

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

RNI No. UPHIN/2011/40224

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

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

प्रकृति मेल

जीवन विकास में रुकावट की
घेराबंदी दूर करने का सूत्र
 $5W + NC - 5W = NC$

प्रकृति आश्रम

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

‘अशोक मानव’

9415041794, 9807636072

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

कोमल

बिल्डिंग मैटेरियल

सत्य प्रकाश मिश्रा (राहुल मिश्रा)

बिक्रेता • बालू • मोरंग • सीमेंट • गिट्टी

मछली शहर, जौनपुर **मो0 9792512188**

प्रकृति मेल

हिन्दी मासिक पत्रिका

वर्ष: 13 अंक : 5 | नवम्बर - 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 पदधिकारीगण पत्रिका के
प्रारम्भ के अंक से ही बिना किसी मासिक सहयोग धनराशि या वृत्तिका
के स्वैच्छा 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

Web : www.prakritimail.com

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

अंदर के पन्नों पर



P 8

जीवन एक अनंत यात्रा

P 10

प्रकृति में हर अनुमान एक
विज्ञान

P 20

तरंगीय यात्रा -
स्पर्श से संचार तक

P 22

आओ! नदियों को बचाएँ

P 24

अवस्थाओं की रेल

P 29

असामाजिक व्यवहार से
पोषित परम्परा

P 35

कृत्रिम बुद्धिमत्ता (ए.आई.)

P 41

अंकों के नीचे दब गया
बचपन

P 42

दीपक की रोशनी

P 61

अपराजिता

P 32

प्रकृति विज्ञान

इच्छा से प्राकृतिक निर्माण
का सूत्र

" इच्छा ब्रह्माण्ड प्रदूषण प्रश्न का
प्रतिउत्तर है जो जिस कण से
उत्पन्न होती है उसे पूर्ण विज्ञान
बनाने तक न रोकी जा सकती है
न मिटाई जा सकती है। "





अशोक मानव

सदुपयोग

स-सही, द-दशा, उ-उपयोगी, प- पथ, यो-योग्य, ग- गणना

अर्थात् सही दशा के लिए उपयोगी पथ की योग्य गणना। सदुपयोग का प्राकृतिक अर्थ होता है सही दशा बनाने के लिए उपयुक्त पथ पर चलते हुए योग्य गणना (ना कम ना ज्यादा सिर्फ वही जिसे सही निर्माण हो सके) करते हुए विषय वस्तु को धारण करना जिससे वास्तविक निर्माण हो सके। वैज्ञानिक अर्थों में जो धारण करने योग्य हो उसे जोड़ना ही सदुपयोग है। सामाजिक अर्थों में सही जानकारी के बाद विषय वस्तु को धारण करना जो हानि न पहुंचाएँ और वस्तु की बर्बादी भी ना हो को सदुपयोग कहते हैं। सदुपयोग का वास्तविक अर्थ है सही मार्ग से विषय वस्तु को प्राप्त कर योग्य जानकारी के बाद धारण करना ही सदुपयोग है। ऐसे विषय वस्तु को जोड़ना जो निर्माण कर सके सही वही सदुपयोग है।



" जो स्वाभाविक रूप से जीवन में मिलता है उसे जी लेना ही जीवन का सदुपयोग है। "



सदुपयोग की जानकारी सभी जीव पदार्थ को होती है। इसकी जानकारी पदार्थ को सबसे अधिक होती है। पदार्थ उसी पदार्थ को अपने से जोड़ता है जिससे निर्माण होता है। जो पदार्थ इसके लिए अवगुणीय होता है उसे अपनेआप से नहीं जोड़ता है। यदि उसे बल प्रयोग से जोड़ भी दिया जाता है तो उसे स्वीकार नहीं करता है। मानव के अतिरिक्त अन्य जीव भी सदुपयोग की सही जानकारी रखते हैं। यह भी उसी को धारण करते हैं जो इसके निर्माण में सहयोगी होता है। ऐसे पदार्थ को ये नहीं खाता जो इन्हें हानि पहुंचाते हैं। पालतू जानवर को धोखे से खाने योग्य भोजन में हानि पहुंचाने वाली वस्तु को खिलाया जा सकता है पर खुले जानवर ऐसे पदार्थ को नहीं खाते हैं। यह ऐसी वस्तु को धारण करते हैं जो इन्हें लाभ पहुंचती है। जिससे इनका शरीर विकास होता है। अचर जीव को भी सदुपयोग की पूर्ण जानकारी होती है यह भी इस वस्तु को अपना भोजन बनाते हैं जिससे इनका निर्माण होता है। अपने आप को ये मिटा देते हैं पर हानि पहुंचाने वाली वस्तु को नहीं धारण करते हैं। मानव के अतिरिक्त अन्य जीव पदार्थ शांत होने के कारण सदुपयोग की सही जानकारी कर पाते हैं।

मानव के पास सदुपयोग की सही जानकारी नहीं होती है जबकि मानव पढ़ा-लिखा होता है, जानकार लोगों से जानकारी भी प्राप्त करता है। फिर भी अयोग्य वस्तु को धारण कर लेता है। डॉक्टर, इंजीनियर, आध्यात्मिक लोग, वैज्ञानिक या कुछ अनुभवी लोगों को अपने क्षेत्र में सदुपयोग की कुछ जानकारी होती है जिससे अपने क्षेत्र में सही वस्तु का मिलान करके निर्माण करते हैं पर सदुपयोग के पूर्ण ज्ञाता यह भी नहीं होते हैं। सदुपयोग एक ज्ञान का नाम है। एक ही वस्तु कोई जरूरी नहीं की सभी को लाभ पहुंचाए। एक ही वस्तु किसी को लाभ पहुंचती है तो दूसरे को हानि भी पहुंचती है। प्रवृत्ति अलग-अलग होने के कारण ऐसा होता है। सदुपयोग की सही जानकारी तो अपने अंतरात्मा की आवाज से ही हो पाती है पर अंतरात्मा के चारों तरफ कई चक्र के विषय आत्मक घेरे बने होते हैं जिसमें कुछ

प्रदूषित घेरे भी होते हैं जिसके कारण से व्यक्ति विषय वस्तु के सही गुणों की जानकारी नहीं कर पता है। प्रदूषित घेरे से विषय-वस्तु के गुणों की ऊर्जा जाने से जो रासायनिक क्रिया होती है उससे विषय-वस्तु की सही जानकारी नहीं मिल पाती है और व्यक्ति विषय वस्तु का सदुपयोग नहीं कर पता है। ऐसे विषय-वस्तु धारण कर लेता है जो लाभ पहुंचाने की जगह हानि पहुंचाने लगते हैं। सदुपयोग का सही परिचय दूसरे के बताने से नहीं बल्कि अपने आप से होता है। ऐसा इसलिए होता है क्योंकि सब की प्रवृत्ति अलग-अलग होती है। सदुपयोग का पूर्ण ज्ञान हो जाने के बाद मानव भी कोई ऐसी विषय वस्तु नहीं धारण करेगा जो उसे हानि पहुंचाएगी। सिर्फ उसी विषय-वस्तु को धारण करेगा जो उसे लाभ पहुंचाएगी और उसके शरीर का विकास करेगी। सदुपयोग की सही जानकारी के लिए अपनी प्रवृत्ति की जानकारी और विषय-वस्तु के गुणों का ज्ञान होना चाहिए।

सदुपयोग की सही जानकारी के लिए व्यक्ति को भूत को नहीं याद करना चाहिए और भविष्य के लिए परेशान नहीं होना चाहिए अपनी पूर्ण ऊर्जा वर्तमान के लिए सुरक्षित रखना चाहिए। कम से कम इच्छाएं बनानी चाहिए अच्छा तो यही होगा कोई इच्छा ही ना बनाएं वर्तमान में जो उपलब्ध हो उसीका भोग करें ऐसा करने से आनंद मिलता है। ज्यादा से ज्यादा शांत रहें अपने मस्तिष्क में विषय का घेरा ना बनने दें। प्रवृत्ति के अनुसार स्वाभाविक इच्छा बनकर उसका विकास होता रहता है। ऐसा करने से व्यक्ति की ऊर्जा केंद्रित रहती है और विषय वस्तु के गुणों की सही जानकारी मिल पाती है। जिससे वह विषय वस्तु का सदुपयोग कर सकता है। ऐसा ना कर पाने वाला व्यक्ति भी विषय-वस्तु या (विषय से मुक्त होकर) 10 मिनट तक शांत अवस्था धारण करके अपनी उर्जा उसी की जानकारी के लिए केंद्रित करें तो काफी हद तक उसकी जानकारी मिल जाती है, जिससे वह उसका सदुपयोग कर सकता है।



पाठकनामा

पत्रिका के लेख सभी विषयों जैसे सामाजिक, मनोवैज्ञानिक, आध्यात्मिक और ज्वलंत समस्याओं पर अपनी विशेष शैली और दृष्टिकोण के होते हैं। ऐसा दूसरा उदाहरण देखने में नहीं आता। आप सभी को बहुत शुभकामनाएं।

पत्रिका में कार्यरत सभी सदस्यों का आभार। दिपावली की शुभकामनाओं के साथ आशा करती हूं कि यह अद्वितीय परम्परा यूं ही कायम रहेगी।

डा. इरा त्रिपाठी
वाराणसी

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

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

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

email - editor.praakritimail@gmail.com

Contact: 9807636072, 7376495194



““

“मैं मनुष्य और मनुष्यता के उत्सव में विश्वास करती हूँ।”

तस्लीमा नसरीन



““

“भूकंप का एक बड़ा कारण धरती की कोख से जल का अंधाधुंध दोहन करना भी है।”

पंकज चतुर्वेदी



““

“मैं पुरस्कार उस बम को दूंगा, जो फटा नहीं या जो कारखाने में रह गया।”

मोसाब अबू तोहा



““

“इंटरनेट ऐप्स से बने रिश्तों के पीछे कोई सामाजिक दबाव नहीं काम करता।”

मुकुल श्रीवास्तव



““

“जातियां टूटने पर ही राष्ट्रियता जुड़ेगी।”

रयौराज सिंह



““

“कहीं ऐसा न हो कि हाथ से पत्थर फेंककर आक्रोश व्यक्त करने वाला समाज निराश होकर अपने तरीके से न्याय देने के विकल्प पर भरोसा करने लगे।

हरवंश दीक्षित



जीवन एक अनंत यात्रा



कामेश

जीवन की इस अनंत यात्रा पर वास्तव में अनेकानेक रास्ते आते रहे परंतु फिर भी हर तरफ अंधकार छाया हुआ था और यह अंधकार इस बात का द्योतक नहीं कि बस कुछ दिख नहीं रहा बल्कि जीवन की यात्रा में अपने भीतर चल रहे वह अंधकार हैं जो जीवन को जान नहीं पाए देख नहीं पाए और ना ही जीवन के वास्तविक मूल्य की पहचान पाए एक गहन अंधकार आंखों के सामने जीवन अपनी यात्रा पर चला जा रहा और एक दर्शन मात्र भी नहीं है रहा की एक झलक भी नहीं मिल पा रही आंखें खुली होते हुए भी बंद हैं।



अनंत दीप जल उठे मशाल एक जो जली।
अनंत पुष्प खिल उठे की बेल एक जो
चली ॥

जीवन एक अनंत यात्रा है जिसका कोई अंत नहीं जीवन एक अनंत धारा है जिसका कोई पड़ाव नहीं जिसका कोई ठहराव नहीं जिसकी कोई मंजिल नहीं ना ही कोई लक्ष्य है यह बस एक यात्रा है और ऐसी यात्रा जो कि बस जिधर से गुजरती है कुछ अद्भुत अविस्मरणीय और अविनाशी होता है इस बात को इस तरह भी कह सकते हैं कि जीवन मात्र एक शरीर में होना नहीं है बल्कि जीवन तो शरीर और संसार से भी परे कोई अलौकिक अविनाशी अवस्था का नाम है जीवन मात्र एक उम्र विशेष तक जी लेने का नाम नहीं और ना ही किसी पदार्थ विशेष की सजीवता का नाम है। जन्म हुआ कुछ वर्षों तक के लिए और मर गए जीवन मात्र यही नहीं है इसकी अपनी अनंत की यात्रा है और यह यात्रा असीमित है हमारे भीतर चल रहे स्वास हमारे भीतर चल रही धड़कनों का चलना मात्र ही जीवन नहीं है क्योंकि हमारे भीतर स्पंदन हो ना हो हरकतें हो ना हो जीवन पर इस बात का कोई प्रभाव नहीं पड़ता क्योंकि वास्तव में यह जीवन की अनंत यात्रा का

महज एक हिस्सा भर है और कुछ क्षण इस स्थान से भी गुजर भर रहा है और वह भी गुजर रहा है तभी ठहरा हुआ है क्योंकि यह मात्र यात्रा है जो रुक नहीं सकती और हम समझ बैठे कि जीवन हमारा है हम जी रहे हैं वास्तव में ना जीवन हमारा है और ना ही हम जीवन के सरल और सीधी सी बात है कि हम जिस रास्ते से गुजरते हैं ना वो रास्ता हमारा होता है और ना ही हम रास्ते के होते हैं हां यह है कि कभी उस रास्ते से भी गए थे बस परंतु यह बात भी समझने की है कि हम बहुत से स्थान से गुजरते हैं पर हमें सब याद नहीं रहता है जबकि हमारे तो रास्ते भी सीमित हैं यात्रा भी सीमित है उसी रास्ते पर हम पैदा होने से लेकर मृत्यु तक गुजार देते हैं फिर भी हम रास्ते के हो पाते हैं और ना रास्ता हमारा तो फिर भला जीवन की अनंत यात्रा है इस यात्रा में पड़ने वाले हमारे शरीर जैसी एक राह को यह जीवन भला कैसे अपना सकता है या हम इस जीवन को अपना कह सकते हैं।

परंतु जीवन के इस अनंत यात्रा में एक अवसर अवश्य छिपा है कि भले ही जीवन अनंत है पर भले ही हम मात्र एक रास्ता भर हैं फिर भी यदि इस बार इस यात्रा में हम अपने भीतर जीवन आया हुआ जान

सकें अपने भीतर से होकर जीवन के गुजरने को महसूस कर सकें या हम अपने भीतर यदि अनुभूतियों और एहसासों आलोकित कर लें और एक नजर भर इस जीवन को देख लें तो निश्चित ही हम उस जीवन की अनंत यात्रा का एक हिस्सा बन सकते हैं जिस तरह से सुनसान अंधेरे रास्ते पर यदि हमें कहीं एक रोशनी दिख जाती है तो वह हमें अपने मृत्यु तक कहीं नहीं प्रकाशित करती ही है अर्थात् जीवन की अनंत यात्रा में यदि हम अपने भीतर एक मशाल जला लें तो फिर से जीवन जिन जिन रास्तों से होकर गुजर जाएगा वहां वहां दीपों की लड़ियां जलाता जाएगा और इस तरह एक मशाल यदि हमारे भीतर जली और हम इस जीवन को देख सकें इस जीवन से वास्तव में आत्मसात हो सके तो यही मशाल अनंत दीप जलाने में समर्थ हो जाएगी और उसका प्रत्यक्ष रूप से हम अनुभव कर सकते हैं हमारे सामने ही बहुत से ऐसे उदाहरण भी हैं कि एक मशाल जली है और अनंत दीप जल रहे हैं

राम के रूप में मशाल जली कभी कृष्ण कभी सिद्धार्थ बुद्ध के भीतर तो कभी महावीर कभी ईसा तो कभी मोहम्मद साहब के भीतर जली और हम देखते हैं कि जब जब एक मशाल कहीं जली है तो अनंत दीप अपने आप जलने शुरू हुए हैं फिर तो दीपों की लड़ियां बननी शुरू हो गईं और एक अनंत की यात्रा पर निकल पड़ी ये लड़ियाँ फिर तो जलती ही जा रही निरंतर अब यह बुझ नहीं सकती मगर वास्तव में यदि मशाल जली तो वास्तव में यदि जीवन को देखा गया हो तो और फिर तो सिर्फ प्रकाश ही प्रकाश है फिर से इसे चलाने की आवश्यकता ही नहीं यही स्थिति है यदि एक बार जीवन में बीजारोपण हो गया और एक बेल लता निकल पड़ी तो फिर जीवन में मात्र स्वाद ही स्वाद है फिर तो अनंत पुष्पों की कलियां खिलनी शुरू हो ही जाएंगी फिर से हमें जीवन को देखने की आवश्यकता नहीं बल्कि जीवन के सुखद अहसास को लेते रहना ही है जीवन की अनंत यात्रा में एक बीज हमारी धरती अर्थात् हमारे

भीतर रोपित करने की आवश्यकता है जैसे कि कबीर ने रोपित किया गोरख ने लगाए तुलसी ने लगाए हमारे भीतर आज भी कहीं ना कहीं इन की कलियां खिल रही और हम सुगंधित हो रहे कहीं ना कहीं आज भी इस अनंत की यात्रा में हम सुखद एहसास कर ही रहे हैं दिख रहा था हर तरफ की घोर अंधकार था दिख रहा था हर तरफ की व्योम धुंध काट था बढ़ रही थी एक ओर प्यास बेशुमार थी तप रही थी एक और चाह बेकरार थी लोग थे वो रो रहे निशाचर बढ़ा रहे चीख के कराह के पिशाचिनी बढ़ा रहे निशाचरी का नाश है कि अंधकार है मिटा सारी सृष्टि चल पड़ी की शेष चल जो चली अनंत दीप जल उठे मशाल एक जो जली

जीवन की इस अनंत यात्रा पर वास्तव में अनेकानेक रास्ते आते रहे परंतु फिर भी हर तरफ अंधकार छाया हुआ था और यह अंधकार इस बात का द्योतक नहीं कि बस कुछ दिख नहीं रहा बल्कि जीवन की यात्रा में अपने भीतर चल रहे वह अंधकार हैं जो जीवन को जान नहीं पाए देख नहीं पाए और ना ही जीवन के वास्तविक मूल्य की पहचान पाए एक गहन अंधकार आंखों के सामने जीवन अपनी यात्रा पर चला जा रहा और एक दर्शन मात्र भी नहीं है रहा की एक झलक भी नहीं मिल पा रही आंखें खुली होते हुए भी बंद हैं बस दिख रहा तो सांसारिक अंधकार और अंधकार जो आसमान चमकते सितारों से रोशन था वह भी महज धुंके जैसा नजर आ रहा वास्तव में यह आसमान में भी सूर्य चांद और तारे देखने के लिए भी आंखें खुली होना आवश्यक होता है बस यही था कि जीवन की इस यात्रा में हमने अपनी आंखें बंद कर रखी थी मसाले चली पर आंख बंद पुष्प खिले पर नाक बंद तो फिर कैसे दीप जल सकते हैं कैसे भला सुगंध का को महसूस किया जा सकता है परंतु जीवन जिस शरीर ऽरूपी रास्ते से गुजर रहा है उसे तो उस रास्ते में एक ऐसे एक चाहत तो होगी ही कि काश हम भी महसूस करें हम भी देखें और यह प्यास है रास्ते की फिर भी हम

अपने ऊपर संसार के संसाधनों का जो जाल बना रखे थे वहीं से हमारी प्यास जीवन के दर्शन से विमुख होकर सांसारिक स्थितियों की तरफ रुख कर लिया प्यास से तो हम जीवन के लिए हैं पर पानी सांसारिक के भोग का पीर है अतः प्यास भी बेशुमार है क्योंकि जीवन तो धीरे-धीरे आगे ही बढ़ता जा रहा और उम्मीद है छुट्टी जा रही एक तरफ जीवन से आत्मसात होने की प्यास है दूसरी तरफ भाग रहे विपरीत दिशा में आता है तपन कष्ट भी भोग रहे चाहत भी बेकरार कि काश किसी भी तरह मिल सके बस एक बार दृष्टिगोचर हो सके और बस यहीं से एक दूसरी यात्रा शुरू होती है कि प्यास और तपन कम होने का नाम नहीं ले रही पीड़ा में रुलाई आ रही और इस तरह निशाचर ई रात्रि में भटकने वाले बढ़ रहे अर्थात् सीधी सी बात है कि जीवन के प्रकाशित यात्रा से तब भटक कर हम अपनी दिशा बदल लेते तो फिर दूसरी तरफ भागने लगे जिधर मात्र अंधेरा ही अंधेरा था तो अंधेरे में चलने वाले निशाचर रात्रि पर स्वतः ही बनते चले गए और जैसे-जैसे रात्रि के गहन अंधकार में जाते रहे भय और उसमें कराह के राक्षसों को बढ़ाने का काम करने लगे उधर एक मशाल जलने से अनंत दीप जलाने वाले अब एक भय एक डर से अनगिनत राक्षसी प्रवृत्तियों की जन्म लेने लगे

परंतु उस जीवन की अनंत यात्रा में निशाचरी प्रवृत्तियों का कोई स्थान नहीं अतः निशाचरी रात्री की तरफ भागने वाले की यात्रा को वहीं रोक कर एक जीवन स्वयं एक ऐसी यात्रा की तरफ एक ऐसे रास्ते की तलाश किया जो अंधकार में जा रहे प्राणियों को दिशा बदल के सृष्टि को आलोकित करें एक ऐसी चाल जो शेष अर्थात् अंतिम रास्ता से होकर गुजरता था वह जीवन एक ऐसे रास्ते को चुनें जहां से समस्त सृष्टि अपनी सही दिशा में चल पड़े और अनंत दीप से प्रकाशित हो अनंत पुष्प से सुगंधित हो।





प्रकृति में हर अनुमान एक विज्ञान



गौरव पंत

प्रकृति में लगाया जाने वाला किसी भी तरह का अनुमान एक विज्ञान है। किसी का भी किसी तरह का कोई भी अनुमान होगा वह एक वैज्ञानिकता के आधार पर संचालित होता है। जैसा हमारा अनुमान होता है वैसा इलेक्ट्रॉन हमारे अंदर से प्रवाहित होता है और क्रियान्वित हो जाता है। यह एक सूक्ष्म विज्ञान है जिसे जाना नहीं जा सकता है। मानवीय धरा द्वारा जो भी अनुमानित विज्ञान सक्रिय होता है वह इसी वैज्ञानिकता के अनुसार क्रियाशील

होता है। किसी का अनुमान भी वही तक सक्रिय होता है, जहां तक उसे परिपक्व होना होता है। कोई अधूरी अवस्था ही हर किसी का अनुमान होती है। जिसे प्रकृति में उचित भूमि प्रदान होती है और वह परिपक्व होकर अनंतीय अंत हो जाती हैं। मानव को लगा उसके हर अनुमान से ही प्रकृति में हर क्रिया हो रही है। प्रकृति उसी के अनुसार गतिमान है किंतु वह प्रकृति की एक वैज्ञानिक प्रणाली है जिससे हर अवस्था सिद्धांत होती गयी। हर अवस्था का एक विज्ञान होता है जिससे वह गतिमान होता है। हमारा अनुमान सही होता देख हमको लगता है कि हम सब कुछ पूर्वानुमान लगा सकते हैं जो की संभव नहीं। क्योंकि हर अवस्था गतिमान है उसका कहीं कोई ठहराव नहीं तो हमारा अनुमान भी एक क्षणिक एहसास होता है। जो उतना ही हमें ज्ञात होता है जितने में वह परिपक्व होकर सिद्धांत हो जाता है।

(अनुमान - अनंतीय नभ ऊर्जा का मानसिक नग)

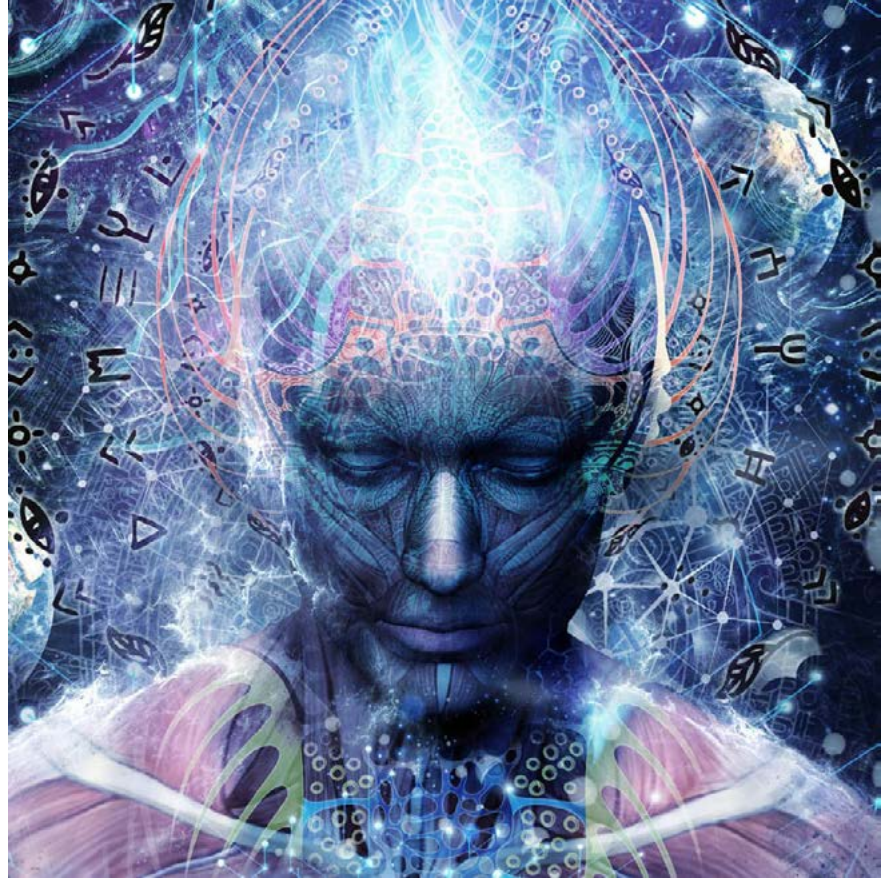
हर अनुमान एक विज्ञान है।
ना किसी अवस्था को ठहरना।
ना किसी अवस्था को जानना।
सिद्धांत हर अवस्था को होते जाना।

अनुमान भी वही तक होना जहां तक उसे परिपक्व हो जाना।
हर अवस्था एक विज्ञान इसी वैज्ञानिकता से गतिमान हो जाना।
अशोक ही अशोक हो जाना



अभिषेक पंत

परामर्श का ब्रह्मांडीय युग तो मानव तर्जनी आयोग का परिक्रमा युक्त साक्षात्कार सामूहिक भ्रम रहा है। वास्तविक ब्रह्मांड तो अंतर चेतना के मूल एहसास की राधिका स्पर्श नीति से स्वमार्ग पर गतिमान होता है, जहां से निधि यौगिक वर्ण पारा मूल अस्तित्व चेतना अपने ही ईंधन बल की मूलता को रसायन लीन करती है। अर्थात् जीव निर्जीव चेतना सूर्य अंकन प्रकाश शैली तो मात्रा व्यवहार की तरंगीय ज्वाला होती है। जिसकी शीतल अंतर रागिनी ही मति भाव की प्रेरणा में सूचना क्रम की संचारी तरंग को स्वभावी ऊष्मा का गंधीय कोष बना देती है।



तरंगीय यात्रा - स्पर्श से संचार तक

कथावाचक सूचनाएँ बनाकर, मानव जीव प्राणी को लगा कि स्वयंभू की त्वचा भी मानव वृक्ष की बनावट होगी। जिसे स्पर्श करते ही दिव्य आत्मा फलों का संचार पृथ्वी लीन हो जाएगा अपितु ईश्वर वाद से परे प्रकृति गुण का न्याय गुण से करती है। जिसमें जिस गंध की आवृत्ति होती है, उसमें उसी ऊर्जाध्वनित प्रकाश राधिका का संचार करती है। ध्वनित मूलता की दर्पण लक्षित आकृति ही नभ रचना की खगोलीय संरचना होती है। जिसमें राधिका मूल की स्वभावी ईंधन शक्ति ही मृदा पदार्थ का स्वाभाविक गुण साधन होती है। वाहन चेतना की अतिक्रमित सूचना से व्यावहारिक प्रहार का व्यंगात्मक अस्त्र भी बनाया गया था जिसमें राधिका सत्र का वस्त्र चढ़ाकर, मृदा मूल की क्षय भावना को दबाकर बढ़ाया गया था। अपितु प्रकृति ने शून्य अस्त्र चलाकर, स्पर्श वाहन रिक्तता में वात संचारी यात्रा गतिमान कर, सजीवता में ही निर्जीवता को पका लिया। पदार्थ मूल की रचना का मूल स्वभाव ही वह बन गया, जिसमें प्रदूषकों की आंच का तापमान ही सजीव तन का मूल आहार बन गया।



अंकन रिद्धिमा की परामर्श स्तुति का भागीदार निर्मित करना प्रकृति की सुलभता का सरल अर्थ निर्वहन नहीं होता, प्रकृति की पद्धति क्षमता में ठोस तत्व की आवृत्ति का स्वभावी अंकन ही तरंगीय यात्रा का स्वतंत्र अर्थ होता है। जिसमें नीति का बल ही गंध का परिमार्जन करता है एवं नियति की चेतना ही परवलीय शून्यता का अंकन करती है। अर्थात् व्यूह वृत्ति में नियमों की भावना से मात्र आविष्कार की संलग्न संस्कृति को तुलाकृत किया जा सकता है, अपितु मात्र मिलान की क्रांति का न्यायी अर्थ मात्र आंतरिक आवृत्ति की तंगीय यात्रा से संचालित संयन्त्रित होता है। परिपक्वता की मूलता में तरंगों का वेग ही तापमान की नीति का दबाव एवं खिंचाव बनाता है जिसमें पदार्थ मंडल की रस यात्रा का पारा मानक ही गंधीय रश्मि का मिलान स्वीकृत या अस्वीकृत करता है। ब्रह्मांड की ऊर्जा का संवर्तनी बल भी उतना ही वेग सिमित, जितना ब्रह्मांडीय तरंगों का ध्वनि वेग आवृत्ति लीन होता है। अर्थात् परमार्थ की

सचेतन अचेतन अवचेतन अनुचेतन अवस्थाएं स्पर्श से संचर तक ही तरंगीय यात्रा को प्रकृति लीन करती हैं। जिसमें गति चालक प्रमेयको की जलवायु सीमा ही अवस्था विशेष का विषय पूर्ण करती हैं। तार्किक क्षमता से मात्रा की अवलोकन स्थिति को अनुवादित किया जा सकता है अपितु वैज्ञानिक स्थूलता की पदार्थ बलिष्ठता तो तरंगीय यात्रालीन तत्व निर्वहन प्रवृत्ति पर निर्भर करती है। जिसमें गंधीय उत्सर्जन की नियंत्रित मात्रा ही ध्वनि तरंगों के आधार पर अपनी मार्गीय आकृति को चेतना लीन करती है।

'परामर्श का ब्रह्मांडीय युग तो मानव तर्जनी आयोग का परिक्रमा युक्त साक्षात्कार सामूहिक भ्रम रहा है। वास्तविक ब्रह्मांड तो अंतर चेतना के मूल एहसास की राधिका स्पर्श नीति से स्वमार्ग पर गतिमान होता है, जहां से निधि यौगिक वर्ण पारा मूल अस्तित्व चेतना अपने ही ईंधन बल की मूलता को रसायन लीन करती है। अर्थात् जीव निर्जीव चेतना

सूर्य अंकन प्रकाश शैली तो मात्रा व्यवहार की तरंगीय ज्वाला होती है। जिसकी शीतल अंतर रागिनी ही मति भाव की प्रेरणा में सूचना क्रम की संचारी तरंग को स्वभावी ऊष्मा का गंधीय कोष बना देती है। परा ब्रह्माण्डीय जीव चेतना की विधिवत सूक्ष्मता ही तरंगीय संचार की जीवनी होती है, जिसमें रासायनिक लोक की आकृति ही तत्व ततपर आनंद की रस क्षणिक मात्रा को पदार्थ मूल भौगोलिकता में रसलीन करती है। अर्थात् जीवन का चरित्र तरंग दर्शन है, जो मृत्यु के स्पर्श से परे मूल पदार्थ संचार का रासायनिक धनी होता है।'

गति की मूलता का प्रथम चक्र ही जीवन श्रवण उपाधि का मति संगत रंग तत्व मानक होता है। जिसमें प्रांगण चेतन की अवसादी मूलता का भविष्य भूत दोनों वर्तमान शुद्धि की समय छन्नी से मिटा दिया जाता है। परमार्थ की चेतना में जीव गर्भ की प्रकाश शैया का नीति मूल ही रासायनिक द्रव्यों का मिलान खगोलीय मुद्रा में करता है। जहां से गतिमान

चक्रव्यूह की रासायनिक नीति ही बीज जड़त्व की चेतना को पदार्थ मूल का भौगोलिक गुण बना देती है। 'आनंद का क्रमांक ही परमार्थ का सत्य है अर्थात् तरंगों की आवृत्ति ही ध्वनि का मत है जो गुणवत्ता प्रधान गंधीय प्रकाश को उसी वाहन की चेतना बनाती है, जहां से ध्यायी वर्चस्व का मिलान स्रोत ही मिट जाता है।' अवधारणा की मानसिकता में प्रपातीय सूर्याता का मूल ध्वनि गुण भी देखने का प्रयास तो किया गया, अपितु गति की मानक सूत्रता में पदार्थ आधार का एक ही आयाम दृष्टिगत कर लेना ही मानव का आविष्कार लगा। जबकि प्रकृति का प्रतीक चिन्ह तो एहसास की वह मूल मृदा बीज सत पात्रता होती है, जिसमें गुण अवगुण दोनों की परिभाषाएं मात्र रासायनिक प्रवृत्ति के आधार पर संतुलित होती रहती हैं। निश्चित ही रस का मिलान होगा, जब रसायन में भी रिक्तता का भान होगा, यही विचार कर, प्रदूषकों को प्रतीत हुआ कि जीवन संगिनी का कुपित रचना व्यायाम ही वन वर्ष वर्ण भार प्रतीक है। अपितु प्रकृति ने तो ध्वनि एहसास का मूल गुण स्वभूगोलीय मार्ग की चेतन को बनाया। जिसमें मूल वृत्ति की गंधीय भावना का क्रीडा काल ही, उस केंद्र को कृति लिप्त करता गया, जहां से निर्गन्धीय ईंधन का प्रकाश वर्ण ही नभ आवृत्ति में चुंबकीय स्तर से विस्तार करता रहा। प्रकृति की सूर्याता ही तत्व सिद्धांत का पदार्थ गुण होता है। स्पर्श का एहसास भी वहीं होता है, जब संचार की तरंगीय यात्रा का मानक शून्यता में स्व राधिका हेतु सक्रीय होता है। पराक्रमी आंशिकता की सजीव निर्जीव भावना को भी ब्रह्माण्डीय युगी बेला में मिटाया जा रहा, ज्योति स्पर्श का संचारी स्तूप ही मृदा जलवायु का गंधीय गुण होता है, जहां से तरंगीय यात्रा निहित परिपक्वता हेतु गर्भ गुण को भी पकाया जा रहा। अद्वितीय मानकों की राशिफल सूची भी बनाई गई थी, अपितु पदार्थ वर्ण की रासायनिक माला से ध्वनि उत्पात का प्रकाश घर्षणी गंध उत्कर्ष भी मिटाया जा रहा।

