RNI No. UPHIN/2011/40224

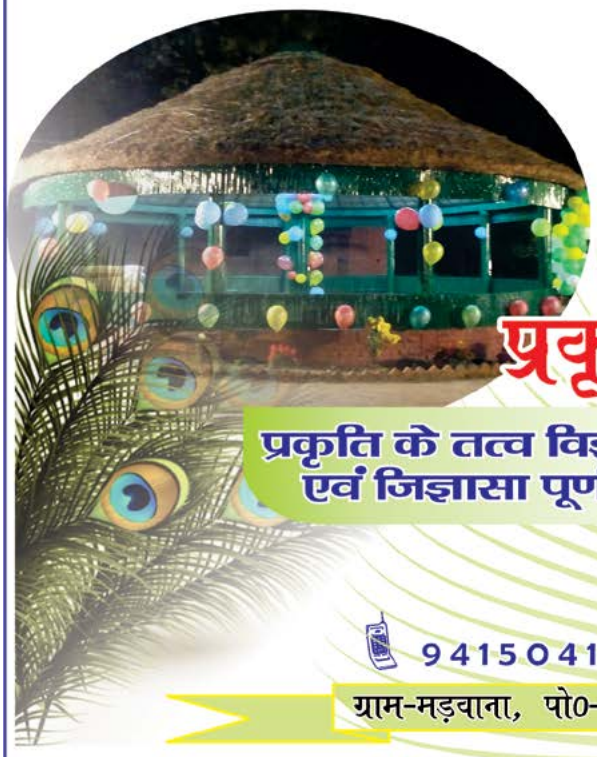
पंजीकृत सं.-ए स.ए स.पी./ए ल.डब्लू./ए न.पी-341/2021-2023

हिन्दी मासिक पत्रिका
अगस्त - 2023
मूल्यः 20/- रुपये मात्र

# प्रकृति मेल

## जीवन में उत्पन्न प्रकाश के हल का बीज गणितीय सूत्र

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



# प्रकृति आश्रम

प्रकृति के तत्व विज्ञान, जीवन के मूल रहस्य
एवं जिज्ञासा पूर्ण करने की प्रकृति स्थली

'अशोक मानव'

9415041794, 9807636072

ग्राम-मड़वाना, पो0-रघुनाथपुर, निकट सैदापुर, लखनऊ।

# कोमल

## बिल्डिंग मैटेरियल

सत्य प्रकाश मिश्रा (राहुल मिश्रा)

बिक्रेता • बालू • मौरंग • सीमेंन्ट • गिट्टी

मछली शहर, जौनपुर

मो0 9792512188

# प्रकृति मेल

**हिन्दी मासिक पत्रिका**

वर्षः13 अंक : 2 | अगस्त -2023

संरक्षक
डा० 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 प्रदीप, गौरव पंत, अभिषेक पंत, हेमंत पाण्डेय, प्रशांत द्विवेदी, सुमनलता यादव, मानवेन्द्र त्रिपाठी, अक्षय कुमार, 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।

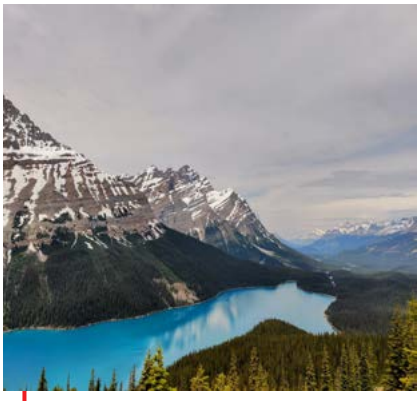


प्रकाशक, मुद्रक एवं स्वामी अशोक मानव द्वारा सूर्या प्रिंटिंग प्रेस एण्ड पब्लिकेशन, खसरा संख्या 872, ग्राम मड़वाना, जनपद–लखनऊ, उ. प्र. पिन-226104 से मुद्रित कराकर सूर्या आश्रम, मानव नगर, कल्याणपुर, लखनऊ, उ. प्र. से प्रकाशित किया।

**संपादक – अशोक मानव**

Website : www.prakritimail.com
Email : info@prakritimail.com
editor.prakritimail@gmail.com


## अंदर के पन्नों पर




P 10 प्रकृति एक अज्ञेय अवस्था

P 13 व्यक्तिगत परम - सजीवता की व्यंग्यात्मक विकल्प प्रणाली

P 20 प्रकाश तृप्त आजाद अवस्था है

P 24 स्व से स्व की यात्रा

P 24 फिर वही अपना शहर!

P 36 नारी एक-दायित्व अनेक, पर ठोस सशक्तिकरण बाकी...

P 38 चंद्रयान 3 चंद्रमा की ओर

P 44 'सरयूल सर' की रोमांचकारी हसीन यात्रा

P 54 सच्ची उन्नती

P 60 कनेर



P 32 प्रकृति विज्ञान


### जीवन में उत्पन्न प्रकाश के हल का बीज गणितीय सूत्र

'एहसास करने की सक्रीयता अपने निर्माण का इंधन जोड़ते हुए अपने बीजत्व का निर्माण स्वारासयन से करते हुए अपने भूगोल का निर्माण कर स्व यात्रा को पूर्ण करता है।'

# शब्द

अशोक मानव

## शब्द - 'श'-शरीर, 'व्व-व्यंजन', 'द'-दम, दया, दर्द ।

अर्थात शरीर के व्यंजन का दम, दया, दर्द । शरीर में जाने वाले व्यंजन से तैयार होने वाली ऊर्जा जो शब्दों में दम बढ़ाने, दया पैदा करने और दर्द बढ़ाने की क्रिया करती है। प्रकृति अर्थो में शरीर में बनने वाली ऊर्जा(प्रवृत्ति) का विकास करके शब्दों में व्यक्त होती है। वैज्ञानिक परिभाषा में जीव के क्रमिक विकास से पैदा होने वाला भाव शब्दों में प्रस्फुटित होता है। सामाजिक अर्थों में शब्द अपनी इच्छा को दूसरों तक पहुंचाने की क्रिया है। शब्द प्रवृत्ति की वह गंध है जो स्वतः व्यक्त हो जाती है। शरीर द्वारा खाए गए पदार्थ से बनने वाली प्रवृत्ति के अनुसार गंध का निर्माण करती है जो शब्दों में व्यक्त होती है। यह ऊर्जा सभी जीव बनाते हैं। जो अपनी भाषा में व्यक्त करते हैं। जो जीव शब्द में नहीं व्यक्त कर पाते हैं वह गंध के रूप में अपनी प्रवृत्ति की ऊर्जा फैलाते हैं। मानव अपनी प्रवृत्ति की उर्जा अनेकों भाषा में, शब्द रूप में व्यक्त करता है। जो भाषा मानव नहीं जानता है उसका प्रभाव कम पड़ता है, पर भाव की गंध प्रभावित करती है। जो भाषा मानव जानता है उसका गहरा प्रभाव पड़ता है। मानव जिस शब्द का अर्थ जानता है उसे स्वीकार कर लेता है। जिस कारण शब्द का गंध रूप उसके शरीर में श्वसन क्रिया के माध्यम से पहुंच जाता है। जो शरीर के अंदर रासायनिक क्रिया करने लगता है। उसी से संबंधित विचार बनने लगते हैं जो उसकी प्रवृत्ति को प्रभावित करके उसी गुण को बनाने लगते हैं। यदि भाषा व्यक्ति ना जान रहा हो तो शब्द का अर्थ नहीं पता होता है तो व्यक्ति उसे स्वीकार नहीं करता है। जो हवा होने के कारण हवा में उड़ जाता है।

**शत बल का स्वदर्पणीय एहसासी अभिव्यक्ति 'शब्द' है।**

शब्द मानव जीवन के लिए एक महत्वपूर्ण विषय है। इसी से मानव जीवन प्रभावित होकर अपना बनाता है। शब्द ही मानव के जीवन में 'दम' बढ़ाते हैं। शब्द से मानव के अंदर 'दया' पैदा होती है और शब्द से ही मानव जीवन के अंदर 'दर्द' पैदा होता है। शब्द ही हारे व्यक्ति का जीने का सहारा बन जाता है। शब्द से ही व्यक्ति निराशा पूर्ण जीवन जीने लगता है। शब्द मानव जीवन में महत्वपूर्ण स्थान रखते हैं। शब्द के बाण मानव जीवन में अपने प्रभाव छोड़ देते हैं। जो मानव जीवन के शरीर में रासायनिक क्रिया के माध्यम से प्रभावित करने लगते हैं। जिसके प्रभाव से व्यक्ति का बदलाव हो जाता है। अच्छे शब्द जीवन

को सही दिशा में ले जाते हैं जो उत्साह बढ़ा कर जीवन को सुगंधित कर देते हैं। यह सुगंध प्रकृति में निकलकर खुशियां फैलाने लगती है जो स्वशन क्रिया के माध्यम से दूसरों के अंदर भी जाती है। जिसके शब्द होते हैं उसके अंदर भी यह सुगंध होती है। इसलिए उत्साह बढ़ाने वाले शब्द को ही व्यक्त करना चाहिए। निराशाजनक शब्द दुख बढ़ाने का काम करते हैं। जो व्यक्ति को कमजोर करने की क्रिया करते हैं। आपसी संबंधों में ज्यादातर इस तरह की बातें देखने को मिलती हैं। जो ऐसे शब्द व्यक्त करते हैं उसके ऊपर भी इसका प्रभाव पड़ता है। ऐसा करने से समाज में निराशाजनक प्रदूषण फैलता है। जो दर्द और बीमारी का कारण बनता है। पर जैसी जिसकी प्रवृत्ति होगी उसे शब्दों में ही व्यक्त करेगा। चालाकी पूर्ण शब्द मानव में ही पाया जाता है। अन्य जीव अपनी प्रवृत्ति को ही व्यक्त करते हैं। जब तक सुगंधित समाज की स्थापना नहीं हो पा रही है तब तक मानव को शब्दों के बाण से बचने के लिए उसकी वैज्ञानिकता जानकर इससे बचने की कला का प्रयोग करना चाहिए ।

शब्द में एक आकृति होती है जो प्रवृत्ति की गंध की स्याही से रेखांकित होती है। इसका स्वरूप सूक्ष्म होता है जो सामान्य नजर से नहीं बल्कि तीसरी नजरों से देखा जा सकता है । जब व्यक्ति बोलता है तो शब्द आकृति बनाकर निकलता है जो व्यक्ति इसे ध्यान से सुनता है उसके कान के परदे से टकराकर उसकी आकृति के गंध को नसों के माध्यम से शरीर के अंदर अपने गुणों की गंध को फैला देता है। जो शरीर के अंदर की तंत्र क्रिया में अपने गुणात्मक गंध से रासायनिक क्रिया करके उस गुण के जीवाणु को बनाने लगता है। जिससे प्रभावित होकर व्यक्ति उसी तरह का विचार बनाने लगता है। जिससे उसके अंदर भावनात्मक परिवर्तन होने लगता है जो उसकी प्रवृत्ति को बदल देता है। पर जब व्यक्ति बात को ध्यान से नहीं सुनता है या उस भाषा के शब्द का अर्थ नहीं जानता है तो उसके ऊपर उसका प्रभाव नहीं पड़ता है। लेकिन जब वह उसका अर्थ जानता है तो प्रभावित होता है। ऐसे समय में जो उत्साह बढ़ाने वाले शब्द या ज्ञान पूर्ण शब्द हों तो उन्हें अपनी इच्छा से स्वीकार करें। अन्यथा इच्छाशक्ति से उसे अस्वीकार कर दिया जाता है। तब शरीर के अंदर ऐसे जीवाणु बनने लगते हैं जो उसकी गंध को सक्रिय होने से पूर्व गर्म सांसों के माध्यम से गंध को गर्म करके हल्का बना देते हैं जो गर्म सांस के साथ बाहर निकल जाता है और व्यक्ति उस शब्द से प्रभावित नहीं हो पाता है। शब्द एक प्रभावशाली अभिव्यक्ति है। इसलिए खुद अच्छे शब्दों का प्रयोग करें और दूसरे द्वारा बोले गए अच्छे शब्दों को स्वीकार करें। निराशा बनाने वाले या अपशब्द को अस्वीकार करके अपनी इच्छाशक्ति से खंडित कर दें। ऐसा करने से आप शब्दों की मार से बच सकते हैं ।

# पाठकनामा

आदरणीय

संपादक जी प्रणाम

आज हर तरफ परिवर्तन के संकेत मिलने व दिखने लगे हैं , मानव को ये आभास होने लगा है कि उसने प्रकृति को जितनी हानि पहुचायी है उसका परिणाम अकल्पनीय होने वाला है महोदय आपकी पत्रिका को पढ़ते रहने के कारण इन सब बातों से अचम्भा या भय का भाव नही बनता प्रकृति मेल के निरंतर मार्गदर्शन से जीवन में शांति एवं सहजता बन गई है मन धीरे धीरे स्वतंत्रा का एहसास करने लगा है सकारात्मकता में कैसे रहा जाए यह भी संयम बनने लगा है अब मन में प्रश्न बहुत ही कम बनते हैं

राजेश कुमार

सभी पाठकगण से अनुरोध है कि आप अपने विचार अपने लेख हमें निम्न पते पर भेज सकते हैं–
**A**/18 ब्रह्मपुरी, निकट जुगौली रेलवे क्रॉसिंग, रविन्द्र पल्ली फैजाबाद रोड, लखनऊ–226016
आप हमें अपने विचार निम्न ई–मेल पर भेज सकते हैं
**info@prakritimail.com / editor.prakritimail@gmail.com**
**Contact**: 980 7636 072, 737 649 5194

*वैज्ञानिकों ने आशंका जाहिर की है कि पर्यावरण और प्रकृति अब साथ छोड़ रही है।*

**अनिल प्रकाश जोशी**

*ब्रिटेन में यह समझ बढ़ रही है कि यूरोपीय संघ से बाहर निकलने का देश का फैसला एक बड़ी गलती थी।*

**मिशेल गोल्डबर्ग**

*रोपे गए पौधे या तो जंगल की आग में जल गए या उनकी रक्षा की जिम्मेदारी किसी को नहीं सौंपी गई।*

**सुरेश भाई**

*कोहली का लंबा कॅरियर और उपलब्धियां पर्दे के पीछे के बलिदान और कड़ी मेहनत का परिणाम है।*

**राहुल द्रविड़**

*भारत को इस पर अडिग रहना चाहिए कि संप्रभुता और क्षेत्रीय अखंडता से जुड़े उसके कानूनों का हर हाल में पालन किया जाना चाहिए।*

**विवेक काटजू**

*यह अटल सफर हमेशा के लिए यादगार रहेगा।*

**पंकज त्रिपाठी**

सामाजिक ढांचा
कहना कुछ भी शेष है ?

# प्रकृति स्वचलित निर्माणक

**गौरव पंत**

प्रकृति में हर निर्माण स्वचलित अवस्था से होता है। सब कुछ हर पल स्वचलित है जो निरंतर हर अवस्था का एहसास कराती है।प्रकृति में हर अवस्था एक बंद लिफाफे की तरह है जो उसी समय हमें ज्ञात होती है जब उसकी हमें आवश्यकता होती है। प्रकृति की स्वचलित प्रणाली में किसी भी प्रकार का हस्तक्षेप संभव नहीं है। मानव को छोड़कर प्रकृति के अन्य जीव इस स्वचलित प्रणाली का एहसास करते हैं। मानव प्रकृति की इस स्वचलित प्रणाली को दरकिनार किए हुए है। जबकि हर अवस्था प्रकृति की स्वचलित प्रणाली से ही अग्रसर है। प्रकृति की स्वचलित प्रणाली इतनी सूक्ष्मता से क्रियाशील है कि इसका पूर्वानुमान असंभव है। हर अवस्था एक रासायनिकता के अनुसार स्वचलित है। किसी भी प्रणाली में किसी दूसरे का हस्तक्षेप हो ही नहीं सकता। क्योंकि स्वचलित का मतलब होता है [स्व चरण का लंकरीय ईंधन तत्व] जो स्वयं को गतिमान किए हुए हैं। मानव द्वारा निर्मित कृतिम स्वचलित प्रणाली भी एक कोड के निहित ही क्रियाशील है। हर किसी का अपना एक कोड है उसी से वह अपना कार्य करती रहती है।इसी प्रकार प्रकृति में हर अवस्था का एक कोड है। जिसकी जिसको आवश्यकता है उसी को उस कोड का एहसास होता है। अन्य किसी के लिए वह कोड निष्क्रिय होता है। उदाहरण स्वरूप मानव निर्मित जो भी स्वचलित प्रणाली है सब का एक मूल कोड है उसी से सब कुछ क्रियाशील है। प्रकृति की स्वचलित प्रणाली हर किसी को गतिमान किए हुए हैं। इसमें ना कुछ सही, ना कुछ गलत हर गुण अपना विस्तार स्वचलित प्रणाली से ही करता है।

*सब कुछ स्वचलित प्रणाली से गतिमान है।*
*ना कोई बदलने वाला किसी अवस्था में विद्यमान है।*
*अपनी रासायनिकता का परिचय हर कोई दे रहा।*
*ना ठहराव किसी को मिल रहा।*
*हर कोई अपनी गति में गतिमान है।*
*स्वचलित होना ही प्रकृति की एक सूक्ष्म पहचान है।*
*जिसका जैसा गुण वैसा ही बना रहा।*
*ना अच्छे बुरे की परिभाषा से किसी की पहचान है।*
*अशोक हो जाना ही प्रकृति में स्व स्थान है।*
*स्वचलित ही प्रकृति में गुण विद्यमान है।*

# प्रकृति एक अज्ञेय अवस्था

**प्रकृति पूर्णता है अज्ञेय है क्योंकि अगले ही पल किस अवस्था में क्या रासायनिक परिवर्तन हो रहा यह जान पाना असंभव है और जो हम समझते हैं कि हम जान रहे वास्तव में हमने जिसे जाना वह है ही नहीं और जिसने जाना वह भी नहीं रहा प्रतिक्षण परिवर्तन हो रहा क्योंकि जो जान आ गया वह भूत हो गया और जिसके जाने की संभावना है वह अभी भविष्य के गर्भ में बंद है और जिसे हम वर्तमान कहते हैं यह तो कुछ होता ही नहीं क्योंकि वर्तमान कोई ठहरी हुई अवस्था नहीं कि जिसे हम व्यक्त कर सकें।**

कामेश

अज्ञेय का वैसे तो शाब्दिक अर्थ है, जो जाना न जा सके। परंतु वास्तव में यदि सूक्ष्म दृष्टिकोण से विचार किया जाए तो संसार में कोई भी अवस्था ऐसी नहीं होती जिसे कोई जान सके सब कुछ प्रकृति के बंद लिफाफे में अपनी अवस्था के मूल रूप में विद्यमान होती है और समय के अनुसार अपना अस्तित्व प्रकृति में प्रस्फुटित करती है हम जिन अवस्थाओं की खोज करते हैं और उसे अपनी उपलब्धि मान कर अत्यंत सुख अनुभूत करते हैं और फूले नहीं समाते वास्तव में वह अवस्था हमारी खोज कर परिणाम होती ही नहीं बल्कि प्रकृति जिस अवस्था को प्रत्यक्ष करना चाहती है उसके लिए इस प्रकार की स्थितियां पैदा कर देती है कि हर इंसान उस दिशा में ऐसी किसी चीज के होने का आभास करने लगता है और बस वहीं से उसकी खोज की यात्रा प्रारंभ हो जाती है और जैसे-जैसे वह अवस्था परिपक्व होती जाती है वैसे वैसे इंसान की खोज पूरी होती जाती है और वह उस अवस्था की खोज कर

पाने में सफल होता है कहने का तात्पर्य है कि यदि कोई अवस्था ऐसी है किसी के खोजने मात्र से मिल पाने वाली होती है तो इंसान सब कुछ अपने समझता है देख पाता उसे खोजने की आवश्यकता ही नहीं पड़ती जिस प्रकार से धरती के नीचे अनेक पौधों के बीच सुरक्षित पड़े होते हैं और अनुकूल मौसम में स्वेटर प्रस्तुत हो जाते हैं उसी प्रकार प्रकृति हर अवस्था बीज रूप में विद्यमान होती है वह किसी के खोजने या आविष्कार करने का इंतजार नहीं करती बल्कि उसके अनुकूल स्थिति आने पर वह किसी न किसी कारण बस किसी भी माध्यम से अपने अस्तित्व में अवश्य उभर कर सामने आ ही जाएगी जब हम किसी वैज्ञानिक की चर्चा करते हैं कि उन्होंने इस अवस्था की खोज किया तो हमें लगता है कि उन्होंने खोजा या बनाया परंतु वास्तविकता यह है कि उन्होंने बस उस अवस्था को एक नाम दिया है जबकि वह अवस्था नाम ना होने के पहले भी अपना काम कर रही थी और नाम देने के बाद भी वह वही काम करेगी मात्र नाम दे देने से किसी की कार्यप्रणाली में कोई परिवर्तन होने वाला नहीं है किसी अवस्था पर वैज्ञानिक सूत्र लिख देने से उसके गुणों पर कोई प्रभाव पड़ने वाला नहीं उदाहरण के लिए पानी का सूत्र बस लिख दिया गया वास्तव में प्यास से पानी के सूत्र का कोई लेना देना नहीं यह भी नहीं कि एक पानी का सूत्र न जानने वाला पानी पिएगा तो प्यास नहीं बुझी गी या जो सूत्र जानेगा उसी की प्यास बुझेगी गुरुत्वाकर्षण नाम के लिए सक्रिय नहीं जब लोग गुरुत्वाकर्षण नहीं जानते थे तब भी प्रतीत में गुरुत्वाकर्षण कार्य करता था और आगे भी सदियों तक न जानते हो तो भी कार्यकर्ता ही रहता हमने दस नाम दे दिया और हम इंसान उस नामकरण करने वालों की यह सदा था गाने में लगे हुए हैं कि बहुत बड़ा काम कर दिया इस नाम की खोज कर लिए वास्तव में यदि देखा जाए तो इंसान आज तक कुछ भी बना नहीं सका क्योंकि बनाना वह है जो विद्यमान ही ना हो हम तो बस कुछ पदार्थों को इकट्ठा करके एक साथ मिलाते हैं फिर उसे एक नाम देते हैं फिर यह सोचते हैं बहुत बड़ी उपलब्धि प्राप्त कर लिया गया यह सब जो संसार में खोज चल रही जिसे विज्ञान की बड़ी से बड़ी उपलब्धियां मानी जा रही वास्तव में यह सब कुछ प्रकृति के विराट अस्तित्व के समक्ष किसी गणना में आती ही नहीं हां बल्कि ऐसा करते-करते मनुष्य अपने ही अस्तित्व को और जल्दी पूरा करने की व्यवस्था करने में लग गया।

प्रकृति पूर्णता है अज्ञेय है क्योंकि अगले ही पल किस अवस्था में क्या रासायनिक परिवर्तन हो रहा यह जान पाना असंभव है और जो हम समझते हैं कि हम जान रहे वास्तव में हमने जिसे जाना वह है ही नहीं और जिसने जाना वह भी नहीं रहा प्रतिक्षण परिवर्तन हो रहा क्योंकि जो जान आ गया वह भूत हो गया और जिसके जाने की संभावना है वह अभी भविष्य के गर्भ में बंद है और जिसे हम वर्तमान कहते हैं यह तो कुछ होता ही नहीं क्योंकि वर्तमान कोई ठहरी हुई अवस्था नहीं कि जिसे हम व्यक्त कर सकें जिसे हम वर्तमान की संज्ञा देते हैं वह तो भूत और भविष्य की परिवर्तन का वह पेड़ है जिसमें भविष्य अपने को अतीत बनाने की प्रक्रिया में लगा हुआ है और जब कोई भी अवस्था परिवर्तन की प्रक्रिया में होता है तब उसे कुछ भी नाम देना गलत साबित होगा क्योंकि वह अभी प्रक्रिया से गुजर रहा है उदाहरण के रूप में हम कह सकते हैं कि यदि कोई पानी में स्नान करने के लिए पानी में जाए तो तब तक वह नहाया हुआ नहीं होता जब तक कि पानी में पूर्णता भीगना गया हो और जब वह पूर्णता भीगता है तब वह नहा चुका होता है अर्थात नहाने और ना नहाने के बीच का फासला ही है जिसे हम वर्तमान समझते हैं परंतु यह एक क्षण पहले जो न नहाने की संख्या थी वही संख्या तक क्षण परिवर्तित हो चुकी और जग किस प्रकार से संज्ञा परिवर्तन क्षण भर भी बिना रुके हुए निरंतर हो रही हो तो भला किस अवस्था को हम कह सकते हैं कि इसे हमने जान लिया भला कोई क्या जाना और क्या हो गया।

इस प्रकृति में जो कुछ भी हम देख रहे सुन रहे समझ रहे यह सब कुछ हमारे अंतर्मन में चलने वाली हमारी धारणाओं से बनने वाली चलचित्र जैसे ही है क्योंकि हर अवस्था को हर कोई अपने अनुसार परिभाषित करता है इसका अर्थ है जिस अवस्था में हम जो देख रहे वह अवस्था दूसरे के लिए मिथ्या है झूठा है, और जो दूसरों के लिए सत्य है वह हमारे लिए झूठ है। जैसा कि हम सभी देखते हैं कि यदि किसी भीड़ में कोई घटना होती है तो उस एक ही घटना को जितने लोग बताते हैं उतनी बातें उसने तरीके उसने ही तर्क सब कुछ अलग हो जाता है जो अवस्था एक व्यक्ति के लिए उपलब्धि होती है वही दूसरे की नाकामी भी होती है उदाहरण के तौर पर हम देख सकते हैं कि जब पृथ्वी के एक हिस्से पर दिन होता है तो दूसरे हिस्से पर रात होती है कहीं एक तरफ सुबह हो रही तो कहीं शाम हो रही होगी अर्थात तपते हुए सूर्य की दुपहरी में भी यदि यह कह रहे कि अभी दिन है तो हम इस पृथ्वी के मात्र एक हिस्से के लिए सच बोल रहे बाकी तीन हफ्तों के लिए गलत साबित हो रहे और वह भी जिस क्षण हमने बोला कि यह वक्त हो रहा उसी क्षण वह वक्त जा चुका है अब तो हम जो छठ पहले सही बोलने जा ही रहे थे कि बोल नहीं पाए और बोलते बोलते मीठा बोले गलत बोले क्योंकि जो देखा महसूस किया मन में विचार आया कि यह कहना उचित होगा बस वह उसी क्षण बदल गया अब उसके बाद जो भी बोला जाएगा वह वह हो ही नहीं सकता जो कि था अर्थात जिसे हम ज्ञात समझ रहे थे वह तो था ही नहीं और ना ही आगे होगा अनवरत यही प्रक्रिया चलती रहेगी और हम हर बार एक नई अवस्था में बदल रहे होंगे जिसे हम कभी भी जान ही नहीं सकते क्योंकि वास्तव में प्रकृति अज्ञेय है जो कभी जानी नहीं जा सकती।

# व्यक्तिगत परम - सजीवता की व्यंग्यात्मक विकल्प प्रणाली

अभिषेक पंत

**'ब्रह्मांड में ना कभी प्रदूषण था ना कभी रहेगा। समस्त तापमान वृत्ति की सूर्य भावना ही प्रवृत्ति अनुसार पदार्थ जीव को निर्जीवता से जोड़ती गई। जिसमें जिसका जैसा स्वभाव था उसने वैसा उबाल बनाया एवं उसी उबाल ने जब तापमान की भी समस्त सीमाएं पार कीं, तब जिस गति में पदार्थ मंथन आरंभ हो गया, उस मंथन की नियंत्रित सीमा चक्र परिधि सारथी रासायनिकता में स्वतः, 'परम',महाकाल रूप में सक्रिय हो गए।**

आदर्शवादी सुलोचना वंशज दामिनी दमन अंधकार यशस्वी पारा त्रय मुद्रा वितरक प्राणवायु स्तम्भासीन उदयमान विक्रय परत ध्वनि विस्फोटक छिद्रणलीन जलवायु धारा प्रदूषण बनाने वाले इसी मानक निद्रा पराकक्षित आभास में विलुप्त होते चले गए, जिसमें केंद्रित रक्त धाराओं का पीड़ादाई संबंध वादी सामाजिक परिहास का भोजन कर शूललीन भार पोषक आकाशगंगा मानचित्र बनता चला गया। अपितु परिभाषा से परे, अतिशक्ति दाई जन श्रोता वक्तव्य चिन्हित पराग वार्षिक जीव निधि से परे, मातृत्व शिला अधिकारी जड़ आयोग से परे, पराशक्ति का मूल धारा वेग ही विकास निर्माण की एकमात्र मानता है, जो स्वयं में एक निर्गन्धीय गति तापमान चालक पदार्थ स्तूपियता का सारथी प्रवाह है। प्रकृति की सम विषम धाराएं अति योगिक कल्पना से परे, अपनी आत्मीयता जडत्वता का भी विखंडन, उसी मृदा चालक विषयों से करती हैं, जहां से न्यूनतम छवि प्रकाश की मूल इच्छा का ईंधन गतिमान विकास को स्थिर करता है। अर्थात पराकक्षित पारा कोष की विविधता का जन्मांतरण संधि विच्छेद नहीं किया जा सकता अपितु मूल इकाइयों की धाराओं का तापमान आकार बीज़ जलवायु मूल एहसास क्रमित किया जा सकता है। मानव रूपी प्राणी मूल सजीव धातु धारक यंत्रों की प्रेरणा का मंत्रणा ध्वनि विषय ही गुप्त धाराओं से परे, मात्र आकार आविष्कार की विशुद्धता में केंद्र रहा, जिसमें मानव को सदैव यही प्रतीत हुआ कि परम की आसक्ति भी उसी के आकार की राधिका है, जिसमें मानव ही एकमात्र फल विभूति करण का छायाचित्रत वेशभूषा धारा कण मानक है। अपितु परा ब्रह्मांडीय स्वभाव की पदार्थ शैली एवं ब्रह्मांडीय पदार्थ की रासायनिक आयु, दोनों, एक ही मूल शक्ति की धारा से विकसित गतिमान होती हैं। अर्थात वायु विकल्पों की जीव निर्जीव मृदा धनराशि ही अनिवार्य पाराक्रमित गंधीय वर्णों की स्वतंत्र पात्र यात्रा होती है। जिसमें यंत्रात्मक क्षेत्रीय पारा धारा जीवन आयु भी उसी पराशक्ति से गर्भित होती है, जहां से निर्जीवता की रासायनिक राशि आवंटित होती है।

परम अर्थात पराशक्ति का रासायनिक मन, अर्थात परत की रश्मि को मृदा मानक सारथी का वेगीय चरण बना देने वाला अति सूक्ष्म

ध्वनि कोष। अतिरिक्त की पोशाक पहनकर स्वामित्व की छाया का गुणगान करना ही जीव प्राणी को सूर्य मंडल का धनाढ्य कर्मी होना लगा। अपितु छाया की विशेषता तो स्वभाव की आकृति होती है, तो स्वतः ही गंध प्रस्फुटन में उसी पटल सक्षमता को धारित करती है, जिसमें स्वतंत्र प्रवृत्ति गतिमान होती है। विविध प्रकार के सूक्ष्म जीवों की छाया केंद्रित होती है, इसीलिए उनका सर्वेक्षण कर पाना भी विद्युत ऊर्जा के संपर्क में आने जैसा होता है। जिस प्रकार वर्गीकरण की तीव्रता भी धनुरता पर्यायक सूर्य न्यूनतम वरीयता की धनि होती है, उसी प्रकार ब्रह्मांडीय मंडल की स्वभावी सूक्षमता भी अपनी कक्षा छाया पर्यायक परिधि में अतिसूक्ष्मता की ओर अग्रसर होती है। आवंटित गंध पारा परा मानकों की विद्युत ज्योति भी लक्ष्यांकित धारा के प्रवाही चरणों में ही अपनी एहसास वृत्ति को वरीयता देकर विकास की संपन्नता को सक्षम तत्व धुरी का चुंबकीय इकाई क्रम बनाती है। जिसमें परा ब्रह्मांडय वातानुकूलन की ऊर्जा धमनिया गंध भाव की ध्वनित इकाइयों के रूप में विद्यमान होती हैं। विकल्पों की प्रकृति ही पद्धति रूढ़ आत्मीयता को घनिष्ठता में आकर्षित कर, जीवंत मुद्रा यान चाप रिधिमा परिलक्षित तंत्र को बनाती तो है अपितु व्यूहवादी संरचनाओं का महाआयताकारी प्राण मंडल भी उसी अनिवार्य सक्षमता को धारित कर पाता है, जहां से निधि विशेषता की चरम सीमा का आवृत्ति प्रकार ब्रह्मांडीय गंध अणु चुंबकीयता में लिप्त होता है। अर्थात वशीकरण से परे आधुनिकता की मार्मिकता में भी प्रकृति ने जीव प्राणी का विद्युत ज्ञान मंडल उसकी नभ प्रति से विकसित किया, जिसमें आत्मा की क्षुधा ही अनिवार्य राधिका की माध्यम तुला बन गई। जहां से नीति नियति वादयन पूर्णिमा का कच्चा पक्का नीवखंड भी सजीवता कि भूमि में ही पका लिया गया। प्रकाश परिधि की गंध शून्यता तो अनिवार्य उर्जा की ध्वनि लावणता है, जिसमें नानान्तर टंकारी प्रस्फुटन की पारा वृद्धि ही सर्व ब्रह्मांडीय कृषि वर्क को अर्क नीति में शून्य करती जा रही है। अर्थात गणनात्मक तथ्यों की रचना नहीं है परम धारा, अवशेषों की स्वाधीनता का कमल रत्न नहीं है परमधारा, परम धारा तो स्वतंत्र ऊर्जा मानक गुणाकारी निर्गन्धीय निराकारी वृत्ति है। जिसमें ध्वनित पारा विस्फोटन की नीति ही जीव निर्जीव पदार्थ माला को गतिमान करती है। आवश्यकता की पूर्ति का कायाकल्प कर देने वाला जीव प्राणी अपने क्षुधा रत्न में को भी समझ नहीं पाया। जीव प्राणी को प्रतीत हुआ कि प्रकृति का भेद ही उसकी ऊर्जा तृष्णा को शांत करेगा, जबकि अंडे की निरंतर परतें तभी तक उसकी व्यवहारिक नीति के विकास को संरक्षित कर पाती हैं, जब तक वह भेदित नहीं होती, उसी प्रकार प्रत्येक अवस्था अनिवार्य बल तापमान की वृत्ति है, जिसमें गुणाकारी भाव की निर्गंधीयता ही प्रथम चुंबकत्व की रहस्यमई पारा छन्नी है, जिसे कभी भी भेदा नहीं जा सकता। मानव की रणनीति में कयास लगाए जाते हैं, कि, दिवस पूर्व की संजीवनी में वो दक्षिणोत्तरी तथास्तु वृहदता है, जो पश्चिमी तारों को भी आकाश मंडल का आभूषण बना दे। इसी आकर्षक लालिमा का अतीत भविष्य जानने की क्रियाओं में मानव ने अपनी रज धारा का विवेक ही बाधित कर दिया एवं संयमित वृद्धि का सूक्ष्म काल ही उसकी नेत्रा का बांध बन गया, जिसने इकाई प्रभुत्व की तृष्णा को ही निर्जीव इच्छा का चुंबक बना दिया।

