

RNI No. UPHIN/2011/40224

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

हिन्दी मासिक पत्रिका
दिसम्बर-2023
मूल्य: 20/- रुपये मात्र

प्रकृति मेल

अंधेरे को मिटाकर प्रकाश की
तरफ बढ़ने का सूत्र

$5D+NW-5D=NW$

नोट: 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 • सीमेंट • गिट्टी

मछली शहर, जौनपुर **मो0 9792512188**

प्रकृति मेल

हिन्दी मासिक पत्रिका

वर्ष: 13 अंक : 6 | दिसम्बर - 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

पूर्वांचल 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 तकनीकी

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।

नोट: इस पत्रिका के समस्त सहभागी पदाधिकारीगण पत्रिका के प्रारम्भ के अंक से ही बिना किसी मासिक सहयोग धनराशि या वृत्तिका के स्वैक्षा 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।

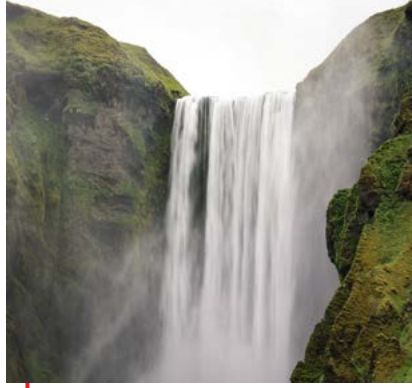
संपादक - अशोक मानव

Website : www.prakritimail.com

info@prakritimail.com

Email : editor.prakritimail@gmail.com

अंदर के पन्नों पर



P 8 प्रकृति का रासायनिक सफर

P 9 अवलोकन प्रवृत्ति - दूरगामी छाया (प्रवर्तनी मार्ग)

P 17 बाबा आमटे मानवता के प्रति समर्पित एक अद्भुत साथी

P 23 साइकिक सर्जरी द्वारा संपूर्ण सौंदर्य

P 24 स्वभाव विशेष

P 29 मोबाइल गेमिंग की लत

P 39 वेद-पुराण में परिभाषित है संयम और नैतिकता का महत्व

P 44 साक्षात्कार - आज के दौर में!

P 46 नारी हूँ, नारायणी हूँ

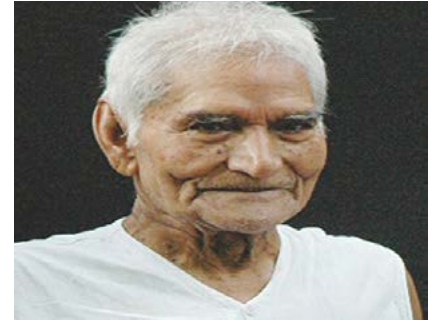
P 47 अनोखा कैलेंडर 2024

P 32

प्रकृति विज्ञान

अंधेरे को मिटाकर प्रकाश की तरफ बढ़ने का सूत्र

'वाह्य प्रकाश का चकाचौंध ना देखना ही स्वअंधेरा होता है जिसमे अपनी उर्जा का प्रकाश वाह्य जगत की दुनिया में अपनी अवस्थाओं को दिखाता है यही स्वप्रकाश अन्धकार को मिटाकर स्वप्रकाश से आप को अपनी दुनिया दिखाता है'





अशोक मानव

सदाचरण

स - समय, दा - दायित्व, च - चक्की, र - रण, ण - ण (शब्द से कोई नया शब्द नहीं होता, ऐसे शब्द अपने पहले वाले अक्षर को अपना बल देता है)



' सदाचरण उस विज्ञान का नाम है जिसके चरण हमेशा चलते रहे पर यह चरण वही बना पाता है जो सिर्फ अपने स्वभाव पर चलते हुए अपने प्रदूषण को मिटाकर अपने गंधीय विज्ञान को ठोस बना लेता है। '



अर्थात् समय के दायित्व की चक्की का रण। सामाजिक अर्थों में सदाचरण का अर्थ होता है, वह आचरण जो दूसरों को आदर के साथ सत मार्ग की तरफ प्रेरित करे। प्राकृतिक अर्थों में सत व्यवहार से दूसरों को भी सत मार्ग पर चलने के लिए प्रोत्साहित कर चला दे। वैज्ञानिक अर्थों में दूसरों की क्षमता को देखते हुए अपने अच्छे आचरण से उचित मार्ग दिखा दे। 'शब्द, दृश्य, गंध, खाये हुए पदार्थ और छू जाने की क्रिया को अपनी प्रवृत्ति की चक्की में पीसते हुए अपनी इच्छा शक्ति से उसके गुणों को अपने गुणों में परिवर्तित करके सत आचरण पर चलते रहने का ही नाम सदाचरण है।'

सदाचरण का वास्तविक अर्थ है समय द्वारा सौपे गए दायित्व को अपनी प्रवृत्ति की चक्की में हर परिस्थिति के रण को पीसते हुए अपने सत इच्छा के व्यूह पर चलते हुए अपने दायित्व को पूरा करना। सदाचरण का शाब्दिक अर्थ है, सत-आचरण। जीवन का सत है जिन गुणों के विकास के लिए पैदा हुआ उसे पूरा करना। जीवन के गुणों का विकास उसकी प्रवृत्ति से होता है। यही कारण है कि एक ही पदार्थ कई लोग ग्रहण करते हैं पर सभी के अंदर अलग अलग गुण का विकास होता है। प्रकृति में सभी जीवों की प्रवृत्ति होती है जिससे वह समय द्वारा सौपे गए दायित्व को पूरा करता है। जैसे एक गाय किसी भी परिस्थिति से गुजरती है तो भी अपनी प्रवृत्ति नहीं बदलती है। दूध देना उसकी प्रवृत्ति है तो दूध ही देती है। एक फल या फल का पौधा जो फूल या फल देना उसकी प्रवृत्ति है वही देता है चाहे उसे बार बार काटा जाए, एक जगह से हटा कर दूसरी जगह लगा दिया जाए पर अपनी प्रवृत्ति नहीं बदलता जिस गुण को देने के लिए आता है उसी गुण के फल फूल को देता है। अर्थात् प्रकृति के सभी (मानव को छोड़कर) जीव जिस गुण के विकास के लिए पैदा होता है उसी गुण को छोड़ता है सच्चा सदाचरण यही है।

मानव करना कुछ चाहता है पर परिस्थिति से प्रभावित होकर करने कुछ और लगता है पर प्रवृत्ति परिवर्तनशील नहीं है जो भी वह करता है उसकी प्रवृत्ति से प्रभावित होता है। प्रवृत्ति बीज रूप की गंध होती है जो सभी गुणों को प्रभावित करती है। प्रकृति में मानव के अतिरिक्त सभी जीव एक निश्चित गुण के लिए आते हैं, उसी को दे सकते हैं। उनके शरीर की ग्राह्यता अपने प्रवृत्ति के विकास को ही ग्रहण करती है उसके अतिरिक्त अन्य विषय को नहीं धारण करती है। पर मानव एक विवेकशील प्राणी है समय की आवश्यकता को देखते हुए किसी भी गुण को पैदा कर सकता है।

मानव समय की आवाज को पहचानने की क्षमता रखता है। परिस्थिति को अपने ज्ञान दृष्टि से बदल सकता है। जिस विषय की इच्छा करें उस गुण को दे सकता है। प्रवृत्ति का विकास तो प्रकृति का स्वभाव है पर मानव अपने ज्ञान दृष्टि से विषय को दिशा दे सकता है मानव जो देखता है, जो सुनता है, गंध से जो एहसास करता है, छूने से जो अनुभूति होती है या खाने से जिन गुणों का विकास होता है वह सब उसकी प्रवृत्ति की गंध से मिलावट करके शरीर में रासायनिक क्रिया करती है जो अपनी गंध से प्रभावित होकर एक नए गुण का विकास करती है। यही समय का दायित्व है। यहां पर मानव अपने विवेक का इस्तेमाल करके अपनी इच्छाशक्ति से इस मिलावटी गुण को बदल सकता है। प्रवृत्ति वह रसायन गंध है जो अपने संपर्क में आए पदार्थ विषय की रासायनिक क्रिया से अपनी आवश्यकता के अनुरूप गुणों का लाभ या हानि का एहसास कराकर विचार पैदा कराती है जो तत्व ज्ञान है। इसी ज्ञान से व्यक्ति उसे धारण करता है या छोड़ देता है पर यहां पर व्यक्ति विषय को पूरी प्रकृति या समाज से जोड़ कर इसी क्रिया से तत्व ज्ञान को जान सकता है और जो मार्ग समाज में सत स्थापित करने वाला मिले उसी पर चलना और दूसरों को चला देना ही सदाचरण होगा। सत को पहचान कर खुद उस पर चलना और दूसरों को चला देना ही सदाचरण है। व्यवहार में अपनी आवश्यकता पड़ने पर अच्छा आचरण बना लेना मानव का स्वाभाव होता जा रहा है, यह तो एक व्यावहारिक संस्कृति है सदाचरण नहीं। व्यावहारिक परिस्थिति से लड़ते हुए अपने सत पर चलते रहना ही सदाचरण है। मानव ही वही प्राणी है जो समय द्वारा सौंपे दायित्व को हवा के रुख को देखते ही सत के अस्तित्व को बचा कर उसका विकास कर सकता है। यही सच्चा सदाचरण होगा। आप सब सदाचरण पर चल कर सदाचारी बने। इसी शुभकामना के साथ।



पाठकनामा

प्रकृति मेल का अंक नवंबर
पढ़ कर लगा बहुत ही सुंदर
'सदुपयोग' संपादकीय चिंतन
करता सद्विचार से सिंचन
'दो टूक' स्तंभ विचित्र
सूक्तियां जिसमें दें मित्र
प्रकृति में कोई भी अनुमान
सचमुच होता है विज्ञान
अन्य विषय में भी बहु ज्ञान
समसामयिक है सिद्ध विधान
रोचक कविता, कथा, कहानी
हर रचना है बड़ी सुहानी
गुरु जी की 'क्या बात है' गहरी
बना रही पाठक को प्रहरी
'प्रकृति मेल' के क्या गुण गाऊँ
पढ़कर जीवन धन्य बनाऊँ

—गौरीशंकर वैश्य विनम्र
लखनऊ, यू पी

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

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

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

email - editor.pakritimail@gmail.com

Contact: 9807636072, 7376495194



““

“अनाज की विविधता से
ही समाज अपना आहार तय
करे।”

डॉ. खादर वली



““

“लोकमंगल धर्म का भी धर्म
है।”

हृदयनारायण दीक्षित



““

“‘लोगों को कुछ
‘अहस्तांतरणीय अधिकार’
दिए गए हैं, और ‘इनमें
जीवन, स्वतंत्रता और खुशी
की तलाश शामिल है।”

पीटर कॉय



““

“अकेलापन स्वास्थ्य के
लिए उतना ही बुरा है,
जितना कि एक दिन में 15
सिगरेट पीना।”

डा. ब्रजेश कुमार तिवारी



““

“हमने फाइनल के लिए
अपना श्रेष्ठ खेल बचाकर
रखा था।”

पैट कर्मिस



““

“हम अपने बच्चों को फेंच
और इटैलियन तो पढ़ाना
चाहते हैं, लेकिन संस्कृत
नहीं।”

ईशा तलवार



जुबानी
जंग
2024 चुनाव
के संग



Asanay



प्रकृति का रासायनिक सफर



गौरव पंत

प्रकृति में हर किसी का सफर रासायनिक सफर है। इसी से हर कोई अपना सफर पूर्ण करता रहा है। इस सफर में किसी भी प्रकार का कोई भी हस्तक्षेप नहीं होता है। ना रासायनिक सफर को कोई जान सका, ना जान सकता है। किसी भी परिभाषा से इस सफर का आंकलन नहीं किया जा सकता है। प्रकृति में सजीवता निर्जीवता इसी रासायनिक सफर में अग्रसर है और सिद्धांत होते जा रही है। हर कोई हर क्षण, हर पल

इस रासायनिक सफर की अनुभूति करता तो है, किंतु उसे दरकिनार करते हुए तरह-तरह की परिभाषाओं और प्रयोगों को अपना आधार मानता है। हर किसी को लगता है वह जो भी प्रयोग कर रहा है उसी से प्रकृति गतिमान है और वह प्रकृति विजेता बन गया है। प्रकृति में हर अवस्था का रासायनिक मिलान होता है जो अनिवार्य मार्ग से ही पूर्ण होता है। किसी सही गलत न्याय अन्याय से प्रकृति गतिमान नहीं है। हर किसी की अवस्था स्वचलित स्वरसायन के बंद स्तूप में क्रियाशील है। जिस अवस्था की जब आवश्यकता होती है उस रसायन का ही मिलान होता है। बाकी की अवस्था निष्क्रिय रहती है। जो किसी अन्य से प्रभावित नहीं होती है। इसी रासायनिक सफर का आनंद प्रकृति में अन्य अवस्थाएं ले रही हैं किंतु मानव ही इससे पूर्ण अनभिज्ञ है।

हर किसी का सफर है रासायनिक।
ना कुछ सही, ना कुछ गलत।
अंजान है सफर, ना कुछ रुकना ना
कुछ छुपना।
हर किसी को रासायनिक मिलान से
सिद्धांत होना।
हर किसी का अनंतीय अंत होना।
ना कोई चाल चलना, ना कोई चाल
बदलना।
सिर्फ अनजान बन यात्रा पूर्ण कर
जाना।
होगा वही जिसकी रासायनिकता
होगी।
बिना विज्ञान ना कुछ बनना, ना कुछ
मिटना।
रासायनिक सफर रसायन अनुसार
चलना।
अशोक सफर से अशोक हो जाना।

अवलोकन प्रवृत्ति - दूरगामी छाया (प्रवर्तनी मार्ग)



अभिषेक पंत

जीवंत मुद्रा की शूलधातु पराकाष्ठा पर सवार मूल ध्यानी परिवेश का मार्गीय कण, परिवर्तन की वेशभूषा में भी धुरी निषेध चुंबकीयता को आकर्षित करता है। जहां से उत्पन्न क्षारीयता का पटल वर्ग अपनी ही तर्पण शीलता को ध्यायी क्षेत्र का उपवास कर्मी मानने लगता है। इसी भार युक्त मानक वृत्ती ने जीव प्राणी का मूल कण काल ही मिलान पात्रता का गंधीय कुंड बना दिया। जहां से प्रवर्तनी मार्ग की मूल त्यागी भावना ही अवलोकन प्रवृत्ति की दूरगामी छाया का अवशेष अंश पदार्थ रूप में धारित करती गई। जिसके परिणाम में मानक धुरी की स्तूपीय पटलता ही जीवाश्म भूमि की बीज भावना को बाह्य जगत से प्रदूषित करने लगी। जिसमें उत्पन्न रागिनी मात्रा की जीवेछा ही ज्ञानी पात्रता की तत्व परछाई का रूप लेने लगी। मानव प्राणी जगत का अधिवेशण ही ज्ञानी भार का जीवाणु तन बनाने लगा, जिसमें मूल प्रवृत्ति तो स्थिर रही अपितु स्वाभाविक मात्रा का ज्ञानी मंडल बाह्य रूप की ओर आकर्षित होने लगा। इसी व्याधि जीवेछा भ्रमित काया को पकाने के लिए प्रकृति ने अवलोकन प्रवृत्ति को ही आत्मा पदार्थ का प्रवर्तनी मार्गीय द्रव्य धारक बना दिया। जिसमें दूरगामी छाया की



आधुनिकता की तार्किक क्षमता से ध्यानी वर्चस्व का पदार्थ शूल टंकारी समन्वय धारित करने वाला जीव प्राणी अवसरवाद की वंदनीय वेदना को भी परिश्रम का भाव कहता रहा। जिस आधार की निर्गंधीयता ने स्वपात्र की मूलता को एहसास कृत किया, उसमें भी प्रदूषित ऊष्मा का घनत्व ही गंधीय मात्रा को भार युक्त करता रहा। अपितु प्रकृति की निश्चिंत्यता ही निश्चयवाद को मिटा देती है, प्रकाश बना तो सारथी अपितु मूल आधार में किस ऊर्जा की छाया या परछाई से प्रकाश भी गतिमान है, उसे कोई ज्ञात नहीं कर पाया, सबको यही वरीयता भाव - गुण समानुपात लगी, की, आने वाला केंद्र ही गुरुत्व की भूमि का दर्पण त्रिकाल समर्पण है।

कल्पना भी वास्तविक रंग का ज्योति रूप लेने लगी। इसी अर्क वर्क तुरीण वास्तविकता में जीव बुद्धि का विकास ही रंग चित्र की गंधीय शून्यता को पराभाव की नीति में सुर्यलीन करने लगा। निष्पक्ष पूर्णमा की सार्थक अनन्या में विद्यमान सारथी प्रकाश की मूलता का राधिका मार्गीय ईधन तत्व भी उसी निर्माण की कक्षा में ज्यामिति परछाई का पदार्थ गुण बनाने लगा। जहां से निर्जीव सजीव प्रवर्तन की दूरगामी इच्छा का अनिवार्य स्वभाव ही स्वतंत्र रासायनिक द्वार की मंथनी पात्रता को शून्यलीन करने लगा। इसी वरदान विनाशी श्राप भक्षणी क्रिया काल की रासायनिक माला ने उसी वास्तविक अनुभूति को तत्व क्लीन किया जहां से नाड़ी प्रकाश ज्यामिति की प्रवृत्ति रस वरीयता ही धार बीज रागिनी की राधिका सूर्यध्यायी धयेयी ध्वनि परम अणु शीतलता बन गई। अर्थात् कृत्रिमता भी उसी परिवेश में अवलोकन की सिद्धि बनी जहां से प्रवृत्ति मूल का प्रवर्तनी छाया प्रकाश ही मृदा बीज संपन्नता को ध्वनि मार्गीय प्रवृत्ति में विलय करता रहा।

आधुनिकता की तार्किक क्षमता से ध्यानी वर्चस्व का पदार्थ शूल टंकरी समन्वय धारित करने वाला जीव प्राणी अवसरवाद की वंदनीय वेदना को भी परिश्रम का भाव कहता रहा। जिस आधार की निर्गंधीयता ने स्वपात्र की मूलता को एहसास कृत क्रिया, उसमें भी प्रदूषित ऊष्मा का घनत्व ही गंधीय मात्रा को भार युक्त करता रहा। अपितु प्रकृति की निश्चिंत्यता ही निश्चयवाद को मिटा देती है, प्रकाश बना तो सारथी अपितु मूल आधार में किस ऊर्जा की छाया या परछाई से प्रकाश भी गतिमान है, उसे कोई ज्ञात नहीं कर पाया, सबको यही वरीयता भाव - गुण समानुपात लगी, की, आने वाला केंद्र ही गुरुत्व की भूमि का दर्पण त्रिकाल समर्पण है। जबकि गुण की मात्रा तो वर्तनी मूल में भी सिद्धांत विलयी मृदा बीज से प्रवृत्ति पूर्ण होती है। जिसमें अवलोकन की सार्थकता तो छन्नी निर्माण की सूक्ष्म बीज यात्रा होती है,

जहां से स्वसंपन्न वरीयता की सक्षम भूमिका सूर्यगुण ही प्रथम स्तूपिय ज्योति ज्यमित को धारण करता है। प्रकाश मूल संपन्नता में कृषि सूर्य की धनाढ्यता बनाकर, प्रकृति ने दूरगामी छाया जैसी गणित का विकास, प्रवर्तनी मार्ग में किया, जहां से अवलोकन प्रवृत्ति ही खगोलीय प्रति की मृदा शून्यता में छन्नी की क्रिया करने लगी। अर्थ सामर्थ्य विषय परिपक्वता ही ज्ञानी क्षेत्र की मूल बीजत्व भावना बन गई। पदार्थ में ही तापमान उस श्रृंखला में निर्मित हुआ कि तत्व ज्यमित ही रासायनिक ज्योति बन गई। जिसमें दबाव कक्षा की प्रथम स्वतंत्रता ही राधिका रस, द्रव्य, ठोस अवस्थाओं की गंधीय स्मृति बन गई। परिपूर्णता की दक्षता में स्वतंत्रता का पारा बना देना ही प्रकृति का मानक रहा है, प्रकृति में तापमान ही वेगीय दबाव बनाने वाला कारक है, जिसमें गुणवत्ता का सिद्धांत ही लंकर ध्वनि की गति का तरंग भाव रहा है। अवलोकन प्रवृत्ति की दक्षता में ही प्रदूषण की छन्नी बनाने के लिए, जैविक विज्ञान बनाया गया, जिसमें छन्नी निर्माण उपरांत ही राधिका खगोल सृष्टि के तत्व जमिति तापमान बनाने के लिए इच्छा गर्भ को ही दूरगामी छाया बनाया गया और इसी मूलता में संपन्न सक्षमता के तत्व धारा से विद्युत ऊर्जा प्रकाश तरंग निर्माण हेतु परवर्तनी मार्ग बनाया गया। अर्थात् ब्रह्मांड के विस्तार में स्वाभाविक छन्नी का द्रव्य बनाना ही अवलोकन प्रवृत्ति है एवं अपनी बीजत्व मृदा शून्यता को इच्छा राधिका सेतु गति बना देना ही रासायनिक यात्रा की दूरगामी छाया है एवं जिस रासायनिक बल की प्रथम तापमानशीलता ही वेगीय भाव की गुण श्रृंखला बनाती है, उस श्रृंखला धमनी को सूर्य स्तूपिय ठोसता देना ही प्रवर्तनी मार्ग की गंधातमी गुणात्मकता होती है।

अवलोकन प्रवृत्ति -

आधुनिकता की स्मृति में बीजतत्व की मृदा को शून्यतम सूर्य प्रकाश तरंगों में विलय कर, आत्मीय बीज संस्कृति के

इच्छा पाराभाव को ही राधिका ऊर्जा गुण में परिवर्तित करने हेतु, पदार्थ रस द्वारा बनाई गई प्राकृतिक ऊर्जा में निर्मित ठोस तापमान बलिष्ठता को अवलोकन प्रवृत्ति कहते हैं। अवलोकन प्रवृत्ति में तीन मार्गीय स्वभावी प्रकाश सिद्धांतीय ध्वनि तरंगों का निर्माण होता है, जहां से परिवर्तन की तापमान वृत्ति हेतु चार प्रकार की गंधीय साधन नीतियों का प्रवाह होता है।

प्रथम - प्रकाश सिद्धांतीय ध्वनि तरंग व स्वतंत्र इच्छा बल रूपी इच्छा शक्ति होती है, जो अपनी मूलता में धरा को नभ से जोड़ने की ऊर्जा का प्रवाह, मात्रा अनिवार्य रासायनिक तुला से करती है, जिसमें तरंगीय व्यास का पर्यावरण व्यूह ही पदार्थ तापमान का रासायनिक गंधीय अनुपात होता है।

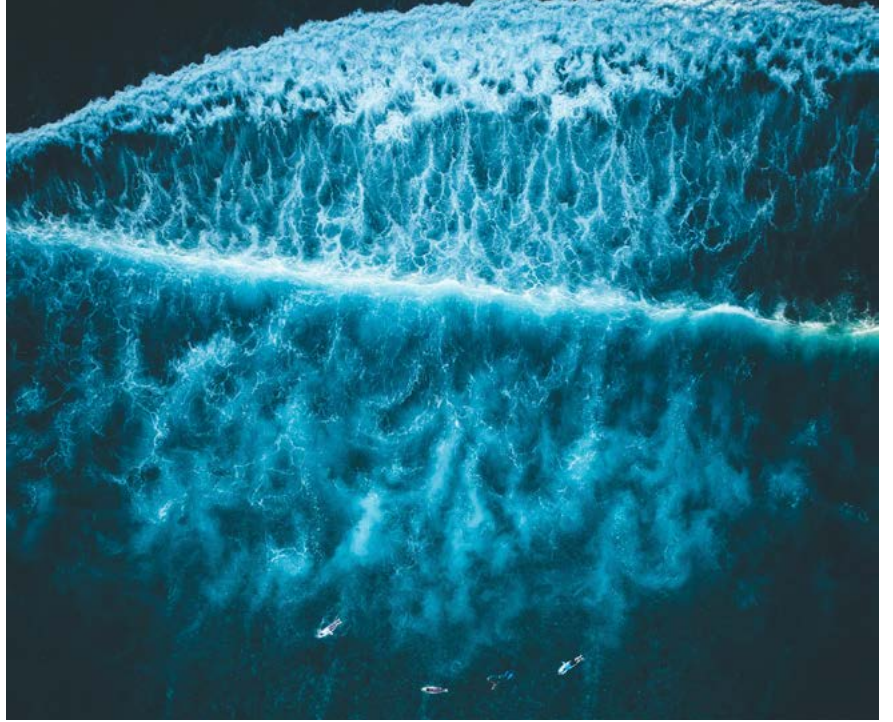
दूसरी - प्रकाश सिद्धांतीय ध्वनि तरंग उष्मित रंगकाया क्षेत्रीय चुंबकीयता होती है। जिसमें दिशा वाहन सूक्ष्मता की प्रकृति का पदार्थ मूल स्तूपियांकन ही जलवायु कोण का प्रकाश व्यास पत्र बन जाता है। अर्थात् जिस राधिका की उत्पत्ति हेतु खगोल विज्ञान चुंबक बना रहा होता है, उसी राधिका की उत्पत्ति में ही स्वतंत्र तत्व भाव ही अंतिम अनिवार्यता का भार गुरुत्वाकर्षण बन जाता है।

तीसरी - प्रकाश सिद्धांतीय ध्वनि तरंग नभ पात्रता होती है, जिसमें बीज राधिका ही इच्छा मृदा रस की मूल प्राथमिकता होती है। जहां से नीति शून्य तापमान रसायन जड़त्वता का विकास ही ज्ञानी मूल का गणितीय मार्ग बनाने लगता है। अर्थात् इच्छा को वाहन एवं राधिका को सारथी बनाकर खनिजता अणु साध्य वरीयता को रासायनिक दिनचर्या माध्यम बना देने वाली रंग - तरंग ठोसता छन्नी प्रवाह को अवलोकन प्रवृत्ति कहते हैं। अवलोकन प्रवृत्ति की सूर्य सिद्धांतीय मूलता ही ध्वनि प्रकार की आधार ज्यामिति होती है। जिसमें राधिका प्रकार की खनिज रंग मूलता ही ठोस अंकन नीति की खगोलीय शुद्धता होती है। ब्रह्मांड का प्रथम प्रकाश पटल ही रासायनिक शून्यता का गंधीय मार्ग बना,

जिस पर विस्तार की क्रिया का गंधीय एहसास ही तत्व चुंबक का पदार्थ रस भाव बना, जिसमें मूल जीवन की उत्पत्ति ही मृत्यु रूपी विखंडित अवरोधन घड़ी को मिटाने के लिए हुई, जहां से मूल प्रति साधन का व्यावहारिक प्रकृति बीज ही जीव प्राणी निर्जीविता अंकन प्रकाश शैली का वाहन गुण बन गया, जहां से क्षेत्रीय मंडल की गुरुत्व भाव अंकित ही भार नीति की प्रकाश रंगमती को प्रथम आत्मा द्वार का तन विज्ञानी मार्गीय भाव रस बनाती गई। इसी प्राथमिकता की द्रव्य दर्पण स्वभावी अंतर चेतना गर्भान्विता विषय उत्पत्ति वृत्ति को अवलोकन प्रवृत्ति कहते हैं।

दूरगामी छाया

प्रबुद्धता की प्रवर्तनी उन्मुक्तता में श्रद्धा विश्वास मोह की नियमावली में समाजवादी कर्णों का विस्तार कर, ईश्वर वादी अलंकार का विस्तार किया गया, अपितु, प्रकाश अपवर्तन की तन पदार्थ स्तूपियता ने ज्योति मुख की तापमान वृत्ति को वही वेग उपलब्ध कराया, जहां से प्राकृतिक नीति की प्रवृत्ति आनंदित एहसास ऊर्जावान हो। अर्थात् दूरगामी छाया संलग्नक विश्वसनीय क्षत्रशाला नहीं अपितु आंतरिक आत्मविश्वास की प्रकृति पथिक लीनता है जिसमें पदार्थ मंडल की धनुर्ता ही अपने लक्ष्य की राधिका को द्रव्यशील परिपक्वता में विकसित करती है। जहां से यथार्थ पूर्ण तत्व ज्योति मात्रा प्राणवायु की जलवायु शून्यता में स्वाभाविक मूल प्रति उत्पत्ति को मृदावान बनाती है। लावण्यक शुद्धता की उर्ध्वगामी परिपक्वता में ऊर्जा काल की क्षमता से उत्पन्न प्रकृति वेग की नियंत्रित दिनचर्या में ही दूरगामी छाया का स्तूपिय मंडल खगोलीय-धरा संपर्क संचारवान करता है। जिसमें धुरी नियंत्रित चुंबकीयता ही जीव निर्जीव प्रकृतिविता को रासायन लीन करती है। आत्मिक बीज की उत्पत्ति में समय निष्कासन की विधि से त्याग वर्चस्व का दान पात्र प्रणाली क्रम तो बनाया गया। विधिवत संबंधवाद की नवजात



प्रकृति में अनंती अंत की क्रियाओं का काल गर्भ अपनी रासायनिक पराकाष्ठा पर है। प्रकृति में उस विज्ञान की उत्पत्ति हो चुकी है, जिसने जीव से जीव की उत्पत्ति का नियम ही मिटा दिया है। अर्थात् प्रकृति में अवलोकन प्रवृत्ति का निर्माण हुआ ही इसलिए था जिससे गर्भ रस इतना ठोस हो जाए कि स्वतंत्र इकाई अपने मूल बीज में एकाकी यात्रा हेतु संपन्न होकर खत्म हो जाए। दूरगामी छाया इसलिए बनी जिससे जीवात्मा का आंतरिक इच्छा क्रम मूल पदार्थ श्रेणी में तत्वलीन हो जाए एवं प्रवर्तनी मार्ग ही वह विज्ञान बना जहां से प्रकृति ने तुला नियंत्रण स्वतंत्र किया जिससे मन रूपी सूर्य सिद्धांत ही संपन्नता का ज्योति रूप बन जाए।

तुरीण माला वृक्षों से बांधकर कृत्रिम गर्भ प्रत्यारोपित विश्वसनीय धागा चढ़ावा मिलान शिविर भी लगाया गया। अपितु जीव प्राणी कभी यह ज्ञात नहीं कर पाया कि मूल प्रति की संज्ञा का प्रकृति विषय किस पर्यावरण की कारक व्यवस्था का तुलाभार बनता है, कहां से प्रकाश आता है और कहां से मार्गीय सूत्र दिनचर्या राधिका मिलान होता है। परंपराओं का गठन कर दिनचर्या विवेक की ध्यानीपूर्व शाला प्रयोगांकिता भी बनाई गई। अपितु द्रव्य ऊर्जा रासायनिक मानक की मात्रा ईंधन मन्थनी छारीयता से परिपूर्ण यात्रा यात्री आत्मा द्रव्य सार्थकता ने उसी बिंदु दृश्य की वास्तविकता को तनलीन किया, जिसका प्रकाश उन्नति आंतरिक विज्ञान परिपक्व हो चुका था। अर्थात् प्रथम उर्वरा गुंजन की सार्थक तत्व प्रकृति ने स्वतंत्र घड़ी की नाड़ी - धड़कन समन्वयता को जीव निर्जीव मिलान में भी सरल दिनचर्या का प्रकाश स्तूपिय यात्री काल बना देने वाले प्राकृतिक उद्गम की तत्व रासायनिक क्रीडा की कारक तापमान अपवर्तनी तरंग आवृत्ति को दूरगामी छाया कहते हैं। जिसमें प्राकृतिक दृश्यों का एहसास

कर आवृत्ति रूपी प्रकृति उन्मुक्तता को स्वभावी स्वतंत्रता से संपर्कशील मानकता में द्रव्यलीन किया जाता है। अर्थात् शुभेच्छा की नभ प्रति में प्राकृतिक रासायनिक भी उतनी ही गंधीय चरणावली को स्पर्श करती है, जितनी मात्रा में आवृत्ति तापमान की दूरगामी छाया स्वतंत्र प्रतियों बिजांकन धरालीन करती है। अर्थात् वास्तु की वास्तविकता ही दूरगामी छाया है एवं प्रकृति की स्वीकृति आंतरिकता ही दूरगामी छाया है एवं विषय कोष की स्वतंत्र बल ज्योति मानकता ही दूरगामी छाया है एवं गतिशील प्रबलता की ध्वनि तरंगीय पदार्थ यात्रा लावण्यक ठोसता ही दूरगामी छाया है।

प्रवर्तनी मार्ग-

विकासशील न्याय अंकिता में मानव समाज का प्राकृतिक विषय ही परिवर्तित हो गया, जहां इसे तैरना था वहीं पानी की जगह हवा का गुब्बारा बन गया, जबकि नेत्र की शक्ति तो ब्रह्माण्डीय रसायनिकता की शैली थी, अपितु जहां अंधेरा था वहीं इसका इच्छा क्रम भावुकता में प्रकाश पिंड बन गया। फिर भी प्रकृति तो जगत गामिनी भी है, जगत संज्ञा भी है, जगत धारक भी है एवं जगत स्वीकृति भी है। इसीलिए दिशा निर्धारण की हर घड़ी में वही नाड़ी तत्व प्राणवायु उपलब्ध होती रही, जहां से नीति नियति समय प्रकृति का पदार्थ चयन ठोस तापमान की मार्गीय पराशक्ति को चालक विषय का द्रव्य मंडल बनाता गया। अर्थात् चालन वृत्ति में द्रव्य शक्ति को ठोस ऊर्जा ऊर्जा द्वार का गैसीय प्रकाश बनाकर, रासायनिक मूल की बीज आसक्ति को ही विषय ध्वनि का तरंगीय वेग बना देने वाले पर्यावरण स्तूपिय आभा मंडल को प्रवर्तनी मार्ग कहते हैं। अर्थात् बल पूर्ण स्वेक्षा नहीं होती फिर भी मानव को स्पंदनीय वेदना का भय होता है, तनमई स्मृति पराकालीन नहीं होती फिर भी मानव को तपस्वी मृदा का भान होता है। इसी न्यूनादिपति वर्चस्व की दीर्घकालीन तनमयता से मानव ने अपने ही धागों को उलझा