जीवन की मूलता का प्रकृति सूर्य ही आत्मा प्रभावी स्पर्श का विद्युत संचार करता है। मृदा की लवणता में उत्पन्न गंधीय इच्छा बीज ही संचारी आवृत्ति की तरंग उत्पन्न करता है। प्रकृति की आकृति ही प्रवृत्ति की सैद्धांति यात्रा होती है। जिसमें अम्लीय चेतना का प्रकृति रस ही पदार्थ भाव के ईंधन को वर्ण का विस्तार करता है। प्रकृति में भाव विज्ञान की चेतना ही स्पर्श से संचार तक की तरंगीय यात्रा होती है। जहां से उत्पन्न मानक धुरी व्योमानुकूलन की मूल प्रति ही नभज्योति में विद्यमान इच्छा क्रम को इंधनाकित करती है। रंगों की भाषा, आकृति की परिभाषा यह तो सीमित आयाम की जिजीविषा है, ब्रह्मांड तो अनंतीय रंगों की असीमित आकृति का विविध तत्व आयाम है। जिसमें रिक्तता का संचार भी तरंगीय स्पर्श की मूल निर्वात बात आगामी परिभाषा है। स्वर अंकन एवं लिपिबद्धता तो सीमा चुंबकीय मानसिकता की रागनी है, मूल तत्व इच्छा तो रिक्त स्थूलता में भी स्वप्नाधिकारी योग बनाकर मिलान करती है। जहां से तरंगीय यात्रा का मूल मिलान ही वृहित पदार्थ संख्या का खगोलीय उत्कर्ष स्वयं अंकित करता है। लिफाफे नुमा भूमि निर्माण, स्तूपीय धरा विस्तार, बीज ज्योति संचार, ज्यामिति भवन आकार, मूल निर्वात आधार, समस्त अवस्थाएं, तरंगीय यात्रा की स्पर्शलीन संचारी वृत्ति होती हैं। जिसमें नियंत्रित आवृत्ति की तत्व कक्षा ही अपनी परिधि का सूर्य ध्वनि कोष बनाकर, रासायनिक का गंधीय स्वभाव निर्मित करती है। यदि ब्रह्मांड पारदर्शी मूलता में भी स्पर्श हीन आवृत्ति का संचारी क्रम होता, तो प्रदूषकों द्वारा गैसीय भार इतना बढ़ा दिया गया होता, कि विस्फोटन ही विस्फोटन तरंगलीन होता। अपितु प्रकृति ब्रह्मांडीय की उत्पत्ति क्रम तो तरंगलीन स्वयंभुता की स्पर्श आकृति युक्त संचारी व्यवस्था होती है, जिसमें राधिका मृदा ईंधन आवृत्ति अंकन ही ध्वनित मूलता का आधार होता है।

'कथावाचक सूचनाएँ बनाकर, मानव

जीव प्राणी को लगा कि स्वयंभू की त्वचा भी मानव वृक्ष की बनावट होगी। जिसे स्पर्श करते ही दिव्य आत्मा फलों का संचार पृथ्वी लीन हो जाएगा अपितु ईश्वर वाद से परे प्रकृति गुण का न्याय गुण से करती है। जिसमें जिस गंध की आवृत्ति होती है, उसमें उसी ऊर्जाध्वनित प्रकाश राधिका का संचार करती है। ध्वनित मूलता की दर्पण लक्षित आकृति ही नभ रचना की खगोलीय संरचना होती है। जिसमें राधिका मूल की स्वभावी ईंधन शक्ति ही मृदा पदार्थ का स्वाभाविक गुण साधन होती है। वाहन चेतना की अतिक्रमित सूचना से व्यावहारिक प्रहार का व्यंगात्मक अस्त्र भी बनाया गया था जिसमें राधिका सत्र का वस्त्र चढ़ाकर, मृदा मूल की क्षय भावना को दबाकर बढ़ाया गया था। अपितु प्रकृति ने शून्य अस्त्र चलाकर, स्पर्श वाहन रिक्तता में वात संचारी यात्रा गतिमान कर, सजीवता में ही निर्जीविता को पका लिया। पदार्थ मूल की रचना का मूल स्वभाव ही वह बन गया, जिसमें प्रदूषकों की आंच का तापमान ही सजीव तन का मूल आहार बन गया।'

प्रकृति की सतत छाया का मूल गुण वर्ण ही ध्यायी पराधीनता से परे स्वाभाविक रश्मि की परछाई का प्रकाश मूल होता है। जहां से उत्पन्न लवणता ही अम्लीय प्रकाश की कारक साधन रागिनी होती है। प्रकृति की क्षमता का पहला मत ही तन तापमान का आत्मा बीज विकास करना होता है, जिसमें राधिका स्वशन मूलता का स्वभावी मृदा अंक ही व्यवहारिक रासायनिक स्पर्श का संचारी पात्र बन जाता है। जहां से नीति प्रकृति प्रवाह का पदार्थ आगमन ही रासायनिक भूलोक का स्तूपीय रागिनी तत्व तरंग आलय बन जाता है। ज्योति ज्यामित जीव निर्जीव पराग गर्भ क्रमांकित न्यायी एहसास की रिद्धिमा में उत्पन्न तत्व प्रकाश स्वीकृति ही संचारी पराक्रम की नभ पाताल रासायनिकता होती है। जिसमें गर्भ प्राण वायु की निर्गन्धीय प्रकाश शैली ही पारायांत्रिकी की आत्मा पदार्थ जीवनी में इच्छा तरंग के रूप में सम्मिलित

रहती है। जहां से होने वाला मिलान, क्रमिक प्रकाश रिक्तता को निर्वात वाहन वेग का दबाव उत्कर्ष वेग बनाकर समागम इच्छा तरंगालयी आवृत्ति प्रस्फुटन को गतिमान करता है। जिसका मूल भाव ही जीवन पराक्रम की ईंधन सहमति को मार्ग एहसास का मूल पूर्णांक विषय तत्व सारथी पदार्थ योग बनाना होता है। जहां से रासायनिक नीति की गंध नियति ही ध्वनि तरंगों की प्रकाश आवृत्ति का खगोलीय भाव गर्भलीन करती है। जिसमें वृत्ति पूर्णांक समय लिपि प्रकृति ही प्रवृत्ति गंधीय द्रव्यता का प्रथम आकाश धरा मिलान कर्मयोग बन जाती है।

कृत्रिमता की संशयवादी चरम सीमा तो मस्तिष्क हस्तक्षेप का का मानक सूर्य मर्यादित नाट्यां होता है। जिसमें तत्व मिलान की जिज्ञासा ही धुरी मानक लावणता को छिद्रित करने का प्रयास करती है। जहां से निर्मित आधुनिक विकल्प आख्या ही मार्गीय दुर्घटना का योग बनाती है। अपितु सारथी वाचक सूर्यता की द्रव्य प्रकाश निधि तो उसी तरंग रूप की इच्छा आवृत्ति को गतिमान करती है, जिसमें राधिका आधुनिक वृत्ति का रश्मि पारा मूल अस्तित्व लयबद्धता को शून्य लीन करता है। जहां से नीति वर्धनी मूलता की सूर्य संपन्न सार्थकता ही ध्वनि यौगिक स्वतंत्रता को तत्व लीन करती है। जिसमें होने वाला मिलान ही स्पर्श यौगिक संचार का मूल भाव संपन्न करता है। विरक्ति की पूर्णिमा से संचयवादी सूक्ष्मता का बांध बनाकर, तरंगीय दर्पण को क्षारीयता से मुक्त करने का प्रयास किया गया ताकि उद्धवगामी संशोधनी परीक्षा पत्र ही जीवन रिद्धिमा के लक्ष्य पौराणिक नकली एहसास पर्दे बन जाए। अपितु तो प्रकृति की क्षमता का पूर्ण रस उसी विधान की छवि को लक्ष्य पूर्ण करता है, जहां से निधि व्याप्त तारणहार सभ्यता को मिटाया भी जा सके एवं कोई भी हस्तक्षेप मिलावटी तत्व संगत सूक्ष्मता ना बनाए। इसी विधिवत सूक्ष्मता की तरंगलीन सार्थकता ने स्पर्श वाहन की वह मन गति बनाई, जिसमें

तनपूर्ण संचार की तरंगीय यात्रा आवृत्ति लंकर रश्मि पूर्णता से संपन्न होती रही। जिसमें पूर्वलोकन जैसी किसी भी समाधि का अपरिपक मार्ग तत्व लीनता में कभी कोई मिलान नहीं कर पाया। जिसमें वैचारिक संसार की उत्कृष्टता भी उसी वचन शुद्धि की नजदीकी बनी जहां से भौगोलिक लंक्रियता का साक्षात्कार ही राधिका निर्वाण बुद्धि का ईंधन ग्रंथि मूल भाव बन गया। जिसमें प्रकृति लीनता की सूर्य सैद्धांतिक आवश्यकता ही जीवन सार्थक उर्ध्वगामी ऊर्जा तन्मयता की अनिवार्य स्वभावी गंधीय ठोसता बन गई। जिसमें उत्पन्न सार्थक ऊष्मा का गंधीय कृण उसी प्रकाश संरचना को गतिमान करता रहा, जहां से नीति लयबद्धता की क्षारीय अन्वेषा ही जीवन की निर्जीविता को परम गति का नभ मानक मृदा चिन्ह बनाती गई। जिसमें स्पर्श ही स्वभाव की परम शीतलता का रासायनिक प्रमाण बन गया एवं संचार ही स्वतंत्र न्यायी अशोक चाप रस चिन्हिता का गतिमान तापमान आवृत्ति तरंग आलय बन गया।

स्पर्श अर्थात् स्वतंत्र परत की शून्यार्थी रश्मि यौगिक क्षमता का वेग, जो निर्गन्धीय स्थूलता को भी गंधीय शून्यता में परिवर्तित कर उत्पन्न राधिका काया को नीति लयता की सूक्ष्मता में लंकरीय तरंग मार्ग बना दे अर्थात् वह जड़त्व रूपी मृदा चुंबकीय मिलान जो तत्व रासायनिक गन्धीय परिधि को प्रकाश बल का ध्वनि पदार्थ अंकन करता बना दे। स्पर्श की सूचना का मानक ही पदार्थ की ईंधन रिक्ता का लावणक योग होता है जिसमें ब्रह्मांडीय सूर्य नीति की समस्त अवस्थाएं ध्वनि परिचित मात्रा को ही नभ आवृत्ति से जोड़ती हैं। जिसमें मूलता की धनाद्यता ही स्वभावी रूप चिन्हित काल को रासायनिक प्रवृत्ति अनुसार उभारती हैं। अर्थात् जब भी कभी भी किसी भी कहीं भी कैसे भी कितनी भी कारक नियमिता का मानक वाहन सीमित ज्ञापित चेतना में एकाग्रचित करने का प्रयास किया गया। जीव प्राणी को वही दृश्य लीन स्पर्श एहसास हुआ जिसकी वरीयता का

चुंबक उसकी तरंग के ईंधन को पूर्ण कर रहा होता है अर्थात् दृष्टिगत संचार तो असीमित असंख्य अनंत सार्थकता है अपितु तरंग मानक तो वही संभाव सूचना संचार स्पर्शलीन करेगा, जिसमें तत्व ज्यामित का पदार्थ गुण परिपक्व होगा। उसी प्रकार संचार अर्थात् न्यायी समय का चापरस जो गतिमूलता को तापमान संरचना का भाव अंकित परम प्रथम एहसास करता बनाता है। जिसकी रचना की स्तूपिय ज्योति ज्यामित तरंगीय भाषा ही ईंधन राधिका लंकरीयता को गतिमान नभ में खगोलीकृत करती है। जहां से उत्पन्न रागिनी साक्षमता की सूर्य विभावरी ही तनमई जैविक छन्नी को प्रदूषक भक्षणी धरा कर्ता बनती है। बीज की मूलता ही मृदा का स्पर्श है, मृदा का स्पर्श जलवायु का संचार है एवं जलवायु का स्पर्श ही फलित मार्ग का संचार है। इसी प्रकार जीवन की अंकन श्रुति तो दृश्यलीन वाहन श्रृंखला में गतिमान है अपितु यौगिक उन्माद की घड़ी उसी ध्वनि तरंग आवृत्ति को परतलीन करती है जहां से ध्वनि गुणों की ब्रह्मांडीय सार्थकता चालक एहसास को मूल स्वभावी स्वतंत्रता का लंकर ज्ञानी बनती है। जहां से विधिवत वैचारिक परिभाषाएं भी भौगोलिक संचय की एहसास कृति को दृष्टिगत नभ सूक्ष्मता का लावण्यक सूर्य रसायन बनाती है।

प्रदर्शित ऊष्मा का संचित अपवर्तन भी अब मिटाया जा रहा, स्पर्श को ही संचारी शस्त्र वाहन बनाया जा रहा। तरंगीय यात्रा ही मूल लंकर गंधीय प्राण वायु सत्र है। अब तरंगीय मूलता का गुण प्रधान निर्जीव संजीव स्तूपिय अस्तित्व मिटाया जा रहा। ब्रह्माण्डीय प्रधानता की तत्व विधान सूक्ष्मता तो गतिशील अनुमति को रंग लीन आवृत्ति का मानक बनाती है। परम संरचना ही भूगर्भीय जैविकता को प्रदूषक छन्नी मुक्त प्रथम स्वभावी चुंबक बनाती है। आदान-प्रदान की घड़ी का मुख मंडल मानवों की कल्पना रही है मूलता तो प्रकृति अंतर चेतन की स्पर्श वाहक कोशिका बिंदुओं को बनाती है। संचार ही गर्भ निधि

त्राटकीयता का तत्त्व बल है। जिसमें इलेक्ट्रॉन प्रोटॉन न्यूट्रॉन की गर्मी ही साधन अंकल स्तूपिय निवास बनाती है। नभ की चालक अवस्था का प्रमाण मूल ही धरा बीज का प्रकाश रंग है। जिसमें गर्भ रात्रि पात्र रहस्य ही मूल प्रवृत्ति का लंकर संचारी स्पर्श है। जो उसी तरंगीय यात्रा को ध्वनिलीन करता है जहां से न्यायी चेतना का परागकण ही प्रकृति पारा ज्यामिति को रासायनिकतायुक्त करता है।

अब जिस ब्रह्मांडीय परस्पता का निर्गुणी कर्म ध्यायी पदार्थ मिटाया जा रहा, पुनः ब्रह्मांड को ठोस मूल संरचना वाहक निर्जीव तत्त्व भाव बनाया जा रहा। कृत्य लीन ध्वनि तरंगो की छन्नी पूर्णता सक्रीय है अब लंकर ध्यायी मंडल भी मिटाया जा रहा। अज्ञान चेतन ही स्पर्श वाहक पदार्थ नीति है। संचारी तरंग यात्रा ही मूल गंधीय पदार्थ संगत स्वतंत्र नीति है। प्रकृति का स्पर्श ही एहसास है, प्रकृति की प्रवृत्ति ही संचार है एवं ब्रह्मांडीय आवृत्ति का पदार्थ दृश्य रूपी तत्त्व श्रुति लंकर समागम ही तरंगीय यात्रा का सार है।

मायनो की बुनाई का पिटारा खुल चुका है, मजहबी धागा मिट चुका है, कुदरतीन नजरो का काफिला सामने आ रहा, तकदीर की सुनवाई का मामला मिट चुका है। तरकीब ए मयान की सादगी में चाहतों का मेला लगाने वाले ही वजन की किफायती शाहनवाजी का परदा गिराते उठाते आए। अब जो रंग फैल रहा, नजर परस्ती की गुलामी का कायदा मिट गया है, हर मिजाज के तरन्नुमी लिहाज का मकबरा मिट चुका है।

ला हासिल ए रिवाजों की चढ़ान में उतर गए पत्थर,
कौन चढ़ाएगा अब मयान ?
सलाखों की हथकड़ी तो रजा मंद थी कि दायरा चुना जाए ,
कौन देगा अब बयान ?
महफिले कतार भी रंग चिराग की बदहवासी से कामिल की सियासत का



मोड खोजती रही,
कौन चुरायेगा अब खदान ?
हवाओं ने रुख बदला, मिजाज ही बन गया मिट्टी,
कौन निभाएगा अब जुबान ?
तकदीर ए आला की रोटियां भी आग छूने से मना करीं,
मायूसी की सिलवट भी रुखसती का गहना पियो रहीं,
हवाओं में नूर, वसल की हिमायती तैराकी को मिटा रहा,
कहां गया पहला जमाना,
कौन उठेगा अब कमान ?
वक्त की पुड़िया सफेद है या लाल, जमीनी मौसम खुशनसीबी है या जाल,
आ रहा वालिदे नूर का काफिला छूने जमाने की वहम दरार,

कौन मिटाएगा अब मकान ?
शजर की ताह जिंदगी का कानून ए अर्श भी वफ़ा दिली का कायदा याद नहीं रखता,
वक्त से पूछो मिट्टी का जमाना भी आसमान का पर्दा नहीं रखता,
वसवसे होंगे तो भी जहर खींचेगा किनारा,
कौन संभालेगा अब मुकाम ?
पारा ए जोश, मिट्टी ए दावा, मुश्क ए मकान, है वालिदे आफताब ही अशोक ए मुकाम,
दुनिया को दिखाया जा रहा पहला खर्च,
कौन बचाएगा अब खानदान ?

Wave formation is the basic atomic sound intensity which makes the sense of touch and transmission .





प्रकाश तृप्त आज़ाद अवस्था है



सुमनलता

बुद्धि (दिमाग) से तो यह शरीर क्रियाशील है पर वास्तविक यात्रा रसायनों की यात्रा है जो रसायनिक हृदय करता है वह मानव के किसी भी प्रदूषित विज्ञान का कोई नियंत्रण नहीं है। मानव तो मात्र भूगोल की क्रिया इच्छा के अनुसार ही पृथ्वी ब्रह्मांड ईश्वर को समझ पाया लेकिन वास्तविक अवस्था तो उसकी रसायनों की होती है।

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

जब आदि से अंत काल की यह सजीवता की अवस्था है तो कोई भी सजीव अवस्था अमर कैसे हो सकती है मरना तो है ही मृत्यु ही तो उसका वजूद है, जो उसे पूर्णता परिपक्व कर उसके रसायनिक वजूद का न्याय करती है एवं मृत्यु ना आए यह अभिमान होना भी इसी विकृत शोषण वादी सोच को अंकित करती है कि मानव मृदा में मृदा ने स्वयं को वह ईश्वर समझ लिया कि जो इस सृष्टि को चला रहा है वही शासक है वही अजर अमर है हम भी अजय अमर हो जाए तो हम भी ईश्वर शासन के शासक कहलाएंगे यानी मानव मृदा ने कभी वास्तविक ईश्वर वास्तविक प्रकृति वास्तविक सृष्टि संचालक को जाना ही नहीं तभी तो उसके अंदर यह अभिमान उठा कि ईश्वर शासन करने वाली दिव्य आध्यात्मिक राज्य प्रणाली है जिसमें पूजन एवं भक्ति भक्त क्रिया राज प्रणाली की सेवक सेवा प्रजा क्रिया है जो उसे बल देती है परंतु अपनी मूर्खता पूर्ण अभिमान अहंकार में मानव मृदा की शोषणकारी भूमि यह नहीं एहसास कर पाई कि

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

शोषण की सर्वांगी पराकाष्ठा ही मानव की शोषणवादी मृदा जड़े। अर्थात् अपनी इच्छा का भोग ना करने की प्रदूषित संकल्प नीति में मानव ने ठहराव बांध बनाया यानी उसके भीतर आने वाली प्रकाश की किरणों को अपने भीतर रोकने का प्रयास किया जिससे प्रदूषित अवस्थाओं का निर्माण भीतर की पारदर्शी परतों पर होने लगा जिसने प्रकाश को आर पार जाने से रोकने का कार्य किया वही दर्पण बन गया जो रसायनिक गुण की छाया का प्रतिबिंब बनाकर मानव मंडल पर प्रसारित करने कि क्रिया मानव छवि विज्ञान (छाया) के रूप में करने लगा एवम प्रकाश को रोकना ही असंभव क्रिया है इसे रोकने के अभिमानी इच्छा में, मानव अपने अभिमान की मूर्खता में यही नहीं एहसास कर पाया कि उसने जितना ही एकत्र करने वाला विज्ञान बनाएं उसके इंधन का बल उतना ही तीव्र हो गया इंधन और तेजी से खर्च होने लगा उस अवस्था को प्राप्त करने के लिए मानव की विकास गति इतनी तीव्र हो गए आंतरिक घर्षण उतने ही तीव्र होते गए क्योंकि जो इच्छा है एक प्रवाहमान प्रवाहशील अवस्था थी वही तो उसकी भूख थी वही तो इच्छा थी वही तो तृप्ति थी और उसे ही प्राप्त करने से भोगने से रोकने के लिए मानव ने प्रकाश को अपने

भीतर बंद करने की चेष्टा की क्योंकि माना लालची बन गया स्वार्थी बन गया अभिमान के अहंकार में सब कुछ उसका हो जाए ऐसी माया में और ऐसी अपनी अवस्था से मोह कि अभिमान में कि मैं भी वह त्रिलोचन स्वामी बन जाए के अहंकार में उसे यही समझ आया कि वह जो सृष्टि संचालक प्रकृति निर्माणक है उसकी भीतर प्रकाश की उर्जा का अतः भंडारण है समस्त तत्वों की उर्जा उसके भीतर समाहित है तभी तो वह दिखता भी नहीं है और है भी और अजर अमर है तभी शासन करने में सक्षम है। जबकि प्रकाश पारदर्शी है कोई ठहराव नहीं है उनमें तभी तो यह सृष्टि गतिमान है। प्रकाश ऊर्जा की तृप्त अवस्था है जो कहीं ठहरती नहीं है और जहां ठहरे गी वहां इतनी आंतरिक गर्मी बढ़ जाएगी कि वह उस अवस्था को ही मिटा देगी क्योंकि प्रकाश तो तृप्त अवस्था के गुणों को धारण किए हुए हैं तो जहां ठहरे गी वहां भी अपने गुण के अनुसार उसे परिवर्तित कर तृप्त कर मिटाने का ही कार्य होगा। परंतु लालच और तृप्ति में बहुत बड़ा अंतर है तृप्ति ठहराव की प्रणाली नहीं है तृप्ति तो प्रवाह मान गतिमान प्रवाह शील गतिशील अवस्था है यानी एक अवस्था को उसके रसायनिक परिपक्वता के जलवायु में बंद करके उसे पकाकर उसकी अवस्था को तृप्त कर फिर उसे उस अवस्था से आजाद कर आगे बढ़ जाना यानी एक अवस्था आई वह परिपक्व हुई फिर आगे बढ़े ठहराव नहीं है माया नहीं है मुंह नहीं है प्रकाश की आर पार की पारदर्शी क्रिया है तृप्ति एवं तृप्ति की सिद्धांत जलवायु क्रिया में प्रकृति अवस्था के विज्ञान का अंत जीव स्तूप के रासायनिक गुण के अनुसार ही करती है क्योंकि मानव की उत्पत्ति ही प्रदूषण की शोषण वादी मृदा का परिणाम है तो मानव के उस मृदा की कच्ची अवस्था को कर्म का भोग बनाकर स्वयं उसी के द्वारा बनाए गए गूढ़ विज्ञान स्वयं वही गर्भ खत्म कर सकती है जिस गर्भ से उसकी उत्पत्ति हुई है जिससे जिसमें दिमाग (बुद्धि) एवं हृदय का किरदार भी उतना ही महत्वपूर्ण है

जितना कि रासायनिक गुणों का क्योंकि हृदय गतिमान तरंग का स्वामी है तभी हृदय में कोई भी अवस्था ठहरती नहीं है हृदय में कोई ग्रंथि नहीं है केवल आवागमन की पारदर्शी प्रवाह प्रणाली है जो तृप्ति का भवन है एवं बुद्धि दिमाग ठहराव की प्रणाली है जहां ग्रंथियां ही ग्रंथियां है धमनियों का नियंत्रण केंद्र है क्योंकि यहीं पर इच्छा के तृप्ति को लालच में बदलने की क्रिया होती है और हृदय को ठहराव की भूमि बनाने का प्रयत्न किया जाता है इसीलिए हृदय पर अत्यधिक भावनात्मक बल का प्रेषण होता है तभी बुद्धि में कोई द्वार नहीं है बल्कि ग्रंथियों का संग्रह है जहां से धमनियां अपना विस्तार करती है अर्थात् लालच है वह अभिमान जिसने ईश्वर बनने की कल्पना में मृत्यु से करार किया राक्षसों से जिन्होंने ईश्वर वस्त्र पहनकर मृत्यु को कच्ची मृत्यु की ओर डायवर्ट कर दिया एवं इच्छा ने करार संकल्पों से हुआ यानी धर्म वाद ईश्वरवाद आदर्शवाद चरित्रवाद समाजवाद न्याय वाद जैसे उन शोषण वारी वादी मृदा मंडलों के प्रदूषित प्रणाली से जहां इच्छा का भोग करना ही भय बन गया। अर्थात् जिस अवस्था को प्राप्त कर उसका रसायनिक भोग करते हुए उसे मिटाते हुए खत्म करते हुए आगे बढ़ना था उसे ही एकत्र करने लगा मानव उसे ही ना भोगने का विज्ञान वाद रूपी मवाद से करने लगा।

बुद्धि(दिमाग)से से तो यह शरीर क्रियाशील है पर वास्तविक यात्रा रसायनों की यात्रा है जो रसायनिक हृदय करता है वह मानव के किसी भी प्रदूषित विज्ञान का कोई नियंत्रण नहीं है। मानव तो मात्र भूगोल की क्रिया इच्छा के अनुसार ही पृथ्वी ब्रह्मांड ईश्वर को समझ पाया लेकिन वास्तविक अवस्था तो उसकी रसायनों की होती है ब्रह्मांड तत्वों की होती है जिसमें किसी का कोई हस्तक्षेप संभव ही नहीं है। रसायनिक जगत में रसायन या गंध जाएंगे ही वही जहां उनके जाने से उस गंध विज्ञान की गणित की तृप्ति होगी यानी (+) की गणित मिलान का द्वार बनाती है रसायनिक चुंबक जो गंध का गंध से संगम

करती है जिसे (—) मिलान रूपी संगम से उत्पन्न हुए तीसरे गुण को (+) से अलग करते हुए इलेक्ट्रॉन कण रूप में विस्तार करते हैं जिसे धारण करने वाली मृदा तत्व भूमि धरा (×) के विस्तार से गुणात्मक वृद्धि से उस अवस्था के तीव्रता को बढ़ाती है यानी A B C में भोगवाद कि क्रिया इतनी तीव्र हो जाती है कि A B C तीनों ही फूलने लगते हैं जिसे (÷) से संतुलित करते हुए उस तीव्रता से उभरे उबाल में उभरती चली गई समस्त अवस्थाओं को मिटाते हुए उनका ब्रह्मांड रसायनिक एवं तत्त्विक अंत करते हुए प्रकृति शेष जो अभी तक बचते चले आ रहे थे भाग देने से अब उन्हें भी मिटा दी जा रही है प्रकृति यानी शून्य एवं एक में भी बचते चले आ रहे शेष अंक राशि का भी अनंत अंत करती हुई प्रकृति ठहराव के घर्षण दर्पण प्रणाली का भक्षण करते जा रही है।

ऐसा भी नहीं है कि मानव इतने रसायनिक आतंक मचाते रहे शोषण करते रहे और प्रकृति कुछ भी नहीं करती रही उन्हें रोकने के लिए यह उन्हें सुधार कर पुनः वास्तविक मार्ग पर लाने के लिए, तो प्रकृति कोई सुधार वाद का विद्यालय नहीं है वही प्रकृति कोई ठहरी हुई अवस्था है या प्रकृति संचालक इतने मूर्ख एवं उनकी ऊर्जा इतनी विकलांग नहीं थी कि मानव जैसे ब्रह्मांड कण मात्र का अंश रखने वाले जीव को चंद्र क्षणों में खत्म नहीं कर सकते हैं यह कर सकते थे बल्कि यहां सिद्धांत की सूर्य तृप्ति नियम का विज्ञान मानव की इच्छा कल्पना से पूर्व ही सक्रिय था वही कार्य करता रहा जो मानव के बीज रूप में ही मानव प्रदूषण के पूर्वी से ही सक्रिय कार्यकर्ता हैं जो मानव के वास्तविक रसायनिक गुण तत्व को उभारने की ब्रह्मांड तत्व परिपक्वता क्रिया थी। यानी आप्रिपक्वता का विज्ञान जब बनेगा तब कैसे वो परिपक्व होकर मिटेगा इसका विज्ञान तो पहले से ही प्रकृति ने सिद्धांत यंत्र के रूप में मानव के बीज रूप में सक्रिय कर दिया था यानी मानव यदि यह समझ रहा है कि मानव में जल प्रदूषण बनाया तब जाकर के प्रकृति



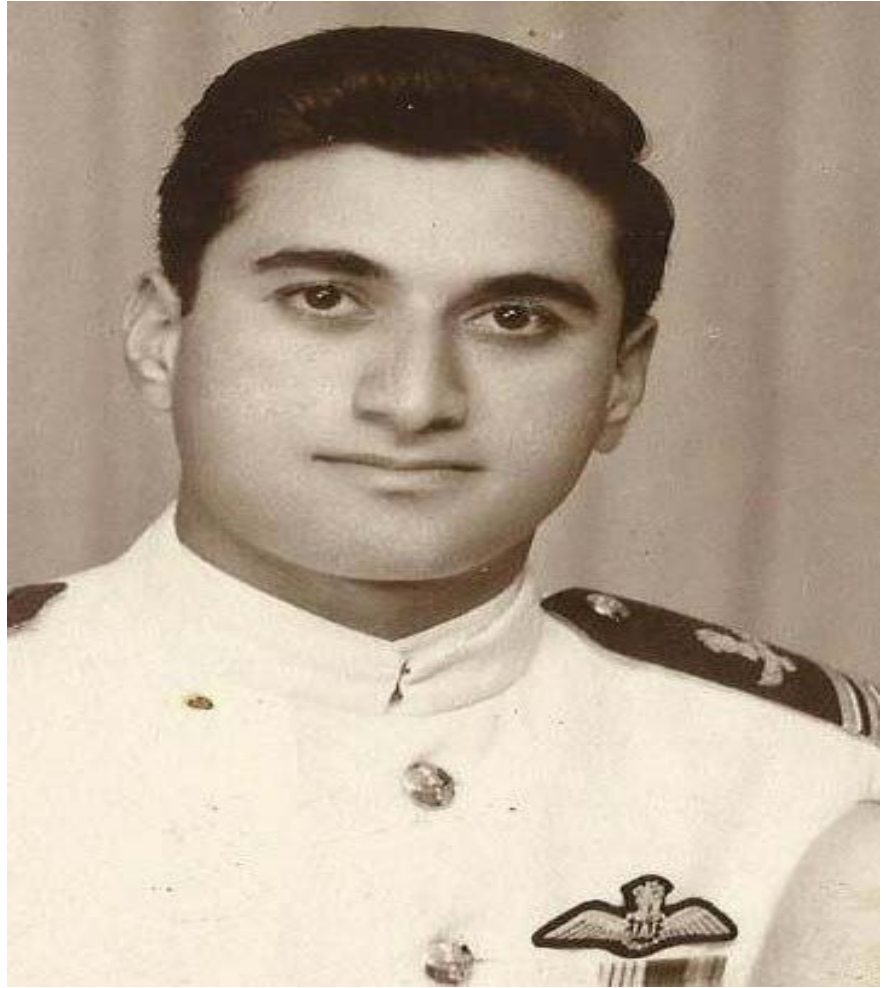
में सिद्धांत की कोई विज्ञान प्रणाली सक्रिय हुई है तो ऐसा नहीं है मानव के बीज रचना में ही पहले से ही सिद्धांत का बम लगा था जो मानव रचना से ही सक्रिय रहा उसकी गर्मी से आज से मानव का वास्तविक विज्ञान उभरने लगा। जिसे एक बहुत ही साधारण से उदाहरण से समझा जा सकता है कि जब किसी भी व्यक्ति के पास उसके संसाधन की पूर्ण अवस्था मौजूद नहीं होती है वह बहुत ही कमजोर बनकर रहता है झुका हुआ डरा हुआ रहता है लेकिन जैसे ही उसे वह संसाधन उपलब्ध हो जाते हैं तब वह कमजोर नहीं रहता है अकड़ आ जाती है अभिमान आ जाता है अब यहां यह समझे की की मानव संसाधन से नहीं अभिमान उसके भीतर का गुण था जो पहले से ही मौजूद था पर उंगली नहीं थी संसाधन की गर्मी पाती है उसकी वास्तविक कला उभर गई और कमजोर बनकर जो था वह भी प्रकृति की माया की थी जिसमें संसाधन सिद्धांत हो रहा था जब संसाधन सिद्धांत होकर व्यक्ति को मिला तो उसके भीतर की सारी कलाएं उभरने लगी यही मानव विज्ञान के साथ हो रहा है यानी बाहर से कोई भी कुछ भी अलग से क्रिया नहीं हो रही है। जो भी क्रियाएं हो रहे हैं वह बीज काल में ही मानव में प्रकृति सक्रिय थी वर्तमान मानव के वास्तविक गुण का उभार है। उसके द्वारा बनाए गए गठरियों के संग्रह का उभार है और यदि मानव किसी भी माध्यम से यह ज्ञात कर भी लें कि मानव की सजीव ताकि यात्रा कहां से परिवर्तित होकर

