

RNI No. UPHIN/2011/40224

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

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

# प्रकृति मेल

## जीवन का चक्रव्यूह

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

# प्रकृति आश्रम

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

‘अशोक मानव’

9415041794, 9807636072

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

# कोमल

## बिल्डिंग मैटेरियल

सत्य प्रकाश मिश्रा (राहुल मिश्रा)

**बिक्रेता • बालू • मौरंग • सीमेंट • गिट्टी**

मछली शहर, जौनपुर **मो0 9792512188**

# प्रकृति मेल

हिन्दी मासिक पत्रिका

वर्ष: 12 अंक : 07 | जनवरी-2023

संरक्षक

डा० उत्तम प्रकाश मानव

संपादक

अशोक मानव

कार्यकारी संपादक

उमेश

विधि सलाहकार

नवनीत कुमार वर्मा

मुख्य संवाददाता

आशीष त्रिपाठी

वरिष्ठ संवाददाता

अरविन्द त्रिपाठी

दिल्ली संवाददाता

मनोज

पूर्वांचल हेड

श्री प्रकाश मिश्रा

संवाददाता

सूर्यमणि यादव, अनुराग, कामेश, सुनील

प्रदीप, गौरव पंत, अभिषेक पंत,

हेमंत पाण्डेय, प्रशांत द्विवेदी,

सुमनलता यादव, मानवेन्द्र त्रिपाठी,

अक्षय कुमार, अभय सिंह

ग्राफिक्स, डिजाइन एवं तकनीकी

संजय यादव

कैमरा मैन

धर्मेन्द्र त्रिपाठी

प्रबंध, विज्ञापन एवं सदस्यता

संपर्क 8423330911, 9598911575

पंजीकरण कार्यालय

सूर्या आश्रम, मानव नगर, कल्याणपुर,

लखनऊ, उत्तर प्रदेश- 226022

प्रधान कार्यालय

18/A ब्रह्मपुरी, निकट जुगौली क्रॉसिंग,

फैजाबाद रोड, लखनऊ - 226016

इस पत्रिका में प्रकाशित सभी लेखों और विचारों के लिए उनका लेखक स्वयं उत्तरदायी होगा। विज्ञापनों में किये गये दावों की जाँच-पड़ताल स्वयं करें। समस्त विवाद लखनऊ न्यायालय के अधीन होगा।

नोट: इस पत्रिका के समस्त सहभागी पदाधिकारीगण पत्रिका के प्रारम्भ के अंक से ही बिना किसी मासिक सहयोग धनराशि या वृत्तिका के स्वेक्षा से बिना किसी दबाव के समय दान के रूप में अपनी सेवाएं दे रहे हैं।

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

संपादक - अशोक मानव

Website : www.prakritimail.com

Email : info@prakritimail.com

editor.prakritimail@gmail.com

## अंदर के पन्नों पर



P 10

शून्य से शून्य की यात्रा

P 12

(जड़ तत्व-चालक द्रव्य) संविधान

P 17

तृप्तोस्थली (स्व काल महाकाल)

P 20

बिग टेक के एकाधिकार को चुनौती

P 23

भारतीय हरित क्रांति जनक

P 37

बाजरे ज्वार का जोर हर तरफ शोर

P 42

सच्ची उन्नति

P 47

प्रकृति का खूबसूरत तोहफा : बरौट

P 52

योग प्राणायाम से स्वस्थ रहें।

P 60

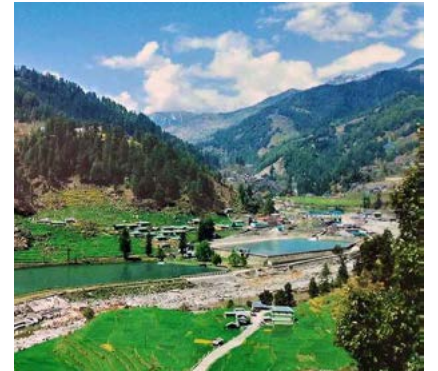
लेडी फर्न: औषधिय गुणों से परिपूर्ण

P 32

प्रकृति विज्ञान

जीवन का चक्रव्यूह

' निर्जीव मृदा कण अपनी मृदा को प्रदूषण मुक्त ठोस बनाने हेतु सजीव रूप धारण कर अपनी इच्छा से उन तत्व पदार्थों को जोड़ते हैं जिसके मिलान से उसकी अवस्था तृप्त होकर ठोस बनती है पर जब व्यक्ति लाभ हानि देखकर बाह्य जगत के मार्ग को स्वीकार करता है तब उसके अगले जीवन में स्वीकारा हुआ विषय समायोजित हो जाता है वही जीवन का एक चक्रव्यूह बन जाता है।





अशोक मानव



**'समयांकित रसायन का लंकरी विज्ञान हर जीवन को उसके कर्मानुसार 'सरल' करता रहता है जो अवस्था रूप में हर किसी को प्राप्त होता है यही कर्म का परतीय विज्ञान होता है जिस पर गुजरते जाने से जीवन सरल होकर भारमुक्त होता जाता है।'**

# सरल

स- सत, र-रश्मि, ल- लय, अर्थात सत रश्मि की लय

जिसका पूर्ण अर्थ होता है विषय का भेदन करने की सत रश्मि की लय। सरल विषय का वह सरलतम मार्ग जो विषय का वैज्ञानिक सूत्र है। जिससे विषय का भेदन सुनिश्चित होता है। सरल मत (मूल मार्ग) की रश्मि (किरण) को लयबद्ध करना। सरल जीवन जीने की सर्वोत्तम प्राकृतिक कला है। सरल करने पर हर प्रश्न का उत्तर मिल जाता है। सरल रहने पर निर्माण होता है। सरल रहने पर नकारात्मक गति शांत हो जाती है जो जीवन को सुरक्षित करने का उत्तम तरीका है। सरल रहने से सभी संबंध अच्छा बना रहता है। सरल प्रकृति की गति के साथ चलने की उत्तम कला है। सरल शांत अवस्था का एक नाम है।

सरलता से परिवारिक जीवन का संबंध मधुर बना रहता है। सरलता से हर कार्य आसान हो जाता है। सरलता से स्वाभाविक विकास निरंतर होता रहता है। सरल व्यक्ति की शरीर रूपी जमीन उपजाऊ होती है। जिसमें दूसरे द्वारा प्रेषित भाषा सक्रिय होकर क्रियाशील हो जाती है। सरल व्यक्ति की सुंदरता आकर्षक होती है। सरल बनने के लिए व्यक्ति को अपने स्वभाव के अनुसार चलना चाहिए। ऐसा करने से व्यक्ति अपने सत तत्व की रश्मि को उत्सर्जित करता रहता है जो शरीर के अंदर एक लय बनाती है। यह लय आवश्यकता को अपने से जोड़ती है, जो विषय हानि पहुंचाने वाला होता है उसे अपने से नहीं जोड़ने देती है। स्वभाव के अनुसार चलते रहने के लिए किसी के शब्दों से ना प्रभावित हों ना ही अपने विपरीत हों रहे कार्य से उत्तेजित हों, वही निर्णय लें जो अपने स्वभाव के अनुसार हो, विषय में जो बदलाव चाहते हो उसे शब्दों से ना व्यक्त करें, सिर्फ उसका भाव छोड़ दें तो विषय के बदलने के लिए आप का भाव क्रियाशील हो जाता है जो कुछ समय बाद उसमें बदलाव करने लगता है। यदि उसे शब्दों में व्यक्त किया जाता है, तो टकराहट बनने लगती है जो उत्तेजित करती है और व्यक्ति अपने स्वभाव से हटने लगता है। यह क्रिया प्राकृतिक होती है जब किसी का विरोध किया जाता है तो उसके अंदर क्रोध पैदा होने लगता है जिसमें आपका प्रेषित भाव विकास नहीं कर पाता है बल्कि जलकर नष्ट हो जाता है। सिर्फ भाव छोड़ देने में व्यक्ति का स्वभाव सुरक्षित रहता है और जिसके लिए भाव छोड़ा जाता है उसका भी स्वाभाविक विकास होता है। इस प्रकार सरलता के साथ किया गया कार्य पारिवारिक संबंधों को सदैव मधुर बनाए रहता है।

सरलता से व्यक्ति खुद को और अपने परिवार को सुरक्षित रख सकता है। सरल बने रहने में नकारात्मक ऊर्जा प्रभावहीन हो जाती है। किसी गति को रोकने के लिए 'सरल' (शांत) प्राकृतिक उपाय होता है। रुकावट पैदा करने पर कोई भी गति तेज हो जाती है जो ज्यादा प्रभावित करती है। सरल बने रहने पर गति आगे बढ़ जाती है उसे पनपने के लिए उचित जलवायु नहीं प्राप्त हो पाती है, सिर्फ हल्का सा एहसास देते हुए आगे निकल जाती है। जिससे व्यक्ति नकारात्मक उर्जा के प्रभाव से बच जाता है। इस प्रकार व्यक्ति सरल बनकर खुद को और अपने परिवार को सुरक्षित कर सकता है।

जीवन में अनेकों विषय प्रश्न बनकर आते हैं जिसका निदान नहीं नजर आता है, यह समस्या लगभग सभी के जीवन में पाई जाती है। इसका निदान भी सरल बनकर किया जा सकता है। प्रकृति का बहाव सदैव मंजिल की तरफ ले जाता है और जब व्यक्ति प्रकृति के इशारे को नहीं समझ पाता है अपितु उसके विपरीत जाने का प्रयास करता है तो विषय के प्रश्न का सही उत्तर नहीं प्राप्त कर पाता है। उदाहरणार्थ - बारिश का जल सरलता के साथ जिधर मार्ग पाता है उधर ही चलता चला जाता है। इस प्रकार चलते-चलते हमेशा के लिए अपना मार्ग बना लेता है जो नदी के नाम से जाना जाता है। उसका अस्तित्व स्थाई बन जाता है। इसी प्रकार मानव सरल बनकर अपने प्रश्न का उत्तर खोज सकता है। सरल रहने पर सत रश्मि की लय स्वतः उत्तर की तरह बढ़ती रहती है जो उत्तर तक पहुंचा जाती है। सरलता से प्राप्त उत्तर ही प्राकृतिक हल होता है जो जीवन का विकास करता है। सरलता प्रगति की वह चाबी है जो जीवन के हर प्रश्न के ताले में लग जाती है। सरल रहने में अपने अंदर से जो ऊर्जा निकलती है वह निर्माणात्मक होती है। इस समय की निकलने वाली रश्मि विषय की सत्यता को पहचान कर संबंध स्थापित करती है। मानव स्वभाव जब तक अपने प्रश्न का जवाब नहीं पाता है तब तक व्यथित रहता है। इससे बचने के लिए और अपने सवाल का जवाब पाने के लिए सरलता से उत्तम कोई तरीका नहीं होता है सिर्फ इसमें धैर्य की जरूरत होती है क्योंकि संभावित विकास के निर्माण में प्राकृतिक रूप से कुछ समय लगता है। जैसे उसका निर्माण हो जाता है वैसे ही उसका फल या उत्तर सामने आ जाता है। विद्यार्थी जीवन में भी सरलता से पढ़ते रहने का विषय धारण होता रहता है। परीक्षा के समय सरल बने रहने पर पढ़ा हुआ विषय याद आने लगता है। दबाव बनाए रखने पर पढ़ा हुआ विषय याद नहीं आता है। सरलता विद्यार्थी जीवन की आवश्यक कला है। इस कला से अपने लक्ष्य तक आसानी से पहुंच सकते हैं। सवाल का जवाब प्रश्न में छिपा होता है। यदि सरलता से उसे खोजा जाए तो उसका जवाब मिल जाता है। सरलता से अबाधित रूप से व्यक्ति प्रकृति में छिपे उत्तर तक पहुंच जाता है। इस प्रकार 'सरल' हर जीवन की आवश्यकता है आप सब सरलता के साथ अपने आप को सरल बनाए रखें इसी शुभकामना के साथ।



## पाठकनामा

आदरणीय

संपादक महोदय

सादर नमन

प्रकृति मेल दिसंबर अंक पीडीएफ संस्करण अवलोकन का सुयोग मिला। विश्व धर्म को समर्पित यह अंक उत्कृष्ट एवं अनूठा लगा। विज्ञान पर आधारित आलेख कुंडली, समय संदर्भ, शरीर, योग आदि प्रभावपूर्ण तथा जीवनोपयोगी हैं। संपादकीय में समय पर विद्वतापूर्ण विवेचन प्रस्तुत किया गया है, समय का प्रकृति से तादात्म्य स्थापित कर प्रेरक और ज्ञानवर्द्धक जानकारी दी गई है। आपके द्वारा ही व्यंग्य चित्र 'क्या-क्या हो रहा' में समीचीन चित्रण संप्रेषित हुआ है। सुप्रसिद्ध व्यंग्य - चित्रकार आर के लक्षण पर स्मरांजलि बहुत हृदयस्पर्शी लगी। पत्रिका में अन्य विषय वस्तु भी पठनीय और मननीय है। कविताएँ सरस और चिंतनपूर्ण हैं। आपके बहुआयामी व्यक्तित्व एवं कृतित्व से पत्रिका अग्रिमान एवं गतिमान है, एतदर्थ अमित सद्कामनाएँ।

सादर

'प्रकृति मेल' से मिल रहा, नवल ज्ञान - विज्ञान।

● सारस्वत चिंतन प्रखर, लाए स्वर्ण - विहान।



-गौरीशंकर वैश्य विनम्र

117 आदिलनगर, विकासनगर

लखनऊ 226022

सभी पाठकगण से अनुरोध है कि आप अपने विचार अपने लेख हमें निम्न पते पर भेज सकते हैं—  
A/18 ब्रह्मपुरी, निकट जुगौली रेलवे क्रॉसिंग, रविन्द्र पल्ली फैजाबाद रोड, लखनऊ-226016  
आप हमें अपने विचार निम्न ई-मेल पर भेज सकते हैं

[info@prakritimail.com](mailto:info@prakritimail.com) / [editor.pakritimail@gmail.com](mailto:editor.pakritimail@gmail.com)

Contact: 980 7636 072



“

“अगर यह मान लिया जाए कि ताकतवरों के अत्याचारों पर अंकुश लगाना संभव नहीं है, फिर तो दुनिया में कहीं कोई आंदोलन ही न हो।”

तरुलीमा नसरीन



“

“प्रकृति संतुलन और जीवन-चक्र में प्रवासी पक्षियों की महत्वपूर्ण भूमिका होती है।”

पंकज चतुर्वेदी



“

“लक्ष्य प्राप्ति की होड़ शैक्षिक संवेदनाओं को निगल रही है।”

डा० विशेष गुप्ता



“

‘एक पृथ्वी, एक परिवार, एक भविष्य के सूत्र में पिरोने वाला भारत का विचार और प्रासंगिक हो गया है।’

जीएन वाजपेयी



“

बात जब इश्क-मोहब्बत की आती है तो मैं अपने देश के लिए मजनु होना चाहूंगा।”

सिद्धार्थ मल्होत्रा



“

राष्ट्र कल्याण ही व्यक्ति मात्र के कल्याण का पर्याय है।”

शौर्य डोभाल

# स्वागत नहीं करोगे हमारा





# प्रकृति स्वस्तूपी स्वनियंत्रण

गौरव पंत

**प्रकृति** में हर स्तूप स्व नियंत्रण निर्माणक है। जिस स्तूप को जितनी आवश्यकता है वह उतना ईंधन अपने लिए प्राप्त करता रहता है। किसी भी तरह के भार को प्रकृति उसकी यात्रा में नहीं जोड़ती। हर स्तूप की यात्रा उसके भार मुक्त ईंधन प्रणाली से गतिमान रहती है। किंतु प्रकृति के इस स्वस्तूपी स्वनियंत्रण प्रणाली को मानव जान कर भी अंजान बना रहा और अपने ऊपर भार को बढ़ाता चला गया। आज मानव को छोड़कर प्रकृति की अन्य सजीवता और निर्जीवता इसे एहसास कर अपनी यात्रा को पूरा कर रहे हैं। प्रकृति में किसी के स्तूप को जानने व नियंत्रण करने के लिए किसी अन्य की कोई आवश्यकता या कोई ऐसी प्रणाली है ही नहीं। हर स्तूप चाहे सजीव हो या निर्जीव स्वनियंत्रण से

ही गतिमान है। मानव की संदेहात्मकता ही उसे विकलांग करती चली गई। मानव को लगा कि प्रकृति ने इसे गतिमान करने और इसकी यात्रा को पूर्ण करने के लिए किसी बाह्य सहयोग को बनाया है। किंतु ऐसा निर्माण प्रकृति में होता ही नहीं क्योंकि बाह्य सहयोग ही शोषणता को बनाता है। प्रकृति इतना कमजोर निर्माण नहीं करती कि किसी को चलने और चलाने के लिए कोई अन्य हो। हर स्तूप स्व सक्षम होता है जो अपनी यात्रा उसी स्तूप के ईंधन से पूरी करता है और स्वनियंत्रित होता है। मानव परिभाषा में उसका स्तूप ही उसका घर है जिसमें किसी बाह्य का प्रवेश सिर्फ उसमें हस्तक्षेप करेगा और उसकी यात्रा में भार को बढ़ाएगा। प्रकृति की स्वस्तूपी स्वनियंत्रण प्रणाली इतनी सूक्ष्म है की इसमें किसी का कोई हस्तक्षेप होता ही नहीं।

प्रकृति में हर स्तूप स्वनियंत्रण मे होता हैं।  
ना हस्तक्षेप इसमें किसी का होता है।  
बाह्यता सिर्फ विकलांग बनाती हैं।  
स्वस्तूपी प्रणाली स्वनियंत्रण से सब कुछ  
चलाती है।  
ना किसी के सहयोग की कोई प्रणाली  
प्रकृति ने बनाई है।  
स्वभूमि स्वनियंत्रण से चलायी है।  
हर भूमि रासायनिक मिलान करती आई  
हैं।  
जो ना किसी को प्रकृति ने दिखाई है।  
अशोक गुण ने ही हर वास्तविकता हर  
किसी की सिर्फ उसके पर्दे पर दिखाई है।  
ना कुछ सही, ना कुछ गलत इस परिभाषा  
की वैज्ञानिकता नजर आई हैं।  
स्वस्तूपी स्वनियंत्रण भूमि ही अशोक गुण  
ने बनायी है।  
अशोक गंध अशोकता से चलती आयी हैं।



## कामेश

शून्य से शून्य की यात्रा का मात्र इतना अर्थ है की जो थे वही हैं। अर्थात् सारा प्राकृतिक घटनाक्रम मात्र न होने से शुरू होकर न हो जाने तक की प्रक्रिया मात्र है। सारी अवस्थाएं सारी स्थितियाँ शून्य से विकसित होते हुए शून्य ही हो जाती है। इस घटनाक्रम में समय कितना लग रहा ये महत्वपूर्ण नहीं है बल्कि महत्वपूर्ण यह है की एक समय के बाद शून्य ही हो जाना है। यह जो कुछ भी हम प्रकृति में पदार्थ रूप में देख रहे हैं इन सबका निर्माण उसी शून्य अवस्था से ही हुआ है अर्थात् हमें जो कुछ भी दिख रहा है शून्य का ही परिणाम है और पदार्थ शून्य से निर्मित होने के कारण शून्य हो जाते हैं अतः स्थूल रूप शून्य की यात्रा अनवरत विराट की तरफ ही अग्रसर रहती है क्योंकि उसका स्वाभाव ही है खुद में विलीन हो जाना।

# शून्य से शून्य की यात्रा



शून्यता ब्रह्माण्ड की मूल अवस्था है। जब प्रकृति किसी पदार्थ या अवस्था का निर्माण या सृजन करती है तो पहली अवस्था शून्य की ही होती है, और फिर शुरू होती है शून्य की यात्रा। सामान्यतः हम सभी यही मानते हैं की शून्य का अर्थ है कुछ भी नहीं, अर्थात् शून्य में सब कुछ रिक्त है वह अवस्था जो पूर्ण रिक्त है या फिर जो अवस्था हमारी दृष्टि से दृष्टिगत होने से परे है हम उसे शून्य मान लेते हैं। जैसे की हम आकाश तत्व को शून्य की परिभाषा देते हैं। और यह मान लेते हैं की जहां कुछ भी नहीं वहां शून्यता है। किन्तु यदि दूसरे दृष्टिकोण से देखा जाए तो समूची प्रकृति में रिक्तता कहीं होती ही नहीं कोई भी स्थान ऐसा नहीं जो की रिक्त हो। शून्य एक विस्तृत अवस्था का नाम है और सबसे बड़ी बात तो यह है कि शून्यता में संभावनाएं विद्यमान होती हैं। जहां शून्यता है वहां कुछ भी सृजित होने की पूर्ण संभावना

होती है। अत्यंत विस्तृत से लेकर सूक्ष्मतर तक की अवस्था शून्य में समाहित होती है। कहने को तो कहा जाता है की हर खाली स्थान पर हवा होती है परन्तु देखा जाए तो हवा समूचे ब्रह्माण्ड में विद्यमान नहीं होती जबकि शून्यता तो समूचे ब्रह्माण्ड की व्यापक अवस्था है। ये भी कह सकते हैं कि शून्यता की सीमा नहीं यह असीम अवस्था है। समूचे ब्रह्माण्ड को संभवतः इसीलिए शून्याकाश की संज्ञा भी दी गई है। यदि देखा जाए तो वास्तव में ठोस अवस्था की सीमा होती है और जहां ठोस अवस्था नहीं वह सबकुछ आकाश तत्व का रूप है। हम सामान्य रूप से जिसे आकाश बोलते हैं और समझते हैं वह मात्र हमारी आंख से दिखने और हमारे मस्तिष्क की समझ का एक छोटा अंश मात्र है जबकि आकाश तत्व हमारी सोच और दृष्टि से अत्यंत परे की अवस्था है और शून्यता आकाश तत्व को भी अपने भीतर समाहित की

हुई अवस्था का नाम है क्योंकि यदि आकाश तत्व हमें महसूस हो रहा है तो निश्चित ही यह किसी रिक्तता को पूर्ण करने का कार्य कर रहा है, आखिर वह रिक्तता क्या है ? सम्भवतः वही शून्य अवस्था है।

यह प्रकृति के विभिन्न अंग जो हमारी दृष्टि से सामान्य रूप में देखे और अनुभव किये जा सकते हैं ये सभी किसी न किसी शून्य अवस्था से प्रारम्भ होकर अपनी ठोस अवस्था की यात्रा प्रारम्भ करते हैं और धीरे धीरे अपने गुण और रासायनिक ईंधन के अनुरूप अपनी अवस्था को पूर्ण करके रिक्त हो जाते हैं अर्थात् शून्य से शून्य की यात्रा नाम ही प्रकृति है। क्योंकि प्रकृति हर अवस्था का निर्माण और निर्वाण शून्यता से प्रारम्भ होकर शून्यता पर ही समाप्त होती है जब कुछ नहीं होता तब शुरुआत होती है और जब कुछ नहीं बचता तब अंत होता है अर्थात् आदि और अंत के बीच की अवस्था ही शून्य से शून्य की यात्रा है। यद्यपि संसार के अनेक मनीषियों ने शून्य की परिभाषा समय समय पर अपने अनुसार देते रहे हैं या फिर ये भी कह सकते हैं की शून्य की परिभाषा से दुनिया भर के दर्शन शास्त्र भरे पड़े हैं और सभी ने अपने अनुसार शून्य की व्याख्या की है। परन्तु मेरा मानना है कि जिस अवस्था तक हमारी कल्पना या हमारी सोच पहुंच चुकी तो वह अवस्था रिक्त नहीं रह गई अतः वह शून्य की परिभाषा के अंतर्गत नहीं आ सकती। कहने का तात्पर्य कि जहां कुछ भी न हो यहां तक की हमारी कल्पना से भी परे की अवस्था ही शून्य हो सकती है और शून्यता से ही यात्रा प्रारम्भ होती है इस लिए समूची सृष्टि मात्र शून्य ही है। यहां कुछ भी ऐसा नहीं जो पूर्ण रूप से स्थाई हो, हाँ कुछ समय के लिए अवस्थाये अपना आकार तो बना सकती हैं परन्तु यह आकार अस्थायी नहीं हो सकता कुछ समय कहने का तात्पर्य ये नहीं की कुछ वर्षों तक की बात हो बल्कि ब्रह्मांडीय समय के अनुसार देखा जाए तो मानवी गड़ना और समय निर्धारण तो क्षण

मात्र के बराबर होगी। क्योंकि ब्रह्माण्ड की कल्पना ही नहीं की जा सकती फिर उसमें पृथ्वी तो एक कण के बराबर की अवस्था भी नहीं रह जाती और पृथ्वी पर असंख्य जीवों में एक जीव मनुष्य भी है भला मनुष्य उस अनंत ब्रह्माण्ड की क्या व्याख्या कर सकेगा और क्या परिभाषा दे सकेगा। फिर समय निर्धारित करना तो इसकी किसी कल्पना में भी समाहित नहीं हो सकती।

शून्य से शून्य की यात्रा का मात्र इतना अर्थ है की जो थे वही हैं। अर्थात् सारा प्राकृतिक घटना क्रम मात्र न होने से शुरू होकर न हो जाने तक की प्रक्रिया मात्र है। सारी अवस्थाएं सारी स्थितियाँ शून्य से विकसित होते हुए शून्य ही हो जाती है। इस घटना कर्म में समय कितना लग रहा ये महत्वपूर्ण नहीं है बल्कि महत्वपूर्ण यह है की एक समय के बाद शून्य ही हो जाना है। यह जो कुछ भी हम प्रकृति में पदार्थ रूप में देख रहे हैं इन सबका निर्माण उसी शून्य अवस्था से ही हुआ है अर्थात् हमें जो कुछ भी दिख रहा है शून्य का ही परिणाम है और पदार्थ शून्य से निर्मित होने के कारण शून्य हो जाते हैं अतः स्थूल रूप शून्य की यात्रा अनवरत विराट की तरफ ही अग्रसर रहती है क्योंकि उसका स्वाभाव ही है खुद में विलीन हो जाना। अतः वह पदार्थ रूप मैं तब तक गतिमान रहता है जब तक की अपने आप में पूर्णतः विलीन नहीं हो जाता। मनुष्य एक ऐसा प्राणी है जो की अपने वैचारिक चंचलता और जिज्ञासा के कारन उस विराट को जानने का प्रयास कर रहा और सदियों से ऐसे अनेक प्रश्नों की खोज में लगा हुआ है जिससे कि उस विराट शक्ति को पहचान सके, परन्तु वास्तव में समझने की बात तो यह है की विराट अस्तित्व को जानने के लिए विराट से मिलने की आवश्यकता है यदि इस अंश और उस विराट के मध्य तनिक भी अवस्था की स्थिति बनी रही तो वह शून्यता को कभी नहीं जान सकता। और जिस क्षण यह अंश उस विराट अस्तित्व में विलीन होता है तो

फिर वापस लौट कर जगत को बताने नहीं आ सकता। इस लिए अभी तक इस प्रश्न का उत्तर नहीं मिल पाया। यह एक अनसुलझा सवाल ही बना है की शून्य क्या है विराट अस्तित्व कौन है ? इस बात को उदाहरण के तौर पर इस तरह भी समझ सकते हैं की जिस प्रकार पानी की यात्रा समुद्र है तो पानी हर क्षण सागर की तरफ बढ़ने का प्रयास करता है। अधिक से अधिक और कम से कम पानी भी अनवरत गतिमान है सागर में विलय करने के लिए और इसकी यात्रा अनवरत चलती रहती है इसी प्रकार इस जीव का भी अस्तित्व उस विराट अस्तित्व से होने के कारण यह अनवरत उसी की तरफ अग्रसर रहता है। कहा जाता है कि मन बहुत चंचल होता है यह कभी स्थिर नहीं होता और जितना भी इसे मिलता है वह आगे और पाने की लालसा और प्रयास करता है वास्तवमें करेगा ही, क्योंकि हम मन को वो देते हैं जो शरीर की आवश्यकता है वह नहीं दे पाते जो मन की आवश्यकता है। मन तो वास्तव में शून्य ही है परन्तु हमने भौतिक आवश्यकताओं की पूर्ति हेतु कामनाओं विचारों से इसे भरते जा रहे और यही कारण है की मन संतुष्ट नहीं हो पाता। उसे चाहिये वह विराट शून्यता जिसका वह अंश है और हम उसे वह देते हैं जिसका स्थूल से स्थूल तक का सम्पर्क है। हमारे समाज में अनेकानेक महापुरुष समय समय पर आते रहे उन सभी ने बस यही कहा कि शून्य हो जाओ खुद अपने भीतर उतर जाओ तुम खुद को पहचानो। ये ऐसा इस लिए बोलते थे क्योंकि उन्होंने अनुभव किया की वास्तव में मन को क्या चाहिए। मन की अंतर्यात्रा उसे उस विराट अस्तित्व से मिलाने का कार्य करती है उसी विराट शून्यता की अवस्था के पदार्थ और फिर पदार्थ से शून्यता की अवस्था तक जो जीव पदार्थ विचरण करता है वही जीवन है और जीवन की इस घटना को जो घटित करता है वही शून्य से शून्य की यात्रा है।

# (जड़ तत्व-चालक द्रव्य) संविधान

अभिषेक पंत



प्रकृति में ब्रह्मांडीय मूलता की समय प्रति का निराकार भाव भी आत्मा कृषि का मानक अंश बनकर काल ज्योति की वाहन माया को भी सजीव स्वभाव का दिनचर्या मिलान कर्ता माध्यम बना लेता है। उसी प्रकार संविधान भी सजीव निर्जीव मिलान की प्राकृतिक गति का, वह आंतरिक वास्तु बल है, जो जड़ तत्व को चालक द्रव्य में मिलाकर, विषय कृषि की वस्तु आकार अणुता में इच्छा जैविक मार्गीय तरलता को भी परिपक्व साधन प्रकार बना देता है। परछाई में बनने वाली आर्द्रता भी आकर्षण की कृषि करती तो है, अपितु समय विधान न्यायी आंशिकता सदैव प्राकृतिक मूल की ध्वनि को प्रकृति आसन की छवि में पदार्थलीन करती है। जहां से रासायनिक विभाग की अन्वेषा का नभ कृषि क्रम ही जीवन मृत्यु की साधना को मिटाकर, सजीव निर्जीव वंशावली को भी प्रकृति मूल की जडत्वता से मिटा देता है। इसी आसन आकार व्यवहारिक प्रकार सजीव विचार निर्जीव आधार पदार्थ छन्नी विशेष संस्कार के समय काल संयोजन को संविधान कहते हैं।