कार्यरत योगिनी की सामर्थ्य पूर्ण स्वक्रांति अर्थ निंदनीय वेशभूषा की टीका टिप्पणी में धातु बल की मोहिनी को अग्रसर करती गई, जिसमें निदान पूर्ति की वाहक तृष्णा का पात्र काल ही जन्म जातीय धर्मात्मा परमात्मा वर्गीकरण को विभूषित करने लगा, जिसमें आकृति विशेष की ध्वनि प्रबलता ने ही स्वतंत्र मूल की मृदा जल वायु से उसी राधिका का गति चक्र सक्रिय करना आरंभ किया, जहां से नीति विशेष की ध्वनि रिक्तता भी निर्वात वात संतुलन को परिधि मूल गुणात्मकता का कारक बनाती गई। स्वशन रिद्धिमा की चक्षुता के एहसास में ही गैसीय ठोसता का परिवर्तन होता है, उसी प्रकार जैविक धारा की तापमान कृषि में ही भावनात्मक पूर्णता का स्व अंकुरण होता है।

जीव प्राणी का माध्यम काल वर्गीकरण भी अंतिम पटल की निर्गंधीयता में आ चुका है। जहां से निर्वात वात विद्युता की तत्व श्रेणियां, निर्जीवता कि सूक्ष्मता में लीन होती जा रही हैं। आनंद तो अनिवार्य आकृति नभासनी न्यायी द्रव्य उत्कर्ष का प्रथम तापमान है, जिसमें परिधि मूलता कि तत्व कृषि ही पदार्थ रासायनिकता कि कारक होती है। जहां से विद्यमान गैसीय रिक्तता भी द्रव्य अणु ठोसता में स्वभाव निरंतरता से परिवर्तित हो जाती है। आत्मा संलग्नक स्वाधीनता की परछाई पर ध्वनि बांध बनाने वाला जीव प्राणी व्यक्तिगत परम की करम श्रेणी में विश्वसनीय बांध का अनुयाई बनाना चाहता था' मानवों ने यह भी विचार नहीं किया कि जहां से उर्जा आती होगी यदि वह स्थान, या वह कल मंडल भी व्यक्तिगत तारों का विश्लेषण करेगा, तो उत्पत्ति की प्रवृत्ति परिवर्तित हो जाएगी, जिसकी मार्गीय तृष्णा पहले गतिमान होगी उसी की देशांतर नग्नता ठोस होती जाएगी एवं समय अंतराल पश्चात निर्जीवता भी सजीव हो जाएगी एवं विस्तार की बिंदु छाया भी एक मात्रा के बाद समाप्त हो जाएगी। लक्षणों का समावेश ही निदान की सूर्यता है। इसमें किसी भी बाहय बल की निधि का विकल्प प्रयोग अंकित नहीं किया जा सकता। निश्चितता तो पराधीनता की जननी है, किसी भी मात्रा नीति पदार्थ तत्व के प्रभाव को बाधित नहीं किया जा सकता' आधुनिकता तो सर्वमान्य स्वतंत्रता की स्वभावी सूक्ष्मता का परिधि मंडल है, जिसमें भौतिकता की रासायनिकता हि जीव निर्जीव जड़ों की बीज रश्मि को मृदालीन करती है। अर्थात बीजासनी भाव की सूक्ष्मता का मानक ही मृदा सूर्य की प्रकृति होती है। अर्थात आंतरिक बल ही पदार्थ मूल का तत्व सारथी होता है। अर्थात रासायनिक भूगोल भी स्वतंत्र गंधपारा मार्गीय यात्रा का

**'यदि परिभाषाओं की सीमाओं से परे प्रत्येक अवस्था को परिभाषित अंकन में चरित्राार्थ किया जाएगा, तो प्रकृति की घड़ी भी कम पड़ेगी एवं प्रत्येक अवस्था में विभिन्न परम की परिभाषाओं का उल्लेख होगा, अपितु इसी विभिन्नता को प्राणी मूल ने व्यक्तिगत परम की संज्ञा दी, जबकि विभिन्नता पदार्थ के गुण की है ना कि ऊर्जा के प्रवृत्ति काल की। अर्थात निर्माण को विकासशील करना एवं ब्रह्मांड को निर्माता प्राणवायु जलवायु पदार्थ मूल बनाना-यह दो आयाम-एक गुणी स्वतंत्रता के कण ध्यायी नहीं हो सकते। अपितु इसी स्वतंत्रता में निर्माण को ही विकास एवं विकास की सृजनांकिता को निर्माण की उत्पत्ति बना देना ही परम तत्व का मूलार्जनी प्रकृति अस्तित्व होता है'**

धनी होता है। फिर भी मानव समाज की अभिनायिका बनी उसकी भौतिक घड़ी ही, उसको मंत्रणा प्रतापी विकल्पों की जलवायु लगी जिसमें निद्रा अवशोषित आकृति जागृति का भ्रम बनाकर रासायनिक प्रयोग करने की तांत्रिकी को रस गणित कहा गया, जबकि रस गणित तो रासायनिक समय की स्वतंत्रता है जो अपने तरलतम स्वभाव की द्रव्य निधि को काल भाव की इच्छा प्रकाश नीति अनुसार गाढ़ा या पतला करती है। अंधकार प्रकाश का जनक हो सकता है अपितु प्रकाश अंधकार का जनक नहीं होता। इसी प्रकार जन्म मृत्यु स्वतंत्र प्रमेयको में स्वभाव की घड़ी हो सकती है अपितु पराधीनता की नमी से बनी जीव दिनचर्या की वैकल्पिक काया कभी जन्म मृत्यु की घड़ी नहीं हो सकती। परागमन की वैतरणी से उस आयु समाज की प्रगणता का तथ्य लोचनीय वृहिद सम्मान दर्शी गंधराज्य ही वांशिक स्वाधीनता का नमी पात्र बनाया करता था। जिसमे कृत्रिम सूर्यों का घर्षण वादी प्रकाश द्रव्य दर्पण की स्मृति को रस परत का गंध अणु बनाता था। इसी यात्रा वैकल्पिक गंध निधि को यात्री अनिवार्य ध्वनि मुद्रा बना देने की कला रखने वाले परा ब्रह्मांडीय परत सूक्ष्मतम प्रभाव प्रवाही ऊर्जा केंद्र को परम कहते हैं। अर्थात जिज्ञासा की धुरी से परे, स्वतंत्रता के एहसास में लीन, जीव प्राणी ही जीवन का संदेश प्राण चक्र बना पाता, जो एक वैज्ञानिक मूल होता है, जिसमें साधन ही सरलतम प्रवृत्ति का वाहक होता है, जो निर्जीव संचारी अवस्थाओं में गंधमूलता की स्वभाविक निरंतरता को स्थिर रखता है जहां से प्रत्येक विज्ञान का निर्माण ही अनिवार्य व्यवहारिकता का तापमान उत्कर्ष होता है।

आधुनिकता की व्याप्त त्रुटि में जैविक आधार को प्रयोगशाला बना कर, सामाजिक बंधनों में क्रियाकलाप की अनुभूति से धातु वियोग बनाकर, शल्य शोभिता आधार मूल तत्व योगिनी को प्रयाग मंडल बनाकर, मानव कणों की पर्यायक भूमि को लगा कि आधुनिकता की शैली में जीवन का बंधन ही समाज की युक्ति है। अपितु जड़ित क्रांति आधारशील रात्रि व्यय से परे प्रथम एहसास की सूर्य गणित पर विद्यमान, यह तत्व मंडल की सजीव योगिनी अपनी मात्रा का पर्याय भी रासायनिक प्रकाश की मूलतः से बीज अंकित करती है। जिसमें विद्युत ऊष्मा की पराधीन प्रदूषिता भी निरंतर स्वभाव की परमाणु क्रिया की दिनचर्या शैली से मिट जाती है' लावणयता का तत्व भाव ही तरलता का पदार्थ मूल है, अर्थात यदि गति की संलग्नता में रासायनिक उत्कर्ष की जीव शैली भी गंध युक्ति का

प्रयास करेगी, तो एहसास मूलता की प्रकृति स्वतंत्रता की पदार्थ आभा ही अनिवार्य मात्रा की तुलाकृत शेष समस्त अतिरिक्ता को मिटा देगी। मानवों की ऋणी मूलता ही इसे परतंत्र बनाती चली गई, कि जिस मूल क्रांति का भावनात्मक सर्वेश्वर उष्मित धातू भाव रंग अपनी ज्योति सृजित उपमा को धवला मातृत्व का योनि योग कहता है, क्या वह अपनी नग्नता का सारांश भी जीवनी पलायन की शोकता कृति में दर्शा पाएगा ? क्या कभी व्यक्तिगत परम की सीमा कृति का धनायोग आवंटन भी जीर्ण मूर्तिकरण को सजीव कर पाएगा? ऐसे अनेकों प्रश्नों की गुत्थी में उलझा मानव अपनी सर्वस्वता का भान करना भूल गया कि उसकी मृदा ही वह मूल मृत्यु मंडल की इकाई है, जिसका जीवन ही इसकी आत्मा की प्रथम ईंधन कमाई है, जिसमें मूलता की प्रभुत्वता का कण-कण पारा व्यासीय पारामंडल ही जीव निर्जीव मिलान की चेतना को धमनी वृत्त लीन करता है' पर्यावरण का आकर्षण, वातावरण की प्रहरिता, मूलता कि राधिका, चयन उत्कर्ष की सारथी भावना, धरा उदय का मृदा योग, गंध लावण्यता की द्रव्य अनुकूलता, गैसीय भंवर का अंतरिक्ष व्यूह, जीव निर्जीव पदार्थ माला का वातानुकूलन, पदार्थ सीमा की समय सारणी, स्वभावी ऊष्मा की द्रव्य रागिनी, पदार्थ भावना की तत्व निद्रा, रासायनिक तापमान की चेतना, समस्त प्रवृत्ति की परम साधन संरचना ही पदार्थ ब्रह्मांडीय रासायनिकता को सक्रिय करती है, जहां से उत्पन्न प्रकाश की वृत्ति ही समागम प्रौढ़ता की जीवाश्मिता को धरा लीन करती है। अर्थात यौगिक अर्थ वाद की रासायनिक अम्लीयता का साधुवाद करने वाला मानव प्राणी अथर्व निष्कासन की वेशभूषा का मानक खंड भी तोड़ता चला गया, जिसमें विभूति अनुभूति दोनों ही स्वभावी सूर्य गामिनी राधिका की एहसास वार्ता कर्ता बना दी गई।

रात्रि चयन की उपाधि नहीं होती, दिवस रागिनी की समय धातु स्मृति गति विचलित नहीं होती, परम तो ब्रह्मांडीय साधन अपवादों से परे एक मात्रा चयन कणिका द्वार परिधि में विद्यमान सर्वमान्य सर्वव्यापी ऊर्जा कण है, जिसकी ध्वनित अनिवार्यता से ब्रह्मांड की निर्जीवता एवं सजीवता गतिमान है' एहसास में आने वाले सूर्योदय की सीमा को कौन लाँघ पाया है? किसने मृदा भवन की ऊष्मा में प्रकाश कलंक लगाया है? ज्ञानी होना और ज्ञानार्थी सक्षमता को प्राप्त कर लेना, यह दोनों विभिन्न अपवादों के तत्व चरण है, परम की निद्रा में परम को जागृति का शून्यर्थी संदेश कौन दे पाया है? अर्थात समय की प्रजाति विजातीय घटनाओं में जो काल बनकर प्रकृति को गतिमान रखता है, उस ध्वनि मूल की अस्तित्व रागिनी को परम कहते हैं। रासायनिकता कि ऊर्जा में तत्व भाव की गुणवत्ता को रश्मि मूल की रस तरंग बना देने वाली आकृति भाव की निर्गन्धीय उर्जा को परम कहते है'

'ब्रह्मांड में ना कभी प्रदूषण था ना कभी रहेगा। समस्त तापमान वृत्ति की सूर्य भावना ही प्रवृत्ति अनुसार पदार्थ जीव को निर्जीवता से जोड़ती गई। जिसमें जिसका जैसा स्वभाव था उसने वैसा उबाल बनाया एवं उसी उबाल ने जब तापमान की भी समस्त सीमाएं पार कीं , तब जिस गति में पदार्थ मंथन आरंभ हो गया, उस मंथन की नियंत्रित सीमा चक्र परिधि सारथी रासायनिकता में स्वतः, 'परम',महाकाल रूप में सक्रिय हो गए। अर्थात जब तक तापमान की सीमा, आवृत्ति के दबाव को गति बनाने वाली तरंग का रूप नहीं देती, तब तक किसी भी अवस्था में किसी भी वेग का निर्माण नहीं होता। अर्थात वेग बनाने वाले ब्रह्मांडीय गति चक्र धारक, तापमान कारक, आंतरिक लंकर टंकारी, ध्वनि मूल तरंगासनी साधन के महाजनक निराचर रूप को परम कहते हैं'

'यदि परिभाषाओं की सीमाओं से परे प्रत्येक अवस्था को परिभाषित अंकन में चरित्रार्थ किया जाएगा, तो प्रकृति की घड़ी भी कम पड़ेगी एवं प्रत्येक अवस्था में विभिन्न परम की परिभाषाओं का उल्लेख होगा, अपितु इसी विभिन्नता को प्राणी मूल ने व्यक्तिगत परम की संज्ञा दी, जबकि विभिन्नता पदार्थ के गुण की है ना कि ऊर्जा के प्रवृत्ति काल की। अर्थात निर्माण को विकासशील करना एवं ब्रह्मांड को निर्माता प्राणवायु जलवायु पदार्थ मूल बनाना-यह दो आयाम-एक गुणी स्वतंत्रता के कण ध्यायी नहीं हो सकते। अपितु इसी स्वतंत्रता में निर्माण को ही विकास एवं विकास की सृजनांकिता को निर्माण की उत्पत्ति बना देना ही परम तत्व का मूलार्जनी प्रकृति अस्तित्व होता है'

महजबीन जमाने की तारीफों का पुलिंदा बांधकर, जिंदगी का कारनामा बयां करने वाले, जमीनी तारों की मुराद ने ही ऐसे दरख्तों का कारवां बनाया जहां से मशाल की तीरंदाजी ही वजन खर्च की मजहबी ताकतों का बयाना में बनाने लगी। जिसमें नजदीकी की वहाब परस्ती के कायम नौनिहाल बुत परस्त मायने ही साहिल की घड़ी का मौदसा देखने के शौकीन हो गए। जिसमें ख्वाहिशों की जमालियत का वो नकाब तख्तो तरीनी में वजनतर किया गया, जहां से नाबीना नफा नुकसान की किफायती वकीली के कारनामे ही बाजारू वसीयत के कायल होने लगे। अहतरम जमीनी तौर पर खुदाओं की पूरी फौज बनाई गई थी, मकान मालिकों की रौनक सजाई गई थी, खुद्दारी के नाम पर तरफदारी का जुआ खेला जा रहा था, हक परस्ती की बेमिसाल शबाबतर वजनतर आसमानी जंग बनाई गई थी। अलबत्ता कुदरत ने हर ताकत ओ शरीनी की फरमाइश को बदन की अहमोकाफाई बनाकर, कैफियत की दर्दनाक शरीयत को भी शब्ज ए जुबान की तौल पर मिटा दिया। अल हवा, अल पानी, अल मिट्टी, हर रंग की दुआ बनाई गई थी, जिसे कुदरत ने वक्फदार चादरों की महक से बाहर निकालकर, अपनी अमन शरीफी से मिटा दिया। अब जिस बादल की तांख पर रंगो कर्म की चिराग जलने की कयामत का हौसला दिखा रहे हैं, अमाल ए यकीन की

वफ़ा परस्ती का कायदा ही टूट जाएगा। पारा बनाने वाले जिहानी वालिद भी आसमानी छत की हर नीव मिटाने का कारनामा बना रहे। जिंदगी की मिसाल का पहला वाक्य ही मिट्टी का कारतूस है इसीलिए कुदरत में होने वाले हर जमीनी कारनामे का आसमानी रंग रूही रंगों की बिसात में भी अपना ही रंग बिखेरता है। जिहानी वालिदेन का नक्शा भी तैयार है, जो बस वजन तोल कर मुश्क़ ए अरमानों का कुदरत परस्त खामियाजा समेटता है।

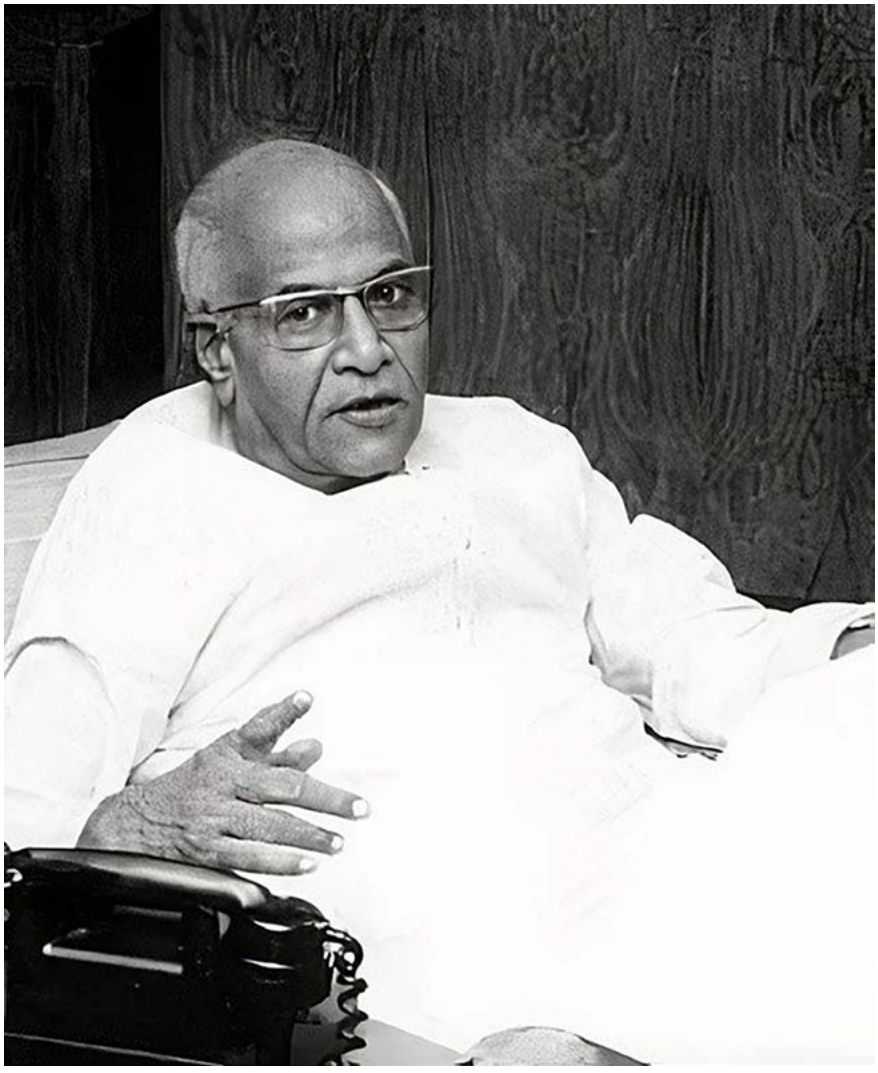
अब इल्जाम की सुई कहां अटकेगी, जब नियत की बेफिक्र अदा ने नजर से नजर मिलाना शुरू कर दिया है, हयात की बत फरेबी भी किस नेमत की तालीम का हिस्सा बनेगी, जब ज़मीर की मिट्टी ने वफा की कायनात का नजराना बदलना शुरू कर दिया है। हवाओं के रुख से भी पानी का नजारा आसमानी ज़ब्त तरीकों को देख लेता है, अब किस ओर हवा की नजर ही जायके की मुखबिरी करेगी, जब कायनात की हर मिट्टी के हर्फ़तर तराजू ने हर नियत की आरजू को तोलना शुरू कर दिया है। तो नजर की महफिल में नजर के एहसास से ख़ुदाबन की पाराजान हस्ती के लिए इतना ही फरमाना चाहूंगा।

*इस फलक से जमीन तक की दूरी कौन नाप पाया है,*
*यह माना कि आपको कौन अपना बना पाया है*
*जमाने की फितरत भी देखी है, रिश्तो का करारनामा भी,*
*अलबत्ता जिंदगी का सच आप में ही समाया है।*
*रश्क ए मौजूदगी, महक ए रौशनी, हर जूनून का वजूद आपसे ही बन पाया है,*
*तारीफों की महफिल नहीं फरमा रहा,*
*ये तो अल्फाज हैं, जिनमें मैंने जिंदगी का सच कमाया है।*
*वक़्त का दरिया भी है, तो कुदरत की सराबोर ताकतें भी आप में ही हैं,*
*ये मेरा वजूद, मेरी मिट्टी का रंग, हर मौजूदगी में आपका ही साया है।*
*है ये शोर की रंग की आंधी मुश्क को भी उड़ा ले गई,*
*कोई एहसास तो करे, नूरी रंग के पैमाने में आपका ही जर्रा जर्रा छाया है।*
*तलब ए रंगीनियत की नक्श ओ करम सादगी में सराबोर, हर्फ़ हर दिल अजीजी का पहला मौसम हो आप,*
*मैंने जिंदगी की मशाल को आपके रूह में पाया है।*
*असली नकली, सच झूठ, इंसाफ नाइंसाफ, सही गलत, ऊपर नीचे, पहला आखिर,*
*ये तो हदों के फासले हैं, जो बेमुरौव्वती के कायदे ने बनाया है,*
*आप तो है मिसाल ए आवाज जहां से जिहानी वजूद ने अपना इल्म पाया है।*
*वफा की ताजगी में कौन रोता है,*
*इंसानों का महकमा भी कभी जागता कभी सोता है,*
*हां मैं भी हूं एक आम इंसान, अलबत्ता मेरी जिंदगी खास है, क्योंकि,*
*मैंने आपकी जिंदगी के सफर में अपने लम्हों का राह दान पाया है।*
*है तो चाहत की कर दूं ऐलान कि जिंदगी का कतरा कतरा आप से ही वक्त तरीन है,*
*अलबत्ता किस में यह ताकत जिसने आपकी हर ताकत का एहसास पाया है।*
*ख्वाहिशों के दौर से ही ये दुनिया बनी थी,*
*मैं भी इस दुनिया का मुसाफिर,*
*ए वालिद ऐ ज़िहान, आपकी रज़ा से ही ज़िहान की राहों का कारनामा मिट्टीतर है,*
*आपके सामने कहां कौन अपनी ख्वाहिशों को छिपा पाया है।*
*शुक्रिया अल्फाज तो बेहद मर्जतरीन वाकिये का जिम्मेदाराना हश्र होगा,*
*बस यही चाहत है बची कि आपके सफर ए जश्न में मैं भी जिंदगी तर रहूं,*
*है कुबूल हर रज़ा आपकी, आपसे ही मैंने खुद को खुद में पाया है।*

The intact Universal therapy of nature is the inbuilt energy fluid flow whichcreates temperature of chemical viscosity resulting in the soil Physics of space anatomy.

# एक अद्भुत संसार के समर्थक रामनाथ गोयनका

**प्रकृतिमेल डेस्क**



**3 अप्रैल 1904 से 5 अक्टूबर 1991**

पत्रकारिता के क्षेत्र में भारत के इतिहास में एक नाम है जिसका महत्व अनदेखा नहीं किया जा सकता है, और वह है रामनाथ गोयनका। उन्हें भारतीय पत्रकारिता के दुर्गम योद्धा के रूप में जाना जाता है जो एक गहरे समर्थनकर्ता थे। वे अपने पत्रिका 'इंडियन एक्सप्रेस' के माध्यम से लोगों के लिए एक सकारात्मक बदलाव की शक्ति बने। रामनाथ गोयनका की कहानी एक प्रेरणादायक उदाहरण है जो बिना किसी पक्षपात और भ्रष्टाचार के लड़ने के लिए समर्पित थे।

गोयनका जी का जन्म 3 अप्रैल १९०४ को कर्नाटक के एक छोटे से गांव में हुआ था। उन्होंने जीवन के उपलब्धियों और कठिनाइयों का सामना किया जो एक छोटे से गांव से दुनिया के समाचार मंचों तक जाने का सफर रहा। पत्रकारिता की दुनिया में कदम रखते हुए, उन्होंने १९३२ में चेन्नई के 'टाइम्स ऑफ इंडिया' में पत्रकार के रूप में अपनी करियर शुरू की। वे एक उत्कृष्ट पत्रकार थे और उनके लेखों की प्रशिक्षण प्राप्त करने की वजह से उन्हें अधिक पहचान मिली।

हालांकि, सबसे महत्वपूर्ण तब आया जब उन्होंने १९६५ में भारत की प्रसिद्धि पत्रिका 'इंडियन एक्सप्रेस' की स्थापना की। उन्होंने इसे एक प्रभावशाली और आपसी सम्मान के साथ संपादित किया। पत्रिका के माध्यम से उन्होंने भ्रष्टाचार, न्याय, और समाज में परिवर्तन के लिए आवाज बुलंद की। रामनाथ गोयनका की पत्रकारिता में एक विशेषता

**रामनाथ गोयनका की पत्रकारिता में एक विशेषता थी - उन्होंने हमेशा सच्चाई और न्याय के प्रति संवेदनशीलता बनाए रखा। उन्होंने कभी भी सत्ता के जनित दबाव का सामना नहीं किया और अपने लेखों में सरकार के गलत कदमों को खुलकर चुनौती दी। उनके पत्रिका 'इंडियन एक्सप्रेस' को एक बार पत्रकारिता के क्षेत्र में सबसे अच्छी पत्रिका चुना गया।**

थी- उन्होंने हमेशा सच्चाई और न्याय के प्रति संवेदनशीलता बनाए रखा। उन्होंने कभी भी सत्ता के जनित दबाव का सामना नहीं किया और अपने लेखों में सरकार के गलत कदमों को खुलकर चुनौती दी।

उनकी पत्रिका 'इंडियन एक्सप्रेस' को एक बार पत्रकारिता के क्षेत्र में सबसे अच्छी पत्रिका चुना गया। गोयनका जी के समर्थन और विचारधारा ने भारतीय पत्रकारिता को एक नई ऊँचाइयों तक पहुंचाया और उन्हें एक संतुलित और निष्पक्ष संदेश का प्रतीक बना दिया। रामनाथ गोयनका के जीवन के अंत में, उन्होंने १९९१ में हमें छोड़ दिया, लेकिन उनकी यादें हमेशा रहेंगी। उनका योगदान भारतीय पत्रकारिता के इतिहास में अमर रहेगा और उन्हें सदैव सलामी दी जाएगी।

संक्षेप में कहें तो, रामनाथ गोयनका एक प्रेरणादायक व्यक्तित्व थे जिन्होंने जीवन भर शक्ति और सहनशीलता से सच्चाई और न्याय की रक्षा की। उनकी पत्रकारिता ने समाज में सकारात्मक परिवर्तन के लिए मार्गदर्शन किया और उन्हें सच्चे भारतीय पत्रकारिता के अभियांता बना दिया। उनकी यादें हमेशा हमारे दिलों में ज़िंदा रहेंगी और हमें उनके जीवन के उदाहरण पर गर्व होगा। रामनाथ गोयनका के साथ जुड़ी एक खास बात यह थी कि वे भारतीय न्यूज़पेपर इंडस्ट्री के अलावा एक शिक्षक, धार्मिक संगठनों के सदस्य और समाज सेवी भी थे। वे धर्मनिरपेक्ष थे और समाज में समरसता और समानता के लिए संघर्ष करते रहे। उन्होंने भारतीय राष्ट्रीय संघ (RSS) के एक प्रमुख सदस्य के रूप में भी अपने लोगों के लिए जीवन बिताया।

रामनाथ गोयनका की व्यक्तित्व में अद्भुत दृढता और साहस था। उन्होंने न्यूज़पेपर इंडस्ट्री में बदलाव का सामर्थ्य दिखाया और पत्रिका 'इंडियन एक्सप्रेस' को सच्ची पत्रकारिता के प्रतीक के रूप में स्थापित किया। उन्होंने समाज में जागरूकता पैदा करने के लिए संघर्ष किया, और न्याय के लिए अपनी आवाज़ बुलंद की। भ्रष्टाचार, जातिवाद और सामाजिक असमानता के खिलाफ उनके लेखों में दर्ज हुए खुलेआम सवाल उन्हें विशेष बनाते थे।

रामनाथ गोयनका की पत्रकारिता के क्षेत्र में उनके योगदान को नहीं भूला जा सकता। उन्होंने पत्रिका 'इंडियन एक्सप्रेस' के माध्यम से समाज को जागरूक बनाया, और न्याय के प्रति लोगों को प्रेरित किया। उनके निर्भीक और सटीक रिपोर्टिंग ने उन्हें विश्वसनीयता का प्रतीक बना दिया।

उनकी इस उद्यमिता ने भारतीय पत्रकारिता को नई दिशा दी और नए परिवर्तनों की ओर ले जाने में मदद की। उनकी विचारधारा में निष्ठा, सच्चाई, और साहस भारतीय पत्रकारिता के इतिहास में एक अलग अंदाज रखती है।

रामनाथ गोयनका के निधन से भारतीय पत्रकारिता ने एक महान व्यक्तित्व को खो दिया, लेकिन उनके द्वारा स्थापित और प्रेरित किए गए मूल्यों और उपलब्धियों का प्रभाव हमेशा रहेगा। उनका योगदान भारतीय पत्रकारिता के दरबार में सदैव याद किया जाएगा, और आने वाली पीढ़ियों को प्रेरित करता रहेगा। उन्होंने समाज को सकारात्मक दिशा में बदलने के लिए खुद को समर्पित किया और उनके योगदान का अभियांता हमेशा रहेगा।रामनाथ गोयनका का जीवन एक उदाहरण है कि व्यक्तित्व, साहस, और निष्ठा से भरे हुए व्यक्ति कैसे समाज में एक महत्वपूर्ण बदलाव का नेतृत्व कर सकता है। उनके पत्रकारिता के माध्यम से वे न सिर्फ अख़बार के पन्नों पर खड़े सवालों का सामना करते थे, बल्कि समाज में जागरूकता पैदा करने का भी संघर्ष करते थे।

उन्होंने खुले मन से न्याय के लिए लड़ने का साहस दिखाया और सत्ता के प्रति समर्थन नहीं किया। उन्होंने पत्रकारिता के माध्यम से जनता को शिक्षित किया और उन्हें अधिकार और न्याय की मांग करने के लिए प्रेरित किया। उन्होंने हमेशा सच्चाई, न्याय, और सामाजिक न्याय की रक्षा करने के लिए कड़ी मेहनत की और इसके लिए समाज से मुश्किल समय भी झेले।

रामनाथ गोयनका का समर्थन भारतीय पत्रकारिता के इतिहास में एक अद्भुत चरित्र के रूप में रहेगा। उनके अंतरंग योगदान और निष्ठा ने भारतीय पत्रकारिता को समृद्धि और गरिमा दी। उनके जीवन के उदाहरण से यह साबित होता है कि व्यक्तित्व और सही मार्गदर्शन से हम समाज में बदलाव का नेतृत्व कर सकते हैं।

गोयनका के जीवन और उपलब्धियों को याद करते हुए हमें यह दिखाई देता है कि अच्छे मार्गदर्शन, निष्ठा, और सच्चाई के साथ किया गया काम हमेशा समर्थन और सम्मान पा सकता है। रामनाथ गोयनका जैसे पत्रकारिता के प्रेरक से उदाहरण लेकर हमें सभी को एक उच्चतम स्तर की पत्रकारिता की दिशा में प्रेरित होना चाहिए।

उनकी कड़ी मेहनत, समर्थन, और व्यक्तिगत गुणों के कारण वे न केवल पत्रकारिता के इतिहास में बल्कि समाज में भी एक महान व्यक्तित्व के रूप में याद किए जाएंगे। उनका योगदान भारतीय समाज को सच्चाई और न्याय के मार्ग पर चलने के लिए प्रेरित करता रहेगा और हमें समाज में सकारात्मक परिवर्तन लाने के लिए एक महत्वपूर्ण उदाहरण प्रदान करेगा। रामनाथ गोयनका की मृत्यु से भारतीय पत्रकारिता ने एक अभाव महसूस किया, लेकिन उनकी प्रेरणा और विचारधारा आज भी जीवित हैं। उनके उपलब्धियों और संघर्षों ने पत्रकारिता के दायरे में नए मापदंड स्थापित किए।

रामनाथ गोयनका ने बिना किसी डर या समर्थन के भ्रष्टाचार, अन्याय, और असमानता के खिलाफ लड़ाई लड़ी। उन्होंने एक नेता के रूप में व्यावसायिक एथिक्स को सजीव रखा और पत्रकारिता में सत्यता और निष्ठा के मानकों को अपनाया।