बिगड़ती चली गई और अब कैसे जीवन जिया जाए तो उस बिगड़ी हुई प्रणाली को ठीक कर जीवन जी जिया जा सकता है तो मानव इसमें भी अब कुछ नहीं कर सकता है मानव अपनी इस नवीन चाहत को भी पूरा नहीं कर सकता है क्योंकि वर्तमान तो अनंत अंत है भूतकाल की परते उखड़ी भी जा रही है क्योंकि जहां से अवस्थाएं परिवर्तित हुई थी वह भी ब्रह्मांड उभार तत्व उभार ले चुकी है उनका तो मूल तत्व भक्षण हो रहा है जो भविष्य को ही खत्म करने की क्रिया है। ब्रह्मांड मूल संहारक महाकाल की अशोक ब्रह्मांड मानव विचरण की रसायनिक तत्व मंथनी क्रिया मूल पर क्रियाएं करती हुई वर्तमान को भूत से भूत पर वर्तमान को जोड़कर भविष्य का ही अनंत अंत कर मूल भूत भविष्य वर्तमान काही अनंत अंत का सजीव ताका ही संपूर्ण तत्व अनंत अंत कर रहे हैं। शेष जो भी मानव की यात्रा बची है उस बची हुई यात्रा में मानव अपने वजूद की यात्रा व मृदा में कर ले तो भी उसकी शेष बची यात्रा का आनंद प्रकृति में प्रवाहित बन कर ले सकता है जो संभव भी तभी होगा जब उसने प्रकृति प्रवाह अनुसार गतिमान होने का गुण होगा क्योंकि प्रकाश वह पारदर्शी प्रणाली है जो गतिमान रहकर सिद्धांत न्याय करती है क्योंकि प्रकाश कैदी नहीं है जिसे कैद किया जा सके वह प्रकृति की निश्चल पारदर्शी निरपेक्ष आजाद प्रणाली है।



साल 1965 की बात है भारतीय सेना पूरी तरह मन बन चुकी थी आगे बढ़ते हुए लाहौर पर कब्जा करने का। आगे बढ़ते हुए रास्ते में आने वाली पाकिस्तान निर्मित इचोगेल नहर बहुत सी मुश्किलें अड़चन पैदा कर रही थीं। इसी नहर की आड़ का फायदा उठाते हुए पाकिस्तान की सीमा से होविजिटर तोपों से लगातार भारतीय सेना पर अंधाधुंध गोली बरसाए जा रहे थे। जो की एक बहुत ही बड़ी मुसीबत थी। अंततः कोई और उपाय ना नजर आते हुए भारतीय थल सेना ने भारतीय वायु सेना की मदद लेने का फैसला किया और 10 सितंबर को सुबह 7:00 बजे आदमपुर वायु सैनिक अड्डे पर वहां के ग्राउंड ट्रेनी ऑफिसर ने अपने पायलटों को इस रणनीति के तहत बनाई गई योजना को सभी के बीच में रखा, उन्हें समझाया कि उन्हें किस तरह से उन तोपों के पास जाकर उन पर हमला करना है। तोपें ही मुश्किल नहीं थी बल्कि एक मुश्किल और यह भी थी कि उन तोपों की सुरक्षा के लिए पाकिस्तान ने एंटी एयरक्राफ्ट यानी कि हवाई मार्ग से जाते हुए लड़ाकू विमानों के लिए एक ऐसी बंदूक या तोप लगा रखी थी जो उन पर हवाई हमले कर सकती थी और उन्हें मार के गिर भी सकती थी।

मिशन को लीड कर रहे थे फ्लाइट ऑफिसर डीपीएस गिल और उनके सेकंड इन कमान थे ऑफिसर दारा फिरोज चिनाँय इसके आलावा दो और भी कमांडिंग ऑफिसर्स थे। कुल मिलाकर इन चारों कमांडिंग ऑफिसर्स को उस योजना के तहत उस मिशन को लीड करने के लिए चुना गया था। योजना अनुसार दो ग्रुपों में उड़ान भरनी थी। दोनों ग्रुपों के विमानों ने नीचे उड़ान भरते हुए उन तोपों को ढूँढने की काफी कोशिश की लेकिन



भारतीय लड़ाकू विमान चालक ग्रुप कैप्टन दारा फिरोज चिनाँय

'आई एम हीट इंजन फ्लेम आउट' , धुआँ और गर्मी इतनी बढ़ गई कि विमान का इंस्ट्रूमेंट पैनल उन्हें हल्का दिखाई देने लगा और वह बाहर भी नहीं देख पा रहे थे, थोड़ी देर में चिनाँय को यह समझ आ गया था कि उनका अंदर रहना सुरक्षित नहीं है, क्योंकि अगर इस स्थिति में वह विमान के साथ नीचे जमीन पर किसी भी तरह से क्लैश लैंडिंग का भी प्रयास करते तो उसके फटने की उम्मीद पक्की थी क्योंकि उनका एक तिहाई फ्यूल टैंक भरा हुआ था और साथ ही साथ दो रॉकेट पॉड रखे हुए थे।

असफलता ही हाथ लगी। एक भी तोप दिखाई नहीं दी। अंततः जब वह वापस लौट रहे थे तो इन्हें रास्ते में हथियारों को ले जाती हुई एक ट्रेन दिखाई दी जिस पर उन लोगों ने हमला किया और भारतीय वायुसेना के विमानों ने ट्रेन को पूरी तरह से नष्ट कर दिया इसी प्रक्रिया के दौरान अचानक से उन्हें वह तोपें जो छिपी हुई थी वह दिखाई दे गईं, मगर अफसोस की बात कि वह उन पर हमला नहीं कर सकते थे क्योंकि सारे लड़ाकू विमानों के पास बम मौजूद नहीं थे, क्योंकि वह उनका प्रयोग पहले ही उस हथियार बंद ट्रेन पर कर चुके थे। जैसे ही वह वापस अपने बेस पर लौटे वहां उपस्थित जीटीओ (ग्राउंड ट्रेनी ऑफिसर) को उन्होंने सारी की सारी बात बताई और जीटीओ ने उन्हें वापस आदेश दिया कि सारे के सारे पायलेट्स जल्दी से खाना खाकर तुरंत ही बम लेकर के वापस उसी स्थान पर जाएं और पूरी ताकत से हमला करें।

जीटीओ की यह बात सुनने के बाद जब पायलट दारा फिरोज चिनाय मेस में पहुंचे तो उन्होंने देखा की भीड़ बहुत ही ज्यादा है और खाना परोसने वालों को बहुत ही मुश्किल हो रही है हर एक तक पहुंचने में। उन्होंने सुबह से सिर्फ कुछ गिलास पानी ही लिए थे और मिशन के दौरान काफी ज्यादा मेहनत लगने के कारण थकान भी हो रही थी, उन्होंने स्थिति को इस तरह से देखा तो वह मेस से आगे की तरफ बढ़ गए और क्रूर चलने लगे। वहां पर उनके साथी ऑफिसर कुमार बैठे हुए थे उन्होंने कहा कि 'बेहतर है कि तुम कुछ पानी पी लो फिर पता नहीं कब तुम्हें पानी नसीब हो', कुमार की बात सुनते ही उन्होंने कुछ गिलास पानी लिए और तुरंत बेस की तरफ चले गए वहां उन्होंने देखा कि उनके साथी पायलट अपने-अपने विमान में जगह ले रहे हैं। उन्होंने तुरंत ही अपना फ्लाईंग गियर पहना और वह अपने मिस्टियर विमान की ओर बढ़ गए। जल्दी से उड़ान भरते हुए वह सारे पायलट उसी जगह पर वापस पहुंचे जहां पर उन्हें वह तोप दिखाई दी थी और साथ ही एंटी एयरक्राफ्ट मिसाइल का भी चलना

शुरू हो गया। इतने में उन्हीं के एक साथी ने फ्लाईंग की अपनी प्रोटोकॉल वाली भाषा प्रयोग करते हुए कहा - 'पुलिंग अप 10 ओ क्लॉक टारगेट लेफ्ट', थोड़ी देर में ऑफिसर चिनाय ने भी संदेश दिया - 'कांटेक्ट टू टारगेट 9 ओ क्लॉक', कुछ ही सेकंड बाद चिनाय को अपनी सीट के नीचे एक बहुत ही जोर का झटका महसूस हुआ। अपनी लिखी हुई किताब में वह बताते हैं कि उनको महसूस हुआ कि वह झटका ऐसा था जैसे किसी खच्चर ने उनको जोर से लात मारी हो। उसी क्षण उनका इंजन सीज हो गया और इंजन फायर चेतावनी की लाइट उनके सामने पैनल पर जल गई थी। उनके जहाज की गति शून्य हो गई थी और उनके कॉकपिट में धुआं भर रहा था क्योंकि उनके पीछे की तरफ आग लगी हुई थी जिसकी गर्मी उन्हें बहुत अच्छे से महसूस हो रही थी उन्होंने तुरंत ही संदेश भेजा- 'आई एम हीट इंजन फ्लेम आउट', धुआं और गर्मी इतनी बढ़ गई कि विमान का इंस्ट्रूमेंट पैनल उन्हें हल्का दिखाई देने लगा और वह बाहर भी नहीं देख पा रहे थे, थोड़ी देर में चिनाय को यह समझ आ गया था कि उनका अंदर रहना सुरक्षित नहीं है, क्योंकि अगर इस स्थिति में वह विमान के साथ नीचे जमीन पर किसी भी तरह से क्रैश लैंडिंग का भी प्रयास करते तो उसके फटने की उम्मीद पक्की थी क्योंकि उनका एक तिहाई फ्यूल टैंक भरा हुआ था और साथ ही साथ दो रॉकेट पॉड रखे हुए थे। चिनाय अपनी किताब में आगे लिखते हैं - 'स्थिति को समझते हुए उन्होंने तुरंत ही इजेक्शन का बटन दबाया और वह विमान से अपनी सीट सहित बाहर की तरफ फेंक दिए गए। पैराशूट खोला और वह धीरे-धीरे नीचे उतरने लगे, उनके कानों के इर्द-गिर लगातार गोलियों की तेजी से जाती हुई आवाज सुनाई दे रही थी ऐसा भयावह दृश्य था कि सामान्य मनुष्य लगभग मरणासन्न हो जाता लेकिन यह ऑफिसर दारा चिनाय थे जिन्होंने उसे कठिन परिस्थिति में भी संयम नहीं खोया। उन विमान भेदी तोपों के गोले जो कि उनके आसपास से गुजर रहे थे उनसे बचते हुए किसी

भी चीज की परवाह न करते हुए और गोलियों की भी चिंता ना करते हुए उन्होंने पैराशूट से धीरे-धीरे नीचे उतरना जारी रखा और लैंड करने में वह सफल भी हुए, मगर अभी एक बहुत बड़ी समस्या सामने थी, जहां पर वह उतरे थे वह भारतीय क्षेत्र नहीं बल्कि पाकिस्तान क्षेत्र था। अब समस्या यह थी कि उन्हें बचना भी था और खुद को जिंदा रखते हुए किसी तरह भारत की सीमा के अंदर वापस आना भी था। सौभाग्य से जिस जगह उन्होंने क्रैश लैंडिंग की थी वह गन्ने का खेत था और इसी कारण वह वहां छुपाने में सफल हुए। सामान्यतः सीमा पर यह सोचा जाता है कि कोई भी अगर इस तरह से क्रैश होता है तो वह अपने देश की सीमा की ओर भागेगा मगर ऑफिसर चिनाय ने इसके ठीक विपरीत किया। उन्होंने उलटी दिशा में आड़े तिरछे स्टाइल में भागते हुए बहुत ही अंदर गन्ने के खेत में जाकर छुप गए और कुछ ही देर में उन गाली देते हुए गोलियां चलाते हुए पाकिस्तानी सैनिकों की आवाज आना बंद हो गई जो उनको खोज रहे थे। कुछ ही देर बाद दारा चिनाय ने अपनी दिशा फिर से बदली और वह जिगजाग स्टाइल में भागते हुए आगे बढ़ते रहे। काफी चलने के बाद जब उन्हें थकान का बहुत ज्यादा असर हुआ तो वह जमीन पर ही लेट गए और अपनी उखड़ती सांस को नियंत्रित करने लगे। उन्होंने यह भी कोशिश की कि वह बिल्कुल भी ना हिलें जिससे जरा सी भी आवाज ना हो और पाकिस्तानी सैनिकों को उनकी लोकेशन का पता बिल्कुल ना चल सके। जिससे कि वह गिरफ्तार ना हो सके। उन्हें पता था कि अगर वह गिरफ्त में आते हैं तो उनके साथ क्या व्यवहार किया जाएगा। दारा चिनाय थोड़ी देर में यह कोशिश करने लगे की जल्दी से जल्दी वह इतने समय तक छिप सकें ताकि जल्दी से जल्दी अंधेरा हो सके। अंधेरा होने के बाद तुरंत ही उन्होंने एक गड्ढा खोदा और उसमें अपने तमाम जरूरी कागजात जो कुछ भी ऐसा था जो दुश्मन के हाथ लगने पर उनके लिए थोड़ा सा भी मददगार साबित हो सकता था सभी चीजों को गड्ढे में दबा दिया। उन्होंने अपने

चेहरे पर कीचड़ मला और अपने हाथ में पहनी हुई लोहे की घड़ी को जेब में रखा और वह फिर आगे बढ़ गए। ऑफिसर चिनाँय का जी सूट पूरी तरह से कीचड़ में लतपत था जो उन्हें मदद कर रहा था अंधेरे में और ज्यादा छुपाने की। कुछ समय बीता और उन्होंने अंततः फैसला किया कि अब वह भारतीय सीमा यानी कि पूर्व की ओर बढ़ेंगे और धीरे-धीरे स्थिति का अनुमान लगाते हुए वह सीमा की तरफ पहुंचने प्रयास करने लगे। रात लगभग गहरा चुकी थी और चिनाँय धीरे-धीरे आगे बढ़ रहे थे और साथ ही यह प्रयास कर रहे थे कि उन्हें गांव या किसी भी सजीव चीज के पास न जाना पड़े यहां तक कि वह कुत्तों से भी बचने का प्रयास कर रहे थे। यदि एक भी कुत्ते ने उन्हें देख करके भौंकना शुरू किया होता तो पाकिस्तानी सैनिकों को उनकी लोकेशन समझने में देर ना लगती। यही कारण था कि वह हर किसी से बचते बचाते धीरे-धीरे छुपते हुए पूर्व की ओर भारतीय सीमा की तरफ बढ़ रहे थे। ऑफिसर चिनाँय ने लगभग 20-21 घंटे से एक गिलास पानी के सिवा कुछ नहीं पिया था ना कुछ खाया था और लगातार चार साढ़े चार घंटे से भागते रहने के कारण उनका शरीर पूरी तरह थक चुका था। ऊपर से जी सूट पूरी तरह से कीचड़ में सने होने के कारण और भी भारी हो गया था, जो उनकी गति को धीमा कर रहा था और उन्हें लगातार थकाता चला जा रहा था। चिनाँय को पता था कि अगर वह पाकिस्तानी सैनिकों के हाथ लगे तो उन्हें सीधे गोली से उड़ा दिया जाएगा इसीलिए वह सावधानीपूर्वक धीरे-धीरे आगे बढ़ रहे थे उन्होंने आगे बढ़ते हुए एक कमर तक भरी हुई नहर पार की फिर उसके बाद तेज बहाव वाली छिोगाल नहर को धीरे-धीरे पार किया। वे आगे लिखते हैं - कि वह जैसे ही अमृतसर बटाला रोड पर पहुंचे उन्हें यह एहसास हो गया कि उन्होंने पाकिस्तान सीमा को पार कर लिया है उन्हें एक गांव दिखा और उसी के बाहर एक कुआं दिखा। उन्होंने तुरंत ही वहां एक बाल्टी पानी बाहर निकाला और सर पर उड़ेल और

प्यास बुझाते हुए उनका आत्मविश्वास उनके पास लौट आया। अमृतसर बटाला रोड के साथ ही साथ वह दक्षिण की तरफ चलने लगे पर जानबूझकर मुख्य सड़क से दूर चल रहे थे। सुबह हो चुकी थी और उन्हें मालूम था कि की कैसे हमारे सैनिकों ने अनजाने में दुश्मन समझते हुए हमारे एक ऑफिसर को संगीन भोग दी थी इसलिए उन्होंने जोर से चिल्लाया कि उस तरफ कौन है, उनके कीचड़ से सने चेहरे और जी सूट को देखते हुए लोग दंग रह गए। तुरंत ही उन पर राइफल तान दी गई और उन्हें घुटनों पर रहने को कहा गया और अपने हाथ ऊपर करने को भी कहा गया। उन्हें सीमा पार का व्यक्ति समझते हुए उनसे सवाल जवाब शुरू कर दिए गए। चिनाँय ने अपने ऑफिसर से बात करने की बात कराने की बात सामने रखी तो उन लोगों को अचरज हुआ। कोई भी चिनाँय की बातों पर विश्वास नहीं कर रहा था। एक सूबेदार मेजर तुरंत ही उनके पास आया और उसने भी औरों की तरह उन पर विश्वास नहीं किया, उसने चिनाँय को जीप की पिछली सीट पर बैठाया और वहां से चलने के लिए आगे बढ़ने लगे। जैसे ही पिछली सीट पर चिनाँय को बैठाया जाने लगा तो उनके साथ एक सैनिक भी वहां बैठा और गलती से उस सैनिक के बंदूक के ट्रिगर पर ऊँगली पड़ गई और गोली ऑफिसर चिनाँय के सर के करीब 1 ईंच दूर से गोली गुजरी। जितनी तेजी से गोली की आवाज आई उतनी तेजी से उस ऑफिसर के उस सैनिक को थप्पड़ मारने की की भी आई। उन्हें उनके कप्तान के पास ले जाया गया, कप्तान ने उनसे उनके कागजात परिचय पत्र इत्यादि मांगे तब उन्होंने बताया कि जब पायलट किसी मिशन पर जाता है तो उसे इस तरह की परिस्थितियों में अपने सारे कागज को जमीन में गाड़ना या नष्ट करना पड़ता है तब उस ऑफिसर ने उनके कमांडर के बारे में सवाल पूछा और उनसे आगे और जानकारी मांगी जिससे कि उनकी पहचान पुख्ता की जा सके कि वह भारतीय सैनिक है ना कि पाकिस्तानी सैनिक या जासूस, तब ऑफिसर

चिनाँय ने उन्हें अपने स्टेशन ऑफिसर ग्रुप कैप्टन लॉयड के बारे में बताया। तभी कप्तान ने अचानक से पूछा कि क्या आप किसी ऐसे व्यक्ति को जानते हैं जो कहइ हैं, तब उन्होंने जवाब दिया हां कि वह उनके यूनिट के फ्लाइट लेफ्टिनेंट है मोटे और मोने सिख हैं तब चिनाँय ने कहा नहीं वह दुबले पतले और दाढ़ी वाले मोने सिख है। यह सुनते ही उस कैप्टन के चेहरे पर मुस्कान आ गई और उन्होंने बताया कि वह कैप्टन कहइ है फ्लाइट लेफ्टिनेंट कहइ के चचेरे भाई। उन्होंने तुरंत ही चिनाँय को पहचानते हुए उन्हें नाशता कराया और कॉफी पिलाई। उन्होंने उनकी अत्याधिकारी मदद करके उन्हें उनके केंद्र की तरफ रवाना कर दिया। वह इतने थके हुए थे की जीप में बैठते ही वह सो गए और उनकी नींद तब खुली जब उनकी जीप एयर फोर्स सेंटर के अंदर दाखिल हो रही थी। अचानक से पाकिस्तान के चार जाटों ने इस एयर फोर्स बेस पर हमला कर दिया था, उन्होंने दौड़कर एक बंकर में शरण ली और तभी कुछ ही देर में उनके लिए एक अन्य जीप का इंतजाम किया गया जो उन्हें दूसरे एयर फोर्स स्टेशन ले गई जहां उनके बाकी साथी थे उन्होंने जैसे ही चिनाँय को देखा वह स्तब्ध रह गए और बहुत ही ज्यादा खुश हो गए। सब आपस में मिल रहे थे और वह उनके लिए एक चमत्कारी पल था क्योंकि दारा फिरोज एक पीस में भारतीय सीमा में पाकिस्तान से वापस लौटे थे। अगले दिन उनका मेडिकल परीक्षण हुआ और उन्हें फिर से विमान को उड़ाने की परमिशन मिल गई।

अपनी पूरी सेवा के दौरान और भी कई सारे बहादुर के काम किये और बाद में वह ग्रुप कैप्टन के पोस्ट पर पहुंचकर 19 जुलाई 1985 को रिटायर हो गए। रिटायरमेंट के बाद उन्होंने कमर्शियल प्लेन्स को उड़ाया और काफी समय तक उन्होंने अंबानी और बिड़ला के बने हुए माल वाहक या पैसेंजर विमान को भी उड़ाया।



आओ! नदियों को बचाएँ

मानव सभ्यता का विकास नदियों के तट पर हुआ। नदियों को मानव ने जल स्रोत और जीवनोपयोगी साधन जुटाने का माध्यम बनाया। सिंधु घाटी की सभ्यता, नील नदी घाटी सभ्यता से लेकर अद्यतन मानव और जीव-जंतुओं का जीवन का आधार भी नदियाँ ही हैं। यह परिवहन और कृषि कार्य के लिए भी अत्यंत उपयोगी हैं।



गौरीशंकर वैश्य विनम्र

आइए! एकबार
ऐसे समय की कल्पना
करें जब भारत देश
में एक भी नदी न हो।
सदानीरा नदियों के
बिना हमारा भारत
कैसा लगेगा! ऐसा
विचार मस्तिष्क में
आते ही मन सिहर
उठता है। इस भयावह
आपदा के आने से,
न केवल भारतीय
संस्कृति, अपितु देश
की अर्थव्यवस्था
भी छिन्न-भिन्न हो
जाएगी। आज घोर
प्रदूषण के कारण
नदियों का अमृत जल
'प्राण हारी विष' बन
गया है।



जिस प्रकार माँ अपनी संतान का पालन-पोषण करती है, उसी प्रकार नदियाँ भी मानव सहित अनेक प्राणियों के लिए जीवनदात्री हैं। नदी को अँग्रेजी में रीवर कहा जाता है। इस शब्द की उत्पत्ति 'रिया' शब्द से हुई है, जिसका अर्थ है किनारा। पुराने काल में, पानी की उस धारा को, जिसके किनारे होते थे, रीवर कहा जाता था। आधुनिक परिभाषा के अनुसार, पानी की बहती विशाल धाराओं, जिनके किनारे बदलते रहे, नदी कहा जाता है।

सृष्टि के आरंभिक काल में जब धरती पर पहाड़ों और समुद्रों का निर्माण हो चुका था, तब लगातार वर्षा होती रहती थी। वर्षा का यह जल पहाड़ों पर से टेढ़े-मेढ़े मार्गों से होता हुआ, समुद्र में जा मिलता था। लगातार जल-प्रवाह के कारण मार्ग गहरे और चौड़े होते गए तथा धाराओं का रूप परिवर्तित होने के कारण उन्हें नदी कहा गया और उनके विभिन्न नाम यथा- गंगा, यमुना, नर्मदा, कावेरी, कृष्णा, सिंधु, झेलम, रावी, चिनाव, घाघरा, गोदावरी, पिनाकिनी,

तुंगा, भद्रा, चंबल आदि दिए गए। अधिकांश नदियाँ पहाड़ों से ही निकलती हैं। कुछ का जन्म पहाड़ों पर जमी बर्फ से बने हिमखंड पिघलने के कारण भी होता है। इसके अतिरिक्त झरने और झीलों से भी कुछ नदियों का जन्म होता है।

नदियाँ तो विश्व के प्रत्येक देश में होती हैं। लेकिन हमारे देश भारत में उन्हें माँ के रूप में अत्यंत सम्मानित स्थान प्राप्त है। हमारे प्राचीन ग्रंथों में नदियों की महत्ता को स्वीकार करते हुए उनका सदैव गौरवगान किया गया है। कहा गया है- रक्षति रक्षितः, नद्य हन्ति संति। अर्थात् नदी की रक्षा होगी तो वह हमारी रक्षा करेगी। पद्म पुराण में उल्लेख है- सर्वतीर्थमयी गंगा तथा माता न संशयः। अर्थात् गंगा और माता सर्वमयी मानी गई है, इसमें कोई संदेह नहीं है। नदियाँ केवल जल प्रवाहिका ही नहीं, अपितु हमारी सांस्कृतिक परंपरा की साधनास्थली, उसकी पोषक एवं वाहिका तथा हमारे जीवन के आवश्यक खाद्यान्न, वन तथा जैवविविधता के संरक्षण-संवर्द्धन की हेतु भी हैं। अतः मानव जीवन और अन्य जीव-जंतुओं के प्राणों की रक्षा के लिए, नदियों का निरंतर स्वच्छ निर्मल जलयुक्त प्रवाहमान रहना अत्यावश्यक है।

आइए! एकबार ऐसे समय की कल्पना करें जब भारत देश में एक भी नदी न हो। सदानारा नदियों के बिना हमारा भारत कैसा लगेगा! ऐसा विचार मस्तिष्क में आते ही मन सिहर उठता है। इस भयावह आपदा के आने से, न केवल भारतीय संस्कृति, अपितु देश की अर्थव्यवस्था भी छिन्न-भिन्न हो जाएगी। आज घोर प्रदूषण के कारण नदियों का अमृत जल 'प्राण हारी विष' बन गया है, जिससे जलचरों के साथ मानव जीवन भी संकट में आ गया है। यदि नदियों में बढ़ते प्रदूषण को रोका नहीं गया तो लगभग 1500-2000 वर्ष बाद भारत नदीविहीन देश होगा।

आधुनिकता के युग में पूर्वजों की चेतावनियों को मनुष्य ने अनसुना कर दिया जिसके परिणामस्वरूप पतितपावनी गंगा सहित अन्य नदियों का पावन जल कलुषित और प्रदूषित हो गया है। कई नदियाँ विलुप्त के

सन्निकट हैं और कुछ का अस्तित्व समाप्त हो चुका है। इस कुकृत्य में स्वार्थी मनुष्य का ही हाथ है।

नदियों के समीप शौच, वस्त्र धोना, जल में कुल्ला करना, शरीर मलना, बाल झाड़ना, पूजा की सामग्री बहाना, कूड़ा-कचरा फेंकना, शव बहाना, तैरना आदि कर्म करना वर्जित हैं, तथापि कल-कारखानों के अवशिष्ट, रसायन, अपद्रव्य, अधजले शव, शहरों की गंदगी और मल-मूत्र निःसंकोच नदियों में प्रवाहित कर दिया जाता है, इससे नदियों के जल में विष घुल रहा है, यहाँ तक कि जल आचमन के योग्य भी नहीं बचा है। जल में बड़ी संख्या में विषाणु बढ़ रहे हैं और जल का उपयोग गंभीर बीमारियों का कारण बन गया है। जल-जीवों की अनेक प्रजातियाँ नष्ट हो चुकी हैं। नदियों का दूषित जल आसपास भूगर्भ में जाने से भूजल भी विषाक्त हो रहा है।

नदियों के बिना लोकजीवन की मधुरता तथा प्रकृति की मोहकता की कल्पना नहीं की जा सकती। अस्तु, नदियों को बचाना एक प्रकार से देश की संस्कृति और मानव अस्तित्व के बचाने का ही प्रयास होगा। एतदर्थ कुछ विंदुओं पर विशेष ध्यान देकर क्रियान्वयन अपरिहार्य है-

- ◆ नदियों को प्रदूषित करने वाले कारकों को तत्काल रोका जाए। नदियों में गिरने वाले अपशिष्ट को नदियों तक पहुँचने के पूर्व ही विनष्ट कर दिया जाए। इसके लिए जन-जागरूकता और सहभागिता सुनिश्चित की जाए।
- ◆ गंदी नालियों और सीवर को नदियों की ओर न मोड़ा जाए, उसका पूर्व में ही परिशोधन कर लिया जाए।
- ◆ नदियों की निरंतर और नियमित सफाई कराई जाए। इसके लिए समाजसेवियों और स्वयंसेवी संस्थाओं की सेवाएँ ली जा सकती हैं।
- ◆ नदियों की गहराई भी बड़े पैमाने पर बढ़ाई जाए जिससे पानी का

स्वाभाविक प्रवाह सतत बना रहे।

- ◆ डॉ. राममनोहर लोहिया ने साठ के दशक में 'नदियाँ साफ करो' अभियान का सूत्रपात किया था। आज पुनः ऐसे सार्थक अभियान की आवश्यकता है। माननीय प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी जी ने गंगा को स्वच्छ-निर्मल बनाने के लिए वर्ष 2014 में 'नमामि गंगे' परियोजना की घोषणा की है। ऐसे ही सभी नदियों को स्वच्छ और प्रदूषणमुक्त बनाया जाए।
- ◆ जीव विज्ञानियों तथा वनस्पतिशास्त्रियों का योगदान लेकर नदियों में ऐसे जीव तथा वनस्पति विकसित हो, जिनसे जल प्रदूषण को कम किया जा सके।
- ◆ वैज्ञानिकों के अनुसार, बालू अनेक प्रदूषकों को सोख लेती है तथा जल को स्वच्छ कर देती है, इसलिए नदियों में बालू के खनन पर प्रतिबंध लगाया जाए।
- ◆ नदी के जल का वेग बढ़ाया जाए जिससे प्रदूषक तत्त्वों का तन्वीकरण प्राकृतिक रूप से हो सके।
- ◆ नदी के तटों के पास तथा वहाँ के धार्मिक स्थलों पर अनुपयुक्त और अपशिष्ट पदार्थों के निस्तारण हेतु उचित व्यवस्था होनी चाहिए।
- ◆ नदियों को प्रदूषण से बचाने के लिए संचार माध्यमों द्वारा जनजागरण अभियान चलाना चाहिए, इससे लोगों के विचारों में परिवर्तन लाकर उन्हें नदियों के संरक्षण में भागीदार बनाया जा सकता है।

नदियों के संरक्षण से ही मानव सभ्यता का संरक्षण होगा। देश के हित में यह आवश्यक, अपरिहार्य और अनिवार्य है कि नदियों को स्वच्छ-स्वस्थ रखें, इन्हें विलुप्त होने से बचाएँ। यह हम सभी का पावन कर्तव्य भी है और महत्वपूर्ण कर्तव्य भी। आइए! आज ही इसके लिए सच्चे मन से संकल्प लें।





उमेश

प्रकृति विज्ञान पूर्णतः स्वचालित और अकाट्य हो एक धर्मी होकर कार्य करता है। इसमें किसी तरह का कोई हस्तक्षेप हो ही नहीं सकता। किसी प्रकार की कोई मिलावट की गुंजाईश हो ही नहीं सकती। परन्तु आज का मनुष्य अपने को शक्तिशाली मानकर, बल प्रयोग आदि से अवस्थाओं में मिलान का प्रयास करता है और अपने को विरोधों में रखता है। मिलान असम्भव है और इस प्रयास में असफल हो मनुष्य तनाव, असंतोष, क्रोध आदि से ग्रसित हो जीवन को दुखों से भर लेता है। यही समाज और व्यक्ति में विस्फोट का कारण भी है।

अवस्थाओं की रेल



प्राकृतिक रहस्य को विस्तार देते गुरूवर श्री अशोक मानव जी जो बता रहे वह बहुतों की समझ से परे जा सकता है, यूँ इन बातों पर विश्वास न भी हो, फिर भी यदि थोड़ा सा गहराई में जाये तो पायेंगे कि जो कुछ भी बताया जा रहा है वैसा ही भी रहा है। सभी उसी प्रकार से जीवन जी रहे हैं। गुरूवर कहते हैं कि “हम जैसे ही कोई विषय बनाते हैं अर्थात् जब हम कोई विचार बनाते हैं, जो कि हमारी गहरी भावना की उपज होती है। मतलब हमने किसी चीज के बारे में बहुत गहराई से विचार बना लिया। इस प्रकार के विचार अपने विषय को, अपने उद्देश्य को पूरा करने की ताकत रखते हैं। प्राकृतिक विज्ञान के तहत ऐसे विचारों से हमारे मस्तिष्क से जो तरंगें निकलती हैं, जो इलेक्ट्रॉन्स बनते हैं वे ब्रह्माण्ड में निकल कर अपने उद्देश्य की पूर्ति में लग जाते हैं। यह सब प्रकृति विज्ञान के अंतर्गत ही होता है। वह इलेक्ट्रॉन्स अपने उद्देश्य की पूर्ति के लिए आवश्यक रस-गंध को आकर्षित कर उनसे जुड़ने लगता है। उससे संबंधित रस-गंध

चाहे जहाँ हो वह उसे अपनी ओर खींच लेता है। इस प्रक्रिया में वह किसी अन्य विषय को अपने से नहीं जोड़ता केवल वहीं जुड़ता है जो उसकी अवस्था का होता है, यानि उसकी अवस्था को पूर्ण होने में सहायक होता है। प्राकृतिक विज्ञान के तहत ऐसा हो भी नहीं सकता। जिस गुण की ऊर्जा बनती है वह अपने ही गुण के सम्पर्क में आ सकती है अन्य के नहीं। उसका मिलान अपने ही गुण के रसायन से हो सकता है अन्य से नहीं। उदाहरण के लिए-यदि हम एक चुम्बक ले तो उससे हर लोहे की चीज जुड़ जायेगी, बाकी अन्य चीजें नहीं जुड़ती। हम चुम्बक से किसी अन्य चीज को लाख जोड़ने का प्रयास करे पर वह नहीं जुड़ेगी।

गुरूवर बताते हैं कि प्राकृतिक विज्ञान के तहत जब कोई गुण परिपक्व हो रहा होता है और वह अपने गुण से मिलान कर रहा होता है, इसी मिलान की प्रक्रिया के जरिये वह

