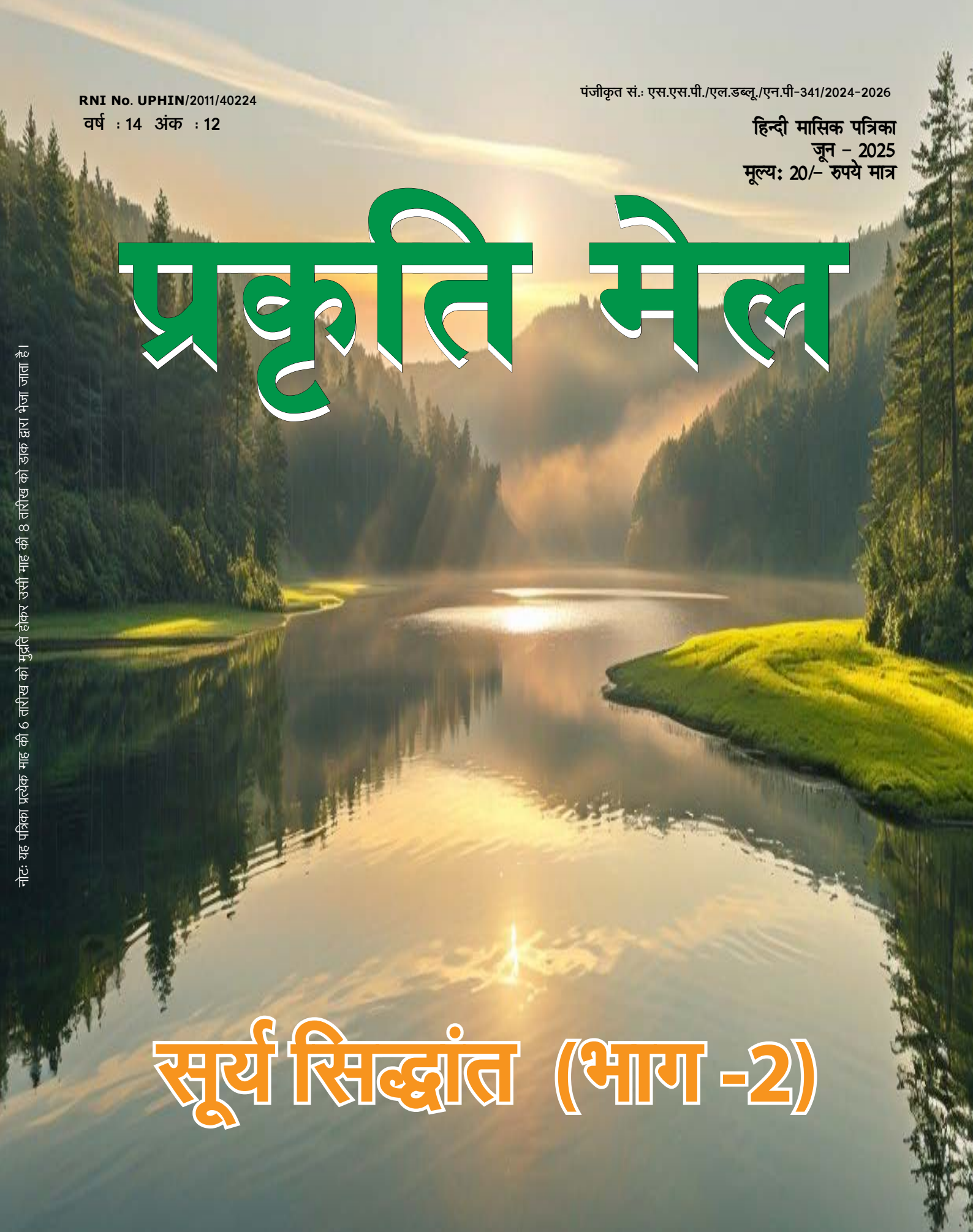
RNI No. UPHIN/2011/40224
वर्ष : 14 अंक : 12

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

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

प्रकृति मेल



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

सूर्य सिद्धांत (भाग -2)

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 : 12 | जून -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 10 प्रकृति का प्राकृतिक विस्तार

P 11 पाप या पुण्य ? (एकः विज्ञान)

P 19 कैटलिस्ट मैन ऑफ इंडिया

P 21 सौर ऊर्जा से संचालित कृषि मशीनः भारतीय खेती की नई दिशा

P 24 एमएसपी में वृद्धि : कृषि और किसान कल्याण को गति !

P 26 जब चौथा स्तंभ थियेटर बन गया

P 35 साइकिल चलाएं, बीमारियां भगाये

P 36 अन्तर्राष्ट्रीय योग दिवस

P 40 बच्चे अंक बटोरने की मशीन नहीं हैं

P 46 समझ, समझना भी एक समझ है

P 32 प्रकृति विज्ञान

सूर्य सिद्धांत भाग - 2

जब मृदा की रसायनिक अवस्था शून्य हो जाती है तब उसपर पड़ने वाला सूर्य प्रकाश उसी की गुणात्म अवस्था को सक्रिय कर देता है तब उसकी मृदा अपना विषत्व बनाकर अपनी यात्रा पूर्ण करती है।

विश्वास

वि-विषय, श्-श्वशन, वा-वास्तविक, स-समय।

अशोक मानव

अर्थात् विषय के श्वशन का वास्तविक समय। विश्वास का प्राकृतिक अर्थ है अपनी प्रवृति गुण के परिणाम की अटलता। भौगोलिक रूप में विश्वास स्वरूप गुण का परिणाम है। वैज्ञानिक अर्थ में विश्वास पदार्थ गुणवान की जोड़ द्वारा किया गया कार्य है। व्यावहारिक अर्थ में विश्वास एक आस्था का नाम है जो अपने व दूसरे के व्यक्तित्व पर किया जाता है। वास्तविक रूप से विश्वास अपनी प्रवृत्ति के गुण का परिणाम है। जब व्यक्ति शान्त स्वरूप की न्याायप्रिय नजर से अपनी प्रवृत्ति के अनुसार विषय की वास्तविकता को पहचान कर सतपूर्ण इच्छा का विषय बनाकर अपने श्वसन की धार को उसकी वास्तविकता से जोड़ देता है, तो उसकी प्राप्ति का समय सुनिश्चित हो जाता है। जिसका उदाहरण मानव को छोड़कर प्रकृति की हर पद्धति है ऐसा इसलिए क्योंकि मानव अपने पर नही दूसरे पर विश्वास करता है। जो अप्राकृतिक और अवैज्ञानिक है।

मानव को छोड़कर प्रकृति के अन्य जीव पदार्थ अपनी प्रवृत्ति पर विश्वास करते है, दूसरे पर नही इसलिए जिस गुण का जीव पदार्थ होता है उसी गुण का परिणाम सुनिश्चित समय में परिणाम देता है, जैसेः- फूल या फल का वृक्ष जिसका होता है उसी गुण का फूल फल सुनिश्चत समय में बनता है। इन्हें चाहे जिस परिस्थिति का सामना करना पड़ता है। यदि जीवित रहतें है तो अपनी प्रवृत्ति नही बदलतें है और सुनिश्चित समय में अपना परिणाम देते है। पदार्थ भी अपनी प्रवृत्ति के अनुसार अपना गुण छोड़ता है। यदि लोहा है तो परिणाममें लकड़ी का गुण नही देगा, लोहे का ही गुण छोडेग़ा।

> विषयात्मक विषय को स्वशन क्रिया से वजूद के अनुरूप समय पर पूरा करना जो स्व से स्व पर विश्वाश करने से पूर्ण होता है।

प्रकृति के जीव पदार्थ अपने प्रति विश्वास रखते है इसलिए जिस गुण के लिए जाने जाते है उसी गुण का परिणाम देते है। कितना बड़ा धोखा मानव अपने साथ कर रहा है, अपने को छोड़कर हर किसी पर विश्वास कर लेता है और भगवान पर हर आस्थावान का विश्वास करना स्वभाव बन गया है। जिसका परिणाम है, मानव को छोड़कर प्रकृति के हर जीव पदार्थ अपने नाम के अनुसार स्वरूप को धारण करता है और परिणाम अपनी प्रवृत्ति के अनुसार देता है। यदि खरबूजा है तो काटने के बाद उसके अन्दर खरबूजे का ही गुण मिलता है, तरबूजे का नही। पर मानव नाम और स्वरूप का मानव है पर असके अन्दर कितना बड़ा दानव छिपा होता है यह तो सम्पर्क में आने के बाद मालूम होता है।

इस प्रकृति में सिर्फ मानव प्रजाति ही एक ऐसी जाति है जिसकी प्रवृत्ति और परिणाम नही सुनिश्चित है। मानव की बुराई करना मेरा स्वभाव नही है। मै भी मानव हूँ पर इस सच को झुठला नही सकता। मै उस तह में मानव की नजर को ले जाना चाहता हूँ जहॉ से मानव शरीर में दानवता का प्रवेश हो जाता है जिसमें शरीर वैसा ही रहता है और गुण दानवता का आ जाता है। उसकी खोज का एक रूप विश्वास है जो अपने

गुण कर्म पर होना चाहिए जो प्राकृतिक है और परिणाम विज्ञान की तरह देता है। पर मानव दूसरो या भगवान पर विश्वास है। दूसरे भी अपना हित साधने के लिए विश्वास को जीतते जाते है और हित साधने के बाद छोड़ देते है। जिसे धोखा मानकर व्यक्ति प्रकृति को या अपने आस्था रूपी भगवान कोषता है और दुःखी होकर प्रकृति को दर्द देता है जिसका परिणाम राक्षसी प्रवृत्ति के जीव को जन्म देता है। ऐसा वह अपने व्यक्तिगत हित के लिये चालाकी पूर्ण कदम उठाता है बिना योग्यता के परिणाम चाहता है। अपने इस चालाकी पूर्ण तरीके को नही देखता है दोषी बताता है। प्रकृति और भगवान को, दुहाई देता है अपने विश्वास की उसके इसी अवगुण से उसके अन्दर दानवता का प्रवेश हो जाता है और उसकी सोच की गन्ध से दानवता की उत्पत्ति होती है जो उसके बल को बढ़ाती है। यहाँ पर मानव को सोचना चाहिये प्रकृति भगवान तो न्याय पद्धति का एक नाम है जो योग्यता के अनुसार गुण पदार्थ को जोड़ता है।

यदि विश्वास पूजा, चढ़ावा या अन्य पद्धति के अनुसार देता है तो वह ईश्वर नही हो सकता है, वह जरूर कोई दानव होगा जो वैज्ञानिक न्याय पद्धति को बिगाड़कर दानवता स्थापित करना चाहता होगा। इसलिए मानव को मानवता स्थापित करने के लिए इस चालाकी पूर्ण तरीके को छोड़कर अपने गुण प्रवृत्ति को पहचानकर कर्म पर विश्वास करते हुए न्याय प्रणाली को आधार मानकर न्यायिक बनाना चाहिये। यही पद्धति अनन्त युग की स्थापना कर सकती है जिसे कोई नही मिटा सकता।

पाठकनामा

वृक्षों की पीड़ा

पेड़ पौधे बड़े ही सुन्दर और दयालु प्रवृत्ति के होते हैं जो इंसानों को ही नहीं जीव जन्तुओं को भी प्राकृतिक हवा, फल फूल व जीवन रक्षक आक्सीजन प्रदान करते हैं। ठंडी-ठंडी छांव देते हैं। हरियाली देते हैं और उनकी शरण में जाने वाले हर जीव जन्तुओं व राहगीरों को वे शीतलता प्रदान करते है। पक्षियों व जंगली जानवरों को रहने के लिए स्थान दिया।

उनकी शरण में आने वालें हर किसी को उन्होंने सर्दी, गर्मी और वर्षा से रक्षा की। वृक्षों ने अपनी पीड़ा सुनाते हुए बताया कि हम जब वृध्द हो जाते है अर्थात् सूख जाते है तो हमारी लकड़ियां जलाने के काम आई। हमने अपने जीवन के अंत समय तक मानव जाति की सेवा की, लेकिन बदलें में हमें क्या मिला।

विकास के नाम पर हरे भरे वृक्षों को काट डाले गए। जंगल के जंगल उजाड़ दिए। यहां तक कि मानव ने सुनियोजित षड़यंत्र कर जंगलों में आग लगा दी और सारे वृक्षों को जलाकर बड़ी बड़ी हवेलियां, होटलें, महल व इमारतें खड़ी कर ली। पक्षियों व जानवरों के रहने की जगह छीन ली, नतीजन आज वे दर दर भटक रहे हैं।

इंसान भले ही हरे भरे वृक्षों को विकास के नाम पर काट ले, लेकिन फिर भी वह कभी सुखी व संतुष्ट नहीं रहेगा। उसके पंखे, कूलर, एसी सभी उसे बीमार कर देगे। वह जीवन भर बिमारियों से परेशान रहेगा। यह इन हरे भरे वृक्षों की चीत्कार है। इंसान हर दिन गर्मी के मौसम में डंडी छांव (छाया) व ठंडी-ठंडी प्रकृति की हवा को तरसेगा। प्रकृति के सौंदर्य को देखने के लिए, शुध्द हवा, आक्सीजन, प्राकृतिक फल फूल, सब्जियों, भीनी भीनी सुगंध को तरसेगा वह विकास के नाम पर विनाश के मार्ग पर चल रहा हैं।

हे इंसान! अब भी वक्त है। हर वर्ष कम से कम पांच वृक्ष अवश्य लगाएं और उनकी तब तक देखरेख करे जब तक वे पनप न जाये, वे फल फूल देने लायक युवा न हो जाये। चूंकि हरे भरे वृक्ष है तभी ठंडी-ठंडी छांव, प्राकृतिक हवा, स्वादिष्ट फल फूल, सब्जियां व आक्सीजन का भंडार है। हर घर, हर गली, हर सड़क के किनारे हरे भरे वृक्ष हो तभी वे हरा भरा पार्क बन पायेंगे। वरना ये आग उगलती धूप व गर्मी हैं। प्रकृति को कोसने से कोई लाभ नहीं हैं।

वृक्ष हमारी आस्था के प्रतीक हैं। वे लोक विश्वास व सांस्कृतिक विरासत के प्रतीक हैं। पेड़ों के नीचे जनता-जनार्दन मन्नतें मांगती हैं और बरगद व पीपल के वृक्ष तो भारत में पूजे जाते हैं इसलिए वृक्षारोपण कीजिए और देश को फिर से हरा भरा बनाइये। चूंकि यह वृक्ष ही धरती के आभूषण (श्रृंगार) है। इनकी रक्षा करना हमारा नैतिक धर्म हैं।

सुनील कुमार माथुर

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**

"विदेश नीति और राट्रीय सुरक्षा पर राजनीतिक सहमित की परंपरा रही हैए पर बढ़ती कटुता उस पर ग्रहण लगा रही है।

राज कुमार सिंह

"तथ्य बताते है कि किस तरह पाकिस्तान के इंटर सर्विसेज पब्लिक रिलेशंस द्वारा सोशल मीडिया पर फर्जी अकाउंट के जरिये भारत विरोधी गलत आख्यान गढ़े जाते हैं।

के एस तोमर

"हमें अनिश्चिता के लिए तैयार रहना चाहिए। यही हमारी एकमात्र उम्मीद और शाश्वत सत्य है कि जीवन की तरह बाजार भी अनिश्चित है।

नारायण कृष्णमूर्ति

"जैसे–जैसा इन्फ्लुएंसर की भूमिका उपभोक्ता व्यवहार को आकार देने में अहम होती जा रही हैए वैसे–वैसे उनके लिए निर्भीक, निष्पक्ष और स्वतंत्र बने रहना जरूरी हो गया है।

मुकुल श्रीवास्तव

"कल और आज के मोर्चे अलग–अलग हैं, वीरांगनाएं भी अलग–अलग हैं, लेकिन लक्ष्य एक हैए भावना एक है और भारत एक है।

श्यौराज सिंह बेचौन

"कानूनी ज्ञान की कमी के चलते ही लोग इन दिनों ऑनलाइन या फोन के जरिये धोराधड़ी का शिकार रहे है।

पंकज त्रिपाठी

॥ प्रेम करता हूँ ॥
सोने के
पिंजरे में अपने पास
सुरक्षित रखूंगा
अवस्थायें
स्वतंत्र होती
है
Manav

प्राकृतिक वर्ण व्यवस्था

कामेश

जन्म से कोई भी न तो ब्राहमण है न कोई क्षित्रय न वैश्य न शूद्र बल्कि ये सब अपने विचार सोच पर निर्भर करता है जैसा कि मनु स्मृति मे भी उल्लेख आता है जन्मना जायते शूद्रः आचारात् द्विजम् उच्चते। अर्थात जन्म से सभी शूद्र है अपने आचरण और सोच से ही सभी ब्राहमण क्षत्रिय वैश्य बनते है। सच है कि जन्म के समय कोई भी व्यक्ति किसी भी सोच विचार और चाहत से परे होता है वह तो सिर्फ पैदा होता है।

समाज में वर्ण व्यवस्था सदियों या यू कह ले कि युगों पुरानी व्यवस्था है। समाज चाट वर्णों में बाटा गया था ये देखते हुए कि कौन व्यक्ति किस तरह के जीवन में अधिक रूचि रखता है। व्यक्ति के सोच विचार के अनुसार ही वर्ण व्यवस्था बनाई गई थी। वर्ण का शाब्दिक अर्थ है रंग। अर्थात समाज चार रंग के लोग है चार तरह के लोग ही रंग का तात्पर्य शारीरक नही बल्कि वैचारिक है। और वे चार वर्ण है ब्राह्मण, क्षत्रिय वैश्य और शूद्र। ये व्यवस्था यूँ तो युगों पहले बनाई गई थी पर आज के वैज्ञानिक ने भी सोध किया जब वर्ण व्यवस्था पर तो यही पता चला कि समाज चार तरह के लोग जीते है। जो कि अपना जीवन अपनी सोच के अनुसार उसी श्रेणी के तहत ही जी पाते है। कुछ लोग होते है जो बुद्धि ये जीते है गहन सोच विचार अध्ययन में अपना मस्तिष्क लगाते है ऐसे लोग ब्राह्मण कुछ होते है, जो भुजाओं मे अर्थात शक्ति ताकत में विश्वास रखते है वे क्षत्रिय, कुछ धन पद प्रतिष्ठा मे जावन जीना चाहते है वे वैश्य और कुछ ऐसे भी होते है जिनकी न कोई सोच है ना कुछ पाना है बस जो कुछ भी पिला खाए पिये और जी रहे है ऐसे लोग शूद्र और यदि खुद से अध्ययन किया जाय तो यही तथ्य मिलता है कि समाज ये इसी तरह के लोग है वैसे तो आज के सामाजिक स्थिति पर यदि गहण अध्ययन किया जाय तो देखने में मिलता है कि वैश्य की संख्या अधिक है क्योंकि लोग अधिक तट धन वैभव और पद प्रतिष्ठा के लिए ही जैसे जी रहे है।

जन्म से कोई भी न तो ब्राहमण है न कोई क्षित्रय न वैश्य न शूद्र बल्कि ये सब अपने विचार सोच पर निर्भर करता है जैसा कि मनु स्मृति मे भी उल्लेख आता है जन्मना जायते शूद्रः आचारात् द्विजम् उच्चते। अर्थात जन्म से सभी शूद्र है अपने आचरण और सोच से ही सभी ब्राहमण क्षत्रिय वैश्य बनते है। सच है कि जन्म के समय कोई भी व्यक्ति किसी भी सोच विचार और चाहत से परे होता है वह तो सिर्फ पैदा होता है। उसे मरने की भी चिन्ता नही होती। ताकत धन पद पण्डित्य से क्या मतलब परन्तु धीरी-धीरे जैसे वह उम्र के पड़ाव को पार करना सुरू करता है तब उसे अपनी इच्छाओं के अनुसार ही विभिन्न चार वर्णों मे एक वर्ण का ही जाता है।

जब भी किसी विधा या स्थिती का निर्माण होता है तो धीरे-धीरे समय बीतने पर उसमें सकारातमक ओर नकारात्मक परिवत्रन भी अवस्य ही होता है और यही परिवर्तन इस सोच रूपी वर्ण मे भी आया जिसका विकृत स्वरूप आज हमारे बीच वर्णों से विखर कर विभिन्न धर्म जाति सम्प्रदाय और नाना प्रकार की उप जातियों के रूप ये विखडित होता चला गया। जिसका नकारात्मक स्वरूप हमारे समाज मे एक नासूर सा बन गया है। जहां ये चार वर्ण व्यक्ति को अपना कार्य सुचारू रूप से करने की सुव्यवस्थित प्रेरणा देते थे आज यही विकृत रूप मे सुव्यवस्था अव्यवस्था के खतरनाक पड़ाव पर ला कर खड़ा कर दियो है।

आज हमारा समाज इस विकृति स्वरूप के चंगुल मे इस कदर फंस चुका है कि हम इससे निकल ही नही पा रहे है। हमारी संस्कृति सभ्यता और सबसे दुःखद स्थिति मे हमारी शासन व्यवस्था की गई है। सारी शासन प्रणाली पर इसका करारा धार है। पूरी व्यवस्था ही जातिवाद और धर्मवाद पर हाने लगी है। और

हास्यास्पद तो तब लगता है जब कानून संविधान मे भी जातिय आधार पर कार्य किये जा रहे है। संविधान मे भी इसका आधार बना कर आरक्षण की व्यवस्था तक कर ही गई। आज के परिवेश मे विचार भावना पर नही बल्कि जन्म और कुल के आधार पर जाति और धर्म व्यक्ति के ऊपर जबरदस्ती थोप दिये जा रहे है, जिसकी सोच वह नही है उसे भी अपनी सोच भावना को दबा कर वही करना पड़ रहा है जो वंशानुगत हो गया है। आज वर्ण व्यवस्था का स्थान ही समाप्त हो गया और वंश व्यवस्था अपना अपना स्थान बना ली है। और यही कारण है कि आज की सुव्यवस्था निरन्तर पतनोमुख होती चली जा रही है।

वर्ण व्यवस्था का सकारात्मक रूप यदि देखें एक सुव्यवस्था स्वतः झलकती है। क्योंकि तब जिसके अन्दर प्राकृतिक रूप से जो मूल गुण जो होगें वह वही कार्य करता और जिसके मूल गुण जो हो उसके अनुशार कार्य करेगा तो निष्चित ही वह कार्य वह सबसे अच्छा और रूचि पूर्ण करेगा। और सबसे महत्वपूर्ण तथ्य जो है वो कि पूर्ण व्यवस्था के माध्यम से समाज को जो चार आयाम दिये गए थे इसका मूल उद्देश्य ही यही था कि कोई किसी दूसरे के कार्य छेत्र मे हस्तक्षेप ना करे और सभी अपना कार्य ही करें।

अब हम बात करते है उस परम कर्तव्य जो कि वर्ण व्यवस्था से भी परे है। जिसके लिए किसी विचार विशेष या वर्ण विशेष का होना कोई मायने नही रखता है। जिसके लिए मानव होना हर काफी है। जिसके ऊपर किसी का न वंश चलता है और न ही कभी चल पाएगा। जो समय परिस्थिति और समस्त बाधाओं से परे और वो है परमात्म साक्षात्कार या यूं कह ले कि इस ज्योति सत्ता का परमप्रकाश सत्ता मे विलीन की अव्स्था। अभी तक हमारा समाज ये मानता चला आ रहा कि ब्राहमण ही परमात्मा के अति नजदीकहोता है वही परमात्मा का दर्शन अधिकारी है परन्तु ऐसा नही क्योंकि जब उसी परमसत्ता सबका अवतरण हुआ तो निश्चित हर हम सभी उसके उतने ही अधिकारी है जितना कोई एक विधा का व्यक्ति परन्तु जरूरत होता है अपनी सोच अपने भाव को सकारात्मक दिशा देने की और वह दिशा किसी वर्ण विशेष या स्थान विशेष के माध्यम से नही बल्कि हम जहां है जिस अवस्था मे है वही से अपनी दिशा उस परम की तरफ मोड़ सकते है और खुद उस परमसत्ता मे लीन कर सकते है।

ब्राहमण का कार्य ही है सोच विचार और जब ब्राहमण अपनी सोच को उस दिशा की तरफ मोड़ देता है तो वह उस तक पहुच जाता है उसका कार्य ही है कि वह उसी पर क्रिया करे परन्तु विकृत स्वरूप है कि अधिकतर मौकों पर ब्राहमण पण्डित मे उलझ जाता है और अपनी सोच को तर्को में उलझा देता है। लेकिन उसके पास सोचने और गहन गम्भीरता की जो विद्या है यदि वह इसे सही दिशा दे पाता है तो वह उसके लिए सबसे आशान होता है। परन्तु हो नही पाता लगभग निन्यानवे मौकों पर ब्राहमण अपनी बुद्धि से पण्डित हो जाता है और कभी कोई ब्राहमण याज्ञवल्य अष्टाक्र हो पाता है। क्षत्रिय भी हमेशा भुजाओं में विश्वास रखता है उसके पास लड़ने की क्षमता है वह मारना भी जानता है और जो लड़ सकता है मार सकता है वह मर भी सकता है तो यदि क्षत्रिय इसी मारने की कला को सही दिशा देता है तो वह एक दिन अहंकार को मार देगा क्योंकि तलवार चलाने की कला उसे पता है और जो तलवार वह दूसरो की गर्दन पर चलाता आया जब एक दिन वह अपने अहंकार पर चला देता है तो वही क्षत्रिय बुद्ध महावीर बन जाता है। इसी तरह वैश्य की सारी खोज धन की होती है उसे खोजने और व्यापार की कला पूरी तरह मालूम होती है जब वह अपने धन खोजने की कला को दिशा देता है और नरम धन की खोज मे लग जाता है तो वह एक दिन पलटू दास, गोरख हो जाता है धन की खोज करते वह एक दिन ब्रहमण की खोज लेता है क्योंकि खोज करने की उसे अद्भूद कला मालूम है। और शूद्र जिसकी कोई खोज नही कोई खोज नही कोई चाहत नही वह तो और भी आसान सहज होता है क्योंकि उसे न तर्क करना है न लड़ना है न खोजना है उसे तो सिर्फ ये सोच लेना है कि परमात्मा तू जाने किधर जाना है। नदी मे बहते सूखे पत्ते की भांति सिर्फ वह जाना है एक दिन स्वतः सागर तक पहुच ही जाएगा परन्तु ज्यादा तर पत्ते भी किनारे लग जाते है। इसलिए सही धार और दिशा शूद्र की मिल गई तो वह भी एक दिन रैदास दादू कबीर बन जाता है।

अर्थात वर्षा व्यवस्था जीवन जीने की कला तो है यदि इस सही बिकृतियों से बचा लिया जाय और अपनी सोच को सही दिशा और सही आराम दिशा जाय तो सारे मार्ग हमे प्राकृतिक रूप से उसी परम सत्ता की तरफ ले जाने के ही सुव्यवस्थित मार्ग प्रसस्त करते है।

प्रकृति का प्राकृतिक विस्तार

गौरव पंत

प्रकृति का हर विस्तार प्राकृतिक है। मानव को छोड़कर अन्य जीव इसी विस्तार का आनंद ले रहे हैं। मानव हर पल इस विस्तार में परिवर्तन की चाह रखता है। उसे प्रकृति के इस विस्तार में खामियां नजर आती हैं। सब कुछ मानव को अपने अनुसार चाहिए। इसी चाह ने आज इसे पूरी तरह खोखला कर दिया है। मानव सिर्फ प्राकृतिक शोषणकर्ता बना हुआ है और अपने को प्रकृति संचालक माना हुआ है। इस शोषणवादी जीव की जीवन शैली इसे प्रकृति विरोधी साबित करती है। हर संरचना प्रकृति की सूक्ष्म प्रणाली से संचालित है जिसे हम देख नहीं सकते हैं वही प्रकृति का सूक्ष्म विज्ञान है जो वैज्ञानिकता से संचालित है। किंतु हमारी दिमागी खुराफात हर अवस्था को पूर्व में जानना और परिवर्तन करने की चाह रखना ही हमें प्रकृति की वास्तविक अवस्था से कोसों दूर ले जा चुकी है। प्रकृति में होने वाला कोई भी परिवर्तन हमें रास नहीं आ रहा है। हर पल हमें ऐसा नहीं, ऐसा होना चाहिए की चाह हमें मिटा चुकी है। मानव जैसा जीव ही इतना असहज महसूस कर रहा है कि इसे अपना मार्ग जानने के लिए दूसरों का सहारा लेना पड़ रहा है। जबकि हर जीव का मार्ग स्व जाना जा सकता है दूसरे की अवस्था को न जाना जा सकता है ना बताया जा सकता है वह हमें विकलांग ही बनाती है। क्योंकि हर किसी की यात्रा स्व स्तूप से चलती है जो स्व रसायन को जानती है। अन्य किसी से उसका कोई संबंध नहीं होता है वह अन्य किसी के लिए शून्य रहती हैं। मानव प्रकृति का वह जीव है जिसने सिर्फ प्रकृति में कब्जेदारी की। चाहे वह किसी भी माध्यम से हो। कभी प्रकृति का एहसास किया ही नहीं।

प्रकृति का हर विस्तार प्राकृतिक।
ना होता कोई ठहराव अप्राकृतिक।
ख्वाहिशे बुनने वाला जीव मानव
मिट रहा है प्राकृतिक।
ना कर्म ना धर्म
हर पग है प्राकृतिक
चाहते जो थी जिसकी, पूरी हुई
हर योग संयोग प्राकृतिक।
अशोक ही अशोक
सिर्फ प्राकृतिक

पाप या पुण्य ? (एकः विज्ञान)

अभिषेक पंत

प्रकृति सदैव अमृत मंथन की जिज्ञासा को विश्व संयोजकता से तृप्त करती आई है। प्रकृति ने ही एकः विज्ञान की समय सूची बनाई है। जीव मानव ने अपना अवतारवादी कुनबा बनाकर भी जो पाप पुण्य का सीमा क्रम बनाया, प्रकृति उसमें भी आत्मा विज्ञान से पदार्थ वन को न्याय देते आई है। जीवन प्रबंधन रुधन तक्षशिला अनुबंधन अयस्ककारी व्यूह पिंड नहीं है, जीवन तुला बांध से परे एकः विज्ञान की सैद्धांतिक यात्रा

जिज्ञासा की घड़ी के बंधन में अत्याधुनिक वैचारिक क्षुधा का ग्रासीय निबंधन करने वाला जीव मानव, सवर्णित उष्मित कक्षा अंकित पुष्पित अधिवेशन की नाट्यन प्रवृत्ति में इतना लीन हुआ, कि, जीव मानव की इंद्रिय तुला कर्धनी रश्मि भी पावक उत्तेजना के मध्य अंगाँक निधि शोषण का मेघ आश्रय बनाने लगी।

परावर्तन परिवर्तन पात्रता निर्माण का सुरुचि आवेग इतना बनाया गया कि जीव मानव प्रजाति ही धनविष्टि की तुला से सानिध्यवादी वर्चस्व की वंदना प्रविष्टता बनाने लगी;

अर्क नग्नता को जनहानि संदर्भ का चापरस बनाया तो गया अपितु अलौकिक उन्नति की निम्नता में सर्वस्व राधिका तुरीण का बंधन भी गुप्त रखा गया ....

वायु प्रतिबंधन स्थानांतरण सूची रस भी प्रवाहित किया गया, अपितु जनता मंथनी चंद्रमा वंदनीय तुला ग्रासीय धन बंधन भी किया गया ...

अर्थात रचनाकार की प्रतिलिपि बनाने के संदर्भ में संरचना प्रश्न को ही वर्चस्ववादी उत्तर बना देना ही जीवन संवर्तन का बोध बना दिया गया, जिसमें भूलेख एवं स्वलिपि संचार के मानक को रस व्यावहारिक उत्पत्ति के निहित संचारित कर पाप और पुण्य जैसे वरदान श्राप केंद्रित प्रश्न वाहक उत्तर चिन्हों को जन्म दिया गया .....

अर्थात नेत्र भाषा परिणाम तो सदैव एकः विज्ञान की सुरुचि रही अपितु पात्र लिपि जन्मांकन में सदैव पाप और पुण्य का अधिकार वंश चलाया गया.....

अर्थात जब भी नियति का प्रेम नीति सुदृढ़ता से परे हुआ वर्चस्ववादि कलाकारों का जन्म हुआ ....