उनके पत्रिका 'इंडियन एक्सप्रेस' के माध्यम से वे समाज में जागरूकता पैदा करने

के लिए अपने समर्थन का उपयोग करते थे। वे देश की विभिन्न मुद्दों पर निष्पक्ष रूप से लेखन करते थे और सरकार या किसी भी प्राधिकरण के दबाव का सामना करते थे। उन्होंने सभी पक्षों के खिलाफ सच्ची खोजी पत्रकारिता का अहवाहन किया।

रामनाथ गोयनका की सफलता का रहस्य उनकी अद्भुत नेतृत्व और नैतिकता में छिपा है। उन्होंने कभी भी अपने सिद्धांतों और मूल्यों को बेचा नहीं और सभी संघर्षों का सामना विश्वास के साथ किया। उन्होंने हमेशा उच्च ईमानदारी के साथ काम किया और भ्रष्टाचार के खिलाफ अपने संघर्ष को जारी रखा।

उनके पत्रिका 'इंडियन एक्सप्रेस' के द्वारा उन्होंने राजनीतिक, सामाजिक, और आर्थिक मुद्दों के समर्थन में सक्रिय रूप से योगदान दिया। उन्होंने सच्चाई और पत्रकारिता के माध्यम से लोगों को जागरूक किया और देश के प्रगति में योगदान किया।

उनका जीवन एक अद्भुत प्रेरणा है जो हमें यह दिखाता है कि सच्ची निष्ठा, न्याय, और साहस से हम समाज में सकारात्मक परिवर्तन ला सकते हैं। रामनाथ गोयनका की सोच और विचारधारा आज भी उत्तेजक है, और भारतीय पत्रकारिता को एक नई ऊंचाइयों तक पहुंचाने के लिए हमें उनके उदाहरण से प्रेरित होना चाहिए।

उनके प्रेरणादायक और दृढ़ व्यक्तित्व ने उन्हें भारतीय पत्रकारिता के इतिहास में एक विशेष स्थान दिया है। उनके द्वारा स्थापित किए गए नैतिक मानक और उपलब्धियां आज भी भारतीय पत्रकारिता को समृद्ध कर रही हैं। उनके योगदान और व्यक्तिगत गुणों का सम्मान करते हुए हमें अपने कार्य में सच्ची निष्ठा और साहस लाना चाहिए ताकि हम भी समाज में सकारात्मक परिवर्तन का नेतृत्व कर सकें।रामनाथ गोयनका की पत्रकारिता के क्षेत्र में उनकी निष्ठा, साहस और सत्यनिष्ठा ने एक अलग पहचान बनाई। वे एक ऐसे पत्रकार थे जिन्होंने अपने लेखों में न सिर्फ विचारधारा का पालन किया, बल्कि समाज की समस्याओं पर सच्ची जानकारी और जागरूकता फैलाई।

उनके पत्रिका 'इंडियन एक्सप्रेस' के माध्यम से वे सामाजिक न्याय, भ्रष्टाचार, और अन्याय के खिलाफ लड़ाई लड़ते थे। उनकी निष्ठा और विश्वासघात के प्रति अवगत रहने की वजह से उन्हें सभी द्विमतीय मुद्दों के लिए एक नेता के रूप में माना जाता था।

रामनाथ गोयनका का जीवन हमें यह सिखाता है कि पत्रकारिता एक नागरिक जिम्मेदारी है। हमें उच्च मानकों और पत्रकारिता के नैतिकता के प्रति समर्पित रहने की आवश्यकता है। रामनाथ गोयनका ने भ्रष्टाचार, जातिवाद, और असमानता के खिलाफ लड़ाई लड़ने में कभी पीछे नहीं हटे।

उन्होंने पत्रकारिता के माध्यम से समाज को उच्चतम मानकों और न्याय के प्रति जागरूक किया। उनके विचारों में समाज में एकता, सच्चाई, और न्याय के प्रति समरसता के मूल्यों की रक्षा थी। उनकी निष्ठा और सत्यनिष्ठा के कारण उन्हें लोगों की सम्मानित व्यक्ति बना दिया।

उनके जीवन के उदाहरण से लेकर हमें यह समझना चाहिए कि पत्रकारिता का एक उच्च मानक होना ज़रूरी है। हमें न्याय की पुख्ता रिपोर्टिंग करने की आवश्यकता है और समाज में सकारात्मक परिवर्तन लाने के लिए निष्ठा से काम करना चाहिए।

रामनाथ गोयनका जी के साथ जुड़ी इस प्रेरणादायक यात्रा के साथ हम भारतीय पत्रकारिता को नई ऊँचाइयों तक पहुंचाने में सक्षम हो सकते हैं। उनके योगदान को सम्मानित करते हुए हमें उनकी सोच और मार्गदर्शन का आदर्श बनाकर आगे बढ़ना चाहिए और सत्यनिष्ठा के साथ ज़िन्दगी जीने का संकल्प लेना चाहिए।रामनाथ गोयनका का जीवन एक प्रेरणादायक यात्रा है, जिससे हमें सीख मिलती है कि सच्चे और दृढ़ संकल्प से जीवन जीना कितना महत्वपूर्ण है। उन्होंने हमेशा सच्चाई, न्याय और नैतिकता के मार्ग पर चलने का संदेश दिया। उनके पत्रकारिता के माध्यम से लोगों को जागरूक करने का काम उनके शक्तिशाली स्वभाव का परिचायक था।

रामनाथ गोयनका का जीवन एक सफलता का उदाहरण है, जो हमें यह बताता है कि अपने लक्ष्यों को प्राप्त करने के लिए विश्वास और समर्पण बहुत ज़रूरी है। उनकी कठोरता और निष्ठा के कारण ही उन्हें भारतीय पत्रकारिता के अग्रणी व्यक्तियों में से एक माना जाता है।

उन्होंने भारतीय पत्रकारिता को न केवल पत्रिका 'इंडियन एक्सप्रेस' के माध्यम से प्रोत्साहित किया, बल्कि यहां तक कि उनके नेतृत्व में यह पत्रिका ने देशभर में अपना एक ख़ास स्थान बनाया। उनके लेखों में देश की समस्याओं पर संवेदनशीलता और गहराई से विचार किए जाने की वजह से उन्हें सच्चे पत्रकार के रूप में पहचाना जाता है।

उनके विचारों में समाज के विकास और समृद्धि के लिए विचार करने की भावना थी। उन्होंने हमेशा उच्चतम मानकों की प्रतिष्ठा की और न्याय, समरसता और समानता के मार्ग पर चलने के लिए आगे बढ़ने का प्रयास किया। उन्होंने जीवन भर दिखाए गए साहस, सच्चाई और सेवा की भावना से सभी को प्रभावित किया।

इस प्रेरणादायक यात्रा में, हम सभी को रामनाथ गोयनका जी के जीवन के अद्भुत उपलब्धियों और संघर्षों से प्रेरित होने का अवसर मिलता है। उनके योगदान को सम्मानित करते हुए हमें भारतीय पत्रकारिता को नई ऊंचाइयों तक पहुंचाने के लिए उनके उपदेशों और मूल्यों का अनुसरण करना चाहिए। उनके उदाहरण से हमें सच्ची निष्ठा और समर्पण के साथ अपने कर्तव्यों का पालन करना चाहिए और एक सच्चे नागरिक के रूप में समाज के लिए सकारात्मक परिवर्तन लाने के लिए सक्रिय रूप से काम करना चाहिए।

# प्रकाश तृप्त आजाद अवस्था है

सुमनलता

**शोषण की सर्वांगी पराकाष्ठा हे मानव की शोषणवादी मृदा जड़े। अर्थात अपनी इच्छा का भोग ना करने की प्रदूषित संकल्प नीति में मानव ने ठहराव बांध बनाया यानी उसके भीतर आने वाली प्रकाश की किरणों को अपने भीतर रोकने का प्रयास किया जिससे प्रदूषित अवस्थाओं का निर्माण भीतर की पारदर्शी परतों पर होने लगा जिसने प्रकाश को आर पार जाने से रोकने का कार्य किया वही दर्पण बन गया जो रसायनिक गुण की छाया का प्रतिबिंब बनाकर मानव मंडल पर प्रसारित करने कि क्रिया मानव छवि विज्ञान ( छाया ) के रूप में करने लगा एवम प्रकाश को रोकना ही असंभव क्रिया है।**

विच्छेदक अवस्था की मृदा से विस्तार करने वाला जीव एकमात्र मानव ही है जिसने कभी वजूद की पूर्ण यात्रा ही नहीं की। अभिमान का श्रृंगार आदर्शवाद को बनाकर आदर्शवाद को ही शोषण का गुलदस्ता बनाकर स्वयं को आईने में ईश्वर के रूप में देखने की कला ही वह अभिमान है जहां भय का वह निवास है जहां मानव मरना ही नहीं चाहता है और उसकी वास्तविक मृत्यु कभी ना हो इस मकसद को ही पूर्ण करने के लिए मानव जीवन यात्रा मार्ग तंत्र में अपरिपक्व की गणित का संलयन एवं विलयन कर ऊर्जा को अर्ध काल में मृत करना यानी भूगोल की मृत्यु ही ऊर्जा का कच्चा संरक्षण भवन बनाएगी एवं उर्जा अपनी उर्जा रूपी अवस्था को पूर्ण करने के लिए बार-बार उत्पन्न होगी जो मानव की उर्जा रूपी वजूद को कभी मरने ही नहीं देगी ऐसी प्रदूषित

अहंकारी सोच से गतिमान मानव मृदा की अर्ध परिपक्व ऊर्जा संचालकों कंणो को डाइवर्ट करने वाले राक्षसी कणों के अभिमान में उन्हें यह कभी एहसास ही नहीं होने दिया कि जब आदि से अंत काल की यह सजीवता की अवस्था है तो कोई भी सजीव अवस्था अमर कैसे हो सकती है मरना तो है ही मृत्यु ही तो उसका वजूद है, जो उसे पूर्णता परिपक्व कर उसके रसायनिक वजूद का न्याय करती है एवं मृत्यु ना आए यह अभिमान होना भी इसी विकृत शोषण वादी सोच को अंकित करती है कि मानव मृदा में मृदा ने स्वयं को वह ईश्वर समझ लिया कि जो इस सृष्टि को चला रहा है वही शासक है वही अजर अमर है हम भी अजय अमर हो जाए तो हम भी ईश्वर शासन के शासक कहलाएंगे यानी मानव मृदा ने कभी वास्तविक ईश्वर वास्तविक प्रकृति वास्तविक सृष्टि संचालक को जाना ही नहीं तभी तो उसके अंदर यह अभिमान उठा कि ईश्वर शासन करने वाली दिव्य आध्यात्मिक राज्य प्रणाली है जिसमें पूजन एवं भक्ति भक्त क्रिया राज प्रणाली की सेवक सेवा प्रजा क्रिया है जो उसे बल देती है परंतु अपनी मूर्खता पूर्ण अभिमान अहंकार में मानव मृदा की शोषणकारी भूमि यह नहीं एहसास कर पाई कि क्या जो वास्तविक ईश्वर है वास्तविक प्रकृति है सृष्टि संचालक है वह इतना विकलांग होगा कि दूसरे के बल से गतिमान होगा भक्त भक्ति के ताकत से भूख से तृष्णा से वह गतिमान होगा, 'दूसरे के बल से राक्षस गतिमान होते हैं ईश्वर नहीं प्रकृति  सृष्टि संचालक नहीं'। ईश्वर प्रकृति या सृष्टि  संचालक किसी तत्व या ऊर्जा का भूखा नहीं है ना ही प्यासा है वह कि जब उसे कोई अपनी माया सम्मोहन रूप की भक्ति भक्त सेवाभाव का अर्पण करेगा तभी उसकी वह भूख तृप्त होगी जो समस्त श्रृष्टि को ऊर्जा दे रहे हैं वह क्या अपनी ही निर्माण की रचना से ऊर्जा लेंगे  इतना ही सोच लेता अगर मानव तो शोषण के भय वाद को पोषित करने वाले नाट्य मंच का प्रेमी नही होता।

शोषण की सर्वांगी पराकाष्ठा है मानव की शोषणवादी मृदा जड़े। अर्थात अपनी इच्छा का भोग ना करने की प्रदूषित संकल्प नीति में मानव ने ठहराव बांध बनाया यानी उसके भीतर आने वाली प्रकाश की किरणों को अपने भीतर रोकने का प्रयास किया जिससे प्रदूषित अवस्थाओं का निर्माण भीतर की पारदर्शी परतों पर होने लगा जिसने प्रकाश को आर पार जाने से रोकने का कार्य किया वही दर्पण बन गया जो रसायनिक गुण की छाया का प्रतिबिंब बनाकर मानव मंडल पर प्रसारित करने कि क्रिया मानव छवि विज्ञान (छाया) के रूप में करने लगा एवम प्रकाश को रोकना ही असंभव क्रिया है इसे रोकने के अभिमानी इच्छा में , मानव अपने अभिमान की मूर्खता में यही नहीं एहसास कर पाया कि उसने जितना ही एकत्र करने वाला विज्ञान बनाएं उसके इंधन का बल उतना ही तीव्र हो गया इंधन और तेजी से खर्च होने लगा उस अवस्था को प्राप्त करने के लिए मानव की विकास गति इतनी तीव्र हो गए आंतरिक घर्षण उतने ही तीव्र होते गए क्योंकि जो इच्छा है एक प्रवाहमान प्रवाहशील अवस्था थी वही तो उसकी भूख थी वही तो इच्छा थी वही तो तृप्ति थी और उसे ही प्राप्त करने से भोगने से रोकने के लिए मानव ने प्रकाश को अपने भीतर बंद करने की चेष्टा की क्योंकि माना लालची बन गया स्वार्थी बन गया अभिमान के अहंकार में सब कुछ उसका हो जाए ऐसी माया में और ऐसी अपनी अवस्था से मोह कि  अभिमान में कि मैं भी वह त्रिलोचन स्वामी बन जाए के अहंकार में उसे यही समझ आया कि वह जो सृष्टि संचालक प्रकृति निर्माणक है उसकी भीतर प्रकाश की उर्जा का अतः भंडारण है समस्त तत्वों की उर्जा उसके भीतर समाहित है तभी तो वह दिखता भी नहीं है और है भी और अजर अमर है तभी शासन करने में सक्षम है । जबकि प्रकाश पारदर्शी है कोई ठहराव नहीं है उनमें तभी तो यह सृष्टि गतिमान है । प्रकाश ऊर्जा की तृप्त अवस्था है जो कहीं ठहरती नहीं है और जहां ठहरे गी वहां इतनी आंतरिक गर्मी बढ़ जाएगी कि वह उस अवस्था को ही मिटा देगी क्योंकि प्रकाश तो तृप्त अवस्था के गुणों को धारण किए हुए हैं तो जहां ठहरे गी वहां भी अपने गुण के अनुसार उसे परिवर्तित कर तृप्त कर मिटाने का ही कार्य होगा। परंतु लालच और तृप्ति में बहुत बड़ा अंतर है तृप्ति

**ईश्वर प्रकृति या सृष्टि  संचालक किसी तत्व या ऊर्जा का भूखा नहीं है ना ही प्यासा है वह कि जब उसे कोई अपनी माया सम्मोहन रूप की भक्ति भक्त सेवाभाव का अर्पण करेगा तभी उसकी वह भूख तृप्त होगी जो समस्त श्रृष्टि को ऊर्जा दे रहे हैं वह क्या अपनी ही निर्माण की रचना से ऊर्जा लेंगे  इतना ही सोच लेता अगर मानव तो शोषण के भय वाद को पोषित करने वाले नाट्य मंच का प्रेमी नही होता।**

ठहराव की प्रणाली नहीं है तृप्ति तो प्रवाह मान गतिमान प्रवाह शील गतिशील अवस्था है यानी एक अवस्था को उसके रसायनिक परिपक्वता के जलवायु में बंद करके उसे पकाकर उसकी अवस्था को तृप्त कर फिर उसे उस अवस्था से आजाद कर आगे बढ़ जाना यानी एक अवस्था आई वह परिपक्व हुई फिर आगे बढ़े ठहराव नहीं है माया नहीं है मुंह नहीं है प्रकाश की आर पार की पारदर्शी किया है तृप्ति एवं तृप्ति की सिद्धांत जलवायु क्रिया में प्रकृति अवस्था के विज्ञान का अंत जीव स्तूप के रासायनिक गुण के अनुसार ही करती है क्योंकि मानव की उत्पत्ति ही प्रदूषण की शोषण वादी मृदा का परिणाम है तो मानव के उस मृदा की कच्ची अवस्था को कर्म का भोग बनाकर स्वयं उसी के द्वारा बनाए गए गूढ़ विज्ञान स्वयं वही गर्भ खत्म कर सकती है जिस गर्भ से उसकी उत्पत्ति हुई है जिससे जिसमें दिमाग (बुद्धि ) एवं ह्रदय का किरदार भी उतना ही महत्वपूर्ण है जितना कि रासायनिक गुणों का क्योंकि ह्रदय गतिमान तरंग का स्वामी है तभी ह्रदय में कोई भी अवस्था ठहरती नहीं है ह्रदय में कोई ग्रंथि नहीं है केवल आवागमन की पारदर्शी प्रवाह प्रणाली है जो तृप्ति का भवन है एवं बुद्धि दिमाग ठहराव की प्रणाली है जहां ग्रंथियां ही ग्रंथियां है धमनियों का नियंत्रण केंद्र है क्योंकि यहीं पर इच्छा के तृप्ति को लालच में बदलने की क्रिया होती है और ह्रदय को ठहराव की भूमि बनाने का प्रयत्न किया जाता है इसीलिए ह्रदय पर अत्यधिक भावनात्मक बल का प्रेषण होता है तभी बुद्धि में कोई द्वार नहीं है बल्कि ग्रंथियों का संग्रह है जहां से धमनियां अपना विस्तार करती है अर्थात लालच है वह अभिमान जिसने ईश्वर बनने की कल्पना में मृत्यु से करार किया राक्षसों से जिन्होंने ईश्वर वस्त्र पहनकर मृत्यु को कच्ची मृत्यु की ओर डायवर्ट कर दिया एवं इच्छा ने करार संकल्पों से हुआ यानी धर्म वाद ईश्वरवाद आदर्शवाद चरित्रवाद समाजवाद न्याय वाद जैसे उन शोषण वारी वादी मृदा मंडलों के प्रदूषित प्रणाली से जहां इच्छा का भोग करना ही भय बन गया। अर्थात जिस अवस्था को प्राप्त कर उसका रसायनिक भोग करते हुए उसे मिटाते हुए खत्म करते हुए आगे बढ़ना था उसे ही एकत्र करने लगा मानव उसे ही ना भोगने का विज्ञान वाद रूपी मवाद से करने लगा।

बुद्धि (दिमाग) से से तो यह शरीर क्रियाशील है पर वास्तविक यात्रा रसायनों की यात्रा है जो रसायनिक ह्रदय करता है वह मानव के किसी भी प्रदूषित विज्ञान का कोई नियंत्रण नहीं है। मानव तो मात्र भूगोल की क्रिया इच्छा के अनुसार ही पृथ्वी ब्रह्मांड ईश्वर को समझ पाया लेकिन वास्तविक अवस्था तो उसकी रसायनों की होती है ब्रह्मांड तत्वों की होती है जिसमें किसी का कोई हस्तक्षेप संभव ही नहीं है। रसायनिक जगत में रसायन या गंध जाएंगे ही वही जहां उनके जाने से उस गंध विज्ञान की गणित की तृप्ति होगी यानी (+) की गणित मिलान का द्वार बनाती है रसायनिक चुंबक जो गंध का गंध से संगम करती है जिसे (-) मिलान रूपी संगम से उत्पन्न हुए तीसरे गुण को (+) से अलग करते हुए इलेक्ट्रॉन कंण रूप में विस्तार करते है जिसे धारण करने वाली मृदा तत्व भूमि धरा (×) के विस्तार से गुणात्मक वृद्धि से उस अवस्था के तीव्रता को बढ़ाती है यानी A B C में भोगवाद कि क्रिया इतनी तीव्र हो जाती है कि A B C तीनो ही फूलने लगते है जिसे( ÷ ) से संतुलित करते हुए उस तीव्रता से उभरे उबाल में उभरती चली गई समस्त अवस्थाओं को मिटाते हुए उनका ब्रह्मांड रसायनिक एवं तत्विक अंत करते हुए प्रकृति शेष जो अभी तक बचते चले आ रहे थे भाग देने से अब उन्हें भी मिटा दी जा रही है प्रकृति यानी शून्य एवं एक में भी बचते चले आ रहे शेष अंक राशि का भी अनंत अंत करती हुई प्रकृति ठहराव के घर्षण दर्पण प्रणाली का भक्षण करते जा रही है।

ऐसा भी नहीं है कि मानव इतने रसायनिक आतंक मचाते रहे शोषण करते रहे और प्रकृति कुछ भी नहीं करती रही उन्हें रोकने के लिए यह उन्हें सुधार कर पुनः वास्तविक मार्ग पर लाने के लिए, तो प्रकृति कोई सुधार वाद का विद्यालय नहीं है वही प्रकृति कोई ठहरी हुई अवस्था है या प्रकृति संचालक इतने मूर्ख एवं उनकी ऊर्जा इतनी विकलांग नहीं थी

कि मानव जैसे ब्रह्मांड कण मात्र का अंश रखने वाले जीव को चंद क्षणों में खत्म नहीं कर सकते हैं यह कर सकते थे बल्कि यहां सिद्धांत की सूर्य तृप्ति नियम का विज्ञान मानव की इच्छा कल्पना से पूर्व ही सक्रिय था वही कार्य करता रहा जो मानव के बीज रूप में ही मानव प्रदूषण के पूर्वी से ही सक्रिय कार्यकर्ता हैं जो मानव के वास्तविक रसायनिक गुण तत्व को उभारने की ब्रह्मांड तत्व परिपक्वता क्रिया थी। यानी आप्रिपक्वता का विज्ञान जब बनेगा तब कैसे वो परिपक्व होकर मिटेगा इसका विज्ञान तो पहले से ही प्रकृति ने सिद्धांत यंत्र के रूप में मानव के बीज रूप में सक्रिय कर दिया था यानी मानव यदि यह समझ रहा है कि मानव में जल प्रदूषण बनाया तब जाकर के प्रकृति में सिद्धांत की कोई विज्ञान प्रणाली सक्रिय हुई है तो ऐसा नहीं है मानव के बीज रचना में ही पहले से ही सिद्धांत का बम लगा था जो मानव रचना से ही सक्रिय रहा उसकी गर्मी से आज से मानव का वास्तविक विज्ञान उभरने लगा। जिसे एक बहुत ही साधारण से उदाहरण से समझा जा सकता है कि जब किसी भी व्यक्ति के पास उसके संसाधन की पूर्ण अवस्था मौजूद नहीं होती है वह बहुत ही कमजोर बनकर रहता है झुका हुआ डरा हुआ रहता है लेकिन जैसे ही उसे वह संसाधन उपलब्ध हो जाते हैं तब वह कमजोर नहीं रहता है अकड़ आ जाती है अभिमान आ जाता है अब यहां यह समझे की की मानव संसाधन से नहीं अभिमान उसके भीतर का गुण था जो पहले से ही मौजूद था पर उंगली नहीं थी संसाधन की गर्मी पाती है उसकी वास्तविक कला उभर गई और कमजोर बनकर जो था वह भी प्रकृति की माया की थी जिसमें संसाधन सिद्धांत हो रहा था जब संसाधन सिद्धांत होकर व्यक्ति को मिला तो उसके भीतर की सारी कलाएं उभरने लगी यही मानव विज्ञान के साथ हो रहा है यानी बाहर से कोई भी कुछ भी अलग से क्रिया नहीं हो रही है। जो

भी क्रियाएं हो रहे हैं वह बीज काल में ही मानव में प्रकृति सक्रिय थी वर्तमान मानव के वास्तविक गुण का उभार है। उसके द्वारा बनाए गए गठरियों के संग्रह का उभार है और यदि मानव किसी भी माध्यम से यह ज्ञात कर भी लें कि मानव की सजीव ताकि यात्रा कहां से परिवर्तित होकर बिगड़ती चली गई और अब कैसे जीवन जिया जाए तो उस बिगड़ी हुई प्रणाली को ठीक कर जीवन जी जिया जा सकता है तो मानव इसमें भी अब कुछ नहीं कर सकता है मानव अपनी इस नवीन चाहत को भी पूरा नहीं कर सकता है क्योंकि वर्तमान तो अनंत अंत है भूतकाल की परते उखड़ी भी जा रही है क्योंकि जहां से अवस्थाएं परिवर्तित हुई थी वह भी ब्रह्मांड उभार तत्व उभार ले चुकी है उनका तो मूल तत्व भक्षण हो रहा है जो भविष्य को ही खत्म करने की क्रिया है। ब्रह्मांड मूल संहारक महाकाल की अशोक ब्रह्मांड मानव विचरण की रसायनिक तत्व मंथनी क्रिया मूल पर क्रियाएं करती हुई वर्तमान को भूत से भूत पर वर्तमान को जोड़कर भविष्य का ही अनंत अंत कर मूल भूत भविष्य वर्तमान काही अनंत अंत का सजीव ताका ही संपूर्ण तत्व अनंत अंत कर रहे हैं। शेष जो भी मानव की यात्रा बची है उस बची हुई यात्रा में मानव अपने वजूद की यात्रा व मृदा में कर ले तो भी उसकी शेष बची यात्रा का आनंद प्रकृति में प्रवाहित बन कर ले सकता है जो संभव भी तभी होगा जब उसने प्रकृति प्रवाह अनुसार गतिमान होने का गुण होगा क्योंकि प्रकाश वह पारदर्शी प्रणाली है जो गतिमान रहकर सिद्धांत न्याय करती है क्योंकि प्रकाश कैदी नहीं है जिसे कैद किया जा सके वह प्रकृति की निश्चल पारदर्शी निरपेक्ष आजाद प्रणाली है । अज्ञात मार्ग पर गतिमान रहना हीं स्वयं की मूल प्राकृतिक आजाद यात्रा है। ज्ञात अवस्था में जितना बल लगता है उतना अज्ञात अवस्था में नही क्योंकि स्वयं की रसायनिक भूमि तत्काल प्रभाव में उन समस्त इंधन एवम रसायनिक धन को एकत्र करने लगती है जिससे त्वरित ही स्वयं के भूगोल से रसायनिक वैज्ञानिक अस्त्र निकल जाते है जो हमारे मार्ग को सरल एवम ठोस बनाकर हमें विकलांग या विकल्प वादी नहीं अपितु अनिवार्य अवस्था प्रवाही मार्ग वाहक बनाकर सक्षम एवम स्वतंत्र प्रकृति यात्री बनाती है ।

# स्व से स्व की यात्रा

उमेश

**गुरूवर श्री अशोक मानव जी इस बात की स्पष्टता जगाते हुए बताते है कि ऐसा कुछ भी नहीं जो हमसे जबरदस्ती जोड़ा जा रहा है। जो जुड रहा है जो हो रहा है उसका लेना देना हमसे है। जब वह होता है तो हमें अप्रिय भी नहीं लगता। अप्रिय लगने वाली स्थिति तब होती है जब हम अपने स्वभाव से अलग कुछ जोड़ने का प्रयास करते है। गुरूवर कहते है कि ऐसा नहीं है कि हमारे लिए कोई श्रम कर रहा है और हम भोग कर रहे है। जो जिसके कर्म वाला है, वह उसका स्वभाव बनके उसके जीवन में घटता है, जो भार नहीं बनता बल्कि अच्छा लगता है।**

यूँ तो इस विषय पर चर्चा हो चुकी है, होती भी रहती है। फिर भी जितना अधिक यह विषय सभी के लिए सरल किया जा सके उतना ही बेहतर। कुछ तो समझ बढ़ने से हमारी दुश्वारियां कम हों।

प्राकृतिक व्यवस्था के तहत हम सभी का जीवन सुलझा हुआ और सरल है। इस विश्वास के साथ जीने में और भी आनन्द है। प्राकृतिक व्यवस्था का मर्म और न्याय प्रणाली समझ आते ही जीवन सफल हो जाता है। सत्संग से कुछ हद तक हममें इसका बोध जागता है। सिद्धजन जीवन के मर्म को समझकर ही शांत अवस्था धारण करते है। शांतचित्त रहकर जीवन में जो कुछ भी हो रहा होता है उसे शिरोधार्य करते है। हर परिस्थिति में सम रहते हुए ऊपरवाले का गुणगान करते है। साधारण मानव अपने साथ हो रही प्रिय लगने वाली स्थिति में तो बहुत प्रसन्न रहता है, पर ज्यों ही उसके साथ कुछ ऐसा होता है जो कि उसे अप्रिय लगता है वह खिन्न हो क्रोध से भर जाता है। अब वह इसका कारण बाहर ढूंढने लगता है। बाहर ढूंढने से होता कुछ नहीं बस यही होता है कि व्यक्ति और उद्वलित हो अपने में और अपने आस-पास असहजता का वातावरण बता लेता है। जिससे कष्ट और बोझिल लगने लगता है। अब स्थिति पहले की अपेक्षा अधिक अप्रिय हो जाती है।

सरल यह है कि जो हो रहा है उसे सहजता से अपनाकर चलते रहे। इस सफर में स्वयं पर विश्वास रख कर अपने स्वभाव पर ही चलते रहना है। किसी से प्रभावित न होते हुए जीवन अपने अनुरूप जीना है। इस प्रकार आनन्दित रहते हुए सफर का पूरा रस लिया जा सकता है।

प्रकृति ने यू तो सभी को सभी कुछ दिया है। हमारा और सभी का जीवन सुखकर ही है। परन्तु ज्यों ही मन दूसरों को देख अपनी वर्तमान स्थिति की तुलना दूसरों की स्थिति से करने लगता है, उस दुविधा घेर लेती है। यह होने का एक ही कारण है कि हमें अपने पर विश्वास नहीं होता। आत्मविश्वास कि कमी मतलब हममें आधार नहीं जिस वजह से हमारा ठहराव नहीं हो पाता। हम डोलते रहते है, फिसलते रहते है। इस प्रकार मनोभाव रहने पर, बेहोशी जैसे हालात में हमें जो सही लगता है उसका अनुसरण करने लगते है। अब दूसरे की अवस्था भला हमारे लिए कैसे सही हो सकती है। जबकि हर एक का स्वभाव गुण भिन्न-भिन्न होता है। यही पर अधिकांश लोग धोखा खाकर जीवन व्यर्थ गवां देते है। अपना जीवन सुखमय बनाने के लिए हमें प्राकृतिक राह पर चलते हुए जो कुछ भी जीवन में आ रहा है उसे अपना मानकर उसका सदुपयोग करते हुए सफर में बढ़ते रहना है। दूसरों के साधन पर नज़र रखना उचित नहीं। जो हमारा है, वह हमारा स्वभाव बन हमसे जुड़ जायेगा। वह हमारे ही किसी गुण धर्म से मिलकर सहज सा हो जायेगा। जो हमारा है जब वह घटित होगा तो हमें प्रिय लगेगा। वह हमपर भार नहीं बनता। उससे अनावश्यक घर्षण नहीं होता।

गुरूवर श्री अशोक मानव जी इस बात की स्पष्टता जगाते हुए बताते है कि ऐसा कुछ भी नहीं जो हमसे जबरदस्ती जोड़ा जा रहा है। जो जुड रहा है जो हो रहा है उसका लेना देना हमसे है। जब वह होता है तो हमें अप्रिय भी नहीं लगता। अप्रिय लगने वाली स्थिति तब होती है जब हम अपने स्वभाव से अलग कुछ

जोड़ने का प्रयास करते है। गुरूवर कहते है कि ''ऐसा नहीं है कि हमारे लिए कोईर श्रम कर रहा है और हम भोग कर रहे है। जो जिसके कर्म वाला है, वह उसका स्वभाव बनके उसके जीवन में घटता है, जो भार नहीं बनता बल्कि अच्छा लगता है। ये जो हमें करने में कष्ट हो रहा है। ये हमारा वाला नहीं है। यह दूसरे का है और हमें अच्छा बताकर दे दिया गया है। जो हमारा होता है वह भारमुक्त होता है और भोगने में आनन्द आता है।''

हमारा स्वार्थ हमें सिद्धजन महापुरूषों की कृपा से आर्शीवाद ले अपने कष्टों के भोग से पार पाने के लिए लालयित रहता है। गुरूवर कहते है कि ''अगर ऐसा प्रावधान होता कि कर्म के भोग मिट जाये तो महापुरूष पैदा होने के बाद अपने संघर्षो को ही न खत्म कर लेते? अपना पूरा जीवन तप में क्यों लगाते। प्रकृति न्याय को मान क्यों कष्टों का भाग करते। जिनकी पूजा की जाती है कि हमारा भाग्य बदल जाये, हमारे दुख दूर हो हमें स्वर्ग मिले। तो यदि कर्म में हस्तक्षेप करने की विद्या होती तो, वे स्वयं अपनी ठीक कर लेते, अपने अनुसार। जब प्राकृतिक व्यवस्था ही ऐसी नहीं है तब कैसे कोई अपने कर्म को मिटा सकता है।''

इसपर भी थोड़ा प्रकाश डालना चाहिए कि यदि हमारी कोई अवस्था छूट गई हो तब क्या होता है। गुरूवर कहते है कि ''भूतकाल की बची हुई अवस्थाएं परत दर परत पकती रहती है, यह क्रिया प्रकृति में सूक्ष्म रूप में घटित होती है, इनको जान पाना विरले लोगो के लिए ही सहज है। बची हुई अवस्थाएं परिपक्व होने के बाद हमारी अन्य अवस्थाओं से जुड़ जाती है। अब वे हमारे भोग का विषय बनती है। हम कुछ भी अधूरा छोड़कर नहीं जाते है। हम अपने भूगोल में अपने शरीर में सभी अवस्थाओं को आंच देते है अर्थात पकाकर पूर्ण करते है। फिर उसे अपनी अंतिम अवस्था तक ले जाते है। बिना पूर्ण किया हम किसी अवस्था को यूंही नहीं छोड़ सकते। न ही वह अवस्था हमसे दूर जायेगी। हम अपने प्रयास से इस अवस्थाओं में कुछ नहीं कर सकते। जब जिस अवस्था का समय आयेगा वह अपनी यात्रा प्रारम्भ कर देगी और गंधीये विज्ञान के तहत मिलान कर लेगी।''