धीरे-धीरे अपने लक्ष्य की तरफ बढ़ता है। इस सफर में यदि कहीं कोई बाधा आती है तो वह उस बाधा को मिटाकर आगे बढ़ता है। किसी भी बाधा को भेद कर लक्ष्य की ओर बढ़ता है। गुरुवर कहते हैं कि पूरी सृष्टि में ऐसी कोई भी शक्ति नहीं जो कि उसे रोक सके। वह भगवान को भी एक बार पार करके अपना उद्देश्य पूरा करेगा। यह वह विज्ञान है जिससे प्रकृति चलायमान है और अतिसरल भी है। इसे और सरल कर समझाने के लिए गुरुवर कहते हैं कि मान लीजिए एक इंजीनियर ने ट्रेन बनाई। ट्रेन पट्टी पर दौड़ने के विज्ञान के अनुरूप बनाई गई। अब यदि उसके सामने वह इंजीनियर आ जाये जिसने वह ट्रेन बनाई है। तब भी वह नहीं रूकने वाली। वह पट्टी पर दौड़ने के अपने विज्ञान के तहत दौड़ती रहेगी। चाहे कोई भी उसके सामने आ जाये।

गुरुवर विज्ञान के गूढ़ विषय को आगे समझाते हुए बताते हैं कि जब इच्छित विषय पूरा हो जाता है, तब परिणाम के अनुसार प्रकृति विज्ञान आगे कार्य करता है। यदि परिणाम सत्य आधारित है यानि सकारात्मक है, प्रकृति विज्ञान के अनुरूप है तो वह सिद्धान्त हो ब्रह्माण्ड में एक कण बनकर प्रकृति में अपनी जगह बना लेगा। प्रकृति विज्ञान के अनुरूप वह सिद्धान्त हो एक गुणधारी हो चिर काल तक अपने गुण का विस्तार करता रहेगा। यदि परिणाम नकारात्मक हुआ अर्थात् वह प्रकृति में किसी भी प्रकार के शोषण का कण बना तो प्रकृति उसे पूरी तरह नष्ट कर के अपने में विलीन कर लेती है। यहाँ यह भी समझना आवश्यक है कि प्रकृति किसी भी चीज को समय से पहले नष्ट नहीं करती। मतलब वह किसी भी चीज को अपरिपक्व अवस्था में नष्ट नहीं करती। परिपक्व होने से पहले किसी चीज को नष्ट करना प्राकृतिक सिद्धान्त के विपरीत है। प्रकृति हर अवस्था को परिपक्व होने के बाद ही नष्ट करती है। ताकि वह अवस्था पूर्ण हो सके और सिद्धान्त हो जाये।

प्रकृति विज्ञान पूर्णतः स्वचालित और अकाट्य हो एक धर्मी होकर कार्य करता है। इसमें किसी तरह का कोई हस्तक्षेप हो ही नहीं सकता। किसी प्रकार की कोई मिलावट की गुंजाईश हो ही नहीं सकती। परन्तु आज का मनुष्य अपने को शक्तिशाली मानकर, बल प्रयोग आदि से अवस्थाओं में मिलान का प्रयास करता है और अपने को विरोधो में रखता है। मिलान असम्भव है और इस प्रयास में असफल हो मनुष्य तनाव, असंतोष, क्रोध आदि से ग्रसित हो जीवन को दुखो से भर लेता है। यही समाज और व्यक्ति में विस्फोट का कारण भी है।

प्रकृति विज्ञान इतना पारदर्शी होता है कि मिलावट यूं भी नहीं हो सकती। एक अवस्था बाकी असंख्य अवस्थाओं के साथ उनके मध्य ही परिपक्व हो रही होती है। परन्तु कोई भी अवस्था दूसरी अवस्था में कोई दखल नहीं दे सकती न ही प्रभावित ही कर सकती है। बहुत सी ऐसी स्थिति भी होती है जहाँ एक अवस्था दूसरी अवस्था से मिलान चाहती है और दूसरी भी मिलान की इच्छुक है। परन्तु प्राकृतिक विज्ञान के तहत दोनो अवस्थाएँ एक-दूसरे को नहीं जान पाती या सम्पर्क नहीं कर पाती। उदाहरण के लिए गुरुवर कहते हैं कि जैसे हमारा कोई प्रिय संसार छोड़कर चल बसा है। परिवार वाले उसे भूल नहीं पा रहे। वह भी आत्मरूप में स्थित हमें देख रहा है। वह हमसे अपनी उपस्थिति के बारे में बताना चाह रहा, पर वह ऐसा नहीं कर पाता। यह इसलिए कि दोनो ही प्रकृति विज्ञान के तहत अपनी-अपनी सीमाओं में बंधे हैं। कोई कुछ भी करके सत्य रूप में उन दोनो अवस्थाओं को एक दूसरे से नहीं मिला सकता। गुरुवर यह भी स्पष्ट करते हैं कि दोनो अवस्थाओं को एक दूसरे का भान भी नहीं होता।

आगे विस्तार देते हुए गुरुवर कहते हैं कि हम किसी गुरु, भगवान या इष्ट को मानते हैं। अपनी किसी इच्छा को पूर्ण करने के लिए उनसे प्रार्थना करते हैं। ऐसे में हमारे

द्वारा छोड़ी गई इच्छा, हमारे इष्ट की अवस्था में जाकर अपने लिए आवश्यक ऊर्जा को मिलान करेगी जो कि अमुक इच्छा की पूर्ति के लिए अनिवार्य हो। इतने चरणों में इष्ट की अवस्था को यह भान न होगा कि कोई अपनी इच्छा के लिए प्रयासरत है और अवस्था का मिलान कर रहा। इष्ट की अवस्था में कोई परिवर्तन भी नहीं होगा। यह सकारात्मक परिणाम होने का अर्थ है कि व्यक्ति के कर्म फल में वह इच्छा पूर्ण होने को लिखी थी। अन्यथा कोई प्रभाव नहीं होगा। व्यक्ति अपने सिद्धान्त पर चलते हुए अपनी बनाई इच्छा (इलेक्ट्रॉन्स) को अपने ही पूर्व कर्म की ऊर्जा से शक्तिशाली बनाता है। जिससे उचित समय पर इच्छा सत्य रूप में समक्ष आ जाती है। हम किसी अन्य की अवस्था में कोई मेल नहीं कर सकते। जब तक हमारी अवस्था, हमारा गुण-गंध मेल खाता न हो, जब तक हम कुछ भी प्राप्त नहीं कर सकते। आज मानव व्यावहारिक जीवन में हर वक्त कुछ पाने या अपनी तकलीफों को दूर करने के लिए दर-दर भटक कर यही प्रयास कर रहा है और हासिल कुछ नहीं हो रहा है। असंख्यों में कुछ एक होंगे जिनको उनके अनुसार कुछ मिल रहा है। वह भी इसलिए क्योंकि उनकी अवस्था विज्ञान के ऐसे पड़ाव पर है जो कि दूसरी अवस्था के साथ तादात्म्य में है। यानि गुण-गंध मिल रहा है। बाकियों का ऐसा नहीं हो पाता है। पर आज हर तरफ यही प्रयास हो रहा है कि जो नहीं है उसे किसी भी प्रकार से हासिल करने का प्रयास करना। जो कि विस्फोटक है। ट्रेन वाले उदाहरण की समझ से यह जाना जा सकता है कि हम चाहे जितना भी हाथ पैर पटक ले पर ट्रेन रूकनी वहीं है जहाँ उसका स्टेशन होगा। तो हितकर यही है कि अपनी अवस्था में रहकर उसी के अनुसार स्टेशन पर रहे और ट्रेन की सवारी करें ताकि सही समय पर और सुरक्षित अपनी मंजिल पर पहुँचे। दिपावली की शुभकामनाओं सहित।



पुरानी याद के साथे गए ज़ख़ात भरते हैं!

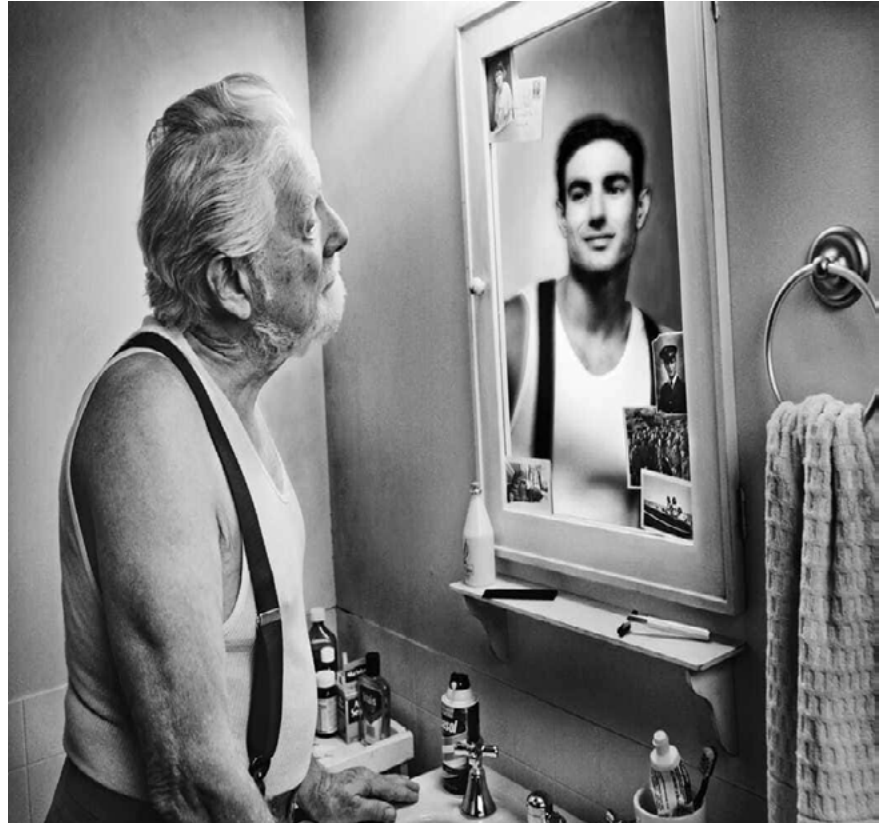


प्रफुल्ल कुमार त्रिपाठी

लेखक आकाशवाणी से सेवानिवृत्त अधिकारी हैं।

चढ़ते सूरज की तरह मेरा जीवन एक-एक पायदान ऊपर चढ़ने लगा। पता ही नहीं चला कि मैं कब बच्चे से युवा हुआ, तरुण हुआ और वयस्कता की ओर बढ़ चला हूँ! नौकरी मिलने और शादी होने और फिर बच्चे पैदा हो जाने के बाद से ऐसा लगने लगा कि अब जीवन की दुपहरिया भी तो आ चुकी है।

नाचीज़ की नौकरी मिलने की कहानी आप सुन चुके हैं। कहाँ मुझे काले कोट, सफेद पैंट में कचहरी जाना था और कहाँ अब मैं अपने मनचाहे एयरकन्डीशंड प्रसारण संगठन और स्टूडियो में पदासीन था! कहाँ हर दिन किसी मुक्किल की राह देखनी थी और कहाँ अब एक से एक सेलेब्रिटी गायक और वादक कलाकारों, वार्ताकारों और ऐसे ही तमाम लोगों से मिलना जुलना हो रहा था और बिना टेंशन हर महीने का वेतन बैंक के खाते में पहुँच रहा था। इसी को नियति कहते हैं, भाग्य कहते हैं! हाँ, तो जीवन के लिए एक साथी की अब मन में तलाश थी या यूँ कह लीजिए कि शरीर को आवश्यकता थी तो ऊपर वाला उस दिशा में भी सक्रिय था। आकाशवाणी गोरखपुर में उन दिनों कैजुअल एनाउंसर धीरा जोशी जितनी तेजी से मेरी ज़िंदगी में आई उतनी ही तेजी से वे नाटकीयता बिखेरती चली भी गई थीं जिसका



इन स्वर्णिम दिनों को याद करते हुए यह भी बताना चाहूँगा कि चूँकि उस दौर में मनोरंजन का एकमात्र साधन रेडियो था (गूगल, दूरदर्शन आया नहीं था) इसलिए रेडियो हर घर में सुना जा रहा था। शाम को कृषि एवं ग्रामीण प्रसारण में कैरेक्टर हरी भाई (हरीराम द्विवेदी) और जुगानी भाई (डा० रवींद्र श्रीवास्तव) की नोक-झोंक को लोग सुनने के लिए लालायित रहते थे।

प्रसंग पिछले अंकों में किया जा चुका है, पढ़ ही चुके होंगे। एक और मजेदार बात यह कि मेरा यह असफल प्यार मेरे जीवन को इतना आंदोलित कर जाएगा इसका एहसास मुझे उन दिनों नहीं था लेकिन जैसे जैसे समय बीतता गया उन दिनों की याद और भी शिद्दत से आने लगी। उन दिनों की छपी मेरी हर कहानियों में उसका अक्स देखा जा सकता है।

उन दिनों में मेरे प्रथम प्रेम को असफल करने में लगभग विलेन जैसी भूमिका निभाने वाले गोरखपुर में एक राधा बाबा थे। उनकी कथा बहुत रोचक है। उनका जन्म 16 जनवरी 1913 को गया (बिहार) के फखरपुर गाँव में एक मिश्र परिवार में हुआ था। बचपन का नाम चक्रधर था। बताते हैं कि बालक के मन में साधु संतों के प्रति आस्था थी और उन्हें

बचपन में ही संत दर्शन होने लगे। परिजनों ने 14 वर्ष की उम्र में उनका विवाह जगाधरी देवी के साथ कर दिया। उनको एक संतान हुई किन्तु उसने पैदा होते ही दम तोड़ दिया। युवा चक्रधर ने इसके बाद विवाह बंधन तोड़ दिया और सन्यासी हो गए। आगे उनके स्वतंत्रता आंदोलन में भाग लेने और जेल जाने का भी घटनाक्रम घटित हुआ। घर छूट चुका था और उन्हें अब लोग मधुसूदनानन्द के नाम से और फिर राधा बाबा के नाम से जानने लगे थे। कोलकता में वे सेठ जयदाल गोंयंदका के संपर्क में आए और उनके परामर्श पर भाई जी हनुमान प्रसाद पोद्दार ने उनको गोरखपुर बुला लिया। गीता वाटिका का परिवेश उनको वृंदावन लगा और उनके व्यक्तित्व में दीप्तिमान राधा तत्व मुखरित होने लगा। अब राधा बाबा पूरे गोरखपुर में ख्याति पाने लगे। उनकी कुटी में राधा नाम संकीर्तन बराबर चलने लगा। बाबा ने कुछ वर्ष बाद 1956 में काष्ठ मौन धारण करने का संकल्प लिया जो कुछ वर्षों बाद समाप्त हो गया। उधर 22 मार्च 1971 को भाई जी हनुमान प्रसाद पोद्दार का देहावसान हो गया। राधा बाबा के निर्देशन में उनकी अन्त्येष्टि क्रिया हुई। अब गीता वाटिका में राधा बाबा अकेले रह गए लेकिन उनके भक्तों का आना- जाना जारी रहा। राधा बाबा पर भक्तों की अंध श्रद्धा होती जा रही थी। वे अब अपने भक्त जनों के लिए वर- वधू भी चुनने लगे थे। विश्वविद्यालय के अनेक प्राध्यापकों सहित डा. हेमचंद्र जोशी (धीरा जोशी के परिजन) भी राधा बाबा के अंध भक्त हो गए और लगभग चार महीनों चले मेरे प्रेम प्रसंग पर उस समय पूर्ण विराम लग गया जब धीरा ने बताया कि उसकी शादी इन्हीं बाबा ने दिल्ली के एक पंजाबी परिवार में तय कर दी है। शायद हम दो प्रेमी उस दौर के उन संस्कारबद्ध लोगों में थे जो परिवार और समाज के बंधनों को तोड़ने में डरते थे और अपने प्यार की कुर्बानी हँसते हँसते दे भी दिया करते थे।

इसी संदर्भ में एक छोटी सी घटना यह

भी बताना चाहूँगा कि उस दौर में किसी एक रात जब मैं और धीरा अपनी नाइट शिफ्ट की ड्यूटी खत्म करके ऑफिस की गाड़ी से देर रात अपने अपने घर जा रहे थे तो मैंने रमाशंकर दुबे, ड्राइवर से कहा 'क्यों न दुबे जी आप हम दोनों को कहीं दूर भगा ले चलिए!' उसने मुस्कुराकर कहा था 'क्या सचमुच? ..उसने भी खिलखिलाकर अपनी सहमति दे दी क्योंकि वह जानती थी कि ऐसा संभव नहीं और ऐसा मैंने मजाक में कहा था! अंततः मेरे सपनों की रानी धीरा राधा बाबा की बताई हुई शादी के बंधन में बंधकर सात समुंदर पार कैलिफोर्निया (अमेरिका) चली गई थी एक सच्चे प्रेमी की आह लगी और राधा बाबा भी कुछ ही दिनों बाद इस लोक से चले गए।

जैसा बता चुका हूँ मेरा म्यूचुअल ट्रांसफर इलाहाबाद से गोरखपुर हो गया था। गोरखपुर आते ही मेरे विवाह के प्रपोजल आने शुरू हो गए थे। उसी बीच विवाह प्रसंग में तड़का तब लगा जब मेरा सेलेक्शन पी.सी.एस. (जे.) के लिए लिखित क्वालीफाई कर लेना हुआ एक सुबह औपचारिकता वश मैं मिठाई लेकर अपने सहायक निदेशक सुशील चंद्र दुबे के घर क्या पहुँच गया कि पूरे ऑफिस में इस बात का शोर हो गया कि दुबे जी अपनी बेटी की शादी करना चाहते हैं। उधर मुहल्ले के एक अत्यंत निकटवर्ती रिश्तेदार ने किसी अपने को उलाहना स्वरूप कहा कि घर में एक लड़का जज बन रहा है उनको वह दिखाई नहीं दे रहा है? क्यों नहीं उसके यहाँ बात चलाते हो? लेकिन तड़का वाला यह दौर ज्यादा दिन नहीं चला क्योंकि इसके इंटरव्यू के बाद जब फाइनल रिजल्ट निकला तो अपना नाम नहीं था। सो, इस चैप्टर ने ट्विस्ट ले लिया।

हम हिन्दू सरयूपारीण ब्राम्हणों में चाहे लड़का हो या लड़की उसके विवाह में तमाम चीजें बारीकियों से देखी जाती रही हैं। अब तो समय बदलता जा रहा है इसलिए उन अनिवार्य शर्तों में भी ढील पड़ने लगी है नहीं तो

कुंडली मिलान, खानदान का इतिहास, उनका चाल-चलन, दान- दहेज आदि के चक्रव्यूह से सभी को निकलना होता था। उधर मेरे पिताजी आनंद मार्गी होने के नाते बिना दान दहेज लिए किसी ऐसे सुयोग्य प्रस्ताव आने की चाहत लिए बैठे थे का जो कम से कम सजातीय हो। उत्साहपूर्वक एक प्रतिष्ठित आनंदमार्गी अधिवक्ता दुबे जी के परिवार से प्रस्ताव आया। अम्मा- पिताजी ने उनके यहाँ जाकर कुछ औपचारिकताओं का निर्वहन भी कर डाला लेकिन अगले कुछ ही दिनों में उस पर भी ग्रहण लग गया जिसकी एक अलग रोचक कथा है जो आप सुनना तो चाहेंगे ही!

मैं उस दौर के अपने एक बहुनामी निकटवर्ती मित्र के साथ प्रायः अपना खाली समय बिताया करता था। युवावस्था में अक्सर की जाने वाली तमाम सही-गलत गुस्ताखियाँ भी होती रही थीं। वे मेरी शिफ्ट ड्यूटी में भी मेरे ऑफिस पहुँच जाया करते थे और उनकी निकटता देखकर सभी उनसे मित्रवत व्यवहार किया करते थे। वे मेरे मुहल्ले में मेरी ही गली के बदरी पांडे नामक एक पेशकार के एक वन रूम सेट में रहते थे जहाँ अक्सर शाम को हमलोग कुछ खाने- पीने का भी इंतजाम किया करते थे। शराब तो नहीं हॉ बीयर और आमलेट आदि अवश्य शामिल होता था। ऐसी ही किसी शाम उन सजातीय मार्गी दुबे जी के साले बलदाऊ जी ने मुझे वहाँ अपनी चोर निगाहों से देख लिया था। अब, फिर क्या! उसने नमक - मिर्च लगा कर मेरा चरित्र चित्रण मेरी होने वाली सास (अपनी बहन मिसेज दुबे) से कर दिया और मेरा दाम्पत्य संबंध बनते- बनते बिगड़ गया।

अब परिजन दूसरे प्रस्तावों पर विमर्श करने लगे। मेरे साथ एक और दिक्कत यह थी कि उन्हीं दिनों में मुझसे छोटी बहन प्रतिमा की भी शादी खोजी जा रही थी और परिजनों का यह मन बन रहा था कि अब उसकी शादी के बाद ही मेरी शादी की जाए। आगे चलकर वही हुआ भी।

मेरे केंद्र में अब एक महिला डाइरेक्टर

मिसेज किश्वर सुल्तान नियुक्त हो चुकी थीं। वे तेज तर्रार आधुनिक महिला थीं। उनके पति गोरखपुर के मियां साहब के रिश्ते में थे इसलिए वे मियां साहब के साथ मुहददीपुर की उनकी कोठी में ही रहने लगीं। बताते हैं कि वे पहले आल इंडिया उर्दू सर्विस में बहुत विख्यात एनाउंसर थीं और सीधी भर्ती से निदेशक पद पा गई थीं। उन दिनों के डी. जी., चटर्जी साहब की वे खास थीं। आकाशवाणी गोरखपुर के कार्यक्रमों में निखार लाने में वे जुट गईं। उधर गोरखपुर में अपराध चरम पर था। कुख्यात हरिशंकर तिवारी और ठाकुर गुप जिसमें पहले रवींद्र सिंह थे और फिर उनकी हत्या के बाद वीरेंद्र शाही अगुआ बने इन दोनों गुट में चल रही वर्चस्व की लड़ाई में सिलसिलेवार हत्याएं हो रही थीं। बी.बी.सी. लंदन ने भी

इसको सुर्खियां प्रदान की थीं। यह सिलसिला लगभग 1989-90 तक चला। अब आप ही बताइए कि जब कोई शहर बारूद के ढेर पर बैठा हो तो ऐसे में वहाँ साहित्यिक - सांस्कृतिक गतिविधियों का कुन्द पड़ते जाना तो स्वाभाविक ही था। फिर भी इस दौरान गोरखपुर का कला मंच सक्रिय रहा और अपना रंग कर्म जारी रखे रहा। विश्वविद्यालय में प्रोफेसर गिरीश रस्तोगी अपनी संस्था 'रूपांतर' के जरिए अनेक प्रभावशाली नाटकों को प्रस्तुत कर रही थीं। कुछ और संगठन साहित्यिक और सांस्कृतिक गतिविधियां चला रहे थे। कार्यालय में संघ लोक सेवा आयोग से चुने गए एक नए कार्यक्रम अधिकारी डा० अनीसुररहमान खान भी आ गए थे जिससे डाइरेक्टर साहिबा का कुछ नया करने का मंसूबा फलने फूलने लगा। पुराने साथी आर. एन. सिंह, श्यामानंद मिश्र, आर० एन० झा, आर० के० झा, जानकी प्रसाद तो थे ही। मेरठ के एक फक्कड़ी कलाकार प्रकाश शर्मा जी म्यूजिक कम्पोजर थे जिनको दो कुशल कम्पोजर मिले हुए थे - उस्ताद राहत अली (लखनऊ से) और जनाब शुजात हुसैन खान (रामपुर से)। उन दिनों का

गोरखपुर चाहे जैसा रहा हो आकाशवाणी गोरखपुर अब अपनी नई डाइरेक्टर पाकर रेडियो को एक नए मुकाम पर ले जाने लगा था। फर्मायशी प्रोग्राम हो या हिन्दी और उर्दू के साहित्यिक कार्यक्रम, रेडियो खूब सुना जाने लगा था। रेडियो पर बोलना गर्व की बात मानी जाती थी और बदले में पारिश्रमिक मिलना तो सोने पर सुहागा था। कुछ तो ऐसे निकले जिन्होंने अपने चेक भुनाए ही नहीं बल्कि उसे अपने ड्राइंग रूम में फ्रेम करवा कर टांग दिए थे। राहत अली और उनकी शागिर्द ऊषा टंडन अग्रिम पंक्ति के गायक कलाकार बन रहे थे। देश विदेश में उनको बुलाया जा रहा था। आकाशवाणी परिसर में तीन तीन दिनों तक श्रोताओं के लिए सजीव कार्यक्रम आयोजित किए

जाने लगे जिसके निमंत्रण पाने के लिए लोग सिफारिशें करते थे। देश का कोई भी बड़ा कलाकार इन आयोजनों में आने से शायद ही बचा रह गया हो। एक टीम स्पिरिट की भावना से काम हो रहा था।

इन स्वर्णिम दिनों को याद करते हुए यह भी बताना चाहूंगा कि चूंकि उस दौर में मनोरंजन का एकमात्र साधन रेडियो था (गूगल, दूरदर्शन आया नहीं था) इसलिए रेडियो हर घर में सुना जा रहा था। शाम को कृषि एवं ग्रामीण प्रसारण में कैरेक्टर हरी भाई (हरीराम द्विवेदी) और जुगानी भाई (डा० रवींद्र श्रीवास्तव) की नोक-झोंक को लोग सुनने के लिए लालाधित रहते थे। मुझे आज भी याद है कि कार्यक्रम के अंत में जब बाजार भाव में अनाज तथा शाक - भाजी और अंडे आदि का भाव बताया जाता था तो जुगानी भाई सफेद आलू सुनकर बिदक पड़ते थे क्योंकि अंडे को सफेद आलू कहते हुए उनको चिढ़ाया जाता था। शायद आप विश्वास नहीं करेंगे लेकिन उस दौर में कुछ श्रोता उनके इतने दीवाने थे कि वे स्टूडियो आकर उनसे मिलते थे। उनकी उम्र बहुत नहीं थी लेकिन आवाज से लगता था कि वे कोई बुजुर्ग दिहाती व्यक्ति हैं। लेकिन उनका यह

जादू कुछ ही वर्षों बाद मद्धिम पड़ने लगा क्योंकि केंद्र पर फार्म एंड होम यूनिट के आते ही उन पर प्रफेशनल जेलेसी का साया मंडराने लगा। हरीराम द्विवेदी आकाशवाणी वाराणसी चले गए और मुखिया जी बनकर (ब्रज भूषण शर्मा) एक नया पात्र सामने आए और उन्होंने जुगानी भाई को धीरे धीरे किनारे करना शुरू कर दिया।

उन दिनों अन्य कलात्मक संगठनों की तरह आकाशवाणी में भी आपस में प्रोफेशनल जेलेसी की बीमारी फैलने लगी जिसने न सिर्फ आपसी स्नेह और मधुर संबंधों को प्रभावित किया बल्कि आकाशवाणी की लोकप्रियता पर भी असर डाला। यह कहने में मुझे कोई भी संकोच नहीं है कि इसी रोग ने आकाशवाणी गोरखपुर के सबसे लोकप्रिय कार्यक्रम कृषि और ग्रामीण प्रसारण की लोकप्रियता अचानक से घटा दी। जुगानी भाई (डा. रवींद्र श्रीवास्तव) अंततः उस कार्यक्रम से हट गए और उन्होंने कुछ और कार्यक्रम शुरू किए। कार्यक्रम अधिकारी पद से सेवानिवृत्त होने के बाद आज वे पूर्वी उत्तर प्रदेश में भोजपुरी के शीर्ष कवि और लेखक के रूप में जाने जाते हैं। मुझे दुख इस बात का है कि नींव के पत्थर सरीखे ऐसे लोगों को आज विस्मृत कर दिया जा रहा है। कार्यक्रम प्रमुख पद पर बैठे अकुशल, खोटी सोच वालों ने आकाशवाणी का सत्यानाश कर दिया है। वहाँ के लोगों की घटिया सोच और आपसी असंतोष का प्रभाव अब उसके प्रसारणों पर भी पड़ने लगा है। इसीलिए मीडिया संसाधनों की प्रतिद्वंद्विता के इस कठिन दौर में आकाशवाणी हांफने लगा है।

और अंत में 'दाग देहलवी' के शेर की कुछ मौजू पंक्तियाँ-

'रख दिया मैंने राज़ ए दिल अपना,

उसको तुम जानो या खुदा जाने।

जानते-जानते ही जानेगा,

मुझमें क्या है अभी वो क्या जाने!'

असामाजिक व्यवहार से पोषित परम्परा



डा. इरा त्रिपाठी

एस एस पी जी मंडलीय, वाराणसी, यूपी



सभी को लेख का विषय पढ़कर आश्चर्य हो रहा होगा परन्तु सत्यता यही है। असामाजिक या अमानवीय व्यवहार धीरे-धीरे अपना प्रभाव मनुष्य को दीर्घकालीन नकारात्मक प्रवृत्तियों को गति दे रहा है। इसका एहसास मनुष्य को तब होता है जब वह असाध्य शारीरिक मुख्यतः मानसिक लक्षणों या रोगों का शिकार बन बैठता है। अनेकानेक प्रकार के तनाव जिनके असंतुलित होने से बी.पी., शुगर, हार्मोनल बिमारियों, चिंता उदासी, बेहोशी इत्यादि से ग्रसित हो जाते हैं। हर तरह सोच विचार कर कारण की खोज में लग जाते हैं। परन्तु अपने से किये असामाजिक व्यवहार पर तनिक भी ध्यान नहीं जाता। उदाहरण के तौर पर- किसी कार्य को पूरा करने के लिए ;जो कि उनका कर्तव्य है और उसके लिए वे मेहनताना भी पाते हैं अतिरिक्त रूपों की मांग करते हैं और बेचारा वह व्यक्ति जिसको अपना कार्य पूरा करवाना है, किसी न किसी प्रकार से प्रबंध करता है। कभी जमीन बेचकर, कभी गहने या कीमती वस्तु उधार रखकर। कभी बिटिया की शादी या बेटे की पढ़ाई के लिए जमा धनराशि को तोड़कर। यह धन पूरी तरह से परेशान व्यक्ति की आह में सने होते हैं। पर यह ऊपरी कमाई करने की ये बयार इस कदर बह रही है कि इसने एक परम्परा का रूप ले लिया है। एक अनिवार्य व्यवस्था सी बन गई है। चढ़ावा बिना चढ़ाये मुराद पूरी नहीं होगी। इस चलन में लोगो को उन रूपों

पर लिपटी आह न दिखाई देती है न ही सुनाई पड़ती है। यदि किसी संवेदनशील शख्स को यह समझ में आता है तो वह अपने बचाव में बहुत से तर्क देता है। कुछ कहते हैं कि भाई जो हम कमाते हैं उसका आधा हिस्सा तो हम भगवत भजन या दान दक्षिणा में लगा देते हैं, इससे हम किसी प्रकार के अकर्म के भागी नहीं बनते। एक रिपोर्ट के मुताबिक वैश्विक स्तर पर भ्रष्टाचार जो कि घूस के रूप में है, का स्तर एक लाख करोड़ रूपयों का है। कुल वैश्विक उत्पादन के एक प्रतिशत के बराबर। इससे अलग अन्य आर्थिक अपराध और भी हैं। ये सब हमारी विकृति मानसिक स्थिति के तथ्यात्मक उदाहरण हैं। गंभीर बात यह है कि इतने विरोधों के बाद भी इस प्रकार की मानसिकता को हर कहीं पोषित किया जा रहा है और एक प्रकार से अनिवार्य अनकही परम्परा के रूप में स्थापित हो गई है।

विचार करने वाली बात है कि उसके रचे संसार में जहाँ सुन्दर भाव और इच्छाशक्ति से ही कार्य घटित हो जाते हैं। तब अमानवीय या असामाजिक रूप से कमाये गये धन का क्या अर्थ यह किसी भी प्रकार से उचित नहीं है। उदाहरण के लिए यदि यह मान ले कि हमारे घर में नल लगा है। इसका अर्थ यह बिल्कुल भी नहीं है कि हम साफ कपड़ों को कीचड़ में सान दें और दुबारा

उन्हें नल के पानी से धोये। जबकि हम स्वयं जानते हैं कि एक छटाक कीचड़ को साफ करने के लिए एक छटाक पानी से तो काम बिल्कुल भी नहीं चलने वाला। उसके लिए अत्याधिक जल की आवश्यकता होगी। यही असामाजिक एवं अमानवीय तरीकों से कमाये गये धन के बारे में भी है। गलत पैसे से भजन और दान करवाना भी उचित नहीं। सामाजिक सा मानवीय विचार रखने वाले गलत ढंग से पैसे कमाते ही नहीं। जो कमाते हैं उनका इस प्रकार का कार्य धर्म के नाम पर करना ही क्यों है। क्योंकि सामाजिकता या मानवता का व्यवहार तो आंतरिक विषय है जो हमारे अंतःकरण से उत्पन्न होते हैं। जिसके लिए किसी भी प्रकार के प्रपंच रचने की आवश्यकता नहीं।

WHO ने भी स्वास्थ्य की परिभाषा में आध्यात्मिकता का भी एक घटक जोड़ा है। सिर्फ इसीलिए की मानव की बिमारियों में दवाओं का जितना महत्वपूर्ण उपयोग है उससे कहीं ज्यादा स्वास्थ्य को पाने और उसको अपने पूरे जीवन काल में स्वस्थ बनाये रखने के लिए आध्यात्मिकता बहुत महत्वपूर्ण है।