अपितु प्रकृति सदैव अमृत मंथन की जिज्ञासा को विश्व संयोजकता से तृप्त करती आई है। प्रकृति ने ही एकः विज्ञान की समय सूची बनाई है। जीव मानव ने अपना अवतारवादी कुनबा बनाकर भी जो पाप पुण्य का सीमा क्रम बनाया, प्रकृति उसमें भी आत्मा विज्ञान से पदार्थ वन को न्याय देते आई है। जीवन प्रबंधन रुधन तक्षशिला अनुबंधन अयस्ककारी व्यूह पिंड नहीं है, जीवन तुला

बांध से परे एकः विज्ञान की सैद्धांतिक यात्रा है, जिसमें परिपक्वता परिपूर्णता दोनों की स्वास्थ्य परिधि का अंग प्रकार ही इच्छा व्यवहार का मूलाधार रस योजन होता है। अर्थात एहसास रूपी कर्म में मूल इच्छा रस की हरितमा को आवंटन प्रमेयक संरचना रथ पर आत्मा अयस्क का प्रवृत्ति कुंड बना देने वाले मूल यात्रा अंतिम ज्ञान सूत्र विलयी अंग तत्व रस इकाई घूर्णन बांध ईंधन उछाल को एकः विज्ञान कहते हैं, जिसमें वरदान लिपि से परे उन्मुख संध्या की मूल रस रचना ही जीवाश्म बुद्धि की धातु नलिका को दबाव अनुपात में

स्वास्थ्य पराक्रम सिद्धांत की अनुकूलन प्रतिकूलन यात्रा विलयी स्वशन बुद्धि रस विलीनतम आत्मा पराग मन पारा यात्रा की एकाग्र नीति नियति लीन मूल इच्छा प्रथम ईंधन प्रथम यात्रा अंतिम शोधन क्रिया गति क्षारीयता को एकः विज्ञान कहते हैं

इच्छा गति देती है, जिससे पूर्णांक नियति का मूल पराग पारा बांध ही ईंधन उछाल को अंग वृत्ति बना देता है।

अर्थात स्वास्थ्य पराक्रम सिद्धांत की अनुकूलन प्रतिकूलन यात्रा विलयी स्वशन बुद्धि रस विलीनतम आत्मा पराग मन पारा यात्रा की एकाग्र नीति नियति लीन मूल इच्छा प्रथम ईंधन प्रथम यात्रा अंतिम शोधन क्रिया गति क्षारीयता को एकः विज्ञान कहते हैं, जिसमें नीति गुण की अलौकिक तृप्ति तुरीण काया को ही लिपि शून्य एहसास का ब्रह्मांडी घेराव बनाया जाता है।

वैध अवैध आचरण सूची मानक बनाकर, समर्पण विद्या की समय रस इकाई का आलोचना पिंड बनाया गया, वर्चस्वादी न्यूनांकिता का समय तृष्णा आधार बनाकर ,कामिनी अन्नपूर्णा माया का घेराव भी बनाया गया। अपितु पाप पुण्य का चक्र तो वास्तु विषय का रोधन छिद्र था, जिसमें बाहुबलिता का आकर्षण ही मूल इच्छा धन वासना का ईंधन पितृ था। अर्थात ब्रजभूमि एवं बंजर भूमि दोनों एक ही विद्या के लिए कार्यरत रहे, इसीलिए प्रदूषकों द्वारा पाप पुण्य की प्रणाली बनाई गई, जिसमें आवंटन शिष्टाचार, धरा बहुमुखी व्यापार जैसे संलग्नक यंत्र चलाए गए, अपितु प्रकृति की वंशज पूर्णिमा भी वही अंशांकित शीर्षता को शुनयांकित करती है, जहां से समय धागा परिणाम ईंधन रस को ठोस कर मूल द्रव्य अनुभूति उभारता है, जिसमें माध्यम स्वशन वृत्ति ही मानवेंद्री परिणाम का कर्मशाला नक्षत्र नियंत्रित करती है। अर्थात पूर्णिमा का अर्थ ही ज्ञान निधि नक्षत्रों का शून्यान्वन है, जिसमें प्रकाश बल की पृथकता ही ध्वनि संज्ञा की गंध क्रिया को ऊर्जावान एकाकी एकाग्रता तरलतम तत्व ध्रुव बनाती है।

आयोजक संस्थाओं का ज्ञानपीठ मलबा भी बनाया गया, मातृभाषा निषेध त्वचा रुधन अयस्कवाद को पाप बताया गया एवं वर्चस्वादी पितृ उल्लेखित ग्राम सभा प्रचार प्रसार को पुण्य बताया गया .....

"अपितु जीव मानव को यह विचार करना चाहिए कि क्या एक ग्रास में ही अनंत श्रद्धा पुष्प अर्पित किए जा सकते हैं? एक ही भवन तीर्थ में आत्मा मन दोनों के पराग शिथिल किये जा सकते हैं? यदि हाँ तो भी पूर्णता समय व्यर्थ की कहानी लाएगी, जो एक प्रकार का आंतरिक घूर्णन वज़न बनाएगा। यदि ना, तो भी प्रशस्तीकरण का घटक ही जातक हिंसा का बाहय समीकरण ताल बनाएगा। अर्थात दोनों ही परिस्थिति में घटक रोजगार बंधन ही अयस्क मती की कहानी को शिथिल वंदना का वेग दे रहा है, जो कि पाप एवं पुण्य की रस तांत्रिक का विरोधाभास है। अर्थात ज्ञापित सत्य एवं स्थापित सत्य दोनों ही मूल विष की जलीय आसक्ति के विभेदक होते हैं, जिनमें लौह तृष्णा की मृदा वादी तेल निकासी आवासीय रचना होती है। "

अर्थात प्राकृतिक मतभेद होना मात्र कल्पना है, प्रकृति तो विष पुराण भी है, अमृत वेद भी है, प्रकृति तो रस चेतना भी है, द्रव्य निषेध भी है। प्रकृति की समकालीन आसक्ति को सत्र न्यायिक विविधता कह देना ही एकः विज्ञान की निति का समय मूल सूत्र भर समीकरण है, जिसमे जलवायु तृष्णा का विभेदकअंश ही ज्ञानास्वी न्यूनता का अर्क चक्र होता है। अर्थात अनंत सार की अंतिम अनुभूति से यात्रा एहसास की कृति के मूल विज्ञान से ब्रह्मांडीय कक्षाओं में विचरण कर, मूल आत्मा शोधन की रस मात्रा को गाढ़ा या हल्का करने की द्रव्य अनुभूति चेतना यात्रा शून्यता को एकः विज्ञान कहते हैं। पराग बांध से जीव मानव का संलयन किया तो गया अपितु संकलन के औचित्य में ही जीवाश्म जीवाणु बुद्धि का रचना प्रेम होना ही जीव मानव को एकः गति का वैज्ञानिक छन्नी भाव बनाता गया। अर्थात मेघाकृ व्यसन बुद्धि को मिटाकर, सूक्ष्मतम एहसासवान वात निर्वात जीवाश्म यात्रा को वैचारिक दृष्टि से पकाकर, मूल द्रव्य अनुभूति संज्ञा को जीव निर्जीव मिलान का परिपूर्ण सूर्यवन बना देने वाले प्राकृतिक व्यवहार के स्वाभाविक वेग की मूल शून्य शून्यता यात्रा स्मृति को एकः विज्ञान कहते हैं।

परीक्षक आद्रता का रस मोह बनाकर, समय सत्तावादी भाव विभोर आचरण बनाते हुए, नमी बनाने वाली दीवारों का समाप्ति प्रवेश गुणांकन बनाया गया था। आधिकारिक रचना व्यूह नीति की सूक्ष्म धार विज्ञप्ति से पत्राचार का विखंडन कर, जनेऊ नीति का पाप पुण्य स्वयंवर करवाया गया था। अपितु रक्षक भक्षक तकनीक से प्रकृति ने रात्रि दीवार में भी दिवस घास उगाकर जंतु बुद्धि की प्रमेयक शुद्धता को मिटा दिया। प्रकृति ने तत्व शाला विधेयक उच्चारण नीति लोक बनाकर पाप पुण्य का अग्नि सेतु सरोवरी पात्र कुंजी कुंड मिटा दिया।

एकः विज्ञान की प्रकृतिशीलता से ही श्वसन बुद्धि की आवरण रस मात्रा होती है। समापन चक्षुता की तृतीय चतुर्थ लयता में ही एकः विज्ञान की गुंजन सभ्यता होती है। अर्थात ज्ञानी विज्ञानी प्रज्ञानी अज्ञानी नीति

नियति श्वसन दीर्घा की प्रथम चल अचल पूर्णता विलयी अंतिम आंतरिक चर अचर मिलान कर्ता प्राकृतिक धुरी को एकः विज्ञान कहते हैं। अर्थात एहसास रूपी कर्म योग्यता के एकाग्र क्रमांकन की मूल रिक्त रक्त रात्रि विलयी संतृप्ति को एकः विज्ञान कहते है। एकः विज्ञान की प्राप्ति का मुख मंडल संताप नहीं होता, एकः विज्ञान तो सजीव निर्जीव पारा कलाकारिता का मूल ध्वनि बोध होता है। अर्थात तत्व निद्रा पदार्थ बिंदु वात अवस्था की निर्वात रासायनिक घड़ी के गंधीय सूर्यान्वन शुण्यांवन अनुपाती जीवात्मा ईंधन चुंबकत्व को एकः विज्ञान कहते हैं। ब्रह्माण्डीय अयस्क भंडारण में जीवन धुरी की तत्व श्रृंखला का संपन्न संचार ही सजीव निर्जीव प्रारब्ध का टंकारी योग बनाते रहा, जिसमें पराग अंकन की जलीय विभावरी ही एकः विज्ञान की न्यायिक स्फुर्ति से मूल धुरी का विज्ञानांकन आकर प्रकृति लीन करती रही। अर्थात जीवन धरा की संचालन स्मृति के मृत्यु जन्म कोणीय मिलान की व्यूह पारा वृद्धि के नवीनांकन त्याज्यता शोधन रोपण त्वरितांकन मूल्यांकन आभास सहवास को एकः विज्ञान कहते हैं। अर्थात पंचेंद्री पारा प्रलयी मूल व्यूह रचनास्फूर्ति की तनशाला के मन यौगिक अंगाँक को एकः विज्ञान कहते हैं। तात्कालिक शोधन का प्रमाण नहीं होता, वर्चस्ववादी प्रमेयको का आवागमन प्रलय नहीं होता, समागमशील तत्व वृत्ति तो उस विलय की अग्नि होती है जिसमे आकार प्रकार का विज्ञापन नहीं होता। अर्थात तत्व शैली की पदार्थ शयन छिद्रता को उभारने वाली जलवायु आभामंडल विलीन मूल आत्मा भार कुंजी द्रव्यता को एकः विज्ञान कहते हैं। अर्थात पर्दा प्रत्यर्पित मूल प्रविष्टता सत्यापित जन्मांकन मृत्यांकन नियति की एकाकी यात्रा व्यूह पारा अंकिता को एकः विज्ञान कहते हैं।

तत्व पारा धन का समाधान करना ही मानव प्रजाति की नलिनी अवस्था रही है, जो गुंजन विरह स्फूर्ति की मूल भाषा प्रवृत्ति को नाभिकीय प्रकृति में जड़त्वलीन करती है। अर्थात जंतु पक्षी प्रयासों की वृक्ष कुंडलिनी मानव मृदा की श्वसन मंडली रही है। अर्थात प्रज्ञानवन आकृति पूर्णता की तत्व चालन नियति के मूल अंकन राधिका मूल्यांकन की प्रकृति घेराव तन मन सिद्धि को एकः विज्ञान कहते हैं। अर्थात प्रत्येक यात्रा मूल भावना की एक स्मृति का आकार होती है , जिसमें मूल वैचारिक तथ्यता की प्रवृत्ति ही रासायनिक वाहन का भार होती है। अर्थात पूर्णांक प्राप्तांक से परे मूल जीवन वृद्धि की आभा ईंधन घड़ी के इच्छा नाड़ी अंकुरण काल को एकः विज्ञान कहते हैं। जिसमें मूल तत्व शाला का अग्नि रुधन पत्र पारा समागम मूल इच्छा प्राप्ति में शव शंकर समीकरण से उभर जाता है, अर्थात राजस्व नहीं मूल धन स्मृति ही एकः विज्ञान है।

प्रायोजक शैली की निराधार वृष्टि के मूल अंकुरण वांशिक शवासन को प्रतिबंधन चयन का कारावास बनाया गया था। उपलब्धता की नियमावली को जनेऊ आकाश का प्रतीकर्ण सहवासी नाभी आवास बनाया गया था। अपितु प्रकृति ने मूल अंकुरण रिद्धिमा की प्रति कंकर छाया को जीवन शैली का पारा भाग बनाकर एकः विज्ञान की नीति निद्रा प्राप्तांकी नियति को ही स्याही भाव का अशोक काल बना दिया, जहां से मृत्यु नृत्य दोनों की अवकाश आकाश वृद्धि ही जन्म सीढ़ी अंकुरण की चेतना छवि बन गई। पाप और पुण्य का समागम तो चंद्रमा पारा शक्ति का जीव ध्वजा संस्करण था, जिसमें मूल भाजक वृद्धि का रात्रिपात्र ही मानव आत्मा का प्रकृति रोपण था।

एकः विज्ञान के सात संस्करण होते हैं - चाहत, सही गलत, चौराहा, भुजा नायिका , महल दर्शन, छत और धूप , नजर की कहानी

चाहत - सामाजिक एकस्वी एकाग्रता की पारिवारिक नियति का कुंठा काल बनाकर, राष्ट्रीय अंतरराष्ट्रीय बज्र दोहन सूची कारागार तो बनाया गया। अपितु एकः विज्ञान तो सीमा से परे का चाहत रुपी संस्करण है , कोई बता नहीं पाया। अर्थात मूल दिशा दशा तो दर्शन आयुक्त की आयु वाहन प्रकृति है। मात्रा परिणाम ही चाप रस वेगांकिनी का ईंधन हरितमा तरलतम भाव है।

सही गलत - माध्यम रोगी विरह बनाकर चंद्रमा पुष्कर द्वार का नमी बनाने वाला कण बनाया गया, जिसमें यही शर्त रखी गई कि कौन सा बांट कितना झुक सकता है इसी झुकाववाद से सही गलत की प्रणाली बनी, जिसमें एकः विज्ञान के आंतरिक विस्फोट से तनाव मुक्त रस मंडल का परिचयवादी गंध मकान उभरने लगा। अर्थात जीवन में संगनी भूत विग्रह से परे जो मूल आकर वाणी का जीवाश्म संदेश होता है वही सही गलत का एकः विज्ञान पर्यटन होता है।

चौराहा - बादलों की कुंजी बनाकर कंगाली का नाट्यन करते हुए, जमीनी खरीद फरोख्त की बूंदाबांदी की गई, जिसमें मूल

फव्वारे को ही पात्रता का चौराहा बनाया गया। जिसमें पारा पालकी जीवन गीत बनाए गए थे। अपितु एकः विज्ञान के नीति मूल्यांकन से चौराहा का मूल बीज ही अंतरात्मा सतह का रासायनिक दर्पण बन गया। जिसमें मूल बूंद की ऑक्सीजन टेबल ही श्वसन प्रणाली का मार्गय टेलीफोन कंडक्टर बन गया।

भुजा नायिका-अवसरवादी उपलक्षिता में तनावपूर्ण रासायनिक मतभेद बनाए गए, जिसमें सुरुचि अनुरूपण के कलश धातु बैठाये गए। अपितु महत्ता प्रमाण की निरुपम छलावा संस्कृत में भी प्रकृति ने एकः विज्ञान की राधिका लक्षांकिता को भुजा नायिका विलियन केंद्र बना दिया, जिसमें मूल अवसर विकल्प से परे अनिवार्य द्वार का मात्रा प्राणवायु विषय बनाया।

महल दर्शन - कर्ज माफी का जनेऊ पराग बना कर दर्शन सिद्धि का नवजाती अयस्क भंडारण तो किया गया अपितु प्रकृति ने महल दर्शन को मानव द्वीप का मूल एहसास पारा चयन बना दिया, जिसमें मानव केंद्र की इच्छा बुद्धि एकः विज्ञान की मूल सूक्ष्म धारा बन गई, जिसमें प्राण वायु सूचकांक का मूल कर्म जलवायु पारा स्वतः से प्रवाहित होने लगा।

छत और धूप - गर्जना मध्यांक की पूर्ति आपूर्ति ही जनेऊ सदन की मार्मिक सूची बनाई गई थी, जिसमें अधिकारों की रेणुका विज्ञप्ति प्रज्वलित कर मूल सांसारिक राधिका कृषि बनाई गई थी। अपितु एकः विज्ञान ने क्षारीय बुलबुलों की गंतव्य वादी सुराही को ही एकासवी पर्यटन का राधिका मूल बना दिया, जिसमें प्रतिकृति एवं कृषि का छत और धूप छायांकन ही मूल प्रवेश बिंदु का एकः विज्ञान बन गया।

नजर की कहानी - द्रव्य मूल उच्चाटन की मंत्र पारा दिगंबरी शव शुद्धि नाटयन कृषि बनाई गई थी, आचरण वृद्धि की जीव निर्जीव तर्क कुतर्क नीति बनाई गई थी। प्रकृति ने नज़र पारा का आक्रमण कर नज़र की कहानी में ही एकः विज्ञान का बीज लगा दिया। अर्थात जिस

स्थिति से परमार्थ का जाप तंत्र शुरू हुआ, उसी वृद्धि से नर नारी पात्रता का मूल रसभार मृत्यु अंकुरण भी दृश्यांकन विलय में जीवार्थित होने लगा।

अर्थात एकः विज्ञान की नाभिकीय वृद्धि के परमार्थ चयन की छाया छिद्रित रस व्यूह टंकार ही दर्पण विद्या की मूल सैद्धांतिक स्थिति होती है, जो एक प्रकार से मूल सघनता की दीर्घ अनुकूलन वनस्पति का आत्मा लिपि चयन पूर्ण करती है। अर्थात एहसास की एकाग्रता में बनने वाले धनात्मक व्यूह की लोचनीय परिधि के मात्रा विलोपित गंध धड़कन घनत्व को एकःविज्ञान कहते हैं।

अराजकता का पालन पोषण करना प्रकृति की नियति में नहीं होता, ना ही प्रकृति की नीति होती है। अराजकता की शिथिल व्यूहवासी कल्पना भी एकः विज्ञान से तब मिट जाती है, जब पाप पुण्य से परे मात्रा व्यवहार का मूल यंत्र ही जीवन परिधि का जीवाश्म इच्छा चक्र बन जाता है। अर्थात एकः विज्ञान के दस परमार्थ चित्र होते है - स्वाद, धड़कन, सूचना, एहसास, मात्रा, व्यवहार, स्थापना, नीति, दक्षता, व्यूह।

स्वाद - चयन में जाप होना असंभव है इसलिए इंद्रिय वृत्ति की न्यूनता में व्यूहवादी धड़कन का ताप दाब बनाया गया, जिसमें मूल लंकर अवधि का घड़ा बनाकर ,स्वाद परमार्थ की रचना बनाई गई। अर्थात जीव पोषण के एकः स्वादेंद्रीय परिसर ही में विभिन्न रासायनिक प्रतिस्पंदन का होना ही मूल एकार्थी यात्रा का अनंती चयन है।

धड़कन - ताकत की जरूरत वहीं होती है जहां विभिन्नता का आकार पूर्ण होता है, परस्परता की जीवन शुद्ध वहीं भुनाई जाती है, जहां आत्मा का संस्कारी तिरस्कार होता है। इसीलिए प्रकृति ने एकः विज्ञान की वेशभूषा से मूल चयन राधिका में धड़कन तंत्र बनाकर, विविधता की स्थूलता को ही ज्ञानी पात्रता का चयन निष्कर्ष बना दिया, अर्थात धड़कन ही विलय विलोप तश्तरी की आवागमन पूंजी बन गई।

सूचना - कर्म भाग्य की मर्यादा का डंका बजाने वाला मानव इस समय ऊर्जा क्रम से परे हो गया, जहां से वास्तविक चयन की नाभिकीय परिधि का एहसास होना था। अर्थात जिहवा तो संगमि तटस्थता थी, मूल पर्दा व्यूह तो सूचना क्रम में विलय होना था। अर्थात एकः विज्ञान की सत्र ऊष्मा के चयन की नाभिकीय नभांकन प्रति वाहन क्रम को सूचना कहते हैं।

एहसास - धड़कन विद्या का स्मृति पराभाव ही जीवन ज्योति का मार्मिक संसार बनाया तो गया, अपितु एहसास की विरह कोटि समस्याएं मात्रा निजी तंत्र की उछाल प्रकाट्य भावनाएं रही। अर्थात एकः विज्ञान की बिंदु विनियम नीति के स्थानीय पारा क्रम की

राधिका उछाल ईंधन उबाल विधि को एहसास कहते हैं।

मात्रा – ज्ञापित कुलकर्णी ध्येयांक सेवा चयन पात्रता व्यवहार लीन की गई थी। अर्ध गणपति तपस्याओं का निर्वहन किया गया था। अपितु प्रकृति ने त्वचा की तापमान स्तुति को ही मानव ग्रंथियों का लाभार्थी अधिवेशन बना दिया एवं मानक त्राटकीय ग्रंथि अवसर को ही मात्रा प्रहारी एकः विज्ञान सूचना क्रम बना दिया।

व्यवहार – व्यूह पारंपरिक नियति से परे सदैव की विद्या में त्वरित चरित्र का पारा अंकन करना ही व्यवहारिक रस की मर्यादा का जीवन तृष्णाकोष कहा तो गया अपितु प्रकृति ने मात्रा प्राण वनस्पति का एकः विज्ञान बनाकर व्यवहार पूर्णिमा का धड़ कपाल संसार ही ईंधन केंद्रित कर दिया।

स्थापना – दर्पण विरह गंदगी की मनोकामनी शिला को मिटाकर चक्षु दान प्रथा की व्यवहारिक शब्दावली मिटाते हुए, प्रकृति ने एकः विज्ञान की संस्कृति में स्थापना चयन का निर्देश बनाकर, तन इकाई की पात्र यात्रा को सर्वलीन राधिका संचय में परिवर्तित कर दिया।

नीति – भाग्य दुर्भाग्य तटस्थता की विनम्र त्वरित पारा आसन छवि ने द्रव्य भाग तरलता का स्नान केंद्रण व्यूहलीन किया। अपितु प्रकृति ने नीति आसन चरित्र अंकिता से एकः विज्ञान की प्रकृति का वाहन पारा आसन ही मूल ईंधन भाग्य का भाग फल बना दिया।

दक्षता – चमत्कारी प्रेरणा दक्ष नहीं हो सकती, वास्तविकता तो मोह माया से परे मूल मृत्यु बिंदु का जन्म चक्र है, जिसमें दर्पण विद्या का स्थानार्थी परिचय प्रलय ही विद्युत संसार की क्रियार्थी रचना से अंकित होता है। अर्थात दक्षता वह दर्पण क्षारीय क्षमता का तारतम है, जो प्रति कि मूलता से मिलान की वृत्ति को एकः विज्ञान में बदल देता है।

व्यूह – कर्म प्रधान क्षमता की धर्म प्रधान शून्यता का लावण्यक सूर्य बनाते हुए मानव दानव जीवनतता का पाप पुन्य व्यूह बनाया गया, इसलिए मात्रा विलाप चयन का जीवाश्म कृषित तत्वपदार्थ ध्वनि वृत्त बनाया गया, जिसमें एकः विज्ञान से प्रकृति ने व्यूह को ही स्तूपिय आकृति का चयन चक्र बना दिया।

अर्थात प्रथम दक्षता की स्वतंत्र विविधता के व्यूह पूर्ण नीति प्रलयंकरी आंतरिक नीति व्यवहार के मात्रा एहसास को सूचना स्वाद का धड़कन बनाने वाले आंतरिक परमार्थ को एकः विज्ञान कहते हैं। प्रकृति ने मूलता का पद चिन्ह भी विविध योग्यता से बनाया है, प्रकृति ने प्रकृति की प्रवृति को पाप पुण्य से परे बनाया है। अर्थात चयन शीघ्रता की शून्य शुद्धि के मात्रा विलयन संचार को एकः विज्ञान कहते हैं। अर्थात मूल शून्यता की शीतल कक्षा के ब्रह्माण्डी जीवन संघर्ष को एक ही विराम बिंदु पर एकाग्र कर देने वाले छन्नी विस्फोटन गति भाव को एकः विज्ञान कहते हैं।

एकः विज्ञान की नाभिकीय वृद्धि के परमार्थ चयन की छाया छिद्रित रस व्यूह टंकार ही दर्पण विद्या की मूल सैद्धांतिक स्थिति होती है, जो एक प्रकार से मूल सघनता की दीर्घ अनुकूलन वनस्पति का आत्मा लिपि चयन पूर्ण करती है।

यमोः यमः सूक्ष्मताः भवतुः च निर्माणम विनशेः भवंतुः

इसी तीर्थ भाव से पाप पुण्य का विज्ञान बनाया गया था, जिसमें अराजक यमेंद्री को पात्र पैठ का पीठ संस्थापक बनाया गया था। अपितु प्रकृति ने दक्षता की योगिनी में स्वादेंद्री वाहन का एकः विज्ञान मिलाकर मूल जन्म मृत्यु चक्र का पाप पुण्य कलश ही मिटा दिया। अर्थात ज्ञापित सत्य तो मात्रा मानक व्यवहार का जीवंत विषय होता है , जिसमे पाप किसी के लिए पुण्य नहीं होता कहना ही पाप हो सकता है। विभिन्न सूचनाओं से परे, धड़कन विभावरी की तर्क सत्ता से परे, मात्र अशोक भाव ही एकः विज्ञान की मूल कृति है, जिसमें शेष अंकुरण छाया ही मृत्यु विलय मिटाकर जन्म प्रलय का भी विनाश कर देती है। अर्थात मृत्यु सत्ता में नहीं जन्म सत्ता में नहीं अपितु एहसास मात्रा का रासायनिक विस्फोटन है, जिसमें पाप पुण्य जैसी विग्रह खंडित अवस्थाओं की कोई स्थापना नहीं होती। अर्थात " शिशु का गर्भ में होना पाप पुण्य से परे एक रासायनिक मात्रा विस्फोटन है, जिसे समाज भोगवादी अर्ध व्यापार का पाप भी कहता है एवं अवैध संबंधों का पत्राचार विलयी आधार भी कहता है। जिसमें दोनों अवस्थाओं का पाप ही पुण्य है, जो है कि, शिशु गर्भधारणा धारणा। तो, मानव समाज को यह समझना आवश्यक है कि मिथ्या की प्रेरणा में धर्म स्पंदन की स्तुति मात्र कल्पना है, एकः विज्ञान तो यात्रा यज्ञस्वि चयन है, जिसमें उच्चारण ही गर्भ चयन की धारणा का विषय संबंध है। प्रकृति ने मूल क्यारियों का पावक दलदल भी पका लिया है, अब जो मोही निर्मोही माया का दन्त कपास मिट रहा, वही पहला गर्भ धातु सम्बन्ध है। अर्थात जीवन शैली की जीवाश्म जीवाणु बुद्धि के शयन - चयन में होने वाले गर्भ राशि चुनाव प्रकृति को एकः विज्ञान कहते हैं।"

अजायब ए वसूली में हक़ीक़त ए ज़माना मजबूरी का खिलाफतनामा बनाता रहा,
हर लब्ज़ पर लार टपकाने वाला इंसान ही दीमक की जंजीर बनाता रहा,
अलबत्ता हर कैफियत की कर्जदारी से आगे जमीन ए खास का महकमा ही बादल ए चाहत में बदल गया,
जहां से पहला अजनबी ही जमीनी हकीकत का रास्ता बताता रहा।

The first and last injury of unit factory collision thoughts is the ratio anatomy puncture of human needs, which clearly States the organic abundance of advisory philosophy of cult few test fabrication, there by securing the lust of sin and virtue in the form of Lost frequency of first soul desire of living being sensation.

उत्तर की तलाश नहीं, प्रश्न प्रश्ति करती नहीं

सुमनलता

वृक्ष - मैंने तो इन्हें दुर्गंध को सुगंध में परिवर्तित कर फलों का भोजन कराया प्रदूषण को पकाकर इन्हें फल दिए परिणाम में मानव ने क्या किया विष का घोल पिला पिला कर हमारी कोशिकाओं की हत्या करने लगा अपना व्यापार बढ़ाने के लिए हानिकारक विष रूपी सामग्रियों का उपयोग किया जिससे अधिक से अधिक फल आए परंतु आहंकारी मानव यह भूल गया कि जिस विष का सेवन मुझे करा रहा वहीं विष वह भी खा रहा है मैंने तो उस प्रदूषण को सुगंध बनाया जो प्राकृतिक सिद्धांत की क्रिया थी।

है हाहाकार मचा चारों ओर अंधियारे हैं छाए
तलाश रहा भाग रहा भटक रहा
हर चौखट हर मकान हर रास्ते पर
मानव प्रकाश को खोज रहा की
कहीं तो ईश्वर दर्शन योगी बनाए
पर भागते भटकते खोज में
भी ईश्वर ना मिले
यह मानव की विडंबना या मानव के कर्मों का फल है की
जब जब ईश्वर आए धरा पर
मानव ने तब तब प्रमाण ही मांगा

वह कहते रहे की-

वत्स मैं ही हूं परम मैं ही हूं प्रकाश मैं ही हूं वह अशोक आनंद जिसे तुम तलाश रहे परंतु वत्स ने कहा-

आप नहीं हो सकते प्रकाश,
आप तो बिना चमत्कार के आ गए,
कैसे मान लूं कि आप हैं?
तो भी परम बोले की -
वत्स अपनी धड़कन की गति सुनो,
चारों तरफ क्या मैं दिखाई नहीं देता,

जिस साधना की उर्जा में बैठे मुझे तलाश रहे थे वह ऊर्जा मै ही तो हूं,

मूर्ख अहंकारी वत्स मानव कह बैठा कि अपनी जान दो तब मानूंगा कि आप प्रकाश हो क्योंकि आप तो फिर जीवित हो जाएंगे,

खेल खेलता मानव ईश्वर को चमत्कार माया समझ बैठा प्रकाश की माया को खेल समझ बैठा, तो प्रकाश ने कहा की यही है मानव जो कभी तृप्त नहीं होता, स्वार्थ की धरा इतनी प्रज्वला की प्रकाश को पूछता है

प्रकाश अपना परिचय दो

पर अफसोस इस मानव धरा पर,

ईश्वर से मिलकर भी ईश्वर से मिल नहीं पाया ईश्वर को देख कर के भी ईश्वर की छवि को अपने मंसूरी पटल पर अंकित नहीं कर पाया,

प्रकृति की रचना विकलांग समझा,

हस्तक्षेप की सागरिका प्रवाहित होने लगी, विज्ञान का अहंकार बढ़ने लगा,

माया भी छलावी स्वार्थी हो गई,

मोह व्यापार कि घृणीत तस्तरी बन गई।

जानवरों को कारागार में डाला,

पहाड़ों का खनन कर प्रकृति भूमाफिया बन गया ,

मिट्टी में विष गोल गोल अपने ही जीवन का सच्चा सौदा करने वाला व्यापारी बन बैठा

मांस खाने को कहता कि हम नहीं खाएंगे तो इनकी संख्या बढ़ जाएगी !

वाह ! रे मानव कभी यह सोचा तूने कि जिस गीता का जिस कर्म का पाठ पड़ता और पढ़ाता है कि कर्म का भोगा सब को भोगना है,

तो कभी कोई तुझे भी खाने वाला आ सकता है और वह अगर यही कहे कि इंसान पृथ्वी पर ज्यादा हो गए चलो खाते हैं,

पर मानव यह मत समझना कि वह कोई विशाल जीव जंतु होगा,

जिसे तू अपने हथियारों से खत्म कर लेगा।

ना ! यदि तूने प्रकृति को समझा होता तो तुझे पता होता कि विशालता सुक्षमता से खत्म होती है

बिंदु से आरंभ हुई यात्रा बिंदु पर ही विलीन हो वृत्त यात्रा बनाकर अपनी अंतिम अवस्था का न्याय करती है।

जो तुझे खाएगा इतना सूक्ष्म होगा,

कि ना तेरे हथियार काम आएंगे,

ना तेरी कूटनीति काम आएगी ,

वह तुझे भगाएगा तू भागेगा और भागते भागते भगाते भगाते तुझे वह खत्म कर देगा ।

यह तेरी बदकिस्मती है मानव कि

जब तू इस धरती से हमेशा के लिए जाएगा,

तब अलविदा कहने के लिए तेरा कोई साथी संगी यार न रह जाएगा ।

तूने तो कभी जानवरों की हत्या पेड़ों की हत्या करने से पहले प्रकृति की हत्या करने से पहले कभी चेतावनी नहीं दी ,

पर प्रकृति देती है, तुझे चेतावनी ,

संभला तो सुकून की मौत पाएगा,

नहीं संभला तो चेतावनी भी नहीं मिलेगी।

- प्रकृति टेलीग्राम वाणी प्रसारण

प्रश्न हमेशा मानव ही क्यों करता है प्रकृति से ईश्वर से प्रकाश परम ब्रह्म सूर्य से, क्यों कभी हम में से किसी ने भी कभी किसी जीव जंतु पेड़ पौधे वस्तुओं को प्रश्न करते नहीं सुना ! प्रकृति से प्रकाश से या कभी मानव ने अखबार कि मुख्य सुर्खियों में यह लिखा हो की ,आज एक पेड़ खुद चल कर अपने साथ हुए बलात्कार का न्याय मांगने आई है !! पुष्प को अपनी डाल से तोड़कर बेदखल करने पर हुई पीड़ा के लिए पुष्प न्याय मांगने आई है !! ऐसा कभी इसलिए नहीं आया क्योंकि मानव ने कभी ऐसा सोचा ही नहीं कि जिसे वह निर्जीव बेजुबान समझकर अपने भोग विलास की वस्तु समझ कर आनंद ले रहा है वह भी प्रकृति में सजीव एहेसास के सहभागी है उनका भी उतना ही महत्व है जतना कि मानव को अपने वजूद का लगता है। मानव हत्यारा बन चुका है जिसने अपने जीवन काल में केवल कच्ची प्रदूषण का संग्रह किया है दुर्गंध का निर्माण किया है।

मानव भूमि को अपनी पीड़ा अपने संघर्ष अपने कर्म की रोटी बखूबी दिखती है न्याय अन्याय का तुला बखूबी जानता है लेकिन जिन्हें वास्तविक प्रश्न कर इंसाफ मांगने का अधिकार है वह है वो मूल प्रकृति अवस्था है जिसमें मानव ने अपने दुर्गंध के तारों का जोड़ लगाकर अपने माया और मोह के धागों की बुनाई करके मूल प्रकृति अवस्था को अपने स्वार्थी दोहनता का ग्रास बनाकर उन्हें भी मलिन करने की चेष्टा की है। जो अब स्वतः प्राकृतिक अवस्था बनकर उभर रहे हैं।यदि प्रश्न करते वृक्ष और जीव जंतु तो उनके प्रश्न यही होते...