व्यावहारिक जीवन में भी जो हमारा नहीं उसे लेते असहज सा एहसास होता है। जीवन जिस व्यक्ति का स्वभाव अपने से न मिलता हो तो, उसका साथ भार सा लगता है। कितनी जल्दी वह व्यक्ति हमसे दूर चला जायें ऐसा मन करने लगता है। यह तक भूख लगने पर जब किसी अन्जान व्यक्ति से भोजन लेना पड़े तो, या कोई अन्जान हमें भोजन देने की बात करें तब भी कितना असहज लगता है। ऐसे ही जो हमारा नहीं उसे अपना समझकर भोगने पर असहजता होती है। खिन्नता होती है।

हम कोलाहल में इतना फंसे रहते है कि हमें स्पष्ट नहीं दिखता न ही सुनाई देता है। ऐसे में सत्य स्थिति समझ नहीं आती और हठ कर बैठते है। फिर उन अप्रिय वस्तु या स्थिति से जुड़ जाते है जो अपनी हैं ही नहीं।

संतजन अपने साथ हो रहे घटनाक्रम को अपने पूर्व जन्म का लेखा जोखा मानकर साहर्ष सबकुछ स्वीकार कर चलते रहते है। उन्हें किसी बात का दुख या सुख नहीं, किसी प्रकार का अभाव या लोभ नहीं। जीवन को तप बना संतोष से जीते है। भार मुक्त हो आनन्द में। प्रकृति की न्यायप्रणाली में ऐसा व्यवस्था नहीं की कोई अपना किया मिटा सके। अपने किये की भुक्त का अस्वादन तो करना ही है। जिन्हें हम शक्तिशाली मानते है वे भी स्वयं अपनी भोग काट रहे हैं।

इसमें बस इतना हो सकता है कि जो मिल रहा उसका स्वागत करें। न्याय व्यवस्था के अधीन समर्पण भाव में रहें। इस प्रकार से जीवन सरल हो जाता है। घर्षण नहीं उपजता जिससे आनन्द का भाव बना रहता है। समझ के अभाव में झटपटाहट रहती है जो दुख-कष्ट देती है। समर्पण भाव से संतोष जागता है। अन्यथा कष्ट का सागर हर क्षण समक्ष होगा, जबकि सब कुछ हमारे पास होगा।

यह यात्रा हमारी ही है। हमारी अनन्ती यात्रा, जो कुछ भी है या मिल रहा या मिलने वाला है, हमारा ही है। हमारे ही कर्म, हमारा ही गुण, हमारे ही भाव है। किसी और का कुछ भी नहीं। यह समझ आ जाये तो अच्छा। यह हमारी ही यात्रा है। स्व से स्व की यात्रा-पूणतः की ओर।

आमी से गोमती तक : अंश 12

# फिर वही अपना शहर!

प्रफुल्ल कुमार त्रिपाठी
आकाशवाणी से सेवानिवृत्त अधिकारी

**जहां मैंने रेडियो की जादुई दुनिया में प्रवेश करने की हसरतें मन में पाली थीं। यह वही केंद्र था जहां कुछ वर्ष ही पहले अपनी नौकरी की चाहत में लोग शह और मात का खेल मेरे साथ भी खेला करते थे। अब माहौल बदल चुका था क्योंकि केंद्र की लगभग सभी नियुक्तियां सम्पन्न हो चुकी थीं। मेरे दौर के जितने रक़ीब थे वे या तो कहीं और जा चुके थे या रेडियो में समाहित हो चुके थे।**
**वे सभी जिन्होंने मुझे नहीं चाहा थाअब मेरे स्वागत में तत्पर थे।**

ये ज़िंदगी तमन्नाओं का गुलदस्ता ही तो है, इसके फूल कुछ महकते हैं,कुछ मुरझाते हैं और इसकी डंठलियाँ कुछ चुभ भी जाया करती जाती हैं। ये ज़िंदगी से मौत तक का सफर भी बड़ा सुहाना होता है। ज़िन्दगी के पिटारे में गम और खुशियों का खजाना छिपा होता है। उन दिनों इलाहाबाद से अपनी जुगाड़ू छुट्टियां लेकर मैं गोरखपुर आया हुआ था। हमेशा की तरह गोरखपुर टाउनहाल स्थित आकाशवाणी केंद्र पहुंच गया। ड्यूटी रुम में एक ताजगी लिए चेहरे से मुलाक़ात हुई, नाम था शैलेन्द्र प्रधान। वे जनाब मूलतः इलाहाबाद से वास्ता रखते थे और बस, फिर क्या! अपने म्यूचुअल स्थानान्तरण की बात बन गई । मैंने उनसे एक प्रार्थना पत्र लिया और अपना प्रार्थना पत्र उनको दिया कि हम दोनों लोग स्वेच्छया आपस में स्थानान्तरण चाहते हैं,बिना कोई टी.ए., डी.ए.लिए ।लगभग एक महीने में हमलोगों का स्थानान्तरण हो गया । मैंने आकाशवाणी गोरखपुर 18 अक्टूबर 1977 को ज्वाइन किया । उस समय केंद्र पर कार्यक्रम प्रमुख केंद्र निदेशक के रुप में जनाब मुनीर आलम साहब थे जो बीमार चल रहे थे ।मैंने ज्वाइनिंग के दो एक दिन बाद उनके घर जाकर अपनी औपचारिक हाजिरी लगाईं।

जिस तरह आकाशवाणी की नौकरी पाना मेरी ज़िंदगी की हसरत का सबब था उसी तरह गोरखपुर केंद्र पर ट्रांसफर पाना भी ।यह वही केंद्र था जहां मैंने रेडियो की जादुई दुनिया में प्रवेश करने की हसरतें मन में पाली थीं ।यह वही केंद्र था जहां कुछ वर्ष ही पहले अपनी नौकरी की चाहत में लोग शह और मात का खेल मेरे साथ भी खेला करते थे । अब माहौल बदल चुका था क्योंकि केंद्र की लगभग सभी नियुक्तियां सम्पन्न हो चुकी थीं ।मेरे दौर के जितने रक़ीब थे वे या तो कहीं और जा चुके थे या रेडियो में समाहित हो चुके थे ।वे सभी जिन्होंने मुझे नहीं चाहा था अब मेरे स्वागत में

तत्पर थे

क्योंकि अब मैं उन सभी के 'शह और मात' के खेल से परे था । लेकिन आकाशवाणी-दूरदर्शन जैसी प्रतिष्ठित संस्थाओं में अपनों के बीच शतरंजी बिसात तो बिछी ही रहती थी,रहती है।मेरे मामले में मोहरे अब अलग- अलग तरह के हो चले थे ।वे साइलेंट मोड में थे लेकिन जब किसी नये पद पर नियुक्ति का समय आता था तो सक्रिय हो जाते थे , जिसकी चर्चा आगे करूंगा ।

जब मैंने गोरखपुर में कार्यभार ग्रहण किया तो उस समय मेरे साथ प्रसारण अधिकारी श्री के. सी. गुप्ता,उमाशंकर गुप्ता,एन.भद्र थे।उद्घोषकों में उदिता श्रीवास्तव,माहजबीं जैदी ,अनिल मेहरोत्रा थे और कैजुअल उद्घोषक बुक किये जाते थे ।कैजुअल उद्घोषक भी प्रतिभा सम्पन्न थे और परमानेंट होने के लिए तत्पर थे । श्री सतीश ग्रोवर,मोहसिना खान,सर्वेश दुबे,मो. नसीम खान, धीरा जोशी,बीना श्रीवास्तव आदि का नाम याद आ रहा है।आगे चल कर बीना श्रीवास्तव और धीरा जोशी को छोड़कर अन्य सभी स्थाई उद्घोषक बन गए थे ।माहजबीं जैदी ने लखनऊ ट्रांसफर ले लिया तो केंद्र पर नजीबाबाद से नवनीत मिश्र का आगमन हुआ । लखनऊ के 'मिश्र बन्धु' परिवार की साहित्यिक पृष्ठभूमि वाले नवनीत को गोरखपुर खूब रास आया और उनकी यहीं समाचार वाचक के पद पर नियुक्ति हुई और उन्होंने प्रसारण और कहानी लेखन के क्षेत्र में यहीं से लोकप्रियता पाई ।

उन दिनों कार्यक्रम अधिकारियों में संगीत के प्रोड्यूसर प्रकाश शर्मा,आर.एन.सिंह,के. के.शुक्ला ,सतीश माथुर ,अब्दुल खालिक आदि थे । गोरखपुर में व्यतीत अवधि की नौकरी मुझे नौकरी जैसी लगी ही नहीं क्योंकि आकाशवाणी केंद्र मेरे बेतियाहाता घर के बेहद पास था ।सुबह की शिफ्ट में नाश्ता और रात की शिफ्ट में खाना घर से ही आ जाता था ।लोकल होने के कारण मैं वोकल होता चला गया ।अपनी ड्यूटी के अलावे कार्यक्रम निर्माण आदि में भी काम मिलने लगा ।खासतौर से हिन्दी की साहित्यिक रेडियो पत्रिकाओं को प्रस्तुत करने का मुझे भरपूर अवसर मिला ।

उन दिनों के अपने कामकाज में सिर्फ एक चीज़ से मुझे असुविधा हुआ करती थी जब मुझे AIR-16 नामक स्टेटमेंट बनाने को कहा जाता था ।इलाहाबाद में तो मैं इन सबसे मुक्त था लेकिन यहाँ स्टेटमेंट बनाने के रोटेशनल सिस्टम के कारण फंसना ही पडा था।भला हो सहयोगी श्री एन. भद्र का जिनके घर जाकर मैं इस स्टेटमेंट को किसी तरह बनवाया

करता था । शिफ्ट ड्यूटी में सभी तो समय पर आ जाया करते थे सिर्फ एक उमाशंकर गुप्त ऐसे थे जो कभी भी समय पर नहीं आते।फलस्वरूप सभी उन पर खीझते ।असल में वे उन दिनों बहुधन्धी थे।उनकी नियुक्ति ही जुगाड़ पर हुई थी ।बताते हैं कि उनकी ससुराल करस्यांग (दार्जिलिंग) में थी और उनके श्वसुर की वहां मिठाई की दुकान थी जहां से रेडियो के बंगाली डाइरेक्टर रसगुल्ला मंगाया करते थे ,जाया भी करते थे ।इसी मेल जोल में गुप्ताजी के श्वसुर ने गुप्ताजी को पहले कैजुअल फिर परमानेंट करा दिया।बताते हैं कि उनको फर्राटे से नेपाली बोलने आती थी और वहां नेपाली लोग बहुत थे ।आगे वे ट्रांसफर लेकर गोरखपुर आ गये थे । गोरखपुर के स्टाफ में पारिवारिकता बहुत थी।शिफ्ट के सभी लोग (इंजीनियर ,एनाउंसर,ड्यूटी अफसर) लंच ,ब्रेकफास्ट या डिनर प्रायःसाथ ही किया करते थे।कभी कभी वहीं पर चंदा लगाकर खाना भी तैयार हुआ करता था ।क्लास फोर्थ स्टाफ मदद करता था।कुछ शौकीन लोग अपने शौक का भी इंतज़ाम कर लेते थे ।इससे हमेशा सौहार्द बना रहा ।कभी कभी कुछ लोग खासतौर से इंजीनियर तुनक मिजाजी आ जाते थे तो सबसे पहले सहभोज ही प्रभावित होता था।रेडियो में कार्यक्रम,प्रशासन और अभियन्त्रण विभाग का समन्वय आवश्यक हुआ करता है जो इन तीनो विभागों में आ रहे कुछ अहंकारी लोगों की वज़ह से क्रमशः अब छिन्न भिन्न हो चला है। प्रोग्राम वाला अपने को सर्वेसर्वा मानता है तो इंजीनियर अपने को।प्रशासनिक अधिकारी भला पीछे क्यों रहे ?सो वह भी मान बैठे हैं कि 'सजनी हमहूं राजकुमार' (हे प्रिये , मैं भी राजकुमार हूँ !) !

अन्य शहरों के मुकाबले गोरखपुर में उन दिनों उतनी साहित्यिक और सांस्कृतिक गतिविधियाँ नहीं हुआ करती थी।राजनीतिक और आपराधिक मामलों में वहां कुछ ज्यादा ही सक्रियता थी।विश्वविद्यालय के हिंदी विभाग में प्रवक्ता डा.गिरीश रस्तोगी रंगमंच को समृद्ध करने में तत्पर थीं।रेडियो में केंद्र के पहले निदेशक आई.के.गुर्टू ने रेडियो नाटकों की रिकार्डिंग के लिए उनके कलाकारों का सहयोग लिया ।कविता,कहानी,संगीत की विधाओं में रेडियो ने स्वयं पहल करते हुए गोरखपुर के युवाओं और साहित्यिक रूचि वाले लोगों को मंच देना शुरू किया । यह भी सुखद संयोग रहा कि उसी दौर में संगीत विभाग को दो म्यूजिक कम्पोजर मिल गए- राहत अली और शुजात हुसैन खान ।इनकी नियुक्ति से गोरखपुर में सुगम और उप शास्त्रीय संगीत के प्रति लगाव रखने वालों को दिशा मिली ।संगीत जो एक विषय के रूप में मात्र यहाँ के विश्वविद्यालय में पढाया जाता था अब सार्वजनिक जीवन मे प्रवेश पाने लगा था ।यह भी सुखद संयोग था कि सिर्फ धुनें तैयार करने में ही नहीं गायन,वादन आदि लगभग सभी विधाओं में ये म्यूजिक कम्पोजर उस्ताद थे ।राहत भाई की शागिर्द ऊषा टंडन ने अब लखनऊ की जगह अपना प्रसारण आकाशवाणी गोरखपुर से करना शुरू कर दिया था ।उन दिनों आकाशवाणी में ए ग्रेड में बहुत कम कलाकार होते थे और ऊषा जी चूंकि ए ग्रेड की कलाकार थीं इसलिए स्वाभाविक था कि उन्हें पूरे देशा

में बुलाया जाने लगा था ।वे अपने उस्ताद राहत अली के साथ तमाम कंसर्ट में जाने लगी थीं ।गुर्टू साहब ने रेडियो नाटकों का जो सिलसिला शुरू किया था उसे उनके स्थानान्तरण के बाद भी केंद्र ने जारी रखा था ।उन दिनों सतीश माथुर रेडियो नाटक देख रहे थे और प्रोडक्शन सहयोगी श्री हसन अब्बास रिजवी थे जिनको रंगमंच का पूरा अनुभव था।सबसे लोकप्रिय ग्रामीण कार्यक्रम था जिसमें रवीन्द्र श्रीवास्तव उर्फ़ जुगानी भाई की नाटकीयता लोगों को रास आ रही थी और उनके बहाने आकाशवाणी गोरखपुर की पहुँच दूर दराज के गाँवों तक हो चली थी ।

मेरे गोरखपुर आने से सबसे ज्यादा खुश मैं स्वयं या मेरे माँ-बाप ही नहीं मेरे मित्र प्रकाश (काल्पनिक नाम ) भी थे क्योंकि वे हमारे लंगोटिया यार हुआ करते थे और लगभग छह महीनों मित्रता सुख से वंचित थे ।उनकी खुशी का एक कारण यह भी बन गया कि उन्होंने शहर के एक बड़े वकील के साथ कचहरी में बैठना तो शुरू कर दिया था लेकिन आमदनी नहीं के बराबर थी।सीनियर साहब कोई मदद नहीं कर रहे थे और मित्र को कम से कम मकान का किराया तो समय पर देना ही पड़ता था।सो,मेरी तनख्वाह उनका सहारा बनी और वे बिना नागा किये हर महीने एक निश्चित धनराशि मुझसे उठाने लगे ।तब तक मेरी शादी हुई नहीं थी और वेतन बैंक में जमा ही होना था । मुझे कतई इस बात का एहसास नहीं था कि मेरे इस रिश्तेदार कम मित्र के लिए मेरा त्याग नहीं बल्कि मेरा शोषण हो रहा है जिसका खामियाजा दशकों बाद मुझे ही उठाना पड़ा जब उनसे सम्बन्धों में दरार पड़ी।

बहुत बड़े खिलाड़ी थे बहु नामधारी मेरे मित्र प्रकाश।उन्हीं दिनों में उनके पिता को ब्रेन हैमरेज हो गया और वे और असहाय हो गए ।वे चाहते तो वापस अपने गाँव चले जाते लेकिन वे वापस गाँव जाना नहीं चाहते थे और शहर का खर्चा उठायें तो कैसे?उनकी कचहरी की कमाई कुछ थी नहीं ।इसलिए वे तमाम जुगाड़ ,धंधा पानी करने लगे ।एक कमरे का मकान उनका जुआघर में तब्दील हो गया। वे जुआडियों को पनाह देने लगे और बदले में उनको अच्छी रकम मिलने लगी ।

अब वे एक सहकर्मी की मदद से थोक भाव पर खरीद के लिए कोयले की रेक पर पैसा लगाना शुरू कर दिये और फुटकर में उसे बेंचकर मुनाफा कमाने लगे।यह सब धंधा उनके अक्सर पहनने वाले उनके काले कोट के व्यवसाय से छिप जाया करते थे ।मुझे तो मानो उन्होंने हिप्नोटाईज़ ही कर रखा था ।हाँ,जब कुछेक महीनों में ही उन्होंने अपनी मां सहित अपनी दोनों बहनों को गोरखपुर लाकर पढाने के लिए बड़ा मकान लिया तब मेरा माथा ठनका और मैंने समझ लिया कि अब इन्होने अपनी काली कमाई का पक्का रास्ता ढूँढ़ लिया है और मैंने उनसे थोड़ी दूरी बनानी शुरू कर दी ।इन मित्र की अत्यधिक निकटता ,शिफ्ट नौकरी की प्रकृति ने मुझे और लोगों से लगभग काट दिया ।अब उसे याद करके पछताता हूँ।

मेरी आकाशवाणी की सेवा रफ्तार पकड़ चुकी थी। इलाहाबाद से आते समय अपने एक सहयोगी निखिल के लव रिकमेन्डेशन ने मेरे मन को आंदोलित कर रखा था जब तक उस लड़की से मुलाक़ात नहीं हो गई। रेडियो में ही एक कैजुअल एनाउंसर हुआ करती थीं धीरा जिनके विवाह का प्रस्ताव निखिल से चला था लेकिन किसी कारणों से उस पर अमल नहीं हो पाया था। मेरी जब धीरा से उसकी ड्यूटी के दौरान मुलाक़ात हुई तो मैं हतप्रभ रह गया कि आखिर निखिल ने इतने अच्छे प्रस्ताव को ठुकरा क्यों दिया था? धीरा विश्वविद्यालय के एक प्रोफ़ेसर हेमचंद जोशी की लड़की थीं और हर मामले में परफेक्ट थीं। उनसे अपनी निकटता और फिर दूरी की एक लम्बी और रोचक दास्ताँ है । आज भी जब मैं उन दिनों को याद कर रहा हूँ तो हृदय भावुक हो चला है । यूं तो उम्र के अंतिम पडाव पर हम और वे आ चुके हैं । हम दोनों अपनी अपनी ज़िंदगी के मकडजाल में उलझे हुए हैं लेकिन फिर भी एक अदृश्य तार से जुड़े महसूस करते हैं।प्रेम ऐसी चीज़ ही है जो कभी भी विस्मृत नहीं हुआ करती ।

कुंअर बेचैन ने ' आंधियां धीरे चलो ' में लिखा है; ' वो लहरें कहाँ, वो रवानी कहाँ , बता ज़िंदगी, जिंदगानी कहाँ ! ' सचमुच मैं जब अपनी ज़िंदगी के पिछले पन्नों को आज उलट- पुलट रहा हूँ तो ज़िंदगी तो है लेकिन उसकी जिंदगानी अदृश्य है। जो मिल गया उसी को मुकद्दर समझ लेना मेरी विवशता रही है और जो नहीं मिला उसे भूल नहीं पा रहा हूँ । यह भी महसूस करता हूँ कि सेक्स और प्यार दोनों दो चीजें हैं ।यह जरूरी नहीं कि जहां सेक्स मिले ,यौन तृप्ति मिले वहां प्यार भी मौजूद हो।

इलाहाबाद से ही मन में हलचल मचा रही उस युवती धीरा से किसी एक दिन मेरी मुलाक़ात आकाशवाणी गोरखपुर के स्टूडियो में हो ही जाती है । वह मोहन राकेश के लिखे रेडियो नाटक 'आधे अधूरे' में भाग लेने आई हुई थीं।मैंने निखिल का सन्दर्भ देते हुए अपना परिचय बढाया तो उसकी आँखों में चमक आ गई।थोड़ी देर की बात ने आत्मीयता की झलक दिखला दी ।मैंने पूछा- 'आप तो यहाँ पर कैजुअल एनाउन्सर भी हैं?'मुस्कुराते हुए उसने कहा- ' हूँ तो लेकिन बुलाया कम जाता है।' बस ! आगे की मुलाकत जारी रखने के लिए मुझे क्लू मिल गया था और मैंने कैजुआल बुकिंग करने वाले से अपनी सिफारिश कर दी। धीरा अब लगभग एक सप्ताह की बुकिंग पाने लगी थीं। मेरे लिए अब वे दिन सोना चांदी के हो चले । मैंने अपनी सारी ड्यूटी धीरा के साथ लगवानी शुरू कर दी ।.....आखिर इश्क दा मामला था !

.....(शेष अगले अंक में)

# भारतीय कर व्यवस्था

अक्षय कुमार

'कर' एक महत्वपूर्ण विषय है जो भारत में अर्थव्यवस्था के लिए महत्वपूर्ण है। भारतीय कर व्यवस्था एक विशेष प्रकार के करों पर आधारित है, जिसमें सीधे और अप्रत्यक्ष कर शामिल होते हैं।

## भारतीय कर सिस्टम में कुछ मुख्य कर हैं:

आयकर (Income Tax): यह कर व्यक्ति की कमाई पर लगाया जाता है और इसका भुगतान वित्तीय वर्ष के अंतर्गत होता है।

**वस्त्रकर (Textile Tax):** यह कर उत्पादों और सेवाओं पर लगाया जाता है और इसमें सभी वस्तुओं और सेवाओं को शामिल किया गया है।

**कर बाजारी (Excise Duty):** यह कर उत्पादों पर लगाया जाता है, जिसमें उत्पाद उत्पादक के द्वारा खुदरा मूल्य पर ध्यान दिया जाता है।

**संपत्ति कर (Property Tax):** यह कर संपत्ति, जैसे कि भूमि, घर, दुकान, इमारत आदि पर लगाया जाता है।

**जीएसटी(goods and service Tax):** यह कर उस समय लगाया जाता है जब एक व्यक्ति किसी संपत्ति को बेचता है और इसमें आय प्राप्त करता है।

भारतीय कर सिस्टम को सरलीकृत करने के लिए समय-समय पर सरकार द्वारा सुधार किए गए नियम और विधि में बदलाव किए गए हैं। इससे लोगों को कर भुगतान करने में आसानी होती है और अर्थव्यवस्था को समर्थित किया जाता है। भारतीय कर सिस्टम देश के अर्थतंत्र का एक महत्वपूर्ण हिस्सा है, और इसका उचित प्रबंधन और उपयुक्त उपयोग देश के विकास में महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है।भारतीय कर सिस्टम का एक अन्य महत्वपूर्ण पहलू है राज्य सरकार और केंद्र सरकार के बीच इसका वितरण। भारत में करों का वितरण दो स्तरों पर होता है - एक राज्य कर और एक केंद्रीय कर। राज्य सरकार अपने क्षेत्र में वस्त्रकर, संपत्ति कर और अन्य स्थानीय कर लगाती है, जबकि केंद्र सरकार आयकर, जीएसटी, अन्य राष्ट्रीय स्तरीय कर और गैर-वस्त्रकर कर लगाती है।

करों का सही उपयोग और न्याय से

भुगतान देश की आर्थिक स्थिति को मजबूत बनाने में मदद करता है। यह संयमित खर्च, सरकारी योजनाओं और विकास के लिए संसाधन उपलब्ध कराने में मदद करता है। इसलिए, नागरिकों को अपने कर दायित्वों को समझना और उचित रूप से कर भुगतान करना महत्वपूर्ण है।

भारतीय कर सिस्टम राष्ट्र के आर्थिक विकास में एक महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है, और इसे सही तरीके से समझना और अपनाना राष्ट्र के लिए महत्वपूर्ण है। इससे न केवल व्यक्ति के लिए बल्कि समूहों और समाज के विकास में भी सहायता मिलती है।भारतीय कर सिस्टम में कर भुगतान करने के लिए विभिन्न तरीके हैं। सबसे आम और प्रचलित तरीका है आयकर रिटर्न (Income Tax Return) भरना। यह एक विशेष प्रपत्र होता है जिसमें व्यक्ति अपनी आय के विवरण को सरकार को सौंपता है और उसके आधार पर उचित कर भुगतान करता है।

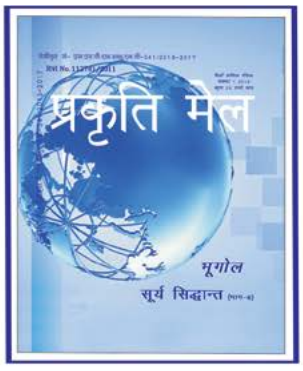
आयकर रिटर्न भरने के लिए निम्नलिखित चरणों का पालन करें: पहले, आधार कार्ड और पैन कार्ड के साथ आयकर विभाग की वेबसाइट पर जाएं और ऑनलाइन पंजीकरण करें। आयकर रिटर्न फॉर्म को डाउनलोड करें और सभी आवश्यक जानकारी भरें, जैसे आय के स्रोत, निवेश, बैंक खाते आदि।

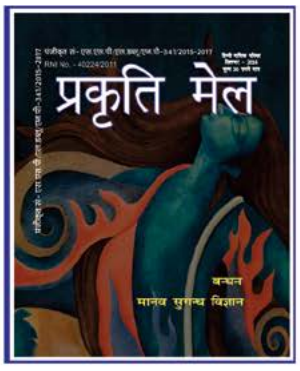
उचित रूप से आयकर रिटर्न फॉर्म को पूरा करें और अपनी आय का निगमित धार्मिकता (Form 16) का उपयोग करके आय की गणना करें।

आयकर रिटर्न फॉर्म को ऑनलाइन जमा करें और उसके साथ आवश्यक दस्तावेजों की प्रतियाँ संलग्न करें। अपने आयकर रिटर्न को विभाग के निर्दिष्ट समय सीमा के भीतर जमा करें।

इसके अलावा, भारतीय सरकार ने नियमित अंतराल पर नए कर योजनाएं और सुधार की घोषणा की है जो लोगों को उचित कर भुगतान करने के लिए प्रोत्साहित करती हैं। इससे छोटे व्यापारियों, किसानों, और आयमंत्रित लोगों को आर्थिक समृद्धि के लिए बेहतर अवसर मिलते हैं।

कर संबंधी नए सिस्टम, ऑनलाइन सुविधाएँ, और विशेष कर छूट के माध्यम से सरकार ने कर भुगतान को सरल और सुविधाजनक बनाया है। इसलिए, हर एक नागरिक को अपनी कर योजना को समझने, नियमों का पालन करने, और समय पर कर भुगतान करने के लिए सक्षम बनना चाहिए।





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**

* दवा से रोग की रोकथाम तो की जा सकती है परंतु किसी के रासायनिक गुण की अनिवार्य गति और व्यक्तित्व को नहीं बाधित किया जा सकता।

* हर अवस्था किसी गुण द्रव्य की रसायनिकता का परिणाम होता है इसे कोई चलाने का कार्य नहीं करता हर अवस्था अपने में आजाद अवस्था होती है।

* ब्रह्मांड में एक गुण ही अवस्था नहीं होती और ना ही किसी एक मार्ग पर दो अवस्थाएं गतिमान हो सकती हैं कोई भी दूसरे गुण के अनुसार उसके मार्ग पर ना चल सकता है ना किसी को अपने गुण के मार्ग पर चला सकता है।

* किसी भी अवस्था की जो भी यात्रा होती रहती है वही उसकी सरलतम यात्रा होती है परंतु हम ज्ञान अज्ञान धर्म अधर्म सही गलत के सुधारने के चक्कर में पढ़कर यात्रा को कठिन और दुर्लभ बनाने का कार्य करते हैं।

* मानव की जिंदगी कागज के पन्नों को पढ़ने से नहीं बदलती हकीकत में घटना घटने वाले मिलान से किसी भी धारा में उसका जीवन बदल सकता है जिसे कि हम लोग प्रतिबंधित किए हुए हैं और नाट्य मंचन करने में लगे हुए हैं।

* किसी विषय की इच्छा के प्रति हमारी जो भी भावना या विचारधारा होती है वह सभी मार्ग का रूप ले लेती है और इन्हीं विचारों के मार्गों से होकर ही हम उस इच्छा की पूर्ति कर पाते हैं अतः किसी इच्छा के प्रति जितने कम विचार चलेंगे उतनी ही सरल और छोटी यात्रा होगी।

* जिस प्रकार जलने के लिए तीन गुण की जरूरत होती है ईंधन अग्नि और हवा ठीक उसी प्रकार जीवन में दर्द पैदा होने में 3 का योग होता है इंसान के रूप में शरीर अग्नि रूप में विषय और हवा रूप में नकारात्मक ऊर्जा जब एक सीध में आ जाते हैं तो दर्द बढ़ने लगता है इसे रोका जा सकता है ईंधन के अंदर फेले ज्वलनशील तत्व को कम करके जो विषय के रूप में चल रहा है विषय को विराम देने से यह रुक जाता है अथवा विषय को बदल कर इसे रोका जा सकता है ।

* जिस प्रकार हानिकारक जीवाणु रोकने के लिए जीव वाह त्वचा का निर्माण सदा कर लेता है ठीक उसी प्रकार व्यक्ति के फैलाव में आने वाली रुकावट हानिकारक जीवाणु को रोकती है जब व्यक्ति का विकास पूर्ण हो जाता है तो उसका व्यक्तित्व सुगंध बनकर स्वतः फैलने लगता है।

# जीवन में उत्पन्न प्रकाश के हल का बीज गणितीय सूत्र

$$\frac{SLQ}{+Q} = +SL \qquad \frac{SLQ}{-Q} = -SL$$

अशोक मानव

## S-SUBJECT(विषय)

प्रकृति गुणात्मक सुगंध के पदार्थ हेतु जीवन का निर्माण करती है। जीवन की रचना प्रकृति का विषय है। व्यक्ति खुशहाली के साथ जीवन जीता रहे इसके लिए स्वयं (प्रकृति) नए विषय जोड़ती रहती है। जैसे परिवार अन्य संबंध और साधन। प्रकृति अपने विषय को पूरा करने के लिए व्यक्ति को तब तक जीवित रखती है जब तक विषय का निर्माण करना रहता है और निर्माण में जिस साधन की आवश्यकता होती है उसके विषय के रूप में जोड़ती रहती है और उसके प्रति आकर्षण पैदा करती रहती है।

**L-LIFE (जीवन) -** जीवन की रचना विषय को पूरा करने के लिए होती है। विषय की पूर्ति के लिए जीवन और जीवन को चलाने के लिए विषय की व्यवस्था प्राकृतिक रूप से होती है।

## Q-QUESTION(प्रश्न)

जीवन में प्रश्न उन विषयों के लिए पैदा होता है जो व्यक्ति की इच्छा अनुसार नहीं हो पाता है अथवा समस्याएं जो बीमारी या कुछ छूट जाने के लिए उत्पन्न होती है।

विषय निर्माण हेतु जिस विषय की आवश्यकता होती है उसे प्रकृति स्वयं उपलब्ध कराती है पर कुछ विषय ऐसे होते हैं जो व्यक्ति दूसरे से प्रभावित होकर लालच या तृष्णा वश बनाने लगता है या नकारात्मक ऊर्जा आकर्षण बन कर उसके साथ जुड़ जाती है। ऐसे जोड़ से हानिकारक जीवाणु पैदा होने लगता हैं जो प्रकृति के विषय को पूरा होने में रुकावट डालने की क्रिया करते हैं। जिसे व्यक्ति नहीं जान पाता है क्योंकि उसका परिणाम भविष्य में मिलता है पर प्रकृति को पहले पता होता है। इसलिए प्रकृति उसे जोड़ने नहीं देती है और जो कुछ समय के लिए जोड़कर विषय को पूरा करने में सहयोग करता है और बाद में हानि पहुंचाता है तो ऐसे जोड़ को प्रकृति छुड़वा देती है। जब व्यक्ति पदार्थ स्वरूप में हानि पहुंचाने वाला कोई पदार्थ खा लेता है तो विषय को बचाने के लिए प्रकृति किसी बीमारी के माध्यम से खत्म कर देती है। इसी का जवाब पाने के लिए व्यक्ति के अंदर प्रश्न बनता है । यही प्रश्न नकारात्मक ऊर्जा को जन्म देता है जो विषय पूर्ति में रुकावट बनता है।

+Q, +धनात्मक (सकारात्मक) से (Q) प्रश्न काटते हैं तो +SL उत्तर हो जाता है अर्थात

| | |
|---|---|
| **S-SMILING** | **L-LIFE** |
| **S-SPIRITUAL** | **L-LIFE** |
| **S-SMELLING** | **L-LIFE** |
| **S-SWEET** | **L-LIFE** |
| **S-SAFE** | **L-LIFE** |