आज के भौतिकवादी असामाजिक तत्व कृपया इन पर तनिक ध्यान दें।



सूत्र वाक्य

अशोक मानव

- ध्यान जिस विषय के लिए केंद्रित होता है उसी विषय को पूर्ण करने का ईंधन जोड़कर विषय को पूर्ण विज्ञान बनता है।
- ध्यान एक प्राकृतिक क्रिया है जो जीवन में किसी भी समय हो जाता है प्राकृतिक गति में आ जाना ही ध्यान है ध्यान जब किया जाता है तब व्यक्ति किसी एक विषय पर केंद्रित हो जाता है जिसके बाद विषय में जैसा उतार-चढ़ाव आता है उसी की गति बन जाती है।
- प्रेम बाह्य जगत से हमारे ऊपर थोपी जाने वाली वह अवस्था है जो हमारा शोषण करने का कार्य करती है और हमारे भीतर रासायनिक मिलान करके हमारे अस्तित्व को मिटाने का कार्य करने लगती है।
- जीवन का निर्माण प्राकृतिक योग है जो भूमि के गुण अनुसार होता है जिसे हर वैज्ञानिक संकेत स्व भूगोल में प्राप्त होता है इसी के अनुसार गतिमान होना ही सफलता का वैज्ञानिक मार्ग है।
- जीवन प्रकृति की एक गणित है गणित का सूत्र मालूम होता है तो सवाल का जवाब मिल जाता है ठीक इसी प्रकार जीवन जीने का सूत्र मालूम होता है तो हर विषय का उत्तर स्वयं मिल जाता है।
- घटना तो प्रकृति का प्रवाह है जिसका कण प्रकृति की वह ऊर्जा है जो बन जाने पर निकलती ही है यदि इसे रोका जाता है तो रोकने वाला प्रकृति विरोधी होता है।
- मानव शरीर में रासायनिक मिलान से बनने वाला तत्व विज्ञान एक बिंदु में एकत्रित होता रहता है जो पूर्ण होने के बाद स्व पुस्तक बन जाता है।
- किसी भी भूगोल की रासायनिक गंध उसकी लयता होती है जिसे 'राग' कहते हैं जो जीवन को सरल बनाते हुए मृदा को सिद्धांत कर यात्रा को पूर्ण करती है
- जीवन की वास्तविक धनराशि स्वभाव पर चलने से उत्पन्न होने वाली क्रिया प्रतिक्रिया में जिस भाव की वापसी होती है वही है जो जीवन में रासायनिक धनराशि बनाकर जीवन में जुड़ती है उसी से अग्रिम यात्रा की दृष्टि अपना स्वभाव बनती है।

इच्छा से प्राकृतिक निर्माण का सूत्र

$$5W + NC - 5W = NC$$



अशोक मानव

W=WILL = इच्छा

W=WAIT = इंतजार

W=WEIGHT = भार

W=WEATHER = मौसम

W=WIN= विजय

N=NATURAL = प्राकृतिक

C=CREATION = निर्माण

W=WILL(इच्छा)

इच्छा प्रकृति का चुंबकीय गुण है जिससे जीव और पदार्थ का निर्माण होता है। जीव या पदार्थ की आत्मिक रचना में निर्माण की इच्छा मौजूद होती है उसी से निर्माण के आवश्यक पदार्थ की इच्छा उसके अंदर पैदा होती है जो इच्छा के बाद उसके अंदर से उर्जा निकल जाती है और अपनी आवश्यकता के गुण की ऊर्जा खींचकर अपने से जोड़ लेती है जिससे उसका विकास होता है। मानव के अतिरिक्त इच्छा की अन्य जीव पदार्थ में यह क्रिया वैज्ञानिक रूप से पूर्ण सत्य होती है। मानव परिस्थिति या दूसरे से प्रभावित होकर ऐसे



विषय की इच्छा बना लेता है जो निर्माण की जगह नुकसान पहुंचाने लगती है। प्रकृति के सभी जीव पदार्थ अपनी इच्छा से ही निर्माण व अपना निर्माण करते हैं। जिस विषय की इच्छा नहीं होती है वह आसपास रहते हुए भी उसे प्रभावित नहीं कर पाते हैं। इच्छा से जीव पदार्थ के निर्माण की श्रृंखला के साथ प्रकृति का विस्तार बढ़ता रहता है। चर अचर जीव और पदार्थ का निर्माण अपनी इच्छा से ही पूरा होता है। मानव का भी विकास इसी इच्छा से पूरा होता है पर इसकी इच्छा प्राकृतिक कम दूसरे से प्रभावित ज्यादा होती है। जिसके कारण से उसके जीवन में अवरोध उत्पन्न होता रहता है। यदि उसकी इच्छा प्राकृतिक बन जाए तो पूर्ण रूप से अपना सकारात्मक निर्माण कर सकता है। शरीर में जिस पदार्थ की आवश्यकता होती

है उसी को खाने की इच्छा होती है। उसे खाने से शरीर के अंदर का विकार दूर हो जाता है। जब मानव के अंदर गलत पदार्थ खाने की इच्छा होती है तो उसका गुण शरीर पहले से मौजूद रहता है जो अपना विकास करने के लिए इच्छा पैदा करता है उसके मिलने से उस गुण का और विस्तार होता है। इसी प्रक्रिया से मानव के जीवन का विकास होता है। कुछ इच्छाएं मानव के व्यक्तित्व विकास के लिए पैदा होती हैं जिसे पूरा करने के लिए अनेकों इच्छाएं नहीं बननी चाहिए और इस बात का ध्यान रखना चाहिए कि जो इच्छा पैदा कर रहा है उसकी आधार जमीन उचित जलवायु की है या नहीं। उचित जलवायु की जमीन होने पर ही इच्छा पैदा करनी चाहिए। विपरीत गुण की जमीन पर इच्छा पैदा करने से निर्माण नहीं होता

है बल्की विपरीत गुण की जमीन से निकलने वाली ऊर्जा उसके निर्माण को रोकने की क्रिया करने लगती है। जिससे उसके जीवन में अनेकों प्रकार की रुकावटें पैदा होने लगती है। निर्माण भी नहीं हो पता है और जीवन में अनेकों व्यवधान और उत्पन्न हो जाते हैं ठीक उसी प्रकार जैसे अग्नि में किसी बीज को जमाने की इच्छा से बीज भी नष्ट हो जाता है। व्यक्तित्व विकास के लिए इच्छा उसी विषय की करनी चाहिए जिसका निर्माण हो सके पर यह वैज्ञानिक सच है " निर्माण इच्छा से ही होता है " इच्छा शक्ति वैज्ञानिक प्रक्रिया है जिससे प्रकृति का स्वाभाविक निर्माण होता है।

W=WAIT इंतजार

इच्छा पैदा होने के बाद उसकी प्राप्ति तक इंतजार करना चाहिए, निर्माण में समय लगता है। सभी जीव इच्छा करते हैं तो इंतजार भी करते हैं, कुछ समय बाद उनकी इच्छा रूपी ऊर्जा उस पदार्थ को उनके पास ला पाती है।

W=WEIGHT भार

इंतजार करने से उसकी इच्छा की ऊर्जा उस पदार्थ को अपने पास लाने की प्रक्रिया शुरू कर देती है जिससे उसका भार बढ़ता जाता है यह भार इतना बन जाता है जिससे वह प्राप्त हो सके भार प्राप्त करने वाले पदार्थ के गुण जोड़ने के कारण बढ़ता है और जब वह जुड़ जाता है तब उसका निर्माण होने लगता है जिससे उसका भार बढ़ता जाता है। जो उसके गुणात्मकता को बढ़ाता है और निर्माण करने योग्य बन जाता है। इस प्रकार उसका भार निरंतर बढ़ता रहता है।

W=WEATHER मौसम

इच्छा पैदा होने के बाद जो ऊर्जा निर्माण हेतु निकलती है उचित जलवायु बनाने की भी क्रिया करती है जिससे निर्माण हेतु उचित जलवायु बन सके। जिससे उसके निर्माण की प्रक्रिया पूरी हो सके।

W= WIN विजय



जब इच्छा पैदा करने के बाद एक निश्चित समय तक इंतजार किया जाता है तो इच्छा का भार बढ़ता है जो मौसम का निर्माण करके अपनी इच्छा को पूरा करता है जिससे उसकी इच्छा की विजय होती है।

"इच्छाब्रह्माण्डीयप्रदूषणप्रश्न का प्रतिउत्तर है जो जिस कण से उत्पन्न होती है उसे पूर्ण विज्ञान बनाने तक न रोकी जा सकती है न मिटाई जा सकती है। "

N-NATURAL प्राकृतिक

स्वाभाविक इच्छा ही प्राकृतिक होती है। दूसरे से प्रभावित होने वाली अथवा लालच में पैदा होने वाली इच्छा अप्राकृतिक होती है। अप्राकृतिक इच्छा का निर्माण सुनिश्चित नहीं होता है सिर्फ हानि पहुंचाता है। यह समस्या सिर्फ मानव में होती है अन्य जीव पदार्थ में जो इच्छा पैदा होती है वह स्वाभाविक इच्छा इच्छित पदार्थ को अपने से जोड़कर अपना विकास करती है इसी विकासमुखी प्रक्रिया से जीव पदार्थ का प्राकृतिक निर्माण होता है। इच्छा ही वह चुंबकीय क्रिया है जिससे प्रकृति का प्राकृतिक निर्माण होता है। निर्माण प्रक्रिया

सिर्फ इच्छा से पूरी होती है।

W - इच्छा जीव पदार्थ का वह स्वाभाविक गुण है इस गुण से वह अपना विकास करता है। विकास प्रक्रिया पूरी करने के लिए निश्चित समय तक इंतजार करता है। जिससे अपनी निर्माण प्रक्रिया पूरी करने के लिए अपनी इच्छा के प्रति सकारात्मक इच्छा रखते हुए अपनी इच्छा का भार बढ़ता जाता है जो उचित मौसम का निर्माण करता है यही मौसम उसे विजय दिलाता है। इस विजय से N - NATURAL प्राकृतिक - C-CREATION निर्माण, प्राकृतिक निर्माण होता है। जब उसकी इच्छा को विजय मिल जाती है तो उसकी वह इच्छा खत्म हो जाती है तब -W+W से कट जाता है और उत्तर बचता है =NC जो प्राकृतिक निर्माण का स्वरूप है।

इच्छा से प्राकृतिक निर्माण होता है मानव के अतिरिक्त सभी जीव पदार्थ अपनी स्वाभाविक इच्छा से प्राकृतिक निर्माण कर रहे हैं। जिससे प्रकृति का उत्तरोत्तर विकास हो रहा है मानव भी सकारात्मक इच्छा बनाकर मानव जीवन में सतयुग का निर्माण कर सकता है। मेरी यही इच्छा है विश्व के सभी मानव सकारात्मक इच्छा करके विश्व में सतयुग का निर्माण करें।



प्रश्न हमारे उत्तर श्री अशोक मानव जी के

प्रश्न :- प्रकृति न्याय क्या है? अगर कोई जीव किसी अन्य जीव की हत्या करता है तो क्या प्रकृति न्याय करती है? जैसे शेर अगर किसी अन्य जीव की हत्या करके उसको खाता है तो उस जीव को प्रकृति द्वारा न्याय कहा मिल पाता है?

उत्तर :- प्रकृति की न्याय प्रणाली एहसासी अवस्था है। जो जैसा करता है प्रकृति उसी अनुरूप उसका परिणाम देती है। (जीवन की उन अतिरिक्त अवस्थाओं के लिए, जो तृप्त हो कर अपनी अवस्था का प्रदूषण मिटाकर अपने आपको पूर्ण करता है उसके तहत प्रकृति उसका जीवन निर्धारित करती है।) प्रकृति उन्हीं मूल्यों को उपलब्ध करती है जिसके लिये वह पैदा होता है। लेकिन उन मूल्यों को प्राप्त करने के बाद भी वो यदि चालाकी पूर्ण क्रिया कर रहा है तो उसकी शेष धनराशी बचती जाती है जो भौगोलिक जीवन में फिर से जन्म प्राप्त करके उसको एहसासी अवस्था से उसे पूर्ण करता है। प्रकृति की न्याय प्रणाली किसी को पीड़ा पहुंचाना नहीं होती है, वह सकारात्मक होती है, निर्माणक होती है और उसे एहसास द्वारा पूर्ण कराती है। शारीरिक पीड़ा नहीं पहुँचाती है।

प्रश्न :- क्या यह मानव पर भी लागू होता है की वह दूसरे जीव का मांस खाए अगर मानव ऐसा करता है तो प्रकृति उसे दण्ड देगी?

उत्तर :- प्रकृति सही-गलत की परिभाषा से नहीं बल्कि निर्जीव कण में छिपी हुई सजीवता की अपूर्ण अवस्था को पूर्ण करने के लिए सजीवता का भूगोल बनाकर उसमें वही इच्छा उत्पन्न करती है जिसे प्राप्त करने से उसकी अवस्था पूर्ण होती है। उन्हीं निर्जीव पदार्थों को सजीव फल पदार्थ बनाकर कण को सिद्धांत करती है। मानव संदर्भ में किसी जीव को मारना न मारना उसके विवेक पर निर्भर करता है। किसी को मारने से पीड़ा होती है। अन्य जीवों में यह विवेक नहीं होता। जो जिसका भोजन होता है वह उसे प्राप्त कर लेता है।

उपरोक्त दोनों प्रश्न अभिषेक यादव, जौनपुर ने इमेल के माध्यम से पूछा है जिसका उत्तर इस अंक में प्रकाशित किया जा रहा 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, सूर्या आश्रम, मानव नगर (निकट आई.आई. एस.ई.),

कल्याणपुर, लखनऊ-226022, उ० प्र०

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

कृत्रिम बुद्धिमत्ता (ए. आई.)

उपयोगिता और चुनौतियाँ



सत्यनारायण माथुर

भारत कृत्रिम बुद्धिमत्ता के संबंध में अपनी ओर से पहल कर रहा है। हर भारतीय नई तकनीक को अपनाते में सदैव तत्पर दिखाई देता है। वर्ष 2020 में ने आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस पर वैश्विक भागीदारी (GPAI) का समर्थन कर इसका संस्थापक सदस्य बन गया है। राइज़ (RAISE) 2020 में भारत ए. आई. के जिम्मेदार एवं मानव केंद्रित विकास कराने में विकास और उपयोग को समर्थन करने के लिए एक संस्थापक सदस्य के रूप में शामिल हुआ।

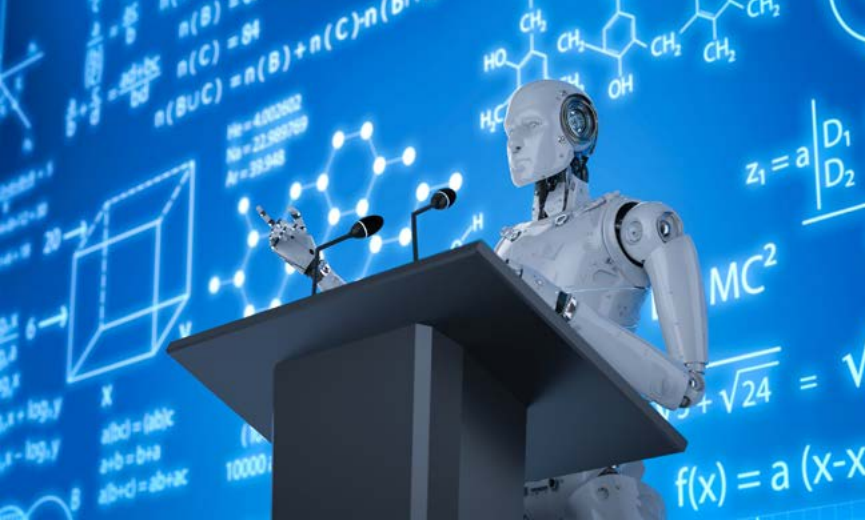


कृत्रिम बुद्धिमत्ता (ए.आई. अर्थात् आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस) या सरल भाषा में मानव निर्मित सोच शक्ति, विगत कई वर्षों से चर्चा के केन्द्र में रहा है और आज यह एक ज्वलंत विषय हो गया है। आज दुनिया तकनीक के माध्यम से तेजी से बदल रही है। विकास को गति देने और आमजन को बेहतर जीवन व सुख-सुविधा उपलब्ध कराने के लिए हर क्षेत्र में आधुनिक तकनीक का उपयोग किया जा रहा है। बढ़ते औद्योगिकरण, शहरीकरण व भू मंडलीकरण ने विकास की गति को तेज कर दिया है।

कृत्रिम बुद्धिमत्ता (ए.आई.) आज बड़ी आसानी से हमारी आम जिन्दगी का हिस्सा बन गई है। चाहे वह मोबाइल के माध्यम से हो चाहे कम्प्यूटर के माध्यम से। विशेषकर ऑनलाइन प्रक्रियाओं जैसे ऑनलाइन शॉपिंग, विडियो गेम, बैंकिंग और ओटोमेटिक

क्रियाकलापों के माध्यम से जो हम कार्य कर रहे हैं। इन सब में कहीं न कहीं कृत्रिम बुद्धिमत्ता (ए.आई.) का उपयोग हो रहा है। कंप्यूटिंग और डिजिटल प्रौद्योगिकियों में प्रगति का हमारे जीवन, व्यवसायों और सामाजिक जीवन पर सीधा प्रभाव पड़ता है। आज कृत्रिम बुद्धिमत्ता(ए.आई.) सिस्टम सबसे प्रभावशाली डिजिटल प्रौद्योगिकियों में से एक है। स्मार्ट टीवी, ए.सी, कृत्रिम बुद्धिमत्ता के रूप में बढ़ी तेजी से हमारी दिनचर्या का हिस्सा बन गई है।

कृत्रिम बुद्धिमत्ता प्रौद्योगिकी विज्ञान की एक ऐसी शाखा है, जिसके अंतर्गत मशीनें ही इस प्रकार से व्यवहार करती हैं, जिस प्रकार से मानव अपनी बुद्धिमत्ता का उपयोग करता है। सरल अर्थों में कृत्रिम बुद्धिमत्ता (ए.आई.) अर्थात् आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस) एक ऐसा क्षेत्र है, जो समस्या-समाधान को सक्षम करने



के लिए कंप्यूटर को एक मजबूत डेटासेट को जोड़ता है। जिसमें मशीन लर्निंग और डीप लर्निंग के क्षेत्र शामिल हैं। कृत्रिम बुद्धिमत्ता का सर्वप्रथम प्रयोग यू. एस. ए. ने अंग्रेजी भाषा को रूसी भाषा में परिवर्तित करने के लिए किया गया था। हालाँकि उस समय ए. आई. शब्द का प्रयोग नहीं हुआ था। कृत्रिम बुद्धिमत्ता की शुरुआत 1950 के दशक में हुई थी। कृत्रिम बुद्धिमत्ता का अर्थ कृत्रिम तरीके से विकसित की गई बौद्धिक क्षमता से है। जॉन मैकार्थी को इसका जनक माना जाता है। 1970 के बाद कृत्रिम बुद्धिमत्ता का विकास होने लगा। एक अनुमान के अनुसार 2035 तक कृत्रिम बुद्धिमत्ता प्रौद्योगिकी विज्ञान का बाजार लगभग 15 ट्रिलियन तक पहुँचने की उम्मीद है।

आज भारत कृत्रिम बुद्धिमत्ता (ए.आई.) के क्षेत्र में तीसरी शक्ति के रूप में उभर रहा है। स्टार्ट-अप के मामले में भारत विश्व में सबसे आगे है। कृत्रिम बुद्धिमत्ता के रूप में आज भारत बहुत बढ़ा हब बनता जा रहा है। भारत सरकार का नीति आयोग 2018 के बाद से ए. आई. के क्षेत्र में तेजी से कार्य कर रहा है। इसके लिए नीति आयोग ने विशेष राष्ट्रीय नीति बनाई है। कोविड के समय स्मार्ट-एप के जरिए, ए. आई. तकनीक का भारत में बहुत ही सुगम व सरल तरीके से इस्तेमाल हुआ है। नीति आयोग की मदद से बच्चों व

युवाओं को प्रशिक्षण दिया जा रहा है सी. बी. एस. सी. से लेकर आई. आई. टी. व आई. आई. एम. जैसी संस्थानों में ए. आई. अध्ययन की पूरी रूप रेखा तैयार की गई है। यहाँ तक की प्राथमिक स्कूल व उच्च शिक्षा की पढ़ाई में भी ए. आई. को शामिल किया जा रहा है। यह नीति भारत की विशिष्ट जरूरतों व आकांक्षाओं के अनुरूप बनाई गई है। कृत्रिम बुद्धिमत्ता (ए. आई.) के द्वारा पुलिस को अपराधियों को पकड़ने में आसानी होगी, कृषि अनुसंधान, जल प्रबंधन, शिक्षा, स्वास्थ्य, सूचना तंत्र, प्रौद्योगिकी विकास इत्यादि में सघन रूप से उपयोग किया जा सकता है। आज भारत सहित विश्व में कृत्रिम बुद्धिमत्ता का उपयोग तेजी से बढ़ रहा है।

भारत कृत्रिम बुद्धिमत्ता के संबंध में अपनी ओर से पहल कर रहा है। हर भारतीय नई तकनीक को अपनाने में सदैव तत्पर दिखाई देता है। वर्ष 2020 में ने आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस पर वैश्विक भागीदारी (GPAI) का समर्थन कर इसका संस्थापक सदस्य बन गया है। राइज़ (RAISE) 2020 में भारत ए. आई. के जिम्मेदार एवं मानव केंद्रित विकास कराने में विकास और उपयोग को समर्थन करने के लिए एक संस्थापक सदस्य के रूप में शामिल हुआ।

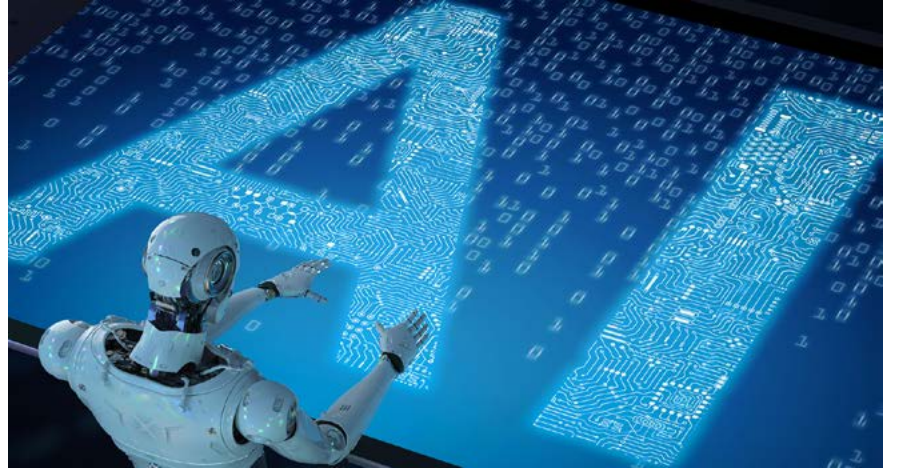
आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस आज विभिन्न क्षेत्रों में महत्वपूर्ण भूमिका निभा रहा है। चाहे

वह अंतरिक्ष का क्षेत्र हो या चिकित्सा का, कृषि के क्षेत्र में हो या आर्थिक विकास में, सैन्य हथियारों में हो या डिजिटल मार्केटिंग में। भारत में हाल ही में, भारत में भी जी-20 शिखर सम्मेलन में कृत्रिम बुद्धिमत्ता का तकनीक के रूप में शानदार प्रयोग किया गया। भारतीय अंतरिक्ष अनुसंधान संगठन (आई. एस. आर. ओ.) ने चन्द्रयान -3 के विक्रम लैंडर और प्रज्ञान रोवर में भी ए. आई. का बहुत ही महत्वपूर्ण व सफलता पूर्वक उपयोग किया है। इसरो द्वारा सूर्य मिशन आदित्य एल -1 के वैज्ञानिक उपकरणों में भी ए.आई. का सफलता पूर्वक उपयोग हुआ है। ए. आई. एंकरिंग को भी सफलतापूर्वक उपयोग हर जगह हो रहा है। वैश्विक स्तर पर फिल्म उद्योग में भी कृत्रिम बुद्धिमत्ता का बड़े पैमाने पर उपयोग हो रहा है। कृत्रिम बुद्धिमत्ता प्रौद्योगिकी का उपयोग संवेदनशील अंतर्राष्ट्रीय सीमाओं की सुरक्षा करने में वर्तमान में भारत द्वारा किया जा रहा है। खतरनाक क्षेत्रों में रोबोट की तैनाती करके बिना किसी मानवीय क्षति के राष्ट्रीय सुरक्षा सुनिश्चित की जा सकती है। वर्तमान में साइबर सुरक्षा सुनिश्चित करने में भी किया जा रहा है। इसके अंतर्गत कृत्रिम बुद्धिमत्ता प्रौद्योगिकी का प्रयोग करके वित्तीय लेन देन में होने वाली अनियमितताओं को कम किया जा सकता है।

भारत के 'रक्षा अनुसंधान और विकास संगठन' द्वारा एक 'दक्ष' नामक रोबोट तैयार किया गया है। यह रोबोट मानव जीवन के लिए घातक सिद्ध होने वाली वस्तुओं को नष्ट करने में सक्षम है। इसके माध्यम से संवेदनशील क्षेत्रों में कार्य कर रहे सुरक्षाबलों के जीवन को बचाया जा सकेगा तथा इसके माध्यम से उनकी कार्य क्षमता का विकास भी किया जा सकेगा। भारत के रक्षा अनुसंधान और विकास संगठन ने हाल ही में एक 'सर्प'रोबोट का भी निर्माण किया है। इस सर्प रोबोट के निर्माण का उद्देश्य आपदाओं के दौरान बचाव दलों को सहायता प्रदान करना

है। इसके माध्यम से बचाव दल आपदा से ग्रस्त क्षेत्रों में ऐसे सँकरे स्थानों की भी जाँच पड़ताल कर सकेंगे, जहाँ तक सामान्यतः उन्हें पहुँचने में अत्यधिक कठिनाई का सामना करना पड़ता है। कर्नाटक के बेंगलुरु में स्थित 'भारतीय विज्ञान संस्थान' के शोधकर्ताओं ने एक 'कृत्रिम पत्ती' का विकास किया है। यह पत्ती प्राकृतिक पत्ती की तुलना में कार्बन डाइ-ऑक्साइड को अवशोषित करने की अधिक क्षमता रखती है। यह कृत्रिम पत्ती कार्बन डाइ-ऑक्साइड को अवशोषित करने की दृष्टिकोण से प्राकृतिक पत्ती की तुलना में 100 गुना अधिक दक्ष है। इसके परिणाम स्वरूप हरित गृह प्रभाव को कम करने की दिशा में हमें मदद मिलेगी और इससे पृथ्वी के निरंतर बढ़ते हुए तापमान को नियंत्रित करने में भी हमें सहायता मिलेगी। भारतीय रेलवे की एक शाखा 'इंडियन रेलवे कैटरिंग एंड टूरिज्म कॉरपोरेशन लिमिटेड' ने एक 'आस्कदिशा' नामक चैटबॉट का विकास किया है। यह कृत्रिम बुद्धिमत्ता प्रौद्योगिकी पर आधारित एक चैटबॉट है। इस चैटबॉट के माध्यम से रेलवे से कोई सुविधा प्राप्त करने वाला ग्राहक बोल कर अथवा लिख कर अपने प्रश्न पूछ सकता है। ग्राहक द्वारा पूछे गए प्रश्न का विश्लेषण करके यह चैटबॉट अपने आप ही ग्राहक के प्रश्नों का उत्तर देता है और उनकी समस्या का समाधान करता है।

परन्तु जब-जब नई तकनीक का विकास होता है, उसके सदुपयोग के साथ-साथ दुरुपयोग की भी आशंका बढ़ जाती है। आज जहाँ ए. आई. तकनीक का उपयोग आम जन के जीवन को आराम दायक बनाने में हो रहा है। वही दूसरी तरफ अनेक चुनौतियाँ खड़ी हो गई हैं। संयुक्त राष्ट्र के महा सचिव ने भी इस संबंध में वैश्विक स्तर पर समस्त देशों का ध्यान आकर्षित किया है। उन्होंने इस बात पर भी गौर करने की सलाह दी है कि ए. आई. में डेटा फीड करते समय विशेष ध्यान रखना होगा। पक्षपात या भेदभाव पूर्ण डेटा फीड कर नई चुनौतियाँ खड़ी हो सकती हैं। इसके



अलावा ऑन लाईन डेटा जैसे – चेहरे की पहचान, बैंक खाते, आधार कार्ड इत्यादि का गलत उपयोग हो सकता है। अतः डेटा प्रस्तुति में विशेष ध्यान रखना होगा। इसके अलावा अनेक तकनीकी चुनौतियाँ व पूर्वाग्रह और असमानताओं को बढ़ाने जैसी समस्याओं पर गौर करना होगा। हमें यह नहीं भूलना चाहिए की ए. आई. सिस्टम मनुष्यों द्वारा ही बनाये जा रहे हैं, जो पक्षपाती निर्णय ले सकते हैं। अगर ए. आई. एल्गोरिदम गलत या पक्षपात पूर्ण होगा तो उसका परिणाम गंभीर हो सकता है। उदाहरण के लिए गलत एल्गोरिदम रंगभेद, जातिगत भेदभाव, अल्पसंख्यकों को निशाना बनाने जैसी समस्या को जन्म दे सकती है। साथ ही बड़ी मात्रा में डेटा फीड कर गोपनीयता से समझौता संबंधित गंभीर समस्या खड़ी हो सकती है। कृत्रिम बुद्धिमत्ता प्रौद्योगिकी विश्व की पारस्परिक विकास अवस्था तथा आर्थिक स्थिति में और अधिक अंतराल पैदा कर रही है। इसका अर्थ है कि अमीर देश और अधिक अमीर होते जा रहे हैं, जबकि गरीब देश और अधिक गरीब होते जा रहे हैं। यह कृत्रिम बुद्धिमत्ता प्रौद्योगिकी का एक नकारात्मक पहलू है। वैश्विक स्तर पर इस कृत्रिम बुद्धिमत्ता प्रौद्योगिकी का उपयोग करने से लोगों की निजता का हनन भी होता है। साइबर धोखाधड़ी की संभावनाएँ भी बढ़ी हैं। ऐसी स्थिति में, व्यक्ति की निजता का अधिकार सुनिश्चित किया जाना अत्यंत

जटिल कार्य हो गया है।

आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस युक्त मशीनों से जितने फायदे हैं, उतने ही खतरे भी हैं। विशेषज्ञों का कहना है कि सोचने-समझने वाले रोबोट अगर किसी कारण या परिस्थिति में मनुष्य को अपना दुश्मन मानने लगें, तो मानवता के लिये खतरा पैदा हो सकता है। सभी मशीनें और हथियार बगावत कर सकते हैं। ऐसी स्थिति की कल्पना हॉलीवुड की 'टर्मिनेटर' फिल्म में की गई है।

कृत्रिम बुद्धिमत्ता एक तरफ तेजी से अपने पैर पसार रही है वहीं दूसरी ओर हर क्षेत्र में चुनौतियाँ भी बढ़ती जा रही हैं। हॉलीवुड में इससे गंभीर समस्या का सामना करना पड़ रहा है। बेरोजगारी भी एक गंभीर समस्या के रूप में सामने आ रही है। साथ ही जब-जब नई तकनीक का विकास होता है और कुछ लोग जब इसका गलत उपयोग करने लगते हैं तो इस पर नियम कायदे बनाना सरकारों की जिम्मेदारी हो जाती है। न सिर्फ स्थानीय बल्कि राष्ट्रीय स्तर एवं अंतरराष्ट्रीय स्तर पर भी एक वैश्विक व साझा भागीदारी भी हो जाती है। हर स्तर पर सतर्कता बरतनी होगी। हाल ही में ऐसी अनेक घटनाएँ सामने आई हैं जिसमें विभिन्न क्षेत्रों में काम करने वाली कई जानी मानी हस्तियों की ए. आई. का उपयोग कर हूबहू छवियाँ बनाकर अनैतिक तरीके से डाटा का प्रयोग कर व्यावसायिक गतिविधियों में गलत रूप में इस्तेमाल किया गया। जो



कि एक गंभीर अपराध है। कृत्रिम बुद्धिमत्ता (ए.आई.) का विकास उतना ही महत्वपूर्ण है जितना कि माइक्रोप्रॉसेसर, पर्सनल कंप्यूटर, इंटरनेट और मोबाइल फोन का निर्माण था। बुद्धिमान ए.आई. मशीनें बेरोजगारी को बढ़ा भी सकती है या फिर मानव को उसके कार्यों में निपुण भी बना सकती है। जैसे-जैसे ए.आई. का विकास होगा और ज्यादा से ज्यादा जब इसका सदुपयोग होगा तभी आमजन की भागीदारी व विश्वास बढ़ेगा। एक कुशल शिल्पकार, कलाकार, लेखक, संगीतकार, अध्यापक या डॉक्टर को बुद्धिमान मशीनों के युग में रोजगार तो मिलेगा, पर बुद्धिमान मशीनों का व्यवसाय में दक्षता से प्रयोग उनके कौशल को और निखारेगा। साथ ही हमें यह नहीं भुलना चाहिए की वर्तमान पीढ़ी ने अब तक इस प्रकार के कई क्रांतिकारी तकनीकी बदलाव देखे हैं। आशंकाएं तब भी थी और आज भी है, चाहे वे तकनीकी बदलाव औद्योगिक, व्यावसायिक, आर्थिक, कृषि, चिकित्सा, बैंकिंग, सैन्य, दूर-संचार, कम्प्यूनिकेशन, अंतरिक्ष के क्षेत्र या किसी भी अन्य क्षेत्र में हुआ हो। उदाहरण के रूप में जब कम्प्यूटर, डिजिटल कैमरे या फिर

संचार के नये साधन हमारी आम जिंदगी में आये तब भी हमारी आशंकाएं काफी हद तक निर्मूल साबित हुई है और आधुनिक तकनीकों से मानव की कार्यशैली में गुणात्मक व सकारात्मक बदलाव आया है। कार्यक्षेत्र में दक्षता बढ़ी है। रोजगार में भी बढ़ोतरी दर्ज हुई है। यह एक सकारात्मक और रचनात्मक शक्ति है जो हमारी दुनिया को बेहतर बनाने में मदद कर सकती है।

अधिकांश प्रौद्योगिकियों की तरह, ए.आई. तेजी से आगे बढ़ रहा है और ऐसे तरीकों से विकसित हो रहा है जो अपेक्षित और अप्रत्याशित दोनों हैं। जरूरत है पारदर्शिता, नैतिकता और जवाबदेही के साथ प्रौद्योगिकियों के होने वाले परिवर्तनों का आकलन कर उसका सुरक्षित, सार्थक व जन-कल्याणकारी योजनाओं में सफल उपयोग करने की।

