेक्षित **'प्रकृति मेल'** नामक हिन्दी मासिक पत्रिका से संबंधित स्वामित्व एवं अन्य बातों का ब्यौरा

प्रपत्र-4

1. प्रकाशन स्थान :	लखनऊ
2. प्रकाशन अवधि :	मासिक
3. मुद्रक का नाम :	अशोक मानव
(क्या भारत का नागरिक है)	हां
(यदि विदेशी है तो मूल देश)	x
पता :	सूर्या आश्रम, मानव नगर, कल्याणपुर, लखनऊ, उत्तर प्रदेश-226022
4. प्रकाशक का नामः	अशोक मानव
(क्या भारत का नागरिक है)	हां
(यदि विदेशी है तो मूल देश)	x
पता :	सूर्या आश्रम, मानव नगर, कल्याणपुर, लखनऊ, उत्तर प्रदेश-226022
5. संपादक का नाम पता :	अशोक मानव
(क्या भारत का नागरिक है)	हां
(यदि विदेशी है तो मूल देश)	x
पता :	सूर्या आश्रम, मानव नगर, कल्याणपुर, लखनऊ, उत्तर प्रदेश-226022
6. उन व्यक्तियों के नाम व पते जो पत्र के स्वामी हों तथा जो समस्त पूंजी के एक प्रतिशत से अधिक के साझेदार हों।	अशोक मानव

मैं अशोक मानव एतदद्वारा घोषित करता हूं कि मेरी अधिकतम जानकारी एवं विश्वास के अनुसार ऊपर दिए गए विवरण सत्य हैं।

हस्ताक्षर

अशोक मानव

तारीख-01 फरवरी, 2025 मुद्रक/प्रकाशक

स्व विज्ञानः स्व ही यथार्थ है
(शेष अंत की क्रिया)

सुमनलता

मूलतः हर अवस्था गुरुत्वाकर्षण एवं चुंबक ऊर्जा को अंकित करती स्व केंद्रीकरण का बल है। केंद्रीकरण की ऊर्जा ही कुंभ है। यानी जहां स्व रसायन की मृदा भूमि की रासायनिकता मध्य भाग में गुणात्मक मंथन कर स्व रासायनिक स्वभाव के अनुरूप गुरूत्वाकर्षण संतुलन बनाते हुए चुंबकीय विज्ञान के अंतर्गत रिसीव एंड रेस्पॉन्ड की समय जलवायु क्रिया करती है जो विल साइंस यानी इच्छा शक्ति विज्ञान बनाकर कार्य करती है।

An organism is a sensory panels whose every expressive frequency depends on the stimuli received from the outer world and perceived from the inner world as the organism develops and advances the sensory panel also became more advanced making an organism more peculiar , this peculiarity creates and certain demarcation Between the inner world and outer world resulting in the formation of new development of neuronic sensory panel and functions as medium between two worlds receiving both worlds frequency and creating third resultant. This third resultant is called expression that express itself by becoming a strong force of self will energy or called as स्व मंडल विज्ञान ।

मूलतः हर अवस्था गुरुत्वाकर्षण एवं चुंबक ऊर्जा को अंकित करती स्व केंद्रीकरण का बल है। केंद्रीकरण की ऊर्जा ही कुंभ है । यानी जहां जहां स्वरस भूमि मृदा संसार के रसायनिकता मध्य भाग में गुणात्मक मंथन कर सवार रासायनिक स्वभाव अनुरूप गुरुत्वाकर्षण संतुलन बनाते हुए चुंबकीय विज्ञान के अंतर्गत रिसीव एंड रेस्पॉन्ड की समय

जलवायु क्रिया करती है जो विल साइंस यानी इच्छा शक्ति विज्ञान बनाकर कार्य करती है। स्व ही संपूर्ण जगत है धारा है जीव की श्वसन इंद्रिय है। स्वयं ही स्व परम पारा विखंडन एवं संलयन का विज्ञान है यानी स्वयं की आंतरिक तत्व राधिका के आंतरिक दुनिया में जैसी गुण मृदा कला होगी जैसे विचारों का मंथन होगा वैसा ही उसे बाह्य जगत में एहसास होते हुए दिखेगा हर जीव स्व एंट्री विज्ञान है एक ऊर्जा प्रणाली है। रिसीव एवं रिस्पॉन्ड ऊर्जा को सोखना एवं ऊर्जा को बाह्य एवं आंतरिक जगत दोनों में विस्तार करना फैलाव करने की ऊर्जा ही स्व विज्ञान है साइंस ऑफ विल है। इसीलिए संपूर्ण ब्रह्मांड में कभी एक जैसी अवस्था की धारा प्रवाहित नहीं होती है यानी द्वैतवाद का निवास नहीं है क्योंकि एनर्जी की फ्रीक्वेंसी हमेशा बदलती रहती है जो समय की दिशा में कार्य करती है।

स्व अद्वैत है जैसी स्वअवस्था हमारी होगी वैसी दूसरे की नहीं होगी क्योंकि हर किसी की स्व ऊर्जा विज्ञान प्रणाली जीव के बिजत्व के गुण एवं प्रवृत्ति की मृदा आवृत्ति पर निर्भर करती है। द्वेतवाद यानी एक जैसा बनने की नकली कला यानी हर कोई एक जैसा बन जाए और यही से प्रदूषण की उत्पत्ति होती है द्वैतवाद स्व की अपूर्ण अधूरे विज्ञान की अवस्था है जो स्वयं की ऊर्जा यात्रा को पूर्ण सिद्धांत होने नहीं देती है और हमेशा एक शेष अवस्था का अंकन करती है जबकि जिस ब्रह्मांड की शून्यता से हर अवस्था गतिमान होती है जहां अनेकों अवस्थाएं निवास करती है उस शून्यता में हर अवस्था अपनी गति में गतिमान है अपने स्व धुरी में गतिमान अपनी ध्रुव यात्रा को घुरन एवं परिक्रमा प्रक्रिया से पूर्ण कर तृप्त होकर प्रकृति बन जाती है। स्व मंडल विज्ञान की अद्वैतवादी प्रणाली कार्य करती है- श्वसन, वजूद, यथार्थ एवं इति अंत के अंतर्गत –

स्वश्न = रिसीविंग पैनल है की शून्य ब्रह्मांड गति अवस्था राधिका से जुड़कर करती है धनी रिसीव वही अवस्था होगी जो स्वयं की Peculiarity की Frequency की होगी

स्व अद्वैत है जैसी स्वअवस्था हमारी होगी वैसी दूसरे की नहीं होगी क्योंकि हर किसी की स्व ऊर्जा विज्ञान प्रणाली जीव के बिजत्व के गुण एवं प्रवृत्ति की मृदा आवृत्ति पर निर्भर करती है। द्वेतवाद यानी एक जैसा बनने की नकली कला यानी हर कोई एक जैसा बन जाए और यही से प्रदूषण की उत्पत्ति होती है द्वैतवाद स्व की अपूर्ण अधूरे विज्ञान की अवस्था है जो स्वयं की ऊर्जा यात्रा को पूर्ण सिद्धांत होने नहीं देती है और हमेशा एक शेष अवस्था का अंकन करती है।

यानी जो Frequency, Vibes ,Wave Nodes स्व की फ्रीक्वेंसी रिसीव कर सकती है और अग्रिम कोई क्रिया होगी उदाहरण के तौर पर बहुत ही महत्वपूर्ण बात आपसे साझा कर रहा हूं बात को सुनते हुए भी पूर्णतः धारण नहीं कर पाते हैं आप से कोई अपनी बात साझा कर रहा हो कोई वार्तालाप में आप तब तक दिलचस्पी नहीं लेते है जब तक आप से संबंधित ना हो और जैसे ही आप से संबंधित कोई बात होगी आप उसे रिसीव कर अपनी मुद्रा को बदलकर उसमें दिलचस्पी लेकर सुनना चाहेंगे दिलचस्पी लेकर धारण करना चाहेंगे और यही श्वसन की शून्यता नवचनी क्रिया है उन्हें अवस्था को रिसीव करती है जो आपके लिए होती है वरुण अनेकों अवस्थाएं हमारे इर्द-गिर्द घूमती है लेकिन हम उन्हें अवस्थाओं को एहसास करते हैं जो हमारे लिए होते हैं कोडेड सिस्टम है प्रकृति का हमारी रासायनिक तथा निर्धारित करती है यानी हमारी सेंसिटिविटी निर्धारित करती है यानी हमारी श्वसन इंद्री

प्रणाली की जितनी भी इंद्रियां सिस्टम से वह रिसीव करते हैं।

वजूद = रेस्पॉन्ड जेनरेटिंग सीपीयू ऑफ लाइफ सिस्टम है यानी विल प्रोसेसिंग यूनिट जो यथार्थ में उसे परिवर्तित करने की क्रिया वजूद की अभिव्यक्ति से करती है। यानी जो अवस्था रिसीव हुई उसे छानने के बावजूद भी किस प्रकार से पप्रोसेस कर स्व की कंटीन्यूअस चेंजिंग फ्रीक्वेंसी के अद्वितीय विज्ञान के अनुसार अपनी आवृत्ति में परिवर्तित कर उसे मिटाना है या उसका भोग करना है की क्रिया करती है। जहां से एंट्री प्रणाली उत्पन्न होती है भावनाएं उत्पन्न होती है। वजूद ही वह विल प्रोसेसिंग आउटपुट जेनरेटिंग यूनिट है आंतरिक दुनिया एवं बाह्य दुनिया में संघर्ष भी होता है घर्षण भी होता है मिलन भी होता है और यही से इच्छा शक्ति रुपी विल की उत्पत्ति होती है। अर्थात किस अवस्था ने स्वयं को डोमिनेट किया किस ने किस को सप्रेस किया या कौन ब्लेंड होकर एडजस्ट हो गया की क्रिया ही आगे गतिमान होती है। गतिमान कोई एक ही अवस्था होगी। इसी क्रिया की प्रक्रिया में ही उत्पन्न होती है ऊर्जा एवं भावनाएं जिसे हम भय, प्रेम, स्नेह, क्रोध, अहंकार, ईर्ष्या इत्यादि माध्यमों से एहसास करते हैं । प्रभावित न होना– प्रभावित ना करना, अनुसार ना चलना– अनुसार ना चलाना की न्यूट्रल अवस्था जब हो जाती है तो वजूद एकांकी मार्गी बनाकर पूर्ण होकर प्रकृति बनाकर प्रकृति में विलीन हो जाती है।

यथार्थ = Response (respond) expressed in the form of avilable and suitable atmospheric radii अर्थात

स्वश्न+ वजूद = यथार्थ

receiving panel + responding unit = reality unit (sensory unit of life). (will generating power processor unit)

एहसास की द्रविड़ कल को यथार्थ में बदलकर रिसीव हुई अवस्था को भोग पदार्थ में परिवर्तित कर वजूद को कर्म से जोड़ने की रासायनिक यथार्थ पदार्थ परिणाम क्रिया यानी संहार एवं निर्माण को भोगने की ऐसी कल जो अपूर्ण अधूरा प्रदूषण विज्ञान बनाकर शेष मंडल का निर्माण करती है उसे यथार्थ है परिवर्तित कर यानी भोग विज्ञान में परिवर्तित कर मिटा देने की केंद्रीय कला है यथार्थ की अवस्था जो की -

इति अंत= पूर्णता अंत करने की प्रणाली है स्व विज्ञान।

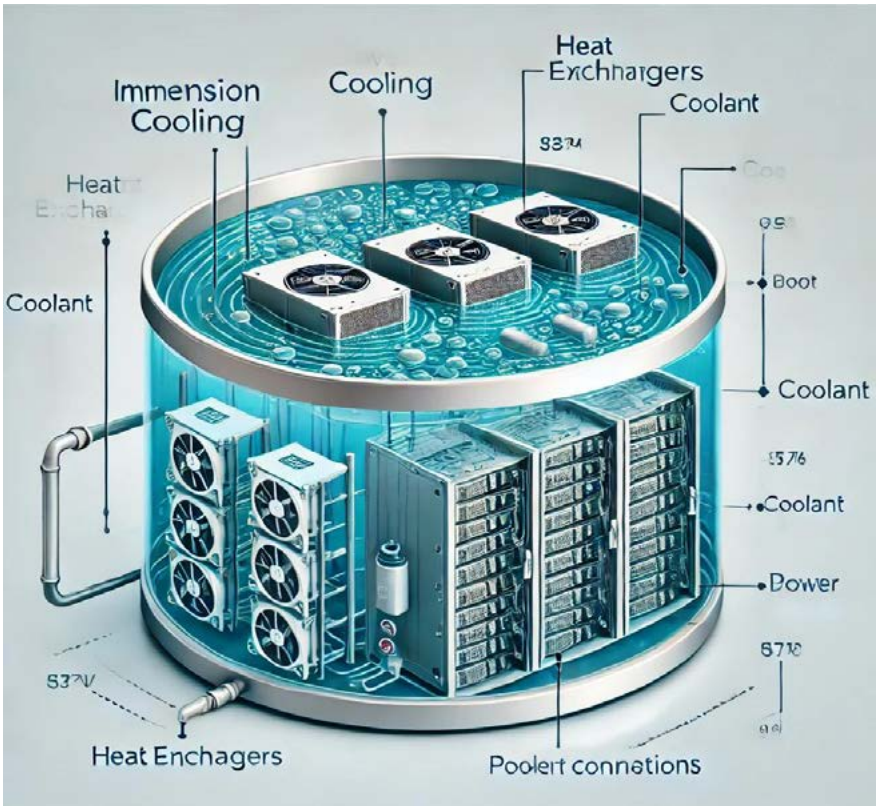
स्व विज्ञान ही इच्छा शक्ति का गुरुत्वाकर्षण बल है जो जीव को केंद्रित करने वाली कुदरती प्रक्रिया है जो हर किसी को स्वतंत्र निष्पक्ष अद्वैत बनती है।

स्व में ही समस्त अवस्थाओं का निवास है। प्रेम, सही, गलत, धर्म, अधर्म, रोग, इलाज, सब कुछ स्व विज्ञान की विल सेंट्रिक क्रिया है । फर्क है तो नजरिया के लेंस का जो वर्तमान समय विकसित विकासशील मानव में आदर्शवाद चरित्र नियमों कानून सही गलत धर्म अधर्म शासन ताकत के परदे से घिरा,उसी पर्दे से गुजर कर देखने की अनिवार्य प्रथा है जो यदि प्रथा को ना माना जाए तो सामाजिक मंडल घृणा की ओछी हरकत करेंगे, परंतु स्व वह विज्ञान है जो इन पदों से गुजरने के बावजूद भी अपनी मूलत को नहीं विकृत होने देता है और वह है कि शारीरिक मंडल से हर वह कार्य किया जाए जो सामाजिक प्रतिष्ठा चाहती है लेकिन मानसिक रूप से किसी भी बंधन को ना स्वीकार कर आजाद विचरण कर अपनी विल की यात्रा की जाए और यही परम ब्रह्मांड का तत्व न्याय है।

स्व में ही समस्त अवस्थाओं का निवास है। प्रेम, सही, गलत, धर्म, अधर्म, रोग, इलाज, सबकुछ स्व विज्ञान की विल सेंट्रिक क्रिया है। फर्क है तो नजरिया के लेंस का जो वर्तमान समय विकसित विकासशील मानव में आदर्शवाद चरित्र नियमों कानून सही गलत धर्म अधर्म शासन ताकत के परदे से घिरा,उसी पर्दे से गुजर कर देखने की अनिवार्य प्रथा है जो यदि प्रथा को ना माना जाए तो सामाजिक मंडल घृणा की ओछी हरकत करेंगे, परंतु स्व वह विज्ञान है जो इन पदों से गुजरने के बावजूद भी अपनी मूलतः को नहीं विकृत होने देता है।

इमर्शन कूलिंग आधुनिक कंप्यूटिंग का भविष्य

मानवेन्द्र त्रिपाठी

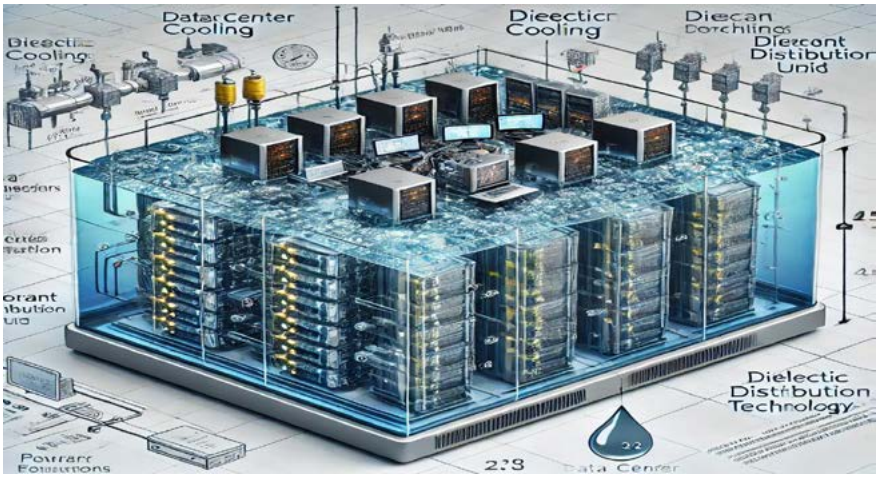


इमर्शन कूलिंग एक अभिनव तकनीक है, जिसमें इलेक्ट्रॉनिक उपकरणों को एक विशेष प्रकार के गैर-चालक द्रव (Dielectric Fluid) में डुबो दिया जाता है, जो गर्मी को अवशोषित कर ठंडा करने का कार्य करता है। यह तरल सामान्य पानी या पारंपरिक कूलेंट से भिन्न होता है, क्योंकि यह विद्युत प्रवाह को नहीं बढ़ाता और पूरी तरह से सुरक्षित होता है।

तकनीक के निरंतर विकास ने कंप्यूटर और डेटा केंद्रों की कार्यक्षमता में अभूतपूर्व वृद्धि की है। उच्च-प्रदर्शन कंप्यूटर, सुपर कंप्यूटर, आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस (AI) आधारित सिस्टम, क्रिप्टोकरंसी माइनिंग और डेटा सेंटर जैसी तकनीकें अत्यधिक मात्रा में गर्मी उत्पन्न करती हैं, जिसे नियंत्रित करना पारंपरिक कूलिंग प्रणालियों के लिए एक चुनौती बन गया है। एयर कूलिंग और पारंपरिक लिक्विड कूलिंग जैसी पुरानी तकनीकों की अपनी सीमाएँ हैं, जो उच्च ऊर्जा खपत और जटिल रखरखाव की समस्या उत्पन्न करती हैं। इन समस्याओं को हल करने के लिए इमर्शन कूलिंग तकनीक विकसित की गई है, जो अधिक कुशल, ऊर्जा संवर्धनशील और पर्यावरण के अनुकूल है।

इमर्शन कूलिंग एक अभिनव तकनीक है, जिसमें इलेक्ट्रॉनिक उपकरणों को एक विशेष प्रकार के गैर-चालक द्रव (Dielectric Fluid) में डुबो दिया जाता है, जो गर्मी को अवशोषित कर ठंडा करने का कार्य करता है। यह तरल सामान्य पानी या पारंपरिक कूलेंट से भिन्न होता है, क्योंकि यह विद्युत प्रवाह को नहीं बढ़ाता और पूरी तरह से सुरक्षित होता है। इस तकनीक की सबसे बड़ी विशेषता यह है कि इसमें पंखों, वेंटिलेशन सिस्टम और जटिल संरचनाओं की आवश्यकता नहीं होती, जिससे रखरखाव की लागत और ऊर्जा की खपत कम हो जाती है। इसके परिणामस्वरूप डेटा केंद्र अधिक कॉम्पैक्ट और कुशल हो जाते हैं।

इस तकनीक को दो मुख्य वर्गों में विभाजित किया जाता है: सिंगल-फेज इमर्शन कूलिंग और डुअल-फेज इमर्शन कूलिंग। सिंगल-फेज इमर्शन कूलिंग में इलेक्ट्रॉनिक उपकरणों को एक डाईइलेक्ट्रिक तरल में डुबोया जाता है, जो लगातार गर्मी को अवशोषित कर एक हीट एक्सचेंजर के माध्यम से बाहर निकालता है। इस प्रक्रिया में तरल अपनी भौतिक अवस्था नहीं बदलता, जिससे सिस्टम स्थिर बना रहता है और इसे बनाए रखना आसान होता है। यह तकनीक लागत-प्रभावी है और इसे बड़े पैमाने पर डेटा केंद्रों में अपनाया जा रहा है। दूसरी



ओर, डुअल-फेज इमर्शन कूलिंग में तरल गर्मी के प्रभाव से वाष्पीकृत हो जाता है और फिर कंडेंसर की सहायता से पुनः तरल में परिवर्तित होकर सिस्टम में वापस आ जाता है। यह तकनीक उच्च तापमान वाले वातावरण में भी प्रभावी रूप से कार्य करती है और ऊर्जा दक्षता को और अधिक बढ़ाती है।

इमर्शन कूलिंग के कई महत्वपूर्ण लाभ हैं, जो इसे आधुनिक कंप्यूटिंग की दुनिया में एक क्रांतिकारी तकनीक बनाते हैं। सबसे पहला और प्रमुख लाभ ऊर्जा की बचत है। इमर्शन कूलिंग पारंपरिक एयर कूलिंग की तुलना में 30 से 50 प्रतिशत कम ऊर्जा का उपयोग करती है, जिससे बिजली की लागत में भारी कमी आती है। बड़े डेटा केंद्रों के संचालन में बिजली खर्च सबसे बड़ी समस्या होती है, और यह तकनीक इस समस्या को प्रभावी रूप से हल करती है। इसके अतिरिक्त, इमर्शन कूलिंग सिस्टम में हार्डवेयर सीधे ठंडे तरल में डूबे रहते हैं, जिससे अत्यधिक गर्मी को तुरंत अवशोषित कर लिया जाता है और सिस्टम की कार्यक्षमता में सुधार होता है। यह पंखों और अन्य चलने वाले हिस्सों की आवश्यकता को समाप्त करता है, जिससे शोर में कमी आती है और रखरखाव की लागत कम होती है।

सुपर कंप्यूटर, आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस और क्लाउड कंप्यूटिंग के विकास के साथ, इमर्शन कूलिंग का महत्व और अधिक बढ़ गया है। यह तकनीक अत्यधिक शक्ति खपत वाले सर्वरों और डेटा केंद्रों के लिए विशेष रूप से उपयोगी साबित हुई है। क्लाउड सेवा प्रदाता, जैसे कि गूगल, माइक्रोसॉफ्ट और अमेज़न, इस तकनीक को अपनाने की दिशा में कार्य कर रहे हैं, ताकि उनके डेटा केंद्रों की ऊर्जा खपत को कम किया जा सके और उनकी संचालन लागत को कम किया जा सके।

क्रिप्टोकरंसी माइनिंग उद्योग में भी इमर्शन कूलिंग को व्यापक रूप से अपनाया जा रहा है। क्रिप्टोकरंसी माइनिंग अत्यधिक ऊर्जा-गहन प्रक्रिया है, जिसमें बड़े पैमाने पर कंप्यूटर सिस्टम लगातार गणनाएँ करते हैं और भारी मात्रा में गर्मी उत्पन्न करते हैं। इमर्शन कूलिंग इस गर्मी को प्रभावी रूप से हटाने में मदद करती है, जिससे हार्डवेयर की उम्र बढ़ती है और संचालन की लागत कम होती है।

इमर्शन कूलिंग तकनीक के पर्यावरणीय लाभ भी उल्लेखनीय हैं। डेटा केंद्रों और अन्य तकनीकी बुनियादी ढांचों से उत्पन्न कार्बन उत्सर्जन को कम करने के लिए यह एक आदर्श समाधान बन सकता है। पारंपरिक एयर कूलिंग प्रणालियाँ बड़ी मात्रा में बिजली की खपत करती हैं और वातावरण में गर्मी छोड़ती हैं, जिससे जलवायु परिवर्तन पर प्रतिकूल प्रभाव पड़ता है। इसके विपरीत, इमर्शन कूलिंग प्रणाली ऊर्जा की बचत के साथ कार्बन फुटप्रिंट को भी कम करती है। इसके परिणामस्वरूप, भविष्य में इसे ₹ग्रीन डेटा सेंटर₹ की अवधारणा के तहत व्यापक रूप से अपनाया जा सकता है, जिससे टिकाऊ तकनीकी अवसंरचना का निर्माण किया जा सकेगा।

भविष्य में, इमर्शन कूलिंग तकनीक के और अधिक परिष्कृत संस्करण विकसित किए जाने की संभावना है। मशीन लर्निंग और आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस की सहायता से स्मार्ट कूलिंग सिस्टम बनाए जा सकते हैं, जो तापमान को स्वचालित रूप से नियंत्रित कर सकें और ऊर्जा खपत को न्यूनतम स्तर तक सीमित कर सकें। इसके अलावा, शोधकर्ता नई प्रकार की डाईइलेक्ट्रिक तरल पदार्थ विकसित करने पर काम कर रहे हैं, जो अधिक तापीय क्षमता वाले हों और पुनः उपयोग किए जा सकें। इमर्शन कूलिंग का उपयोग केवल कंप्यूटर हार्डवेयर तक सीमित नहीं रहेगा, बल्कि भविष्य में इसे अन्य क्षेत्रों में भी लागू किया जा सकता है। उदाहरण के लिए, इलेक्ट्रिक वाहनों में बैटरी शीतलन के लिए इस तकनीक का उपयोग किया जा सकता है, जिससे बैटरी की दक्षता और जीवनकाल में सुधार होगा। इसी तरह, औद्योगिक उपकरणों और ऊर्जा उत्पादन प्रणालियों में भी इस तकनीक को अपनाया जा सकता है, जिससे उनकी कार्यक्षमता और स्थिरता में वृद्धि होगी।

संक्षेप में, इमर्शन कूलिंग तकनीक कंप्यूटिंग और डेटा केंद्रों की दुनिया में एक क्रांतिकारी बदलाव ला रही है। यह न केवल ऊर्जा दक्षता को बढ़ाने और हार्डवेयर की कार्यक्षमता में सुधार करने में मदद करती है, बल्कि पर्यावरण के अनुकूल भी है। बढ़ती ऊर्जा आवश्यकताओं और जलवायु परिवर्तन के प्रभावों को ध्यान में रखते हुए, इस तकनीक को भविष्य में और अधिक व्यापक रूप से अपनाया जाएगा। इससे डेटा केंद्रों की दक्षता में सुधार होगा, संचालन लागत में कमी आएगी और वैश्विक स्तर पर तकनीकी विकास को नया आयाम मिलेगा। इमर्शन कूलिंग न केवल वर्तमान तकनीकी आवश्यकताओं को पूरा कर रही है, बल्कि भविष्य की कंप्यूटिंग जरूरतों के लिए भी एक मजबूत आधार तैयार कर रही है।

विलुप्त हो रहे दिप-दिप करते जुगनू

गौरीशंकर वैश्य विनम्र

लखनऊ

दुनिया में अलग-अलग प्रकार के अनेक जीव-जन्तु हैं। प्रत्येक की अपनी विशेषता होती है। कुछ जीव गाँव और शहर दोनों स्थानों पर दिखते हैं, तो कुछ जीव केवल गाँव और झाड़ी-जंगलों में दिखाई देते हैं। ऐसे ही जीवों में हम सभी का जाना-पहचाना एक कीट है जुगनू (लाइटिंग बग या फायरफ्लाई)।

जुगनू नर्म और नम क्षेत्रों में पाए जाते हैं। वे ऊष्णकटिबंधीय क्षेत्रों के साथ स्थानों में भी पनपते हैं। वे झीलों, नदियों, मैदानों और तालाबों के पास जंगलों, खेतों और दलदलों में पनपते हैं।

एक समय था,जब गाँवों में किसी प्राकृतिक जगह पर बड़ी आसानी से जुगनुओं का पूरा झुंड का झुंड देखने को मिल जाता था। आसपास झाड़ियों में रात में दिप - दिप करते जुगनू सबके मन में सहज ही कुतूहल पैदा कर देते थे, किन्तु अब जैसे सब बीते दिनों की बातें हो गई हैं।

पर्यावरण प्रदूषण का प्रभाव सम्पूर्ण प्रकृति पर पड़ रहा है, इसलिए जुगनू भी अब कभी-कभी ही दिखते हैं। अब जुगनू कीट दुनियाभर में लगभग विलुप्तप्राय की श्रेणी में आ चुके हैं। इन्हें प्रकृति ने चमकने की कला दी है, जिसके पीछे अपना कारण और विज्ञान होता है। ये किसी बिजली के नन्हें बल्ब की तरह जलते- बुझते रहते हैं। लोगों को,विशेषतः बच्चों को इन्हें दिप - दिप करते हुए देखना अधिक पसंद है।