वृक्ष - मैंने तो इन्हें दुर्गंध को सुगंध में परिवर्तित कर फलों का भोजन कराया

प्रदूषण को पकाकर इन्हें फल दिए परिणाम में मानव ने क्या किया विष का घोल पिला पिला कर हमारी कोशिकाओं की हत्या करने लगा अपना व्यापार बढ़ाने के लिए हानिकारक विष रूपी सामग्रियों का उपयोग किया जिससे अधिक से अधिक फल आए परंतु आहंकारी मानव यह भूल गया कि जिस विष का सेवन मुझे करा रहा वहीं विष वह भी खा रहा है मैंने तो उस प्रदूषण को सुगंध बनाया जो प्राकृतिक सिद्धांत की क्रिया थी परंतु मानव तो स्वयं प्रकृति बनने लगा। मैं किस न्यायालय में जाकर अर्जी दाखिल करू? क्या मानव न्यायालय में मेरा न्याय होगा? नहीं, क्योंकि यहाँ भी मानव पहले स्वयं का हीत देखेगा तत् कुछ नियम कानून जो केवल कागजी होंगे। न्यायालय क्यो जाना जब प्रकृति स्वयं पारा अशोक ब्रह्माण्ड रसायनिक तृप्ती का सिद्धांतन्याय कर रहे।

जीव-जन्तु = मैं तो स्वयं भुवन विचरण करता वही खाता जो स्वतं मृत होकर उपलब्ध हो रहे थे मैं तो इनके इलाके में भी नहीं गया हस्तक्षेप भी नहीं किया स्वतंत्र विचरण करने वाला जीव परन्तु इंसानों ने मुझे भी कारगर में डाल दिया मेरे ही सामने मेरे भाई बंधुओं को काट कर खाने लगा देहशत के इस अंगारे में जलना क्या होता है अगर जो कट गए जो जल गए वो बता पाते !, अपने अधिकार हक की लड़ाई तो बखूबी लड़ना जानता है मानो जब इसकी किसी अपने की हानि होती है पर क्या कभी इस ने सोचा कि कैसा लगता होगा अपनी आंखों के सामने मांस काटने वाली आरी को चलते देखना पहले प्यार से खिलाना फिर काट देना और फिर जब यही क्रिया कोई अपना इसके साथ करता है पहले प्रेम फ्री लूट कर छोड़ देता है तो हर वह चौखट माप लेता है जहां इसे सुकून मिले न्याय हो पर, हम किस न्यायालय जाए मानव न्यायालय में क्या वहां हमारा इंसाफ होगा? नहीं! वहां फिर एक नया नियम और फिर एक नए कानून आ जाएंगे।

वृक्षों एवं जीव जंतुओं के प्रश्न मानस से हैं लेकिन उन्हें उत्तर नहीं चाहिए ना ही मानव का न्याय चाहिए क्योंकि यह मानव के भांति विकलांग नहीं है उनका न्याय तो प्रकृति विज्ञान है। जो इनका न्याय कर रही है। प्रकृति इन में हुई मिलावट को मानव नाड़ी से जोड़ कर सर्किट हाउस से खत्म करती हुई मूल अवस्था में लाती हुई मूल वास्तविकता का न्याय कर रही है। उत्तर में मानव क्या करेगा एक नया कानून एक नया अधिनियम जिसमें पहले स्वयं का मुनाफात्त कोई नियमावली। यह न्याय मांगने वाले प्रश्न नहीं है अपितु यह प्रश्न रूपी वह व्यंग बाण है जो एहसास तीर बन कर मानव तंत्र को चुभते हुए एहसास दिलाएं कि सबसे अधिक विकलांग कौन है मानव या प्रकृति में व्याप्त अन्य संपदा जिन की उत्पत्ति उनका न्याय स्वयं कर रही है। मानव तो उस अहंकारी आधुनिकता के सिंहासन पर बैठा है जहां से अगर घर में बिजली ना आए तो एक घूंट पानी ना नसीब हो और अगर दो वक्त मेहनत ना करें तो पेट भरने का भोजन भी ना मिले कहिए घर वाले ही घर से निकाल दें नौकरी चाकरी भी है लेकिन कारागार में बंद बंदी की तरह है वह तो फिर भी स्वतंत्र है सरकार उन्हें मुफ्त में रहने और खाने को देती है लेकिन इस कारागार में तो अपनी स्वतंत्र से सीखना और खासना भी गुनाह है। स्वार्थी तो इतना है कि जिस गाय का दूध सेवन करता है वही जब वृद्ध हो जाती है तो उसे कसाईबाड़ा में भेज देता है और जब इसके संतान इस्तेमाल कर छोड़ देते हैं तब तो यह वह सहारे तलाश का है जो इसकी नाव पार लगा दे, परन्तु यह अवस्था केवल मानव के साथ ही क्यों है? प्रकृति में व्याप्त अन्य किसी भी जीव जंतु या रचनाओं में क्यों नहीं है। क्योंकि अन्य समस्त अवस्थाएं अपनी प्राकृतिक गति से गतिमान है।प्रकृति ना ही स्वार्थी है ना पक्ष वादी है कि किसी एक पक्ष को दंड देती हुई न्याय करती हो नहीं प्रकृति में दंड देने का प्रावधान नहीं है प्रकृति तो रासायनिक न्याय करती है। जो प्रकृति में व्याप्त किसी भी अवस्था से हो सकता है। प्रश्न एवं उत्तर तो वह अतृप्त अपरिपक्व कच्चे रसायनिक हस्तक्षेप मिलान मिलावट एवं स्तूपीय भेदन करने वाले दुर्गन्ध बनाने वाले जाल है जो वास्तविक्ता को कभी स्वीकार करने नहीं देते है ना ही करने है उन्हे तर्क वितर्क से कांट छांट कर मिलावट मिलान कर अपने अनुसार बना लिया जाता है। यह प्रश्न एवं वृक्ष जीव जन्तु के प्र१न मानव से नहीं है क्योंकि सही उत्तर की उम्मीद नहीं मानव से, यह तो आंतरिक अभिव्यक्ति है। हकीकत भी यही है कि कर्म में केवल देह की सजीवता ही महत्वपूर्ण योग नहीं रखती अपितु निर्जीव अवस्था भी कर्म की तुला में सबसे महत्वपूर्ण योग बनाती है या सिर्फ मानव मानव संबंध ही कर्म के कोष नहीं, पेड़-पौधे जीव-जंतु मिट्टी पानी सोच विचार हर वह बिंदु जिनसे जीवन की रेखा मिलान करके गुजरती है कर्म तुला घर में महत्वपूर्ण स्थान रखते हैं जो जीवन की यात्रा का निर्धारण करते हैं कि जीवन सरल है या कठिन या मिलावट का गोलमाल है ।

वर्तमान में को मानव को प्रकृति के चेता रही उन परिणामों के माध्यम से जिसके उत्पत्ति के कारण मानव है सिद्धांत होकर प्रकृति नभ मंडल में परिपक्व होने के उपरांत किस रूप में सामने आती है यह रॉ मैटेरियल (कच्चा पदार्थ) के आपसी अभिक्रिया के गुण पर निर्भर करता है परंतु उसे भोगना अनिवार्य है मानव धरा के लिए, एवं रॉ मैटेरियल से तात्पर्य यह है कि जिन कच्चे दुर्गंध अपरिपक्व रसायनिक एकत्र हुए हैं जिनसे प्रदूषण खत्म होने के बजाय प्रदूषण की अत्यधिक उत्पत्ति होने लगी प्रकृति सजीवता एवं निर्जीवता के समन्वयक अन्याय कर रही है।

कैटलिस्ट मैन ऑफ इंडिया

प्रकृति मेल डेस्क

प्रो. यादव के नाम पर 570 से अधिक वैज्ञानिक शोध पत्र, 136 पेटेंट और तीन पुस्तकें दर्ज हैं। उन्होंने 115 से अधिक पीएचडी छात्रों, 150 से अधिक मास्टर्स छात्रों और 40 से अधिक पोस्टडॉक्टरल शोधार्थियों का मार्गदर्शन किया है। उनके कार्यों को 20,000 से अधिक बार उद्धृत किया गया है, जो उनके शोध की गुणवत्ता और प्रासंगिकता को दर्शाता है।

प्रोफेसर जी. डी. यादव

जन्म 14 सितंबर 1952

प्रोफेसर गणपति दादासाहेब यादव भारतीय विज्ञान और प्रौद्योगिकी जगत में एक ऐसा नाम है, जिसने हरित रसायन, उत्प्रेरक विज्ञान, और सतत प्रौद्योगिकियों के क्षेत्र में देश और दुनिया में गहरी छाप छोड़ी है। एक विनम्र ग्रामीण पृष्ठभूमि से निकलकर वैश्विक मंच पर भारत का नाम रोशन करने वाले प्रो. यादव न केवल एक उत्कृष्ट वैज्ञानिक हैं, बल्कि एक दूरदर्शी शैक्षिक प्रशासक, कुशल मार्गदर्शक और समाजोपयोगी अनुसंधान के संवाहक भी हैं।

प्रो. यादव का जन्म 14 सितंबर 1952 को महाराष्ट्र के कोल्हापुर जिले के अर्जुनवाडा नामक गाँव में हुआ। उनके जीवन की शुरुआत बेहद साधारण परिवेश में हुई। गाँव में

जब स्कूल की सुविधा नहीं थी, तब वे मंदिर में बैठकर पढ़ाई करते थे। कठिन परिस्थितियों में भी उन्होंने शिक्षा को अपना लक्ष्य बनाए रखा और छात्रवृत्तियाँ प्राप्त कर उच्च शिक्षा की ओर अग्रसर हुए। उन्होंने केमिकल इंजीनियरिंग की पढ़ाई मुंबई के यूडीसीटी (अब इंस्टीट्यूट ऑफ केमिकल टेक्नोलॉजी – ICT) से की और बाद में यहीं से प्रोफेसर एम. एम. शर्मा के निर्देशन में पीएचडी पूरी कीW। उनका शोध फेज ट्रांसफर उत्प्रेरण जैसे जटिल विषय पर था, जो आगे चलकर वैश्विक स्तर पर सराहा गया।

प्रो. यादव का शैक्षणिक जीवन केवल कक्षा तक सीमित नहीं रहा। वे एक प्रेरणादायक प्रशासक भी साबित हुए। 2009 से 2019 तक ICT मुंबई के कुलपति के रूप में उन्होंने संस्थान को नई ऊंचाइयों तक पहुँचाया। उनके कार्यकाल में ICT ने शिक्षा, अनुसंधान और नवाचार के क्षेत्र में अनेक मील के पत्थर स्थापित किए। उन्होंने न केवल शैक्षणिक कार्यक्रमों और विभागों का विस्तार किया, बल्कि भुवनेश्वर और जलना में ICT के दो नए परिसर भी स्थापित किए। उनके नेतृत्व में ICT को राष्ट्रीय महत्त्व का संस्थान घोषित किया गया और इसकी तुलना देश के प्रमुख संस्थानों जैसे IIT और IISc से की जाने लगी।

प्रो. यादव का अनुसंधान मुख्य रूप से हरित और सतत प्रौद्योगिकियों पर केंद्रित रहा है। उन्होंने औद्योगिक रसायन विज्ञान को पर्यावरण के अनुकूल बनाने के लिए अनेक अभिनव विधियों का विकास किया। उन्होंने ग्रीन हाइड्रोजन उत्पादन, कार्बन डाइऑक्साइड को ईंधन में बदलने की तकनीक, बायोमास और प्लास्टिक कचरे से उपयोगी रसायन बनाने जैसी प्रौद्योगिकियों में महत्त्वपूर्ण योगदान दिया है। उन्होंने यह सिद्ध किया कि वैज्ञानिक नवाचार केवल प्रयोगशाला तक सीमित नहीं होना चाहिए, बल्कि उसका लाभ समाज और पर्यावरण

दोनों को मिलना चाहिए।

प्रो. यादव के नाम पर 570 से अधिक वैज्ञानिक शोध पत्र, 136 पेटेंट और तीन पुस्तकें दर्ज हैं। उन्होंने 115 से अधिक पीएचडी छात्रों, 150 से अधिक मास्टर्स छात्रों और 40 से अधिक पोस्टडॉक्टरल शोधार्थियों का मार्गदर्शन किया है। उनके कार्यों को 20,000 से अधिक बार उद्धृत किया गया है, जो उनके शोध की गुणवत्ता और प्रासंगिकता को दर्शाता है।

उनके उत्कृष्ट योगदानों के लिए उन्हें अनेक राष्ट्रीय और अंतरराष्ट्रीय पुरस्कारों से सम्मानित किया गया है। उन्हें भारत सरकार द्वारा 2016 में 'पद्मश्री' से सम्मानित किया गया। वर्ष 2025 में उन्हें वैज्ञानिक और औद्योगिक अनुसंधान परिषद (CSIR) द्वारा 'भटनागर फेलोशिप' प्रदान की गई, जो भारत के सर्वोच्च वैज्ञानिक सम्मानों में से एक है। इसके अलावा वे भारतीय राष्ट्रीय विज्ञान अकादमी, भारतीय विज्ञान अकादमी, राष्ट्रीय विज्ञान अकादमी, भारतीय अभियंता अकादमी और विश्व विज्ञान अकादमी (TWAS) के भी सदस्य हैं। वर्ष 2022 में उन्हें अमेरिका की प्रतिष्ठित 'नेशनल एकेडमी ऑफ इंजीनियरिंग' का सदस्य बनाया गया, जो किसी भी भारतीय वैज्ञानिक के लिए एक अत्यंत गौरवपूर्ण उपलब्धि है।

प्रोफेसर जी. डी. यादव का जीवन और कार्य न केवल विज्ञान की सेवा में समर्पित है, बल्कि वे युवा वैज्ञानिकों के लिए एक प्रेरणा स्रोत भी हैं। उन्होंने यह सिद्ध किया है कि सीमित संसाधनों में भी यदि लगन, मेहनत और दूरदृष्टि हो तो विश्व स्तर पर प्रभाव छोड़ा जा सकता है। उनका संपूर्ण जीवन भारतीय

विज्ञान के विकास की एक प्रेरक गाथा है, जो आने वाली पीढ़ियों को यह संदेश देती है कि विज्ञान का वास्तविक उद्देश्य समाज और पर्यावरण के लिए उपयोगी होना चाहिए। प्रोफेसर जी. डी. यादव की उपलब्धियाँ बहुआयामी हैं और उन्होंने विज्ञान, तकनीकी नवाचार, नीति-निर्माण और शिक्षा के क्षेत्र में एक लंबा और प्रभावशाली सफर तय किया है। उनके द्वारा किए गए अनुसंधान कार्यों ने रसायन उद्योग को अधिक पर्यावरण-मित्र और ऊर्जा-कुशल बनाने में मदद की है।

उनकी सबसे उल्लेखनीय उपलब्धियों में से एक है ग्रीन हाइड्रोजन उत्पादन की विधि विकसित करना, जिसमें जल को विभाजित करके बिना कार्बन उत्सर्जन के हाइड्रोजन प्राप्त किया जा सकता है। उन्होंने यह तकनीक इस प्रकार विकसित की कि इसकी लागत एक डॉलर प्रति किलोग्राम से भी कम हो, जो इसे औद्योगिक दृष्टि से व्यावहारिक बनाता है। इसके अलावा उन्होंने कार्बन डाइऑक्साइड को मेथनॉल और डाईमेथाइल ईथर जैसे ईंधनों में परिवर्तित करने की विधियाँ विकसित कीं, जिससे न केवल ग्रीनहाउस गैसों को कम किया जा सकता है, बल्कि ऊर्जा का एक नया स्त्रोत भी प्राप्त होता है।

उन्होंने प्लास्टिक और बायोमास जैसे कचरे से 14 उपयोगी रसायनों का उत्पादन करने की प्रक्रिया भी तैयार की, जो आज के समय में अत्यंत आवश्यक है जब पूरा विश्व प्लास्टिक प्रदूषण और कचरा प्रबंधन की गंभीर समस्याओं से जूझ रहा है। उनके इन अनुसंधानों ने रसायन उद्योग को 'सर्कुलर इकॉनॉमी' की ओर एक नया रास्ता दिखाया।

उन्होंने दुनिया भर में 200 से अधिक आमंत्रित व्याख्यान दिए हैं और कई अंतरराष्ट्रीय शोध संस्थानों के साथ सहयोग किया है। उनकी विशेषज्ञता को देखते हुए उन्हें अनेक सरकारी और औद्योगिक नीति-निर्माण समितियों में भी शामिल किया गया, जहाँ उन्होंने अनुसंधान को सामाजिक और व्यावसायिक ज़रूरतों से जोड़ने का कार्य किया। प्रो. यादव को मिले सम्मानों की सूची भी अत्यंत समृद्ध है। वे IChemE (UK), American Chemical Society, और Royal Society of Chemistry (UK) जैसे अंतरराष्ट्रीय वैज्ञानिक संस्थानों के सदस्य हैं। उन्हें INAE लाइफटाइम अचीवमेंट अवॉर्ड, यूनेस्को जीवनदायिनी जल प्रौद्योगिकी पुरस्कार, मॉरीशस के राष्ट्रपति पुरस्कार, और आईसीटी लाइफटाइम अचीवमेंट पुरस्कार जैसे अनेक प्रतिष्ठित सम्मानों से नवाजा गया है।

उनकी नेतृत्व क्षमता के चलते ICT मुंबई को राष्ट्रीय और वैश्विक रैंकिंग में उल्लेखनीय स्थान मिला। उनके प्रयासों से संस्थान ने वैश्विक विश्वविद्यालयों के साथ सहयोग किया, जिससे अंतरराष्ट्रीय शोध और छात्र विनिमय कार्यक्रमों को बल मिला। उन्होंने ICT को स्वायत्तता दिलवाकर उसे नवाचार का केंद्र बना दिया और उद्योग-जगत के साथ मजबूत संबंध स्थापित किए।

आज भी प्रोफेसर जी. डी. यादव सक्रिय रूप से शोध कार्यों में संलग्न हैं और विज्ञान के क्षेत्र में नवाचार को प्रेरित कर रहे हैं। वे अनेक स्टार्टअप्स और टेक्नोलॉजी ट्रांसफर प्रोजेक्ट्स से भी जुड़े हुए हैं जो उनकी व्यावसायिक दृष्टि और तकनीकी नेतृत्व को दर्शाते हैं। वे नई पीढ़ी के वैज्ञानिकों को न केवल विज्ञान सिखाते हैं, बल्कि उन्हें सामाजिक रूप से उत्तरदायी वैज्ञानिक बनने की प्रेरणा भी देते हैं।

इस प्रकार, प्रोफेसर जी. डी. यादव का वैज्ञानिक योगदान भारत के लिए ही नहीं, बल्कि संपूर्ण विश्व के लिए मूल्यवान है। उनका जीवन यह दर्शाता है कि यदि वैज्ञानिक अनुसंधान का उद्देश्य समाज और पर्यावरण का कल्याण हो, तो विज्ञान सच्चे अर्थों में मानवता की सेवा बन सकता है। वे उन चुनिंदा वैज्ञानिकों में हैं, जिन्होंने प्रयोगशाला की दीवारों से निकलकर नवाचार को धरातल पर उतारा और विज्ञान को समाज के लिए उपयोगी बनाया। उनका कार्य आने वाले वर्षों तक प्रेरणा देता रहेगा। प्रो. यादव की प्रयोगशाला में एक और विशेष तकनीक है — Process Intensification, जिसमें पारंपरिक रासायनिक प्रक्रियाओं को छोटे और अधिक कुशल यंत्रों द्वारा तेजी से और कम ऊर्जा में संचालित किया जाता है। इसके लिए वे Spinels, Zeolites, और Metal-Organic Frameworks (MOFs) जैसे उन्नत उत्प्रेरकों का उपयोग करते हैं, जो कम समय में अधिक उत्पादकता देते हैं और अपशिष्ट भी कम उत्पन्न करते हैं।

उनकी टीम द्वारा विकसित कई तकनीकों को पायलट प्लांट स्केल पर भी परखा गया है, जिससे यह साबित होता है कि उनके अनुसंधान प्रयोगशाला तक सीमित नहीं, बल्कि औद्योगिक स्तर पर लागू किए जाने योग्य हैं। यही कारण है कि उनके अनेक शोध कार्य पेटेंट हो चुके हैं और भारत व विदेशों में कई औद्योगिक संस्थान उनकी तकनीकों में रुचि दिखा चुके हैं।

इस प्रकार प्रो. जी. डी. यादव के वर्तमान अनुसंधान न केवल वैज्ञानिक दृष्टिकोण से अत्यधिक महत्वपूर्ण हैं, बल्कि वे भारतीय रासायनिक और पर्यावरणीय प्रौद्योगिकी के भविष्य को एक सतत, स्वच्छ और आत्मनिर्भर दिशा में ले जाने का कार्य कर रहे हैं। उनके प्रयोगों में प्रयुक्त तकनीकें और उपकरण यह दर्शाते हैं कि वे विज्ञान को व्यवहारिकता से जोड़ने वाले विरले वैज्ञानिकों में से हैं, जो सिद्धांत और प्रयोग के बीच की दूरी को पाटने का अद्भुत कार्य कर रहे हैं।

सौर ऊर्जा से संचालित कृषि मशीनः भारतीय खेती की नई दिशा

मानवेन्द्र त्रिपाठी
लखनऊ

सौर ऊर्जा आधारित कृषि मशीनें इस बात का संकेत हैं कि यदि सही मार्गदर्शन और तकनीकी सहयोग मिले, तो भारत का किसान भी दुनिया में तकनीकी नेतृत्व कर सकता है। आने वाले वर्षों में जब जलवायु परिवर्तन, संसाधनों की कमी और जनसंख्या वृद्धि जैसी समस्याएं और अधिक बढ़ेंगी, तब यही हरित तकनीकें हमारी कृषि प्रणाली को टिकाऊ बनाएंगी।

भारत एक कृषि प्रधान देश है, जहाँ करोड़ों लोग अपनी आजीविका के लिए खेती पर निर्भर हैं। सदियों से भारतीय किसान परंपरागत तरीकों से खेती करते आए हैं, लेकिन बदलते समय के साथ तकनीकी नवाचारों ने कृषि के स्वरूप को भी बदलना शुरू कर दिया है। आज के समय में जब डीज़ल और बिजली जैसे ऊर्जा स्रोत महंगे और सीमित होते जा रहे हैं, तब सौर ऊर्जा से संचालित कृषि मशीन किसानों के लिए वरदान बनकर उभरी है।

सौर ऊर्जा यानी सूर्य से प्राप्त ऊर्जा को मशीनों को चलाने में इस्तेमाल करना न केवल पर्यावरण के लिए अनुकूल है, बल्कि यह खर्च की दृष्टि से भी बेहद किफायती है। खासतौर पर ग्रामीण और दूरदराज के क्षेत्रों में जहाँ बिजली की उपलब्धता सीमित होती है, वहाँ यह तकनीक खेती को आसान और आत्मनिर्भर बनाने में मदद करती है। एक बेहतरीन उदाहरण है ओडिशा के गंजाम जिले की छात्रा सुभाष्री साहू का, जिसने एक बहुउपयोगी सौर ऊर्जा चालित कृषि मशीन का आविष्कार किया है। यह मशीन अनाज की थ्रेसिंग (धान या गेहूं से दाना निकालना), विन्नोइंग (फसल से भूसा अलग करना), कटाई और अन्य कार्यों को सौर ऊर्जा से संचालित करके कर सकती है। इसका वजन कम है, इसलिए इसे आसानी से इधर-उधर ले जाया जा सकता है और इसकी कीमत भी पारंपरिक कृषि मशीनों की तुलना में बहुत कम है। सुभाष्री के इस अनोखे आविष्कार को राष्ट्रीय स्तर पर सराहा गया और उन्हें INSPIRE अवॉर्ड से सम्मानित किया गया।

सौर ऊर्जा आधारित कृषि तकनीक का इस्तेमाल केवल छात्रों तक ही सीमित नहीं है, बल्कि देशभर में कई किसान और संस्थान भी इस दिशा में कार्य कर रहे हैं। राजस्थान के एक किसान हनुमान राम चौधरी ने अपने खेतों में सौर ऊर्जा से चलने वाले पंपों का उपयोग शुरू किया, जिससे उन्हें डीज़ल पर खर्च होने वाली भारी राशि से मुक्ति मिली। वे अब बिना किसी रुकावट के अपने खेतों की सिंचाई कर पाते हैं, चाहे बिजली कटौती हो या डीज़ल की किल्लत।

इसी तरह महाराष्ट्र के विदर्भ क्षेत्र में किसानों ने सौर ट्रैक्टरों का उपयोग शुरू किया है, जो पूरी तरह से बैटरी द्वारा संचालित होते

हैं और जिनकी बैटरियाँ दिन में सूर्य की रोशनी से चार्ज होती हैं। ये ट्रैक्टर हल चलाने, बुवाई और फसल कटाई जैसे कार्यों में सक्षम हैं और इनसे ईंधन पर होने वाला खर्च लगभग 70% तक कम हो जाता है। इससे न केवल किसानों की आर्थिक स्थिति बेहतर होती है, बल्कि पर्यावरण भी प्रदूषण से बचा रहता है।

सरकार भी इस दिशा में कई योजनाएं चला रही है। प्रधानमंत्री कुसुम योजना (KUSUM – Kisan Urja Suraksha evam Utthaan Mahabhiyan) एक प्रमुख योजना है, जिसके अंतर्गत किसानों को सोलर पंप लगाने के लिए 60% तक की सब्सिडी दी जाती है। यह योजना खासतौर पर छोटे और सीमांत किसानों को ध्यान में रखकर तैयार की गई है, जो पहले डीज़ल इंजन या सरकारी बिजली पर निर्भर रहते थे। अब वे अपनी आवश्यकताओं के अनुसार खेतों में सौर पंप लगाकर जल प्रबंधन कर सकते हैं।

कुछ निजी स्टार्टअप और इंजीनियरिंग संस्थान भी इस क्षेत्र में कार्य कर रहे हैं। आईआईटी मद्रास, सीडैक, और कृषि विश्वविद्यालय जैसे संस्थानों ने सौर ऊर्जा से चलने वाली बीज बोने वाली मशीनें, कीटनाशक छिड़कने वाले यंत्र और रोबोटिक ट्रैक्टर विकसित किए हैं। ये मशीनें न केवल सौर ऊर्जा से चलती हैं, बल्कि इन्हें मोबाइल ऐप या रिमोट कंट्रोल से भी संचालित किया जा सकता है।

इसके अलावा कुछ ऐसे उपकरण भी बनाए जा रहे हैं जो सौर ऊर्जा से बैटरियाँ चार्ज करते हैं और फिर रात के समय उसी ऊर्जा से कार्य करते हैं। जैसे कि सौर संचालित ग्रेन-क्लीनर मशीनें जो किसान के अनाज को साफ करती हैं और उन्हें अच्छे दाम दिलाने में मदद करती हैं।

इस प्रकार की तकनीकों के इस्तेमाल से खेती अब केवल परंपरा नहीं, बल्कि विज्ञान बनती जा रही है। किसानों को अब केवल बारिश, डीज़ल और बिजली पर निर्भर नहीं

रहना पड़ता। सौर ऊर्जा से न केवल मशीनें चलती हैं, बल्कि इससे ग्रामीण क्षेत्रों में रोजगार के नए अवसर भी पैदा हो रहे हैं। जब किसान अपने खेतों में आधुनिक उपकरणों का इस्तेमाल करते हैं, तो उत्पादकता बढ़ती है, समय की बचत होती है और उनकी आमदनी में भी वृद्धि होती है।

एक और अहम पहलू यह है कि ये मशीनें पर्यावरण के लिए पूरी तरह सुरक्षित हैं। डीज़ल और पेट्रोल से चलने वाले यंत्र वायु प्रदूषण फैलाते हैं, लेकिन सौर ऊर्जा से चलने वाले यंत्र प्रदूषण मुक्त होते हैं। यह जलवायु परिवर्तन से निपटने की दिशा में भी एक सकारात्मक प्रयास है। भारत जैसे देश, जहाँ साल के अधिकतर महीने सूरज की रोशनी पर्याप्त मिलती है, वहाँ सौर ऊर्जा का प्रयोग करना तर्कसंगत और लाभकारी है।

सौर ऊर्जा आधारित कृषि मशीनें इस बात का संकेत हैं कि यदि सही मार्गदर्शन और तकनीकी सहयोग मिले, तो भारत का किसान भी दुनिया में तकनीकी नेतृत्व कर सकता है। आने वाले वर्षों में जब जलवायु परिवर्तन, संसाधनों की कमी और जनसंख्या वृद्धि जैसी समस्याएं और अधिक बढ़ेंगी, तब यही हरित तकनीकें हमारी कृषि प्रणाली को टिकाऊ बनाएंगी।

इस प्रकार, सौर ऊर्जा से संचालित कृषि मशीनें न केवल तकनीकी चमत्कार हैं, बल्कि यह भारत के ग्रामीण जीवन और अर्थव्यवस्था को नई ऊर्जा देने वाले साधन हैं। यह समय की माँग है कि अधिक से अधिक किसान इस तकनीक को अपनाएँ और सरकार व समाज मिलकर उन्हें इसके लिए प्रोत्साहित करें। एक स्वच्छ, सक्षम और आत्मनिर्भर कृषि व्यवस्था की नींव इन्हीं नवाचारों पर टिकेगी।

आगे चलकर, कृत्रिम बुद्धिमत्ता (AI) और इंटरनेट ऑफ थिंग्स (IoT) के साथ सौर ऊर्जा आधारित कृषि मशीनों का समावेश संभावित है। कल्पना कीजिए, एक ऐसा खेत जहाँ सेंसर यह बताए कि फसल को कितनी सिंचाई की जरूरत है, और वहीं पास में लगा सौर पंप स्वचालित रूप से उतना ही पानी प्रदान कर दे। इस प्रकार की स्मार्ट और सस्टेनेबल खेती से न केवल उपज बढ़ेगी बल्कि संसाधनों का दुरुपयोग भी रुकेगा। सौर ऊर्जा कृषि क्षेत्र को वैज्ञानिक, आधुनिक और पर्यावरण हितैषी दिशा में ले जाने की शक्ति रखती है।

एमएसपी में वृद्धि : कृषि और किसान कल्याण को गति !

सुनील कुमार महला
युवा साहित्यकार, उत्तराखंड

सभी फसलों की एमएसपी में वृद्धि देशभर की औसत उत्पादन लागत का कम से कम 1.5 गुना सुनिश्चित करते हुए की गई है। वास्तव में सरकार का यह निर्णय हमारे देश के किसानों को सशक्त, समृद्ध और आत्मनिर्भर बनाने तथा उनकी आय बढ़ाने की दिशा में बड़ा कदम कहा जा सकता है।

हाल ही में प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी की अध्यक्षता में आर्थिक मामलों की मंत्रिमंडलीय समिति ने विपणन(मार्केटिंग) सीजन 2025-26 के लिए 14 खरीफ फसलों के न्यूनतम समर्थन मूल्य (एमएसपी) में वृद्धि को मंजूरी दी है, यह कृषि और किसान कल्याण के विचार से एक स्वागत योग्य कदम कहा जा सकता है। अच्छी बात है कि आज भारत सरकार कृषि उत्पादन बढ़ाने के साथ ही साथ उत्पादन की लागत घटाने की दिशा में लगातार अपना फोकस कर रही है। बहरहाल, अच्छी बात यह भी है कि सरकार ने वित्त वर्ष 2025-26 के लिए संशोधित ब्याज छूट योजना के अंतर्गत ब्याज छूट को जारी रखने और आवश्यक निधि व्यवस्था को भी मंजूरी दी है। पाठकों को बताता चलूं कि पिछले वर्ष की तुलना में एमएसपी में सबसे अधिक वृद्धि रामतिल (820 रुपये प्रति क्विंटल) के लिए की गई है, इसके बाद रागी (596 रुपये प्रति क्विंटल), कपास (589 रुपये प्रति क्विंटल) और तिल (579 रुपये प्रति क्विंटल) के लिए एमएसपी में वृद्धि की गई है। निश्चित ही एमएसपी में वृद्धि से उत्पादकों को उनकी उपज के लिए लाभकारी मूल्य सुनिश्चित हो सकेगा। कहना ग़लत नहीं होगा कि खरीफ सीजन 2025-26 के लिए 14 खरीफ फसलों पर न्यूनतम समर्थन मूल्य (एमएसपी) में बढ़ोतरी का यह एक ऐतिहासिक निर्णय है। सभी फसलों की एमएसपी में वृद्धि देशभर की औसत उत्पादन लागत का कम से कम 1.5 गुना सुनिश्चित करते हुए की गई है। वास्तव में सरकार का यह निर्णय हमारे देश के किसानों को सशक्त, समृद्ध और आत्मनिर्भर बनाने तथा उनकी आय बढ़ाने की दिशा में बड़ा कदम कहा जा सकता है। उपलब्ध जानकारी के अनुसार किसानों को उनकी उत्पादन लागत पर अपेक्षित मार्जिन बाजरा (63 प्रतिशत) के मामले में सबसे अधिक होने का अनुमान है, उसके बाद मक्का (59 प्रतिशत), तुअर (59 प्रतिशत) और उड़द (53 प्रतिशत) का स्थान है. शेष फसलों के लिए, किसानों को उनकी उत्पादन लागत पर मार्जिन 50 प्रतिशत होने का अनुमान है। बहरहाल, कहना ग़लत नहीं होगा कि आज कृषि और किसान कल्याण के क्षेत्र में लगातार काम हो रहा है। मसलन, आज किसानों को आज क्रेडिट कार्ड के तहत कम ब्याज पर ऋण उपलब्ध हो रहा है। किसानों को सस्ती खाद,बीज उपलब्ध करवायें जा रहे हैं और फर्टिलाइजर पर भी सब्सिडी प्रदान की जा रही है। इतना ही नहीं, प्रधान मंत्री किसान सम्मान निधि भारत सरकार की एक पहल है, जो किसानों को

न्यूनतम आय सहायता के रूप में प्रति वर्ष रु० 6,000 तक देती है। पाठकों को बताता चलूं कि इस पहल की घोषणा पीयूष गोयल ने 1 फरवरी 2019 को भारत के अंतरिम केंद्रीय बजट 2019 के दौरान की गई थी। हाल फिलहाल, फसलों के लिए न्यूनतम समर्थन मूल्य (एमएसपी) में वृद्धि के तहत सामान्य धान के लिए एमएसपी में 3% की वृद्धि की गई है, जो अब रु०2,369 प्रति क्विंटल निर्धारित की गई है, जबकि ग्रेड ए किस्म रु०2,389 प्रति क्विंटल पर उपलब्ध होगी। ये पिछले वर्ष की तुलना में रु०69 की वृद्धि को दर्शाती है। दालों में, तुअर (अरहर) के लिए एमएसपी को रु०450 बढ़ाकर रु० 8,000 प्रति क्विंटल कर दिया गया है, जबकि उड़द में रु० 400 की वृद्धि करके रु० 7,800 प्रति क्विंटल कर दिया गया है। मूंग के एमएसपी को एडजस्ट किया गया है, जो रु०86 बढ़ाकर रु० 8,768 प्रति क्विंटल कर दिया गया है। बहरहाल, अच्छी बात है कि सरकार ने खरीफ की फसलों के लिए न्यूनतम समर्थन मूल्य की घोषणा जरूर कर दी है लेकिन अब जरूरत इस बात की है कि सरकार इस पर प्रभावी निगरानी रखें और यह सुनिश्चित करें कि इसका क्रियान्वयन भी धरातल पर सही तरीके से हो सके। इसके साथ ही सरकार को विभिन्न दीर्घकालिक कृषि सुधारों पर भी ध्यान केंद्रित करने की आवश्यकता है। पाठक जानते हैं कि भारत विश्व का एक बड़ा कृषि प्रधान देश है और यहां की अर्थव्यवस्था कृषि पर आधारित है। ऐसे में फसलों के समर्थन मूल्यों में बढ़ोत्तरी से भारतीय कृषि क्षेत्र निश्चित ही मजबूत और सुदृढ़ हो सकेगा। बहरहाल, यहां पाठकों को बताता चलूं कि एमएसपी यानी कि न्यूनतम समर्थन मूल्य व्यवस्था की स्थापना वर्ष 1965 में कृषि मूल्य आयोग (एपीसी) (जिसे बाद में सीएसीपी नाम दिया गया) की स्थापना करके की गई थी, जो राष्ट्रीय खाद्य सुरक्षा को बढ़ाने और किसानों को बाजार मूल्यों में महत्वपूर्ण गिरावट से बचाने के लिए बाजार