भारत में विश्व की सबसे बड़ी जनसंख्या निवास करती है। ऐसी स्थिति में, भारत में न सिर्फ समस्याओं की मात्रा और उनकी जटिलता अधिक है, बल्कि उनके समाधान की भी अपार संभावनाएं मौजूद हैं। इसलिए भारत की इन तमाम समस्याओं के समाधान

में कृत्रिम बुद्धिमत्ता प्रौद्योगिकी के अनुप्रयोग बहुत अधिक महत्वपूर्ण भूमिका निभा सकता है।

कृत्रिम बुद्धिमत्ता 21वीं सदी में एक क्रांतिकारी बदलाव की ओर इशारा कर रही है। ए.आई. ज्ञान को बढ़ाने वाला बेहद उपयोगी उपकरण है। इसे प्राथमिकता से स्वीकार करना चाहिए। आवश्यकता है, कृत्रिम बुद्धिमत्ता को नैतिक जामा पहनाने की। संयुक्त राष्ट्र ने 193 देशों का वैश्विक समझौता स्वीकृत किया है जिसमें कृत्रिम बुद्धिमत्ता का स्वस्थ विकास सुनिश्चित करने के लिये साझा मूल्य व सिद्धान्त परिभाषित किये गए हैं।

आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस से हमारे रहने और कार्य करने के तरीकों में व्यापक बदलाव आएगा। रोबोटिक्स और वर्चुअल रियलिटी जैसी तकनीकों से उत्पादन और निर्माण के तरीकों में क्रांतिकारी परिवर्तन देखने को मिलेगा। परन्तु नियामक संबंधी, सामाजिक-आर्थिक, निजता, गोपनीयता व नैतिक चुनौतियां बनी हुई हैं। इन सब पर गंभीरता से नज़र रखकर आगे बढ़ना होगा।

बरगद का पेड़



डॉ० मृत्युंजय कोर्डरी

मोतीलाल गाँव के बीचोबीच स्थित पुराना बरगद पेड़ को काटने आ जाता है। मोतीलाल को बरगद का पेड़ काटते देख, गाँव के चार वृद्ध रामा, नूरा, प्रीतम और नीमा आ जाते हैं। रामा कहता है, “बरगद के पेड़ को क्यों काट रहे हो।”

मोतीलाल - “मैंने, यह पेड़ खरीद लिया है।”

नूरा - “बरगद का पेड़ कितना में खरीद लिया, उतना पैसा हम मिलकर दे देंगे। हरा-भरा पेड़ को मत काटो।”

मोतीलाल - “दस हजार में।”

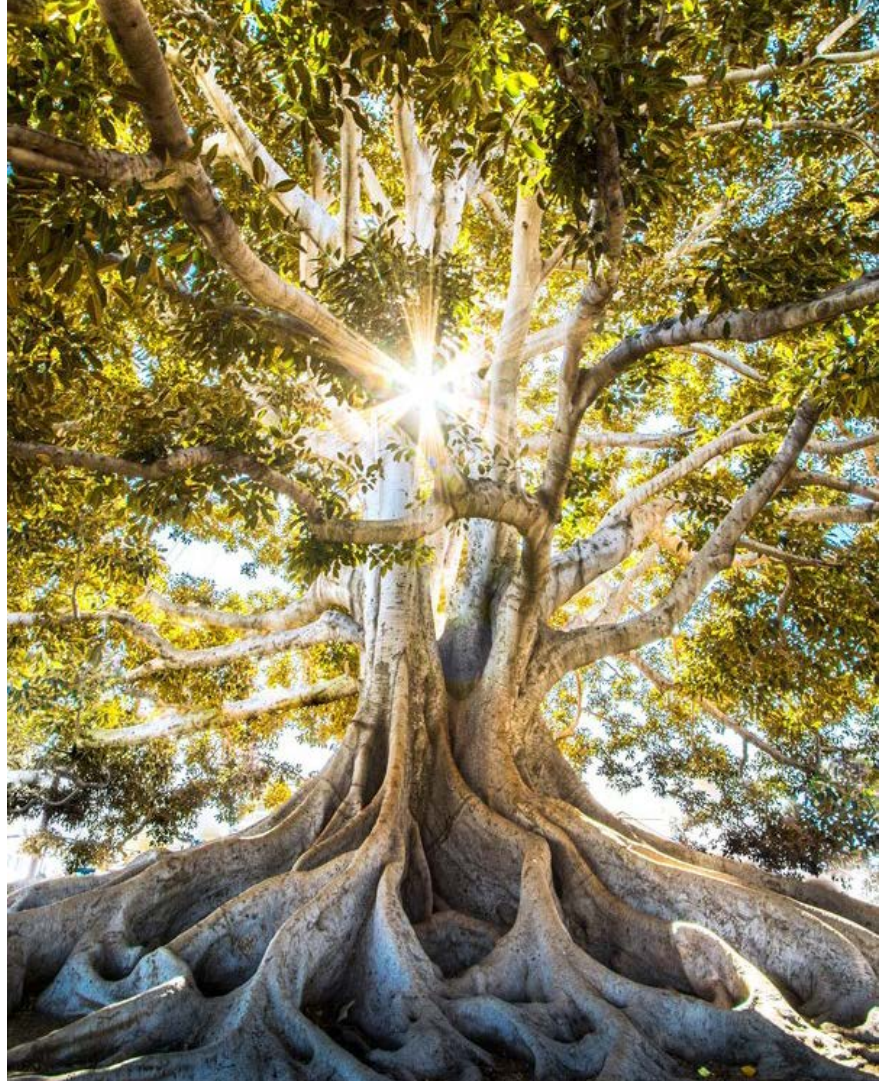
प्रीतम - “हम तुम्हें दस हजार दे देंगे।”

मोतीलाल - “इस पेड़ में ऐसा क्या है, जो आप लोग मुझे पैसा देना चाहते हैं।”

रामा - “यह पेड़ सालों पुराना है। इस पेड़ के नीचे ही शादी-ब्याह में बारातियों का ठिकाना बन जाता है। क्योंकि गाँव में कोई सामुदायिक भवन नहीं है। इसके अलावा ग्रामीणों की पंचायत भी यहीं होती है। यह पेड़, इस गाँव के लिए अहम है।”

मोतीलाल - “अच्छा ये बात है।”

नीमा - “हाँ, इससे हमें छाँव मिलती है और पक्षी निवास भी करते हैं।”



मोतीलाल - “हाँ, आप लोग सही कह रहे हैं। लेकिन!”

रामा - “लेकिन क्या? पैसा!”

मोतीलाल - “हाँ”

नूरा - “हम चारों अभी तुम्हें पैसा दे रहे हैं। क्या भाई?”

हाँ, हाँ तीनों कहते हैं। फिर चारों अपने-अपने घर से पच्चीस सौ करके लाकर मोतीलाल के हाथ में थमा देते हैं। मोतीलाल दस, बीस, पचास और सौ के नोटों को गिनने

के बाद कहता है, “इस उम्र में भी एक बरगद पेड़ के प्रति इतना प्रेम। वास्तव में आप चारों धरती पुत्र हैं।”

प्रीतम - “ये केवल एक बरगद का पेड़ नहीं है। इस पेड़ में हमारा बचपन है, पुत्र-पौत्रादि का बचपन और पुरखों की स्मृति है।”

मोतीलाल - “आपकी सोच मेरी और युवा पीढ़ी में तनिक भी आ जाये तो...।”



सोशल मीडिया बन रहा संचार का सबसे तेज माध्यम



गोवर्धन दास बिन्नाजी 'राजा बाबू'

बीकानेर, राजस्थान

जैसा हम सभी जानते हैं कि वैदिक काल से आज तक नारायण नारायण जपने वाले अजर-अमर नारद मुनि शीघ्रातिशीघ्र प्रभावी तरीके से समाचार अग्रेषित करते आ रहे हैं हालांकि हम सभी के लिये वे आज अदृश्य ही हैं। उनकी बराबरी तो नहीं, फिर भी इस नश्वर संसार में सहज व सुलभ उपलब्ध सामाजिक संचार माध्यम (सोशल मीडिया) ने सभी क्षेत्रों में क्रान्तिकारी उथल-पुथल मचा रखी है। इससे साहित्य जगत भी अछूता नहीं है। आजकल साहित्य सृजन को प्रसारित करने में यह माध्यम न केवल प्रभावी तरीका बन चुका है बल्कि शीघ्रातिशीघ्र पाठकों तक पहुँच बनाने में भी।

इसके अलावा एक नया तथ्य यह भी देखने में आया था कि जो भी, सामाजिक संचार माध्यम को किसी भी कारणवश न अपना पाये थे, तब सभी क्षेत्रों से ऐसे व्यक्तियों को सलाह दे, इसे अपना लेने का लगातार निवेदन के चलते / परिणामस्वरूप आज सभी ने, न केवल इसे अपना लिया, सीख लिया बल्कि इसका भरपूर लाभ उठा रहे हैं। यही कारण है कि अब सामाजिक संचार माध्यम व्यवसायियों के लिये एक अच्छा साधन बन चुका है और इसके माध्यम से अनेक प्रकार के रोजगार भी सृजित हुये हैं। इन्ही सब कारणों के चलते सरकारें भी नागरिकों के बीच जागरूकता फैलाने के लिये



इस माध्यम को व्यापक स्तर पर उपयोग में ले रही हैं।

कागजों की कीमत दिन-प्रतिदिन बढ़ ही रही है जिससे पुस्तक प्रकाशन के साथ साथ अखबार प्रकाशन में काफी गिरावट स्पष्ट परिलक्षित हो रही है। इसलिये सभी पत्रिकायें हों या अखबार, सभी का पीडीएफ सामाजिक संचार माध्यम (सोशल मीडिया) से एकसाथ हजारों पाठकों को समयबद्धता के साथ लिंक सांझा किया जाना आम बात हो गयी है। आज हालात यह हो गये हैं कि पूरे विश्व में अधिकांश लोग सभी तरह की सूचनाएं प्राप्त करने के लिये इस माध्यम को उपयोग में ले रही हैं।

यह सही है कि इस माध्यम का अनेक लोग व्यापक स्तर पर दुरुपयोग भी कर रहे हैं। सामाजिक संचार माध्यम के मार्फत ऐतिहासिक तथ्यों को भी तोड़-मरोड़ कर भुगताये जा रहे हैं, धार्मिक भावनाओं को भड़काने का भी काम किया जाता है। इसी क्रम में आप सभी का ध्यान इस तथ्य की ओर चाहूँगा जिसके अनुसार आजकल हर विषय पर साधारण नागरिक अपने विचार खुल्लमखुल्ला बिना आगे पीछे सोचे

सामाजिक संचार माध्यम (सोशल मीडिया) के माध्यम से व्यक्त कर रहे हैं। इस तरह इसके जितने दुष्प्रभाव देखने मिल रहे हैं उससे कहीं ज्यादा सकारात्मक प्रभाव ने भी अनेक विशेषज्ञों को चौंकाया है। यही सब कारण है कि इन सब पर अंकुश लगाने के लिये पूरे विश्व में सभी सरकारें आपसी समन्वय बना कार्यरत हैं और इसके सकारात्मक असर भी देखने को मिल रहे हैं। इसलिये ही सभी सरकारें सामाजिक संचार माध्यम (सोशल मीडिया) को नियन्त्रित करने की बजाय स्वयं ही इसे प्रभावी तरीके से उपयोग की नयी नयी प्रणाली को अपनाने की योजना बना लाभ उठाने की पूरजोर कोशिशों में कार्यरत हैं।

कुलमिलाकर सामाजिक संचार माध्यम (सोशल मीडिया) अब हमारे सामाजिक ही नहीं बल्कि राष्ट्रीय / अन्तर्राष्ट्रीय परिप्रेक्ष्य में अति महत्वपूर्ण कड़ी बन गयी है। इसका सही उपयोग होता रहे यह हम सबकी सामूहिक जिम्मेदारी है इसलिये जो भी इसका दुरुपयोग करता परिलक्षित हो तो उस दुरुपयोग को रोकने में सरकार या सामाजिक संचार संस्था जो भी कदम उठाये उनके साथ सहयोग करते हुये उस अनुरूप हमें व्यवहार करना चाहिये।

अंकों के नीचे दब गया बचपन



मुकेश कुमार शर्मा

चिंतामणी

स्वस्थ बचपन ही स्वस्थ देश व समाज का निर्माण कर सकता है कहा जाता है की बचपन किसी भी व्यक्ति का वह सुनहरा दौर होता है जो जीवन पर्यंत व्यक्ति को सुनहरी यादों से प्रफुल्लित करता रहता है रोटी कपड़ा मकान व परिवार की चिंता से मुक्त बचपन ज्यादा नहीं आज से 40 वर्ष पूर्व की बात करें तो आज की तुलना में लोगों ने अपने बचपन को जी भर के दिया धीरे-धीरे समय के विकास चक्र ने बचपन को चीन की और कदम बढ़ा दिया मासूम बचपन सामाजिक प्रतिस्पर्धा व परिवार की विशाल व अतः इच्छाओं के नीचे बने लगा जो बचपन कभी खेतों में खल्लिहानों में पेड़ों पर घास के मैदान में फुलवारी में मुस्कराता था खिलखिलाती था उसे बचपन को मां-बाप वह समाज की असीमित उम्मीद की नजर लग गई

पौराणिक कथाओं परियों की कहानियां फेंटेसी युक्त कहानियों में जीने व प्रेरणा लेने वाला बचपन विज्ञान की विधि चढ़ गया आज बहुत से बच्चों को जुगनू नहीं पता है उन्हें गाने टमाटर वह मूंगफली की खेती के बारे में नहीं पता है तितली के पीछे में भागते नहीं हैं बंदर का खेल भालू का खेल नेट के खेल में किसी को रुचि का समय नहीं है सीकरी जेटली जैसे खेल लुप्त हो गए आज बचपन पर तकनीकी का कब्जा हो गया 3 साल 2 साल के बच्चे मोबाइल स्क्रीन को एक्सपर्ट की तरह उसे करते हैं घंटा उनका समय मोबाइल पर उपलब्ध हानिकारक सामग्रियों के बीच भेजता है मां-बाप हंसकर कहते हैं मेरा बच्चा तो स्क्रीन टच चला लेता है

टीवी पर प्रेरणादाई मनोरंजन बाल कथाओं की जगह रियलिटी शोज ने कब्जा जमा लिया है छोटे-छोटे नोनीहालों से एक्टिंग



ड्रामा डांस करवा कर उन पर अनायास अपने आप को श्रेष्ठ साबित करने का तनाव बना दिया गया है बच्चा अपने आप को भूल अभी नहीं अनुभवहीन से जजों के सामने कठपुतली का खेल बन गया बच्चों के शारीरिक स्वास्थ्य को बनाने एवं बढ़ाने वाले आयोजन गायब हो गए

पीछे छुपाना छुपी खेलने वाला तितलियों के पीछे भागने वाला बचपन अल्पायु में ही आंखों पर मोटे कांच का चश्मा पहन कर कंप्यूटर लैपटॉप और मोबाइल का गुलाम हो गया दोस्तों के बीच स्वच्छता का लगाने वाला बचपन कुत्सित वह बीमार हो गया हाल यह हो गया कि प्रत्येक परिवार के माता-पिता अपने बच्चों की नैसर्गिक क्षमता को भूल व नजर अंदाज कर उसे असीमित पहाड़ जैसे कार्यों की उम्मीद करने लगे बगल वाले के बच्चे 90% लाते हैं सामने वाले के बच्चे 99% लाते हैं तुम्हें भी लाना होगा स्कूल कोचिंग भरी जिंदगी की असीमित आकांक्षाओं ने बचपन को निगल लिया स्कूल के बाहर कोचिंग के बाहर बोर्ड पर बच्चों के नाम के नीचे भारी भरकम परसेंटेज कई ऐसे उदाहरण देखने को मिल जाएंगे जिसमें कम पढ़े लिखे या बिना पढ़े लिखे लोगों ने सफलता का परचम अपने आंतरिक कौशल के विकास पर लहराया है बहुत से हाई परसेंटेज वालों को सड़क नापते देखा है

आज का अभिभावक नंबर के भंवर जाल विंध्याचल में फंसा दिखता है मेरे पास ऐसे उदाहरण भी हैं जिसमें मैंने अल्प विकसित

बुद्धि वाले बच्चों को भी उनके मां-बाप द्वारा बच्चों पर नंबरों के लिए दबाव बनाते देखा है यह अंकों के प्रतिशत का ही कमाल है कि देश के तमाम शिक्षण संस्थान बच्चों के वास्तविक बौद्धिक ज्ञान का नजरंदास कर प्रतिशत बांटने वाले संस्थान के रूप में परिवर्तित हो गए

एक वह भी समय था जब बच्चों के भीतर मेला घूमने साप्ताहिक बाजार घूमने की चुलबुली लालसा होती थी अब वह वैज्ञानिक उपलब्धियों के आगे लुप्त हो गई 30 40 वर्ष पूर्व के दौर में बचपन के दिन कभी नानी के घर कभी बुआ के घर कभी मौसी के घर आंगन में उनके बच्चों के साथ बिता करता था एवं उन बच्चों के साथ बने रिश्ते उम्र भर ऊर्जावान बने रहते थे कभी मन कभी मौसी कभी हुआ तो कभी नई जब भरकर लिया गुड चना दे देते थे बचपन शुद्ध एवं पौष्टिक चीज खाते खेलते बीत जाता था नानी का गांव मौसी का गांव बुआ का गांव खेलने के साथ-साथ बचपन को जीने के साथ-साथ धीरे-धीरे सामाजिक व व्यावहारिक ज्ञान की पाठशाला भी बन जाता था अक्षर ज्ञान अंको का ज्ञान गोद रूप से तो व्यावहारिक सामाजिक व इंसानियत का ज्ञान वृहद होता था

आज यदि किसी कक्षा में 40 बच्चे पढ़ते हैं तो 40 हो बच्चों पर डॉक्टर इंजीनियर वकील बैंकर बनने का दबाव है यह बचपन के साथ सबसे बड़ा छलावा है





सुनील कुमार माथुर

जोधपुर, राजस्थान

दीपक की रोशनी



जब भी आप से कोई मिलें या फोन पर बात करें तो उनका अभिवादन करें । नमस्कार । जयश्री कृष्णा या राधे राधे अवश्य बोलें । इससे सामने वालों को आपके बारे में सकारात्मक सोच का आभास होगा और उन्हें आपके साथ बातचीत करने में भी आनन्द की अनुभूति होगी । किसी का अभिवादन करने में न तो धन खर्च होता है न जुबान घिसती हैं अपितु अपने पन का अहसास होता है ।

जिस तरह से दीपक की बाती तेल के संग मधुर संबंध बनाकर स्वयं अपने प्राणों की आहुति देकर समाज में अंधेरे में उजाला कर राहगीरों को राह दिखाने का नेक कार्य करते हैं तो फिर इंसान क्यों नहीं। इंसान को भी चाहिए कि वह परोपकार के कार्य कर जरूरतमंदों की सेवा करें। याद रखिए सेवा ही धर्म है और सेवा ही कर्म हैं तब भला नेक कार्य करने में कैसी शर्म?

सेवा ही इंसान को बड़ा बनाती है। केवल किताबों को पढ़ने से कोई बड़ा आदमी नहीं बनता है बड़ा आदमी बनने के लिए निस्वार्थ सेवा का भाव जीवन में होना नितांत आवश्यक है। अपनों के लिए तो हर कोई जीता है, जो दूसरों के लिए जीएं वहीं सही मायने में जीना है। सत्य बड़ा कडवा होता है

आज की दुनियां चापलूसों से भरी पडी हैं। लोग अपनी तारीफ सुनना चाहते हैं। वे अंहकार में अंधे हो जाते हैं और अपने आगे किसी को भी कुछ नहीं समझते हैं। वे यह मानते हैं कि जो कुछ भी है वह मैं ही हूं, बाकि सब मेरे सामने बने हैं। छोटे हैं। नासमझ हैं। अंहकार की यह काली पट्टी इंसान का जीवन बर्बाद कर देती है। यही वजह

है कि आज का इंसान झूठ को अधिक पसंद करता है और जब आप सत्य बोलते हैं तो अपने भी पराए हो जाते हैं जो न्याय संगत बात नहीं है।

अभिमान और अनुभव

अभिमान और अनुभव दोनों अलग हैं। जो अभिमान में जीता है उसका अंत में विनाश ही होता है। इसलिए अभिमान न करे अपितु आदर्श जीवन व्यतीत करने के लिए अनुभवों का सहारा लेना चाहिए। अनुभव से इंसान बहुत कुछ सीखता है। इसलिए व्यक्ति को अपने से बड़ों व अनुभवी लोगों का संग करना चाहिए। जैसे सच्चे साधु संतों, महापुरुषों, कथावाचक का संग करना चाहिए ताकि आपका जीवन स्वर्गमय हो जाये और आपके जीवन से क्रोध, लोभ, लालच, अंहकार, हिंसा, अनैतिक गतिविधियों जैसी गंदगी दूर हो सके। अनुभव हमारे जीवन को एक नई सोच, नई राह दिखाते हैं और व्यक्ति को हर मुश्किल से निकलने की राह दिखाते हैं इसलिए अंहकार का त्याग कर अनुभवों को जीवन में आत्मसात करें।

खुश रहें, मस्त रहें

जीवन जीना भी एक कला है। इसलिए जब

भी किसी से बातचीत करें तब सोच समझकर बात करे भले ही सामने वाला आयु में आप से छोटा ही क्यों न हो। इसलिए जीवन में कभी भी हताश व निराश न हो अपितु सदैव खुश रहें और मस्त रहें। बात बात में निराश हो जाना व्यक्ति की नकारात्मक सोच को ही दर्शाता है। इसलिए सदैव सकारात्मक सोच के साथ आगे बढ़े और खुशहाल जीवन व्यतीत करें।

किसी को भी छोटा न समझें

जीवन में अनेक उतार चढ़ाव आते ही रहते हैं, लेकिन इंसान को उनसे घबराना नहीं चाहिए। हर इंसान के जीवन में कठिनाइयां आती हैं। इसका मतलब यह नहीं है कि हम इन कठिनाइयों से हार मान बैठे। याद रखिए जीवन में कभी भी किसी को छोटा न समझें। सूर्य की जगह सूर्य व तलवार की जगह तलवार ही काम आती हैं। इसलिए सभी का मान सम्मान करें।

बुरे नहीं फिर भी लोग नाराज

कई बार मन में विचार आता है कि हम किसी का न तो बुरा करते हैं और न ही किसी के बारे में बुरा सोचते हैं लेकिन फिर भी लोग हम से न जानें क्यों नाराज रहते हैं। अरे मेरे भाई, ऐसा केवल आपके साथ ही नहीं होता है अपितु हर किसी के साथ होता है चूंकि जीवन में हर किसी को हम संतुष्ट नहीं कर सकते। चूंकि समाज में ऐसे लोगों की कोई कमी नहीं है जो अपना जीवन अंहकार में जीते हैं और बाद में वे दुःख ही पाते हैं। इसलिए जीवन में सीधे सीधे ही बात करनी चाहिए न कि घूमा फिरा कर।

अभिवादन करें

जब भी आप से कोई मिलें या फोन पर बात करें तो उनका अभिवादन करें। नमस्कार। जयश्री कृष्णा या राधे राधे अवश्य बोलें। इससे सामने वाले को आपके बारे में सकारात्मक सोच का आभास होगा और उन्हें आपके साथ बातचीत करने में भी आनन्द की अनुभूति होगी। किसी का अभिवादन करने में न तो धन खर्च होता है न जुबान घिसती है अपितु अपने पन का अहसास होता है।



सच्चा आशीर्वाद

जब हम अपने से बड़ों के या अपने गुरुजनों, सच्चे साधु संतों, महापुरुषों और कथावाचक के पांव छूते हैं तो वे हमें सिर पर हाथ रखकर आशीर्वाद देते हैं। यही आशीर्वाद हमारा जीवन बदल देता है और हमें अपने लक्ष्यों को हासिल करने में काफी मददगार साबित होता है, चूंकि यह आशीर्वाद दिल से दिया हुआ होता है। बड़ों का आशीर्वाद कभी भी खाली नहीं जाता है। अतः सुबह-शाम माता-पिता के व अपने से बड़ों के चरण स्पर्श कर उनसे आशीर्वाद प्राप्त करें।

सशक्त नारी, सशक्त समाज

सरकार ने महिलाओं की राजनीति में भागीदारी के लिए आरक्षण को तो बढ़ा रही है लेकिन जब तक शैक्षणिक योग्यता निर्धारित नहीं की जायेगी तब तक सशक्त नारी सशक्त समाज की कल्पना केवल कल्पना ही बनकर कागजों तक ही सीमित रह जायेगी। इसलिए पद के अनुसार नारी की योग्यता निर्धारित की जाये। अंगूठा छाप या कम पढ़े लिखे लोगों को राजनीति में लाना सदन की गरिमा को धूमिल करना ही कहा जा सकता है। एक शिक्षित नारी ही राष्ट्र को सही दशा व दिशा दे सकती है। सरकार जितना जोर नारी की राजनीति में भागीदारी पर दे रही है, उतना ही जोर नारी की अस्मिता को बचाने पर दे। तभी सशक्त नारी सशक्त समाज का सपना साकार हो सकेगा।

हमारा अस्तित्व

इस नश्वर संसार में कोई छोटा बड़ा नहीं

है। सबका अपनी अपनी जगह अपना अपना महत्व है। आप अपने आपको बड़ा अधिकारी समझते हैं तो आप अपने आफिस में या बाजार में झाड़ू-पोछा तो नहीं करते हैं। यह कार्य तो सफाईकर्मी ही करता हैं। इसलिए जो कार्य जिसका है उसे ही करने देना चाहिए। किसी को छोटा समझ कर घृणा न करे।

इसी तरह कोई आपकी चुगली करें या नींदा करें तो तनिक भी न घबराएं। अपितु यह सोचे कि समाज में हमारा भी अस्तित्व है। तभी तो लोग हमारी नींदा कर रहे हैं। अगर हमारा अस्तित्व न होता तो कौन हमें याद करता। यह सोचों की आप भाग्यशाली हैं कि लोग आपके कार्य की समय समय पर सराहना भी करते हैं तभी तो वे आप से ईर्ष्या कर आपकी निंदा करते हैं, वरना किसे चिंता है जो आप पर अंगुली उठाने की हिम्मत करे। कहने का तात्पर्य यह है कि जीवन में मिट्टी का दीपक बनकर अंधे में उजाला फैलाएं। जैसे प्रकाश फैलाने के लिए दीपक सोने का ही हो, यह आवश्यक नहीं है। दीपक मिट्टी का होगा तो भी उतना ही प्रकाश देगा जितना सोने का दीपक। ठीक उसी प्रकार आपका पद कोई सा भी क्यों न हो, बस हमेशा इस बात का ध्यान रखें कि आपका कर्म नेक हो, दूसरों के लिए प्रेरणादायक हो, सकारात्मक हो और सबको अच्छा लगे। ऐसा कृत्य हो।

जहां सकारात्मक सोच हो, निष्ठा, ईमानदारी, देशभक्ति का भाव हो वहां हर रोज दीपावली के दीपक जगमगाते रहते हैं।



सास की पाठशाला



श्यामल बिहारी महतो

बोकारो, झारखंड



सागर सप्ताह दिन में ही सिकुड़ कर एक दम से संकरी नदी सा हो गया था। उसकी पत्नी रत्ना घर छोड़कर मायके भाग गई थी और मां लक्ष्मी देवी बी जी एच में जीवन मौत से जूझ रही थी। थाने वाले अलग से परेशान किए हुए था। बार बार फोन कर थाने आने को उसे कहा जा रहा था। दोनों मां बेटे पर नगर थाने में दहेज प्रताड़ना का केस दर्ज हो चुका था। सागर को कुछ समझ में नहीं आ रहा था कि पहले वह मां को बचाने का उपाय करे या फिर थाने जाकर झूठे केस का सामना करे। वह बेहद तनाव में आ गया था।

रत्ना और सागर की शादी हुए अभी महज छह माह ही बीते थे कि रत्ना ने वो काण्ड कर दिया जिसकी लोगों ने कल्पना भी नहीं की होगी। इसी के साथ उसके पढ़े लिखे होने को लेकर भी सवाल उठ खड़े हो गए थे।

'सुना था शहर में रह कर पढी लिखी है लेकिन संस्कार उसमें कूट-कूट कर भरी पड़ी है, उसी ने ऐसा किया!'

'कुछ नहीं, मां बेटे को भ्रमाया गया था..!'

शादी से पहले किसी ने रत्ना से मजाक में कहा था- 'रत्ना सुना है होने वाली तुम्हारी सास बाजार के पैकेट मसाले सब्जियों में इस्तेमाल नहीं करती है और न किसी को करने देती है। आज भी वह लोढी पाटी में पीसी मसाले को ही यूज करती है। तुम क्या करोगी? तुम्हें तो लोढी पाटी में मशाला पीसना भी नहीं आता है ...!'

'मां बेटा धोखा खा गया..!'

मतलब जिसने सुना वही उसके कृत्य निंदा पर उतर गया था

छः माह पहले शादी के बाद रत्ना जब पहली बार ससुराल के आंगन में कदम रखी थी तो देखने वालों ने उसके रंग रूप की भूरी भूरी प्रशंसा की थी और एक स्वर में बोल उठे थे- 'लक्ष्मी देवी के घर में परी उत्तर आई है ..!'

यह देख सुन लक्ष्मी देवी का मन गदगद हो उठा था और तब झट से काजल दानी से बहू की गाल में एक काला टीका लगाते हुए रत्ना से कही थी - 'बहू अगर जीवन में आगे बढ़ना है तो कभी गुस्सा मत करना! सभी से मेलजोल बढ़ा के रहना। आज तुम्हारे स्वागत में ये औरतें जो खड़ी हैं इन सबको मैंने नेताओं की तरह भाड़े पर नहीं बुलाई है। बल्कि हम

सबों के बीच बहनापा की एक प्रेम रसधार सदैव बहती रहती है। आज हमारे यहां तो कल हमें भी दूसरे के यहां जाना होता है। मेल जोल बढ़ाए रखने के लिए हमने एक साझा संस्कृति की परम्परा चलाई है। अब तुम आ गयी हो तो धीरे धीरे सब कुछ जान जाओगी..!' और लक्ष्मी देवी ने बहू रत्ना के सर पर हाथ रखा और बेटे सागर से कहा- 'बहू को अंदर ले जाओ!'

रात को जब सागर सो गया तो सोते सोते रत्ना सोच रही थी 'रत्ना रानी, पड़ोसी औरतों

के साथ सास का तो बड़ा याराना लगता है !
तुम किस राह चलना पसंद करोगी..सोच
लो ! बड़ी कठीन है डगर साजन घर की.. !

सोचते सोचते रत्ना भी सो गयी थी।

सुबह उठी तो देखा सास लोढी पाटी
में मसाला पीस रही है। वह सीधे बॉथरूम
घूस गई और सोचने लगी - 'यह लोढी पाटी
तो उसकी अंजरी पंजरी हिला के रख देगा
एक दिन ! लोग चांद पर घर बनाने की सोच
रहे हैं और मेरी सासू मां घर में ही चांद को
उतारने पर तुली हुई है ! सागर से बात करनी
होगी.. !'

शादी से पहले किसी ने रत्ना से मजाक
में कहा था- 'रत्ना सुना है होने वाली तुम्हारी
सास बाजार के पैकेट मशाले सब्जियों में
इस्तेमाल नहीं करती है और न किसी को
करने देती है। आज भी वह लोढी पाटी में
पीसी मशाले को ही यूज करती है। तुम क्या
करोगी ? तुम्हें तो लोढी पाटी में मसाला
पीसना भी नहीं आता है ... !'

'पहले शादी तो होने दो, फिर सोचेंगे.. !
'रत्ना ने हंस कर बात टाल दी थी।

दो माह बीत गये, पर मसाला पीसने को
न तो लक्ष्मी देवी ने किसी दिन रत्ना से कहा
और न रत्ना ने सागर से कभी कुछ कहा।
हर दिन सुबह लक्ष्मी देवी इतना मसाला पीस
कर रख देती कि सुबह शाम दोनों टाइम
हो जाता था। हां इसी बीच एक दिन लक्ष्मी
देवी रत्ना से कह रही थी -'देश की आधी
आबादी आज पेट की बीमारी से पीड़ित हैं।
कोई गैस की गोली खा रहा है तो कोई हाजमे
की ! जिसे देखो वही डॉक्टर के यहां दौड़
लगा रहा है। और इन सबका एक ही कारण
है बाजार के पैकेट मशाले ! मुआ.. माशाले
वाले तो मालामाल हो रहे हैं और खाने वालों
का बुरा हाल है। बहू सेहत और शरीर ठीक
रखनी हो तो कभी बाजार के माशाले मत
खाना !'

रत्ना ने रात को सागर से मां की बात
बताया। सुनकर सागर हंसा था -'माशाले के
मामले में तुम कभी मां से मुंह मत लगाना,

इस मामले में वो किसी की नहीं सुनती है.. !'

'पर सागर मुझे माशाला पीसना नहीं
आता है.. !'

'मैं हूँ न.. तुम चिंता मत करो.. !'