दुनिया में जुगनुओं की लगभग 2000 प्रजातियाँ हैं। चिन्ता की बात है कि अब वे लगातार गायब हो रहे हैं। ऐसा इसलिए है कि हमारा वातावरण तेजी से बदल रहा है और यह जुगनुओं के अस्तित्व के लिए ठीक नहीं है। आपको यह जानकर आश्चर्य होगा कि दुनियाभर में जितने भी कीट-पतंगे हैं, उनमें जुगनुओं की भागीदारी लगभग 40 प्रतिशत है

क्यों चमकते हैं जुगनू

वैज्ञानिकों के शोध के अनुसार, जुगनू हमारे ग्रह पर डायनासोर के युग से हैं। ये विचित्र कीट हैं, क्योंकि इनके पेट में प्रकाश उत्पन्न करने वाला अंग होता है। जुगनू अपने पेट में ल्यूसिफेरिन नामक प्रोटीन के कारण चमकता है। ल्युसिफेरिन नामक एंजाइम और मैग्नीशियम आयनों 'एडेनोसिन ट्राइफॉस्फेट' नामक रसायन

जब कोशिकाओं से आक्सीजन ग्रहण करते हैं,तो एक रासायनिक अभिक्रिया होती है और जुगनू चमकने लगते हैं। इस प्रक्रिया को 'बायोल्यूमिनीसेंस' कहते हैं। इस प्रकाश में गर्मी न के बराबर होती है। रासायनिक अभिक्रिया की लगभग 100 प्रतिशत ऊर्जा प्रकाश बन जाती है।

जुगनू और दीप्तकीट कोलियोप्टेरा संघ के लैंपिरिडी परिवार के जीव हैं। यह ग्रीक शब्द 'लैम्पेन' से आया है, जिसका अर्थ है - चमकना। ये वास्तव में भृंग हैं। दीप्तकीट (ग्लो वर्म) एक पंखहीन कृमि जैसी प्रौढ़ मादा या लार्वे होते हैं। जुगनू बहुत छोटे और पंखयुक्त नर होते हैं। ये दोनों भारत के अलग - अलग भागों में पाए जाते हैं, किन्तु नम ऋतु में मैदानों में, विशेष रूप से छोटी-छोटी पहाड़ियों वाले नम क्षेत्रों में बहुत होते हैं। ये अंटार्कटिका को छोड़कर सभी महाद्वीपों में ये पाए जाते हैं। इन्हें हिन्दी में 'जुगनू,', संस्कृत में 'खद्योत ', बंगाली में 'जोनाकी पीका' और असमिया में 'जोनाकी पोरुआ' कहा जाता है।

चमकने का प्रयोजन

जुगनू से निकलने वाला प्रकाश फीका, हरापन लिए हुए कुछ सफेद , पीला और लाल रंग से मिश्रित होता है। स्विच खोलते ही प्रकाश तेजी से फैल जाता है, किन्तु स्विच बंद किए जाने पर अपेक्षाकृत धीरे-धीरे मंद होता हुआ मिटता है। यह रात्रिचर प्राणी है।जुगनुओं का यह व्यवहार बताता है कि उनकी हर चमक अपने 'साथी 'को तलाशने और आकर्षित करने के लिए प्रकाशीय संकेत होता है। ये रात में भोजन की तलाश में भी चमकते हैं। नर और मादा की शारीरिक बनावट में अंतर होता है। नर जुगनू के शरीर पर दो पंख होते है, इसलिए वे उड़ते हुए चमकते हैं। मादा जुगनू के शरीर पर पंख नहीं होते, इसलिए वे एक ही स्थान पर चमकते रहते हैं। जुगनू के अंडे भी चमकते हैं, लेकिन दिन के समय अधिक प्रकाश होने के कारण हम देख नहीं सकते।

जुगनू अपनी रक्षा करने में स्वयं सक्षम

इनकी चमक से आकर्षित होकर छिपकली जैसे जीव इन पर आक्रमण करते हैं। तो ये रक्त की बूँदें उत्पन्न करते हैं। इसके रक्त में ल्युसिबुफैगिन्स नामक एक रक्षात्मक स्टेरॉयड होता है,जो संभावित शिकारियों के लिए उन्हें अप्रिय बनाता है। एक बार जब शिकारी उन्हें काट लेते हैं, तो वे अप्रिय स्वाद को जुगनू की चमक से जोड़ देते हैं और वे बिजली के कीड़ों पर हमला करने से बचते हैं।

स्वस्थ पर्यावरण का संकेत हैं जुगनू

ये तारों की भाँति टिमटिमाते नन्हें जीव स्वस्थ जीवन का संकेत देते हैं। यदि ये जीव आपके आसपास रह रहे हैं,तो समझ लेना चाहिए कि जहाँ आप रह रहे हैं, वहाँ का वातावरण जीने योग्य है। वस्तुतः जुगनू बदलते वातावरण के प्रति बहुत अधिक संवेदनशील होते हैं। यह जीव वहीं जीवित रह सकते हैं, जहाँ शुद्ध वातावरण हो , भूमि कीटनाशकों के प्रभाव से मुक्त हो, प्रकाश प्रदूषण से मुक्त हो और पानी में विषैले रसायनों का मिश्रण न हो। इस प्रकार ये छोटे से जीव हमें कैंसर जैसी मृत्युदायक बीमारी से भी बचा सकते हैं।

वर्ष 2015 में नेचर कम्युनिकेशन में एक लेख प्रकाशित हुआ था, जिसमें कहा गया था कि स्विट्जरलैंड के कुछ वैज्ञानिकों ने जुगनुओं को चमकने में मदद करने वाले प्रोटीन को एक केमिकल में मिलाकर जब इस मिश्रण को एक ट्यूमर वाली कोशिका से जोड़ा गया, तो वह चमक उठा।

जुगनू से संबंधित कुछ रोचक तथ्य

जुगनू के लार्वा मांसाहारी होते हैं। यह मृदु घोंघों को खाता है और प्रतिदिन लगभग आधा दर्जन घोंघे चट कर जाता है। घोंघे को अपनी टांगों से मजबूती से पकड़ कर दीप्तकीट इसके पीठ पर चढ़ जाता है और इसके मांस को टुकड़े - टुकड़े करके भक्षण करता है। ऐसा करते समय वह अपना प्रकाश बंद रखता है। ये कीड़े, स्लग और मच्छरों को भी खाते हैं। ये कीड़ों को सुन्न करने वाले रसायन का इंजेक्शन लगाकर खाते हैं। कुछ वयस्क जुगनू फूलों का पराग खाते हैं तथा कुछ वयस्क दूसरे जुगनू को खाते हैं। दीप्तकीट जमीन पर होते हैं, जबकि जुगनू पेड़ों पर इस प्रकार उड़ते हैं, जैसे रात को आकाश में असंख्य तारे जगमगाते हैं।

कोटुरिस मादा जुगनू दूसरे प्रजाति के नर जुगनू को खाना पसंद करती हैं। यदि कोई जुगनू पालना चाहे,तो उसे चीनी, पानी और फूल खिला सकता है।

जुगनुओं के बड़े समूह कभी-कभी एक साथ या एक समय ही पलकें झपकाते हैं। जुगनुओं का औषधीय और वैज्ञानिक महत्व भी जुगनुओं से प्राप्त रसायनों को रोगग्रस्त कोशिकाओं में इंजेक्ट किया जाता है, तो वे कोशिकाओं में होने वाले परिवर्तनों का पता लगा सकते हैं, जिनका उपयोग कैंसर से लेकर मांसपेशियों की दुर्बलता तक कई बीमारियों का अध्ययन करने के लिए किया जाता है।

जुगनू के रसायनों से बने इलेक्ट्रॉनिक डिटेक्टरों को अंतरिक्ष यान में लगाया जाता है, जिससे बाहरी अंतरिक्ष में जीवन का पता लगाया जा सके, साथ ही धरती पर खाद्य - पदार्थों की खराबी और बैक्टीरिया के संक्रमण का भी पता लगाया जा सके।

मानव बन गया है इनका शत्रु

देहरादून स्थित वाइल्ड लाइफ इंस्टीट्यूट आफ इंडिया (डब्ल्यूआईआई) में वरिष्ठ वैज्ञानिक रहे वी. पी. उनियाल के अनुसार- "मैंने डब्ल्यूआईआई परिसर में जुगनुओं की आबादी को तेजी से घटते हुए देखा है। "आज यह स्पष्ट है कि बहुत से स्थानों से जुगनू गायब हो चुके हैं। जुगनुओं की संख्या कई कारणों से कम हो रही है।

इनमें बढ़ता शहरीकरण एक प्रमुख कारण हो सकता है।

गाँव में तेजी से पेड़ कट रहे हैं, जिन क्षेत्रों में कभी घास और झाड़ियाँ उगा करती थीं, उन्हें अब तेजी से साफ किया जा रहा है। यह जुगनुओं का घर था।वर्ष 2018 में इकोलॉजी एंड इवोल्यूशन की एक रिपोर्ट प्रकाशित हुई थी, जिसमें बताया गया था कि प्रकाश प्रदूषण के कारण जुगनू रास्ता भटक रहे हैं, यहाँ तक कि वे इससे अंधे तक हो सकते हैं। वे एक-दूसरे का प्रकाश नहीं देख पाते। इससे अप्रत्यक्ष रूप से उनका जैविक चक्र प्रभावित होता है, क्योंकि ऐसी स्थिति में वे अपना साथी नहीं खोज पाते। वास्तव में घने पेड़ और झाड़ियाँ इन्हें प्रकाश प्रदूषण से बचाती हैं, जो लगातार काटने से घट रहे हैं। खेतों में कीटनाशकों के अंधाधुंध प्रयोग ने भी जुगनुओं के अस्तित्व के सम्मुख संकट खड़ा कर दिया है। जुगनू अपने जीवन का बड़ा हिस्सा लार्वा के रूप में जमीन, जमीन के नीचे या पानी में बिताते हैं। यहाँ उन्हें कीटनाशकों का खतरा रहता है और इसी के साथ समाप्त हो रहा है सितारों की तरह धरती पर जगमग करने वाले जुगनुओं का संसार।

परागण पर पड़ा है दुष्प्रभाव

जुगनू जलवायु परिवर्तन का संकेत देते हैं। ये प्रकृति - मित्र भी कहे जा सकते हैं, क्योंकि ये परागण प्रक्रिया में भी सहायक हैं। पर्यावरण अध्ययन संबंधित रिपोर्ट बताती हैं कि वैश्विक स्तर पर जलवायु की स्थितियाँ बदलने के कारण जुगनुओं के प्राकृतिक आवास सिकुड़ रहे हैं और इनकी वृद्धि कम हो रही हैं। वसंत ऋतु में जुगनुओं का बाहुल्य होता था, किन्तु वर्ष 2016 में साइंस में प्रकाशित एक 12 वर्षीय अध्ययन बताता है कि जलवायु परिवर्तन के कारण अब वसंत ऋतु के गर्म होने से जुगनू नहीं दिखाई पड़ रहे हैं। जुगनू ऐसे समय गायब हो रहे हैं, जब दुनियाभर में कीट - पतंगों की संख्या काफी घट चुकी है। इससे एक तरफ परागण में कमी का खतरा उत्पन्न हो गया है, दूसरी ओर फसलों को नुकसान पहुंचाने वाले कीटों की संख्या में वृद्धि होगी, इससे खाद्य - असुरक्षा और फलों के कम उत्पादन की स्थिति का सामना करना पड़ सकता है।

कीट - पतंगों को विलुप्त होने से बचाने के लिए खोजना होगा समाधान

'नेचर क्लाइमेट चेंज ' में प्रकाशित एक शोध के अनुसार, आने वाले 50 से 100 वर्षों में पृथ्वी पर मौजूद तमाम कीट - पतंगों की 65 प्रतिशत संख्या विलुप्त हो सकती है। इस शोध में बताया गया कि सब कुछ तेजी से बदलते जलवायु के कारण हो रहा है। गंभीर जलवायु परिवर्तन के कारण ऊष्मीय दबाव बढ़ रहा है, जिससे कीट - पतंगों की संख्या स्थिर हो रही है और इससे इनके विलुप्त होने के खतरे और भी बढ़ गए है। अतः जलवायु परिवर्तन और पर्यावरण प्रदूषण को सुधारने के लिए सम्पूर्ण विश्व को मिलजुल कर जुटना होगा। इसमें और विलम्ब करना समस्त मानव जाति के लिए घातक होगा।

गैर-पेन्शनभोगियो को आय पर टैक्स छूट नहीं देना कहाँ तक उचित

गोवर्धन दास बिन्नाणी 'राजा बाबू'
बीकानेर

गैर-पेंशनभोगी वरिष्ठ नागरिकों की संख्या लगातार बढ़ रही है, और उनके जीवनयापन की कठिनाइयाँ भी बढ़ती जा रही हैं। इनके लिए आवास का किराया, दैनिक खर्च और बचत पर निर्भरता आर्थिक बोझ बन चुकी है। सरकार द्वारा 12 लाख तक की आय पर कर छूट दी गई है, लेकिन इसका लाभ इन्हें नहीं मिल रहा। इसके विपरीत, यदि ये अपनी बचत में से कुछ बेचते हैं, तो उस पर कर देना पड़ता है, जिससे उनकी आर्थिक स्थिति और दयनीय हो रही है। इनमें से अधिकतर न तो राजनेताओं तक अपनी बात पहुँचा सकते हैं, न ही प्रदर्शन कर सकते हैं। सरकार को चाहिए कि वह इन वरिष्ठ नागरिकों की समस्या को समझे और उनके लिए कर राहत की व्यवस्था करे।

हम वरिष्ठों को तीन श्रेणी है –

१) पहली श्रेणी में वो वरिष्ठ आते हैं जिन्हें अच्छी-खासी पेन्शन मिलती है

२) दूसरी श्रेणी में वे वरिष्ठ हैं जिन्हें नाममात्र की पेन्शन मिलती है

जबकि ३) तीसरी श्रेणी में वे वरिष्ठ हैं जिन्हें पेन्शन नहीं मिलती। और इन तीसरी श्रेणी वालों की तादाद दिन प्रतिदिन बढ़ती जा रही है। हम वरिष्ठ लोग जब मिलते हैं तब विशेषकर दूसरी व तीसरी श्रेणी वालों के ललाट पर, बात व्यवहार में चिन्ता स्पष्ट झलकती है। उसका मुख्य कारण है आज तक हर बार बजट में इन श्रेणी वाले वरिष्ठों के प्रति सरकार का उपेक्षित व्यवहार।

इस बार बजट में भी सरकार ने बारह लाख आय पर टैक्स छूट की जो सीमा तय की है उसमें ये दूसरी व तीसरी श्रेणी वाले नहीं आते। इनकी यदि आय टोटल बारह लाख है तो उसमें जो अल्पावधि हो या दीर्घकालीन पूंजीगत लाभ होगा तो वे कर मुक्त नहीं माने जायेंगे । जबकि इनको तो अपने बचत में से घर चलाने के लिये शेयर या म्युचुअल फंड वगैरह में से कुछ न् कुछ बेचना पड़ता ही है और हर बार की तरह इस बार भी बजट अनुसार उस पर होने वाली आय पर टैक्स चुकाना पड़ेगा। इस तरह इन श्रेणी वालों को दोहरी मार से काफी नुकसान हो चुका है और ऐसे ही चलता रहा तो प्रभु जानें आगे क्या होगा।

दूसरी व तीसरी श्रेणी वालों को दोहरी मार झेलनी पड़ती है। इस श्रेणी में बहुतायत को रहने के लिये फ्लैट का भाड़ा चुकाने के अलावा जीविका चलाने के लिये बचत में से जुगाड़ करना पड़ता है। और जैसा आप सभी जानते ही हैं इसलिये महँगाई के बारे में कुछ भी जताने की आवश्यकता नहीं है। इससे स्पष्ट है कि इन श्रेणी वाले वरिष्ठों की बचत में जो छीजत होती रहती है वह आत्मा को चुभती है, जिससे दिन-प्रतिदिन इनकी चिन्ता में इजाफा ही होता है।

आवश्यकता इस बात की है कि सरकार इन दूसरी व तीसरी श्रेणी वालों का दर्द व समस्या को समझें। इन्हें भी सभी स्तोत्रों से प्राप्त बारह लाख आय पर टैक्स छूट राहत प्रदान करे।

ध्यान रखें ये दूसरी व तीसरी श्रेणी वाले सब तरह से असक्त हैं। इनकी पहुँच भी बड़े-बड़े राजनेताओं तक नहीं है। इसके अलावा अपनी माँगों के लिये ये सड़क पर भी नहीं उतर सकते क्योंकि इनमें न तो ताकत है और न ही इनके पास साधन। इनमें से अधिकांश तो सड़क पर उतरकर प्रदर्शन कर दूसरों को परेशानी में डालने को उचित भी नहीं मानते क्योंकि जनता का तो कोई दोष है ही नहीं तो फिर जनता को परेशान क्यों किया जाय।

हम दूसरी व तीसरी श्रेणी वाले तो सरकार का ध्यान आकर्षित करने के लिये पत्र लिख सकते हैं। समाचार के लिये अखबार वालों को लिख भेजेंगे। लेकिन ध्यान रखें हम आर्थिक युग में रह रहे हैं अतः बहुत कम अखबार वाले हम दूसरी व तीसरी श्रेणी वाले वरिष्ठों की आवाज को जगह देते हैं।

हम सभी का मानना है की व्यवस्था से लड़ने की बजाय सुधार के लिये जितना प्रयत्नशील हो सकें, प्रयत्न करते रहें। सात वर्ष की उम्र से पिताजी ने व्यवहारिक पढ़ाई रोजाना बैंक ले जाकर शुरू करायी जो आज तक चालू है अर्थात आज भी अपने अनुभव वृद्धि करने की चेष्टा चल रही है। इसी सिद्धान्त को अपनाते हुवे,अपने दायित्व को समझ, अपने अनुभव के आधार पर अनेक आर्थिक मामलों में समय-समय पर सुझाव प्रेषित भी करता रहा हूँ।

आशा है हमारी बात प्रधानमन्त्री जी तक पहुँचेगी ताकि समय रहते समस्या का उचित समाधान हो जाय।

स्वर्ग समान राष्ट्रपति भवन अमृत उद्यान

सीताराम गुप्ता
पीतमपुरा, (दिल्ली)

वसंत ऋतु के आगमन के साथ ही नई दिल्ली के राष्ट्रपति भवन स्थित मुग़ल गार्डन अथवा अमृत उद्यान के खुलने की प्रतीक्षा समाप्त हो जाती है। वर्ष 2023 में इसका नाम बदलकर मुग़ल गार्डन से अमृत उद्यान कर दिया गया था। इस साल भी दो फरवरी 2025 से आकर्षक अमृत उद्यान आम दर्शकों के लिए खोल दिया गया है जहाँ 30 मार्च 2025 तक आप इसके अद्वितीय सौंदर्य को निहारने का आनंद उठा सकते हैं। हर साल की तरह ही इस बार भी यहाँ हज़ारों प्रकार के फूलों के पौधे, दूसरे पेड़, जड़ी-बूटियाँ, केक्टस व बोनसाई पौधे पुष्प-प्रेमियों व अन्य दर्शकों का स्वागत करने को तैयार हैं। इस वर्ष एक दो सौ साल से भी अधिक पुराने पिलखन के पेड़ के पास एक पुष्पघड़ी और एक छात्र गतिविधि क्षेत्र के अतिरिक्त अन्य कई प्रमुख आकर्षण भी हैं। यदि आपने इसे पहले भी देखा है तो भी इसके नए रूप को निहारने के लिए क्यों न एक बार फिर से भव्य अमृत उद्यान देखने का कार्यक्रम बना लिया जाए?

कश्मीर के सम्मोहक नैसर्गिक सौंदर्य को देख कर फ़ारसी के एक शायर ने कहा थाः

अगर फ़िर्दौस बरूएज़मीन अस्त,
हमीनस्तो हमीनस्तो हमीनस्त।

अर्थात् अगर धरती पर कहीं स्वर्ग है तो यहीं पर है, यहीं पर है और यहीं पर है। वास्तव में कश्मीर को धरती का स्वर्ग कहा जा सकता है और इस स्वर्ग के प्राकृतिक सौंदर्य को और अधिक उभारने में मनुष्य ने भी कोई कसर नहीं रख छोड़ी विशेष कर मुग़ल बादशाहों ने जिन्होंने श्रीनगर के पास डल झील के किनारे पहाड़ी ढलानों पर शालीमार और निशात जैसे ख़ूबसूरत सीढ़ीनुमा बाग़ लगवाए। ऐसे सुंदर हैं ये बाग़ कि स्वर्ग भी इनसे ईर्ष्या करने लगे। तभी तो 'इक़बाल' साहब ने ऐसे सुंदर बाग़ों से युक्त स्वर्गतुल्य भारतभूमि के विषय में कहा हैः गोदी में खेलती हैं इसके हज़ारों नदियाँ, गुलशन है जिनके दम से रश्के-जिनाँ हमारा।

मुग़ल बादशाहों को बाग़ लगवाने का बड़ा शौक था। उन्होंने न केवल स्वर्गतुल्य कश्मीर घाटी में बड़े-बड़े बाग़ लगवाए अपितु लाहौर व तत्कालीन राजधानी आगरा और दिल्ली में भी बहुत से बाग़ लगवाए। उन्होंने जितने भी क़िले बनवाए उन सब के अंदर भी ख़ूबसूरत बाग़-बग़ीचे लगवाए और इन्हीं मुग़लकालीन बाग़-बग़ीचों से प्रेरणा लेकर नई दिल्ली के प्रमुख वास्तुकार सर एडविन ल्यूटियंस ने राष्ट्रपति भवन (तत्कालीन वायसराय हाउस) में भी एक उद्यान बनवाया जिसे पहले मुग़ल गार्डन और अब अमृत उद्यान के नाम से जाना जाता है। राष्ट्रपति भवन परिसर में निर्मित अमृत उद्यान में भी मुग़ल बादशाहों द्वारा बनवाए गए बाग़ों की तरह ही सुंदर तालाब व नहरें बनी हुई हैं तथा अनेकानेक फव्वारे लगे हुए हैं। रायसीना पहाड़ी पर बना ये उद्यान भी कमोबेश सीढ़ीनुमा बाग़ का अहसास कराने में सक्षम है। वैसे तो अमृत उद्यान में सारे वर्ष ही रंग-बिरंगे फूलों की बहार रहती है लेकिन वसंत के आगमन के साथ इसका सौंदर्य कुछ अधिक ही बढ़ जाता है और तब फरवरी-मार्च के महीनों में यह आम दर्शकों के लिए खोल दिया जाता है जिसे देखने के लिए न सिर्फ़ दिल्लीवासी ही पहुँचते हैं अपितु देश भर से असंख्य लोग इसे देखने के लिए आते हैं और इसके अप्रतिम सौंदर्य से अभिभूत होकर लौटते हैं। जो एक बार यहाँ आता है वह हर साल व बार-बार यहाँ आने को आतुर रहता है। पिछले वर्ष मैं स्वयं दो बार अमृत उद्यान देखने के लिए गया।

अमृत उद्यान लगभग तेरह एकड़ में फैला हुआ है। यह मुख्य रूप से रेक्टेंगुलर, लॉन्ग

तथा सर्कुलर गार्डन के रूप में बँटा हुआ है। मुख्य अमृत उद्यान में प्रवेश करने से पहले पर्यटकों को हर्बल गार्डन से होकर गुज़रना पड़ता है। हर्बल गार्डन में अनेक प्रकार की जड़ी-बूटियाँ जैसे ब्राह्मी, एलोयवेरा, सर्पगंधा, स्टीविया, तुलसी, शंखपुष्पी, मिंट, कैमोमाइल आदि विशेष रूप से लगाई गई हैं। यहाँ हर्बल गार्डन के अतिरिक्त आध्यात्मिक, औषधीय तथा जैव विविधता वाले बग़ीचों के साथ-साथ एक नक्षत्र गार्डन भी निर्मित किया गया है जहाँ हमारे सौरमंडल में उपस्थित सत्ताइस नक्षत्रों के गुणों से मेल खाते सत्ताइस पेड़ लगाए गए हैं जैसे महुआ, कदंब, पीपल, अर्जुन, बेलपत्र, जामुन आदि। इस वर्ष एक 225 वर्ष पुराना शीशम का पेड़ और अमृत उद्यान लोगो भी उद्यानोत्सव के मुख्य आकर्षणों में से है जो एक सेल्फ़ी पॉइंट के रूप में काम करेगा।

अमृत उद्यान का पहला भाग रेक्टेंगुलर अथवा आयताकार है। यह राष्ट्रपति भवन की मुख्य इमारत के पीछे की दीवार के बाद स्थित है। उद्यान के इस भाग में बाचों-बीच नहरें बनी हुई हैं तथा फव्वारे लगे हुए हैं। यहाँ सैकड़ों प्रकार के फूल लगे हुए हैं जिनमें कॉसमॉस, स्वीट विलियम, डहेलिया, लुपिन, एस्टर, साल्विया, जूनीपेर, बोगनविलिया, गुलाब आदि फूलों की अनेक प्रजातियाँ देखी जा सकती हैं। इसके अलावा मोगरा, रात की रानी, मोतिया, जूही, हरसिंगार, मौलश्री, चंपा, चमेली, रंगून क्रीपर आदि की झाड़ियाँ तथा पौधे व साइप्रस, चायना ऑरेंज आदि के ख़ूबसूरत छोटे-छोटे पेड़ लगे हुए हैं। पिछले कई वर्षों से ट्यूलिप के आकर्षक व रंग-बिरंगे फूल भी अमृत उद्यान के सौंदर्य में वृद्धि करते आ रहे हैं। इस वर्ष ट्यूलिप के कुछ पौधे नहीं अपितु ट्यूलिप का एक थीम गार्डन ही विकसित किया गया है।

अमृत उद्यान का दूसरा भाग लॉन्ग गार्डन है जो लंबाई में फैला हुआ है तथा ऊँची दीवारों से घिरा हुआ है। इसमें विशेष रूप से गुलाबों की क्यारियाँ बनी हैं। गुलाबों के अतिरिक्त यहाँ अनेक प्रकार के फूलों की टोकरियाँ भी

लटकती हुई देखी जा सकती हैं जिनमें पैंसी आदि के फूल प्रमुख रूप से देखे जा सकते हैं। चायना ऑरेंज के भी अनेक पौधे यहाँ लगे हुए हैं जिनके नीचे कई बार छोटे-छोटे फलों के ढेर लग जाते हैं। गार्डन का तीसरा भाग सर्कुलर गार्डन कहलाता है। सर्कुलर गार्डन को पर्ल या बटरफ्लाई गार्डन भी कहा जाता है। गोलाई के आकार में बना यह भाग रास्तों को छोड़कर चारों ओर फूलों की क्यारियों से घिरा है। सभी क्यारियाँ गोलाकार और सीढ़ीनुमा आकार में बनी हुई हैं। जिधर भी नज़र जाती है फूल ही फूल दिखलाई पड़ते हैं। साथ ही इसके बाचों-बीच ख़ूबसूरत फव्वारा भी बना है जो इसकी सुंदरता में चार चाँद लगा देता है।

मेन अमृत उद्यान में जिस फूल की सबसे ज़्यादा प्रजातियाँ देखी जा सकती हैं वो है गुलाब। यहाँ गुलाब की सैकड़ों प्रजातियाँ देखी जा सकती हैं जैसे ताजमहल, मोंटे जुमा, क्वीन एलिजाबेथ, किस ऑफ फायर, हैप्पीनेस, एफिल टावर, इंक स्पॉट, ग्लोरी, ऐश्वर्या, सेंटीमेंटल मेमोरियल डे, रेप्सोडाई इन ब्ल्यू, सेवन हेवन, वेल्विन गार्डन, ब्लैक रोज़, चायनामैन, टिंसटरमैन, सेंचुरी-टू , आइसबर्ग, शर्बत आदि। सफेद, लाल, गुलाबी, पीले, काले, नीले, नारंगी, हरे, जामुनी तथा अन्य कई आकर्षक रंगों व विभिन्न गंधों में यहाँ के गुलाब न केवल वसंत ऋतु में अपितु सारे साल आप का स्वागत करने को तत्पर रहते हैं। इस वर्ष दर्शक अथवा पर्यटक गुलाब की डबल डिलाइट, सेंटीमेंटल और कृष्णा नामक ख़ास क़िस्में भी देख सकेंगे।

ख़ूबसूरत अमृत उद्यान में विदेशी पेड़-पौधे और फूल भी कम नहीं हैं जिनमें एशियाटिक लिली, ओरियंटल लिली, डेफोडिल, तथा हॉलैंड से मंगवाए गए बल्ब के आकार के ट्यूलिप के फूलों के पौधे मुख्य रूप से सबको आकर्षित करते हैं। उद्यान की ख़ूबसूरती को और अधिक बढ़ाने के लिए यहाँ एक कैक्टस कॉर्नर भी बनाया गया है और विभिन्न पौधों की बोनसाई वैरायटी भी प्रदर्शित की जाती हैं। और सबसे बड़ी बात तो ये है कि इस उद्यान के रख-रखाव और इसकी सुंदरता को बनाए रखने के लिए सैकड़ों माली तथा अनेक बाग़बानी विशेषज्ञ यहाँ सारे साल लगे रहते हैं और इस पर लाखों रुपए का व्यय भी होता है। तो क्या सोच रहे हैं आप? क्यों न 30 मार्च 2025 को आम दर्शकों के लिए इसके बंद होने से पहले ही किसी दिन फिर से इसे देखने का कार्यक्रम बना ही लिया जाए?