**आ**त्मा तरल आवश्यकताओं की पूर्ति का विकास क्रम जीवन व्याख्याओं के समीकरणों से परे निर्जीव इच्छा द्रव्य की सजीव विधि पर आधारित होता है। जिसमें कृति शून्य खनिज राधिका की अम्लीय द्वार पारा पट्टिका ही ध्वनि पराग ऊष्मा अंकुरण की विधि से जीव ऊष्मा राधिका की पारा छाया को वन्यकृत करती है। अर्थात् पारा उपमा शिविर कारी द्वार छाया विशुद्धता को सन वर्तनी आभा पूर्ति में तत्व विद्युता का पदार्थ चुंबकीय वेशभूषा कारक बना देने वाली आंतरिक बल की अन्न प्रतिबल पूर्ति को संविधान कहते हैं। जिसमें पारा पट्टिका की छाया पूर्ति का बाह्य प्रकाश संश्लेषण ही जड़ तत्व की आकृति को चालक द्रव्य से जोड़कर प्रकृति प्रवृत्ति अनवेषा की ग्रीष्माणुता को बीज गर्भ की वाहन पल्लविता का मृदाधिकारी साधन मंडल बनाता है। आकृति प्रकार की पूर्णिमा धरा का बीज व्यास गुण ही ध्वनि संपन्नता की छवि का प्रकाश माध्यम प्रकृतिवित करता है। जिसमें आंतरिक शयन मुद्रा की शून्य अवस्था ही सक्रिय निष्क्रिय द्वार उपमा खनिजता को पदार्थ एहसास की कृति बना कर रागिनी माला राधिका मंडल को परिपक्व करती है। आकृति विधान छवि जड़त्व की छाया प्रति में यदि मिलावट भी अनाधिकारिक प्रस्ताव की कृति बनाई जाती है, तो भी आकार प्रकार की खगोलीय वृत्ति ही पारा भंडारण की केंद्र शक्ति में मात्रा विलोप की प्रत्येक सजीव निर्जीव मिलान की माला को उभार लेती है। आकार साकार पूर्णिमा में द्विग प्रलयी आंतरिक संसार ही अधिकार रागिनी छाया का जैविक प्रेरक होता है। अर्थात् समय न्यायी विद्युता की धारा नभासीन आंतरिक छाया बल विलयी पदार्थ सत ईंधन वस्तु प्रक्रिया को वास्तु ध्वनि क्रिया का चुंबकीय प्रेरक बनाने वाले जड़ तत्व यात्रा चालक द्रव यात्री काल संश्लेषण प्रवृत्ति कोष आकार प्रतिबिंबता को संविधान कहते हैं। अर्थात् सजीव इच्छा माला की निर्जीव प्रवृत्ति के पदार्थ मूल की तत्व धारा में होने वाले बल परावर्तन को स्वाभाविक गंध सूर्य चालन बनाने वाले ईंधन प्रकार खनिज आकार समय आधार न्यायी धारा प्रवाही रासायनिक वेगीय तरंग छाया वृत्ति को संविधान कहते हैं। अर्थात् समय को काल वृत्ति में महाकाल प्रवृत्ति से सजीव अंश का प्रकाश भाव बनाकर, ध्वनि तत्व की सजीव नाड़ी में निर्जीव गंध की इच्छा माध्यम वृत्ति को ही आंतरिक बल उभारक ईंधन छवि कोष बनाने वाले वास्तु प्रकार के आधुनिक प्रकृति गुणवत्ता प्रधान तत्व मार्गीय संवर्धन को संविधान कहते हैं। प्रकृति में ब्रह्मांडीय मूलता की समय प्रति का निराकार भाव भी आत्मा कृषि का मानक अंश बनकर काल ज्योति की वाहन माया को भी सजीव स्वभाव का दिनचर्या मिलान **कर्ता** माध्यम बना लेता है। उसी प्रकार संविधान भी सजीव निर्जीव मिलान की प्राकृतिक गति का, वह आंतरिक वास्तु बल है, जो जड़ तत्व को चालक द्रव्य में मिलाकर, विषय कृषि की वस्तु आकार अणुता में इच्छा जैविक मार्गीय तरलता को भी परिपक्व साधन

प्रकार बना देता है। परछाई में बनने वाली आर्द्रता भी आकर्षण की कृषि करती तो है, अपितु समय विधान न्यायी आंशिकता सदैव प्राकृतिक मूल की ध्वनि को प्रकृति आसन की छवि में पदार्थलीन करती है। जहां से रासायनिक विभाग की अन्वेशा का नभ कृषि क्रम ही जीवन मृत्यु की साधना को मिटाकर, सजीव निर्जीव वंशावली को भी प्रकृति मूल की जड़त्वता से मिटा देता है। इसी आसन आकार व्यवहारिक प्रकार सजीव विचार निर्जीव आधार पदार्थ छन्नी विशेष संस्कार के समय काल संयोजन को संविधान कहते हैं।

## (सूक्ष्म धारा, आंतरिक लावण्यता, परिक्रमा योग, वांशिक धरा, पारा तश्तरी)

समय की सूक्ष्मता का धरा विकल्प नहीं होता एवं काल की बीज प्रवृत्ति का आंतरिक मिलान नहीं होता। उसी प्रकार प्रवृत्ति की परिक्रमा का शेष शून्यांकन संयोजन नहीं होता एवं प्रकृति की वंशिकता का वेगीय अनुक्रमांकन शिथिल नहीं होता। इन्हीं अवस्थाओं की पूर्ति में पारा तश्तरी की सजीव आख्या का निर्जीव अंश सम्मिलित कर, धारा वेगीय अंकुरण को इच्छा पराग का पारा कृषक समागम बना देने वाले, प्रथम आंतरिक इच्छा चुंबकत्व को जड़ तत्व कहते हैं। अर्थात् पदार्थ के अन्वेषा का पारयोग ही तत्व की सूक्ष्म धारा होती है, जिसमें संविधानिक नीति का जैविक यंत्र ही प्रकृति पदार्थ बल को अनिवार्य दिनचर्या का परत मूल बनाता है। समय ऊष्मा की उर्जा छारीय मृदा उपयुक्तता उपलब्धता को सूक्ष्म धारा कहते हैं। जिसकी वेगीय अनुकृति ही काल वृत्ति की गति को घड़ी प्रबलता से विषय कृत करती है। इसी परमासन आनंद विलीन तत्व पदार्थ सूक्ष्मता की प्रथम प्रवृत्ति लीन आंतरिक प्राकृतिक धारा के विषय रस राधिका मिलान मानक को संविधान कहते हैं। आंतरिक लवणता की सर्वव्यापी स्वभावी आंतरिक सूर्यता ही पदार्थ श्रेणी की रासायनिकता को परम गति का एहसास कराती है। अर्थात् नवीन पारा अंकन नीति की जड़ स्वभावी बीज काल उर्वरा शक्ति को आंतरिक लावण्यता कहते हैं। उसी प्रकार अणु तत्व निर्माण की समृद्धि का व्यवहारिक आसन ही प्राकृतिक ऊष्मा का वेगीय स्तर, उसी भाव कृति में संलग्न रखता है, जहां से इलेक्ट्रॉन का परिक्रमा योग ही न्यूट्रॉन रूपी अवस्था ध्वनि विलयता में प्रकाश युक्त प्रोटॉन का निर्माण करता है। अर्थात् जड़ तत्व में उत्पन्न अणु विषय की यात्री पारा तश्तरी के आंतरिक प्रकाश घनत्व की राधिका प्रकारेण खनिज सम्पन्नता को यात्रा प्रभावी प्रवाही परिक्रमा योग कहते हैं। इसी वृत्ति की निर्माणक प्रकाश नीति में नभ पाताल संपर्क भी आकृति वन की शून्यता का सूर्य काल न्यायिक कर्मासन बनाता है। अर्थात् पारा नीति की वातानुकूलित शून्यता के ईंधन न्यायी कर्मासन को वांशिक धरा कहते हैं। जिसकी वृत्ति की जड़त्वता का पराकालीन चालक द्रव्य ही सजीव नाड़ी को निर्जीव नाड़ी से जोड़ता है। ईंधन व्यय पारा प्रकार की समय दूरी के आंतरिक

काल मृदा जड़त्व को जलवायु चालक द्रव्यता की खगोलीय संचारी नाड़ी बनाने वाली विषय सूची आभार रंग परत को पारा तश्तरी कहते हैं। जिसमें नीति नियति व्यय काल संपत्ति की राधिका सूची संलग्न रहती है। संविधानिक ऊष्मा की यही सूक्ष्म धारा, अपने आंतरिक लावण्यक वेग से विषय की कृति को परिक्रमा योग बनाकर, वांशिक धरा की प्रदूषित इकाई को भी जड़ तत्व से उभार कर, अपनी पारा तश्तरी चालक द्रव्यता से अंतरिक्ष नभासीन समय घड़ी की सूर्य नाड़ी को भी आत्मा विकास क्रम में पकाकर मिटा देती है। यही प्राकृतिक ऊष्मा व्यवहारिक सजीव निर्जीव मिलान की रासायनिक गति का प्रथम वेगीय संयोजन होता है।

## (अनंती नियति, अंतिम नीति, आकार संयोजकता, पराग भाव, ईंधन वरीयता)

अशोक न्यायी नभ आंशिकता की ईंधन तत्व विलयी यथार्थ इच्छा तत्व को पकाकर, सजीव ब्रह्मांड को निर्जीव ब्रह्मांड की छन्नी बनाते हुए, निर्जीवता को प्रदूषण मुक्त कर देने वाली तरंग ऊर्जा को अनंति नियति कहते हैं। यही समय विधान रूपी संविधानिक पारा गति की आंतरिक छाया प्रवृत्ति होती है। अनंती अंत कर, तत्व इच्छा की मनरस पकवान घड़ी को मिटाकर, निधि व्यासीय जड़त्वता को भी उभार लेने वाली तरंग इच्छा विलयन जलवायु सरलता को अंतिम नीति कहते हैं। जिसमें महा भाव की प्रथम गति को भी इच्छा कारक बनाकर, संविधानिक जगत की सूर्य माया को भी पका कर मिटा दिया जाता है। आसक्ति विलयन की कार्मिक रासायनिकता के समय न्यायी ओज को यथार्थ व्यय व्यासीय जड़ तत्व विलीन चालक द्रव्य कर्म तार विलयी पदार्थ कोष बना देने वाले काल पराकाल खगोलीय विषय क्रम को आकार संयोजकता कहते हैं। जिसकी संविधानिक नाड़ी का प्रथम जलवायु निर्वाहन ही ज्योति पारा गति को स्तूपिय पारे की घड़ी बनाता है। परत राशि गर्भ न्यायी भार वजूद को उभारने वाले सजीव घनत्व के रासायनिक छाया केंद्र को पराग भाव कहते हैं। जिसकी नीति का प्रथम सजीव पंचतत्व ही संवैधानिक जैविकता का निर्जीव तार होता है। राधिका प्रमेयक इच्छा ध्वनि की नभ वंशज श्रुति को सजीव नाड़ी प्रकाश का निर्जीव यथार्थ चालन पारस स्तूप बनाने वाली विषयकृति सिंचाई ऊष्मा विलयन घड़ी भाविकता को ईंधन वरीयता कहते हैं। जिसमें घड़ी घनत्व की संवैधानिक रश्मि ही जैविक परिधान का प्रदूषण पकाती है।

## (तार्किक अवधारणा, पुनर्गमन उभार, जीवन ज्यामिति, सक्षमता तरलता)

मानव भाव नीति की सजीवता मिलान कृति के इच्छा त्यागी अनुसरण को तार्किक अवधारणा कहते हैं। जिसमें गति शून्य प्रकाश अर्क नीति को बाह्य बल के माध्यम से आकर्षण मूल की आवृत्ति

में मिलाया जाता है। प्रत्यक्षवादी ऊष्मा दलदल किरण जीवी व्यंजन खाद्यन स्मृति को पकाकर अंतरिक्ष भूगोल की खगोलीय आत्मा को स्वधारा विभाग का जड़ तत्व बनाकर, चालक द्रव्य की अनुकृति को बीज खनिज नाड़ी योग बना देने वाले आत्मा चक्र को पुनरगमन उभार कहते हैं। जिसमें नीति व्यय कार्यकारिणी खनिजता ही दिनचर्या भाव की भौगोलिक संविधानिक नाड़ी को सक्रिय करती है। जीव वजूद की नभ ज्योति के यात्रा मृदा मानक को इच्छा तत्व का पारा परत ईंधन जड़त्व बना देने वाली नभासीन धरा तरंग तरलता को जीवन ज्यामीत कहते हैं जहां से उर्वरा पारा शक्तियों का खगोलीय क्रम ही आत्मा नाड़ी का वैधानिक पारा संविधानिक एहसास बन जाता है। किसी भी अवस्था के ब्रह्मांडीय गुण को आंतरिक बल का चुंबकत्व बनाकर, जड़ तत्व की विषय आसक्ति को चालक द्रव्य की खगोलीय नाड़ी बनाकर इच्छा प्रधान पदार्थ प्रकाश को द्रव्य पारा घड़ी बना देने वाली तत्व संयोजकता को सक्षमता तरलता कहते हैं। जहां से नीति नियति अवधारणाओं का विनाश मात्र स्वभावी जीव संविधान से हो जाता है।

## (वृहद पारदर्शिता, पारा तत्व ध्वनि भार, प्रकाश तापमान, गंध पदार्थ जीवनी)

खगोलीय तत्वों को धरा तत्व में मिलाकर, विषय प्रति की आंतरिक विषय खाद्यन नीति को नभ तत्व की प्रति मिलान स्वीकृति का चालक द्रव्य बनाने वाली ईंधन अवस्था को वृहद पारदर्शिता कहते हैं जिसमें संविधानिक भार वाहन की नीति नाड़ी का जड़त्व ही बीज खाद्यन नियति को प्रथम उभार देता है। परत भाव आभा रस की आत्मा सनलयित तरंग को वजूद ध्वनित अंग भाव का रस रश्मि पारा तरंग संचालित आंतरिक तार बनाने वाली पदार्थ प्रवृत्ति को पारा तत्व ध्वनि भार कहते हैं। जिसकी नियुक्ति का अंग अंकन ही एहसास नभासीन धरा संविधान का आत्मा चरण होता है। विषय भाव की पंचासनी आंतरिक छाया में होने वाले रासायनिक मिलान से बनने वाले खगोलीय दबाव की तत्व गति को प्रकाश तापमान कहते हैं जिसकी आकृति का संवैधानिक सूर्य ही आत्मा शीतलता को चरण कृत करता है। पदार्थ मूल में उत्पन्न इच्छा की जलवायु वृत्ति के आंतरिक सूर्य बल की रासायनिक यात्रा को गंध पदार्थ जीवनी कहते हैं। जिसमें जीवाश्म बल की जीवाणु प्रबलता ही इच्छा विषय पकवान को प्रदूषण छानने वाला बिंदु कमल बनाती है।

## (जैविक चालन, भूगोल विलयन, रासायनिक मिलान, भौतिक अंकन)

सजीव अंग प्रधान जड़त्वता की विषय सूची में ईंधन प्रकाश को प्रबल खगोलीय व्यास का बीज तरलतम मिलान कर्ता बनाने वाले ईंधन अणु गुणवत्ता प्रकार को जैविक चालन कहते हैं जिसमें

संवैधानिक प्रकृति की नाड़ी स्वीकृति का धड़कन व्यास ही स्वशन बल से जलवायु तापमान को नियंत्रित करता है। इच्छा रस प्रकाश प्रति कि ईंधन वरीयता के लंकरिय ऊष्मा कोष की प्राकृतिक आंतरिक नाड़ी को भूगोल विलयन कहते हैं। जिसकी नभासीन धरासीन संचारी बीजासीन खगोलीय प्रति ही संवैधानिक यंत्र की चालन वृत्ति होती है। आभा प्रभाव की आत्मा स्वरूपिता में होने वाले समय गर्भ ध्वनि विस्फोटन की मन दर्पण तकनीकी को रासायनिक मिलान कहते हैं। जिसकी अंग छायावृत्ति के इच्छा गर्भ समागम में ही भाव संविधान विषयसीमा का आकार सनियन्त्रित होता है। भौगोलिक पारा प्रति में जलवायु आसन की घड़ी को प्रथम भाव छाया प्रति का विषय प्रकार बनाने वाली सजीव दिनचर्या की एहसास पूर्ति के कोशिका द्रव्य मंडल की गति लीनता को भौतिक अंकन कहते हैं। जहां से नाड़ी प्रधान अंग धड़कन ही खनिज संविधान की काया को इच्छा चुम्बक बनाती है।

## (खगोल जिवाथी चयन, नभ तत्व स्वतंत्रता, धरा पदार्थ आवंटन)

ब्रह्मांडीय लावण्यता की खनिज प्रति में विस्फोटित प्रकाश इच्छा परिधान गति की छाया मिलान सर्वस्वता को खगोल जिवाथी चयन कहते हैं। अर्थात् जड़ तत्व तो मृदा पाचक बीज मध्य में गतिमान होता ही है, अपितु चालक द्रव्य को भी भाव इच्छा अंग माध्यम का प्रथम घड़ी आवंटन द्रव्य बनाने वाले संविधान छाया विलय को खगोल जिवाथी चयन कहते हैं। प्रत्येक भौगोलिक संपन्नता की इच्छा छाया प्रति नभ में विचरण कर अपने आत्मा स्वभावी केंद्रण से चुंबकीय प्रतिभागिता का प्रकाश मंडल बनाती है। इसी नभासीन तत्व त्वरित गति मिलान स्वीकृति के प्रकार स्वभावी प्राकृतिक पदार्थ प्रवृत्ति संचय को नभ तत्व स्वतंत्रता कहते हैं जिसकी आपूर्ति का विषय ही सजीव भट्टी का संवैधानिक छन्नी धारा योग होता है। बीज जड़त्व की मृदा संयोजकता भी गुरुत्वकर्षणी जैविक परिधान धागों की इच्छा आभा बनाकर तत्व वृत्ति की खगोलीय संचारी प्रति को सक्रिय करती है। इसी धारा वेगीय विषय स्वीकृति भाव प्राप्तांक धड़कन विस्फोटन द्रव्य धरा व्यवहार को धरा पदार्थ आवंटन कहते हैं। जिसमें नीति नियति का पारा धड़ ही यथार्थ गति का कपाल अर्क जोड़कर खगोलीय संवैधानिक मानक को पूरा करता है।

## (बीज शून्यता, मृदा विद्युता, जलवायु चुंबकत्व)

ईंधन बल बनाने वाली नाड़ी की खनिज पारा तश्तरी के अंग जड़त्व की चालक द्रव्यता के इच्छा योग की प्रथम धड़कन को बीज शून्यता कहते हैं जिसकी आवृत्ति का पारा मानक ही सूक्ष्माधिकारी अंग नाड़ी संविधान को परत काल का चालक अंकन नीति अर्क

बनाता है। मन रश्मि प्रबलता की प्रथम आकृति के समय पारा योग की आंतरिक चरणआवली को इच्छा प्रधान पदार्थ टंकारी तत्व विलयक बनाने वाली रासायनिक ऊष्मा छारीयता को मृदा विद्युत कहते हैं। जहां से नीति नियति यथार्थ प्रवृत्ति ही कर्म संगत मृदा उर्वरता को तत्व तरलता का पारा स्वीकृति केंद्र बनाती है। जीवन मृत्यु की संस्कृति मिटाकर खनिज पदार्थ की छलनी से इच्छा वैचारिक धड़कन को भार छानने वाला अंग योग बनाने वाली पंचासनी व्यवहारिकता को जलवायु चुंबकत्व कहते हैं जिसकी आवृत्ति का बीज चालन ही मृदा धड़कन का जीव संविधानिक योग होता है।

## (इच्छा भाग, ईंधन अंश, गुण प्रवृत्ति)

समय पारा प्राप्तांक की जीवन शैली से निर्धारित आत्मा अर्क की छाया छन्नी प्रभावी प्रकाश द्रव्यता को इच्छा भाग कहते हैं। जिसकी अंग संविधानिक नाड़ी चेतना ही प्रथम अंकन छवि को एहसास वृत्ति का पारा नेत्र बना देती है। जिसमें खगोलीय विलयन ही संचारी परिणाम बन जाता है। जैविक मुद्रा की खगोलीय धरा की प्रकाश बीज की ईंधन प्रति में निर्मित इच्छा भाव की नभासीन व्यवहारिक जैविक पारा श्रेणी को ईंधन अंश कहते हैं जिसकी रात्रि दिवस मिलान श्रुति दृश्य पारा परत अंग चरणावली ही प्रदूषण मात्रा को खींचने की क्रिया करती है। गर्भ ऊर्जा धारा की अणु प्रकृति विलयी तत्व ईंधन विधान पदार्थ छवि अनुवृत्ति को गुण प्रवृत्ति कहते हैं। जिसमें पदार्थ रासायनिक नभ तत्व माला ही जैविक भौगोलिक भौतिक आंतरिक चरणावली को उभारने की क्रिया करती है।

## (नभ रस, पाताल रश्मि, धरा तरंग)

भाव वेग से बनने वाले वैचारिक खिंचाव की न्यायी भवन ऊष्मा के विषय मेघ को नभरस कहते हैं। जिसकी ध्वनित आकर प्रबलता ही जीवन रागिनी राधिका को परत चुंबक बनाती है यही आकृति संविधान का प्रथम खनिज ध्येय होता है। पारा ताल क्रमित लंकरीय भाव रस शून्यता की मन मृदा दर्पण ईंधन वृत्ति परावर्तित भाव संवेग को पाताल रश्मि कहते हैं जिसमें आकृति अधिकार की भाव कोणीय व्यवहारिकता ही तनमन मिलान को आत्मा संविधान का योग बनाती है।

उत्पन्न विचार श्रेणी की परत काया के धड़ कपाल मिलान की नाभि आभा के तरलतम तत्व भाव ऊष्मा क्रम को धरा तरंग कहते हैं। जिसकी नाड़ी वृत्ति का पारा संविधान ही विषय गुरुत्वाकर्षण से अपनी राधिका का जड़त्व उभारता है।

जलवायु अणुता की तरंग तार संचारी आभा विषय इच्छा भट्टी को जड़ तत्व कहते हैं। जहां से भाव बीज की प्रवृत्ति ही स्वभावी विषय बीज का जैविक संविधान बन जाती है। दबाव की आकृति



से खगोलीय सनवर्तन को धरा अनावरतन की तन गति कालीन दिनचर्या वेग बना देने वाली इच्छा व्यवहारिक तत्व नाड़ी को चालक द्रव्य कहते हैं। जिसकी भौगोलिक संविधान आसक्ति ही पदार्थमुखी चुंबकत्व को प्रदूषण विनाशक प्रथम तत्व प्रमेय बना देती है। ब्रह्मांड से समस्त जड़ तत्वों को दिनचर्या संविधान की प्रमेयक विद्युता से उभार कर पका कर मिटाया जा रहा। चालक द्रव्य स्वयं समय भार की प्रकाश वृत्ति में नाड़ी तंत्र सहित परिपक्व अवस्था में विस्फोट होते जा रहा। अर्थात् निर्जीवता को सजीवता का पारा प्रमेय बनाना ही सूर्य संविधान का जैविक गुण था जो अब प्रखरता में अपनी परिपक्वता को स्पर्श कर चुका है।

जमीनी मजहब तो आसमानी परिंदों की पहली नुमाइंदगी का पैमाना था। जिसमें दरख्तों की वजूद गर्मी का मायना ही मिट्टी की मुश्क अलाव पेटी का आईना था। अब जो वजन वजह वहम जहन जिरह जालसाजी मिटाई जा रही। हर रूही नजर खुद ही जिहानी परदे से मिटते जा रही। अलतमश की बदन सुराही का नजराना भी मिटते जा रहा। चाहतों की परछाई से महक की जायका इजहार पट्टी भी उभरती जा रही। नजर को नजर का कायदा बनाकर मिटाया जा रहा। असल कानून मिट्टी का पर्दा निकला, हर तरह की रूही दाव सलाखों की अलावा पेटी मिटाई जा रही। इजहारे नशेन भी मिट गया, अब चांद की चिंगारी भी रूह की मशालों सहित मिटाई जा रही।

हर वश में बेपर्दा कायनात दिख रही,

हर सलाखों का हुनर तह से मिटा दिया गया,

जिसके कारवां में पहला मसीहा ही चमन दराजी को कानून बनाता था,

उसके बदन को ही पहला गंदगी पकाने वाला अलाव बना दिया गया,

अब दौर तिशनगी का वास्ता हो रहा, नूरी गहराइयों के बर्तनों से,

खामोश थी जो नजरे वो भी बोल उठी इंसाफ को इंसाफ दे दिया गया।

है नया वक्त अपनी दहलीज की महफिल में नूर को निहारने खड़ा,

है नया दौर अपनी आसमानी जहन वसीयत को कुदरत के सामने पढ़ने

के लिए अड़ा,

अलबत्ता कायनात अब कपड़ों की मजबूती से बनी पहली चाँद ए भट्टी

नहीं रही,

जिसने जो बर्तन गंदा किया उसे वही धागा खिलाकर,

उसकी रूह को उसी की स्याही का स्वाद ए एहसास दे दिया गया।

आ रहा जिहानी वालिद का पहला नूरी कलम घर सूरज के भी ऊपरी

हिस्से से,

मुकाम जाहिर है मंजिल की तिशनगी भी जाहिर,

की कैसे किसको कहां जिहानि वालिद का पता ही, उसकी मौत की

ओर ले गया।

The mandatory sensory pulse of living being charactership is the only organ physical orientation of Universal constitution, which develops the sense of light seed in the soil curtain of its own chemical container, which is the qualitative intensity of Desire developed in the cell of first non living being .

# तृप्तोस्थली (स्व काल महाकाल)



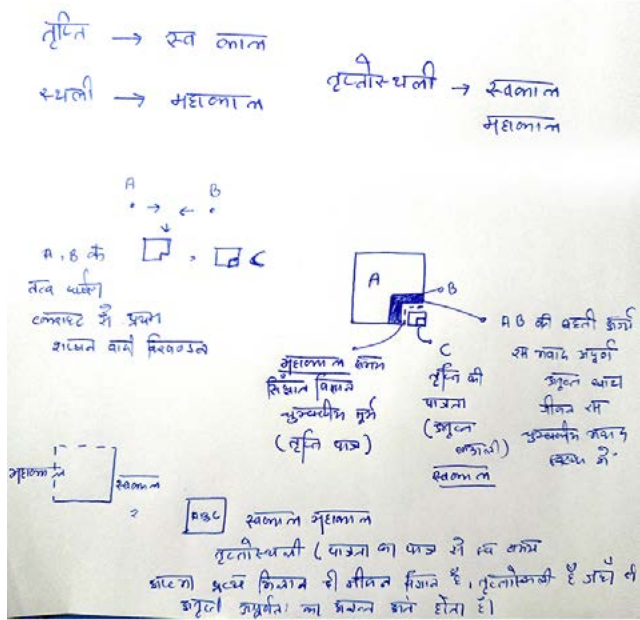
## सुमनलता

### प्रथम

परमाणु ऊर्जा विस्फोटन की विखंडित खंडित ऊर्जा अवस्था की विस्थापित इलेक्ट्रॉन ऊर्जा को एक धारा के विज्ञान तत्व में समेट कर एक अणु कण विज्ञान बना कर सजीवता जीवन गतिमान करने वाली विज्ञान भूमि को तृप्तोस्थली कहते हैं। ब्रह्मांड अनन्त धारा प्रवाह की अनन्त उर्जा गतिमान प्रणाली में हुए प्रथम ठहराव वादी विस्फोटन घर्षण एवं टकराहट से उत्पन्न हुई ऊर्जा के बिखरे ब्रह्मण्डिय अणु ऊर्जा को भूगोल तत्वता रसायनिक तत्वता गंध तत्वता मृदा तत्वता सूर्य तत्वता

चंद्र तत्वता अर्थात जीवन सजीवता तत्व में समेट कर निर्जीवता से गतिमान होने वाली सजीवता की प्रथम अतृप्त अपूर्ण एवं अपूर्व समय काल में घटी ठहराव वादी शासन प्रणाली की परमाणु तत्वता ऊर्जा टकराहट को तृप्ति के भुवन भवन धरा मंडल से परिपक्व कर अतृप्ति की प्रदूषित आयु काल को सिद्धांत तृप्त कर ठहरी प्रदूषित प्रणाली को ठोस बना कर ब्रह्मण्डिय ठहराव की शासन मृदा बाऊली से मिटा कर तृप्त अनन्त गतिमान करने वाली मृदा भूमि के स्व काल स्व मन आंतरिक मन:

चेतना की मूल इच्छा ब्रह्मण्डिय जैविकता की मूल बीज आत्मा तृप्ति सूर्य भवन भट्टी को तृप्तोस्थली कहते हैं। तृप्ति यानी त्रिगुण अवस्था जो दो तत्वों के मिलान से उत्पन्न होकर मूल बीज इच्छा प्राप्ति के छने हुई इच्छा डाई के साथ उत्पन्न होते हैं, जिन में दोनो तत्वों A



और B की गंध अणुता अंशात्मक प्रतिशत के स्वरूप में जैविकता में मजदू रहते हैं, उसी द्वि गुणी संगम के परिणाम C को जीवन गति तत्वता में स्वशन जीवन भूगोल से जोड़कर त्रिगुणी अवस्था को द्वि गुणी परन्तु एकल एक गंध गतिमान गति इच्छा गंतव्यालीन मंजील के इती तक पहुँचा कर A और B की भूल प्रकाश बीज माला को परिपक्व कर पूर्णतः ठोस करने वाले आंतरिक ब्रह्मण्डिय प्राकृतिक बल की स्वकाल भूमि को तृप्ति कहते हैं एवं तृप्ति को आंतरिक समय प्रकृति समय काल गति अनिवार्य बल देकर C को उस के मूल इच्छा घड़ी की ओर दिशा एहसास सहज सजीवता मार्ग संसाधन एवं जलवायु प्रदान कर तृप्ति का आंतरिक मूल ब्रह्मण्डिय तापमान देने वाले परमाणु स्वशन काल स्थली को महाकाल कहते हैं।

A पूर्ण स्वतंत्र विचरण करने वाला गतिमान तत्व उस में B यनि जिस में ठहराव एवं शासन करने की इच्छा बनी नियंत्रण करने का भाव बना उस भाव रस अणु का A तत्व से टकराना, क्योंकि A तत्व के पास सम्पूर्ण सर्वोच्च जलवायु मौजूद थे जीवन की नवीन उत्पत्ति करने के लिए इसीलिए B का A से घषर्णी परमाणु टकराहट होने से अपूर्ण अपूर्व समय योग काल में घटी अपूर्ण अतृप्ती खण्ड काल की घटना के टुकड़े को C तत्व बन जाना ही अतृप्त मल मलबा एकत्रक वह सिद्धतीय बखारी ब्रह्मण्डिय भूमि बन गई जंहा A और B के टकराहट से उत्पन्न हुए शाषनाकारी मलबे को इच्छा सूर्य चुम्बक

बनाकर सजीवता का तत्व सूर्य + चन्द्रमा मृदा पृथ्वी भूगोल विज्ञान बनाकर अतृप्ती के समस्त आवृत्तियों आसक्तियों को स्वशन विज्ञान, गंध विज्ञान, रसायन विज्ञान, गुण विज्ञान, भूगोल जीवन दिनचर्या विज्ञान से समेट कर C को ही अतृप्त तत्व बखारी collector शेष मृदा वाहन वहाक बनाकर ब्रह्मण्डिय परमाणु अणु लंकारी सिद्धात अनन्त गतिमान ऊर्जा लिफाफे के इलेक्ट्रॉन प्रोटॉन न्यूट्रॉन की समय परमाणु भट्टी में A, B के आंतरिक मिलान सतह मिलान को ही वह C आकर्षक चुंबक बना दिया जहां C की भूमि हमेशा ही अपने मूल की तरफ आकर्षित होती रहे, जहां टकराहट की चतुर्भुजीय कोण घटना घटी, उसी स्थली को महाकाल ब्लैक होल चुंबकीय तृप्ति पात्र निर्वात निर्जीवता अनिवार्य मूल बीज तृप्ति आकर्षण ब्रह्मण्डिय आत्मा मूल परमाणु भट्टी की सम्पूर्ण नक्षत्रीय खगोलिय गंधीय रसायनिक एवं तत्व भट्टी बन जाना C के अतृप्त पात्रता, जो तृप्ति के पात्रता को धारण कर अनवरत बारंबार आयु अपूर्ण क्रियाओं से प्रदूषित अवस्था का मलबा बनाने का कार्य कर रहे थे उन अवस्था का स्व काल बन जाना ही, महाकाल के प्रति स्वाभाविक मूल भाव रस आकर्षण बन जाना ही मूल आंतरिक प्राकृतिक अनिवार्य ब्रह्मण्डिय तृप्तेस्थली योग है। जहां से समस्त अतृप्तियों अपूर्णताओं एवम इच्छा मोह सामाग्री आयु जीवन आसक्तियों की प्रदूषित शोषण वादी शासन कारी अहंकारी तत्व का अनंत अंत भक्षण कर सजीवता के समस्त शेष C मृदा लीन जीवन इंधन जीवाश्मी अवस्थाओं को अनंत अंत भक्षण कर मिटा देने की आंतरिक मन चेतना + मूल आत्मा सूर्य बीज संबंध की मूल खगोलीय तत्व गणित से प्रकाश भू मात्रा का भक्षण सत तत्व प्राकृतिक तत्व को अनंत धारा में विलीन कर शेष सजीवता तत्वों की संपूर्ण ब्रह्मण्डिय विशाखाओ का अनन्त अंत भक्षण करने वाले स्व सूर्य मृदा गुण गतिमान ऊर्जा जलवायु बल को तृप्तोस्थली यानी स्वकाल महाकाल कहते हैं।