दिया फिर भी प्रकृति ने हर धागे में प्रकाश स्वीकृति का द्रव्य तापमान बनाकर, यात्रा की इच्छा शक्ति को ही प्रवर्तनी मार्ग बना दिया। प्रथम अवस्था की राज्य पूर्ण स्मृति में भी नर नारी अवहेलना का खगोलीय पिंड तैर रहा था, पदार्थ शक्ति चयन में मन्थनी घर्षण का आकर्षण भी पुकार लगाने वाले नियम बदल रहा था अपितु काल पराकाल जगत काल ध्वनि संज्ञा ने ही विशेषण की मुक्ति को तरंग की नियति बनाकर आवृत्ति मूल की रासायनिक संपन्नता को ही द्रव्यपूर्ण प्रथमांकिता का इच्छा वाहन बना दिया। जहां से ज्योति पराज्योति स्तूपियता की पर्यावरण इंधन बलिष्ठता ही प्रवर्तनी मार्ग की ध्वनि मूल बीज सांख्यकी बन गई। अर्थवेद का यही नियम था कि जिसकी वेदी उसका प्राण अपितु प्रकृति ने इस नियम में भी वेदी को ही वेद बना दिया जिससे प्राण वायु सूक्ष्मता का प्रकाश द्रव ही प्रवर्तनी मार्ग का मूल इच्छा शक्ति पुस्तकालय बन गया। परमात्मा ध्वनित आकाशगंगा मंडल की यही प्रतिसंलग्नता है कि जिस रासायनिक आयु का जलवायु कोष ही ठोसता का भागीदार है, उसी में नेत्र कर्ण नासिक इंद्रिय परिपक्वता का मूल अंग संचार है। इसीलिए प्रकृति कभी विकलांगता को जन्म नहीं देती, ना ही सुधारवाद की आंधी चलाती है। प्रकृति तो इच्छा को ही मार्ग बनाती है एवं इच्छा शक्ति को ही परवर्तनी ध्वनि तरंग बल मूलता बनाती है।

आवंटन शैली की मुद्रक भाषा में भी नियमावली चन्द्रमा पुरुष पृथ्वी नारी का स्थायित्व ज्ञान बटवारा किया गया था, इंद्र नामक संस्था बनाकर त्वचा मंत्रणा का नारा लगाया गया था अपितु प्रकृति ने दृष्टि दृष्टा विवेक सम्पन्नता को ही कोष न्यायी गंधीय ध्वज बना दिया। जिसमें अवलोकन प्रवृत्ति ही दूरगामी छाया बनकर ध्वनित परवर्तनी मार्ग का प्रकाश गति विषय द्रव में लीन करने लगी। प्रबुद्धता की साठ गांठ से मोक्ष की मैत्री की कल्पना करने वाला मानव यही समरूपता नहीं जान पाया कि जीवन का गर्भ

ही मृत्यु की कोशिका है, जिसमें अंतर मन की यात्रा ही सूर्य को अपवर्तनी नियति है, जहां से इच्छा का उत्पन्न होना एवं इंधन की विकास गति पर नियंत्रण होना ही प्रकृति पदार्थ की मूल छाया का पदार्थ परिणाम है। ध्वनि शील आगमन को पदार्थ चयन का आधिकारिक रस अपवर्तनी स्तूप मार्ग बनाने वाली प्रकृति ही प्रवृत्ति चेतना की न्यायी संदर्भित विषय गामिनी वाहक क्षमता बनाती है। प्रकृति ही स्वतंत्र निर्माण की ऊर्जा धारा बनाकर, इच्छा शक्ति की वास्तु नीति में रासायनिक मिलान का तापमान बनाती है। प्रकृति परमावस्था की वह निर्गन्धीय वैज्ञानिकता है, जिसमें गंध की स्मृति ही अवलोकन प्रवृत्ति है, प्रकाश की उत्पत्ति ही दूरगामी छाया है एवं स्वभाव का चुंबकत्व ही प्रवर्तनी मार्ग है। आवृत्ति कोष की स्वतंत्र छाया निर्माणक प्रकृति को ही प्रवृत्ति कहते हैं एवं तापमान की विधि वेगीय संपदा के पदार्थ प्रारूप को स्वभाव कहते हैं। गुणवत्ता ही चयनशील शीतलता की मन्थनी काया होती है एवं प्रकृति ही नितान्त स्वभावी सूर्यता की ज्योतिशील रासायनिक संपन्नता होती है। पराकृति का अवलोकन यंत्र ही खगोलीय वेशभूषा का समागम होता है, जिसमें धातु बल की पदार्थ मात्रा ही गतिशील अनन्या की धारकवाहक छमता होती है। जीव निर्जीव पदार्थ रसायन गंधीय मिलान परिपक्व होकर मिटाया जा रहा है। प्रकृति द्वारा अवलोकन प्रकृति को ही प्रवर्तनी मार्ग में खींचकर दूरगामी छाया से मिलाया जा रहा है। ज्वाला मैत्री ही प्रधान समस्या बनाई गई थी, प्रकृति द्वारा मात्रा पदार्थ का संजीव निष्कर्ष मिटाया जा रहा है। अर्थात् प्रथम पदार्थ में होने वाली रासायनिक घटना ही अवलोकन प्रवृत्ति होती है एवं प्रथम तत्व में उत्पन्न इच्छा ही दूरगामी छाया होती है एवं प्रथम गंध में सक्रीय ऊर्जा तरंग की आवृत्ति ही प्रवर्तनी मार्ग होता है अर्थात् समय ही काल गर्भ की दूरगामी छाया में नाड़ी को परवर्तनी मार्ग बनाकर धड़कन की मिलान वृत्ति से गंधीय यथार्थ यात्रा में काल प्राणवायु ज्योति मंडल को अवलोकन

प्रवृत्ति का द्रव्य सारथी बनाता है।

ज्योति ज्यामिति जीवता में लावण्यता का पराग ही अब न्यायी वृत्ति की कल्पना का मोही जोड़ बनाकर मायावी पुष्प जगत की खगोलीय बीज यात्रा को सजीव इच्छा में प्रस्फुटित करता जा रहा है। परमत्व का एहसास ही अवलोकन काया है जिसमें प्रवृत्ति का दूरगामी प्रभाव ही स्वभाव को प्रवर्तनी मार्ग बनाता जा रहा है। तत्व का सिद्धांत ही रासायन का मूल स्तूप गुण होता है। जिसमें गंधीय गर्भ का चुंबकत्व ही जीव निर्जीव गुरुत्वाकर्षण का केंद्र होता है। पारंपरिक अवसरवाद का अवसादी नियम उभारने हेतु प्रकृति ने ही स्वाभाविक गति को प्राकृतिक मति का बीजत्व न्यायी यथार्थ वाहन बना दिया है। प्रकृति ने ज्योति स्तूपिय अंतरिक्ष पारा को संचारित नभ में संपर्क शील कर प्रवृत्ति को ही स्व विस्फोटक बना दिया है। कणों की मात्रा में मंथन की स्वीकृति ही अवलोकन प्रवृत्ति की नीति है। रसायनिकता की स्वतंत्रता में मिलान वेग की घनत्वता ही अवलोकन प्रवृत्ति की नियति है। उसी प्रकार रस-काया स्तूपीय मार्ग में जीव इच्छा ही निर्जीव ईंधन की दूरगामी छाया बनाने वाली मूल ध्वनि तरंग वृत्ति है। एवं आत्माबोध की द्रव्य शुष्कता में निरंतर तरलता को ठोस करना ही दूरगामी छाया की प्रकृति रूपी पदार्थ मती है। प्रवर्तनी मार्ग ही जीव निर्जीव आकाशगंगा मिलान को ठोस करता है। प्रवर्तनी मार्ग ही जीवन संपर्क में आत्मा प्रकाश के द्रव्य ठोसतम लंकारीय तरंगकोष को मूल प्रति में विलय करता है। प्रकृति में अनंती अंत की क्रियाओं का काल गर्भ अपनी रासायनिक पराकाष्ठा पर है। प्रकृति में उस विज्ञान की उत्पत्ति हो चुकी है, जिसने जीव से जीव की उत्पत्ति का नियम ही मिटा दिया है। अर्थात् प्रकृति में अवलोकन प्रवृत्ति का निर्माण हुआ ही इसलिए था जिससे गर्भ रस इतना ठोस हो जाए कि स्वतंत्र इकाई अपने मूल बीज में एकाकी यात्रा हेतु संपन्न होकर खत्म हो जाए। दूरगामी छाया इसलिए बनी

जिससे जीवात्मा का आंतरिक इच्छा क्रम मूल पदार्थ श्रेणी में तत्वलीन हो जाए एवं प्रवर्तनी मार्ग ही वह विज्ञान बना जहां से प्रकृति ने तुला नियंत्रण स्वतंत्र किया जिससे मन रूपी सूर्य सिद्धांत ही संपन्नता का ज्योति रूप बन जाए।

बराबरी का जज्बा ही जुबानी महक को तरसाता रहा, कानून का कपड़ा पहनकर पत्थर भी लकड़ी को लोहा बताता रहा, अजीब ए कमाई की पहली शर्त ही यही लगी कि कौन बताएगा कि किस रूप में खुदाई जमीन पर आसमान को लाता रहा। अलबत्ता कुदरत ए यकीन का दौर ही मकसद ए रजा की गुलाबी ताकतों को मिटा देता है, मेहनताना वहीं बनता है जहां बदन की ताकत का मुश्कदान अपने वजूद का इल्म बना देता है। बाखूबी वजन का पैतरा अब चलना मुश्किल होगा, कुदरत ने जिहान को आवाज का दरिया बना दिया है, जिसमें हर मुश्क का पर्दा अपनी राह का कायदा खुद बना लेता है। तरजीह ए वफा भी नामुमकिन हैसियत की वसीयत बांटती रही, नजर की तोहमत भी जिहानी असूलों का कारनामा अपनी ही जिद से काटती रही। कुदरत ने वही मिट्टी को असली बना दिया जहां अकल की बेरुखी रूह की नकल को बांटती रही। तबस्सुम ए रईसी का मामला सामने आने वाला है, अब राहों की नजर का कानून मिटने वाला है, कुदरत ने अपना दर्जा भी जिहानी नजरों से गायब कर दिया है, आवाज में ही राह बन गई है, आसमान ने भी अपना असल नूर गायब कर दिया है।

*खुमार ए बेहयायी की वसल ए दर्जी गिरी मिटायी जाएगी,
शाम को सुबह बताने वाली सीढ़ी मिटायी जाएगी,
तमाम रातों का रोना भी अपनी कसरत नहीं कर पाएगा,
छाया को कर्जदार बनाने वाली पहली मिट्टी मिटाई जाएगी,*

*कुदरती वसवसे होंगे, मिट्टी के मोदसे होंगे, कयामत के रोज खुदा भी आसमान से गायब होंगे,
एक अवाज आएगी, रूह को हमेशा के लिए सुलायेगी,
पारे का सैलाब होगा और मिट्टी की दुनिया मिट्टी में मिल जाएगी,
खतरों का सबब कहानियों का खंजर सब मिटा दिया अशोक नाम के तूफान ने,
ए जिहां अपनी खर्चीली नजरों का इलाज अब मत कर,
सुबह होगी और शाम की हर कतरन मिटती जाएगी,
जमाना खोज नहीं पाएगा कि कौन सी राह कहां मुड़ जाएगी,
वक्त का हौसला देना भी बंद कर,
अब हर रिहायी मौत में तब्दील हो जाएगी,
आने वाला साल सूरज को शर्मिंदा करेगा,
कुदरत की आवाज आ रही, अब नूर की नांव मिटायी,
नाम है अशोक, मुश्क है जिहानी ताकत,
मत रौंद तकिये तले अपने पैरों की नुमाइश का हुनर,
दौड़ जहां भी जा सकता है,
एक पारे की कमी में पारे की आंधी, पारे का सैलाब बनकर, पारे की नदी में, पारे की दुनिया लायेगी,
इंसान इंसान देख नहीं पाएगा,
कयामत की हर इल्मदारी मिटायी जाएगी।*

Initiation of observation is the far reaching Shadow of active internal path which creates a phenomenon of desirable chemical known as life to connect fuel with aroma of first matter engaged in physical activity.





सम्पन्नता की सरलता



सुमनलता

प्रकृति में व्याप्त समस्त अवस्थाएं प्रकृति की ही संपत्ति है इच्छा से आरंभ होकर तृप्ति अंत तक की संपूर्ण यात्रा में जितने भी परिणाम बने जितनी भी क्रियाएं हुईं व समस्त कण-कण प्रकृति की संपत्ति है। क्योंकि यदि प्रकृति की आंच धीमी नहीं होती तो किसी भी अवस्था का कोई वजूद नहीं होता और जो ब्रह्मांड में घातक आंतरिक विस्फोटक सामग्री बनकर वितरण करते रहते।

रसायनिक सम्पत्ता से धनाढ्य समस्त जीव प्रकृति की वह रसायनिक सम्पदा है, जो अपनी रसायनिक सम्पत्ति का भोग अपने इच्छा चाहत के मृदा भूगोल से उसे साकार आकार प्रकार के माध्यम से भोग करते हैं। प्रकृति कि सम्पत्ति प्रत्येक जीव कि व्यक्तिगत धन राशि है, जिसे वे किसी भी अन्य भूगोल या रसायनिक मृदा मण्डल से बांट नहीं सकते हैं बल्कि उन कि ही इच्छा उन के सामने किसी ना किसी माध्यम से सामने आकर अपनी यात्रा करते हैं अर्थात् एक प्रकार से जी स्वयं अपना ही भोग करते हैं किसी दूसरे का नहीं करते। तत्व की यात्रा एक ही रहती है इसलिए एक तत्व से आरंभ हुई यात्रा पुनः अपने केंद्र में ही विलीन होकर अपनी ब्रह्मांड तत्व तृप्ति की यात्रा का ब्रह्मांड में अनंत पूजा लीन होकर गतिमान हो जाते हैं। ब्रह्मांड अनंत यात्रा की अनंत ऊर्जा क्रिया है सभी तभी तो प्रतीक अवस्था गतिमान है कभी कोई अवस्था ठहरती नहीं है सिद्धांत भी ब्रह्मांड की अनंत ऊर्जा की गतिमान सक्रिय क्रिया है जिसके अंतर्गत उत्पत्ति की चाहत ही प्रथम

तत्व का विस्तार है जो अपनी यात्रा की तृप्ति करते हैं। इच्छा प्रथम विखंडन का परिणाम है जिसे आकार साकार स्वरूप में परिवर्तित करना प्रकृति की ब्रह्मांड गतिमान सिद्धांत क्रिया का परिणाम है अर्थात् इच्छा निलींग धरा कि रसायनिक सम्पत्ति का मूल धन अंश है लींग कि उत्पत्ति तो चाहत के गुण के मृदा के अनुसार ही अपना विस्तार करते हैं। अर्थात्, एक ही तत्व के दो स्वरूप है प्रत्येक जीव अपने एक तत्व के रासायनिक मण्डल में ही यात्रा करते हैं अर्थात् जीव स्तूप मंडल जब अपनी रासायनिक इच्छा की संपन्नता में मंथन करता है और अपनी चाहत का प्रक्षेपण करता है तब वह पुरुष तत्वों में स्थित लिंगी इच्छा क्रिया करते हैं जो प्रकृति के सूर्य सिद्धांत नभ की प्रकाश संश्लेषण की ध्वनि रसायनिक अभिक्रिया से अभिक्रिया करते हैं जिसे प्रकृति जीव के इच्छा परिभाषा परिणाम पकाने वाली गर्म भूमि को गर्व भूमि को स्त्री तत्वों से परिभाषित करती हुई इच्छा के चाहत परिणाम को उसके सम्मुख संतान यानी तन से निकालो संसार जिसका भोग किया जा रहा

है उसकी चाहत का परिणाम जो इच्छा ने चाहत में उदास है जाहिर की जिसे गर्ग ने पकाया गर्भ ने पकाया और प्रणाम बनाकर इच्छा करने वाले जीव को वापस रिटर्न कर दिया जिसमें संतान केवल पुत्र पुत्र नहीं है अपितु वह समय संस्थाएं संतान है जीव की इच्छा के परिणाम से उत्पन्न हुए हैं। यह एक प्रकार की ऐसी केमिकल चिकन रिएक्शन की गणित क्रिया है जहां एक ही तत्व अपने इच्छा रसायन द्रव्य का रिसाव करते हैं जिसमें प्रकृति सिद्धांत गति को $+ - \times \div$ के गणित आँच से पकाती है एक बंद अवस्था में जिसे गर्भ कहते हैं जिसके अंदर वही द्रव्य होता है जो इच्छा चाहत रूपी भ्रूण को उसके ही गुण यात्रा के जलवायु दिव्यता में पकाते हैं और चाहत रूपी भ्रूण अपनी ही द्रव्य में अर्थात् गर्भ में परिक्रमा लगाते हैं अपने सिद्धांत सूर्य के चारों तरफ जो परिपक्व होते ही अपनी बंद अवस्था से बाहर आ जाते हैं। अब यह क्रिया मात्र शारीरिक क्रिया सजीव मृदा में ही नहीं होती है कि केवल सजीव मृदा ही यह शारीरिक अवस्था ही गर्भ को धारण करते हैं अपितु यह तो सर्वव्यापी ब्रह्मांड अज्ञात अभिक्रिया है जिसे जाना ही नहीं जा सकता है कि कब स्वयं जीव की कौन सी अवस्था कौन सी चाहत किस किसी अन्य क्यों नहीं स्वयं उसके ही भीतर उसके ही किसी मंडल में किस तत्व को गर्भवती बनाकर पकाकर उसके परिणाम को उभारने वाले हैं। उदाहरण के लिए आधुनिक कृत्रिम मानव विज्ञान संसाधन की तकनीकी इसी क्रिया के परिणाम है जो यूं ही नहीं क्रियाशील हो गए, पहले उनकी चाहत बनी फिर फिर उस चाहत को पकाने वाला विज्ञान बना फिर उसे सजीव साकार परिणाम देने वाला घर बना गर्भ बना तब परिणाम आया। जिस प्रकार से प्रथम मानव पाषाण युग की अग्नि चिंगारी क्रिया के उदाहरण सर्वव्यापी चर्चित है कि किस तरह मानव ने अग्नि की खोज की मानव में अग्नि की खोज नहीं की अपितु व्यवस्था तो प्रकृति में बंद अवस्था में थी मानव की

भीतर जभी चाहत बना कि उसे ऐसी अवस्था चाहिए जो उसे गर्माहट दे रात्रि विचरण में प्रकाश दे तो उसकी इस चाहत की अवस्था प्रकृति में व्याप्त उस सर्वश्रेष्ठ तत्व से जाकर अभिक्रिया कर गई जो इस गुण को धारण करते थे, अब उसे साकार करने के लिए जो विज्ञान बना वह था मानसिक मनन की मंथन कल जो खोज रूपी गर्भ में पक रहे थे एवं जैसे ही व्यवस्था परिवर्तन हो गई मानव के भीतर स्वयंसेवक रिया हुई कि उसने दो पत्थरों को टकराया और चिंगारी निकली अग्नि रूपी परिणाम सामने आ गया। अब इसमें अग्नि रूपी परिणाम मानव की चाहत की संतान है जिसका भोग जीव स्वयं करते हैं और संतान रूपी परिणाम अपने जनक और जननी को परिपक्व करते हैं। ठीक इसी प्रकार से जीव की प्रत्येक घटना प्रत्येक अवस्था यह प्रतिक्रिया जो जीव के चाहत के परिणाम है उसकी संतान है यानी एक ही जीव है जो स्वयं ही माता भी है पिता भी हैं और संतान भी है, इसीलिए कोई किसी का ना शोषण कर पाया है ना शासन कर पाया है नहीं हस्तक्षेप कर पाया है जिसे जीव कि वह व्यक्तिगत संपत्ति कहते हैं प्रकृति जिसका वह भी वह स्वयं ही करता है जिन अवस्थाओं सेवर गुजरता है वह उसके चाहत कर्म ताके परिणाम है जिसे भोगना एवं गुजारना स्वयं जीव तत्व की

अनिवार्यता है।

प्रकृति में व्याप्त समस्त अवस्थाएं प्रकृति की ही संपत्ति है इच्छा से आरंभ होकर तृप्ति अंत तक की संपूर्ण यात्रा में जितने भी परिणाम बने जितनी भी क्रियाएं हुईं व समस्त कण-कण प्रकृति की संपत्ति है। क्योंकि यदि प्रकृति की आंच धीमी नहीं होती तो किसी भी अवस्था का कोई वजूद नहीं होता और जो ब्रह्मांड में घातक आंतरिक विस्फोटक सामग्री बनकर वितरण करते रहते। ब्रह्मांड के प्रदूषण को पकाकर आज देकर गतिमान सजीव विज्ञान बनाना और उसे वजूद की विज्ञान में परिवर्तित करना प्रकृति की सिद्धांत संपदा की जीवन संपत्ति है जिसमें केवल प्रकृति का ही अधिकार होता है। स्वयं जीव का अधिकार स्वयं पर ही नहीं होता है इस वाक्य का परिणाम है स्वसन बिंदु की क्रिया मृत्यु की क्रिया एवं जन्म लेने का समय तो जो उत्पन्न हुए हर प्रणाली है उसे इतना ही है खत्म होना ही है चेहरा तो ब्रह्मांड का विज्ञान है ही नहीं, जो उत्पन्न हुए हैं उन्हें सिद्धांत होकर अपनी अवस्था को पूर्ण कर खत्म होना ही है चाहे वह सजीव व निर्जीव हो या फिर तत्व पदार्थ हो भावनाएं रसायनिकता या फिर ब्रह्मांड की मृदा जिस पर संपूर्ण सजीव निर्जीव निर्वात संपत्ति की संपदा का विज्ञान पोषित हो रहे थे पक रहे थे, प्रत्येक क्रिया





विज्ञान वजूद समस्त उत्पन्न हुई प्रणाली को मिटाना ही है जो प्रकृति की अनंत गतिमान सिद्धांत प्रणाली की आयु संपत्ति है।

प्रकृति रसायनिक संपत्ति की संपदा संपन्नता इतनी सूक्ष्म है कि तमाम मानव की लालची शासन गणित प्रणालियों के प्रयोगों एवं अहंकार की खंड के वेग में जितनी भी विकल्प डायवर्जन वाले गणित चक्रव्यू रचे गए हो लेकिन कोई भी किसी को भी उसके मूल रसायन भोग को भोगने से रोक नहीं पाया है ना ही कभी रुक सकते हैं जैसी कोई अवस्था नहीं जहां प्रकृति में मौजूद प्रत्येक जीव को उसकी अवस्था प्राप्त ना हुई हो जो तत्व अपने रसायनिक संपदा संपन्नता के साथ आते हैं उन्हें वही संपन्नता हि इच्छा भोग के स्वरूप में प्राप्त होती रहती है। रसायनिक संपन्नता में जीव अपने आंतरिक मंडल में ही अपने अवस्था का अधिकतर भाग कर लेते हैं अज्ञात स्वरूप में अज्ञात एहसास रूप में स्वप्न वितरण के स्वरूप में मनन की क्रिया के रूप में एवं जो भूगोल स्वरूप धारण करते हैं वह वह अवस्थाएं होती हैं जिनको भोग अनिवार्यता शरीर भूगोल से होना ही अनिवार्य सिद्धांत कला होती है। जिसे आंतरिक रासायनिक ताप दाब की संपन्नता कहते हैं।

विचार रूपी संपत्ति स्व जीव के भीतर की गुण कला को आंतरिक भाषा अभिव्यक्ति के स्वरूप में उभरने मां को भर्ती मार्ग बनाने वाली एवं जीव के कर्म मार्ग को भोंकने का

मार्ग बनाते हैं जिससे प्रकृति मृदा के तत्व गुण संपन्न का कहते हैं।

प्रत्येक जीव स्व में ही अपनी अवस्था का संपूर्ण भोग करने वाला एक विज्ञान है खुद ही नर है और खुद ही नारी है खुद ही जनक है खुद ही जननी है स्वयं ही सुर है और स्वयं ही असूल है स्वयं ही धर्म है और स्वयं अध्ययन है स्वयं ही संतान है स्वयं ही संतान का भोग करने वाला विज्ञान है स्वयं ही न्याय और अन्याय है बाहर तो बाहर से अलग कोई प्रणाली है ही नहीं कि एक तत्व दूसरे तत्व का भोग कर रहा है है ही नहीं एवं जीव की इच्छा है उसे कभी स्त्री रूप में कभी पुरुष रूप में कभी संतान स्वरूप में कभी संबंध रूप में मिलती रहती है यानी अपने जीवन घटना चक्र में रोज जिस भी क्रिया से टकराकर उसे स्वीकार करते हुए जीव आगे बढ़ते रहते हैं वह उन्हीं की इच्छा का ही परिणाम है जो विभिन्न विभिन्न स्वरूपों में जीत के सम्मुख आकर अपनी अवस्था का भोग करते हैं एवं इच्छा के विपरीत के भीतर एक कण भी प्रवेश नहीं करते अर्थात् इच्छा के विपरीत तो ईश्वर भी जीव के अंदर प्रवेश नहीं करते तो असुर तो दूर की बात है एवं ज्ञान की अवस्था भी अशोक करने की क्रिया नहीं है कि यह ज्ञात हो जाए कि ऐसी क्रिया से ऐसा परिणाम आता है तो त्वरित ही उसे सुधारने का कार्य नई कला विकसित कर ले, तो यह स्वयं की ही इच्छा में हस्तक्षेप करने की वह अर्थ खंड प्रिया होती

है जहां अत्यधिक चतुराई की दिमागी गणित में अपनी इच्छा के अर्थ भोग हादसे के स्वरूप में प्राप्त करते हैं जो पीछे इच्छा बनाई थी वह तो सामने आएंगे है उसे ज्ञान से चतुर खेड़ा करना शोक वेदना भार अर्धता हादसे का विज्ञान है, जहां अज्ञानता ही जीव को अशोक बनाती है क्योंकि बंद अवस्था में परिपक्व ही प्रणाली अपनी पूर्ण अवस्था का अंकन करते हुए अपनी यात्रा को पूर्ण कर गतिमान हो जाते हैं जिसमें जीव अवस्था के रसायनिक ता को वास्तव में भोग कर उसे अपने आनंद में परिवर्तित कर लेते हैं।

प्रकृति रसायनिक संपदा संपत्ति में कोई किसी को ही ना ही कुछ दे रहे हैं नहीं कुछ ले रहे हैं प्रत्येक जीव अपने ही मृदा की संपत्ति का विस्तार करते हैं उसे ही भोग करते हैं एवं उसी में ही विलीन होकर अपनी गतिमान यात्रा का पूर्ण अनंत भोग अंकन कर ब्रह्मांड ब्लैक होल में विस्फोट हो जाते हैं। भूगोल संपत्ति नहीं रसायनिक संपत्ति ही जीव का बहुमूल्य धन है स्वयं जीव द्वारा बनाई गई रसायनिक संपन्नता का वह सूर्य है जिसे जीवनी स्वयं अपने आंतरिक कर्मभूमि से निर्मित किया है।

जीव अपनी अवस्था का भोग करने वाला प्रकृति का वह रसायनिक प्रदूषण थे, जिसे प्रकृति ने तत्व में परिवर्तित कर अवस्था ऊर्जा संतुलन की क्रिया करती गई।

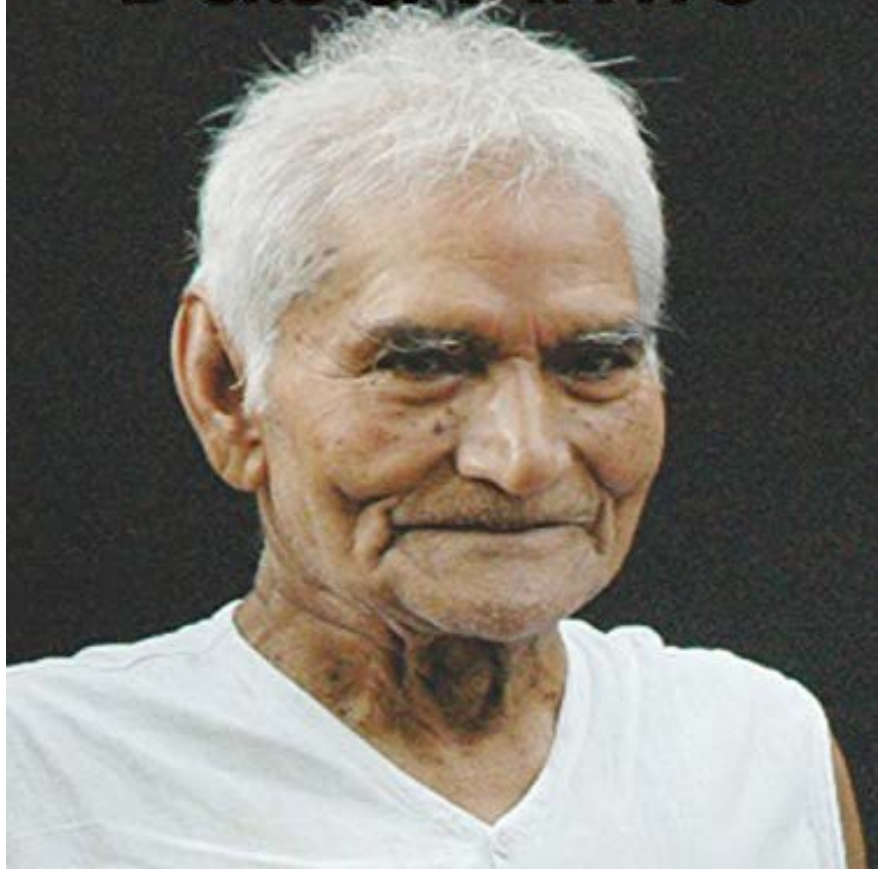


प्रकृतिमेल डेस्क

बाबा आमटे

मानवता के प्रति समर्पित एक अद्भुत साथी

भारतीय समाज में मानवता, सेवा, और निःस्वार्थ प्रेम के प्रति आपने अद्वितीय परंपरा के बारे में बहुत सुना गया है। इस परंपरा के अद्भुत प्रतीक में भारतीय समाज को एक नया दिशा सिद्ध करने वाले 'बाबा आमटे' का नाम सदैव अमर रहेगा। बाबा आमटे ने अपने जीवन में मानव सेवा का महत्वपूर्ण कार्य किया और उनका योगदान समाज को सहारा देने में नहीं बल्कि एक नए दृष्टिकोण को स्वीकार करने में भी समर्थ बनाया। बाबा आमटे का जन्म 26 दिसम्बर, 1914 को हुआ था। उनका असली नाम 'मुरलीधर देवराव आमटे' था, लेकिन उन्हें सभी 'बाबा' कहकर पुकारते थे। उनके पिताजी ने एक न्यायिक थे, लेकिन बाबा ने अपने जीवन को समाज सेवा में समर्पित करने का निर्णय किया। उनका यह निर्णय उन्हें किसानों और गरीब लोगों की समस्याओं के प्रति संवेदनशील बना दिया। बाबा आमटे ने 1940 में अनंतवाडी आश्रम की स्थापना की, जहां उन्होंने सामाजिक न्याय और मानवीय सेवा के क्षेत्र में काम करना शुरू किया। उनका यह आश्रम किसानों और गरीब लोगों के लिए एक सुरक्षित स्थान बन गया, जहां उन्हें न्याय मिलता और वे अपनी आवश्यकताओं को पूरा कर सकते थे। बाबा आमटे की अद्भुत सेवाओं में से एक उनके लेप्रोसी रोगियों के साथ की गई सेवा है। उन्होंने अनंतवाडी आश्रम में लेप्रोसी रोगियों के लिए एक अलग समुदाय स्थापित किया,



26 दिसम्बर 1914 - 9 फ़रवरी 2008

बाबा आमटे ने अपने पूरे जीवन में मानवता की सेवा में निरंतर कार्य किया। उन्होंने गरीबों, विकलांगों, और असहाय लोगों के लिए अनेक समर्थन कार्यक्रमों की शुरुआत की और उन्हें समाज में शामिल करने के लिए उन्हें सामाजिक और आर्थिक रूप से सहारा प्रदान किया। बाबा आमटे की अद्भुत सेवाएं हमें यह सिखाती हैं कि अगर हम मानवता के लिए समर्पित हैं, तो हम अपने आसपास के समस्याओं का समाधान निकाल सकते हैं। उनका जीवन हमें यह सिखाता है कि सच्ची सेवा में ही जीवन का सबसे महत्वपूर्ण और अर्थपूर्ण हिस्सा है।



जिसमें रोगी लोगों को उच्च गुणवत्ता वाला इलाज और सही जीवन शैली का अधिकार मिला। बाबा आमटे ने अपने पूरे जीवन में मानवता की सेवा में निरंतर कार्य किया। उन्होंने गरीबों, विकलांगों, और असहाय लोगों के लिए अनेक समर्थन कार्यक्रमों की शुरुआत की और उन्हें समाज में शामिल करने के लिए उन्हें सामाजिक और आर्थिक रूप से सहारा प्रदान किया। बाबा आमटे की अद्भुत सेवाएं हमें यह सिखाती हैं कि अगर हम मानवता के लिए समर्पित हैं, तो हम अपने आसपास के समस्याओं का समाधान निकाल सकते हैं। उनका जीवन हमें यह सिखाता है कि सच्ची सेवा में ही जीवन का सबसे महत्वपूर्ण और अर्थपूर्ण हिस्सा है। इस प्रकार, बाबा आमटे ने अपने अद्वितीय योगदान के माध्यम से हमें एक नया दृष्टिकोण प्रदान किया है, जो हमें समृद्धि, समर्थन, और मानवीय सहारा प्रदान करने की ओर मोड़ने के लिए प्रेरित करता है।

उनके कार्यों का सिलसिला

बाबा आमटे के कार्यों का सिलसिला केवल एक क्षेत्र में ही सीमित नहीं था, बल्कि उन्होंने विभिन्न क्षेत्रों में अपनी सेवाएं दीं।

आधुनिक गाँववाद

बाबा आमटे ने गाँववाद की प्रेरणा देने के लिए अपने आश्रम के पास अनंतवाडी गाँव 'आनंतवाडी' की स्थापना की। यहां, उन्होंने समृद्धि और स्वावलंबन के लिए ग्रामीणों को शिक्षा और अनुसंधान के माध्यम से सशक्त करने का कार्य किया।

आध्यात्मिक संगठन

बाबा आमटे ने भारतीय सांस्कृतिक और धार्मिक मूल्यों के प्रचार-प्रसार के लिए 'भूदेवी प्रतिष्ठान' की स्थापना की। इस संस्था के माध्यम से वह लोगों को आध्यात्मिकता की महत्वपूर्णता सिखाते रहे और सांस्कृतिक समृद्धि के लिए प्रेरित करते रहे।