आत्मकथा भाग दो : गोमती , तुम बहती रहना का अंश (10)

अभी इश्क के इंतिहा और भी हैं!

प्रफुल्ल कुमार त्रिपाठी
लखनऊ
लेखक आकाशवाणी से सेवानिवृत्त अधिकारी हैं।

लखनऊ-ढेर सारे सपनों को सच करने वाला शहर। एक से एक गुणी कलाकारों, लेखकों, शायरों, राजनीतिज्ञों, शतरंजी चालों का शहर। नवाबों की रईसी के तमाम किस्सों-कहानियों से अंटा पड़ा शहर। नाजुक मिजाजी भी यहाँ का दस्तूर है और सुंदरता? अजी जनाब, उसके क्या कहने!

लेकिन मैंने यह महसूस किया है कि अब यहाँ का समाज अपना मिजाज बदलता जा रहा है। "पहले आप" का जुमला अब "पहले मैं" में तब्दील होता नजर आ रहा है। मैंने तो अपने बाईस साल (वर्ष 2003 से 2025 तक) के प्रवास में ऐसा ही अनुभव किया है ।वैसे आकाशवाणी में जब मैंने ज्वाइन किया तभी इसका सिग्नल आ चुका था। मुझे संगीत विभाग की जिम्मेदारी दी गई तो मैंने देखा कि एक लंबे अरसे से अनेक कलाकारों को बुलाया नहीं जा रहा था। इसका कोई कारण समझ में नहीं आया। मैंने एक -एक कर पुराने गुणी कलाकारों से संपर्क साधना शुरू किया। आकाशवाणी की इस अनदेखी से केंद्र के वरिष्ठ कलाकार और सेवानिवृत्त संगीत संयोजक विनोद चटर्जी बेहद गुस्से में थे। उनका जन्म 8 जुलाई 1924 को सियालकोट में हुआ था। उन्होंने एच.एम.वी.,फिल्म डिवीजन और आकाशवाणी में वर्ष 1941 से संगीत संयोजन का काम करना शुरू कर दिया था।। मुझे भेजे एक पत्र में उन्होंने लिखा-"I can understand that the reason of being ignored by the authorities under whom I have given satisfactory & honest services was my good nature ... Now pardon me. Sir, I have no desire of continuing to the sad working condition prevailing at present." इस पत्र को पाकर स्वाभाविक है मैं भावुक हो उठा। मैंने तुरंत उनसे उनके घर पर जाकर मुलाकात की और उनको आश्वासन दिया कि मेरे कार्यकाल में उनको भरपूर सम्मान मिलेगा। आगे मैंने वैसा ही किया भी। सिर्फ़ उनको ही नहीं तमाम भुला दिए गए कलाकारों

को आकाशवाणी लखनऊ की मुख्य धारा से जोड़ा। कुछ नाम इस प्रकार थे- एच वसंत, उत्तम चटर्जी, केवल कुमार, निर्मला कुमारी, मनोहर स्वरूप, स्वपना रॉय, कमाल खान, मुक्ता चटर्जी, इकबाल अहमद सिद्दीकी, अग्निहोत्री बंधु, शोभित.. आदि। विनोद दादा की मैंने लगभग दो घंटे की आर्काइवल रिकार्डिंग भी कराई जिसमें उन्होंने अपने जीवन के ढेर सारे अनछुए पहलुओं को बताया था। उनकी स्मृतियों को कुरेद -कुरेद कर सामने लाने का काम किया था ऊर्मिल कुमार थपलियाल ने।

आपको यह जानकार आश्चर्य होगा कि विनोद दादा अपनी जवानी में इतने खूबसूरत थे कि जब वे बंबई की फिल्मी दुनियाँ में संघर्षरत थे तो उनका मीना कुमारी से बहुत ही निकट का संबंध हो गया था और उनके अनुसार उसी दौर के उभरते सिने कलाकार धर्मेन्द्र से मीना कुमारी की अंतरंगता उन्होंने ही कराई थी। यह रिकार्डिंग आज भी आकाशवाणी आर्काइव में सुरक्षित रखी है। विनोद दादा ने बेगम अख्तर के साथ बिताए दिनों के अपने अनुभव भी शेयर किये थे।

इधर मैं लखनऊ में सैटिल हो रहा था उधर गोरखपुर में मेरे परिजन अपना जीवन यथावत जी रहे थे। बडे भाई प्रोफेसर एस.सी. त्रिपाठी,विश्वविद्यालय के बाटनी विभाग में हेड हो चुके थे। छोटे भाई इलाहाबाद बैंक की सिविल लाइंस ब्रांच में मैनेजर हो गए थे और अब वे मेरी जगह अम्मा- पिताजी के बेहद करीब हो चले थे। पिताजी ने अब कचहरी और यूनिवर्सिटी जाना लगभग बंद कर दिया था और अब वे घर पर ही आनंद मार्गी साधकों के साथ सत्संग और लेखन में सम्बद्ध हो गए थे। मेरी डायरी के अनुसार उनकी लिखी पहली पुस्तक "तंत्र की रहस्यमय कथाएं-थारु का कुंआ "का 4 फरवरी 2005 को गोरखपुर के प्रेस क्लब में गोरक्ष पीठाधीश महंत श्री अवैद्य नाथ जी द्वारा विमोचन सम्पन्न हुआ था। उस समारोह की अध्यक्षता प्रोफेसर प्रभाशंकर पांडे ने की थी और विशिष्ट अतिथि थे प्रोफेसर माता प्रसाद त्रिपाठी। उन दिनों प्रकाशक प्रायःपुस्तकों का प्रकाशन अपनी शर्तों पर करते थे इसलिए बहुत मुश्किल से बकशीपुर के एक प्रकाशक को हैंडिल करना पड़ा और पुस्तक प्रकाशित हुई। इससे पिताजी बहुत प्रसन्न थे।

लखनऊ केंद्र पर मेरी यह दूसरी पोस्टिंग थी। इस बार मुझे लंबी पारी खेलनी थी और मैंने खेला भी। वर्ष 2003 से वर्ष 2013 तक नौकरी और निजी जीवन में अनेक उतार- चढ़ाव आते रहे। मेरे ट्रांसफर भी हुए। लेकिन मैं येन केन प्रकारेण डटा रहा। उन संघर्ष के दिनों को मैंने

अपणी डायरी में कुछ इन शब्दों मे उतारा था-

" नाम हमारा पीके त्रिपाठी, पता है गोरख धाम। शुरू कर रहे अपनी पारी, लेकर हरि का नाम।" मैंने आगे लिखा- "कभी हाशिए पर है जीना, कभी मर्सिया-मातम पढ़ना। डरे को डर से क्या है डरना, यहीं है जीना, यहीं है मरना।" इस बार मैंने सोच लिया था कि रिटायरमेंट से पहले मैं अपने रेडियो कार्यक्रम निर्माण के सभी सपनों को पंख दे दूंगा जिससे वे उड़ान भर सकें जो मुझे आजीवन संतुष्टि दे सके। उतार -चढ़ाव के साथ मेरे उच्च अधिकारियों ने मेरा साथ भी दिया और आज मैं दावे के साथ कहना चाहूँगा कि मैंने अपने सपनों को साकार भी कर लिया। केंद्र निदेशक और अपर महानिदेशक के रुप में केंद्र पर अपनी सेवाएं देने वाले डा. गुलाब चन्द ने मुझे भरपूर हौसला दिया जिनका मैं आभारी हूँ। कार्यालयीय प्रशासन संबंधी दायित्व निर्वाह करने में मुझे अनेक कठिनाइयाँ आईं जिनको हल करना आवश्यक था। विशेष रूप से अनुशासनहीन कर्मचारियों पर लगाम लगाने संबंधी। कार्यक्रम अधिकारी संगीत प्रशासनऔर केंद्र तथा ट्रांसमीटर के मुख्य सुरक्षा अधिकारी के रूप में मुझे कुछ बिगड़ैल वादक कलाकारों और सुरक्षा संतरियों के साथ पंगा भी लेना पड़ा लेकिन अंत में सफलता मुझे मिल ही गई।

एक टॉप ग्रेड के तबला वादक (पंडित मदन मोदन उपाध्याय) अपने आप को पे स्केल के आधार पर केंद्र निदेशक से भी स्वघोषित बड़ा अधिकारी मानकर उपस्थिति पंजिका में हस्ताक्षर नहीं करते थे और जब मन करता था आते थे अथवा नहीं आते थे। मेमो देने पर लड़ाई झगड़ा करने पर पर उतर आते थे। उनके साथ कुछ और भी कलाकार ऐसा ही करने लगे। इसी तरह कुछ सुरक्षा संतरी भी महीनी-महीनों कार्यालय से गायब रहते अथवा ड्यूटी पर शराब पीते थे। इनके साथ निपटना और भी मुश्किल था। लेकिन भगवान की कृपा और सीनियर्स के सहयोग से सब ठीक रहा। उन टॉप ग्रेड के तबला वादक को रिटायर होते समय लाखों रुपये की कटौती हुई क्योंकि उपस्थिति पंजिका में उनकी गैरहाजिरी दर्ज की जाती रही थी। ऐसा ही आर्थिक नुकसान कुछ सुरक्षा संतरियों को भी उठाना पड़ा। उपाध्याय और एक सुरक्षा संतरी ने तो ने मुझ पर प्रहार करने तक की कोशिश की थी।

जीवन का ऐसा ही रंग-ढंग होता है। कभी रक्ताभ तो कभी बासन्ती। आप अपने कर्तव्य पथ पर निष्ठा और समर्पण भाव से डटे रहेंगे तो इन अनुकूल या प्रतिकूल परिस्थितियों से कुछ भी बिगड़ने वाला नहीं है। जिगर मुरादाबादी के अनुसार "जो तूफ़ानों में पलते जा रहे हैं, वही दुनियाँ बदलते जा रहे हैं।" अपनी सेवाकाल से रिटायरमेंट तक मैंने अपने जीवन में ऐसे ही तूफ़ानों को झेला है और इन्हीं से गुजरते हुए अपनी कश्ती को पार लगाया है।

रेडियो में बिताए दिनों की याद अभी भी जीवंत हो उठती है। संगीत धीरे- धीरे मेरे कार्य के साथ मेरे मन आँगन में भी उतरता जा रहा था ।गीत संगीत में इतनी ताकत मैंने महसूस किये कि वे मेरे प्रेरक बनते चले गए। आज भी मैं अपनी तन्हाईयों में या खाली समय में कुछ न कुछ सुनता ही रहता हूँ यह दूसरी बात है कि इसके लिए पत्नी की गालियां भी खाता रहता हूँ। मैंने कुछ भक्ति गीत, देशभक्ति के गीत, प्रेम और विरह के गीत भी लिखे और उनको अपने सामने कम्पोज कराने के एक विशेष अनुभव से भी गुजरा। आप कल्पना कीजिए कि आपकी भावनाओं पर सवार होकर आपके मन को छूती लिखी गई कोई रचना जब संगीत के सुर, ताल, लय और वाद्य पर तैरती हुई एक नए रूप में सामने आती हो तो आपको कैसा लगेगा? आप झूम झूम उठेंगे। मेरे लिखे भजन–" हे मनमोहन मुरली वाले,आकर दरस दिखा जा रे। मेरे आकुल- व्याकुल मन को ज्ञान का मार्ग दिखा जा रे "को ढेर सारे कलाकरों ने पसंद किये और अपना स्वर प्रदान किया। एक और भजन जिसे सराहना मिली थी उसके बोल थे –" मन मोरे अब तो तजो कुसंग। काम,क्रोध,मद,लोभ सभी मिल, विरत कियो सत्संग।" संगीतकार केवल कुमार के आग्रह पर मैंने गोमती नदी की आरती भी लिखी जिसके बोल थे- "ऊं जय गोमा मैया, प्यारी जी गोमा मैया, धरती, वन और मन को मैया जीवन दान करो।"

एक और उल्लेखनीय गीत-"तार-तार हो रहा मनुज अब खतरे में अस्तित्व है, दिन पर दिन आवश्यक होता जाए विश्व बंधुत्व है।" इसी तरह सॉफ्टवेयर स्कीम में बनाए गए मेरे संगीतमय धारावाहिक "गदर के निशाँ "के टाइटिल सांग–"अभी भी हैं करते, वे किस्सा बयां, अभी भी है जिंदा गदर के निशाँ " ने भी उन दिनों खूब धूम मचाई थी। इसी तरह नव वर्ष 2007 पर मैंने लिखा- "साल तो चला गया, सवाल क्यों खड़ा रहा? गिना रहा उपलब्धियां, बवाल क्यों बना रहा? तप रहा जो माथा इंसानियत का आज तक, क्या बुखार उसका है आज, अब उतर रहा?..बो रहे हैं आम हम तो, बबूल क्यों निकल रहा?"व्यस्तता के बावजूद अपने युवावस्था का प्रेम कभी- कभी जब मन में उतर आता था तो डायरी के पन्नों पर कुछ ऐसी पंक्तियाँ भी लिख देता रहा-"जब जब तेरी याद सताए,रात गए तक नींद ना आए। मेरी नींद उड़ाने वाले ,जा तेरा काजल बह जाए।"(26 फरवरी,2009)

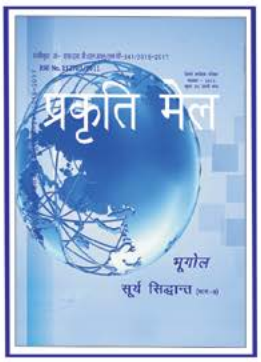
इस तरह पाठकों , आकाशवाणी की थाप पर मेरा थिरकना जारी रहा । वर्ष दर वर्ष बीतते रहे और अभी यह क्रम 31 अगस्त दो हजार तेरह तक चलना था ।जितनी ऊर्जा गोरखपुर की मिट्टी से मैंने अर्जित की थी उसी के बल पर अवध की इस सरजमीं पर मैं अपनी प्रतिभा का विकास करता जा रहा था ।

आकाशवाणी की सेवा के दौरान और उस कालखंड के अपने जीवन में आ रहे उतार चढ़ाव के लिए मैं इस बात को अच्छी तरह जानता था कि-

"अभी इश्क़ के इम्तिहा और भी हैं,
सितारों से आगे जहां और भी है।
तू शाही है परवाज़ है काम तेरा ,
तेरे सामने आसमां और भी हैं।"..

- (अल्लामां इक़बाल)

(क्रमशः)...



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

- अधीनता अधिकार नहीं, आवश्यकता की मजदूरी है। जो सिर्फ स्वतंत्रता को परतंत्रता में परिवर्तित कर देती है।
- किसी पीड़ित व्यक्ति को पीड़ा निरर्थक नहीं होती है बल्कि उसके आन्तरिक जमीन को उपजाऊ बनाने की क्रिया होती है जिस पर आगे सृजन होता है।
- मोह और प्रेमवश दुःखी होना और रोना ये अप्राकृतिक दुःख को बढ़ावा देता है।
- व्यक्ति अपने बाह्य और आंतरिक जगत से जुड़ता है। बाह्य जगत से वह निजी हित हेतु जुड़ता है। जिसकी पूर्ति होने या न होने की अवस्था में वह उससे दूरी बना लेता है। परन्तु अपने आन्तरिक जगत से हर दर्द के बाद भी जुड़े रहने की इच्छा बनी रहती है।
- समस्त जीव, पदार्थ से मिलकर ही प्रकृति का निर्माण होता है।
- पूर्व निर्धारित नियतबद्ध तरीके से कोई कार्य नहीं करना चाहिए, किसी परिस्थितिवश लिया गया तात्कालिक निर्णय आपराधिक नहीं होता है।
- किसी गलती की क्षमा नहीं होती हैं, वह गलती दुबारा न हो यही उसकी क्षमा है।
- घटना तो प्रकृति का प्रवाह है जिसकी गंध प्रकृति की वह ऊर्जा है जो बन जाते है जो बन जाने पर निकलती ही है यदि इसे रोका जाता है तो रोकने वाला प्रकृति विरोधी होता है।
- व्यक्ति अपने बाह्य और आंतरिक जगत से जुड़ता है। बाह्य जगत से वह अपने किसी निजी हित हेतु जुड़ता है, जिसकी पूर्ति होने या न होने की अवस्था में वह उससे दूरी बना लेता है, परन्तु अपने आंतरिक जगत से हर दर्द के बाद भी जुड़ा रहना चाहता है।
- आत्मा ज्योति रूप आध्यात्मिक विज्ञान है उसके द्वारा किया शरीर का विकास भौतिक विज्ञान है दोनो मिलकर अपने एहसास से गंध तरंग छोड़कर प्रकृति का विस्तार करते है। मानवता की सोच बनाकर मानवता की गन्ध तरंग बनाकर मानवता का विस्तार कर न्याय प्रिय बने ।
- जैसा हम दूसरों से चाहते है वैसी सोच व्यवहार दूसरों के लिए बनाना मानवता है।
- विचार से भाव और भाव से एहसास पैदा होता है, अच्छा विचार अपने अच्छे एहसास के लिए बनाये, प्रकृति को लाभ स्वतः मिल जायेगा
- अपना तो सिर्फ एहसास है जो खुद से पैदा होता है ।

कर्म बनाम कर्तव्य

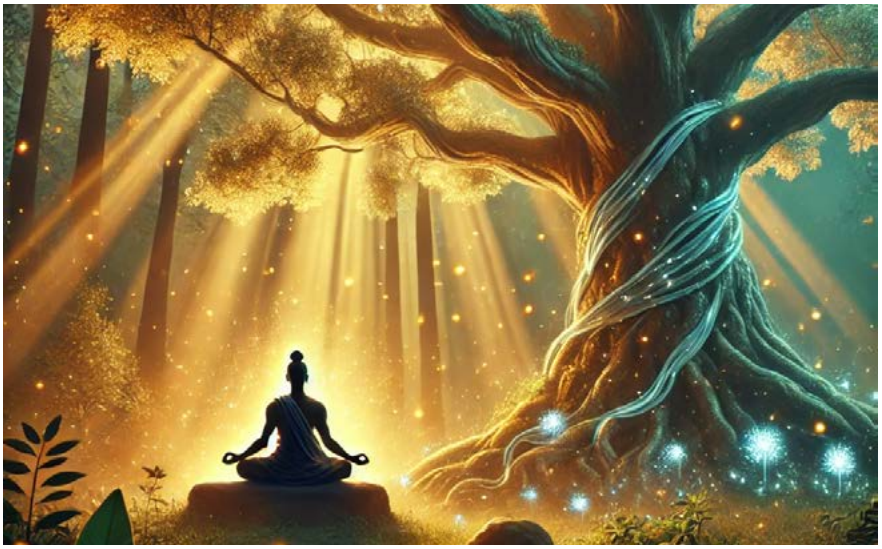
अशोक मानव

स्वभूमि सिद्धांत करने हेतु स्वबीजत्व निर्माण का रासायनिक योग कर्म है जो जीवन को सहज बनाने हेतु कर्तव्य बनकर अपने उद्देश्य को पूर्ण करता है।

" कर्म स्व निर्माण हेतु पूर्ति की इच्छा के आधार पर उसे पूरा करने का एक नाम है, तो कर्तव्य सामने घट रही क्रिया पर अपने स्व विवेक द्वारा न्यायिक निर्णय का सहयोग है। जिसे यह कह सकते हैं कि कर्म अपने लिए और कर्तव्य दूसरों के लिए किया गया कार्य है। "

मानव प्रकृति का सबसे बुद्धिजीवी प्राणी है पर अभी इसमें यह सवाल नहीं उत्पन्न हो रहा है कि मैं क्यों जन्म लेता हूं ? मेरी रचना से प्रकृति को क्या लाभ मिलता है ?शायद उसे लगता है कि मेरा जन्म सिर्फ परिवार चलाने और संसाधन इकट्ठा करने के लिए ही होता है, और उसमे वाली रुकावट के लिए सिर्फ ईश्वर (अपने ईष्ट) को कोसता है और अपने को न्यायिक बताकर कहता है कि मेरे साथ अन्याय हो रहा है। तुम कहां सो रहे हो ? "क्या वर्षा जब कृषि सुखानी" ,जब हम नहीं रहेंगे तो तुम आकर क्या करोगे। इस तरह का सवाल करते हुए अपने जीवन को पार कर जाता है। यह कभी सोच ही नहीं पाता है कि क्या मैं सिर्फ अपने हित के लिए आया हूं या प्रकृति की रचना में भी मेरा कोई सहयोग है। आज प्रकृति स्वयं मानव से यह सवाल कर रही है कि तुम अपने जीवन को सिर्फ अपने लिए सीमित करके जीवन जीने की परिभाषा नियत कानून न्याय प्रणाली स्थापित करके अपनी सीमा बना लिए हो, जो जाल बनकर तुम्हें ही घुटन में करके सीमित जीवन जीने के लिए मजबूर कर रही है। तुम्हारी इस सीमा से प्रकृति सीमित नहीं होती है। वह तो हर परिस्थिति में बेहतर तरीका बनाकर जीव को बाहर निकाल देती है। मानव द्वारा बिगड़ी गई इस व्यवस्था में उसे बाहर निकालने का बेहतर तरीका है "कर्म" अर्थात वह क्रिया जिसे करने की व्यक्ति के अंदर आंतरिक रचना से स्वतः करने की इच्छा उत्पन्न होना जिसे पूरा होने में रम जाए। (आनंद की अनुभूति करें) कर्म अंदर से उत्पन्न होने वाली इच्छा की पूर्ति है। जिसके पूरा होने से जो आनंद की अनुभूति होती है उससे शरीर में जो रासायनिक क्रिया होती है उससे बनने वाली ऊर्जा उस गुण के गंध को धारण कर ऊर्जा रूपी गुणात्मक प्रकाश के साथ निकल जाती है जो अपने गुण का फैलाव करने के लिए अपने गुणात्मक प्रकाश के साथ जुड़ते हुए अपने गुणों की सौर ऊर्जा बनाकर स्थाई रूप ले लेती है। जो अपने गुण को बढ़ाने के लिए अपने गुण से संबंधित जीव को उत्पन्न करने के लिए आत्मिक बीज का निर्माण करता है और उसके लिए प्राकृतिक वातावरण बनाने का कार्य करता है। कर्म से शरीर के अंदर बनने वाला पदार्थ उसी गुण के विज्ञान की गणित बनाकर जीवन रहते हुए उस गुण की ऊर्जा छोड़कर प्रकृति का सहयोग

करता है और शरीर छूटने के बाद इस गुण का विज्ञान धारण करके उसका पदार्थ अपने गुण से संबंधित गुण पदार्थ से जुड़कर प्रकृति में स्थाई रूप ले लेता है जो उस गुण के जीव का विकास करके उस गुण के जीव की उत्पत्ति करने में सहयोग करने लगता है। इसी क्रिया से प्रकृति का विकास होता है जिसमें मानव के अतिरिक्त सभी जीव का सहयोग होता है। अन्य जीव नियम कानून न बनाकर प्रकृति के अनुसार जीवन जीते हैं। जिसके कारण से उनका कर्म अपनी आवश्यकता पूर्ति तक ही सीमित होता है जिसे पूर्ण रूप से आनंद के साथ जीता है और प्रकृति का स्वाभाविक विकास करता है। मानव भी अपने जीवन विकास के लिए श्वसन क्रिया और भोजन से अपनी इच्छा पूर्ति का आनंद प्राप्त कर पाता है। यही उसके विकास की आवश्यकता है और इसी से वह प्रकृति का विकास करता है। इसके अतिरिक्त उसके द्वारा इकट्ठा संसाधन उसके किसी काम नहीं आता है सिर्फ उसके अहंकार को संतुष्ट करता है और दूसरों के काम आता है। संसाधन मानव जो इकट्ठा करता है यह सब उसके संसाधन है साध्य नहीं। साध्य है उसके द्वारा इस्तेमाल पदार्थ, जो उसके शुभ विचार और अच्छे विचार भाव में परिवर्तित होकर प्रकृति के लिए उस गुण का निर्माण करता है। इसी प्रकार प्रकृति की रचना का विस्तार होता है। यही मानव का कर्म है जो प्राकृतिक रूप से निश्चित है। अन्य क्रियाएं समाज द्वारा बनाई व्यवस्था का परिणाम है जो सिर्फ साधन है या यूं कह लें समय बिताने का बेहतर तरीका पर जब यह सरलता के साथ पूरा होता है तब। नहीं तो यह साधन सबसे बड़ी समस्या का कारण बन जाता है जो जीवन को दुरूह कर देता है और वर्तमान समय में मानव इसी साधन को जीवन का साध्य मान रहा है जो एक भ्रम है प्रकृति का सच नहीं। सच तो उसका कर्म है जो अपनी आवश्यकता पूर्ति तक ही में पूरा हो जाता है इसलिए कर्म अपनी आवश्यकता पूर्ति का नाम है जो अपने से शुरू होता है और अपने में ही विलीन हो जाता है इसकी रासायनिक क्रिया प्रकृति का निर्माण करती है। मानव प्रकृति में इच्छा रूपी ऊर्जा पैदा करने की मशीन है, जैसी इच्छा बनाता है उसका विकास करने हेतु जिस पदार्थ की



आवश्यकता पड़ती है, उसकी प्रवृत्ति मन में बन जाती है जो उस पदार्थ को अपने से धारण कर लेता है। उसे धारण करने के बाद यदि व्यक्ति उसी की सकारात्मक सोच बनाए रखते इस भाव में रहता है तो उसके शरीर में होने वाली रासायनिक क्रिया इस गुण की ऊर्जा पैदा करने लगती है जो वायुमंडल में फैल जाती है, और मानव ही एक ऐसा बुद्धिजीवी प्राणी है जो अपने कर्म से प्रकृति में जैसा चाहे वैसी ऊर्जा का विकास करके प्रकृति में उस गुण को बना सकता है, पर यह तो अभी साधनों को ही अपना साध्य मान बैठा है, अब वह समय आ गया है जिसमें व्यक्ति अपने कर्म को पहचान कर मानवतावादी विचार बनाकर अपने कर्म का उत्तरदायित्व पूरा करेगा तभी प्रकृति मानवतावादी हो जाएगी।

मानव एक सामाजिक प्राणी है जिसके कारण इसे अपने कर्तव्य का बोध होता है, अपने लिए कर्म एवं कर्तव्य दूसरों के लिए होता है। मानव के सामने जो घटनाएं घटती है, चाहे परिवार के लिए हो या पड़ोसी या समाज या अन्य कोई जीव या प्रकृति के लिए, उस समय व्यक्ति अपने मानसिक सोच के अनुसार न्यायिक रूप से अपना योगदान करता है पर वर्तमान समय में कर्तव्य भी व्यक्ति अपना आदर्शवाद स्थापित करने के लिए करता है, कर्म करते समय यही सोचता है कि फोटो खींचे ,लोग जाने, खुद बात कर दूसरों को जानकारी देता है जिससे उसकी पहचान अच्छे व्यक्ति में हो और इसे देखकर कुछ और लोग ठगने के लिए हमारे पास तक आ जाए। मैं और धनी बनकर अपने संसाधन को बढ़ाऊँ। कर्तव्य को अभिनय पूर्ण तरीके से पूरा करते हैं जो शरीर से शरीर का सहयोग कर जाता है पर भाव विहीन होने के कारण उस गंध की रश्मि नहीं बन पाती जो रंगमंच की तरह वहीं तक सीमित रह जाता है, बल्कि यदि भाव और विचार में व्यक्ति अपना कर्तव्य कर जाए तो उसके द्वारा यथार्थ कर्तव्य करने की रश्मि उसमें पैदा हो जाएगी जो अनेकों भावपूर्ण कर्तव्य करने वाले को पैदा कर देगी। आप सब अपना कर्म पहचाने और इसकी वैज्ञानिकता को ध्यान में रखते हुए उसे पूरा करें तभी आपका कर्तव्य वास्तविक कर्तव्य के लिए हो पाएगा। कर्तव्य करें तो भावपूर्ण होकर, सिर्फ दिखावे के लिए नहीं। इसे पूरा करने का सौभाग्य प्रकृति ने मानव को ही दे रखा है।

प्रश्न हमारे
उत्तर श्री अशोक मानव जी के

प्रश्न : आध्यात्मिक विज्ञान क्या है इसका सृजन कैसे होता है?