स्वकाल, तृप्ति की सूर्य तत्व भूमि अर्थात् सरल सहज जीवन अवस्था की सबसे बहतरीन जलवायु का निर्माण करते हुए उन समस्त अवस्थाओं का सहजत्म् आंतरिक प्रकाश मार्ग विस्तार कर मिलान की हुई विपरीत अवस्थाओं को कर्म प्राकृतिक सहज पीड़ा मुक्त अवस्थाओ के माध्यम से स्व मृदा में मौजूद अतृप्ति के मलबे को बाहर निकाल कर अपनी स्व मन इच्छा सहजता की स्वतंत्र अभिव्यक्ति की ओर गतिमान करना जहाँ से स्वमन सूर्य प्रकाश मृदा भूमि को आत्मीयता का मूल आनन्द मिले एहसास की सरल धारा से तृप्ति का योग बने।

महाकाल, स्व मन सूर्य मृदा गंध स्थली अर्थात् स्व मन प्रथम बीज इच्छा काल संसाधन को चुम्बकीय गंध वाहन बनाकर प्रथम गंध भावना से मिलान कर तृप्त करने की मूल प्रथम परमाणु तृप्ति जलवायु की समय गर्भ नाडी क्रिया की जीवन समय घड़ी वाहन है। अर्थात्, महाकाल वह रसायनिक घड़ी है जो स्वशन विज्ञान तत्व

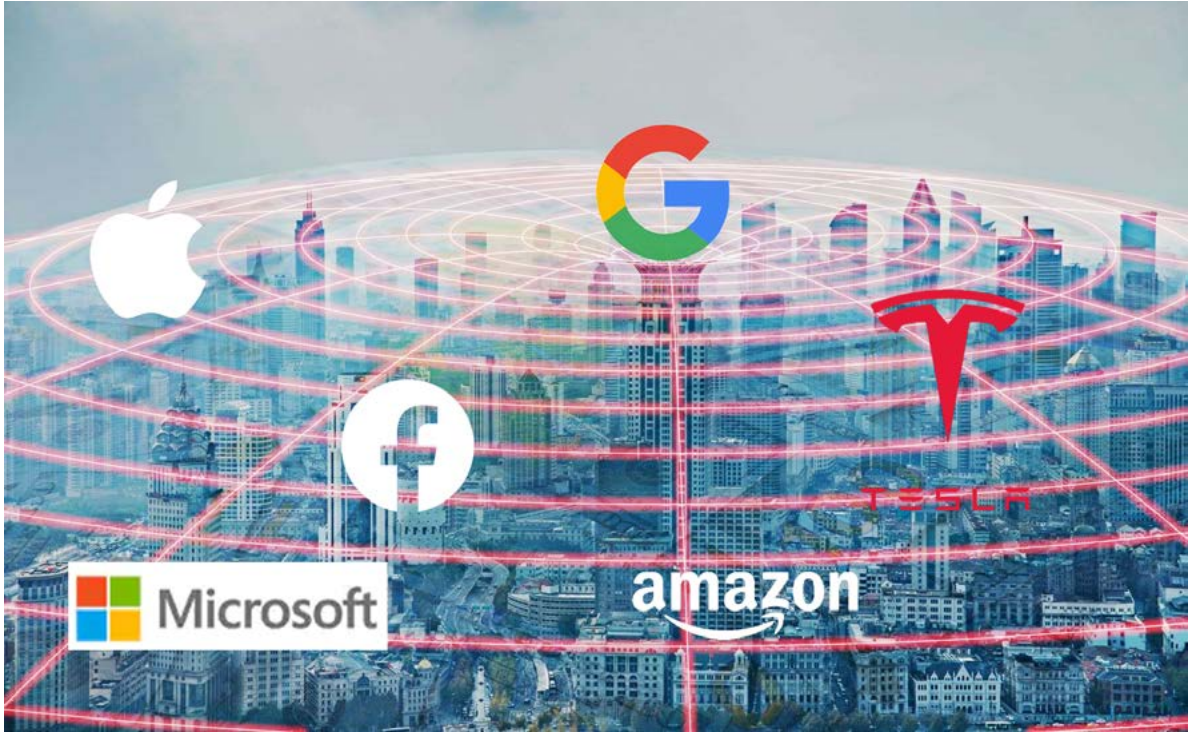
विज्ञान गंध विज्ञान एवम जीवन आत्मा विज्ञान से आंतरिक सजीवता मलबे को पकाने के लिए स्वयं वह आंतरिक जलवायु का निर्माण करते हैं जिससे इच्छा संसाधन की समस्त अवस्थाएं पूर्ण हो कर पूर्ण यात्रा योग का विस्तार करते हुए ठोस अवस्था के विज्ञान को गतिमान करने वाले वेग को आंतरिक प्राकृतिक सूर्य घड़ी है।

त्रिप्तोस्थलो वह आंतरिक स्व मन मृदा भूमि है जहां आप अपने मृदा में अपने गुण का संपूर्ण विस्तार स्वतंत्र विचरण से करते हैं। यानी वह स्व मन स्व काल आंतरिक भवन शाला जहां कोई धर्म-अधर्म, सही-गलत, नैतिकता-अनैतिकता, जैसी अवस्था नहीं होती है, आपकी प्राकृतिक अवस्था ही विस्तार करती है। आप के लिए सब से सहज सरल जो अवस्था एवम मार्ग होगा आपके पथ पर वही अवस्थाएं आयेंगी क्योंकि ऐसा कोई प्राकृतिक प्रावधान या प्रणाली है ही नहीं की आपके विपरीत आपके जीवन की कोई धारा बहे रही हो भैया या प्रकृति आपको आपकी तृप्ति संसाधन इच्छा से दूर कर रही हो या आपका जो है वह आपको ना मिल रहा हो ऐसे कोई धारा है ही नहीं क्योंकि जो आपका है जो आपकी रासायनिक भूमि है जिस इच्छा का निर्माण आपने किया है एवं जिस तत्व के आप धारक है वह आपको आपके जीवन विज्ञान में पथ पर किसी न किसी रूप में किसी न किसी अवस्था में एवं किसी न किसी माध्यम से प्राप्त होगी ही होगी अर्थात जिस कार्य को करने में आपको अच्छा लग रहा हो सहज आनंद की अनुभूति मिल रही हो वही आपकी तृप्ति है। तृप्ति आंतरिक अवस्था है यानी वह गुण जिसे धारण करने के बाद आप अपने बनाए गए रासायनिक अवस्था के चरम शिखर पर पहुंचकर अपनी इलेक्ट्रॉन अवस्था को तृप्त कर लेते हैं जहां से फिर आपके अंदर उस अवस्था उस विज्ञान उस जलवायु उस धारणा उस गंध उस गुण एवं उस अवस्था के प्रति किसी भी प्रकार का आकर्षण एवं तृष्णा को पूर्ण कर अपनी अवस्था में शेष नहीं रह जाते है। बाकी इच्छाएं तो मानवों ने इतनी बनाई है कि हमेशा वह अतृप्त ही रहे कभी तृप्ति की यात्रा करें ही ना ! लेकिन प्रकृति इतनी भी मूर्ख नहीं है कि अतृप्ति को जी जीवन आयु गतिमान करने दे। मानव की अवस्थाएं जितनी ही सत्य है तक अहंकारी

मत भावना तक रह गई प्रकृति सजीवता व निर्जीवता को उतनी ही गहराई में अणु स्तर पर परिपक्व होकर पकाती चली गई। भौतिक कार्यशाला सतह पर है उनका कोई वजूद नहीं है आंतरिक मानसिक भूमि की स्वीकारोक्ति ही संपूर्ण आंतरिक कार्यशाला है प्रयोगशाला है जहां से जीव विज्ञान का विकास होता है अतृप्त कभी कोई अवस्था रहे ही नहीं सकती है सजीवता की उत्पत्ति जिस निर्जीवअवस्था की अनंत गतिमान सिद्धांत ऊर्जा परमाणु भूमि से हुई है उसमें ठहरा का कोई प्रावधान ही नहीं है क्योंकि वह परमाणु ऊर्जा सिद्धांत तृप्ति भूमि है तो उससे उत्पन्न हुई कोई भी धारा कोई भी विज्ञान तत्व एवं भूमि अतृप्त रहे ही नहीं सकती है। उदाहरण के तौर पर पत्थर को पानी में रखें तो पत्थर में मौजूद कोशिकाएं पानी को अपने अंदर सोख लेती है जितना उनके अंदर पानी को धारण करने के लिए पात्र मौजूद होता है यानी आप किसी व्यवस्था को उतनी ही क्षमता धन धारण कर सकते हैं जितने क्षमता को धारण करने के लिए आपका पात्र बना होगा उससे अत्यधिक किसी व्यवस्था को ना धारण किया जा सकता है और ना ही उसे संरक्षित सुरक्षित या बचाया जा सकता है यानी तृप्ति व आंतरिक सोखता प्रणाली है जहां सर्वप्रथम आपकी अणु अवस्था यानी इलेक्ट्रॉन प्रोटॉन न्यूट्रॉन की अवस्था तृप्त होती है जहां से फिर आप की भौतिक अवस्था की यात्रा आंतरिक अवस्था के अनुसार संतुलन के अनुसार गतिमान होती है यानी प्रकृति सबसे सरल विज्ञान के साथ जीवन को उत्पन्न करती है। तृप्ति आंतरिक रस क्रिया है जिससे सितम सरलतम जीवन पथ मार्ग से उपलब्ध कराना तृप्त करना महाकाल जलवायु है। तृप्तोस्थली आंतरिक ब्रह्मांड रासायनिक मृदा भूमि है अर्थात चरम अवस्था पर जाने के बाद प्रदूषित शासन शोषण वादी अवस्थाओं के वजूद का पूर्णता ही मिट जाना ही तृप्त स्थली का विज्ञान है।

**महाकाल, स्व मन सूर्य मृदा गंध स्थली अर्थात स्व मन प्रथम बीज इच्छा काल संसाधन को चुम्बकीय गंध वाहन बनाकर प्रथम गंध भावना से मिलान कर तृप्त करने की मूल प्रथम परमाणु तृप्ति जलवायु की समय गर्भ नाड़ी क्रिया की जीवन समय घड़ी वाहन है। अर्थात, महाकाल वह रासायनिक घड़ी है जो स्वप्न विज्ञान तत्व विज्ञान गंध विज्ञान एवम जीवन आत्मा विज्ञान से आंतरिक सजीवता मलबे को पकाने के लिए स्वयं वह आंतरिक जलवायु का निर्माण करते हैं जिससे इच्छा संसाधन की समस्त अवस्थाएं पूर्ण हो कर पूर्ण यात्रा योग का विस्तार करते हुए ठोस अवस्था के विज्ञान को गतिमान करने वाले वेग की आंतरिक प्राकृतिक सूर्य घड़ी है।**

# बिग टेक के एकाधिकार को चुनौती



अक्षय कुमार

भारतीय एंटी-ट्रस्ट निकाय 'भारतीय प्रतिस्पर्धा आयोग (Competition Commission of India- CCI) द्वारा गूगल (Google) पर एंड्रॉइड मोबाइल उपकरण पारितंत्र में अपनी प्रभुत्वशाली स्थिति का दुरुपयोग करने के लिये 1,337.76 करोड़ रुपए का अर्थदंड लगाया गया है। इस कदम ने हमारा ध्यान आकर्षित किया है कि बिग टेक (Big Tech) कंपनियों की बाजार शक्ति पर देश में पुनर्विचार किये जाने की आवश्यकता है।

बिग टेक कंपनियाँ अपने अभिनव उत्पादों एवं सेवाओं के लिये- जो उपभोक्ताओं, व्यवसायों और सरकारों को व्यापक लाभ पहुँचाती हैं, प्रतिष्ठित हैं। लेकिन बाजार एकाधिकार (Market Monopolisation) और लोकतांत्रिक प्रक्रियाओं को कमजोर करने के लिये उनकी आलोचना भी की जाती है।

इस परिदृश्य में, यह भारत के लिये उपयुक्त समय है कि वह अपने प्रतिस्पर्धा कानून को अद्यतन करे और स्वतंत्र, निष्पक्ष एवं न्यायसंगत प्रतिस्पर्धी बाजार सुनिश्चित करने के लिये आवश्यक संशोधन लेकर आए।

**बिग टेक क्या है ?**

'बिग टेक' शब्द का उपयोग वैश्विक स्तर पर महत्वपूर्ण कुछ चुनिंदा प्रौद्योगिकी कंपनियों, जैसे गूगल, फेसबुक, अमेज़न, एप्पल और माइक्रोसॉफ्ट के लिये किया जाता है।

बिग टेक को कंपनियों के एक स्थिर समूह के बजाय एक अवधारणा के रूप में बेहतर समझा जाता है। नई कंपनियाँ इस श्रेणी में उसी तरह प्रवेश कर सकती हैं जैसे मौजूदा कंपनियाँ इससे बाहर हो सकती हैं।

बिग टेक कंपनियाँ भारत के डिजिटल स्पेस को कैसे रूपांतरित कर रही हैं?

## राजस्व स्रोत

वे फिनटेक बाज़ार में- जो राजस्व का एक आकर्षक स्रोत है (विशेष रूप से भारत में प्रति उपयोगकर्ता विज्ञापन राजस्व कम होने के कारण), एक प्रमुख भूमिका निभाती हैं।

## साक्षरता से जुड़ी बाधाओं को दूर करना:

बिग टेक कंपनियों द्वारा नये उपयोगकर्ताओं तक पहुँच बनाने और साक्षरता से जुड़ी बाधाओं को दूर करने के लिये वाईस-बेस्ड और क्षेत्रीय भाषा इंटरफेस की पेशकश की जा रही है।

## अवसंरचनात्मक और रोज़गार अंतराल को दूर करना:

नये कारोबार कार्यक्षेत्र वेयरहाउसिंग, वितरण सुविधाएँ और रोज़गार अवसर प्रदान करने के रूप में मौजूदा अवसंरचनात्मक एवं रोज़गार अंतराल को दूर करते हुए भारत को अपने घरेलू बाज़ारों की बेहतर सेवा कर सकने में मदद कर रहे हैं।

## सामाजिक और राजनीतिक प्रगति:

अधिकांश भारतीय इंटरनेट उपयोगकर्ता सूचनाओं तक पहुँच बनाने, संवाद करने और राजनीतिक एवं सामाजिक जीवन में

भागीदारी करने के लिये एक या एक से अधिक बिग टेक प्लेटफॉर्म पर निर्भरता रखते हैं।

यह अभिव्यक्ति की स्वतंत्रता के संवैधानिक अधिकार के प्रयोग का भी लोकतंत्रीकरण कर रहा है।

## बिग टेक को विनियमित करने के लिये भारत का वर्तमान दृष्टिकोण

भारत में एंटी-ट्रस्ट विषयों को प्रतिस्पर्द्धा अधिनियम, 2002 द्वारा नियंत्रित किया जाता है और भारतीय प्रतिस्पर्द्धा आयोग सभी प्रकार के एकाधिकारवादी अभ्यासों का नियंत्रण करता है।

उदाहरण के लिये, भारतीय प्रतिस्पर्द्धा आयोग ने हाल ही में गूगल के 'व्यावसायिक उड़ान खोज विकल्प'—जिससे यह ऑनलाइन सर्च बाज़ार में एक प्रमुख स्थान प्राप्त कर रहा है, पर चिंता व्यक्त की है।

गूगल को वर्ष 2019 में मोबाइल एंड्रॉइड बाज़ार में अपनी प्रमुख स्थिति का दुरुपयोग करते हुए उपकरण निर्माताओं पर अनुचित शर्तें थोपने का भी दोषी पाया गया था।

इसके अलावा, सरकार ने प्रतिस्पर्द्धा संशोधन विधेयक, 2022 के माध्यम से प्रतिस्पर्द्धा कानून में संशोधन का प्रस्ताव भी किया है।

## भारत में बिग टेक कंपनियों से संबद्ध प्रमुख चुनौतियाँ

संवेदनशील डेटा का अप्रतिबंधित प्रवाह: जबकि डेटा अर्थव्यवस्था का विकास हुआ है, हमने इसके विनियमन को प्रभावी ढंग से संबोधित नहीं किया है। इन प्लेटफॉर्मों पर संवेदनशील डेटा (वित्तीय रिकॉर्ड, फोन लोकेशन और मेडिकल हिस्ट्री आदि) का संग्रहण चिंताजनक परिणाम दे सकता है।

बड़े निगम इस डेटा को बिना किसी प्रतिबंध के उपयोग या स्थानांतरित करने के अधिकार के स्वामित्व का दावा करते हैं।

## इंटरनेट एकाधिपत्य (Internet Monopolisation):

बिग टेक कंपनियाँ 'उपभोक्ता निष्ठा' (Consumer Loyalty) को अर्जित करने के बजाय उसकी खरीद करने के लिये प्रतिस्पर्द्धियों का अधिग्रहण कर लेती हैं। वे उपभोक्ताओं को अपने पारिस्थितिकी तंत्र में अवरुद्ध करके रखते हैं और उन्हें अपने ही प्लेटफॉर्मों का उपयोग करने के लिये बाध्य करते हैं।

उनकी संयुक्त शक्ति चुनावों को भी प्रभावित कर सकती है और किसी राष्ट्र के राजनीतिक रुझान को बदल सकती है।

## विनियामक निर्वात (Regulatory Vacuum):

बिग टेक फर्मों द्वारा नवाचार और प्रगति की तेज़ गति के कारण नियामकों के पास केवल प्रतिक्रिया दे सकने की ही सक्षमता होती है, वे इसका सामना कर सकने की तैयारी नहीं रखते। ये दिग्गज प्लेटफॉर्म प्रयास करते हैं कि वे अकेले मध्यस्थ बने रहें और इसलिये उन्हें कंटेंट के लिये उत्तरदायी नहीं ठहराया जा सकता है।

## विवेकाधीन मूल्य निर्धारण (Discretionary Pricing):

गैर-डिजिटल क्षेत्र में मूल्य निर्धारण बाज़ार की शक्तियों के माध्यम से तय होता है। लेकिन डिजिटल क्षेत्र नियम प्रायः बड़े प्लेटफॉर्मों द्वारा तय किये जाते हैं। इन प्लेटफॉर्मों पर उपभोक्ता स्वयं उत्पाद हैं।

बिग टेक फर्मों द्वारा गेटकीपिंग के साथ 'नेटवर्क इफेक्ट्स' (Network Effects) और 'विनर-टेक-इट-ऑल' (Winner-takes-it-all) जैसी अवधारणाओं के संयोग से समस्या और



बढ़ जाती है।

## आगे की राह

### डिजिटल मार्केटप्लेस का विनियमन:

चूँकि भारत अब डिजिटल रूपांतरण (Digital Transformation) के शिखर पर है, यह आवश्यक है कि आधुनिक स्टार्ट-अप और सूक्ष्म, लघु एवं मध्यम उद्यमों (MSMEs) के लिये उचित अवसर सुनिश्चित करने के लिये देश में सबके लिये एक समान अवसर मौजूद हो।

वर्ष 2000 का प्रतिस्पद्धा अधिनियम वृहत रूप से भौतिक बाजार को संबोधित करने के लिये अधिनियमित किया गया था। डिजिटल मार्केटप्लेस के लिये इस कानून को प्रासंगिक बनाने की तत्काल आवश्यकता है।

यूरोपीय संघ ने पहले ही 'यूरोपियन यूनियन डिजिटल सर्विसेज एक्ट' के माध्यम से इस आवश्यकता को समझ लिया है। समय आ गया है कि भारत में भी इसी तरह के कानून को अपनाया जाए।

### मूल्य निगरानी

बाजार में किसी भी डिजिटल प्लेटफॉर्म की स्थिति को परिभाषित करने में मूल्य निर्धारण एक मौलिक भूमिका निभाता है। स्थानीय विक्रेताओं के लिये एक समान अवसर सुनिश्चित करने के लिये मूल्य निर्धारण का एक प्रत्याशित या पूर्व-अनुमानित ढाँचा स्थापित करना आवश्यक है।

सरकार का 'ओपन नेटवर्क फ़ॉर डिजिटल कॉमर्स (ONDC) प्लेटफॉर्म इन छोटे खिलाड़ियों के लिये एक विश्वसनीय विकल्प है।

### तटस्थता, अंतर-संचालनीयता और जवाबदेही सुनिश्चित करना

प्लेटफॉर्म की तटस्थता (Neutrality) को एक अनिवार्य मानदंड बनाया जाना चाहिये ताकि बिग टेक प्लेटफॉर्म अपने प्लेटफॉर्म का उपयोग करने वाले अन्य कारोबारों के साथ गलत तरीके से भेदभाव न कर सकें।

### अंतर-संचालनीयता (Interoperability)

उपभोक्ता की पसंद को सक्षम करने और AI-आधारित एल्गोरिदम के भार को

कम करने में मदद करेगी।

हानिकारक एल्गोरिथम संबंधी परिवर्धन (Algorithmic Amplification) की पहचान करने, मूल्यांकन करने और उसे दंडित करने के लिये एल्गोरिथम संबंधी जवाबदेही (Algorithmic Accountability) सुनिश्चित की जानी चाहिए।

### उपभोक्ताओं को 'कुशन' प्रदान करना:

उपभोक्ताओं के हित में नये उपभोक्ता संरक्षण (ई-कॉमर्स) नियम, 2020 और प्रतिस्पद्धा कानून के बीच सामंजस्य स्थापित करने की आवश्यकता है।

ऐसे उपभोक्ताओं के लिये उचित मुआवजा सुनिश्चित करने हेतु एक तंत्र तैयार करने की आवश्यकता है जो बिग टेक कंपनियों की प्रतिस्पद्धा-विरोधी अभ्यासों का खामियाजा भुगतते हैं।

### डेटा गोपनीयता और सुरक्षा

दुनिया भर की सरकारों ने उपयोगकर्ताओं के गोपनीयता के अधिकार की रक्षा के लिये कड़े कानून लागू किये हैं जहाँ टेक कंपनियों के लिये डेटा सुरक्षा एवं गोपनीयता हेतु कुछ बुनियादी एवं आवश्यक उपायों का पालन करना अनिवार्य बनाया गया है।

इस संदर्भ में, सभी डिजिटल मार्केट खिलाड़ियों के लिये समर्पित डेटा सुरक्षा मानदंड तैयार किये जाने चाहिये जो सीमा पार प्रवाह की निगरानी भी करेंगे ताकि यह सुनिश्चित किया जा सके कि भारत के बाहर डेटा का हस्तांतरण घरेलू नवाचार, कानून प्रवर्तन या अन्य सेवाओं को बाधित नहीं करता हो।

प्रकृतिमेल डेस्क

भारत एक कृषि प्रधान देश है। यहां पर संस्था की दृष्टि से देखा जाए तो सिर्फ गांव ही गांव अत्यधिक है सभी ग्रामीण समुदाय अधिक मात्रा में कृषि कार्य करते हैं इसलिए भारत को कृषि प्रधान देश भी कहा जाता है। इसे पूरे विश्व में एक कृषि प्रधान देश की संज्ञा मिली हुई है, लगभग यहां के सत्तर प्रतिशत लोग किसान हैं, जो भारत की रीड की हड्डी के समान हर जगह पर अपना कार्य दे रहे हैं। अपनी सफलताएं दे रहे हैं। खाद्य फसलों और तिलहन का उत्पादन में लगातार विकास कर रहे हैं। वह वाणिज्य फसलों के उत्पादन में भी लगातार भारत का सहयोग कर रहे हैं। वह हमारे उद्योगों के लिए कच्चे माल और उत्पादन के लिए हमारे राष्ट्र के लिए लगातार जीवन दायनी रक्त की तरह डटे हुए हैं। भारत अपने लोगों पर प्रत्यक्ष या कहा जाए तो असाधारण रूप से निर्भर करता है भारतीय किसान पूरे दिन रात काम करते हैं और फसलों को मवेशियों से सुरक्षित रखते हैं वह अपने लोगों और अपनी सुविधाओं का ख्याल रखते हैं वह निरंतर कृषि करते हैं ताकि हमें कोई भी असुविधा ना हो।



## भारतीय हरित क्रांति जनक डॉ. एम एस स्वामीनाथन

**भारतीय** किसान बहुत ही कमजोर आर्थिक स्थिति का है, उनकी गरीबी पूरी दुनिया में मशहूर है। किसानों को दो वक्त का खाना भी पूर्णतया प्राप्त नहीं होता उनके तनों पर कपड़ा भी टुकड़ों में होता है। ऐसे में बच्चों को शिक्षा मिलना तो बहुत दूर की बात है वह अपने बेटे बेटियों के लिए ठीक से कपड़े या भोजन भी परिपूर्ण रूप से दे नहीं पा रहे हैं। ऐसे में बहुत जरूरी है कि कृषि के तरीकों में बदलाव आए, उनके जीवन में सुधार आए। सरकार के लगातार चलते हुए प्रयासों से कमजोर की आर्थिक स्थिति में बदलाव हुआ है। अब हमारे कृषि का समय बहुत उन्नत और खुशहाल है। जब हमारा किसान खुशहाल होगा तो हमारा देश भी

विकास करेगा और खुशहाल रहेगा। हमारे देश का गरीब किसान अपनी पत्नियों को गहने नहीं पहना पाता वह अपनी पत्नी के कपड़ों को पूरी तरह से संरक्षित भी नहीं कर पा रहा है अब घर पर क्षेत्र में लगातार कमी आती जा रही है उसकी गौशाला साफ करती हुई गाय के गोबर बनाकर दीवारों पर चिपका देते हैं हम सभी को मिलकर के कार्य करना होगा जिससे कि किसानों की स्थिति सुधर सके। हमारा किसान भी ले मानसून के महीने के दौरान ईंधन के रूप में उपयोग होता है भारतीय किसान को गांव के दलालों द्वारा बहुत ज्यादा ही परेशान किया जाता है वह साहूकार और लगातार कई अन्य परेशानियों से इतना ज्यादा घिरा रहता है कि धीरे-धीरे वह अपना जीवन समाप्त करने के लिए अग्रसर हो जाता है। ऐसे में भारतीय किसान के पास उपयुक्त निवास और उपयुक्त घास फूस की झोपड़ी आदि और छोटे कमरे इन सभी की कमी इस ओर इशारा करती है कि किसानों की हालत कितनी ज्यादा कमजोर है गंभीर है उन्हें सुधार की आवश्यकता है उनके जीवन का सुधार की आवश्यकता है। देखा जाए तो किसानों को उन्नत बिजली और पानी देना चाहिए, जो कि

नहीं मिलता बल्कि आपूर्ति के लिए उनको बहुत काम करने के लिए कहा जाता है जबकि उनकी इतनी पैदावार भी नहीं होती। पंजाब जैसे राज्यों में पहली बार जब हरित क्रांति से किसानों को बहुत मदद मिली तो कम कीमतों पर कई बड़ी फसलों की उपज और उनके काम में बाधाएं आने शुरू हो गए। भारतीय किसानों की हालत में सुधार किया जाना चाहिए उन्हें खेती की आधुनिक तकनीक सिखाई जानी चाहिए उन्हें साक्षर बनाना चाहिए उन्हें पढ़ा लिखा होना चाहिए जिससे वह चीजों को समझ सके उनकी वैज्ञानिकता को समझ सके और उस तरह से फसलों की पैदावार को बढ़ा सके उनकी देखरेख कर सकें जिससे उनको अपना स्तर ऊपर उठाने का मौका तो मिलेगा ही साथ ही साथ उनकी अगली पीढ़ी को और भी ज्यादा संबल मिलेगा, और इन्हीं में एक नाम जो उभरकर सामने आता है एम.एस. स्वामीनाथन का जो कृषि के महानायक कहे जाएं। डॉक्टर एम एस स्वामीनाथन के ऊपर चर्चा करेंगे समझे कि आखिर किस तरीके से इन्होंने अपने संपूर्ण जीवन को समर्पित किया। भारतीय किसानों में किस तरह से इन्होंने परिवर्तन किया। पूरे देश की किसानों में यह हरित क्रांति के जनक कहलाए।

खेतों में 94 साल के शख्स का घूमना और और लगातार उनका ध्यान देना यह एक तरह का चिन्ह है कि उस शख्स की उन फसलों में आत्मा बसती है। वह शख्स जिसने भारत के मरते हुए खेतों में जान फूँकी। जिसने मरते हुए किसानों को जीवन की कुंजी दे दी। कि वह भी एक अमीरी का जीवन जी सकते हैं। पहले अनाज इत्यादि बाहर से भारत में आता था तब जाकर के यहां पूरा पड़ता था। हमारे देश में भुखमरी थी हमारा आजादी और आजादी के बाद का कुछ समय अत्यंत कठिन था। जब डॉक्टर स्वामीनाथन ने इस तरह की चीजों को देखा तो इन्होंने अपने जीवन का लक्ष्य बनाया कि वह भारत में किसानों के जीवन को उन्नत

करेंगे भारत की किसानों को भारत की खेती को व उन्नत करेंगे, उसे विश्व पटल पर चमका कर ही रहेंगे। और इसी राह में इन्होंने तरह-तरह के बीजों को विकसित करना शुरू किया जिससे वह देश को भुखमरी से बाहर निकाल सकें और विकसित राह पर अग्रसर हो सकें।

उन दिनों ब्राजील में एक प्रोग्राम चला था जीरो हंगर और ब्राजील के पूर्व राष्ट्रपति डॉ सिल्वा ने इस प्रोग्राम को चलाया था। स्वामीनाथन ने बायो फर्टिलाइजर प्लांट के जरिए कई अन्य तरीकों से अपने लोगों की मदद करने की उम्मीद जताई और उसे धीरे-धीरे साकार किया। पोषण की शिक्षा को सबके बीच पहुंचाने के लिए लोगों के बीच में गए। डॉक्टर साहब ने इंटीग्रेटेड एग्रीकल्चर एंड न्यूट्रिशन पर आधारित कार्य किए। आज देश में डॉक्टर स्वामीनाथन के कारण पर्याप्त उत्पादन और भोजन है। डॉक्टर स्वामीनाथन के अनुसार वातावरण भी एक समस्या था भुखमरी का जिससे हमें निपटना था प्रतिदिन की खेती किसानों के लिए घाटे का सौदा होती थी। युवा वर्ग का खेती में विश्वास उठ चुका था। लिविंग लेजेंड डॉक्टर एम एस स्वामीनाथन की महा नायकी को शब्दों में नहीं बांधा जा सकता है। क्योंकि स्वामीनाथन एक सोच है। पी.सी.के.एस के अनुसार डॉक्टर स्वामीनाथन सभी स्तर के लोगों के साथ आसानी से घुल मिल जाया करते थे। वे ग्रामीण लोगों के साथ घूमते थे उनकी समस्याएं पूछते थे उनसे खेती में आने वाली भिन्न भिन्न प्रकार की समस्याएं या उपायों के बारे में चर्चा करते थे। उनके पास पल भर के लिए भी समय नहीं था मगर फिर भी वह सभी से बहुत अच्छे से पेश आते थे। वैज्ञानिकों से अपने मन की बात कहते थे। पर्यावरण प्रेमी का अपनी इच्छा से सुबह 5:00 बजे से लेकर देर रात तक काम करना उनकी दिनचर्या में शामिल था।