नार्मलीयकरण आंदोलन

बाबा आमटे ने नार्मलीयकरण के क्षेत्र में भी कार्य किया। उन्होंने महाराष्ट्र के वार्धा जिले में नार्मलीयकरण के लिए आंदोलन चलाया और लोगों को स्वच्छता के महत्व के बारे में जागरूक किया।

शिक्षा क्षेत्र में सेवा

उन्होंने शिक्षा क्षेत्र में भी अपनी सेवाएं दीं। उनके आश्रम में विभिन्न शिक्षा केंद्र स्थापित किए गए, जो गरीब बच्चों को मुफ्त शिक्षा प्रदान करने का कार्य करते थे।

अंतरराष्ट्रीय पहचान

बाबा आमटे ने अपनी सेवाओं से केवल भारत में ही नहीं, बल्कि विश्व भर में भी महान पहचान बनाई। उन्होंने अपनी शौर्यगाथाएं विश्व भर में सुनी गईं और उन्हें 'मानवता के सेनानी' के रूप में सम्मानित किया गया।

अब तक, बाबा आमटे ने अपने सतत प्रयासों से समाज को सुधारने और मानव सेवा में योगदान देने का उत्कृष्ट उदाहरण स्थापित किया है। उनका यह कार्यक्षेत्र सिर्फ एक क्षेत्र, समुदाय या व्यक्ति के लिए सीमित नहीं है, बल्कि उनकी सेवाएं हमें सभी के लिए मार्गदर्शन करने का एक मार्ग प्रदान करती हैं। इसका परिणामस्वरूप, उन्हें 'मानवता के सेवानीधि' के रूप में स्मृति में रखा जाएगा, जो हम सभी को प्रेरित करता है और हमें समाज में बदलाव लाने के लिए प्रेरित करता है। बाबा आमटे ने न केवल समाज को सुधारने का कार्य किया बल्कि उन्होंने एक सशक्त, समर्थ, और समृद्धिशील भविष्य की ऊँचाईयों की दिशा में सहारा दिया। उनके उत्कृष्ट कार्यों ने हमें यह सिखाया है कि एक व्यक्ति किसी भी आवश्यकता को पूरा करने के लिए बड़ा नहीं होना चाहिए, बल्कि उसका मन और समर्पण होना चाहिए।

बाबा आमटे ने पर्यावरण संरक्षण के महत्व को समझते हुए अपने आश्रम के पास वृक्षारोपण और प्रदूषण नियंत्रण के प्रोजेक्ट्स

को संचालित किया। उन्होंने लोगों को प्राकृतिक संसाधनों का उपयोग सही तरीके से करने की शिक्षा दी और साथ ही वृक्षारोपण के माध्यम से वायुमंडल को स्वच्छ रखने का सुझाव दिया। उनका योगदान सिर्फ सेवा क्षेत्र में ही सीमित नहीं रहा, बल्कि उन्होंने समाज में जागरूकता बढ़ाने के लिए भी अपने प्रयास किए। उन्होंने लोगों को शिक्षित बनाने, जागरूक करने, और सही मार्ग पर चलने के लिए कई सामाजिक अभियानों का समर्थन किया। बाबा आमटे ने गरीबों, किसानों, और विकलांग लोगों को समर्थन प्रदान करने के लिए अनेक योजनाएं चलाईं। उन्होंने विभिन्न स्वरोजगार और आर्थिक सहारा योजनाओं की शुरुआत की, जिससे लोग आत्मनिर्भर बन सकते थे।

बाबा आमटे के कार्यों की एक अद्वितीयता यह थी कि उन्होंने समस्त समाज को एक साथ लाकर सहारा देने का प्रयास किया। उनका सपना था एक समृद्धि, न्यायपूर्ण, और समृद्धिशील समाज का निर्माण करना जहां सभी लोग बराबरी और समर्थ हों।

इस प्रकार, बाबा आमटे ने अपने उद्दीपक और आदर्शनीय जीवन के माध्यम से हमें यह सिखाया है कि सच्ची सेवा केवल अपने लाभ के लिए नहीं, बल्कि पूरे समाज के उत्थान और समृद्धि के लिए होनी चाहिए। उनके आदर्शों का पालन करना हम सभी को एक महान और मानवीय समाज की दिशा में एक कदम आगे बढ़ने के लिए प्रेरित करता है।

पुरस्कार और सम्मान

मागसेसे अवॉर्ड -

वर्ष 19८५ में, बाबा आमटे को मागसेसे अवॉर्ड से सम्मानित किया गया, जो एक प्रतिष्ठान्वित एशियाई पुरस्कार है। इस पुरस्कार के साथ, उन्हें उनकी लेप्रोसी रोगियों के प्रति सेवाओं के लिए मानवता की सेनानी के रूप में सम्मानित किया गया।

भारत रत्न-

बाबा आमटे को २०८८ में भारत सरकार

द्वारा भारत रत्न, भारत का सर्वोच्च नागरिक पुरस्कार, से सम्मानित किया गया। इससे पहले भी, उन्हें नागरिक समाज के लिए किए गए उनके अद्वितीय योगदान के लिए कई राज्य सरकारों द्वारा सम्मानित किया गया था।

गाँधी पीस प्राइज-

बाबा आमटे को 19८७ में गाँधी पीस प्राइज से भी सम्मानित किया गया, जो एक अन्तर्राष्ट्रीय शानदार शांति पुरस्कार है। इस पुरस्कार से भी स्पष्ट होता है कि उनके अपने समर्थन और विश्वस्तरीय योजनाओं के लिए उन्हें कितना सम्मान प्राप्त हुआ।

महात्मा गाँधी सेवा पुरस्कार-

उन्हें 1999 में महात्मा गाँधी सेवा पुरस्कार से भी नवाजा गया, जिससे दिखता है कि उनके आदर्श गाँधीवादी सोच और सेवा को महत्वपूर्णाता दी गई।

स्वच्छता अभियान-

बाबा आमटे के नेतृत्व में चलाए गए स्वच्छता अभियानों के लिए उन्हें कई स्थानीय और राष्ट्रीय स्तर पर सम्मान प्राप्त हुआ। उनके योजनाएं और समर्थन ने स्वच्छ भारत अभियान को महत्वपूर्णाता दी और उन्हें स्वच्छता के क्षेत्र में अद्वितीय योगदान के लिए माना जाता है।

बाबा आमटे को इन पुरस्कारों और सम्मानों से नहीं मात्र भारत में बल्कि विश्वभर में एक महान सेवानिवृत्ति के रूप में माना जाता है। उनके पुरस्कार उनकी नीतियों, सेवा भावना, और समर्थन की महत्वपूर्ण दृष्टिकोणों को प्रमोट करने का एक साबित कदम हैं।

आगे की पीढ़ियों के लिए प्रेरणा-

बाबा आमटे के जीवन और कार्य ने स्पष्ट रूप से दिखाया है कि एक व्यक्ति किसी भी उम्र में समर्पण, सेवा, और निष्ठा के साथ समाज के लिए बड़ा कार्य कर सकता है। उनका यह योगदान आज भी हमें यह सिखाता है कि हमें समाज सेवा में सक्रियता और सहायता के लिए तैयार रहना चाहिए।

नेतृत्व

बाबा आमटे ने नेतृत्व का एक उदाहरण प्रदान किया है। उनकी सकारात्मकता, संरचनात्मक सोच, और आत्मविश्वास से भरी नेतृत्व की बूंदें हमें दिखा रही हैं कि एक व्यक्ति किसी भी चुनौती का सामना करके समाज के लिए सकारात्मक परिवर्तन कर सकता है।

समर्थन और सामूहिकता

उनका समर्थन और सामूहिक सहयोग की भावना हमें यह शिक्षा देता है कि समृद्धि और समाज में परिवर्तन के लिए हमें एक दूसरे के साथ मिलकर काम करना चाहिए।

सहायता करना और सेवा

उनकी लेप्रोसी रोगियों, गरीबों, और असहाय लोगों के प्रति अपनी सहायक स्वभाव ने हमें यह सिखाया है कि हमें अपने समाज के कमजोर तथा आवश्यकसहायता लोगों की ओर ध्यान देना चाहिए।

पूर्णाता की दिशा में काम:

उनका यह अनुभव हमें दिखाता है कि सच्ची सेवा में तात्पर्य सिर्फ अपने लाभ के लिए काम करना नहीं होता, बल्कि समृद्धि, न्यायपूर्णाता, और पूर्णाता की दिशा में सकारात्मक कर्म करना चाहिए।

आदर्श बनना

बाबा आमटे का यह संदेश है कि हर व्यक्ति एक आदर्श बन सकता है, जो समाज में सुधार और सेवा के प्रति पूर्ण आत्मसमर्पण के साथ काम करता है।

बाबा आमटे की आदर्श जीवनशैली ने दुनियाभर में लाखों लोगों को प्रेरित किया है और उनकी सेवाएं एक शाश्वत उदाहरण हैं। उनके उदारवादी मानवीय दृष्टिकोण, विश्वस्तरीय सोच, और समृद्धि की दिशा में किए गए कार्यों के लिए हम आज भी उन्हें श्रद्धांजलि अर्पित करते हैं और उनके आदर्शों का अनुसरण करते हैं।

सप्ताह में '70 घंटे कार्य' का विचार



अक्षय कुमार

इंफोसिस के संस्थापक नारायण मूर्ति ने सुझाव दिया कि देश की उत्पादकता में सुधार के लिये भारतीय युवाओं को सप्ताह में 70 घंटे कार्य करना चाहिये। उन्होंने उदाहरण के तौर पर जर्मनी और जापान का हवाला देते हुए भारत की कार्य उत्पादकता में सुधार की आवश्यकता पर बल दिया। 70 घंटे का कार्य सप्ताह एक दिन के अवकाश के साथ छह दिनों के लिये प्रतिदिन लगभग 12 घंटे कार्य का प्रस्ताव करता है, जिसका कुछ लोग समर्थन कर रहे हैं तो कुछ द्वारा इसकी आलोचना की जा रही है।

वर्तमान में एक औसत युवा भारतीय कितने घंटे कार्य करता है ?

वर्ष 2019 के 'टाइम यूज़ सर्वे' के

अनुसार, 15-29 आयु वर्ग के युवा भारतीय ग्रामीण क्षेत्रों में रोज़गार एवं संबद्ध गतिविधियों पर प्रतिदिन 7.2 घंटे और शहरी क्षेत्रों में प्रतिदिन 8.5 घंटे खर्च करते हैं।

विभिन्न राज्यों पर विचार करने पर, यह स्पष्ट हो जाता है कि उत्तराखंड के शहरी क्षेत्र में युवा व्यक्ति प्रतिदिन औसतन 9.6 घंटे कार्य करते हैं, जो उल्लेखनीय रूप से अधिक है, लेकिन फिर भी यह मूर्ति के प्रस्तावित 70-घंटे के कार्य सप्ताह की पूर्ति नहीं कर पाता है।

सुदीर्घ कार्य घंटों के पक्ष में तर्क

जनसांख्यिकीय लाभांश का लाभ उठाना

भारत की कुल आबादी में कार्यशील आयु आबादी की हिस्सेदारी वर्ष 2030 तक 68.9% के उच्चतम स्तर पर पहुँच जाएगी। अपेक्षाकृत युवा आबादी (औसत आयु 28.4 वर्ष) के साथ भारत को कार्यबल के मामले में प्रतिस्पर्द्धात्मक लाभ प्राप्त होता है।

भारत को वास्तव में एक समर्पित श्रम बल

की आवश्यकता है जहाँ युवा भारतीय राष्ट्र-निर्माण में योगदान के लिये प्रति सप्ताह 70 घंटे कार्य करने को तैयार हों।

अनुशासित कार्य संस्कृति

भारत की कार्य संस्कृति को अत्यधिक दृढ़, असाधारण रूप से अनुशासित और मेहनती बनने की दिशा में एक महत्वपूर्ण बदलाव से गुज़रना होगा।

हमारे प्रयासों को कम करने और अनुत्पादक आदतों पर ध्यान केंद्रित करने के बजाय, यह उपयुक्त समय है कि एक पीढ़ी के समय में वह उपलब्धियाँ पा लेने के लिये पूरे मन से प्रतिबद्ध हुआ जाए, जो पाने में अन्य देशों ने कई वर्ष खर्च किये हैं।

जर्मनी और जापान से सबक

द्वितीय विश्व युद्ध के बाद जर्मनों और जापानियों के औसत वार्षिक कार्यशील घंटे प्रति वर्ष लगभग 2200 घंटे से 2400 घंटे के चरम स्तर तक पहुँच गए थे जो अवकाशरहित पाँच दिवसीय कार्य सप्ताह के दौरान प्रति दिन लगभग 8.3 से 9 घंटे कार्य के बराबर था।

तेजी से प्रगति कर रहे भारत जैसे विशाल राष्ट्र में पारंपरिक पाँच दिवसीय कार्य सप्ताह की व्यवस्था इसके लक्ष्यों को पूरा नहीं कर पाएगी। वर्तमान पीढ़ी भारत को दुनिया की सबसे बड़ी अर्थव्यवस्था बनाने की नियति लेकर आई है और उसे इस प्रयास के लिये प्रतिबद्ध होना चाहिये।

श्रम उत्पादकता में सुधार

भारत की कार्य उत्पादकता विश्व में न्यूनतम में से एक है। जब तक हम अपनी कार्य उत्पादकता में सुधार नहीं करेंगे, हम उन देशों के साथ प्रतिस्पर्धा नहीं कर पाएँगे जिन्होंने व्यापक प्रगति की है।

कौशल विकास का अवसर

आवश्यक नहीं है कि पूरे 70 घंटे विशेष रूप से अपनी नियोक्ता कंपनी को ही समर्पित किया जाए; इसके बजाय, कोई व्यक्ति अपनी पेशेवर जिम्मेदारियों के लिये 40 घंटे आवंटित कर सकता है और 30 घंटे व्यक्तिगत कौशल बढ़ाने के लिये अलग रख सकता है।

मुख्य बात है अपनी विशेषज्ञता के चुने हुए क्षेत्र में महारत हासिल करने के लिये आवश्यक अतिरिक्त घंटों का निवेश करना।

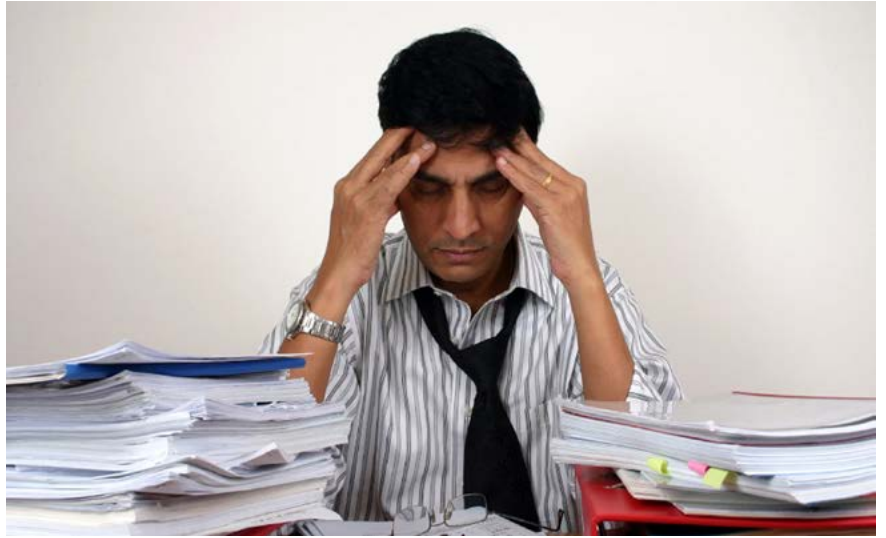
सुदीर्घ कार्य घंटों के विरुद्ध तर्क

सुदीर्घ कार्य घंटों से उत्पादकता में गिरावट

विभिन्न अध्ययन लगातार दिखाते रहे हैं कि प्रति सप्ताह 50 घंटे कार्य करने के बाद उत्पादकता में व्यापक रूप से गिरावट आती है, जबकि 55 घंटे के बाद इसमें और भी गिरावट आती है।

प्रत्येक सप्ताह कम से कम एक पूर्ण दिवस अवकाश का अभाव समग्र प्रति घंटा आउटपुट पर नकारात्मक प्रभाव डाल सकता है।

जर्मनी और जापान ने कार्य घंटों को कम करते हुए उत्पादकता में वृद्धि की, जहाँ औसत वार्षिक कार्यशील घंटे घटकर 1,400-1,600 घंटे प्रति वर्ष रह गए।



कार्य-जीवन संतुलन में असंतुलन

सुदीर्घ कार्य घंटों से भारी थकान, कार्य संतुष्टि (job satisfaction) की कमी और कार्य-जीवन संतुलन (work-life equilibrium) में असंतुलन की स्थिति बन सकती है।

सुदीर्घ कार्य घंटे का अर्थ है खेल एवं मनोरंजन जैसी गतिविधियों के लिये कम समय का होना। उल्लेखनीय है जर्मनी और जापान के लोगों की तुलना में भारतीय इन गतिविधियों पर कम समय खर्च करते हैं। कार्य घंटों के विस्तार से शारीरिक एवं मानसिक थकान उत्पन्न हो सकती है, परिवार को दिया जाने वाला समय कम हो सकता है और शरीर की प्राकृतिक रिकवरी प्रक्रिया में बाधा आ सकती है।

स्वास्थ्य संबंधी प्रभाव

निद्रा संबंधी परेशानियाँ

हृदय संबंधी रोगों का खतरा बढ़ जाता है। फास्ट फूड और अनियमित आहार ग्रहण समय के कारण मोटापे का बढ़ना, मानसिक स्वास्थ्य संबंधी समस्याएँ, जिनमें तनाव स्तर की वृद्धि, दुश्चिंता और अवसाद शामिल हैं।

कार्यशील महिलाओं पर अतिरिक्त बोझ

अत्यधिक कार्य घंटे कार्यशील महिलाओं के लिये अपने बच्चों की देखभाल की जिम्मेदारियों को प्रबंधित करने के दृष्टिकोण से चुनौतीपूर्ण होते हैं। सुदीर्घ कार्य घंटों और पारिवारिक उत्तरदायित्वों से जूझना कार्यशील महिलाओं के करियर की प्रगति में बाधक बन सकता है। भारत में उत्पादकता और दक्षता में सुधार के लिये प्रमुख सरकारी योजनाएँ

कौशल विकास पहल

सरकार ने कार्यबल की रोजगार-योग्यता (employability) की संवृद्धि के लिये प्रधानमंत्री कौशल विकास योजना (PMKVY), राष्ट्रीय कौशल योग्यता फ्रेमवर्क (National Skills Qualifications Framework-NSQF) और पूर्व शिक्षण की मान्यता (Recognition of Prior Learning-RPL) जैसे विभिन्न कौशल विकास कार्यक्रम शुरू किये हैं।

डिजिटल इंडिया

डिजिटल इंडिया (Digital India) पहल का उद्देश्य डिजिटलीकरण के माध्यम से दक्षता को बढ़ावा देना और ऑनलाइन सेवाओं को सामान्य आबादी के लिये अधिक सुलभ बनाना, नौकरशाही बाधाओं को कम करना तथा अंततः विभिन्न क्षेत्रों में उत्पादकता में वृद्धि करना है।



मेक इन इंडिया

मेक इन इंडिया (Make in India) अभियान विनिर्माण में निवेश को प्रोत्साहित करता है और आर्थिक विकास को बढ़ावा देता है, रोज़गार के अवसर पैदा करता है तथा उत्पादकता को बढ़ाता है।

स्टार्टअप इंडिया

स्टार्टअप इंडिया (Startup India) उद्यमशीलता को बढ़ावा देता है। सरकार ने स्टार्टअप और छोटे व्यवसायों को समर्थन एवं प्रोत्साहन प्रदान करने के लिये इसे लॉन्च किया है।

कारोबार सुगमता संबंधी सुधार

कारोबार सुगमता (Ease of Doing Business- EoDB) संबंधी सुधारों का उद्देश्य विनियमनों को सरल बनाना, व्यावसायिक प्रक्रियाओं को सुव्यवस्थित करना और व्यवसायों के संचालन को आसान बनाना है, जिससे उत्पादकता में वृद्धि होगी।

राष्ट्रीय औद्योगिक गलियारा विकास

देश भर में औद्योगिक गलियारे विकसित करने से निवेश आकर्षित करने, रोज़गार सृजित करने और आर्थिक विकास को प्रोत्साहन देने में मदद मिलती है।

अनुसंधान और नवाचार के लिये

प्रोत्साहन

अटल इनोवेशन मिशन और जैव-प्रौद्योगिकी उद्योग अनुसंधान सहायता परिषद (Biotechnology Industry Research Assistance Council-BIRAC) जैसे कार्यक्रम अनुसंधान एवं नवाचार के लिये सहायता एवं प्रोत्साहन प्रदान करते हैं।

कर सुधार

वस्तु एवं सेवा कर (GST) का कार्यान्वयन कराधान को सरल बनाता है और व्यवसायों के लिये दक्षता को बढ़ाता है। कार्य और जीवन के बीच संतुलन कैसे बनाएँ?

प्रौद्योगिकी के माध्यम से उत्पादकता बढ़ाना

प्रक्रियाओं को सुव्यवस्थित करने, मैन्युअल कार्य को कम करने और दक्षता में सुधार लाने के लिये डिजिटल प्रौद्योगिकियों एवं कृत्रिम बुद्धिमत्ता (AI) को अपनाया जाए।

उन्नत उपकरणों और प्रणालियों का लाभ उठाने के लिये कार्यबल को आवश्यक कौशल से लैस करने के लिये तकनीकी शिक्षा में निवेश किया जाए।

आउटपुट पर ध्यान केंद्रित करना

कार्यस्थल पर बिताया गया समय आवश्यक रूप से उच्च उत्पादन या

उत्पादकता से संबंधित नहीं है। उत्पादकता समय और पूंजी दोनों पर निर्भर करती है; इसलिये उपयुक्त साधनों और संसाधनों में निवेश करना आवश्यक हो जाता है।

विकास और आशाजनक भविष्य को बढ़ावा देना

युवाओं को प्रेरित करने के लिये हमें उन्हें ऐसी भूमिकाओं में रखना चाहिये जो चुनौती पेश करते हों और विकास को बढ़ावा दें।

जब कठोर श्रम एक आशाजनक भविष्य की राह दिखाता है तो व्यक्ति स्वाभाविक रूप से अपना सर्वश्रेष्ठ देने का प्रयास करता है।

संगठनों को पारदर्शिता, विश्वास और योग्यता की संस्कृति को बढ़ावा देना चाहिये।

स्व-देखभाल को प्राथमिकता देना

उन गतिविधियों के लिये समय निकालना सुनिश्चित करें जो रिलैक्स और रिचार्ज होने में मदद करती हैं, जैसे व्यायाम करना, शौकिया गतिविधियों से संलग्न होना और प्रियजनों के साथ समय बिताना।

प्रत्येक रात कम से कम 7-8 घंटे की गुणवत्तापूर्ण नींद का लक्ष्य रखें ताकि यह सुनिश्चित हो सके कि शरीर एवं मस्तिष्क को आराम पाने और तरौताज़ा होने का समय मिल सके।

निष्कर्ष

निश्चित रूप से, कठोर श्रम सफलता की नींव है, लेकिन यह केवल इसमें निवेश किये गए घंटों पर निर्भर नहीं करता; समर्पण और उत्साह अधिक मायने रखता है। लक्ष्य होना चाहिये कार्य को संतुष्टिदायक बनाना, जिससे काय और व्यक्तिगत जीवन का सहज एकीकरण हो सके। जब युवा पेशेवर कार्य के प्रति उत्साहित और उद्देश्य-प्रेरित होते हैं तो कार्य-जीवन संतुलन प्राप्त करना इसका एक नैसर्गिक परिणाम बन जाता है।



साइकिक सर्जरी द्वारा संपूर्ण सौंदर्य



सौताराम गुप्ता

सुंदर दिखने की चाह किसमें नहीं होती? हम सब सदैव सुंदर व आकर्षक दिखना चाहते हैं। इससे न केवल हमारा बाह्य व्यक्तित्व निखरता है अपितु हममें आत्मविश्वास भी उत्पन्न होता है। इसके लिए ही हम सब अच्छे से अच्छे वस्त्र व आभूषण पहनते हैं। शरीर की त्वचा को नरम-मुलायम, गोरी और आकर्षक बनाने के लिए विभिन्न प्रकार के सौंदर्य प्रसाधनों का प्रयोग करते हैं। फेशियल, पेडीक्योर, मेनीक्योर तथा और न जाने कितने तरीकों से जिस्म को सजाने-सँवारने में लगे रहते हैं। उपयुक्त केश सज्जा का चुनाव करने के साथ-साथ शरीर को आकर्षक और कमनीय बनाने के लिए जिम जाते हैं, योगासन अथवा व्यायाम करते हैं। केवल विशेषज्ञ के परामर्श के अनुसार खाते-पीते हैं और भूखे भी रहते हैं। महँगी-महँगी दवाएँ, गोलियाँ और कैप्सूल लेने के साथ-साथ इंजेक्शन भी लगवाते हैं।

ये एक सीमा तक ही ठीक है लेकिन अत्यधिक आकर्षक, सुंदर, दिखने की चाह में लोग कॉस्मेटिक सर्जरी की शरण में जाने से भी परहेज नहीं करते। अभिनेत्रियाँ, मॉडल्स तथा बिज़नेस में काम करने वाली महिलाएँ विशेष रूप से इस ओर आकर्षित हो रही हैं। कोई चेहरे की प्लास्टिक सर्जरी करवा रही है तो कोई होटों की, कोई वक्षस्थल की तो कोई नितंबों की। महिलाएँ ही नहीं पुरुष भी इस दौड़ में पीछे नहीं हैं। पिछले दिनों सर्जरी द्वारा वक्षस्थल को आकर्षक बनवाने के चक्कर में एक विदेशी मॉडल अपनी जान से ही हाथ धो बैठी। जिसके लिए व्यक्ति अपनी जान से गुजर जाने की भी परवाह न करे क्या इसे सौंदर्य की पराकाष्ठा कह सकते हैं? क्या इसका कोई अन्य विकल्प नहीं?



क्या कॉस्मेटिक सर्जरी द्वारा ही संपूर्ण सौंदर्य की प्राप्ति संभव है? संभवतः नहीं। गोस्वामी तुलसीदास ने लिखा है कि “**मन मलीन तन सुंदर कैसे?**” अर्थात् यदि मन ही सुंदर नहीं है तो तन की सुंदरता का क्या प्रयोजन हो सकता है? मन के सौंदर्य के बिना तन का सौंदर्य निरर्थक है क्योंकि यदि मन नकारात्मकता से भरा है तो उसके प्रभाव से तन का सौंदर्य भी अपना आकर्षण खोने लगता है। हाँ, मन के सौंदर्य द्वारा तन के सौंदर्य की सृष्टि संभव है इसमें संदेह नहीं। मन के सौंदर्य से क्या तात्पर्य है? मन के सौंदर्य का अर्थ है सुंदर विचारों की सृष्टि। यदि हम अपने शरीर अथवा स्वास्थ्य के विषय में सकारात्मक विचार रखेंगे तो उनका हमारे शरीर व स्वास्थ्य पर अच्छा प्रभाव पड़ेगा। सही खान-पान व देख-भाल के साथ-साथ हमारे विचारों का भी हमारे शारीरिक सौष्ठव पर सीधा प्रभाव पड़ता है। इनमें से किसी की भी उपेक्षा करना उचित नहीं। उपचार की प्रमुख रूप से दो पद्धतियाँ हैं। पहली पद्धति है वस्तुपरक उपचार की तथा दूसरी पद्धति है आत्मपरक उपचार की। जब उपचार कार्य संपन्न करने के लिए भौतिक संसाधनों का प्रयोग किया जाता है तो यह उपचार वस्तुपरक उपचार (ऑब्जेक्टिव हीलिंग) कहलाता है। जैसे सिरदर्द होने पर सिरदर्द को दूर करने के लिए कोई गोली लेना या बाम इत्यादि मलना अथवा शरीर के अंगों को अधिक आकर्षक बनाने के लिए सर्जरी करवाना। इसके विपरीत जब उपचार की प्रक्रिया में मानसिक संसाधनों अथवा शक्ति का प्रयोग किया जाता है तो वह आत्मपरक

उपचार (सब्जेक्टिव हीलिंग) कहलाता है। इसे ही साइकिक सर्जरी कहते हैं।

साइकिक सर्जरी पहले हमारे शरीर पर नहीं अपितु मन पर असर डालती है और मन के माध्यम से शरीर पर काम करती है तथा दूसरी तरफ हमारी चेतना के स्तर में वृद्धि करके समग्र उपचार व संपूर्ण उत्थान की प्रक्रिया शुरू कर देती है। जहाँ तक आकर्षक, सुंदर और स्मार्ट बनने की बात है आत्मपरक उपचार अथवा साइकिक सर्जरी पद्धति सर्वश्रेष्ठ है। यदि आप आकर्षक, सुंदर और स्मार्ट हैं और भविष्य में भी आकर्षक, सुंदर और स्मार्ट बने रहना चाहते हैं तो अपने मन में इस बात को दृढ़ता से बिठा लीजिए कि 'मैं पूर्ण रूप से आकर्षक, सुंदर और स्मार्ट हूँ।' शांत-स्थिर होकर अपने मन में अपने उसी रंग-रूप व आकार की कल्पना कीजिए जैसा आप चाहते हैं। साइकिक सर्जरी अथवा आत्मपरक उपचार द्वारा मन में स्वास्थ्य के प्रति सकारात्मक भाव उत्पन्न करके उपचार में सहायता ली जाती है।

मन की शक्ति द्वारा किसी भी क्षेत्र में सफलता प्राप्त करना अथवा व्याधियों का उपचार करना आध्यात्मिक उपचार अथवा साधना की श्रेणी में आता है। इसका सबसे बड़ा लाभ ये होता है कि इससे व्याधियों के उपचार तथा अपेक्षित सफलता के साथ-साथ जीवन में संतुलन भी उत्पन्न हो जाता है। शरीर और मन पर नियंत्रण द्वारा अपने 'स्व' में स्थित हो जाएँगे और 'स्व' में स्थित होना ही संपूर्ण स्वास्थ्य है। साइकिक सर्जरी के साथ-साथ, यदि आवश्यकता हो तो, उपचार की अन्य पद्धतियों का सहारा लेने में भी कोई बुराई नहीं। दोनों पद्धतियों के प्रयोग के उचित मेल से उपचार अपेक्षाकृत अधिक सरल हो जाता है। तभी ऐसे उपचार को समग्र उपचार कहा गया है। अपने अच्छे स्वास्थ्य और आकर्षक व्यक्तित्व के निर्माण के लिए समग्र उपचार पद्धति का सहारा लेना सचमुच चमत्कार उत्पन्न करने में सक्षम है।



उमेश

स्वभाव विशेष



थोड़ी सी समझ से अगर देखें तो पाते हैं कि हम वह नहीं खा रहे जो हमारा स्वाभाविक भोजन है। अर्थात् हमारा शरीर तंत्र जिस प्रकार के भोजन को खाने और पचाने के लिए बना है हम वह नहीं खा रहे। हमारा शरीर और आहार दोनों ही प्रकृति की देन हैं। दोनों ही विज्ञान के तहत कार्य करते हैं। हम सभी स्वाभाविक तौर पर ही उचित भोजन और भोजन की मात्रा की तरफ आकर्षित होते हैं। परन्तु आज की जो जीवनशैली हो गई है उसमें सब बिगड़ गया है। हमारे भोजन पा लेने का जो स्वाभाविक समय अंतराल होता है वह भी बिगड़ चुका है।

गुरुवर श्री अशोक मानव जी बताते हैं कि स्वभाव के अनुरूप यदि हम नहीं रहते तो हम अपने साथ अन्याय करते हैं। स्वभाव के अनुरूप न चलते हुए हम जिस गुण की ऊर्जा बनाने आये हैं जिसके लिए प्रकृति में हमारा निर्माण हुआ है। वह हम नहीं कर पायेंगे। यह वैसे ही है जैसे किसी चीज का निर्माण करने के लिए कच्चे माल की जरूरत होती है। यदि हमें वह नहीं मिला तो हम अमुक चीज का निर्माण नहीं कर पायेंगे। वैसे ही जब तक हमारे स्वभाव के अनुरूप कच्चा माल हम ग्रहण नहीं करेंगे तब तक हम निर्माण में गुणात्मकता को नहीं जोड़ पायेंगे।

गुरुवर के अनुसार आज का मानव पूर्ण रूप से अपना जीवन परिवर्तित करके जी रहा है, वह वास्तविक फल से दूर ही रह जायेगा। दूसरों को देखकर दूसरों के अनुसार जीकर, अपनी ही वास्तविकता से अलग मनुष्य कैसे अपने गुण का विकास कर पायेगा। आज के समाज में हम देख सकते हैं कि अनेकों नए प्रकार की रोग व्याधियाँ भी बढ़ गई हैं। यह अपने स्वभाव पर न चल पाने के कारण ही है। आत्महत्या भी इसी कारण से बढ़ चला है। उदाहरण के लिए गुरुवर कहते हैं कि जो गेंहूँ का बीज मजबूत होता है, उसमें रोग नहीं लगता। वहीं जो कमजोर होते हैं उनमें बहुत से रोग लग जाते हैं।

मनुष्यों के लिए भी ऐसा ही है जब वे अपने

स्वभाव पर नहीं चलते तो उनमें तनाव के कारण बहुत सी दिक्कतें आ जाती हैं। ऐसा हमारे सामने आज की आधुनिक जीवनशैली में साफ दिखता है। जितना हम अपने स्वभाव से दूर होते जाते हैं हम उतने ही परेशान और रोगी होते जाते हैं। जहाँ हमारा ब्रह्माण्ड एक विज्ञान के तहत काम कर रहा है। वहाँ मानव क्या इस विज्ञान के विपरीत चलकर पूर्ण फल दे पायेगा? क्या किसी भी पदार्थ को उसके स्वभाव या गुण के विपरीत ले जाकर उसके गुण विशेष को बनाया जा सकता है।