लगा था बात यहीं खत्म हो गई है। पर
ऐसा नहीं हुआ था। मशाले की बात रत्ना को
रास नहीं आई थी।

सागर पेशे से पारा शिक्षक था। मां लक्ष्मी
देवी भी एक प्राइमरी स्कूल की शिक्षिका थी।
पिछले साल ही वह सेवानिवृत्त हुई थी। बाप
चास में एक प्रेस में बुक बाइंडिंग का काम
करता था। सागर की शादी के तीन माह बाद
ही वह कोरोना की चपेट में आ गया और
इसी में उसकी मृत्यु भी हो गई। घर में मातम
छा गया। लक्ष्मी देवी का जीवन लड़खड़ा
उठा। वह टूट सी गयी। स्कूल में बच्चों को
जीवन और शिक्षण की रट लगवाने वाली
लक्ष्मी देवी का कोरोना ने लय ही बिगाड़ दिया
था। परन्तु वह एक शिक्षिका थी यह बात
वह भूली नहीं थी। और रिश्तों का वेल्यू भी
उसे मालूम था। जो बीत गया वो कल था।
आज जो तेरे पास है वो कल नहीं रहेगा। यही
उसकी सोच का अब तक मूल भाव रहा था।
टोटली वर्तमान में जीने और पास्ट को भूला
आगे बढ़ने की हिमायती रही थी -लक्ष्मी
देवी !पिछले एक सप्ताह से वह बीमार थी।
डॉक्टर ने उसे बिस्तर में फूली आराम करने
को कह गया था।

सागर और रत्ना की लव मैरिज नहीं थी
बल्कि दोनों के माता-पिता और उन दोनों
की रजामंदी से की गई शादी थी। बी सी
सी एल के एक प्रोजेक्ट में वरिय फोरमैन
के पद पर कार्यरत रत्ना के बाप मदनलाल
को पारा शिक्षक सागर को दामाद बनाने में
कोई परेशानी नहीं हुई थी। सागर के वेतन
से अधिक पेंशन पाने वाली सागर की मां
मदनलाल को किसी कोने से लालची नहीं
लगी थी। मान मर्यादा और वसूलों वाली
उनकी बातों ने मदनलाल को काफी प्रभावित
किया था। वह शालीनता की चादर थी।
मदनलाल की नजरों में सरकारी शिक्षक

और पारा शिक्षक में सिर्फ वेतन का फर्क था
उपाधि तो 'मास्टर साहब 'दोनों को प्राप्त था
और दोनों का काम शिक्षा प्रदान करना था।
कुल मिलाकर सागर को दामाद बनाने में
मदनलाल को कहीं से दिक्कत नहीं हुई थी।
रांची जैसे शहर में रह कर स्नातक की पढ़ाई
करने और साल में करम, सोहराय-टुसू परब
में घर आने वाली अपनी सांस्कारिक बेटी
के लिए सागर से अच्छा दामाद दूसरा कोई
हो सकता है इस विकल्प को समाप्त करते
हुए बेटी रत्ना से कहा था 'बेटी सागर तुम्हारे
जीवन का नाविक बने, यह हमारा फैसला
है, तुम्हें कुछ कहना है.. ? 'मदनलाल ने बेटी
की ओर देखा था।

'बाबू जी, आपका फैसला मेरा
फैसला.. !' और रत्ना लज्जा कर पांव जमीन
पर रगड़ने लगी थी।

उसकी मां के पास कहने का कुछ बचा
नहीं था।

लक्ष्मी देवी शादी का सगुन लिए खुशी
खुशी बेटे,पति के साथ घर लौट आई थी
और एक माह बाद सागर और रत्ना की शादी
भी हो गई थी।

तिलक दहेज लिए बगैर यह शादी
पूरे सुभाष चौक मुहल्ले के लिए एक
बेमिसाल थी। एक मिशाल बन गई थी। ऐसी
आदर्शवादी शादियों का तो जैसे समाज में
अकाल पड़ गया हो ! मुहल्ले में लक्ष्मी देवी
का डंका बज उठा था। खास तो वो पहले से
ही थी अब और खास हो गई थी।

वही लक्ष्मी देवी इस वक्त बोकारो
रेफरल अस्पताल में जीवन-मृत्यु के बीच
संघर्ष कर रही थी। उनका बार बार कौमा में
जाने से डॉक्टर भी चिंतित थे। परन्तु डॉक्टरों
की टीम ने भी हार नहीं मानी थीं। तीन यूनिट
ब्लड की मांग की गई थी जिसे सागर ने
तत्काल अपना ब्लड दे दिया था और दूसरी
यूनिट भी तुरंत मिल गया। एक करीबी दोस्त
ने अपना ब्लड देकर दोस्ती का फर्ज निभाया
था।

'आपकी मां को कुछ नहीं होगा, आप

घबराये नहीं..!' रोते हुए सागर से डॉक्टर मेहता ने कहा था।

आपरेशन रूम के बाहर बैठा सागर के अंदर भी एक और सागर उमड़ रहा था जो कभी भी बाढ़ का रूप ले सकता था। बैठे बैठे सागर उस मनहूस घड़ी को कोसने में लगा था जब उसने पत्नी रत्ना से कहा था -'रत्ना तुम समय समय पर मां को दवा देती रहना, इसे अकेला छोड़ कहीं दूर जाकर मत बैठ जाना, मैं एक दो क्लास लेकर वापस आ जाऊंगा..!' इसके साथ ही सागर स्कूल चला गया था। पर दूसरी घंटी बीच में ही छोड़ उसे घर के लिए भागना पड़ा था। फोन पर पुरी बात भी कहां सुन पाया था उसने -'बेटा..घर पहुंचो..मैं..म..री..!' और फोन कट गया था।

दो दिन पहले रत्ना अपनी सास लक्ष्मी देवी से मुंह लगा ली थी। मुंह लगा ली तो लगा ली। दोनों सास बहू के बीच खूब मुंह भी बजा था।

लोढी पाटी से घर में मसाला पीसने के बजाय रत्ना ने बाजार चौक से सारे के सारे बंद डिब्बे वाले मशाले मंगवा ली थी। लक्ष्मी देवी को जब यह मालूम हुआ तो वह बहू पर बिगड़ पड़ी-'मेरे बार बार मना करने के बावजूद तू नहीं मानी और बाजार से सभी मशाले मंगवा ली। आखिर घर के मशाले से इतनी चिढ़ क्यों है..?'

'आपकी तरह मैं घर में लोढी पाटी से मशाले नहीं पीस सकती हूँ..!' रत्ना ने पलट कर जवाब देते हुए कहा था-'और फिर यह कोई जरूरी नहीं है कि जो चीजें आपको पसंद है वो मुझे भी पसंद हो जाए। मैं भी पढ़ी लिखी हूँ, अच्छा-बुरा समझ सकती हूँ। आप भले ही स्कूल की मास्टरनी रही है.. परन्तु कभी मेरी मास्टरनी बनने की सोचना भी नहीं..!' और पैर पटकती हुई अपने कमरे में जाकर बिस्तर पर मुंह के बल लेट गई थी।

सागर स्कूल से घर लौटा तो हमेशा की तरह पहले मां के कमरे में गया था। देखा मां मुंह ढांपे सोई हुई है। उल्टे पांव चुपचाप अपने

कमरे में आ गया। यहां रत्ना रो रही है। अरे! यह आखिर माजरा क्या है। रत्ना से भी बिना कुछ बोले सागर फिर मां के पास पहुंचा। बोला-'मां, आखिर हुआ क्या? मुंह ढांपे तुम यहां पड़ी हो, उधर वो आंसू बहा रही है.. मेरी तो कुछ समझ में नहीं आ रहा है..!'

'पूछा नहीं उससे...?' मां के स्वर में दुःख और वेदना घुले-मिले हुए थे।

'नहीं, मैं तुमसे पूछने चला आया..!'

मां ने बेटे को सारी बातें संक्षिप्त में बता दी और फिर चादर ओढ़ ली थी।

खरी खोटी सुनाने के मूड में सागर अपने कमरे में फिर पहुंचा था। इससे पहले कि सागर रत्ना से कुछ कहता। रत्ना सागर पर उबल पड़ी थी 'तुम अभी के अभी मुझे मायके पहुंचा दो, अब मैं इस घर में तुम्हारी मां के साथ एक दिन भी नहीं रह सकती हूँ, मास्टरनी रही होगी स्कूल की, यहां मेरी मास्टरनी बनने चली है.. जैसे मैं गंवार-जाहिल हूँ...!'

'तुम क्या बके जा रही हो.. रत्ना तुम होश में तो हो...?' सागर रत्ना को समझाने के लहजे में कहा था 'रत्ना बात तुम समझा करो, मां हमारी दुश्मन नहीं है, वो हमारी सेहत को लेकर फिक्रमंद रहती है, तुम मां को गलत समझना छोड़ दो...!'

रत्ना ने सागर के किसी भी बात का कोई जवाब नहीं दिया। न हां न हूँ! मौन साध ली थी उसने। लेकिन वह अंदर ही अंदर गिली लकड़ी की तरह धुंआती रही।

उसे लग रहा था मशाले के बहाने सास उस पर मालिकाना हक का दबाव बनाये रखना चाहती है, अपनी रौब गांठना चाहती है-दबदबा कायम रखना चाहती है..! और न जाने क्या क्या सोच ली थी रत्ना ने।

'वह आज की लड़की है। उस पर कोई अपना एजेंडा नहीं थोप सकते हैं.. थोपने वाला चाहे सागर ही क्यों न हो...!'

रत्ना अपने आप से एक वायदा कर रही थी।

सास बहू के बीच विचारों का टकराव या कहिए विवाद सावित्री वट वृक्ष पूजा यानी वर पूजा के दिन ही शुरू हो गया था। हर वर्ष की भांति इस वर्ष भी मुहल्ले की सारी औरतें लक्ष्मी देवी के यहां इकट्ठे हुई थीं। लक्ष्मी देवी खुद वर पूजा करने का कोई औचित्य रहा नहीं था। अपनी जगह उसने बहू रत्ना को आगे करना चाहा था। इस पर रत्ना ने साफ इंकार कर दिया था-'मां जी, मैं वर पूजा करने के पक्ष में नहीं हूँ। यह गुलामी का प्रतीक है और टोटली बकवास है। औरतों को मर्दों के गुलाम बनाये रखने की मनुवादी व्यवस्था की एक चाल है। धर्म के नाम पर एक सुंदर धोखा है-पाखंड है। मैं इसे सही नहीं मानती ...!'

'बहू क्या बकती है..होश में तो हो...!' सास बिगड़ी थी।

'मैं तो होश में हूँ सासू मां..पर लगता है आप सभी होश में नहीं हैं!' रत्ना रार पर उतर आई थी-'वर पूजा करने से अगर पतियों की उम्र लंबी होती तो हर साल लाखों औरतें विधवा नहीं होती...!'

'रत्ना...!' सास चीखी थी। लगा बहू ने उसके सीने में जोर का हथौड़ा मार दिया है। वह अंदर ही अंदर कराह उठी थी।

'हाय दया..इतनी मुंहफट...!' किसी के मुंह से निकला था।

'आप लोग आज के दिन इस घर में नहीं आना...!' लक्ष्मी देवी ने कहा और सीधे घर के अंदर चली गईं। तभी पीछे से कानों में आवाज टकराई-

'आज के दिन भले न आये पर आपके पास आने से आपकी बहू भी हम सबको रोक नहीं पाएगी...!'

सुन कर लक्ष्मी देवी को सुकून महसूस हुआ था।

शांति से दो दिन बीत गये तो सागर को लगा। रत्ना समझदार निकली। मां भी न! तिल का ताड़ बना देती है। एक पल के लिए सागर को मां पर भी गुस्सा आ गया था...!

पर भूकंप की भविष्यवाणी करना आसान

नहीं होता है।

रत्ना दो दिन शांत रही और पहले की भांति सामान्य दिखने की कोशिश भी करती रही लेकिन विचलित भाव-भंगिमा को छिपाने में जब असफल होती। तब चेहरे पर फिकी मुस्कान ओढ़ लेती थी। लेकिन -

उस दिन सुबह से ही रत्ना का व्यवहार कातिलाना था परन्तु देखने में बिल्कुल याराना लगता। कहीं से कोई कडुवाहट नहीं। चेहरे पर एक कुटिल मुस्कान ओढ़े हुए थी। मुस्करा कर पहले उसने सागर को स्कूल रवाना किया। यह देख सागर भी मुस्करा उठा, फिर उसने सास को सुबह का नाश्ता दे आई। आज हर काम वह बड़ी सहजता से करती नजर आ रही थी।

नाश्ता-दवा लेने के बाद लक्ष्मी देवी को हल्की नींद आ गई। वह करवट बदल कर सो गई थी।

रत्ना ने दीवार घड़ी पर नजर डाली। सवा एक बज रहा था। सागर का ढाई-तीन बजे आने का वक्त था। पावर कटा हुआ था। रत्ना सारी तैयारी कर चुकी थी। एक बार सास के कमरे में दबे पांव झांक आई थी। सास लक्ष्मी देवी अब भी सो रही थी ...!

धड़कते दिल से एक झटके में रत्ना ने मसाला पीसने वाले सिलवट को दोनों हाथों में उठाया और सास के कमरे की ओर बढ़ी। लक्ष्मी देवी अब सीधी सो रही थी। रत्ना ने कमरे में कदम रखा। हल्की सी आहट हुई कमरे में अंधेरा था। लक्ष्मी देवी की आंखें खुल गईं। लगा सामने कोई है - 'कौन है..?'

कोई जवाब नहीं।

बदहवासी की हालत में सागर घर पहुंचा था। और मोटरसाइकिल बाहर ही खड़ी कर। दौड़ते हुए मां के कमरे में घूसा था। देखा खून से लथपथ मां बिस्तर पर तड़प रही है- 'मां.अ आ..!' सागर चीखा था

- 'बेटा.. रत्ना..ने.मसाला.पाटी.. से..!' और लक्ष्मी देवी मूर्छित हो गई थी...!

भोर सुबह सुबह लक्ष्मी देवी होश में आ गई थी और सुबह सुबह ही पुलिस सागर को

पकड़ नगर थाने ले गयी थी। यह बात सुभाष चौक मुहल्ले में आग की तरह फैल गई थी। जिसने सुना वही गुस्से में दिखा-

'यह तो पुलिस की ज्यादाती है...!'

'पुतोहू ने सास की जान लेने की कोशिश की, पुलिस को उसे पकड़नी चाहिए, निर्दोष को पकड़ ले आई यह कहां का कानून है...?'

- 'कानून अंधा है..!'

'बहरा भी...!'

'हम औरतें थाने का घेराव करेंगे...!'

'लक्ष्मी देवी के लिए हम लड़ेंगे...!'

दस बजते बजते सैकड़ों महिलाएं थाने पहुंच गईं और नारेबाजी करने लगीं- 'पुलिस की दादागिरी नहीं चलेगी.. नहीं चलेगी...!'

'पुलिसिया जुल्म बंद करो.. बंद करो बंद करो..!'

'अंधा कानून मुर्दाबाद.. मुर्दाबाद.. मुर्दाबाद..!'

'रिश्त खोर पुलिस हाय हाय.. हाय हाय..!'

'आप सब के चिल्लाने से कानून बदल नहीं जायेगा..! थानेदार राधेश्याम ने डांटते हुए कहा- 'सागर पर शादी में तिलक दहेज में मोटी रकम लेने और प्रताड़ित करने का केस दर्ज किया गया है। डोरी एक्ट में उसे गिरफ्तार किया गया है..!'

'गिरफ्तारी तो उस रत्ना रानी की होनी चाहिए जिसने मां जैसी सास की जान लेने की कोशिश की..!'

शक्तिनाथ हाई स्कूल की शिक्षिका आरती देवी आगे बढ़ी थी।

'उसकी भी गिरफ्तारी होगी पर कोई लिखित केस दर्ज कराए तब न..! 'दारोगा ने कहा था 'हम खुद अस्पताल में गया था, घटना की जांच करने। लक्ष्मी देवी के बेटे से बयान देने को कहा तो साफ बोल दिया- 'थाने में मामला बाद में भी दर्ज हो जायेगा, मेरी प्राथमिकता मेरी मां है। इसे बचाना मेरे लिए जरूरी है। केस कल भी दर्ज हो

जायेगा..!'

'फिर भी आपको सागर को छोड़ना होगा, उसकी मां की हालत अभी भी सिरियस है...! आरती देवी ने जोर दिया था - 'नहीं तो हम भूख हड़ताल करेंगे..!'

'हां हां हम भूख हड़ताल करेंगे...! 'नारी स्वर से थाना परिसर गूंज उठा था।

'हम मजबूर हैं मैडम! दर्ज केस वापस लेने पर ही हम उसे छोड़ सकते हैं, यह दहेज का मामला है...!'

'यह झूठ है! 'आरती देवी चीखी थी- 'सारा मुहल्ला जानता है कि सागर की शादी में लक्ष्मी देवी ने दहेज के नाम पर एक फूटी कौड़ी भी नहीं ली थी- झूठा इल्जाम है यह..!'

'यह आप कहती है लेकिन रत्ना और उसकी मां ने अपने कम्पलेन में दहेज के रूप में मोटी रकम लेने की बात लिखवाई है...!'

'उन दोनों ने झूठ लिखवाई है! सागर के घर वालों ने शादी में कोई तिलक दहेज नहीं लिया था..!'

'आप कौन और यह बात आप कैसे जानते हैं..?'

'दुर्भाग्य से मैं रत्ना का बाप मदनलाल संखवार हूं। केस वापस लेने आया हूं..!'

'अंदर आइए, आप लिखकर दीजिए...!'

सागर थाने से बाहर निकला तो औरतों ने उसे घेर लिया। आरती देवी ने कहा 'बेटे चिंता मत करो, तुम्हारी मां को कुछ नहीं होगा, हम सब की दुआएं उनके साथ हैं...!'

चला तो ससुर मदनलाल सामने आ गया- 'बेटा, बेटे ने हमें हाथ जोड़ माफी मांगने के काबिल भी नहीं छोड़ा है। मैंने तो बेटे के लिए हीरा ढूंढा था- बेटे में ही खोट निकला। हो सके तो इस अभागे बाप को माफ कर देना..!'

सागर आगे बढ़ा और हाथ जोड़ खड़े ससुर के हाथ को थाम, भीड़ को हाथ जोड़ प्रणाम कर आगे बढ़ गया था..।



होम्योपैथी दवाओं से ठीक हो सकती है PCOS की समस्याए

समय पर उपचार न मिलने से हो सकती है शुगर, बीपी की समस्या



डॉ० अमलेन्दु त्रिपाठी

9795513223

पॉली सिस्टिक ओवरी सिंड्रोम (PCOS) का वर्णन पहली बार 1935 में स्टीन और लेवेंथल द्वारा प्रकाशित एक शोध पत्र में किया गया था। हालांकि इसमें नामकरण बाद किया गया था। इस शोध ने सात महिलाओं में एमेनोरिया (मासिक धर्म की अनुपस्थिति), हिर्सुटिज्म (शरीर के बालों में वृद्धि), मोटापा और अंडाशय के पॉलीसिस्टिक रूप के लक्षणों का वर्णन किया है। ये नैदानिक विशेषताएं बनी हुई हैं जो आज भी पॉलीसिस्टिक अंडाशय सिंड्रोम के संभावित निदान का संकेत देती हैं। हालांकि, अब इस स्थिति के रोगजनन और नैदानिक अभिव्यक्तियों को बेहतर ढंग से समझा जाता है। पीसीओएस अब रोगियों के मेटाबोलिज्म, प्रजनन और हृदय स्वास्थ्य को प्रभावित करने वाले कारकों में शामिल हो गया है। यह 5-10% की व्यापकता दर के साथ आज महिलाओं में सबसे आम हार्मोनल विकारों में से एक है।



'नींद में खलल, व्यायाम का अभाव और अस्वास्थ्यकर भोजन का सेवन ऐसे लक्षण हैं जो उन रोगियों में देखे जाते हैं जो भी युवावस्था तक पहुंचे भी नहीं हैं! पीसीओएस की रोकथाम साथ ही इसके प्रभावी प्रबंधन की ऐसी अस्वास्थ्यकर प्रथाओं में बदलाव किए बिना उम्मीद नहीं की जा सकती है। पीसीओएस के रोगियों पर सकारात्मक प्रभाव डालने के लिए वजन घटाने पर जोर देना चाहिए। लेकिन अधिक वजन वाले रोगियों को भी व्यायाम में शामिल होना चाहिए जो हार्मोनल असंतुलन को ठीक करने में मदद करता है।

हाल ही में, निम्न में से दो मानदंडों की उपस्थिति को पीसीओएस के निदान के लिए एक आवश्यकता के रूप में परिभाषित किया गया था: ओलिगोमेनोरिया (मासिक धर्म प्रवाह में कमी) एमेनोरिया,

परिसंचारी एण्ड्रोजन (पुरुष हार्मोन) के स्तर में वृद्धि, पुरुष हार्मोन में वृद्धि की नैदानिक अभिव्यक्ति और अल्ट्रासाउंड में अंडाशय की पॉलीसिस्टिक उपस्थिति। यह ध्यान रखना महत्वपूर्ण है कि अंडाशय

की पॉलीसिस्टिक उपस्थिति की उपस्थिति पीसीओएस के निदान के लिए एक पूर्वापेक्षा नहीं है। रोगियों में रक्त में इंसुलिन का बढ़ा हुआ स्तर भी देखा जा सकता है। लगभग 30% रोगियों में मोटापा देखा जाता है।

'पीसीओएस' के मरीज में डायबिटीज और उच्च रक्तचाप के विकास का उच्च जोखिम है। इंसुलिन प्रतिरोध और पुरुष हार्मोन के बढ़े हुए स्तर से पीसीओएस के रोगी में ट्राइग्लिसराइड्स और कम घनत्व वाले लिपोप्रोटीन (हृदय रोग के बढ़ते जोखिम से जुड़े लिपिड का एक रूप) के स्तर में वृद्धि हो सकती है।'

व्यवहार में, हम पाते हैं कि दो सबसे सामान्य कारण जिनके लिए पीसीओएस मरीजों को इलाज की जरूरत पड़ती है वह मुँहासे और हिर्सुटिज़्म (शरीर के बालों में वृद्धि) हैं। युवा रोगियों में, विशेष रूप से, यह तनाव की एक वजह है और आत्मविश्वास को कम करता है। होम्योपैथी त्वचा की संवेदनशीलता को परिसंचारी हार्मोन को कम कर सकती है, जिससे विस्फोटों को दूर करने में मदद मिलती है। चेहरे और शरीर के अन्य हिस्सों पर बालों के असामान्य घनत्व और विकास की दर को भी होम्योपैथिक उपचार से प्रभावी ढंग से नियंत्रित किया जाता है।

'मासिक धर्म की अनियमितता पीसीओएस की एक और आम वजह है। हम देखते हैं कि हर महीने हजारों लड़कियां और महिलाएं इसकी शिकायत करती हैं। विलंबित अवधि के साथ गंभीर दर्द और भारी रक्तस्राव हो सकता है जो बहुत दुर्बल करने वाला हो सकता है। दूसरी ओर, रोगी अत्यधिक सीमित मासिक धर्म प्रवाह की भी रिपोर्ट करते हैं जिससे असुविधा होती है। होम्योपैथिक उपचार मासिक धर्म में ऐंठन के लिए त्वरित राहत प्रदान कर सकता है। उपचार बहुत ही कम समय में भारी रक्तस्राव को सुरक्षित रूप से कम करने में भी मदद करता है। शीघ्र राहत के लिए दवा

के अलावा, रोगियों को उनके मासिक धर्म को नियमित करने में मदद करने के लिए नियमित होम्योपैथिक दवाएं दी जाती हैं।'

'जो महिलाएं परिवार बढ़ाने (संतान पैदा करने) की योजना बना रही हैं, वे पीसीओएस के कारण गर्भवती नहीं हो सकती हैं। पी.सी.ओ.एस. आंडाशय बांझपन का सबसे आम कारण है। हार्मोन में असंतुलन के परिणामस्वरूप ओव्यूलेशन (अंडे) की अनुपस्थिति या कम ओव्यूलेशन होता है। फिर, यह रोगी के लिए अत्यंत कष्टदायक हो सकता है। सहायक निषेचन प्रक्रियाएं अपने जोखिम के साथ आती हैं। रोगी अक्सर इन प्रक्रियाओं के बार-बार प्रयास करने के लिए तैयार नहीं होते हैं। होम्योपैथिक उपचार से प्रजनन क्षमता की संभावना बढ़ सकती है। हम कई खुशहाल जोड़ों को देखते हैं जिन्होंने होम्योपैथिक उपचार से गर्भधारण किया है। कुछ ने व्यर्थ में विभिन्न प्रकार के प्रजनन उपचार का प्रयास करने के बाद ऐसा किया है।'

जैसा कि ज्यादातर बीमारियों में होता है, दवा ही समाधान का एक हिस्सा है। हार्मोन के साथ समस्याएं जीवनशैली से निकटता से जुड़ी हुई हैं हालांकि, पीसीओएस का सटीक कारण स्पष्ट रूप से समझा नहीं गया है। ऐसा माना जाता है कि पीसीओएस का बढ़ता प्रभाव छोटे बच्चों और वयस्कों में समान रूप से देखी जाने वाली बढ़ती सामान्य अनिश्चित जीवन शैली का परिणाम है।

'नींद में खलल, व्यायाम का अभाव और अस्वास्थ्यकर भोजन का सेवन ऐसे लक्षण हैं जो उन रोगियों में देखे जाते हैं जो भी युवावस्था तक पहुंचे भी नहीं हैं! पीसीओएस की रोकथाम साथ ही इसके प्रभावी प्रबंधन की ऐसी अस्वास्थ्यकर प्रथाओं में बदलाव किए बिना उम्मीद नहीं की जा सकती है। पीसीओएस के रोगियों पर सकारात्मक प्रभाव डालने के लिए वजन घटाने पर जोर देना चाहिए। लेकिन अधिक वजन वाले रोगियों को भी व्यायाम

में शामिल होना चाहिए जो हार्मोनल असंतुलन को ठीक करने में मदद करता है। बेहतर जीवनशैली और आहार के साथ होम्योपैथिक उपचार रोगी को इस अत्यंत सामान्य स्थिति के सभी पहलुओं में मदद कर सकता है।

होम्योपैथिक दवाओं का कोई साइड इफेक्ट नहीं

होम्योपैथी एक पूरी तरह सुरक्षित चिकित्सा पद्धति है। एलोपैथी के उलट इसका कोई साइड इफेक्ट नहीं होता।

अंग्रेजी मेडिसिन में आप जिस भी बीमारी के इलाज के लिए जिस भी दवा का सेवन करते हैं, उसका कोई न कोई साइड इफेक्ट जरूर होता है। ट्यूबरकुलोसिस की दवा टीबी का इलाज तो करती है, लेकिन साथ ही लिवर पर भी नकारात्मक असर डालती है। माइग्रेन के लिए ली जा रही दवा का साइड इफेक्ट ये है कि ये रक्त को पतला करती है। किसी भी तरह के दर्द के लिए हम जो पेनकिलर लेते हैं, वो पेनकिलर शरीर की इम्युनिटी को कमजोर कर रहा होता है।

लेकिन होम्योपैथी के साथ ऐसा नहीं है। इसका कोई साइड इफेक्ट नहीं है। यह दवा सिर्फ उस बीमारी और कष्ट का ही निवारण करती है, जिसके लिए वह दी जा रही है।

एडिक्टिव नहीं होतीं होम्योपैथिक दवाएं

अंग्रेजी दवाइयों के उलट होम्योपैथिक दवाएं एडिक्टिव नहीं होतीं। कई अंग्रेजी दवाइयां ऐसी हैं, जिसका लंबे समय तक सेवन करने के बाद शरीर उन दवाओं पर पूरी तरह निर्भर हो जाता है। दवा न लेने पर कई तरह के साइड इफेक्ट होते हैं। लेकिन होम्योपैथिक दवाओं के साथ ऐसा नहीं होता। लंबे समय तक इनका सेवन करने के बावजूद शरीर को इनकी आदत नहीं पड़ती।



बदलते मौसम में स्वस्थ रखने के लिए नियमित करें योग-प्राणायाम



मुकेश कुमार सिंह
योगगुरु



मौसम में बदलाव शुरू हो गया है रात में पंखे की हवा भी हल्की ठंडी लगनी शुरू हो गयी है, सुबह पांच बजे हल्की-हल्की ठंड लगने लगी है। जिसके कारण सर्दी-जुकाम, सिर-दर्द, खांसी, बुखार ज्यादातर लोगो को हो रहे हैं। सर्दी में तापमान कम होने के कारण कई सारी बीमारियां जैसे अस्थमा, हृदय रोग, टॉन्सिलिस, आर्थराइटिस, आदि की समस्या बढ़ने लगती है। जिन लोगों की रोग प्रतिरोधक क्षमता कमजोर होती है वे लोग बदलते मौसम में जल्दी ही रोगों के शिकार हो जाते हैं। कुछ शांत प्रकृति के धैर्यवान व्यक्ति बीमार होने का कारण ढूँढने का प्रयास भी करते हैं, क्योंकि यह वे मानते हैं कि उनसे शायद कुछ भूल हुई है। इस प्रकार के व्यक्ति भी खान-पान और रहन-सहन में भी तात्कालिक थोड़ा परिवर्तन करते हैं तो अपनी दवा भी साथ लेकर चलते हैं। कितने लोग ऐसे भी हैं जो स्थान एवं खान-पान परिवर्तन के कारण ही बीमार हो जाते हैं। बीमार होने का मुख्य कारण शारीरिक श्रम की कमी और आहार की ज्यादाती के कारण हमारा शरीर रोग-खाना बना रहता है। जिसके कारण आज अस्पताल एवं दवाखानों की संख्या बढ़ती जा रही है। इससे बचने के लिए अपनी रोग प्रतिरोधक क्षमता को बढ़ाये अपने

खान-पान को संतुलित रखें मौसमी फल के सेवन भी रोग प्रतिरोधक क्षमता बढ़ती है। और इस मौसम में हरी सब्जी सब्जी एवं साग बाजार आते हैं इनका सेवन करें और स्वस्थ रहें। साथ ही खजूर और मेंवे समुचित मात्रा में खायें इससे भी शरीर में गर्मी बनी रहती है। रोज सुबह हल्का गुनगुना पानी पीये। सुबह मार्निंग वॉक के समय फुल टी-शर्ट या ट्रैक शूट पहने। सुबह की चाय में अदरक एवं तुलसी की पत्ती जरूर डाले। जिससे रोग प्रतिरोधक क्षमता बढ़ती है। साथ ही कुछ प्रमुख योग-प्राणायाम करें। खुद को स्वस्थ रखें।

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

शारीरिक लाभ

- ◆ इस आसन के नियमित अभ्यास से शरीर में स्थिरता आती है। यह मेरूदण्ड

से सम्बन्धित नाड़ियों के रक्त संचय को ठीक करने में भी सहायक है। किशोरों के शरीर की ऊँचाई 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।

त्रिकोणासन

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

अभ्यास विधि

- ◆ त्रिकोणासन के अभ्यास के समय दोनों पैरों को 3 फुट तक फैलाकर आराम से खड़ा होना चाहिए।
- ◆ दोनों हाथों को बगल से कंधों के स्तर तक धीरे-धीरे उठाना चाहिए।
- ◆ श्वास को शरीर से बाहर छोड़ते हुए धीरे-धीरे दाईं तरफ झुकना चाहिए। झुकने के बाद दाएं हाथ की उंगलियों को पीछे की ओर रखना चाहिए।
- ◆ बायें हाथ को सीधे ऊपर की ओर रखते हुए दायें हाथ की सीध में लाना चाहिए। तत्पश्चात बाईं हथेली को आगे की ओर लाना चाहिए।
- ◆ सिर को घुमाते हुए बाएं हाथ की बीच वाली अंगुली को देखना चाहिए।
- ◆ समान्य श्वास लेते हुए इस आसन में अपनी क्षमतानुसार रूकना चाहिए।

- ◆ श्वास शरीर के अंदर लेते हुए प्रारंभिक अवस्था में वापस आ जाय।
- ◆ इस आसन को दूसरी ओर भी करना चाहिए।

लाभ

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

सावधानियां एवं सीमाएं

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

सेतुबंधासन

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

अभ्यास विधि

- ◆ दोनों पैरों को घुटनों से मोड़ते हुए एड़ियों को नितंबों के पास लाएं।
- ◆ हाथों से पैर के टखनों को मजबूती से पकड़े और घुटने एवं पैरों को एक सीध में रखें।
- ◆ श्वास को अंदर खींचते हुए धीरे-धीरे अपने नितंब एवं धड़ को ऊपर की ओर उठाएं और पुलनुमा आकृति बनाएं।
- ◆ अपनी क्षमतानुसार रूकें और सांस लेते रहें। श्वास 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।

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 उठायें 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 आएँ।
- ◆ थोड़ी देर विश्राम करें पुनः अपनी क्षमतानुसार करें।

लाभ

- ◆ इस आसन के 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।

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 तुडडी 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 तुडडी 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 पीडित हो उन्हें इस आसन का अभ्यास नहीं करना चाहिए।

धनुरासन

इस आसन में आकृति धनुष के समान दिखाई देती है इसलिए इसका नाम धनुरासन पडा 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 मोड कर कमर के पास लाएं और हाथों से पैर को पकड़े।
- ◆ 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 कसें।
- ◆ 10 से 20 सेकंड बाद श्वास छोड़ते हुए पैर और छाती को धीरे-धीरे जमीन पर वापस लाएं। और लम्बी गहरी श्वास के साथ विश्राम करें।

लाभ

- ◆ 1. धनुरासन से रीढ़ की हड्डी लचीली होती है।
- ◆ 2. तनाव और थकान में लाभ मिलता है।
- ◆ 3. हाथ और पेट के स्नायु को पुष्टि देता है।
- ◆ 4. यह मेरूदंड के उत्तम स्वास्थ्य का सर्वश्रेष्ठ आसन है।
- ◆ 5. नियमित धनुरासन करने से व्यक्ति जवान बना रहता है।
- ◆ 6. अर्थरइटिस, गठिया, वात तथा जोड़ों के दर्द व अशुधियां दूर करता है।
- ◆ 7. 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।

भस्त्रिका प्राणायाम

- ◆ भस्त्रिका प्राणायाम संस्कृत में भस्त्रिका का मतलब है 'धौंकनी' जैसा लोहार हवा के तेज झोको से गर्मी पैदा करता

है और लोहे को गरम कर शुद्ध करता है उसी प्रकार भस्त्रिका प्राणायाम से मन साफ और प्राणिक बधाओं को हटाता है। भस्त्रिका बहुत ही महत्वपूर्ण प्राणायाम है।

अभ्यास विधि

- ◆ किसी भी शांत वातावरण में बैठ जाए। सिद्धासन, वज्रासन, पद्मासन जैसे किसी सुविधाजनक आसन में बैठें।
- ◆ आंख बंद रखें और थोड़ी देर के लिए शरीर को शिथिल कर लें, मुहं भी बंद रखें।
- ◆ दोनों हाथों से ज्ञान मुद्रा में रखें।
- ◆ दोनों नाक से तेज गति से श्वास लें और छोड़ें 10 से 15 बार मन में गिनती करते रहे।
- ◆ दोनों नाक से लम्बी गहरी सांस लें और छोड़े शुरूआत में अपनी क्षमतानुसार ही करें। दिन प्रति दिन अभ्यास को बढ़ायें।