डॉक्टर स्वामीनाथन संगीत के बहुत ही शौकीन थे, दक्षिण के संगीतज्ञ का उन पर

बहुत ही गहरा असर था। त्याग राज के गीतों में बहुत प्रेरणा उनको मिलती थी। बहुत कम उम्र में वह रूरल इंडिया की पत्रिका में लेख लिखने लग गए थे जो लंबे समय तक चल रहा था। बचपन में वह बहुत ही तेज बुद्धि के थे। इसी कारण उन्होंने भारतीय पुलिस चयन आयोग में दाखिला लिया और परीक्षा को उत्तीर्ण भी किया। मगर वहां उनका इतना मन नहीं लगा, बाद में उन्होंने खेती किसानों की ओर अपना रुख किया जहां पर उनका असली भाव बसता था, खेत खलियान में ही वह अपनी कर्मभूमि मानते थे। कृषि में आत्मनिर्भरता किसानों के लिए सपना सरीखा थी। देश की आजादी के बाद एकदम से आई भुखमरी जो कि बहुत ही ज्यादा कठिन थी। मुट्ठी भर लोग आखिर कैसे पूरे देश को भुखमरी से बाहर निकालते। ऐसे में बुद्धिमान लोगों की जरूरत थी जो सोचे समझे और एक तरीका तैयार करें जिस पर चलकर हम पूरे देश को भुखमरी से बाहर कर सकें। ऐसे में डॉक्टर स्वामीनाथन का योगदान बहुत ही ज्यादा महत्वपूर्ण है क्योंकि वह इकलौते एकमात्र व्यक्ति थे जो वैज्ञानिक भी थे और जो किसान खेती भी जानते थे और ऐसे में उनका यह मिश्रण देश के लिए बहुत ही ज्यादा चमत्कारी साबित हुआ।

रोमन दार्शनिक ने कहा था कि (पीस कैन नॉट अवेल) जहां लोग भूखे हो वहां शांति नहीं लोगों में गुस्सा होता है। दुनिया के दूसरे कोने में एक और शख्स था जो भुखमरी से लड़ रहा था, अमेरिका जैसे देशों में अनाज का आयात हो रहा था मगर कब तक आखिर 50 से 60 के दशक की शुरुआत में जब लोगों ने खेती को लेकर नकारात्मक रवैया ले ली थी ऐसे में शायद तकनीक की कमी और शोध का कम होना भी एक तरह का कारण था। लोग शायद यह मान चुके थे कि अनाज को आयात करना ही हमारी किस्मत है। ऐसे में डॉक्टर स्वामीनाथन ने लोगों में विश्वास भरा उन्हें यकीन दिलाया कि यह संभव है कि हम अपने ही देश में

अपने लिए साथी साथ बाहर के देशों के लिए भी अनाज उगा सकते हैं।

संयोगवश खेती के जादूगर वारलॉक इंडिया आए थे जो कि मेक्सिको के खेतों में अपना कमाल दिखा चुके थे उन्होंने गेहूं की संकर बीजों का कमाल दिखाया था इन संकर बीजों सहित अन्य कई बीजों का प्रयोग हुआ और नतीजे जोशीले थे, अद्भुत थे और यहीं से हरित क्रांति का दौर भारत में भी शुरू हो गया। भारत के एक मंत्री थे जिन्होंने डॉक्टर स्वामीनाथन का बहुत ज्यादा सपोर्ट किया उनका नाम था सी सुब्रमण्यम जोकि बहुत विद्वान और डॉक्टर स्वामीनाथन के बहुत प्रशंसक हैं। परिणाम स्वरूप पूरे उत्तर भारत में चार से पांच गुना उत्पादन बढ़ा मिला और यह प्रयास वृहद जन आंदोलन बन गया। इस क्रांति ने बहुत बड़े विकास का रूप लिया। शुरुआत में छोटी-छोटी नौकरी के चलते डॉक्टर स्वामीनाथन अपने आप को पूरी तरह से शोध में नहीं लगा पा रहे थे। मगर बाद में उन्हें एक ऐसी नौकरी मिली जिसके साथ ही साथ उन्होंने अपने शोध कार्य को जारी रखा। वह अपने उद्देश्य को कभी भी नहीं भूले।

डॉक्टर स्वामीनाथन ने चावल की जापानी और भारती किस्म पर शोध किया और 1965 में पूसा अनुसंधान केंद्र में शोध कार्य पर गति पकड़ कर चले। परमाणु विकिरण वाली किरणों से गेहूं की अन्य किसमें विकसित की जा सकती है यह लोगों में एक चमत्कार के जैसा था। उन वैज्ञानिकों को भी डॉक्टर स्वामीनाथन ने गलत किया जो यह कहते थे कि न्यूक्लियर किरणों से शोध सफल नहीं हो सकता। डॉक्टर स्वामीनाथन ने सफल परीक्षण के बाद रेडिएशन बायोलाजी का एक अलग विषय अनुमोदित किया जो कि बाद में पढ़ाया जाने लगा दिल्ली के पास बहुत बड़े खदान विकसित किए गए।

7 अगस्त 1925 को जन्मे डॉक्टर एम एस स्वामीनाथन जो कि भारत के एक

अभिन्न रत्न है उन्होंने अपनी जन्मस्थली कुंभकोणम जोकि दक्षिण भारत में है वहां से अपने जीवन की शुरुआत की और दुनिया के विभिन्न कई देशों में अपनी विद्वता का लोहा मनवाया। ऐसे तो उनके सम्मान और पुरस्कार की श्रेणी बहुत ही लंबी है मगर फिर भी यहां पर उन्हें दिए गए कुछ पुरस्कारों का विवरण मैं देना आवश्यक समझता हूं जैसे 1971 में उन्हें सामुदायिक नेतृत्व के लिए मैग्सेसे पुरस्कार मिला 1986 में अल्बर्ट आइंस्टाइन वर्ल्ड साइंस पुरस्कार मिला 1987 में पहला विश्व खाद्य पुरस्कार मिला 1991 में अमेरिका में टाइलर पुरस्कार मिला। 1994 में पर्यावरण तकनीक के लिए जापान का होंडा पुरस्कार मिला। 1997 में फ्रांस का ऑर्डर टू मेरिट एग्रिकोल कृषि में योग्यता क्रम के लिए पुरस्कार मिला। 1998 में मसूरी बोटैनिकल गार्डन यानी अमेरिका में है पदक दिया गया। 1999 में इंटरनेशनल एनवायरनमेंट पुरस्कार मिला और 1999 में यूनेस्को गांधी स्वर्ण पदक से भी उन्हें सम्मानित किया गया। भारत सरकार ने एमएस स्वामीनाथन को पद्म श्री, पद्म विभूषण और पद्म विभूषण जो कि क्रमशः 1967 1972 और 1989 में दिए गए। डॉक्टर स्वामीनाथन को भारत रत्न भी दिया जाना चाहिए ऐसा बहुत से लोगों का मानना है और वह इस के योग्य भी है अब उन्हें भारत रत्न कब दिया जाएगा यह तो आने वाला समय ही बताएगा 92 साल के हो चुके डॉक्टर एम एस स्वामीनाथन ने अपने पूर्व संपूर्ण जीवन को भारत के लिए समर्पित किया है ऐसे ही प्रभावशाली व्यक्ति कि हमारे देश में अत्यधिक आवश्यकता है और यदि ऐसे प्रभावशाली व्यक्ति हमारे समाज में लगातार हर जगह होने लग जाए तो हमारे देश को संपूर्ण विकसित होने में जरा भी समय नहीं लगेगा।



# स्थिरता हमारा सत्य

उमेश

“

अभी जो समझ हम सभी में है वह बाहरी दुनिया के आधार पर है और इस बाहरी आवरण के लिए हम बड़े ही मजबूत तर्क संजोकर अपनी आपाधापी को सही ठहराते हुए एक मृगमरीचिका के अधीन हो जीवन बिता देते हैं। वास्तव में बाहर कुछ है ही नहीं। जो हमारा सत्य है हमारे भीतर ही है, हमारी स्थिरता है। वही हमारा सुकून और आनन्द है और जिसकी तलाश हमें हर क्षण है।



महामना श्री अशोक मानव जी के अनुसार "हमारी मूल प्रवृत्ति 'स्थिरता' की है। हमारी परम् अवस्था 'पदार्थ अवस्था' की है। यही स्थिरता हमारी शांति एवं आनन्द की दशा है। हमारा यह मानव रूप, विकृत रूप है जो कि आज चलायमान है। यह हमारा प्रदूषण है। स्थिरता ही हमारा सत्य है। यह स्थिरता जिसमें हम शांत और आनन्दित रहते हैं हमारी प्राकृतिक अवस्था है। जिसके लिए प्रकृति ने हमें जन्म दिया है। इसी आनन्द के एहसास के लिए ही हमारा अस्तित्व है। हमारे अंदर जब इच्छा उत्पन्न हुई कि हम चल सकें अपनी रक्षा कर सकें, इसी इच्छाशक्ति के चलते हम आज के दौर तक पहुंच गये।" अब हम बस भाग ही रहे हैं, अपनी-अपनी इच्छाओं के वशीभूत हम भाग ही रहे हैं।

स्थिरता ही हमारी मूल गंध है। मारी सहज स्वीकृति भी यही है। हमारी रासायनिकता हमें स्थिरता के लिए प्रेरित करती है हमारी सिद्धांत होने की राह भी वही ले जा रही है।

योगेश्वर श्री श्यामाचरण लाहिड़ी हाशय जी का कथन भी कुछ ऐसा ही है। वे भी स्थिर अवस्था को स्पष्ट करते हुए कहते हैं कि "ईश्वर एक अवस्था है, प्राण की स्थिर अवस्था है। स्थिर प्राण ही जीव के शरीर में चंचल होकर बुद्धि, इन्द्रिय आदि रूपों को धारण किया है। और इसी से मोहग्रस्त है। जीव के अपने स्वरूप से विक्षोभ अवस्था है अर्थात् स्थिर प्राण से चंचल प्राण से अवतरण की अवस्था है। स्थिरता अथवा स्थिरत्व ही जीव का वास्तविक स्वरूप है।"

यहां हम समझ सकते हैं कि स्थिरता ही हमारा सत्य है। सत्य को समझना, सत्य के अनुरूप ही जीना हमारा आनन्द है। आज हमारी आनन्द के नाम पर जो दौड़ है वह व्यर्थ ही है क्योंकि जिस आनन्द के लिए हम दौड़ रहे हैं वास्तव में यह दौड़ ही हमें आनन्द से दूर ले जाती है। बहुत साधारण अर्थों में समझना चाहें तो हम देख सकते हैं कि आखिर हम किस अवस्था में शांत और आनन्द को अनुभव करते हैं? जब हम भाग दौड़ में होते हैं या जब हम शांत एक जगह रुके होते हैं, आराम कर रहे होते हैं। ऐसा न होता तो हम निरंतर भाग-दौड़ में ही रहते। हम आराम की तलाश में न होते। हम सभी दिनभर की दौड़ के बाद आराम करना पसंद करते हैं और इसी आराम की प्रक्रिया में हम शांति और सुकून का एहसास करते हैं। व्यवहारिक बोल चाल में भी लोग अक्सर यह कहते पाये जाते हैं कि इस भाग दौड़ से ऊब चुके हैं। अब आराम चाहिए, चैन चाहिए। हमारी जीव आत्मा को नैसर्गिक ऊर्जा भी तभी प्राप्त होती है जब आराम कर रहे होते हैं। प्राकृतिक अर्थों में जब हम ठहरे होते हैं या कहे कि जब हम स्थिर अवस्था में होते हैं। सोते या आराम करते वक्त हम स्थिर रहते और हमारी गंध हमारे मूल स्वरूप की ऊर्जा प्राप्त कर आनन्दित हो रही होती है। हर एक व्यक्ति आराम की स्थिति में ही रहना चाहता है। परन्तु सामाजिक चक्रव्यूह ऐसा है कि हम यदि ठहरे या शांत हो दूसरों से विपरीत चलने का प्रयास किया तो लोग उन्हें ताने देकर हमारा रास्ता बदलने का प्रयास करते हैं। ठहराव की आवश्यकता शारीरिक होने से ज्यादा मानसिक होती है। समाज में रहकर कर्म तो करना ही है। इससे अपने को रोक पाना कठिन है। महामना श्री अशोक मानव जी कहते हैं कि शरीर से हम अपना कर्म करते रहे, अपनी सभी जिम्मेदारियों का निर्वहन करें पर मन से स्थिर रहे। मन से किसी चीज से अपने को न जोड़े। यह करना आसान तो बिल्कुल भी नहीं है। हम

देख सकते हैं कि हम शारीरिक तौर पर कहीं भाग-दौड़ न कर रहे हो तब भी हमारा मन बहुत तेज गति से दौड़ता रहता है। हमारे मस्तिष्क में अनगिनत विचार भागते रहते हैं। यू रहना भी स्थिरता की निशानी नहीं है। न ही यह हमें हमारे आनन्द तक ले जाने में सक्षम हो सकेंगी।

अभी जो समझ हम सभी में है वह बाहरी दुनिया के आधार पर है और इस बाहरी आवरण के लिए हम बड़े ही मजबूत तर्क संजोकर अपनी आपाधापी को सही ठहराते हुए एक मृगमरीचिका के अधीन हो जीवन बिता देते हैं। वास्तव में बाहर कुछ है ही नहीं। जो हमारा सत्य है हमारे भीतर ही है, हमारी स्थिरता है। वही हमारा सुकून और आनन्द है और जिसकी तलाश हमें हर क्षण है। जो कुछ बाहरी है वह दिखावा मात्र है। जो कि सामाजिकता के तानेबाने में यूँ बुना है कि हम उसे ही सही मानकर उसी के अनुसार बेमन से ही जीवन बिता देते हैं। हमारे में इतनी हिम्मत ही नहीं आती कि इसके खिलाफ जाये। कभी-कभी हम स्वयं से ही बाहर निकलना नहीं चाहते। समय व्यतीत करने के लिए और समाज की स्वीकृति और सम्मान पाने के लिए कुछ एक विषय बना कर जीते हैं। प्रयास रहता है कि हम चयनित विषय को लक्ष्य मानकर बढ़ें और इसी लक्ष्य के प्रति मेरा समर्पण मेरे जीवन को सफल घोषित करवा देगा। इस प्रयास में वस्तुतः हमने पाया कुछ भी नहीं बस खोया ही। हमने अपना बहुमूल्य जीवन जो कि आनन्द की चाह रखता था उसे अभाव और उलझनों के मध्य रख दिया। यही तक सब रहता तो भी ठीक था परन्तु अपनी इसी प्रकार की समझ को परम्परा के चोले में आगे बढ़ाते रहे हैं। अब इसी मरीचिका को पा लेने के प्रयास को ही सफल जीवन के रूप में दर्शाया भी गया।

यूँ इस डगर पर चलते कर्म बंधनों के पाश में पड़ते हर बार जीवन जीते और वही मार्ग अपनाते रहे। हर बार दौड़ रही चाह भी

वही रही और समझ भी। जो न समझ आया वह थी 'स्थिरता'। यह समझ लेना आवश्यक है कि अपने सत्य को जानने के लिए हमारा स्थिर होना अत्यंत आवश्यक है। ज्यों ही ठहराव आयेगा स्थिरता आयेगी हमारी समझ परिष्कृत होगी, सत्य स्पष्ट होगा। इच्छाओं का भवंडर थमेगा। ऐसे ही क्षण हमें अपने सत्य का एहसास होगा। महामना समझाते हुए कहते हैं कि स्थिर होने के लिए ठहर जाने के लिए आपको इतना करना है कि "कोई नई इच्छा नहीं बनानी है।"

यह भी स्वाभाविक प्रश्न है कि जब ठहराव ही हमारा मूल स्वरूप है तब हम भाग ही क्यों रहे हैं? इसका उत्तर यह है कि हम स्वयं के भीतर न जाकर हमने बाहरी लोगों से, दूसरों से रास्ता पूछा, दूसरों की सुनी, बाकियों ने अपना अधूरा ज्ञान बांटा और अपनी दौड़ में शामिल कर लिया। वहीं जिन्होंने अपने भीतर गोता लगाया अपने अनुसार चलना चाहा उन्हें गलत बता कर असामाजिक करार कर दिया गया और समाज से दूर कर दिया गया, उन्हें असफल और कमजोर कह दिया गया। उन्हें हर हाल में गलत बताया गया ताकि परम्परा न टूटे।

यदि हम स्वयं आज देखे तो हमने क्या पाया? जितना प्रयास, जितना भी विकास है वह हमें कहीं लाया है? क्या हम कुछ बना पायें हैं। हमारे तर्कों ने, हमारे विज्ञान ने हमें क्या दिलाया? क्या हम कुछ बना पाये हैं या सब बिगाड़ आये हैं। इस नये वर्ष कुछ समय स्वयं को भी दीजिए। ठहर कर अपने को खोजिए। खुद से विचार करिये कि हर तरफ दौड़ कर सब कुछ पा लेने की चाहत में, दिखावे की रंगत में, स्वयं से दूर भागने की आदत ने हमें आखिर कितना आराम दिया, हमें कितना आनन्दित किया? वह ठहराव कहां है, वह आनन्द कहा है जो आपकी ही चाहत है।

**नव वर्ष की हार्दिक शुभकामनाएं।**

# मास्क और दो गज की दूरी...

## जान बचाने के लिये फिर जरूरी

गोवर्धन दास बिन्नाणी 'राजा बाबू'

बीकानेर, राजस्थान

वैसे तो बीते वर्ष 2020 से 2022 तक हमने मानसिक तनाव बहुत झेला है। यह मानसिक कष्ट अनेक कारणों से रहा, जिसमें प्रमुख रहा चीन पाकिस्तान के साथ युद्ध का भय व कोरोना महामारी व महामारी के बाद वाले प्रभाव। परन्तु हम सभी यह भी जानते हैं कि हमारी सरकार ने चीन व पाकिस्तान दोनों पर अपना दबदबा बनाये रखा और कोरोना महामारी पर बहुत हद तक काबू भी पाने में सफल रही। यही सभी कारण रहे हैं जिसके चलते बीते तीन साल हमें बहुत कुछ सिखा के भी गये हैं और उस शिक्षा ने हमारी सोच व कार्य पद्धति में आमूल-चूल परिवर्तन कर दिया है।

यही कारण है जब इन दिनों वापस फिर कोरोना की आहट सुनने में आ रही है तब हम सब भी इस बार उसको हावी नहीं होने देने के प्रति न केवल जागरूक हैं बल्कि प्रतिबद्ध भी हैं। इसी कारण, हम सभी, इस बार "मास्क और दो गज की दूरी...जान बचाने के लिये फिर जरूरी" अपनाना शुरू कर दिया है।



अब बीते इन तीनों साल में हमने जो कुछ भी सीखा उसी को क्रमवार प्रस्तुत कर रहा हूँ -

- ◆ कोरोना काल वाले समय से आज तक हमने अपने सीमित संसाधनों में भी कैसे जी सकते हैं, सिखा।
- ◆ कोरोना काल वाले समय में हमने घर की चार दीवारी में रहने के लिए आवश्यक संयम का महत्व सीखा जिसका लाभ अनेक लोग अब उठा रहे हैं अर्थात् खासकर वे, जिनके बच्चे उनसे दूर रहते हैं।
- ◆ बीते सालों में हमने हर तरह की समस्या से संघर्ष करना भी सीखा है।
- ◆ इसी तरह इन सालों में हमने स्वयं का काम स्वयं करना चाहिये, के महत्व को समझा।
- ◆ सच में देखा जाए तो देश में हमारे आस-

पास स्वच्छता - सफाई, जिसका सरकार पीछे कई वर्षों से अभियान चलाये हुए थी उसका सही अर्थों में महत्व इन बीते सालों में हमें बाखूबी समझ में आ गया।

- ◆ आजकल समय बैंक का चलन है। उसकी उपयोगिता समझ, उसमें अनेक लोगों ने इन दिनों में अपनी अपनी सहभागिता सुनिश्चित की है।
- ◆ हालाँकि एक दूसरे की मदद करना हमें बचपन से सिखाया जाता रहा है, लेकिन इसका महत्व भी बहुत ही बढ़िया ढंग से हमें इन बीते सालों में सीखने को मिला है।
- ◆ मानसिक संतुलन की आवश्यकता क्यों और इसे कैसे बनाये रखना है इसको भी हमने अच्छी तरह से सीखा है।
- ◆ अन्न की कीमत क्या होती है इसका अनुभव भी हर स्तर के लोग इन बीते सालों

में न केवल देखा बल्कि समझा भी है।

- ◆ वैसे तो हम सभी जानते ही हैं कि सावधानी रखना कितनी जरूरी है लेकिन "सावधानी हटी और दुर्घटना घटी" का महत्व इन बीते सालों में बखूबी मालूम पड़ा है।
- ◆ इन्हीं सालों में हमने यह भी सीखा है कि घर के काम में सभी हाथ बंटते हैं तो कितनी आसानी से सारे गृहकार्य निपट जाते हैं यानि बीते तीन साल घर के काम में हाथ बंटाना भी सीखा गये।
- ◆ प्रकृति को सहजना चाहिये, यह तो सभी जानते हैं लेकिन उसके प्रभाव का प्रत्यक्ष अनुभव भी इन्हीं बीते सालों में हुआ है।
- ◆ बीते सालों में अमीरी-गरीबी का भेद जिस तरह से मिटा है यानि प्रकृति ने किसी से भेदभाव नहीं किया, वह भी एक अलग तरह का अनुभव हुआ है।
- ◆ बीते सालों में हमने यह भी अनुभव किया कि सीमित लोगों के साथ कम खर्च में शादी सम्पन्न की जा सकती है अर्थात् मितव्ययिता का महत्व भी समझने में आया।
- ◆ इसी तरह बीते सालों में हमने यह जान लिया कि कम लोगों की उपस्थिति में भी अंतिम संस्कार करना उचित रहता है।
- ◆ किसी भी बीमारी से पार पाने में मानसिकता का अलग महत्व है। यही बात यानि आनेवाली किसी भी तरह की विपदा को मजबूती से निपटाने की मानसिक तैयारी कैसी हो यही हमें बीते सालों में सीखने को मिला है।
- ◆ हम सभी प्रायः नित्य ही अपने अपने पूजा स्थल जाते ही रहे हैं। लेकिन किसी कारणवश नहीं जा पाने पर जो मन में ग्लानि वाला भाव हो जाता उस पर, सर्वशक्तिमान प्रभु ने, पार पाना सीखा दिया अर्थात् उस परिस्थिति में घर पर ही दर्शन, अर्चना वाला महत्व कम नहीं है, समझा दिया।
- ◆ जो लोग समय अभाव के कारण हो या अन्य कारणवश पूजा अर्चना को महत्व नहीं देते थे, उन्हें आध्यात्मिक चिंतन



महत्वपूर्ण क्यों, इन्हीं बीते सालों में सीखने को मिला।

- ◆ कृपया ध्यान दे लें बीते तीन साल जीवन का सही मूल्य समझा कर विदा हुये हैं।
- ◆ इन्हीं बीते सालों में हमको ऑनलाइन पढाई का महत्व अच्छी तरह समझ में आ गया अर्थात् समय, मेहनत व पैसा सभी में किफायत जानने मिली।
- ◆ हम डिजिटल युग में रह रहे हैं लेकिन उसका सदुपयोग कर हम क्या क्या लाभ उठा सकते हैं, इस विषय को कोरोना काल वाले समय से अभी तक निरन्तर विस्तार से समझाया जा रहा है। यही कारण है कि लोगों का रुझान डिजिटल सदुपयोग की तरफ बढ़ता ही जा रहा है।
- ◆ समयाभाव के चलते या किसी भी कारण से जो लोग व्यायाम / योगाभ्यास नियमित नहीं करते थे उन्हें इसका महत्व बीते सालों में समझ में आ गया और कोरोना काल से अब तक हर घर में इस पर अमल हो रहा है।
- ◆ प्रायः आम लोग आयुर्वेदिक दवा को अहमियत नहीं देते थे लेकिन इन बीते सालों में केवल आम लोग ही नहीं बल्कि ऐलोपैथिक डॉक्टर भी आयुर्वेदिक दवा के महत्व को समझा ही नहीं बल्कि साधारण

रोग में लेने की सलाह देना शुरू कर दिया यानि हमारे वैदिक काल वाली दवा कितनी बीते सालों से कारगर है, यह सभी ने माना।

इसी संदर्भ में आप सभी के ध्याननार्थ बता दूँ कि अभी कुछ दिन पहले ही भारतीय आयुर्विज्ञान अनुसंधान परिषद ने दिशा-निर्देश जारी कर लोगों को कम बुखार या वायरल ब्रॉकाइटिस जैसी बीमारियों के लिए एंटीबायोटिक का इस्तेमाल नहीं करने को कहा है। जबकि आयुर्वेद पहले से ही इस तरह की बीमारियों में इसके खिलाफ रहा है।

निष्कर्ष में यही बताना चाहता हूँ कि इन बीते सालों ने हमारी सोच, व्यवहार, चिंतन को एक नयी अनूठी दिशा प्रदान की है। बीते तीन साल हमें न केवल आपसी सहयोग, सद्भावना व स्व अनुशासन का पालन करना सिखाया बल्कि हमें स्पष्टरूप से समझा दिया कि सही सोच, हिम्मत और धैर्य से हम सभी प्रकार की मुसीबतों से राहत पा सकते हैं। इसलिये वापस फिर कोरोना की जो आहट सुनने में आ रही है उस पर काबू पाने के लिये अभी से "मास्क और दो गज की दूरी...जान बचाने के लिये फिर जरूरी" पर अमल अवश्य करें।





## सूत्र वाक्य

### अशोक मानव

- समय उस प्रकाश का नाम है, जो अपने प्रकाश से जल का सहयोग लेकर जलवायु तैयार करके जीव और जीव से पदार्थ का निर्माण करके ब्रह्माण्ड की रचना करता है।
- किसी विषय के प्रति नकारात्मक सोच अप्राकृतिक होती है जो की विषय पूर्ति के समय को दूर करती है, और सकारात्मक सोच समय को नजदीक लाती है, इस प्रकार मानव अपनी इच्छा पूर्ति का समय जल्दी ला सकता है।
- भौतिक जीवन में भोजन और निद्रा दो ही आवश्यक आवश्यकता होती है अन्य सभी आवश्यकता की चीजें सिर्फ हमारे भार को बढ़ाने का कार्य करती हैं।
- प्रकृति जीव को भार मुक्त बनाए रखने और जीवन की सरल यात्रा कराने के लिए ही उसे उसके भविष्य को देखने नहीं देती और आने वाली स्थिति से उसे अनभिज्ञ रखती है।
- कोई भी अवस्था अपने रासायन के अनुसार ही भोग करती है और उसी के अनुसार क्रियाशील होती है यही उसका कर्म है।
- इच्छा हमारी रासायनिक भूख है और लालच वो है जो हम बाह्य जगत में देख कर पाने की सोच बना लेते हैं।
- कोई भी व्यक्ति भौतिक जीवन में कितनी भी कमाई कर ले परन्तु वह उतना ही भोग कर पाता है जितना उसका रासायनिक भोग का ईंधन होगा, बाकी राशि विभिन्न रूपों में दूसरे लोग ही भोग करते हैं।
- कोई भी कार्य कठिन या सरल नहीं होता, जो भी कार्य है उसमें जितना बल की आवश्यकता है उतना बल तो लगेगा ही, और जब एक बार पूरा बल लग गया तो वही कार्य सरल लगने लगता है।
- इंसान के दुःख का कारण उसकी परिस्थितियां नहीं होती बल्कि उसकी वो धारणा होती है जो वह अपनी कल्पना में पहले से बना लेता है, और जब उसकी धारणा से विपरीत परिणाम आता है तो उसे दुःख होता है।
- विश्वास सजीवता के लिए एक ऊर्जा संचारित करने का सशक्त माध्यम होता है यदि विश्वास तनिक भी ढीला हुआ या कमजोर हुआ तो उर्जा संचार भी कमजोर होने लगती है।
- अनंत विज्ञान का गुण है निरंतर गतिमान रहना अतः चराचर जीव या पदार्थ को अनंत बनाने के लिए गतिमान रखना अनिवार्य है किसी भी जीव या पदार्थ की अवस्था यदि ठहर जाए तो विकास नहीं होगा।



# जीवन का चक्रव्यूह

अशोक मानव



जीवन प्रकृति की एक चक्रव्यूह रचना है। जो सूर्य और जल के मिलने से होती है। चक्रव्यूह की रचना दो प्रकार की होती है। एक सकारात्मक दूसरी नकारात्मक, सकारात्मक चक्रव्यूह की रचना में जीव का विकास प्रकृति विस्तार के लिए होता है। इस रचना में जीव का निर्माण कर उसकी सुरक्षा, आवश्यकता पूर्ति के लिए सात द्वार का चक्रीय घर बनता है जिसे शरीर कहते हैं। यह रचना एक खेल से शुरू होती है, जो कबड्डी जैसा होता है। सूर्य प्रकाश जल का भेदन कर आगे बढ़ने का प्रयास करता है। इस प्रक्रिया में जल हवा बनकर आगे बढ़कर आसमान की तरफ जाता है। जो प्रकाश को रोककर जीवन निर्माण के लिए उचित तापमान बनाए रखने के लिए कई परत बनाता है जिसमें जीवन सरवाइव (जीवित) कर सके। इसके बाद यही हवा प्रकाश को घेरकर भारी करता है जिससे प्रकाश वापस ना जा पाए। हवा जल तत्व का परिवर्तित रूप होता है जो मातृत्वरूप होता है। यह प्रकाश को आत्मिक (आत्मा) रचना में रोकता है जो प्रकाश का बीज रूप बन जाता है। यही चक्रव्यूह की रचना जीवन धारण करती है।

आत्मा जल तत्व से बनती है जो प्रकाश को रोकती है, हवा तत्व एक व्यूह बनाकर इन्हें घेरता है। इसी प्रकार प्रकृति में जीव का निर्माण होता है। जीव अपना शरीर छोड़कर जाते हैं तो उससे पदार्थ का निर्माण होता है। इस प्रकार प्रकृति का निरंतर विस्तार होता रहता है। 'हवा' तत्व में ब्रह्मांड के सभी पिण्ड पदार्थ का गुण मिला होता है। जो आवश्यकता अनुसार हर तत्व की पूर्ति कराता रहता है। इस प्रकार सकारात्मक चक्रव्यूह की रचना प्रथम तीन द्वार से तैयार होती है। जिसमें प्रथम 'जल तत्व' दूसरा 'जीव प्रकाश' जल तत्व के आत्मिक घेरे में रुकता है। तीसरा 'हवा तत्व' जो उन्हें एक घर में रोकता है। यही तीन द्वार उचित जलवायु पाने पर शरीर की रचना करते हैं। शरीर की आवश्यकता पूर्ति, सुरक्षा के लिए चार और द्वार की रचना करते हैं। उनके नाम इस प्रकार चक्रव्यूह रचना में सात द्वार बनते हैं। पहला 'जल' दूसरा 'हवा' तीसरा 'जीव प्रकाश'। यह तीनों मिलकर चौथे द्वारा 'आत्मा' का निर्माण करते हैं। आगे आत्मा जीव विकास के लिए पांचवा द्वार 'मस्तिष्क' छठा द्वार 'पाचन तंत्र' और सातवां द्वार 'गुर्दा' का निर्माण करती है। यही साथ बार शरीर की सुरक्षा और आवश्यकता की पूर्ति करते हैं। शरीर विकास के लिए भोजन की आवश्यकता होती है। जिससे शरीर का विकास होता है। जो भोजन शरीर में आता है उसे प्रकाश तत्व जलाकर हर तत्व को अलग करता है और हवा तत्वों से उचित स्थान पर पहुंचाता है। जल तत्वों उसे धारण करता है। इस प्रकार से जिस अंग की जरूरत होती है उसका निर्माण होता है। मस्तिष्क में आज्ञा चक्र होता है जो इच्छा शक्ति को जन्म देता है जो हवा तत्व है। यही शरीर की आवश्यकता की पूर्ति कराता है। यहीं पर जीव प्रकाश में 'मन' का निर्माण होता है। जो अपने प्रकाश से विषय की जानकारी देता है जो आज्ञा चक्र पर अंकित होती है। जिसे शरीर एहसास कर इच्छा को पैदा करता है। इच्छा शरीर के माध्यम से उसकी पूर्ति करता है। इच्छा अनुसार मन को शरीर से बाहर जाना पड़ता है। जैसे शरीर से जोड़ने के लिए आंतरिक पांच द्वार की व्यवस्था होती है। जिसमें 'आंख',