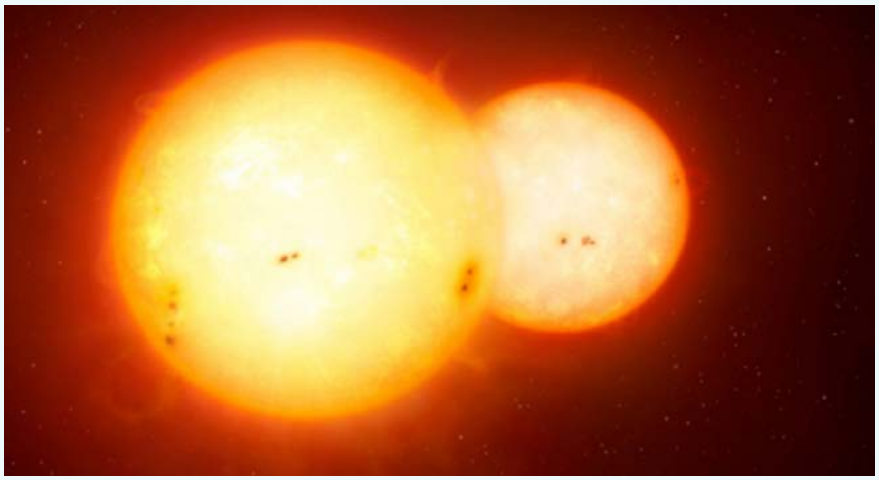
जब व्यक्ति SLQ को +Q से काट देता है और सोच धनात्मक होती है तो प्रश्न के जवाब में अपने (अन्दर) नये विषय जोडकर पीछे के विषय से उत्पन्न होने वाले प्रश्न के बारे में नहीं सोचता उसे भूल जाता है तो उसका जीवन (SMILING LIFE) खुशहाल जीवन में परिवर्तित हो जाता है ।

जब व्यक्ति SLQ को +Q से यह जानकर काटता है जो की जो प्रश्न तैयार हुआ है उसका वैज्ञानिक कारण है अर्थात अपने ज्ञान से उत्पन्न होने वाले प्रश्न का सही जवाब ढूढ़ कर +Q से Q (प्रश्न) को काट देता है तो उसका जीवन (SPIRITUAL LIFE) (अध्यात्मिक जीवन) की तरफ बढने लगता है और धीरे धीरे वह अध्यात्मिक व्यक्ति बन जाता है ।

जब व्यक्ति SLQ को +Q से जीवन में जिस विषय से प्रश्न उत्पन्न करता है उसकी गन्ध से अपनी गन्ध मिलाकर अर्थात उसे जीतकर काटता है तो (SMELLING LIFE) या सुगन्धित जीवन बन जाता है ।जिसमे एक नयी सुगन्ध का जन्म होता है ।

जब व्यक्ति SLQ को +Q से प्रश्न उत्पन्न होने वाले विषय को अपनी प्रवृत्ति के रूप में परिवर्तित करके काटता है तो (SWEET LIFE) प्यारा जीवन हो जाता है । उसके जीवन में अपनी प्रवृत्ति का एक निर्माण हो जाता है । जिसकी संख्या इस प्रक्रिया से बढती जाती है और एक गुण का एक समूह तैयार हो जाता है ।

जब व्यक्ति SLQ को +Q से यह सोचकर बनाकर काटता है कि मुझे बनाने वाला जो कर रहा है वह मेरे लिए अच्छा होगा अपने इस विश्वाश से अपने अंदर प्रश्न ही नहीं बनने देता है तो +Q से Q स्वतः कट जाता है और उसका जीवन (SAFE लाइफ) सुरक्षित हो जाता है ।जिसे प्रकृति अपने विषय निर्माण के लिए सुरक्षित रखती है ।



**'एहसास करने की सक्रीयता अपने निर्माण का इंधन जोड़ते हुए अपने बीजत्व का निर्माण स्वारासयन से करते हुए अपने भूगोल का निर्माण कर स्व यात्रा को पूर्ण करता है ।'**

जब SLQ को -Q से काटते हैं तो - SL उत्तर बचता है यह सूत्र उन लोगों के लिए होता है जिनमें नकारात्मक ऊर्जा अधिक हो जाती है औरप्रश्न की मात्रा बढ़ जाती है । हर विषय में प्रश्न पैदा होने लगता है तो उत्तर - sl हो जाता है जो जीवन को sad लाइफ (दुखी जीवन ) बना देता है ऐसे लोग प्रश्न काट भी देते हैं तो भी ऋणआत्मक चिन्ह नहीं खत्म होता है जिसके कारण वे किसी गहरी सोच में बने रहते हैं और जीवन अधिकतर दुखी बना रहता है ।

कुछ विषय पारिवारिक होते हैं जो दुख का कारण बनते हैं। जिसमें अलग-अलग प्रवृत्ति का होना होता है । एक परिवार में जीतने सदस्य होते हैं उनकी प्रवृतियां अलग-अलग होते हैं। जिसकी जो प्रवृत्ति होती है उसी तरह का जीवन जीना चाहता है। दूसरे के रोकने पर अहंकार जग जाता है और जवाब गलत देते हैं अभिभावक को कष्ट होता है यहां पर यह सोचने का विषय है कि जो व्यक्ति अपनी प्रवृत्ति के अनुसार चल रहा है वह उसके शरीर का गुण है । यदि हम एक गाय से उम्मीद करें कि वह शेर की तरह क्यों नहीं रहती है तो इसमें गाय का दोष है या हमारी सोच का। इसलिए जहां तक हो सके प्रवृत्ति में हस्तक्षेप ना करें । जब प्रश्न नहीं बनेगा तो दुख नहीं होगा। कुछ बातें गलत होती हैं उसका परिवर्तन करने के लिए प्रश्न ना बनाएं बल्कि जैसी दिशा देना चाहते हैं उसी तरह का भाव उसके लिए छोड़े। छूटा हुआ भाव उसकी प्रवृत्ति का परिवर्तन करता है। जिससे व्यक्ति धीरे-धीरे उसी दिशा में चलने लगता है और व्यक्ति के प्रश्न का उत्तर मिल जाता है।

व्यक्ति के जीवन में उत्पन्न होने वाले प्रश्न ही दुख का कारण होते हैं। यदि उनका सही जवाब खोज लिया जाता है तो दुख खत्म हो जाता है। उपरोक्त सूत्र से हर प्रवृत्ति के लोग जीवन में विषय से उत्पन्न होने वाले प्रश्न को धनात्मकता से काट उत्तर प्राप्त कर सकते हैं। आप सभी सूत्र का प्रयोग करके अपना जीवन खुशहाल बनाएं और अपनी सुगंध से नई सुगंध बनाकर प्रकृति को महकाए। अपने जीवन में प्रश्न ही ना उत्पन्न होने दें। यदि उत्पन्न हो ही जाता है तो उसका उत्तर ढूंढ कर उससे बाहर निकालें। तभी जीवन हमेशा खुशहाल रह सकता है ।

# प्रश्न हमारे
# उत्तर श्री अशोक मानव जी के

**प्रश्न :- न्याय किसे कहते हैं?**

उत्तर :- जो जैसा गुण बनाता है वैसा ही एहसास करता है जिससे उसकी तत्व मृदा की यात्रा पूर्ण होती है यात्रा का भौगोलिक एहसास ही प्राकृतिक न्याय है।

**प्रश्न :- आकृति किसे कहते हैं?**

उत्तर :- तत्व पदार्थ और जीव की मृदा प्रकृति गुणात्मकता को सिद्धांत करने हेतु ईधन मिलान करने के भौगोलिक दुर्ग को आकृति कहते हैं।

**प्रश्न :- प्राकृतिक योग क्या होता है?**

उत्तर :- मानव की प्रवृत्ति अंदाज बोलना बैठना सोना चिंतन करना शरीर की बनावट आज प्राकृतिक योग है मानव का जैसा स्वभाव एवं प्रवृत्ति होती है उसी तरह की शारीरिक क्रिया करता है उसकी यह क्रिया प्राकृतिक योग होती है।

**प्रश्न :- दूसरों का प्रभाव हम पर कब पड़ता है ?**

उत्तर :- किसी का भाव आप पर तब तक प्रभावकारी नहीं हो पाता है, जब तक कि आप भी उससे संबंधित भाव न बनाएं।

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, उ० प्र०**
**ईमेल - info@parkritimail.com, editor.prakritimail@gmail.com**

# जंतर मंतर एक वैज्ञानिकता

**अभय सिंह**

जंतर मंतर भारत की ऐतिहासिक धरोहरों में से एक है, जो दिल्ली में स्थित है। यह विजयनगर सम्राट महाराजा जयसिंघ द्वारा 1724 ईसा पूर्व में बनवाया गया था। जंतर मंतर एक वैज्ञानिक यंत्र गुणांकन का समय गणक है, जिसे ज्ञानी ऋषि यावनराज विद्याधर ने बनाया था।

यह विजयनगर की वास्तुकला का अद्भुत उदाहरण है और भारत के इतिहास में वैज्ञानिक गणित की उपलब्धियों को संबोधित करता है। जंतर मंतर में पांच प्रमुख यंत्र हैं - सम्रत यंत्र, जयप्रकाश यंत्र, रामयान यंत्र, दक्षिण यंत्र, एवं नारी यंत्र। ये यंत्र सूर्य, चंद्रमा, नक्षत्र, ग्रह एवं राशि आदि की गतिविधियों का अध्ययन करने के लिए बनाए गए थे।

जंतर मंतर की बातचीत भारतीय इतिहास में महत्वपूर्ण है। यह स्थान एक आकर्षण स्थल के रूप में भी प्रसिद्ध है, जहां लोग विज्ञान, गणित और वास्तुकला के साथ-साथ भारतीय इतिहास के अध्ययन का आनंद लेते हैं। इसे विश्व की सबसे बड़ी सन्धिक्षेत्र भी माना जाता है, जिसमें विभिन्न गणनाओं और खगोलीय घटकों को अध्ययन करने के लिए उपयुक्त यंत्र स्थापित हैं।

यह ऐतिहासिक स्थल दिल्ली की धरोहर में से एक है और इसे राष्ट्रीय धरोहर के रूप में संरक्षित किया गया है। यहां के यंत्रों के निर्माण में इतिहास, विज्ञान और वास्तुकला के संगम का सुंदर उदाहरण है जो आज भी लोगों को प्रेरित करता है।

कुल संक्षेप में, जंतर मंतर एक ऐतिहासिक स्थल है जो भारतीय विज्ञान, गणित और वास्तुकला के संगम को प्रस्तुत करता है। यह दिल्ली में एक आकर्षण स्थल के रूप में भी प्रसिद्ध है जो विज्ञान और इतिहास के शौकीन लोगों के लिए एक साहसिक साफर है। इसके अलावा, जंतर मंतर विश्व की सबसे बड़ी सन्धिक्षेत्र के रूप में भी महत्वपूर्ण है जिसमें गणित और खगोलीय विज्ञान के बारे में अध्ययन करने के लिए विभिन्न यंत्र स्थापित हैं।जंतर मंतर को भारत के राष्ट्रीय धरोहरों के तहत रखा गया है और यह विश्व की संस्कृति और विज्ञान के समृद्ध विरासत का एक महत्वपूर्ण प्रतीक है। इस स्थल पर आने वाले

यात्री विज्ञान, गणित, और भारतीय इतिहास के माध्यम से प्राचीन ज्ञान को अनुसंधान करते हैं। जंतर मंतर का दौरा करके, लोग विज्ञानी दृष्टिकोन से भारतीय विज्ञान और गणित की विकास यात्रा को भी जानते हैं।

जंतर मंतर में सम्राट यंत्र भारतीय राजवंशों के राजमंदिरों के लिए नक्शे को बनाने में मदद करता था, जो सूर्य, चंद्रमा, नक्षत्र और ग्रहों के मार्ग को निर्धारित करते थे। इसके साथ ही, जयप्रकाश यंत्र विभिन्न ग्रहों के गति में अंतर्दृष्टि प्रदान करता था। दक्षिण यंत्र नारी यंत्र आदि का उपयोग भूगर्भ गतिविधियों के अध्ययन में किया जाता था।

जंतर मंतर भारतीय राजा-महाराजों के विज्ञान प्रेम का एक शानदार उदाहरण है, जो उनके समय में गणित, खगोल, और विज्ञान के क्षेत्र में उनके साम्राज्य के समृद्धि को प्रमाणित करता है। इसे आज भी विश्वस्तरीय विज्ञानी, शिक्षाविदों, और ऐतिहासिक अनुसंधानकर्ताओं द्वारा अध्ययन का केन्द्र बनाया जाता है। जंतर मंतर की यात्रा विज्ञान, गणित, और वास्तुकला के प्रेमी लोगों के लिए एक सफल साहसिक अनुभव होती है। इस स्थल पर आने वाले लोग भारतीय इतिहास के शानदार अध्ययन के साथ-साथ, भारतीय विज्ञान और गणित की महानता को भी समझते हैं। यह स्थान भारतीय धरोहर के रूप में गर्व से संरक्षित है, जो भविष्यी आवागमन को प्रेरित करता है और दर्शकों को प्राचीन भारतीय ज्ञान के साथ जुड़ाता है।जंतर मंतर के अत्यधिक वैज्ञानिक महत्व के साथ-साथ, यह भारतीय इतिहास के संबंध में भी एक महत्वपूर्ण स्थल है। यह संभवतः भारतीय इतिहास के समय के विज्ञान, गणित और खगोलीय ज्ञान के विकास की प्रमुख साक्षात्कारी धरोहरों में से एक है।

जंतर मंतर एक बहुत ही उत्कृष्ट इंजीनियरिंग श्रेष्ठता का उदाहरण है, जो संरक्षित रूप से बना हुआ है। इसमें ब्रास और स्टोन से बने यंत्र उपयोग किए गए हैं, जो उस समय की दुर्लभ तकनीक को दर्शाते हैं। इसके निर्माण में प्राचीन भारतीय विद्वानों की शानदार कारिगरी दिखती है, जो विज्ञान, गणित और वास्तुकला को एकत्र करती थी।

जंतर मंतर के साथ जुड़े अनेक रोचक किस्से भी सुनाए जाते हैं। इसके बारे में कहानियां जैसे कि विद्याधर के विज्ञान और गणित के प्रति अद्भुत रूचि की चर्चा ताज़ी रहती हैं। जयसिंघ द्वारा इसे बनवाने का उद्दीष्ट भी विशेष रूप से रोचक है, जो उनके विज्ञान और विद्या प्रेम को प्रकट करता है।

# नारी एक-दायित्व अनेक, पर ठोस सशक्तिकरण बाकी...

गोवर्धन दास बिन्नाणी
'राजा बाबू'
बीकानेर , राजस्थान

**अब आज के परिप्रेक्ष्य में महिलाओं के सशक्तिकरण का सवाल बहुत मायने रखता है क्योंकि जब महिलायें सशक्त होंगी तभी वे अपने घर के साथ साथ समाज को भी सशक्त बना पायेंगी । यह सर्वमान्य तथ्य है कि एक सशक्त समाज की सशक्त राष्ट्र निर्माण मे महत्वपूर्ण भूमिका होती है और इस तरह महिलायें राष्ट्र निर्माण में निर्णायक भूमिका निभाती हैं।**

**आज के परिप्रेक्ष्य में महिलाओं के सशक्तिकरण का सवाल बहुत मायने रखता है क्योंकि जब महिलायें सशक्त होंगी तभी वे अपने घर के साथ साथ समाज को भी सशक्त बना पायेंगी । यह सर्वमान्य तथ्य है कि एक सशक्त समाज की सशक्त राष्ट्र निर्माण मे महत्वपूर्ण भूमिका होती है और इस तरह महिलायें राष्ट्र निर्माण में निर्णायक भूमिका निभाती हैं।**

मनुस्मृति के अध्याय 3 में उल्लेखित ***'यत्र नार्यस्तु पूज्यन्ते रमन्ते तत्र देवताः'*** (श्लोक ५६) का आशय है 'जहां स्त्रीजाति का आदर-सम्मान होता है, उनकी आवश्यकताओं -अपेक्षाओं की पूर्ति होती है, उस स्थान, समाज, तथा परिवार पर देवतागण प्रसन्न रहते हैं'। इसी प्रकार हमारे वेदों, ऋग्वेद हो या यजुर्वेद, सामवेद हो या अथर्वेद, सभी में नारी को अत्यंत महत्वपूर्ण, गरिमामय, उच्च स्थान प्रदान किया गया है। इसलिये भले ही मनुस्मृति को विवादास्पद ग्रन्थ मानें लेकिन इसमें वर्णित उपरोक्त श्लोक हमारे पूर्वजों के विचारों / मान्यताओं को प्रतिपादित करता है। अतः यह स्पष्ट है कि हमारे समाज में नारी का सनातन काल से ही एक महत्वपूर्ण सम्मानित स्थान है ।

इसलिये हम कह सकते हैं कि हमेशा से नारी केंद्र में ही रही है यानि वैदिक काल से लेकर आज तक हमेशा नारी की सुरक्षा , शिक्षा पर हमेशा ध्यान दिया गया है और हर तरह से सम्मानजनक स्थान देने की कोशिशें होती रही हैं । लेकिन इसके बावजूद नारियाँ आज तक अपना सही स्थान पाने के लिये संघर्ष कर रही हैं । यह सभी जानते हैं कि संसार में किसी भी पुरूष की उत्तपत्ति और उसकी पहचान एक नारी से ही होती है और इस दुनिया मे वह चाहे जितना महान हो एक नारी के कोख से ही जन्म लेकर मृत्यु को प्राप्त करता है ।

अब आज के परिप्रेक्ष्य में महिलाओं के सशक्तिकरण का सवाल बहुत मायने रखता है क्योंकि जब महिलायें सशक्त होंगी तभी वे अपने घर के साथ साथ समाज को भी सशक्त बना पायेंगी । यह सर्वमान्य तथ्य है कि एक सशक्त समाज की सशक्त राष्ट्र निर्माण मे महत्वपूर्ण भूमिका होती है और इस तरह महिलायें राष्ट्र निर्माण में निर्णायक भूमिका निभाती हैं।

इन सबको जानते हुये भी सारे राजनैतिक दल संरक्षण के साथ सशक्तिकरण के वायदे तो बहुत करते हैं,लेकिन अभी भी विधानसभाओं एवं संसद की तो बात छोड़िये, नौकरी में महिलाओं को 30% आरक्षण दिया नहीं गया है जिसके चलते आज भी महिलायें संघर्षरत हैं। इसके बावजूद पारिवारिक हो या सामाजिक, व्यावसायिक क्षेत्र हो या नौकरी सभी जगह महिलायें अपना परचम फैलानें में सफल नज़र आ रही हैं । इन सबके पीछे मुख्य कारण है, हम सबकी बदली हुई सोच यानि आज परिवार हो या सरकार सभी बाल विवाह, भ्रूण हत्या, दहेज़ प्रथा, बाल मजदूरी, घरेलू हिंसा आदि सब पर सामाजिक एवं क़ानूनी रूप से प्रतिबंध लगाने में एक सक्रिय भूमिका अदा की है । इस तरह हमारे देश में बालिका शिक्षा, प्रौढ़ शिक्षा, बाल विवाह, स्वास्थ्य वगैरह क्षेत्रों में अनेकों सुधारात्मक कदम भी निरन्तर उठाये जा रहे हैं जिसके चलते आजकल महिलायें तकनीकी, प्रबंधकी, प्रशासनिक, आर्थिक, रक्षा वगैरह अनेक क्षेत्रों में कार्यरत हैं यानि आज शायद ही ऐसा कोई सैक्टर होगा जिसमें महिलाओं की उपस्थिति दर्ज ना हुई हो। उदाहरण के तौर पर आज अनेकों महिलायें सफल वैज्ञानिक के तौर पर दवा क्षेत्र हो या अन्तरिक्ष सभी जगह अपना परचम फैला रही हैं। इसी तरह विदेशी मामले हो या कानूनी या फिर रक्षा , सभी जगह अपनी पैठ बना पाने में सफल हैं।

अन्त में आपके ध्यान्नार्थ नौकरी वाले स्थान में सुरक्षा की दृष्टि के साथ साथ सुविधा से सम्बन्धित अनेक सार्थक कदम भी उठाये गये हैं । इसके साथ साथ महिलाओं को आत्म-प्रतिरक्षा के गुर भी व्यापक रूप से सिखाये जा रहे हैं ताकि वे अपना बचाव स्वयं कर सकें । इन सबके बावजूद यह उल्लेखित करना भी जरुरी है कि अभी भी महिलाओं के संरक्षण और सशक्तिकरण वाली प्रक्रिया जारी रखना अति आवश्यक है क्योंकि अभी भी बहुत कुछ करना बाकी है।

# चंद्रयान 3 चंद्रमा की ओर

मानवेन्द्र त्रिपाठी

**भारतीय अंतरिक्ष अनुसंधान संगठन (इसरो) और उनके वैज्ञानिकों का सपना है, चंद्रयान के माध्यम से चंद्र की सतह के रहस्यों को खोलना और अंतरिक्ष की अनगिनत गुप्त जानकारी को प्रकट करना। यह साबित करता है कि भारत अंतरिक्ष अनुसंधान के क्षेत्र में अग्रणी रूप से सफलता की ओर बढ़ रहा है और अंतरिक्ष विज्ञान में एक महत्वपूर्ण स्थान बना रहा है। चंद्रयान के सभी मिशनों के सफल होने से भारत ने विश्व में अपने अंतरिक्ष अनुसंधान के क्षेत्र में अपनी पहचान बनाई है**

नोबेल पुरस्कार के विजेता रवींद्रनाथ टैगोर ने एक कहावत कही थी, 'अगर तुम चांद को पाने की कोशिश करो, तो तुम अवश्यांभावी रूप से तारों को भी पा लोगे।' यह कहावत नहीं सिर्फ उस समय के मानवता के विज्ञान के उत्थान को दर्शाती है, बल्कि विज्ञानी समुदाय की निरंतरता और उनके लक्ष्यों की दृढ़ता को भी प्रतिस्पर्धी ताकत के साथ दिखाती है। भारतीय अंतरिक्ष अनुसंधान संगठन (इसरो) के मुख्यालय में भारतीय वैज्ञानिकों ने भी इसी आदर्श के साथ चंद्रयान मिशन को शुरू किया था। यहां हम चंद्रयान के सभी मिशनों पर एक हिंदी लेख प्रस्तुत कर रहे हैं, जो इस अद्भुत यात्रा की रूपरेखा और महत्वपूर्ण बिंदुओं को संक्षेप में प्रकट करता है।

## चंद्रयान-1 (Chandrayaan-1)

भारत का पहला चंद्रयान मिशन, चंद्रयान-1, 22 अक्टूबर 2008 को इसरो द्वारा सफलतापूर्वक प्रक्षेपित किया गया था। यह मिशन चांद की सतह की पूरी तस्वीरें लेने और उसके तापमान, तत्व, और तारे वायुमंडल की अध्ययन के लिए था। चंद्रयान-1 ने चंद्र की नकली सतहों की पहचान की और तत्व सिद्धांतों को समझने में महत्वपूर्ण योगदान दिया।

## चंद्रयान-2 (Chandrayaan-2)

चंद्रयान-2 को 22 जुलाई 2019 को भारतीय अंतरिक्ष अनुसंधान संगठन द्वारा लॉन्च किया गया था। यह मिशन चंद्र की दक्षिणी ध्रुवीय सतह पर चंद्रविमान विकसित करने के लिए था। इसमें थ्रुस्टर, रोवर, और भारतीय चंद्रविमान श्रीकांता को शामिल किया गया था। यह मिशन चंद्र की ध्रुवीय सतह पर जलवायुमंडल और सतहीय तत्वों का अध्ययन करने के लिए था। खासकर, चंद्रयान-2 के रोवर ने बहुतांतर क्षेत्रों पर पृथ्वी की तुलना में समुद्री कार्बन और जलवायु से संबंधित अध्ययन के लिए महत्वपूर्ण जानकारी प्रदान की।

## चंद्रयान-3 (Chandrayaan-3):

चंद्रयान-3 भारतीय अंतरिक्ष अनुसंधान संगठन द्वारा प्रासंगिक समय पर लॉन्च किया जा सकने वाला तीसरा मिशन है। यह मिशन प्राथमिकता रखने वाले अंतरिक्ष साधनों के विकास के लिए एक महत्वपूर्ण पहल है और यह भारत के अंतरिक्ष अनुसंधान के क्षेत्र में एक बड़ा कदम साबित हो सकता है।इन सभी चंद्रयान मिशनों ने भारतीय वैज्ञानिकों को अंतरिक्ष अनुसंधान के क्षेत्र में वैशिष्ट्यपूर्ण उपलब्धियों के साथ संबंधित तारीख़, संघर्ष, और सफलता की कहानियों का सम्मान किया है। चंद्रयान मिशन ने अंतरिक्ष के रहस्यमयी जगत के प्रति हमारी जिज्ञासा को प्रेरित किया है और इस अनोखी यात्रा का अंत नहीं है, बल्कि यह एक नई शुरुआत है जो हमारे भविष्य को रौंगते उठाने की शक्ति रखती है।

इन मिशनों के माध्यम से भारतीय अंतरिक्ष अनुसंधान संगठन (इसरो) ने वैज्ञानिकों को न केवल राष्ट्रीय स्तर पर, बल्कि अंतरराष्ट्रीय स्तर पर भी महत्वपूर्ण उपलब्धियों के साथ सम्मानित किया गया है। चंद्रयान-1 ने अपने प्रथम दर्शन से ही चंद्र की नकली सतहों की पहचान करने में सफलता प्राप्त की और चंद्रयान-2 ने अपने रोवर श्रीकांता के माध्यम से चंद्र की ध्रुवीय सतह पर अनुसंधान के लिए राष्ट्रीय और अंतर्राष्ट्रीय वैज्ञानिक समुदाय को संबोधित किया। इससे भारतीय अंतरिक्ष अनुसंधान के क्षेत्र में स्थान बढ़ा और विश्व भर के अन्य अंतरिक्ष संगठनों के साथ सहयोग और ज्ञान-विनिमय का संधान हुआ। चंद्रयान मिशन के सफलता से भारतीय वैज्ञानिकों ने स्वयं को अंतरिक्ष विज्ञान के क्षेत्र में एक विश्वस्तरीय खिलाड़ी के रूप में साबित किया है। भविष्य में चंद्रयान मिशनों के संबंध में भारतीय अंतरिक्ष अनुसंधान संगठन की योजना है, जिसमें चंद्रयान-3 और चंद्रयान-4 को शामिल किया गया है। चंद्रयान-3

मिशन का उद्देश्य चंद्रविमान को चंद्र की सतह पर उपलब्ध जगहों पर निर्भर करते हुए जलवायुमंडल, तारे वायुमंडल, और बिजली वायुमंडल का अध्ययन करना है।

चंद्रयान-4 मिशन का उद्देश्य चंद्रविमान को चंद्र के पूर्वी क्षेत्र में प्रक्षेपित करना है और चंद्रविमान वायुमंडल के बारे में और अधिक जानकारी एकत्र करना है।

भारतीय अंतरिक्ष अनुसंधान संगठन (इसरो) और उनके वैज्ञानिकों का सपना है, चंद्रयान के माध्यम से चंद्र की सतह के रहस्यों को खोलना और अंतरिक्ष की अनगिनत गुप्त जानकारी को प्रकट करना। यह साबित करता है कि भारत अंतरिक्ष अनुसंधान के क्षेत्र में अग्रणी रूप से सफलता की ओर बढ़ रहा है और अंतरिक्ष विज्ञान में एक महत्वपूर्ण स्थान बना रहा है। चंद्रयान के सभी मिशनों के सफल होने से भारत ने विश्व में अपने अंतरिक्ष अनुसंधान के क्षेत्र में अपनी पहचान बनाई है और भविष्य में भी इस क्षेत्र में नई उपलब्धियों के साथ नए उच्चाईयों को छूने की उम्मीद है। चंद्रयान मिशन के माध्यम से हमारी यात्रा अभी बाकी है और अंतरिक्ष के गहरे रहस्यों को सुलझाने की हमारी प्रतिबद्धता कभी भी कम नहीं होगी। भारतीय अंतरिक्ष अनुसंधान संगठन (इसरो) ने चंद्रयान मिशनों के माध्यम से देश के वैज्ञानिकों को न केवल अंतरिक्ष विज्ञान के क्षेत्र में अग्रणी बनाया है, बल्कि इससे देश की गरिमा और विज्ञान-तकनीकी क्षमता में भी वृद्धि हुई है। इसरो ने अपने प्रत्याशाओं को ऊंचा करते हुए चंद्रयान-2 मिशन में चंद्रविमान और रोवर को सफलतापूर्वक चंद्र की ध्रुवीय सतह पर पहुंचाया, जो एक ऐतिहासिक क्षण था।

चंद्रयान-2 के रोवर ने अपने प्राकृतिक वातावरण के अध्ययन से भी विश्व को ज्ञान का भण्डार प्रदान किया। रोवर ने चंद्र की सतह के भूगर्भीय विकास को समझने के लिए खासकर अंतरिक्ष और पृथ्वी के बीच के जलवायुमंडल में उपस्थित अनुप्राणिय गैसों के बारे में अद्भुत जानकारी प्रदान की। इसके साथ ही, चंद्रयान मिशनों ने विज्ञानियों को और अधिक प्रेरित किया है और उन्हें नए और उत्कृष्ट अन्तरिक्ष मिशनों की योजना बनाने के लिए प्रेरित किया है। इसरो ने अंतरिक्ष के क्षेत्र में एक साथ तकनीकी और वैज्ञानिक उपलब्धियों के साथ अपनी अग्रणी स्थान को सुनिश्चित किया है और इसके फलस्वरूप, भारत अंतरिक्ष अनुसंधान के क्षेत्र में एक गर्वशील राष्ट्र के रूप में पहचाना

**चंद्रयान के सफल मिशनों ने हमें दिखाया है कि संघर्ष और समर्पण से हम किसी भी लक्ष्य को प्राप्त कर सकते हैं। भारत के अंतरिक्ष कार्यक्रम का सफलता का सफर अभी भी जारी है और इसमें और भी कई चुनौतियां और अवसर होंगे। हमारे वैज्ञानिकों का संकल्प और दृढ निर्णय हमें विजयी बनाए रखेगा और हमें समय के साथ आगे बढ़ते हुए अंतरिक्ष के रहस्यों को सुलझाने का निरंतर प्रयास करते रहेंगे। भारत का अंतरिक्ष अनुसंधान दुनिया के लिए नई ऊंचाइयों को छूने का संकल्प लेकर आगे बढ़ रहा है और हम सभी को इसमें गर्व महसूस होता है।**

जाता है।

चंद्रयान के सफल मिशन ने देश की विज्ञान-और-तकनीकी क्षमता को दुनिया के सामने प्रदर्शित किया है और भविष्य में भी अंतरिक्ष विज्ञान के क्षेत्र में भारत को एक अग्रणी राष्ट्र के रूप में और उंचाइयों तक पहुंचाने की प्रेरणा दी है। भविष्य में इसरो की योजनाएं और मिशनें अंतरिक्ष के रहस्यों को सुलझाने और इंसानियत के लिए नए संभावनाओं को खोलने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाएंगी। चंद्रयान मिशन के सफल होने से भारतीय अंतरिक्ष अनुसंधान संगठन (इसरो) और देश के वैज्ञानिकों के दृढ संकल्प को साबित होता है कि भारत भविष्य में अंतरिक्ष विज्ञान के क्षेत्र में और भी अधिक उपलब्धियों को हासिल करेगा और सूर्य, चंद्र, और अन्य ग्रहों के प्रेक्षाग्रही सतेलाइट के माध्यम से और भी अधिक विज्ञान की दुनिया में अपनी गरिमा को सुनिश्चित करेगा।

इसरो के वैज्ञानिकों का लक्ष्य हमेशा से रहा है कि वे भारतीय अंतरिक्ष कार्यक्रम को सुसंगत बजट और सामर्थ्य से प्रबल बनाएं और अंतरिक्ष के क्षेत्र में आगे बढ़ें। चंद्रयान मिशन के सफल होने से इसरो ने भारतीय अंतरिक्ष अनुसंधान में वैशिष्ट्यपूर्ण स्थान बनाया है और भविष्य में भी विज्ञान के उत्कृष्ट क्षेत्र में अपनी मार्क्सवादी पहचान को और भी मजबूत करने का प्रयास करेगा। चंद्रयान मिशन के साथ-साथ, इसरो के वैज्ञानिकों ने धीरे-धीरे सूर्य से लेकर मंगल और शुक्र जैसे अन्य ग्रहों के अध्ययन के लिए भी योजनाएं बनाई हैं। इसरो की उपलब्धियों के साथ, भारत अंतरिक्ष अनुसंधान वैज्ञानिक समुदाय ने अंतर्राष्ट्रीय स्तर पर भी अपनी पहचान बनाई है और भारत को अंतरिक्ष के क्षेत्र में एक महत्वपूर्ण खिलाड़ी के रूप में पहचाना जा रहा है।

इसरो के सफल मिशनों और उद्यमीता के पीछे एक और महत्वपूर्ण उद्देश्य है - वैज्ञानिक रिसर्च को सामाजिक और आर्थिक विकास के लिए उपयोगी बनाना। अंतरिक्ष के क्षेत्र में प्रगति और अनुसंधान देश को न केवल वैज्ञानिक लाभ प्रदान करते हैं, बल्कि इससे उद्यमीता, नई तकनीक, नौकरियों का सृजन और आर्थिक संभवनाएं भी बढ़ती हैं। इसरो के वैज्ञानिकों और उनके सहयोगी टीमों का संघर्ष, समर्पण और निष्ठा भारतीय अंतरिक्ष अनुसंधान को सफलता की ऊँचाइयों तक पहुंचाएगा। इसरो का सपना है कि भारत एक दिन अंतरिक्ष के क्षेत्र में अंतर्राष्ट्रीय स्तर पर एक प्रमुख राष्ट्र के रूप में विकसित होगा और अंतरिक्ष विज्ञान में नई उपलब्धियों के साथ मानवता की नई प्रतियोगिता शुरू करेगा। इसी भावना और लक्ष्य के साथ, भारतीय अंतरिक्ष अनुसंधान संगठन ने चंद्रयान के माध्यम से अपने अनुसंधान को और अधिक उन्नत बनाने की योजना बनाई है और देश के वैज्ञानिकों ने प्रत्याशा के साथ कहा है कि वे अंतरिक्ष के रहस्यों को सुलझाने में सफलता के साथ आगे बढ़ेंगे। इसरो के वैज्ञानिकों के विश्वास और संकल्प के साथ, भारत के अंतरिक्ष कार्यक्रम का भविष्य अत्यंत उज्ज्वल और अनमोल है। चंद्रयान मिशन के सफलता के पश्चात, इसरो ने अपनी योजनाएं और मिशनों के लिए और भी मांग के अनुसार बजट को बढ़ाने की मांग किया है, ताकि भारत अंतरिक्ष अनुसंधान में विश्वस्तरीय खिलाड़ी बन सके।