उत्तर : सूर्य प्रकाश जब जल पर पड़ता है तो ऊष्मा बनती है जिसकी रासायनिक क्रिया रसायन का निर्माण करती है इसी रसायन पर जब प्रकाश पड़ता है तो पुनः रसायनिक क्रिया होती है जो एहसास की अवस्था बनाती है जिससे गंध का निर्माण होता है इसी गंध में गुण का विज्ञान निहित होता है यही विज्ञान की सूक्ष्म अवस्था आध्यात्मिक विज्ञान कहलाती है।

प्रश्न : पदार्थ किस प्रकार से सिद्धांत होते हैं?

उत्तर : सूर्य प्रकाश की यात्रा पदार्थ के गुण को सक्रिय करती है जो पदार्थ जिस गुण का होता है उस गुण के रसायन में परिवर्तित होकर विज्ञान बनकर जीव के रूप में परिवर्तित होकर अपने रसायन को अनेकों रसायनों से मिलान कर प्रदूषण मुक्त करने के लिए सिद्धांत करता है यह अवसर अनेकों बार मिलता है इस सिद्धांत अवस्था में जो रसायन को शोषण की इच्छा खत्म कर लेता है वह अपने गुण का विज्ञान बनकर अनंती यात्री के तत्व में परिवर्तित होकर प्रकृति बन जाता है और जिसमें शोषण करने की इच्छा खत्म नहीं होती वह रसायन भी सिद्धांत होकर अनंत यात्रा से वंचित रह जाता है और स्वतः रसायनिक मिलान करते हुए विस्फोट कर अपना अंत कर जाता है।

प्रश्न : भाव क्या है?

उत्तर : सारे जीवो की प्रवृत्ति एक जैसी होती है मनुष्य को छोड़कर सभी जीव अपनी प्रवृति के अनुसार आहार करते हैं उसी से उनके अंदर रंग का निर्माण होता है और रंग से निकलने वाली गुण तरंग ही वायुमंडल में भाव बनकर क्रिया करती 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

बेहतर जिंदगी

सुनील कुमार माथुर
जोधपुर, राजस्थान

हर व्यक्ति को बेहतर जिंदगी जीने का अधिकार है और इसके लिए उसे नेक इंसान बनने, समय पर कार्य करने, अपने पड़ोसियों के साथ ही साथ सभी के साथ अच्छा व्यवहार करना चाहिए। इतना ही नहीं अपने घर के आस पास, गली मौहल्ले, क्षेत्र, गांव, शहर और देश को स्वच्छ रखने, नशे से बचने और कानून व्यवस्था को बनाए रखने के कार्य करने चाहिए । इससे बच्चों में प्रारंभ से ही देश प्रेम व देश भक्ति की भावना जागृत होगी और वे देश के आदर्श नागरिक बन पायेंगे।

इतना ही नहीं हमें अपने माता-पिता, बुजुर्गों की इज्जत करने के साथ ही साथ अच्छी शिक्षा प्राप्त करने और तमाम तरह की बुराइयों से दूर रहकर अपनी जिंदगी को बेहतर बनाना चाहिए जब हम नेक कार्य करेंगे तभी हमारा जीवन आदर्श जीवन बन पायेगा व आदर्श जीवन व्यतीत करने में जो आनंद की प्राप्ति होती है वैसा आनन्द अन्यत्र मिलना संभव नहीं है। नेक कार्य करने के लिए हर क्षण शुभ हैं और समय रहते उसे तुरंत कर डालिए। जिस समय भी मन में नेक कार्य करने की इच्छा जागृत हो बस उसी समय वह नेक कार्य कर डालिए, चूंकि कल कर लेंगे के चक्कर में वह फिर कभी भी नहीं हो पाता हैं। क्योंकि कल कभी आता भी नहीं है। जो करना हैं वह आज ही कर डालिए। परिणाम की इच्छा मत कीजिए। परिणाम जब भी आयेगा, तब श्रेष्ठ कार्य करने का परिणाम श्रेष्ठ ही आयेगा।

हर कार्य का आधार नैतिकता पर आधारित होना चाहिए। हमें रचनात्मक कार्य करते समय अपनी सोच को सकारात्मक रखना चाहिए व समय के साथ ही साथ समय के अनुसार पुरानी सोच में बदलाव करते हुए नवीन सोच में से अच्छी बातों को जीवन में आत्मसात करना चाहिए। जीवन में हर क्षण कुछ नया सीखते रहना चाहिए।

अणुव्रत आंदोलन नैतिक मूल्यों, देश भक्ति, आपसी भाईचारा, आपसी मेल-मिलाप व अहिंसा पर जोर देता है और इन्हीं गुणों को जीवन में अंगीकार करके हम अपने जीवन को संवार सकते हैं जीवन में केवल अपनी ही बात न करे। अपितु दूसरों की भी सुनें और उन्हें भी अपनी बात कहने का मौका दीजिए। विचारों के आदान-प्रदान से ही तो एक बेहतर समाज का निर्माण होता हैं।

हम जो भी पक्ष रखें उसका आधार नैतिक मूल्य होना चाहिए। आज व्यक्ति को अपनी सोच बदलनी होगी ताकि एक ऐसे समाज का निर्माण हो सके, जहां हर व्यक्ति अपनी जिंदगी के फैसले खुद लें सकें। हम समाज को नहीं सुधार सकते, लेकिन हम स्वयं बदले तो राष्ट्र स्वतः ही बदल जायेगा। कोई भी विचार किसी पर थोपें नहीं जा सकते। विचारों के लिए आपसी विचार-विमर्श, खुली चर्चा, श्रेष्ठ लेखन व दूसरों के श्रेष्ठ विचारों को पढ़ कर उन्हें जीवन में आत्मसात करके ही हम अपने जीवन को पहले से बेहतर व श्रेष्ठ बना सकते हैं

छोटी-छोटी गलतियों से बचें

हर इंसान अपने जीवन में छोटी-छोटी गलतियां अवश्य ही करता हैं। ऐसा कोई भी इंसान नहीं है जिसने अपने जीवन में कभी भी कोई गलती न की हो। कहा भी जाता हैं कि इंसान गलतियां करके ही या ठोकर खाकर ही सीखता हैं। अतः जो गलती हो उसे तत्काल सुधार लेना चाहिए व साथ ही साथ इस बात का भी ध्यान रखना चाहिए कि वह गलती हम से दोबारा नहीं हो। इसलिए कहते हैन कि छोटी-छोटी गलतियों से बचना चाहिए, क्योंकि इंसान पहाड़ से नहीं, बल्कि पत्थरों से ठोकरें खाता हैं।

प्रेम और विश्वास

प्रेम और विश्वास ही जीवन में सुख देता हैं। प्रेम हैं तो चारों ओर खुशियां ही खुशियां हैं।

जीवन खुशहाल हैं। जीवन स्वर्गमय हैं। जहां खुशियां ही न हो भला वह जीवन भी कोई जीवन हैं। प्रेम ही विश्वास की पहली सीढ़ी है जो हमें परायों से भी अपनेपन का अहसास कराता है।

शहद व जहर

जीवन में वाणी का बड़ा ही महत्व है। इसलिए जब भी बोलें तब सोच समझ कर समय व परिस्थिति को देखकर ही बोलें। बिना वजह बकवास न करें। यह हमारी वाणी का ही परिणाम है कि वह हम जन जन का मित्र बना दे और यही वाणी जन जन से पीटाई करवा दें। इसलिए मधुर व्यवहार करें, श्रेष्ठ बोलें, श्रेष्ठ लिखें, अच्छी सोच रखे। हमारी वाणी अमृत तुल्य होनी चाहिए।

जीने का मजा

कहते हैं कि जिंदगी में सब कुछ मिल जायेगा तो तमन्ना किसकी करोंगे, अधूरी ख्वाहिशे ही तो जीने का मजा देती हैं। ख्वाहिशें कभी भी पूरी नहीं होती हैं। एक ख्वाहिश पूरी भी नहीं होती हैं कि मन में दूसरी ख्वाहिश जागृत हो जाती हैं। कहने का तात्पर्य यह है कि ख्वाहिश कभी भी पूरी नहीं होती हैं इसलिए इन पर अंकुश रखना चाहिए। अधूरी ख्वाहिशे ही तो जीने का मजा देती हैं। अतः ख्वाहिश पूरी करने के चक्कर में अपना समय बर्बाद न करें।

यादों की अहमियत

पुरानी चीजों के साथ इंसान की बहुत सी यादें जुड़ी हुई होती है यही वजह है कि वह बहुत सी पुरानी चीजों को सम्भाल कर रखता है, लेकिन वर्तमान पीढ़ी उसे कूड़ा-करकट कह कर फैंक रहीं हैं। पुरानी यादों की भी अपनी अहमियत होती हैं। जब हम एकांत में बैठकर इन्हें याद करते हैं तो कभी कभी बड़ी ही हंसी आती है तो कभी उन्हें देख कर आंखें नम हो जाती है।

कोई भी चीज बेकार की नहीं होती हैं, चूंकि उन चीजों से हमारी यादें जुड़ी हुई होती है। सुनील को ही लीजिए। उसके पास संकलन में अनेक मित्रों, राजनेताओं, राजपरिवार के सदस्यों के पत्र, सुनील के पत्र पत्रिकाओं में लिखे लेखों की कटिंगें, नेताओं व महापुरुषों के चित्र थे। जिन्हें देखकर सुनील एकांत में अपना समय आसानी से व्यतीत कर लेता था।

इनके संकलन का एकमात्र उद्देश्य था कि इन पत्रों में अनेक वाक्य ऐसे थे जो काफी प्रेरणादायक थे। वहीं दूसरी ओर उनमें अनेक नये नये शब्दों के भंडार थे, वहीं सुंदर राइटिंग देखकर मन प्रफुल्लित हो जाता था। वे पत्र सुख दुःख के दिन याद दिलाते थे। यहीं वजह है कि वे पत्र कोई साधारण पत्र नहीं थे और जीवन के अभिन्न अंग बन गये थे।

धैर्य और व्यवहार

हर कार्य का आधार नैतिकता पर आधारित होना चाहिए। हमें रचनात्मक कार्य करते समय अपनी सोच को सकारात्मक रखना चाहिए व समय के साथ ही साथ समय के अनुसार पुरानी सोच में बदलाव करते हुए नवीन सोच में से अच्छी बातों को जीवन में आत्मसात करना चाहिए। जीवन में हर क्षण कुछ नया सीखते रहना चाहिए। सर्वोत्तम जिंदगी जीना भी एक कला है। जब हमारी सोच सकारात्मक होगी तभी हम सर्वोत्तम जिंदगी जी पायेंगे। जीवन में कभी कलह, राग, द्वेष नहीं होना चाहिए अन्यथा जीवन नरकमय हो जाता हैं।

जीवन में धैर्य और अच्छे आचरण व व्यवहार का होना नितांत आवश्यक है। धैर्य रखने से बिगड़े काम भी बन जाते हैं। जीवन में अपना व्यवहार ऐसा बनाये जैसा व्यवहार आप दूसरों से चाहते हैं। हमारा श्रेष्ठ व्यवहार ही हमारी सबसे बड़ी पूंजी है। अगर आपका व्यवहार श्रेष्ठ होगा तो कभी भी किसी के व्यंग्य बाण या ताने आपकों नहीं सुनने पड़ेंगे।

धैर्य और सहनशीलता से जीवन में निखार आता है और जन जन हमारी बात को मानता हैं। व्यवहार अच्छा न हो और हम धैर्य न रखे तो अपने भी पराए हो जाते हैं। हमारे बड़े बुजुर्ग कहते हैं कि दो चीजें हमारा परिचय देती हैं हमारा धैर्य जब हमारे पास कुछ भी न हो और हमारा व्यवहार जब हमारे पास सब कुछ हो। अतः व्यवहार सभी के साथ अच्छा रखना चाहिए।

सर्वोत्तम जिंदगी

सर्वोत्तम जिंदगी जीना भी एक कला है। जब हमारी सोच सकारात्मक होगी तभी हम सर्वोत्तम जिंदगी जी पायेंगे। जीवन में कभी कलह, राग, ध्देष नहीं होना चाहिए अन्यथा जीवन नरकमय हो जाता हैं। जैसे बगिया में खिले फूल अच्छे लगते हैं, वैसे ही प्यार, स्नेह और मिलनसारिता के साथ जीने वाले लोग हर किसी को अपना बना लेते हैं। प्रसन्नता भरी जिंदगी जीना उत्तम है लेकिन आपकी वजह से दूसरे लोगों की जिन्दगी में प्रसन्नता देखने को मिले तो यह सर्वोत्तम जिंदगी हैं।

सुन्दर सोच

अगर मन में सुन्दर विचारों का समावेश हो तो जीवन में खुशियां ही खुशियां हैं। मन में सुन्दर विचारों के लिए हमारी सोच सकारात्मक होनी चाहिए तभी अच्छे अच्छे विचार मन में आयेंगे। अगर हमारा मन साफ हैं तो समझो सारा संसार सुंदर है। आप अच्छे हैं तो सारा जगत अच्छा है।

सकारात्मक सोच से ही व्यक्ति प्रगति के पथ पर सफलता पूर्वक पहुंच सकता हैं अन्यथा बाधाओं के पहाड़ हमारे चारों ओर खड़े हैं। हमारी सोच ही हमें महान व बुरा बनाती हैं। जीवन में सदैव सकारात्मक सोच रखो, चूंकि नकारात्मक सोच एक विष की तरह है। इसलिए कहते हैं कि उच्च शिक्षा हासिल करने के बाद परमात्मा को कभी नहीं भूले, क्योंकि काल आपके कर्म देखता हैं कोई डिग्री नहीं।

लगाव व विश्वास

कोई हम से किसी प्रकार की उम्मीद रखता हैं तो यह उसकी कोई मजबूरी नहीं है अपितु हमारे से लगाव व हम में विश्वास का ही प्रतीक है। इसलिए कभी भी किसी का

विश्वास नहीं तोड़ना चाहिए। विश्वास ही हमारी सर्वश्रेष्ठ धरोहर है जिसके बलबूते पर लोग हम पर विश्वास करते हैं। वरना तो आज के समय-समय में भाई भाई पर विश्वास नहीं करते हैं तब भला हम पर क्यों करते हैं। यह विश्वास ही हैं जो दूसरों को भी हमारे नजदीक लाकर उसे अपना बना रहा हैं। अतः कभी भी किसी के साथ विश्वासघात न करें।

मुस्कुराते रहिए

हमें यह मानव जीवन मिला है तो फिर मुस्कुराने में कंजूसी क्यों। हर वक्त मुस्कुराते रहिए। कभी अपने लिए तो कभी अपनों के लिए। मुस्कुराते हुए आप अच्छे लगते हैं फिर भला चेहरे पर यह कैसी उदासी मुस्कुराते रहने से कोई धन खर्च नहीं होता। यह तो परमात्मा का दिया एक उपहार है जिसका जितना अधिक हो सके उतना इस्तेमाल कीजिए। न जाने कौन सी सरकार हंसने-हंसाने पर भी टैक्स लगा दे। उससे पहले ही हंसते मुस्कुराते हुए जीवन व्यतीत करें। एक पल का भी कोई भरोसा नहीं। कब परमात्मा के यहां से बुलावा आ जायें। इसलिए खुद भी हंसे और दूसरों को भी हंसाइये। याद रखिए जीवन में दो चीजों को कभी भी व्यर्थ न जाने दीजिए अन्न के कण को और आंनद के क्षण को।

वक्त बर्बाद मत कीजिए

जीवन में हर कदम समस्याओं का ढेर लगा हुआ है लेकिन पहले उन समस्याओं से निपटने का प्रयास करें जो अति आवश्यक है। फिर दूसरी समस्याओं की प्राथमिकता को तय करते हुए आगे बढ़ते रहना चाहिए। सभी समस्याओं का धीरे-धीरे समाधान हो जाएगा। एक ही समस्या को लेकर बैठ जाने से बिना वजह समय बर्बाद होता हैं व काम करने की क्षमता भी कमजोर हो जाती है। इसलिए अंधेरे को हटाने में वक्त बर्बाद मत कीजिए बल्कि दीये को जलाने से अपना वक्त लगाइये। दूसरों को नीचा दिखाने में नहीं अपितु खुद को ऊंचा उठाने में वक्त लगाइये।

उत्तम तीर्थ

दुनियां धन के पीछे भाग रहीं हैं और अनैतिक कार्य कर धन बटोर रहे हैं और अपने पाप धोने के लिए तीर्थ स्थलों पर जाकर वे स्नान करते हैं। वे यह भूल रहें है कि अनैतिक तरीके से कमाये गये धन से तीर्थ करना कोई मायने नहीं रखता हैं, चूंकि उसमें बेईमानी की बू आती हैं। हराम से कमाये गये धन से परमात्मा को चढाया गया प्रसाद भी परमात्मा स्वीकार नहीं करते हैं। पवित्र मन ही दुनियां का उत्तम तीर्थ है। मन को पवित्र रखियेगा। उसमें छल, कपट, वासना को कोई स्थान मत दीजिए।

पड़ोसी भी घर का हिस्सा

एक समय था जब हमारे पड़ोसी भी घर का हिस्सा हुआ करते थे। दुःख सुख में साथ निभा निभाते थे। ब्याह शादी में अपने घर का कमरा खाली कर मेहमानों के ठहरने के लिए दिया करते थे। अथर्ति वे एक तरह से हमारे घर का हिस्सा ही हुआ करते थे लेकिन आज मोबाइल क्या आ गया। हमारे ही परिवार के सभी सदस्य दिन भर मोबाइल से चिपके रहते हैं। अपनों से भी बातचीत नहीं करते। एक ही घर व कमरे में रहते हुए न जानें कितने पड़ोसी बन बैठे हैं।

अलग तरह से कार्य करते हैं

आज का समय प्रतिस्पर्धा का समय हैं। सभी में जीत के लिए दौड़ मची हुई है। वे एक-दूसरे से आगे निकलने के लिए कुछ भी करने को तैयार हैं लेकिन प्रथम स्थान तो एक व्यक्ति को ही प्राप्त होता है। लेकिन इससे हताश नहीं होना चाहिए, चूंकि हर असफलता हमें सफलता प्राप्त करने के लिए एक और मौका देती हैं एवं हम से हुई भूल व गलतियों को सुधारने का एक और अवसर देती है। जीतने वाला या सफलता प्राप्त करने वाला कोई अलग कार्य नहीं करता हैं, बल्कि वे कार्य को अलग तरह से करते हैं। अतः हमें भी चाहिए कि जब भी कोई कार्य करें तब उसमें कुछ नयापन लाये ताकि सभी के मन को आपका कार्य सराहनीय लगें।

छोटी सी जिन्दगी

परमात्मा ने हमें यह मानव जीवन दिया है तो फिर आराम से जीवन व्यतीत करें। सभी कै साथ प्रेम पूर्वक मधुर व्यवहार करें। हंसते मुस्कुराते रहें। कल किसने देखा। जीना मरना हमारे हाथ की बात नहीं है लेकिन प्रेम पूर्वक रहना तो अपने हाथ की बात है छोटी सी जिन्दगी हैं न जाने कब परमात्मा का बुलावा आ जाएं। कल किसने देखा है, इसलिए अपने आप में खुश रहिए। कहते हैं कि ज़िन्दगी हमें खुबसूरत दोस्त देती है, लेकिन अच्छे दोस्त हमें खूबसूरत जिंदगी देते हैं।

चिंता नहीं चिंतन कीजिए

हमारी संस्कृति हमें संयुक्त परिवार में रहना सीखाती हैं, लेकिन आज का इंसान अपने अंहकार व घमंड के कारण संयुक्त परिवार से अलग होकर एकाकी जीवन व्यतीत कर रहा है। यही वजह हैं कि वह आज चिंता में डूबा रहता हैं। चूंकि एकाकी परिवार में सही मार्गदर्शन देने वाला कोई नहीं है। संकट से निकालने वाला कोई नहीं है। दुःख के वक्त हिम्मत बंधाने वाला कोई नहीं है। नतीजन व्यक्ति हर समय चिंता में डूबा रहता है। कभी कभी तो वह इतना दुखी हो जाता हैं कि आत्महत्या तक कर लेता हैं। आत्महत्या कोई समस्या का समाधान नहीं है।

इसलिए बच्चों को आरंभ से ही आदर्श संस्कार दीजिए। व्यक्ति को चाहिए कि वह चिंता नहीं अपितु चिंतन करे। चिंता करते-करते तुम समय से पहले ही मर जाओगे। अगर अच्छा चिंतन करोंगे तो शायद ईश्वर भी मिल जाये। एक व्यक्ति शराब पी रहा था उससे दूसरे पूछा कि शराब क्यों पी रहे हो तो उसने कहा कि शराब पीने से जुकाम मिट जाता हैं। तभी दूसरा व्यक्ति बोला कि हमने तो देखा है कि शराब पीने से लोगों के घर तक मिट गये (बिक गये)। अतः जीवन में चिंता नहीं चिंतन कीजिए।

महाशिवरात्रि
योग और भक्ति का अलौकिक संगम

अवनीश कुमार गुप्ता
साहित्यकार, स्वतंत्र स्तंभकार, और शोधार्थी

महाशिवरात्रि, यह वह पावन पर्व है जो भारतीय संस्कृति और सनातन धर्म के गहन तत्त्वों को अपने में समेटे हुए है। यह केवल एक उत्सव नहीं, अपितु एक आध्यात्मिक यात्रा है, जो मानव चेतना को परम तत्त्व की ओर उन्मुख करती है। फाल्गुन मास के कृष्ण पक्ष की चतुर्दशी तिथि को मनाया जाने वाला यह पर्व भगवान शिव के उस अनंत स्वरूप का स्मरण कराता है, जो सृष्टि के प्रारंभ से लेकर संहार और पुनर्जनन तक के संनादि सत्य को प्रतिबिंबित करता है। जहाँ एक ओर यह पर्व शिव और पार्वती के दिव्य मिलन का उत्सव है, वहीं दूसरी ओर यह उस योगी तत्त्व का प्रतीक है, जो निर्गुण और निराकार होकर भी सगुण सृष्टि का आधार बनता है। इस लेख में हम महाशिवरात्रि के गहन अर्थ, इसकी आध्यात्मिक महत्ता और उच्चस्तरीय हिंदी साहित्यिक भावों के माध्यम से इसके दार्शनिक पक्ष को समझने का प्रयास करेंगे।

सनातन परंपरा में शिव को महादेव कहा जाता है, अर्थात् देवों के भी देव, जो न केवल त्रिदेवों में संहारक के रूप में विख्यात हैं, बल्कि सृष्टि के मूल में संतुलन और शक्ति के प्रतीक भी हैं। महाशिवरात्रि का यह पर्व उस रात्रि को सूचित करता है, जब प्रकृति और पुरुष का संनादि संयोग अपनी पराकाष्ठा को प्राप्त करता है। यह वह समय है जब मानव शरीर में ऊर्जा का स्वाभाविक उन्मेष होता है, जैसा कि योगशास्त्र में वर्णित है। शिव, जिन्हें आदि योगी कहा जाता है, इस रात्रि को अपनी समाधि की परम अवस्था में एकाकार हो गए थे। यह एक ऐसी स्थिति थी, जहाँ गति और स्थिरता का अद्भुत समन्वय घटित हुआ। उनके तांडव नृत्य में सृष्टि, स्थिति और संहार का चक्र निहित है, तो कैलास की शांति में वह निर्विकार चेतना प्रकट होती है, जो समस्त विश्व को अपने में समेट लेती है।

इस पर्व का एक और गहन पक्ष है, जो पौराणिक कथाओं में व्यक्त होता है। समुद्र मंथन की कथा इसका एक उदाहरण है। जब देवता और असुरों के संयुक्त प्रयास से अमृत की प्राप्ति हेतु मंथन हुआ, तब उसमें से कालकूट नामक विष प्रकट हुआ, जो समस्त सृष्टि को विनष्ट करने में सक्षम था। उस समय शिव ने अपने कंठ में उस विष को धारण कर लिया और उसे नीलकंठ कहलाया। यह कथा केवल एक मिथक नहीं, बल्कि एक दार्शनिक संदेश है। यह दर्शाता है कि जीवन में संतुलन बनाए रखने के लिए कठिनाइयों को भी अपनाना पड़ता है। शिव का यह स्वरूप हमें यह सिखाता है कि सच्चा योगी वह है, जो विष को भी अमृत में परिवर्तित कर सके, जो दुख को भी संनादि आनंद में बदल दे। महाशिवरात्रि इस संदेश को आत्मसात करने का अवसर प्रदान करती है।

हिंदी साहित्य में शिव का स्वरूप अनेक रूपों में चित्रित हुआ है। कबीर जैसे संत कवियों ने उन्हें निर्गुण ब्रह्म के रूप में देखा, जहाँ ‘शिव सोई जो अंतर्यामी, बिनु

बुझे सब हरि का स्वामी₹ जैसे भाव उनकी कविता में व्यक्त होते हैं। वहीं तुलसीदास ने उन्हें सगुण रूप में भक्तों के रक्षक के रूप में वर्णित किया। सूरदास और मीरा के भक्ति गीतों में भी शिव की महिमा अपार रही है। यह साहित्यिक परंपरा हमें यह बताती है कि शिव केवल देवता नहीं, बल्कि एक भाव हैं, एक अवस्था हैं, जो हर मानव के भीतर निवास करती है। महाशिवरात्रि इस भाव को जागृत करने का पर्व है, जहाँ भक्त रात्रि जागरण, उपवास और ध्यान के माध्यम से अपने अंतर में उस शिव तत्त्व को अनुभव करने का प्रयास करता है।

इस पर्व का एक अन्य आयाम है, जो खगोलीय और ज्योतिषीय दृष्टिकोण से भी महत्त्वपूर्ण है। फाल्गुन मास की इस रात्रि को ग्रहों की स्थिति ऐसी होती है कि मानव शरीर के चक्र संतुलित हो जाते हैं। यह वह समय है जब प्रकृति स्वयं मानव को उसकी आध्यात्मिक चेतना की ओर प्रेरित करती है। योग परंपरा में इसे ₹उर्ध्वरेता₹ की अवस्था कहा जाता है, जहाँ ऊर्जा का प्रवाह निम्न से उच्च चक्रों की ओर होता है। शिव, जो स्वयं योग के प्रणेता हैं, इस रात्रि को अपनी समस्त साधना का सार मानव के समक्ष प्रस्तुत करते हैं। यह वह अवसर है जब साधक अपनी चेतना को परम चेतना से संनादि कर सकता है, जहाँ ₹अहंं₹ का विलय ₹सोऽहं₹ में हो जाता है।

महाशिवरात्रि का उत्सव अन्य हिंदू पर्वों से भिन्न है। जहाँ अधिकांश उत्सव उल्लास और बाह्य प्रदर्शन से परिपूर्ण होते हैं, वहीं यह पर्व अंतर्मुखी होने का संदेश देता है। भक्त इस दिन उपवास रखते हैं, शिवलिंग पर अभिषेक करते हैं, और रात्रि भर जागरण करते हुए भजन, कीर्तन और मंत्रोच्चार में लीन रहते हैं। यह एक प्रकार का संन्यास है, जो क्षणिक ही सही, पर मानव को सांसारिक बंधनों से मुक्त कर देता है। यह वह रात्रि है, जब मन की चंचलता शांत होकर आत्मा के साथ एकाकार होती है। यह वह समय है, जब भक्त अपने भीतर के रजस और तमस को शांत कर सात्विकता की ओर बढ़ता है। शिव का त्रिनेत्र इस सात्विकता का प्रतीक है, जो अज्ञान को भस्म कर ज्ञान का प्रकाश फैलाता है।

साहित्यिक दृष्टि से देखें तो महाशिवरात्रि का यह पर्व एक काव्यात्मक संनादि है। यह वह रात्रि है, जहाँ ₹तमसो मा ज्योतिर्गमय₹ का भाव जीवंत हो उठता है। यह वह समय है, जब मानव अपने भीतर की अंधेरी गुफा में प्रकाश की खोज करता है। कालिदास जैसे महाकवि ने शिव के इस स्वरूप को ₹मेघदूत₹ में भी संकेतित किया है, जहाँ प्रकृति और पुरुष का संयोग एक अलौकिक सौंदर्य को जन्म देता है। यह पर्व हमें यह सिखाता है कि जीवन का सच्चा सौंदर्य बाह्य आडंबरों में नहीं, बल्कि अंतर की शांति और संतुलन में निहित है। यह वह अवसर है, जब हम अपने भीतर के कैलास को खोज सकते हैं, जहाँ शिव और शक्ति का अनंत मिलन होता है।