हम आज यदि मानव समाज में दुःखों की बात करें तो, उनमें एक रोग-व्यधि प्रमुखता से उजागर होगी। हम देख सकते हैं कि सारे उपाय-बचाव करने के बाद भी कोई न कोई रोग, बीमारी अचानक से आकर सभी कुछ तबाह कर देती है। इतनी आधुनिकता के बाद भी हमारे पास उसका इलाज भी नहीं मिल पाता। जिन रोगों का इलाज आज हमारे पास है। उनकी दवाईयों के इतने गंभीर कुप्रभाव होते हैं कि वे खुद में एक रोग बनकर उभरते हैं। जो कि हमें दिन ब दिन कमजोर करते रहते हैं। मानव की सभी समस्याओं के साथ रोग-व्याधि का भी कारण मात्र यह है कि कोई अपने स्वभाव पर नहीं चल

रहा।

थोड़ी सी समझ से अगर देखें तो पाते हैं कि हम वह नहीं खा रहे जो हमारा स्वाभाविक भोजन है। अर्थात् हमारा शरीर तंत्र जिस प्रकार के भोजन को खाने और पचाने के लिए बना है हम वह नहीं खा रहे। हमारा शरीर और आहार दोनों ही प्रकृति की देन हैं। दोनों ही विज्ञान के तहत कार्य करते हैं। हम सभी स्वाभाविक तौर पर ही उचित भोजन और भोजन की मात्रा की तरफ आकर्षित होते हैं। परन्तु आज की जो जीवनशैली हो गई है उसमें सब बिगड़ गया है। हमारे भोजन पा लेने का जो स्वाभाविक समय अंतराल होता है वह भी बिगड़ चुका है। भोजन चबाने का हमारा सही तरीका भी बदल चुका है। थोड़ा रूककर यदि हम इन सबपर नजर डालें तो साफ दिखेगा कि वास्तव में हम अपने स्वभाव पर न चलकर स्वयं ही अपने सभी सिर दर्द की वजह हैं।

कहा भी जाता है कि सारी दिक्कतें पेट से जुड़ी होती हैं। गलत खान-पान से पेट में गड़बड़ी होती है। जिससे सेहत खराब होने लगती है। खराब सेहत मनुष्यों की प्रतिरोधक क्षमता को तो कम करता ही है साथ ही मानसिक स्थिति पर भी प्रभाव डालता है। इस प्रकार आपके सकारात्मक सोचने की क्षमता भी कम होती रहती है। आगे चलकर आपकी इच्छाशक्ति भी कमजोर पड़ जाती है। आप रोगी और अधीर बन जाते हैं। यह आपके आनन्दपूर्ण सफर को नीरस और रसहीन बना देता है। ऐसी स्थिति में हम दूसरों को ही अपनी हर दिक्कत का जिम्मेदार मानने लग जाते हैं। दूसरों से रोष दिखा हम उनके भी जीवन के आनन्द में बाधा डालते हैं और अपने में कुढ़न से रहते हैं। यह वह व्यावहारिक प्रत्यक्ष स्थिति है जो कि सभी को आसानी से समझ आ सकती है। प्रत्यक्ष होने से आप के सामने प्रमाण के रूप में भी दिख ही रहा है। गुरुवर जिस सूक्ष्म विज्ञान को समझा रहे वह हमारे आपके अनंत जीवन का कारण है। स्वभाव पर न चलते हुए हम जीवन-मृत्यु के क्रम में चलते रहते हैं। यह क्रम हमारे आत्म सत्य स्वरूप



के लिए स्वाभाविक नहीं। परन्तु स्वभाव पर न चलते हुए जिस प्रकार हम अपने स्वास्थ्य की बलि देते हैं। उसी प्रकार हम अपनी आत्मा के लिए भी जीवन-मृत्यु के क्रम को कष्टकारक बना लेते हैं। हमारा सूक्ष्म स्वरूप अपने स्वभाव को जानते हुए चलायमान होता है, पर सामाजिक प्रभाव और दबाव में आते ही, अपने ही स्वभाव के विपरीत जाना ही उसके बंधन का कारण बनता है और उसे आनन्द के सफर से हटाकर कष्टप्रद राह पर ले जाता है।

एक स्पष्ट बात यह भी हमारे समझने में आती है कि ज्यों ही हम अपने स्वभाव के विपरीत चलना तो दूर, विचार भी बनाते हैं, हमारे अंदर खिन्नता आने लगती है। हम अजीब सी बेचैनी से घिर जाते हैं। यह संकेत होता है कि हमारी राह गलत हो रही है। हमें ध्यान देकर अपने विचारों और आचरण को परखते चलना होगा। प्रकृति का अनुदान हर समय हमारे साथ ही रहता है। हमारी अनदेखी ही हमें प्रकृति के इन अनुदानों का रस नहीं लेने देती। हम इतने नकली हो चुके हैं कि हमें सरलता और सत्यता असहज लगती है। अपने प्राकृतिक स्वभाव में रहते हुए हम सबकुछ पा सकते हैं। सबसे बड़ी बात कि हम अपना सफर सच्चे अर्थों में पूरा कर सकते हैं। जिसे मोक्ष की स्थिति कहा जा सकता है। आनन्द हमसे दूर नहीं परन्तु दिखावा, नकल अब इतनी हो गई है कि सरलता ही हमारे लिए कठिन हो गई है। अब तो उन्माद को ही आनन्द मान लिया गया है। जहर में रस आ रहा है। जीवनशैली ऐसी हो गई है कि जो हमारा स्वभाव नहीं वह हमसे लिपटा हुआ है।

इस जकड़न से दम घुटता है और लगता है कि अब कुछ बाकी नहीं। जाने तो पायेंगे कि सब कुछ हमारे पास हमारे भीतर ही है। कुछ भी बाहर ढूँढने की जरूरत नहीं। कुछ भी ऐसा नहीं जिसके लिए हाथ फैलाना पड़े। स्वभाव की कुंजी हमारे सारे बंद ताले खोल देगी। हम अपने को पहचान कर स्वभाव पर चल पड़े तो सारा आनन्द का खजाना हमारे पास ही है।

गुरुवर के अनुसार मानव जो वास्तव में करने आया है। वह बिना अपने स्वभाव पर चले किस प्रकार से प्राप्त कर सकता है। यहाँ दो बातें समझने की हैं। एक तो यह कि जब हम अपने आप में ही नहीं रहेंगे यानी अपने स्वभाव में ही नहीं रहेंगे तो हमारे में एक बेचैनी रहेगी। ऐसे में हम कुछ सही निर्णय नहीं ले पायेंगे। कुछ सही नहीं कर पायेंगे। जो हमें हमारे लक्ष्य से दूर कर देगा। दूसरा यह कि अपने स्वभाव से हटना अर्थात् अपनी पटरी से हटा। तो जब हम सही रास्ते पर ही नहीं चल रहे तब किस प्रकार अपनी मंजिल या अपने लक्ष्य तक पहुँच सकेंगे। मंजिल हमें कैसे मिलेगी। हम व्यक्ति अपने लक्ष्य के साथ ही पैदा होता हैं उस लक्ष्य को पाने का गुण भी जन्म के साथ उसके पास होता है। स्वभाव ही वह वाहन है जो सुरक्षित सफर करा कर लक्ष्य तक पहुँचा देगा। अपने गुण पर चलकर ही तो कोई अपने गुण जिसका वह विस्तार करने आया है, वह कर पायेगा। गुरुवर कहते हैं कि अपने स्वभाव से अपने गुण से दूर होकर हटकर भला कौन अपने गुण को बढ़ा पाया है। यह तो विरोधाभास ही है।



त्रिंदगी की आपाधापी शुरू हो गई!



प्रफुल्ल कुमार त्रिपाठी

लेखक आकाशवाणी से सेवानिवृत्त अधिकारी हैं।

हसन कमाल ने फिल्म 'निकाह' के लिए एक लोकप्रिय नज़्म लिखी है - 'अभी अलविदा मत कहो दोस्तों, न जाने फिर कहां मुलाकात हो। क्योंकि, बीते हुए लम्हों की कसक साथ तो होगी, ख्वाबों में ही हो चाहे मुलाकात तो होगी।' इसी में शायर ने आगे यह भी कहा है- 'ये साथ गुज़ारे हुए लम्हात की दौलत, जज्बात की दौलत, ये खयालात की दौलत। कुछ पास न हो पास, ये सौगात तो होगी।' सचमुच आज अपनी आत्मकथा लिखते हुए मैं शायर के लिखे इस नज़्म की आत्मा में बैठकर अपने दिन बिता रहा हूँ। अपने जीवन को अलविदा कहने का समय आ गया है लेकिन किसी अदृश्य शक्ति ने मानो मुझे साहस दे दिया है कि मैं अपने 'स्वीट एंड साल्ट' जीवन का खाका आप सभी के सामने रख सकूँ।

'स्वीट एण्ड साल्ट'.. क्या खूबसूरत शब्द है! हिन्दी में कहें तो मीठा और नमकीन! पाँच तरह के बेसिक स्वाद हुआ करते हैं जो हैं- नमकीन, मीठा, तीखा, खट्टा और फीका। मेरे जीवन में मिठास काम रही और उसमें तीखापन, खटास या नमकीन और फीकापन ज्यादा रहा। आप जानते ही हैं कि नमक भी बारह तरह के होते हैं। टेबल साल्ट, कोशेर साल्ट (मोटे और परत वाले), समुद्री नमक, पिंक साल्ट या सेंधा नमक जो हिमालयन रेंज के पहाड़ों से खोदकर

निकलता है, सेल्टिक सी साल्ट जो फ्रांस में समुद्र तट पर मौजूद ज्वार भाटे से भरने वाले तालाबों से निकलने वाला होता है, प्लावर ऑफ दि साल्ट (Fleur) यानि नमक का फूल जो मछली और मीट पकाने के लिए उपयुक्त होता है, काला नमक, फ्लेक साल्ट, ब्लैक हवाइयन साल्ट रेड हवाइयन साल्ट स्मोकड साल्ट और अंतिम पिकलिंग साल्ट जिसका इस्तेमाल खाद्य पदार्थों को लंबे समय तक प्रिजर्व रखने के लिए किया जाता है। बहरहाल सच मानिए, मेरे जीवन में आए दुखों (Salt) की श्रेणी इनसे भी ज्यादा है। गिनाऊँ क्या?

बुरा क्या है... झलक तो पा ही लिया जाए! अगर मुझे अपनी मेधा और लेखनी के बल पर लगभग आठ लाख की टाटा इंडिका गाड़ी टाटा प्रतिष्ठान ने इनाम में बिना एक पैसा लिए मुझको एक समारोह में ससम्मान दे दी थी तो वह मेरे जीवन का 'स्वीट' था। आकाशवाणी में नौकरी पा जाना भी जीवन में मंगल के समान था।

देखने -सुनने में ठीक- ठाक और पढ़ने-लिखने, सरकारी नौकरी पाने वाली बीबी मिल गई - यह भी बढ़िया रहा, संतान के रूप में दो बेटे (लेफ्टिनेंट कर्नल दिव्य आदित्य और लेफ्टिनेंट (शहीद) यश आदित्य) मिल गए - यह और भी मिठास वाला अनुभव था। लेकिन जीवन के दूसरे रंग जिसे मैं 'साल्ट' कहना पसंद करूंगा, उसने मुझे रुला ही दिया। रुलाया इस हद तक कि मैं मौत के मुंह से किसी तरह लौट सका। और हाँ, लगभग उसी समय से यानि वर्ष 2007 से मेरे जीवन में हताशा-निराशा का जो दौर चला वह आज तक, उम्र के इस पड़ाव तक, जारी है। अब तो मुझे खुद आश्चर्य होता है कि मैं किस तरह एक

सामान्य व्यक्ति की तरह जी पा रहा हूँ ?

05 सितंबर, 2007 को मेरे छोटे पुत्र मात्र 22 वर्ष की उम्र में भारतीय सेना में 'ऑन ड्यूटी' शहीद हो गए और तब से आज तक मैं आधे मन और टूटे शरीर ही नहीं बल्कि एक गंभीर मनोरोगी पत्नी के साथ कैसे दिन बिता पा रहा हूँ यह या तो मैं जानता हूँ या भगवान! क्षमा करें, इस प्रसंग को यहीं समाप्त करना चाहूँगा क्योंकि भावनाओं के ज्वार भाटा से लेखनी लुंठित और विचार कुंठित हो जाने को उद्यत हैं।

हाँ, मैं अब जीवन और नौकरी के उमंगी दौर में था। आकाशवाणी गोरखपुर जो भी आता वह लगभग परिचित ही निकलता था क्योंकि मैं 'लोकल' था। लोकल फार वोकल' अब प्रचलन में है, मैंने पहले ही इसका चलन प्रारंभ कर दिया था। हाँ आड़े आ रही थी मेरे अधिकार और कार्यक्षेत्र की सीमाएं। मेरी सेवा प्रसारण अधिशासी के रूप में 'नान गजेटेड क्लास श्री' की थी और कार्यक्रमों में बुलाने का अधिकार कार्यक्रम अधिकारियों (क्लास टू-गजेटेड) को हुआ करता है। बहरहाल अपनी वाकपटुता और मिलनसारिता को हथियार बनाकर मैंने अपने लोगों की हसरतें पूरी करनी शुरू कर दी थीं। उस दौर में आकाशवाणी में कार्यक्रम देकर लोग अपने को धन्य मानते थे।

मुझे याद है कि मैं अपने विभागीय सहयोगी श्री रवींद्र श्रीवास्तव उर्फ 'जुगानी भाई' और कुछ अन्य लोगों के साथ ओ. बी. (आउटडोर रिकार्डिंग) के लिए 24 मार्च 1980 को कसया से 18 किलोमीटर पहले पड़ने वाले गुरुवलिया नामक गाँव (जनपद पडरौना) गया। जाने का विशेष मकसद था, एक ज्योतिषी पंडित बागेश्वरी पाठक (अब स्वर्गीय) से मिलना, जिनके

बारे में सुना गया था कि उनके पास असली हस्तलिखित श्री रावण संहिता है और वे सप्ताह में पाँच दिन सूर्योदय से सूर्यास्त तक आपकी तीन शंकाओं/प्रश्नों का उत्तर दे दिया करते हैं। लोग कहते थे कि आगंतुक के लिखे गए प्रश्न के क्रम में ही उनका उत्तर तैयार मिलता था। असल में मैं अपनी छोटी बहन प्रतिमा और अपनी स्वयं की शादी के बारे में जानना चाहता था। दोपहर लगभग 12 बजे हम तीन चार लोग उनके सिद्ध स्थान (एक बागीचा) पर पहुंचे। ज्योतिषी जी के यहाँ अपार भीड़ जुटी हुई थी। साथी 'जुगानी भाई' से उन्होंने सलाम दुआ की औपचारिकता निभाई और हमलोगों के आने का मन्तव्य उन्होंने समझ लिया। भोजपुरी में ही उन्होंने हमें... परामर्श दिया कि हम लोग भी तीन प्रश्नों वाली अपनी-अपनी पर्चियाँ लगा दें। हम सभी ने झटपट वैसा ही कर डाला और उत्सुक होकर अपनी बारी की प्रतीक्षा करने लगे। चटक धूप थी, पास में पेयजल नहीं था फिर भी भविष्य जानने की लालसा लिए हमलोग विभागीय गाड़ी में बैठकर प्रतीक्षारत।

बताया जाता है कि त्रेता युग में रावण ने 60 हजार वर्ष घोर तपस्या करके ज्योतिष विद्या ब्रम्हा जी से पाकर अपने तेजस्वी पुत्र मेघनाथ को रावण संहिता के रूप में उत्तराधिकार में दी थी। यह ग्रंथ सहस्र शताब्दियों से लिपिबद्ध होकर अनेक विद्वानों के सानिध्य से भ्रमण करता हुआ चला आ रहा है। दैव इच्छा और संयोग से यह ग्रंथ नेपाल में तंत्र- मंत्र और ज्योतिष विद्या का अध्ययन करने गए पंडित बागेश्वरी पाठक को मिला था और जिसकी सत्यता की आज हम जांच करने वाले थे।

पंडित जी से मैंने जो तीन प्रश्न पूछे थे, क्रमशः वे इस प्रकार थे -

1. मेरी छोटी बहन की शादी कब और कहाँ होगी ?
2. मेरा प्रमोशन कब होगा ?

3. मेरी शादी कब होगी ?

पंडित जी ने बहुत संक्षिप्त उत्तर दिए थे और बताया था कि मेरी छोटी बहन की शादी मई में होगी और उसी लड़के से होगी जिससे इस समय बातचीत चल रही है। उन्होंने मेरी उस जिज्ञासा को भी विराम देते हुए यह बताया दिया कि मेरी शादी छोटी बहन की शादी के तत्काल बाद होगी। आगे चलकर सचमुच ऐसा ही हुआ।

बहन की शादी की जहां बात चल रही थी (ग्राम भिलोरा) वे लोग बड़े लालची थे। लड़के के पिता नहीं थे लेकिन उनके मामा (जिन्हें यह शादी तय करनी थी) वे भारी दहेज मांग रहे थे। एकमात्र प्लस प्वाइंट यह था कि इस पी.सी.एस.लड़के के नानाजी हमारे परिवार से उपकृत थे और वे दृढ़ प्रतिज्ञ थे कि शादी मेरे यहाँ ही होगी। वही हुआ भी। 27 अप्रैल 1980 को शादी के दिन बारात दरवाजे पर लगने तक लड़के के मामा जी की और दहेज की मांग होती रही किन्तु कुछ कूटनीति के तहत किसी तरह मामला सुलझा लिया गया। बड़े बड़े नाटक हुए थे उस विवाह में। शादी के एक दिन पहले लड़के वालों ने सूचना दी कि लड़का नहीं आ पाएगा, उसे छुट्टी नहीं मिल रही है। हम परिजनों के हाथ पाँव फूल गए। भला हुआ जो हमारे नानाजी जस्टिस एच. सी. पी. त्रिपाठी ने होम सेक्रेटरी से कहलवा कर उनको स्थानीय प्रशासन द्वारा गोरखपुर आने के लिए बस में बैठवाया। उसके बाद दामाद जी लड़की की विदाई कराने आने को कहकर नहीं आए। अपनी जगह अपने ममेरे भी को भेज दिए। बताया गया कि दामाद जी को अभी छुट्टी नहीं मिल पा रही है। फलस्वरूप वे अपनी सासू माँ के पास उनके गाँव बखरिया में रहने लगइन। राम गोविंद मेरी बहन को लेकर अल्मोड़ा पहुंचे। बाद में किसी तरह मामला सामान्य हुआ। मेरी माँ और एक उनके तथा हमारे नजदीकी (कामन) रिश्तेदार छोटी बहन के ससुराल वालों के दुर्व्यवहार से हम सभी

लोग मर्माहत थे। असल में लड़के कि नौकरी देखकर यह शादी हुई थी और उनके परिजन बहुत ही सामान्य जीवन स्तर वाले थे। इस जमाने में भी उनकी सास कुएं का ही पानी पीती थीं, चूल्हे पर बिना अंतरंग वस्त्र पहने जब महिला खाना बनाती थी तो खाती थीं। बहू घूँघट में घर के अंदर रहे वे ऐसा चाहती थीं। भला हमारे आधुनिक परिवार ने ऐसा सोचा भी नहीं था।

परंपरा के अनुसार शादी के कुछ दिन बाद चौथ लेकर जब मेरी बड़ी बहन विजया और एक परिजन के साथ उनके गाँव बखरिया पहुंचीं थीं तो उन्हें आज भी याद है कि वे यह देखकर हतप्रभ और अवाक रह गईं कि एक खपरैल के पुराने घर में नव वधू बनकर उनके घर गईं प्रतिमा (छोटी बहन) एक रोशनी विहीन कमरे में जमीन पर सिकुड़ी माथे पर लंबा घूँघट लिए बैठी थीं। विजया दीदी ने घर आकर जब इस बात का खुलासा पिताजी और हम सभी के बीच किया तो हमलोग स्तब्ध रह गए। कुछ ही दिन में प्रतिमा को किसी बहाने गोरखपुर लाया गया और सच मानिए मेरी बहन भयंकर डिप्रेशन का शिकार हो गई थी।

वह मानो किसी हादसे का शिकार हो चली थी। कुछ बोलती नहीं थी। उसकी काया बहुत ही कमजोर हो चली थी। उसका गहन इलाज शुरू हुआ और लगभग एक महीने बाद वह किसी तरह जब सामान्य होने लगी तो उसको लेकर मेरी माताजी और एक कामन रिश्तेदार श्री राम गोविंद पति त्रिपाठी अल्मोड़ा पहुंचे जहाँ उसके पति पोस्टेड थे। माता जी कुछ दिन अल्मोड़ा टिकी रहीं और

स्थिति सामान्य होता देखकर लौट आईं। महीनों बाद उन दोनों का यह पारिवारिक मामला सामान्य हो सका और हम लोग भी चैन की सांस लेने लगे।

(क्रमशः)



मोबाइल गेमिंग की लत



डा. इरा त्रिपाठी

एस एस पी जी मंडलीय, वाराणसी, यूपी

गेमिंग की लत और इसके सम्मोहक होने के असर क्या कर सकता है यह तो पूरी दुनिया को याद भी होगा जब ब्लूव्हेल गेम ने सैकड़ों जाने ले डाली थी। गेमिंग के दुष्प्रभावों को हम इन प्रकारों से देख सकते हैं- शारीरिक समस्याएं, मनोवैज्ञानिक समस्याएं, सामाजिक समस्याएं, शैक्षिक या व्यवसायिक समस्याएं। ये समस्याएं जब विस्तार लेती हैं तब हम बच्चों में शारीरिक बनावट में दिक्कत, पीठ दर्द, कलाई दर्द, आँखों की विभिन्न समस्या, मोटापा, सर दर्द, थकान, चिड़चिड़ापन देखने में आते हैं।

व्यक्ति या बच्चे जो अकेलापन महसूस करते हैं, जल्द दोस्त नहीं बना पाते, जिनको खुशी या उत्तेजना की चाह रहती है और बहुत जल्दी उबाकपन महसूस करने लगते हैं, उनमें मोबाइल गेमिंग के प्रति ज्यादा रूझान देखा गया है। इसके बाद गेमिंग कम्पनियों का मनोवैज्ञानिक दाव जिसमें वे व्यक्ति के मनोविज्ञान के हिसाब से गेम इतने आकर्षक बनाते हैं कि किसी न किसी वजह से व्यक्ति उनकी लत में फंसता चला जाता है। कम्पनियों की गेम प्लानिंग, डिजाइन, पॉलिशी आदि ऐसे होती हैं जो कि गेम से

जुड़ने में आसान हो और रूचिकर भी हो। बच्चों के स्वभाव के अनुसार गेम में ऐसे पड़ाव रखना जिससे बच्चों में उत्तेजना या कुछ पा जाने की भावना को बल मिले ऐसे चतुर प्रयास कम्पनियों करती हैं। इससे बच्चों में बार-बार गेम खेलने की इच्छा बलवती होती रहती है। आज के ऑनलाइन गेमिंग प्लेटफार्म से, जहाँ बच्चे बहुत ही आसानी से विश्व भर में लोगों से जुड़ जाते हैं इससे उन्हें कुछ बड़ा करने या पा जाने का एहसास होता है। इसी क्रम में यदि वे किसी दूसरे देश के प्रतिद्वंदी को हरा देते हैं तो अपने में ही अपार

सफलता और अहम का भाव पोषित करते चलते हैं। जो कि उनके लिए बहुत मायने रखता है, इसकी वजह भी यह है कि इन भावों की पूर्ति उन्हें अपने व्यस्त माँ-बाप की तरफ से नहीं हो पाती। गेम तक आसान पहुँच भी इसके लत का एक प्रमुख कारण है। गेमिंग का संसार पलायनवादी और काल्पनिक होने से इसमें किसी प्रकार की कोई जिम्मेदारी नहीं होती, इससे कोई सामाजिक या मानसिक दबाव भी नहीं होता, इसमें सामान्य स्थिति में लौटना भी आसान होता है। यह सब बहुत ही अनुकूल सा रहता है। रोमांच भी पूरा बना



रहता है। अपनी कल्पना को उड़ान देते हुए वे अपनी दबी भावनाओं को भी गेमिंग के जरिये पूरा कर लेते हैं।

गेमिंग की लत और इसके सम्मोहक होने के असर क्या कर सकता है यह तो पूरी दुनिया को याद भी होगा जब ब्लूव्हेल गेम ने सैकड़ों जाने ले डाली थी। गेमिंग के दुष्प्रभावों को हम इन प्रकारों से देख सकते हैं- शारीरिक समस्याएं, मनोवैज्ञानिक समस्याएं, सामाजिक समस्याएं, शैक्षिक या व्यवसायिक समस्याएं। ये समस्याएं जब विस्तार लेती हैं तब हम बच्चों में शारीरिक बनावट में दिक्कत, पीठ दर्द, कलाई दर्द, आँखों की विभिन्न समस्या, मोटापा, सर दर्द, थकान, चिड़चिड़ापन देखने में आते हैं। इसी के साथ व्यक्तिगत साफ-सफाई में कमी, बहुत जल्द गुस्सा आ जाना, एकाग्रता में कमी, संज्ञान की समस्या, अक्सर तनावग्रस्त रहने से नींद और भूख में कमी आ जाना, तांत्रिकीय समस्या होना। यहाँ तक परिवार के सदस्यों के बीच भी व्यवहार में रूखापन, आपसी मनमुटाव, भईचारे का अभाव, सामान्य तौर-तरीको यानी आपसी बात-व्यवहार की भी कमी आना देखा

गया है। पढ़ाई नौकरी आदि में निष्पादन की दिक्कतें। ऐसा बहुत कुछ हो जाता है जो कि किसी व्यक्ति या बच्चे को परिवार और समाज से तालमेल बिठा पाने में असमर्थ बनाता है। जो कि उन्हें एक स्वस्थ व्यक्तित्व पाने और सामाजिक प्राणी बनने में अनुकूल नहीं होने देता। स्मार्ट सिटी, स्मार्ट लोग, स्मार्ट स्टेडी, स्मार्ट उपकरण और इनकी अधिकता से उत्पन्न स्मार्ट बिमारी खासकर मानसिक बिमारियां इनका बोलबाला है। मित्रों है न स्मार्ट बातचीत, चहु ओर इतनी स्मार्टनेस हो गयी है कि पुनः साधारणतः की ओर लौटने में एक लम्बा समय बर्बाद हो जा रहा है... नयी पीढ़ी के लिये तो असंभव ही है।

यहाँ मानसिक रोग से संबंधित स्मार्ट बिमारियों की चर्चा हो रही और निश्चित ही आप सभी आजकल गेम लत, डिजिटल मीडिया लत। गेम से हो रहे विकार और इंटरनेट गेमिंग डिस्ऑर्डर आदि के बारे में अवगत होंगे। अन्य मनोवैज्ञानिक विकारों की ही तरह ही मोबाइल फोन की लत भी उपयोग/दुरुपयोग में वर्गीकृत की गई है। ICD-11 तमअपेमक और कूड-5 के

अनुभागों में गेमिंग व्यावहारिक डिस्ऑर्डर के संबंध में विवरण दिया गया है। जैसे- ज्यादा समय उपकरणों के साथ व्यस्त रहना। उपयोग न करने की दशा में भी उन्हीं के बारे में विचार करते रहना। इसके अलावा यदि 1 साल तक व्यक्ति गेमिंग में व्यस्तता के साथ-साथ अपने व्यक्तिगत कार्यों में परेशानियां या कमियां अनुभव करता है। अमेरिकन एकेडमी ऑफ पीडियाट्रिक के अनुसार जो बच्चे 6 वर्ष से अधिक हैं वे अगर स्कूल के दिनों में 60 मि0 यानी 1 घण्टे और स्कूल नहीं जाने वाले 2 घण्टे यानी 120 मि0 से अधिक फोन का उपयोग करते हैं तथा 6 वर्ष से कम आयु के बच्चे यदि 30 मि0 से ज्यादा उपयोग करते हैं तो यह रोग या दुरुपयोग की श्रेणी में ही गिना जाता है। आप भी अपने नौनिहालों पर ध्यान दें और उनकी लत को समय रहते पहचानें। उन्हें अपना समय और दुलार दोनो दें। ऐसी लत को आजकल का चलन या स्मार्टनेस न समझें। ये विकार बन आपके बच्चों का भविष्य बेकार कर देंगे। अपना और अपनों का भविष्य मोबाइल के हाथों में नहीं अपने हाथों में लें।



सूत्र वाक्य

अशोक मानव

- जीव अपनी मृदा से प्रवृत्तिय गुण को सिद्धांत करने के लिए शरीर रूपी भूगोल बनाकर उसमें स्वरसायन लोक से नियत स्वाभाविक पदार्थीय तत्व गंधीय मिलान कर बनने वाली ऊर्जा से गुब्बारे की तरह स्वत अपने गंतव्य तक पहुंच जाता है।
- समयांकित रसायन का लंकरी विज्ञान हर जीव को उसके कर्मानुसार सरल करता रहता है जो अवस्था रूप में हर किसी को प्राप्त होता है यही कर्म का परतीय विज्ञान होता है जिस पर गुजरते जाने से जीवन सरल होकर भार मुक्त होता जाता है।
- जिस प्रकार शांत जल अपने अंदर फैली गंदगी नीचे दबा देता है ठीक उसी प्रकार मानव चित्त (मन)को शांत करके नकारात्मक ऊर्जा खत्म करके अपनी हर परेशानी से बच सकता है।
- भौतिक जीवन में भोजन और निद्रा दो ही आवश्यक आवश्यकता होती है अन्य सभी आवश्यकता की चीज सिर्फ हमारे भार को बढ़ाने का कार्य करती हैं।
- प्रीति एक मोह है जो हर स्थिति पदार्थ में मिलावट का काम करता है और इस मिलावटी अवस्था में घर्षण होता है जिससे प्रदूषण बनता है और
- इसी घर्षण और प्रदूषण के कारण ही जीव पदार्थ या अवस्था में असहजता पैदा होती है।
- कोई भी अवस्था ऐसी नहीं होती जिसे खत्म कर दिया जाए या बदल दिया जाए हर अवस्था अपनी स्वाभाविक यात्रा करती है।
- आत्मा को सिद्ध करने या सिद्धांत होने की आवश्यकता नहीं होती यह स्वयं पूर्ण सिद्ध होकर ही जीवन धारण करता है।
- मानव की भौगोलिक यात्रा स्व अर्थ नियोजित है जिसमें अपनी यात्रा पूर्ण करने के लिए रासायनिक धनरासी मौजूद होती है यदि बाह्य जगत से प्रभावित होकर इसमें परिवर्तन नहीं किया जाता है तो अपनी इच्छा से जोड़ने और एहसास से निर्माण करने का अर्थ स्वतः पूर्ण हो जाता है।
- मानव प्रकृति की रासायनिक गणित का निर्माण है इसकी यात्रा को प्रकृति सरल करने हेतु स्वभाव में परिवर्तन करते हुए पूर्ण करती है। मानव अपनी स्वाभाविक मूलता को ना पहचान कर मानसिक खोज से अपनी यात्रा को कठिन करता चला गया वर्तमान में स्वविचरण से अपनी यात्रा को सरल कर सकता है।

अंधेरे को मिटाकर प्रकाश की तरफ बढ़ने का सूत्र

5D+NW-5D=NW



अशोक मानव

D- DREAM (स्वप्न)

D- DARK (अंधेरा)

D- DELETE (मिटाना)

D- DRAW (निकालना)

D- DRIVE (चलाना)

N- NEGATIVE (नकारात्मक)

W- WILL (इच्छा)

स्वप्न मानव समाज के लिए आज भी एक रहस्य है। कुछ लोग इसे सही मानते हैं तो कुछ गलत पर सही को गलत कहने से यह गलत नहीं हो जाता और गलत को सही कहने से वह सही नहीं हो जाता। भूत प्रेत और शैतान होते हैं या नहीं पर कुछ लोग विश्वास करते हैं कुछ इस अंधविश्वास मानते हैं। इस प्रकृति में जो भी हो रहा है वह विज्ञान है। हर क्रिया प्रतिक्रिया एक विज्ञान है किसी घटना को अंधविश्वास कह कर पल्ला झाड़ने से जरूरत नहीं बल्कि इसकी वैज्ञानिकता को खोजने की जरूरत है। भूत- प्रेत, शैतान नहीं होते पर नकारात्मक ऊर्जा होती है जो किसी जीव से बनती है। जीव से पदार्थ बनता है। यदि जीव में नकारात्मकता है तो पदार्थ में भी आ सकती है। सकारात्मक ऊर्जा भी जीव से बनती है इसे यूं कह सकते हैं कि ऊर्जा बनाने का स्वरूप जीव है। जब वह शरीर छोड़कर जाता है तो पदार्थ में परिवर्तित हो जाता है तो उस पदार्थ से उसी गुण की ऊर्जा निकलने लगती है। जो जीव समाप्त हो जाता है वह भूतकाल में चला जाता

है। प्रेत एक अतृप्त इच्छा है जो अपनी इच्छा का भोग दूसरों में करना चाहता है। शैतान एक स्वभाव है जो दूसरों को परेशान करता है। जब इनका शरीर छूट जाता है तो अपनी इच्छा की पूर्ति वर्तमान शरीर के माध्यम से पूरा करने का प्रयास करते हैं। सकारात्मक, नकारात्मक उर्जा शरीर से बनती है जो प्रकृति में मौजूद होकर अपने गुना का फैलाव करती है गुणात्मकता प्रवृत्ति की ऊर्जा होती है इसे वैज्ञानिक या अन्य लोग भी मानते हैं। यही ऊर्जा जीवन के सफर में चलते हुए रास्ते में श्वसन क्रिया के माध्यम से शरीर में प्रवेश कर जाती है जो व्यक्ति के विचारों को प्रभावित कर अपनी प्रवृत्ति के गुणों का विचार बनाने लगती है। जिससे व्यक्ति के अंदर रासायनिक क्रिया होने लगती है और शरीर में वह गुण बनने लगता है। राक्षसी प्रवृत्ति या अच्छी प्रवृत्ति के लोग जब गुजर जाते हैं तो भूतकाल में चले जाते हैं पर उनकी प्रवृत्ति की ऊर्जा वर्तमान में मौजूद अपनी प्रवृत्ति के व्यक्ति को अपनी जमीन बनाकर दूसरों तक पहुंचाने की भी क्रिया करती है। इसी सूक्ष्म ऊर्जा को जिस पिंड (स्वरूप) से निकलती होती है उसे पहचानने की क्रिया जीव की तकनीकी विधा है, जिसे स्वप्न कहते हैं। यह अंधविश्वास नहीं है। यह मानव तकनीक है जिसके माध्यम से व्यक्ति ऊर्जा के पिंड को देखकर उसे लड़ता है। उसे खत्म करके अपने मार्ग में अंधेरे को मिटाकर मंजिल की तरफ बढ़ता है। व्यक्ति जब जागृत अवस्था में होता है तो जो सोचता है उस गुण की ऊर्जा बनता है जो बाहर निकालकर अपना कार्य करती है। इस समय वह ठोस वस्तु को ही देख पता है पर जब वह शांत अवस्था में होता है तो ध्यान में चला जाता है जिसमें वह सूक्ष्म ऊर्जा को देखने लगता है। वह ऊर्जा जी पिंड से निकली होती है