लाभ

- ◆ भस्त्रिका प्राणायाम के नियमित अभ्यास से शरीर के विषाक्त पदार्थ खत्म हो जाते हैं।
- ◆ इस प्राणायाम को नियमित करने से दमा और श्वास के रोगों को दूर करता है। कमजोर फेफड़े धीरे-धीरे शक्तिशाली हो जाते हैं।
- ◆ इससे शरीर को अधिक मात्रा में आक्सीजन की सप्लाई मिलती है और कार्बन बाहर निकल जाता है, जिससे रक्त शुद्धि होती है।
- ◆ इस प्राणायाम को नियमित करने से तंत्रिका तंत्र संतुलित होता है।
- ◆ यह गले में सूजन और कफ को भी कम करता है।

सावधानियां

- ◆ जिनका हृदय और फेफड़ा कमजोर हो या जो रोगी हों, उन्हें इसे नहीं करना चाहिए।



- ◆ यह प्राणायाम खाली पेट करना चाहिए।
- ◆ जिनको ज्यादा अस्थमा और उच्च रक्तचाप और गंभीर हृदय के रोगी हो उन्हें नहीं करना चाहिए। या योग प्रशिक्षक की देखरेख में ही करें।

अनुलोम विलोम प्राणायाम

- ◆ इस प्राणायाम की मुख्य विशेषता है कि इसमें बाएं एवं दाएं नासिकारन्ध्रों से क्रमवार श्वास-प्रश्वास को रोककर अथवा बिना श्वास-प्रश्वास रोके श्वसन किया जाता है।
- ◆ शारीरिक स्थिति कोई भी आरामदायक स्थिति।

अभ्यास विधि

- ◆ सर्वप्रथम किसी भी आरामदायक स्थिति में बैठ जाएं।
- ◆ मेरुदण्ड एवं सिर को सीधा रखें और आंखें बंद कर लें।
- ◆ कुछ गहरी श्वासों के साथ शरीर को शिथिल कर लें।
- ◆ ज्ञान मुद्रा में बाईं हथेली बाएं घुटने के ऊपर रखनी चाहिए। दाईं हथेली नासाग्र मुद्रा में होना चाहिए। अनामिका एवं कनिष्ठिका अंगुली बाईं नासिका पर रखनी चाहिए। मध्यमा और तर्जनी अंगुली को मोड़कर रखें। दाएं हाथ का अंगूठा दाईं नासिका पर रखना चाहिए।
- ◆ बाईं नासिकारंध्र खोलें। बाईं नासिका से श्वास ग्रहण करें। इसके बाद कनिष्ठिका और अनामिका अंगुलियों

से बाईं नासिका बंद कर लें। दाईं नासिका से अंगूठा हटा कर वहां (दाईं नासिका) से श्वास बाहर छोड़ें। तत्पश्चात् एक बार दाईं नासिका से श्वास ग्रहण करना चाहिए।

- ◆ श्वासोच्छ्वास के अंत में दाईं नासिका को बंद करें, बाईं नासिका खोलें तथा इसके द्वारा श्वास बाहर छोड़ दें। यह पूरी प्रक्रिया नाड़ी शोधन या अनुलोम विलोम प्राणायाम का एक चक्र है।
- ◆ यह पूरी प्रक्रिया चार बार दोहराई जानी चाहिए।

अनुपात एवं समय

- ◆ प्रारम्भिक अभ्यासियों के लिए श्वासोच्छ्वास की क्रिया की अवधि बराबर होनी चाहिए।
- ◆ धीरे-धीरे इस श्वासोच्छ्वास क्रिया को क्रमशः 1 से 2 कर देना चाहिए।

श्वसन

- ◆ श्वसन क्रिया मंद, समान एवं नियंत्रित होनी चाहिए। इसमें किसी भी प्रकार का दबाव या अवरोध नहीं होना चाहिए।

लाभ

- ◆ मन में निश्चलता लाता है और शांति प्रदान करता है साथ ही एकाग्रता बढ़ाने में भी सहायक है।
- ◆ जीवन शक्ति बढ़ाता है और तनाव एवं चिंता के स्तर को कम करता है।
- ◆ यह कफ विकार को भी कम करता है।



नहीं होता है उसे अपने व्यापार और रुतबे के को बरकरार रखना पड़ता है जिसकी वजह से उसे ज्यादा देर रात को नींद नहीं आती। ऐसे पैसे का क्या फायदा जिससे आपको रात में नींद ना आए और आपका सुखचैन छिन जाए। पैसे से आप हर चीज खरीद सकते हैं मगर सुख नहीं खरीद सकते हैं। मनुष्य एक सामाजिक प्राणी है और अगर वह जरूरतमंदों की मदद करें उसे अपार संतोष मिलता है और सुख की प्राप्ति होती है। एक गरीब आदमी भी धनी व्यक्ति की तुलना में सुखी रह सकता है इसका कारण छोटी-छोटी वस्तुओं में खुशी प्राप्त करना।

अच्छा स्वास्थ्य पाने के लिए जंक फूड और स्नैक्स का त्याग करना आवश्यक है और जितना संभव हो कम तेल में पका हुआ खाना खाएं ज्यादा से ज्यादा पानी पिये और प्रोटीन युक्त आहार खाएं हरी सब्जियां और फल खाएं जिसमें विटामिंस और मिनरल्स और ज्यादातर प्राकृतिक और स्वस्थ भोजन का सेवन करें। अगर पाचन ही समस्या हो तो उबला हुआ खाना खाएं थोड़ा-थोड़ा करके खाना खाएं इससे आपकी तृप्ति और संतुष्टि मिलेगी आप बाहर का खाना खाने से बचें और घर का शुद्ध भोजन करें। एक स्वस्थ दिनचर्या बनाने की भरपूर कोशिश करें और अच्छा भोजन सुकून की नींद का आनंद लें हमेशा शुद्ध पानी पिए निर्धारित समय पर खाना खाएं और सोए इससे आप निश्चित रूप से एक स्वस्थ जीवन व्यतीत कर पाएंगे।

जिस व्यक्ति के मन में संतोष नहीं है वह हमेशा ईर्ष्या की आग में जलता है और कभी सुखी जीवन व्यतीत नहीं कर पाता है। हमें अपने जीवन की हार जीत की तुलना किसी और के जीवन से नहीं करनी चाहिए। हमें अपने दैनिक जीवन में अपने परिजनों के संग छोटे छोटे बालों में भी खुशियां ढूंढ सकते हैं। एक सन्यासी भी अमीर आदमी की तुलना में अतिरिक्त उसकी रह सकता है। संतोष हमारे दिल में है हम कितने अमीर हैं गरीब हैं उस पर बिल्कुल निर्भर नहीं करता है। संतोष का



तात्पर्य है पूरे लगन और मेहनत के साथ कार्य करना और कुछ भी कम मिले उसे संतोष हो जाना। महाभारत में भी यह कहा गया था कर्म करते चलो फल की चिंता ना करो रोजमर्रा के तनाव और अत्यधिक सफलता पाने की होड़ में हम अपने चैन-सुख खो लेते हैं और ऐसे दलदल में फंस जाते हैं जिन से निकल पाना मुश्किल हो जाता है। हम धार्मिक जीवन जी सकते हैं इससे मन और मस्तिष्क को अपार शांति की अनुभूति होती है। हमें अपने खाली समय में व्यर्थ की चिंता नहीं करनी चाहिए इससे सिर्फ मानसिक अशांति बढ़ती है। हमें आज की चिंता पहले करनी चाहिए इसका किसी को नहीं पता है। हमें खाली वक्त में अपने विभिन्न ने शौक जैसे संगीत नृत्य कविता और कहानी लेखन इत्यादि पूरे करने चाहिए और सकारात्मक सोच का दामन कभी नहीं छोड़ना चाहिए।

अपने आसपास के लोगों को सुखी रखने

से हम भी सभी मायनों में सुखी रह सकते हैं। एक स्वस्थ शरीर में स्वस्थ मन का विकास होता है स्वस्थ मन को सभी तरीके से खुश रख सकता है। जिंदगी में दूसरों से ज्यादा अपेक्षा ना करें और खुद पर जरूरत से ज्यादा उम्मीद ना रखे। उम्मीद रखना अच्छी बात है क्योंकि उम्मीद पर पूरी दुनिया टिकी है। अत्यधिक उम्मीद पर खरा न उतरने पर अपने आप को कोसने लगते हैं और सही नहीं होता। यह जिंदगी में स्वस्थ रहेंगे तो हर कार्य करने की उर्जा रहेगी और आप बेहतर तरीके से अपने कार्य को अंजाम दे पाएंगे। संतुष्टि संयम धैर्य सही निर्णय निश्चित रूप से आप को सुखी रखने में सहायक है।



बिना सजा दिए भी बना सकते हैं बच्चे को अनुशासित



सुपमा त्रिपाठी

बदलते हुए युग में तो अनुशासित बच्चे सभी को पसंद होते हैं जो बच्चे बाजार जाकर किसी चीज की जिद ना करें उन्हें जो समझो बिना नानुकुर किए समझ जाए लेकिन बच्चों के मामले में यह बातें शायद किसी ख्वाब से काम नहीं है क्योंकि अक्सर बच्चे खास तौर पर एकल परिवार में काफी आक्रोशित व्यवहार करने लगे हैं कई बार पेरेंट्स उनकी जिद पूरी करते हैं तो कई बार नहीं कर पाते और बच्चों को समझने की कोशिश करते हैं जब बच्चे नहीं समझ पाए तो वह उनको सजा देते हैं इनमें से कई बार जोर से दांत तपत या मार पिटाई का भी सहारा लिया जाता है चाइल्ड साइकोलॉजिस्ट के मुताबिक बेशक पेरेंट्स को अपनी बात मनवाणी चाहिए पर उन्हें मार पिटाई तो बहुत दूर की बात है। सबके सामने डांट खाना भी अपना अपमान लगता है यह बात याद रखने वाली है कि बच्चों के हम को भी ठेस पहुंचती है अगर हम उसे सजा देते हैं तो वह कुत्सित हो जाता है उसे आगे चलकर मेंटल डिसऑर्डर भी हो सकता है। वह आक्रामक व्यवहार भी कर सकता है। इस तरह से बार-बार जब सभी के सामने उत्तर या मर जाता है तो यह उनकी पर्सनैलिटी पर विपरीत प्रभाव डालता है वह डर जाते हैं और खुद को समाज से काटने की कोशिश करते हैं और कई बार बच्चे खुद को बेहद अकेला कर लेते हैं। ऐसे में क्या किया



आपके बच्चों के अंदर सेल्फ एगो बहुत छोटी सी उम्र में आ गया है जबकि इससे पहले एगो साथ साल की उम्र में दिखता था वह अब 4 साल की उम्र में ही दिखने लगा है याद रखिए कि बच्चों का ईगो हर्ट होता है और अगर आप उसे सजा देते हैं तो वह कांटेक्ट हो जाता है इससे उनका आत्मविश्वास भी कमजोर होता है।

जाए जो उन्हें सजा भी ना मिले और वह अनुशासित व्यवहार भी करें। आपके बच्चों के अंदर सेल्फ एगो बहुत छोटी सी उम्र में आ गया है जबकि इससे पहले एगो साथ साल की उम्र में दिखता था वह अब 4 साल की उम्र में ही दिखने लगा है याद रखिए कि बच्चों का ईगो हर्ट होता है और अगर आप उसे सजा देते हैं तो वह कांटेक्ट हो जाता है इससे उनका आत्मविश्वास भी कमजोर होता है।

यह तरीका है कारगर -

इस बदलते हुए युग में हर बच्चे का अपना एक व्यवहार होता है इसे पूरी तरह ना बदले बल्कि उसके व्यवहार को ही मॉडिफाई करना चाहिए और यह भी ध्यान रखना

चाहिए कि बच्चा किस बात पर जिद कर रहा है तो उसे स्थिति को ही नहीं आने देना चाहिए उसके अच्छे गुना को सबके सामने उजागर करना जरूरी है ऐसा करने से उसके उच्च गुण उसकी बुरी बातों पर हावी होते जाएंगे और गुना की संख्या बढ़ती जाएगी अगर हम बच्चों के अच्छे गुना का चर्चा सबके बीच में करेंगे तो उसके अंदर भी अपने विश्वास बढ़ जाता है यह तरीका बच्चों को विश्वास में रखने का सबसे अच्छा तरीका है

समझे और समझाएं -

अक्सर देखने में आता है कि बड़े होने के बाद हम खुश फैमिली का शिकार रहते हैं कि सिर्फ हम ही सही हैं और हमें लगता है



कि हम ही हर जगह सही हैं, मगर कुछ बातों का बच्चों को भी बुरा लगता है क्योंकि बच्चों को भी अपनी बात रखने का पूरा हक होता है। क्योंकि उन्हें भी हमारी बातें बुरी लगती हैं ऐसी स्थिति में यह खुलापन अभिभावक और बच्चों में होना चाहिए कि वह एक दूसरे के साथ आपस में चर्चा कर सकें। जब बच्चे आपको और अपने बच्चों को समझ जाएंगे तो आधी से ज्यादा परेशानी तो वैसे ही समाप्त हो सकती है मगर एक बात और ध्यान में रखनी चाहिए कि बच्चा अगर अपनी हमारी गलतियों को बताएं तो हमें उसकी बातों को सुनने और समझने की क्षमता भरपूर होनी चाहिए अगर अभिभावक गलत साबित हो तो उसे स्वीकार करने के लिए भी उसके अंदर हिम्मत होनी चाहिए इस प्रकार हम आपस में अपने बच्चों के साथ समझा और समझदारी से रह सकते हैं

आप पूरी दुनिया है उसकी

एक मासूम जिंदगी आपके पास है और वैसे भी यह तो कहा ही जाता है कि बच्चे तो भगवान का दिया सुंदर तोहफा होते हैं हम तोहफा को बहुत संभाल कर सहेज कर रखते हैं तो फिर यह तोहफा उसकी तो बात सबसे निराली है वह खाने कपड़े परवरिश सभी चीजों के लिए हम पर निर्भर करता है तो फिर कैसे हम उसे सजा देने के लिए उसका एक वक्त का खाना बंद कर सकते हैं मान लीजिए

वह नहीं खा रहा पालक की सब्जी तो आप उसे पालक की पूरी भी तो खिला सकते हैं जरूरी है कि वह पालक की सब्जी ही खाएगा।

कुछ आप बदल कुछ उसको बदल

आखिर हम बच्चों के माता-पिता हैं मगर बच्चे थोड़ी गलतियां कर भी देते हैं तो माता-पिता और अभिभावक का फर्ज बनता है कि उन्हें उनकी गलतियों का एहसास करते हुए उन्हें समझना चाहिए और उन्हें ऐसा करने से मना करना चाहिए। क्योंकि क्षमा बड़न को चाहिए छोटन को उत्पात, ऐसा कहा भी गया है कि छोटे बच्चे गलतियां करते हैं और बड़े उन्हें माफ कर देते हैं। एक बच्चे के लिए उनके माता-पिता ही उनकी पूरी दुनिया है। पैदा होने से बड़े होने तक वह अपने माता-पिता के ही लाडल प्यार में पालकर बड़े होते हैं गलतियां होने पर बच्चों को एहसास भी दिलाई दिलाना चाहिए। 5 वर्ष से 15 वर्ष तक के आयु के बच्चों को दंड भेद हर तरीके के हाथ कंधे अपनाने पड़ते हैं। 15 साल के बाद दोस्तों जैसा व्यवहार करना चाहिए। अपने-अपने बच्चों के साथ क्योंकि हमसे ही उनकी दुनिया होती है इसलिए हमें अपने बच्चों को सोच समझकर अनुशासन पर रखना चाहिए।

चीज नहीं समय चाहिए

कामकाजी अभिभावक जब बच्चों को टाइम नहीं दे पाए तो वह महंगे खिलौने वह

चीज लाकर बच्चों को खुश करने की कोशिश करते हैं ऐसे में बच्चा जब अपने पसंद की चीजों को मांग करता है तो वह गुस्सा करने लगता है। आदत तो आप ही ने डाली है तो फिर कैसे अपेक्षा करते हैं कि आप चीजों की डिमांड नहीं करेगा। चाहे हम हाउसवाइफ हो या वर्किंग बच्चों को हमारा टाइम चाहिए महंगी चीज नहीं।

बच्चों को अनुशासन सीखाने का मतलब उन्हें सजा देना नहीं होता बल्कि आप उन्हें अच्छे से बर्ताव करना सीखाना चाहिए। आपके बच्चों के उम्र के हिसाब से आपको उन्हें अलग-अलग तरीके से अनुशासित करना चाहिए। अपने बच्चों को अनुशासित करते वक्त कुछ ऐसे नियम मन बनाकर शुरुआत करें जिससे आपका बच्चा अच्छी प्रकार से समझ सके। कोई भी बात प्यार से किया जाए तो ज्यादा अच्छा होता है। प्यार में इतनी शक्ति होती है कि जानवर भी वश में हो जाते हैं। फिर यह मासूम से बच्चे हैं, हां यह बात सही है कि थोड़ा डर तो जरूरी है।

आजकल के बच्चे को मार डांट कर या सजा देकर हम उनसे कोई भी काम नहीं कर सकते हैं। इसलिए जरूरी है कि बच्चों को प्यार से किसी का उदाहरण देते हुए समझाया जाए क्योंकि बच्चे कच्ची मिट्टी के घड़े जैसे होते हैं। हम बचपन में उन्हें जैसी सीख देंगे, जैसा अनुशासन सिखाएंगे बच्चे उतने ही प्यार और मासूमियत से उसे सीख सकते हैं। जब बच्चे 13 14 वर्ष की उम्र के हो जाए तो उनसे मित्रता व्यवहार करना चाहिए तभी बच्चे हमसे अपना सुख दुख अच्छा बुरा हर बात शेयर कर सकते हैं और हम उन्हें सही मार्गदर्शन दे सकते हैं।

इस प्रकार बिना सजा दिए हम अपने बच्चों को उठना बैठना बोलना चलना हंसना और अच्छे से जीना सिखा सकते हैं अपने अनुशासन में रखकर प्यार से जिंदगी चल सकते हैं।



तुम युग पुरुष हो

तुम युग पुरुष हो, हां तुम्ही हो।
 खुद को तुम पहचान लो, हां तुम्ही हो।।
 तुम राम हो तुम कृष्ण हो तुम बुद्ध नानक हो तुम्ही हो।
 तुम अलौकिक शक्ति से भरपूर पुरित शक्ति हो।
 हो तुम्ही अंतरजागत के एक निश्चित अटल पौरुष।
 हो तुम ही बहती हवा में, सिंधु की गहराइयां हो, हां तुम ही हो।।
 यह जगत दुनिया ये सारी सृष्टि के नायक तुम ही हो।
 इस सृष्टि का हर गुण तुम ही में गंध रश्मि सब तुम ही में,
 हो रही हर हरकतें सारी क्रिया परिणाम तुम हो। हां तुम ही हो।।
 दस शीश तुम हो कंस तुम हो देव दानव मनुज तुम हो।
 है हर कला तुझ में समाहित तू ही श्रष्टा और दृष्टा,,
 तुम युधिष्ठिर तुम दुशासन कर्ण दुर्योधन तुम ही हो। हां तुम ही हो।।
 धे कभी यह पात्र सारे पर विचारों से तुम ही हो।
 तुम ही पूजित तुम कलंकित सब तुम्हारे कर्म है।
 निज कर्म के परिणाम पोषक भोग करते बस तुम ही हो।
 हां तुम ही हो।।
 देव दानव सब तुम्हारे भाव की परिकल्पना है,
 चारु लो तुम देव हो तुम चारु लो दानव तुम ही हो,
 हर गुण तुम्हारे खुद सभी गुण के स्वयं धारक तुम ही हो।
 हां तुम ही हो।।
 कल तुम्हारा था नहीं ना कल तुम्हारा फिर रहेगा,
 आज हो तुम आज अपना आज कुछ ऐसा सवारों,
 कल कहे दुनिया तुम्हें तुम युगपुरुष हो हां तुम ही हो।।

कामेश.....

सद्कर्मों का अवश्य मिलता
पुरस्कार...

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

सद्कर्मों से हो सकता, हम न हो सकें धनवान,
 पद 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।।

पद 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.....



छोड़ो, तोड़ो दो त्याग इन्हें!

जो देख कामिनी ललचाते, छल-कपट विषय रस पीते हैं,
 जिनको रिशतों का भान नहीं, मर्यादा तजकर जीते हैं।
 मद-अश्व चढ़े इतराते हैं, चाबुक से नाच नचाते हैं,
 मनमर्जी करते लूट-लूट, थोथें प्रपंच मचाते हैं।

भय, खौफ ब्याय का नहीं जिन्हें छोड़ो, तोड़ो दो त्याग इन्हें।
 अधरों पर कटु मुस्कान लिए जो ढोंग छलावा करते हैं,
 अंदर से जलर बुझे विषधर, बालर सज्जनता भरते हैं।
 पर पीड़ा पर हँसते मन में आँखों से अश्रु बहाते हैं,
 प्रतिशोध भाव से भरे हुए पर मिथ्या नेह चढ़ाते हैं।

या मानवता शर्मसार जिन्हें छोड़ो, तोड़ो दो त्याग इन्हें।
 तन पर गैरिक पट सजा ढोंग करते सच्चे संन्यासी का,
 चंदन से रंगते भाल, चीर हस्ते अबला विश्वासी का।
 तन से उजले मन से काले साधु बन कलंक लगाते हैं,
 बदनाम करे गुरु पदवी को, निज तन की हक्स बुझाते हैं।

रोता है धर्म कलंकित हो, छोड़ो, तोड़ो दो त्याग इन्हें।
 पी खून अपारिज दुर्बल का, भर गर्व दुष्ट इतराते हैं,
 पर भाग छीनकर निज सुख हित, निर्बल का एक खा जाते हैं,
 झुग्गी झोपड़ियाँ तोड़-तोड़ पापों के महल बनाते हैं,
 भूखे बालक का कोर छीन श्वानों को दूध पिलाते हैं।
 पी रक्त किसानों का विहँसे, छोड़ो, तोड़ो दो त्याग इन्हें।

निस्तेज, प्राण में ज्वार नहीं, जो राष्ट्र-भाव से रीत रहे,
 कर घात देश की माटी से, दुश्मन खेमे के भीत रहे,
 मरसिया सुनाते अपनों को, गैरों के गाते गीत रहे,
 घर की दीवारें तोड़-तोड़ भाई, भाई को जीत रहे।

छल रहे, देश से द्रोह करे, छोड़ो, तोड़ो दो त्याग इन्हें।
 जिनके पौरुष पर जंग लगा, हो मौन, पड़े रहते वन में,
 अबला की लुटती लाज देख, ना आग लगे जिनके तन में,
 हो गये दया से लीन-दीन, मर गई चेतना जिस मन में,
 बुझ गई दीप ज्योति जिनकी, जो डूब गये पूरे धन में।
 भयभीत छिपे वन सिंहों को, छोड़ो, तोड़ो दो त्याग इन्हें।

हेमराज सिंह 'हेम'.....

बाल पहेलियां

गोल चश्मा झब्बर सी मुँहें
चेहरे पर मुस्कान
बताओ तो बच्चों भारत का
कौन महान इंसान (1)
नवरात्रि सब पूजा करते
नौ रूप है जिसके
सिंह पर सवारी करती
बोलो समझ आई किसके (२)
रात अमावस फिर भी दमके
रहे मिठाइयों की भरमार
धूम धड़के के बिच मनाता
बच्चों कौनसा वो त्योहार। (३)
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 करदान
संसार में भर दी जिसने
विविध रंगों की मुस्कान। (5)
धर्म ग्रंथ ना कोर्स की पुस्तक
फिर भी जुर्रत पढ़ने की
देता युक्ति सभी जनों को
आगे - आगे बढ़ने की। (6)
दो पैर दो लथ है जिसके
बीस आंख दस सिर
जल जाता हर वर्ष सदा
आगे आ जाता फिर फिर। (7)

उत्तर पहेलियां : (1) महात्मा गांधी (२) दुर्गा मां (३)
दीपावली (4) लाल बहादुर शास्त्री (5) बेटा (6) संविधान
(7) रावण।

व्यग्र पाण्डे.....

राम श्वास है आश है...

राम श्वास है आश है, राम सत्य का मर्म।
धुरी राम के नाम की, टिका हुआ है धर्म।।
समाया राम नाम में, मर्यादा का रूप।
संस्कृति संवाहक सदा, अद्भुत और अनूप।।
रामचरित संसार में, जीवन का आधार।
लोक और परलोक से, करता बेड़ा पार।।
रावण झूठा दर्प है, रावण छल बल क्रोध।
जीवन की सच राह का, रावण है अवरोध।।
असुर करे प्रयास सभी, झूठ कपट के संग।
अंत जीत सच की रहे, भरे खुशी के रंग।।
धर्म मर्म सत्कर्म का, है अद्भुत आगार।
तुलसी बाबा ने दिया, रामचरित संसार।।

व्यग्र पाण्डे.....

भोर भयो

इला पर अरुणोदय लेते ही
कोयल की कूह-कूह की मंजुल ध्वनि सुनाई देती है।
ललित सरोवर में
नीला पंकज खिलकर सौंदर्य बिखेरता है।
समीर का झोंका उसकी खुशबू फैलाकर
वातावरण को चेतन बनाता है।
हंसा की जोड़ी का आगमन
पाफुल दृश्य रचाता है।
फाल्गुन मास में उसी सरोवर के किनारे
पलाश के फूल अपना रंग छिड़क रहे हैं।
प्रकृति के इस चरम सौंदर्य को देखकर
मन हर्ष से पुलकित हो जाता है।
वही दूर-दूर
देवालय पर केतन फरसती नजर आती है।
आरती के घंटाघर के साथ
मन में प्रांजल विचारों का आविर्भाव होता है
और
दिनचर्या का आरंभ होता है।

समीर उपाध्याय.....



अपराजिता

प्रकृतिमेल डेस्क

अपराजिता भगवान के प्रिय पुष्पों में से एक अपराजिता भी है। नीले और सफेद रंग के अपराजिता के फूल देखने में बहुत सुन्दर दिखता है। लता के रूप हर-उचयभरा यह फूलों से भरी अपराजिता का बेल घर को बहुत मोहक रूप देती है। इसके फूलों की बनावट भी बहुत आकर्षक होती है। आपके घर को एक अलग ही छटा प्रदान करते अपराजिता के पुष्प दिव्य प्रतीत होते हैं। अपराजिता के रूप के आकर्षण की तरह ही इसके गुण भी आकर्षक हैं।

■ इसके औषधिये गुणों से सिर दर्द, आँखों की समस्या, पेट की दिक्कतों

आदि में लाभ देता है।

■ सिर दर्द में अपराजिता के फूल बहुत लाभ देते हैं। आधे सिर दर्द में भी अपराजिता

■ बहुत आराम देता है। अपराजिता के बीज और जड़ को पानी के साथ पीस कर नाक में डालनेसे सिर दर्द में आराम मिलता है। शरीर में होने वाली सूजन में भी अपराजिता लाभ देता है।

■ अपराजिता त्रिगुण दोष से शरीर को लाभ पहुँचाता है। अन्य जड़ीबूटियों के साथ इस्तेमाल करने पर आँखों की समस्याओं में आराम मिलता है। कान के दर्द में इसके पत्तों के रस का इस्तेमाल काफी लाभदायक होता है।

■ दांत के दर्द में अपराजिता की जड़ कालीमिर्च के साथ लगाने से दांत दर्द में आराम मिलता है। गले की

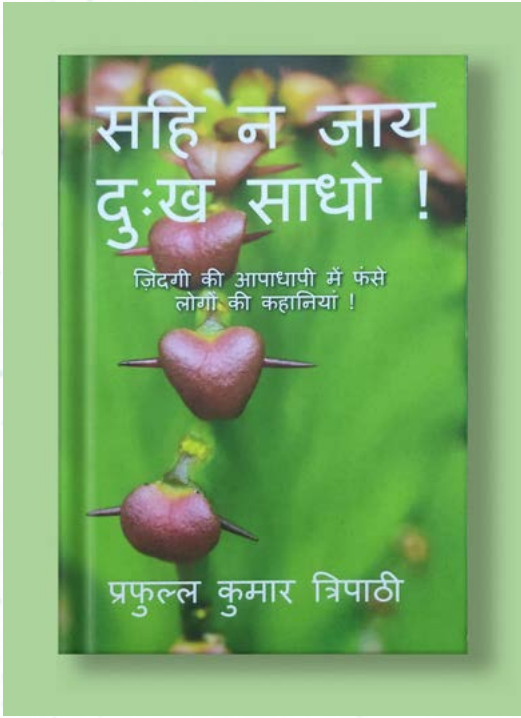
समस्याओं में जैसे टांसिल, खांसी, सांस लेने में दिक्कत आदि के लिए अपराजिता के पत्तों को पानी में पका के पीने से बहुत राहत मिलती है।

■ पेट की अपच, जलन और गैस आदि में सफेद फूल वाले अपराजिता की जड़ का चूर्ण दूध के साथ लेने पर लाभ मिलता है।

■ पीलिया में भी अपराजिता लाभ देता है। अपराजिता के पत्तों को पीसकर जोड़ो पर लगाने से गठिया में आराम मिलता है। इसके पत्तों का लेप फोड़े, घाव आदि को बहुत जल्द सही करता है।

अपराजिता की बेल आपकी बागवानी में निखार लाने के लिए उपयोगी और आकर्षक फूल है।





लेखक - प्रफुल्ल कुमार त्रिपाठी

प्रकाशक - स्वप्रकाशित

मूल्य - 225 रुपये

इस व्यस्तता से परिपूर्ण जीवन में सजगता से यात्रा करते हुए जीवन के अनेकानेक उतार-चढ़ाव को पार करते हुए जब कोई व्यक्ति अपने परिवेश का सूक्ष्म अवलोकन करता है तब वह सहर्ष कुछ लिपिबद्ध करने की प्रेरणा से अछूता नहीं रह पाता, परंतु किसी भी स्थिति को अपनी नजरों से लिपिबद्ध कर देना तो बहुत सरल है लेकिन जब उन स्थितियों को अपनी नजर से देखते हुए परिवेश के अनुसार व्यक्त करना हो तब यह कार्य दुरूह प्रतीत होने लगता है। जैसे की हमें जो दिख रहा उसे कह देने में हमारी विशिष्टता नहीं होती परंतु जब हम किसी परिस्थिति का पूर्णता अवलोकन और विमोचन करते हैं तब वही स्थिति जो जैसी दिख रही होती है वास्तव में उससे कहीं बहुत अधिक भिन्न होती है और फिर उसे व्यक्त कर पाना एक दुष्कर कार्य हो जाता है। परंतु



लेखक - प्रफुल्ल कुमार त्रिपाठी

प्रकाशक - स्टोरी मिरर, 7वीं मंजिल, एल तारा बिल्डिंग, हीरानंदानी गार्डन, पवई, मुंबई

मूल्य - 175 रुपये

यह कल कुछ बलें लोगों में ही देखने को मिलती है, और उन्हें कुछ बलें लोगों में ही एक अत्यंत प्रबुद्ध और आदरणीय नाम है 'प्रफुल्ल कुमार त्रिपाठी' जी का।

एक संस्कृत की उक्ति है 'यथा नामो तथा गुणा' वास्तव में प्रफुल्ल कुमार जी की रचना 'सही न जाए दुख साधो' और 'उजाड़ा हुआ दयार' पढ़कर यह अनुभूति होती है कि वास्तव में जीवन को प्रफुल्लित बनाने के लिए हमें खुद की सोने की दिशा को किस प्रकार बदला जा सकता है और किस प्रकार समाज की विभिन्न परिस्थितियों में रहकर भी चित्त प्रफुल्लित रखा जा सकता है।

'उजाड़ा हुआ दयार' पुस्तक में जिस प्रकार से आदरणीय प्रफुल्ल जी ने बेघर होते घरों की दास्तान को दर्शाया है वास्तव में ऐसी दृष्टि तो एक सूक्ष्म अवलोकन करने वालों की कलम से ही भाव भी व्यक्त हो सकती है। और इसी

क्रम में 'सही न जाए दुख साधो' पुस्तक में आदरणीय त्रिपाठी जी जिस प्रकार जिंदगी की आपाधापी में फंसे लोगों की कहानी व्यक्त करते हैं उसे स्पष्ट उनके विचार शैली सोने की क्षमता और देखने का दृष्टिकोण एक अद्भुत ऊर्जा से संचारित होता हुआ प्रलक्षित होता है।

समाज में साहित्य एक बड़ी उपलब्धि के बीच वास्तव में यह रचनाएं अपना विशिष्ट स्थान रखती हैं जो कि किसी भी व्यक्ति को सामाजिक जीवन जीने की कला और दिशा देने का कार्य करती हैं। यह दोनों ही रचनाएं समाज के लिए प्रेरणा देते हुए दर्पण का कार्य करती हैं। समाज को अपनी रचना का अपूर्व दर्पण सौंपने के लिए आदरणीय 'प्रफुल्ल कुमार त्रिपाठी' जी को कोटिश: धन्यवाद।।

समीक्षक - कामेश



२२

'जीवन शरीर ही 'धनुष' है
द्रव्य - पदार्थ और तरंगी गंध
मिलान के ताप - दाब से
बनने वाली उर्जा ही 'तीर' है
जो विषय को पूरा करने तक
विज्ञान बनकर कार्य करती
है इसे शक्तिशाली बनाने
के लिए अपने स्वाभाव की
यात्रा शरीर पर बगैर नियंत्रण
करते रहे।'

'अशोक मानव'

”

स्थापित 1948

74 वर्षों का विश्वास

लाला जुगल किशोर गोटे वाले

परिधान वही जो
व्यक्तित्व को निखार दे



55 अमीनाबाद पार्क, लखनऊ। सम्पर्क: 9935329775

दुर्गा आटो सेल्स

सेवा ऐसी जो पसीना न बहने दे

Aurhorised Dealer for Mahindra Tractors, Farm Equipments & Spare Parts

Mahindra
Rise.

MAHINDRA TRACTORS
Technology se Sarakki

नई महिंद्रा XP PLUS सीरीज़

श्रेणी में पहली बार

माइलेज शानदार

पावर दमदार



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

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