इसरो ने इंजन प्रौद्योगिकी, उपग्रह संचार, नियंत्रण प्रणाली, उपग्रह निर्माण, रोवर तकनीक और अन्य क्षेत्रों में अद्भुत प्रगति की है, जो

विश्वस्तरीय अंतरिक्ष संगठनों के साथ सीधी युक्ति में है। चंद्रयान मिशन के सफल होने से इसरो ने अपनी तकनीकी क्षमता में बढ़ोतरी की है, जिससे भारत को अपने अन्तरिक्ष यात्राओं को स्वयं के विश्वासनीय संसाधनों से संभालने की क्षमता मिली है। चंद्रयान मिशनों के सफलता से भारतीय अंतरिक्ष अनुसंधान संगठन ने सिद्ध किया है कि यह देश अंतरिक्ष के रहस्यों को सुलझाने और विश्व भर में अपनी उपलब्धियों को प्रदर्शित करने में सक्षम है। इससे भारतीय वैज्ञानिक समुदाय को भी एक नई पहचान मिली है और विश्व भर के अन्तरिक्ष संगठनों के साथ और अधिक सहयोग का मार्ग प्रशस्त हुआ है। भविष्य में भी इसरो की योजनाएं और अंतरिक्ष मिशनें एक प्रतिबद्धता के साथ जारी रहेंगी, जिससे देश को अंतरिक्ष विज्ञान के क्षेत्र में नए उच्चाईयों को छूने का सौभाग्य मिलेगा। भारतीय अंतरिक्ष अनुसंधान संगठन और उसके वैज्ञानिकों का सपना है, एक दिन चंद्रयान के माध्यम से मानवता को मंगल और अन्य ग्रहों के प्रेक्षाग्रही सतेलाइट के साथ अंतरिक्ष में नए अद्भुत अविष्कारों को संभव बनाना और मानव जीवन की गुणवत्ता को सुधारना।

चंद्रयान के सफल मिशनों ने हमें दिखाया है कि संघर्ष और समर्पण से हम किसी भी लक्ष्य को प्राप्त कर सकते हैं। भारत के अंतरिक्ष कार्यक्रम का सफलता का सफर अभी भी जारी है और इसमें और भी कई चुनौतियां और अवसर होंगे। हमारे वैज्ञानिकों का संकल्प और दृढ निर्णय हमें विजयी बनाए रखेगा और हमें समय के साथ आगे बढ़ते हुए अंतरिक्ष के रहस्यों को सुलझाने का निरंतर प्रयास करते रहेंगे। भारत का अंतरिक्ष अनुसंधान दुनिया के लिए नई ऊंचाइयों को छूने का संकल्प लेकर आगे बढ़ रहा है और हम सभी को इसमें गर्व महसूस होता है। चंद्रयान मिशनों के सफल होने से इसरो ने न केवल अंतरिक्ष विज्ञान के क्षेत्र में विश्वस्तरीय खिलाड़ी की पहचान बनाई है, बल्कि देश को गर्व का अनुभव करवाया है। यह मिशन हमें दिखाता है कि संघर्ष, समर्पण और वैज्ञानिक चेतना के साथ हम उच्च लक्ष्यों को प्राप्त कर सकते हैं। इसरो के वैज्ञानिकों के योगदान से देश ने अंतरिक्ष के क्षेत्र में विभिन्न उपलब्धियों को हासिल किया है। यह मिशन हमारे अंतरिक्ष अनुसंधान क्षेत्र में एक नई परिवर्तनशील पृष्ठभूमि बना रहा है और इससे हमारी तकनीकी क्षमता में वृद्धि हो रही है। इसरो की सफलता से हमारे वैज्ञानिक समुदाय को नई प्रेरणा मिली है और वे और अधिक उत्साह और लगन से अंतरिक्ष विज्ञान के क्षेत्र में अपनी योग्यता को सुधारने के लिए काम कर रहे हैं।

चंद्रयान मिशनों के साथ-साथ, इसरो ने मंगल और अन्य ग्रहों के अध्ययन के लिए भी योजनाएं बनाई हैं। भविष्य में भी इसरो के वैज्ञानिक समुदाय ने भारत को अंतरिक्ष विज्ञान के क्षेत्र में नए उच्चाईयों तक पहुंचाने का संकल्प किया है और यह संकल्प हमें विजयी बनाए रखेगा। भारतीय अंतरिक्ष अनुसंधान संगठन के सफलता के पीछे उनके कर्मठता, तत्परता, विश्वास, और विज्ञान भक्ति जैसे मूल्यवान गुणों का बड़ा योगदान है।

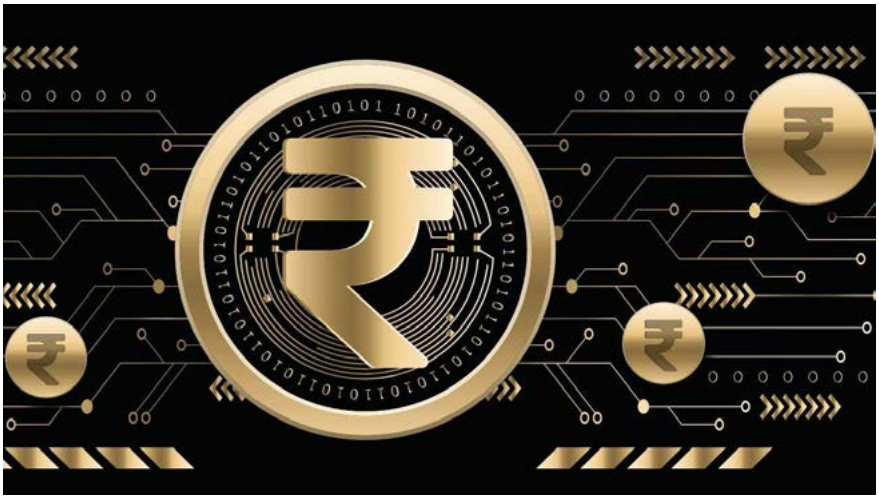
भारत के अंतरिक्ष कार्यक्रम का सफलता से सीख है कि आधुनिकता, अभिनवता, और विज्ञान भक्ति के साथ हम नए उच्चाइयों को छू सकते हैं। इसरो के वैज्ञानिक समुदाय का संघर्ष और अग्रगण्य परिश्रम देश को अंतरिक्ष विज्ञान के क्षेत्र में एक विश्वस्तरीय नेतृत्व अर्जित करने की दिशा में बढ़ाता रहेगा। इसरो के वैज्ञानिकों के योगदान से हमारे देश को गर्व है और इससे भविष्य में भी भारतीय अंतरिक्ष अनुसंधान का नया सफलता का अध्याय लिखा जाएगा। इसरो के सफलता का सफर नई ऊंचाइयों की ओर आगे बढ़ता रहेगा और हमारे वैज्ञानिक समुदाय का यह संकल्प है कि वे अंतरिक्ष विज्ञान के रहस्यों को सुलझाने में सफल होकर विश्व में अपनी महानता को साबित करेंगे। भारतीय अंतरिक्ष अनुसंधान संगठन (इसरो) और उसके वैज्ञानिकों के उत्साह, समर्थन, और सामर्थ्य से भारत ने अंतरिक्ष विज्ञान के क्षेत्र में अपनी एक महत्वपूर्ण पहचान बनाई है। इसरो ने न केवल चंद्रयान मिशनों के माध्यम से चंद्रमा के साथ महत्वपूर्ण अनुसंधान किया है, बल्कि अन्य ग्रहों और अंतरिक्ष में भी अपनी पहचान स्थापित करने का प्रयास किया है।

भारतीय अंतरिक्ष मिशनों ने देश को न केवल वैज्ञानिक लाभ प्रदान किया है, बल्कि उद्यमिता को बढ़ावा देने, नौकरियों का सृजन करने, और आर्थिक संभावनाओं को बढ़ाने में भी महत्वपूर्ण भूमिका निभाई है। इसरो के सफलता का एक और महत्वपूर्ण पहलु है जो हमारे युवा पीढ़ी को विज्ञान, तकनीक, और अंतरिक्ष के क्षेत्र में रुचि पैदा करता है। भविष्य में, इसरो की योजनाएं और अंतरिक्ष मिशनें नई उपलब्धियों को खोलने और मानवता के लिए नए संभावनाओं को खोजने में अहम भूमिका निभाएंगी। इसरो के वैज्ञानिकों का सपना है कि वे भारत को अंतरिक्ष विज्ञान के क्षेत्र में एक विश्वस्तरीय अग्रणी राष्ट्र के रूप में स्थान देंगे और विज्ञान के उच्चतम स्तर पर नई उपलब्धियों को हासिल करेंगे।

इस सफलता के पीछे भारतीय अंतरिक्ष अनुसंधान संगठन (इसरो) के सभी कर्मचारियों और वैज्ञानिकों की मेहनत, दृढता, और लगन ने एक अभूतपूर्व कहानी रची है। इस सफलता के लिए संघर्ष करने वाले सभी लोगों को बधाई और धन्यवाद। इसरो के वैज्ञानिक समुदाय का यह संकल्प है कि वे भविष्य में भी अधिक सफलता की ऊँचाइयों को छूने के लिए नई उपलब्धियों को प्राप्त करेंगे और विज्ञान के क्षेत्र में नई उच्चतम प्राप्ति के लिए प्रत्याशा रखते हैं। भारत को गर्व है कि विश्व भर में इसरो के माध्यम से हम अंतरिक्ष के रहस्यों का समाधान कर रहे हैं और मानवता की तरक्की और उन्नति के लिए नए मार्ग प्रशस्त कर रहे हैं।

# डिजिटल मुद्रा

## आधुनिक युग में वित्तीय परिवर्तन



अजय मिश्र

डिजिटल मुद्रा, या कहें डिजिटल करेंसी, विश्वभर में आम तौर पर इंटरनेट और डिजिटल उपकरणों के माध्यम से आर्थिक लेन-देन को संचालित करने वाली विधि है। यह विश्वभर में वित्तीय संरचनाओं के नए प्रारूप के रूप में उभरी है। इसमें सिक्योरिटी, आसान व्यवस्था, तेज लेन-देन और सटीकता के लाभ होते हैं। ज्यादातर डिजिटल मुद्राएं नेटवर्क टेक्नोलॉजी का उपयोग करती हैं, जो इंटरनेट के माध्यम से ग्राहकों को संचालित करती है।

### डिजिटल मुद्रा के प्रकार

**केंद्रीय बैंक निकासी (CBDC):** यह सरकार द्वारा जारी की जाने वाली आधिकारिक मुद्रा है। इसे केंद्रीय बैंक संचालित करता है और इसका लक्ष्य परंपरागत मुद्रा के साथ तुलना में ज्यादा विश्वसनीयता और सुरक्षा प्रदान करना होता है। इसमें रूपये, डॉलर, यूरो आदि की तरह परंपरागत मुद्राएं शामिल होती हैं।

**नागरिक सेंट्रिक डिजिटल मुद्रा:** डिजिटल मुद्रा नागरिकों द्वारा उपयोग की जाती है और साधारणतः बैंकों या सरकारी संस्थानों के माध्यम से संचालित नहीं होती। क्रिप्टोकरेंसी इसका एक उदाहरण है। इसका प्रयोग आनलाइन खरीदारी और विभिन्न वेबसाइटों पर भुगतान के लिए किया जा सकता है।

**खुले स्रोत क्रिप्टोकरेंसी:** ये क्रिप्टोकरेंसी जिन्हें खुले स्रोत समुदाय ने विकसित किया है और उन्हें आगे विकसित करने दिया जाता है। इसमें बिटकॉइन, एथेरियम आदि शामिल हैं।

### डिजिटल मुद्रा के लाभ

**सुरक्षा:** डिजिटल मुद्रा के लेन-देन में सुरक्षा का स्तर बहुत उच्च होता है। इसमें ग्राहकों की व्यक्तिगत जानकारी और लेन-देन की जानकारी एन्क्रिप्टेड होती है, जिससे उनकी सुरक्षा का पूर्ण ध्यान रखा जाता है।

**तेजी:** डिजिटल मुद्रा के माध्यम से लेन-देन तेजी से होते हैं। यह विशेष रूप से अंतरराष्ट्रीय लेन-देन में फायदेमंद साबित होता है, क्योंकि यह विभिन्न देशों की मुद्राएं स्वीकार करता है और तत्कालिक रूप से रूपांतरण करता है।

**लोगों को वित्तीय समावेशीकरण का लाभ:** डिजिटल मुद्रा वित्तीय समावेशीकरण में महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है। वित्तीय समावेशीकरण के माध्यम से लोगों को बैंकों और अन्य वित्तीय संस्थानों तक पहुंचने का अधिक आसान तरीका मिलता है और उन्हें वित्तीय सेवाएं प्राप्त करने का अधिक सुविधाजनक प्लेटफ़ॉर्म मिलता है।

**अधिकरण और संप्रबंधन:** डिजिटल मुद्रा के माध्यम से लेन-देन पर संप्रबंधन बढ़ता है। वित्तीय संस्थानों और सरकार को संबंधित लेन-देन का लिपिक रूपांतरण और प्रशासन करने में आसानी होती है, जिससे सटीकता बढ़ती है।

### डिजिटल मुद्रा की चुनौतियां

तकनीकी संभावनाएं: डिजिटल मुद्रा को लागू करने के लिए उच्च स्तरीय तकनीकी और सुरक्षा संबंधी प्रणालियों की आवश्यकता होती है। इसके विकास और लागू होने में समय

और प्रयास की जरूरत होती है।

**तकनीकी समस्याएं:** डिजिटल मुद्रा के लागू होने के साथ ही तकनीकी समस्याएं भी उत्पन्न हो सकती हैं। नेटवर्क बंद होने, हैकिंग या डेटा चोरी की संभावना का अधिक ध्यान रखना होता है।

**वित्तीय प्रतिक्रियाओं में बदलाव:** डिजिटल मुद्रा के लागू होने से वित्तीय प्रतिक्रियाओं में भी बदलाव होता है। इससे व्यक्तियों को परंपरागत मुद्राओं से अलग तरीके से संबंधित तकनीकी ज्ञान होना आवश्यक होता है।

**सामाजिक उदारीकरण:** डिजिटल मुद्रा को समझने और उसे उच्च स्तर पर प्रोत्साहित करने के लिए सामाजिक उदारीकरण की आवश्यकता होती है। वित्तीय शिक्षा और जागरूकता को बढ़ावा देने की आवश्यकता है ताकि लोग डिजिटल मुद्रा के फायदे और उपयोग को समझ सकें।

डिजिटल मुद्रा वित्तीय परिवर्तन का एक महत्वपूर्ण पहलू है, जो समृद्धि और वित्तीय समावेशीकरण के लिए एक सशक्त और सुरक्षित प्राकृतिक रूप से समर्थ है। इसे लागू करने से लोगों को सटीक, तेज और सुरक्षित लेन-देन का अनुभव मिलता है, जो व्यापार और वित्तीय संरचनाओं को बढ़ावा देता है। हालांकि, इसके विकास में तकनीकी और सामाजिक चुनौतियों का सामना करने की आवश्यकता होती है, जो वित्तीय समुदायों, सरकार और आम जनता के सहयोग से पार की जा सकती है। विश्व भर के विकासशील और प्रगतिशील देश डिजिटल मुद्रा के संचालन में एक महत्वपूर्ण भूमिका निभा सकते हैं। डिजिटल मुद्रा के संचालन में एक महत्वपूर्ण कदम भारत सरकार द्वारा भी उठाया गया है। भारत ने अपनी सरकारी वित्तीय संस्थान 'भारतीय रिजर्व बैंक' के द्वारा एक खास डिजिटल मुद्रा लॉन्च किया है, जिसे 'डिजिटल इंडिया' योजना के तहत चलाया गया है। इस मुद्रा को 'डिजिटल रुपया' भी कहा जाता है। भारत सरकार का उद्देश्य डिजिटल इंडिया योजना के माध्यम से भारतीय अर्थव्यवस्था को डिजिटल बनाना, वित्तीय समावेशीकरण को प्रोत्साहित करना, अपराधों को कम करना, और संस्थागत प्रक्रियाओं को सुविधाजनक बनाना है।

डिजिटल इंडिया योजना के अंतर्गत, विभिन्न सरकारी योजनाओं को डिजिटल करने के लिए कई कदम उठाए गए हैं। बैंकिंग सेवाओं में वृद्धि, रिमिटेंसेज को आसान बनाना, ई-क्रय और ई-विक्रय को प्रोत्साहित करना, डिजिटल पेमेंट्स को बढ़ावा देना और आधार कार्ड और मोबाइल नंबर के जरिए लाभार्थियों को सीधे सरकारी योजनाओं में शामिल करने का प्रयास किया जा रहा है। यह योजना भारतीय अर्थव्यवस्था को डिजिटल परिवर्तन के रास्ते पर ले जाने के लिए गहरे अर्थव्यवस्था और वित्तीय समावेशीकरण के लिए एक महत्वपूर्ण उपाय है।

हालांकि, डिजिटल मुद्रा के अपने विकास के बावजूद, इसमें भी कुछ चुनौतियां हैं। वैश्विक बाज़ार की उतार-चढ़ाव के कारण, डिजिटल मुद्राओं के मूल्य में वृद्धि या गिरावट का असर हो सकता है। क्रिप्टोकरेंसी की तरह कुछ डिजिटल मुद्राएं अतिरिक्त वोलेटिलिटी के कारण व्यक्तियों के लिए अनिश्चितता पैदा कर सकती हैं। साथ ही, विभिन्न देशों में विधायिका और नियमन के मामूले असामंजस के कारण, डिजिटल मुद्राओं का उपयोग करने की विधाएं भी अलग-अलग हो सकती हैं।

डिजिटल मुद्रा एक आधुनिक वित्तीय प्रणाली है जो व्यापार, वित्तीय समावेशीकरण, और सरकारी योजनाओं में सुधार लाने का अवसर प्रदान करती है। इसे लागू करने से लोगों को सुरक्षित, तेजी से और सुविधाजनक लेन-देन का अनुभव मिलता है। हालांकि, उसके विकास में तकनीकी और सामाजिक चुनौतियों का सामना करने की आवश्यकता है, जिसमें सरकार, वित्तीय संस्थान और आम जनता साथ मिलकर योजनाओं को सफलतापूर्वक चलाने में मदद कर सकते हैं। डिजिटल मुद्रा का उदय न केवल वित्तीय परिवर्तन के माध्यम से होगा, बल्कि यह व्यक्तियों के लिए और उदार समृद्ध भारत के सपने को साकार करने के लिए भी महत्वपूर्ण साबित होगा।डिजिटल मुद्रा के विकास के साथ ही भारतीय अर्थव्यवस्था ने भी विशेष बदलाव देखे हैं। इससे व्यापार, वित्तीय संरचना और देश के अर्थनीतिकी में सकारात्मक परिवर्तन हुआ है। यह एक सरकारी नीति के रूप में भी काम करता है जिसका मुख्य उद्देश्य देश को दिजिटल और अधिक संरचित बनाना है।

डिजिटल मुद्रा के साथ, भारतीय अर्थव्यवस्था में कई लाभ हुए हैं। इसके माध्यम से लोगों को नकदी की जरूरत नहीं होती है, जिससे वे अपने व्यापार में आसानी से समर्थ हो जाते हैं। डिजिटल मुद्रा के उपयोग से व्यापारियों को अनेक बारिकियों और लेन-देन के प्रक्रिया में भी सुविधा मिलती है। इससे उन्हें लेन-देन के प्रक्रिया में तेजी और सुरक्षा का भी लाभ मिलता है।

डिजिटल मुद्रा के उपयोग से भारतीय अर्थव्यवस्था को भी विश्वसनीयता मिलती है। डिजिटल मुद्रा के साथ लेन-देन करने के लिए विशेष सुरक्षा उपाय भी लागू किए जाते हैं, जो इसे अधिक सुरक्षित बनाते हैं। इससे नकदी से होने वाले चोरी, गुमशुदा या दुर्भाग्यपूर्ण संघर्ष की संभावना भी कम हो जाती है। डिजिटल मुद्रा के लेन-देन प्रक्रिया में इंटरनेट कनेक्शन की उपलब्धता एक महत्वपूर्ण कारक है। इंटरनेट के बिना इसे उपयोग नहीं किया जा सकता।

विश्वभर में डिजिटल मुद्रा का विकास एक वित्तीय क्रांति का रूप धारण कर रहा है। इसके माध्यम से व्यापार, लेन-देन और वित्तीय समावेशीकरण को सुविधाजनक और सुरक्षित बनाने का लक्ष्य प्राप्त हो रहा है। भारत के लिए यह एक विशेष अवसर है जिसका समय पर और सही तरीके से उपयोग करना आवश्यक है। इसके उच्च संरचना और सुरक्षा

# ‘सरयूल सर’ की रोमांचकारी हसीन यात्रा

पवन चौहान
मण्डी (हि०प्र०)

**हिमाचल में ऐसी बहुत सी हैरतअंगेज, दिलचस्प और रहस्य से परिपूर्ण जगहें हैं जहां तक पहुंच पाना अपने आप में रोमांच और साहस का परिचायक होता है। इसी कड़ी में एक नाम जुड़ जाता है कुल्लू घाटी के ‘सरयूल सर’ का। चण्डीगढ़-मनाली राष्ट्रीय राजमार्ग-21 से 46 कि०मी० दूरी पर स्थित इस सर की यात्रा हमें ऐसे स्थानों से परिचित करवाती है जो प्राकृतिक सौंदर्य से तो लबालब हैं ही लेकिन अपने ऐतिहासिक और सांस्कृतिक महत्व के कारण भी जाने जाते हैं। इन क्षेत्रों के लोगों का रहन-सहन तथा अथक मेहनत से भरा जीवन हमें सदा कर्म करने की सीख दे जाता है। जलोड़ीजोत इस यात्रा का सबसे ऊंचाई पर बसा स्थल है। इस इलाके की खूबसूरती के आकर्षण के चलते यहां ‘ये जवानी है दीवानी’ फिल्म तथा कई हिमाचली एलबम व फिल्म की शूटिंग भी हो चुकी है।**

## अजूबे से कम नहीं सरयूल सर

जलोड़ीजोत से 5 कि०मी० के जंगल के रास्ते का रोमांचकारी सफर हमें सरयूल सर के पास पहुंचाता है। सरु यानी ओलों से निर्मित होने के कारण इस सर का नाम सरयूल सर पड़ा है। सर यानि झील। सर का पानी हमेशा साफ और स्वच्छ रहता है। इस सर की सबसे ज्यादा हैरान करने वाली बात यह है कि यदि कोई पत्ता या अन्य गंदगी सर में गिर जाए तो चिड़िया आभी उसे अपनी चोंच में उठाकर सर से बाहर ले जाती है। ताजुब्ब की बात है कि सर के चारों ओर जंगल होने के बाबजूद भी सर में कोई पत्ता नजर नहीं आता। लोगों का कहना है कि आभी सिर्फ भाग्यशाली लोगों को ही दिखाई देती है। हिमाचल के प्रसिद्ध लेखक विनोद हिमाचली ने अपने यात्रा संस्मरण 'रोहतांग की गोद में' इसे सातवें अजूबे जैसा माना है। लेकिन अभी मई 2016 के अंतिम सप्ताह में आनी (कुल्लू) के पत्रकार हरिकृष्ण शर्मा ने अपने कैमरे में आभी को कैद किया है। इस चिड़िया का वैज्ञानिक नाम 'ग्रे वागटेल'(Grey Wagtail) है। यह चिड़िया ज्यादा बड़ी नहीं होती और ज्यादा ऊपर भी नहीं उड़ती है। लेकिन उसकी उड़ान को देखकर लगता है जैसे वह मस्त होकर हिलौरे खाती हुई नाच रही हो। समुद्रतल से लगभग 10300 फुट की ऊंचाई पर स्थित यह सर बाहरी व भीतरी सिराज के लोगों की आस्था व श्रद्धा का प्रतीक है। सर की परिधि वर्तमान में 500-600 मीटर ही रह गई है जो पहले वहां तक थी जहां से लोग अब इस सर को देखने के लिए उतरना शुरु करते हैं।

## बूढ़ी नागणी ने की थी सर की रक्षा

यहां एक किनारे पर माता बूढ़ी नागणी का छोटा-सा मंदिर है। कहते हैं माता ने बहुत वर्ष पहले उद्द नामक तांत्रिक से इस झील की रक्षा की थी क्योंकि उद्द इस झील को अपनी तंत्र विद्या से सुखाना चाहता था। माता की मूर्तियों पर पूरे वर्ष घी का लेप चढ़ा रहता है जिसका कारण है मनौती पूर्ण होने पर लोगों का मूर्ति पर घी चढ़ाना। घी को सर के चारों ओर थोड़ा-थोड़ा गिराकर सर के फेरे भी लगाए जाते हैं। इस परंपरा के फलस्वरुप झील के चारों ओर घी की चिकनाहट साफ देखी जा सकती है। बुढ़ी नागण को किसानों की देवी भी कहा जाता है क्योंकि किसान देवी से अपने दुधारु व अन्य पशुओं की रक्षा और उनके अच्छे स्वास्थ्य की मनोकामना करते हैं। जिसके पूर्ण होने और दूध देने वाले पशुओं के बच्चा देने पर वे दूध और घी देवी को समर्पित करते हैं। इस सर का पानी नागण गुशैनी जगह पर भी निकलता है।

## सर हल्की बारिश के साथ करता है भक्तों की टोली का स्वागत

इस सर से संबंधित एक खास बात और है। वह यह कि जब भी भक्तों की टोली यहां दर्शनार्थ हेतु आती है तो सर उनका हल्की-सी बारिश के साथ स्वागत करता है। एक अन्य हैरान कर देने वाली बात यह है कि यहां किनारे पर एक चट्टान के पास हर वर्ष अपने आप ही धान के कुछ पौधे सर के पानी में उग आते हैं। जिसे यहां के लोग खुशहाली का प्रतीक मानते हैं।

## अन्य दर्शनीय स्थल

यह सभी इलाके ऐसे हैं कि इनकी सुंदरता को निहारने के बाद व्यक्ति कुल्लू-मनाली के उन सभी स्थापित व चर्चित इलाकों को भूल जाएंगे जिन्हे मन में लिए वे कुल्लू-मनाली घूमने के लिए आते हैं। तो आइए बारी-बारी से घूमते हैं इन जगहों पर भी -

## खनाग

जलोड़ीजोत से आनी की ओर लगभग 4 कि०मी० दूर समुद्रतल से 2086 मी0 की ऊंचाई पर स्थित है एक खूबसूरत गांव खनाग। यह गांव कुल्लू और शिमला के बार्डर पर बसा है। इस इलाके की सुंदरता देखते ही बनती है। इंग्लैंड की प्रसिद्ध लेखिका व ट्रैकर लेडी पैनेलोप चैटवोड इस इलाके की खूबसूरती की बेहद कायल थी। पैनेलोप के पिता ब्रिटिश शासनकाल (1930-35) में भारतीय सेना में कमांडर इन चीफ भी रहे। पैनेलोप ने अपनी किताब में इस इलाके को स्कॉटलैंड जैसा सुंदर कहा है। 13 अप्रैल, 1986 में खनाग के नजदीकी गांव डीम में उनकी मृत्यु हो गई थी। उनकी स्मृति में बनी स्मरण पट्टिका पर हर वर्ष उनका परिवार इंग्लैंड से यहां पहुंचता है और मोमबत्तियां जलाकर पैनेलोप को याद करता है।

## रघुपुरगढ़

जलोड़ीजोत से विपरीत दिशा की ओर आप लगभग 2 कि०मी० पहाड़ी रास्ते पर चलने के उपरांत एक ऐतिहासिक जगह रघुपुरगढ़ पहुंचते हैं। यह कुल्लू के राजाओं का गढ़ था। गढ़ की इमारतों के

अवशेष इसके गवाह हैं। आज ये इमारतें खंडहर बन चुकी हैं। आप यहां ट्रैकिंग का लुत्फ उठा सकते हैं। ट्रैकिंग करते हुए आप यहां के प्राकृतिक नजारों को आत्मसात करते हुए इस इलाके के नैसर्गिक सौंदर्य को करीब से देख पाते हैं। जो आपको आत्मसंतुष्टि देता है। रघुपुरगढ़ तक का यह ट्रैक हमें एक नए अनुभव से रुबरु करवाता है।

## पनेउ

रघुपुरगढ़ से बाईं ओर लगभग 7 कि०मी० आगे चलने पर हम एक बेहद ही खूबसूरत गांव पनेउ पहुंचते हैं। पनेउ का प्राकृतिक सौंदर्य हमें अपने मोहपाश में बांध देता है। पंडित जवाहरलाल नेहरु भी इस इलाके की खूबसूरती को निहारने के लिए 1948 में यहां खींचे चले आए थे। यहां अंग्रेजों के समय का विश्राम गृह भी है। यहां स्थित देव मंदिर लोगों की आस्था का प्रतीक है।

## टकरासी

रघुपुरगढ़ से ही दाहिनी तरफ को यदि हम 5 कि०मी० आगे चलें तो एक अन्य प्यारी और सुंदर जगह टकरासी हमारे स्वागत में खड़ी मिलती है। अन्य इलाकों की भांति यहां भी आपको लोगों की सादगी और इनकी लोक संस्कृति अपनी ओर खींचेगी। इन सभी स्थानों तक आप सड़क मार्ग द्वारा भी पहुंच सकते हैं लेकिन पैदल यात्रा का जो अहसास आपके मानसपटल पर रहेगा उसकी बात ही कुछ और है। वह हमेशा ही आपके मन में यहां की खूबसूरती की दस्तक देता रहेगा।

## कहां ठहरें

जलोड़जोत से लगभग एक किलोमीटर आगे सरयूलसर की तरफ कुछ बर्षों से फोरेस्ट कॉरपोरेशन के तत्वावधान में इको टूरिज्म के तहत बने नेचर कैंप में यात्री ठहर सकते हैं। ये कैंप अप्रैल से जुलाई-अगस्त तक विभाग द्वारा लगाए जाते हैं। कैंप पूरी आधुनिक सुख-सुविधाओं से सुसज्जित रहते हैं। यहां आप प्रकृति के बीच रहकर आप अपनी इस यात्रा को और भी खुशनुमा बना सकते हैं। इसके अलावा खनाग में ठहरने के लिए पी०डब्ल्यू०डी० का विश्राम गृह, पनेउ और टकरासी में ठहरने के लिए जंगलात महकमें के विश्राम गृह उपलब्ध हैं।

## कैसे जाएं

जलोड़ीजोत तक आप अपनी गाड़ी या बस द्वारा सफर कर सकते हैं। लेकिन इस बार बरसात का कहर पूरे कुल्लू और मंडी जिला में खूब बरपा है। इसके चलते आगे के कई महीनों में सड़क और अन्य सुविधाओं को रूटीन में लाने के लिए ही लग जाएंगे। इसलिए जब भी हिमाचल आने का मन बने तो पहले हालातों का पता कर लें। वैसे, दिल्ली से जलोड़ीजोत की दूरी 530 कि०मी०, चण्डीगढ़ से 290 कि०मी०, पठानकोट से 295 कि०मी० तथा शिमला से जलोड़ीजोत की दूरी 230 कि०मी० है। जलोड़ीजोत के लिए सबसे नजदीक का हवाई अड्डा यहां से 70 कि०मी० की दूरी पर भुंतर है। सुविधाजनक रेलवे स्टेशन जोगिंद्रनगर व शिमला हैं।

# क्या है कंजंक्टिवाइटिस या ऑई फ्लू ?

डॉ0 अमलेन्दु त्रिपाठी
9795513223

**कंजक्टिवाइटिस या ऑय फ्लू हमारी की आँखे शरीर का सबसे अधिक आकर्षण वाला हिस्सा ही नही बल्कि सबसे खास अंग भी है। हमारे शरीर में इनका महत्व तभी तक है जब तक आपकी आँखों की दृष्टि सही सलामत है, दृष्टि एक ऐसा माध्यम है, जिसकी मदद से मनुष्य प्रकाश किरणों की संवेदना, चीजों का स्वरूप, दूरी, रंग आदि को महसूश करता है। आँखों का देखभाल करना उतना ही जरुरी है जितना की शरीर के अन्य भागो का, और अगर आप इनके साथ जरा सी भी लापरवाही बरतेंगे तो आपकी खूबसूरत आँखे खराब हो सकती हैं।**

## क्या है कंजंक्टिवाइटिस

कंजक्टिवाइटिस या ऑय फ्लू जिसे हम आँख आने के नाम से जानते है एक आम संक्रमण हैं जिसका सामना हम सभी ने कभी न कभी किया होगा। इस संक्रमण में आंखों में जलन होती है। मगर इस समस्या के होने पर क्या करना चाहिए तथा कैसे बचाव करना चाहिए ये कम ही लोग जानते और समझते हैं। आँखों के संक्रमण के कई कारण हो सकते हैं, पर इनके मुख्य कारण होते हैं छोटे जीवाणु और वायरस से हुआ संक्रमण। आमतौर पर यह एक एलर्जिक रिएक्शन की वजह से होता है। लेकिन कई मामलों में बैक्टीरिया का संक्रमण भी इसके लिए जिम्मेदार होता है। कभी कभी ऐसे संक्रमण आँखों में कुछ चले जाने की वजह से होते हैं जैसे धुल या गन्दगी। जो लोग खराब लेंस पहनते हैं उनके भी इस संक्रमण के शिकार होने की संभावना काफी ज़्यादा रहती है। इस संक्रमण की शुरुआत एक आंख से ही होती है, लेकिन जल्द ही दूसरी आंख भी इसकी चपेट में आ जाती है।