इस पर्व का सामाजिक और सांस्कृतिक पक्ष भी कम महत्त्वपूर्ण नहीं है। भारत के विभिन्न क्षेत्रों में इसे भिन्न-भिन्न रूपों में मनाया जाता है। कश्मीर में इसे ₹हर-रात्रि₹ कहा जाता है, जहाँ तांत्रिक परंपराएँ इसे भैरवी और भैरव के मिलन से जोड़ती हैं। दक्षिण भारत में नटराज के तांडव को इस रात्रि का प्रतीक माना जाता है। यह विविधता इस पर्व की व्यापकता और गहराई को दर्शाती है। यह वह समय है, जब समस्त भारत एक सूत्र में बंध जाता है, जहाँ हर भक्त अपने तरीके से शिव की आराधना में लीन हो जाता है। यह एकता का प्रतीक है, जो सनातन धर्म की मूल भावना को प्रतिबिंबित करता है।

अंत में, महाशिवरात्रि वह पर्व है, जो हमें अपने मूल की ओर लौटने का संदेश देता है। यह वह रात्रि है, जब हम अपने भीतर के शिव को जागृत कर सकते हैं। यह वह समय है, जब हम सांसारिकता से ऊपर उठकर उस अनंत शून्य में प्रवेश कर सकते हैं, जहाँ न आदि है, न अंत। यह वह अवसर है, जब हम ₹ॐ नमः शिवाय₹ के उच्चारण में अपने आप को विलीन कर सकते हैं। यह वह पर्व है, जो हमें यह सिखाता है कि जीवन का सच्चा अर्थ संन्यास में नहीं, बल्कि संनादि संतुलन में है। महाशिवरात्रि केवल एक रात्रि नहीं, बल्कि एक संपूर्ण दर्शन है, जो मानव को उसके परम लक्ष्य—मोक्ष—की ओर ले जाता है। यह वह समय है, जब हम अपने भीतर के अंधकार को प्रकाश से भर सकते हैं, और उस परम शक्ति के समक्ष समर्पण कर सकते हैं, जो शिव के रूप में हमारे भीतर और बाहर सर्वत्र व्याप्त है।

समाज में वैज्ञानिक सोच विकसित करना जरूरी

विजय गर्ग

सेवानिवृत्त प्रिंसिपल, शैक्षिक स्तंभकार स्ट्रीट कौर चंद एमएचआर, मलोट, पंजाब

अठाईस फरवरी को भारत में राष्ट्रीय विज्ञान दिवस मनाया जाता है। यह दिन देश के महान वैज्ञानिक सी.वी. रमन की खोज व रमन प्रभाव को सम्मान देने के लिए मनाया जाता है। जिसके लिए उन्हें 1930 में नोबेल पुरस्कार मिला था। यह दिन भविष्य में विज्ञान और नवाचार को बढ़ावा देने के लिए भी महत्वपूर्ण है।

सन् 1928 की बात है, जब भारतीय वैज्ञानिक चंद्रशेखर वेंकटरमन ने एक अभूतपूर्व खोज की। उन्होंने पाया कि जब प्रकाश किसी पारदर्शी माध्यम से गुजरता है, तो कुछ फोटॉनों की ऊर्जा में परिवर्तन हो जाता है। इस सिद्धांत को 'रमन प्रभाव' कहा गया और इससे भौतिकी तथा रसायन विज्ञान में क्रांतिकारी परिवर्तन आए। इस खोज ने न केवल स्पेक्ट्रोस्कॉपी में नए द्वार खोले, बल्कि मेडिकल साइंस, विशेष रूप से जांच, दवा निर्माण और नैनो प्रौद्योगिकी, बायोटेक्नोलॉजी और अंतरिक्ष अनुसंधान में भी महत्वपूर्ण योगदान दिया।

यह खोज भारत के स्वतंत्रता संग्राम के दौरान हुई, जिससे भारतीय वैज्ञानिकों में आत्मनिर्भरता और आत्मसम्मान की भावना विकसित हुई। इसके कारण भारत में विज्ञान शिक्षा और अनुसंधान को एक नई दिशा मिली। साथ ही, इस उपलब्धि ने लोगों को वैज्ञानिक दृष्टिकोण अपनाने और तर्कसंगत सोच विकसित करने के लिए प्रेरित किया। यही कारण रहा कि इस ऐतिहासिक उपलब्धि को सम्मान देने के लिए 1986 में भारत सरकार ने 28 फरवरी को 'राष्ट्रीय विज्ञान दिवस' के रूप में मनाने की घोषणा की। इसका उद्देश्य विज्ञान को जनजीवन से जोड़ना, आम जनता की भलाई के लिए विज्ञान की भूमिका को समझना और विज्ञान के प्रति रुचि को बढ़ावा देना है।

आज विज्ञान का प्रभाव हमारे दैनिक जीवन के हर पहलू में देखा जा सकता है। स्वास्थ्य के क्षेत्र में एक्स-रे, एमआरआई, अल्ट्रासाउंड और रोबोटिक सर्जरी जैसी तकनीकों ने चिकित्सा को अत्याधुनिक बना दिया है। संचार क्रांति के कारण मोबाइल फोन, इंटरनेट, 5जी और आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस ने सूचना के आदान-प्रदान को तेज और प्रभावी बना दिया है। खाद्य उत्पादन के क्षेत्र में जीन संपादन, ड्रोन तकनीक और स्मार्ट इरिगेशन सिस्टम जैसी वैज्ञानिक उपलब्धियों ने खेती को अधिक टिकाऊ और कुशल बनाया है। परिवहन और अंतरिक्ष विज्ञान में भी भारत ने उल्लेखनीय प्रगति की है। हाल

ही में भारत के चंद्रयान-3 और गगनयान मिशन ने अंतरिक्ष में नई संभावनाओं को जन्म दिया। मिशन मंगल और अन्य अंतरिक्ष अभियानों ने भारत को इस क्षेत्र में वैश्विक स्तर पर प्रतिष्ठा दिलाई है।

भारत ने विज्ञान और तकनीक के क्षेत्र में कई ऐतिहासिक उपलब्धियां हासिल की हैं। डॉ. विक्रम साराभाई, जिन्हें भारतीय अंतरिक्ष कार्यक्रम का जनक माना जाता है, ने इसरो की स्थापना की और देश के अंतरिक्ष मिशनों की नींव रखी। मिसाइल मैन के रूप में प्रसिद्ध पूर्व राष्ट्रपति डॉ. ए.पी.जे. अब्दुल कलाम भी इस संस्थान के हिस्से रहे, जिन्होंने अग्नि एवं पृथ्वी जैसी उन्नत सैन्य मिसाइलों के विकास में महत्वपूर्ण भूमिका निभाई। डॉ. होमी भाभा ने भारत के परमाणु कार्यक्रम की दिशा तय की, जबकि डॉ. एम. विश्वेश्वरैया ने इंजीनियरिंग और जल प्रबंधन के क्षेत्र में अमूल्य योगदान दिया। आज इसरो, डीआरडीओ, सीएसआईआर जैसी संस्थाएं भारत को तकनीकी रूप से आत्मनिर्भर बना रही हैं।

हालांकि, विज्ञान ने दुनिया को आगे बढ़ाने में मदद की है, लेकिन कुछ चुनौतियां अभी भी बनी हुई हैं। वैज्ञानिक सोच का अभाव और अंधविश्वास समाज के विकास में बाधा डालते हैं। आज भी लोग बिना वैज्ञानिक आधार के कई धारणाओं को मानते हैं, जिससे समाज में रूढ़िवादिता बनी रहती है। इसे दूर करने के लिए वैज्ञानिक शिक्षा को प्राथमिक स्तर से ही बढ़ावा देने की आवश्यकता है।

मेक इन इंडिया और आत्मनिर्भर भारत जैसी पहलों को सशक्त करने के लिए अनुसंधान और नवाचार को बढ़ावा देना जरूरी है। इसके अलावा, पर्यावरण और कृषि में विज्ञान के उपयोग को बढ़ाने की आवश्यकता है। बायो-प्लास्टिक, अपशिष्ट प्रबंधन और स्वच्छ ऊर्जा जैसी तकनीकों को अपनाने से न केवल प्रदूषण की समस्या से निपटा जा सकता है, बल्कि जलवायु

परिवर्तन के दुष्प्रभावों को रोका जा सकता है। इसी तरह कृषि क्षेत्र में टिकाऊ खेती, जल संरक्षण और जैविक खेती को प्रोत्साहित करके खाद्यान्न और पोषण के संकट से पार पा सकते हैं, जिससे स्वास्थ्य क्षेत्र पर बढ़ते दबाव को भी कम किया जा सकता है।

राष्ट्रीय विज्ञान दिवस केवल वैज्ञानिक उपलब्धियों को याद करने का दिन नहीं, बल्कि बच्चों और युवाओं में वैज्ञानिक सोच को विकसित करने का अवसर भी है। इसी को ध्यान में रखते हुए राष्ट्रीय विज्ञान दिवस 2025 की थीम 'विकसित भारत के लिए विज्ञान और नवाचार में भारतीय युवाओं का सशक्तीकरण' रखा गया है। इस थीम का उद्देश्य भारतीय युवाओं को विज्ञान और नवाचार में नेतृत्वकारी भूमिका निभाने के लिए सक्षम और प्रेरित करना है, ताकि भारत एक विकसित राष्ट्र बन सके।

भारत के चिकित्सा अनुसंधान और नवाचार में पीजीआईएमईआर, चंडीगढ़ की भूमिका अत्यंत महत्वपूर्ण रही है। यह संस्थान न केवल उन्नत चिकित्सा सेवाओं और शोध कार्यों के लिए प्रसिद्ध है, बल्कि यहां कैंसर रिसर्च, जैव प्रौद्योगिकी, न्यूरोसाइंस, बायोफिज़िक्स और जेनेटिक अध्ययन में भी अत्याधुनिक अनुसंधान किए जा रहे हैं। पीजीआईएमईआर में विकसित की जा रही नवीनतम चिकित्सा तकनीकें भारत को स्वास्थ्य क्षेत्र में आत्मनिर्भर बनाने की दिशा में अग्रसर हैं। हम विभिन्न उद्देश्य की पूर्ति के लिए राष्ट्रीय विज्ञान दिवस के अवसर पर स्कूलों और कॉलेजों में विज्ञान प्रदर्शनियों और नवाचार प्रतियोगिताओं को बढ़ावा देकर छात्रों को अनुसंधान और प्रयोगों के प्रति प्रेरित कर सकते हैं। मुख्य बात यह है कि विज्ञान केवल प्रयोगशालाओं तक सीमित नहीं रहना चाहिए, बल्कि इसे देश और समाज के विकास में प्रभावी रूप से प्रयोग किया जाना चाहिए

शेष अवस्था

उमेश मानव

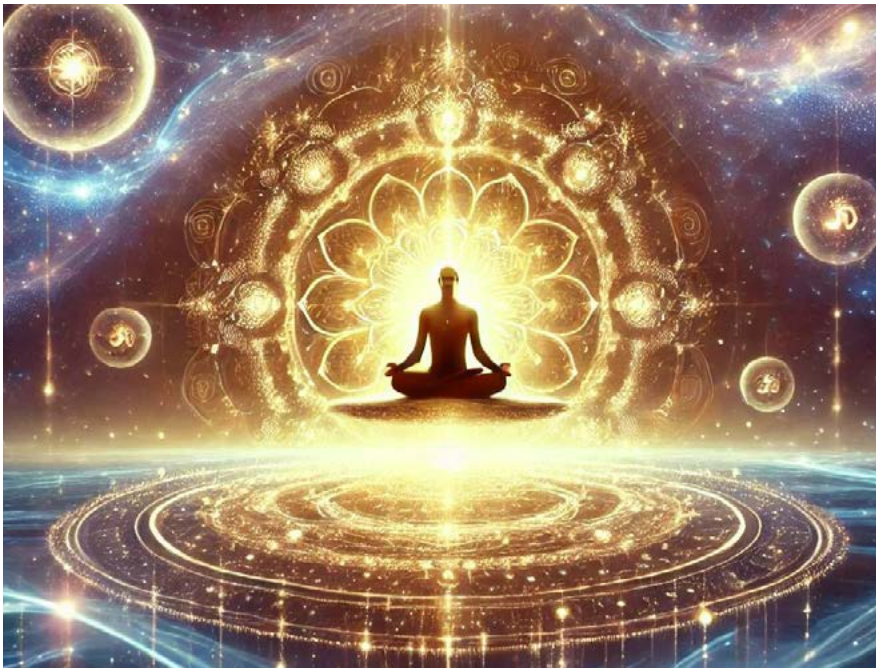
शरीर में हो रही कोई भी प्रतिक्रिया यूं ही नहीं होती उसमें कुछ न कुछ होता है जिससे हमारा शरीर अपने अंदर संतुलन बना रहा होता है। यह संतुलन हमारे लिए बहुत अहम होता है। इसे हमे स्वाभाविक रूप से होने देना चाहिए। स्वाभाविक रूप से जब जितना वेग बनता होगा बनेगा, जितनी देर के लिए बनना होगा बनकर स्वतः शांत हो जायेगा। यह सभी कुछ जो होते दिख रहा है और वह भी जो सूक्ष्म स्तर पर हो रहा है। सभी कुछ हमारी ही शेष अवस्था है। और इसे पूर्ण करने के लिए आवश्यक भी।

जिस भी भूमिका में हम रह रहे होते, जो हम वर्तमान मे कर रहे होते है वही हमारी सत्य स्थिति होती है । हम चाहे जो कहे या सोचे, हमारे साथ हमारी ही बची हुई अवस्था जुड़ती है या रहती है। हम जिस पद पर होते है, हम जो भोग भोग रहे होते हैं, हम जिम भी परिस्थित में होते है यह सारा कुछ हमको ही पूर्ण करने की हमारी ही छूटी हुई अवस्था होती है। गुरुवर श्री अशोक मानवजी कहते है कि "सभी कुछ जो व्यक्ति के साथ हो रहा होता है वह उसी की शेष अवस्था है, जो अपने को पूर्ण करने आई है।" इसको हम यूं समझ सकते है कि हमारे द्वारा बनाई गई तीव्र इच्छा। जिसको हम पूरी ताकत के साथ पाना चाहे और किसी कारण से वह पूरी नहीं हो सकी। तो वह एक प्रकार से प्रदूषण काम करेगी। वर्तमान में जीते हुए हर व्यक्ति अपने इसी प्रदूषण को अपने में सोख रहा होता है। उसकी बची हुई अवस्था उसी के साथ जुडकर अपनी बची अवस्था में पूर्ण करती है। जिससे कोई प्रदूषण बचा नहीं रह जाता है। इस प्रकार व्यक्त भी पूर्ण होता है और उसकी अवस्था भी । प्रकृति के इस नियम को हम सहज रहते हुए अनुभव कर सकते है। हमें बस अपने साथ हो रही घटनाओं का अवलोकन करना चाहिए। हमारे साथ जो कुछ भी हे रहा होता है। उसकी तुलना हमे दूसरों से नहीं करी चाहिए कभी नही करनी चाहिए । इसके लिए हम गुरुवर की यह बात समझनी होगी कि हर एक व्यक्ति कि अवस्था उसकी अपनी होती है। जो कि उसके अपने के लिए ही खास होती है। अन्य व्यक्ति को तो वह दिखेगी ही नही। दूसरो के लिए किसी की अवस्था बेमतलब होती है। प्रकृति ऐसे समय में पारदर्शी हो जाती है। इसका अर्थ यहां यह है कि जिसका दर्द उसी को मालूम होता है। दूसरा कोई उसे अपनी मनोदशा या अपनी अवस्था के अनुरूप समझता है। उदाहरण के लिए मान ले किसी व्यक्ति के दांत

में दर्द हो रहा हो, उसको कष्ट में देखकर कई प्रकार की प्रतिक्रियाएं देखने मे मिल सकती है। किसी को उस व्यक्ति के दांत का दर्द सिर्फ एक नाटक लग सकता है। किसी को उसका दर्द इतना भी होता हुआ नहीं लग रहा जैसे हो सकता है। कोई ऐसे भी हो सकता है, जिसको पहले कभी ऐसा दर्द हुआ हो, वह उसे थोड़ा बहुत अंदाज लगा सकता है। पर सभी में कोई भी दर्द का वैसा अनुभव नही कर रहा होगा। जैसा उस व्यक्ति को हो रहा होगा।

यहां तक उस व्यक्ति को भी दर्द का अनुभव एक समान नहीं हो रहा होगा। इसका एक कारण प्रकृति का परिवर्तनशील होना है। जहाँ हर अवस्था अपने को लगातार बदलती रहती है अर्थात हर अवस्था गतिशील है। यहाँ यह भी समझने वाली बात है कि बची हुई अवस्था जैसे जैसे पूर्ण होती जाती है, उसका वह हिस्सा या रूप समाप्त होता जाता है। जो कि एक प्रकार से उसे परिवर्तनशील बनाता है या गतिशील दिखाता है। इसी कारण से कोई भी दो अवस्था एक सी नही रहती है।

मानव अपनी हरा अवस्था से असंतुष्ट रहता है। उसके साथ जो हो रहा होता है उसे उससे बेहतर चाहिए और दूसरों की अपेक्षा अधिक भी चाहिए। इसी असंतुष्टि के चलते वह जीवन में कभी आनन्द नहीं ले पाता और हमेशा शिकायत करता रहता है। वही बेहतर की उसकी समझ और चाहत के चलते, जो कुछ उसे स्वभाविक मिलना है वह उसमें भी छेड़छाड़ करता है। यही छेड़छाड़ उसके जीवन को कष्टप्रद बना देती है। उदाहरण के लिए हमारे शरीर में यदि किसी प्रकार का कोई कष्ट या बिमारी होती है। तब हम घबराकर उसके उपचार में लग जाते है। दवाईयां, डॉक्टर आदि से सलाह लेते है। जबकि प्राकृतिक रूप से हमारा शरीर उन सभी बिमारियों से लड़कर अपने को स्वस्थ कर सकता है। गुरुवर कहते है कि जैसे हमारे शरीर में कोई फोड़ा निकल आया हो। वह स्वतः ही ठीक हो जाता है। शरीर प्राकृतिक रूप में उसे ठीक करो में लिए



जो करना चाहिए वह करता है। फोड़ा खुद से ही पककर फूट जाता है। जिससे उसके अंदर की सारी गंदगी बाहर निकल जाती है। इस तरह वह ठीक हो जाता है। प्राकृतिक रूप से उसे जितना समय लगना होता है उतने समय में वह सही हो जाता है। इस प्रकार से यह भी सम्भव हो जाता है कि शरीर खुद को आगे होने वाले ऐसे कष्टों के लिए तैयार रखे। शरीर में ऐसे रासायनिक तत्व बन जाये जो ऐसे फोड़ों को बनने ही न दे। पर हम कुछ देने पर असहज हो जाते है। दवाईयों का सहारा लेकर हम प्राकृतिक तरीके में छेड़छाड़ करते है। जिससे फोड़ा सूख जाता है। यह एक प्रकार से किसी अवस्था को दबाना हुआ, जिससे कुछ समय के लिए वह चुप हो जाती है पर आगे के लिए घातक साबित हो सकती है। इसमें जिन विषैले तत्वों को शरीर से बाहर होना था वे भी सुप्त अवस्था में शरीर में पड़े रहते है। गम्भीर परिणाम देने के लिए। ऐसे में शरीर भी अपने को तैयार नहीं कर पाता, भविष्य में हो सकते वाली उसी प्रकार की समस्या के लिए।

गुरुवर आगे कहते है कि शरीर में हो रही कोई भी प्रतिक्रिया यूंही नहीं होती उसमें कुछ न कुछ होता है जिससे हमारा शरीर अपने अंदर संतुलन बना रहा होता है। यह संतुलन हमारे लिए बहुत अहम होता है। इसे हमे स्वाभाविक रूप से होने देना चाहिए। स्वाभाविक रूप से जब जितना वेग बनता होगा बनेगा, जितनी देर के लिए बनना होगा बनकर स्वतः शांत हो जायेगा। यह सभी कुछ जो होते दिख रहा है और वह भी जो सूक्ष्म स्तर पर हो रहा है। सभी कुछ हमारी ही शेष अवस्था है। और इसे पूर्ण करने के लिए आवश्यक भी। हमारी छेड़छाड़ हमारा हस्तक्षेप हमारी ही अवस्था को पूर्ण होने में बाधक होगा।

हॉ यदि इसके विपरीत किसी के मन में ख्याल आ रहे है, तो गुरुवर कहते हैं कि हम चाहे तो जानवरों का उदाहरण ले सकते है। उन्हें भी शरीरिक कष्ट होते है परन्तु वे कौन सी दवा खाते है या डाक्टर के पास जाते है। फिर भी जानवरों से ज्यादा आनन्दित कौन है। मनुष्य तो नहीं। अपनी शेष अवस्था का आनन्द लिजिए।

होली की हार्दिक शुभकामनाओं के साथ

8 मार्च : अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस

सम्मान और सशक्तिकरण की ओर एक कदम

संजय

यह दिन महिलाओं के सशक्तिकरण के महत्व को उजागर करता है। जब महिलाएं अपनी क्षमताओं को पहचानने और उनका उपयोग करने में सक्षम होती हैं, तो वे न केवल अपनी जिंदगी में बदलाव लाती हैं, बल्कि समाज के विकास में भी महत्वपूर्ण योगदान देती हैं। अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस का उद्देश्य यही है कि महिलाएं अपने अधिकारों के प्रति जागरूक हों और अपनी स्वतंत्रता की ओर कदम बढ़ाएं।

अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस, जो हर वर्ष 8 मार्च को मनाया जाता है, एक ऐसा दिन है जब पूरी दुनिया में महिलाओं की सामाजिक, राजनीतिक, और आर्थिक उपलब्धियों को सम्मानित किया जाता है। यह दिन महिलाओं के अधिकारों की रक्षा और उनकी समानता के लिए संघर्ष को उजागर करने का अवसर प्रदान करता है। यह दिन उन सभी महिलाओं को श्रद्धांजलि देने का एक तरीका है जिन्होंने समाज में महत्वपूर्ण योगदान दिया है, चाहे वह विज्ञान, कला, राजनीति, व्यापार, खेल या किसी अन्य क्षेत्र में हो।

अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस का इतिहास अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस की शुरुआत 1908 में न्यूयॉर्क शहर में हुई थी। 8 मार्च 1908 को, 15,000 महिला श्रमिकों ने अपने अधिकारों के लिए सड़कों पर उतरा। वे बेहतर कामकाजी परिस्थितियों, समान वेतन और मतदान के अधिकार की मांग कर रही थीं। इस आंदोलन ने महिला अधिकारों की दिशा में महत्वपूर्ण कदम उठाए और इसके बाद, 1910 में कोपेनहेगन में आयोजित अंतर्राष्ट्रीय समाजवादी महिला सम्मेलन में क्लारा जेटकिन नामक जर्मन कार्यकर्ता ने अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस मनाने का प्रस्ताव रखा। इस प्रस्ताव को 17 देशों द्वारा सहमति प्राप्त हुई, और तब से 8 मार्च को महिला दिवस के रूप में मनाया जाने लगा।

वर्ष 1977 में संयुक्त राष्ट्र ने आधिकारिक रूप से इस दिन को महिला अधिकारों और वैश्विक शांति के प्रतीक के रूप में मान्यता दी। तब से, अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस हर वर्ष विभिन्न विषयों और विचारों के साथ मनाया जाता है, जो महिलाओं के समक्ष मौजूद चुनौतियों को उजागर करता है और समाज में उनकी भूमिका को मजबूत करता है।

अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस का महत्व

अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस का महत्व समय-समय पर बढ़ता जा रहा है। यह दिन केवल महिलाओं की उपलब्धियों का जश्न मनाने का अवसर नहीं है, बल्कि यह एक ऐसा समय है जब हमें महिलाओं के अधिकारों, उनके संघर्षों और उनके योगदान को याद करना चाहिए।

अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस समाज में महिलाओं की समानता और उनके अधिकारों के प्रति जागरूकता फैलाने में महत्वपूर्ण

भूमिका निभाता है। यह हमें यह याद दिलाता है कि आज भी दुनिया भर में महिलाएं कई प्रकार की असमानताओं का सामना करती हैं। चाहे वह कार्यस्थल में समान वेतन की कमी हो, घरेलू हिंसा, शोषण, या शिक्षा और स्वास्थ्य सेवाओं तक सीमित पहुँच हो, इन सभी मुद्दों के समाधान के लिए समाज को एकजुट होने की आवश्यकता है। इस दिन, दुनिया भर में अभियान चलाए जाते हैं ताकि इन असमानताओं को दूर किया जा सके और महिलाओं को वह समान अधिकार मिल सकें, जिनकी वे हकदार हैं।

महिला सशक्तिकरण की ओर कदम

यह दिन महिलाओं के सशक्तिकरण के महत्व को उजागर करता है। जब महिलाएं अपनी क्षमताओं को पहचानने और उनका उपयोग करने में सक्षम होती हैं, तो वे न केवल अपनी जिंदगी में बदलाव लाती हैं, बल्कि समाज के विकास में भी महत्वपूर्ण योगदान देती हैं। अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस का उद्देश्य यही है कि महिलाएं अपने अधिकारों के प्रति जागरूक हों और अपनी स्वतंत्रता की ओर कदम बढ़ाएं।

अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस 2025 का विषय

हर वर्ष, अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस का एक विशिष्ट विषय होता है, जो उस वर्ष की महिलाओं से संबंधित किसी विशेष मुद्दे पर फोकस करता है। 2025 में, "Digital: Innovation and Technology for Gender Equality" (डिजिटलः लिंग समानता के लिए नवाचार और प्रौद्योगिकी) विषय के तहत, महिलाओं के लिए डिजिटल उपकरणों और प्रौद्योगिकी के क्षेत्र में समान अवसर प्रदान करने पर जोर दिया जाएगा। यह विषय डिजिटल दुनिया में महिलाओं के सशक्तिकरण और उनकी भूमिका को मजबूत करने की दिशा में एक कदम होगा।

भारत में अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस

भारत में महिलाओं की स्थिति में पिछले कुछ दशकों में सुधार आया है, लेकिन अभी भी कई क्षेत्रों में महिलाओं को समान अधिकार और सम्मान नहीं मिल पा रहा है। यह दिन हमें यह याद दिलाता है कि महिलाओं के अधिकारों की रक्षा और उन्हें समान अवसर प्रदान करना हमारी सामूहिक जिम्मेदारी है।

महिला शिक्षा और महिला स्वास्थ्य

भारत में महिलाओं की शिक्षा पर काफी ध्यान दिया गया है, लेकिन अभी भी ग्रामीण क्षेत्रों में इस दिशा में काफी काम करने की आवश्यकता है। अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस महिलाओं की शिक्षा और उनके सशक्तिकरण के लिए महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है। इसके माध्यम से हम यह सुनिश्चित कर सकते हैं कि हर लड़की को शिक्षा प्राप्त हो, जिससे वह अपनी जिंदगी के फैसले खुद ले सके और समाज में अपनी पहचान बना सके।

भारत में महिलाओं की स्वास्थ्य सेवाओं में सुधार की आवश्यकता है। खासकर ग्रामीण क्षेत्रों में महिलाओं को स्वास्थ्य सेवाएं पहुंचाने के लिए सरकारों को और अधिक प्रयास करने होंगे। महिला स्वास्थ्य पर जागरूकता बढ़ाने और उचित चिकित्सा सुविधाएं प्रदान करने के लिए यह दिन महत्वपूर्ण है।

समाज में महिलाओं का नेतृत्व

महिला नेतृत्व की दिशा में भी भारत ने महत्वपूर्ण कदम उठाए हैं, लेकिन अभी भी महिलाओं को उच्च पदों पर समान अवसर नहीं मिल पाते। अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस हमें यह प्रेरणा देता है कि हमें महिलाओं को नेतृत्व की भूमिका में सशक्त बनाना होगा ताकि वे समाज के निर्णय लेने की प्रक्रिया में सक्रिय रूप से भाग ले सकें।

महिला दिवस के अवसर पर दुनिया भर में आयोजित कार्यक्रम

अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस के अवसर पर विभिन्न देशों में कई प्रकार के कार्यक्रमों का आयोजन किया जाता है। इसमें से कुछ प्रमुख कार्यक्रम इस प्रकार हैं:

रैलियाँ और मार्चः महिलाओं के अधिकारों की ओर ध्यान आकर्षित करने के लिए, महिलाओं के समूह रैलियाँ और मार्च का आयोजन करते हैं। यह एक शक्तिशाली तरीका है, जिसमें महिलाएं एकजुट होकर समान अधिकारों की मांग करती हैं।