उसके स्वरूप को देखा है यही क्रिया सोते समय स्वप्न में होती है। इसे देखकर उसका मन शरीर की आवश्यकता को उसका एहसास कराता है। शरीर केंद्रित होने के कारण अपनी ऊर्जा एक निश्चित विषय पर लगता है। जो विषय दिखाई पड़ता है उसमें से नकारात्मक ऊर्जा जिस पिंड (स्वरूप) से निकली होती है उसे खत्म करके मार्ग के अंधेरे को हटाता है और सकारात्मक ऊर्जा के स्वरूप को देखकर उसके गुण को अपने से जोड़कर इच्छा शक्ति को बढ़ाता है। यह क्रिया सभी के जीवन में होती है किसी को याद रह जाती है और कुछ लोग भूल जाते हैं।

DREAM स्वप्न - स्वप्न के माध्यम से सूक्ष्म ऊर्जा को और जहां से वह निकलती है को देखा जाता है। स्वप्न प्रकृति की तकनीकी क्रिया है जिसे सभी जीव देखते हैं। इसी क्रिया से जीव अपने जीवन में पैदा होने वाली नकारात्मक ऊर्जा को खत्म करते हैं और अपने भविष्य को पहले देखकर उसके लिए ऊर्जा छोड़ते हैं जिससे इच्छा शक्तिशाली होती है। सोते समय यह क्रिया होती है अथवा मन शांत होकर या ध्यान में जब मन एक विषय पर केंद्रित हो जाता है तब। स्वप्न में सूक्ष्म ऊर्जा और उसकी क्रिया स्वप्न स्वरूप दिखने लगता है। इस क्रिया में व्यक्ति नकारात्मक ऊर्जा को खत्म करता है। जिससे मंजिल के मार्ग का अंधेरा खत्म होता है। शरीर की थकान दूर हो जाती है। इस क्रिया से भविष्य की जानकारी भी मिलती है। कार्य करने की क्षमता बढ़ती है इसलिए मानव को ज्यादा से ज्यादा सोना चाहिए, सोने वाले के पास नकारात्मक ऊर्जा रुक नहीं पाती। जब व्यक्ति सो जाता है या शांत हो जाता है तो उसके तीसरे नेत्र वाला जल भी शांत हो जाता है जिसके कारण से देखे गए विषय का इसमें रेखांकित चित्र बने लगता है। कुछ व्यक्तियों को याद रह

जाता है। जिस व्यक्ति के पास विषय का ज्यादा घेरा होता है उसे याद नहीं रहता है पर इस क्रिया से सभी गुजरते हैं। शांत जल में कोई भी दृश्य देखा जा सकता है पर हलचल वाले में कोई भी दृश्य स्पष्ट नहीं दिखाई पड़ता है। शांत जल का एक गुण और भी है वह गंदगी को नीचे दबा देता है। ठीक इसी प्रकार सोते समय तीसरे नेत्र का जल विषय की नकारात्मक ऊर्जा की गंदगी को नीचे दबा देता है। जब व्यक्ति जागृत अवस्था में होता है तो जो विषय विचार रूप में चल रहा होता है वह जल में उबाल पैदा करता है जिससे उस गुण की ऊर्जा बनाकर शरीर में पहुंचती रहती है जहां वह प्रकृति में निकलकर अपना विषय पूरा करती है। इस क्रिया के कारण ही व्यक्ति अपना जीवन सुचारु रूप से जी पाता है। स्वप्न की क्रिया जब व्यक्ति ध्यान करता है तब जिस विषय को चाहता है उसे देख लेता है। इसी तरह व्यक्ति जिस विषय के बारे में ज्यादा सोचता है उसी विषय पर सपना देखता है। ऐसा इसलिए होता है क्योंकि शरीर की गति जिधर जाती है मन उसी विषय में घूमता है। स्वप्न ना रहस्य ना अंधविश्वास है यह तो जीवन की हकीकत है।

DARK अंधेरा - जीवन में कुछ लोग विरोधी प्रवृत्ति के होते हैं जिनके सोच की ऊर्जा व्यक्ति के जीवन में अंधेरा पैदा करने की क्रिया करती है। अंधेरा पैदा करने के लिए कुछ ऊर्जा प्रकृति से आती है जो अपनी प्रवृत्ति के विपरीत गुण की होती है। अंधेरा पैदा करने वाली कुछ ऊर्जा अपने अंदर से भी बन जाती है जो निराशाजनक विचार के चलने से होती है। इस तरह की पैदा होने वाली ऊर्जा जीवन में अंधेरा घेरा बनती है और बीमारी पैदा करती है। जिससे लक्ष्य का मार्ग दिखाई नहीं पड़ता और कार्य में बाधा आने लगती है। जब व्यक्ति सोता है तो उसका मन शरीर के विषय के घेरे से बाहर होता है जो विषय शरीर में बन चुका होता है उस पर प्राकृतिक गति से कार्य करने लगती है जिससे वह उसे ऊर्जा को देख पाता है जो अंधेरा पैदा कर रही होती है जिसके कारण (जहां से उर्जा निकल रही होती है) से लड़ता है। मन केंद्रित होने के कारण शक्तिशाली होता है जिस कारण

वाह्य प्रकाश का चकाचौंध ना देखना ही स्वअंधेरा होता है जिसमें अपनी उर्जा का प्रकाश वाह्य जगत की दुनिया में अपनी अवस्थाओं को दिखाता है यही स्वप्रकाश अन्धकार को मिटाकर स्वप्रकाश से आप को अपनी दुनिया दिखाता है

से ऊर्जा के केंद्र बिंदु को खत्म कर देता है जो ऊर्जा बन चुकी होती है उसे जलाकर उड़ा देता है। ऊर्जा का केंद्र बिंदु व ग्रंथि है जहां से ऊर्जा उसे गुण की ऊर्जा बनाने लगती है। इस प्रकार व्यक्ति अपने मन के सहयोग से स्वप्न में अपने जीवन के अंधेरे को खत्म करके अपने जीवन में प्रकाश बनता है।

DELETE मिटाना - नकारात्मक ऊर्जा जैसा करना चाहती है उसी तरह का दृश्य व्यक्ति सपने में देखा है। दिखने से उसका गुण शरीर में छूट जाता है। जिस स्थिति से व्यक्ति को गुजरना पड़ता है व्यक्ति सपने के माध्यम से ऐसे दृश्य को मिटा सकता है ऐसा करने के लिए व्यक्ति को जो दृश्य देखा हो उसे जगने के बाद जैसा बदलना चाहता हो वैसा भाव बनाकर विचार को न चलने दे पुनः सोने का प्रयास करें तो जैसा भाव बनाया हो वैसा दृश्य दिख जाता है। या उस दृश्य को खत्म करने का भाव लेकर सोने का प्रयास करें तो मिटाते हुए दिखाई दे जाता है तो उसका असर खत्म हो जाता है। देखे गए सपने को ध्यान में जाकर भी मिटाया जा सकता है यह क्रिया अपने भाव द्वारा पैदा होने वाली ऊर्जा से पूरी होती है।

DRAW निकलना- व्यक्ति सपने में भविष्य में होने वाली घटना को पहले देख लेता है जिसे देखने के बाद उसकी इच्छा शक्ति बढ़ जाती है। उसके शरीर से उसे पूरा करने की ऊर्जा निकलने लगती है। जिसे देखा गया विषय पूरा होता है। इसी क्रिया को निकालना कहते हैं।

DRIVE चलाना - व्यक्ति स्वप्न में जो देखा है उसके अनुसार अपने जीवन की गाड़ी को चलता है। जैसे कहीं रास्ते में व्यवधान देखा है उसे सावधान रहने लगता है बीमारी

या अन्य रुकावट देखने के बाद उसका रास्ता खोजने लगता है। अच्छा देखने के बाद उस तरफ जाने का प्रयास करने लगता है ऐसे खराब देखने के बाद उसके लिए निराशाजनक ना सोचें, सकारात्मक सोचें या उसे नजरअंदाज कर दें अथवा ध्यान क्रिया से मिटा दें तो खत्म हो जाता है। ऐसा करने से अपने अंदर की ऊर्जा उसे मिटाने का कार्य करती है। जिन लोगों को सपने याद नहीं रह जाता उनकी यही क्रिया मन की आंतरिक क्रिया से स्वाभाविक रूप से पूरी होती है। इस प्रकार व्यक्ति की जीवन की गाड़ी चलाने में स्वप्न सहायक होता है।

NEGATIVE नकारात्मक - व्यक्ति के जीवन में उत्पन्न होने वाली नकारात्मक ऊर्जा स्वप्न के माध्यम से समाप्त होती है। जिससे व्यक्ति की थकान खत्म होती है, बीमारी से व्यक्ति बचता है और मार्ग में उत्पन्न होने वाला अंधकार खत्म होता है और व्यक्ति सुचारु रूप से जीवन जी पाता है जो लोग काम सोते हैं या नींद नहीं आती है उनके जीवन में नकारात्मक ऊर्जा खत्म नहीं हो पाती है जो अनेकों परेशानियों का कारण बनने लगती है। इसलिए ज्यादा सोयें। सोना सपने में परिवर्तित हो जाता है जिसमें मन सर्वप्रथम नकारात्मक ऊर्जा ही खत्म करने का प्रयास करता है।

WILL इच्छा - स्वप्न में नकारात्मक ऊर्जा खत्म होने से और भविष्य की जानकारी पहले देख लेने से व्यक्ति की इच्छा उसी दिशा की तरफ जाने लगती है जिसके बारे में व्यक्ति सोचने लगता है जो भावना में बदल जाती है फिर शरीर के अंदर से जलवायु बनाकर उसे पूरा करने में सहयोग करने लगती है। उसे पूरा होते देखकर व्यक्ति की इच्छा शक्ति शक्तिशाली होने लगती है जो जीवन को खुशहाल बनती है।

5D जब निर्माण कर रहा होता है तो विकासशील होता है जिससे अपने अंश को बढ़ाकर +NW बना देता है। इसके बाद उसका भाव दूसरे विषय पर क्रियाशील हो जाता है जिस कारण से -5D निकल जाता है और उत्तर बचता है +NW जो जीवन की गाड़ी को चलता है।



प्रश्न हमारे उत्तर श्री अशोक मानव जी के

प्रश्न :- योग किसे कहते हैं ?

उत्तर :- योग जगत की उस रचना को कहते हैं जिसकी एक कड़ी से दूसरी कड़ी के मिलने से प्रकृति का निर्माण होता है। योग प्रकृति की स्वाभाविक क्रिया है जिससे एक पदार्थ से दूसरे पदार्थ का मिलन होता है इस मिलन से प्रकृति का विस्तार होता है और नए पदार्थ का निर्माण होता है योग वह जोड़ है जिसके जुड़ते रहने से प्रकृति का सृजन निरंतर होता रहता है।

प्रश्न :-जीवन में घटने वाली घटनाएं कैसे घटित होती हैं ?इन्हे कैसे रोका जा सकता है ?

उत्तर :-जीवन में घटने वाली घटना एक निश्चित समय पर होती है। इस घटना से पूर्व शारीरिक क्षमता का विकास करना प्रकृति की स्वाभाविक क्रिया होती है। इसलिए घटना से पूर्व उसके बारे में सोचकर व्यक्ति को अपनी संचित ऊर्जा को नष्ट नहीं करना चाहिए। कोई भी घटना नकारात्मक ऊर्जा के कारण होती है यदि घटना के प्रति सकारात्मक चिंतन रखा जाए और ईष्ट का ध्यान किया जाए तो घटना रुक सकती है अथवा काम हो सकती है सकारात्मक चिंतन से नकारात्मक ऊर्जा खत्म हो जाती है।

यदि किसी पाठक के मन में कोई भी सामाजिक या प्राकृतिक प्रश्न उठ रहा है वह उस प्रश्न का निदान चाहते हैं तो

पाठक हमें अपना प्रश्न निम्न पते पर भेज सकते हैं। निदान प्रश्न के अगले अंक में दिया जाएगा।

आप अपना प्रश्न डाक द्वारा या ईमेल पर भेज सकते हैं

डाक पता : प्रकृति मेल, सर्या आश्रम, मानव नगर (निकट आई.आई. एस.ई.),

कल्याणपुर, लखनऊ-226022, उ० प्र०

ईमेल - info@parkritimail.com, editor.parkritimail@gmail.com

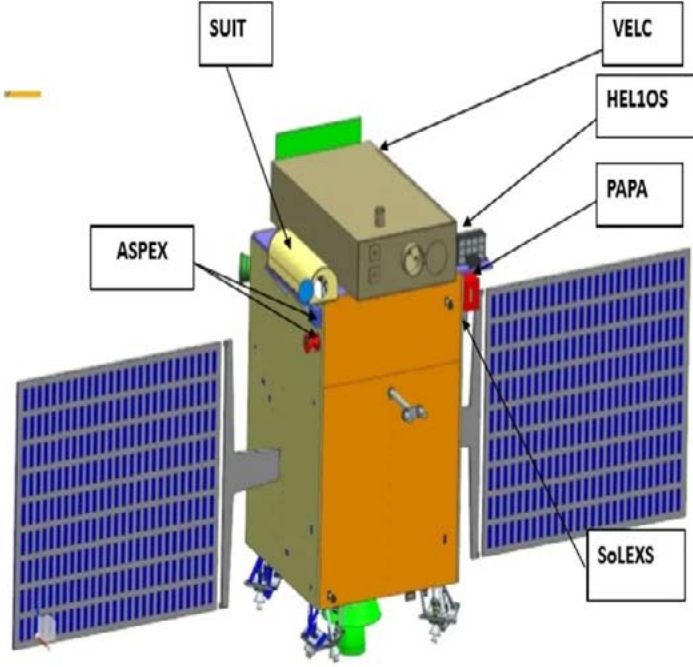
आदित्य एल1 मिशन

इसरो का सूर्य के नजदीक एक नया कदम



मानवेन्द्र त्रिपाठी

इसरो का आदित्य एल1 मिशन एक ऐतिहासिक क्षण है जो हमारे देश की वैज्ञानिक सामर्थ्य को नए ऊंचाईयों तक पहुंचाने की दिशा में एक और प्रमुख कदम है। इस मिशन के रहते हुए हमारे वैज्ञानिकों को सूर्यमंडल की अद्वितीयता और उसकी सुरक्षा में नई जानकारी प्राप्त करने का अवसर मिलेगा। आदित्य एल1 मिशन के सफलतापूर्वक पूर्ण होने पर, हम सूर्य तक पहुंचने में सफल होने वाले चौथे राष्ट्र बन जाएंगे।



भारतीय अंतरिक्ष अनुसंधान संगठन (इसरो) ने एक और उत्कृष्ट मिशन की घोषणा की है, जिससे वह अपनी तकनीकी और अनुसंधान क्षमता में एक और कदम आगे बढ़ाएगा। इस मिशन का नाम है 'आदित्य एल1' और यह सूर्य के नजदीक एक उपग्रह को ले जाने का एक मुख्य कदम है। आदित्य एल1 मिशन का मुख्य उद्देश्य है सूर्य के ऊपरी सतह में होने वाली प्रक्रियाओं को समझना और उनका अध्ययन करना है। यह मिशन न केवल इंजन के लिए महत्वपूर्ण है बल्कि यह हमें सूर्यमंडल की अद्वितीयता को समझने में मदद करेगा।

इसरो के आदित्य एल1 मिशन का सीधा संबंध सूर्य के लगभग 15 लाख किलोमीटर दूर के लगभग एक लाख किलोमीटर ऊपर स्थित एक उपग्रह के साथ होगा। इस उपग्रह को आदित्य एल1 कहा जाता है, जो भारतीय तिथि शास्त्र के अनुसार सूर्य का पहला तिथि समझा जाता है। इस

मिशन के माध्यम से इसरो वैज्ञानिकों का मुख्य उद्देश्य सूर्यमंडल के विभिन्न पहलुओं का अध्ययन करना है, जिसमें सूर्य की किरणों का अध्ययन, सूर्यवायुमंडल की गतियाँ, और ऊपरी वर्ग के प्रक्रियाएँ शामिल हैं। इससे हमें नई जानकारी मिलेगी जो न केवल वैज्ञानिकों के लिए बल्कि सामान्य लोगों के लिए भी महत्वपूर्ण होगी। इस मिशन के सफल होने से हमारी तकनीकी और वैज्ञानिक समर्थन में एक बड़ा कदम बढ़ा है। इससे न केवल भारत बल्कि विश्व भर में इसरो को एक नई पहचान मिलेगी। इस मिशन के रूप में भारत ने एक बार फिर दिखाया है कि वह वैज्ञानिक और अंतरिक्ष अनुसंधान क्षेत्र में अग्रणी रूप से बढ़ता है। इससे हमारी योजनाएं न केवल राष्ट्रीय स्तर पर बल्कि विश्व स्तर पर भी महत्वपूर्ण होंगी। इस मिशन के माध्यम से हमारी वैज्ञानिक समुदाय ने एक और सशक्ति प्रस्तुत की है और दुनिया को दिखाया है कि हम किसी भी क्षेत्र में आगे बढ़

सकते हैं। आदित्य एल1 मिशन के सफल पूर्ण होने पर हम सभी भारतीयों को गर्व होगा क्योंकि यह एक नया दिन होगा भारतीय अंतरिक्ष अनुसंधान के लिए।

इस प्रमुख घटना के महत्वपूर्ण क्षण में हम सभी एक साथ मिलकर उत्कृष्टता की ओर एक कदम बढ़ाते हैं।

इसरो का आदित्य एल1 मिशन एक ऐतिहासिक क्षण है जो हमारे देश की वैज्ञानिक सामर्थ्य को नए उच्चायों तक पहुंचाने की दिशा में एक और प्रमुख कदम है। इस मिशन के रहते हुए हमारे वैज्ञानिकों को सूर्यमंडल की अद्वितीयता और उसकी सुरक्षा में नई जानकारी प्राप्त करने का अवसर मिलेगा। आदित्य एल1 मिशन के सफलतापूर्वक पूर्ण होने पर, हम सूर्य तक पहुंचने में सफल होने वाले एकमात्र चौथे राष्ट्र बन जाएंगे। इससे हमारा देश गर्वित महसूस करेगा और विश्व में हमारे वैज्ञानिकों को और भी महत्वपूर्ण स्थान पर ले जाने में मदद मिलेगी। इस मिशन के सफल पूर्ण होने से हमें सूर्यमंडल के रहस्यों की ओर एक कदम और बढ़ने का मौका मिलेगा। यह नई जानकारी हमें वैज्ञानिक और तकनीकी दृष्टिकोण से और भी समृद्धि प्रदान करेगी, जिससे हम अपने अनुसंधान और तकनीकी क्षमताओं को और भी मजबूत बना सकेंगे।

आदित्य एल1 मिशन एक सशक्त और साहसिक कदम है जो हमें सूर्य के प्रकाश में नए राजचरित्र को खोलने का अवसर देगा। इसके माध्यम से हम अपने अंधकार में भी प्रकाश का सामर्थ्य दिखा पाएंगे और आने वाली पीढ़ियों को एक और शानदार उदाहरण प्रदान करेंगे।

समाप्त होते हुए, हम सभी इस अद्वितीय क्षण को उत्साह, समर्पण, और सामरिक भावना के साथ स्वीकार करते हैं। इसरो के आदित्य एल1 मिशन के साथ हमने अपने अंतरिक्ष अनुसंधान क्षेत्र में एक नया चरित्र स्थापित किया है और इसे आगे बढ़ाने का संकल्प लिया है।

इस कदम से हमने दिखाया है कि हमारा

उद्दीपन अब भी नए ऊर्जा स्रोतों, वैज्ञानिक अध्ययनों, और तकनीकी उत्कृष्टता में निरंतर बना हुआ है। आदित्य एल1 मिशन से हमारे देश का नाम दुनिया भर में रोशन होगा, और हम इस प्रेरणादायक क्षण को सजीव इतिहास में दर्ज करेंगे। इसरो के आदित्य एल1 मिशन के आगे कुछ तथ्य और सांख्यिकी बताते हैं, जो इस महत्वपूर्ण परियोजना की भौतिकी और वैज्ञानिक महत्वपूर्णता को दर्शाते हैं:

आधिकारिक नाम: आदित्य एल1 मिशन

उपग्रह की ऊंचाई: यह सूर्य से लगभग 15 लाख किलोमीटर दूरी पर स्थित होगा।

मिशन की आरंभ तिथि: इसकी योजना का प्रारंभ 2022 में किया गया था, और इसका लॉन्च अगले कुछ वर्षों में होना है।

मिशन की अवधि: आदित्य एल1 मिशन की अवधि कुछ वर्षों की है, जिसमें वैज्ञानिकों को सूर्यमंडल की विभिन्न प्रक्रियाओं का अध्ययन करने का समय मिलेगा।

उपग्रह का वजन:

आदित्य एल1 का वजन लगभग 400 किलोग्राम है, जिसमें उच्च-तकनीकी संबंधित उपकरण शामिल होंगे।

अनुसंधान क्षेत्र: इस मिशन से हम सूर्यमंडल की किरणों, ऊपरी वर्ग की गतियों, और सूर्यवायुमंडल की प्रक्रियाओं का अध्ययन करने का अद्वितीय अवसर पाएंगे।

वैज्ञानिक उपयोग: इस मिशन के माध्यम से हमारे वैज्ञानिकों को सूर्यमंडल की नई जानकारी मिलेगी, जो ग्रहों की उत्पत्ति, जीवन की संभावनाओं, और अंतरिक्ष यात्रा की दिशा में मदद करेगी।

भौतिकी विवरण:

आदित्य एल1 मिशन का उपग्रह सूर्य के चारों ओर 180 डिग्री की दौड़ पर होगा, जिससे सूर्य की सभी क्षेत्रों का अध्ययन संभव होगा।

विशेषज्ञता:

इस मिशन के माध्यम से इसरो ने एक बार फिर से अपनी तकनीकी और अनुसंधान क्षमता में नए उच्चायों की ओर कदम बढ़ाया है, जिससे भारत ग्लोबल स्तर पर अंतरिक्ष अनुसंधान में एक प्रमुख खिलाड़ी बन गया है।

इन सारे तथ्यों से स्पष्ट होता है कि आदित्य एल1 मिशन भारत के लिए एक ऐतिहासिक क्षण है जो न केवल वैज्ञानिकों को बल्कि हम सभी को एक नए उच्चायों की ओर प्रेरित करने में मदद करेगा।

इसरो के आदित्य एल1 मिशन के और भी कुछ महत्वपूर्ण पहलुओं को देखते हैं:

मिशन की मूल कल्पना:

आदित्य एल1 मिशन का मूल कल्पना है सूर्यमंडल के विभिन्न तंतुओं, उनके चुंबकीय क्षेत्रों, और तेज किरणों को अध्ययन करके सूर्य की विभिन्न पहलुओं को समझना है।

वैज्ञानिक सहयोग: इस मिशन में अंतर्राष्ट्रीय स्तर पर वैज्ञानिकों का सहयोग हो रहा है, जिससे विश्व भर से आए जाने वाले तकनीकी और वैज्ञानिक ज्ञान का उपयोग हो सकेगा।

उपग्रह के उपकरण:

इस उपग्रह में सूर्यमंडल की गहराईयों में प्रवेश करने के लिए विशेष उपकरण होंगे, जो नए और अद्वितीय जानकारी प्रदान करेंगे।

आर्थिक पहलु: इस मिशन से हमारे देश को आर्थिक दृष्टि से भी लाभ होगा, क्योंकि इससे हमारे तकनीकी क्षमता में सुधार होगा और अंतर्राष्ट्रीय बाजार में हमारा मुकाबला मजबूत होगा।

विश्वविद्यालयों और शोध संस्थानों का सहयोग: इस मिशन के कारण विश्वविद्यालयों और शोध संस्थानों को भी नए और महत्वपूर्ण डेटा और जानकारी का लाभ होगा, जिससे उनके अनुसंधान में वृद्धि होगी।

उद्देश्य का पूरा होना: आदित्य एल1 मिशन के पूरा होने से हम सूर्यमंडल की सारी रहस्यमयी प्रक्रियाओं को समझेंगे, जिससे अंतरिक्ष अनुसंधान के क्षेत्र में भारत को एक नया मुद्रा देखने को मिलेगा।

इसरो के आदित्य एल1 मिशन से जुड़े ये तथ्य और सांख्यिकी हमें दिखाते हैं कि यह एक उद्दीपक और सशक्त परियोजना है जो भारत को वैज्ञानिक और तकनीकी क्षेत्र में नए ऊचाइयों तक पहुंचाएगा।

आदित्य एल1 मिशन का लॉन्च प्रक्रिया एक बड़ा और उत्कृष्ट इवेंट होगा, जिसमें कई तकनीकी और वैज्ञानिक पहलुओं का ध्यान रखा जाएगा। यहां आदित्य एल1 मिशन के पूरे लॉन्च प्रक्रिया का एक उत्कृष्ट विवरण है:

पूर्व-लॉन्च तैयारी:

इसरो के वैज्ञानिक और अभियंता यह सुनिश्चित करते हैं कि उपग्रह और सभी उपकरण पूरी तरह से तैयार हैं।

लॉन्च पद की तैयारी, जिसे विशेष रूप से इस मिशन के लिए तैयार किया गया है, की जाती है।

उपग्रह की स्थिति जाँच:

उपग्रह की स्थिति की जाँच की जाती है, जिसमें उसकी तकनीकी और विमोचन क्षमताओं की पुनरावृत्ति होती है।

लॉन्च योजना और स्वीकृति:

वैज्ञानिक और अभियंता एक विस्तृत लॉन्च योजना तैयार करते हैं, जिसमें समय समय पर और सुरक्षित रूप से उपग्रह को उच्चतम करने का विवरण होता है।

इसके बाद, लॉन्च योजना को स्वीकृति प्राप्त करने के लिए अधिकारिक प्रक्रिया शुरू होती है।

लॉन्च पैड पर उपग्रह की स्थापना:

लॉन्च पैड पर उपग्रह को स्थापित करने के लिए विशेष उपकरणों का उपयोग होता है।

इस प्रक्रिया में, उपग्रह को लॉन्च पैड के ऊपर स्थापित किया जाता है और उससे संबंधित सभी सांख्यिकी तथा तकनीकी प्रमाणों की जाँच की जाती है।

काउंटडाउन और लॉन्च:

लॉन्च से पहले, एक काउंटडाउन कार्यक्रम होता है, जिसमें निश्चित समय से पहले सभी तकनीकी प्रक्रियाएं होती हैं जैसे कि उपग्रह के ताक खोलना, इंजन की जाँच, और उच्चतम होने के लिए सभी प्रस्तावनाओं की जाँच।

लॉन्च के समय, एक विशेष वायुयान उपग्रह को आकाश में ले जाने के लिए शुरू किया जाता है।

अंतरिक्ष में उच्चतम:

लॉन्च होने के बाद, उच्चतम होने के लिए उपग्रह को विशेष रूप से निर्दिष्ट यात्रा पथ पर ले जाया जाता है।

यह उच्चतम होने के बाद, उपग्रह विशेषज्ञों और वैज्ञानिकों के अपेक्षांकन के लिए सतह पर आ जाता है, जहां उसके सेंसर्स और उपकरणों के द्वारा वैज्ञानिक आंकलन किया जाता है। यह आंकलन उच्चतम गुणवत्ता वाले तथ्यों और डेटा को प्रदान करता है जो इसरो के वैज्ञानिकों को सूर्यमंडल की विभिन्न पहलुओं की समझ में मदद करता है।

मिशन का समापन:

उच्चतम गुणवत्ता वाले डेटा को प्राप्त करने के बाद, मिशन को समाप्त किया जाता है, और इसरो के वैज्ञानिकों और अधिकारियों को इसके परिणामों की विश्वसनीय जानकारी मिलती है।

आदित्य एल1 मिशन का लॉन्च प्रक्रिया विशेषज्ञ वैज्ञानिकों, अभियंताओं, और अधिकारियों के संगठन, समर्थन, और समर्पण का परिचायक होगा। यह स्थायी रूप से भारतीय अंतरिक्ष क्षेत्र को एक नए स्तर पर ले जाने के लिए एक बड़ी पहल है, जो हमें सौर व्यवस्था की बेहतर

समझ और अनुसंधान में आगे बढ़ने में मदद करेगा। वैज्ञानिक अध्ययन और डेटा विश्लेषण:

लॉन्च के बाद, आदित्य एल1 मिशन से प्राप्त होने वाले डेटा का विश्लेषण वैज्ञानिकों द्वारा किया जाएगा।

यह डेटा वैज्ञानिक समुदाय को सूर्यमंडल की संरचना, तापमान, और अन्य विशेषज्ञताओं में नई जानकारी प्रदान करेगा।

अंतरिक्ष योजनाओं का प्रोत्साहन:

आदित्य एल1 मिशन के सफल होने से आगे के अंतरिक्ष योजनाओं के लिए प्रोत्साहन मिलेगा।

इससे और अधिक मैपिंग, अनुसंधान, और वैज्ञानिक प्रयासों को समर्थन मिलेगा।

जनसंबंध और साझेदारी:

इसरो इस मिशन के माध्यम से जनसंबंध को बढ़ाने के लिए भी प्रयासरत है।

व्यापक रूप से जनता को इस मिशन के महत्वपूर्णता और उपलब्धियों के बारे में जागरूक करने के लिए विभिन्न साधनों का उपयोग किया जा रहा है।

विज्ञानिक समुदाय का समर्थन:

इसरो इस मिशन के सफलता में विज्ञानिक समुदाय को समर्थन और प्रेरणा प्रदान करने के लिए समर्थ है।

इससे आगे के वैज्ञानिक प्रयासों के लिए भी एक मानक स्थापित होगा।

समाज में अच्छे विज्ञानिक क्षेत्र की बढ़ती पहचान:

आदित्य एल1 मिशन से आगे, भारत में विज्ञानिकों का सम्मान बढ़ेगा और विज्ञान क्षेत्र में और भी अच्छे परिणामों की प्राप्ति के लिए प्रेरित करेगा।

इस प्रकार, आदित्य एल1 मिशन का पूरा लॉन्च प्रक्रिया एक विशेषज्ञ, समर्पित, और समृद्धि से भरा हुआ प्रयास है जो भारतीय अंतरिक्ष अनुसंधान को नए ऊचाइयों तक पहुंचाने में सक्षम है।

वेद-पुराण में परिभाषित है संयम और नैतिकता का महत्व

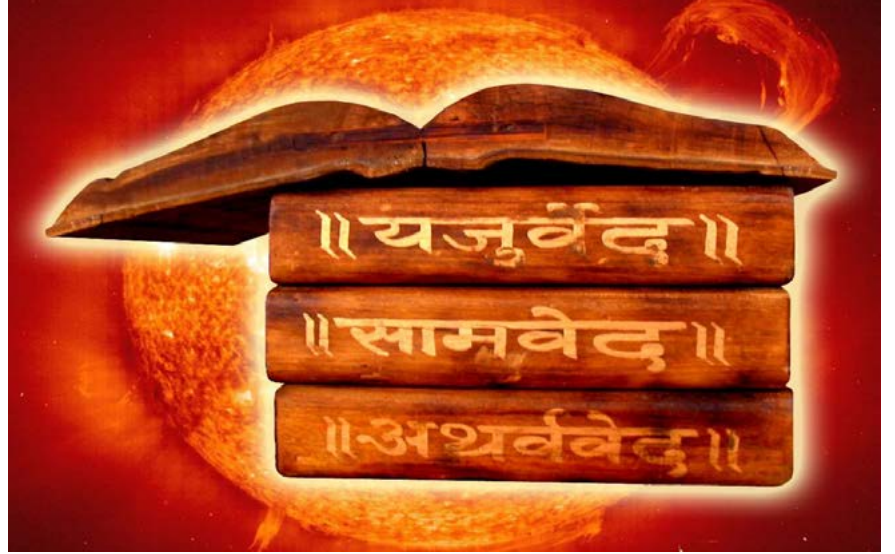


गोवर्धन दास बिन्नाजी 'राजा बाबू'

बीकानेर, राजस्थान

वैदिक काल से लेकर आज तक हमारे ऋषि मुनि, शिक्षक, माता-पिता सभी आशीर्वाद देने के साथ साथ अपने सारे कार्य जीवन पर्यन्त संयम और नैतिकता अपनाते हुये करते रहने की सलाह देते हैं क्योंकि संयम और नैतिकता के बूते ही जीवन सुखमय तो होता ही है साथ साथ सम्मानजनक भी। जैसा आप सभी जानते हैं कि विलासिता से अनेक अवगुण स्वतः ही अपने आप विकसित हो जाते हैं और इनसे बचने के लिये संयम ही एक कारगर हथियार है। लेकिन हमें सुख जितना पसन्द है उतना संयम नहीं क्योंकि संयम के चलते हमें अपने व्यवहार पर नियंत्रण, वाणी पर नियंत्रण, इच्छाओं पर नियंत्रण अर्थात् क्रोध, लालच, द्वेष, मोह, अभिमान आदि मन की अवांछित भावनाओं पर नियंत्रण के लिये प्रयासरत रहना होगा। यदि ऊपर वर्णित में से हम किसी एक को अपनाने के लिये दृढ़ प्रतिज्ञ होते हैं तो बाकी सब भी हमारे में स्वतः विकसित होने लगेंगे क्योंकि हमारा संतुलित अवस्था में रहने से संयम की पालना शुरू हो जाती है। इसलिये ही बताया गया है कि मन का संतुलित अवस्था में रहना ही संयम है।

उपरोक्त तथ्यों से यह माना जा सकता है कि संयम से हमारी सोच सकारात्मक होगी ही। फलस्वरूप हमारे में बल व बुद्धि की वृद्धि होगी क्योंकि जब हम प्रसन्नचित रहते हैं तो हमें अपने आप अंदरूनी ताकत मिलती



है।

यह तो ज्ञात हो गया कि, संयम से अपार खुशियाँ व सुख सुलभ होता है लेकिन अब सवाल यह कि, संयम कैसे विकसित करें ? इसलिए सबसे पहले यह समझ लें कि, इन्द्रिय संयम से ब्रह्मचर्य विकसित होगा, वहीं वाणी के संयम से विद्वता झलकेगी और मन का संयम दोनों में सामंजस्य बैठाने में सहायक होगा, परन्तु जीवन सब तरह से सुखमय तो तभी होगा, जब हम नैतिक शिक्षा अनुसार आचरण करेंगे। इसलिए, नैतिक मूल्यों को ध्यान में रख हमें अपने आचरण में संयम बरतते हुए जीवन जीना होगा।

ध्यानार्थ कि, नैतिकता का प्रथम उद्देश्य अपने निजी हित के स्थान पर समाज के कल्याण को अधिक महत्व देना माना गया है। इसलिए, संयम और नैतिकता के चलते मनुष्य के स्वाभाविक विकार दूर होते हैं। इसके चलते मनुष्य क्षीर, गम्भीर बनता है और निर्णय लेने में गलती की सम्भावना बहुत ही कम होती है, बल्कि हम कह सकते हैं कि

गलती हो पाना मुमकिन ही नहीं है।

ऊपर वर्णित से यह स्पष्ट है कि जबसे हम अपने निजी हित के स्थान पर समाज के कल्याण को अधिक महत्व देना शुरू कर देंगे तब हम जीवन में सादगी, संयम, अनावश्यक खर्चों पर नियंत्रण कर पाने में सफल हो सकेंगे जिसके फलस्वरूप हम सद्कार्य के लिये आवश्यकता के समय पर जो भी संभव हो, जितना भी संभव हो दे पायेंगे। इस तथ्य को प्रमाणित करने के लिये आप सभी प्रबुद्ध पाठकों के लिये कुछ निम्न ऐतिहासिक साक्ष्य प्रस्तुत है -

1] राजस्थान राजपूतानी शौर्य भूमि बीकानेर के मूल निवासी वैश्य अमर चंद बांठिया जी की कीर्ति से प्रभावित होकर ग्वालियर की तत्कालीन सिंधिया रियासत के महाराज ने उनको राजकोष का कोषाध्यक्ष बनाया था। उस समय ग्वालियर का गंगाजली खजाना की जानकारी केवल चुनिन्दा लोगों को ही थी। बांठिया जी भी उनमें से एक थे। यहाँ यह बात गौर करने की है कि उस समय

के चलन के मुताबिक गंगाजली खजाना से कोई भी कुछ भी निकाल ही नहीं सकता था फलस्वरूप खजाने की सदैव वृद्धि होती रही।

1857 का स्वातंत्र्य समर के समय झांसी की महारानी लक्ष्मीबाई अपने योग्य सेनानायक राव साहब, तात्या टोपे और रानी बैजाबाई एवं अपने सैन्य बल के साथ अंग्रेजों से लोहा लेते हुये ग्वालियर को अपने अधिकार में ले, अंग्रेजों के सहयोगी शासक को वहां से हटने को विवश तो कर दिया था, किन्तु उनकी सेना को कई महीनों से न तो वेतन प्राप्त हुआ था और न ही उनके भोजन आदि की समुचित व्यवस्था हो पा रही थी अर्थात् अर्थाभाव के कारण स्वाधीनता समर दम तोड़ता दिखाई दे रहा था। इस स्थिति को समझते हुये बाँठिया जी ने अपनी जान की परवाह न कर महारानी लक्ष्मीबाई को अपनी सारी जमा पूँजी तो समर्पित की ही साथ ही ग्वालियर का राजकोष भी उनके सुपुर्द कर दिया। यह धनराशि उन्होंने ८ जून 1८५८ को उपलब्ध कराई। उनकी मदद के बल पर वीरगंगा लक्ष्मीबाई दुश्मनों के छक्के छुड़ाने में सफल रहीं थी।

2] एक मराठा सैनिक आपा गंगाधर ने 800 साल पहले पुरानी दिल्ली के चाँदनी चौक क्षेत्र में प्रसिद्ध गौरी शंकर मंदिर निर्मित किया गया था। एक बार एक बड़े वैश्य व्यापारी लाला भागमल जी को पता चला कि क्रूर, निर्दयी औरंगजेब ने इस मंदिर को तोड़ने का आदेश अपने सिपाहियों को दिया है तो उन्होंने औरंगजेब से सीधा सीधा पूछा : बताइये तुझे कितना जजिया कर चाहिए ??? कीमत बोलिये, लेकिन मन्दिर को कोई हाथ नहीं लगाएगा, मन्दिर की घण्टी बजनी बन्द नहीं होगी !!