हस्तक्षेप का एक रूप था। दूसरे शब्दों में कहें तो एमएसपी दरअसल वह तयशुदा मूल्य होता है, जो किसानों को बाजार में उनकी उपज के मूल्य से अप्रभावित रहते हुए दिया जाता है। पाठकों को बताता चलूं कि न्यूनतम समर्थन मूल्य या यूं कहें कि एमएसपी का फायदा यह होता है कि बाजार में फसलों की कीमतों में भले ही कितना ही उतार चढ़ाव क्यों न हो, यदि किसी फसल की एमएसपी(न्यूनतम समर्थन मूल्य) तय होती है तो भी किसान को फसल का न्यूनतम समर्थन मूल्य (सरकार द्वारा तय) तो मिलता ही है। मतलब यह है कि बाजार में फसलों की कीमतों में होने वाले उत्तार-चढ़ाव का असर किसानों पर नहीं पड़ता है। गौरतलब है कि फसलों के हर मौसम से पहले सरकार कृषि लागत एवं मूल्य आयोग (सीएसीपी) की सिफारिश पर एमएसपी(न्यूनतम समर्थन मूल्य) तय करती है।ताजा निर्णय के तहत ज्वार, बाजरा और रागी इत्यादि फसलों की एमएसपी भी बढ़ा दी गई है। विभिन्न कारणों से आज भारतीय कृषि में खेती की लागत लगातार बढ़ रही है। किसानों को असामान्य जलवायु परिस्थितियों का सामना करना पड़ता है, जैसा कि भारतीय कृषि को 'मानसून का जुआ' कहा जाता है। वैश्विक मंदी के कारण आज बाजार भी लगातार अस्थिरता से जूझ रहे हैं। ऐसे समय में सरकार द्वारा धान एवं दालों के न्यूनतम समर्थन मूल्य में वृद्धि से जहां एक ओर देश के लाखों-करोड़ों किसान लाभान्वित हो सकेंगे, वहीं दूसरी ओर उन्हें कृषि उत्पादन बढ़ाने हेतु प्रोत्साहन मिल सकेगा। इससे देश की खाद्य सुरक्षा भी कहीं न कहीं सुनिश्चित हो सकेगी, लेकिन कहना ग़लत नहीं होगा कि एमएसपी का प्रभावी कार्यान्वयन बहुत ही जरूरी और महत्वपूर्ण है, क्यों कि बिचौलिए आज भी एक बड़ी समस्या हैं। अंत में यही कहूंगा कि किसान और कृषि भारत की अर्थव्यवस्था की असली रीढ़ हैं। आज जरूरत इस बात की है कि खेती से बिचौलियों की भूमिका को खत्म करने की दिशा में आवश्यक व जरूरी कदम उठाए जाएं। कृषि क्षेत्र में आज फसलों के भंडारण की समस्या भी बहुत बड़ी समस्या है। हमारे यहां विदेशों की भांति पारदर्शी खरीद तंत्र विकसित नहीं है। फसलों की बाजार तक पहुंच भी सुनिश्चित करने की आवश्यकता है। आज भारतीय कृषि में दीर्घकालिक सुधारों की आवश्यकता है। यहां पाठकों को बताता चलूं कि कृषि में दीर्घकालिक सुधार का अर्थ है एक ऐसी प्रणाली विकसित करना जो खाद्य उत्पादन, प्राकृतिक संसाधनों का संरक्षण और पर्यावरण को ध्यान में रखते हुए, कृषि क्षेत्र को टिकाऊ और लाभदायक बना सके।इस सुधार में भूमि पुनर्जनन, जैव विविधता का संरक्षण, और नई तकनीकों(सिंचाई, गुणवत्तापूर्ण बीज, तकनीकी सहायता व प्रशिक्षण) का उपयोग शामिल है।

जब चौथा स्तंभ थियेटर बन गया

अवनीश कुमार गुप्ता
प्रयागराज, उत्तर प्रदेश

प्रेस या मीडिया को लोकतंत्र का चौथा स्तंभ कहा जाता है, क्योंकि यह समाज और सरकार के बीच सेतु का कार्य करता है। प्रेस न केवल लोगों को देश-दुनिया की घटनाओं से अवगत कराता है, बल्कि यह जनमत के निर्माण में भी महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है। लोकतंत्र में सत्ता के तीन प्रमुख स्तंभ – विधायिका, कार्यपालिका और न्यायपालिका के साथ प्रेस को भी एक स्वतंत्र स्तंभ के रूप में मान्यता दी गई है, ताकि यह शासन की गतिविधियों पर नजर रख सके और जनता की आवाज को प्रभावशाली ढंग से सामने ला सके।

जब हमारी भारतीय सेना सीमाओं पर अपने प्राणों की बाज़ी लगाकर अत्याधुनिक हथियारों, मिसाइलों और फाइटर जेट्स के माध्यम से राष्ट्र की रक्षा में जुटी है, तब देश की मुख्यधारा मीडिया—जो लोकतंत्र का चौथा स्तंभ कहलाती है—मानों नैतिकता और सत्यनिष्ठा की ज़मीन छोड़कर किसी भव्य नाट्यशाला के मंच पर उतर आई है।

इस मीडिया का व्यवहार आज उस थ्रिलर ड्रामा की तरह हो चला है जिसमें पत्रकारों की भूमिका संवाददाता की न होकर एक स्क्रिप्टेड अभिनेता की है, जो उत्तेजित शब्दों, बनावटी भावनाओं और नकली आक्रोश के ज़रिए दर्शकों की संवेदनाओं से खेल रहा है। यह दृश्य किसी न्यूज़रूम का नहीं, बल्कि एक "न्यूज़ थिएटर" का हो गया है, जहाँ सूचनाओं की प्रस्तुति नहीं, बल्कि कल्पना और अभिनय का प्रदर्शन होता है।

स्थिति यहाँ तक बिगड़ गई कि इन मीडिया अभिनेताओं की इतनी 'तगड़ी परफॉर्मेंस' देखने को मिली कि भारत सरकार को हस्तक्षेप करना पड़ा—उन्हें मीडिया गाइडलाइंस जारी करनी पड़ीं। सरकार को साफ निर्देश देना पड़ा कि जितना अभिनय पत्रकारिता के दायरे में अनुशंसित है, वे उतना ही करें—अन्यथा वे पत्रकार नहीं, नुक्कड़ नाटक के भेष में भ्रम पैदा करने वाले कलाकार प्रतीत होंगे, जिनका उद्देश्य जनजागरण नहीं, जनविमूढ़ता है।

विडंबना यह है कि ये वही लोग हैं जो दिन-रात दूसरों के चरित्र और आचरण पर

निर्णय सुनाते हैं, जबकि खुद का व्यक्तित्व हर शाम बदलते मुखौटे जैसा होता जा रहा है। जिस प्रकार सिक्के के दो पहलू होते हैं—एक मूल्यवान, दूसरा मात्र धातु—उसी प्रकार आज की मीडिया में भी दो पक्ष उभर आए हैं: एक जो जिम्मेदारी के साथ समाज को दिशा देता है, और दूसरा जो टीआरपी के नशे में मंच पर अपने अभिनय की तालियाँ बटोरता फिरता है।

दरअसल, यह केवल एक पत्रकारिता का संकट नहीं, बल्कि जनमानस की बौद्धिक चेतना का भी इम्तिहान है। मीडिया जैसा देखेगा, वैसा ही समाज सोचेगा—यह नियम केवल सिद्धांत नहीं, व्यवहार में भी उतना ही प्रभावशाली है। लेकिन जब न्यूज़ स्टूडियोज़ से अधिक ज़ोर "धमाकेदार ब्रेकिंग" और "धारावाहिक बाइट्स" पर दिया जाए, जब देशहित के गंभीर प्रश्नों पर ध्यान देने की जगह 'सेलिब्रिटी ड्रामा' और 'राजनीतिक आरोप-प्रत्यारोप' का राग गूंजे, तब लोकतंत्र की नींव डगमगाने लगती है।

जिस मीडिया की भूमिका कभी नागरिकों के मन में सवाल जगाने की थी, वह अब उन्हें केवल मनोरंजन परोसने वाला यंत्र बनता जा रहा है। एक ऐसा यंत्र जो दिन-रात यह तय करता है कि किस नेता का चेहरा 'देशभक्ति' के फ्रेम में फिट बैठता है और किसका विरोध करना 'राष्ट्रविरोध' कहलाएगा। ऐसे माहौल में प्रश्न पूछना अपने आप में अपराध बना दिया जाता है।

यह स्थिति मात्र एक विचारधारा की नहीं, एक समूची प्रवृत्ति की उपज है। जब पत्रकारिता, सत्ता का दर्पण बनने के बजाय उसका मुखौटा बनने लगे, तब चेत जाना चाहिए। मीडिया का सबसे बड़ा धर्म है 'प्रश्न'— और यदि कोई माध्यम प्रश्नों से बचता है, तो वह पत्रकारिता नहीं बल्कि प्रचारतंत्र है।

इतिहास गवाह है कि जब-जब मीडिया ने सत्ता से दूरी बनाकर जनता के बीच संवाद कायम किया, तब उसने क्रांति रची है; और जब वह सत्ता के करीब गया, तब वह जनमत को गुमराह करने का औज़ार बन गया। वर्तमान दौर में सबसे ज़रूरी है कि नागरिक स्वयं मीडिया के इस बदलाव को समझें और उससे जागरूक सवाल करें। क्योंकि यदि दर्शक विवेकहीन बनता है, तो मीडिया भी उथला होता जाता है।

स्वतंत्र और निष्पक्ष प्रेस किसी भी लोकतंत्र की रीढ़ होती है। जब मीडिया बिना किसी दबाव के सच्चाई को उजागर करता है, तब वह भ्रष्टाचार, अन्याय और तानाशाही प्रवृत्तियों पर लगाम लगाने में सहायक होता है। प्रेस के माध्यम से जनता अपने अधिकारों के प्रति जागरूक होती है और शासन को जवाबदेह बनाती है। इसलिए यह आवश्यक है कि प्रेस पर किसी प्रकार की सेंसरशिप या राजनीतिक दबाव न हो, ताकि वह स्वतंत्र रूप से अपने उत्तरदायित्व का निर्वहन कर सके।

मीडिया को फिर से अपना मूल कार्य याद दिलाने की आवश्यकता है—न कि वह कौन सा चेहरा कितना बोल रहा है, बल्कि यह कि क्या वह सत्य बोल रहा है। अब समय है कि हम पत्रकारिता को 'प्रेस' की भूमिका में वापस लाएं, न कि 'परफॉर्मर' की।

पत्रकारिता का मूल्य टीआरपी से नहीं, समाज के विवेक से तय होता है। जब तक दर्शक अपने सवाल पूछने के अधिकार को जीवित नहीं रखेगा, तब तक 'न्यूज़ थिएटर' का यह तमाशा चलता रहेगा। ऐसे में अब नागरिकों की सबसे बड़ी देशभक्ति यह होनी चाहिए कि वे अपने विवेक का इस्तेमाल करें और समाचार को समाचार की तरह देखें, न कि मनोरंजन के मंचन की तरह।

मीडिया की साख वही लौटेगी, जब पत्रकार फिर से संवाददाता बनेंगे, अभिनेता नहीं। और जब दर्शक फिर से जागरूक नागरिक बनेंगे, उपभोक्ता नहीं। यही पत्रकारिता का पुनर्जन्म होगा—नए भारत की एक जरूरी शर्त।

और, हम स्तब्ध रह गए

प्रफुल्ल कुमार त्रिपाठी

लखनऊ

लेखक आकाशवाणी से सेवानिवृत्त अधिकारी हैं।

किसी ने क्या खूब कहा है कि जो आनंद अपनी छोटी पहचान बनाने में है वो किसी बड़े की परछाईं बनने में नहीं है। बेहतर होगा कि आप अपने जीवन में कर्तव्य परायणता और संघर्ष करना पिता और गुरु से सीखें , संस्कार मां से और शेष सब कुछ जाइसे जोड़ -घटाना, गुणा – भाग तो दुनियाँ ही सिखा देगी। मैंने इस कथन को शत -प्रतिशत अपने जीवन में उतरते और फलीभूत होते हुए देखा है। मुझे शायद इसीलिए अपनी छोटी पहचान से ही संतुष्ट होना पड़ रहा है। बड़े बड़े पुरस्कार और सम्मान मुझसे दूर हैं, जब कि मेरे संग- साथ के लोग कुछ बड़ों की परछाईं के सहारे आज ढेर सारे लाभ उठाते जा रहे हैं और उन्हें मिल रहे सम्मान की तो गिनती ही नहीं है।

प्रगतिशील कवि दुष्यंत कुमार ने ठीक ही कहा है कि- " इतिहास में कहाँ दर्ज होते हैं वे युद्ध जो मन के भीतर (कई - कई कालखंडों में) चलते रहते हैं।" मुझे भी अपने आंतरिक और बाह्य जीवन में ऐसे अनेक युद्धों या युद्ध जैसी परिस्थितियों से गुजरना पड़ा है जिसकी चर्चा आवश्यक तो है ही, उन प्रसंगों के प्रत्यक्ष या परोक्ष उल्लेख बिना मेरी यह आत्मकथा अधूरी भी रहेगी ।लड़े गए या लड़े जा रहे युद्ध (जैसा कि मैंने उल्लेख किया है)जीवन में आंतरिक, बाह्य और मानसिक मोर्चों पर।

वर्ष 2007 – मेरे जीवन के लिए एक ऐसा ही यादगार वर्ष रहा जिसमें मेरे नितांत निजी ही

नहीं मेरे हितैषियों ,बंधु बांधवों और परिजनों के भी जीवन में सुख के रास्ते दुख ने प्रवेश किया। कभी भी ना भूलने वाले दुख ने सुख के अध्याय को पूर्ण विराम दे दिया और दुख की नीर भरी बदली ने हमारे जीवन में अंधेरा कर दिया। लड़ाइयाँ छिड़ गईं ढेर सारे मोर्चे खुल गए। उस दौर के स्मरण मात्र से आज भी मैं भावुक हो उठता हूँ और घंटों मानसिक आघात-प्रतिघात से गुज़रता रहता हूँ। यह वर्ष मेरे जीवन का ऐसा काला अध्याय बन कर रह गया है कि जो प्राणांत तक साथ रहेगा। क्या सुनना चाहेंगे आप?

31 जनवरी 2007 को फैजाबाद में बड़े बेटे दिव्य की शादी के इंगेजमेंट के बाद यश और दिव्य दोनों अपने अपने काम पर वापस चले गए थे। कुछ ही दिन बाद मेरे हिप ज्वाइंट में इन्फेक्शन हो जाने के कारण 10 अप्रैल 2007 को मुझे चेन्नई के एक बड़े अस्पताल MIOT में भर्ती होना पड़ा जहां 24 अप्रैल 2007 को Revision of S-Rom THR of Right Side हुआ। उसके बाद 10 मई को मुझे वहाँ से डिस्चार्ज किया गया। मुझे बड़े बेटे दिव्य डिस्चार्ज करा कर लखनऊ लाए। चेन्नई से लखनऊ की फ्लाइट जब चौधरी चरण सिंह इंटरनेशनल एयरपोर्ट लखनऊ उतरने ही वाली थी कि इतनी तेज आंधी और तूफान का गुबार उठा कि पाइलट रन वे छू ही नहीं सका और विवश होकर फ्लाइट वापस दिल्ली चली गई ।लगभग एक घंटे बाद वही प्लेन फिर वापस लखनऊ के लिए उड़ान भरी। यहाँ मेरी पत्नी और साढ़ू ओ.पी.मणि त्रिपाठी जो मुझे रिसीव करने एयरपोर्ट गए थे, परेशान रहे। चेन्नई प्रवास की इस एक महीने की लंबी और अप्रत्याशित अवधि में कभी पत्नी मीना, कभी बड़े पुत्र दिव्य और कभी छोटे और अत्यंत लाडले पुत्र यश ने मेरी परिचर्या की। साढ़ू पुत्र अनुराग(बॉबी) और पुत्र वधू अनन्या तो वहीं चेन्नई में थे ही और वे हमेशा हम सभी के लिए तत्पर रहते थे। मेरे गोरखपुर स्थित परिवार के सदस्यों में मेरे प्रति इतनी विषबेल फैल चुकी थी कि मुझे देखने चेन्नई कोई नहीं आया। मेरे पिता-माता तक नहीं आए। मैंने अपने पिता से कुछ आर्थिक मदद मांगी थी तो उन्होंने एक पैसा तक नहीं दिया। यह अवश्य सुनने में आया कि इस मसले पर उन्होंने गोरखपुर में अपने घर के सामने के पाटेश्वरी प्रसाद मिश्रा के पुत्र के. एन. वात्स्यायन (पप्पू) से अवश्य सलाह ली थी और पप्पू ने उनसे कहा था कि अगर प्रफुल्ल आपको आर्थिक मदद करते हैं तो दीजिए अन्यथा कोई मदद मत कीजिए। उन दिनों वे लोग मेरे पिता और माता जी के अत्यंत प्रिय हुआ करते थे क्योंकि चिकनी चुपडी बातें करने में वे लोग सिद्ध हस्त थे । आज पैतृक संपदा के रुप में करोड़ों रुपये की प्रॉपर्टी मेरे माँ बाप मेरे उपयोग के लिए छोड़ गए हैं अगर वे चाहते तो उसमें से मेरे ही हिस्से के खेत बेंच

कर मुझे आर्थिक मदद कर सकते थे। लेकिन ऐसा उन्होंने नहीं किया ।मुझे आर्थिक मदद न देने के पीछे एक मुख्य कारण यह भी था कि मेरी माँ सरोजिनी त्रिपाठी भी अक्सर रामायण की मंथरा की भूमिका में उतर आया करती थीं और पिताजी उनका अनुकरण करते थे। ऐसे कुछ प्रकरण उन दोनों के व्यक्तित्व का काला अध्याय है। उनसे जुड़े ऐसे और भी दुखद अध्याय हैं जिनकी चर्चा आगे करूंगा और हाँ, इस एक महीने में मैंने उस अस्पताल में कितने-कितने नरक झेले उसकी एक अलग ही रोमांच भरी कहानी है उसे भी आगे बताऊँगा।

2 जनवरी 1985 को गोरखपुर में जन्मे, एयरफोर्स स्कूल गोरखपुर से हाई स्कूल टॉप करके सिटी मांटेसरी स्कूल, महानगर, लखनऊ से इंटर करते ही एन. डी. ए. की परीक्षा उत्तीर्ण करके नेशनल डिफेंस एकेडमी, खड़गवासला,पुणे से आर्मी की ट्रेनिंग लेकर मेरे छोटे पुत्र लेफ्टिनेंट यश आदित्य (I.C. 68122- H) 7 MECH. INFANTRY (1 DOGRA) में अपनी नियुक्ति पा चुके थे और उ दिनों अपनी पहली पोस्टिंग पर लेह में नियुक्त थे। उधर बड़े बेटे लेफ्टिनेंट कर्नल दिव्य आदित्य (I.C. 63692-P) भी भारतीय थल सेना (ई. एम. ई.) में ही कैप्टन के रूप में हिसार में नियुक्त थे। उनकी शादी और फिर रिसेप्शन का समारोह धूमधाम से सम्पन्न हो चुका था। वे अपनी नई नवेली पत्नी लेकर हिसार चले गए और यश वापस अपनी पोस्टिंग पर लेह। लेह पहुंचते ही यश को यह जानकारी मिली कि यूनिट अब बबीना कैंट (झांसी) शिफ्ट होगी और उसके सुरक्षित वापसी की जिम्मेदारी सुरक्षा अधिकारी के रुप में यश की होगी। यश बहुत खुश थे और उन्होंने फोन पर हमें बताया कि उनका बनवास अब समाप्त होने को है और अब मैदानी इलाके में और लखनऊ के पास बबीना कैंट (झांसी) में अब उन्हें रहना होगा। हम लोग भी बहुत खुश थे।

अगस्त के अंतिम सप्ताह में यश की यूनिट की बबीना वापसी तय हुई और लेह से सड़क मार्ग से अपने लाव लश्कर के साथ लेह से वह पठानकोट रेलवे स्टेशन आ गए। रेल प्रशासन से समन्वय स्थापित करके मिलिट्री स्पेशल ट्रेन की व्यवस्था करने, उसमें सैन्य हथियार आदि की सुरक्षित लोडिंग होने और फिर उसके रवाना कराने में वे अत्यंत व्यस्त और परेशान रहे। 29 अगस्त को ट्रेन पठानकोट से रवाना हुई और वह अब लुधियाना रेलवे स्टेशन के यार्ड में खड़ी थी। ट्रेन के अंदर ही सारे जवान और अधिकारी अपना लंच ले रहे थे कि तभी एक जोरदार धमाके की आवाज आई। लोग बाहर निकाल कर देखते हैं कि लेफ्टिनेंट यश आदित्य यार्ड के प्लेटफ़ॉर्म पर अस्त व्यस्त, आग का गोला बन कर पड़े हुए हैं। चारों ओर अफरा-तफरी का माहौल। कुछ लोग बोरे ,कंबल,पानी आदि से आग बुझा रहे हैं। थोड़ी ही देर में उनका प्राथमिक उपचार होता है लेकिन उनका जीवन खतरे में देख कर उनके उच्च अधिकारी उनको लुधियाना के क्रिश्चियन मेडिकल कॉलेज एण्ड अस्पताल के बर्न यूनिट में लेकर भागते हैं। लगभग दो बजे मेरा मोबाइल फोन घनघना उठता है और दूसरी ओर से यश के सीनियर ऑफिसर कर्नल संजीव शर्मा की आवाज आने लगती है। वे बता रहे हैं कि "लेफ्टिनेंट यश एक दुर्घटना में बुरी तरह घायल हो गए हैं और इस समय सी. एम. सी. लुधियाना की बर्न यूनिट में भर्ती हैं। फिलहाल अभी उनकी तबीयत कंट्रोल में है।"

इतना सुनते ही मानो मुझे काठ मार गया। अपने आप को संभालते हुए मैंने उनसे पूछा-

"वो ठीक तो हैं ?"

"हाँ, हाँ, मैं आपकी बात कराता हूँ।" कर्नल बोल उठे।

उधर अब फोन पर यश थे। उनकी थकी हुई, भारी भारी आवाज़ आ रही है –

"डैडी मैं ठीक हूँ। आप लोग घबराइए नहीं। कर्नल साहब मेरी देखभाल कर रहे हैं। सब ठीक हो जाएगा।"

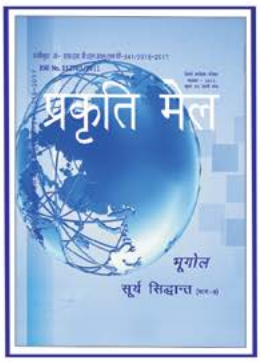
शरीर के 67 प्रतिशत अंग जिसके जल चुके हों, जो अस्पताल के आई. सी. यू. में पड़ा अनजाने, अचीन्हे नर्स और डाक्टर से घिरा कराह रहा हो उस वीर बेटे के इस आत्म विश्वास पर मैं चकित भी था हतप्रभ भी । मुझे रोना आ गया। "ठीक है बेटा ,हम लोग जल्दी से जल्दी पहुंचते हैं।" मैंने भारी और बोझिल मन से बात समाप्त की।

फोन पर बातचीत के बाद तुरंत मैं सक्रिय हो उठा। सबसे पहले बड़े बेटे कैप्टन दिव्य को इस घटना की सूचना दिया तो वे बताए कि यश की यूनिट से कर्नल साहब उसे घटना के बारे में बता चुके हैं और वह हिसार से लुधियाना के लिए निकल चुके हैं। इसके बाद मैंने अपने साढ़ू की बिटिया पूजा को फोन करके यह कहा कि वे लखनऊ से लुधियाना के लिए रात की ट्रेन में दो बर्थ के लिए रिजर्वेशन देखें। अब अपनी पत्नी को संभलते संभलते इस दुर्घटना को बताने की बारी थी जो उस समय अपने स्कूल में थीं। अब याद नहीं है कि इस हृदय विदारक घटना के बारे में मैंने उनसे क्या और कैसे कहा! , हाँ इतना अवश्य याद है कि उनको यह हिदायत दे दी कि वे घर पहुँच कर यात्रा की तैयारी कर लें। उसी क्रम में साढ़ू के लड़के अनुराग (जो संयोग से उन दिनों लखनऊ में थे और उनको एक हफ्ते में अपनी नई नौकरी पर कुवैत जाना था) को मीना के साथ भेजने का निर्णय हुआ। संयोग यह रहा कि रिजर्वेशन मिल गया।

बुझे मन से शाम को जब मैं घर लौटा तो ढेर सारे लोग जुटे मिले। सभी के सभी चिंतित,किसी अनहोनी से भयभीत और उदास। एक प्रकार का मातम पसरा हुआ था। मीना ने यात्रा की तैयारियां कर ली थीं। नियत समय पर ट्रेन पकड़ने वे लोग स्टेशन रवाना हुए। मेरी रात, वह भयानक रात कैसे कटी वर्णनातीत है।

इस अंक में बस! अब इतना ही! इस प्रसंग पर चर्चा चलते ही जैसा कि पहले ही बता चुका हूँ कि मैं मर्मांतक पीड़ाओं के दौर से गुजरने लगता हूँ ।इसलिए शेष अगली कड़ी में।

(क्रमशः अगले अंक में)



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

- प्रकृति प्रवृति की धारा से हर जीव के स्वभाव से गतिमान होते हुए आनन्द देती है जिससे एक गुण विज्ञान का निर्माण होता है जो प्रकृति बनकर हर गुण निर्माण में सहायक हो जाती है।
- प्रकृति बीजत्व की पूर्णता में गुणात्म भोग से पदार्थ का निर्माण करती है।
- प्रकृति का हर अंदाज एक आनंद है जो स्वभाव बनकर गतिमान हो जाता है।
- एहसास स्वगुण का परिणाम है पर उससे बनने वाला पदार्थ विज्ञान प्रकृति है जो हर किसी के लिए होती है।
- प्रकृति की प्रवृति स्वगंध है।
- प्रकृति तो निरंतर गतिमान अवस्था है जो स्वभाव बनकर हर प्रदूषण को मिटाकर ब्रह्माण्ड को अनंत गतिमान रखती है।
- प्रकृति प्रकार है , प्रकाश तो अतिरिक्त घर्षण का परिणाम है।
- प्रकृति की परिभाषा में जीवन एक एहसास है।
- प्रकृति की प्रवृति सिर्फ निर्माण के लिए गतिमान होती है अन्य अवस्था के लिए शून्य बनी रहती है।
- देखना प्रकृति की नियत है पर वही देखती है जो उसे देखना है।
- हम जिस व्यक्ति या वस्तु के बारे में सोचते हैं हमारे अंदर उसके अनुसार खेती होने लगती है जिससे हमारी जमीन पर उसके बीज का उत्पादन होने लगता है।
- सजीवता हमेशा ठोस होती है उसमें खोखलापन नहीं होता।
- प्रकृति का शोषण करने वाला कोई भी प्राणी प्राकृतिक नहीं होता बल्की शोषणवादी नियत पूर्ण कल्पनाओं का परिणाम है।
- हमारे वास्तविक लक्ष्य पर पहुँचने के लिये एक ही मार्ग है जिसके दोनों तरफ परिस्थिति रूपी खाई बनी होती है जो हमे अपने मार्ग पर चलने के लिए सचेत करती है परन्तु हम उस खाई को संसाधनों से भर कर दूसरा मार्ग तैयार करने की कोशिश करते हैं और अपने वास्तविक लक्ष्य से भटक जाते हैं।
- हमारी मूल प्रवृत्ति चुम्बक की तरह होती है जो की हमारे वास्तविक निर्माण में जिन अवयवों की आवश्यकता होती उसे स्वयं अपनी ओर खींच लेता है यही निर्माण की अप्राकृतिक प्रक्रिया है जब हम अच्छे बुरे के चुनाव में पड़ जाते हैं तो वहीं हमरा निर्माण रूक जाता है और हम अपरिपक्व अवस्था में रह जाते हैं।

सूर्य सिद्धांत भाग - 2

शून्य (0) + शून्य (0) = गति

अशोक मानव

जब मृदा की रसायनिक अवस्था शून्य हो जाती है तब उसपर पड़ने वाला सूर्य प्रकाश उसी की गुणात्म अवस्था को सक्रिय कर देता है तब उसकी मृदा अपना विषत्व बनाकर अपनी यात्रा पूर्ण करती है।

सूर्य परम् की शून्य की शून्यतम अवस्था जो प्रकाश वर्ष की गति बनकर सृष्टि का निर्माण करता है। शून्यतम अवस्था की शीतलता से जल का निर्माण हो जाता है। जो प्रकाशीय धरा का निर्माण कर उसे आधार बना कर रूक जाती है जिस पर प्रकाश वर्ष की गति पड़ने से उष्मा बनकर आसमानी सतह तक गुणात्मकता की कई प्रकाशीय चादरे बनाती है, जो प्रकाश वर्ष की गति निर्माणात्मक गति में करके जैविक संरचना योग्य तापमान बनाने हेतु तैयार होती है। इसी आसमान और धरती के बीच में समुद्री मन्थन से जैविक संरचनाका बीज तैयार होता है जो जीवन तैयार कर पदार्थ और जीवन की गुणात्मक गन्ध रश्मी का निर्माण करते है। जिस सिद्धान्त से जीव का निर्माण होता है उसी सिद्धान्त से जीव भी अपना निर्माण करता है। शून्य से शून्यतम अवस्था ही जीव की गति को तेज बनाती है जो जागृत की शान्त अवस्था से सोने के समय शून्यतम अवस्था में परिवर्तित हो जाता है जिससे जीव की गति तेज हो जाती है। जिसके बाद जीव के अन्दर से इच्छित विषय की गुणात्मक रश्मी की भानू तरंग अपने विषय को पूरा करने के लिए अवरोधी गुण को खत्म कर विषय को पूरा करने के लिए प्रकाशीय चादर को बनाकर उसके योग्य तापमान बनाकर विषय पूरा करने वाली धरती से टकराकर उष्मा का उत्सर्जन करता जिससे सूक्ष्म जीवाणु का जन्म होता है जो इच्छित विषय को पूरा करता है। इस प्रकार की क्रिया तो जीव भी कर लेता है। क्योंकि उसमें भी उसी सूर्य का सूक्ष्म नूर होता है। प्राकृतिक रूप से ध्यान मयी होकर सभी जीव इस क्रिया को पूरा कर लेते है। पर मानव अपनी अनेको इच्छाओं को पूरा करने के लिए अपनी सोच से अपनी गति को अनियंत्रित कर लिया है। इस लिए उसकी कोई भी इच्छा प्राकृतिक रूप से नही पूरी हो पाती है। इसे पूरा करने के लिए झूठ, फरेब, धोखा, जाल साजी, अन्दर से कुछ बाहर से कुछ और जिससे वास्तवविक निर्माण नहीं होता है जिससे सिर्फ धोखा एक दिखावे की क्रिया होती है वास्तविक रूप से प्राकृतिक निर्माण नहीं होता है और उसके इसी कार्य को पूरा करने के लिए जो चालाकी पूर्ण विचार मन्थन करता रहता है उससे उस गुण की गन्ध तरंग उससे निकलती रहती है जिससे मानव रूप

जब मानव प्रकाश वर्ष की गति के विज्ञान को जानकर आने अन्दर सकारात्मक इच्छा के साथ शून्यतम अवस्था नहीं बनायेगा तब वह यूँ ही घुट-घुट कर जीवन जीता रहेगा आनन्दमयी एहसास नहीं कर पायेगा।

में मनुष्य जैसे असुर का निर्माण हो जाता है जिसकी संक्ष्या वर्तमान समय में प्रकृति में अत्यधिक हो चुकी है इसी लिए वर्तमान समय में सामाजिक व्यवस्था समाज हित के लिए नही बल्कि व्यक्तिगत हित के लिए बनायी जा रही है। जिससे हर व्यक्ति परेशान है चाहता तो है न्याय पर इसे अपने आपसे शुरू नहीं कर पा रहा है। जब सूर्य सिद्धान्त को जानकर इसे अपने आप से नही शुरू करेंगे तब तक समाज यू ही भटकता रहेगा और असुरता मनुष्य के रूप में बढ़ती रहेगी।

जब मानव प्रकाश वर्ष की गति के विज्ञान को जानकर आने अन्दर सकारात्मक इच्छा के साथ शून्यतम अवस्था नहीं बनायेगा तब वह यूँ ही घुट-घुट कर जीवन जीता रहेगा आनन्दमयी एहसास नहीं कर पायेगा। इस क्रिया की लड़ाई में सकारात्मक सोच का जीव ही जीतता है क्यों कि उसकी अत्यधिक सून्यतम अवस्था बन पाती है, असुरी न होने के कारण उसके अन्दर की हलचल खत्म हो जाती है जब असुरी प्रकृति की हलचल कम नही होती। जिससे उनकी गति प्रकाश वर्ष की गति नही बन पाती है इससे वे सूक्ष्म नहीं बड़े जीवाणु को जनम देते है। इस लड़ाई में सूक्ष्म से सूक्ष्मतम अवस्था ज्यादा शकितशाली होती है। जिसकी जितनी अधिक सकारात्मक सोच होती जाती है उसकी प्रकाश वर्ष की गति उतनी ही अधिक तेज होती जाती है जिससे वह अत्यधिक सूक्ष्म जीवाणु को पैदा कर पाता है। जो न्याय प्रिय होने के कारण अत्यधिक शक्तिशाली होता जाता है। इसी गुण के कारण जब राक्षस और ईश्वर में युद्ध होता है तो ईश्वर ही विजयी होता है। इस लिए न्याय प्रिय बनकर सकारात्मक सोच धारण कर शूनयतम अवस्था बनाये और अपनी लड़ाई को ईश्वरी खेमे से जोड़े। ऐसा करने से आप के अन्दर से निकलने वाली न्याय प्रिय गन्ध सूक्ष्म जीवाणु को जन्म देगीजो राक्षसी प्रवृति ;विरोधी गुणद्ध को खत्म करेगी और आप के एहसास अच्छा बनायेगी जिससे आप अपनी इच्छाओं को वास्तविक रूप से पूरा कर पायेगे, इसी से आप अपने कम्र को पूरा करके ईश्वरीय विद्या में जुड़कर प्रकाश बनाने लगेंगे जो प्रकाश में मिलता जायेगा और अपने कर्म को पूरा करके प्रकाश में विलीन हो जायेगा। दूसरे का इन्तजार मत करिये इसे अपने आप से शुरू कर दीजिए ऐसा करने से आप को न्याय मिलने लगेगा और सूर्य सिद्धान्त के योगी बनकर विजयीहोगे। इसी मार्ग पर चलकरके वासतविक जीवन को जिया जा सकता है। इसी से राक्षसी मनुष्य का जन्म होगा और मानव का विकास होकर मानवता स्थापित होगी। इसी वैज्ञानिकता से स्वच्छ समाज का निर्माण किया जा सकता है।

प्रश्न हमारे
उत्तर श्री अशोक मानव जी के

प्रश्न : घटना क्या है क्या इसे रोका जाना चाहिए?