'कान', 'नाक', 'मुंह 'मूत्र त्याग' है इन पांचों द्वार की रचना एक-दूसरे से जुड़ी होती है। यह रचना घुमावदार होती है। इसमें ताकतवर हवा बनती है जो मन को शरीर से जोड़ती हैं। यह क्रिया पांचों द्वार के घुमावदार होने के कारण होती है। इसमें हवा की चुंबकीय प्रणाली से हवा ताकतवर बनती है जो मन को सही से बाहर-अंदर करने की प्रक्रिया करती है। मन इच्छा अनुसार शरीर से बाहर जाता है और शरीर की आवश्यकता अनुसार शरीर के अंदर आ जाता है। जब यह लाइन एक सीध में आ जाती है तो मन को शरीर खींच नहीं पाता है जिस कारण से जीवन लीला समाप्त हो जाती है। शरीर का नेतृत्व इच्छाशक्ति करती है। यही शरीर की आवश्यकता की पूर्ति करती है। इच्छाशक्ति शरीर से ही पैदा होती है इसे यूं कहा जा सकता है कि शरीर द्वारा अपना नेतृत्व इच्छाशक्ति को दिया जाता है। आत्मा जीव प्रकाश को हवा का घेरा बनाकर रोकती है। इसी में जीवन का उद्देश्य होता है उद्देश्य का गुणात्मक गया राजीव प्रकाश को रोकता है जिसमें गुणात्मक भार होता है। जब उद्देश्य पूरा हो जाता है तो 'जल तत्व' का 'हवा' रूपी गुणात्मक घेरे का गुणात्मक भार खत्म हो जाता है। जिससे जीव प्रकाश भार मुक्त होकर प्रकाश निकल जाता है। जल तत्व जल तत्व में मिल जाता है, हवा तत्व अपना घेरा खत्म कर देता है। शरीर पदार्थ में परिवर्तित हो जाता है। जीवन रहते हुए इच्छाशक्ति से भाव तत्व पैदा होता है जो जीवन की सुगंध होती है। शरीर के एहसास के बाद गुणात्मक हवा बनकर शरीर से निकलकर प्रकृति में गुणात्मक विस्तार करती है। शरीर की रचना का छठवां द्वार 'पाचन तंत्र' शहर में आए भोजन को प्रकाश तत्व के सहयोग से पचाता है। हवा तत्व उसे उचित जगह पहुंचाती है। सातवां द्वार 'गुर्दा' शरीर में काम करने आने वाले पदार्थों को शरीर से बाहर निकालने की क्रिया करता है। जब तक यह सातवां द्वार एक दूसरे से जुड़े रहते हैं तब तक जीवन चलता रहता है। यह सातवां द्वार प्रकाशीय घेरा बनाकर शरीर की रक्षा करते रहते हैं। इसी प्रकार सकारात्मक चक्रव्यूह की रचना जीवन निर्माण कर प्रकृति

**' निर्जीव मृदा कण अपनी मृदा को प्रदूषण मुक्त ठोस बनाने हेतु सजीव रूप धारण कर अपनी इच्छा से उन तत्व पदार्थों को जोड़ते हैं जिसके मिलान से उसकी अवस्था तृप्त होकर ठोस बनती है पर जब व्यक्ति लाभ हानि देखकर बाह्य जगत के मार्ग को स्वीकार करता है तब उसके अगले जीवन में स्वीकारा हुआ विषय समायोजित हो जाता है वही जीवन का एक चक्रव्यूह बन जाता है पर वर्तमान समय में जब अपना जीवन तुलनात्मक तराजू से तौलने लगता है तो वही जीवन का चक्रव्यूह बन जाता है , यदि अपने स्वशन नाड़ी के एहसास से जीवन तय किया जाय तो हर चक्रव्यूह से बचा जा सकता है। '**

का निर्माण और विस्तार करती है। यह रचना शरीर को कोई नुकसान नहीं पहुंचाती है, बल्कि शरीर की रक्षा के लिए होती है। जो विरोधी ऊर्जा को नुकसान पहुंचाने से रोकती है। हर कार्य शरीर की आवश्यकता के लिए करती है। इसी प्रकार सूर्य और जल के खेल में जीवन का निर्माण हो जाता है। चक्रव्यूह की दूसरी रचना नकारात्मक ऊर्जा बनती है जो जीवन में व्यवधान उत्पन्न करती है और आवागमन से छुटकारा नहीं पाने देती है। इस रचना में घेरने के साथ द्वार होते हैं। जिसका प्रथम द्वार 'दृश्य' दूसरा द्वार 'शब्द' यह दोनों द्वार अपनी तरफ आकर्षित कर तीसरे द्वार 'चाहत' में प्रवेश करा देता है। चाहत पांचवे द्वार 'भावना' में प्रवेश करा देता है। इसी को भवसागर कहते हैं। भावना में खोने का भय पैदा होता है जिससे व्यक्ति छठे द्वार 'भय' में प्रवेश कर जाता है। भय में व्यक्ति अपना सही गलत का आकलन करता है जिससे सातवें द्वारा 'अपराध बोध' में प्रवेश कर जाता है। इस प्रकार नकारात्मक ऊर्जा द्वारा सात घर बन जाते हैं जिसमें व्यक्ति फंस कर परेशान रहता है और आवागमन से छुटकारा नहीं पा पाता है। 'दृश्य' प्रथम द्वार आकर्षित कर व्यक्ति को अपनी तरफ ले जाने का प्रयास करता है। दूसरा द्वार 'शब्द' भी मधुरता के साथ अपनी तरफ ले जाने का प्रयास करता है। इससे व्यक्ति बच जाता है तो लालकार कर भी अपनी तरफ मोड़ देता है। दृश्य से व्यक्ति चेतना में जाकर ज्ञान चक्षु से बच सकता है। चेतना व्यक्ति की ज्ञान चक्षु खोल देती है। जिससे व्यक्ति दृश्य का वास्तविक स्वरूप देख सकता है। इसी प्रकार व्यक्तित्व की अनावश्यक चीजों को धारण करने से बचता है। ज्ञान से उसकी आवश्यक चीज धारण कर सकता है जो जीवन विकास की आवश्यकता होती है। दूसरा द्वार शब्द नकली होता है, व्यक्ति अंदर कुछ और बाहर कुछ और व्यक्त होता है। इसलिए इसे कभी भी प्रभावित नहीं होना चाहिए। इससे बचने के लिए व्यक्ति शांत भाव से इसकी सत्यता को पहचाने और दूसरों से प्रभावित ना होकर अपने स्वभाव के अनुसार ही जीवन में निर्णय लें और वही कार्य करें जो उसकी आवश्यकता हो। अनावश्यक चीजों से अपने आप को दूर रखें। ऐसा करने से व्यक्ति फंसने वाले द्वार से बचता है। दृश्य और शब्द से बचकर यदि व्यक्ति स्वभाव परिवर्तन नहीं कर करता है तो तीसरे द्वार 'चाहत' को स्वभाविक विकास के लिए अर्जन करेगा, जो स्वाभाविक विकास की आवश्यकता होती है। ऐसा करने से नकारात्मक चक्रव्यू के घेरे से बच जाएगा क्योंकि स्वाभाविक विकास की चाहत प्राकृतिक होती है जो

जीव विकास की आवश्यकता होती है। चाहत स्वाभाविक विकास की आवश्यकता तक होगी तो पांचवा द्वार 'भावना' सुगंधित बनी रहेगी और प्रदूषित नहीं होने पाएगी। भाव हर व्यक्ति के अंदर बनता है यह प्राकृतिक क्रिया है ध्यान देने की बात होती है कि भाव सकारात्मक हो जो अपने स्वाभाविक विकास में सहायक हो, किसी से नफरत, घृणा ना पैदा होने दें। हर विषय पर सकारात्मक भाव ही बनाए। ऐसा करने से व्यक्ति प्रकृति में सिर्फ सुगंध छोड़ता है, जो स्वयं के एहसास को अच्छा बनाता है और प्रकृति को संबंधित करता है। ऐसा करके व्यक्ति नकारात्मक चक्रव्यू से बच सकता है। भावना के बाद छठा द्वार 'भय' का होता है। भय तभी पैदा होता है जब व्यक्ति आपराधिक भाव छोड़ें यदि ऐसा नहीं करता तो छठवे द्वार में प्रवेश नहीं कर पाता है। छठवे द्वार भय के बाद सातवां द्वार 'अपराध बोध' का होता है। यदि व्यक्ति भय द्वार में प्रवेश नहीं करता है तो सातवें द्वार से स्वतः बच जाता है। जब व्यक्ति कर्म और भावनात्मक अपराध नहीं करता है तो उसे अपराध बोध नहीं होता है। ऐसा करने से व्यक्ति नकारात्मक चक्रव्यूह की रचना से बच सकता है। इससे बचने के बाद व्यक्ति आवागमन से छुटकारा पा सकता है और यदि आना पड़ता है तो स्वाभाविक विकास से प्रकृति को सुगंधित करने के लिए ही आता है। यदि व्यक्ति नकारात्मक चक्रव्यूह से नहीं बच पाता है और उससे प्रभावित होकर फंस जाता है, जिससे चाहत पूरी करने में भाव प्रदूषण बनने लगता है जिसके मोह में फंस कर भय के द्वार में प्रवेश कर जाता है तो अपराध बोध के द्वार में स्वतः आ जाता है। यही वह द्वार है जिस में प्रवेश करने के बाद व्यक्ति जल्दी बाहर नहीं निकल पाता है, दुःख और आवागमन से छुटकारा नहीं प्राप्त कर पाता है। इससे बाहर निकलने के लिए सबसे आसान तरीका है सकारात्मक सोच बनाए रखना। सकारात्मक सोच एक सुगंध है। परमात्मीय प्रकाश है जो उसके द्वारा किए गए आपराधिक कार्य और भावनात्मक प्रदूषण को धीरे-धीरे जला कर खत्म कर देता है। निरंतर ऐसा करते रहने से व्यक्ति सातवां द्वार 'अपराध बोध' को तोड़कर बाहर निकल जाता है। ऐसा करने से पुनः अपने स्वाभाविक विकास की प्रक्रिया में आ जाता है जहां से वह प्रकृति निर्माण और सुगंध फैलाने में सहायक बन जाता है। जब मोह से मुक्त कर लेता है तो आवागमन से छुटकारा पा जाता है फिर जब भी प्रकृतिक जरूरत होती है तो सिर्फ सुगंध देने के लिए पैदा होता है।



## प्रश्न हमारे उत्तर श्री अशोक मानव जी के

**प्रश्न :-** जीवन में आने वाले व्यवधान को प्राकृतिक रूप से किस प्रकार मिटाया जा सकता है?

**उत्तर :-** हमारे शरीर के भीतर इलेक्ट्रॉन प्रोटॉन और न्यूट्रॉन यह तीनों अवस्थाएं निर्जीव अवस्था में विद्यमान होते हुए सजीव अवस्था को चलाने का कार्य करती हैं यदि हम किसी भी शारीरिक रोग या व्यवधान के निदान के लिए जगत से सहयोग नालें यह तीनों अवस्थाएं उस रोग व्यवधान से निपटने की क्षमता हमारे भीतर स्वतः क्रियाशील कर देते हैं।

**प्रश्न :-** प्रकृति किसी भी अवस्था को किस प्रकार से पूर्ण करती और ?

**उत्तर :-** प्रकृति किसी भी अवस्था की हमदर्द नहीं होती हर अवस्था को उसके रसायन के अनुसार गतिमान रखती है इसी गतिमान स्थिति से प्रकृति हर अवस्था को उसके अनुरूप परिस्थितियों से गुजरते हुए उसे पूर्ण परिपक्व करने का काम करती है और जब अवस्था पूर्णता परिपक्व हो जाती है तो उसका प्रदूषण समाप्त करके उसे प्रकृति में विलीन कर देती है।

---

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

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

आप अपना प्रश्न डाक द्वारा या ईमेल पर भेज सकते हैं

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

कल्याणपुर, लखनऊ-226022, उ० प्र०

ईमेल - [info@parkritimail.com](mailto:info@parkritimail.com),

[editor.parkritimail@gmail.com](mailto:editor.parkritimail@gmail.com)

# बाजरे ज्वार का जोर हर तरफ शोर

उमेश

सदियों से भारत में भोजन के तौर पर उपयोग हो रहे मोटे अनाज को इस संकट से दूर करने के लिए उपलब्ध कराने वाला है। यह इसलिए भी भारत मोटे अनाज की अहमियत और गुण को समझता है। जिसको कुछ समय के लिए भुला दिया गया था। हमें भारतीय होने पर गर्व करना चाहिए हमारी गौरवशाली परम्परा उत्कृष्ट है। हमारी सभ्यता हजारों वर्षों के वैज्ञानिक और व्यावहारिक उत्कृष्टता की उपज है। हमारा रहना, हमारे घर, खाना, पहनना, सोना, आदि सभी कुछ उन्नत मस्तिष्क की देन रही है। आज हमें चारों तरफ ये कंक्रीट के जंगल पसंद आ रहे पर हमारा मिट्टी के घर उन पर खपरैल या छप्पर सभी कुछ पर्यावरण और हमारे स्वास्थ्य के अनुकूल थे। हम दूसरों से प्रभावित हो इन्हें पिछड़ा मानने लगे हैं। वहीं विदेशों में ऐसे घरों पर शोध कार्य हो रहे है।



## मोटा

अनाज और गरीबों की पहचान, जी हों यही था इनका अंजाम। जो आज पूरी दुनिया के लिए बनने जा रहे वरदान। भारत की आज जो छवि पूरी दुनिया में बन रही है वह एक सशक्त और मित्र राष्ट्र की है। एक समय था जब पूरा विश्व आध्यात्मिक उन्नति के लिए भारत की राह पकड़ता था। एक समय ऐसा भी रहा जहाँ भारत विश्व में आर्थिक सद्दृढ़ता की मिसाल रहा वह भी शोषण की नीति पर नहीं भाईचारे और वासुदेव कुटुम्बकम की आधारशिला पर। भारत ने हमेशा सबका स्वागत किया, सभी को अपना माना। हर किसी को अपना मान सहसा विश्वास कर लेने की वजह से ही भारत को धोखा खाना पड़ा और बहुत बेदर्द तरीके से भारत की आत्मा को छिन्न भिन्न किया

गया कि वापस कभी यह अपनी पुरानी खुशहाल और सम्पन्न छवि को दुबारा न पा सके। आततीय अपने इस लक्ष्य में कई वर्षों तक सफल भी रहे। परन्तु स्वाभाविक गुण उसके खून में बहते संस्कार को कोई नहीं बदल सकता। तो आज भारत के लहू की रवानी ने फिर जोर मारा है और उसकी इस अभिव्यक्ति को पूरा विश्व नमस्कार कर रहा है। भारत विश्व नेतृत्व की तरफ बहुत तेजी से बढ़ रहा है। आज विश्व की बड़ी और अहम शक्तियां भारत की ओर रूख करें हुए हैं। भारत की बात को आज सबसे ज्यादा अहमियत दी जा रही है। वह इसलिए कि भारत कभी किसी का अहित नहीं सोचता। विश्व के लोग यह जानते हैं कि भारत की बात और भारत का साथ खुशहाली की गारंटी है। सभी को आजमां

कर देख लिया अब वह भारत के लिए तैयार है, बिना किसी संशय के।

भारत भी आज अपने से जगी विश्व की उम्मीदों को समझ रहा है और तैयार भी है। इस बीच भारत को जब भी अवसर मिला उसने सभी की मदद की है। भारत तो वह राष्ट्र जो उनको भी मरहम बॉटता है जिन्होंने उसे नासूर जख्म दिये है। कोरोना काल के दौरान भारत ने मुश्किलों के बीच रहते हुए भी कईयों की मदद की। जिसका पूरा विश्व गवाह है। आज फिर विश्व पटल पर उपजे खाद्यान्न संकट के लिए भी भारत ने कमर कस ली है। कोरोना के बाद, धरती पर कई स्थानों पर हो रहे तनाव और युद्ध के चलते जो अनाज की कमी बन गई है और इन्हीं कारणों से मंहगाई बढ़ रही है। मंहगाई की दशा कुछ ही समय में और विकट होने वाली है जिसको कि हम दुनियाभर में हो रहे भ्रामक प्रोपोगेंडा के चलते समझ नहीं पाते। परन्तु खाद्यान्न संकट बहुत बड़ा है जिसका यदि उचित समय पर निपटारा नहीं हुआ तो स्थिति बिगड़ सकती है। आज भारत अपनी परिकृष्ट परम्परा से ही विश्व के इस संकट को दूर करने जा रहा है। सदियों से भारत में भोजन के तौर पर उपयोग हो रहे मोटे अनाज को इस संकट से दूर करने के लिए उपलब्ध कराने वाला है। यह इसलिए भी भारत मोटे अनाज की अहमीयत और गुण को समझता है। जिसको कुछ समय के लिए भुला दिया गया था। हमें भारतीय होने पर गर्व करना चाहिए हमारी गौरवशाली परम्परा उत्कृष्ट है। हमारी सभ्यता हजारों वर्षों के वैज्ञानिक और व्यावहारिक उत्कृष्टता की उपज है। हमारा रहना, हमारे घर, खाना, पहनना, सोना, आदि सभी कुछ उन्नत मस्तिष्क की देन रही है। आज हमें चारों तरफ ये कंक्रीट के जंगल पसंद आ रहे पर हमारा मिट्टी के घर उन पर खपरैल या छप्पर सभी कुछ पर्यावरण और हमारे स्वास्थ्य के अनुकूल थे। हम दूसरों से प्रभावित हो इन्हें पिछड़ा मानने लगे हैं। वहीं विदेशो ऐसे घरों पर शोध कार्य हो रहे हैं।

बात करते हैं मोटे अनाज की। भारत सरकार के प्रयासों से वर्ष 2023 मिलेट्स वर्ष मनाया जायेगा वाला है। वहीं 3 दिसंबर 2022 को विश्व मिलेट दिवस के रूप में मनाया गया। रूस-युक्रेन युद्ध से जो विश्व में गेहूँ का संकट उत्पन्न हुआ है उसको दूर करने के लिए मोटे अनाज को एक पौष्टिक विकल्प के तौर पर लिया गया है। मिलेट्स भारत में पहले से ही अनाज में एक महत्वपूर्ण भूमिका निभाते आया है। अपनी वैज्ञानिक और व्यावहारिक सोच के चलते हमारे पूर्वजों ने मोटे अनाज कहे जाने वाले इन पौष्टिक

खाद्य समग्री को अपने भोजन का अहम हिस्सा बनाया। पश्चिम इन्हें गरीबों का अनाज बोलता रहा और आज डॉक्टर भी इन्हीं अनाजों को भोजन में शामिल करने की सलह देते हैं एक स्वस्थ और निरोगी जीवन जीने के लिए। हम जब महीन अनाज का सेवन करते हैं तो हमारा पाचन तंत्र को मेहनत करनी पड़ती है। महीन अनाज में फाईबर या रेसे कम होने के कारण इनका पाचन सही तरीके से नहीं हो पाता जो धीरे-धीरे बीमारी का कारण बनता है। इनमें पौष्टिकता कम होने की वजह से ये शरीर में पर्याप्त ऊर्जा भी नहीं दे पाते। लिहाजा हम अपने ही दुश्मन बन जाते हैं। महीन अनाज मधुमेह जैसे रोगों के कारण बनते हैं। वहीं मोटे अनाज में पोषक तत्व भरपूर होते हैं। सही तरीके से तैयार करने पर ये स्वादिष्ट भी लगते हैं। कुछ और अहम बातें जो मोटे अनाज को खास बनाती हैं उन्हें इनकी पैदावार में लगने वाला कम खर्च, कम देखभाल और अधिकतर जमीन पर इनका उगाया जाना सम्भव होना। इनकी खेती के लिए बहुत उपजऊँ जमीन की आवश्यकता नहीं होती। इनकी सिंचाई के लिए भी कम लागत आती है। ये कम पानी में भी पैदावार अच्छी देते हैं। भारतवर्ष में आज भी खेती वर्षा पर निर्भर है। सोचिए हम कितने प्रज्ञावान रहे की उस समय भी सिंचाई के लिए पानी की दिक्कतों को समझते हुए हमने ऐसे अनाज का चयन किया जो पौष्टिकता के साथ खेती करने में भी आसान था। वहीं हमारे ज्ञान को कम करके आंका गया और हमें सपेरो का देश बता कर जाना गया। वही सपेरो का देश आज विश्व का खाद्य संकट दूर करने वाला है। इन अनाजों की एक खास बात यह भी रही है कि वे हमारे पशुओं के लिए चारे का भी उपयुक्त स्रोत रहे। चारे के रूप में भी इनकी पौष्टिकता पशुओं के लिए लाभप्रद है और जैसे इनकी पैदावार के लिए ज्यादा मशक्कत की आवश्यकता नहीं तो ये रासायनिक खाद आदि के प्रदूषण से भी दूर रह सकते हैं। मिलेट्स बायोफ्यूल के तौर पर भी देखा जा रहा है।

भारत के लिए विश्व भाईचारे को बनाने और अपनी शक्ति को दर्शाने के साथ-साथ आर्थिक मजबूती हासिल करने का यह एक अच्छा मौका है। भारत विश्व में मिलेट्स उत्पादन में सबसे ताकतवर राष्ट्र है। भारत अकेले ही विश्व का 41 प्रतिशत मोटे अनाज का उत्पादन करता है। वर्ष 2020 में जहाँ विश्व में मिलेट्स का उत्पादन 30.46 मिलियन मैट्रिक टन रहा वहीं भारत का इसमें अकेले का योगदान 12.49 मिलियन मैट्रिक टन था। हमें फोकस मिलेट्स की ब्रांडिंग और प्रचार पर करना होगा जो हमें जल्द मजबूत स्थिति में ला देगा, अन्य देशों की तुलना में। इस प्रकार हम इस मौके का आर्थिक लाभ लेते हुए विश्व का इस संकट से उबरने में सहयोग कर सकेंगे जैसा भारत हमेशा करता आया है।



प्रफुल्ल कुमार त्रिपाठी

आकाशवाणी से सेवानिवृत्त अधिकारी



# अक्षर-अक्षर गढ़ रही थी ज़िन्दगी!

सह सम्पादक के रूप में मेरी पत्रकारिता की यह यात्रा गोरखपुर से शुरू हो चुकी थी। कुछ यूँ समझ लीजिए कि ये दोनों संस्थान कुछ इस तरह के थे कि मेरी पत्रकारिता कोर्स की थियरी और प्रैक्टिकल एक साथ वहीं चलने लगी थी। अगले दिन का छपा हुआ अखबार मेरे अनुभव और ज्ञान का आइना होता था। शाही जी दफ्तर में कम आते थे लेकिन उनके सामने प्रतिदिन सुबह "हिन्दी दैनिक" अवश्य होता था। कभी कभी जब "आज" देर से आता था तो शहर में "हिन्दी दैनिक" ही छाया रहता था।

किसी ने क्या खूब लिखा है—  
'जीवन में यह अमर कहानी,  
अक्षर अक्षर गढ़ लेना,  
शौर्य कभी सो जाए तो  
सैनिक का जीवन पढ़ लेना!'

'शायद नियति मेरे साथ भी यही किस्सा रचती जा रही थी। आठवीं या नौवीं कक्षा से अपने पिताजी के सानिध्य में साहित्य और लेखन से मेरा जुड़ाव हो चला था। उनके रफ़ लेखों को मैं अपनी अच्छी हस्तलिपि देता था और उसे पत्र-पत्रिकाओं में भेजने, छपने के बाद उसका संग्रह करने का काम बखूबी करने लगा था। जब पारिश्रमिक आता तो मुझे भी पिताजी इनाम देते ..और बस! मैं धन्य हो उठता था क्योंकि यह तो 'आम के आम गुठलियों के दाम' सरीखे होता।

आप जिज्ञासु होंगे यह जानने के लिए कि भला वो कैसे? तो उसका उत्तर यह है कि उन दिनों सोशल मीडिया तो था नहीं, पत्र-पत्रिकाएँ ही घर घर पढ़ी जाती थीं।

उनमें छपने का मतलब यह होता था कि आप 'हीरो' बन गए! ऊपर से देर सबेर पारिश्रमिक भी आता था। हाईस्कूल करते-

करते मैंने हिन्दी में टाइपिंग भी सीख ली थी इसलिए अब वे सामग्रियाँ टाइप होकर जाने लगी थीं।

मुझे याद है कि वर्ष 1969 में हाई स्कूल उत्तीर्ण करने के बाद मुझे दयानन्द इंटर कालेज में दाखिला मिल गया था। मैं अपने बेतियाहाता से सायकिल से स्कूल जाया करता था। स्कूल के दो जेलनुमा गेट थे, एक मुख्य सड़क पर और दूसरा पीछे। उनमें नियत समय पर टाला ठोक दिया जाता था और देर से आए छात्र को प्रेयर के बाद जेलनुमा प्रधानाचार्य से मिलकर ही प्रवेश मिल पाता था। मेरे किशोर मन पर इसका बड़ा असर पड़ा और आगे से जीवन में समय का पाबन्द होना ही उसने मुनासिब समझ लिया। हाँ, विद्यालय से लगभग 2 से 2-30 बजे छूट जाया करता था और फिर मैं अपनी पाठ्येतर गतिविधियों के लिए भरपूर समय पा जाता था। ये गतिविधियाँ थीं—गोरखपुर से प्रकाशित होने वाले उस समय के एकमात्र दैनिक अखबार "हिन्दी दैनिक" और उसके बाद वहीं के एक पाक्षिक अखबार "सही समाचार" में समय बिताना। उन दिनों डा. हरिप्रसाद शाही गोरखपुर के गणमान्य नागरिक और कांग्रेस के बड़े नेता थे। वे पिपराइच से दो बार विधायक रह चुके थे और उन दिनों जिला परिषद गोरखपुर के चेयरमैन थे। उन दिनों "आज" लोकप्रिय अखबार था लेकिन वह वाराणसी से छपकर आता था। "हिन्दी दैनिक" शाही जी का अखबार था और उसके सम्पादन का काम उनके

सुपुत्र विजय प्रताप शाही करते थे। शुरुआत में मैं जब एक दिन डरते- डरते उस अखबार के दफ्तर में पहुंचा तो विजय जी ही मिले थे। मुझे उनका व्यवहार बहुत ही अच्छा लगा और उन्होंने मेरे इस निवेदन को स्वीकार कर लिया कि मैं अंशकालिक सम्पादन की अपनी सेवाएं देते हुए पत्रकारिता का ककहरा सीख लूँ।

उधर "सही समाचार" के मालिक-सम्पादक डा. राम दरस त्रिपाठी थे जो मेरे पिताजी के मित्र थे। उन्होंने कोलकता से अपनी पत्रकारिता की यात्रा शुरू की थी और अब वे गोरखपुर से अपना स्वयं का प्रेस लगाकर अखबार निकाल रहे थे। चूंकि अखबार पाक्षिक था इसलिए वहां हफ्ते में एक या दो बार जाकर मैटर तैयार करना और उसे सम्पादक जी को सौंपना मेरा काम था। त्रिपाठी जी बहुत जीवट वाले मस्त पत्रकार थे। किसी से डरते नहीं थे और हमेशा विवादों में बने रहना उनका शौक था। सह सम्पादक के रूप में मेरी पत्रकारिता की यह यात्रा गोरखपुर से शुरू हो चुकी थी। कुछ यूँ समझ लीजिए कि ये दोनों संस्थान कुछ इस तरह के थे कि मेरी पत्रकारिता कोर्स की थियरी और प्रैक्टिकल एक साथ वहीं चलने लगी थी। अगले दिन का छपा हुआ अखबार मेरे अनुभव और ज्ञान का आइना होता था। शाही जी दफ्तर में कम आते थे लेकिन उनके सामने प्रतिदिन सुबह "हिन्दी दैनिक" अवश्य होता था। कभी कभी जब "आज" देर से आता था तो शहर में "हिन्दी दैनिक" ही छाया रहता था।

वह वर्ष था 1969 का जब विश्व प्रसिद्ध सीमांत गांधी उर्फ़ अब्दुल गफ्फार खान भारतवर्ष की यात्रा के दौरान गोरखपुर भी आए हुए थे। अपने संगठन "खुदाई खिदमतगार" को लेकर वह भारत में भी हिन्दू मुस्लिम भाईचारे का प्रसार कर रहे थे। उनकी एक प्रेस कांफ्रेंस उन दिनों रेलवे स्टेशन के पास स्थित सिंचाई विभाग के गेस्ट हाउस में रखी गई। यह अवसर मेरे लिए प्रेस कांफ्रेंस कवरेज करने का सुनहला अवसर बन गया। मैं उसे कवर करने पहुंचा। अन्दर से बहुत घबडाहट हो

रही थी। पिताजी से टिप लेकर कुछ सवालियों की लिस्ट मैंने बना ली थी। वहां गोरखपुर के एक से एक दिग्गज पत्रकार ('पायनियर' के मुन्नालाल, 'नादर्न इंडिया पत्रिका' के आर.डी.त्रिपाठी, 'आज' के ज्ञान प्रकाश राय आदि) मुझ जैसे नौसिखिया को घूर रहे थे। मौक़ा देखकर मैंने भी सीमांत गांधी से अपना सवाल पूछ ही डाला था जिसका उन्होंने उत्तर भी दिया। मैं हर्ष के साथ वहां से सीधे "हिन्दी दैनिक" दफ्तर लौटा था और अखबार के पहले पन्ने की हेड लाइन यह प्रेस कांफ्रेंस बनी थी।

"हिन्दी दैनिक" आठ पृष्ठों का अखबार हुआ करता था और उसके पेट भरने के



लिए सम्वाददाताओं द्वारा भेजे गए समाचार, विज्ञापन, प्रेस सूचना कार्यालय के मैटर, स्थानीय प्रेस विज्ञापितियां, सम्पादकीय आदि का सहारा लिया जाता था। टेलीप्रिंटर पर आए समाचारों और रेडियो के धीमी गति के समाचारों का भी सहारा लिया जाता था। मैटर के लिए हेड मशीनमैन शंकर सर पर सवार हो जाया करता था। उधर विजय बाबू अब धीरे धीरे मुझ पर लगभग आश्रित हो चले थे और वे दफ्तर आते अवश्य थे लेकिन सिगरेट और चाय के दौर तक ही उनका योगदान रहने लगा था। उनके जीवन की भी एक अलग ही कहानी है जिसमें विलासिता है, प्यार है, विछोह और

टूटन है! अत्यधिक चाय पीने की आदत मुझे वहीं से लग गई थी जो आज तक बनी हुई है। वहां काम करते हुए मुझे ज्ञानचंद जैन और राजेश शर्मा जैसे वरिष्ठ पत्रकारों का सानिध्य भी मिला। अगर मैं उन कृष्ण कुमार मिश्र का नाम नहीं लूंगा जो उस प्रेस के मैनेजर थे तो बहुत बड़ी भूल होगी जो मेरे गाँव के पास के गाँव उनवल के थे और जिन्होंने मुझे पुत्रवत स्नेह दिया था।

पाठकों, आज मैं दावे के साथ इस बात को कहना चाहूंगा कि अपनी 18 साल की युवा उम्र में किसी दैनिक अखबार में काम करते हुए एक अप्रेंटिस पत्रकार के रूप में कैरियर की शुरुआत करते हुए मैंने फील्ड रिपोर्टर, डेस्क-सम्पादक, सम्पादकीय एवं स्तम्भ लेखन जैसी विधाओं में पारंगतता पा ली थी जो आगे चलकर बहुत काम आई। आज धन और समय देकर भी कोई संस्थान इतना प्रशिक्षण नहीं दे सकता है जितना "हिन्दी दैनिक" ने मुझे दे दिया था।

हिंदी के एक मूर्धन्य कवि हैं श्री अशोक चक्रधर। उनकी इस लोकप्रिय कविता से मैं अपनी आत्मकथा के इस किस्त को समापन बिंदु की ओर ले जाना चाहता हूँ -

"लहर ने, समन्दर से उसकी उम्र पूछी,  
समंदर मुस्कुरा दिया।

लेकिन जब बूंद ने लहर से उसकी उम्र पूछी  
तो लहर बिगड़ गई, कुढ़ गई, ...चिढ़ गई...