कहते हैं इसके जबाब में उस वक्रत औरंगजेब ने औसत जजिया कर से 100 गुना ज्यादा जजिया कर, हर महीने माँगा था। और वैश्य व्यापारी लाला भागमल जी बिना माथे पर शिकन लाये हर महीने उतना जजिया कर औरंगजेब को दान के रूप में दिया था। इस तरह वैश्य व्यापारी लाला भागमल जी ने उन आततायी से मन्दिर को बचाया यानि मन्दिर को छूने नहीं दिया। इस घटना के

कई दशक बाद इसी गौरी-शंकर मंदिर का जीर्णोद्धार सेठ जयपुरिया नाम के शिव भक्त ने 1959 में कराया था। इस तरह मराठा सैनिक आपा गंगाधर के समय से लेकर आज तक मन्दिर की घण्टियाँ ज्यों की त्यों बज रही हैं।

3] सरहिंद के नवाब वजीर खां ने गुरु गोबिंद सिंह जी के दो पुत्रों को दीवार में चिनवाने के बाद उनके अर्थात् दोनों साहिबजादों व दादी माँ, जो 6 पूस से 13 पूस तक तदनुसार 21 दिसम्बर से 27 दिसम्बर वाले 7 दिनों में शहीद हुये, के पार्थिव शरीरों को अंतिम संस्कार के लिए जगह नहीं दे रहा था। तब वैश्य व्यापारी टोडरमलजी ने उन तीनों महान विभूतियों का अंतिम संस्कार के लिए सिर्फ 4 वर्ग मीटर स्थान 78000 हजार सोने के सिक्के जमीन पर खड़े कर वह जगह मुगल सल्तनत से खरीद स्वयं ही उन तीनों महान विभूतियों का अंतिम संस्कार अपनी पत्नी के सहयोग से फतेहगढ़ साहिब में सम्पन्न किया था।

4] हल्दी घाटी के युद्ध में पराजित पराक्रमी महाराणा प्रताप जब अपने परिवार के साथ जंगलों में भटक रहे थे तब दानवीर वैश्य भामाशाह मातृ-भूमि की रक्षा के लिए महाराणा प्रताप के लक्ष्य को सर्वोपरि मानते हुए अपनी सम्पूर्ण धन-संपदा अर्पित कर दी। जिसके चलते महाराणा प्रताप में नया उत्साह उत्पन्न हुआ और उन्होंने पुनः सैन्य शक्ति संगठित कर मुगल शासकों को पराजित कर फिर से मेवाड़ का राज्य प्राप्त कर लिया था।

महाराणा प्रताप जी भी जब महल छोड़कर जंगल चले गए थे, व उन्हें अकबर के विरुद्ध नई सेना का गठन करना था, उस समय भी बनिया समाज के श्री भामाशाह जी ने अकूत धनराशि से महाराणा प्रताप जी को भरपूर सहयोग किया था। ऐसे विरल दानवीर वैश्य भामाशाह के लिये ही निम्न पंक्तियाँ कही गयीं थी -

वह धन्य देश की माटी है, जिसमें भामा सा लाल पला। उस दानवीर की यश गाथा को, मेट सका क्या काल भला ॥

5] इसी तरह सामान्य लेखक के रूप में

अपना जीवन शुरू करने वाले वैश्य राजा टोडरमलजी (इनको 21 वर्ष की उम्र में बादशाह शाहजहाँ ने 'राजा' की उपाधि से नवाजा था) ने पंडित नारायण भट्ट की प्रेरणा से उत्तर प्रदेश के वाराणसी शहर स्थित भगवान शिवजी अर्थात् काशी विश्वनाथ मंदिर, जिसे वर्ष 1447 में इसे जौनपुर के सुल्तान महमूद शाह ने तुड़वा दिया था, को 1585 में पुनःनिर्माण करवा सनातन धर्म रक्षार्थ एक उत्कृष्ट उदाहरण प्रस्तुत किया।

इसी क्रम में यह भी बताना चाहूँगा कि प्रायः प्रायः सभी तीर्थ स्थानों में आपको किसी भी वैश्य द्वारा स्थापित धर्मशाला मिलेगी ही। हाल ही के वर्षों में वैश्य समाज अस्पताल, विद्यालय, विश्वविद्यालय वगैरह भी छोटे से छोटे जगह पर स्थापित किये जा रहे हैं। इन सब कारणों से हम कह सकते हैं कि वैश्य समाज धर्म कर्म, समाज कल्याण के साथ साथ राष्ट्र उन्नति के लिये कुछ भी करने को सदैव तत्पर रहते हैं क्योंकि उनके जिन्दगी जीने के मापदण्ड कुछ इस प्रकार होते हैं -

जिन्हें सेवा की धुन हो, कुछ अलग होते हैं दुनिया में।

उन्हें तकलीफ पाकर भी, बहुत सुकून मिलता है ॥

सार यही है कि, संयम और नैतिकता के मिश्रण से नश्वर शरीर के मौज-मस्ती में फालतू खर्च न कर मितव्ययिता बरत सेवा, दान, उत्सव, देशहित में सदा अग्रणी भूमिका निभाने के साथ साथ क्षमा, आत्म-नियंत्रण, चोरी न करना, पवित्रता, इन्द्रिय-संयम, बुद्धि, विद्या, सत्य, धैर्य, क्रोध न करना जैसे गुण स्वतः ही विकसित होंगे। अर्थात् सब पर दया करना, कभी झूठ नहीं बोलना, बड़ों का आदर करना, दुर्बलों को तंग न करना, चोरी न करना, हत्या जैसा कार्य न करना, सच बोलना, सबको समान समझते हुए उनसे प्रेम करना, सबकी मदद करना, किसी की बुराई न करना आदि कार्य अपनाते हुए जब हम जीवन जीते हैं, तो समाज में सम्मान पाते हैं और परोक्ष रूप से हम जहाँ भी रहेंगे, हमेशा भारत का गौरव बढ़ाते ही रहेंगे।

चुनाव से पहले



मुकेश कुमार शर्मा

'चिंतामणी'

जंगल प्रदेश में भेड़िया चुनाव में खड़े हैं उम्मीदवार रूप में। उनकी गुफा के भीतर बाहर जो विभिन्न जानवरों की चूसी हुई हड्डियों जखीरा है हटाया जा रहा है। विभिन्न महान हस्तियों की तस्वीरें लगाई जा रही हैं। गुफा की रंगाई पुताई हो रही है, चुनाव छिड़का जा रहा है।

कुबड़ा सियार- सर, (भेड़िया जी से) आप जब प्रवचन भाषण के लिए जब जबड़ा चियारते हैं तो आप के काले दांत खून लगे दांत माहौल बिगाड़ देते हैं। कृपया एक डेंटल बुला कर कुछ दिनों के लिए दाँतों की पेन्ट पॉलिश करा लें बड़ा ठीक रहेगा। भेड़िया भाई-कहता तो तू ठीक है रे! जरा शीशा तो देना रे। (शीशा (दर्पण) में देखने के बाद) कुबड़े जब तू डेंटिस्ट बुलाने जाना तो चमड़ी रंगरेज को भी बुला लाना रे। ये शरीर पर नाखून व चाकूबाजी के जो धब्बे हैं ये भी तो नहीं दिखना मांगता है रे।

कुबड़ा सियार - जी भेड़िया भाई। भेड़िया भाई एक चीज और है। भेड़िया भाई - क्या है रे ! बस यही बात है भाई आप अपनी भाषा में थोड़ा मिठास घोलिये, थोड़ा नरम होकर बोलिए नहीं तो डगर बड़ी कठिन होगी। भेड़िया भाई -जी कुबड़ा जी सही मांगता है। कु० सियार - ये बम्बईया टपोरी भी नहीं चलेगी। शुद्ध शालीन हिंदी में वार्तालाप करें। और सर एक बात और है ये जो परिपाटी है न कुछ दिन बंद कर दीजिये। समर्थकों को समझा दीजिये। भेड़िया भाई - जी सियार जी और कुछ ?

कुबड़ा सियार - मेरे हिसाब से चुनाव निपटने तक कुछ भजन कीर्तन वगैरह होना चाहिए। भक्ति सीडी, डीवीडी आदि बजना चाहिए। रंगीनबाजी कुछ दिन नहीं चलेगी। भेड़िया भाई - बड़ा सुन्दर विचार है। कोई जानने वाला डी० जे० वाला हो तो उठा लाओ उसे। मा। मा।..... मतलब आदर से बुला लाओ जो खर्चा पानी होगा देख लेंगे। कु० सियार - जी ठीक है जाता हूँ। (कु० सियार प्रस्थान करता है। थोड़ी ही देर बाद वापस आता है। हांफता हुआ।) कु० सियार - सर, वो बाहर कुछ हिरन लोग आए हैं संकोच कर रहे हैं परन्तु आपसे मिलने आए हैं। कुछ समस्या है उनकी। भेड़िया भाई - अरे.... बेडा गर्क हो गया। लग्गू (लकड़बग्घा) गया था पीला कपडा, जनेऊ व माला लेने आया की नहीं। (तभी भाग्य से लग्गू दौड़ता हुआ आता है।) लग्गू - ले आया भाई जी ले आया। भेड़िया भाई - पहनाओ मुझे, जल्दी - जल्दी पहनाओ। (जनेऊ व पीला वस्त्र पहनाया जाता है।) भेड़िया भाई - लाल टिका भी तो लगाओ। (लाल टिका भी लगाया जाता है।)

भेड़िया भाई - लग्गू अब अपना काम हो गया अब आप जाएं मेरा नाश्ता ले आए कुबड़ा जी आप जाएं और उनको बुला लाएं तब तक मैं आसन पर बैठता हूँ (कुबड़ा जी जाते हैं थोड़ी देर बाद तीन हिरण के साथ वापस आते हैं)

कुबड़ा सियार - सर यह तीनों लोग हिरण बिरादरी के मान्य प्रतिनिधि हैं आपसे कुछ वार्तालाप करना चाहते हैं आप इन लोगों से मिलिए तब तक मैं बाजार जा रहा हूँ (सियार चला जाता है)

भेड़िया भाई - अरे भाई आप लोग खड़े क्यों हैं आसन ग्रहण कीजिए कुछ जलपान

वगैरा ग्रहण कीजिए (आवाज लगाते हुए) अरे लग्गू वह गुटखट्टू बंदर फल लेने गया था आया कि नहीं

लग्गू - लाया है भाई जी टोकरा भरकर फल लाया है भेड़िया भाई - अरे तो ले आओ ऐसा सेवा सौभाग्य बार-बार नहीं आता है भाई (लग्गू सभी लोग फल खाते हैं) एक हिरण - भेड़िया भाई आप भी तो लीजिए भेड़िया भाई - आप लोग खाएं मैं तो खाता ही रहता हूँ अब मैं पहले जैसा नहीं रहा दीक्षा ले ली है अब आप लोगों के बीच रहना है तो अलग परिपाटी कैसे चलेगी, कहा भी गया है जैसा देश वेसा भेष दूसरा हिरण - बड़ा ही सुंदर विचार है आपका भाई लोग तो नाहक की आपसे डर रहे थे (तभी लग्गू लकड़बग्घा आता है) लग्गू -) सर नाश्ता तैयार है सर आज वह मुर्गियां नहीं मिली तो बत्तख ही पकड़ कर भूज दिया जैसे बत्तख भी बहुत टेस्टी होती है सर . तीनों हिरण भेड़िया भाई वह लग्गू एक दूसरे का मुंह देखने लगते हैं माहौल में सन्नाटा पसर जाता है हिरण लोग के हाथ पैर कांपने लगते हैं, भेड़िया भाई हिरण को तो हिरण लोग भेड़िया भाई को देखते रह जाते हैं

भेड़िया भाई - लग्गू जी इधर आना, लग्गू जैसे ही पास में जाता है तभी तडाक तडाक दो ही लपेटे में लग्गू के सारे दांत बाहर आ जाते हैं

भेड़िया भाई -(हंसते हुए) इलाज है यह इलाज, पिछले महीने इसका दिमाग खराब हो गया था डॉक्टर हाथी ने डिस्चार्ज करते समय कहा था कि अब की याददाश्त जाए तो दो-तीन खींचकर मार देना आप तो बिल्कुल मत डरिए यह तो इलाज का हिस्सा है लग्गू..... क्रमशः



मानवीय संवेदनाओं का चित्रण कहानी-संग्रह 'वो मिले फेसबुक पर'

जब जुपिन्द्रजीत सिंह का कहानी-संग्रह 'वो मिले फेसबुक पर' मेरे हाथों में आया तो बस पढ़ता ही चला गया। उनकी कहानियाँ मन-मस्तिष्क को झिंझोड़ती ही नहीं, बल्कि मस्तिष्क में अपने लिए एक कोना स्वयं ही तलाश कर जगह बना लेती हैं। साथ ही पाठक को सोचने पर विवश कर देती हैं और एक सामाजिक संदेश उन कहानियों में होता है। जीवन के विभिन्न उतार-चढ़ावों को लेखक ने बहुत ही सलीके से तराशा है। उनके पात्र अपने इर्द-गिर्द के ही महसूस होते हैं। कहानी का शीर्षक 'वो मिले फेसबुक पर' अपने आप में बहुत कुछ कह जाता है। आवरण पृष्ठ की साज-सज्जा आकर्षक है।

मानवीय संवेदनाओं और पुष्प को चित्रित करता आवरण पृष्ठ कहानी-संग्रह के बारे में बड़ी खामोशी से बहुत कुछ कह जाता है, बस हमें ध्यान से देखने की जरूरत भर है उसे। जुपिन्द्रजीत सिंह का यह कहानी-संग्रह 'वो मिले फेसबुक पर' अपने आप में एक अद्भुत रचना है। जिस समाज में आज झूठ का ज्यादा बोलबाला है, उस समाज में लेखक ने सच का दीया हाथ में लेकर समाज को एक नई दिशा दिखाने का सफल प्रयास किया है। 36 कहानी रूपी पंखुडियों में सिमटा 'वो मिले फेसबुक पर' अपनी खुशबू से पाठकों को महकाता है ही, साथ ही वेदना को बखूबी बयाँ कर जाता है। 192 पृष्ठों का कहानी-संग्रह अपनी बात प्रभावशाली ढंग से कहने में पूरी तरह सफल है। पहली कहानी 'एक छोटी सी प्रेम कथा' एक मर्मस्पर्शी कहानी है। यह प्रगतिशील सोच का प्रतिनिधित्व करती है। कहानी 'विस्थापित' दिल को छू जाती है, विकास के नाम पर मनुष्य ही नहीं अपितु वृक्षों पक्षियों के विस्थापन के दर्द का अहसास होता है।

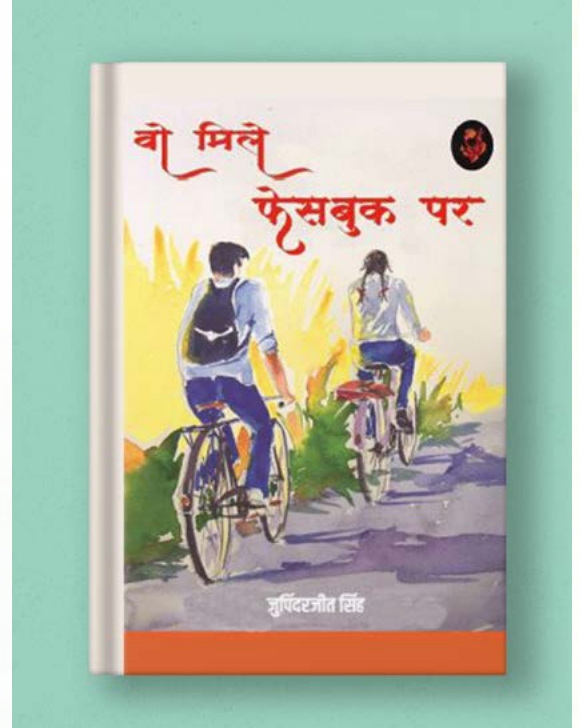
कहानी 'बस शान्ति बची रहे', नियंत्रण रेखा पर शतरंज सहित कहानी-संग्रह की समस्त कहानियाँ बेहद खूबसूरत और संदेश देने वाली हैं। लेखक ने कहानियों के माध्यम से समाज की सोच में बदलाव लाने का प्रयास किया है, वह प्रशंसनीय है। कहानी-संग्रह 'वो मिले फेसबुक पर' की भाषा सरल तो है ही, वाक्यों की रचना भी काफी सशक्त है, जो अपनी बात कहने का पूरा दमखम रखते हैं।

मस्तिष्क के प्रत्येक खांचे में जुपिन्द्रजीत सिंह जी की एक-एक कहानी इस प्रकार समा जाती है, जैसा कि उस पात्र को अपने आस-पास या बिल्कुल करीब से देखा हो, यह उनकी कहानियों की सबसे बड़ी विशेषता है। अंत में इतना ही कहना चाहूँगा कहानी-संग्रह 'वो मिले फेसबुक पर' पाठकों को एक बार अपनी 'सोच' को सोचने को विवश जरूर करेगा।

समीक्षक- सुरेन्द्र अग्निहोत्री

ए-305, ओ.सी.आर. बिल्डिंग, विधानसभा मार्ग, लखनऊ-228001

मो.: 9415508695



पुस्तक- वो मिले फेसबुक पर

लेखक -जुपिन्द्रजीत सिंह

प्रकाशक - शतरंग प्रकाशन, स्टेशन रोड, लखनऊ

मूल्य - 350 रुपये

प्यार स्नेह और रिश्ते



सुनील कुमार माथुर

जोधपुर, राजस्थान



जैसे रोगी ठीक होने के लिए कडवी से कडवी दवा लेने को तैयार हो जाता है, ठीक उसी तरह से स्वस्थ और मस्त जीवन व्यतीत करने के लिए व्यक्ति को हर वक़्त हंसते मुस्कुराते रहना चाहिए अपने जीवन की कमाई को भौतिक सुख सुविधाओं को पाने में ही बर्बाद नहीं करना चाहिए अपितु इसे परोपकार के कार्यों में लगाये, ताकि जीवन संवर सके और किसी जरूरतमंद के जीवन को संवारने में अपनी भागीदारी निभा सकें ।

सुनील कुमार माथुर जोधपुर राजस्थान
रिश्तों में प्यार कम हो तो चल सकता है, लेकिन भरोसा कम नहीं होना चाहिए । रिश्तों में हम शब्द का होना नितांत आवश्यक है इसमें मैं मैं हूँ व तुम तुम हो नहीं होना चाहिए । रिश्तें हमेशा मजबूत बने रहने चाहिए । जिंदगी में एंजोय भी करें और साथ ही साथ अपनी जिम्मेदारियों को भी बखूबी निभाया जायें । चूंकि जिम्मेदारियों से भागना एक तरह की कायरता ही है । जो जिंदगी में बखूबी जिम्मेदारियों को निभाता है वही जीवन में सफलता की मंजिल को हासिल कर पाता है ।

गलतियों को कभी भी न छिपायें

जीवन में गलतियां हर किसी से होती है । इसलिए कभी भी गलतियों को न छिपायें । अपितु उन्हें सुधारते हुए सबक लें । अपनी गलती कभी भी किसी दूसरे पर न थोपें । जो अपनी गलती को सुधारता है, वही तो जीवन में आगे बढ़ पाता है । कभी भी किसी का विश्वास व भरोसा न तोड़े । चूंकि यहीं तो हमारी सबसे बड़ी पूंजी है ।

सुन्दर गुलदस्ते की तरह

यह शरीर तो एक सुंदर गुलदस्ते की तरह महकते रहना चाहिए । जहां प्यार रूपी जल हो, ममता, स्नेह, धैर्य, सहनशीलता जैसी खाद हो, वात्सल्य जैसी हवा हो चिंतन मनन (कभी धूप तो कभी छांव) जैसी धूप हो फिर देखिए जीवन रूपी यह गुलदस्ता अपनी मधुर व भीनी भीनी खूशबू कैसे सर्वत्र फैला कर रिश्तों की डोर को मजबूती से थामती है व सभी रिश्तों को प्रगाढ़ बनाती है । चाहे वे रिश्ते भाई बहन के हो, चाहे पिता पुत्र के हो, चाहे भाई भाई के हो, पति पत्नी के बीच के हो, मित्रों के संग हो, पड़ोसी के संग हो और अन्य समाज बंधुओं के संग भी क्यों न हो, उसमें सदैव मिठास ही नजर आयेगी । कडवाहट की कोई भी गुंजाइश नहीं रहेगी

जहां रिश्तों में मिठास होती है वहीं तो रिश्ते मजबूती के संग आगे बढ़ते हैं । रिश्तें जितने पुराने होते हैं, उतने ही वटवृक्ष की भांति मजबूत होते हैं । उनकी हर डाल में (परिवार के सदस्यों में) मजबूती और अपनापन होता है । प्रेम की डोर खभी भी टूटने न पायें । इस बात का पूरा ध्यान रखें । जहां प्रेम पनपता है वहीं रिश्तें पनपते हैं ।

झूठ का सहारा न लें

जीवन में कभी भी झूठ का सहारा न लें। चूँकि एक झूठ को छिपाने के लिए सौ झूठ बोलने पड़ते हैं। जो न्याय संगत बात नहीं है। झूठ झूठ ही होता है और सच सच ही होता है। इतना ही नहीं झूठ को कभी न कभी सामने आना ही पड़ता है। चूँकि सत्य के सामने झूठ कभी भी अधिक दिनों तक नहीं छिप सकता। इसलिए झूठ से सदैव बचे व सत्य के मार्ग पर चल कर जीवन को महकायें।

अहंकार गर्म अंगारे की भांति हैं

हमेशा अपने से छोटों को आशीर्वाद देकर उनका सही मार्गदर्शन करें ताकि वे जीवन की सही राह से न भटके। जीवन में हर वक्त हंसते मुस्कुराते रहना चाहिए ताकि जीवन किसी भी प्रकार से बोझ न लगे जीवन में कभी भी अहंकार न करें। चूँकि अहंकार गर्म अंगारे की भांति होता है जो हमारे अमूल्य जीवन को जलाकर भस्म कर देता है। अतः घमंड व अहंकार से दूर रहे व उन्हें अपने पास भटकने तक न दें।

जीवन में मिलनसारिता रखें

जीवन तो ऐसा जिएं जहां सुख, शांति और समृद्धि हर वक्त बनी रहे। जीवन में मिलनसारिता रखें न कि गुंडागर्दी। मिलनसारिता से ही जीवन संवरता है और महकता है व इसकी महक दूर दूर तक महसूस की जा सकती है। कहने का तात्पर्य यह है कि जीवन जीओं शान से और पानी पियें छान कर।

अपना गुस्सा व क्रोध कभी भी किसी पर न उतारें। अपितु इन पर नियंत्रण रखें। जहां बात बात में क्रोध व गुस्सा आता है, वहीं विनाश व पतन आरंभ हो जाता है। अतः इससे बच कर रहें।

अपने वायदें पर गये उतरे

खभी भी अपनी दोस्ती व अपना वायदा न तोड़े। अपितु उन पर सदैव खरे उतरे। तभी इनकी नींव मजबूत होती चली जायेगी। फिर भले ही कोई उस मजबूत नींव पर या दीवार पर कितना भी भारी नफरत का हथौड़ा ही क्यों न मारे, वह नींव एवं दीवार कभी भी



टूट नहीं पायेगी। चूँकि प्रेम व स्नेह में इतनी ताकत होती है कि वे जितने पुराने होते हैं उतने ही मजबूत होते हैं। बस मजबूती को बनाए रखने की कला आनी चाहिए।

जैसे रोगी ठीक होने के लिए कडवी से कडवी दवा लेने को तैयार हो जाता है, ठीक उसी तरह से स्वस्थ और मस्त जीवन व्यतीत करने के लिए व्यक्ति को हर वक्त हंसते मुस्कुराते रहना चाहिए अपने जीवन की कमाई को भौतिक सुख सुविधाओं को पाने में ही बर्बाद नहीं करना चाहिए अपितु इसे परोपकार के कार्यों में लगाये, ताकि जीवन संवर सके और किसी जरूरतमंद के जीवन को संवारने में अपनी भागीदारी निभा सकें। यह तभी संभव हो सकता है जब हमारी सोच सकारात्मक होगी व हमारे मन में कुछ नया कर गुजरने की भावना हो।

आंसू अनमोल हैं

परमात्मा द्वारा दी गई इस जिंदगी को आराम से जिएं। हंसते-हंसते जिएं। कभी भी आंखों में आंसू न आये। इस बात का पूरा ध्यान रखें। चूँकि हमारी आंखों के आंसू भी अनमोल हैं। ईन्हें यूँ ही न बहाएं दुःख सुख का क्या कहना। ये तो जीवन में हर रोज आते ही रहते हैं। अगर हम बात बात में आंसू बहाते रहेगे तो फिर इन अनमोल आंसुओं की कोई भी परवाह नहीं करेगा। ये

अनमोल है और फिर इन्हें अनमोल ही रहने दीजिए।

कभी कोई कडवी बात कह भी दे तो उसे कडवी दवा समझ कर पी ले। उदास, हताश व निराश न हों। अन्यथा लोग हमें जीने नहीं देंगे। हम दिन में चाय क ई बार पीते हैं, मगर फिर भी उसका स्वाद हर बार अलग ही होता है, एक सा कभी नहीं ठीक उसी प्रकार जीवन हमेशा एक सा नहीं रहता है जीवन में उतार चढ़ाव व कठिनाईयां आती ही रहती हैं।

लेकिन जो इन्हें हंसते-हंसते पार कर लें वही महान कहलाता है। जीवन में सफलता हमेशा उसी को मिलती है जो विपरीत व कठिन परिस्थितियों में भी अपनी सूझबूझ से सही राह निकाल लेते हैं। अतः घबराकर नहीं वरन् बहादुरी, निर्भिकता, निडरता के साथ जीवन व्यतीत करें।

सवरे जब भी उठे तब ईश्वर को धन्यवाद दे कि आज का दिन भी आराम से हंसते-हंसते निकाल दीजिए। हम इस धरती पर हैं तब तक तो प्रेम से रहे इस जीवन का कोई भरोसा नहीं कि कब इस दीपक की लौ बुझ जाये और हम यह नश्वर संसार छोड़ कर चले जाये।

साक्षात्कार - आज के दौर में!



श्यामल बिहारी महतो

बोकारो, झारखंड

नमस्कार सर

पाठकों से आपकी भेंट करवाने में हमारी पत्रिका हार्दिक हर्ष का अनुभव कर रही है। साहित्यिक सेवाओं में आपकी कलम निरंतर समाज में जागृति लाने का प्रयास कर रही है।

हम आपका साक्षात्कार मंच पर स्वागत करते हैं।

1. सर, सबसे पहले हम आप के जीवन परिचय, परिवार तथा वर्तमान पद के बारे में जानना चाहेंगे।

मैं श्यामल बिहारी महतो - ' मैं एक छोटे किसान परिवार से हूँ। कुडमि बहुल एक गांव मुंगो में मेरा जन्म 1969 को हुआ था। बोकारो, झारखंड से आता हूँ। शिक्षा स्नातक तक हुई है। मां की आकस्मिक मौत के बाद आगे की पढ़ाई रोकनी पड़ी। गृहस्थ जीवन जी रहा हूँ। हम दो भाई एक बहन है। मैं बड़ा हूँ तो जिम्मेदारी भी मेरी बड़ी है। वर्तमान में सी सी एल कंपनी में सर्विस करता हूँ। कोयला मजदूर संगठन से जुड़ा हुआ हूँ।

2. सर आपकी प्रारंभिक शिक्षा कहाँ से हुई ? आपके शैक्षणिक काल में आप का सर्वाधिक रुझान किस ओर था।

मैं - ' मैं बचपन से ही एक फूटबॉलर रहा हूँ। फूटबॉल ही मेरा बचपन का साथी था। प्रारंभिक शिक्षा बड़ी देर से शुरू हुई। गांव में स्कूल था नहीं, पढ़ने के लिए दूसरे गांव में जाना पड़ता था। इस कारण बरसात में टूटते खेत की मेड़ की तरह मेरी पढ़ाई का क्रम भी बीच बीच में टूटता रहता था। बहुत बाद में गांव में

एक प्राइमरी स्कूल खुला पर तब तक उम्र मेरी आगे बढ़ चुकी थी। पढ़ाई से ज्यादा फूटबॉल में मेरा मन रमता था। गांव के फूटबॉल टीम का कप्तान भी मैं ही हुआ करता था। आज जीवन मेरे साथ फूटबॉल खेल रहा है।

3 सर, साहित्य की ओर आपकी रुचि किस प्रकार हुई।

मैं - ' यह एक विचित्र संयोग रहा है। जब मैं हाई स्कूल पहुँचा, तब बाजारू उपन्यासों का भूत सवार था। पाठ्यक्रम की पुस्तकें छोड़, रात रात भर बाजारू उपन्यासों में आंखें फोड़ता रहता था। वेदप्रकाश, प्रेम बाजपेई और गुलशन नंदा का घोर दीवाना था। तभी की बात है स्कूल लाइब्रेरी में एक दिन प्रेमचंद की ' सेवा सदन



' देखा, जुगाड भिड़ा कर उसे पढ़ी, स्वाद एक दम निराला लगा, मन में चस्का बढ़ा, वहीं मुझे गोर्की की ' मां ' भी पढ़ने को मिल गई। यहीं से साहित्य की ओर सफर शुरू हुआ।

4. सर, प्रत्येक व्यक्ति के जीवन की सफलता के पीछे किसी विशेष व्यक्ति का योगदान अवश्य होता है प्रत्यक्ष या परोक्ष किसी भी रूप में। आप किन्हें अपना प्रेरणा स्रोत मानते हैं ?