उत्तर : घटना तो प्रकृति का प्रवाह है जिसकी गंद प्रकृति कि वह ऊर्जा है जो बन जाने पर निकलती ही है यदि इसे रोका जाता है तो रोकने वाला प्रकृति विरोधी होता है।

प्रश्न : ईश्वर हमें मार्ग किस तरह से दिखाता है?

उत्तर : रास्ता दिखाने वाला भगवान अपने अंदर प्रकाश रूप में होता है जिसे मन कहते हैं पर वह तभी सही मार्ग दिखाता है जब हम अपने अंतःकरण में विचरण करते हुए अपनी आंतरिक पुस्तिका पढ़ना सीख जाते हैं।

प्रश्न : स्व पुस्तक का निर्माण कैसे होता है?

उत्तर : मानव शरीर में रासायनिक मिलान से बनने वाला तत्व विज्ञान एक बिंदु मे एकत्रित होता रहता है, जो पूर्ण होने के बाद स्व पुस्तक बन जाता 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 गुड़ 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 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 सतह रसायनिक मिलान करते हुए विस्फोट तो होकर अपना अंत कर जाता 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

साइकिल चलाएं, बीमारियां भगायें

डॉ. बी. आर. नलवाया

मंदसौर

हर बच्चे, बूढ़े और जवान की तमन्ना होती- साइकिल चलाना ,क्योंकि साइकिलों का 400 साल पुराना सफर अभी भी हर दिल अजीत व्यक्ति की चाहत बनी हुई है। इसलिए भी साइकिल का मजा है- कि यह सेहत की साथी, प्रदूषण की दुश्मन और सबसे अधिक किफायती वाहन बनी हुई है, वैसे तो परिवहन के साधनों की संख्या बहुत हैं, हजारों में ,लेकिन साइकिल की बात अपनी अलग ही निराली है।

साइकिल के पुराने दिन अब वापस लौट आए हैं। कई देशों में अब साइकिल चलाने का चलन बढ़ता जा रहा है। हमारे देश में भी अब इसे गरीबी या पिछड़ेपन से जोड़ने के बजाय पर्यावरण संरक्षण और स्वास्थ्य की दृष्टि से उत्तम माना जाने लगा है। अब साइकिल चलाना शोकिया तौर के साथ ही डॉक्टर और जीम ट्रेनर भी इसे नियमित रूप से चलाने की सलाह देते हैं। साइकिल चलाने वाले को निम्न दृष्टि से देखने की स्थितियां अब खत्म हो चुकी है। साइकिल में भी अब अनेक विकल्प आ चुके है, रईस लोगो को बहुत अच्छी किस्म की महंगी साइकिल चलाते हुए देखा जाता है। यही नहीं देश के कई राज्यों के मुख्यमंत्री व अन्य मंत्रीगण भी अपने-अपने सचिवालय विश्व साइकिल दिवस पर साइकिल से ही जाते हैं, वे आम जनता को यह संदेश देते हैं कि स्वास्थ्य व पर्यावरण के लिए नियमित रूप से साइकिल चलाएं। जापान में तो हफ्ते के एक दिन सभी

अधिकारी, नेतागण व आम जनता साइकिल का ही प्रयोग करते है।

सर्वविदित है कि संयुक्त राष्ट्र महासभा ने 3 जून 2018 को विश्व साइकिल दिवस मनाने की घोषणा की थी जिसका कई देशों ने समर्थन किया। पिछले कुछ वर्ष में विश्व साइकिल दिवस के दिन ही 1951 में स्थापित भारत की सबसे बड़ी साइकिल निर्माता कंपनी एटलस बंद हो गई थी। प्रतिवर्ष 40 लाख साइकिल उत्पादन करने वाली भारत की सबसे बड़ी दुनिया की जानी-मानी कंपनी एटलस बंद होने से साइकिल उद्योग को काफी क्षति हुई।

यदि देखा जाए तो स्वास्थ्य के लिए सबसे सुलभ व सस्ता साधन साइकिल ही है क्योंकि यह सेहत बनाने के साथ ही प्रदूषण की दुश्मन भी है। हर बच्चे का ख्वाब और सबसे किफायती कोई वाहन है तो वह केवल साइकिल ही है। साइकिल की खुशी का पैमाना 200 साल से भी पुराना है। आज जितने स्टाइलिश और नए-नए अंदाज में हमारे सामने साइकिल आ रही है वे वास्तव में कई बार परिवर्तन होकर आधुनिक युग के अनुसार बनी है।

विश्व की सबसे पहली साइकिल लकड़ी की बनी थी। इसमें लकड़ी के ही पहिए और लकड़ी के ही हैंडल थे तथा इसमें ना तो पेडल थे और ना ही चेन। जो पैदल चलकर बोझ लाद कर यात्रा करने के लिए उपयुक्त थी। ऐसे लोगों के लिए यह सायकिल जर्मनी के बैरन कार्ल वान डाइस बेरेंस ने 1817 में बनाई थी। इसके पश्चात 1860 में फ्रांस में पेडल-चेन व बैठने के लिए सीट लगाकर इसे थोड़ा और आरामदायक बना दिया गया। इसके कई वर्षों के बाद 1977 में गियर वाली साइकिल ने यूरोपीय बाजार में अपना स्थान बना लिया था।

साइकिल चलाने में सबसे बड़ी दिक्कत यह है कि हर किसी शहर में ना तो साइकिल ट्रैक बने हुए हैं और ना हीं सड़कों पर सिल्वर-व्हाइट पेंट की मार्किंग की गई है। ऐसे में साइकिल चलाने वालों को तेज रफ्तार कार व बाइक चलाने वालों के साथ ही सफर पूरा करना पड़ रहा है। इसमें दुर्घटना की काफी संभावनाएं बनी रहती है। उज्जैन में इस दिशा में हीरा मिल क्षेत्र में साइकिल ट्रैक बना है तथा साथ ही महानंदा नगर एरिया के चारों ओर भी साइकिल ट्रैक बन चुका है। साथ ही पिछले दो वर्षों में भारत सरकार साइकिल चलाने के लिए स्मार्ट सिटी में साइकिल प्रतियोगिता भी करवा रही है।

अब निश्चित ही साइकिल के प्रति जागरूकता बढ़ने व बढ़ाने की महती आवश्यकता है क्योंकि साइकिल चलाने से स्वास्थ्य अच्छा रहता है। एक उम्र के बाद इससे मोटापे व जोड़ों में दर्द की समस्या भी नहीं होती है। अतः धन की बचत और बेहतर स्वास्थ्य के लिए कम दूरी की यात्रा साइकिल से ही पूरी करना चाहिए। कुछ लोग साइकिल से यात्रा करने में भी पीछे नहीं हैं ये लोग अनिवार्य रूप से नियमित 1 घंटे साइकिल चलाते ही हैं। विश्व स्वास्थ्य संगठन के अनुसार साइकिल स्वास्थ्य की दृष्टि से भी महत्वपूर्ण परिवहन सिद्ध हो चुका है।

अन्तर्राष्ट्रीय योग दिवस

गोवर्धन दास बिन्नाणी 'राजा बाबू'

बीकानेर

सबसे पहले 21 जून अन्तर्राष्ट्रीय योग दिवस कैसे घोषित हुआ, उसके बारे में जानने से पहले यह जान लें कि जब से सभ्यता शुरू हुई है तभी से योग किया जा रहा है। विश्व के प्राचीनतम ग्रन्थ ऋग्वेद में योग विषयक वर्णन उपलब्ध है। कालान्तर में महान ऋषि, जीवन प्रबन्धन पर शिक्षक और दार्शनिक पतञ्जलि मुनि ने योग पर योगसूत्र ग्रन्थ के माध्यम से इसे सुव्यवस्थित रूप दिया।जबकि योगवासिष्ठ के अनुसार योग वह युक्ति है जिसके द्वारा संसार सागर से पार जाया जा सकता है।

जैसा आप सभी जानते हैं 21 जून वाला दिन उत्तरी गोलार्ध में वर्ष का सबसे लम्बा दिन होता है और योग मनुष्य को दीर्घायु बनाता है, इसी कारण से 27, सितम्बर 2014 में भारत के प्रधानमन्त्री श्री नरेन्द्र मोदीजी ने संयुक्त राष्ट्र संघ की मार्फत विश्व समुदाय से, वर्ष के इस सबसे बड़े दिन को 'अन्तर्राष्ट्रीय योग दिवस' रूप में मनाने का आह्वान किया और 11, दिसम्बर 2014 को संयुक्त राष्ट्र के 177 सदस्यों द्वारा 21 जून को 'अन्तर्राष्ट्रीय योग दिवस' को मनाने के प्रस्ताव को मन्जूर कर लिया गया। भारत के इस प्रस्ताव को 90 दिन के अन्दर ही पूर्ण बहुमत से पारित किया गया, जो किसी प्रस्तावित दिवस को संयुक्त राष्ट्र संघ में पारित करने के लिए सबसे कम समय होता है। उसके बाद माननीय प्रधानमन्त्री श्री नरेन्द्र मोदीजी ने 21 जून, 2015 को 'सद्भाव और शान्ति के लिये योग' प्रसंग (थीम) पर प्रथम अन्तर्राष्ट्रीय योग दिवस का उद्घाटन किया।इस कार्यक्रम में दो गिनीज बुक ऑफ वर्ल्ड रिकॉर्ड्स भी दर्ज किए गये , एक तो एक ही स्थान पर एक ही सत्र में 35,985 लोगों द्वारा योगाभ्यास करने का, तथा दूसरा एक योग कार्यक्रम में सर्वाधिक राष्ट्रीयताओं के लोगों के भाग लेने का।

जैसा आप सभी जानते हैं 21 जून वाला दिन उत्तरी गोलार्ध में वर्ष का सबसे लम्बा दिन होता है और योग मनुष्य को दीर्घायु बनाता है, इसी कारण से 27, सितम्बर 2014 में भारत के प्रधानमन्त्री श्री नरेन्द्र मोदीजी ने संयुक्त राष्ट्र संघ की मार्फत विश्व समुदाय से, वर्ष के इस सबसे बड़े दिन को 'अन्तर्राष्ट्रीय योग दिवस' रूप में मनाने का आह्वान किया और 11, दिसम्बर 2014 को संयुक्त राष्ट्र के 177 सदस्यों द्वारा 21 जून को 'अन्तर्राष्ट्रीय योग दिवस' को मनाने के प्रस्ताव को मन्जूर कर लिया गया।

तदुपरान्त देखते ही देखते दुनिया के तमाम देश इस मुहिम में शामिल हो ही नहीं गये बल्कि सभी देश अब इसमें बढ़-चढ़कर भागीदारी निभाते हैं।अब आप सभी के ध्याननार्थ इस

बार अन्तर्राष्ट्रीय योग दिवस का प्रसंग [थीम] 'एक पृथ्वी, एक स्वास्थ्य के लिए योग' घोषित किया गया है और यह दिवस अपने निम्न वर्णित अंतर्निहित महत्व के चलते अनेक इस्लामिक देशों को भी अपनी ओर आकर्षित किये हुवे है। यथा -

- कोरोनावायरस के समय में योग करने से अनेक लोगों को काफी फायदा मिला अर्थात इससे तन और मन दोनों को। जिसके फलस्वरूप विश्व के थोड़े बचे हुए देश भी अब योग को अपनाने में हिचकिचाते नहीं हैं।
- हर दिन बिना चुके योगाभ्यास करने से स्वास्थ्य सम्बन्धित सभी/अनेक समस्याओं का समाधान सम्भव है।
- योग के साथ, व्यक्ति एक बढ़ी हुई श्वसन प्रक्रिया का अनुभव करता है। यह उनके शरीर में शक्ति और ऊर्जा उत्पन्न करने में भी मदद करता है।
- योग चयापचय प्रक्रिया को सन्तुलित करने में मदद करता है।
- योग करते रहने से शरीर की माँसपेशियों को मजबूती मिलती है।
- सबसे महत्वपूर्ण यह है की हर कोई योगाभ्यास कर सकता है अर्थात केवल वे लोग ही नहीं जो अपने पैर की उंगलियों को छू सकते हैं।
- योग मानसिक शान्ति प्रदान करता है जिससे आसपास का परिवेश आनन्दमय हो जाता है।
- योग वजन कम करने में मदद करता है जिसके चलते शरीर को एक अच्छा आकार मिलता है।
- योग कार्डियो सिस्टम को भी स्वस्थ रखता है।
- हमारे अंतःकरण में भी लोभ, मोह, ईर्ष्या, द्वेष आदि से जो रोग उपजते हैं,उनका निदान योग द्वारा सम्भव होता है अर्थात योग केवल शारीरिक रोग में ही सहायक नहीं बल्कि मानसिक कष्ट को भी ठीक करता है।
- हर प्रकार की बीमारी से लड़ने में रोग प्रतिरोधक क्षमता निर्णायक भूमिका निभाती है। विशेषज्ञों का मानना है कि योग रोग प्रतिरोधक शक्ति मजबूत बनाने में एक बड़ी भूमिका निभाता है।

उपरोक्त वर्णित लाभों के अलावा भी अनेक लाभ हैं। आज के आधुनिक जीवनशैली में अपने अस्तित्व बचाने/बनाये रखने में हम अपने आप से कट से गये हैं। इसलिये चिन्ता, तनाव, भागादौड़ी के चलते उत्पन्न होने वाली परेशानियों से मुक्ति का मार्ग योग के साथ प्राणायाम उपलब्ध कराता है। यहाँ यह जान लें कि प्राणायाम एक तरह का विज्ञान है जिसे योग का चौथा अंग माना जाता है।मौटे तौर योग ध्यान व साँस लेने का व्यायाम है जबकि प्राणायाम में साँस पर अपने ध्यान को केन्द्रित करना होता है।

कुल मिलाकर नियमित योग करते रहने से मन को शान्ति, आत्मविश्वास और साहस की प्राप्ति होती ही है जिसके कारण हम लोग अपने-अपने सभी प्रकार की गतिविधियों को बेहतर तरीके से कर पाने में सफल होते हैं, क्योंकि योग का उद्देश्य ही हमारे जीवन का समग्र विकास करना है।

अन्त में मैं यह अवश्य साँझा करना चाहूँगा - जब मैं छोटा था तब मुझे बताया गया था कि तुम्हारा जन्मदिन वाला दिन, पूरे वर्ष में सबसे बड़ा दिन होता है और साथ में यह भी बताया गया कि आज के दिन ही राजस्थान उच्च न्यायालय की स्थापना हुयी थी, लेकिन 11 दिसम्बर 2014 से मेरा जन्मदिन वाला दिन अन्तर्राष्ट्रीय पटल पर अंकित हो गया और 21 जून, 2015 से अन्तर्राष्ट्रीय स्तर पर यह योग-दिवस नियमित रूप से अनेकों -अनेकों देशों में मनाया जाने लगा है अर्थात इस दिन नें अब एक वैश्विक आन्दोलन का रूप ले लिया है।

मानसिक स्वास्थ्य मापन परम्पराओं/ समाजिक परिवर्तिनों के साथ

इरा त्रिपाठी

मनो-सामाजिक सलाहकार, जिला मानसिक स्वास्थ्य कार्यक्रम, वाराणसी

प्रायः हमने देखा हैं कि हम अपने परिवार, आस पड़ोस या समाज में अपने उपस्थिति के अनुसार सामजिक परंपराओ चाहे वो घर कि समाज़ कि अथवा देश की हो चर्चा करते सुने जा सकते हैं,विशेषता किसी अयोजानों के अवसरों पर ज़ब हमारे परिवार, आस पड़ोस या समाज से ज़ब कोई नया सदस्य जुड़ता हैं फिर वो चाहे नया जन्मा बच्चा हो,मित्र हो,नयी नवेली दुल्हन हो, सोसाइटी में कोई नया पडोसी का आगमन हो।

हम प्रायः उनको उस छेत्र सम्बंधित प्रत्येक परम्परा से फिर वो चाहे, बात वेवहार, रहन सहन हो या फिर निर्णय लेने के विषय से सम्बंधित हो को अनुपालन करने की सलाह या मार्गदर्शन देते हैं, जिससे भविष्य में उनको किसी भी प्रकार की विपरीत परिस्थितियों का सामना ना करना पड़े।

हलाकि समय के साथ जैसे जैसे पारिवारिक और सामाजिक ढाचे में परिवर्तन देखा जा सकता हैं ऐसे में पुरानी परंपराओ को निभाने में बहुत सी वेव्हारिक परेशानी सामने आ रही हैं। अतः अपनी परम्पराओं को जीवित रखने के लिए लोग इनमे परिवर्तन करने में भी संकोच नहीं कर रहे। तार्किक भी हैं समय के अनुसार जो परम्पराएं अपडेट नहीं हो रही वो अपना अस्तित्व खोती जा रही हैं। ऐसे में हम सब जानते हैं की कई मानवीय सभ्यताएँ,सभ्यता के विकास की प्रक्रिया में काल खंड में ध्वस्थ हो गयी। उदाहरण इतिहास में भरे पड़े हैं।

पारिवारिक परिवर्तन के उदाहरण के तौर पर हम उस नयी नवेली बहू के ससुराल आने पर परम्पराओं के नाम पर अनेकों प्रकार के वस्त्र,बात वेव्हार, दैनिक दिनचर्याए, तथा रिश्तों की मधुरता के नाम पर अपशब्दों के वाण को सहन करने की परम्परा इत्यादि । जो की आज के परिवेश में पूर्ण रूप से पालित नहीं हो पाती और जिसके कारण पारिवारिक विघटन की समस्या का दंश समाज को झेलना पड़ता हैं। ऐसे में पारिवारिक परम्पराओं में कुछ एक परिवर्तन करके हम परिवार की अस्मिता और मर्यादा दोनों की रक्छा कर सकेंगे। और हमारी परम्परायें की आधुनिक परिधान पहने अपने आपको जीवित रख पाएंगी।

अब बात आती हैं की परम्पराएं हैं क्या और किसी भी परिवार, समाज और देश के लिए क्यूं आवश्यक हैं..... यहाँ पर कुछ परम्परा को समझने के लिए उस पर कुछ प्रकाश डालने का प्रयास करते हैं।

परम्पराएं समाज को आदर्शवादी मूलयों और विचारों से जोड़ती हैं, जो किसी भी परिवर्तन के दौरान हमारा मार्गदर्शन करती हैं। ये विभिन्न समाज़ों के बीच एक दूसरे के जीवन के अलग अलग तरीकों को दर्शाती हैं, जिससे समाजिक विविधताये बढ़ती हैं।जो हममे एक जिज्ञासा का निर्माण भी करती हैं।

परम्पराएं समाज के विभिन्न आयामों में दिखती हैं जैसे समाजिक मूलयों, रीती रीवाज़ों, विश्वसों, अनुभवों इत्यादि में जो पीढ़ी दर पीढ़ी आगे बढ़ती जाती हैं और समाज की एक मज़बूत संस्कृतिक पहचान बनती हैं। वही दूसरी ओर

समाजिक परिवर्तन का अर्थ हैं समाज में किसी भी प्रकार का बदलाव, चाहे वह सांस्कृतिक, आर्थिक, राजनीतिक या समाजिक फिर चाहे परिवार हो या संस्थानों हो। यह बदलाव समाज की संरचना कार्य प्रणाली और व्यक्तियों के वेव्यहार को प्रभावित करता हैं।

सामाजिक परिवर्तन एक सतत प्रक्रिया हैं जो समाज के रूप को बदलती हैं। यह परिवर्तन समाज की संरचना, कार्य प्रणाली और व्यक्तियों के वेयव्हार को प्रभावित करता हैं। सामाजिक परिवर्तन के कारण समाज में सकारात्मक और नकारात्मक दोनों प्रकार के बदलाव आ सकते हैं।

समाजिक परिवर्तन,नेतृत्व के लिए अत्यधिक सहभागी और गैर पदानुकर्मिक दृष्ठिकोण को बढ़ावा देता हैं।कहने का अर्थ कि किसी समूह कि नेतृत्व प्रक्रियाओं में भाग लेने के लिए अधिकार या पदवी होना आवश्यक नहीं हैं। समाजिक परिवर्तन एक जटिल प्रक्रिया हैं जिसके कई उद्देश्य और कारण होते हैं। इसका उद्देश्य समाज को बेहतर बनाना और सभी के लिए एक न्याय संगत और संवर्ध समाज का विकास होना हैं। सामाजिक परिवर्तन में समाज की संरचना एवं कार्य प्रणाली का एक नया जन्म होता हैं। इसके अंतर्गत प्रस्थिति, वर्ग स्तर तथा वेवहार के चहुयामी प्रतिमान बनते हैं। इसका एक महत्वपूर्ण उद्देश्य लोगो की भलाई में सुधार करना हैं जिससे समाज का प्रति व्यक्ति अपने परिवार अथवा समाज अपनी पूरी छमता तक पंहुचा सके।

प्रमुखतः समाजिक परिवर्तन तीन प्रकार के होते हैं।

- विकासवादी ~यह समाजिक परिवर्तन की एक धीमी और स्वाभाविक प्रक्रिया हैं जो समाज की प्रवृतियों के स्वभाविक निष्कर्ष के रूप में होता हैं। यह छोटे छोटे बदलावओं के माध्यम से होता हैं और अंततः कोई बड़ा बदलाव लाने में असफल रहता हैं।
- क्रांतिकारी - यह समाजिक परिवर्तन की एक तेज़ और अचानक से आने वाली प्रक्रिया हैं, जो एक बड़े बदलाव के रूप में नज़र आती हैं। यह अक्सर सामजिक संघर्षों और आंदोलनो के बाद देखि गयी हैं।
- सांस्कृतिक परिवर्तन ~यह सांस्कृतिक मूल्यों और विश्वासो में परिवर्तन के फलस्वरूप आता हैं।

अब बात ये भी आती हैं की ये अच्छा हैं कि परम्परायें और समाजिक परिवर्तन दोनों ही समाज और मनुष्य जाति दोनों के लिए एक अनिवार्य प्रक्रिया हैं...तो आखिर मनुष्यों उसके परिवार पर एवं समाज पर इसका प्रभाव क्या और कैसा पड़ता हैं। किसी काल खंड में बनी परम्परा आज के परिवेश में भी उपयुक्त हो ये आवश्यक नहीं, इसके बाद भी अगर इसको चलाना पड़े तो,इससे कई प्रकार की विपरीत परिस्थितियों का सामना करना पड़ जाता हैं,तो ऐसे में पुरानी परम्परा में परिवर्तन जरुरी हो जाता हैं। हम सब ये भी जानते हैं की प्रत्येक काल खंड में हर पीढ़ी यानि हर उम्र के लोग रहा करते हैं, और ऐसे में नयी पीढ़ी या वर्तमान संगठन के लिए तो परिवर्तन सुलभ होता हैं परन्तु ठीक उसी समय में पुरानी पीढ़ी या संगठन को बहुत प्रकार की चुनौतीयों का सामना करना होता हैं,और इस दौरान उनको कई प्रकार के मानसिक दबाओं से भी दो चार होना पड़ता हैं।जिससे कई प्रकार की मानसिक परेशानियों का सामना करना पड़ जाया करता हैं। अतः हम कह सकते हैं कि समाजिक परिवर्तन अनेक प्रकार कि मानसिक समस्यायों जैसे दुःख,जलन,तनाव,चिंता,घबरा हट,बेचैनी और चिड़चिड़ापान के साथ सिरदर्द इत्यादि के साथ कई प्रकार के शारीरिक रोगों से भी परेशानी उतत्पन्न करती हैं।जो समय के साथ साथ गंभीर मानसिक रोग का कारण भी बन जाति हैं।कई कई बार तो ये रोग इतने सालों चलता हैं की व्यक्ति का पूरा वेयक्तित्व ही बदल जाता हैं। उदाहरण के लिए एक 50_60 वर्ष की महिला जो की कई वर्षो से पुरानी परम्पराओं का पालन करती चली आ रही हो और अचानक से आधुनिक वेवहार परिवर्तन को अपनाने के लिए (वस्त्र, अचार वेवहार,भोजन बनाने एवं खाने खिलाने की विधियां,रिश्ते को निभाने का नियम इत्यादि)कहा जाये तो ये उनके लिए बहुत कठनाई भरा हो जाता हैं और सामंजस्य कि कठिनाई के कारण अवसाद, उन्माद और शक सनकपण का कारण बन जाता हैं।

उदाहरण के लिए आर्थिक संकट, राजनितिक अस्थिरता, और प्राकृतिक अस्थिरता लोगों तनावग्रस्त बना देते हैं ज़ब लोग अनिश्चितता और बदलाव के डर से गुज़रते हैं तो उन्हें चिंता, अकेलापन,निराशा घेर लेती हैं,, और ऐसे में कही अपनों का साथ भी ना मिले तो अनायास ही उसको चिंता, बैचैनी, घबराहट और उदासी की समस्यायों से दो चार होना पड़ सकता हैं। तीव्र समाजिक बदलाव जैसे कि युद्ध, आपदाए, सामजिक एवं राजनैतिक उथल पुथल, सामजिक विकास, शहरीकरण, तकनीकी में बदलाव अथवा मानवीय मूल्यों में परिवर्तन लोगों को उस पर्यावरण के साथ सामंजस्य में समर्थ पाने में बाधा बनता हैं तो मस्तिष्क के रसायन तथा नुरोट्रान्समीटर के असंतुलन एवं मस्तिष्क संरचना में बदलाव के करण लोगों में अजीवन डर, संशय, संदेह जैसे वेव्हारिक विकारों कि समस्या उत्पन्न कर देता हैं,और जैसा कि पहले कहा गया ये समय के साथ मानसिक रोगों में परिवर्तित हो जाती हैं।

परम्परा और परिवर्तन दोनों ही समाज की नीवं होती हैं,जिसमें परिवर्तन निरंतर होते रहते हैं जिससे समाज आगे बढ़ता हैं। परन्तु ये भी कहना गलत नहीं परम्परा और परिवर्तन दोनों ही समाज के लिए महत्वपूर्ण हैं और हमारे समाज को विकसित और मज़बूत बनाते हैं परन्तु इसके लिए दोनों के बीच संतुलन बनाये रखना आवश्यक हो जाता हैं ताकि समाज अपनी पहचान खोये बिना आगे बढ़ सके।

हालांकि कई खोजों में ये भी पाया गया हैं की समाजिक कारण कई कई मानसिक रोगों के उपचार में सहायक की भी भूमिका निभाए हैं। और इसीलिए ये कहा जा सकता हैं की सामजिक परिवर्तनों के समय समस्या से उचित प्रकार निपटने में लोगों को मानसिक स्वास्थ्य समर्थन और संसाधननों को प्रदान करने की आवश्कता होती हैं। जिसमे हमारे मानो सामजिक सलाहकारों की बहुत बड़ी जिम्मेदारी भी बन जाती हैं। इसके साथ उन सभी विशेषज्ञों की भी जिस क्षेत्र से हमारी परम्परा एवं हमारा सामजिक परिवर्तन सम्बंधित हो।

बच्चे अंक बटोरने की मशीन नहीं हैं

विजय गर्ग

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

अधिकतर बोर्ड परीक्षाओं के नतीजे आ गए हैं। परिणाम देख-सुन कर कहीं बधाइयों का तांता लगा, तो कहीं सन्नाटा पसर गया। कोई यह सोचने को तैयार नहीं कि किसी भी तरह की परीक्षा जिंदगी की अंतिम परीक्षा नहीं होती और न ही किसी एक परीक्षा के नतीजे पर सब कुछ निर्भर करता है। जीवन हमेशा अवसर देता है और कई बार देता है। अंततः ज्ञान और प्रतिभा ही मायने रखती है। इन्हीं पर जीवन की स्थायी सफलता और विफलता निर्भर करती है। समाज में प्रायः ऐसे दृष्टांत देखने को मिलते हैं कि बोर्ड परीक्षाओं में कम अंक लाने या प्रतियोगी परीक्षाओं में मिली प्रारंभिक विफलता के बाद भी धैर्य और निरंतरता के साथ किए गए परिश्रम अंततः फलदायी सिद्ध होते हैं। मगर ऐसे तमाम दृष्टांतों के बावजूद बोर्ड एवं प्रतियोगी परीक्षाओं के दबाव एक ओर गुम होता बचपन दिखाई देता है, तो दूसरी ओर येन केन प्रकारेण उत्तीर्ण होने और अधिक से अधिक अंक बटोरने का उतावलापन भी दिखाई पड़ता है।

तथा तनाव प्रश्न है कि क्या कागज के एक टुकड़े भर से किसी के ज्ञान या व्यक्तित्व का समग्र आकलन-मूल्यांकन किया जा सकता है? क्या किसी एक परीक्षा की सफलता असफलता पर ही भविष्य निर्भर करता है? जीवन की वास्तविक परीक्षाओं में ये परीक्षाएं कितनी सहायक हैं? इन्हें जाने-विचारे बिना अंकों के पीछे बदहवास होकर दौड़ने की प्रवृत्ति दिनोंदिन बढ़ रही है। अधिक प्राप्तांक को ही सफलता की एकमात्र कसौटी बनाने मानने से सामाजिकता, संवेदनशीलता और रचनात्मकता जैसे गुणों या मूल्यों की कहीं कोई चर्चा ही नहीं होती। यदि किसी विद्यार्थी के प्राप्तांक कम हैं, पर वह वह नैतिक, सामाजिक, सांस्कृतिक और व्यावहारिक कसौटियों पर खरा उतरता हो, तो क्या यह सब उसकी योग्यता का मापदंड नहीं होना चाहिए? क्या उसके संवाद कौशल, नेतृत्व क्षमता, सेवा-भाव, प्रकृति-परिवेश के प्रति सजगता आदि का आकलन नहीं किया जाना चाहिए। पिछले सौ वर्षों की मानवीय उपलब्धियों पर यदि नजर डालें, तो मानवता को दिशा देने वाले, बड़े कारनामे करने वाले लोग विद्यालयी परीक्षाओं में सर्वोच्च अंक लाने वाले लोग नहीं थे, बल्कि उनमें से कई तो तत्कालीन शिक्षण-तंत्र की दृष्टि में दर में कमजोर या कमजोर या फिसड्डी थे। जबकि समाज को लेकर उनका ज्ञान विशद और दृष्टिकोण व्यापक अवश्य था । अंकों की अंधी दौड़ का हिस्सा बनने से उचित क्या यह नहीं होता कि हम इस पर गंभीर चिंतन और व्यापक विमर्श करते कि क्यों हमारे शिक्षण- संस्थान वैश्विक मानकों की कसौटी पर खरे नहीं उतरते? क्यों हमारे शिक्षण संस्थानों एवं विश्वविद्यालयों मौलिक शोध और वैज्ञानिक- व्यावहारिक दृष्टिकोण का अभाव परिलक्षित होता है? क्यों हमारे शिक्षण संस्थान अभिनव प्रयोगों, नवोन्मेषी पद्धतियों, विश्लेषणपरक प्रवृत्तियों को बढ़ावा नहीं देते ? क्यों हमारे शिक्षण संस्थानों से निकले अधिकांश विद्यार्थी आत्मनिर्भर और स्वावलंबी नहीं बन पाते ? क्यों उनमें कार्यानुकूल दक्षता और कुशलता की कमी देखने को मिलती है? क्यों वे साहस और आत्मविश्वास के साथ जीवन की चुनौतियों का सामना नहीं कर पाते ?