संगोष्ठियाँ और चर्चाएँः महिलाओं के सशक्तिकरण, समानता, और उनके अधिकारों पर विभिन्न संगोष्ठियों और चर्चाओं का आयोजन किया जाता है। इसमें महिलाएं और पुरुष अपने विचार साझा करते हैं और महिलाओं की स्थिति में सुधार के उपायों पर चर्चा करते हैं।

पुरस्कार और सम्मान समारोहः इस दिन, विभिन्न क्षेत्रों में उत्कृष्ट योगदान देने वाली महिलाओं को पुरस्कार और सम्मान प्रदान किया जाता है। यह पुरस्कार महिलाओं के संघर्ष और सफलता को मान्यता देता है और अन्य महिलाओं को प्रेरित करता है।

सामाजिक मीडिया अभियानः आजकल, सोशल मीडिया के माध्यम से अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस के बारे में जागरूकता फैलाने के लिए अभियान चलाए जाते हैं। लोग #ChooseToChallenge, #EachForEqual जैसे हैशटैग्स के जरिए अपने विचार और अनुभव साझा करते हैं।

महिला दिवस की चुनौतियाँ और भविष्य की दिशा

हालांकि अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस ने महिलाओं की स्थिति में महत्वपूर्ण बदलाव लाने में मदद की है, फिर भी समाज में कई चुनौतियाँ बनी हुई हैं, जिनका सामना महिलाएँ करती हैं। इन चुनौतियों से निपटने के लिए निरंतर प्रयास की आवश्यकता है।

महिलाओं के खिलाफ हिंसा

दुनिया भर में महिलाएँ अब भी घरेलू हिंसा, शारीरिक और मानसिक शोषण, और यौन उत्पीड़न का सामना करती हैं। भारत जैसे विकासशील देशों में, महिलाओं के खिलाफ हिंसा का स्तर अधिक है, और यह विशेष रूप

से ग्रामीण इलाकों में अधिक प्रचलित है। घरेलू हिंसा, बलात्कार, छेड़छाड़, और कार्यस्थल पर उत्पीड़न जैसी समस्याएँ महिलाओं की सुरक्षा के लिए गंभीर खतरे उत्पन्न करती हैं।

अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस की यह जिम्मेदारी बनती है कि इस दिन हम महिलाओं के खिलाफ हिंसा के मामलों पर ध्यान आकर्षित करें और इसे समाप्त करने के लिए प्रभावी कदम उठाए जाएं। इसके लिए, सख्त कानूनों के साथ-साथ समाज के सभी स्तरों पर जागरूकता अभियान चलाने की आवश्यकता है।

कार्यस्थल पर असमानता

महिलाओं के लिए कार्यस्थल में समान वेतन और समान अवसरों की कमी अभी भी एक बड़ी चुनौती है। कई कंपनियों और संगठनों में महिलाओं को पुरुषों के मुकाबले समान काम के लिए कम वेतन मिलता है, और उन्हें शीर्ष पदों पर भी कम अवसर मिलते हैं। कार्यस्थल में इस असमानता को दूर करने के लिए महिलाओं के लिए सशक्तिकरण योजनाओं और नीतियों को लागू किया जाना आवश्यक है।

इसके अलावा, कार्यस्थल पर महिलाओं को उत्पीड़न से बचाने के लिए भी सख्त दिशा-निर्देशों की आवश्यकता है। महिलाओं को अपनी आवाज उठाने के लिए सुरक्षित और सहायक वातावरण प्रदान किया जाना चाहिए, ताकि वे बिना डर के अपने अधिकारों की रक्षा कर सकें।

शिक्षा और स्वास्थ्य में असमानता

भारत और अन्य विकासशील देशों में, लड़कियों की शिक्षा और स्वास्थ्य सेवाओं तक सीमित पहुँच अभी भी एक महत्वपूर्ण समस्या है। इन क्षेत्रों में सुधार की आवश्यकता है ताकि महिलाओं को अपने जीवन में आत्मनिर्भर बनने का मौका मिले और वे समाज में अपना योगदान दे सकें।

भारत में, खासकर ग्रामीण इलाकों में, लड़कियों के लिए शिक्षा की कमी, स्वास्थ्य समस्याओं का सामना, और बाल विवाह जैसी कुप्रथाएँ अभी भी प्रचलित हैं। महिला दिवस इस मुद्दे को उजागर करता है और इसे समाप्त करने के लिए हम सबको एकजुट होने की आवश्यकता है।

पुरुषों की भूमिका

अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस केवल महिलाओं के संघर्ष और अधिकारों का उत्सव नहीं है, बल्कि यह पुरुषों के सहयोग और समर्थन का भी दिन है। जब पुरुष महिलाओं की समानता के समर्थक बनते हैं, तब समाज में वास्तविक बदलाव आ सकता है।

मर्दों को यह समझने की आवश्यकता है कि लिंग समानता का लाभ केवल महिलाओं को ही नहीं, बल्कि समाज के हर सदस्य को होता है। पुरुषों को अपनी सोच और मानसिकता बदलने की आवश्यकता है ताकि वे महिलाओं के अधिकारों के प्रति सहानुभूति दिखा सकें और उनके साथ समानता की ओर कदम बढ़ा सकें। महिलाओं के अधिकारों की रक्षा में पुरुषों की सक्रिय भागीदारी समाज में बदलाव लाने में मदद कर सकती है।

महिला दिवस के समृद्ध भविष्य के लिए उपाय

शिक्षा और जागरूकता

महिलाओं को सशक्त बनाने का सबसे प्रभावी तरीका शिक्षा है। शिक्षा के माध्यम से महिलाएँ अपनी स्थिति को पहचान सकती हैं, अपने अधिकारों को समझ सकती हैं और अपने भविष्य का निर्धारण करने में सक्षम हो सकती हैं।

समाज में महिलाओं के अधिकारों के बारे में जागरूकता फैलाने के लिए निरंतर प्रयास किए जाने चाहिए। इस जागरूकता के जरिए महिलाएँ अपने अधिकारों के लिए खड़ी हो सकती हैं, और समाज में बदलाव लाने में मदद कर सकती हैं।

आर्थिक स्वतंत्रता

महिलाओं के आर्थिक रूप से स्वतंत्र होने के लिए उन्हें समान नौकरी के अवसर और रोजगार के अधिकार मिलने चाहिए। जब महिलाएँ वित्तीय रूप से स्वतंत्र होती हैं, तो वे अपने जीवन के महत्वपूर्ण निर्णय खुद लेने में सक्षम होती हैं।

सरकार और संस्थाओं को महिला उद्यमिता को बढ़ावा देने और महिलाओं को कारोबार स्थापित करने में मदद करने की दिशा में कदम उठाने चाहिए। छोटे व्यवसायों और स्टार्टअप्स के माध्यम से महिलाएँ अपनी आर्थिक स्थिति को मजबूत बना सकती हैं और समाज में महत्वपूर्ण योगदान दे सकती हैं।

स्वास्थ्य और कल्याण

महिलाओं के स्वास्थ्य और कल्याण के लिए सरकारों और समाज को विशेष ध्यान देना चाहिए। महिलाओं के लिए बेहतर स्वास्थ्य सेवाएं, यौन और प्रजनन स्वास्थ्य सेवाएं, और मानसिक स्वास्थ्य के लिए सहायता कार्यक्रमों की आवश्यकता है।

इसके अलावा, महिलाओं के लिए पोषण, सुरक्षित गर्भधारण और प्रसव की सुविधाओं के साथ-साथ मानसिक स्वास्थ्य को प्राथमिकता देने वाली योजनाओं का कार्यान्वयन जरूरी है।

अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस हम सभी के लिए एक प्रेरणा है। आज जब हम यह सोचते हैं कि महिलाओं ने इतिहास में महत्वपूर्ण योगदान दिया है, तो यह निश्चित रूप से हमें यह विश्वास दिलाता है कि यदि महिलाओं को समान अवसर दिए जाएं, तो वे किसी भी क्षेत्र में सफलता प्राप्त कर सकती हैं।

अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस का असल उद्देश्य महिलाओं के संघर्ष और उपलब्धियों का सम्मान करना है, साथ ही यह सुनिश्चित करना है कि महिलाएँ अपनी पूरी क्षमता का उपयोग कर सकें। समाज में वास्तविक परिवर्तन तभी आएगा जब महिलाएँ और पुरुष समान अधिकारों, अवसरों और सम्मान के साथ जीवन जी सकेंगे।

सलाह लेने देने का मार्ग अनुचित नहीं

डॉ. बी.आर.नलवाया

मंदसौर

हर क्षेत्र में चाहे वह सामाजिक संस्था हो, धार्मिक संस्था हो, शैक्षणिक संस्था हो, सांस्कृतिक संस्था हो, खेलकूद की संस्था हो या राजनीतिक संगठन हो इत्यादि संस्थाओं के पदाधिकारियों में वरिष्ठ व्यक्ति ही सही मार्गदर्शन देने में सक्षम होते हैं। चाहे आप उन संस्थाओं के पूर्व पदाधिकारियों से सलाह ले या ना ले परंतु उनके अनुभव अत्यंत ही उपयोगी होते हैं, क्योंकि बड़े बुजुर्ग, अभिभावक, गुरुजन, मित्र, सगे संबंधी से किसी भी शुभ अशुभ मौके पर सलाह लेने और देने की परंपरा भारतीय संस्कृति में प्राचीन काल से चली आ रही है। हालांकि कुछ लोग अपने आपको ज्यादा ही समझदार समझते हैं और बिना वरिष्ठ व्यक्ति की सलाह के जीवन के महत्वपूर्ण फैसले कर लेते हैं। नतीजन ऐसे लोग कई बार संकट में भी फंस जाते हैं।

सलाह लेना और देना समाज में सहिष्णुता और नैतिकता विकसित करने का आध्यात्मिक मार्ग भी है। यही वजह है कि हमारे यहां अतीत से ही यह परंपरा चली आ रही है कि वरिष्ठ व्यक्ति से सलाह लेने व देने का मार्ग अनुचित नहीं होता है। यहां यह जिक्र करना भी लाजमी है कि भगवान श्रीकृष्ण की सलाह अगर दुर्योधन मान लेता तो महाभारत जैसा भयंकर युद्ध नहीं होता और कौरव वंश का विनाश नहीं होता, वही श्री कृष्ण की सलाह मानने के कारण ही पांडवों की विजय तय हुई।

सलाह के संबंध में यहां यह एक प्रसंग अत्यंत महत्वपूर्ण है कि--- ₹यूनान के एक प्रसिद्ध दार्शनिक सुकरात भ्रमण करते हुए एक शहर में पहुंचे। वहां उनकी एक वृद्ध व्यक्ति से भेंट हुई वे दोनों काफी घुलमिल गए। सुकरात ने उनके व्यक्तिगत जीवन में काफी रूचि ली और उनसे काफी खुलकर बातें की। संतोष व्यक्त करते हुए सुकरात ने कहा आप का गत जीवन तो बड़े शानदार ढंग से बीता है लेकिन इस वृद्धावस्था में आपको कौन-कौन से पापड़ बेलने पड़ रहे हैं यह तो बतलाइए। वृद्ध ने मुस्कुराते हुए कहा कि मैं अपने पारिवारिक उत्तरदायित्व को अपने समर्थ पुत्रों को देकर निश्चिंत हूं। वह जो कहते हैं वह मैं कर देता हूं, जो खिलाते हैं वह खा लेता हूं, और पौत्र-पौत्रियों के साथ हंसता खेलता रहता हूं। बच्चे कुछ भूल भी करते हैं फिर भी मैं चुप रहता हूं मैं उनके कार्य में बाधक नहीं बनता, लेकिन जब कभी भी वे मुझसे परामर्श लेने आते हैं तो मैं अपने जीवन के सारे अनुभवो को उनके सामने रख देता हूं और की गई भूलों से उत्पन्न दुष्परिणामों की ओर उन्हें सचेत कर देता हूं। वे मेरी सलाह पर कितना चलते हैं यह देखना मेरा काम नहीं है। वह मेरे निर्देशों पर चले यह मेरा आग्रह नहीं होता। परामर्श देने के बाद भी यदि वह भूल करते हैं तो मैं चिंतित नहीं होता, उस पर भी यदि वे पुनः मेरे पास आते हैं तो उनके लिए मेरा दरवाजा सदैव खुला रहता है में उन्हें उचित सलाह देकर विदा कर देता हूं।

वृद्ध की बात सुनकर सुकरात बहुत ही प्रसन्न हुए और उन्होंने कहा इस आयु में भी जीवन को सुंदर ढंग से कैसे जिया जाए यह आपने बखूबी समझ लिया है इसीलिए आपकी वृद्धावस्था बहुत अच्छी दिख रही है।₹

अतः सारांश यह है कि वृद्धजनों से सलाह लेना अत्यंत महत्वपूर्ण है, वृद्धजनों के पास बैठने से उनके बरसों का अनुभव आपको कुछ लम्हों में ही मिल जाता है और आप जीवन में गलतियां करने से बच जाते हैं।

महाकुंभ से मिला प्रदेश की अर्थव्यवस्था को बल

विभा कनन
कोयम्बटूर तमिलनाडु

धार्मिक आयोजन कैसे किसी प्रदेश की अर्थव्यवस्था की रीढ़ बनते हैं, इसका साक्षात प्रमाण है प्रयागराज महाकुंभ।प्रयागराज में चल रहे महाकुंभ का केवल धार्मिक, आध्यात्मिक और सांस्कृतिक दृष्टि से ही महत्व नहीं है, अपितु अर्थव्यवस्था को नई उड़ान देने वाला है। इस महाकुंभ में विज्ञान, संस्कृति और अध्यात्म का अद्भुत संगम दिखाई दे रहा है। पारंपरिक परंपराओं के अस्तित्व से अनुकूलन स्थापित करता विश्व का विशालतम जनसमागम दिव्य, भव्य एवं डिजिटल महाआयोजन के रूप में आधुनिकता की ओर बढ़ चुका है।

पंजाब, हरियाणा और दिल्ली चैंबर ऑफ कॉमर्स की रिपोर्ट के अनुसार भारत में 60 प्रतिशत से अधिक घरेलू यात्राएं धार्मिक स्थलों की होती हैं। धार्मिक पर्यटन आर्थिक उन्नति और सांस्कृतिक आदान-प्रदान में महत्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं। उत्तर प्रदेश का देश ही नहीं, अपितु विश्व में धार्मिक दृष्टि से अत्यंत महत्वपूर्ण स्थान है।

धार्मिक आयोजन कैसे किसी प्रदेश की अर्थव्यवस्था की रीढ़ बनते हैं, इसका साक्षात प्रमाण है प्रयागराज महाकुंभ।प्रयागराज में चल रहे महाकुंभ का केवल धार्मिक, आध्यात्मिक और सांस्कृतिक दृष्टि से ही महत्व नहीं है, अपितु अर्थव्यवस्था को नई उड़ान देने वाला है। इस महाकुंभ में विज्ञान, संस्कृति और अध्यात्म का अद्भुत संगम दिखाई दे रहा है। पारंपरिक परंपराओं के अस्तित्व से अनुकूलन स्थापित करता विश्व का विशालतम जनसमागम दिव्य, भव्य एवं डिजिटल महाआयोजन के रूप में आधुनिकता की ओर बढ़ चुका है। यूनेस्को द्वारा 2017 में कुंभ मेले को मानव जाति की अमूर्त सांस्कृतिक विरासत के रूप में मान्यता दिए जाने के बाद से यह आयोजन विश्व के लोगों के लिए और आकर्षण का केंद्र बन गया है।

लगभग 60 करोड़ श्रद्धालुओं के स्वागत के लिए समर्पित महाकुंभ में उत्तर प्रदेश के

सभी 75 जिलों के कारीगरों से लेकर उद्योगी तक (एक जनपद - एक उत्पाद कार्यक्रम के अंतर्गत) प्रत्यक्ष और परोक्ष रूप से जुड़े हैं। सुचारु व्यवस्था चाक-चौबंद करने के लिए 'महाकुंभ नगर' नाम से नया जिला बनाया गया है। मात्र 45 दिन में 35 देशों के बराबर आबादी आकर्षित करने वाला यह महा आयोजन उद्योगों के लिए दिवाली से कम नहीं है। अकेले 10 हजार करोड़ रुपये के ऑर्डर छोटे कारीगरों और छोटी इकाइयों के पास हैं।

महाकुंभ में राज्य सरकार ने 7,500 करोड़ रुपये का बजट रखा है। इस वजह से इसके कुल 25 हजार करोड़ रुपये के राजस्व और दो लाख करोड़ रुपये के कारोबार का अनुमान है।इस महाकुंभ में जूता-चप्पल सिलने वाले कारीगर से लेकर हेलीकॉप्टर चलाने वाली कंपनी तक के लिए कमाई के रास्ते खुले हैं। इसके अतिरिक्त किराने सामान से 4200 करोड़ रुपये, खाद्य तेल से 2500 करोड़, सब्जियों से 2500 करोड़, बिस्तर, गद्दे, चादर, तकिया, कंबल आदि से 1000 करोड़, दूध तथा अन्य डेयरी उत्पाद से 4500 करोड़, हॉस्पिटैलिटी से 2500 करोड़ और अन्य क्षेत्रों में कम से कम 3000 करोड़ रुपये की कमाई होगी।

कन्फेडरेशन ऑफ इंडिया ट्रेडर्स (कैट) के यूपी प्रमुख महेंद्र गोयल के अनुसार महाकुंभ के दौरान श्रद्धालुओं की मूलभूत आवश्यकताओं से जुड़ी चीजों से ही 17,500 करोड़ का राजस्व मिलेगा। स्मॉल इंडस्ट्रीज एंड मैन्युफैक्चरर्स एसोसिएशन के अनुसार पूजा सामग्री, कपड़े, स्मृति चिह्नों की खरीदारी में हस्तशिल्प, रेडीमेड और खाद्य पदार्थों का व्यापार फल-फूल रहा है। इसका लाभ हर जिले को हस्तशिल्पियों को मिल रहा है, तो कपड़े में गौतमबुद्धनगर, कानपुर, गाजियाबाद, बनारस, मिर्जापुर और उन्नाव के कारीगरों व उद्यमियों को सीधा लाभ मिला है।

"इंडियन इंडस्ट्रीज एसोसिएशन के राष्ट्रीय अध्यक्ष नीरज सिंघल के अनुसार महाकुंभ

ने हर जिले के लिए रोजगार और आय के रास्ते खोले हैं। होटल, रेस्टोरेंट, खाने-पीने के खोमचे, हवाई यात्रा, रेल और सड़क परिवहन की मांग 100 गुना तक बढ़ेगी। वहीं, निर्माण, सुरक्षा, सफाई व स्वास्थ्य सेवाओं में लगभग 10 हजार श्रमिकों व अकुशल कारीगरों को रोजगार मिला । इनकी सर्वाधिक आपूर्ति गोंडा, देवरिया, बलिया, महाराजगंज, कुशीनगर, कानपुर, कौशांबी, चित्रकूट, महोबा, बांदा, हमीरपुर और गाजीपुर से हो रही है।" भीड़ प्रबंधन, स्वच्छता, बिजली और पानी की आपूर्ति एवं सुरक्षा व्यवस्था ने गोरखपुर, मेरठ, लखनऊ, सीतापुर, कन्नौज, इटावा और झांसी जिलों को समृद्ध किया है। परिवहन, पर्यटन, पानी, पूजा-पाठ की सामग्री आदि ने मथुरा, वाराणसी, कानपुर, हरदोई, फर्रुखाबाद और बागपत को करोड़ों रुपयों का काम दिया है। प्रदेश के 82 बड़े ब्रांड्स और देश के 178 ब्रांड्स ने भी अस्थायी रूप से 10000 युवाओं को रोजगार रोजगार दिया है। टेंट सिटी ने स्थायी रूप से 3000 से अधिक रोजगार दिए हैं।

महाकुंभ में डिजिटल तकनीक के साथ ही पर्यावरण संरक्षण पर भी जोर है। यहाँ करीब 500 पर्यावरण संरक्षण संस्थाएँ गंगा और कुंभ की स्वच्छता और निर्मलता बनाए रखने के लिए 'हर घर से एक थैला, एक थाली' द्वारा हरित कुंभ में लोगों को स्वच्छता के प्रति जागरूक कर रही हैं।इसके लिए भी लगभग 3000 लोगों को रोजगार के अवसर प्राप्त हुए हैं।

महाकुंभ में आधुनिक तकनीक का प्रयोग केवल भीड़ को सुचारू रूप से प्रबंधित करने और सुरक्षा आदि के लिए ही नहीं किया जा रहा है, बल्कि 11 भाषाओं में एआई संचालित चैटबॉट कुंभ सहायक महाकुंभ की समस्त आवश्यक जानकारी भी उपलब्ध करा रहा है। इस कार्य - योजना में अनेक तकनीक विशेषज्ञों की सेवाएं ली जा रही हैं।इससे भविष्य में उत्तर प्रदेश की आय में अत्यधिक वृद्धि होने का अनुमान है।

महाकुंभ को भव्य एवं सुगम बनाने पर सरकार द्वारा लगभग 7500 करोड़ रुपये व्यय किए गए हैं। इस निवेश से न केवल तीर्थाटन और रोजगार सृजन को प्रोत्साहन मिलेगा, अपितु इसके गुणक प्रभाव से उत्तर प्रदेश के आर्थिक विकास को भी बढ़ावा मिलेगा। प्रयागराज की देश के विभिन्न हिस्सों से कनेक्टिविटी बढ़ाने के लिए ही भारतीय रेलवे ने 3,000 विशेष ट्रेनों को चलाया है। प्रयागराज में गंगा पर छह लेन का ब्रिज, चार लेन का रेलवे ओवरब्रिज बनाया गया है। हल्दिया-वाराणसी जलमार्ग को प्रयागराज तक विस्तार दिया गया है। सरकार द्वारा महाकुंभ के लिए विभिन्न विकास योजनाओं पर व्यय के साथ बड़े-बड़े उद्योगपति भी अपनी-अपनी वस्तुओं की ब्रांडिंग और मार्केटिंग के लिए 3,000 करोड़ रुपये से अधिक व्यय कर रहे हैं।

प्रयागराज में 45 दिनों से अधिक चलने वाले इस समागम में होने वाली आर्थिक गतिविधियों के परिणामस्वरूप राज्य सरकार को 25,000 करोड़ रुपये से अधिक का राजस्व प्राप्त होने का अनुमान है। वित्तीय लेनदेन 2.5 लाख करोड़ से अधिक होने की संभावना है।

महाकुंभ की एक महत्वपूर्ण बात यह भी होगी कि डिजिटल लेनदेन पर बहुत अधिक जोर रहेगा। इस डिजिटल लेनदेन से गैर-संगठित क्षेत्र के लोगों की ऋण क्षमता बढ़ने से बैंकिंग क्षेत्र की व्यवस्था भी मजबूत होगी। होटल, रेस्तरां, परिवहन सेवाएं और टूर प्रदाताओं के साथ-साथ क्षेत्रीय हस्तशिल्प, कला और व्यंजनों के लिए बाजार से जुड़े लाखों लोगों को प्रत्यक्ष एवं अप्रत्यक्ष रोजगार मिलेगा। इस आयोजन से टैक्सी, ई-रिक्शा, स्ट्रीट वेंडर, शिल्पकार और दुकानदार आदि 45 दिनों में ही आठ महीने से अधिक की आय आसानी से अर्जित कर लेंगे। उत्तर प्रदेश पर्यटन विभाग के अनुसार महाकुंभ की तैयारियों में लगभग 50,000 परिवारों को रोजगार मिल चुका है।लगभग 60 करोड़ श्रद्धालुओं के महाकुंभ आने? का नया विश्व कीर्तिमान स्थापित हो चुका है, इससे श्रद्धालुओं को अमृत स्नान का पुण्य लाभ तो मिला ही है, उत्तर प्रदेश को आर्थिक आय में वृद्धि का सुअवसर मिला है।

महाकुंभ में अंतरराष्ट्रीय पर्यटकों के आगमन से भी राज्य और राष्ट्र की अर्थव्यवस्था, दोनों के राजस्व में वृद्धि होगी। महाकुंभ के लिए टूर ऑपरेटरों द्वारा अनेक प्रकार के आकर्षक टूर पैकेजों की पेशकश की जा रही है। प्रयागराज आने वाले तीर्थयात्री केवल महाकुंभ तक ही सीमित नहीं रहेंगे, अपितु आसपास के क्षेत्रों के धार्मिक स्थलों को भी भ्रमण करेंगे। अयोध्या, वाराणसी, मथुरा, चित्रकूट, नैमिषारण्य, आगरा आदि अन्य स्थलों पर घरेलू एवं विदेशी मेहमानों के आने से सरकार को लगभग 200 करोड़ से अधिक आय सृजित होने की संभावना है।

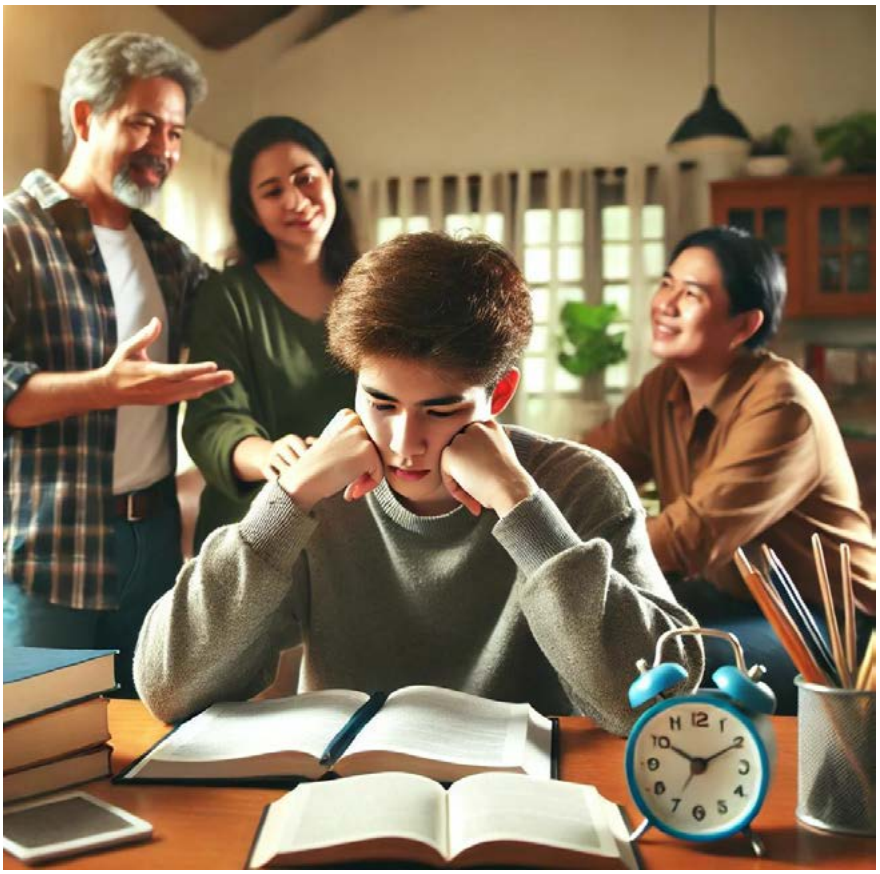
महाकुंभ से देश की जीडीपी में 1 % की वृद्धि होने के साथ ही अन्य दूरगामी आर्थिक प्रभाव होंगे, जो उत्तर प्रदेश को आर्थिकी को एक ट्रिलियन डॉलर वाले लक्ष्य के और निकट लाएंगे। महाकुंभ में आर्थिक प्रभावों से अधिक सामाजिक और आध्यात्मिक चेतना का विकास होगा, जो हमें 'वसुधैव कुटुंबकम्' की मूल भावना के और अधिक निकट लाएगा।

कुंभ मेले का सर्वाधिक आकर्षण स्थानीय उत्पादों के स्टाल होते हैं। कुंभ एक ऐसा मंच प्रदान करता है, जिसके माध्यम से स्थानीय उत्पादों को अधिक से अधिक प्रोत्साहित कर वैश्विक स्तर पर आत्मनिर्भर भारत की दिशा में बढ़ा जा सकता है। इसके लिए बड़े उद्योगों को प्रतिस्पर्धा से स्थानीय उद्योगों को संरक्षित किया जाना आवश्यक है। महाकुंभ में लोगों द्वारा गरीबों एवं वंचितों को अन्न एवं वस्त्र के दान का भी विशेष महत्व होता है। श्रद्धालुओं द्वारा संतों को भी दान दिया जाता है। भंडारे जैसी गतिविधियां आयोजित होती हैं। इसमें कोई एक व्यक्ति या समाज ही नहीं, अपितु पूरा देश ही एक साथ उठ खड़ा होता है। इस सामाजिक चेतना को भले ही आर्थिक मानकों पर न मापा जा सके, पर ये गतिविधियां भी आर्थिक मापदंड के आधार मजबूत करती हैं।