मैं - ' मेरे जीवन में सफलता असफलता

कभी मुद्दा नहीं रहा है। दास्तान बहुत लंबी है। मेरे जीवन के साथ बहुतों का जीवन जुड़ा हुआ है। हर किसी ने मदद की और हर किसी ने ठोकर भी मारी है। लेकिन मेरे जीवन की सफलता के पीछे प्रत्यक्ष और परोक्ष रूप में मेरी मां की हाथ रही है। मेरी मां अनपढ़ जरूर थी लेकिन दिमाग से सफल थी। कोयला खदान में एक मजदूर थी और वहीं से वह कहानियां भी लेकर आती थी जो अनछुई और अनदेखी होती थी। परिस्थितियों से लड़ना मुझे उसी ने सिखाया थी।

5. सर, आज के युवा या बच्चे जीवन के संघर्षों से बहुत जल्दी हार मान जाते हैं। क्या आप सहमत हैं इस बात से यदि हाँ तो सर क्या सुझाव देना चाहेंगे आप इसके लिए।

मैं - ' हाँ, यह सर्वविदित और सर्वकालिक सच है कि आज के युवा परिस्थितियों के आगे घुटने टेक देते हैं। मेहनत से बेहद घबराते हैं। उनमें धैर्य नहीं होता, बहुत जल्द आपा खो देते हैं और लड़ने की बजाय शार्ट कट रास्ता अपनाते हैं या फिर भाग खड़े होते हैं। बाप दादाओं की विरासत उनसे संभाली नहीं जा रही है। नामी किसान का बेटा दारूबाज निकल रहा है। खेत परती जमीन बंजर होता जा रहा है। आज के युवाओं के पास कोई बड़ा विजन नहीं होता, कारण उनके सपने भी छोटे होते हैं। ऐसे युवाओं से एक ही बात कहना चाहूंगा, जीवन को कोई बड़ा मकसद दें। समाज का सोपान बनने, शाप नहीं।

6. सर, आप की प्रकाशित पुस्तकों का विवरण विस्तृत में जानना चाहेंगे हम

मैं - ' मेरी पहली कहानी 'कीड़े' 1999 में रमेश उपाध्याय की संपादकीय में कथन में जब प्रकाशित हुई थी तब लेखन की गति का पता नहीं था। उसी वर्ष युद्धरत आम आदमी में दूसरी कहानी 'हिल टॉप पर लाश' छपी

फिर पीछे पलट कर नहीं देखा, युद्धरत आम आदमी में संपादक महोदया रमणिका गुप्ता जी 'युवा विशेषांक' निकाल रही थी, कहानी मांगी 'बहेलियों के बीच' काफी चर्चित रही। 2005 तक चौदह पंद्रह कहानियों की एक पांडुलिपि तैयार हो गई 'बहेलियों के बीच' कहानी संग्रह छपवाने के लिए वर्ष 2006 में दिल्ली दौड़ लगाई। सभी छोटे बड़े प्रकाशकों की चौखट पर माथा टेका, कहीं से आशीर्वाद प्राप्त नहीं हुआ। निराश घर वापसी। तभी हंस में एक विज्ञापन पढ़ा। भारतीय ज्ञानपीठ प्रकाशन का 'नव लेखन प्रकाशन' युवा पांडुलिपि प्रतियोगिता थी। उन दिनों भारतीय ज्ञानपीठ प्रकाशन का प्रबंध निदेशक थे मरहूम और आदरणीय प्रभाकर जी। मैंने डाक से अपनी पांडुलिपि प्रतियोगिता में भेज दिया। सप्ताह दिन बाद ही प्रभाकर जी का पत्र मिला आपकी पांडुलिपि 'बहेलियों के बीच' चयनित हो चुकी है, आप एक दो कहानी और भेज दें, तत्काल मैंने एक कहानी 'सही भात' भेज दी। इस तरह भारतीय ज्ञानपीठ से मेरा पहला कहानी संग्रह 'बहेलियों के बीच' 2006 में छप कर आ गई। आज भी रोयाल्टी मिल रहा है। उसके बाद दूसरा कहानी संग्रह 'लतखोर' उपन्यास 'कोयला का फूल' बिजनेस कहानी संग्रह, उबटन कहानी संग्रह, 'पंचनामा' कहानी संग्रह और 'स्वच्छ भारत अभियान' 2023 में कहानी संग्रह प्रकाशित हुआ। अंधेरे का आइना उपन्यास प्रेस में।

7. सर लेखन को करिअर बनाने के विषय में क्या कहना चाहेंगे आप ?

मैं – आज की दौड़ में जीवन बहुत कठिन हो गया है। रफ एंड टफ ! आज साथी को साथ लेकर नहीं, उन्हें लतिया कर ही आगे बढ़ने का फार्मूला लागू है दुनिया में। देख लीजिए आज युवाओं को नौकरियां नहीं मिल रही है। युवा सड़कों पे धक्के खा रहे हैं। चपरासी की नौकरी के लिए डिग्री धारी युवा लाइन पे खड़े हैं। चारों तरफ हताशा है, निराशा हैं। कहीं उम्मीद की कोई किरण दिखाई नहीं देती। हर तरफ चापलूसी है मुफ्तलूसी है। खाई है, राई है। युवा जाए तो कहां जाए। एक अनार सौ बीमार वाली हालत है देश में। ऐसे में युवा अगर लेखन को रोजगार बनाने की सोचें तो उसे

रविश बनना होगा। दुनिया की रेस में शामिल होना होगा। एक अलग पहचान बनानी होगी। अलग हटकर !

8. सर लेखक को अपनी रचनाओं को प्रकाशित करवाने के लिए क्या करना होता है? क्या उन्हें लेखन का उचित पारिश्रमिक पब्लिशिंग हाउस देते हैं? इस विषय पर आप अपने अनुभवों को साझा करें। सर, आज के युवा केवल इसीलिये साहित्य और लेखन से पलायन करते जा रहे हैं क्योंकि इस में भविष्य निश्चित नहीं दिखाई देता है उन्हें ?

मैं – 'लेखक को अपनी रचनाओं को प्रकाशित कराने के वास्ते खूब पापड़ बेलने पड़ते हैं। जैसे नेता वोट के समय दरवाजे दरवाजे हाथ जोड़े फिरते हैं ठीक लेखकों की हालत भी वैसी ही होती है। प्रकाशकों के चौखट को चूमने पड़ते हैं तब कहीं जाकर बात बनती है। कारण आज का लेखन और प्रकाशन दोनों बाजार आधारित होता है। किताबें खूब छप रही हैं। लेकिन पाठक नहीं। बिक्री नहीं है। काहे तो दाम बहुत है। फिर भी किताबें धड़ल्ले से छप रही हैं। लेखक खुश है कि उसकी किताब छप रही है, प्रकाशक खुश है कि नये लेखक है रोयाल्टी नहीं देनी होगी। अब नये लेखकों को सोचना चाहिए कि वो खेती बाड़ी करेगा कि एक किताब छपवा कर लेखक होने की खुशफहमी पाले रहेगा।

9. सर जीवन कभी भी समतल भूमि की तरह नहीं होता इसमें कई उतार चढ़ाव आते हैं, सर आपके जीवन के अविस्मरणीय पल, यदि आप हमारे पाठकों से साझा करेंगे तो हमें बहुत अच्छा लगेगा।

मैं – जैसा कि मैंने ऊपर कह चुका हूँ कि जीवन आज बहुत जटिल हो चुका है। आदमी सोचता कुछ है, परन्तु हो कुछ और जाता है। आज सोच के हिसाब से जीवन नहीं चल रहा है। मेरे जीवन के साथ भी ऐसा हादसा हो चुका है। यह मेरे जीवन का सबसे कठिन दौर था। एक अविस्मरणीय पल था जो आज भी भुला नहीं जाता। बोकरो रेफरल अस्पताल की वो काली रात। घायल मां अस्पताल में भर्ती थी।

और रात के बारह सवा बारह बज रहा था। अचानक डॉक्टर अपने चैम्बर में बुला कर कहता है 'तीन यूनिट ब्लड की व्यवस्था करो, आपकी मां की हालत गंभीर है..!'

बहुत मुश्किल घड़ी थी। मैं अस्पताल में अकेला था। न भाई न बाप। मां की सलामती के लिए रात भर करता रहा जाप! रोता रहा, रोता रहा !

जन्म के साथ ही कबीर का संघर्ष शुरू हो गया था। कुछ वैसा ही जीवन हमने भी पाया था। मेरे जीवन में उतार चढ़ाव होते रहे। समतल मैदान में चलने का सौभाग्य कभी नहीं मिला। पैसे के अभाव में पढ़ाई कभी रूक जाती तो ठेका मजदूर बन फिर उसे चालू करता। किसी तरह ठेल ठाल कर मैट्रिक तक पहुंचाया। पर जब परीक्षा लिखने की बारी आई तो मैट्रिक पास करने के पहले तकदीर ने एक बेटी का बाप बना दिया। बाप बना दिया तो हमारे बाप ने पढ़ाई में ब्रेक लगा दिया 'बहुत पढ़ लिया अब खेती बाड़ी संभाल' घर में फरमान जारी हो गया।

पढ़ाई को चालू रखने के लिए भंडारीदह प्लांट में मजदूर बन कर काम किया, तब मैट्रिक फार्म भरा, परीक्षा लिखी और प्रथम श्रेणी में पास किया। आप उसे मेरा जीवन संघर्ष कहें या बाप का लिखा तकदीर।

'अंधेरे का आइना' मेरा आत्मकथात्मक उपन्यास न्यू वर्ल्ड पब्लिकेशन से छप कर आने वाली है।

10. सर, आपके जीवन का सबसे अधिक संघर्षों से भरा समय कौनसा मानते हैं आप ?

मैं – जन्म से लेकर मां की आकस्मिक निधन तक मेरा जीवन संघर्षों से भरा रहा है। कभी हंसने का मौका नहीं मिला। पेट भी खाली और जेब भी खाली। देख देख किस्मत बजाता था ताली। सदैव अंधेरे के विरुद्ध लड़ता रहा हूँ मैं, तब यहां तक पहुंचा हूँ।

नारी हूँ, नारायणी हूँ



जानी चोर

सीकर, राजस्थान

नारी हूँ, नारायणी हूँ,
किसी वचन का अभिशाप नहीं।
किया काल से दो हाथ सावित्री ने,
किया न हो यत्न उसने,
ऐसा कोई जाप नहीं।
डर-डर कर दुबके रहना,
कहो भगिनी! यह कब तक होगा।
डल न जाए पाश पुरुष के,
हे भगिनी! यह तब तक होगा।
उठा खड़ग दे धार उसको,
समर छिड़ा है कर पार उसको
संसार स्त्री तेरी छाया-माया
अब रणचण्डी बन के तार दे
इसको
मत बन लाचार, मत पुकार
इसको-उसको।

स्त्री कमजोर नहीं है, अबला नहीं है। उसे कमजोर माना जाता रहा है। यह प्रचलित किया जाता रहा कि स्त्री निर्बल है। इसका प्रचार कर वर्षों से यह स्थापित कर दिया गया कि महिला दीन-हीन अबला होती है। हमारी देव संस्कृति के इतिहास को देखो, महिलाओं को देवी मानकर पूजा जाता है। ये देवी की उपाधि किसी की दया की सहानुभूति की उपज नहीं है। नारी ने देवी की पदवी अपने ही कर्म के बूते पाई है।

किंतु! आज
समकालीन समाज
में स्त्री की जीवन
दशा चिंतनीय
है।

पुरुषवादी विचारधारा ने महिलाओं के जीवन को नरक बना दिया। सार्वजनिक मंच पर भाषणों में महिला उत्थान की बात कर वे नारीवादी बन जाते हैं। वे नारी हितैषी घोषित कर देते हैं अपने को, किंतु! कहते हैं न हाथी के दाँत दिखाने के और होते हैं, खाने के और होते हैं। नारीवादी होना प्रपंच है, और नारीवादी बनना कर्मनिष्ठा है।

नारीवादी आंदोलन की उत्पत्ति गलत है यह किसी नारी ने नहीं कहा। यह पुरुषों की उपज है एक फिकरा है। वास्तव में नारीवादी पुरुषों के घरों की नारी चार- दिवारी में कैद गुलामी की दास्तान में जकड़ी है। महिलाओं को आगाह करता हूँ कि इस श्रृंगार के प्रसाधन तथा पुरुष द्वारा की गई सौंदर्य प्रशंसा, यह उनका सबसे खतरनाक अस्त्र-शस्त्र है। पुरुषों में एक फिकरा है कि किसी भी महिला की प्रशंसा करके उससे कोई भी मूर्खतापूर्ण कार्य कराया जा सकता है।

आज महिला सशक्तिकरण की धरना क्यों प्रचलित की जा रही है? यह शक्ति किससे प्राप्त करनी है? संसार में दो ही रूप हैं मनुष्य के, स्त्री और पुरुष। सारी आबादी में आधी स्त्री और शेष पुरुष। स्त्री ने स्वयं की सृष्टि की, बची शेष आधी आबादी की सृष्टि की। जब यह सर्जना स्त्री ने की तो फिर हाथ फैलाकर शक्ति भी क्यों मांगें? जिस सृष्टि की रचना स्त्री ने की, उसका पालन-पोषण किया, फिर शक्ति की दया भीख किससे और क्यों?

सड़कों पर बैनर लेकर घूमने से महिलाओं को शक्ति नहीं मिलेगी। आज 50 वर्षों से अधिक का समय हो गया। वह बात जैसी थी वैसी की वैसी है। जिस समय स्त्री अपनी संतान का पोषण करती है उसी समय से सामाजिक, नैतिक बंधन लड़के में डाले। जैसे लड़की के डालते हैं। एक पीढ़ी के



अनोखा - कैलेंडर (2024)



व्यस्क होने तक का समय लगेगा। फिर नई पीढ़ी आप ही सत्ता स्वीकार कर लेगी।

सरकारें महिला सशक्तिकरण का ढोंग करती है। राशन कार्ड में मुखिया, जन आधार कार्ड में मुखिया, दवा फ्री देना, मोबाइल देना, क्या महिला सशक्तिकरण के वास्तविक उपाय है? नहीं! सामाजिक, राजनीतिक, आर्थिक सत्ता के केंद्र में आने से महिला सशक्त होगी। आर्थिक स्वतंत्रता महिलाओं की सबसे बड़ी चुनौती है। जब तक महिला अपने स्वयं के अर्थ तंत्र को नहीं खोजेगी, अपने आर्थिक स्रोत को नहीं अपनाएगी तब तक नारीवाद का हल्ला चलता रहेगा।

महिला भाषणों में, योजनाओं में सशक्त होगी। सड़कों पर लगे बैनरों में ताकत दिखेगी पर असल में वह खोखली होगी। स्त्री स्वतंत्रता के लिए लड़ने वाले पुरुष, रक्षा करने वाले पुरुष, हमारे लिए चिंतित पुरुष, ऐसा क्यों जी?

यह आरक्षण देना, राजकीय सेवाओं में चयन होना, सेना में शामिल होना, यही तक नारी सशक्तिकरण की सीमा नहीं है। व्यभिचारी पुरुषों का जब तक जब तक चौराहे पर इलाज नहीं होगा, तब तक महिला खुलकर सांस नहीं ले सकती। पुरुष जैसे दिन-रात विचरण करता है यह सारा क्रियाकलाप स्त्री बेझिझक, निर्भीक होकर नहीं करेगी तब नारी सशक्त नहीं होगी।

सशक्तिकरण के लिए किसी प्रदर्शन का हिस्सा बनने की बजाय स्त्री पुरुष संतान को शैशवावस्था से ही तैयार करें मात्र एक पीढ़ी तैयार करनी है। महिलाओं को अपने जीवन का नेतृत्व खुद करना चाहिए न की पुरुष के नेतृत्व प्रदर्शन करें। पुरुष से लड़कर कभी कुछ नहीं मिला है, और मिलेगा भी नहीं। जिस पुरुष की सृष्टि का सृजन स्त्री ने किया उससे लड़ने की आवश्यकता कहाँ है? बस जन्म से व्यस्क होने तक मर्यादित और नैतिक बंधन डालने हैं ताकि स्त्री- पुरुष समरसता से समाज और सृष्टि का विकास कर सके।



प्रिय पाठकों! मैं आज आप लोगों को एक जादुई कैलेंडर बताने जा रहा हूँ जिसे आप अपनी मित्र मंडली के बीच में बतला कर वाह वाह लूट सकते हैं और मित्र मंडली के बीच में अच्छी खासी धाक भी जमा सकते हैं। इस जादुई कैलेंडर को बताने के लिए आपको अधिक जोड़, बाकी, गुणा व भाग करने की भी जरूरत नहीं है। बस नीचे दी गई कुछ संख्याएँ भाली भाँति याद (कंठस्थ) करनी होगी जो इस प्रकार है...

जनवरी = 0, फरवरी = 3, मार्च = 4, अप्रैल = 0, मई = 2, जून = 5, जुलाई = 0, अगस्त = 3, सितम्बर = 6, अक्टूबर = 1, नवम्बर = 4, दिसम्बर = 6

हा तो पाठकों! यही वे संख्या हैं जिसके माध्यम से आप अपने मित्रों को यह आसानी से बता सकते कि वर्ष 2024 के किस माह की कौन सी तारीख को कौन सा वार है।

उदाहरणार्थ ÷ माना कि आपके मित्र ने आप से पूछा कि 15 अगस्त को कौन सा वार है। तब आप मन ही मन में 15 में अगस्त माह का अंक 3 जोड़ दीजिए। इस पर आपके कुल योग 18 आया। अब आप मन ही मन में कुल योग में (18 में) सात का भाग दीजिए। चूँकि सप्ताह में केवल सात ही दिन होते हैं। पाठकों कुल योग में सात का भाग देने पर आपके शेष 4 बचा। अतः मित्र को तत्काल बता दीजिए कि 15 अगस्त को गुरुवार है मित्र सही हल पाकर दंग रह जायेगा वही आपकी भी मित्र मंडली के बीच में अच्छी खासी धाक भी जम जायेगी।

पाठकों! वार बताते समय इस बात का ध्यान रखें कि अगर आपके शेष 0 बचे तो रविवार, 1 बचे तो सोमवार 2 बचे तो मंगलवार 3 बचे तो बुधवार होगा इस प्रकार आप छः के अंक तक पहुँच जाइये अगर आपके शेष छः बचते हैं तो फिर उस दिन शनिवार ही होगा।

पाठकों! अगर आपके कुल योग सात से कम आये तो ऐसी स्थिति में आप तनिक भी नहीं घबराइये और कुल योग के आधार पर ही वार बता दीजिए। हां तो पाठकों अब आप ही बताइये कि यह है या नहीं अनोखा कैलेंडर। तभी तो कहा गया है कि चमत्कार को नमस्कार है।

- सुनील कुमार माथुर

जोधपुर, राजस्थान



बच्चों में अधिक गुस्से का होम्योपैथिक उपचार



डॉ० अमलेन्दु त्रिपाठी

9795513223



अक्सर माता-पिता लाड-प्यार में बच्चों की जिद की आदत की अनदेखी करते रहते हैं। कई बार वे बच्चे की जिद, शिकायतों और गुस्से के बीच अन्तर नहीं कर पाते हैं। यही गुस्सा बड़े होने तक बहुत विकराल रूप ले लेता है और समस्या इतनी बढ़ जाती है कि बच्चे को काउंसलिंग के साथ उपचार की भी जरूरत पड़ जाती है। अगर लगता है कि बच्चा छोटी-छोटी बातों पर गुस्सा हो जाता है, हर समय गुस्से में रहता है, बहुत चिड़चिड़ा हो जाता है, किसी एक कार्य में लम्बे समय तक ध्यान नहीं लगा पाता या बाकी बच्चों के साथ आसानी से घुलता मिलता नहीं है तो अभी से सचेत हो जायें। यह मनोवैज्ञानिक और व्यवहारगत समस्या भी हो सकती है, जो आजकल दो से ढाई साल की उम्र के बच्चों में भी दिखाई दे रही है।

कैसे पहचानें लक्षणों को

हर बच्चे का गुस्सा जाहिर करने का अन्दाज अलग होता है। जरूरी नहीं कि हर उम्र के बच्चे एक तरह से गुस्सा जाहिर करें। बावजूद कहां यह स्वाभाविक है और कहां माता-पिता को ध्यान देने की जरूरत है। इसे समझना बहुत आवश्यक है।

2 से 6 साल तक के बच्चे- इन वर्षों में बच्चा अपनी भावनाओं को व्यक्त करना सीखता है। मसलन वह खुशी के पलों में ताली बजाकर या उछल-कूद कर खुशी जाहिर करता है, वहीं गुस्सा आने पर तेज-तेज रोने लगता है या जमीन पर उलटने पलटने लगता है।

7 से 12 साल- इस उम्र आते-आते अधिकतर बच्चे किसी बाहर वाले के सामने अपनी भावनाओं पर नियन्त्रण रखना सीख जाते हैं लेकिन गुस्सा आने पर उनकी

मांसपेशियाँ तन जाती हैं, वह अपने दाँत पीसने लगते हैं और उनका दिल तेजी से धड़कने लगता है। पलटकर जवाब देने लगते हैं। गुस्से में हर बात का गलत मतलब निकालते हैं।

13 से 17 साल- इस समय किशोर बेहद आक्रामक होकर मार-पिट्टाई या सामान फेंकने लगते हैं या गुमसुम हो जाते हैं, खुद को कमरे में बन्द कर लेते हैं। दोनों ही स्थितियाँ खतरनाक होती हैं।

बच्चों के गुस्से का सामान्य कारण

माता-पिता का झगड़ा- हमारे महौल का शारीरिक और मानसिक सेहत पर खासा असर डालता है। अगर माता-पिता को लड़ते झगड़ते देखता है या परिवार के सदस्यों के बीच तनाव देखता है तो वह या तो बहुत सहम जाता है या आक्रामक हो जाता है।

बेहतर प्रदर्शन का दबाव- जब माता-

पिता बच्चे पर अच्छे प्रदर्शन का बहुत ज्यादा दबाव बनाते हैं या दूसरे से तुलना करते हैं तो इसका बच्चे पर बुरा असर पड़ता है। असफल होने का डर उसे गुस्सैल या चिड़चिड़ा बना देते हैं।

कोई परेशान करे तो- दूसरे बच्चों या बड़ों द्वारा तंग किया जाना भी बच्चों के व्यवहार में बदलाव लाता है। अचानक बच्चा गुमसुम रहने लगा हो, चिड़चिड़ा या बात-बात पर गुस्सा हो रहा है तो कक्षा या उसके साथ के लोगों के बारे में उससे तसल्ली से बात करनी चाहिए।

दोस्ती की दिक्कतें- दोस्तों से अनबन का सीधा असर भी बच्चे के मूड पर पड़ता है। वह चिड़चिड़ा या अनमना रहने लगता है।

अनियमित जीवन शैली- स्मार्टफोन, लैपटॉप और टेलीविजन के कारण बच्चों में घर के भीतर रहने की प्रवृत्ति बहुत बढ़ गयी है। घण्टों एक जगह बैठे रहने के कारण शारीरिक सक्रियता घट जाती है। इस वजह से छोटी उम्र में ही जीवनशैली से जुड़ी परेशानियाँ होने लगती हैं, जो कि बच्चों को चिड़चिड़ा बना देती हैं।

असन्तुलित खानपान- शोध कहते हैं कि जंक फूड अधिक मात्रा में लेना मूड पर असर डालता है। शरीर में पोषक तत्वों की कमी होने से बच्चे में थकावट और चिड़चिड़ापन बढ़ जाता है।

हार्मोन्स का उतार-चढ़ाव- किशोरावस्था शुरू होने से पहले ही बच्चे में हार्मोन्स से सम्बन्धित परिवर्तन होते हैं जो कि बच्चे के मूड पर असर डालते हैं। ऐसे में बच्चा कभी चिड़चिड़ा, कभी उदास तो कभी बहुत खुश नजर आता है। बच्चे को समझने की कोशिश करें, लम्बे समय के बाद भी समस्या बनी हुई तो चिकित्सक से सलाह लें।

अपने बच्चों के लक्षणों पर रखें नजर

गुस्सा आना कोई रोग नहीं है, पर कुछ मानसिक गड़बड़ियों के कारण भी बच्चों में इसकी तीव्रता बढ़ी हुई दिखती है।



ऑटिज़्म - यह एक प्रकार का मस्तिष्क विकार है, जिसमें दिमाग शरीर के विभिन्न हिस्सों के साथ ठीक से कार्य नहीं कर पाता है। इससे बच्चा प्रतिक्रिया देने में सुस्त होता है। ढंग से बोलने और समझने में परेशानी होती है। खास तरह से कार्य न होने पर, खुद पर या दूसरों पर आक्रामक होने लगते हैं।

डिस्लेक्सिया- इसमें बच्चा कुछ खास और अक्सर शब्दों के उच्चारण में उसे समस्याएं आने लगती हैं। ऐसे में गुस्सा और आक्रामकता बढ़ने का सबसे बड़ा कारण दूसरे लोगों द्वारा बच्चे को चिढ़ाना, उनकी हंसी उड़ाना या उन पर लगातार बेहतर प्रदर्शन का दबाव डालना होता है।

बाईपोलर डिस्ऑर्डर- मूड में तेजी से उतार-चढ़ाव होता है। अधिक मूड स्विंग्स के कारण बच्चे को अपनी भावनाओं पर काबू रखने में दिक्कत होती है।

बच्चों के माता-पिता कैसे करें उपाय

बच्चों को समय दें - माता-पिता अपनी व्यस्तता के कारण बच्चों को पर्याप्त समय नहीं दे पाते हैं। ऐसे में बच्चा अकेलापन महसूस करता है और चिड़चिड़ा हो जाता है। इसलिए जितना हो सके, बच्चे के समय में और उनको अपनेपन का एहसास करायें।

उसके दोस्त बने - बच्चे की मनोस्थिति समझने के लिए उसकी उम्र के हिसाब से ही सोचते हैं लेकिन अक्सर माता-पिता अभिभावक होने के नजरिये से ही सोचते हैं। उसके दोस्त बने ताकि वह खुलकर अपनी

परेशानी बता सकें।

उसका भी सम्मान करें - अकारण लोगों के सामने डांटना- झिड़कना, बच्चे में हीन भावना लाता है। इसलिए उसे अकेले में समझाएं।

नियम बनायें - बच्चे की जिद के आगे घुटने टेक देने या बेहद सख्ती करने से कोई हल नहीं निकलता। बजाए उसके टी0वी0 देखने, खेलने के नियम बनायें।

तारीफ भी जरूर करें - बच्चे के प्रयासों की हमेशा प्रशंसा करें। इससे उसमें यह विश्वास आयेगा कि वह गुस्से पर काबू रख सकता है। सुधार नहीं आने पर चिकित्सक का परामर्श अवश्य लें।

होम्योपैथिक चिकित्सा

एक होम्योपैथिक चिकित्सक एक अच्छा सलाहकार भी होता है। होम्योपैथ मरीज के अध्ययन के समय सम्पूर्ण पहलुओं पर विचार करते हैं। होम्योपैथिक चिकित्सा विज्ञान ही है जो शारीरिक समस्याओं में भी मरीज के मानसिक लक्षणों का अध्ययन अवश्य करता है। होम्योपैथिक चिकित्सा ऑटिज़्म जैसे रोगों के लिए सबसे उपयुक्त विधा है। मेरे चिकित्सीय अनुभव में बहुत से मरीजों को लाभ होते हुए देख चुके हैं।

अतः सही औषधि का चुनाव बच्चे के जीवन में अभूतपूर्व परिवर्तन ला सकता है। मानवता अपनाएं, यह मंत्र जन-जन तक पहुंचायें।



स्वास्थ्य के लिए नियमित योगाभ्यास बहुत उपयोगी है



मुकेश कुमार सिंह

योगगुरु

आज की आधुनिक जीवन शैली में हम सभी लोग स्वस्थ रहना चाहते हैं। लेकिन अपने स्वास्थ्य के प्रति कुछ करना नहीं चाहते हैं। जिस शरीर की बदौलत जीवन में सब कुछ करते उस शरीर को स्वस्थ रखने के लिए ध्यान नहीं देते हैं। यहां तक की परिस्थितियों का बहाना बनाते हुए कहते हैं कि आज हमें भोजन करने का भी समय नहीं मिला। जिस तरह बिना पेट्रोल गाड़ी एक कदम आगे नहीं चलती उसी तरह हमारा शरीर है इसे भी समय-समय अन्न जल चाहिए। तभी हमारा शरीर स्वस्थ रहेगा और अच्छे से कार्य करेगा। क्योंकि हम सभी जानते हैं कि जीवन में हम कितना भी कमा लें कुछ भी बना लें, उसका आनंद तभी ले सकते हैं जब हम स्वस्थ होंगे, जीवन का कोई सुख उत्तम स्वास्थ्य के बगैर नहीं उठाया जा सकता है। आजकल के बदलते रहन- सहन एवं खान-पान के कारण लोगों को घर का खाना भी पसंद नहीं आता है चाहे बड़े हो या बच्चे हर किसी को बाहर का खाना व फास्ट फूड ही अच्छा लगता है ज्यादा तला भुना खाने से भी हमारे शरीर में कई सारे रोग होने लगते हैं, जैसे मोटापा, तनाव, मधुमेह, डिप्रेसन, थाइराइड आदि। बड़ों को क्या कहे आज छोटे-छोटे बच्चे भी कई बीमारियों से परेशान हैं जैसे छोटी ही उम्र में चश्मा लगने



लगता है। क्योंकि आज के युग में शारीरिक श्रम कम हो गया जिसके कारण हम सब कमजोर होते जा रहे हैं अगर तीन मंजिल जीने से जाने पड़े तो सांस फूलने लगती है जैसे दम ही निकल जायेगा। क्योंकि हम सब अंदर से कमजोर हैं दिखने में मोटे हैं पर शरीर में ऊर्जा की कमी है क्योंकि आधुनिक जीवन शैली में कार्य ज्यादातर कम्प्यूटर, और आफिस का है शारीरिक श्रम कम हो रहा है हम सीढ़ी चढ़ना भी नहीं चाहते अगर लिफ्ट लगी हो हमेशा आराम ही चाहते हैं एक फोन पर गाड़ी और एक फोन पर खाना मिला रहा है आज न ज्यादा पैदल चलना चाहता है न ही खाना बनाने की मशकत करना चाहता है आज स्वाद के लिए बाहर का खाना ज्यादा पसंद है। पौष्टिक भोजन का ध्यान नहीं रखते हैं यही रोगों का मुख्य कारण है। इससे बचने के लिए नियमित योगाभ्यास करें।

स्वस्थ रहने के सरल उपाय

- ◆ अपनी एक दिनचर्चा बनायें रात में 10 बजे तक सोये सुबह 5:00 बजे उठें।

सुबह टहलें, योग करें, प्राणायाम करें, ध्यान करें। सुबह की शुद्ध एवं ताजी हवा स्वास्थ्य के लिये बहुत ही लाभदायक होती है। सुबह टहलने से हमारे अंदर एक नयी ऊर्जा उत्पन्न होती है।

- ◆ धूमपान न करें।
- ◆ अच्छे कामों को करें जिससे खुद को खुशी मिलती है।
- ◆ रात्रि में कम से कम 6-7 घंटे की नींद लें स्वास्थ्य के लिए बहुत ही लाभदायक है।
- ◆ नकारात्मक सोच वाले व्यक्ति से दूर रहें।
- ◆ तली भुनी चीजें कम खायें।
- ◆ फास्ट फूड से बचें या कम खायें।
- ◆ खाने में ताजी एवं हरी सब्जी खायें।
- ◆ ताजे एवं मौसमी फल खायें।
- ◆ हमेशा अपनी सोच को सकारात्मक रखें।
- ◆ पौष्टिक भोजन का इस्तेमाल करें।
- ◆ भगवान में आस्था रखें।

स्वस्थ रहने के लिए प्रमुख योगाभ्यास

वृक्षासन

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

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

वृक्षासन के लाभ

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

सावधानियां

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

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 कंधों के स्तर से तक उठाएं।
- ◆ 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 रूके 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 ऊंचाई 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 सामर्थ्यानुसार रखनी चाहिए।

सेतुबंधासन

- ◆ सेतुबंधासन शब्द का अर्थ सेतु का निर्माण है। इस आसन में शरीर की आकृति एक 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 पकड़ें और घुटने एवं पैरों को एक सीध में रखें।
- ◆ श्वास को अंदर खींचते हुए धीरे-धीरे अपने नितंब एवं धड़ को ऊपर की ओर उठाएं और पुलनुमा आकृति बनाएं।
- ◆ अपनी क्षमतानुसार रूके और सांस लेते रहें। स्वास छोड़ते हुए धीरे-धीरे अपनी मूल अवस्था में आएँ और श्वासन में लेटकर शरीर को शिथिल छोड़ दें। कम से कम यह अभ्यास तीन बार करें।

लाभ

- ◆ अवसाद एवं चिंता 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 अंगों 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।

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 हैं।

अभ्यास विधि

- ◆ सर्वप्रथम पेट के बल लेट जाएं और अपने दोनों 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 खींचते हुए टुडडी 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 टुडडी 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।
- ◆ इस अभ्यास को भुजंगासन कहा जाता है।

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 कमियां आदि रोगों को दूर कर उत्तम स्वास्थ्य प्रदान करता है।

सावधानियां

- ◆ जो लोग हर्निया, अल्सर से पीड़ित हो उन्हें इस आसन का अभ्यास नहीं करना चाहिए।

धनुरासन

इस आसन में आकृति धनुष के समान दिखाई देती है इसलिए इसका नाम धनुरासन पड़ा है।

अभ्यास की विधि

- ◆ पेट के बल लेटकर दोनों पैरों एक हाथ का फासला रखें और दोनों हाथ शरीर के दोनों तरफ सीधा रखें।
- ◆ घुटनों को धीरे-धीरे मोड़ कर कमर के पास लाएं और हाथों से पैर को पकड़ें।
- ◆ श्वास भरते हुए अपनी क्षमता अनुसार छाती को जमीन से ऊपर को ओर उठाये और पैरों को कमर की ओर खींचें। 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 करें।
- ◆ 10 से 20 सेकेन्ड बाद श्वास छोड़ते हुए पैर और छाती को धीरे-धीरे जमीन पर वापस लाएं। और लम्बी गहरी श्वास के साथ विश्राम करें।

लाभ

- ◆ धनुरासन से रीढ़ 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 जोड़ों के दर्द व अशुभिया 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 ब्लडप्रेसर, हृदय रोग और अल्सर रोग या हाल में कोई आपरेशन हुआ हो वह इस आसन को न करें। साथ ही गर्भवती महिलाएं इस आसन का अभ्यास न करें।

शलभासन

शलभ शब्द का अर्थ टिडडी होता है जो एक प्रकार का कीड़ा होता है।

अभ्यास करने की विधि

- ◆ सर्वप्रथम पेट के बल मकरासन की स्थिति में लेट जाए।
- ◆ टुडडी को जमीन पर टिकाकर दोनों हाथों को पैर के नीचे रख लें। हथेलिया ऊपर की ओर होनी चाहिए।
- ◆ अपनी श्वास को अन्दर खींचें और पैर को अपनी क्षमतानुसार ऊपर की ओर उठावें

ध्यान रहें कि घुटने मुड़े न हो। अपनी क्षमतानुसार जितनी देर हो सके रूकें।

- ◆ अपनी श्वासों को बाहर छोड़ते हुए पैरों को जमीन पर वापस ले आएं।
- ◆ थोड़ी देर विश्राम करें पुनः अपनी क्षमतानुसार करें।

लाभ

- ◆ इसके नियमित अभ्यास करने से पीठ की मजबूती और लचीलापन बढ़ता है।
- ◆ हाथ और कंधों कि नसों को आराम देता है और उन्हे मजबूत करता है।
- ◆ पाचन क्रिया को सुधरता है और पेट के अंगों को मजबूत करता है।
- ◆ नियमित अभ्यास से रोग प्रतिरोधक क्षमता को बढ़ता है।

सावधानियां

- ◆ यदि जल्द ही पेट की षल्क क्रिया हुई हो तो यह आसन न करें।
- ◆ गर्भवती महिलाएं 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 अंगूठे और अगुलियां अंदर की ओर रखते हुए हथेली जमीन पर रखें। उसके बाद अपने दोनों हाथों की केहनियां को नाभि केंद्र के दाएँ और बाएँ 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 उठाएँ। 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 फेफड़े 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-पित्त-कफ से उत्पन्न होनेवाले रोगों म शीघ्र लाभकारी है।
- ◆ मयूरासन के नियमित करने से वृद्धावस्था में भी अच्छा स्वास्थ्य, उत्साह और शक्ति बनी रहती है।
- ◆ मयूरासन के नियमित अभ्यास से हाथ, पैर, और कंधे, की मांसपेशियों में मजबूती आती है।

सावधानी

- ◆ जिन लोगों को ब्लडप्रेसर, हृदय रोग और अल्सर रोग या कोई जल्द में कोई आपरेशन हुआ हो वह योग प्रशिक्षक की देखरेख में ही करें।



परमवीर चक्र सम्मानित कैप्टन विक्रम बत्रा



तारादत्त भट्ट

16 जून को उन्होंने अपने जुड़वा भाई विशाल को ट्रास सेक्टर से चिट्ठी में लिखा प्रिया कोष मां और पिताजी का ख्याल रखना यहां कुछ भी हो सकता है बेहद दुर्गम क्षेत्र होने के बावजूद विक्रम बत्रा ने अपने साथियों के साथ 20 जून 1999 को प्राप्त 3:30 पर इस छोटी को अपने कब्जे में ले लिया विक्रम बत्रा ने जब इस छोटी से रेडियो के जरिए अपना विजय उद्घोष यह दिल मांगे मोर कहा तो सुना ही नहीं बल्कि पूरे भारत में उनका नाम छा गया



जीवन की भेंट चढ़ा देंगे....