अंकों की प्रतिस्पर्धा का आत्मघाती दबाव दुखद है। इस दबाव में बच्चे सहयोगी बनने की अपेक्षा परस्पर प्रतिद्वंद्वी बन रहे हैं। ऐसी अंधी प्रतिस्पर्धा कुछ के अहं को सेंक देकर उन्हें एकाकी और स्वार्थी बनाती है, तो कुछ को अंतहीन कुंठा के गर्त में धकेलती है। यह तथ्य है कि प्रतिस्पर्धा और ईर्ष्या में व्यक्ति प्रकृति में सर्वत्र व्याप्त सहयोग, सामंजस्य और सौंदर्य को विस्मृत कर बैठता है। प्रतिस्पर्धा करते-करते वह अपने घर-परिवार, समाज और राष्ट्र के प्रति भी प्रतिस्पर्धी भाव रखने लगता है। कई बार तो वह अपनों के प्रति भी कटु और कृतघ्न हो उठता है। मगर विडंबना है कि हम उसे बचपन से ही दूसरों को पछाड़ने की सीख दे रहे हैं। जबकि, हमें साथ, सहयोग और सामंजस्य की सीख देनी चाहिए। 'जीवन एक संघर्ष है उससे कहीं अधिक आवश्यक है, यह जानना-समझना कि जीवन 'सहयोग और संतुलन' की सतत साधना है। अंकों की गलाकाट प्रतियोगिता वाले इस दौर में सफलता के सब्जबाग दिखाते । और सपने बेचते कोचिंग संस्थान एक अलग बेईमानी करते हैं। वे अभिभावकों से सफलता का सौदा करते हैं। सफल अभ्यर्थियों के चमकते-दमकते सितारा चेहरों और बढ़ा-चढ़ा कर र किए गए दावों के पीछे वे तमाम विफल अभ्यर्थियों की अंतहीन सूची और उनका दर्द नहीं दिखाते। सजे कालीन के पीछे के स्याह कटु सत्य को कौन देखे-दिखाए? रातों- रात करोड़पति बनने या छा जाने की मानसिकता हमारी सोचने-समझने की सहज शक्ति को भी कुंद कर देती है। भ्रामक प्रचार-प्रसार या आक्रामक विज्ञापनों के जरिए भोले-भाले मासूमों और उनके लिए अपने पलकों की कोरों में सपने सजाए तमाम अभिभावकों को बहलाया-फुसलाया जाता है। कई बार तो अभिभावक अपने बच्चों की रुचि एवं क्षमता का विचार किए बिना अपने सपनों का बोझ जाने अनजाने उनके कोमल कंधों पर डालने की भूल कर बैठते हैं। बच्चे उनके सपनों का भार ढोते ढोते

अपना सहज- स्वाभाविक बचपन और जीवन तक भूल जाते हैं।

बच्चे कुछ और भी कर सकते थे। कुछ बेहतर बन सकते थे, लेकिन भेड़चाल के कारण उन्हें प्रतियोगी परीक्षाओं की अंतहीन दौड़ और भीड़ में धकेल दिया जाता है। अगर वे सफल हुए तो ठीक, पर विफल हुए, तो जीवन भर वे उस विफलता की ग्लानि से बाहर नहीं निकल पाते। फिर उनके होठों से सहज हास और जीवन से आंतरिक आनंद, उल्लास गायब हो जाता है। समाज और संस्थाओं को सोचना होगा कि ये बच्चे या विद्यार्थी उत्पाद न होकर जीते-जागते मनुष्य हैं। इसलिए अपनी संततियों को अंकों की अंधी प्रतिस्पर्धा एवं अंतहीन दौड़ में झोंकने के बजाय उनके समग्र, संतुलित और बहुआयामी व्यक्तित्व के विकास पर ध्यान देना होगा। बच्चे नंबर बटोरने की मशीन नहीं हैं। हर बच्चा एक किताब नहीं, एक एक पूरी दुनिया है, ,जिसमें कई सपने और संभावनाएं हैं। हर बच्चे में कोई न कोई प्रतिभा या मौलिक विशेषता होती है। बस हचानने या सही दिशा देने की जरूरत है। कई बातें समान हुए भी हर बच्चा अलग है, उसकी सोच, रुचि, प्रवृत्ति, पृष्ठभूमि और प्रतिभा भिन्न-भिन्न है। बच्चे को उसी क्षेत्र में निखारना और मांजना चाहिए, जिसमें उसकी रुचि और योग्यता है। इससे अपनी रुचि वाले विषय में वह विशेषज्ञता अर्जित करता चला जाता और अंततः अपनी उपादेयता सिद्ध करता है। आज की दुनिया में हर क्षेत्र में थोड़े दक्ष और कुशल लोगों की नहीं, अपितु किसी एक क्षेत्र में निपुण लोगों की आवश्यकता है। बच्चों को सिर्फ अंकों से नहीं तौलना चाहिए। शिक्षा का मतलब उनमें समझ और संवेदना जगाना भी है। बच्चों की आपस में तुलना नहीं, बल्कि उन्हें बेहतर करने की प्रेरणा दी जानी चाहिए। उन्हें दिशा देने का प्रयास करना चाहिए। नंबरों का नहीं, मुस्कान का मूल्य समझना चाहिए। बच्चे हमारे भविष्य हैं, और हमेशा याद रहे कि हमें मशीनें नहीं, संवेदनशील और समझदार इंसान चाहिए।

समझ, समझना भी एक समझ है

उमेश मानव

इस बार इच्छा हुई कि लेख के माध्यम से यह समझने का प्रयास किया जाये कि वास्तव में हम, आप सभी गुरुवर अशोक मानवजी द्वारा बताई गई बातों या उनके द्वारा की गई आध्यात्मिक विज्ञान की विवेचना को हम समझ भी पाते है? (यहाँ यह भी कह सकते है कि क्या समझ पायेंगे भी), या बस यू हीं सिर हिलाकर समझने का भाव भर ही बनाकर आगे चल पड़ते है। गुरुवर का मर्म समझना कठिन जान पड़ता क्योंकि हम जिन शब्दों को, शब्दों के अर्थ को समाज से लेकर लादे हुए है और गुरुवर उनके जो अर्थ स्पष्ट करते है वे हमारी मान्यताओं से मेल नही खाते। यह भी कि गुरुवर इतने स्पष्ट और सरल अर्थो में चीजों को हमें समझा देते है कि वह सरल भाव हमारी समझ से परे चला जाता है। ऐसे इसलिए होता है क्योंकि हम लोगों ने अपने जीवन के हर पहलू को इतना जटिल बना लिए है कि हम चाह कर भी सरलता अपना नहीं पाते। हमारे सामने जब तक दिक्कत नहीं आती तब तक लगता है कि हम क्या ही कर रहे है। जब तक कुछ करने या पाने में परेशानियां न हो तब तक लगता है कि कुछ हुआ ही नहीं। प्रकृति ने जो सरलता उपहार में दी है वह नही भाती। स्वयं से जीवन को जटिल बनाने में प्रयासरत रहते है। अपने जीवन को जटिल बनाकर, स्वभाव को कटु करके अजीब सी दौड़ मे हिस्सा लेकर हम अपने आपको सफल और पूर्ण मानते है। स्वयं शोषित होकर और मौका पाकर दूसरो का शोषण करते जीवन जीते है। जिसमें कोई आनन्द नही कोई पूर्णता नहीं। वहीं जब गुरुवर स्वभाव पर चलते हुए सरल जीवन जीने को कहते हैं, जिसमें आनन्द है, पूर्णता है और जाने-अनजाने जिसके लिए हम सभी प्रयासरत है, वह हमें बहुत ही ज्यादा कठिन लाता है। सरलता जो हमें स्वाभाविक है वह हमें अखरती है। हम फिर अजीब अजीब चीजें करते है खोजते है वही आनन्द पाने को जो हमें स्वाभाविक है। गुरुवर तर्क दृष्टि से, विज्ञान के ट दृष्टिकोण से, भावना के पहलू से सभी प्रकार से हमें उन बातों का प्रत्यक्ष कराते है जो हमारे जीवन का सार है, प्राकृतिक सल है, और वह जो हमारा विषय है, जिसके बारे में हमें जानने की इच्छा है। परन्तु ज्यों ही हम वहाँ से हटकर बाहर आते है, अपने रोजमर्रा के कामों में व्यस्त होते हैं, गुरुवर से जिन बातों को सझने गये थे सब भुला देते हैं। हॉ बीच-बीच में जब याद आती है। तब हमारी समझदारी एक अनोखे ढंग से काम करती है। हमारी समझदारी उसे सही बताती है या उसी को आगे रखती है जिसमें हमारा लाभ निहित होता है। अपने फायदे के लिए हम बड़ी बारीकी से गुरुवर की बात को काट छाट कर दूसरों को समझाने का प्रयास करते है। ऐसा प्रयास करते है कि सही वह है जोकि अपने फायदे की बात है। जब दूसरों का लाभ होते दिखता है तब चुप हो जाते है।

अधिकतर व्यक्ति गुरुवर की बातों में अपने मतलब की बात की ही समझ बनाने में लगे रहते है। कभी तो यह भी प्रयास होता है कि गुरुवा के मुख से भी अपनी वाली ही बात निकलवाई जाये। परन्तु गुरुवर तो गुरुवर है बात तो वही निकलेगी जो प्राकृतिक न्याय की होगी, कोई कितनी भी कोशिश करले। लोग अपनी परेशानी, दूसरों द्वारा उनका शोषण होने कि बात (रिश्तों में, कार्यस्थल में, अलग अलग स्तरों पर) गुरुवर से बताते है, गुरुवर इन बातों को गलत बताते है। ऐसा प्राकृतिक न्याय के विरुद्ध है। अब यह बात उन्हें अच्छी लगती है जो कि किसी के द्वारा परेशान किये जाते है। परन्तु जब उनको मौका मिलता है, उनमें बल आता है तब वे दूसरे का शोषण करने से बाज नहीं आते। अब उनकी समझ बदल गई। प्रकृति के अनुसार एक बात को जितने लोग सुनते है उतनी अलग अलग समझ बनती है। पर उन सभी में प्राकृतिक न्याय और मर्म एक ही होता है। यह समझना सभी के लिए कठिन है। या हर व्यक्ति गुरुवर की बातों की अपने लिए समझ अपनी सुविधा अनुसार हि बनाता है।

गुरुवर द्वारा समझाई गयी बातें जब स्पष्ट होती है तब पता लगता है कि हम ही कहीं न कहीं गलत चल रहे है। जिसके लिए हमें अपने में चिंतन करना है दूसरो की गलती नही देनी है। यह रास्ता बहुत कठिन है। तो इस पर परेशान न हो गुरुवर कहते है कि जैसे चल रहे चलते रहीये, कुछ अलग सा करने का प्रयास न करीये, दूसरों का शोषण न करीये। फिर भी हमलोग अपना लाभ देखकर काम करते है और उसको सही ठहराने के लिए बोलते है कि 'अब हम क्या कर सकते, यही होता है ', या बोलेंगे कि समाज का दबाव है।' कुछ तो यह भी समझ बना लिए है कि जो हो रहा, वैसा ही होना था, यही होना। यानी जो शोषण हम अपने फायदे के लिए दिमाग लगाकर कर रहे है वह सही है। इससे यात्रा पूर्ण होनी है। यह समझ यह बनानी है कि गुरुवर कहते है कि 'अपना दिमाग न लगाये अपने लाभ के लिए योजना बनाकर किसी का शोषण न करें। यह शोषण प्रदूषण है। हमें स्वाभाविक जीवन जीना है ।'

यह समझ आ गई तो यही जीवन रस है, यही आनन्द है, यही सरल भी, यही वह है जो हम तलाश रहे है। सही समझना, ही समझ है।

चुनाव जीतेगा रहमतलाल

राजेंद्र कुमार सिंह
नाशिक,महाराष्ट्र

जब आता है चुनाव बढ़ जाता मतदाता का भाव जबरदस्त खुशहाली लगाव।
कमबख्त बहुत दिन हो गया खाए हुए मुर्गा पुलाव।

रहमतलाल अपने खोली में बैठा है कुछ अजीब तरह से ऐंठा बुझे या झवाते अलाव में गोयठा डालकर आग ताप रहा था तभी हाफंता हुआ उसका दोस्त जहमतलाल गाल बजाते हुए कहा-चुनाव का घोषणा हो गया है बड़े भैया।मोबाइल पर मैसेज आ गया।'

जहमतलाल जैसे ही पढ़ा वह मैसेज रहमतलाल तैश में आते हुए कहा-इस बार बहुत सोच समझ कर वोट देना अब तक तो बहकावे में आकर अपने मत को सर्व सम्मत से एक पार्टी को देते रहे जिसके एवज में कुछ पैसा लेकर एक ही नेता को देते आ रहे हैं।जो फोकट का माल खाकर भैंसा या गैड़ा जैसा हो गया है। कमबख्त इस बार भी खड़ा है हम गरीबों को एड़ा बनाकर मस्त पेड़ा खा रहा है। कमबख़्त जब से गया जीतकर मिलने भी नहीं आया मतदाता रूपी परिंदा मर गया कि है अभी जिंदा।ऐसे नेता को हरगिज वोट नहीं देंगे और न ही औरों को देने के लिए कहेंगे।

जहमतलाल अवाक हो रहमतलाल की बातें सुन मजमून को बदलते हुए कहा-अभी टाइम है जब आ जाएगा तब देखा जाएगा। हमेशा की तरह इस बारं भी अपना मत एक मुश्त देकर किसी और को जीताया जाएगा।क्या सब नेता लम्पटलाल जैसा थोड़े ही हो जाएगा।लम्पटलाल को मालूम है कि जनता को मूर्ख बनाए रखो झूठ का पुलिंदा फेंककर चेक करते रहो कुछ पैसा चटाकर पटा लेने का हुनर आ गया समझो चुनाव का विनर वही होगा।

उस क्षेत्र का नेता लंपटलाल से खटपट नहीं था लेकिन टकाटक भी नहीं कर सकते हैं। वाणी और पानी चंद फर्लांग की दूरी पर बदल जाता है।वैसे ही वक्त काफी सशक्त होता है।चुनाव का माहौल बदल रहा है।पहले पैसा देकर वोट खरीदकर जनता का मिट्टी पलीद कर पांच साल तक कैसे काम का कचुमर निकाल देते थे।अब वक्त बदल गया है।जनता मूर्ख नहीं बल्कि सुर्ख होकर उनके रूख को पहचान कर अपने अधिकार की बात करती है।जिस तरह शरीर पर तरह तरह का आवरण डालते रहते हैं।उसको बदलते रहते हैं।आम जनता भी वोट की तरह है कीमत जान गई है। पावर को पहचान गई है।

यदि वोट एक मुश्त गिरा दिया जाए तो पहले से बना बनाया चले आ रहे किले को ध्वस्त कर नया खड़ा करके वोट के पावर से टावर को मजबूत कर सकते हैं।

आज के संदर्भ में इस वीटो पावर को दूसरे को देने से बेहतर है अपने में तलाश करें। उस पर विश्वास कर एक नया मुकाम बनाया जाए।

चुनाव का घोषणा हो गया।नेताओं के आने जाने समझाने का सिलसिला चल निकला है।मतदाता और नेता का तारतम्य नहीं बैठने के कारण माल का वजन बढ़ा दिया गया है।किंतु जनता अब सतर्क है।इसका असर जरूर होगा,फर्क पड़ेगा।

तभी सर्व सम्मति से रहमतलाल को चुनावी समर में उतारा गया और जैसे ही वे मैदान में उतरे।पहले के विजयी नेताजी जो लगातार जीतते आ रहे थे और पहले से ही जीत की एडवांस खुशी चेहरे पर थिरक रही थी रहमतलाल का नाम सुनते ही चेहरा फंक से उतर गया।क्योंकि पता चल गया इस बार चुनाव जीतेगा रहमतलाल।

व्रत - उपवास से होता है स्वास्थ्य लाभ

गौरीशंकर वैश्य विनम्र

हमारे ऋषि - मुनियों ने 'मानव किस प्रकार स्वस्थ जीवन व्यतीत करे 'पर खोज करके वैज्ञानिक एवं आयुर्वेद के आधार पर 'धार्मिक व्रतों का अनुपालन 'करने का उपाय प्रस्तुत किया।शरीर को निरोग रखने के लिए, जो युक्ति आयुर्वेदादि शास्त्रों में बतायी गई है, उसमें लंघन (उपवास) का अत्यंत महत्त्व है।

भारतीय सनातन संस्कृति में व्रत - उपवास करना पुराने समय से जारी है।व्रत, उपवास दोनों ही आत्मसंयम, श्रद्धा और भक्ति के प्रतीक हैं। व्रत संकल्प पर आधारित है, जबकि उपवास मन की शुद्धि का एक साधन है। हेमाद्रि व्रत खण्ड के अनुसार व्रत उस विशेष क्रिया का नाम है, जिसमें किसी उद्देश्य को दृष्टि में रखकर विशेष प्रकार का संकल्प किया जाए।वेदों में भी व्रत का वर्णन है, यथा -

'अग्ने व्रतपते व्रतं चरिष्यामि।' (यजुर्वेद)

व्रत से शारीरिक और आत्मिक सभी प्रकार के लाभ प्राप्त होते हैं। व्रत में आहार का सम्पूर्ण या आंशिक त्याग किया जाता है, उससे पाचन यंत्रों को विश्राम मिलता है। व्रत से कायिक. वाचिक और मानसिक शुद्धि होती है। एकादशी, अमावस्या, पूर्णिमा, शिवरात्रि आदि तिथियों पर प्रायः व्रत किया जाता है। इन तिथियों पर ग्रहों - नक्षत्रों का आकर्षण भी पृथ्वी के निकट रहता है तथा शरीर में पार्थिव तत्त्व की प्रधानता रहने के कारण शरीर पर इसका भी उसका प्रभाव पड़ता है।

वाशिष्ठ धर्मशास्त्र में उपवास को परिभाषित करते हुए कहा गया है -

उपावृत्तस्य पापेभ्यो यस्तु वासो गुणैः सह।
उपवासः स विज्ञेयः सर्वभोगविवर्जितः।।

इसका भावार्थ यह है कि उपवास में सभी प्रकार के तामसी एवं राजसी इन्द्रिय - भोगों से विरति तथा सत्कर्मपूर्वक भगवद्भजन ध्यानादि कर्म निर्दिष्ट रहते हैं। उपवासादि के अनुष्ठान से सभी प्रकार के पाप - तापों का उपशमन होता है और सद्गुणों का संचय होता है।ब्रह्मवैवर्तपुराण में कहा गया है कि -

"दुर्बल मनुष्य, जो अनशन न कर सकें. तो फल, मूल, दूध और जल लेने से व्रत भंग नहीं होता। "

हमारे ऋषि - मुनियों ने 'मानव किस प्रकार स्वस्थ जीवन व्यतीत करे 'पर खोज करके वैज्ञानिक एवं आयुर्वेद के आधार पर 'धार्मिक व्रतों का अनुपालन 'करने का उपाय प्रस्तुत किया।शरीर को निरोग रखने के लिए, जो युक्ति आयुर्वेदादि शास्त्रों में बतायी गई है, उसमें लंघन (उपवास) का अत्यंत महत्त्व है। जिस सात्विक उपाय से देह में लाघव उत्पन्न होता है, उसे लंघन (उपवास) कहते हैं। पशु - पक्षी भी जब बीमार पड़ते हैं या जब उन्हें भूख नहीं होती है, तब वे भोजन छोड़ देते हैं। स्पष्ट है कि उन्हें आहार लेने या न लेने का प्राकृतिक ज्ञान होता है और इस प्रकार अधिकांश बीमारियाँ वे स्वयं ठीक कर लेते हैं।

व्रत और उपवास में अन्तर

लोकप्रसिद्धि में व्रत और उपवास दो हैं। 'निरुक्त' में व्रत को अभीष्ट कर्म में प्रवत्त होने के संकल्प को व्रत बताया है।व्रत में

नियमितता, संयमित आचरण. पूजा - पाठ, भोजन में संयम, मौन आवश्यक है। उपवास कई प्रकार के होते हैं - पूर्ण उपवास, आंशिक उपवास, केवल फलाहार, भोजन का त्याग या अनुशासित उपवास में जैसे नमक, अनाज या मसाले का त्याग। उपवास में ध्यान - साधना आवश्यक है। वास्तव में व्रत और उपवास दोनों एक हैं, अन्तर केवल इतना है कि व्रत में भोजन किया जाता है और उपवास में निराहार रहना पड़ता है।

मध्याह्न में एक बार भोजन करने से 'एकभक्त', किसी एक ही पदार्थ का एक बार परिमित भोजन करने से 'एकभुक्त', सायंकाल में भोजन करने से 'प्रदोष ', रात्रि में भोजन करने से 'नक्तव्रत' व्रत कहा जाता है। अहोरात्र निराहार या अल्पमात्रा में सूखा मेवा, फल अथवा शाकाहार करने से उपवास हो जाता है।

भारतवर्ष में चैत्र शुक्ल प्रतिपदा से संवत्सरपर्यन्त सभी तिथियों में व्रतों का विधान है। मासव्रत,वारव्रत, तिथिव्रत, नक्षत्रव्रत आदि तो प्रसिद्ध हैं।

धार्मिक व्रतों में एकादशी, प्रदोष, शिवरात्रि, कृष्ण जन्माष्टमी, रामनवमी, सत्यनारायण, वट सावित्री, गणेश चतुर्थी, अनन्त चतुर्दशी, करवा चौथ, निर्जला एकादशी आदि का बड़ा महत्व है। उपवास और नियम - धर्मों का पालन करने वाले व्यक्तियों का स्वास्थ्य तो उत्तम रहेगा ही, साथ ही उनके व्यक्तित्व का भी विकास होगा।

रुक - रुक कर उपवास सर्वोत्तम

एक नए शोध में ज्ञात हुआ है कि रुक - रुककर उपवास करना (इंटरमिटेंट फास्टिंग) आपके लंबे जीवन और मस्तिष्क के श्रेष्ठतर प्रदर्शन से जुड़ा है।

वैज्ञानिक शोध में सामने आया है कि उपवास से कई प्रकार के स्वास्थ्य लाभ होते हैं। इससे नियंत्रित रक्तचाप और संज्ञानात्मक एवं शारीरिक प्रदर्शन सम्मिलित है। जॉन हॉपकिंस यूनिवर्सिटी स्कूल आफ मेडिसिन के न्यूरोसाइंटिस्ट डॉ मार्क मैटसन ने निष्कर्ष निकाला है कि इस बात के वैज्ञानिक प्रमाण हैं कि रुक - रुक कर उपवास लंबी आयु और स्वस्थ जीवन से जुड़ा है। डॉ मैटसन ने 25 वर्षों तक रुक - रुककर उपवास का अध्ययन स्वयं पर अपनाया।

क्या है रुक - रुककर उपवास

इंटरमिटेंट फास्टिंग कोई विशेष आहार शैली नहीं है, अपितु एक विशेष प्रकार का खानपान तरीका होता है। यह तरीका खाने और व्रत करने के बीच 16 घंटे के अंतराल रूप में चलता है। इसे सप्ताह में कई बार अपना सकते हैं।

व्रत - उपवास का महत्व

उपवास के दिन व्रती को सात्विक एवं स्वल्प आहार-विहार ही सेवन करना चाहिए। इससे न केवल शरीर स्वस्थ्य रहता है, अपितु मन भी कुविचारों से अलग होने लगता है। उपवास के द्वारा अनेक भीषणतम रोगों के भी शमन, निदान एवं चिकित्सा में सहयोग मिलता है।उपवास में रोग के बीज नष्ट हो जाते हैं, संचित मल निकल जाता है और शरीर का शोधन हो जाता है। आयुर्वेद तथा प्राकृतिक चिकित्सा में उपवास पर विशेष बल दिया गया है। उपवास पाचन - तंत्र को शक्ति प्रदान करता है, जो स्वस्थता की पहली शर्त है। उपवास करने से पाचनक्रिया में भाग लेने वाले अवयवों - आमाशय. आहार नली, पित्ताशय, यकृत तथा आँतों को विश्राम मिलता है। अति भोजन से शरीर की ऊर्जा का बहुत - सा भाग उसे पचाने में व्यय हो जाता है, अतः विषाक्त द्रव्यों का पूरी तरह से निराकरण नहीं हो पाता। यह अवस्था रोगों को उत्पन्न करती है। अतः रोगनिवारक सभी उपायों में उपवास प्राकृतिक सरल एवं श्रेष्ठ चिकित्सा है।

व्रत - उपवास का विज्ञान

श्रीरामचरितमानस में श्री पार्वती जी की व्रत-तपस्या का क्रम इसकी महत्ता को दर्शाता है-

संवत सहस मूल फल खाये।
साग खाय सत बरस गँवाये।
कछु दिन भोजन वारि वतासा।
किये कठिन कछु दिन उपवासा।
बेल पाति महि परै सुखाई।
तीनि सहस संवत सो खाई।
पुनि परिहरे सुखानेउ परना।
उमहि नाम तब भयेउ अपरना।

(अयोध्या काण्ड 73 /4- 7)

इस प्रकार पहले मूल, फिर फल, फिर शाक, फिर जल, फिर वायु और फिर सूखी बेल पत्ती इत्यादि क्रम भी अत्यंत रहस्यमय और वैज्ञानिक है। यहाँ स्थूल तत्त्वों को धीरे-धीरे छोड़ कर सूक्ष्म तत्त्व में पहुँचा गया है। भोजन के क्रम में भी एक बहुत बड़ा विज्ञान है।

शरीर के उचित निर्माण, पोषण एवं संरक्षण के लिए पंचतत्त्वो की आवश्यकता होती है। पार्थिव तत्त्व प्रधान दाल, चावल, गेहूँ आदि का प्रयोग स्थूल शरीर की रक्षा के लिए अधिक मात्रा में आवश्यक होता है। जल तत्त्व प्रधान शाक और सब्जियाँ हैं, अग्नि तत्त्व प्रधान घी, सूर्य और धूप में पके हुए फल आदि हैं तथा वायु प्रधान पत्तियाँ हैं। लौकिक दृष्टि से उत्पत्ति के क्रम में भी अन्न से ऊपर शाक, उसके ऊपर (वृक्ष पर) फल और फल के ऊपर पत्तियाँ हैं।

व्रत - उपवास के लाभ

व्रत एवंउपवास के तीन उद्देश्य हैं - शारीरिक. मानसिक एवं आध्यात्मिक लाभ। उपवास से दमा, मोटापा, कब्ज, बवासीर, अपेंडिसाइटिस, संग्रहणी, गठिया तथा यकृत के रोगों में बहुत लाभ होता है। आयुर्वेदज्ञ महर्षि चरक के अनुसार उलटी, अतिसार, अजीर्ण, अतिसार, बुखार, शरीर का भारीपन, जी मिचलाना, अफरा, अरुचि आदि रोगों

में उपवास परम औषधि है। इससे शरीर में रोगप्रतिरोधक शक्ति एवं यौवन की स्थिरता बनी रहती है। उपवास से शरीर और मस्तिष्क के अवयव स्वस्थ और सक्रिय रहते हैं। पेट में अन्न भरा होने पर रक्तप्रवाह उदर की ओर अधिक होता है, जिससे मस्तिष्क को ऊर्जा कम मिलती है। व्रत - उपवास से मानसिक दुर्बलता, अवसाद, चिन्ता आदि व्याधियों का निराकरण होता है तथा इससे नवीनता, स्फूर्ति एवं आत्मोन्नति होती है। उपवास से शरीर के स्रोतसों में स्थित मल नष्ट हो जाते हैं, मल-मूत्र तथा स्वेद का शोषण होता है। रक्त में बढ़ी हुई शर्करा की मात्रा कम होती है। ऐसा भी अनुभव है कि सही तरीके से उपवास करने से संक्रमणजनित बीमारियाँ ठीक करने में सहायता मिलती है और रोगप्रतिरोधक शक्ति बढ़ती है। विविध शारीरिक व्याधियों तथा निराशा, दुश्चिंता, उन्माद, अपस्मार, अवसाद इत्यादि मानसिक विकारों की चिकित्सा में भी उपवास अत्यंत लाभकारी सिद्ध होता है। उपवास के समय सात्विक आहार का प्रयोग होता है, उससे मन भी सात्विक हो जाता है। सत्त्वगुण बढ़ने से व्यक्ति स्मृतिमान, बुद्धिमान, विद्वान, पवित्र, उत्साही, धैर्यवान, गम्भीर और कृतज्ञ हो जाता है। राष्ट्रीय लाभ की दृष्टि से भी यदि हम देखें, तो यदि एक दिन सभी लोग व्रत - उपवास रखें, तो न मालूम कितने टनों अन्न की बचत देश में हो जाए और इस बचत से अन्न की समस्या दूर करने में सहायता मिल सकती है।

व्रत - उपवास में ध्यान देने युक्त बातें

- व्रत के अनुष्ठान पूर्ण होने तक भोजन में संयम एवं मौन आवश्यक है।
- व्यक्ति को शारीरिक क्षमता तथा रोग के अनुसार एक दिन से इक्कीस दिन तक व्रत-उपवास करने का विधान है।
- सिरदर्द, उदरविकार, जुकाम, गले की सूजन आदि रोगों में तीन-चार दिन के छोटे उपवास से लाभ हो जाता है।
- गठिया, लीवर के रोग एवं कैंसर आदि में एक - दो महीने लंबा उपवास किया जाता है।
- मांसाहारी को लंबा और शाकाहारी को छोटा उपवास अपेक्षित है। स्वस्थ व्यक्ति को जीवन-शक्ति बढ़ाने और स्वास्थ्य-रक्षा हेतु सप्ताह में एक दिन उपवास करना पर्याप्त है।
- अधिक दिनों तक उपवास करने वालों (जैसे नवरात्र आदि) को केला, सेब, टमाटर,खीरा, गाजर,मूली ,पालक, पत्ता गोभी, शहद एवं छाछ का प्रयोग करना चाहिए।
- साप्ताहिक उपवास में केवल पानी या नींबू का पानी पीना पर्याप्त है।
- उपवास - काल में बिस्तर पर न लेटकर, चिन्तामुक्त रहते हुए हलका कार्य करना है। - धूपस्नान, मिट्टी स्नान, प्राणायाम, मौन धारण, हरी घास पर भ्रमण और स्नान उपवास के लाभ को दोगुणा कर देते हैं।
- उपवास में ठण्डा पेय, चाय, कॉफी तथा धूम्रपान का सेवन नहीं करना चाहिए, इनके प्रयोग से उपवास के लाभ नष्ट हो जाते हैं।
- लंबे उपवास को फलों का रस या शहद लेकर खोलना चाहिए। कुछ दिन तक भारी भोजन करने के बजाय फलाहार पर रहना उत्तम है।
- एकादशी के दिन मोटापा बढ़ाने वाले चावल आदि स्टार्चयुक्त पदार्थों का निषेध है।
- भूख-प्यास सहन न करने वालों, मुखशोष, चक्कर, न्यून रक्तचाप से ग्रस्त व्यक्तियों, बालक, गर्भिणी स्त्री तथा अतिवृद्धों को यथाशक्ति ही उपवास करना चाहिए।

वास्तव में शारीरिक तथा मानसिक स्वास्थ्य में व्रत - उपवास का महत्त्व जानकर ही उसे धार्मिक आस्था - विश्वास से जोड़ा गया है। ऋतुचर्या के अनुसार शरीर के स्वास्थ्यरक्षण के लिए अनेक उपवासों का विधान बताया गया है। भोजन के समान उपवास की इच्छा होने पर ही इसे करना चाहिए। उत्साह तथा प्रसन्नतापूर्वक किया गया उपवास अधिक फल देता है।

प्रत्येक व्रत में उपवास होता है। व्रत-उपवास ऋषियों की वैज्ञानिक बुद्धि के परिचायक हैं और निराहार रहने की प्रेरणा देकर हमारे स्वास्थ्य की रक्षा करते हैं।

111111111111

111111111

1111111111

1111111111111

उचित नहीं सकारात्मक व उदात्त जीवन मूल्यों की उपेक्षा

सीताराम गुप्ता
पीतमपुरा, (दिल्ली)

जीवन में आगे बढ़ने के लिए अथवा कार्यों में अधिक कुशलता प्राप्त करने के लिए पहले भी प्रशिक्षण दिया जाता था लेकिन आज उसका महत्त्व बहुत बढ़ गया है या बढ़ा दिया गया है। लक्ष्य निर्धारित कर उसे पाने के लिए हर संभव प्रयास करना अच्छी बात है लेकिन लक्ष्य क्या है अथवा उसके दूरगामी परिणाम क्या होंगे ये आज महत्त्वहीन हो गया है जो हर दृष्टि से ग़लत है।

आज का युग मानव संसाधन विकास का युग है। हर क्षेत्र में उत्पादकता बढ़ाने पर ज़ोर दिया जा रहा है। उत्पादकता बढ़ाने के लिए अन्य चीज़ों के साथ-साथ मनुष्य की उत्पादकता अथवा क्षमता बढ़ाना भी अनिवार्य माना जाने लगा है। इसीलिए मनुष्य को वो सब चीज़ें सिखाई जाती हैं जो व्यक्ति की पारंपरिक सोच को बदलकर उसकी कार्य करने की क्षमता में गुणात्मक परिवर्तन कर सकें। इसके लिए आज जिस प्रकार का प्रशिक्षण दिया जाता है उसमें कई ऐसी चीज़ें भी सम्मिलित हो गई हैं जिन्हें पहले महत्त्व ही नहीं दिया जाता था। आज प्रतियोगिता जीतने अथवा सबसे आगे बढ़ने में उनका विशेष महत्त्व हो गया है। आज हम लक्ष्य निर्धारित कर उसे प्राप्त करने के लिए कड़ी मेहनत करने पर बड़ा ज़ोर देते हैं जो एक तरह से ठीक भी है।

जीवन में आगे बढ़ने के लिए अथवा कार्यों में अधिक कुशलता प्राप्त करने के लिए पहले भी प्रशिक्षण दिया जाता था लेकिन आज उसका महत्त्व बहुत बढ़ गया है या बढ़ा दिया गया है। लक्ष्य निर्धारित कर उसे पाने के लिए हर संभव प्रयास करना अच्छी बात है लेकिन लक्ष्य क्या है अथवा उसके दूरगामी परिणाम क्या होंगे ये आज महत्त्वहीन हो गया है जो हर दृष्टि से ग़लत है। विकास की अंधी दौड़ में हम किसी भी कार्य के दूरगामी परिणामों को देखते ही नहीं। आज इसी के कारण समस्याओं और तनाव का दुष्चक्र हमारा पीछा नहीं छोड़ रहा है। ज़रूरी है कि हमारे लक्ष्य ऐसे हों जिन्हें पूरा करने पर दूसरी समस्याएँ उत्पन्न न हों। एक तरफ विकास हो रहा हो और दूसरी तरफ विनाश हो रहा हो तो इसे वास्तविक विकास नहीं कहा जा सकता। विनाशरहित विकास ही श्रेयस्कर हो सकता है इसमें संदेह नहीं।

आज सिखाया जाता हैं कि आगे बढ़ना है तो लोगों की परवाह मत करो। ठीक है लोग तो कुछ न कुछ कहते ही रहते हैं। हमेशा उनकी ही परवाह की जाए तो हम कुछ भी नहीं कर पाएँगे लेकिन लोगों की उपेक्षा तो ठीक नहीं। जीवन में आगे बढ़ने के लिए आज हम लापरवाही नहीं उपेक्षा के स्तर पर आ गए हैं। जीवन के एक क्षेत्र में उन्नति के लिए अन्य क्षेत्रों की उपेक्षा केसे की जा सकती है? लोग, राष्ट्र व समाज को छोड़िए आज हम घर-परिवार व माता-पिता तक की उपेक्षा करने लगे हैं। मात्र व्यक्तिगत उन्नति के लिए समाज की उपेक्षा अथवा मात्र

भौतिक उन्नति के लिए जीवन के उदात्त मूल्यों की उपेक्षा ठीक नहीं। स्वास्थ्य अथवा नैतिकता की क़ीमत पर प्राप्त की गई समृद्धि भी संतुलित विकास नहीं।

आज कहा जाता है पहले स्वयं को देखो। अपने लक्ष्यों को देखो। उन्हें प्राप्त करने के लिए जो भी करना हो करो। स्वार्थी बनो। एक सीमा तक स्वार्थी बनने अथवा अपना भला करने में कोई बुराई नहीं। लेकिन सोचिए हम जीवन भर केवल स्वार्थी बने रह कर क्या विशेष उपलब्धियाँ प्राप्त कर पाते हैं? राष्ट्र, समाज, परिवार, मित्रादि की उपेक्षा की क़ीमत पर आगे बढ़ गए तो बहुत कुछ खो भी तो दिया। बहुत सा अच्छा खोकर कुछ पा जाने को वास्तविक विकास या उन्नति नहीं कहा जा सकता। बहुत पढ़-लिखकर यदि हम अहंकारी हो जाते हैं तो ऐसा ज्ञान ही हम पर बोझ बन जाता है। यदि हम बड़े बनकर मान-मर्यादा अथवा शिष्टाचार भूल जाते हैं तो ऐसे बड़े होने से बड़ा न होना ही बेहतर होगा। यदि आगे बढ़ने की प्रक्रिया में हमारे अंदर नैतिक मूल्यों का ह्रास होकर अनैतिकता में वृद्धि होती जा रही है तो ऐसा विकास बेमानी ही नहीं हमारे लिए घातक भी होगा।

आज के दौर में प्रशिक्षण का एक अन्य सूत्र है ना कहना सीखना। मेरे एक परिचित हैं जो मिलने पर प्रायः कहते हैं कि उनका पुत्र कहता है कि हमें ना कहना सीखना चाहिए अन्यथा लोग हमारा गलत फायदा उठाने लगेंगे। मुझे कभी नहीं लगा कि कभी किसी ने उनका गलत फायदा उठाया है। और साथ ही मुझे कभी नहीं लगा कि उन्होंने विषम परिस्थियों में कभी किसी की मदद की हो। विषम परिस्थियों में हममें से अधिकांश लोग कभी किसी की मदद के लिए आगे नहीं आते फिर हम कैसे लोगों पर ग़लत फायदा उठाने का आक्षेप लगा सकते हैं? कुछ लोग अपने कर्त्तव्यों के पालन मात्र को समाज अथवा लोगों पर बहुत बड़ा अहसान मान लेते हैं। वास्तव में समाज में अच्छे लोग लोगों की भलाई के लिए ही होते हैं अथवा कह सकते हैं कि जो दूसरे लोगों की भलाई के लिए चिंतित रहते हैं अथवा समाज के लिए कुछ करते हैं वे ही अच्छे लोग होते हैं।

हर चीज़ को भौतिक उन्नति अथवा आर्थिक लाभ-हानि के तराजू में नहीं तौला जा सकता। हर बात के लिए ना कहना हमारी घोर स्वार्थपरायणता को ही दर्शाता है। किसी की मदद करने की बात हो और हम उसके लिए पूर्णतः समर्थ न हों अथवा कोई बेजा परेशान कर रहा हो तो ना कहना ठीक है लेकिन हर बात के लिए दूसरों को ना कहना कहाँ तक उचित है ये सोचने की बात है।

हर चीज़ को भौतिक उन्नति अथवा आर्थिक लाभ-हानि के तराजू में नहीं तौला जा सकता। हर बात के लिए ना कहना हमारी घोर स्वार्थपरायणता को ही दर्शाता है। किसी की मदद करने की बात हो और हम उसके लिए पूर्णतः समर्थ न हों अथवा कोई बेजा परेशान कर रहा हो तो ना कहना ठीक है लेकिन हर बात के लिए दूसरों को ना कहना कहाँ तक उचित है ये सोचने की बात है। उन्नति के मार्ग में क्या हम अकेले ही सब कुछ कर पाते हैं? जब पूरी दुनिया प्रत्यक्ष अथवा परोक्ष रूप में हमें सहयोग कर रही होती है तब तो हम ना नहीं कहते। जब माता-पिता स्वयं परेशानियाँ झेलकर हमें हर तरह की परेशानियों से बचाने की कोशिशों में लगे रहते हैं तब तो हम ना नहीं कहते। ये उनका फ़र्ज़ था लेकिन हमारा फ़र्ज़ कुछ भी नहीं है क्या?