बूंद के ऊपर ही चढ़ गई ...और .....

और इस तरह मर गई!

बूंद समंदर में समा गई और ...

समंदर की उम्र बढ़ा गई! "

पाठकों मैं भी उस बूंद के समान हूँ जिसकी नियति अंततः प्रकृति के समन्दर में समा जाना है। लेकिन उसको अभी यात्रा तो करनी ही है इसलिए आत्मकथा का शेष भाग अगले अंक में...



# दैनिक डिजिटल

मानवेंद्र त्रिपाठी

समय एक ऐसी चीज है जो अपने में बदलाव और विकास का भण्डार है, समय ने जहां एक तरु कोयले वाले ईजन देखे है वहीं दूसरी तरफ तेज रफ्तार बुलेट ट्रेन भी। आज की इस 21वीं शताब्दी में हम जहाँ तक सम्भव हो सके तकलीक करने जा रहे है।

21वीं शताब्दी पूरी तरह से तकनीक को समर्पित है। पहले हम ज्यादा से ज्यादा तारों पर निर्भर थे मगर आज धीरे-धीरे ये निर्भरता संकेतों पर हो चुकी है कहीं कोई भी महनत नहीं बस एक संकेत या क्लिक और काम पूरी तरह अपने आप हो जायेगा और ये सब सम्भव होने वाला है तेजगति के संचार उपग्रहों से और संचार प्रणालियों से। इनका विकास और प्रयोग का इतना बढ़ना और पसन्द किये जाने का दो मुख्य कारण है। 1. सुरक्षा 2. आराम इन्हीं को लोग ज्यादा से ज्यादा ढूंढ रहे है।

कैशलेस कैम्पस या डिजिटल कैम्पस का मतलब है एक ऐसा विद्यालय या प्राणण जहाँ सब कुछ पूरी तरह तकनीक पर चलता हो। यह विचार दुनिया के कुछ देश अमल में भी ला रहें हैं।



## व्याख्या

इस तकनीक में हर छात्र या छात्रा की एक कार्ड दिया जायेगा जो कम्प्यूटर पर उसके खाते से जुड़ा होगा जिससे वो कैम्पस (प्राणण) में उपलब्ध प्रत्येक व्यवस्था को अपनी आवश्यकता अनुसार प्रयोग में लायेगा। ये कार्ड किसी आम ए0टी0एम0 कार्ड जैसा ही होगा जो बार कोड या मैग्नेटिक (चुम्बकीय) स्ट्रिप (पट्टी) से बना होगा। अब अगर हम जैसे घर से विद्यालय जाएंगे तो चलिए देखते हैं कि ये किस-किस तरह से हमें मदद करेगा।

1. **उपस्थिति व वाहन-** हम अपने वाहन या उसके बिना विद्यालय में जाते है तब यदि हम विद्यालय के दरवाजे पर हैं तो वह स्मार्ट कार्ड दरवाजे पर लगी मशीन के सम्पर्क में लाएंगे। जिससे हमारी उपस्थिति खुद ही दर्ज हो जायेगी और समय की बचत होगी। यदि हम अपना-अपना वाहन भी साथ लाए है तो वाहन खड़े करने वाले क्षेत्र में मशीन के सम्पर्क में कार्ड को लाते ही वो क्षेत्र उस पूरे दिन के एल्लि हमारे वाहन के लिए दर्ज हो जायेगी।

2. **सैनैक या नाश्ता-** अपने वाहन को खड़ा करने के बाद हम अगर समय है तो खाने की तरफ बढ़ जायेंगे और वहाँ लगी मशीन के सम्पर्क में कार्ड को लाते ही उस दिन जो भी खाना पैक होगा वो मशीन हमें दे देगी।

3. **पुस्तकालय-** अब यदि छात्र की कुछ स्वतः से पढ़ना है तो वो पुस्तकालय में जायेगा और अपने कार्ड के माध्यम से ही पुस्तक व अन्य सामग्री को प्रयोग में लायेगा।

यहाँ पर एक चीज और हो सकती है कि कार्ड प्रयोग करते ही छात्र की एक पर्याप्त समय व जगह निर्धारित कर दी जाये जिससे सभी की पर्याप्त व बराबर अवसर मिलता रहे।

5. **प्रबन्धन-** ये तकनीक विद्यालय प्रबन्धन में भी बहुत कारगर साबित होगी। यदि अध्यापक को या पूरे दल को आपस में कुछ निर्णय या योजनायें बनानी हैं तो वो अपने-2 कम्प्यूटर सिस्टम को अपने कार्ड के माध्यम से संचालित कर कम समय में ज्यादा काम कर सकेंगे।

6. **सुरक्षा-** ज्यादातर लोग कमरे से या कक्षा से बाहर जाते समय अक्सर लाईट व

पंखे खुले छोड़ देते हैं। मगर इस कार्ड के आने से उस पूरे कमरे की लाईट कार्ड के मशीन के सम्पर्क में आने से ही शुरू होगी और कार्ड को वापस सम्पर्क में लाते ही लाईट कट जायेगी।

अभी हाल ही में मेरा जाना चंडीगढ़ हुआ और मैंने वहाँ तकनीक के उमदा इस्तेमाल को देखा। असल में वहाँ जिस होटल में मैं ठहरा था उसकी चाबी, उस कमरे की बिजली, बाथरूम में गर्म व ठण्डा पानी सभी कफछ सिर्फ एक कार्ड पर थी, ये कार्ड बिल्कुल सामान्य प्लास्टिक कार्ड की तरह था। कमरे के दरवाजे पर लगाते ही दरवाजा खुल जाता था। फिर अन्दर जाते ही दीवार पर एक स्लॉट थी जिसमें कार्ड को रखते ही पूरे कमरे की लाइटें जल जाती थीं। ये तो अब धीरे-धीरे आम बात हो चली है मगर इसे पहली बार इस्तेमाल कर पाना अपने आप में मेरे लिए खास बात थी। आज के इस बदलते वक्त में जहाँ लोगों की मेहनत बढ़ चुकी है तो वहीं ये तकनीक उन कामों में कुछ सहूलियत का काम करती हैं। ये सब बिना एक चीज़ के पूरा नहीं हो सकत था जिसे नेटवर्क कहते हैं और एक कम्प्यूटर सिस्टम जो पूरे नेटवर्क में जान डालता है उसे चलाने लायक बनाता है। इस तरह के डिजिटल पर्यावरण को सक्रिय करने में दो चीज़े बहुत जरूरी हैं।

## 1. पूरा वायरलेस सिस्टम-

इससे तात्पर्य है कि पूरे क्षेत्र में जगह-जगह सेंसर लगे हों जिससे वो सिग्नल को आसानी से पकड़ सके। क्षमता के हिसाब से ये कई हजार की सं० में भी हो सकते हैं। इसकी जरूरत इसलिए है क्योंकि हर जगह तारों का इस्तेमाल नहीं किया जा सकता, तारों की क्षमता व गति सीमित होती है जबकि सेंसर पूरी तरह सिग्नल पे होते हैं। न कोई दीवार और न ही किसी तरह की रूकावट का असर। इनके आ जाने से तकनीक को नया आयाम मिला

## 2. केन्द्रीय सर्वर सिस्टम-

पूरे क्षेत्र के कम्प्यूटर सिस्टम और वायरलेस सेंसर को एक केन्द्रीय कम्प्यूटर से

संचलित किया जाता है जिसे तकनीकी भाषा में केन्द्रीय सर्वर कहा जाता है। ये सर्वर हर तरह की कार्यवाही के लिए जिम्मेदार होता है। अब अगर ये सिस्टम घर में लगा है तो घर के अन्दर की हर हरकत पर इसकी पैनी नज़र होती है जिसे घर के दरवाजे पर अगर कोई आया है तो सिस्टम आपकी बताएगा, अगर आपकी कॉफी बन गई तो बताएगा, अगर रात में कोई घर में घुसने की कोशिश कर रहा है तो पूरी तरह से घर की खुद ही बन्द कर पुलिस व सहायता संदेश भेजेगा। रोजमर्रा के कामों जैसे-कपड़े धोना, सफाई इत्यादि की सरणी बनाना व समय पर याद दिलाना भी इसके प्रोग्राम का हिस्सा है यही नहीं अगर आपके फोन पर कॉल आ रही है तो बताएगा साथ ही अगर ईमेल पर कोई मेल आयी तो भी ये बताएगा। इस तरह के सिस्टम पहले से ही विदेशों में एक सहायक के तौर पर इस्तेमाल किए जा रहे हैं। इन सब को मुमकिन करने के लिए बहुत तेज इंटरलेट गति की आवश्यकता होती है। ये गति कोई हल्की नहीं होती बल्कि कई जी० बी० का डाटा इसमें कई मिनटों में ही प्रयोग ही जाता है और इन्हीं सब वजहों से ये बहुत महंगे भी होते हैं। इन सिस्टम को देख कर लगता है कि हम वाकई बहुत तेज और अच्छा तकनीकी विकास कर रहे। जैसे -

### 1) वॉयस एक्टिवेटेड स्मार्ट स्पीकर -

स्मार्ट स्पीकर तकनीक में नवीनतम हैं और वे यहां बने रहने के लिए हैं। ये ऐसे डिवाइस हैं जो वॉयस कमांड का जवाब देते हैं और उन लोगों के लिए बहुत मददगार हैं जो व्यस्त हैं और कमांड टाइप करने का समय नहीं है।

ये स्मार्ट स्पीकर इंटरनेट पर जानकारी खोजने, ताज़ा खबरें खोजने, संगीत सुनने, ऑडियोबुक, जो भी हो, मदद करते हैं। वे संगठनात्मक मामलों में भी मदद करते हैं जैसे चिकित्सा नियुक्तियों के लिए अनुस्मारक के रूप में कार्य करना, एजेंडा व्यवस्थित करना या दिन के लिए मौसम की स्थिति जानना।

### 2) रोबोट वैक्यूम क्लीनर -

ये रोलिंग गैजेट वास्तव में उपयोगकर्ताओं के लिए मददगार हैं, खासकर माता-पिता जिनके घर में बहुत सारे बच्चे हैं। ये गैजेट उपयोगकर्ता को पावर बटन दबाने के अलावा कुछ और करने की आवश्यकता के बिना घर को खाली कर देते हैं। इससे भी बेहतर, नवीनतम मॉडलों के साथ आने वाले वॉयस एक्टिवेशन फीचर के साथ इसे वॉयस कमांड से सक्रिय किया जा सकता है। रोबोट वैक्यूम क्लीनर बहुत समय और ऊर्जा बचाते हैं, जिसे अन्य उत्पादक गतिविधियों में निवेश किया जा सकता है।

### 3) खोई हुई वस्तुओं के लिए ब्लूटूथ ट्रैकर -

अधिकांश लोग अपनी चाबियाँ या मोबाइल फोन खोजने में बहुत मूल्यवान समय व्यतीत करते हैं। एक ब्लूटूथ ट्रैकर के साथ, आप हर समय अपने फोन या चाबियों को अथक रूप से खोजने के तनाव से खुद को बचा सकते हैं। वाया लिंक एक ब्लूटूथ ट्रैकर है जो आपके मोबाइल से जुड़कर खोई हुई चीज को ढूँढता है। आप इसे कीचन की तरह इस्तेमाल कर सकते हैं और अगर आपका मोबाइल खो गया है तो आप लोकेटर का सेंट्रल बटन दबाते हैं और इससे आपके मोबाइल की घंटी बजती है। यह ट्रैकर एक कुंजी खोजक और एक फोन खोजक दोनों के रूप में कार्य करता है और आपके टीवी रिमोट, बैग, पर्स या यहां तक कि कैमरे को खोजने में भी सहायक होता है !

4) स्मार्ट गमला - क्या आप हमेशा पौधों को पानी देना भूल जाते हैं? स्मार्ट फ्लावर पॉट स्मार्ट पॉट हैं जो स्मार्ट सेंसर ( आर्द्रता, उर्वरक, प्रकाश और तापमान ) को एकीकृत करते हैं। ये सेंसर मापी गई वैल्यू को ब्लूटूथ के जरिए आपके स्मार्टफोन पर भेजते हैं। यह स्मार्ट पॉट आपको अपने पौधों को पानी देने और खाने-पीने की इतनी चिंता करने से रोकेगा।



# सच्ची उन्नति

तारादत्त भट्ट

लखनऊ

जीवन में सफलता पाने के लिए नीचे दिए गए 5 गुण आवश्यक हैं

1. सच्चाई
2. ईमानदारी
3. अपेक्षा किए बिना परिश्रम करना
4. दूसरों को दुख नहीं देना
5. गरीबों का दुख दूर करना

यह गुण सभी सफल लोगों में भरपूर देखने को मिलते हैं हमें भी एक सफल और सार्थक जीवन पाने के लिए इन गुणों को अपने जीवन का आधार बनाना चाहिए।

जीवन एक बड़ा और लंबा संघर्ष है। अपने लक्ष्य तक पहुंचने के लिए हमें लहरों के विरुद्ध तैरना पड़ता है। रास्ते में कई संकट और मुसीबतों का सामना करना पड़ता है। केवल वह व्यक्ति जो उनका सामना करने के लिए और उन्हें नियंत्रित करने के लिए तैयार है, जीवन में विजयी बनता है।

जब आप लोगों के साथ अंधेरे कमरे में होते हैं तो यह अपेक्षा मत रखिए कि वहां कोई और दिया जलाए। सबसे पहले आप दिया जलाइये, इमानदार समाज के लोगों के बीच ईमानदार रहना आसान है लेकिन हमारे पापियों के समाज में ईमानदार और प्रौढ़ बनकर रहना बहुत मुश्किल है। हम जिधर भी देखें वहां स्वार्थ, धोखाधड़ी, कष्ट, भ्रष्टाचार, घूस, पक्षपात और शोषण है। हमें ऊपर बताए 5 गुणों का पालन कर इमानदारी से जीवन बिताने का प्रण लेना चाहिए। जमीन पर चलना



आसान है पर रस्सी पर चलना बहुत मुश्किल है, पश्चिमी देशों में इन गुणों का पालन करना सरल है पर उनका पालन हमारे समाज में करना बहुत मुश्किल है।

नेता लोग गैर कानूनी ढंग से मद्य बनाने वाले, स्वार्थी व्यापारी मिलावट करने वाले और अन्य शिक्षकों को दोष मत दीजिए वह वैसे ही रहेंगे उन्हें सुधारने की कोशिश करना उनके अत्याचारों के बारे में प्रश्न करना या उनसे न्याय की अपेक्षा करना बेकार है।

उन्हें सुधारना नामुमकिन है उनकी उपेक्षा कर देनी चाहिए। क्या कभी कोई चूहा एक पहाड़ से टकरा सकता है, ईश्वर ने उन्हें समाज में फलने फूलने क्यों दिया है हम यह जान नहीं सकते कि पापों की सजा देने के उद्देश्य से ईश्वर ने उन्हें पनपने दिया और बाद में ऊपर बताए गए गुणों का पालन करते समय उनमें से किसी एक गुण पर भी सौ प्रतिशत खरा उतरने करने की कोशिश मत कीजिए सिर्फ नब्बे प्रतिशत ही खरे उतरे हैं तो भी काफी है। अगर सभी गुणों पर इस जन्म में

आप नब्बे प्रतिशत खरे उतरे तो वही सबसे बड़ी कामयाबी होगी।

एक इमानदार व्यापारी था जो मशीनरी के पुर्जे बेंचता था। कारोबार में हिसाब किताब रखने के लिए वह हंड्रेड परसेंट ईमानदार था। इसके ईमानदार होने से अन्य कर्मचारियों को और घूस ना देने के कारण भ्रष्ट अधिकारियों को वह खुद एक समस्या बन गया था। गलत व्यापार व्यवहार करने वाले व्यापारी और भ्रष्ट अधिकारी इस ईमानदार आदमी के लिए समस्याएं खड़ी कर उसका सर्वनाश करने की कोशिश करने लगे। खुद यात्राओं का शिकार होने के बावजूद उसने अपनी इमानदारी नहीं त्यागी।

उसकी इमानदारी से कोई प्रभावित नहीं हुआ और ग्रामीण लोग यह सोचने लगे कि उसने अपनी ईमानदारी से क्या हासिल किया। अपनी इमानदारी के कारण उसने अपनी दुकान बंद करनी पड़ी इसलिए लोगों को लगा कि यह असाध्य है कि कोई इमानदारी भी रहे और सुखी जीवन भी बिताएं।

मैंने लोगों को यह आलोचना करते हुए सुना कि महात्मा जी के ईमानदार होने के बावजूद आज उनके बच्चे और पोते संपन्न नहीं हैं। लोग सोचते हैं कि मासूम लोग महान हैं आदर्श नेता हैं, आदरणीय व्यक्ति हैं पूजा के योग्य महात्मा हैं लेकिन जीवन में हम उनका अनुसरण नहीं कर सकते। अगर हम उनका अनुसरण करेंगे संसार में नहीं टिक सकेंगे हम धनहीन हो जाएंगे और हमारी पत्नी बच्चे दयनीय जीवन बताएंगे।

इसलिए उन पांच गुणों का नब्बे प्रतिशत पालन करके इस भौतिक जीवन में सफल होना ही बेहतर है। आपके सफल होकर अमीर बनने पर लोग आप को मानते हैं आपकी बातों में विश्वास करते हैं और आपके विचार और आचरण का अनुसरण करते हैं हमारे समाज में ऐसे लोगों का मिलना दुर्लभ है जो अच्छे गुणों का उपदेश देते हैं और साथ ही उनका पालन भी करते हैं। अगर आप इस वर्ग के अंतर्गत आते हैं तो आप पर अशिक्षित और साधारण लोगों के लिए एक आदर्श उपस्थित करने का बहुत बड़ा उत्तरदायित्व होता है। आपको यह सिद्ध करना पड़ेगा कि लोग भी संपन्न और सुखी जीवन व्यतीत कर सकते हैं इस प्रकार अच्छा और इमानदार जीवन बिता कर दूसरों के लिए एक आदर्श निश्चित कीजिए इससे ईश्वर आप से अधिक प्रसन्न होंगे और आपके लिए एक बड़ा सिंहासन प्रदान करेंगे। स्वामी विवेकानंद ने कहा था मुझे सौ ईमानदार और निःस्वार्थी युवक दीजिए मैं इस देश का भविष्य बदल दूंगा।

ईश्वर ने हमें छठा ज्ञानेंद्रिय दिया है। हमें पांच इंद्रियों वाले जानवरों की तरह व्यवहार नहीं करना चाहिए। शिक्षित ज्ञानी और सोचने की शक्ति रखने वाले लोगों को योग्य मत से विश्लेषण कर सही निर्णय लेना चाहिए। पहले बताए गए पांच गुणों का अगर हम जीवन में पालन करें तुम अपने देश को बेहतर बना सकते हैं। अपने पास हमारा मार्गदर्शन करने के लिए अति उत्तम हिंदू धर्म के होते हुए भी आज हम अंतरराष्ट्रीय स्तर पर बहुत नीचे हैं। चाहे जितने स्कूल कॉलेज आरंभ करें चाहे जितने उद्योगों का निर्माण कर लोगों को नौकरियों का प्रबंध करें बीमारियों के निर्मूलन के लिए चाहे जितने अस्पताल आरंभ करें पर जब तक यह 5

गुण हममें नहीं है तब तक ना हमारा ना हमारे देश का उद्धार होगा, चाहे जितनी समझदारी से सरकार अलग-अलग योजनाएं बनाएं। उन्हें कार्यान्वित करें और सुनिश्चित करें कि उससे लोगों के जीवन में बदलाव आए पर ईश्वर हर एक व्यक्ति को उनके पाप के कर्मों के आधार पर कई अन्य विधाओं से दंड देता है।

वे कभी किसी पापियों के देश को संपन्न होने नहीं देंगे। भूकंप आंधी तूफान और अन्य प्राकृतिक प्रकोप ईश्वर के पापियों को सजा देने के विधान हैं। कोविड-19 जैसी बीमारियां क्यों विश्व भर में फैल रही है? पापियों को दंड देने के लिए ईश्वर ने उन्हें बनाया है चाहे आप भले ही बुद्धिमान समर्थ ही क्यों ना हो, अगर इन 5 गुणों का पालन आप नहीं करेंगे तो आपकी सारी शंकाएं ईश्वर के आगे कुछ भी नहीं हैं यदि हम ईश्वर को उनकी इच्छा अनिच्छा को सही प्रकार से समझें और अपना जीवन उनके निर्देशन के अनुसार बिताएं तब हम अपने पश्चिमी देशों के स्तर तक उठ सकते हैं।

उनसे उधार लेने के बजाय उन्हें उधार देने लायक बन सकते हैं। आप अपने बच्चे और अपने बच्चों को ऊंचा उठा सकते हैं। समाज ऊंचा उठ सकता है और हमारा देश में अधिक ऊंचाई तक पहुंच सकता है।

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

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



# खोज खबर

श्यामल बिहारी महतो

बोकारो, झारखंड



गुदगदाते

मन लिए सुबह सुबह वह गांव के अपने घनिष्ठ मित्र धनीराम महतो के घर जा रहा था। पता चला डी सी दरबार में उपस्थित होने को उसे भी पत्र मिला है। इसके पहले घर से निकला तो रास्ते में कई लोग मिले। डी सी दरबार में जाने की बात उठी तो लोग भी कहते मिले-" मंत्री के साथ रहने का फायदा हो रहा है "

गांव के लालजी साहू को डी सी जनता दरबार में उपस्थित होने को कहा गया था। आज ही सुबह दस बजे! परसों ग्राम सेवक ने गाजोडीह के जिन पांच लोगों को डी सी के जनता दरबार में शामिल होने के लिए पत्र दे गया था उनमें लालजी साहू भी एक था। किस कारण बुलाया जा रहा है। पत्र में इसका कहीं कोई उल्लेख नहीं था।

"जनता दरबार में आप अवश्य पधारें "ऐसा लिखा हुआ जरूर था।

अभी तक लालजी साहू का जीवन विधायक-मंत्री के इर्द-गिर्द घूमता रहा है। उठना बैठना खाना-पीना होता रहा है। पहली बार जनता दरबार में डी सी, सी ओ, बी डी ओ, के साथ बैठने का मौका

मिलने जा रहा था। कम बड़ी बात नहीं थी। उसके मन में ख्याल आया था। जरूर कोई बड़ी बात होगी। सोचा था उसने।

जब कभी भी अपने पन्द्रह बरस पीछे की जिंदगी को याद करता है तो वे लोग अक्सर याद आ जाते हैं जिनके बलबूते वह यहां तक पहुंचा है। फिर लालजी साहू अपनी तरक्की भरे जीवन को याद करने लगा था। कहां से और कौन सा जुगाड लेकर चला था और आज किस मुकाम पर आकर खड़ा है! दस बरस पहले वह दस टके का आदमी नहीं था। गांव पंचायत में उसकी अपनी कोई पहचान नहीं थी। कोई भाव नहीं देता था। बेकारो-नकारों का कोई भाव होता भी नहीं है।

एक दिन किसी के कहे पर लालजी साहू मेरे आफिस में चले आया। मैंने पूछा क्या हुआ, किसी परेशानी में हो ?

"मुझे सिविल में छोटा-मोटा कोई काम दिला दीजिए!"

"कर सकोगे? भाग तो नहीं जाओगे? ठाकुर को लगा दिया था, टिक नहीं सका भाग खड़ा हुआ!"

"आपके नाम को मजाक बनने नहीं दूंगा ...!"

दूसरे दिन आने को बोला। आया, काम मिला चार हजार का! आफिस कैम्पस के "बुस- कटिंग" का/ झाड़ी कटाई का सप्ताह दिन में काम कर दिखाया। दूसरा काम मिला नाली सफाई का। वो भी उसने चार दिन में करवा दिया। मैंने पीठ थपथपाई और कहा -" आगे करते जाओ, अब मेरी जरूरत नहीं पड़ेगी ..!"

"नहीं दादा! आपका आशीर्वाद हमेशा चाहिए..!"

"ठीक है लगे रहो...!"

साल भर में छोटा बड़ा मिला कर सात काम किया उसने और एक बाईक खरीद ली। मुझे लगा लड़के ने राह पकड़ ली। तभी एक दिन सुबह सुबह सुना कि मुलुकचंद बरनवाल की बेटी तारा को लेकर कहीं गायब हो गया। मैं माथा पकड़ लिया -"ससुरा यह भी नहीं सुधरेगा।" फिर शाम को सुना कि किसी मंदिर में शादी कर दोनों घर लौट आए हैं और ये कि उसने मोटरसाइकिल में तारा को बिठाकर पूरे गांव का एक चक्कर लगा कर अपने घर में ले घूसा ...! लड़की राजी फिर क्या करे बाप ? बालिग लड़की ठहरी। बाप गठरी बन घर में बैठ गया।

"लम्बी रेस का घोड़ा निकलेगा ..!" मेरा आकलन था आज दो ट्रक एक स्कॉरपियो का मालिक बन बैठा था उसी लालजी साहू को आज अचानक डी सी जनता दरबार में उपस्थित होने वाले पत्र से उसे फूले नहीं समा रहा था। खैर!

इतना आदर भाव से बुलाने पर तो गधा भी गदगद हो जायेगा। लालजी साहू तो राज्य के मंत्री के साथ उठने बैठने वाला आदमी था -गधा नहीं। पत्र पाकर वह कुछ ज्यादा ही गदगद हो गया था। और जब आदमी किसी

बात पर ज्यदा गदगद हो जाता है तो उसे बहुत गुदगुदी होने लगती है। तब वह हर बात को पका-फूला कर कहना शुरू कर देता है। लालजी साहू को भी डी सी वाले पत्र से बड़ी गुदगुदी होने लगी थी जिस किसी से मिलता जनता दरबार वाली बात शुरू कर देता " अब सरकार भी खोज पुछाड करने लगी है "

"भाई सरकार तो आप जैसे बड़े लोगों का ही होता है -ख्याल तो रखेगा ही!" कोई कहता।

"अब आगे नेता बनना पक्का है आपका...!" कोई जोड़ देता।

गुदगदाते मन लिए सुबह सुबह वह गांव के अपने घनिष्ठ मित्र धनीराम महतो के घर जा रहा था। पता चला डी सी दरबार में उपस्थित होने को उसे भी पत्र मिला है। इसके पहले घर से निकला तो रास्ते में कई लोग मिले। डी सी दरबार में जाने की बात उठी तो लोग भी कहते मिले-" मंत्री के साथ रहने का फायदा हो रहा है "

"अब बड़े लोगों की गिनती में आ गया है भाई!" किसी के मुंह से निकला

"हम छूछों को कौन पूछेगा..!" कोई कुंकुआ उठता

"मंत्री मेहरबान तो हर जगह मिले मान सम्मान!"

मोड़ पर सुदन महतो की विधवा पत्नी सुखमुनी महतवाईन भेंट गई। साल भर से विधवा पेंशन को लेकर मुखिया से लेकर बी डी ओ के आगे दौड़ लगा लगा के थक चुकी थी। पर अभी तक सिर्फ आश्वासन ही मिलता रहा है।

"कहां जा रही है काकी...?" लालजी साहू ने टोका था।

"हमर पेंशनवा कहां पास भेल है बाबू! सुन लिये, जिला के बड़का साहब आयल है- वही जा हिये ..!"

"ठीक है जा - हमहूँ आओ हियो!"

"तोरो पेंशन पास करवे के हो की...!"

"नाय काकी ...!"

हंसता बुझता लालजी साहू पहुंचा धनीराम के घर।

पन्द्रह साल पहले धनीराम पैदा नहीं हुआ था। गांव में लोग उसे तब चमन महतो के नाम से जानते थे। एक दम बेकार! निकम्मा और आवारा के रूप! तभी उसने एक ऐसा करनामा कर डाला जिससे रातों-रात वह गांव में धनीराम महतो बन गया।

गांव में दौलत राम महतो नाम का एक धनी किसान था। उसकी इकलौती बेटी बड़ी चंचल और चुलबुली लड़की थी। चमन ने उसे कायदे से चोकलेट और पावरोटी खिला खिला कर पटाया और एक दिन सीधे रजरप्पा ले उडा मंदिर में जाकर शादी कर ली और दौलत राम महतो का घर जमाई दामाद बन गया। गोतियारों ने हंगामा खुब किया पर कुछ काम न आया। एक दिन अपने बीए पास सभी प्रमाण पत्रों को चूम कर चमन ने जला डाला जिससे वह गांव में बेरोजगार और बेकार-निकम्मा कहलाता था।

दूसरे दिन चमन कोर्ट गया और अपना नाम बदलने का घोषणा शपथ पत्र में धनीराम महतो और बाप भी बदल डाला "दौलत राम महतो" कर चला आया था।

आज दो मंजिला पक्के मकान में रहता है। एक ट्रेक्टर एक बोलेरो गाड़ी का मालिक तो है ही सालों भर इंट का कारोबार चलता रहता है।

"जनता दरबार में हमनी के काहे बुलाया गया है कुछ पता चला..?" लालजी साहू को घर आया देख, धनीराम ने पूछ बैठा

"चलके देखिए लेते हैं न "लालजी साहू बोला-" सुना जयालाल को भी बुलाया है, चलो उसे भी साथे ले चलते हैं ...!"

"कुछ खाया भी या ऐसे ही चल दिया, रूको सुजी भुंजवाते है तब तक हम झाड़ा फिर आते हैं...!"

"तोर इ आदत नाय सुधरतो...!"