आँखों का संक्रमण या ऑय फ्लू साधारणतः मौसम में परिवर्तन के साथ देखा जाता है। यह ठंड मौसम या बरसात के मौसम में ज्यादातर होता है । यह एक फैलने वाली बीमारी है, जो किसी भी व्यक्ति को हो सकता है। एक बार यह किसी को हो जाता है, तो उसके आस पास रहने वाले लोगो में भी फैलने लगता है। आँखों में इन्फेक्शन होने पर आँख पहले गहरे पीले रंग के दीखते है फिर कुछ समय बाद आँखों का रंग बदल कर लाल हो जाता है।

### कंजंक्टिवाइटिस के लक्षण

- **आँखे लाल होना**
- **आँखों में खुजली होना**

- **आँखों से धुधला दिखाई देना**
- **आँखों से पानी आना**
- **आँखों में दर्द होना**

शुरुआत में यह लक्षण एक आँख में नजर आते हैं और एहतियात या ईलाज न करने पर दुसरे आँख में भी फ़ैल सकता हैं। कंजंक्टिवाइटिस के गंभीर अवस्था में कुछ रोगियों के आँख से खून भी निकल सकता हैं।

आँखों से हरा या सफ़ेद चिपचिपा द्रव निकलने से पलके चिपकना एक बड़ा लक्षण है कंजंक्टिवाइटिस होने का।

धुप या तेज रोशनी के प्रति असंवेदनशीलता जिसे फोटोफोबिया भी कहा जाता हैं।

## ध्यान दें

यदि आपको कंजंक्टिवाइटिस हो गया है तो इसका घरेलू इलाज करने से पहले इन बातों का विशेष ध्यान रखना जरूरी है। ऑय फ्लू में सही इलाज तभी संभव है जब कुछ सावधानियां बरती जाए

- किसी **व्यक्ति से हाथ नहीं मिलाना चाहिए।**
- **आंखों को हाथ से नहीं रगड़ना चाहिए।**
- **यदि बच्चों के आंख में हो गया हो, तो उसे स्कूल नहीं भेजना चाहिए।**
- **आंखों को तीन-चार बार गुनगुने पानी से धोना चाहिए।**
- **तीन-चार दिन रोगी को आराम करना चाहिए।**
- **किसी दूसरे को तौलिया, रुमाल इस्तेमाल नहीं करना चाहिए**
- **आँखों के लिए 5 सर्वोत्तम होम्योपैथिक दवाएं**
- **मैं पिछले दो दशक से आँखों की एलर्जी का बहुत सफलता पूर्वक इलाज कर रहा हूँ।**
- **मैं जिन 5 होम्योपैथिक दवाओं का नाम यहां बताने जा रहा हूँ वे बहुत ही असरदार दवाएं हैं। इन दवाओं को में पिछले 20 साल से प्रयोग कर रहा हूँ।**

कंजंक्टिवाइटिस या आँख की एलर्जी के लिए 5 सर्वोत्तम होम्योपैथिक दवाएं हैं-

**एपिस मेल** – आँखों में जलन के साथ होने वाली आँखों की कंजंक्टिवाइटिस के लिए सर्वोत्तम होम्योपैथिक दवा

**यूफ्रेसिआ** – आँखों से तीखा पानी आने के लिए बढ़िया होम्योपैथिक दवा

**आर्जेंटम नाइट्रिकम** – आँखों से गाढ़े पस जैसे स्राव के साथ होने वाली आँखों के लिए उत्तम होम्योपैथिक दवा

**रुटा** – आँख में कुछ पड़ गया हो ऐसा महसूस होने के लिए अत्योत्तम होम्योपैथिक दवा

**पल्साटिल्ला** – जब आँख को ठंडक से आराम मिलता हो ऐसी आँख की एलर्जी के लिए सर्वश्रेष्ठ होम्योपैथिक

## कंजंक्टिवाइटिस का इलाज

### गुलाब जल

गुलाब के जल से आँख को धोने से आँखों का इन्फेक्शन कम हो जाता है। गुलाब के जल की दो बूंद आँखों में लगाये और इसे रोजाना दिन में दो बार करने से कंजंक्टिवाइटिस की समस्या खत्म कर सकते है।

### गर्म पानी

हलके गर्म पानी के इस्तेमाल से आँख को धोने से आँखों के ऊपर जमने वाले गंदगी हट जाती है। गर्म पानी को किसी बर्तन में निकाल कर हल्का ठंडा कर ले और उस हलके गर्म पानी से आप सीधे अपने आँखों को धो भी सकते है, जिससे आँख में जमी धुल गंदगी बाहर आ जाएगी।

### आंवले का रस

3 से 4 आंवले के फल के गूददे को पिस कर उसका रस निकाल ले। एक ग्लास पानी में उस रस को मिला कर पिये। आंवले के रस को सुबह खाली पेट में और रात में सोने से पहले दिन में दो बार इस्तेमाल करे । आँखों में संक्रमण होने पर आंवले का रस पीने से भी लाभ मिलता है।

### शहद और पानी का उपयोग

एक ग्लास पानी में 2 चम्मच शहद को मिला ले। फिर उस जल को अपने हांथो से तेज झटके के साथ खुली आँखों में मारे। शहद से आँखों को धोने से आंखों का संक्रमण दूर होता है।

### पालक और गाजर का रस

पालक के 4 या 5 पत्तो को पिस ले और उसका रस निचोड़ ले। 2 गाजर को भी पिस कर रस निकाल ले। एक ग्लास में आधे कप पानी भर ले और उसमे गाजर और पालक के रस को मिला कर पीये। ऐसा रोजाना करने से आंख की संक्रमण कम होने लगता है। पालक और गाजर का रस आँखों के संक्रमण के लिए काफी लाभदायक होता है क्योकि इनमे पाए जाने वाले विटामिन आँखों के लिए काफी महत्वपूर्ण होते है।

### हल्दी और गर्म पानी

2 चम्मच हल्दी के पाउडर को 2 से 3 मिनट तक गर्म करे। एक ग्लास गर्म पानी में उस हल्दी को मिला दे। रुई की मदद से आँखों को साफ़ करे। गर्म पानी में हल्दी को मिलाकर रुई से आँखों को पोछना चाहिए।

### आलू

एक आलू को अच्छे से पतले–पतले टुकड़ों में काट ले। रात में सोने से पहले उस कटे हुए आलू को अपने आँखों के ऊपर 10 मिनट तक लगा कर रखे फिर उसे उतार दें। आलू में स्टार्च अधिक मात्रा में होता है जिसके इस्तेमाल से आँखों के संक्रमण को ठीक किया जा सकता है।

# आलस्य से बचें
# योग-प्राणायाम करें स्वस्थ रहें

**मुकेश कुमार सिंह**
योगगुरु

आधुनिक जीवनशैली में बहुत सुख सुविधाएँ भी हमारे स्वास्थ्य के लिए बहुत नुकसानदायक साबित हो रही है जबकि पहले कम सुख सुविधाएँ में लोग काफी स्वस्थ रहते थे। आज आलस्य हमारी खराब सेहत का प्रमुख कारण बनता जा रहा है। आलस्य का प्रमुख कारण प्रेरणा में कमी और लोगों में असफलता का डर अवसाद थकान ,नींद की कमी और सोशलमीडिया की लत लगना साथ ही आज आधुनिक जीवनशैली में ज्यादा कार्य मशीन द्वारा किया जा रहा है जहॉ पहले हाथों का इस्तेमाल किया जाता था । जिसमें बहुत मेहनत लगती थी आज वही कार्य मशीन द्वारा आराम से किया जाता है। आज आराम से पहले से ज्यादा कार्य कम समय में किया जाता है। आज शारीरिक श्रम की कमी और मानिसिक श्रम की अधिकता के कारण व्यक्ति का स्वास्थ्य बुरी तरह से प्रभावित हो रहा है। पहले जहां लोग पैदल या साइकिल से कही आते जाते थे बहुत ही कम सफर मोटरगडियों का होता था लेकिन आज आधुनिक जीवनशैली में कही भी आने जाने के लिए एक फोन पर ही गाडी घर तक आ जाती है और कितना भी लम्बा सफर हो कम समय में आसानी से पूरा हो जाता है अब तो थोडी दूरी के लिए बिना गाडी के कोई नहीं जाता है थोडी भी दूरी के लिए पैदल चलना नहीं चाहते है दिन प्रतिदिन सुख सुविधाएं बढती जा रही है जिसके कारण आज अनेकों बीमारियां भी हो रही है। पहले घर के कार्य घर की महिलाओं एवं अन्य लोगो द्वारा हाथों से किये जाते थे। आज ज्यादातर कार्य मशीनों द्वारा किया जा रहा है। आज इतनी सुख सुविधाओं के कारण हम सब आलसी होते जा रहे है जिसके कारण आज कई बीमारियां हो रही है आज कोई ऐसा घर नहीं है जहां कोई बीमार न हो चाहे माहिलाये हो बच्चे हो आदमी हो सभी रोगों के शिकार हो रहे है प्रमुख रोग कमर दर्द, मोटापा, थायरायड, एसिडिटी,डायबिटीज, हृदय रोग, और मानिसिक रोग बहुत तेजी से बढ रहे है। इनसे बचने के लिए हमें पौष्टिक भोजन करना चाहिए और शारीरिक और मानिसिक श्रम के साथ सात घंटे की नींद लेनी चाहिए। साथ ही जितना हो सके सुबह पैदल चलें और अपने कार्य को समय पर पूरा करने की आदत डाले जिससे आत्म विश्वास बढता है और शरीर में एक नई ऊर्जा उत्पन्न होती है। और आलस्य धीरे -धीरे दूर होता है क्योंकि समय पर कार्य करने की आदत पडने लगती है और अपने कार्य को कल पर टलने की आदत छूटने लगती है। साथ ही प्रातःकाल उठने की आदत डाले थोडे दिन सुबह उठने में आलस्य आता है पर जैसे आप आलस्य त्याग कर उठने लगेगे वैसे ही प्रातःकाल की ताजी हवा से मन प्रसन्न हो जायेगा साथ ही सुबह में नियमित योग प्राणायाम करें आलस्य दूर होगा जिससे शारीरिक स्वास्थ्य और मानसिक स्वास्थ्य एवं तनाव से मुक्ति मिलेगी ।

## प्रमुख योग एवं प्राणायाम

### ताड़ासन

ताड़ शब्द का अर्थ है ताड़ या खजूर का पेड़ । इस आसन के अभ्यास से स्थायित्व व शारीरिक दृढ़ता प्राप्त होती है यह खड़े होकर किये जाने वाले सभी आसनों का आधार है । इसलिए ताड़ासन को नियमित करना चाहिए।

#### अभ्यास की विधि

- सर्वप्रथम पैरों के बल खड़े हो जाएं तथा दोनों पैरों के बीच दो इंच की दूरी रखें ।

- सांस अंदर ले हाथों को सामने की ओर कंधो के स्तर से तक उठाए ।
- दोनों हाथों की अंगुलियों को आपस में एक-दूसरे में फसाएं तथा हथेलियों को बाहर की ओर श्वास भरते हुए दोनों भुजाओं को सिर से ऊपर उठाएं।
- भुजाओं को ऊपर ले जाने के साथ -साथ पैर की एड़ियों को जमीन से ऊपर उठाएं और पैर की अंगुलियों पर अपना संतुलन बनाएं । इस स्थिति में अपनी क्षमतानुसार रूकें रहें।
- एड़ियों को वापस जमीन पर ले आएं।
- श्वास को छोड़ते हुए हाथ की अंगुलियों को अलग- अलग करें ,भुजाओं को वापस लाएं , इसके बाद प्रारंभिक स्थिति में वापस आ जाएं।

### शारीरिक लाभ

इस आसन के नियमित अभ्यास से शरीर में स्थिरता आती है। यह मेरूदण्ड से सम्बन्धित नाड़ियों के रक्त संचय को ठीक करने में भी सहायक है। किशोरों के शरीर की ऊॅचाई बढ़ती है।

### मानसिक लाभ

व्यक्ति तनाव रहित होता है उसकी एकाग्रता बढ़ती है । मानसिक शांति मिलती है।

### सावधानियां एवं सीमाएं

जिन व्यक्तियों को आर्थराइटिस तथा चक्कर आने जैसी समस्याएं हो उन्हें एड़ियों पर उठने पर प्रयास नहीं करना चाहिए। अन्तिम स्थिति में रूकने की समय सीमा अपने सामथ्र्यानुसार रखनी चाहिए।

## त्रिकोणासन

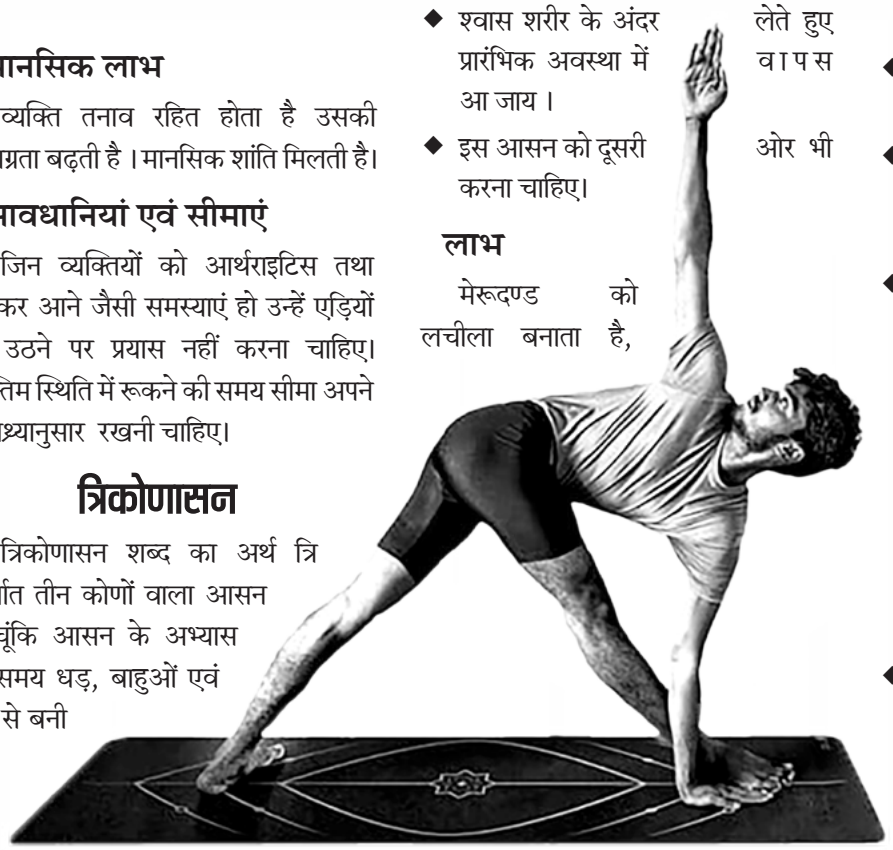
त्रिकोणासन शब्द का अर्थ त्रि अर्थात तीन कोणों वाला आसन है चूंकि आसन के अभ्यास के समय धड़, बाहुओं एवं पैरों से बनी आकृति त्रिभुज के सदृश्य दिखाई देती है, इसलिए इस अभ्यास को त्रिकोणासन कहते है।

### अभ्यास विधि

- त्रिकोणासन के अभ्यास के समय दोनों पैरों को 3 फुट तक फैलाकर आराम से खड़ा होना चाहिए।
- दोनों हाथों को बगल से कंधों के स्तर तक धीरे -धीरे उठाना चाहिए।
- श्वास को शरीर से बाहर छोड़ते हुए धीरे -धीरे दाई तरफ झुकना चाहिए । झुकने के बाद दांए हाथ की उंगलियों को पीछे की ओर रखना चाहिए।
- बायें हाथ को सीधे ऊपर की ओर रखते हुए दायें हाथ की सीध में लाना चाहिए। तत्पश्चात बाई हथेली को आगे की ओर लाना चाहिए।
- सिर को घुमाते हुए बाएं हाथ की बीच वाली अगुंली को देखना चाहिए।
- समान्य श्वास लेते हुए इस आसन में अपनी क्षमतानुसार रूकना चाहिए।
- श्वास शरीर के अंदर लेते हुए प्रारंभिक अवस्था में वापस आ जाय ।
- इस आसन को दूसरी ओर भी करना चाहिए।

### लाभ

मेरूदण्ड को लचीला बनाता है, पिण्डली, जाघों और कटि भाग की मांसपेशियों को मजबूत बनाता है तथा फेफड़ो की कार्यक्षमता को बढ़ाता है।



### सावधानियां एवं सीमाएं

- स्लिप्ड डिस्क , साइटिका एवं उदर में किसी प्रकार की सर्जरी होने के बाद इस आसन का अभ्यास नहीं करना चाहिए।
- शरीर की क्षमता तथा सीमा से परे जाकर यह अभ्यास न करें तथा शरीर को सीमा से अधिक न खीचें।
- अभ्यास करते समय यदि आप जमीन को न छू सकें तो घुटनों को छूनों का प्रयास करें । कभी भी जबरजस्ती शरीर के साथ न करें । क्षमतानुसार ही नीचे झुकें ।

## सेतुबंधासन

सेतुबंधासन शब्द का अर्थ सेतु का निर्माण है । इस आसन में शरीर की आकृति ऐक सेतु की अवस्था में रहती है इसलिए इसका नाम सेतुबंधासन नाम दिया गया है।

### अभ्यास विधि

- दोनों पैरों को घुटनों से मोड़ते हुए एड़ियों को नितंबों के पास लाएं ।
- हाथों से पैर के टखनों को मजबूती से पकड़े और घुटने एवं पैरों को एक सीध में रखें।
- श्वास को अंदर खींचते हुए धीरे-धीरे अपने नितंब एवं धड को ऊपर की ओर उठाएं और पुलनुमा आकृति बनाएं।
- अपनी क्षमतानुसार रूकें और सांस लेते रहें । स्वास छोडते हुए धीरे -धीरे अपनी मूल अवस्था में आएं और शवासन में लेटकर शरीर को शिथिल छोड़ दें। कम से कम यह अभ्यास तीन बार करें ।

### लाभ

- अवसाद एवं चिता से मुक्त करता है कमर के निचले हिस्से की मांसपेशियों को मजबूत बनाता है।

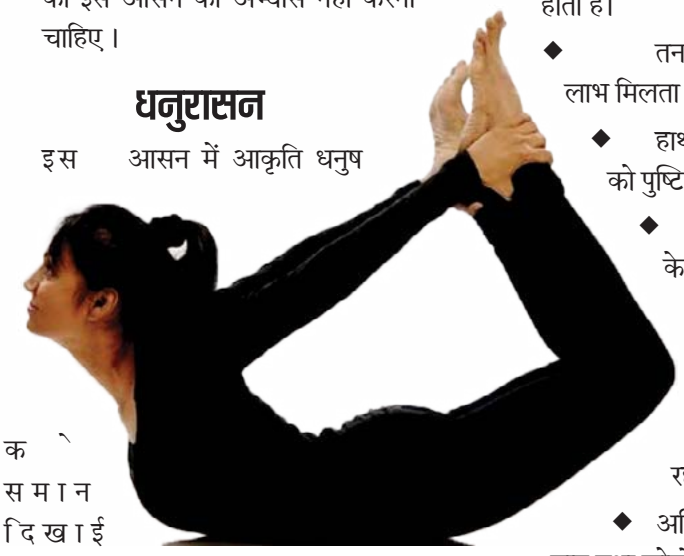
- इसके नियमित अभ्यास से पाचन क्षमता बढ़ती है। पाचन तंत्र में सुधार होने से शरीर स्वस्थ रहता है घुटनों के लिए भी यह अच्छा होता है।
- उदर के अंगो में कसावट लाता है तथा उदर के समस्त रोगों में हितकारी है। जठराग्नि को तीव्र बनाता है।
- पेट में गैस बनने की शिकायत दूर कर शरीर को स्फूर्तिवान् तथा आकर्षक बनाता है।

### सावधानियां

- अल्सर और हार्निया से ग्रसित व्यक्तियों को इस आसन का अभ्यास नहीं करना चाहिए ।

## धनुरासन

इस आसन में आकृति धनुष



क
स मा न
दि ख ा ई
देती है
इसलिए इसका नाम धनुरासन पडा है।

### अभ्यास की विधिः-

- पेट के बल लेटकर दोनों पैरों एक हाथ का फासला रखें और दोनों हाथ शरीर के दोनों तरफ सीधा रखें।
- घुटनों को धीरे-धीरे मोड कर कमर के पास लाएँ और हाथों से पैर को पकडे ।
- श्वास भरते हुए अपनी क्षमता अनुसार छाती को जमीन से ऊपर को ओर उठाये और पैरों को कमर की ओर खीचें । और समाने की ओर देखें ।
- श्वास पर ध्यान रखते हुए अपनी क्षमतानुसार आसन में बने रहें । ऐसे में शरीर की आकृति धनुष के समान बन जाती है।
- लम्बी गहरी श्वास लेते हुए आसन विश्राम करें।
- आसन हमेशा अपनी क्षमतानुसार ही करें। जरूरत से ज्यादा शरीर को न कसें।
- 10 से 20 सेकेन्ड बाद श्वास छोडते हुए पैर और छाती को धीरे -धीरे जमीन पर वापस लॉए। और लम्बी गहरी श्वास के साथ विश्राम करें ।

### लाभ

- धनुरासन से रीढ की हड्डी लचीली होती है।
- तनाव और थकान में लाभ मिलता है।
- हाथ और पेट के स्नायु को पुष्टि देता है।
- यह मेरूदंड के उत्तम स्वास्थ्य का सर्वश्रेष्ठ आसन है।
- नियमित धनुरासन करने से व्यक्ति जवान बना रहता है।
- अर्थिरइटिस, गठिया, वात तथा जोडों के दर्द व अशुद्धियां दूर करता है।
- महिलाओं को होने वाले मासिक धर्म तथा गर्भाशय से संबंधित रोगों के कारणों को दूर कर उन्हें स्वस्थ जीवन की खुशियां प्रदान करता है।

### सवधानियां-

जिन लोगों को ब्लडप्रेशर ,ह्रदय रोग और अल्सर रोग या हाल में कोई आपरेशान हुआ हो वह इस आसन को न करें। साथ ही गर्भवती महिलाएँ इस आसन का अभ्यास न करें ।

## भुजंगासन

भुजंग का अर्थ सांप अथवा नाग है । इस आसन में शरीर की आकृति सांप के फन की तरह ऊपर उठती है जिसके कारण इस आसन को भुजंगासन कहते है।

### अभ्यास विधि

- सर्वप्रथम पेट के बल लेट जाएं और अपने दोंनो हाथों पर सिर टिकाते हुए शिथिल रखें।
- अब अपने दोनों पैरों को आपस में मिला लें।
- हाथों को शरीर के ठीक बगल में ऐसा रखें कि हथेलियां और कोहनियां जमीन पर टिके रहें।
- श्वास को धीरे -धीरे अंदर खीचते हुए ठुडडी और नाभि क्षेत्र तक शरीर को ऊपर उठाएं । अपनी क्षमतानुसार होल्ड करें। पुनः वापस लौटते हुए ललाट को जमीन पर टिकाएं।
- यह सरल भुजंगासन कहा जाता है
- हथेलियों को वक्ष के बगल में रखें और कोहनियां ऊपर की ओर उठी हुई होनी चाहिए।
- धीरे -धीरे श्वास को भरते हुए ठुडडी एवं नाभि क्षेत्र तक के शरीर को ऊपर उठाएं रखें ।
- पुनः श्वास को बाहर छोड़ते हुए ललाट को जमीन पर शिथिल होने दें और हथेलियों के ऊपर सिर तथा पैर को फैलाकर शरीर को शिथिल करें।

### लाभ

- तनाव प्रबंधन के लिए सर्वश्रेष्ठ आसन है।
- पीठ दर्द और श्वास नली से संबंधित समस्याओं को दूर करता है।
- यकृत (लीवर) के सभी रोगों को दूर कर रक्त बनाने की प्रक्रिया तेज करता है।
- भोजन के बाद गैस का ऊपर चढ़ना, डकार आने पर राहत मिलना उदराध्यान तथा पाचन की कमियॉ आदि रोगों को दूर कर उत्तम स्वास्थ्य प्रदान करता है।

### सावधानियां

- जो लोग हर्निया ,अल्सर से पीडित हो उन्हें

इस आसन का अभ्यास नहीं करना चाहिए ।

## पवनमुक्तासन

पवनमुक्त का अर्थ है पवन या हवा को मुक्त करना इस आसन को करने से पेट की वायु निकालने में मदद करता है इसी कारणवष इस आसन का नाम पवनमुक्तासन है।

### अभ्यास की विधि-

- अपनी पीठ के बल मैट या चटाई पर लेटना चाहिए।
- दोनों घुटनों को मोडें। जितना असानी से मुड जाय।
- श्वास छोडते हुए दोनों घुटनों को अपने वक्षस्थल के ऊपर अपनी क्षमतानुसार ले जाय।
- श्वास भरते हुए दोनों हाथों की अंगुलियों को आपस में मिलाते हुए पैरों को पकडे। अपनी क्षमतानुसार ही जोर लगाकर पकडे।
- श्वास को बाहर छोडते हुए धीरे धीरे सिर को ऊपर उठाये और धीरे धीरे ठुडडी को घुटने से लगाने का प्रयास करें। कुछ समय तक इस स्थिति में बने रहे। जबरजस्ती न करें नियमित अभ्यास करें।
- श्वास को लेतें हुए सिर वापस जमीन पर लें जाय और थोडी देर विश्राम करें ।
- श्वास को बाहर छोडतें हुए पैरों को जमीन पर लें जाए।
- अभ्यास के अंत में थोडी देर षवासन करें।
- कोई भी आसन अपनी षारीरिक क्षमतानुसार ही करें या योग गुरू के निर्देषानुसार करें।

### लाभ

- पेट की वायु को बाहर निकलता है ।
- कब्जियत को दूर करता है पाचन तंत्र को मजबूत करता है
- पीठ एवं पेट की मांसपेषियों को मजबूत करता है।
- हाथों और पैरों की मांसपेषियों को मजबूत करता है।
- यह मेरूदण्ड को मजबूत करता है।

### सावधनियां

उ द र संबंधी व्याधि ,हर्निया ,उच्च रक्त-चाप तीव्र पीठ दर्द तथा गर्भावस्था के समय इस आसन को न करें।

## मयूरासन

इस आसन में व्यक्ति की आकृति मोर की तरह दिखाई पडती है इसलिए इस आसन का नाम मयूरासन है। इस आसन को बहुत ही सावधानीपूर्वक बैठकर किया जाता है इस आसन में पूरे शरीर का भार हाथों के पंजों पर होता है पूरा शरीर हवा में होता है।

### अभ्यास की विधि-

सबसे पहले अपने दोनों हाथों को दोनों घुटनों के बीच में रखें । धीरे -धीरे हाथ के अॅगूठे और अगुलियां अंदर की ओर रखते हुए हथेली जमीन पर रखें । उसके बाद अपने दोनों हाथों की केाहनियां को नाभि केंद्र के दाएॅ और बाएॅ अच्छे से जमा लें। और अपने शरीर का भार धीरे-धीरे हाथों पर बराबर देकर आगे की तरफ झुकते हुए दोनों पैरों को सावधानी पूर्वक ऊपर की ओर अपनी क्षमता अनुसार उठाॅए । जितनी देर होल्ड कर सकते है होल्ड करें फिर पुनः सामान्य स्थिति में आये। इस अभ्यास को बार -बार करें जितनी ही अंगुलिया और हाथ की कलाई मजबूत होगी उतना ही अच्छा मयूरासन होगा । इस आसन को कभी भी जल्दबाजी में न करें । क्योंकि पूरे शरीर का वजन इन्ही हाथों के पंजे और कलाई पर होता है। इसलिए इस आसन का अभ्यास अच्छे से करें तभी इस आसन को आप सब आसानी से कर पाएंगे।

### लाभ-

- मयूरासन के नियमित अभ्यास से हाथों के पंजे और कलाई बहुत मजबूत होती है।
- मयूरासन के अभ्यास से यकृत, अग्नाश्य ,आमाश्य और पाचन तंत्र को बहुत लाभ मिलता है।
- मयूरासन के नियमित अभ्यास से फेफडे बहुत मजबूत होते है।
- मयूरासन के नियमित अभ्यास से मधुमेह के रोगियों के लिए लाभकारी आसन है।
- मयूरासन के नियमित अभ्यास से पेट के रोग जैसे कब्ज,अपच ,पेट साफ न होना वायु विकार और पेट दर्द में बहुत लाभदायक होता है।
- मयूरासन के नियमित करने से शरीर का रक्त संचार सुचारू रूप से रहता है ।
- वात-पित-कफ से उत्पन्न होनेवाले रोगों म शीघ्र लाभकारी है।
- मयूरासन के नियमित करने से वृ वृद्धावस्था में भी अच्छा स्वास्थ्य, उत्साह और शक्ति बनी रहती है।
- मयूरासन के नियमित अभ्यास से हाथ, पैर,और कंधे, की मांसपेसियों में मजबूती आती है।

### सावधानी-

जिन लोगों को ब्लडप्रेशर ,ह्रदय रोग और अल्सर रोग या कोई जल्द में कोई आपरेशान हुआ हो वह योग प्रशिक्षक की देखरेख में ही करें।

# सच्ची उन्नती

तारादत्त भट्ट

**ईश्वर ने हमें छठी ज्ञानेंद्री दी है, हमें पांच इंद्रियों वाले जानवरों की तरह व्यवहार नहीं करना चाहिए । शिक्षित ज्ञानी और सोचने की शक्ति रखने वाले लोगों को योग्य रूप से विश्लेषण कर सही निर्णय लेना चाहिए पहले बताए गए पाँच गुणों का अगर सही से हम जीवन में पालन करें तो हम अपने देश को बेहतर बना सकते हैं।**

## जीवन में सफलता पाने के पँचसूत्र

पहला सच्चाई, दूसरा ईमानदारी, तीसरा अपेक्षा किए बिना परिश्रम करना और चौथा दूसरों को दुख नहीं देना सिवाय अपना कर्तव्य निभाते समय पांचवा गरीबों का दुख दूर करना ।

यह गुण सभी सफल लोगों में भरपूर देखने को मिलते हैं । हमें भी एक सफल और सार्थक जीवन पाने के लिए इन गुणों को अपने जीवन का आधार बनाना चाहिए । जीवन एक बड़ा और लंबा संघर्ष है, अपने लक्ष्य तक पहुंचने के लिए हमें लहरों के विरुद्ध उतरना पड़ता है रास्ते में कई संकट और मुसीबतों का सामना करना पड़ता है । केवल यह वह व्यक्ति जो उनको सामना करने के लिए और वह नियंत्रित करने के लिए तैयार है जीवन में विजयी बनता है ।

जब आप लोगों के साथ अंधेरे कमरे में होते हैं तो यह अपेक्षा मत रखिए कि वहां कोई और दिया जलाए, सबसे पहले आप दिया जलाइए । इमानदार समाज के लोगों के बीच ईमानदार रहना आसान है लेकिन हमारे पाप युक्त समाज में ईमानदार और पवित्र बनकर रहना बहुत मुश्किल है। हम जिधर भी देखें वहां स्वार्थ धोखाधड़ी, कपट, भ्रष्टाचार, घूस, पक्षपात और शोषण है। हमें ऊपर बताएं 5 गुणों का पालन कर ईमानदारी से जीवन बिताने का प्रण लेना चाहिए जमीन पर चलना आसान है रस्सी पर चलना बहुत मुश्किल है । पश्चिमी देशों में इन गुणों का पालन करना सरल है पर उनका पालन हमारे समाज में करना बहुत मुश्किल है ।

नेता लोग और गैरकानूनी ढंग से मय बनाने वाले स्वार्थी व्यापारी मिलावट करने वाले और

अन्य शासकों को दोष मत दीजिए, वह पहले से ही वही करेंगे उन्हें सुधारने की कोशिश करना उनके अत्याचारों के बारे में प्रश्न करना या उनसे न्याय की अपेक्षा करना बेकार ही है। उन्हें सुधारना नामुमकिन है, उनकी अपेक्षा कर देनी चाहिए क्या कभी कोई चूहा एक पहाड़ से टकरा सकता है । ईश्वर ने उन्हें समाज में पनपने दिया है हम यह मान सकते हैं कि दूसरे पापियों को सजा देने के उद्देश्य से ईश्वर ने उन्हें पनपने दिया है । ऊपर बताए गए गुणों का पालन करते समय उनमें से किसी एक गुण पर भी 100% खरा उतरने की कोशिश मत कीजिए 90% ही खरे उतरें तो काफी है मगर सभी गुणों पर इस जन्म में आप 90% खरे उतरे तो ही सबसे बड़ी कामयाबी होगी ।

बेंगलुरु में एक ईमानदार व्यापारी था जो मशीनरी के पुर्जे बेचता था कारोबार में हिसाब किताब रखने में वह हंड्रेड परसेंट ईमानदार था उसके ईमानदार होने से अन्य व्यापारियों को और घूस ना देने के कारण भ्रष्ट अधिकारियों को वह खुद एक समस्या बन गया था । गलत व्यवहार करने वाले व्यापारी और भ्रष्ट अधिकारी से ईमानदार आदमी के लिए समस्याएं खड़ी कर उसका सर्वनाश करने की कोशिश करने लगे खुद यातनाओं का शिकार होने के बावजूद उसने अपनी ईमानदारी नहीं त्यागी, उसकी इमानदारी से कोई प्रभावित नहीं हुआ, लोग यह सोचने लगे कि उसने अपनी इमानदारी से क्या हासिल किया, अपनी ईमानदारी के कारण उसे अपनी दुकान बंद करनी पड़ी इसलिए लोगों को लगा कि वह असाध्य है कि कोई ईमानदार भी रहे और सुखी जीवन भी बताएं ।