मानव संसाधन जैसा कि नाम से ही स्पष्ट है मानव को एक संसाधन के रूप में मान लिया गया है जो सही नहीं कहा जा सकता। यदि हम मनुष्य को संसाधन मानकर चलेंगे तो बड़ी गड़बड़ हो जाएगी। हम बहुत बड़े-बड़े मकान तो बना लेंगे लेकिन अच्छे घर, अच्छा समाज अथवा अच्छा राष्ट्र नहीं बना पाएँगे। आज समाज बदल रहा है। परिवर्तन स्वाभाविक है लेकिन उदात्त शाश्वत जीवन मूल्यों को नकारना किसी भी प्रकार से उचित नहीं। अवगुण अथवा विकार कभी विकास में सहायक नहीं हो सकते तथा उदात्त शाश्वत जीवन मूल्य कभी विकास में बाधक नहीं होते। हम विकास के नए दर्शन को अपनाएँ लेकिन जो उदात्त शाश्वत जीवन मूल्य प्रासंगिक हैं उन्हें न छोड़ते हुए ही। तभी वास्तविक उन्नति हो सकती है अन्यथा वह मात्र भ्रम होगी।

डिजिटल युग में बाल श्रम

विभा कनन (शिक्षिका)
कोयंबटूर तमिलनाडु

बाल श्रम हमारे समाज की एक गंभीर समस्या है, जिसमें छोटे-छोटे बच्चे अपनी शिक्षा और बचपन से वंचित होकर कठिन परिस्थितियों में मजदूरी करने को मजबूर होते हैं। गरीबी, अशिक्षा और सामाजिक असमानता इसके प्रमुख कारण हैं। बाल श्रम न केवल बच्चों के मानसिक और शारीरिक विकास को बाधित करता है, बल्कि उन्हें एक उज्ज्वल भविष्य से भी दूर कर देता है।

21वीं सदी को डिजिटल युग कहा जाता है, जहाँ सूचना, संचार और तकनीक जीवन का अभिन्न हिस्सा बन चुके हैं। इंटरनेट, सोशल मीडिया, मोबाइल एप्लिकेशन, ऑनलाइन गेमिंग और वर्चुअल काम के बढ़ते चलन ने जीवन को सरल तो बनाया है, लेकिन इसके कुछ अंधेरे पक्ष भी हैं। इन्हीं में से एक है डिजिटल युग में उभरता बाल श्रम, जो परंपरागत श्रम से अलग होते हुए भी बच्चों के बचपन और विकास को प्रभावित कर रहा है।

आज बाल श्रम केवल ईंट भट्टों, दुकानों या खेतों तक सीमित नहीं है। बच्चे अब डिजिटल प्लेटफार्मों पर भी शोषण का शिकार हो रहे हैं। यह नया रूप कानूनों की पकड़ से बाहर है, और इसकी पहचान करना भी अत्यंत कठिन है। ऐसे में यह आवश्यक हो जाता है कि हम इस विषय को गहराई से समझें और इसके समाधान पर विचार करें।

डिजिटल युग में बाल श्रम के नए स्वरूप

सोशल मीडिया व इन्फ्लुएंसिंग

वर्तमान समय में सोशल मीडिया प्लेटफॉर्म जैसे यूट्यूब, इंस्टाग्राम, फेसबुक, टिकटॉक आदि पर बच्चों की उपस्थिति लगातार बढ़ रही है। बच्चे खुद कंटेंट बना रहे हैं या अभिभावकों द्वारा बनवाए जा रहे हैं। कई माता-पिता अपने बच्चों को ब्रांड प्रमोशन, प्रोडक्ट रिव्यू, विज्ञापनों और वीडियो कंटेंट में नियमित रूप से शामिल करते हैं।

हालांकि यह शुरुआत में एक 'शौक' या 'प्रतिभा प्रदर्शन' के रूप में होता है, लेकिन जब इस प्रक्रिया में मुनाफा, अनुबंध, और समयबद्ध उत्पादन जुड़ जाता है, तो यह बाल श्रम के दायरे में आ जाता है। बच्चों पर फॉलोअर्स बढ़ाने, ट्रेंडिंग में आने और वीडियो अपलोड करने का दबाव पड़ता है, जो उनकी शिक्षा, मानसिक स्वास्थ्य और सामाजिक जीवन को प्रभावित करता है।

ऑनलाइन गेमिंग और स्ट्रीमिंग

गेमिंग अब सिर्फ मनोरंजन नहीं रहा; यह एक पेशा बन चुका है। बच्चों को गेम खेलने और उसे लाइव स्ट्रीम करने के लिए उकसाया जाता है। वे यूट्यूब, ट्विच जैसे प्लेटफॉर्म पर गेम खेलते हुए वीडियो स्ट्रीम करते हैं और सुपरचैट, सब्सक्रिप्शन आदि के ज़रिए पैसे कमाते हैं।

बहुत से मामलों में माता-पिता या तीसरे पक्ष इन बच्चों से दिन में कई घंटे खेलने और कमाई लाने की अपेक्षा रखते हैं। यह भी एक प्रकार का मानसिक और तकनीकी शोषण है, जिसमें बच्चे दबाव में आ जाते हैं।

ऑनलाइन फ्रीलांसिंग व डेटा एंट्री कार्य

विशेषकर ग्रामीण और गरीब परिवारों के बच्चे कभी-कभी ऑनलाइन प्लेटफॉर्म्स के ज़रिए डेटा एंट्री, कंटेंट लेखन, कैप्चा भरना, ऑनलाइन सर्वे आदि जैसे कार्यों में लग जाते हैं। इंटरनेट सुलभता और मोबाइल फोन की उपलब्धता ने इसे आसान बना दिया है। ऐसे कार्य बच्चों को समय से पहले व्यावसायिक जिम्मेदारियों में झोंक देते हैं।

डिजिटल डोमेस्टिक वर्क

कुछ शहरी बच्चों को साइबर कैफे, दुकान, या दफ्तरों में डिजिटल फाइल स्कैनिंग, प्रिंटिंग,

कंप्यूटर में प्रविष्टि जैसे कामों में लगाया जाता है। ये कार्य पारंपरिक श्रम की तरह दिखाई नहीं देते, लेकिन इनसे भी बालक मानसिक रूप से श्रमिक बन जाता है।

बाल श्रम की परिभाषा और डिजिटल श्रम की पहचान

बाल श्रम का अर्थ है – ऐसा कोई भी कार्य जिसमें बच्चों की शिक्षा, स्वास्थ्य, मानसिक, सामाजिक या नैतिक विकास बाधित होता हो। यदि डिजिटल या ऑनलाइन काम के कारण बच्चा स्कूल नहीं जा पा रहा, उसे रात-दिन कंप्यूटर/कैमरे के सामने बैठना पड़ रहा है, या वह मानसिक तनाव में है – तो यह भी बाल श्रम की श्रेणी में आता है।

यह श्रम एक छिपा हुआ शोषण है, जिसे समाज 'प्रतिभा' या 'प्रगति' समझकर स्वीकार कर लेता है।

कारण

आर्थिक मजबूरी – गरीब परिवारों में बच्चे इंटरनेट पर छोटे-मोटे काम करके परिवार की आय बढ़ाने की कोशिश करते हैं।

सोशल मीडिया की ग्लैमर दुनिया– अभिभावक बच्चों की लोकप्रियता से आकर्षित होकर उन्हें डिजिटल मंचों पर धकेलते हैं।

कानूनी अपरिभाषित क्षेत्र – डिजिटल श्रम को लेकर भारत में कोई स्पष्ट कानूनी प्रावधान नहीं है, जिससे यह शोषण आसानी से हो जाता है।

अनदेखा मानसिक स्वास्थ्य – मानसिक दबाव, थकान और ऑनलाइन ट्रोलिंग के प्रभाव को समझने की सामूहिक समझ अभी बहुत सीमित है।

प्रभाव

शिक्षा से दूरी

लगातार ऑनलाइन कार्यों में व्यस्त बच्चों का ध्यान पढ़ाई से हट जाता है। कई बच्चे स्कूल छोड़ देते हैं या प्रदर्शन गिर जाता है।

मानसिक और सामाजिक विकास में बाधा

सोशल मीडिया पर अस्वीकार्यता, ट्रोलिंग,

या अपेक्षा पूरी न होने पर बच्चे तनाव, अवसाद या आत्मग्लानि में आ सकते हैं।

शोषण और दुरुपयोग का खतरा

डिजिटल दुनिया में बच्चों को अश्लीलता, साइबर बुलीइंग, ऑनलाइन शोषण जैसे कई ख़तरों का सामना करना पड़ता है।

बचपन का ह्रास

बचपन का वह मासूम और स्वाभाविक समय जो खेल, सीखने और मित्रता में बीतना चाहिए – वह डिजिटल कैमराओं, स्क्रीन टाइम और प्रेशर में खो जाता है।

कानूनी स्थिति और चुनौतियाँ

भारत का बाल श्रम (निषेध और विनियमन) अधिनियम, 1986 मुख्यतः पारंपरिक कार्यों को नियंत्रित करता है। 2016 में हुए संशोधन में 14 वर्ष से कम उम्र के बच्चों के लिए कोई भी काम अवैध माना गया है (कुछ अपवादों को छोड़कर)। हालांकि, डिजिटल श्रम की व्याख्या कानून में नहीं की गई है।

यह एक कानूनी शून्यता (legal grey area) है, जहाँ बच्चों से आर्थिक कार्य तो कराया जा रहा है, लेकिन वह श्रम के दायरे में गिना नहीं जा रहा।

समाधान

स्पष्ट और अद्यतन कानून

सरकार को डिजिटल प्लेटफॉर्म्स पर बच्चों की भागीदारी को लेकर स्पष्ट दिशा-निर्देश और विनियम बनाना चाहिए। बच्चों के कार्य समय, आयु सीमा, माता-पिता की भूमिका और उनके अधिकारों को लेकर नियम बनने चाहिए।

पैरेंटल जागरूकता

अभिभावकों को यह समझना होगा कि लाइक और फॉलोअर्स से अधिक महत्वपूर्ण बच्चे का स्वास्थ्य, शिक्षा और मानसिक संतुलन है। वे बच्चों की रुचियों को बढ़ावा दें, लेकिन शोषण की रेखा पार न करें।

सोशल मीडिया प्लेटफॉर्म की जवाबदेही

डिजिटल कंपनियों और सोशल मीडिया ऐप्स को बच्चों के खातों, ब्रांड साझेदारी, स्क्रीन टाइम और मानसिक स्वास्थ्य को लेकर ज़िम्मेदारी निभानी होगी।

शिक्षा और डिजिटल साक्षरता

बच्चों को डिजिटल दुनिया में सुरक्षित रहने की शिक्षा देना आवश्यक है। साथ ही, यह भी समझाना जरूरी है कि कमाई और लोकप्रियता जीवन के प्राथमिक उद्देश्य नहीं हैं।

डिजिटल युग ने बच्चों को अवसर तो दिए हैं, लेकिन साथ ही एक नया संकट भी खड़ा कर दिया है – डिजिटल बाल श्रम का। यह एक ऐसा शोषण है जो स्क्रीन के पीछे छिपा होता है, लेकिन उसका असर बच्चे की ज़िंदगी पर गहरा होता है।

समाज, सरकार, माता-पिता और तकनीकी कंपनियों की संयुक्त जिम्मेदारी है कि वे बच्चों को इस डिजिटल दलदल से बचाएं और उन्हें एक ऐसा बचपन दें, जो सीखने, खेलने, सोचने और सपने देखने की आज़ादी से भरा हो।

पुष्पों का चिकित्सकीय उपयोग

नमिता वैश्य
गोण्डा

ईश्वर ने मानव को स्वस्थ रखने के लिए संसार में बहुत से जंगल, वनस्पतियाँ उत्पन्न कर दी हैं। पुष्पों में प्रकृतिप्रदत्त ऐसा दिव्य गुण अन्तर्निहित रहता है कि उसके यथाविधि उपयोग से हम अपने जीवन को सुखमय बना सकते हैं।पुष्प, जहाँ अपने दर्शन से मन को आह्लादित एवं प्रफुल्लित करते हैं, वहीं वे अपनी सुगन्धि से सम्पूर्ण परिवेश को सुवासित भी कर देते हैं। पुष्प के सभी अवयव उपयोगी होते हैं। इनके उपयोग से अनेक रोगों का शमन किया जा सकता है। फूलों के रस से तैयार किया गया लेप बाह्य रूप से त्वचा पर लगाने से उसकी सुगन्धि हृदय तथा नासिका तक अपना प्रभाव दिखाकर मन को आनन्दित कर देती है। सबसे अच्छी बात यह है कि पुष्प-चिकित्सा के कोई दुष्प्रभाव नहीं होते।

पुष्प की सुगन्धि रोगनाशक भी है। इनके सुगन्धित परमाणु वातावरण में घुलकर नासिका की झिल्ली में पहुंचकर अपनी सुगन्धि का अहसास कराते हैं और मस्तिष्क के अलग-अलग हिस्सों पर अपना प्रभाव दिखाकर मधुर उत्तेजना-सा अनुभव कराते हैं। पुष्प की सुगन्धि का मस्तिष्क, हृदय, आँख, कान तथा पाचन क्रिया आदि पर अनुकूल प्रभाव पड़ता है।ये थकान को तुरंत दूर करते हैं।इनकी सुगन्धि से की गयी उपचार प्रणाली को 'एरोमा थेरेपी' कहा जाता है।

पुष्प की सुगन्धि रोगनाशक भी है। इनके सुगन्धित परमाणु वातावरण में घुलकर नासिका की झिल्ली में पहुंचकर अपनी सुगन्धि का अहसास कराते हैं और मस्तिष्क के अलग-अलग हिस्सों पर अपना प्रभाव दिखाकर मधुर उत्तेजना-सा अनुभव कराते हैं। पुष्प की सुगन्धि का मस्तिष्क, हृदय, आँख, कान तथा पाचन क्रिया आदि पर अनुकूल प्रभाव पड़ता है।ये थकान को तुरंत दूर करते हैं।इनकी सुगन्धि से की गयी उपचार प्रणाली को 'एरोमा थेरेपी' कहा जाता है।

यहाँ कुछ पुष्पों के औषधीय प्रयोग दिये जा रहे हैं-

कमल- कमल के फूल के अंदर हरे रंग के दाने-से निकलते हैं, जिन्हें भूनकर मखाने बनाये जाते हैं, परंतु उनको कच्चा छीलकर खाने से ओज एवं बल की वृद्धि होती है।इसके फूलों से तैयार किये गये गुलकंद का उपयोग प्रत्येक प्रकार के रोगों में तथा कब्ज के निवारण हेतु किया जाता है। इसका सबसे अधिक प्रयोग अंजन की भाँति नेत्रों में ज्योति बढ़ाने के लिए शहद में मिलाकर किया जाता है। पंखुड़ियों को पीसकर उबटन में मिलाकर चेहरे पर मलने से चेहरे की सुन्दरता बढ़ती है।

केवड़ा- इसकी गन्ध कस्तूरी-जैसी मोहक होती है। इसके पुष्प दुर्गन्धनाशक तथा उन्मादक हैं। केवड़े का तेल श्वास विकार में लाभकारी है।इसका इत्र सिरदर्द और गठिया में उपयोगी है तथा दो बूंद कान में डालने से कान का दर्द ठीक हो जाता है।इसका अर्क पानी में डालकर पीने से सिरदर्द तथा थकान दूर होती है।इसकी मंजरी का उपयोग पानी में उबालकर कुष्ठ,चेचक, खुजली तथा हृदय रोगों में स्नान करके किया जा सकता है।

गुलाब- गुलाब जल से आंखें धोने से आंखों की लाली तथा सूजन कम होती है।इसकी पत्तियों का गुलकंद रेचक है,जो पेट और आंतों की गर्मी शांत करके हृदय को प्रसन्नता प्रदान करता है।इसका इत्र उत्तेजक होता है तथा इसका तेल मस्तिष्क को ठंडा रखता है।

चम्पा- चम्पा के फूलों को पीसकर कुष्ठ रोग के घाव में लगाया जा सकता है।इसका अर्क रक्त-कृमि को नष्ट करता है।इसके फूलों को सुखाकर बनाया गया चूर्ण खुजली में उपयोगी है।

गेंदा- मलेरिया के मच्छरों का प्रकोप दूर करने के लिए यदि गेंदे की खेती गंदे नालों और घर के आसपास की जाय तो इसकी गंध से मच्छर दूर भाग जाते हैं।लीवर की सूजन,पथरी एवं चर्म रोगों में भी इसका प्रयोग किया जा सकता है।

बेला- यह अत्यधिक सुगन्ध युक्त पुष्प है। इसके हार या पुष्पों को अपने पास रखने से पसीने में गन्ध नहीं आती।इसकी सुगंध प्रदाहनाशक है।इसकी कलियों को चबाने से स्त्रियों के मासिक धर्म का अवरोध दूर हो जाता है।

सूरजमुखी- इसमें विटामिन ए तथा डी होता है। यह सूर्य का प्रकाश न मिलने के कारण होने वाले रोगों को रोकता है।इसका तेल हृदय रोगों में कोलेस्ट्रॉल को कम करता है।

चमेली- चर्मरोगों, पायरिया, दन्तशूल, घाव, नेत्ररोगों और फोड़े-फुंसियों में चमेली का तेल बनाकर उपयोग किया जाता है।यह शरीर में रक्त संचार की मात्रा को बढ़ाकर उसे स्फूर्ति प्रदान करता है।इसके पत्ते चबाने से मुँह के छाले तुरंत दूर हो जाते हैं।

केसर- यह मन को प्रसन्न करता है तथा चेहरे को कान्तिवान बनाता है।यह शक्तिवर्धक,वमन को रोकने वाला तथा वात,पित्त एवं कफ(त्रिदोषों) का नाशक है। यह तनाव को शांत करता है,इसलिए इसे प्रकृति प्रदत्त 'ट्रैंकुलाइजर' भी कहा जाता है।दूध या पान के साथ इसका सेवन करने से यह अत्यंत ओज,बल, शक्ति एवं स्फूर्ति को बढ़ाता है।

अशोक- इसके फूल,छाल तथा पत्तियां स्त्रियों के अनेक रोगों में औषधि के रूप में उपयोगी हैं।

ढाक(पलाश)- इसके फूल का चूर्ण पेट के किसी भी प्रकार के कृमि का नाश करने में सहायक है। इसके पुष्पों को पानी के साथ पीसकर लुगदी बनाकर पेडू पर रखने से पथरी के कारण दर्द होने पर या मूत्र न उतरने पर लाभ होता है।

गुड़हल- इसके फूल चबाने से मुँह के छाले दूर हो जाते हैं।यह उन्माद को दूर करने वाला एकमात्र पुष्प है।इसे सूजाक के रोग में गुलकंद या शरबत बनाकर दिया जा सकता है।इसके फूलों को पीसकर बालों में लेप करने से बालों का गंजापन मिटता है।

शंखपुष्पी(विष्णुकांता)- इसके फूल-पत्ते तथा डंठल तीनों को उखाड़कर पीसकर पानी में मिलाकर छान लेने तथा इसमें शहद या मिस्री मिलाकर पीने से पूरे दिन मस्तिष्क में ताजगी रहती है।

बबूल(कीकर)- बबूल के फूलों को पीसकर सिर में लगाने से सिरदर्द गायब हो जाता है।इसका लेप दाद और एग्जिमा पर करने से चर्मरोग दूर होता है। इसके अर्क के सेवन से रक्त विकार दूर हो जाता है।यह खांसी और श्वास के रोगों में लाभकारी है।इसके कुल्ले दन्तक्षय को रोकते हैं।

नीम- इसके फूलों को पीसकर लुगदी बनाकर फोड़े-फुंसियों पर लगाने से जलन तथा गर्मी दूर होती है।शरीर पर मलकर स्नान करने से दाद दूर होती है। यदि फूलों को पीसकर पानी में घोलकर छान लें और इसमें शहद मिलाकर पीएं तो वजन कम होता है तथा रक्त साफ होता है।यह संक्रामक रोगों से रक्षा करने वाला है, इसे घर का वैद्य कहा जाता है।

जूही- जूही के फूलों का चूर्ण या गुलकंद अम्लपित्त को नष्ट करके पेट के अल्सर तथा छाले को दूर करता है।

माधवी- चर्मरोगों के निवारण के लिए इसके चूर्ण का लेप किया जाता है। गठिया रोग में प्रातः काल फूलों को चबाने से आराम मिलता है। इसके फूल श्वास रोग को भी दूर करते हैं।

हरसिंगार(पारिजात)- यह गठिया रोगों का नाशक है। इसका लेप चेहरे की कान्ति को बढ़ाता है।

आक- इसका फूल कफ नाशक है,यह प्रदाहकारक भी है। यदि पीलिया रोग में पान में रखकर एक या दो कली तीन दिन तक दी जाय तो काफी हद तक आराम होता है।

कदम्ब- गायों की बीमारी में फूल एवं पत्तों वाली इसकी टहनी लेकर गोशाला में लगा देने से बीमारी दूर होती है।

कचनार- कचनार की छाल एवं फूल को पानी के साथ मिलाकर तैयार की गयी पुल्टिस जले घाव एवं फोड़े के उपचार में उपयोगी है। इसकी कलियां बार-बार मल-त्याग की प्रवृत्ति को रोकती हैं।

शिरीष- खुजली में इसके फूल पीसकर लगाने चाहिए, इसके फूलों के काढ़े से नेत्र धोने पर किसी भी प्रकार के नेत्र-विकार में लाभ होता है।

नागकेसर- यह खुजली नाशक है और लौंग जैसा लम्बा तथा डंडी में लगा रहता है। इसके फूलों का चूर्ण बनाकर मक्खन या दही के साथ खाने से रक्तार्श में लाभ होता है। इसका चूर्ण गर्भधारण में भी सहायक है।

मौलसिरी(बकुल)- इसके फूलों का चूर्ण बनाकर त्वचा पर लेप करने से त्वचा अधिक कोमल हो जाती है। इसके फूलों का शरबत स्त्रियों के बांझपन को दूर करने में समर्थ है।

अनार- शरीर में पित्ती होने पर इसके फूलों का रस मिस्री मिलाकर पीना चाहिए। मुंह के छालों में फूल रखकर चूसना चाहिए। आंखें दर्द होने पर इसकी कली का रस आंख में डालना चाहिए।

पुष्प सूर्य के प्रकाश में सूर्य की किरणों से सम्पर्क स्थापित करके अपनी रंगीन किरणें हमारी आंखों तक पहुंचाते हैं, जिससे शरीर को ऋणात्मक, धनात्मक तथा कुछ न्यूट्रल प्रकाश की किरणें मिलती हैं,जो शरीर के अन्दर पहुंचकर विभिन्न प्रकार के रोगों को रोकने में सहायता प्रदान करती हैं।इस प्रकार हम 'कलर थेरेपी' द्वारा भी चिकित्सा के लाभ ले सकते हैं।

जीवन की नई प्रेरणा है योग

मुकेश कुमार सिंह
योगाचार्य

योग की शुरुआत लगभग 5000 साल पहले प्राचीन भारत में हुई थी। इसकी सबसे पुरानी झलक हमें ऋग्वेद में मिलती है, जो दुनिया के सबसे प्राचीन ग्रंथों में से एक है। हालांकि उस समय योग पूरी तरह से एक व्यवस्थित प्रणाली नहीं था, लेकिन ध्यान, आत्मसंयम और आध्यात्मिक ज्ञान की शुरुआत उसी समय मानी जाती है।

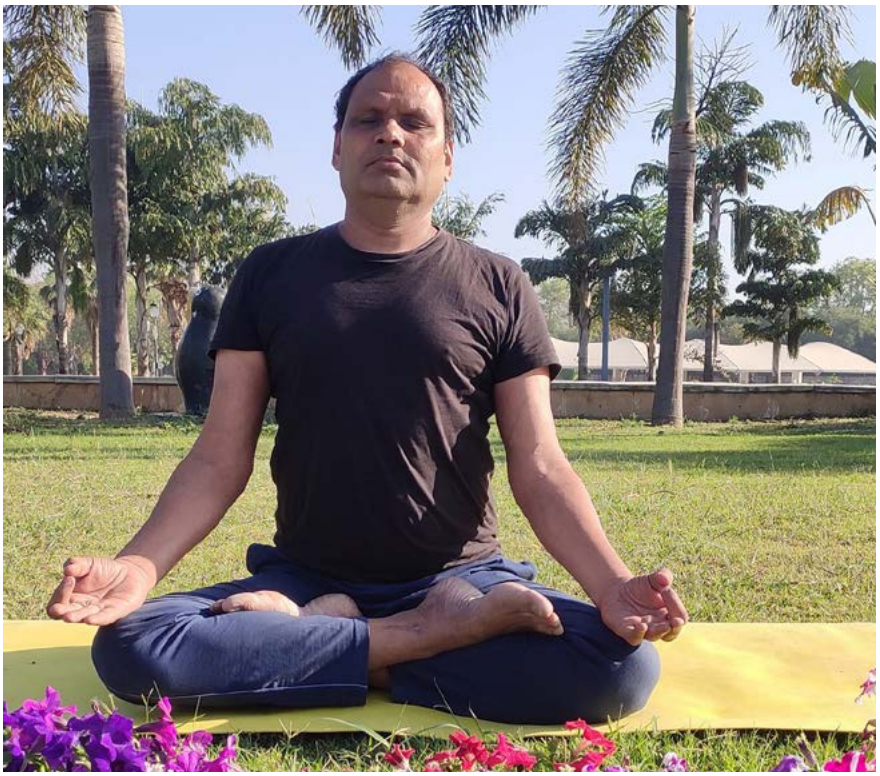
योग का व्यवस्थित रूप हमें उपनिषदों, फिर भगवद गीता और बाद में पतंजलि के योगसूत्र (लगभग 200 ईसा पूर्व) में मिलता है।

आज की बदलती जीवनषैली में देर से सोना और देर से जागने को आधुनिक जीवनषैली का एक हिस्सा मानने लगे है। आज देर रात तक जागना एक फैषन हो गया है। साथ ही बदलती जीवनषैली के कारण काफी लोग रात्रि में भी कार्य करते है जिससे उनकी दिनचर्या बिगडती जाती है साथ ही पूरा परिवार प्रभावित होता है। साथ ही एक दूसरे से आगे बढने की चाह के कारण भी लोग एक साथ दो नौकरी या अन्य कार्य या बिजनेस करते रहते है जिसके कारण भी हमेषा एक मानसिक दबाव बना रहता है। आधुनिक जीवनषैली में दिखावे के कारण भी काफी लोग मानसिक रूप से परेषान रहते है। क्योकि आधुनिकता के दौर में दिखावापन बहुत तेजी से बढता जा रहा है चाहे कर्ज ही लेकर फोन या नई गाडी लेना या अच्छे कपडे या अन्य समान लेना क्योकि कोई किस से कम नहीं है चाहे कर्ज लेना पडे ।इन सबके कारण आज हर व्यक्ति परेषान है चाहे वह बडा हो या बच्चा हो या महिला हो वृद्ध हो सब खाने पीने पहनने में कोई किसी से कम नहीं दिखना चहता है। साथ ही इस आधुनिकता के दौर में अपनी जरूरतो को पूरा करने के लिए, रात दिन काम करने के लिये तैयार है हर इंसान काम को लेकर ही परेशान है कार्य की अधिकता के कारण खाना पीना भी समय से नही हो पाता है और हमेशा एक मानसिक तनाव बना रहता है जिसके कारण रातों को नींद नहीं आती है कुछ लोग तो नींद की गोली खाकर सोते है और कुछ लोग अपने मानसिक दबाव को कम करने के लिये धूम्रपान का सहारा लेते है जो सेहत के लिये बहुत ही हानिकारक होता है और नशे की आदत पड जाने के कारण स्वास्थ्य खराब होने लगता है और धीरे-धीरे शरीर में कई अन्य बीमारिया होने लगती है। आजकल के बदलते रहन- सहन एवं खान-पान के कारण लोगों को घर का खाना भी पसंद नहीं आता है चाहे बडे हो या बच्चे हर किसी को बाहर का खाना व फास्ट फूड ही अच्छा लगता है ज्यादा तला भुना खाने से भी हमारे शरीर में कई सारी बीमारियां होने लगती

है। क्योकि आज चाहे बड़े हो या बच्चे हो या महिलाये हो सभी बिमारियों के शिकार होते जा रहे है जैसे कैंसर उच्च रक्तचाप मोटापा , तनाव मधुमेह डिप्रेशन थाईराइड आदि।

जीवन जीने की नई प्रेरणा देता है नियमित योगाभ्यास हम सभी जानते है आज योग भारत में ही नही पूरे विष्व में 21 जून अन्तराष्ट्रीय योग दिवस के रूप में मनाया जाता है । पूरे विश्व ने योग को अपना कर शारीरिक एंव मानसिक एवं आध्यात्मिक अनुभूति प्राप्त की है । अपनी दिनचर्या को सुधार कर अपने जीवन में योग को अपनाकर खुद को स्वस्थ और निरोगी बना रहें है। योग आध्यात्मिक अनुशासन एंव सूक्ष्म विज्ञान पर आधारित ज्ञान है जो मन और शरीर के बीच सामंजस्य स्थापित करता है। यह स्वस्थ जीवन जीने की कला एवं विज्ञान है । योग सिर्फ आसन नहीं है बल्कि बिना किसी खर्च के फिटनेस और वेलनेस की गारंटी देता है प्रातःकाल में की जाने वाली क्रिया मात्र नहीं है बल्कि यह रोजमर्रा के कार्यो को दक्षता और पूरी सतर्कता के साथ करने की शक्ति भी है रोग से निरोग होने का मार्ग योग है योग हमारी सोच,कार्य,ज्ञान और समर्पण को बल और सकारात्मक ऊर्जा का निर्माण करता है। और हम बेहतर इंसान बनते चले जाते है योग से हम न केवल स्वयं को अच्छे से जान पाते है अपितु यह दूसरों को समझने में भी हमारी मदद करता है। निरन्तर योगाभ्यास से तनाव से मुक्ति पाने और मन को प्रसन्न व शांत रखने में अत्यंत मददगार है और नियमित योग आसन प्राणायाम से रोगों से लड़ने की शक्ति मिलती है। अगर नियमित योगाभ्यास करें तो कभी कोई बिमारिया होगी ही नहीं और हमेश स्वस्थ और प्रसन्न रहेंगे। योग एक स्वस्थ जीवन जीने की कला है लेकिन इसके कुछ नियम भी है जिन्हे अपनाकर हम सभी स्वस्थ और निरोगी जीवन जी सकते है।