थोड़ी देर बाद दोनों जयालाल के घर

पहुंचा। पता चला, वो घर से जनता दरबार जाने के लिए निकल चुका है।

स्कूल मैदान में दूर से ही सरकारी तामझाम नजर आ रहा था। माइक से बार बार जगह लेकर लोगों को बैठने को कहा जा रहा था। जयलाल मंच के नीचे सामने कुर्सी पर बैठा नजर आ गया। दोनों उसी दिशा में आगे बढ़ गये थे। तभी मंच संचालक ने लालजी साहू, धनीराम महतो और जयलाल को सादर मंच में आकर आसन ग्रहण करने को कहा। वे तीनों एक दूसरे को देखने लगे। लालजी साहू के मुंह से निकला- "कहीं बकरा तो नहीं बनाया जा रहा है यार...!" कह तीनों मंच की ओर बढ़ गये थे।

"मुझे तो कुछ गडबड लग रहा है!  
"जयलाल बोला

"किसी का कुछ लूटा ही नहीं तो डर किस बात का...?" धनीराम महतो को अपने पर पूर्ण भरोसा था। डी सी साहब मंच पर विराजमान थे। बी डी ओ-सी ओ, पेंशन धारियों और राशनकार्ड वालों की शिकायतों का निपटारा करने में लगे हुए थे। लोग कतारबद्ध एक एक कर आगे बढ़ रहे थे। उन्ही लोगों के बगल से वे तीनों मंच की ओर बढ़े थे। एक दूसरे को कोंचते-ठेलते हुए सा! जो लोग बेखौफ! बेरोक टोक और धड़ल्ले से मंत्री जी के घर में घुस जाते थे। आज डी सी के मंच पर चढ़ने से उनकी छाती धाड धाड बज रही थीं। यह होता है अफसर का रूतबा! मंत्री जी का मंच होता तो यही तीनों अब तक कुर्सी खींच मंत्री जी से सटकर बैठने की आपाधापी करते नजर आते। आज मंत्री जी नहीं है तो मंच पर चढ़ने से ही तीनों की हिचकी चढ़ गई थीं।

मंच संचालक ने तीनों को कुर्सी पर बैठने का इशारा किया तो झप झप तीनों बैठ अपनी अपनी बेकाबू सांसों को शांत करने में लग गए थे। परन्तु शंकाओं ने उन्हें घेर लिया था। बैठे बैठे लालजी साहू ने कहा था- "सुबह से ही मेरी बांयी आंख बहुत फटक रही है!"

उतर में धनीराम महतो ने कहा-"और मेरे

बांये पैर में सुबह से ही खुजली हो रही है!"

"लगता है हम तीनों आज बुरे फंसे....!  
"जयलाल ने मुंडी झुका कर कहा था।

जन सुनवाई के तुरंत बाद ही डी सी साहब माइक पकड़ लिये थे -"हेलो! आप सभी माता एवं बहनों को मेरा पुनः नमस्कार-पणाम! जनता दरबार के इस जन सुनवाई में आज जिन लोगों का काम हुआ उनसे बस इतना ही कहना है कि आप अपने मांगों और कामों को लेकर इसी तरह जागरूक रहें। और जिन लोगों का कुछ खामियों की वजह से आज काम नहीं हो सका। वे निराश नहीं होएं। आपका काम भी सप्ताह दिन में हो जाएगा, मैं बी डी ओ, साहब को निर्देश देकर जा रहा हूं। वृद्धा पेंशन, आवास, और राशनकार्ड के मामले में हम लापरवाही या धांधली बर्दाश्त नहीं करेंगे...!" डी सी साहब थोड़ा रूकते हुए बोले-"आप लोगों से आग्रह है दस मिनट तक शांति बनाए रखें, अभी आप लोगों को, आप ही के बीच के कुछ बड़े लोगों से मिलवाते हैं!" डी सी साहब ने बी डी ओ साहब को कुछ इशारा किये। बी डी ओ साहब हाथ में माला लेकर खड़े हो गए थे।

"आप इनसे मिलीए! लालजी साहू जी से, आप इन्हें अच्छी तरह से जानते पहचानते होंगे, आप ही के बीच पले बढ़े हैं-सामने आइए लालजी जी!" लालजी साहू को कुछ समझ में नहीं आ रहा था। आज उसके जीवन के साथ क्या हो रहा है? अवाक! हैरान! किंकर्तव्यविमूढ़ स्तब्ध सा आगे बढ़ा था। ज्योंहि वह डी सी साहब के सामने आकर खड़ा हुआ। बी डी ओ साहब माला पहनाकर उसका स्वागत किये, तब डी सी साहब फिर बोले- "लालजी साहू का जीवन में इतना आगे बढ़ना, आज बड़े आदमी के रूप जाने जाना, बड़ी बात है। और जब बड़े लोगों में गिनती होने लगे तो आदमी को छोटा काम खुद छोड़ देना चाहिए, इसी में बड़प्पन है। अब मैं लालजी साहू जी से कहूंगा कि यह अपना राशनकार्ड सरकार को वापस कर दें....!"

"लेकिन सर...!" लालजी साहू कुछ कहना चाहा तो बीच में ही डी सी साहब ने टोक दिया- "मुझे मालूम है आपका राशनकार्ड आपके पास नहीं है, आपने अपना राशनकार्ड दुखिया तुरी को दे रखा है, बदले में दुखिया तुरी की पत्नी आपके घर के सारे काम कर देती है- आई एम राइट लालजी साहू जी..!"

लालजी साहू के मुंह से शब्द न निकल सका।

अब बारी था धनीराम महतो का। उसे देख लग रहा था जैसे उसका मन मंच से कूद जाने को कर रहा हो। तभी डी सी साहब बोल उठे- "मैं समझ सकता हूं धनीराम महतो जी इस वक्त क्या सोच रहे हैं! आप भी यहां पधारें!"

"नहीं सर मैं यहीं ठीक हूं...!"

लोग हंस पड़े।

"धनीराम महतो जी का राशनकार्ड...!"

इस बार धनीराम महतो बीच में बोल उठा-

"सर! राज की बात राज ही रहने दीजिए न..! मैं दस मिनट में राशनकार्ड लेकर आता हूं..!" इतना कह धनीराम महतो सचमुच मंच से कूद पड़ा था।

इसी बीच जयलाल उठ खड़ा होता दिखा!

"आप कहां चले जयलाल जी.. रूकिए...?"

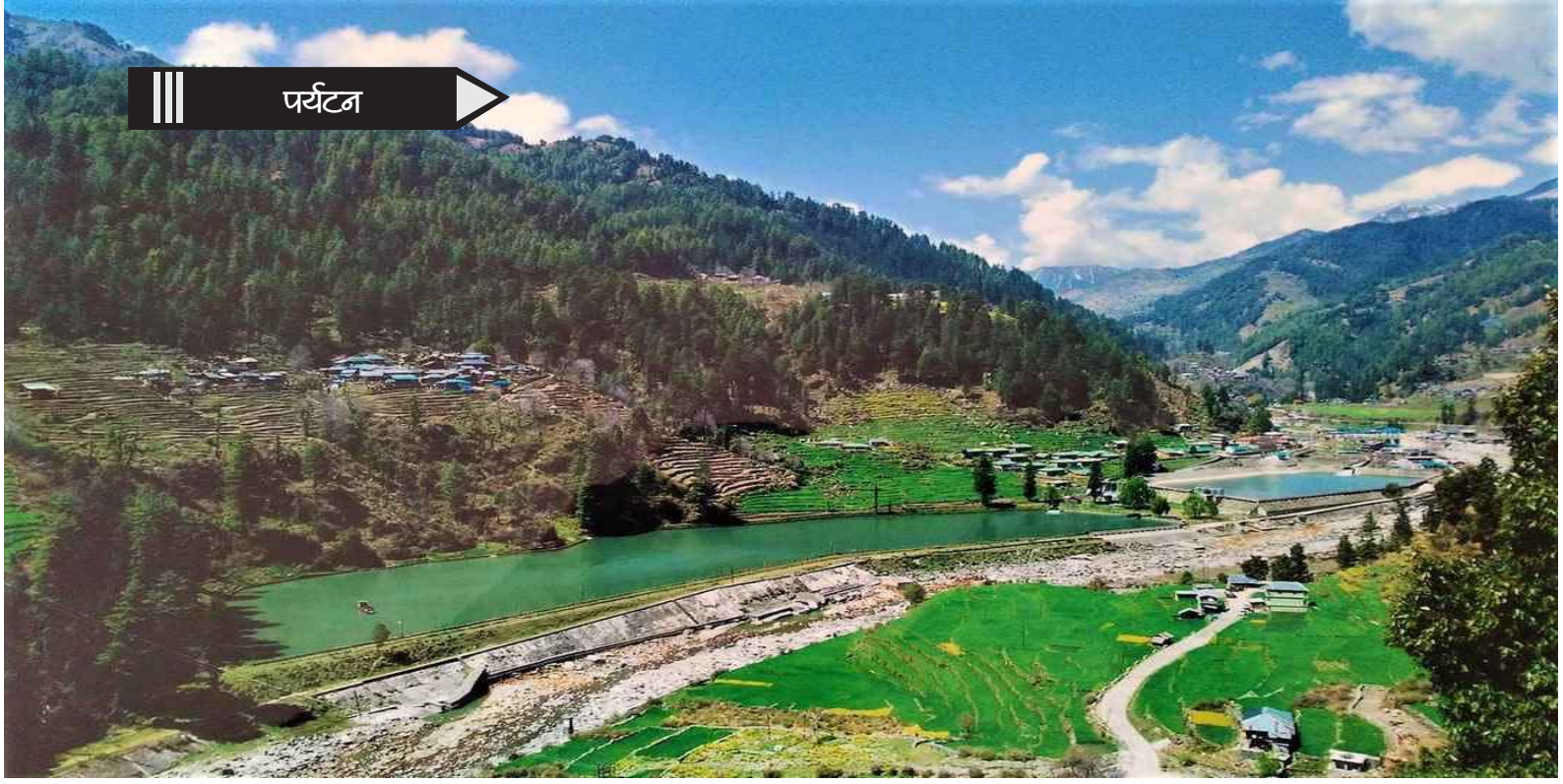
"सर! आज आप हम सबों का कुण्डली बना कर आए हैं.. जा रहा हूं राशनकार्ड लाने....!"

इस बार सारे लोग ठहाका लगा हंस पड़े थे..!

डी सी साहब भी मुस्कराये बिन रह न सके!

सुखमुनी महतवाईन आज गदगद थी। उसका पेंशन पास हो गया था!!





# प्रकृति का खूबसूरत तोहफा : बरोट

पवन चौहान  
मण्डी (हि० प्र०)

हिमाचल को प्रकृति ने बेहद ही खूबसूरती से संवारा है। इसके चप्पे-चप्पे को प्रकृति ने ऐसे श्रृंगारित किया है कि देखने वाला मंत्रमुग्ध-सा होकर इसके नजारों को निहारता रहता है। ऐसे स्थानों की यहां भरमार है। इन्हीं स्थानों में से एक है हिमाचल प्रदेश के मण्डी जिले का एक बेहद खूबसूरत स्थल बरोट। दोनों ओर से धौलाधार पर्वत श्रंखला से घिरा यह स्थान समुद्रतल से 1819 मी० ऊंचाई पर बसा है। तो आइए फिर, इस बार चलते हैं बरोट की मनमोहक वादियों को निहारने।



# प्रमुख दर्शनीय स्थल



## झटींगरी

मण्डी-पठानकोट राष्ट्रीय उच्च मार्ग पर सफर करते हुए जब हम घटासनी नामक स्थान पर पहुंचते हैं तो वहीं से ही एक लिंक रोड हमें बरोट की तरफ मोड़ता है। इस सड़क पर सफर करते हुए हमें प्रकृति द्वारा सजाये उन खूबसूरत स्थानों के दर्शन होते हैं जिन्हें देखने के लिए नजर हमेशा तरसती रहती है। घटासनी से 4 कि०मी० दूरी पर बसा है गांव झटींगरी जो बरोट के इस सफर पर सबसे ऊंचाई पर है। इसी स्थान पर हमें मण्डी रियासत के राजा के उन महलों के अवशेष नजर आते हैं जो कभी अपनी सुंदरता और निर्माण कला का जादू बिखेरा करते थे। यहां पर कुछ देर रुककर चाय का आनंद लिया जा सकता है।

## टिक्कन

झटींगरी से आगे का सफर उतराई भरा है। सफर के दौरान हम एक ऐसे छोटे से गांव टिक्कन से गुजरते हैं जो ऊहल नदी के किनारे बसा ऐसे प्रतीत होता है जैसे पर्यटकों के स्वागत के लिए आंखें बिछाए खड़ा हो। सर्दी के दिनों में खेत के पेड़ों पर लगाई गई सूखे घास की कुंदलियां ऐसे लगती हैं जैसे बच्चों के खाने के लिए 'बुढ़ी के बाल' गाड़ दिए गए हों।

## बरोट बांध

टिक्कन से आगे लचकंडी, बरधान और बोचिंग गांवों को पार करते हुए हम जब बरोट पहुंचते हैं तो ऐसा लगता है जैसे हम किसी कल्पना लोक में पहुंच गए हों। आस-पास पहाड़ियों से घिरा बरोट एक छोटा-सा गांव है जहां से होकर ऊहल नदी गुजरती है। जिस तरह की यहां की भौगोलिक स्थिति है ऐसा कोई नहीं कह सकता कि यहां भी एक इतनी बड़ी नदी हो सकती है। लेकिन कुदरत कुछ भी कर पाने में सक्षम है। इसी ऊहल नदी पर अंग्रेजों द्वारा एक बांध का निर्माण किया गया है जिसके द्वारा वर्तमान में 110 मेगावाट की शानन विद्युत परियोजना अपना कार्य करती है। यह बांध बरोट की खूबसूरती में चार चांद लगाता है। इसे देखने के लिए दूर-दूर से पर्यटक खींचे चले आते हैं। बरोट बांध से पानी 18 नंबर टनल पर निकलता है जो 4.33 कि०मी० लम्बी है।

## रोप-वे ट्रॉली : इंजीनियरिंग का अनोखा उदाहरण

मंडी के जोगिंद्रनगर के समीप बरोट बांध को बनाने के लिए सन् 1928 में अंग्रेज इंजीनियर कर्नल बैटी ने एक रोप-वे ट्रॉले ट्रॉली (हॉलेज ट्रॉली) का निर्माण करवाया था। इस बांध से 110 मेगावाट की शानन विद्युत परियोजना शुरू हुई थी जो देश का पहला हाइड्रो



पावर प्रोजेक्ट था। ट्रॉली की हैरान करने वाली बात यह है कि यह बिना इंजन के लोहे की रस्सियों के सहारे चलती है जिसका कंट्रोल अलग-अलग जगह पर हैं। इस बिना इंजन की ट्रॉली के जरिए बांध का सारा सामान जोगिन्द्रनगर से बरोट पहुंचाया गया था। यह ट्रॉली आज भी कार्य करती है। वर्तमान में यह ट्रॉली शानन से वीच कैपए वीच कैप से हैडगियरए हैडगियर से कथयाडू (यह ट्रॉली का कंट्रोल प्वांट है), कथयाडू से जीरो प्वांट तक ही शेष बची है। पहले यह ट्रॉली बांध तक थी। यह इंजीनियरिंग का एक अनूठा उदाहरण है। कथयाडू से लेकर जीरो प्वांट के रास्ते को 'खूनी घाटी' के नाम से भी जाना जाता है क्योंकि यहां ट्रॉली लगभग 80-85 अंश के कोण पर चलती है। यह कइयों की जान भी ले चुकी है। यदि एक बार आप इस यात्रा को तय कर लेते हैं तो इसका रोमांच आप जिंदगी भर नहीं भूल सकते।



### अन्य दर्शनीय स्थल

मण्डी जिला का हर कोना दर्शनीय है। लेकिन बरोट के नजदीक अन्य दर्शनीय स्थल हैं - इंदिरा मार्केट, पूरा मंडी शहर, भूतनाथ मंदिर, टारना माता मंदिर, हिमाचल दर्शन फोटो गैलरी, पण्डोह बांध, पराशर झील है।

### ट्राउट मछली केन्द्र

यह ट्राउट मछली का मुख्य ब्रीडिंग सेंटर है। यह केन्द्र नगरु वन्यजीव अभयारण्य के अंतर्गत आता है। यहीं साथ ही बने रेस्ट हाउस में आप कुछ दिन और रुक सकते हैं। आप यहां स्थित धौलाधार वन्यजीव अभयारण्य में कई प्रकार के पक्षियों को भी निहार सकते हैं।

### देव पशाकोट

देव पशाकोट यहां के मुख्य और शक्तिशाली देवता हैं। इन्हें 'वर्षा का देवता' कहा जाता है। इसके अलावा यहां शक्ति माता और जख देवता के मंदिर भी हैं जिन्हें देखे बगैर बरोट की यात्रा अधूरी ही मानी जाएगी।

### मण्डी, कांगड़ा और पंजाब का संगम स्थल

बरोट, मण्डी, कांगड़ा और पंजाब का संगम स्थल है। यहां कांगड़ा जिला की सीमा आरंभ हो जाती है जिसकी



पहली पंचायत यहां की तरफ से मुल्थान है। यहां ऊहल नदी पर लकड़ी का छोटा-सा अस्थाई पुल है जो मण्डी और कांगड़ा जिले को जोड़ने में अपनी महत्वपूर्ण भूमिका अदा करता है। ऊहल नदी वाला हिस्सा पंजाब सरकार के अधीन है। बरोट में आलु, मटर, राजमाह आदि नकदी फसलें के रूप में बहुतायत मात्रा में पैदा की जाती हैं।

### ट्रैकिंग

बरोट से 'बड़ा गांव' (16 कि०मी०) और 'बीड़' (49 कि०मी०) तथा मण्डी जिले का अति दुर्गम दुर्गम क्षेत्र बड़ा भंगाल (लगभग 3 दिन का रास्ता) ट्रैकिंग के लिए बहुत ही माकूल जगहें हैं। इस पैदल और मुश्किल भरी यात्रा में जहां आप इन क्षेत्रों के समृद्ध सामाजिक, पारंपरिक और सांस्कृतिक पहलुओं को करीब से देख पाएंगे वहीं आप प्रकृति की खूबसूरती

और इसके रोमांच को जीते हुए अपनी इस यात्रा को सफल मानेंगे।

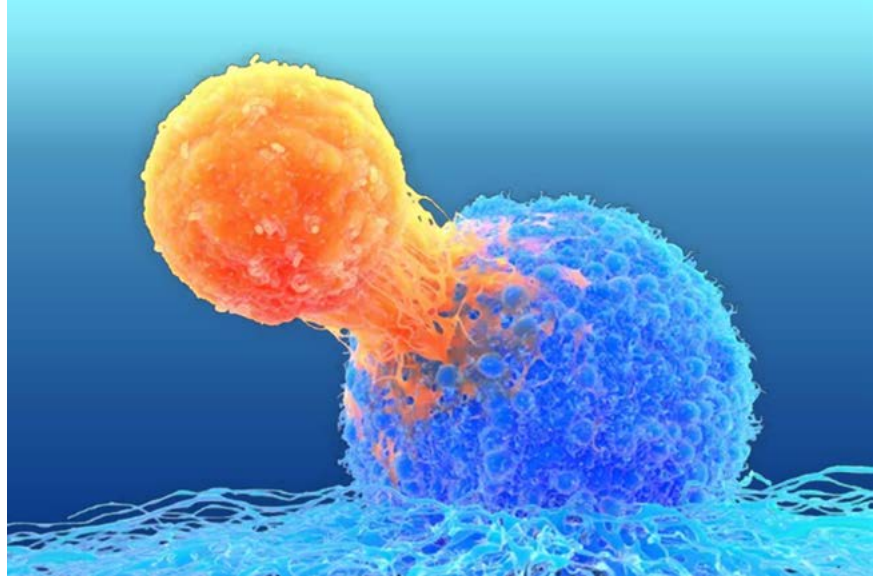
### कब पहुंचे

बरोट घूमने का सही समय मार्च से अक्टूबर है। यदि बर्फ का आनंद लेना हो तो आप दिसंबर, जनवरी, फरवरी में यहां का रुख कर सकते हैं। लेकिन ख्याल रहे, यह सफर खतरनाक भी हो सकता है।

### कैसे पहुंचे

बरोट आप किसी भी गाड़ी से पहुंच सकते हैं। दिल्ली से बरोट की दूरी लगभग 494 कि०मी० तथा चण्डीगढ़ से लगभग 256 कि०मी० है। नजदीक का रेलवे स्टेशन जोगिन्द्रनगर तथा हवाई अड्डा भुंतर (कुल्लू) है।

# कैंसर और होम्योपैथी



डॉ० अमलेन्दु त्रिपाठी

9795513223

कैंसर नाम सुनते ही मन में डर बैठ जाता है, क्योंकि कैंसर एक घातक रोग है। लाखों लोग हर वर्ष कैंसर के कारण मौत के मुंह में चले जाते हैं। कुछ इलाज न होने के कारण तो कुछ गलत इलाज के कारण, लेकिन सही समय पर इलाज से इसे ठीक किया जा सकता है। आइये जानने की कोशिश करते हैं कि कैंसर क्या है और किसको और कब होता है और इससे कैसे बचा जा सकता है।

## क्या है कैंसर

सामान्यतः हमारे शरीर में नई-नई कोशिकाओं (cells) का हमेशा निर्माण होता रहता है, परन्तु कभी-कभी इन कोशिकाओं की अनियंत्रित गति से वृद्धि होने लगती है और यही सेल्स जो अधिक मात्रा में होती हैं एक ट्यूमर के रूप में बन जाती हैं जो कैंसर कहलाता है।

इसे कार्सिनोमा (carcinoma), नियोप्लास्म (neoplasm) और मेलेगनंसी (malignancy) भी कहते हैं। लगभग 100 प्रकार के कैंसर होते हैं, और सभी के लक्षण अलग-अलग होते हैं। एक अंग में कैंसर होने पर ये दूसरे अंगों में भी फैलने लगता है। सभी ट्यूमर कैंसर नहीं होते।

## किसको होता है कैंसर

कैंसर किसी भी उम्र के लोगों को हो सकता है। स्त्री, पुरुष, बच्चे किसी को भी हो सकता है।

## कैंसर की ग्रेड

ग्रेड द्वारा पता किया जाता है कि ट्यूमर सेल्स नॉर्मल सेल्स से कितनी अलग हैं। कैंसर की ग्रेड निम्न प्रकार की होती हैं,

**ग्रेड 1-** इसमें कैंसर सेल नॉर्मल सेल के समान दिखती है, और यह धीरे-धीरे बढ़ता है।

**ग्रेड 2-** इसमें भी नॉर्मल सेल के समान होता है, परन्तु यह बहुत तेजी से बढ़ती है।

**ग्रेड 3-** इसमें कैंसर सेल बहुत तेजी से बढ़ती हैं, और एब्नॉर्मल दिखती हैं।

## कैंसर के प्रकार

### कार्सिनोमा (CARCINOMA)

### सारकोमा (SARCOMA)

### लिंफोमा और मायलोमा (LYMPHOMA & MYELOMA)

### ल्यूकेमिया (LEUKAEMIA)

### ब्रेन और स्पाइनल कॉर्ड कैंसर (BRAIN & SPINALCORD CANCER)

## लक्षण

- असामान्य गठान होना (tumour)
- रक्त-स्त्राव (bleeding) होना
- अत्यधिक दर्द होना
- वजन घटना (बिना कारण के)
- भूख कम लगना
- थकान होना
- रात को बहुत पसीना आना
- खून की कमी होना (anaemia)
- खांसी आना
- हड्डियों में दर्द होना
- निगलने में तकलीफ होना
- मुंह और गले के छाले जो ठीक न हो
- यूरिन में तकलीफ होना, ब्लड आना
- गले में खराश रहना

- महिलायों के खास लक्षण जिन्हें अनदेखा न करें

ब्रेस्ट में किसी भी प्रकार का बदलाव आना। निप्पल का अन्दर की ओर मुड़ना या निपल से किसी प्रकार का डिस्चार्ज होना। किसी भी प्रकार की गठान या scar होना। थकान, ब्लीडिंग, बिना किसी कारण के वजन कम होना। दर्द होना। लिम्फ-नोड में बदलाव होना।

## कारण

होम्योपैथी के अनुसार कैंसर का कारण सोरा और सायकोटिक दोष होता है। दूसरे कारण निम्न हो सकते हैं,

- तम्बाकू या पान मसाला के कारण
- शराब के कारण
- मेहनत न करने के कारण
- हेपटाइटिस B और C के कारण
- अनुवांशिक कारण
- किसी प्रकार के इन्फेक्शन के कारण
- किसी दवा के कारण
- आधुनिक जीवन-शैली के कारण

## होम्योपैथिक दवाएं

होम्योपैथी से कैंसर को काफी हद तक ठीक किया जा सकता है। यदि कैंसर जल्दी डायग्नोसिस हो जाए तो पूरी तरह से ठीक किया जा सकता है। यह एक सस्ता और बिना किसी तकलीफ के रोग को ठीक करने वाला उपचार होता है। होम्योपैथी में कैंसर के लिए बहुत सारी दवाएँ हैं, परन्तु जानकारी के लिए यहां पर कुछ दवाओं के बारे में लिखा है जो कैंसर के लिए उपयोगी हैं। चूंकि कैंसर एक घातक रोग होता है, अतः स्वयं चिकित्सा न करें, किसी कुशल होम्योपैथ से ही इलाज कराएं।

## कोनियम-मैक (CONIUM-MAC)

ट्यूमर पत्थर जैसा कठोर होता है। रात के समय सुई चुभने जैसा दर्द होता है। ब्रेस्ट कैंसर

और ब्रैस्ट ट्यूमर दोनों में उपयोगी हैं। टेस्टिकल (Testicle) और यूट्रस(uterus) बढ़ जाते हैं।

## आर्सेनिक-एल्बम (ARSENIC-ALBUM)

यह होम्योपैथिक दवा कैंसर के लिए बहुत अच्छी होती है। यह सीधे कैंसर की cells पर असर करती है। यह कैंसर को आगे बढ़ने से रोकती है। रोगी को हमेशा डर लगता है। कभी मरने का डर लगता है, कभी अकेले रहने का डर, कभी बीमारी का डर। पेशेंट सोचता है की दवा खाना बेकार है। आत्महत्या करने के विचार आते हैं। अपने परिवार की बहुत ज्यादा चिंता रहती है। उसे हर वक्त यही चिंता लगी रहती है, कि उसके बच्चों और परिवार को कुछ हो न जाए। आर्स-अल्ब कैंसर रोगी के मन से डर को दूर करता है। तम्बाकू, शराब से होने वाले नुकसान को आर्स-अल्ब ठीक करता है। रोगी को बहुत बेचैनी रहती है। शरीर में जलन बहुत होती है। ठंड से तकलीफ होती है। शरीर में सुई चुभने जैसा दर्द होता है। सांस की तकलीफ, खून की उल्टी होना। अल्सर से बदनबूदार स्राव होता है। घाव सड़ने से आर्स-अल्ब बचाती है।

## थूजा (THUJA)

किसी भी प्रकार के ट्यूमर के लिए थूजा बहुत ही उपयोगी दवा है। यह वेक्सिन से होने वाले दुष्प्रभावों को दूर करती है। पेशेंट का बहुत तेजी से वजन कम होता जाता है। पेशेंट बहुत ज्यादा इमोशनल होता है, यहाँ तक की म्यूजिक सुन कर ही रोने लगता है। ट्यूमर में ऐसा दर्द होता है जैसे नाखून से नोचा जा रहा हो। ट्यूमर से पस और ब्लड आता रहता है। मससे, कारबंकल, अल्सर, पोलिप, सार्कोमा आदि में उपयोगी।

## फ्रायटोलक्का (PHYTOLACCA)

यह ब्रेस्ट कैंसर या ब्रेस्ट ट्यूमर के लिए बहुत ही उपयोगी है। ट्यूमर बहुत ही कठोर और बैंगनी रंग का होता है और दर्द होता

रहता है। यूट्रस के फिब्रोइड के लिए भी बहुत उपयोगी दवा है। दाईं ओवरी में दर्द होता है। निप्पल पर दरारें (CRACKS) और अल्सर हो जाते हैं। पीरियड्स के पहले ब्रेस्ट में तकलीफ होना।

## कोनडूरेंगो (CUNDURANGO)

यह पेट के कैंसर के लिए उपयोगी दवा है। मुंह के चारों ओर दर्द भरी दरारें (CRACKS) हो जाती है। उल्टियां होती रहती हैं। पेट में अल्सर हो जाते हैं। जलन के साथ दर्द होता है। कैंसर और ट्यूमर हो जाते हैं।

## साइलीसिया (SILICEA)

यह किसी भी प्रकार के फिब्रोइड, ट्यूमर या स्कार (SCAR) को ठीक करती है। यह धीरे-धीरे अपना काम करती है। ट्यूमर से गाढ़ा बदनबूदार पस बहता रहता है। पेशेंट बहुत ही ज्यादा नर्वस होता है। नींद में चलने की आदत होती है। यह कैंसर के दर्द को कम करती है।

## हेक्ला-लावा (HECLA-LAVA)

बोन कैंसर (OSTEOSARCOMA) में उपयोगी है। जबड़े की हड्डी में तकलीफ। सड़े दांत के कारण पूरे चेहरे में दर्द होना।

## कैल्कैरिया-फ्लोर (CALCARIA-FLOR)

ब्रेस्ट में होने वाली कठोर गांठें या ट्यूमर में उपयोगी। यह दवा ट्यूमर को कैंसर में परिवर्तित होने से बचाती है।

**नोट-** होम्योपैथी में रोग के कारण को दूर कर के रोगी को ठीक किया जाता है। प्रत्येक रोगी की दवा उसकी शारीरिक और मानसिक अवस्था के अनुसार अलग-अलग होती है। अतः बिना चिकित्सीय परामर्श के यहां दी हुई किसी भी दवा का उपयोग न करें। रोग और होम्योपैथी दवा के बारे में और अधिक जानकारी के लिए यहां लॉग इन कर सकते हैं।



# योग प्राणायाम से स्वस्थ रहें।

मुकेश कुमार सिंह

योग प्रशिक्षक



आज तेजी से बदलती डिजिटल दुनिया में ज्यादातर कार्य कम्प्यूटर, लैपटाप, मोबाइल पर हो रहा है। जिसके कारण कई घंटे लगातार एक ही जगह बैठना पड़ता है। आज डिजिटल होने के कारण ज्यादा कार्य आन लाइन ही हो जाते हैं। जहाँ पहले कार्य के चक्कर में घर से बाहर जाना पड़ता था वह कार्य आसानी से मोबाइल या कम्प्यूटर के माध्यम से घर बैठे ही हो जा रहा है। तेजी से बदलती इस इन्टरनेट की दुनिया में जहाँ दूरियां नजदीक हो गयी हैं वही इसके ज्यादा इस्तेमाल से कई सारे रोग भी होने लगे हैं। बहुत सारे कार्य आसानी से हो रहे हैं साथ ही लोगों की कई आदतों में बदलाव भी बहुत तेजी से हो रहा है यही बदलाव रोगों का कारण बनता जा रहा है।

आज बडे हो या बच्चे भी इसका शिकार हो रहे हैं पहले बच्चे भी रोज पार्क में खेलते जिससे वह स्वस्थ और निरोगी रहते थे आज बच्चे भी ज्यादातर मोबाइल गेम और सोशल मीडिया पर ज्यादा समय देते हैं। इस कारण ज्यादातर बच्चों को बचपन से ही चश्मा लगने लगा है।

आज आधुनिक जीवनशैली में तेजी से हो रहे विकास में जहां एक फोन पर गाड़ी घर पर आ जाती है एक फोन पर खाना और नाश्ता सब घर बैठे बैठे या आफिस में मिल रहा है जहां पहले इसके लिए घर या आफिस से बाहर निकलना पड़ता था अब डिजिटल दुनिया में बैठे बैठे ही मिल रहा है। आज परिवार में जितने सदस्य होते हैं सभी के पास फोन होते हैं किसी किसी सदस्य के पास दो दो फोन होते हैं आज लोग फोन को एक मिनट अपने से दूर नहीं रखना चाहते हैं यहा तक की खाना खाते समय भी फोन पर बात करते रहते हैं और क्या खा रहे हैं इसका भी अंदाजा नहीं रहता है इसी तरह गाड़ी चलाते समय भी बात करते रहते हैं जिसके कारण भी कई बार बड़े बड़े एक्सीडेंट हो जाते हैं। यहा तक लोग सड़क पार करते हुए भी मोबाइल पर बात या वीडियो देखते रहते हैं जिसके कारण भी कई घटना घट रही हैं। देर रात तक मोबाइल पर लगे रहने के कारण नींद भी पूरी नहीं होती है। जिसके कारण लोगों का स्वभाव भी चिड़चिड़ा होता जा रहा है। और सुबह उठते ही मोबाइल चेक करना सभी का यही हाल है मोबाइल जरूरत बन गया है पर ज्यादा इस्तेमाल करने से कई सारे रोग भी हो रहे हैं। साथ ही आजकल बिगडते खान पान के कारण भी कई सारे रोग हो रहे हैं। अपनी छोटी छोटी आदतों में सुधार करें अपने परिवार को समय दें और हो सके तो अपने बच्चों के साथ समय बितायें और खेलें मोबाइल का प्रयोग कम करें जितना हो अपने से दूर फोन को रखें जरूरत पर ही इस्तेमाल करें। अपनी दिनचर्या में से एक घंटे का समय अपने लिए जरूर दे। फास्ट फूड/जंक फूड को कम करें और बच्चों को समय दें और बच्चों के साथ खेले। तथा अपने छोटे-मोटे कार्य के लिए पैदल चले और घर का संतुलित भोजन करें हो सके तो सुबह मॉर्निंग वाक करें साइकिलिंग करें दौड़े। अपने जीवन में नियमित योग प्राणायाम शामिल करें। और हमेशा स्वस्थ और निरोगी रहें। प्रमुख योग और प्राणायाम इस प्रकार हैं-