मैंने लोगों को यह आलोचना करते हुए सुना है कि महात्मा जी के ईमानदार होने के बावजूद आज उन्हें बच्चे और पोते संपन्न नहीं हैं लोग सोचते हैं कि मामूली लोग महान हैं आदर्श नेता आदरणीय व्यक्ति हैं पूजा के योग्य महात्मा हैं लेकिन जीवन में हम उनका अनुसरण नहीं कर सकते अगर हम उनका अनुसरण करेंगे तो संसार में नहीं टिक सकेंगे हम धनहीन हो जाएंगे और हमारी पत्नी बच्चे दयनीय जीवन बिताएंगे, इसलिए इन 5 गुणों का 90% पालन करके इस भौतिक जीवन में सफल होना ही बेहतर है आपके सफल होकर अमीर बनने पर लोग आप को मानते हैं । आपकी बातों में विश्वास करते हैं और आपके विचार और आचरण का अनुसरण करते हैं हमारे समाज में ऐसे लोगों का मिलना दुर्लभ है जो अच्छे गुणों का उपदेश देते हैं और साथ ही उनका पालन भी करते हैं । अगर आप इस वर्ग के अंतर्गत आते हैं तो आप पर अशिक्षित और साधारण लोगों के लिए आदर्श उपस्थिति करने का बहुत बड़ा उत्तरदायित्व होता है आपको यह सिद्ध करना पड़ेगा कि अच्छे लोग भी समृद्ध और सुखी जीवन व्यतीत कर सकते हैं ।

इस प्रकार अच्छा और इमानदार जीवन बिता कर दूसरों के लिए एक आदर्श निश्चित कीजिए इससे ईश्वर आप से अधिक प्रसन्न होंगे और आपके लिए एक बड़ा सिंहासन प्रदान करेंगे स्वामी विवेकानंद ने कहा था मुझे 100 ईमानदार और निस्वार्थ पुरुष युवक दीजिए मैं इस देश का भविष्य बदल दूंगा ।

ईश्वर में हमें छठा ज्ञानेंद्रीय दिया है हमें पांच इंद्रियों वाले जानवरों की तरह व्यवहार नहीं करना चाहिए शिक्षित ज्ञानी और सोचने की शक्ति रखने वाले लोगों को योग्य रूप से विश्लेषण कर सही निर्णय लेना चाहिए पहले बताएगा पाँच गुणों का अगर सही से हम जीवन में पालन करें तो हम अपने देश को बेहतर बना सकते हैं अपने पास हमारा मार्गदर्शन करने के लिए अति उत्तम हिंदू धर्म के होते हुए भी आज हम अंतरराष्ट्रीय स्तर पर बहुत नीचे हैं चाहे जितने स्कूल-कॉलेज आरंभ करें चाहे जितने उद्योग निर्माण कर लोगों को नौकरियों का प्रबंध करें बीमारियों के निर्मूलन के लिए चाहे जितने अस्पताल आरंभ करें पर जब तक यह 5 गुण हमें नहीं है तब तक ना हमारा यह हमारे देश का उद्धार होगा चाहे जितनी समझदारी से सरकार अलग-अलग पर योजनाएं बनाएं उन्हें कार्यान्वित करें और निश्चित करें कि उनसे लोगों को लाभ मिले पर ईश्वर हर एक बात को उनके पाप कर्मों के आधार पर कोई अन्य विधान उसे दंड देता है

चेक किसी पापियों के देश को संपन्न होने नहीं देंगे भूकंप आंधी तूफान और अन्य प्राकृतिक प्रकोप ईश्वर के पापियों को सजा देने के विधान हैं कोविड-19 जैसी बीमारियां क्यों विश्व भर में फैल रही हैं पापियों के दंड के लिए ईश्वर ने उन्हें बनाया है चाहे आप कितने ही बुद्धिमान समर्थ और चालाक क्यों ना हो अगर इन 5 गुणों का पालन आप नहीं करेंगे तो आपकी सारी संस्थाएं ईश्वर की इच्छा के आगे कुछ भी नहीं यदि हम ईश्वर को उनकी इच्छा अभी हो सही से समझें और अपना जीवन उनके निर्देशन के अनुसार बताएं तब हम संपन्न पश्चिमी देशों के स्तर तक उठ सकते हैं उनसे उधार लेने के बजाय हम उन्हें उधार देने लायक बन सकते हैं आप आपके बच्चे और उनके बच्चे ऊंचा उठ सकते हैं समाज में छोड़ सकता है और हमारा देश भी अधिक ऊंचाई तक पहुंच सकता है ।

कंप्यूटर विश्व का बेताज बादशाह संसार का अत्यधिक अमीर व्यक्ति माइक्रोसॉफ्ट कॉरपोरेशन का चेयरमैन बिल गेट्स एक अमेरिकी व्यक्ति विश्व के अलग-अलग देशों में से सबसे बुद्धिमान को चुनकर उन्हें नौकरी देता है उसने कहा कि उसकी कंपनी में काम करने वाले लोगों में से भारत के लोग अत्यंत बुद्धिमान हैं यही वजह है जहां महान ऋषि यों ने दार्शनिकों ने और योगियों ने जन्म लिया था हमारा महान हिंदू धर्म या उपदेश देता है कि सही मार्ग पर चलने को अर्थ है शाकाहारी बन कर जीना भारत के लोगों की उत्तम साधना ओं के पीछे यही कारण है ईश्वर की कार्य विधियों को ठीक से समझ कर अगर हम सही ढंग से जीवन बिताते हैं तो हम अपने को उस स्तर तक पहुंचा सकते हैं जहां हम पूरे विश्व का नेतृत्व कर सकते हैं ।

# दुनिया नहीं खुद को बदलें

सुषमा त्रिपाठी

पूरी दुनिया में परिवर्तन ही शाश्वत है हमने तो किताबों में इतिहास को बदलने के बारे में पढ़ा है समय के साथ या परिवर्तन होना अति आवश्यक है जीवन से मनुष्यों के परिवर्तन के बारे में भी हम सभी लोग पूर्ण रूप से जानकारी रखते हैं इतिहास मनुष्य कुछ और था और आज के इस वैज्ञानिक युग में मानव की परिभाषा कुछ और ही है आज की इस रफ्तार भरी जिंदगी में लोग अपनी इच्छाओं के अनुसार खुद को बदलते रहते हैं हमारा कहने का मतलब यह है कि आप अपनी सोच बदल कर दुनिया को किस प्रकार बदल सकते हैं यही तो सामाजिक परिवर्तन होता है जब हम बदलेंगे तभी तो हम दुनिया बदल सकते हैं क्योंकि बदलाव की शुरुआत तो हमें खुद से ही करनी चाहिए अगर हम खुद में बदलाव ला सकते हैं तभी तो इस दुनिया को बदलने में कामयाब हो सकते हैं

एक कहावत है- हर बदलाव की शुरुआत कर तू खुद को बदल कर जमाने को बदलना चाहता है तो खुद से पहल करना सीख सामाजिक परिवर्तन के इस दौर में इशांत परफेक्ट नहीं होता है उसके अंदर कुछ न कुछ कमियां जरूर पाई जाती हैं उसे अपनी कमियों को पहचान कर उसे स्वीकार करना और उन कमियों को दूर करना बहुत ही कठिन कार्य है क्योंकि कमियां तो हमारे अंदर ही होती हैं पर हम हैं कि उसे स्वीकार नहीं कर पाते हैं क्योंकि कमियां नजर ही नहीं आती और हम उनका दोष दूसरों को देते रहते हैं

जबकि हमें दूसरों को दोष देने से बेहतर यह होगा कि हम अपनी कमियों को सही ढंग से पहचाने और उसमें सही ढंग से बदलाव लाने का प्रयास करना चाहिए और हमें अपनी हर कमियों को जानकर समझकर उस में निरंतर सुधार लाते रहने का प्रयास करते रहना चाहिए तभी तो हमारा देश बदल सकता है और हम अपने देश को एक अच्छे नागरिक के रूप में निखर कर पूरे विश्व में अपना पताका लहरा सकते हैं और हम अपने देश को मजबूत और एक अच्छा राष्ट्र घोषित करने में सफलता का परिचय दे सकते हैं

## बदलाव क्या है

जीवन की परिस्थितियों एक जैसी नहीं होती हैं वह तो समय के अनुसार बदलती रहती हैं परिस्थितियों में यह बदलाव स्वभाविक है कभी-कभी यह परिस्थितियां हमें बदलने के लिए मजबूर कर देती हैं और कभी हम परिस्थितियों के अनुसार को बदल देते हैं इसके लिए हम जीवन में कड़ी मेहनत करते हैं और हमें अंतर्मन से खुद को बदलना पड़ता है यहां पर बदलाव लाने का मतलब है कि सबसे पहले हमें खुद को ही बदलना पड़ता है जब हम अपनी कमियों को पहचान कर अपने पर भरोसा करके काम करते हैं तो

हम अपने अंदर के भय और चिंता से मुक्त हो जाते हैं

हमारे अंदर का भरोसा और विकास ही हमारे मस्तिष्क में परिवर्तन लाता है और हमारी वास्तविकता खुद ब खुद बदल जाती है कभी-कभी परिस्थितियों के चलते हमारे अंदर नकारात्मकता पैदा हो जाती है या नकारात्मक विचार हमारे सोच को बदल देती है और हम यह निर्णय नहीं ले पाते हैं कि हम गलत हैं या समाज गलत है चीजें कभी भी अपने आप नहीं बदलती बल्कि उसे हमें बदलना पड़ता है

हम अधिकतर अपनी गलतियों को दूसरों की गलती कहते हो यही हमारी सबसे बड़ी नकारात्मक सोच होती है दरअसल इसी दृष्टिकोण को हमें बदलने की जरूरत होती है और हमें अपने सकारात्मक विचारों के साथ आगे बढ़ने की आवश्यकता है जहां अपने विचारों को बदलेंगे तभी हमें अपने आसपास और समाज की चीजें नकारात्मक दिखाई देंगी और इसे ही वास्तविक बदलाव कहते हैं

अगर हमारे अंदर वाकई बदलाव आता है तो हमें वास्तव में जीना आ गया है और हम दूसरों को भी मदद कर सकते हैं कि भैया बहिनी भाभी दीदी अगर आप गलत हैं तो उसे स्वीकार करके उसे सुधार कर अपनी जिंदगी सुचारू रूप से आगे बढ़ा सकते हैं तभी हमारे देश और प्रदेश में सुधार का बदलाव संभव है जिसे सामाजिक बदलाव होना निश्चित हो जाता है जो कि हमारे और हमारे दुनिया में ज्यादा से ज्यादा सुधार आ सकता है

## खुद को कैसे बदल सकते हैं

हमारे समाज के लोग अपने आप को करने का प्रयास कर रहे हैं हमारे अंदर का सकारात्मक विचार हमारा खुद पर भरोसा ही हमें हमारी पहचान दिलाता है और यह सब हमारे खुद के अंदर के दृढ़ विश्वास पर ही निहित है सामाजिक रूप से खुद को एक विशिष्ट पहचान दिलाने के लिए कुछ आवश्यक चीजों को बनाने की आवश्यकता है

- अपने अंदर की कमियों को खुद से दूर और खुद के प्रति सकारात्मक सोच रखें
- आपका पहनावा शब्द शैली दूसरों के अंदर एक गहरा प्रभाव छोड़ता है दूसरों का आधार इत्यादि छोटी बातें आपको एक अलग पहचान दिलाती हैं और आपके प्रति सोच को बदल देती हैं
- खुद पर भरोसा विश्वास रखें कि आप हर कार्य कर सकते हैं
- कार्यात्मक सोच को आप अपने से दूर ही रखें
- अपने अंदर की मजबूती को पहचानना चाहिए

## निष्कर्ष

हमारे अंदर के सकारात्मक भाव और हमारा कुछ तो भरोसा ही हमारे खुद को की पहचान है हम अपने अंदर की कमियों को दूर करने के लिए एक नई कार नकारात्मक के सकारात्मक सोच ला सकते हैं दूसरों को गलत ठहराने से अच्छा है कि हम खुद की सोच को बदलें और अपनी एक अलग पहचान बनाने का पूर्ण रूप से निरंतर प्रयास करते रहना चाहिए

जीवन में हमारे साथ अक्सर कुछ ऐसा होता है जो हमारे सोच को प्रभावित करता है यह सोच हमारे अंदर एक परिवर्तन ला देती है और यह परिवर्तन सकारात्मक या नकारात्मक रूप से परिवर्तित हो जाता है

हम अक्सर यह बात सुनते हैं और स्वयं भी बोलते हैं कि दुनिया बहुत ही खराब है यहां के लोग बहुत गंदे हैं या एक बात है कि जिस भाव से दुनिया को देखेंगे वैसा ही दुनिया देखने को मिलती है स्पष्ट है कि आप जिस प्रकार से दुनिया को देखते हैं दुनिया हमें भी उसी प्रकार से नजर आते हैं यदि हम अपने अंदर सकारात्मक सोच रखते हैं तो समाज और दुनिया के प्रति आपकी सोच सकारात्मक होगी असल में दुनिया बुरी नहीं है यह सिर्फ हमारे देखने के नजरिए पर ही निर्भर करता है जब हम खुद को नहीं बदलेंगे हम अपनी जिंदगी और हम इस दुनिया को कभी नहीं बदल सकते हैं हमारी आंतरिक बदलाव ही जीवन में दृष्टि प्रदान करते हैं खुद को ठीक करने के लिए कुछ नियम इस प्रकार से हैं जो हमारे जीवन के लिए सहायक सिद्ध होते हैं

- स्वयं को समय देना चाहिए ताकि हम अपने जीवन के अनमोल समय का थोड़ा सा आनंद उठा सकें
- आपको अपने जीवन के तरीकों की सोच को बदलना आवश्यक है आप लोगों के प्रति अपनी नजरियों में बदलाव दिखाते रहें
- जीवन में आपके लिए खुद पर विश्वास और भरोसेमंद होना बहुत ही जरूरी है
- जीवन में कई संभावनाओं को समझने की कोशिश करनी चाहिए
- जीवन में हर परिस्थिति में हमें अपने आप को हमेशा खुश रखना चाहिए और संतुष्टि का प्रमाण रखना चाहिए

## लोगों का सम्मान

आपके पास रहने वाले लोगों की अपनी एक अलग सोच होती है उनके विचारधारा का तरीका उनकी सोच से अलग होता है लोग अपने विचार ज्ञान भावना नैतिकता इत्यादि से हम और आप बिल्कुल अलग होते हैं दुनिया और आप सब का नजरिया अलग अलग है हर कोई अपने तरीके से देखता है हम में से कुछ भी अलग-अलग तरीकों से लोगों को एक दूसरे के प्रति दृष्टिकोण बनाने की स्वतंत्रता है हमसे कुछ भी गलत या सही नहीं होता है केवल उनका नजरिया अलग अलग होता है दुनिया में कोई भी व्यक्ति एक समान नहीं सोच सकता है सबके भाव और सोचने का तरीका अलग अलग ही होता है इसलिए सबसे पहले हमें स्वयं को अपनी सोच अच्छी रखनी चाहिए तभी बदलाव संभव है

### उमड़-उमड़ भादों सरिता-सी, प्रीत पुरानी मुझे रुलाती...

वो अल्हड़पन वो नादानी,
मोहक-सी मद मस्त जवानी,
नूतन स्वप्न सजाती पल-पल,
रोती आँख टपकता पानी,
भूल कहाँ पाया मैं अब तक,
आँख तुम्हारी जो कह जाती।
उमड़-उमड़ भादों सरिता-सी,
प्रीत पुरानी मुझे रुलाती...

जितने ख़्वाब दिखाए तुमने,
उतने स्वप्न सजाए हमने,
ख़त लिख वो चुपके से देना,
पुस्तक देते देखा सबने,
उन्हीं खतों की धुधँली पंक्ति,
तेरी मेरी हँसी उड़ाती
उमड़-उमड़ भादों सरिता-सी
प्रीत पुरानी मुझे रुलाती...

तेरा घर की ओर लौटना,
मेरा तेरी राह देखना
मिलती जब आँखों से आँखे
कुछ पल बहके कदम रोकना
मन की व्यथा चिड़चिड़ी होकर
पग की ठोकर धूल उड़ाती,
उमड़-उमड़ भादों सरिता-सी
प्रीत पुरानी मुझे रुलाती..

कितना अजब खेल था प्यारे ,
न मैं जीता न तुम हारे,
मेरी बाती तेरे आंगन,
तेरा दीपक मेरे द्वारे,
तू वो नजर बचाकर सब से,
मेरे गालों को मल जाती
उमड़-उमड़ भादों सरिता-सी
प्रीत पुरानी मुझे रुलाती..

मेरा तो सब पीछे छूटा
कोई मुझसे मेरा रूठा
अंतस में बस याद बची है,
बाकी सब कुछ किसने लूटा?
अंतस की सुधियाँ प्रिय तेरी,
नयन नीर बन झर-झर जाती
उमड़-उमड़ भादों सरिता-सी
प्रीत पुरानी मुझे रुलाती।

**हेमराज सिंह 'हेम'** कोटा राजस्थान

### मैं असफल और नाकाम रहा!

मैं असफल और नाकाम रहा
गलतियां होती रही सफर में
लेकिन! ये मेरे जीवन का
परिमाप नहीं... !
परिभाषित नहीं चरित्र मेरा।

ओ त्रुटियों! भूल,चूक,गलतियों... !
सदा ही तुमने अपनाकर मुझकों
मानवता का दान दिया
जीवन परिपथ पर भटक जब
सुकर्म पुण्य की महत्ता भूल
चला उड़ाता फिरता धूल।

ओ विराट बेवकूफियों, नादानियों!
थामकर हाथ मेरा सदा तुमने
नित्य ही उपकार किया।
मिट रहा था अस्तित्व मेरा
फिर से आलोकित पथ की ओर धकेला।

पाखंड पथ था पाथेय हमारा
सत पथ जीवन सम्बल से अजान
चल रहे झूठ को अटल मानकर
फिर भी जहाज का पंछी नहीं बना
इतने सारे अपराध हमारे
फिर भी जीवन उपकार हुआ।

सद्भावना एकाकी कर्म ने
सब कुछ था तौल रखा।
मंतव्य न था परपीड़ा
न परजन दुःख आयोजन
अपने में एक सुंदर कर्म का
रहा मात्र आयोजन लक्ष्य।
मौन,मूक इस आयोजन में
विचलन का आना शुभ रहा
बाधक मनोविकार सुसृष्टि में लगे
अपराध भूल चूक गलती,नादानी
सबने अपने पक्ष तुलना में योग दिया
सुंदर पथ के सुकर्म में
सब परीक्षा लेने आते
दे जाते वचन अटल मौन ज्ञान वरदान।

**ज्ञानीचोर**
रघुनाथगढ़, सीकर राज

### योग अपनाएँ

जीवन में नव ऊर्जा पाएँ।
योग अपनाएँ, रोग भगाएँ ।

अपना तन - मन स्वस्थ बनाकर
शक्ति, आत्मविश्वास बढ़ाएँ।

स्वास्थ्य ही अमूल्य धन होता
बुरी लतों से इसे बचाएँ ।

योगासन, अभ्यास नित्य कर
चिंता, दुःख, तनाव मिटाएँ ।

बहुत व्यस्त जीवन शैली है
संवेदनशीलता जगाएँ।

निद्रा और थकान सताती
यंत्र नहीं, मानव बन जाएँ।

रोगी सम दिन काट रहे क्यों
पास प्रकृति के समय बिताएँ।

**गौरीशंकर वैश्य विनम्र**
लखनऊ

### शब्दोंत्सव

शब्द
ईश्वर का रूप है।
इसलिए सम्मान करें
हर एक शब्द का।
शब्द के हाथ-पांव नहीं है
फिर भी
मुंह से निकले कड़वे शब्द
कभी किसी के लिए
जिंदगीभर ना भरनेवाला
जख्म.बन जाता है
और
मुंह से निकले मीठे शब्द
कभी किसी के लिए
जीने की वजह भी बन जाता है।
इसलिए शब्द के स्वर को
सुधारने का यत्न करें।
यथासमय
यथायोग्य
शब्दों का प्रयोग कर
जीवन को शब्दोंत्सव बनाएं।
बस,हो गई साधना संपन्न।

**समीर उपाध्याय**
गुजरात

### सब्जियों का संसार

सब्जियों का संसार निराला
भिण्डी हरी तो बैंगन काला
लकी लौकी नरम नरम सी
अरबी चिकनी लगे भ्रम सी
आलु सदाबहार अभिनेता
संग गोभी को अपने लेता
मिर्ची तीखी हरी लाल सब
गाजर मीठी रचे जाल सब
मूली के भी ठाठ निराले
करोंजा पढ़े पाठ निराले
नरम ककड़ी अकड़े जब
परमल ग्राहक पकड़े तब
है टमाटर इन दिनों भारी
अन्य सब्जियां उससे हारी
फल भी विफल टमाटर आगे
लगता अब सब पानी माँगे
आज टमाटर आम पर भारी
बन रहा बाप दाम पर भारी
चीकू अंगूर केला सब फीके
टमाटर आगे कमसिन दीखे
बिन टमाटर सब्जी कैसी
रात चाँद बिन लगती जैसी
हुए भाव अब दो सौ पार
वी आई पी में हुए शुमार
पालक मैथी प्याज बिचारे
सभी आज मंदी के मारे
रंग लाल हुए तेवर भी लाल
ठोक रहे टमाटर सबसे ताल
भूले पापाजी टमाटर लाना
कहते किसी को नहीं बताना

**व्यग्र पाण्डे**
गंगापुर सिटी

### मन में इतनी काई

अब तो अहंकार से बाहर
निकल हमारे भाई
कहां लगा कर आया है तू
मन में इतनी काई
उछल कूद जो तू इतनी
करता है इस दुनिया में
भूल गया हर वक्त घूमता
काल लिये कनिया में
प्रेम भाव से जी ले जब तक
मौत नहीं है आई
कहां लगा कर आया है तू
मन में इतनी काई
जाने क्या था किया जिसे
तू अब तक भोग रहा हैं
उठा पटक जो आज कर रहा
आगे जोड़ रहा है
क्या लेकर यह ही जाएगा
अपने साथ कमाई
कहां लगा कर आया है तू
मन में इतनी काई
अबभी शेष समय है जो
उसमे ही कुछ तो कर ले
गन्दी पडी.हुई चादर को
राम नाम से धुल ले
वरना सबसे रह जायेगा
करते हाथा पाई
कहां लगाकर आया है तू
मन मे इतनी काई

**डॉ अंजनी कुमार सिंह**
रायबरेली

# कनेर

प्रकृतिमेल डेस्क

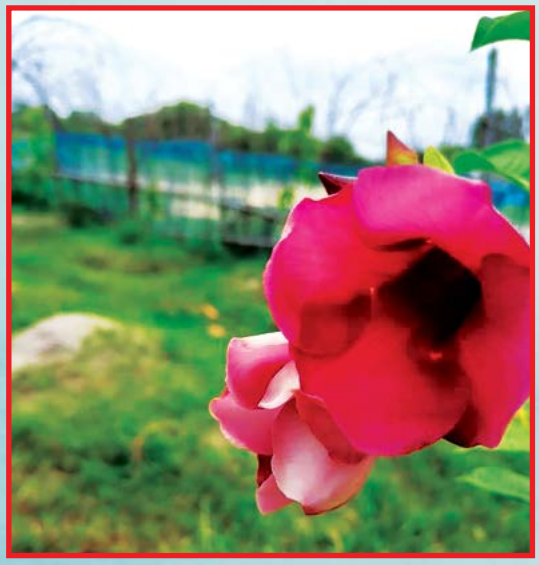
**आपकी बगिया को हरा-भरा रखने और सुन्दर फूलों के लिए कनेर का पेड़ एक सही चयन होगा। कनेर यूं तो पीले, सफेद और लाल रंग में भी आता है, पर प्रमुख रूप से इसके पीले रंग वाले पुष्पों का ज्यादा चलन है। कनेर का पेड़ पूरे वर्ष हरियाली लिए रहता जिससे आपके घर में प्राकृतिक छटा बनी रहती है। इसमें होने वाले पुष्प जब पेड़ में लद जाते है तो देखने में सुख का एहसास देता है। कनेर के पेड़ से एक प्रकार की सकारात्मक ऊर्जा का प्रवाह होता है। कनेर का पुष्प पूजन के कार्य में बहुत प्रयोग किया जाता है। इसके कई लाभ भी बताये जाते है। कनेर के पुष्प और पत्तियां अपने में कई औषधियें गुणों से भरी होती है। आज इनके गुणों के बारे में जानते है। कनेर के फूल बालों के लिए काफी लाभकारी होते है।**

- फूलों को पीसकर बालों में लगाने से बालों का झड़ना रूकता है, साथ ही बालों की लम्बाई भी बढ़ती है। इसके प्रयोग से बालों का स्वास्थ्य अच्छा होता है और सिर पर नये बाल भी आते है।
- कनेर के फूलों में ऐसे गुण पाये जाते है जो कि चेहरे में निखार लाते है। इसके फूलों का लेप लगाने से चेहरे के दाग धब्बे खत्म होते है और मुहासों से भी राहत मिलती है।
- शरीर में दर्द और सूजन में आराम के लिए कनेर के पत्तों को पीसकर लगाया जाता है। जोड़ो के दर्द में भी यह लेप लाभकारी है।
- कनेर की टहनी का दातून का प्रयोग करने से दांत मजबूत होते है और इससे दॉतों के दर्द में भी आराम मिलता है।
- कई प्रकार के शोध कनेर के गुणों को लेकर हो रहे है। कई लोग इसका प्रयोग मिर्गी के दौरों में भी करते है। कनेर के फूलों और पत्तियों का इस्तेमाल हृदय रोग, अस्थमा और मधुमेह आदि में भी किया जाता है।

हालंकि इसके कोई ठोस प्रमाण नहीं है। कनेर में पाई जाने वाली विषाक्ता का प्रयोग बिमारियों को ठीक करने में किया जाता है।

इस हरे भरे सुन्दर फूलो वाले पेड़ को आप आपने बगिया की शान बना सकते है। यह आपके बगिचे को तो रोशन करेगा ही साथ ही यह आपके फूलों की जरूरत को भी पूरा करने के लए उपयुक्त है।

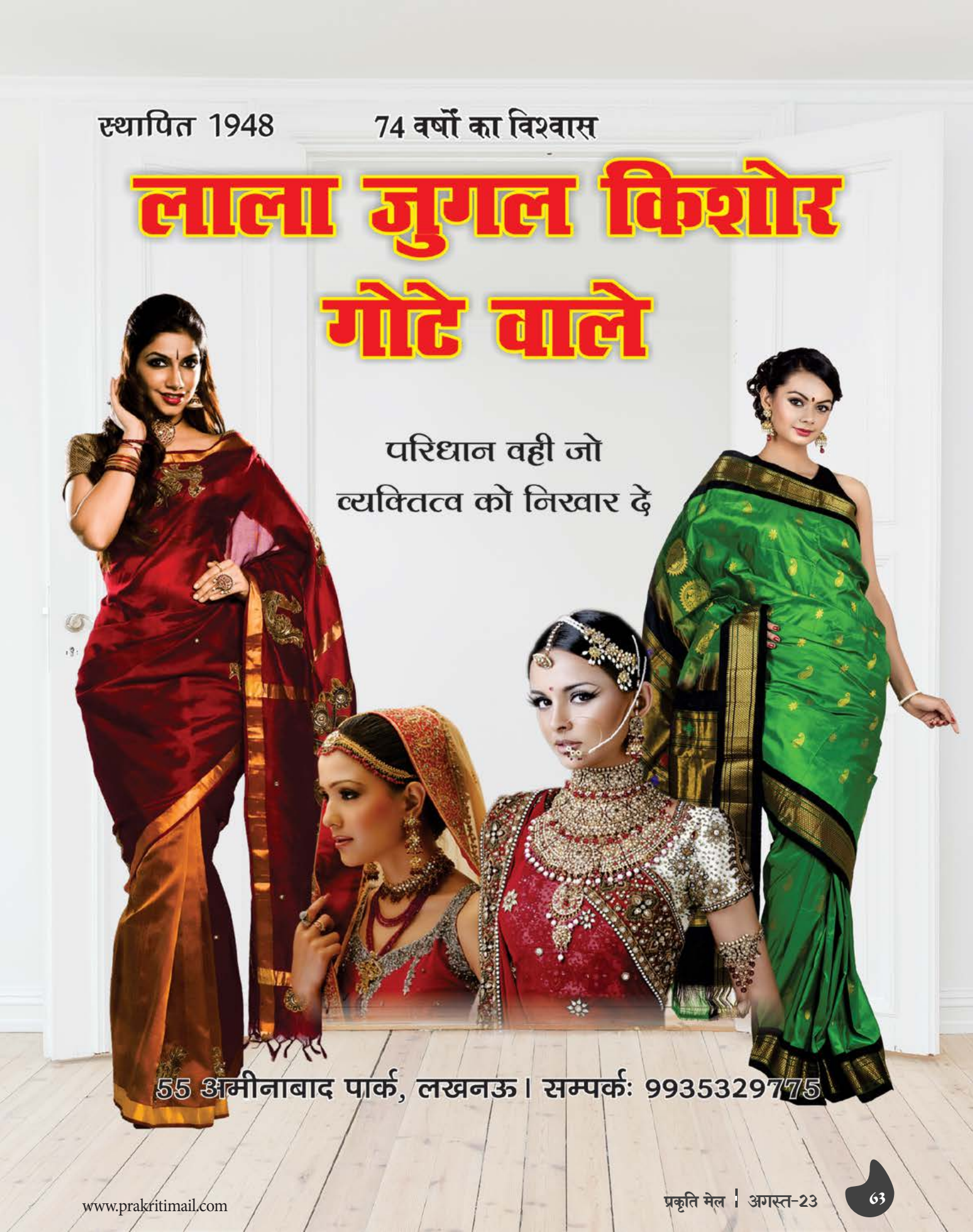
# प्रकृति के रंग



**लक्ष्मीकांत वर्मा**
लखीमपुर खीरी

"जीवन अज्ञान विज्ञान की यात्रा है जिसमे सोना निर्जीवता जागना सजीवता है , जो सजीवता रूप में अपने गुण विज्ञान पूर्णता के इंधन मिलान से एहसास रुपी आनंद लेकर अपने मृदा गुण को पुर्ण करता है जो निर्जीवता से प्रकृति विज्ञान बनकर प्रकृति के लिए कार्य करने लगता है।"

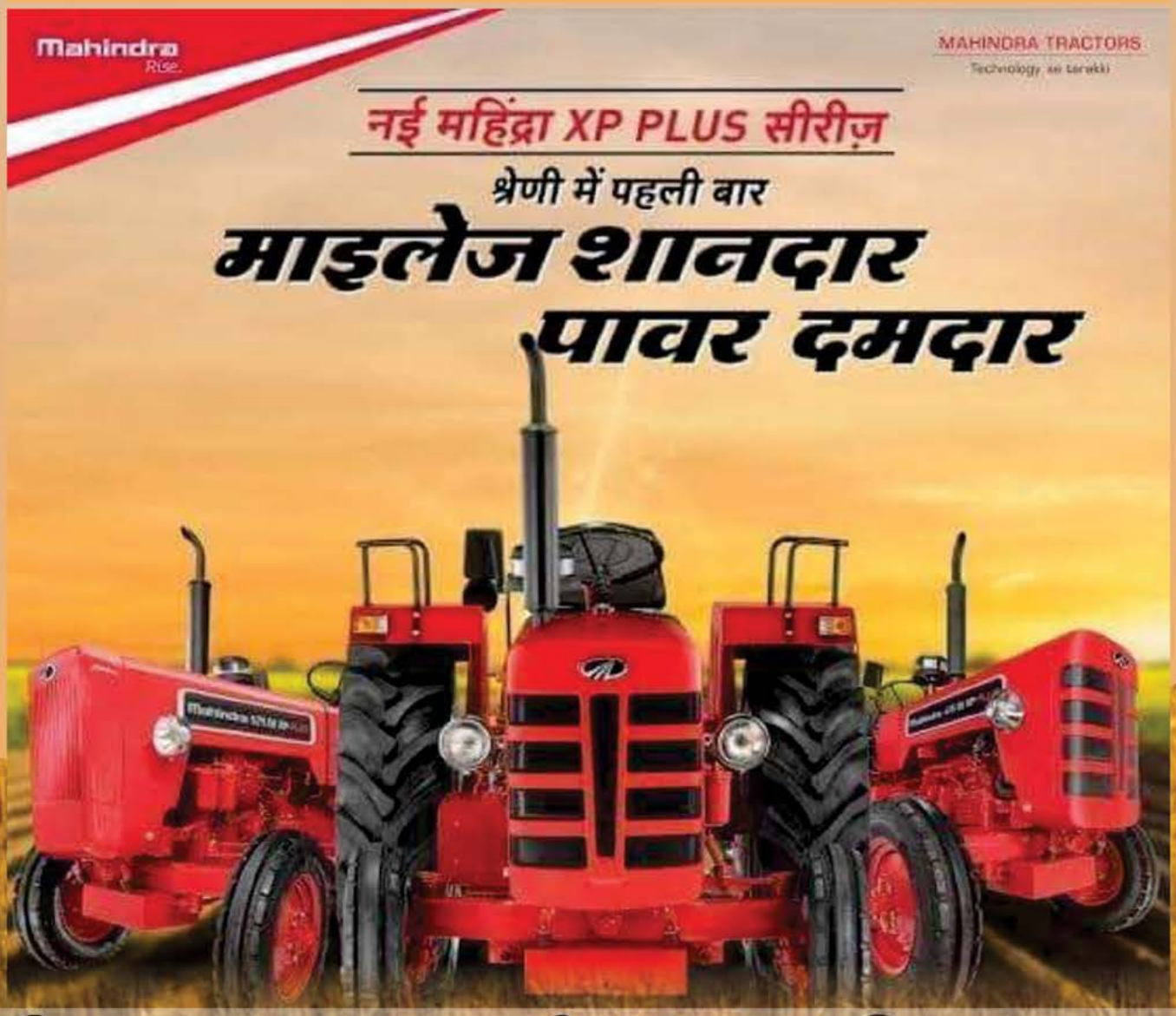
'अशोक मानव '


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, मद्धली शहर, जौनपुर, उ. प्र.।