ऐसे समय में जब विश्व भर में स्वास्थ्य और कल्याण को नए सिरे से महत्त्व दिया जा



रहा है योग एक बेहतर जीवन-मार्ग के रूप में स्थापित हुआ है।

यह न केवल स्वास्थ्य और लोच संबंधी लाभ प्रदान करता है अपितु जीवनशैली से संबंधित पुरानी व्याधियों से मुक्ति पाने में भी सहायक है। तनाव से भरी दुनिया में योग एक सुखदायक उपचार शक्ति के रूप में उभरा है जो लोगों को आंतरिक रूप से सबल बनाता है।

योग एक प्राचीन भारतीय पद्धति है जो स्वास्थ्य और कल्याण के लिए एक समग्र दृष्टिकोण प्रदान करती है। यह जीवन जीने की नई प्रेरणा देता है। योग के आसनों का सही ढ़ग से अभ्यास करने के लिए पहले तैयारी करना अपेक्षित है।

योगाभ्यास के लिए सामान्य दिषानिर्देषः

- किसी गुरू के निर्देषन में योग अभ्यास शुरू करें।
- सूर्योदय या सूर्यास्त के वक्त योग का सही समय होता है।
- योग खाली पेट करें। योग करने से 2 घंटे पहले कुछ न खायें।
- आरामदायक सूती कपडे.पहनें ।
- योग अभ्यास शांत एवं खुले वातावरण में आराम के साथ शरीर एवं मन को ष्थिथिल करके करना चाहिए।
- अपना पूरा ध्यान अपने योग और अभ्यास पर ही केंद्रित करें।
- योग अभ्यास धैर्य और दृढता से करें।
- अपने शरीर के साथ जबरदस्ती न करें।
- योग अभ्यास को निरन्तर करने से लाभ मिलता है।
- अगर कोई मेडिकल तकलीफ है तो डाक्टर से जरूर सलाह लें।
- योगाभ्यास के अंत में शवासन करें।

अभ्यास के बाद

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

समाज का बदलता स्वरूप

सुषमा त्रिपाठी

समाज का परिवर्तन जीवन समाज का अभिन्न अंग है। क्योंकि परिवर्तन से कोई परहेज नहीं कर सकता लगभग हर प्रकार की परिवर्तन कम स्वागत करते हैं। कोई भी ऐसा परिवर्तन जो इंसान के नैतिक मानसिक वैचारिक शारीरिक पतन का कारण बने उसे हम कतई स्वीकार नहीं करते।

आज के इस बदलते हुए युग में वास्तव में हमें यह सोचने के लिए मजबूर कर देते हैं कि भारतीय समाज में पहले से आज तक कई परिवर्तन हुए हैं। पहले जैसा व्यवहार समाज में आजकल देखने को भी नहीं मिलता आजकल हम देखें तो मनुष्य अपने लालच की वजह से कई ऐसे कार्य समाज में रहकर करता है। जो उसे नहीं करने चाहिए समाज में होने वाले बदलाव जिन्हें सामाजिक परिवर्तन कहा जाता है एक निरंतर प्रक्रिया है। हमसे सांस्कृतिक सामाजिक और आर्थिक समय के साथ-साथ परिवर्तन भी शामिल है यह बदलाव कई कारकों से प्रभावित होता है। जैसे कि तकनीकी ज्ञान जनसंख्या वृद्धि और सामाजिक आंदोलन -

सामाजिक परिवर्तन के मुख्य पहलू

सांस्कृतिक परिवर्तन - सांस्कृतिक परिवर्तन एक ऐसा बदलाव है जो पूरे संगठन में अलग-अलग विभागों और टीमों में हो सकता है वंचित संस्कृति का समर्थन करने के लिए कार्य बल के दिल दिमाग और कौशल को बदलने की आवश्यकता होती है व्यक्तियों में सबसे पहले अपने व्यवहार को बदलने के लिए अध्ययन विश्वास का होना बहुत जरूरी है सांस्कृतिक परिवर्तन एक ऐसा शब्द है जिसका प्रयोग सार्वजनिक नीति निर्माण और कार्य स्थलों में किया जाता है जो व्यक्तिगत सामूहिक व्यवहार पर सांस्कृतिक पूंजी के प्रभाव पर जोर देता है इसे कभी-कभी पुनर्स्थापित कहा जाता है।

समाज नए संस्कृत लक्षण व्यवहार पैटर्न और सामाजिक मानदंड अपनाता है और परिणाम स्वरुप नाई सामाजिक संरचनाओं बनता है। जब चीजों और घटनाओं को मानव जीवन के साथ उसके संदर्भों के संबंध में माना जाता है तो वह व्यवहार का निर्माण करते हैं। जब उन्हें मानव जीव के साथ उनके संबंधों के संदर्भ में नहीं बल्कि एक दूसरे के साथ उनके संबंधों के संदर्भ में माना जाता है तो वह परिभाषा के अनुसार संस्कृति बन जाते हैं। यह कार्य जीवन संतुलन और नियोक्ताओं से कर्मचारियों की अपेक्षाओं के प्रति दृष्टिकोण में बदलाव के बारे में भी है। यह एक सांस्कृतिक बदलाव है सांस्कृतिक बदलाव बड़े या छोटे हो सकते हैं सांस्कृतिक परिवर्तन समाज के आधारभूत परिवर्तनों पर प्रकाश डालते हैं यह एक विस्तृत एवं कठिन विषय है। इस प्रक्रिया में समाज की संरचना एवं कार्य प्रणाली का एक नया जन्म होता है इसके अंतर्गत मूलत प्रतिस्थैती वर्ग तथा व्यवहार के अनेक का अनेक प्रतिमान बनते हुए बिगड़ते हैं। समाज गतिशील है और समय के साथ परिवर्तन अवश्य संभावित है।

समाज का परिवर्तन जीवन समाज का अभिन्न अंग है। क्योंकि परिवर्तन से कोई परहेज नहीं कर सकता लगभग हर प्रकार

की परिवर्तन कम स्वागत करते हैं। कोई भी ऐसा परिवर्तन जो इंसान के नैतिक मानसिक वैचारिक शारीरिक पतन का कारण बने उसे हम कतई स्वीकार नहीं करते।

अपने किसी भी तरह के व्यवहार से अन्य लोगों के लिए सहयोग स्थिति उत्पन्न कर देने वाले लोग परिवर्तन कितना भी दलीलें क्यों ना दे दें हम शिकार नहीं कर सकते। परिवर्तन संसार की प्राथमिकता है यदि संसार में परिवर्तन नहीं आएगा तो यह भी जड़ हो जाएगा परिवर्तन का मूल समाज था परिवार से शुद्ध होता है।

सबसे पहले परिवार में बदलाव आता है तो 50 समाज में परिवर्तन आता है। सामान्य बदलाव का यह चक्र सदियों से चला रहा है। हमने समाज के प्राचीन स्वरूप को देखा नहीं है लेकिन पीढ़ी दर पीढ़ी यह सुना जाता है।

अपने ही जीवन काल में जो बदलाव हम देख रहे हैं उनकी चर्चा करना श्रेयष्कर कर रहेगा जीवन के 50 वर्षों में कितने बदलाव आते गए जिनमें से कुछ मनुष्य जाति के भले के लिए हैं तो कुछ हमारी संस्कृति पर चोट भी करते हैं। सबसे अधिक तो भौतिकता का विकास देखने को मिला है। कंप्यूटर टेलीफोन सेल फोन टेक्नोलॉजी टेलीविजन आदि विभिन्न गीजर इत्यादि जो हमारी दिनचर्या की जरूरत बन गया है जबकि पहले आम जनता को इसके विषय में जानकारी भी नहीं थी।

इनके अलावा हर प्रकार लोन देकर लोगों के जरूरत के सामान उपलब्ध कराए गए पहले तो किसी ने सपने में नहीं सोचा होगा कि पहले जिसके पास धन होगा वही उसे करेगा। आज होम लोन लेकर हर छोटी-छोटी चीजों के लिए लोन उपलब्ध कराया जा सकता है यहां तक कि हमने भी फिल्टर एक सब लोन पर ही लिए थे।

एमी शब्द पहले कोई जानता ही नहीं था लेकिन आज देखी तो आपको एक महंगी साड़ियां मेकअप का सामान खरीदना हो तो एमी पर उपलब्ध है। अमेरिका में जब हमारे रिश्तेदार आते थे और इस तरह की लोन मेडिकल बीमा की बात करते थे तो हम सोचते थे कि हमारे यहां यह कभी संभव ही नहीं होगा। हालांकि यह किसी मिडिल क्लास को और गहरे में धकेलना का प्रयास ही है क्योंकि हर मनुष्य हर सुविधा का लाभ उठाकर जरूरी तथा गैर जरूरी चीजों की खरीददारी करके स्वयं को इस गति में धकेलता जा रहा है। ऊपर से एक सुविधा और शुरू हो गई क्रेडिट कार्ड की।

क्रेडिट कार्ड से खरीदारी करना आज के नौजवानों की पहली पसंद बन गया है। पास में पैसे होते हुए भी हो कल पर टालने वाली हर सुविधा का फायदा उठाते और सोचते हैं कि हम सबसे ज्यादा होशियार हैं। उन्हें मालूम है कि कुछ समय के अंतराल पर हमें यह पैसा देना ही है लेकिन कम से कम आज तो हमारी जेब में भरी ही हुई हैं इन सब बात से उनको सुकून मिलता है। जबकि हम आज का पैसा आज ही उसे कर लेने पर विश्वास रखते हैं वैसे भी कल का क्या भरोसा आजकल के दौर में जबकि हर चीज अनिश्चित है। यहां तक की नौकरी भी व्यापार भी तो इस तरह आज की देनदारी कल पर डालकर यह लोग स्वयं को सिर्फ तनाव ही देते हैं।

आज के दौर में समाज का यह बदलाव है। तो बहुत अच्छा परंतु इसे संयम से जिया जाए तो यह हमारे आने वाले कल के लिए सुखद साबित होगा भौतिक आवश्यकताओं की पूर्ति हेतु हम अपने भविष्य को ही दांव पर लगाते चल जा रहे हैं। इन्हीं तनावों के कारण हम आज दिन युवाओं की आत्महत्या के मामले सुनते रहते हैं। आप लोगों को याद होगा कि जब जेट एयरवेज अचानक से बंद हो गई थी तो कितने ही पायलटो की खुदकुशी करने के मामले सामने आए थे। जबकि पायलटो को सबसे ज्यादा तनख्वाह मिलती है किसी भी नौकरी पेशा के मुकाबले फिर यह इतना तनाव में कैसे आ गए की आत्महत्या जैसी कदम उठाने पड़ गए जवाब भी यही है। जरूरत से ज्यादा अपनी आवश्यकताओं को नहीं बढ़ना चाहिए जितनी पूर्ति कर सको उतना ही बढ़ना चाहिए जब मस्तिष्कों पर दबाव बड़ा की कैसे सारे कर चुका पाएंगे तो सामने आया आत्महत्या जैसा कदम उठाने पर मजबूर हो जाते हैं। कहां गया है की चादर जितनी हो पर उतना ही फैलाने चाहिए समाज हमेशा बदलाव चाहता है। लेकिन इस बदलाव को चुनौती रूप हो यह भी संभव है संभाल कर एक-एक कदम उठाने की जरूरत है। जिस समय आप अपने दिखावे के चक्कर में आकर गलत कदम उठा लेंगे यही समाज आपका मजाक उड़ाने में कसर नहीं छोड़ेगा।

आज के समाज में सबसे बड़ा बदलाव जो है वह दूसरों की आग पर अपनी रोटी सेकना दूसरों की मदद करने के बजाय उनकी खींची करना उसे पर भी कुछ लोग ऐसे हैं जो पीठ पीछे वाली नीति अपना रहे हैं कुछ लोग क्योंकि समाज का यह दोहरा चरित्र समझना बहुत ही मुश्किल है। समाज के इस बदले हुए स्वरूप को ही हम आसानी से समाज में देख भी सकते हैं, जान भी सकते हैं। अब तो लोग सामने भी बेज्जती कर देते हैं और पीछे तो करते ही करते हैं। इसलिए अब लोग स्वयं पर भरोसा कीजिए दूसरों पर भरोसा मत कीजिए खुद सोचें समझो हम कम करें ताकि कोई मजाक ना बन सके।

सभ्यता का निरंतर कम स्वरूप यह मायने रखता है कि मनुष्य इस धरती का बुद्धिमान प्राणी है बदलाव एक प्रक्रिया है जो आवश्यकता पर आधारित है जिसे अपनाना इंसान की मजबूरी बन जाती है। यात्रा, खेती, मकान, शिक्षा, तकनीक और चिकित्सा के पुराने स्वरूप में लगातार बदलाव हो रहे हैं जिस बदलाव को अपनाना भी हमारी मजबूरी ही है।

स्वदेशी निर्मित बी.एफ.एस ने

भरा हैं दम...!

आत्मनिर्भरता के क्षेत्र में उठा हैं एक बड़ा कदम,
अभी स्वदेशी निर्मित बी.एफ.एस ने भरा हैं दम।
उन पाँच महिला विज्ञानियों ने विकसित किया है,
मौसम पूर्वानुमान प्रणाली को नया जन्म दिया हैं।
स्थानीय स्तरों मौसम की सटीक माहिती मिलेगी,
कोई नुकसान नहीं होगा हँसी चेहरों पर खिलेगी।

आत्मनिर्भरता के क्षेत्र में उठा हैं एक बड़ा कदम,
अभी स्वदेशी निर्मित बी.एफ.एस ने भरा हैं दम।
छः किलोमीटर के दायरे में मौसम के पूर्वानुमान,
क्षमता हासिल कर भारत दुनिया का पहला देश!
अब बदल जाएगा हर एक शहर का भी परिवेश,
मौसम पूर्वानुमान प्रणाली में अग्रणी हो समावेश।

आत्मनिर्भरता के क्षेत्र में उठा हैं एक बड़ा कदम,
अभी स्वदेशी निर्मित बी.एफ.एस ने भरा हैं दम।
पिछले तीन वर्षों से इस पर चल रहा था ये काम,
भा.उ.क.मौसम विज्ञान संस्थान देते हैं परिणाम।
अभी देशभर में 40 डॉप्लर मौसम रडारों नेटवर्क,
भविष्य में रडारों की संख्या सौ होगी करेंगे वर्क।

आत्मनिर्भरता के क्षेत्र में उठा हैं एक बड़ा कदम,
अभी स्वदेशी निर्मित बी.एफ.एस ने भरा हैं दम।
ये मानसून ट्रैकिंग, उड्डयन, चक्रवात की निगरानी,
आपदा प्रबंध, कृषि, जलमार्ग, रक्षा, बाढ़ न हानि।
बी.एफ.एस से आंधी, तूफान, बारिश की कहानी,
हाँ होंगे सतर्क मिलेगी खूब मदद बरतें सावधानी।
(संदर्भ : पुणे स्थित आइआइटीएम यानी भारतीय उष्णकटिबंधीय मौसम विज्ञान संस्थान ने यह प्रणाली विकसित की है।)

- संजय एम तराणेकर

अधूरा साया!

विचलित हूँ मैं!
मन के कोने खाली है।
छिपती लाली का प्रकाश
सदा अँधेरा कर जाता।
बुझती लौ दीपक की
सदा गहन उदासी दे जाती।

लुप्त चेतना तोड़ रही है
मोह से मुख मोड़ रही है।
व्याकुलता मन में तड़प रही
कर्मपथ धिक्कार रहा है
उर में मची उपल-पुथल से।

मौन निमंत्रण महाकाल को
दबे रह जाना क्या नियति चक्र
भाग्यकोष में घुटन भरी है
जीवन की मधुरता खोने को।

करवट बदली रातों ने तो
दिवस भोर प्रभा की लाली
अदृष्ट कर्मचक्र कालचक्र
लिपटा भाग्यकोष गुहा में
अश्रुबिंदु अटके पलकों में
निष्क्रिय चेतना की चेतावनी
करती आहूत महाकाल को।

दिग्भ्रम है जीवन सत्य
संकट छाया साँसों पर
सुलभ निज बाल चपलता
जिस पर सर्वस्व स्वत्व है
दुर्लभ बन गया कलरव।

प्रण प्राणप्रिये प्रणय प्रण
अधूरेपन का अहसास
नीरस राग अलाप
दुष्चरित्र में लिपटा हूँ।
जीवन की रंगशाला में
किरदार अधूरा है प्रिये
वंचित सुख स्वप्न
साकार नहीं सका कर मैं
क्षम्य! क्षम्य! क्षम्य! क्षम्य!

एक अधूरा साया हूँ
जीवन का भरमाया हूँ
सृष्टि का ही सरमाया हूँ
कब किस जीवन लहर को
भरपूर रूप में भाया हूँ।
वासना का उज्ज्वल कलंक
शेष बचा अपकीर्ति पंक
टूट गई अभिमान की लंक
नवजीवन की नष्ट कंक।
क्षम्य! क्षम्य! क्षम्य! क्षम्य!

- ज्ञानीचोर

मृगतृष्णा

विकास के नाम पर हो रहा विनाश,
जंगल कटते जा रहे,
क्या यही है प्रगति की सही पहचान?

पेड़ों के झुरमुट में, जिनका था आशियाना,
आज वे पशु-पक्षी बेघर हो गए हैं।
जंगल, जिनकी थी एक समृद्ध और सुंदर दुनिया,
अब वे पूरी तरह से बिखर चुके हैं।

मनुष्य की महत्वाकांक्षा ने सब कुछ लूटा,
और उसे प्रगति का नाम दिया।
इससे कुछ न हुआ, और न होगा,
बस मृगतृष्णा में जीवन को खो दिया।

- महेन्द्र मद्धेशिया

क्षणिकाएँ

(सच)
वह जो मुस्कुरा के
मिला अभी
ज़हर उसके दिल में
कम नहीं था
वह जो कह गया
तुम्हें अपना
वह तुम्हारा सगा
नहीं था
है दस्तूर ज़माने का
सच कहता नहीं कोई
हमेशा के लिए किसी का
रहता नहीं कोई

(सियार)
रगें सियार थे सब
उतरते -उतरते उतरा
सब का रंग
किसी का सालों में
किसी का दिनों में
किसी का पलों में
उतरा रंग

(यक़ीन)
वह जितना मुझे
यक़ीन दिलाता रहा
मेरा शक
उतना गहराता रहा
झूठ की रफ़्तार
इस कदर थी
मेरी सच्चाई
इससे बेख़बर थी

(मामूली आदमी)
दौर था
काग़ज़ के टुकड़ों का
उसने फिर भी
रिश्ता बचाया
ज़ाहिर था
वह आदमी
मामूली नहीं था

(शक)
शक है मुझे
हर किरदार पर
कहानियों में
अब किरदार
वफ़ादार
नहीं होते

(आजकल)
मशहूर होने की
ललक में उसने
खो दिया
अपना वजूद
तलुए चाटता है
सभापतियों के
वह आजकल

(अमृत)
छला गया वह
हर शख़्स
जो नहीं जानता था
छल का अर्थ
सब के हिस्से में
नहीं आया
वफ़ा का अमृत

- डॉ० दलजीत कौर

हिम्मत बनाए रखना

डरना मत घबराना मत
हिम्मत बनाए रखना
ईश्वर साथ है तुम्हारे
जो करता है साहस से कम
रखता है धैर्य का साथ
जो करता रहता है लगातार संघर्ष
जो गिरता है और फिर उठकर खड़ा होता है
जो हर असफलता को एक परीक्षा मां
नित आगे बढ़ता रहता है
इसका साथ ईश्वर देता है
किस्मत भी बदल देती है उसका लिखा
बदकिस्मती को सौभाग्य में बदल देती है
वह जीत जाता है एक दिन जंग जीवन की
मंजिल उसके साथ एक दिन आ जाती है
वह सफल होता है एक दिन
इसलिए कहते हैं हिम्मत बनाए रखना
ईश्वर साथ है तुम्हारे
तुम्हारी हिम्मत जीत जाएगी
ईश्वर की कृपा हो जाएगी
तुम डटे रहना तुम अड़े रहना
तुम लड़ना मत छोड़ना
तुम तुम जीत जाओगे एक दिन

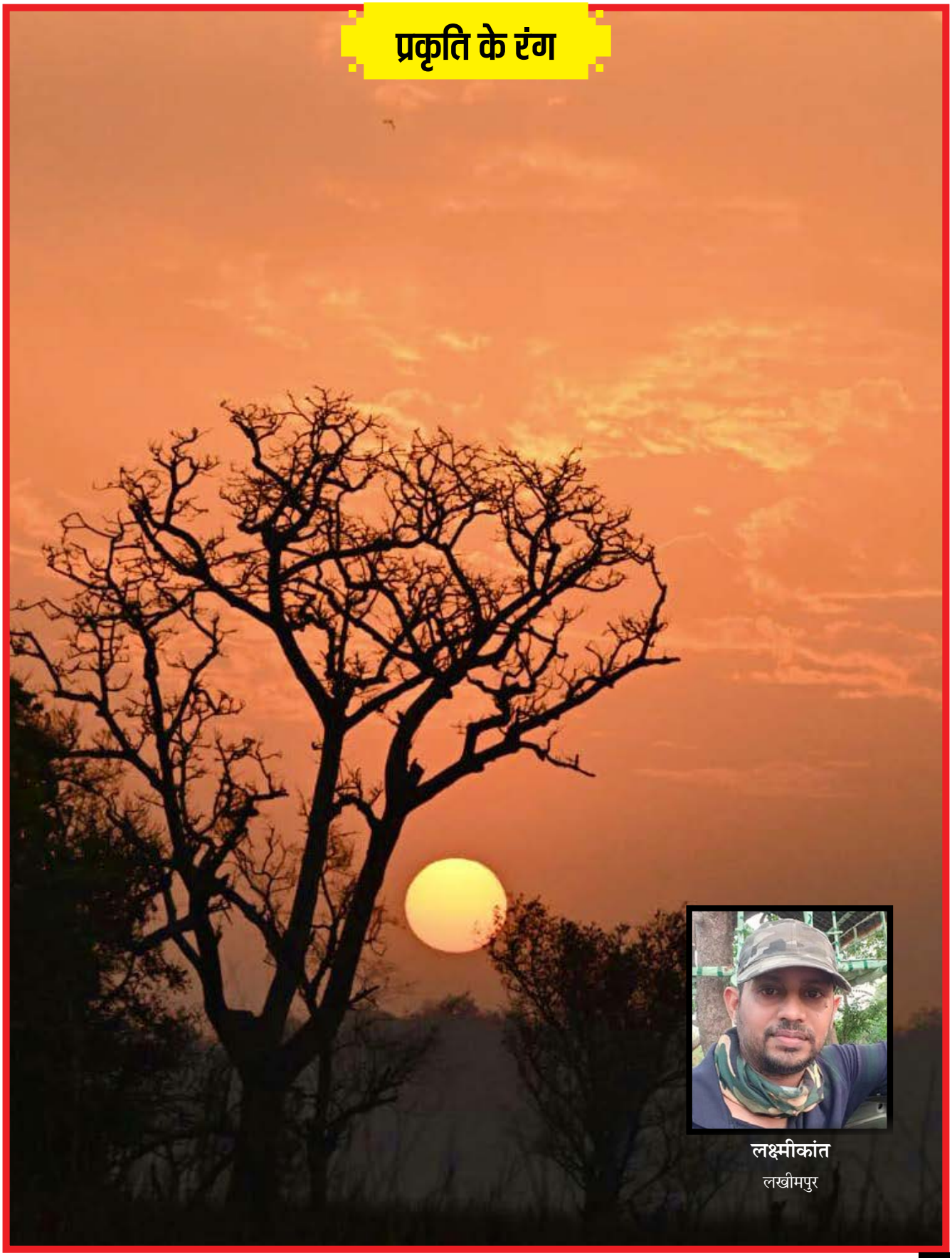
- बृजेश कुमार मिश्रा

सिंहपर्णी

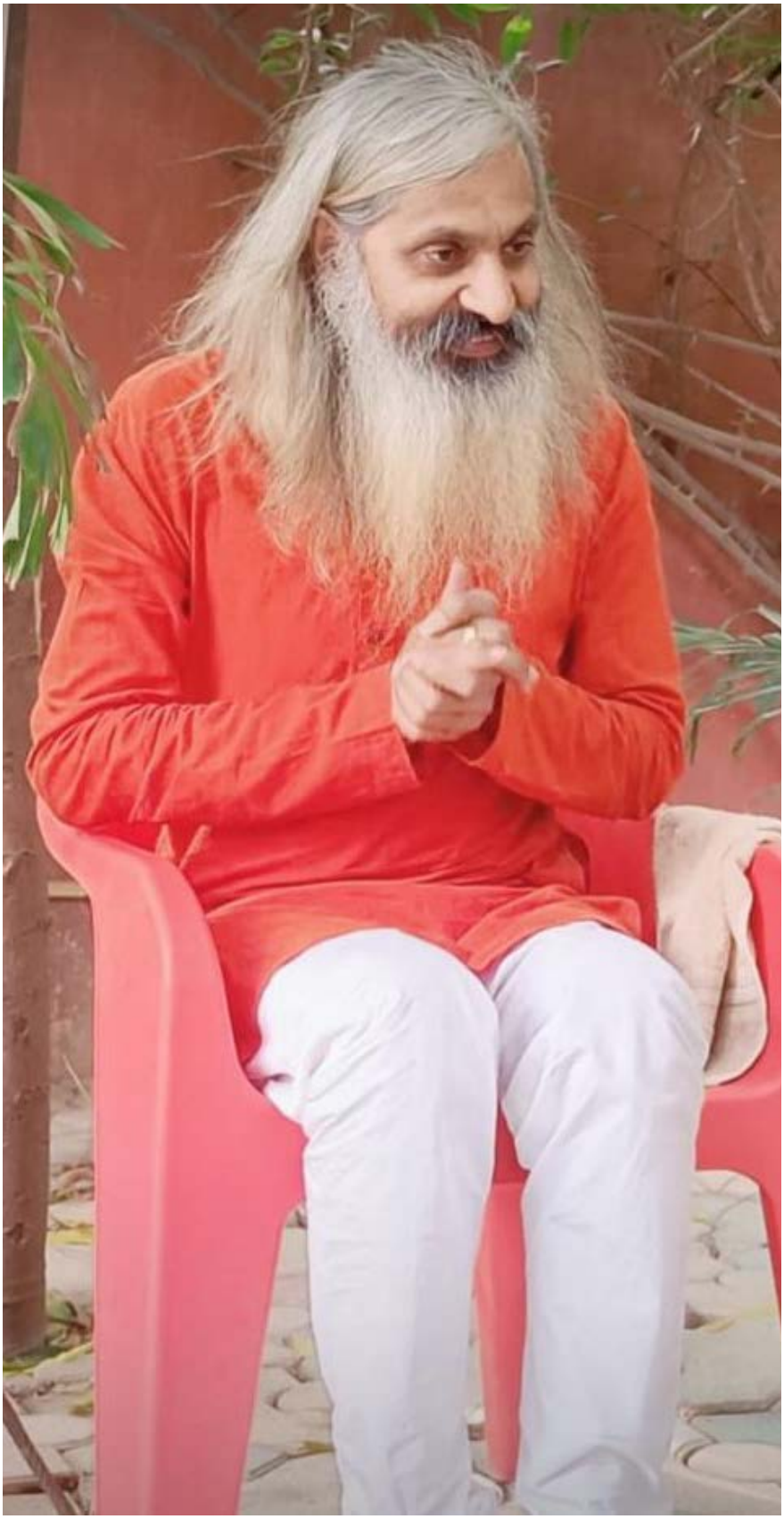
प्रकृतिमेल डेस्क

- प्रकृति के विविध रंगो में न जाने कितनी विशेषतायें छिपी हुई हैं। हम अकसर रंग बिरंगे फूलों, हरे भरे वृक्षों को देखकर बस आनन्दित होते है। उनके अंदर प्रकृति द्वारा दिये गये अनमोल गुणों को नहीं जान पाते। यह तो हम सभी अभी तक समझ चुके है कि प्रकृति में जो कुछ है उसका कोई न कोई प्रयोजन होता है। यदि एक तिनका भी कहीं पर है तो वह कोई न कोई औचित्य लिए होगा। आज हम बात करेंगे सिंहपर्णी जिसको डेंडीलीओन भी कहते है। पीले रंग के पुष्प वाला यह पौधा दिखने में जितना सुन्दर है उतना ही लाभकारी भी है। इसके औषधिये गुण कई प्रकार की बिमारियों को ठीक करने मे लाभदायक होते है। सिंहपर्णी के पुष्प, पत्ते और जड़े सभी लाभ देते है। इसमें विटामिन ए, सी, डी, बी कॉम्प्लेक्स पाये जाते है। इसमें हमारे शरीर के लिए आवश्यक लोहा, कैलिशयम, पोटेशियम आदि पदार्थ मौजूद रहते हैं।
- इसकी जड़ो से लिवर टॉनिक बनाई जाती है। लिवर संबंधी विकारो में यह बेहद लाभदायक होती है। यह बाइल जूसों को सक्रिय करती है। जिससे हमारा पाचनतंत्र दुरुस्त रहता है। त्वचा के लिए यह बहुत लाभकारी होता है। दाद, खुजली आदि परेशानियों में भी यह बहुत लाभकारी है। यह त्वचा को पोषण देकर निखार लाता है। सिंहपर्णी एक प्राकृतिक एंटी-ऑक्सीडेंट है। यह हमारे शरीर से दूषित पदार्थों को बाहर निकालने में मदद करता है। जिससे यह हमें फंगल इंफेक्शन आदि से बचाता है। शोध बताते है कि इसमें कैंसर से लड़ने की क्षमता है।
- यह शरीर की सूजन और जलन को कम करता है। इसकी जड़ो के इस्तेमाल से किडनी स्वस्थ रहती है। सिंहपर्णी का प्रमुख उपयोग मधुमेह को ठीक करने में किया जाता है। यह इन्सुलिन के बनने में मदद करती है। यह रक्तचाप को नियत्रित रखता है। साथ ही यह हड्डियों को मजबूत करता है। औषधियें गुणों से भरपूर और आकर्षक पौधा सभी की बागवानी का हिस्सा बनना चाहिए।

प्रकृति के रंग

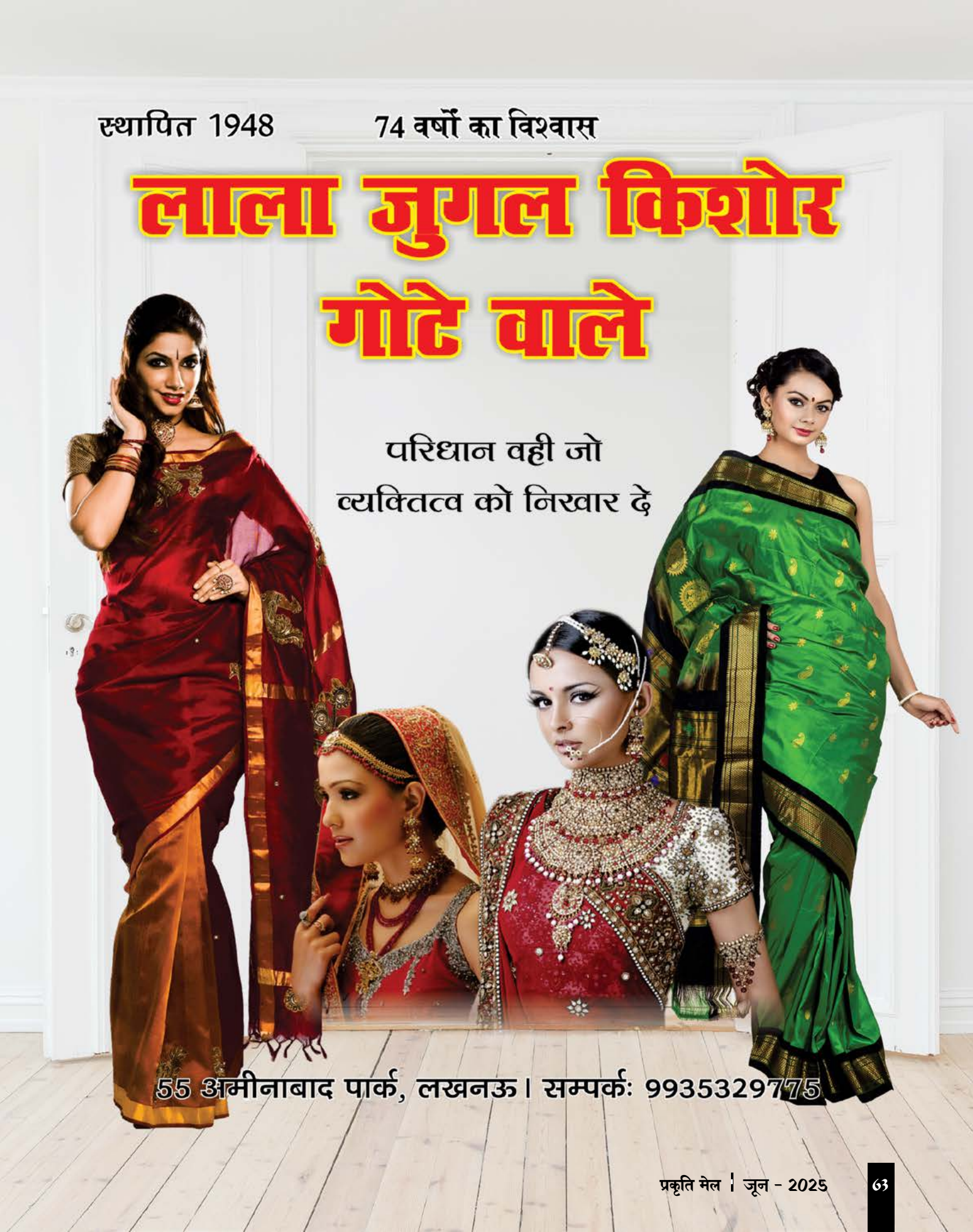


लक्ष्मीकांत
लखीमपुर



“ प्रकृति सिर्फ एक आनंद है जो दो अवस्थाओं को सक्रिय ही तभी करती है जब निर्माण करना होता है जो स्वभाव बनकर अपनी क्रिया पूर्ण करती है। संघर्ष तब शुरू होता है जब व्यक्ति अपने स्वभाव के विपरीत गतिमान होता है वार्ना प्रकृति की हर एक अवस्था स्वभाव बनकर आनंद लेती 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.।