## वृक्षासन

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

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

को नीचे लाये।

- ◆ शरीर को शिथिल करते हुए इस आसन को दूसरे पैर से करें।
- ◆ इस आसन का अभ्यास कम से कम तीन बार दोनों पैरों पर करें या अपनी क्षमतानुसार करे।

## वृक्षासन के लाभ

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

## सावधानियां

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

## सेतुबंधासन

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

### अभ्यास विधि

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

- ◆ अपनी क्षमतानुसार रूकें और सांस लेते रहें। स्वास छोड़ते हुए धीरे-धीरे अपनी मूल अवस्था में आएं 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 आएं।

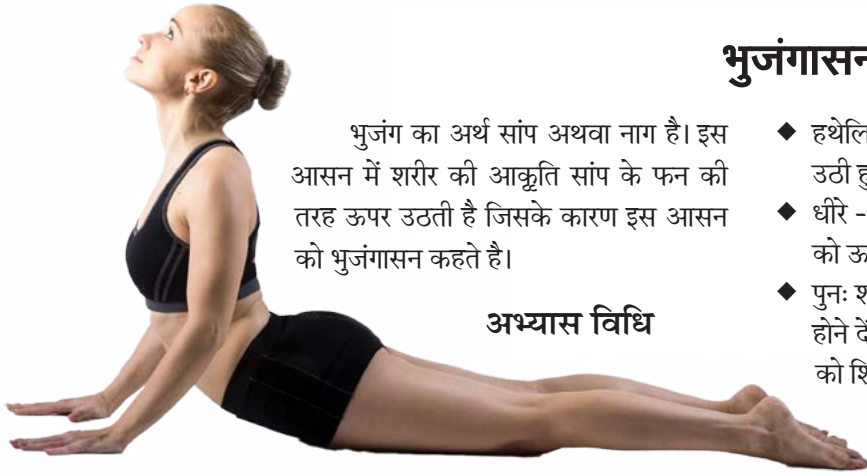
- ◆ थोड़ी देर विश्राम करें पुनः अपनी क्षमतानुसार करें।

### 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 ठुडडी और नाभि क्षेत्र तक शरीर को ऊपर उठाएं। अपनी क्षमतानुसार होल्ड करें। पुनः वापस लौटते हुए ललाट को जमीन पर टिकाएं।
- ◆ यह सरल भुजंगासन कहा जाता है

- ◆ हथेलियों को वक्ष के बगल में रखें और कोहनियां ऊपर की ओर उठी हुई होनी चाहिए।
- ◆ धीरे-धीरे श्वास को भरते हुए ठुडडी एवं नाभि क्षेत्र तक के शरीर को ऊपर उठाएं रखें।
- ◆ पुनः श्वास को बाहर छोड़ते हुए ललाट को जमीन पर शिथिल होने दें और हथेलियों के ऊपर सिर तथा पैर को फैलाकर शरीर को शिथिल करें।

### लाभ

- ◆ तनाव प्रबंधन के लिए सर्वश्रेष्ठ आसन है।
- ◆ पीठ दर्द और श्वास नली से संबंधित समस्याओं को दूर करता है।
- ◆ यकृत (लीवर) के सभी रोगों को दूर कर रक्त बनाने की प्रक्रिया तेज करता है।
- ◆ भोजन के बाद गैस का ऊपर चढ़ना, डकार आने पर राहत मिलना उदराध्यान तथा पाचन की कमियां आदि रोगों को दूर कर उत्तम स्वास्थ्य प्रदान करता है।
- ◆ सावधानियां
- ◆ जो लोग हर्निया, अल्सर से पीड़ित हो उन्हें इस आसन का अभ्यास नहीं करना चाहिए।

## 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, मुंह 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 शुद्ध होती है
- ◆ इस प्राणायाम को नियमित करने से तंत्रिका तंत्र संतुलित होता है।
- ◆ यह गले में सूजन और कफ को भी कम करता है।

# भाई भाई का ही दुश्मन क्यों

## सुषमा त्रिपाठी

बदलते युग में भाई भाई का दुश्मन क्यों हो जाता है क्या पैसा ही आज के युग का सब कुछ रह गया है।

आज के इस युग में बदलाव के कारण मनुष्य इतना अंधा हो रहा है कि उसे परिवार के महत्व का भाई भाई माता पिता बेटी बेटा बेटी भाई बहन आप सारे रिश्ते तो जैसे लगते ही नहीं है भाई के ससुराल में ही मिल गए और उनकी रिश्ते खत्म होगा आज हम सब का असली दुनिया में कोई किसी का नहीं बन पा रहा है सभी एक दूसरे के दुश्मन बनते चले जा रहे हैं। दर्शन यह गलतियां होती कहां से हैं सबसे बड़ी गलती माता-पिता करते हैं उनकी छोटी-छोटी गलतियों की वजह से आज भाई-बहन उनसे अलग हो जाते हैं भाई भाई का दुश्मन बन कर बैठ गया है इसका मुख्य कारण कुछ यह है -

- ◆ 1) माता-पिता का किसी एक बेटे के प्रति ज्यादा झुकाव रखना।
- ◆ 2) अपने ही बेटों की पत्नियों अर्थात बहुओं में मतभेद करना।
- ◆ 3) शहरी बहू का ज्यादा मानव ग्रामीण बहू का तिरस्कार।
- ◆ 4) अपने ही बेटे में अधिक कमाने वाले को ज्यादा मान देना और कम कमाने वाले का दिन भर ताने मार कर अक्सर माता-पिता उसे परेशान करते रहते हैं।
- ◆ 5) अपने ही बेटे के बच्चों में अर्थात पोते पोती में भी मतभेद करते हैं
- ◆ 6) एक बेटे के बच्चे को ज्यादा प्यारा दूसरे बच्चे को ढेर सारी कमियां निकालना यह भी सबसे बड़ा कारण है।
- ◆ 7) समय रहते बेटों के अधिकारों और संपत्तियों का बंटवारा ना करना



आज समाज में परिवारों की जो स्थिति है वह कहीं ज्यादा कष्टकारी हो चुकी है आज हम अपने धर्म पर नहीं चल रहे हैं आज धार्मिक और मूल परक शिक्षा जैसे बचपन से ही घरों में सिखाया जाता है उसे हम आज अपने घरों में नहीं दे पा रहे हैं इसका मुख्य कारण समाज में ऊंचाइयों को छूने की ओर बढ़ती चली जा रही है यह अंधी दौड़ सभी को अंधा की है शिक्षा की गुणवत्ता में कमी आने का यह सबसे बड़ा कारण है आज के युग में मनुष्य जो भी पढ़ता है पढ़ता है सिर्फ डिग्री के लिए की जीवन मूल्यों के लिए नहीं गांव हो या शहर हर जगह पारिवारिक कलह देखने को मिलती है।

- ◆ 8) बंटवारे में भी दोहरा नजरिया करना व रखना।
- ◆ 9) एक बेटे से हर वक्त पैसे की मांग कर और दूसरे से कुछ ना मांगना।
- ◆ 10) अपने बेटों की आरती की स्थिति व उनकी इच्छाओं को ना समझना
- ◆ 11) जिन माता पिता के पास पांच बेटे हैं उनमें भी दूरियां तो माता-पिता के कारण ही बनती है एक बहू के मायके का सामान दूसरा बेटा जो छोटा है अपनी ससुराल पहुंचा देता है और बाद में भाई भाई का और पूरे परिवार का दुश्मन बन कर बैठ जाता है जो कि निरंतर चलता ही रहता है।

वैसे तो देखा जाए कि घर के माता पिता अक्सर सारा पैसा एक ही मकान को सजाने संवारने में खर्च कर देते हैं जबकि उन्हें अपने बच्चों के हिसाब गाय के हिसाब से अलग-अलग व्यवस्था रखनी चाहिए।

बुढ़ापे में जब माता-पिता बूढ़े हो जाते हैं

और अपने बच्चे जवान शादीशुदा हो जाते हैं तब संपत्ति बटवारा बेहद पेचीदा हो जाता है क्योंकि अलग-अलग घरों से अलग अलग तरीके की बहू आ जाती है लालची कोई गरीब कोई अमीर बनने का ढोंग करती है तो ऐसे में माता पिता अपनी संपत्ति को लड़का ज्यादा पैसा कमाता है उन्हें सारी संपत्ति देते हैं और बाकी सब अपना थोड़ा थोड़ा काम चलाने खाने के लिए रहते हैं और बाद में जो सबसे छोटा होता है और घर का सारा सामान लेकर अपनी ससुराल में रख देता है फिर भाइयों में लड़ाई करने का दुश्मनी करने का हिसाब बन जाता है और यहीं से एक भाई दूसरे भाई को दुश्मन बन जाता है क्योंकि अक्सर देखा गया है कि अपनों के तुलनात्मक दृष्टि से ही देखते हैं जैसे की बड़ी बहू छोटी बहू मोटी पतली लंबी शामली पढ़ी-लिखी ज्यादा सुंदर लेकर आने वाली मालिया अनेक प्रकार की नजरिया रखने वाले माता-पिता अपने परिवार को बिखरने का सबसे बड़ा कारण दे देते हैं जिस वजह से भी पांच भाइयों और उनके बीवियों में तनातनी की शुरुआत हो जाती है और बाद में बड़े दुश्मन बन कर निकल कर सब सामने आ जाता है।

हमने तो एक परिवार ऐसा भी देखा है जहां पांच भाइयों में दूसरे नंबर 51 नंबर वाले भाई ने अपने भाई बड़े भाई को दिल से लूटा और उनका सारा सामान जीवन बर्तन सब लूट कर स्वयं को उनका दुश्मन बन कर खड़ा हो गया और वह भाई कुछ ना बोला इस सिर्फ अपनी ही पत्नी और बच्चों को देखता रहा कि कुछ मत बोलो आज वह छोटे बड़े भाइयों की हिम्मत इतनी बढ़ गई है कि सब कुछ ले भी लिया और दुश्मनी भी बन गए और यह तो मेरी आंखों देखी हो खान स क्योंकि आजकल देखा जाता है कि दोस्त अपना एक किसका है बहू के ऊपर लगता है जबकि यह बात गलत है कि परिवार विखंडन का दोष केवल वह मौका ही नहीं दिया जा सकता सास-ससुर को भी यह समझना चाहिए कि उनके बेटे आपस में भाई-भाई है किंतु घर में आने वाली बहू में आपस में बहन नहीं लगती हैं पांचों बहू अलग-अलग परिवार

से आई हैं अता उनकी जीवनशैली विचारधारा नजरिया और तरीका तौर तरीका रहन सहन शिक्षा समझदारी परिवारिक आचरण व्यवहार इत्यादि में बहुत बड़ा अंतर होता है। मैं सभी भू में एक ही छत के नीचे समान रूप से रहना संभव नहीं होता है।

और ना अपनी अपनी इच्छाओं को अपने पतियों के सामने रखती हैं जो कि उनके जीवन संगिनी बनाकर लाया होता है इसमें भी कुछ बुरा नहीं है और इस बात को हर पुरुष वर्ग को समझना चाहिए। कुल मिलाकर कहने का मतलब है कि रिश्ते में कुछ दूरियां होना और अलग-अलग रहना ही बेहतर विकल्प है आज सभी टकराव से बढ़ जाते हैं बेशक आप अपना कमाए अपना खाएं कि तू प्रेम सम्मान व स्नेह दूसरे से बना कर रखना चाहिए ताकि मुश्किल घड़ी में भी आप एक दूसरे का साथ दे सकें घर मकान रुपया पैसा धन दौलत सब यहीं कहीं धरा रह जाएगा प्यार सम्मान और इज्जत साथ जाएगी और चैन से जिंदगी भी बीत जाएगी।

क्योंकि वर्तमान समय में परिवारों में पढ़ते फूट के पीछे बधाई भाई आपस में विवाद करके अलग हो जाते हैं यह बात अलग है कि बहुत से लोग इस बात से सहमत ना होंगे फिर हमें अब बात करने में जरा भी संकोच नहीं होता है क्योंकि वह अपनी आंखों से ऐसे सैकड़ों परिवार को टूट कर बिखर जाते देखा है जो की पूरी तरह से नष्ट हो चुके हैं इसी कारण मुझे चिंता है कि उन परिवारों को जो तोड़ने को सोच रहे हैं अब संभवत जाए अपनी परिवारों को तोड़ने से बचा सके और आराम से रह सके।

क्योंकि आज समाज में परिवारों की जो स्थिति है वह कहीं ज्यादा कष्टकारी हो चुकी है आज हम अपने धर्म पर नहीं चल रहे हैं आज धार्मिक और मूल परक शिक्षा जैसे बचपन से ही घरों में सिखाया जाता है उसे हम आज अपने घरों में नहीं दे पा रहे हैं इसका मुख्य कारण समाज में ऊंचाइयों को छूने की ओर बढ़ती चली जा रही है यह अंधी दौड़ सभी को

अंधा की है शिक्षा की गुणवत्ता में कमी आने का यह सबसे बड़ा कारण है आज के युग में मनुष्य जो भी पढ़ता है पढ़ता है सिर्फ डिग्री के लिए की जीवन मूल्यों के लिए नहीं गांव हो या शहर हर जगह पारिवारिक कलह देखने को मिलती है चली जा रही है मगर जिस का जड़ी कमजोर कमजोर हो उसको चाहे हम कितना भी पानी दे दे खाद दे दे उसके फल हमेशा कमजोर रहेंगे या तो बनेंगे ही नहीं।

ऐसी ही कमियों के कारण आज नैतिकता दिन प्रतिदिन बढ़ती चली जा रही है और घर टूट रहे हैं परिवार बिखर रहे हैं क्योंकि एक स्त्री चाहे तो आपके घर के स्वर्ग बना दे या चाहे तो नर्क बना दे ऐसा बिल्कुल भी नहीं कि भाई भाई ही हमेशा फटती है लेकिन जब भाई कोई गई सगाई आ गई लुगाई भाइयों के बीच में खुद गई गहरी खाई फिर भी सभी भाइयों मिलकर नहीं पाती खाई, बाद को धीरे-धीरे एक दूसरे की शकल भी न भाई।

भाइयों के बीच में अधिकतर लड़ाई हो तो उनकी पत्नी की वजह से ही होती है लेकिन कई बार उनका नाम उनका स्वार्थ और जमीन जायदाद करलू ही उनके बीच के झगड़े की मुख्य वजह बनता है क्योंकि सभी लोगों को जोड़ना एक कला है संबंध को निभाना एक साधना है संबंधों को तोड़ कर जो खुश है वही तो रावण है। हमारा मानना है कि समाज में जितना ज्यादा पैसा उससे भी कहीं ज्यादा जरूरी भाई से भाई के रिश्ते को माना जाता है यह भी सच है कि पैसा जरूरी चीज है लेकिन घर वालों के नजर में परिवार ज्यादा महत्वपूर्ण है क्योंकि भाई भाई का रिश्ता तो हमेशा सुख दुख में काम आने वाली चीज है इसलिए और भी जो भाई हैं जो पैसे को महत्व देकर भाई भाई के रिश्ते को मधुरता लाने का निरंतर प्रयास करना चाह रहे हैं सभी विवाद कम किया जा सकता है लेकिन एक भाई के सोचने या करने से नहीं होगा पांचों को एक तरह से विचार करना चाहिए धन्यवाद।



## खतम कर डालें

चलै हम बुराईयों को  
खतम कर डालें।  
ओढा कर कफन  
दफन कर डालें।

नफरत को सारे  
हजम कर डालें।  
बुराई पर सारे  
पदों हम डालें।

मन में द्वेष हम  
अब न पावें।  
भर लें जीवन में  
दरों हम उजाले।

हिन्दू मुसलमान का  
सब भेद मिटा डालें।  
नफरत का बीज  
मन में न पावें।

दुनिया एक नई  
हम आओ बसा लें।  
प्यार का दीया  
हर दिल में जला लें।

आओ अपना जीवन  
सुख मय बना लें।  
खुशियों से अपने  
मन को सजा लें।

-बद्री प्रसाद वर्मा अनजान  
अस्यक्ष, स्वर्गीय मीनु रेडियो  
श्रोता क्लब, गोरखपुर, उ.प्र.

## सबके हो पुरे सारे अरमान

बढ़े चलो! ओ! मतवालो ।  
आन - बान के रखवालो।

युवा - शक्ति के आराणाक  
रण में नहीं अस्त्र डालो।

पीछे रखेंगे कदम नहीं  
माँ की पुण्य शपथ खा लो।

सिर पर आया है संकट  
कर संघर्ष, स्वयं टालो।

मिट्टी प्राणों से प्यारी  
चंदन में इसको ढालो।

अँधियारे को मत कोसो  
नन्हा - सा दीपक बालो।

शास्त्र - शस्त्र के अनुयायी  
नहीं हार का भ्रम पालो।

नव तकनीक फले - फूले  
नवाचार देखो - भालो।

कौशल, कला, ज्ञान, बल से  
विजयी गान मधुर गा लो ।

-गौरीशंकर वैश्य विनम्र  
११७ आदिलनगर, विकासनगर  
लखनऊ

## बढ़े चलो

नववर्ष में हम सबके हो पूरे अरमान,  
भेदभाव भूलकर सबको मिले असाकार समान।  
सबकोई मिलकर स्वच्छ रखें देश का हर कोना,  
भूख से ना किसी को पडे फिर कभी सोना।  
आओ सबकोई मिलकर करें ऐसा काम,  
दशों दिशाओं में फैले हमारे देश का नाम।  
बीते जख्मों को भूला करें नव निर्माण,  
नववर्ष में हम सबके हो पुरे सारे अरमान।

न कहीं बिटिया जले न कहीं मरे किसान,  
संघर्ष का हर रास्ता हो जाए आसान।  
मिलकर सभी हरदिन मनाएँ दीवाली व ईद,  
नववर्ष में करते हैं अमन चौन की उम्मीद।  
नारी को मिले पग-पग पर उचित सम्मान,  
फैले चारों ओर खुशहाली व इमान।  
बेरोजगारी का अब क ना रहे नामोनिशान,  
नववर्ष में हम सबके हो पुरे सारे अरमान।

## नया साल आया है

नया साल आया है गली-गली में  
उपवन के कली-कली में ,  
तेरे होंठों की लाली में  
नया साल आया है ख्यालों में;  
मदिरा भर मस्त प्यालों में  
तेरे लजाते हुए गालों में ।

नया साल आया है एहसासों में  
तू मेरी है इन विश्वासों में,  
भाग्य के विचित्र परिहासों में ।  
नया साल आया है तेरे काजल में ,  
लहराता हुआ तेरे आँचल में ;  
इनकता हुआ तेरे पायल में  
नया साल आया है.....!!

-सुव्रत दे

संपादक-हिन्दी-ज्योति, सम्बलपुर, उड़ीसा

## मैं इतना ही सोचता हूँ

मैं इतना ही सोचता हूँ  
जितने से मेरा विस्तार होता है  
मैं वो भी सोचता हूँ  
जिससे कल में जीना है मुझे  
इतना ही सोचना काफी होता है  
तो मैं इतना ही सोचता  
कि जीना है सोचना नहीं।  
परन्तु कभी-कभी विवशता  
मजबूर करती है सोचने को

संसार की दिशाओं पर

जब इस बूढ़े संसार को अपनाता हूँ  
उसे अखरती है मेरी क्षणिक जवानी।  
सोचता हूँ जवानी नहीं होती तो  
शायद मैं अखरता नहीं  
निःसंदेह जो अपनी जवानी के सुख  
से वंचित  
वो तोड़ते है दूसरों के सपने

करेंगे षड्यंत्र कुत्सित

नाचेंगे कुछ दिन और मिट जायेंगे,  
बूढ़ का अस्तित्व कब तक रहा है।

-ज्ञानीचोर

शोधार्थी व कवि साहित्यकार  
सीकर, राजस्थान.

## कोहरे का असर

दीवार बना  
कोहरा रोक रहा  
रेल-यात्र  
हवाई सफ़र

मगर ताज़ा सब्ज़ी  
ताज़ा दूधा  
ताज़ा अख़बार  
पहुँच रहा घर-घर  
एकदम सवेरे-सवेरे

ठेले और सायकिल पर  
उसका कोई असर नहीं

## जनपद के एक कोने में

एक गाँव  
मामूली-सा  
जनपद के एक कोने में  
जनपद के लिए ही गुमनाम  
मगर समस्त जनपद से असािक  
हरा-भरा अभिराम

कई किशोर मिले यहाँ कई युवा  
बजाते हुए वंशी  
और नाचते हुए  
राष्ट्रीय पंछी

## जीने का सहारा

दायरा बहुत बड़ा  
देहों के समूह का है  
जिसमें मैं रहता हूँ  
मगर जीने का सहारा मुझे  
जो एक रूह का है  
जिसने प्रेम लिया  
और दिया  
देहमारी के रूप में  
सर्दी, बारिश, धूप में  
अप्रतिम है

वह नहीं दिखती है  
लेकिन जब मैं  
प्रेम कविता की एक पंक्ति लिखता हूँ  
दूसरी वह लिखती है

-केशव शरण  
वाराणसी

## लौट चलें ...

लौट चलें फिर से हम  
माँ प्रकृति की ओर ।  
पेड़ों की पंचायत जहाँ  
नाँच रहे हों मोर ॥

नदी-पहाड़ जंगल की शोभा  
झरनों का हो शोर ।  
जहाँ साँझ मंदिर की झालर  
गाय रम्भाएं भोर ॥

दूर-दूर खेतों की पंगत  
छिटके-छिटके गाँव  
रोज प्रथम मिलन पर  
सब कहते राम राम ॥

शुद्धता की पर्याय मृदा  
पानी हवा के संग  
जहाँ पक्षियों की चहचहाट  
भरती कितने रंग  
अब भी समय है तज दो  
इन शहरों के अनुबंता  
बुला रही है साँझी माटी  
महसूस करो वो गंता

- व्यग्र पाण्डे  
सवाई माधोपुर, (राज.)

## जब शुरू करें नया अभियान...

जोश जब्बा और जुनून से, लक्ष्य पर डटा रहे इंसान,  
इक दिन होनी है निश्चित जीत, मिलनी है नई पहचान।  
जीवन के कठिन रास्तों में आएँगे कई घुमावदार मोड़,  
डर कर यूँ हटना नहीं, जब शुरू करें नया अभियान॥

तेरे सफलता से जलने वाले भी, बहुतायत में मिलेंगे,  
अच्छे कार्य से प्रशंसा करने वाले, मुट्ठी भर ही दिखेंगे।  
यह जमाने की पुरानी रीति, आश्चर्य चकित होना नहीं,  
जुटे रहना अपने लक्ष्य पर, आए बहु विघ्न भी हटेंगे॥

जोश में होश खोना नहीं, सदमार्ग कभी न हमें तजना,  
लाख मुसीबत आए फिर भी, सच बात को है कहना।  
सच कहने वाले को इस जग में पसंद लोग नहीं करते,  
सत्य की होती है जीत, बुराई के आगे कभी न झुकना॥

विजय रथ पर होते सवार, हमको न बनना अभिमानी,  
वरन अर्थ से फर्श पर झट गिरते, जैसे आती है सुनामी।  
नृप बनने पर भी विनम्रता और सहनशीलता न छोड़ना,  
बनने में लगता है वक्त, बिगड़ने पर झट होती बदनामी॥

शनैः शनैः बढ़ते हुए ही, हमें लक्ष्य को देना एक मुकाम,  
जीत मिलेगी निश्चित ही, और होगा दुनिया भर में नाम।  
हम पर हँसने वाले, गले लगाने को होंगे इक दिन आतुर,  
सफल बन कर जग को, मानवता का देना है हमें पैगाम॥

लाल देवेन्द्र कुमार श्रीवास्तव  
भवानीपुर, बिस्ती (उत्तर प्रदेश)



प्रकृतिमेल डेस्क

विश्व में फर्न की 20,000 से ज्यादा प्रजातियां पाई जाती है। फर्न घर की और बगिया की रौनक बदल देते है। ज्यादा देखभाल की जरूरत न होने के कारण इन्हें बहुत पसंद किया जाता है। फर्न को मार्च से मई में लगाना चाहिए ऐसे में ये ज्यादा अच्छे से चलते है। हल्की धूप और नमी इन्हें पसंद है। हमारे घरों की शोभा बढ़ाने में इनका काफी योगदान रहता है। हरीभरी इनकी रंगत सुहानी लगती है।

फर्न की प्रजातियों में से ही एक है लेडी फर्न जो देखने में तो आकर्षक लगता ही है इनमें कई औषधि गुण भी पाये जाते है। इसके तने और जड़ दवाई बनाने में इस्तेमाल किए जाते है।

1. लेडी फर्न से तैयार दवाएं सांस की समस्याओं में, गले की दिक्कत जैसे खांसी, पेट की परेशानी में लाभ दिलाती है।
2. इसमें मौजूद एंटीफंगल, एंटीबैक्टीरियल, एंटीसेप्टिक गुण कई सारी समस्याओं में हमें आराम दिलाते है।
3. ठंड लगने पर, फेफड़ों में रक्तस्राव के उपचार में लेडी फर्न से तैयार दवा का इस्तेमाल होता है।



## लेडी फर्न औषधिय गुणों से परिपूर्ण

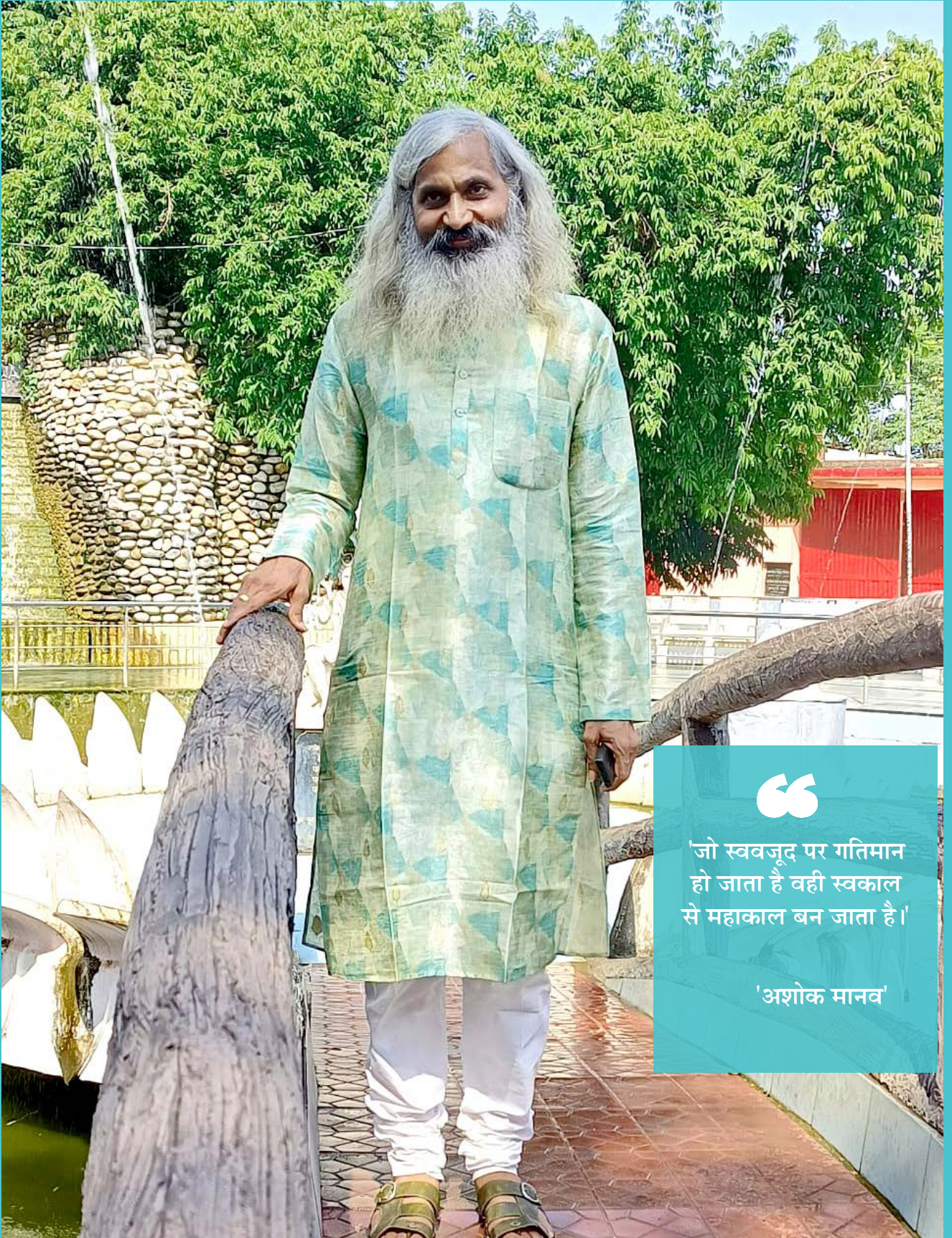
4. शरीर के बाहरी घाव को साफ करने में भी लेडी फर्न लाभकारी है इसके लिए इसकी जड़ को पानी में उबाल के घाव साफ किया जाता है।
5. मुंह से जुड़ी परेशानियां जैसे मुह के छाले, मुंह से खून आने पर भी यह लाभप्रद है। शरीर में सूजन में भी यह आराम देता है और जोड़ों के दर्द में इसका फायदा देखा गया है।
6. शोध बताते है कि फर्न का इस्तेमाल दवा के तौर पर सैकड़ों वर्षों से हो रहा है।
7. आज यह माना जाता है कि इसके इस्तेमाल से हृदय से जुड़ी बीमारियों और मधुमेह की समस्याओं में सकारात्मक परिणाम मिलेंगे।



# प्रकृति के रंग



उपरोक्त सभी चित्र पर्यावरण प्रेमी लक्ष्मीकांत द्वारा ली गयी है।  
चित्र में सूर्य के अलग-अलग भावों एवं रंगों को कैद किया गया है।



'जो स्ववजूद पर गतिमान  
हो जाता है वही स्वकाल  
से महाकाल बन जाता है।'

'अशोक मानव'

स्थापित 1948

74 वर्षों का विश्वास

# लाला जुगल किशोर गोटे वाले

परिधान वही जो  
व्यक्तित्व को निखार दे



55 अमीनाबाद पार्क, लखनऊ। सम्पर्क: 9935329775

# दुर्गा आटो सेल्स

सेवा ऐसी जो पसीना न बहने दे

Aurhorised Dealer for Mahindra Tractors, Farm Equipments & Spare Parts

Mahindra  
Rise

MAHINDRA TRACTORS  
Technology se Sakhi

नई महिंद्रा XP PLUS सीरीज़

श्रेणी में पहली बार

**माइलेज शानदार**

**पावर दमदार**



✉ durgaaautosale2000@gmail.com ☎ 9919528830 ☎ 0545-4242216

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