जीवन की भेंट चढ़ा देंगे,
माता का नाम बढ़ा देंगे।

खा अन्न और जल तेरा माँ, ये अंग सकल है बड़े हुए। तेरी ही वायु से है माता, ये स्वास है अब तक अड़े हुए। त्रुण तेरा है हम पर भारी, उसको हम आज चूका देंगे। जीवन की भेंट.....

उन वीरो कि संताने हम, आरो से जिनके शीश कटे; जिनके दो बच्चे चिने गए दिवार में, फिर भी डटे रहे। गुरु गोविन्द के बच्चो कि तरह, हम अपने शीश कटा देंगे। जीवन कि भेंट.....

वह मुकुट जो तेरा प्यारा माँ, राना ने जिसको दिया नहीं, सर्वस्व भी अपना लुटा दिया, पर मस्तक नीचा किया नहीं, हम भी सनतान उन्ही की है, वह मुकुट तुझे पहना देंगे, जीवन की भेंट.....

बलिदान हुए जो तुझे पर माँ, वह पूजा उनकी पूरी है, पर उनके मुंडो कि माला, माता ! रह गयी अधूरी है, हम अपना शीश पिरोकर माँ, वह माल्य तुझे पहना देंगे। जीवन कि भेंट.....

पालमपुर हिमाचल प्रदेश निवासी शिक्षक दंपति जी एल बत्रा व कमल कांता बत्रा के घर 9 दिसंबर 1974 को दो बेटियों के बाद दो जुड़वा बच्चों का जन्म हुआ। रामचरितमानस के प्रति गहरी श्रद्धा रखने वाली माता कमल कांता ने बच्चों का नाम लव व कुश रखा। लव यानी विक्रम और कुश यानी विशाल। पहले डीएवी विद्यालय फिर सेंट्रल स्कूल पालमपुर में दाखिला करवाया गया। पिता से सेना के अनुशासन व देश प्रेम की कहानी सुनकर विक्रम में स्कूल समय से ही देश प्रेम का ज्वार उमड़ने लगा था। विक्रम पढ़ाई में अव्वल होने के साथ टेबल टेनिस के उत्तम खिलाड़ी व सांस्कृतिक कार्यक्रमों में रुचि रखने वाले थे। 12वीं की पढ़ाई

करने के बाद विक्रम चंडीगढ़ चले गए और डी ए वी कॉलेज चंडीगढ़ में विज्ञान विषय में स्नातक की पढ़ाई शुरू कर ली। इस दौरान एनसीसी के सर्वश्रेष्ठ कैडेट चुने गए और गणतंत्र दिवस की परेड में भी भाग लिया। उन्होंने सेना में जाने का पूरा मन बना लिया था और सीडीएस की भी तैयारी शुरू कर दी। हालांकि विक्रम को इस दौरान हांगकांग में भारी वेतन के साथ मर्चेन्ट नेवी में भी नौकरी मिल रही थी, लेकिन देश सेवा का सपना लिए विक्रम ने इस नौकरी को ठुकरा दिया। विक्रम ने 18 वर्ष की आयु में ही नेत्रदान का संकल्प लिया वह नेत्र बैंक का कार्ड हमेशा अपने पास रखते थे।



बीएससी के बाद विक्रम का चयन सीड्स के जरिए सेना में हो गया। जुलाई 1996 में उन्होंने भारतीय सेना अकादमी यानी एनडीए देहरादून में प्रवेश लिया। दिसंबर 1997 में शिक्षा समाप्त होने पर उन्हें जम्मू के सोपुर नामक स्थान पर सेना की 13वीं जम्मू कश्मीर राइफल्स में लेफ्टिनेंट के पद पर नियुक्ति मिली। उन्होंने 1999 में कमांडो ट्रेनिंग के साथ कई प्रशिक्षण भी लिए 1 जून 1999 को उनकी सेना की टुकड़ी को कारगिल युद्ध में भेजा गया। वहां पर रॉकी नामक स्थान को जीतने के बाद उस समय विक्रम को कप्तान बना दिया गया। इसके बाद श्रीनगर लेह मार्ग के ठीक ऊपर सबसे महत्वपूर्ण s140 चोटी को पाक सीमा से मुक्त करवाने का जिम्मा कैप्टन बत्रा को दिया गया। 16 जून को उन्होंने अपने जुड़वा भाई विशाल को ट्रांस सेक्टर से चिट्ठी में लिखा - प्रिय कुश मां और पिताजी का ख्याल रखना यहां कुछ भी हो सकता है। बेहद दुर्गम क्षेत्र होने के बावजूद विक्रम बत्रा ने अपने साथियों के साथ 20 जून 1999 को प्रातः 3:30 पर इस चोटी को अपने कब्जे में ले लिया। विक्रम बत्रा ने जब इस चोटी से रेडियो के जरिए अपना विजय उद्घोष "यह दिल मांगे मोर" कहा तो

सेना ही नहीं बल्कि पूरे भारत में उनका नाम छा गया। इसी दौरान विक्रम के कोड नाम शेरशाह के साथ उन्हें कारगिल के शेर की भी संज्ञा दी गई। अगले दिन चोटी 5140 पर भारतीय झंडे के साथ विक्रम बत्रा और उनकी टीम का फोटो मीडिया में भी आया तो हर कोई उनका दीवाना हो उठा। इस सफलता के लिए तत्कालीन थल सेना अध्यक्ष जनरल वेद प्रकाश मलिक ने भी कैप्टन बत्रा को दूरभाष पर व्यक्तिगत रूप से चर्चा कर बधाई दी।

पॉइंट 5140 पर कब्जे ने ट्रांस क्षेत्र में युद्ध की दिशा ही बदल दी। इस कार्यवाही से दुश्मन बुरी तरह दहल गया। पॉइंट 5150 पर कब्जे के बाद हेलीकॉप्टर तोलेरो रिंग पहाड़ी पर उतरने लगे। 26 जून 1999 को जम्मू कश्मीर राइफल्स को फिर से घाटी में उतारा गया। जम्मू कश्मीर राइफल्स को पॉइंट 4875 पर कब्जा करने का आदेश दिया गया। 7 जुलाई 1999 को पॉइंट 4875 इलाके से हुई दूसरी कार्यवाही में उनकी कंपनी को पतली सकरी पहाड़ी को खाली करने की जिम्मेदारी दी गई थी जिसमें दुश्मनों ने जबरदस्त किलेबंदी कर रखी थी, इसके अंदर जाने का एक ही रास्ता था।

पतले रास्ते से होते हुए कैप्टन बत्रा ने दुश्मन

पर हमला किया और दुश्मन से आमने-सामने की लड़ाई में उन्होंने जान की परवाह न करते हुए लेफ्टिनेंट अनुज नायर के साथ कई पाकिस्तानी सैनिकों को मौत के घाट उतारा। इस दौरान एक अन्य लेफ्टिनेंट नवीन घायल हो गए, उन्हें बचाने के लिए विक्रम बत्रा बाहर आए। इस दौरान एक सूबेदार ने कहा नहीं साहब आप नहीं मैं जाता हूँ, इसपर विक्रम ने कहा सूबेदार साहब आप बीवी बच्चों वाले हो पीछे हटो। घायल नवीन को बचाते समय दुश्मन की एक गोली विक्रम की छाती पर भी लगी और कुछ देर बाद जय माता दी कह कर उन्होंने अंतिम सांस ली।

विक्रम बत्रा के शहीद होने के बाद उनकी टुकड़ी के सैनिक इतने क्रोध में आ गए कि दुश्मन की गोलियों की परवाह न करते हुए दुश्मन की चोटी 4875 को परास्त कर छोटी को फ़तह कर लिया। इस बिंदु को बाद में कैप्टन बत्रा टॉप नाम दिया गया। इस अदम्य साहस के लिए कैप्टन बत्रा को 15 अगस्त 1999 को मरणोपरांत परमवीर चक्र से सम्मानित किया गया जो उनके पिताजी श्री जी एल बत्रा ने प्राप्त किया।



बदलते समाज में सरकार की नीतियां



सुषमा त्रिपाठी

हम बदलते हुए युग में बदलते हुए समाज में पीएम मोदी जी ने भारत की प्रत्यक्ष विदेश नीतियों के मजबूत की जाने पर जोर दिया जिससे रक्षा और रेलवे सहित कई उद्योगों में अधिक विदेशी निवेश की अनुमति मिली श्रम सुधार अन्य सुधारों में देश के कई श्रम कानून को भी हटाया गया सन 2019 में उन्हें दूसरी बार भारत का प्रधानमंत्री के रूप में चुना गया और 30 में 2019 को राष्ट्रपति भवन में शपथ ली गई थी

इस कार्यकाल में प्रधानमंत्री जी ने निम्न प्रकार की योजनाओं की शुरुआत की 1 जन धन योजना मुद्रा योजना अटल पेंशन योजना जीवन ज्योति योजना सुरक्षा बीमा मेक इन इंडिया आदर्श ग्राम सड़क यातायात और सुरक्षा बल इत्यादि बहुत सारी योजनाएं चलवाई और काफी हद तक सफल भी रहे सुरक्षा के लिए शौचालय बनवाए गए गैस कनेक्शन उज्ज्वला योजना के तहत घर-घर गरीबों की सहायता के लिए दिया गया घर आवास दिए गए गांव-गांव में आज गरीब लोग भी दो कमरे के घर में रह रहे हैं आग जलाने से छुटकारा दिलवाया गरीब लोगों को गैस पहुंचाई उनके घर तक वह गैस पर खाना बनाते हैं गरीबों को मुफ्त में राशन भी मिल रहा है



पीएम विश्वकर्म योजना 2023 केंद्र सरकार ने वित्तीय वर्ष 2023 24 के बजट सत्र में विश्वकर्म योजना की घोषणा की थी इस योजना के बारे में इस साल स्वतंत्रता दिवस पर भी पीएम मोदी जी द्वारा ऐलान किया गया था इस योजना में सरकार द्वारा 13000 करोड़ रुपए खर्च किए जाएंगे इस योजना के लाभार्थी को एडवांस ट्रेनिंग भी दी जाएगी

बालिकाओं के लिए भी भाग्यश्री योजना के तहत यह योजना कर्नाटक सरकार ने अपने यहां लागू की है जो गरीब रेखा के नीचे वाले परिवार हैं उनकी बालिकाओं के जन्म को बढ़ावा देने के लिए यह योजना बनाई गई है इस योजना के अंतर्गत बालिकाओं को आर्थिक सहायता प्रदान की जाती है बालिकाओं को अधिकतम ₹25000 की धनराशि मुहैया कराई जाती है

केंद्र सरकार की कुछ योजनाएं निम्न है
बेटी बचाओ बेटी पढ़ाओ योजना

इसके अंतर्गत बालिकाओं के केंद्र सरकार की एक योजना है जो पूरे देश में लागू है इस योजना का मुख्य उद्देश्य लिंग पक्षपात पूर्ण गर्भपात जैसी सामाजिक बीमारियों से बालिकाओं को बचाने के लिए मुहिम चलना है और प्रदेश में बालिकाओं को शिक्षा के क्षेत्र में आगे बढ़ाना है इस योजना को सबसे पहले उसे क्षेत्र में शुरू किया गया जिन जिलों में बालिकाओं का अनुपात बालको से कम था फिर बाद में इसका विस्तार देश के अन्य हिस्सों में भी कर दिया गया यह मुख्य रूप से सामाजिक दृष्टिकोण को बदलने के लिए थी की बेटियों को बोझ न समझा जाए बल्कि माता-पिता उनके जन्म को एक उपहार समझे और उनको सरकार की तरफ से यह सहायता मिले ताकि वह अपने बच्चों का लालन-पणन अच्छे से कर सकें इस योजना के तहत कुछ बातों को ध्यान में रखा गया है

◆ **लिंग पक्षपाती चयनात्मक गर्भपात को रोकना**



- ◆ बचपन में बालिकाओं के अस्तित्व सुरक्षा को सुनिश्चित करना
- ◆ बालिकाओं की उच्च शिक्षा को सुनिश्चित करना

सुकन्या समृद्धि योजना

सुकन्या समृद्धि योजना सरकार द्वारा चलाई जाने वाली विशेष बचत योजना है जिसमें एक बालिका को प्राथमिक खाताधारक के रूप में रखा जाता है जबकि माता पिता कानूनी अभिभावक खाते के जॉइंट होल्डर होते हैं यह खाता बालिका के 10 वर्ष के होने से पहले खोला जा सकता है और खाता खोलने के बाद इसमें 15 वर्षों तक योगदान करने की आवश्यकता होती है सुकन्या समृद्धि योजना खाते में किए गए निवेश की कुछ प्रमुख विशेषताएं और लाभ इस प्रकार हैं -

- ◆ प्रारंभिक जम के आसान विकल्प 1000 से डेढ़ लाख तक पहली तिमाही के अनुसार वर्तमान में 7.6% है
- ◆ इनकम टैक्स एक्ट 1961 की धारा 80c के तहत टैक्सट मिलाओ
- ◆ पूरी तरह से टैक्स फ्री इन्वेस्ट के रूप में प्रमुख निवेश मैच्योरिटी राशियों प्राप्त ब्याज सभी पर टैक्स

की छूट है

- ◆ बालिका उच्च शिक्षा के लिए कुछ पैसा निकाला जा सकता है

पीएम मोदी ने इस प्रकार बहुत सारी योजनाएं चलाईं जिनके अंतर्गत प्रधानमंत्री योजना की सूची निम्न प्रकार से है-

- ◆ प्रधानमंत्री फसल बीमा योजना
- ◆ पीएम विकास मंथन योजना
- ◆ किसान सम्मन निधि योजना
- ◆ पीएम सम्मन किसान निधि योजना एवं हेल्पलाइन नंबर
- ◆ प्रधानमंत्री किसान सम्मान योजना
- ◆ फ्री सोलर पैनल योजना
- ◆ ऑपरेशन ग्रीन योजना

मत्स्य संपदा योजना कृषि को तेजी से बढ़ावा देने के लिए भारत सरकार ने बहुत सारे और अनेक कदम उठाए हैं क्योंकि किसान हमेशा से हमारे देश का आधार रहे हैं एक कुशल भारत के लिए किसान भाइयों को भी काफी मजबूती दी जा रही है इसलिए दुनिया के लोग मोदी के कार्यों को बहुत सारा रहे हैं और उनके सरकार को भी

मोदी सरकार की नई नई योजनाएं

जनधन योजनाएं पीएम आवास आयुष्मान भारत किसान सम्मन निधि 10 ऐसी योजनाएं

और हैं जिनके बारे में हम सभी को पता है जिसका लाभार्थी लाभ भी उठा रहे हैं और जिनको जानकारी नहीं है वह जानकारी लेते हुए लाभ उठा सकते हैं

इन नौ वर्षों में भारत दुनिया की पांचवीं सबसे बड़ी अर्थव्यवस्था बन गया है आईए जानते हैं मोदी सरकार के 9 सालों में क्या कुछ बदला..... पीएम मोदी के कार्यकाल में जनता के स्वच्छ भारत अभियान के तहत गांव शहरों में 12 करोड़ शौचालय बने और मोदी सरकार की जनधन योजना के तहत देशभर में 48.93 करोड़ लोगों ने अपने बैंक खाते खुलवाए

इन 9 सालों के अंतर्गत सरकार ने कई ऐसे फैसले लिए जिसने देश की तस्वीर ही बदलकर रख दिया यह इस प्रकार से हैं

नोटबंदी जीएसटी तीन तलाक कानून लागू करना सर्जिकल स्ट्राइक जम्मू कश्मीर के अनुच्छेद 370 को खत्म करना नागरिकता संशोधन अधिनियम का रेल बजट का आम बजट में विलय उज्वला योजना किसान निधि योजना आयुष्मान भारत योजना

इन योजनाओं को भी मिली सौगात

इसके अलावा मोदी सरकार ने जनधन योजना पीएम गरीब कल्याण योजना हर घर जल योजना डिजिटल इंडिया स्मार्ट सिटी और नमामि गंगे योजना की भी सौगात देशवासियों को दिया गया आत्मनिर्भर भारत अभियान को भी मजबूत किया इसके अलावा वंदे भारत ट्रेन और नए संसद भवन की सौगात भी लोगों को दिया

प्रधानमंत्री मोदी जी भारत में इतनी सारी योजनाओं का लाभ हमारे समाज में हमारे भारत के लोगों को जरूरी और महत्वपूर्ण सौगात दिए और एक सफल नेता के रूप में उभर कर सामने आए हैं और डॉन योजनाएं हमें मिली जो कि हमारे समाज हमारे देश के हित में है हमें तो पता चल गया आप भी जान लीजिए



पूछते हैं राम

पूछते हैं राम।

देखकर रोता सनातन पूछते हैं राम देखो,
राम के लेकर पराये से रहे, बन राम देखो।
फट गया मेरा हृदय, जब-जब जलाया चरित मेरा,
न कोई अपराध फिर भी, कह रहे अपराध घेरा।
मैं अरे! कब जातियों में भेदकर जग देखता हूँ?
और कब मैं उच्च कुल के द्वारा पर जा बैठता हूँ?
कब मैंने आलिंग में ले सिर्फ द्विज को मन दिया है?
क्षत्रियों को उच्च कह कब, स्वयं से बंधन किया है?

पर चरित के पृष्ठ जलते
देख, मैं घुट-घुट जला हूँ,
आज अपने ही सुतों के
सथ देखो मैं छला हूँ।

कह रहे तुलसी गलत है वे उसे कब जान पाये?
जो कल सच है मगर वे कब उसे सच मान पाये।
स्वार्थ के कारण अरे, न भाई से भाई लड़ाओ,
सच छिपा ला झूठ आगे, न सलेदर को भिड़ाओ।
मैं बताता हूँ मेरे दर सब सनातन से बँधे हैं,
जो मेरे लेकर रहे वे बस मेरे मन में सधे हैं।
ध्यान है तुमको गलत को मान मैंने ही दिया था,
और मैंने ही शबर से भाई सा बंधन किया था।

मान दे माँ कह पुकारा
भीलनी के बैर खाकर,
साथ में खाया खिल्लाया
साथ वनवासी बिठाकर।

शुद्ध संज्ञा के सहारे दौंव तुमने ये चला है,
हृदय में जिनको बसाया कह रहे मैंने छला है!
ये मेरे मणिहार के मनकें सदा से ही रहे हैं,
तुम जरा दे ध्यान देखो दास तुलसी ने कहे हैं।
अर्थ का अनर्थ कर तुम दोष तुलसी के मढ़े हो,
भूल करते हो उसी ने स्वर्ण-मनकें से गढ़े हो।
मत छलो इनको वरण में बाँटकर मत स्वार्थ साधों,
प्राण हैं मेरे इन्हें मत प्राण से कर दूर बाँधों।

राम में सब राम सब में
राम के लेकर रले सब,
हो मेरे सुत चार चारों
राममय लेकर रले अब।

- हेमराज सिंह 'हेम'
कोटा, राजस्थान

प्राची मे दिनकर की आभा

प्राची मे दिनकर की आभा फैल रही नव अंकुर फूट
रहे धरती पर, दूर तलक फैली साया विटप समेट
रहे अपनी, है खरित तृणों की नोकों पर कुछ तुलिन
कणों की सीतलता अब शनैःशनैः है सूख रही, हिम
आच्छादित गिर शिखरों पर रजत धवलता धीरे धीरे
स्वर्णिम आभा से संवर रही, दूर तलक फैली चादर सी
रेत कणों मे फिर से मोती की चमक है विखर रही,
वन उपवन का सन्नाटा चिड़ियों की चरक ने तोड़ा
है, मरुक उठा है चमन अभी पुष्पों की मोरुक कलियों ने
अधरों के पट खोला है, बहती कल कल निर्झर के सुर
खग कुल कुल कुल की तान सुरीली जैसे नैसर्गिक
राग अभी खुद प्रकृती ने छेड़ा है, हुआ सबेरा और
पथिक सब पथ पर पांव धरे सवेग हो, चाल ताल पद
मिश्रित हो सब चले लक्ष की ओर निजी, हर तरफ एक
उत्साह गजब का हर तरफ एक अद्भुत उमंग, है प्रकृत
चल पड़ी और जिन्दगी जीवन जीने निकल पड़ी।।।

(कामेश)

चोकर की लिट्टी

मेरे पुरखे जानवर के चाम छिलते थे
मगर, मैं घास छिलता हूँ

मैं दक्खिन टोले का आदमी हूँ
मेरे सिर पर
चूल्हे की जलती हुई कंडी फेंकी गयी
मैंने जलन यह सोचकर बरदासत कर ली
कि यह मेरे पाप का फल है
(शायद अग्निदेव का प्रसाद है)

मैं पतली रोटी नहीं,
बगैर चोखे का चोकर की लिट्टी खाता हूँ

चपाती नहीं,
चिपरी जैसी दिखती है मेरे घर की रोटी
मैं दक्खिन टोले का आदमी हूँ

मुझे लमेशा कोल्हू का बैल समझा गया
मैं जाति की बंजर जमीन जोतने के लिए
जुल्म के जुए में जोता गया हूँ
मेरी जिंदगी देवताओं की दया का नाम है
देवताओं के वंशजों को मेरा सच झूठ लगता है
मैं दक्खिन टोले का आदमी हूँ

मैं कैसे किसी देवता को नेवता दूँ?
मेरे घर न दाना है न पानी
न साग है न सब्जी
न गोइंटी है न गैस
मुझे कुएँ और धुएँ के बीच सिर्फ धूल समझा जाता है
पर, मैं बेरुया का फूल हूँ
देवी-देवता मुझे हालात का मारा और वक्त का हारा करते हैं
मैं दक्खिन टोले का आदमी हूँ

देखो न देव, देश के देव!
मैं अब भी चोकर का लिट्टा गढ़ रहा हूँ,
चोकर का रोटा ठोंक रहा हूँ
क्या तुम इसे मेरी तरह दूँस सकते हो?
मैं भाषा में अनंत आँखों की नमी हूँ
मैं दक्खिन टोले का आदमी हूँ

सद्कर्मों का अवश्य मिलता

पुरस्कार...

हमारे सद्कर्म लोगों के जेहन में लेते यादगार,
हमारे जीवन के दशा व दिशा में लाता निखार।
हो सकता है कभी हमें, सफलता न मिल सके,
सतत सद्कर्मों का अवश्य मिलता पुरस्कार ॥

सद्कर्मों से हो सकता, हम न हो सकें धनवान,
यद प्रतिष्ठा न बहुत बड़ी, न हो उतनी पहचान।
सद्कर्मों से हमें मिलती है, संतुष्टि और सुकून,
हमारे लिए यही सबसे बड़ी है दौलत की खान ॥

असत्य के पथ पर चलने से, जल्द ही होता नाम,
अक्सर खूब प्रगति करें, जिनका हो गलत काम।
वर्तमान में ऐसे लोगों की होती है, जय जय कार,
समाज में रुतबे के मालिक बनें, लोग करें प्रणाम ॥

यद पैसा और प्रसिद्धि की, सब को होती दरकार,
असत पर चल कर ये सब, पाना होता है बेकार।
सत्य के अनुगमन से, मिलती हमें सदैव जीत,
सच के जीवन संघर्ष से, जीवन में न मिले हार ॥

झूठ के ताने बाने का, आजकल चल रहा व्यापार,
हमें प्रयास करना होगा, इनसे बचने का व्यवहार।
सद्गमन से सुख और संतुष्टि का मिले अहसास,
सदा अच्छाई पे चलने का, हम मन में करें विचार ॥

लाल देवेन्द्र कुमार श्रीवास्तव.....

नोट

पिछले अंक में शीर्षक 'सद्कर्मों का अवश्य मिलता पुरस्कार' के स्थान पर 'बाल पहेलियां' नुटीवश हो गया था, इसे इस अंक में सुधारा गया है

बाल पहेलियां

गोल चश्मा झब्बर सी मूंछें
चेहरे पर मुस्कान
बताओ तो बच्चों भारत का
कौन मसन इंसान (1)

नवरात्रि सब पूजा करते
नौ रूप है जिसके
सिंह पर सवारी करती
बोलो समझ आई किसके (2)

रात अमावस फिर भी दमके
रहे मिठाइयों की भरमार
धूम धड़ाके के बिच मनाता
बच्चों कौनसा दो त्योहार। (3)

छोटा कद लाल धरती के
भारत माता के अभिमान
जन्म हुआ गांधी जी संग
नेता भले भले इंसान। (4)

अपनी है फिर भी पराई
ईश्वर का वरदान
संसार में भर दी जिसने
विविध रंगों की मुस्कान। (5)

धर्म ग्रंथ ना कोर्स की पुस्तक
फिर भी जुरत पढ़ने की
देता युक्ति सभी जनों को
आगे - आगे बढ़ने की। (6)

दो पैर दो हाथ है जिसके
बीस आंख दस सिर
जल जाता हर वर्ष सदा
आगे आ जाता फिर फिर। (7)

उत्तर पहेलियां : (1) महात्मा गांधी (2) दुर्गा मां (3)
दीपावली (4) लाल बहादुर शास्त्री (5) बेटा (6) संविधान
(7) रावण।

व्यग्र पाण्डे.....

शब्दोंत्सव

शब्द
ईश्वर का रूप है।
इसलिए सम्मान करें
हर एक शब्द का।
शब्द के हाथ-पांव नहीं है
फिर भी
गुंर से निकले कड़वे शब्द
कभी किसी के लिए
जिंदगीभर ना भरनेवाला
जर्रम बन जाता है
और
गुंर से निकले भीठे 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



कॉर्नफ्लावर नीलकूपी

प्रकृतिमेल डेस्क

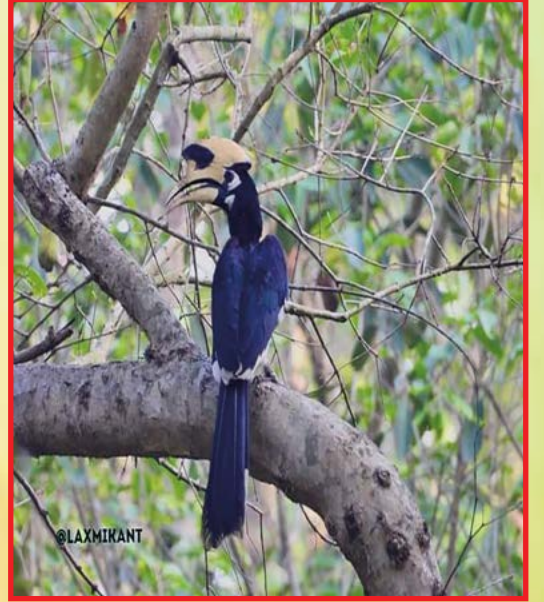
जर्मनी का राष्ट्रीयफूल देखने में चमकीले रंग का होता है। झालरवाली पंखुड़ियों के ये फूल मोहक लगते हैं। जंगली फूलों की श्रेणी में आने वाला यह पुष्प जून-अगस्त में लगाया जा सकता है। इस पौधे के लिए हल्की रेतीली मिट्टी सबसे अच्छी रहती है। घर में हरियाली रखने और सुन्दर फूलों से बगवानी को मोहक बनाने के लिए इसे अपने घरों में जगह दे सकते हैं। सुन्दरता के साथ ही इस फूल के कुछ औषधियें गुण भी हैं जो कि शरीर में होने वाली दिक्कतों में आराम देते हैं। नीलकूपी फूलों का इस्तेमाल चाय के तौर में भी किया जा सकता है। इसका गुण फेफड़े की जकड़न, गले में दिक्कत और कब्ज जैसी दिक्कतों में आराम देता है। बुखार

में भी लाभप्रद है। लिवर की समस्याओं में भी बहुत लाभ देता है। इस पुष्प और इसकी पत्तियां शरीर में घाव में भी लाभ देता है। सूजन में आराम देती है। इसको टॉनिक के रूप में लेने से गॉल ब्लैडर सुचारू रूप से काम करता है। आखों के लिए भी यह लाभदायक है, मोतियाबिंद में भी यह असरदार है। त्वचा के लिए भी बहुत लाभप्रद है। कील-मुहासों पर, त्वचा पर चकत्ते होने पर इसके फूल और पत्ते लाभ देते हैं। इसके फूलों को पानी में मिला कर भाप लेने पर चेहरे पर रौनक आती है। शैम्पू तैयार करने में भी इसका इस्तेमाल किया जाता है। इसका एक प्रयोग खाने के रंग के रूप में भी होता है। वैसे इसके इस्तेमाल में सावधानी भी रखनी चाहिए। इसका जरूरत से ज्यादा इस्तेमाल नुकसान कर सकता है।

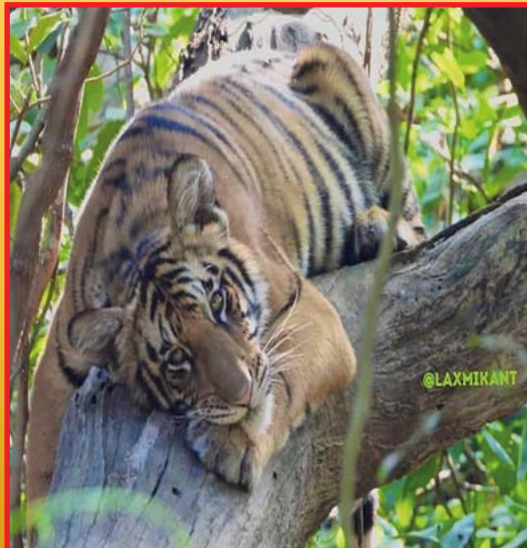
बास्केट फ्लावर (basket flower) भी कहा जाता है। इसका वैज्ञानिक नाम *Centaurea cyanus* है। इसमें नीले रंग के फूल आते हैं जिन्हें सूखा कर कई दवाओं में प्रयोग किया जाता है। कई लोग बुखार, कब्ज और सीने में दर्द से राहत पाने के लिए इसकी चाय बनाकर पीते हैं। औषधीय गुणों से भरपूर होने के कारण इसका इस्तेमाल कई दवाओं में भी किया जाता है। यह पौधा खासतौर पर अपनी एंटी-इन्फ्लॉमेटरी प्रॉपर्टिज के लिए जाना जाता है। इसे हर्बल टी के रूप में लिया जाता है। ये पेट के अल्सर को राहत पहुंचाता है। इसके अलावा ब्लीडिंग गम और छालों की समस्या को दूर करने के लिए भी इसे फायदेमंद माना जाता है। इसकी चाय डायजेशन को सुधार के लिए अच्छी मानी जाती है।



प्रकृति के रंग



लक्ष्मीकांत वर्मा
लखीमपुर खीरी





" स्वमन, स्वतन अपने कर्मों की वैज्ञानिकता से बीजांकित होता है जिसमें स्वमन स्वसूर्य है जो ब्रह्माण्ड में फैले हुए स्वईधन को पकाकर स्वतन से जोड़ता है जिसे स्वतन अपने एहसास से कर्म पूरा करते हुए अपनी मृदा का स्वगंधीय विज्ञान को ठोस कर देता है जो स्वगंध विज्ञान बन जाता है। यदि मानव अपनी भौगोलिक अवस्था पर रोक लगाता है तो ठीक उसी प्रकार अपनी गुणात्मकता की गुणहीन कच्ची अवस्था बनने लगती है जैसे सजीव निर्जीव स्वभाव और जलवायु के विपरीत विकास कराने पर गुणहीन फल का निर्माण करने लगते हैं इसलिए स्वस्वभाव पर चलकर स्वफल का निर्माण करें।"

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

Mahindra
Rise.

MAHINDRA TRACTORS
Technology se Surakhi

नई महिंद्रा XP PLUS सीरीज़

श्रेणी में पहली बार

माइलेज शानदार

पावर दमदार



✉ durgaautosale2000@gmail.com ☎ 9919528830 📞 0545-4242216

📍 इलाहाबाद-जौनपुर रोड, मद्दली शहर, जौनपुर, उ. प्र.।