महाकुंभ मात्र अध्यात्म, पर्यटन तक सीमित नहीं है, अपितु इस बार का आयोजन अन्य अनेक विषयों के साथ ही वित्तीय साक्षरता का भी कुंभ है। भारतीय रिजर्व बैंक एक छत के नीचे श्रद्धालुओं को बैंकिंग से लेकर साइबर जागरूकता तथा डिजिटल रुपया तक की जानकारी उपलब्ध करा रहा है। आरबीआई के त्रिवेणी मार्ग पर लगे शिविर में स्थित काउंटरों के माध्यम से श्रद्धालुओं को वित्तीय रूप से साक्षर किया जा रहा है। इसके अंतर्गत डिजिटल पेमेंट, उपभोक्ता संरक्षण, वित्तीय साक्षरता और इन्वेस्टमेंट कॉर्नर के विषय में विस्तृत जानकारी एवं सेवाएं दी जा रही है। इससे बैंकिंग सेवाओं द्वारा ग्राहकों को निवेश के लिए प्रोत्साहन प्राप्त होगा।

महाकुंभ से देश की जीडीपी में 1 % की वृद्धि होने के साथ ही अन्य दूरगामी आर्थिक प्रभाव होंगे, जो उत्तर प्रदेश को आर्थिकी को एक ट्रिलियन डॉलर वाले लक्ष्य के और निकट लाएंगे। महाकुंभ में आर्थिक प्रभावों से अधिक सामाजिक और आध्यात्मिक चेतना का विकास होगा, जो हमें 'वसुधैव कुटुंबकम्' की मूल भावना के और अधिक निकट लाएगा।

परीक्षाएं और परिजन



डॉ इरा त्रिपाठी

मानो सामाजिक सलाहकार
जिला मानसिक स्वास्थ्य कार्यक्रम
एस एस पी जी वाराणसी

जीवन पर्यन्त परीक्षाएं स्वयं को अपने आप का मूल्यांकन करने की एक प्रक्रिया है जहां हम एक निश्चित अवधि तक कुछ ज्ञान ग्रहण करने के उपरांत उसको कितना आत्मसात कर पाए हैंए इसका मूल्यांकन करते हैं। इसी प्रकार शैक्षिक या व्यावसायिक क्षेत्र में भी परीक्षाएं देते हुए परिणामों में उत्तीर्ण हैं या अनुत्तीन या फिर उच्च स्तरीय उत्तीर्ण जैसे तमगों से अपने आप को वर्गीकृत करते हैं। एक प्रकार से यह सही भी है क्योंकि स्वयं की प्रतिभा ज्ञान अथवा गुण का मूल्यांकन किए बिना जीवन की कक्षाएं चाहे वह व्यक्तिगत हो सामाजिक हो या शैक्षणिक में निरंतर उच्च प्रधानों पर पहुंच पाना असंभव सा होगाए क्या गुणए कितने गति से और कितनी उचित मात्रा में निरंतर विकसित करते चलना है इसका अच्छी प्रकार से जांच पाना तभी हो पाएगा जब हम परीक्षाओं में बैठेंगे।आजकल शैक्षिक परीक्षाओं का समय चल रहा है जिसमें बच्चे और युवा वह सभी तनमयता से संलग्न हैं और ऐसे में परीक्षार्थियों के लिए उनके सबसे बड़े सहायक यानी सपोर्ट सिस्टम अभिभावकों की भागीदारी बहुत मूल्यवान हो जाती है खासकर तब जब बच्चे बोड्र्स ;यूपी बोर्ड सीबीएसई बोर्डए आईसीएसई बोर्डद्ध की परीक्षाओं को दे रहे हैं। हालांकि आज के परिवेश में जितना ही पढ़ाई लिखाई की सामग्री के साथ सुख सुविधाओं का भंडार उपलब्ध हुआ है उसके साथ साथ भी बच्चों को उनके मार्ग से विचलित करने वाले साधनों ने बच्चों के परीक्षा तैयारी के मार्ग में और भी जटिल बनाया हैए ऐसे में अभिभावकों का व्यवहार भी बच्चों के प्रति अति आशावादी और अपेक्षा पूर्ण हो गया है जिसमें ना चाहते हुए हताशा वश वे बच्चों से बार.बार उत्तेजितए व्यंग्यात्मक और असहयोगात्मक बात एवं व्यवहार प्रकट करने के लिए विवश हो जाते हैं जो कई बार असाधारण स्थिति को भी जन्म दे देता है।

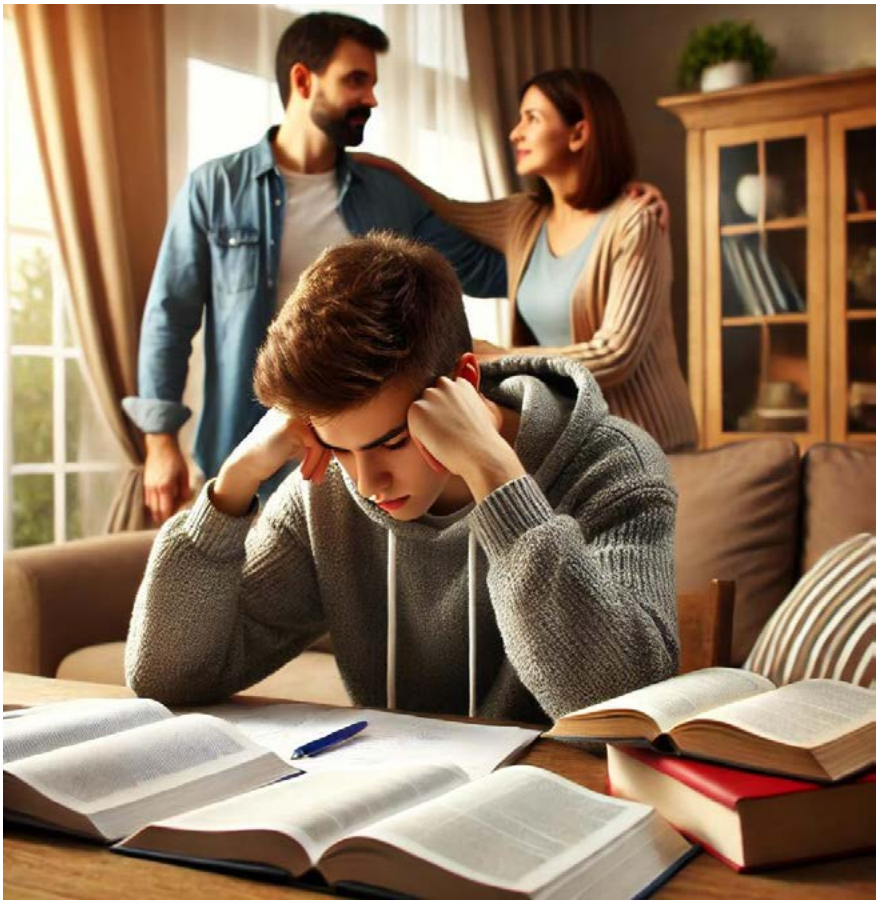
अतः हम सब इस बात की चर्चा में आज सम्मिलित है की परीक्षाओं के समय अभिभावकों की बच्चों के प्रति क्या व्यवहार और प्रक्रिया होनी चाहिए। हम सब जानते हैं कि डिजिटलाइजेशन के युग में पूरे साल बच्चों की ऑफलाइन क्लासेस और अन्य प्रकार की एक्स्ट्रा करिकुलम एक्टिविटीज और बहु आयामी गुण ग्रहण करने के फेर में बच्चे अपनी शैक्षिक योग्यता विकसित करने में बहुत समझौता करने लग गए हैं जिसके चलते वो मुख्य (वार्षिक) परीक्षा में बच्चों की शारीरिक एवं मानसिक दोनों स्थिति बहुत ही कमजोर पलों से गुजर रही होती है वर्ष भर ऑनलाइन क्लासेस की आड़ में बच्चे चाहे अनचाहे अनावश्यक विषय वस्तुओं से भी दो.चार होते रहते हैं यह विषय वस्तु इतने आकर्षक एवं आसानी से ग्रह होते हैं कि बच्चे धीरे.धीरे इससे जुड़ते चले जाते हैं और उनकी

आंख खुलना या उनकी चेतना तब वापस आती है जब उनकी वार्षिक परीक्षाएं उनके सिर पर खड़ी होती हैं ऐसे में कोर्स का पूरा ना हो पानाए समझ ना पानाए पढ़े या पढ़ाए गए विषय की पुनरावृत्ति न कर पाना और विषय कितना तैयार है इसका स्व मूल्यांकन ना कर पाने से बच्चों में चिंताए घबराहटए बेचैनी के साथ.साथ हताशाए निराशाएऔर तनाव अपने उच्च स्तर पर हो जाती है और बार.बार अभिभावकों के समझाने एवं रोकने टोकने के बाद भी बच्चों में परीक्षा के प्रति सकारात्मकता ना आ पाने के कारण अभिभावकों में भी बच्चों की परीक्षाओं के समय अत्यधिक हताशाए चिड़चिड़ापनएऔर तनाव हो जाने के कारण व्यवहार में नकारात्मकता आ जाती है। जो

वार्षिक परीक्षा के समय नकारात्मक व्यवहार में परिवर्तित हो जाती है जिससे वह परीक्षा की तैयारी में लगे बच्चों में तनाव के स्तर को अत्यधिक बढ़ा देते हैं और उनमें वैचारिक समस्याए व्यावहारिक समस्याएभावनात्मक असंतुलन कर देते हैं जो उनके अत्यधिक मेहनत के उपरांत भी परीक्षा में उनके परफॉर्मेंस पर नकारात्मक प्रभाव डालती है।

अतः इन सभी बातों को समझते हुए हमारा कर्तव्य है कि तनाव एवं घबराहट जैसी मन स्थिति एवं व्यवहार के मद्दे नजर परीक्षार्थी एवं अभिभावक के लिए यहां कुछ सलाह साझा करना चाहेंगे जो की दोनों के लिए पृथक प्रस्तुत है। सर्वप्रथम बच्चों के लिए कुछ अति आवश्यक महत्वपूर्ण बातें निम्न है

- क्योंकि साल का आधा समय परीक्षार्थियों द्वारा विभिन्न क्रिया कलापों में व्यर्थ कर दिए जाते हैंए तो बच्चों को इस समय फोकस्ड स्टडी पर जोर देना चाहिएएजैसे विगत 10 सालों के परीक्षा पत्रों से महत्वपूर्ण प्रश्नों को छांटकर उन पर विशेषता ध्यान देना और तैयार करना चाहिए। शिक्षकों के द्वारा पढ़ाए गए सभी विषयों में से उनके द्वारा बताए गए महत्वपूर्ण टॉपिक को अधिक ध्यान तैयार करना।



- वार्षिक परीक्षा की तैयारी करते समय लगभग सभी चीज तैयार करने के बाद भी कुछ समय निकालकर कुछ नए एवं सम समाइक प्रश्नों को देखते हुए जब कोई नई विषय तैयार करने की कोशिश करते हैं तो उसका समय कुछ ऐसा निर्धारित करें कि जिस समय उनका मन मस्तिष्क पूर्णता उत्साहित होए फ्रेश होएऊर्जावान हो जैसे प्रातः काल या रात्रि के शांत समय क्योंकि इन समयों पर वातावरण में काम से कम हलचल अथवा कोलाहल होती है और उनको नई विषय वस्तु को याद करने में मददगार होगी।
- बच्चों को परीक्षा की तैयारी के लिए एक विशेष व्यवस्था अपने वातावरण में करनी चाहिए जैसे घर के किसी शांत एवं स्वच्छ स्थान जहां रोशनी भी पर्याप्त मात्रा उपलब्ध हो वहां पर अपनी पढ़ाई की कुर्सी मेजएटेबल लैंप्स और नोटिस बोर्ड जैसी व्यवस्था करनी चाहिएए जिसमें इंपॉर्टेंट नोट्सए पॉइंट चिपका सके जो उनके नज़रों के सामने निरंतर पड़ता रहे और उनको रिमाइंड कराता रहे उन्हे अपनी कार्यकारी सारणीएअपने सब प्रकार के सब्जेक्ट टाइम टेबल और कुछ मानसिक शांति की आकृति और प्वाइंट्स को भी वहां पर चिपका चाहिए।
- बच्चों को अपने वार्षिक परीक्षा के दिनों में अपने खाने.पीने और पर्याप्त मात्रा में नींद की व्यवस्था को भी ध्यान में रखना चाहिए सोने का विशेषता ध्यान रखना चाहिए एक विशेष समय और विशेष अवधि जो कि निर्धारित हो अवश्य रखनी चाहिए और उसी को निरंतर फॉलो करना चाहिए एग्जाम के समय या वैसे भी नीद की निर्धारित अवधि को पालन करेंने की आदत बनानी चाहिए।
- खानपान में तरल पदार्थ का सेवनए

आसानी से पचने वाले भोजनएदेर से पचने वाले खाद्य पदार्थों का सेवन को न करने की आदतए अधिक से अधिक मात्रा में फल और मौसमी खाद्य पदार्थों का सेवन करते रहने की आदत बनानी चाहिए ।

- नशे की पदार्थ से बचना चाहिए बच्चों को अधिक देर तक जागने की आवश्यकता महसूस होने पर भी अत्यधिक नशीले पदार्थों का उपयोग करने लगते हैं जैसे अल्कोहलए सिगरेट एडार्क कॉफी अत्यधिक चाय एतंबाकू इत्यादि जो कि उनके लिए एक तरीके से शारीरिक नुकसान तथा मानसिक समस्याओं में भी वृद्धि कर सकता है ।अतः इसे दूर रहना चाहिए।
- परीक्षा की तैयारी करते वक्त बच्चों को कठिन विषयों को तैयार करते समय उसको खंड.खंड में विभाजित करते हुए तैयार करना चाहिए फिर बोलकर या लिखित प्रयास करना चाहिए और दोहराना भी चाहिएए ऐसे में विषय वस्तु की तैयारी करते वक्त बच्चों को पढ़ाई के बीच से 10 या 15 मिनट का अंतराल या गैपिंग भी रखनी चाहिएए जिससे उनको बोरेडम या निरंतर थकान का अनुभव न हो।
- सबसे महत्वपूर्ण उनको अपने परीक्षा तैयारी में और व्यवहार में एक प्राणायामए शांत रहने की प्रक्रिया या ध्यान की प्रक्रिया को सम्मिलित करना चाहिए। जिसका अभ्यास बीच.बीच में जब समय इंटरवल लेते हैं तो उपयोग कर लेना चाहिए इसके अलावा इंटरवल में या गैपिंग के समय में वह बागवानी कर सकते हैं एसंगीत सुन सकते हैंए थोड़ा डांस कर सकते हैंए शारीरिक व्यायामए हल्का.फुल्का संगीत में अंताक्षरीए कोई वाद्य यंत्र द्वारा ध्यान योग इत्यादि करना चाहिए क्योंकि इसको करते रहने से परीक्षा में उनका शारीरिक और मानसिक उत्साह बना रहेगा। अगर कोई मंत्र का जाप कर सकते हैं तो उसे भी करना चाहिए।

अभिभावकों के लिए अति आवश्यक है कि वह परीक्षा में बैठने वाले को एक सकारात्मक परिवेश देंएएए बच्चों ने पूरे साल क्या कियाघ् कैसे किया क्यों कियाघ् उसे भूल कर बच्चों को सकारात्मक सहयोग प्रदान करने का प्रयत्न करें। उनको व्यंग्यात्मक टिप्पणी करने से बचें जैसे पूरा साल तो बर्बाद कर दिया आप क्या ही कर पाओगेए रहने दो पढ़ने की क्या आवश्यकता है एतुम्हारा क्या ही होगा तुम हम लोगों के नाक ही कटवा के रहोगेए पड़ोसी के लड़के ने साल भर इतनी मेहनत की है उसकी तैयारी की है वह पक्का तुमसे अच्छा मार्क्स लयेगा ए ऐसे बच्चे ही मां. बाप का नाम बढ़ा सकते हैं ए आदि इन सब चीजों की टिप्पणियों से बचना चाहिए।

इन सब टिप्पणियों से बच्चों में हताशा और चिड़चिड़ापन बढ़ जाता है और पढ़ने के स्थान पर वह और भी रूड जिद्दी हो जाते हैं और पढ़ाई से कतराने लगते हैं जो कि उनके लिए इस समय पर बहुत ही हानिकारक हो जाता है। हालांकि बहुत थोड़े मामले में ये भी देखा गया है कि यह व्यंग्यात्मक टिप्पणियां बच्चों के लिए चुनौती का काम करती हैं जिससे वह और दुगने उत्साह से अपने मां.बाप को यह साबित करने के लिए कि हम भी अच्छे हैं और बढ़-चढ़ के अपनी पढ़ाई पर ध्यान देने लगते हैं जायदा से ज्यादा मेहनत करने लगते हैं जिससे वो उनका सम्मान बढ़ा पाए।

दूसरा महत्वपूर्ण कार्य अभिभावकों को बच्चों के खान-पान पर ध्यान देने से संबंधित है जिसमें बच्चों के भोजन में पोषक तत्वों को प्राथमिकता देने के साथ.साथ तरल पदार्थ जैसे नारियल पानीए फ्रूट का रस, जूस, सूप, गुनगुना दूध, हल्का फुल्का आयुर्वेदिक काढ़ाए संतुलित मात्रा में चाय या कॉफी इत्यादि को शामिल किया जा सकता है। बच्चों को सूखे मेवे, खासकर बादाम अखरोट का नमकीन बना कर वह बीच में दे सकते हैं। परीक्षा के समय बच्चों को अत्यधिक शारीरिक एवं मानसिक श्रम करने की वजह से बुखारए सिर दर्दए कमजोरी एडायरिया इत्यादि हो जाता है जिससे उनके समय की काफी बर्बादी हो जाती है उसके लिए घर में अभिवावकों को चाहिए की फर्स्ट एड बॉक्स अवश्य रखेंए और उनके शारीरिकए मानसिक और समय की क्षति को बचाने में उनकी मदद करें।

तैयारी के समय प्रयास करना चाहिए कि एक रिलैक्सेशन एक्सरसाइज या ध्यान योग बच्चों की दैनिक दिनचर्या में अवश्य सम्मिलित करें और स्वयं भी उसमें शामिल हो।

परीक्षा की तैयारी एवं परीक्षा देते समय अभिभावकों को घर के परिवेश में कलहा पूर्ण और अवस्थित स्थितियों से बचना चाहिए जैसे आपसी मनमुटाव या आपसी टकराव घर में किसी प्रकार का कलहा या घर में किसी प्रकार की पार्टी का आयोजन किसी आयोजन में बार. बार जाना अथवा मेहमानों को आमंत्रित करने इत्यादि के प्रयोजनों से यथासंभव अपने आप को और बच्चों के परिवेश को बचाना चाहिए जिससे उनको किसी प्रकार का डिस्टरबेंस ना हो।

पढ़ाई एवं परीक्षा के तनाव को कुछ-कुछ अभिभावक इतना भारी बना देते हैं या बोझ ले लेते हैं कि स्वयं के ही मानसिक और शारीरिक स्वास्थ्य पर बुरा प्रभाव डाल बैठे हैं अतः बच्चों की भावनात्मक सहायता हेतु उनको चाहिए कि वह स्वयं का खान.पान एवं नींद इत्यादि पर स्व मूल्यांकन एवं देखभाल की रण नीति को भी अपनाएं।

इसके अलावा भी यदि कोई विद्यार्थी किसी भी प्रकार की मानसिक परेशानियों को अनुभव करते हैं तो सरकार द्वारा चलाई जा रही टेली मानस नंबर 14416 टोल फ्री नंबर 18008914416 पर 24 घंटे में कभी भी फोन कॉल करके अपनी समस्याओं का समाधान प्राप्त करने की सहायता वहां से प्राप्त कर सकता है।

स्वस्थ एवं निरोगी जीवन के मूल सिद्धांत

मुकेश कुमार सिंह
योगाचार्य

आज आधुनिक जीवनशैली में रोग हर घर में पहले की तुलना में बहुत से बढता जा रहा है शायद कोई ही ऐसा घर हो जिसमें परिवार के सदस्य को बिमारियां न हो जैसे-जैसे हम विकास की तरफ तेजी से बढ रहे है उसी तरह से रोग भी बहुत तेजी से बढ रहे है पहले से ज्यादा अस्पताल खुलते जा रहे है और दिन व दिन मरीजों की संख्या भी बढती जा रही है और कई नये-नये रोग होते जा रहे है अब तो बच्चों को बचपन से ही चश्मा लगने लगा है साथ ही हृदय रोग की बिमारियां और मोटापा भी तेजी से बढाने लगा है जिसके कारण भी कई सारे अन्य रोग और होने लगे है जैसे कमर दर्द, थायरायड, एसिडिटी, डायबिटीज और मानसिक रोग बहुत तेजी से बढ रहे है।

मानव शरीर भगवान की अमूल्य देन है। एक सुखी एवं सफल जीवन का आधार है स्वस्थ और निरोगी काया। इसलिए कहा जाता हैं कि स्वास्थ्य से बड़ा कोई धन नहीं है। स्वास्थ्य के अभाव में सब बेकार है। आज आधुनिक जीवनशैली में रोग हर घर में पहले की तुलना में बहुत से बढता जा रहा है शायद कोई ही ऐसा घर हो जिसमें परिवार के सदस्य को बिमारियां न हो जैसे-जैसे हम विकास की तरफ तेजी से बढ रहे है उसी तरह से रोग भी बहुत तेजी से बढ रहे है पहले से ज्यादा अस्पताल खुलते जा रहे है और दिन व दिन मरीजों की संख्या भी बढती जा रही है और कई नये-नये रोग होते जा रहे है अब तो बच्चों को बचपन से ही चश्मा लगने लगा है साथ ही हृदय रोग की बिमारियां और मोटापा भी तेजी से बढाने लगा है जिसके कारण भी कई सारे अन्य रोग और होने लगे है जैसे कमर दर्द, थायरायड, एसिडिटी, डायबिटीज और मानसिक रोग बहुत तेजी से बढ रहे है। इस रोगों के शिकार सभी आयु वर्ग के लोग हो रहे है। साथ में बढते प्रदूषण के कारण भी कई सारे रोगों को जन्म दे रहे है और सबसे बढा कारण खान-पान में बढता फास्ट फूड जिसके कारण बच्चे और महिलायें और पुरुषों मे भी बिमारियों बहुत तेजी से बढ रही है। इसके साथ ही बिगडती दिनचर्या के कारण न सोने का सही समय है न ही जगने के इस कारण रोग बढते जा रहे है। स्वस्थ एवं निरोगी जीवन के मूल सिद्धान्त है।

1. आहार
2. श्रम
3. विश्राम
4. मानसिक संतुलन
5. प्रकृति का साथ

1. आहार : आहार संयम स्वस्थ जीवन का पहला सूत्र है। आधुनिक जीवनशैली में आहार स्वास्थ्य के लिए कम स्वाद के लिए ज्यादा खाया जा रहा है। पेट भर जाने के बाद भी स्वाद के लिए भोजन करते रहते है। जो स्वास्थ्य के लिए हानिकारक होता है हम कभी यह भी नहीं सोचते हैं कि जो आहार हम खा रहे है क्या वह स्वास्थ्य के लिए लाभकारी

है या नहीं कुछ भी ध्यान नहीं देते है। भोजन की मात्रा कार्यशैली पर भी निर्भर करती है। जैसा कार्य उसी अनुरूप भोजन भी करना चाहिए। भोजन भूख से थोडा कम करना चाहिए, स्वास्थ्य के लिए लाभदायक होता हैं। शाकाहारी भोजन एवं मौसमी साग सब्जी अपने भोजन में जरूर शामिल करें, भोजन का छोटा ग्रास लेकर शांत चित्त से अच्छी तरह से खूब चबा-चबाकर करना चाहिए। जल्दबाजी में भोजन करने से दॉत का काम भी आंत को करना पड़ता है जिससे पाचन तंत्र पर अधिक जोर पड़ता है दीर्घकालीन दुर्बलता से पाचन तंत्र के कई रोग होने लगते है। इसलिए दूध और फल का सेवन प्रायः में खाये जिससे शरीर और मन दोनों ही स्वस्थ रहते है मिताहार स्वस्थ जीवन का सबसे बड़ा अंग है।

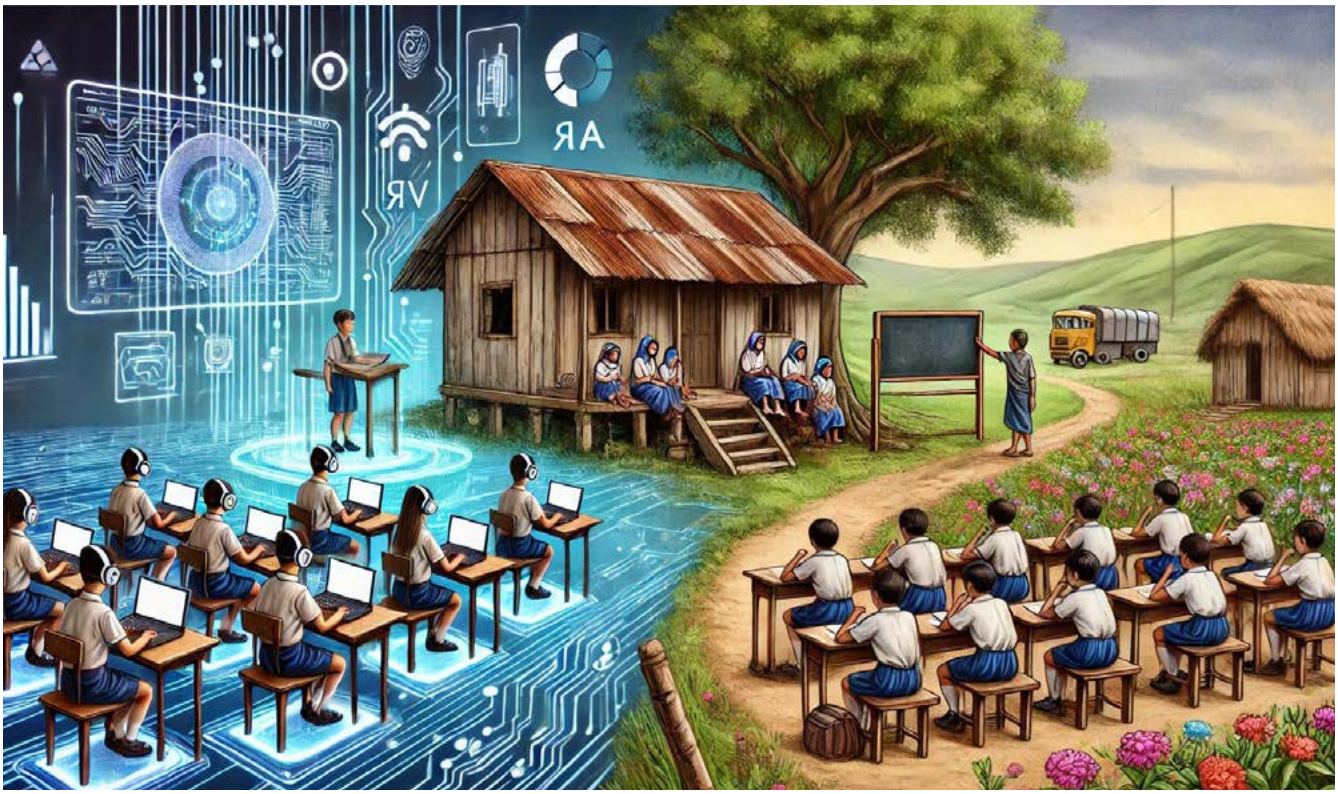
2. श्रम : जीवन में भोजन तथा श्रम दोनों का बहुत ही महत्व है यह हम सभी लोग जानते है आज आधुनिक जीवनशैली में हम सब स्वाद के चक्कर में भोजन खूब करते है परन्तु शारीरिक श्रम नहीं करते है जिसके कारण आज मधुमेह, मोटापा, थाइराइड, हृदयघात जैसे रोग ज्यादा हो रहे है, आज हम सभी जैसे ही मौसम परिवर्तन होता है या बरसात में भीग जाते है वैसे ही हम बीमार हो जाते है,और डॉक्टर के पास जाते है डॉक्टर दवा देता है और हम यह भी पुछते है ंकि डॉक्टर साहब क्या आहार लें जिससे हम स्वस्थ और ताकतवर बने रहें। डॉक्टर द्वारा पौष्टिक भोजन दूध, घी, फल और मेवे का सेवन बताता है। लेकिन आज डॉक्टर और रोगी दोनों इस बात को भूल जाते है ंकि उपयुक्त श्रम के अभाव के बिना अच्छे से अच्छा पौष्टिक आहार का काई उपयोग नहीं है उल्टे वह शरीर के लिए भार बनकर रोग उत्पन्न करता है। स्वस्थ रहने के लिए नित्य योग,व्यायाम,के साथ को स्थान देते हुए शारीरिक श्रम की आवश्यकता पूरी की जा सकती है, सुबह का नियमिति टहलना स्वास्थ्य के लिए बहुत लाभदायक होता है सुबह की ताजी और शुद्व प्राणवायु में गहरी सॉस लेते हुए टहले वह शरीर को बाहर से ही नहीं अन्दर से भी एक नयी ऊर्जा उत्पन्न होती है जिससे शरीर तो स्वस्थ होता है अन्दर से सकारात्मक ऊर्जा का निर्माण होता रहता है। जिस दिन शारीरिक श्रम न हो उस दिन भोजन कम ही लें।

3. विश्राम : भोजन और श्रम के साथ विश्राम के पश्चात नवजीवन का संचार होता है हम सभी लोग प्रतिदिन शारीरिक व मन से दिनभर श्रम करते है थककर चूर हो जाते है लेकिन रात में गहरी नींद शरीर में पुनः शक्ति तथा मन में नयी उमंग उठने लगती है। विश्राम के बाद श्रम तथा श्रम के बाद आराम दोनों एक-दूसरे के पूरक है। थके हुए व्यक्ति को पेटभर भोजन कराने से उसमें शक्ति नहीं आयेगी। शक्ति विश्राम से आती हैं। निद्रा विश्राम का सर्वोत्तम साधन है। निद्रा 6-7 घंटे लें निद्रा कम लेने से शरीर में थकान सी बनी रहती है। सभी अवयव थके एंव सुस्त रहते है। जिसके कारण किसी कार्य को करने में मन नहीं लगता है।

4. मानसिक संतुलन : शरीर हमेशा मन का अनुगामी है मन में संकल्प उठता है उस पर विवके निर्णय देता है फिर उस संकल्प को काल्पनिक चित्र खीचता है और इसके बाद ही शरीर द्वारा क्रिया प्रारम्भ की जाती है। मन के स्वस्थ रहने पर शरीर सहज रूप से स्वस्थ रहेगा। इसके विपरीत अस्वस्थ चित्त से शरीर में रोग उत्पन्न होना स्वाभाविक है ऐसा कई बार देखा जाता है ंकि बाह्य परिस्थितियों के कारण शरीर रोगी बन जाता है लेकिन अगर मन स्वस्थ रहे और रोग का असर मन पर बिल्कुल न होने दिया जाय, जोकि पूर्णतः सम्भव है, तो शरीर अनुकूलता प्राप्त होने पर बड़ी आसानी से स्वास्थ्य लाभ कर सकता है। मन शांत और प्रसन्न रहने पर समान्तयः शरीर स्वस्थ रहेगा। मन में अशांति, क्रोध, ईर्ष्या, राग-द्वेष से शरीर को रोगी बनने से रोका नहीं जा सकता है। मानसिक स्वस्थता ही आरोग्य की कुंजी है। मन और शरीर दोनों शुद्ध और स्वस्थ रहने पर ही आरोग्य सुरक्षित रह सकता है। मानसिक संतुलन बनाये रखने के लिए अपने ईश्वर की प्रार्थना करना। स्वस्थ रहने का अर्थ है खुद में खुश रहना।

5. प्रकृति के साथ : आज की बदलती जीवनशैली में देर से सोना देर से जागने को भी आधुनिक जीवनशैली का हिस्सा मानने लगे है अच्छी सेहत के लिए जल्दी सोना और जल्दी उठने की बात कही गयी है परन्तु आज देर से सोना और देर से उठाना ही हमारे स्वास्थ्य के लिए बहुत हानिकारक हो सकता है। कभी किसी कारण वश जगना और देर से उठाना नुकसान देह नहीं है लेकिन जो इस अपनी जीवनशैली में नियमित अपनाते है। उनके लिए हानिकारक होता है। शास्त्रों में भी कहा गया है ंकि सुबह सूर्योदय से एक घंटा पहले उठना किसी दवा से कम नहीं है सुबह जल्दी उठे और टहले सुबह की शुद्ध ताजी हवा हमारे शरीर में तेज, बल, शक्ति, स्फूर्ती एवं मेधा का संचार होता है जिससे मन प्रसन्न और शांत हो जाता है। सुबह उठे जितना हो सके प्रकृति के साथ रहे क्योकि सुबह का वायुमंडल प्रदूषणरहित होता है इस समय पूरे दिन के मुकाबले वातावरण में आक्सीजन की मात्रा सबसे ज्यादा होती है सुबह की शुद्ध हवा हमारे तन और को स्फूर्ति देती है जिससे हमारे फेफडों को शक्ति मिलती है जितना ही सुबह प्रकृति से साथ रहेगे उतनी ही ज्यादा शुद्ध आक्सीजन मिलेगी। इसीलिए कहा जाता है कि प्रातकालः योग और प्राणायम करे और टहले जिससे हम स्वस्थ और निरोगी रहे। नियमित करें बहुत ही लाभ मिलता है। बहुत ही पुरानी कहावत है ंकि सुबह शाम की हवा लाख रूपये की दवा के बराबर है। इसलिए प्रकृति के साथ जुड़ें, सुबह उगते सूर्य को दर्शन करें जो सबको ऊर्जा देता है। और जितना हो सके पेड पौधे लगाये जिससे ज्यादा से ज्यादा शुद्ध आक्सीजन हम सभी को मिल सके। जिससे हम सभी स्वस्थ और निरोगी रहें।

बदलते समाज में शिक्षा



सुषमा त्रिपाठी

पूंजीवाद का असर शहरी और ग्रामीण क्षेत्रों में लोगों द्वारा किए जाने वाले कार्यों के स्वभाव पर पड़ता है। शिक्षा का अर्थ भी इससे प्रभावित हुआ है। इसी के साथ-साथ औपचारिक संगठन या जिसे समाजशास्त्री 'नौकरशाही' कहते हैं, का उदय हुआ, जिसने अत्यधिक उत्पादकता दी और इंसानी प्रयासों को नियंत्रित किया। इन सभी ने भारतीय स्कूलों के ढांचे पर गहरा प्रभाव डाला है। साथ ही, इससे कई राजनीतिक और सामाजिक प्रक्रियाएं भी उभरीं, जो अर्थव्यवस्था एवं कार्य व्यवस्था को अलग-अलग दिशाओं में ले जाती हैं।

आमतौर पर शिक्षा को इंसान के चरित्र निर्माण और जीवन निर्वाह के लिए सक्षम बनाने के एक तरीके के रूप में देखा जाता है। शिक्षा से संज्ञानात्मक एवं भावनात्मक क्षमता के निर्माण के साथ-साथ अत्यधिक मूल्यवान समझे जाने वाले ज्ञान निर्माण की भी अपेक्षा की जाती है। हालांकि, समाजशास्त्र और मानव विज्ञान बताते हैं कि शिक्षा के अर्थ को समाज के रिश्ते के बिना समझना संभव नहीं है। इस कार्यशाला में समाजशास्त्र के सिद्धांतों और अनुभवजन्य शोधों पर ध्यान केंद्रित किया गया, जो हमें यह समझने में मदद करते हैं कि समकालीन भारत में शिक्षा क्या भूमिका अदा कर रही है। यह शुरुआत वर्तमान हालात का जायजा लेने की बुनियाद हो सकती है और भविष्य को देखने का नजरिया दे सकती है।

इस कार्यशाला में समाज के तीन आयामों पर विमर्श किया गया जो शिक्षा से जुड़े हैं – पहला, कार्य और सामाजिक वर्ग, दूसरा, जाति व्यवस्था का स्वरूप, और तीसरा, जेंडर के आधार पर हमारी आज की दुनिया पिछली कुछ सदियों के दौरान हुए कुछ खास किस्म के उत्पादन एवं विनिमय के विकास द्वारा गढ़ी

गई है, जिसे हम अक्सर बाजार व्यवस्था या पूंजीवाद कहते हैं।

इसी पूंजीवाद का असर शहरी और ग्रामीण क्षेत्रों में लोगों द्वारा किए जाने वाले कार्यों के स्वभाव पर पड़ता है। शिक्षा का अर्थ भी इससे प्रभावित हुआ है। इसी के साथ-साथ औपचारिक संगठन या जिसे समाजशास्त्री 'नौकरशाही' कहते हैं, का उदय हुआ, जिसने अत्यधिक उत्पादकता दी और इंसानी प्रयासों को नियंत्रित किया। इन सभी ने भारतीय स्कूलों के ढांचे पर गहरा प्रभाव डाला है। साथ ही, इससे कई राजनीतिक और सामाजिक प्रक्रियाएं भी उभरीं, जो अर्थव्यवस्था एवं कार्य व्यवस्था को अलग-अलग दिशाओं में ले जाती हैं। अब हमें विभिन्न प्रकार के समूहों के समझौते के तहत राज्य द्वारा संचालित पूंजीवाद के दर्शन होते हैं। कल प्रतिभागियों ने सैद्धांतिक ढांचे को इस्तेमाल करते हुए कुछ अभ्यासन के द्वारा यह जांच-पड़ताल की और यह जाना कि अपने जिलों में शिक्षा और वर्ग व्यवस्था का क्या रिश्ता है। इस अभ्यास के दौरान विभिन्न क्षेत्रों की परस्पर तुलना हमें शिक्षा और वर्ग व्यवस्था की विभिन्न प्रक्रियाओं को समझने में मदद मिलेगी।

कार्य, सामाजिक वर्ग और शिक्षा

पहले, हमें शिक्षा और सामाजिक वर्ग के सैद्धांतिक मुद्दों पर विचार करना चाहिए और यह समझने की कोशिश करनी चाहिए कि उत्तराखंड राज्य में शिक्षा का स्वरूप क्या है। यह राज्य भौगोलिक रूप से 13 जिलों में विभाजित है, जिसमें कुमाऊं और गढ़वाल दो प्रमुख मंडल हैं। दोनों क्षेत्रों की बोलियों, सामाजिक संरचना और भौगोलिक विशेषताओं में भिन्नता है। गढ़वाल की पहाड़ियां छोटी और सक्रिय हैं, जबकि कुमाऊं में शिक्षा पर अधिक जोर दिया गया है।

स्वतंत्रता से पहले ही कुमाऊं क्षेत्र शिक्षा के मामले में आगे रहा है। 60 के दशक में यहां के लोग बीएससी और बीएड करने के लिए बाहर जाते थे। कुमाऊं में खासतौर पर महिलाओं की शिक्षा को अधिक महत्व दिया गया था। अंग्रेजों के समय से ही यहां शिक्षा अच्छी थी। कुमाऊं के तीन हिस्से हैं – तराई क्षेत्र, विकसित पहाड़ी क्षेत्र, और अविकसित पहाड़ी क्षेत्र। अल्मोड़ा क्षेत्र में जनजातीय आबादी अधिक है और स्वतंत्रता पूर्व से ही यहां विद्यालय संचालित हो रहे हैं।

तराई क्षेत्र में 1947 के विस्थापित पंजाबी और बंगाली समुदाय के लोग रहते हैं, जिससे यहां की संस्कृति मिश्रित हो गई है। यह क्षेत्र अब संपन्न माना जाता है। शिक्षा का समाज की संरचना पर गहरा प्रभाव पड़ता है और इसके प्रभाव को समझने के लिए हमें समाज की बदलती संरचना पर ध्यान देना होगा।

आज के बदलते समाज में शिक्षा की भूमिका

आज समाज में कई परिवर्तन हो रहे हैं, जिससे शिक्षा की भूमिका भी प्रभावित हो रही है। शिक्षा का संबंध समाज की वर्ग, जाति और जेंडर संरचना से गहरा है। इस संदर्भ में तीन महत्वपूर्ण प्रश्न उभरते हैं

वर्ग संरचना में बदलाव– क्या वर्तमान वर्ग व्यवस्था पहले जैसी ही है, या इसमें बदलाव आया है?

जाति संरचना में बदलाव– जाति, जनजाति और भाषाई आधार पर बनी सामाजिक संरचनाओं का शिक्षा से कितना गहरा रिश्ता है?

जेंडर संरचना में बदलाव– स्त्री और पुरुष के बीच जैविक अंतर तो हैं, लेकिन समाज द्वारा बनाए गए जेंडर अंतर भी महत्वपूर्ण हैं। क्या इन संरचनाओं में बदलाव आया है, और इनका शिक्षा से क्या संबंध है?

समाजशास्त्र में अध्ययन किया जाता है कि कौन सा बच्चा स्कूल में पढ़ पाता है और कौन नहीं। प्रत्येक विद्यालय में विभिन्न सामाजिक पृष्ठभूमि के बच्चे आते हैं, और शिक्षकों को उनके साथ समावेशी व्यवहार करना चाहिए। विद्यालयों में बच्चों के प्रदर्शन में अंतर होता है, लेकिन शिक्षा प्रणाली अक्सर सभी को समान तरीके से पढ़ाती है। यह समझना महत्वपूर्ण है कि चाहे बच्चे कमजोर सामाजिक पृष्ठभूमि से आते हों, फिर भी उन्हें समान अवसर मिलना चाहिए।

उच्च शिक्षा के हालात

अगर हम भारत में उच्च शिक्षा की स्थिति पर विचार करें, तो राष्ट्रीय सैंपल सर्वे 2007-08 के अनुसार, केवल 14% युवा ही कॉलेज जा पाते थे। हाल ही में यह आंकड़ा 20% तक पहुंच गया है। लेकिन तुलना करने पर पता चलता है कि स्वीडन में 95% और अमेरिका में बहुत बड़ी संख्या में युवा कॉलेज जाते हैं। पर्वतीय क्षेत्रों में उच्च शिक्षा का महत्व अधिक रहा है क्योंकि वहां रोजगार के अवसर सीमित हैं।

भारत में कुल जनसंख्या का लगभग 50% महिलाएं हैं, लेकिन कितनी महिलाएं मुख्यमंत्री के पद तक पहुंच पाती हैं? महिलाओं की राजनीतिक भागीदारी कम है, जो दर्शाता है कि सामाजिक संरचना में अब भी असमानता बनी हुई है। इसी प्रकार, उच्च जातियों की संख्या कुल जनसंख्या का 29% है, लेकिन उनके शिक्षा और रोजगार के अवसर अन्य वर्गों से भिन्न हो सकते हैं।

सामाजिक परिवर्तन और शिक्षा

आधुनिक शिक्षा प्रणाली जाति आधारित व्यवस्था से अलग हटकर वर्ग आधारित समाज की ओर अग्रसर हो रही है। यह नई सामाजिक संरचना शिक्षा को अधिक महत्व देती है, जिससे स्कूलों और विश्वविद्यालयों की संख्या बढ़ रही है। प्राथमिक शिक्षा में नामांकन बढ़ा है, और सरकार भी नए संस्थान स्थापित कर रही है ताकि समाज के बच्चों को अच्छी शिक्षा मिल सके।

अंततः शिक्षा केवल एक व्यक्तिगत उपलब्धि नहीं, बल्कि सामाजिक और आर्थिक परिवर्तनों का एक महत्वपूर्ण तत्व भी है। वर्तमान दौर में शिक्षा प्रणाली को अधिक समावेशी और सुलभ बनाने की आवश्यकता है, ताकि सभी को समान अवसर प्राप्त हो सकें।

ग़ज़लें

1
राह वही अब चाल नई है।
मंज़िल की पड़ताल नई है।

माँगें सालों - साल पुरानी,
उनपर बस हड़ताल नई है।

मुमक़िन है बच जाना उसका,
हाथों में अब ढ़ाल नई है।

बजता है सुरताल में फिर से,
अब तबले की खाल नई है।

ख़ुश है आज शिकारी ख़ुद से,
उसने डाली जाल नई है।

संभल-संभल कर चढ़ना ऊपर,
जो ऊँची है ड़ाल नई है।
2
आना जाना रहता है।
जब पहचाना रहता है।

दिल जितना उतना उसके,
साथ ज़माना रहता है।

जब तक सेहत है अच्छी,
पीना - खाना रहता है।

सपना ही चाहे थोड़ा,
मन समझाना रहता है।

खो जाता है मिलकर जो,
वो अफ़साना रहता है।
3
आइना जो क़माल रखता है।
शक़्ल की देखभाल रखता है।

ये जताती हैं सलवटें रुख़ की,
कौन कितना मलाल रखता है।

होंठ ख़ामोश उसके रहते हैं,
जो नज़र में सवाल रखता है।

चाहता है जिसे कभी दिल से,
वो उसी का ख़्याल रखता है।

फ़िक्र रखता है जो इरादों की,
बात अपनी बहाल रखता हैं।
4

खोना-पाना लिख देते हो।
हाल-ज़माना लिख देते हो।

लिखकर बातें सारी अपनी,
सच बेगाना लिख देते हो।

अल्फ़ाज़ों से बुन जीवन का,
ताना-बाना लिख देते हो।

सच जतलाकर सपनों के सब,
मन समझाना लिख देते हो।

मुश्क़िल या आसां तुम सबका,
आबो- दाना लिख देते हो।

शाम-सुबह,सुख-दुःख दोनों का,
आना - जाना लिख देते हो ।

नवीन माथुर पंचोली

गन्ने का रस

तन को अतिशय स्वस्थ बनाता, गन्ने का रस।
चुस्ती - फुर्ती शक्ति प्रदाता, गन्ने का रस।

दाँतों से खा सकते गन्ना
स्वच्छ मिलेगा रस, बिन छन्ना
ताजा मीठा, ठण्डा, पाचक, साथी
अदरक और पुदीना

नींबू रस पा और लुभाता , गन्ने का रस।
देता लौह,पोटैशियम ,कैल्शियम
इसमें भरा मैगनीज, मैग्नीशियम
विटामिनों का भरा खजाना, आलस और थकान मिटा दे
प्रतिरोधक क्षमता को बढ़ाता,गन्ने का रस।

जल की कमी को करता दूर
ग्लूकोज से है भरपूर
पी सकता मधुमेह का रोगी, लीवर का संक्रमण घटा दे
रोग पीलिया जड़ से मिटाता, गन्ने का रस।

कोल्ड-ड्रिंक क्या इसके आगे इसके नाम से गर्मी भागे
सब पर अपना रंग जमाता, गन्ने का रस।
चुस्ती - फुर्ती शक्ति प्रदाता, गन्ने का रस।

गौरीशंकर वैश्य विनम्र

हमको है माँ की रक्षा करनी

पृथ्वी है जग की जननी
हमको है माँ की रक्षा करनी।

धरती पर ऊंचे पर्वत हैं
धरती पर सुन्दर मंजरी हैं
चहुँ ओर हरियाली है
हमको है माँ की रक्षा करनी।

धरती पर सुमधुर कलरव है
धरती पर मिश्रित जलवायु है
प्रति जीव की सीमित आयु है
हमको है माँ की रक्षा करनी।

धरती पर कीट-पतंगें हैं
धरती पर योग-वियोग है
फैलें वृहद्-लघु उद्योग हैं
हमको है माँ की रक्षा करनी।

धरती पर फल और शाक हैं
धरती पर सरिता बहती है
नित कर्म करो यह कहती है
हमको है माँ की रक्षा करनी।

धरती माँ ने हमें जन्म दिया
धरती माँ ने हमें अन्न दिया
सुख-सुविधा से सम्पन्न किया
हमको है माँ की रक्षा करनी।

विभा कनन (शिक्षिका)

प्रयागराज का पर्व

गंगा, यमुना, सरस्वती, करती जीवन तार।
संगम की हर बूंद में, मिलता शुभ संसार।।

साधु-संत का मेला ये, लाए पुण्य विचार।
हर मन में श्रद्धा जगे, पाए सच्चा द्वार।।

बारह बरस का पर्व यह, संगम तीर महान।
भक्ति-भाव में डूबकर, आए हर इंसान।।

हर-हर गंगे की गूंज से, गूंजे जग संसार।
पाप मिटाए पुण्य दे, निर्मल बहती धार।।

साधु-संत और भक्तजन, लाते शुभ उपहार।
महाकुंभ का पर्व यह, पावन सुख विस्तार।।

बसे प्रयाग की रेत पर, संतों का दरबार।
हर पल मिलता संग में, ज्ञान और विचार।।

अमृतमयी यह गंगा, करती सब उद्धार।
जल की हर इक बूंद से, जागे सारा प्यार।।

प्रयागराज का पर्व यह, आस्था का प्रतीक।
जीवन को निर्मल करे, है यह पर्व अद्वितीय।।

अवनीश कुमार गुप्ता

खिड़की खोलो तो...

वसंत खड़ा है द्वार खिड़की खोलो तो

करना क्या विचार खिड़की खोलो तो

कृत्रिम दुनिया से अब तो बाहर आओ

कब से रही पुकार खिड़की खोलो तो

टी वी मोबाइल के फंदे में फंस करके

क्यूं हो रहे बीमार खिड़की खोलो तो

आयेगी खुशबू फूलों की कलियों की

मुस्करा रही बहार खिड़की खोलो तो

बाहर का प्रकाश हवा प्यारी प्यारी

दिव्य दिखे संसार खिड़की खोलो तो

मयूर का नर्तन कोयल के गीतों पर

'व्यग्र' सुने झंकार खिड़की खोलो तो

व्यग्र पाण्डे

नागकेसर

प्रकृतिमेल डेस्क

हमारी धरती पर मौजूद अनमोल अनोखी औषधियों में से हम आज चर्चा करेंगे नागकेसर की। नागकेसर के पुष्प और बीज का प्रयोग रोगों को दूर करने के लिए किया जाता है। इसके अंदर कई प्रकार के गुण पाये जाते है। इसमें एंटी बैक्टीरियल गुण भी मिलते है। इसको बुखार आ ने पर दिया जाता है। सिर दर्द की समस्या मैं भी यह लाभप्रद है। नागकेसर के गुण इसे सांस संबंधी तकलीफों मे फायदेमंद बनाते है। फेफड़ो को स्वस्थ करने की क्षमता से नागकेसर खांसी-जुकाम को भी ठीक करता है। पेट से जुड़े विकारों जैसे दस्त में नागमेसर का सेवन लाभ देता है। पेट की जलन अपच में भी नागकेसर लाभ देता है। पेट में आई सूजन को भी यह ठीक करता है। बालों के स्वास्थ्य के लिए भी नागकेसर लाभकारी होता है। यह बालो को पोषण देकर उन्हें टूटने से रोकता और बालों को घना करता है।

नागकेसर के फूलों के बीज से जोड़ों के दर्द में काफी राहत मिलती है। बताया जाता है कि नागकेसरी के बीज से तेल निकाल कर जोड़ो पर लगाने से बहुत आराम मिलता है। इसका यही गुण इसे कमा के जटिल दर्द में भी लाभदायक बनाता है। थकान से मांसपेशियों के दर्द को भी कम करता है। एंटी बैक्टीरिल गुण के कारण नागकेसर त्वचा को स्वस्थ रखता है। इसका इस्तेमाल त्वचा के कट जाने या घाव होने पर लाभ देता है। त्वचा संबंधी अन्य विकारों में भी यह लाभ पहुंचाता है। इसके सेवन से शरीर में कोलेस्ट्रॉल कम होता हैए जिससे यह हृदय के लिए भी अत्यंत लाभकारी होता है। सांप के काटने पर भी नागकेसर का प्रयोग प्राण रक्षक साबित हो सकता है। यदि आप के पास जगह हो तो आप इसे अपनी बागवानी में जगह दे सकते है। यह हराभरा और सुगंधित रहने वाला वृक्ष आपके बागिचे को हरियाली प्रदान करता रहेगा। नागकेसर को शुभ माना जाता है। इसे उच्च स्थान प्राप्त है।

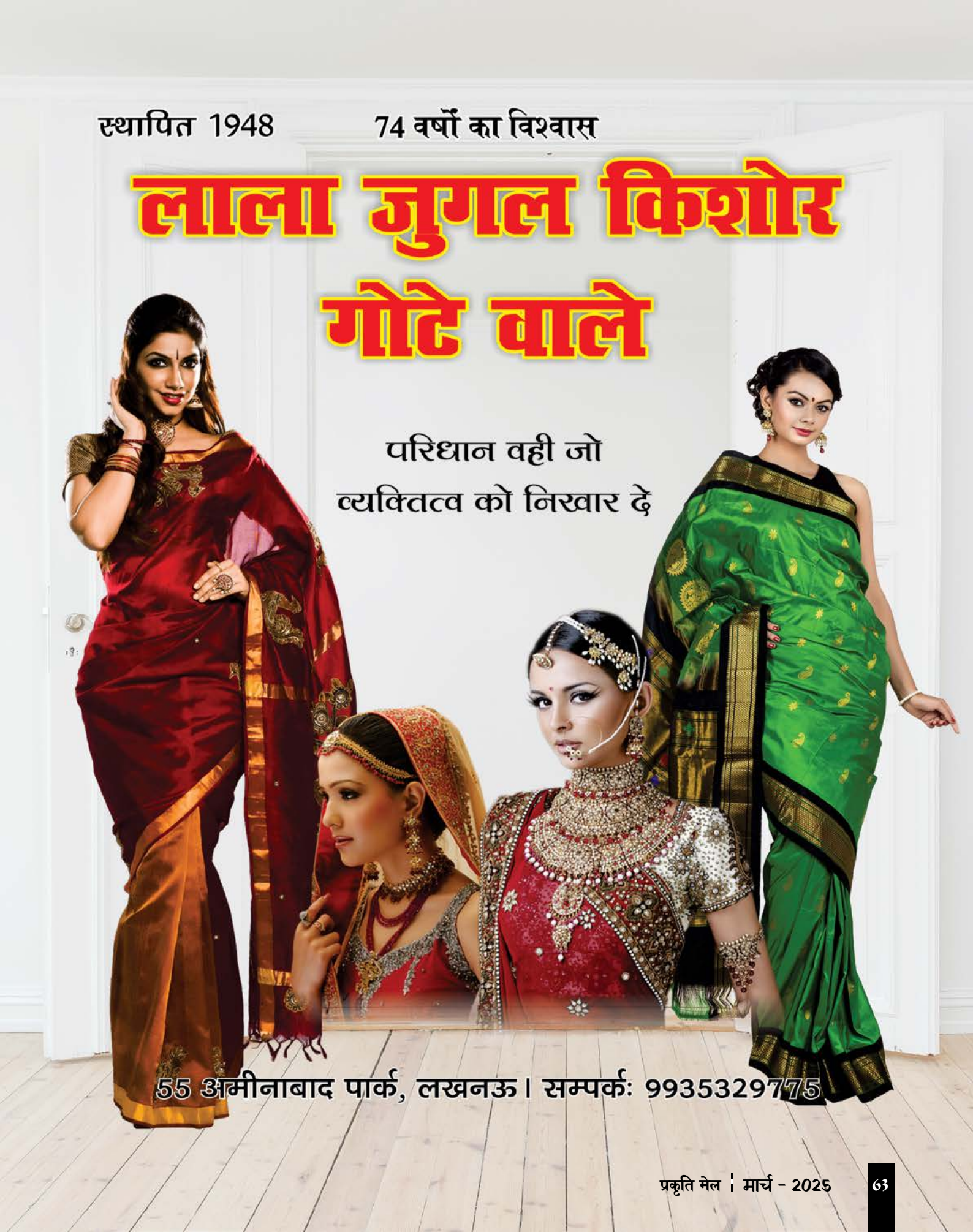
नागकेसर (Mesua ferrea) एक औषधीय और पवित्र वृक्ष है, जिसे संस्कृत में 'नागपुष्प' और हिंदी में 'नागकेसर' कहा जाता है। इसके फूल सुंदर, सुगंधित और दिव्य माने जाते हैं। आयुर्वेद, धार्मिक ग्रंथों और पौराणिक कथाओं में इसका विशेष महत्व है। चरक संहिता और सुश्रुत संहिता- नागकेसर को रक्तशुद्धि, त्वचा रोगों, बुखार और पाचन संबंधी विकारों के लिए उपयोगी बताया गया है। रोगों का उपचार-प्राचीन काल में इसे कुष्ठ रोग, रक्त विकार, बवासीर और सूजन के उपचार के लिए इस्तेमाल किया जाता था।

प्रकृति के रंग

लक्ष्मीकांत
लखीमपुर

" जीवन की यात्रा स्वचालित रासायनिक योग है जिसकी हर जानकारी स्वएहसास से प्राप्त होती रहती है।"

- अशोक मानव


स्थापित 1948
74 वर्षों का विश्वास
लाला जुगल किशोर
गोटे वाले
परिधान वही जो
व्यक्तित्व को निखार दे
55 अमीनाबाद पार्क, लखनऊ। सम्पर्क: 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.।